म.जि. प्र. का. द.नं. : १०६/०६८, वर्ष १४ अंक २०० शनिबार, १७ फागुन २०८१ ने. सं. ११४५ चिल्लाथ्व 1 March 2025 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्यः रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

साझाकुरा

www.sajhakuranews.com राष्ट्रिय दैनिक

राप्तीरोडमा घाइते अवस्थामा मृग फेला

हेटौंडा, १६ फागुन/मकवानपुरको हेटौंडा उपमहानगर पालिका-१० राप्तीरोडस्थित नेपाल टेलिकम अगाडि पूर्वपश्चिम राजमार्गमा घाइते अवस्थामा मृग फेला परेको छ ।

शुक्रबार बिहान ६ बजेको समयमा हेटौंडाको राप्तीरोडस्थित पूर्वपश्चिम सडकखण्डमा घाइते अवस्थामा फेला परेको मृगलाई उद्दार गरी उपचारको लागि पशुसेवा कार्यालय हेटौंडा लगिएको मकवानपुर प्रहरीप्रवक्ता श्यामु अर्यालले बताए ।

हाल मृगको पशुसेवा कार्यालय हेटौंडामा उपचार भइरहेको र डिभिजन वन कार्यालय मकवानपुरलाई जिम्मा लगाएको प्रवक्ता अर्यालले बताए । मृग कसरी घाइते भएको भन्ने विषयमा अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीको भनाई छ ।

चोर ठानेर कुट्दा आफ्नै छोराको मृत्यु

जग्गा विवादको आशंकामा अनुसन्धान गर्दै प्रहरी

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १६ फागुन/ मकवानपुरको ईन्द्रसरोबर गाउँपालिका-३ अदुवाबारीमा बिहीवार राति चोर आएको भन्ठानेर एक दम्पतिले प्रतिकार गर्ने क्रममा ३० वर्षीय युवकको मृत्यु भएको छ ।

मुखमा मास्क लगाएर पहिचान गर्न नसक्ने गरी घर पुगेका युवकलाई चोर आएको आशंकामा घरमा एक्लै बस्दै आएका ६४ वर्षीय बाबु मीनबहादुर र ६३ वर्षीया आमा देवीमाया भ्लोनले प्रतिकार गर्दा कुटपिटबाट ३० वर्षीय भरथकुमार भ्लोनको मृत्यु भएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ । मृत्यु हुने भ्लोन दम्पत्तिकै चार छोरामध्ये एक रहेको प्रहरीले जनाएको छ । घरका माइला छोराबाट शुक्रबार चितवनस्थित भरतपुर अस्पतालमा मृतक भरथको सनाखत भएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

आगोफुक्ने ढुंग्रो र कोइला समात्ने फलामको चिम्टाले प्रहार गर्दा भरथको खप्पर फुटेर टाउकोमा रगत जमेको मकवानपुरका प्रहरीप्रवक्ता प्रहरी नायवउपरीक्षक (डिएसपी) श्यामु अर्यालले जानकारी दिएका छन् । बाबु मीनबहादुरको

करङ भाँच्चिएको छ भने आमा देवीमायाको बायाँ हात भाँच्चिएको प्रवक्ता अर्यालले जानकारी दिएका छन् । उनीहरुको थप उपचारका लागि छोरी साइली भ्लोनले काठमाडौं लगेकी छन् । घटनाको प्रकृति हेर्दा बाबुआमा र छोराबीचमा भीडन्त नै भएको जस्तो देखिएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

घाइते भ्लोन दम्पत्तिले चोर आएको आशंकामा प्रतिकार गरेको प्रहरीलाई प्रारम्भिक बयान दिएका थिए । तर, प्रहरीले परिवारभित्र जग्गा विवाद हुनसक्ने आशंका गरेको छ । प्रहरीलाई प्राप्त सूचनाका आधारमा भ्लोन परिवार भित्र जग्गाको विवाद रहेको पाइएको प्रहरीप्रवक्ता अर्यालले बताएका छन् । 'हामीलाई सूचना आएअनुसार जग्गा विवाद रहेको पाइएको छ । यस विषयमा गहन अनुसन्धान सुरु गरेका छौं' प्रवक्ता अर्यालले भने ।

प्रवक्ता अर्यालका अनुसार भ्लोन दम्पतीले घटना कुटपिटसम्म पुग्दासम्म पनि छोरा भनेर नचिनेको बताएका छन् । 'आफ्नै छोरा हो भनेर नचिनेको बताएका छन् । फोटो देखेपछि मात्रै चिन्छौं भनेका छन् । कुटपिटसम्म हुँदा आफ्नै छोरा चिन्न नसक्ने हुनुनपर्ने हो, घटना संकास्पद रहेकाले विस्तृत अनुसन्धान गर्ने तयारी गरिरहेको' अर्यालले जानकारी दिएका छन् ।

कोभिड-१९ महामारीपछि भरथ काठमाडौं गएका थिए । काठमाडौं गएको चार वर्षपछि मात्रै उनी बिहीवार राति घर फर्किएको प्रहरीले जनाएको छ । चार छोरा सबै काठमाडौंमा रहँदै आएको र छोरीहरु पनि बाहिरै रहेकाले घरमा भ्लोन दम्पत्ति मात्रै बस्दै आएको डिएसपी अर्यालले जानकारी दिए । भ्लोन दम्पत्ति बस्दै आएको घर पनि बस्ती भन्दा टाढा एकान्त ठाउँमा रहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

बिहीवार राति मुखमा मास्क लगाएर आएका व्यक्तिले मीनबहादुर र देवीमायाको आँखामा खुर्सानीको धुलो हालेपछि उनीहरुले चोर भन्दै प्रतिकार गरेको डीएसपी अर्यालले बताए । कुटपिटबाट घाइते भएका भ्लोनदम्पती र रगताम्य अवस्थाका छोरा भरथलाई प्रहरीले गएराति नै हेटौंडा अस्पताल ल्याएको थियो । थप उपचारका लागि उनीहरूलाई चितवन पठाइएको प्रहरीप्रवक्ता अर्यालले जानकारी दिएका छन् ।

प्रहरीले शुक्रबार बिहान अनुसन्धानको क्रममा घटनास्थलबाट मृतक भरथले बोक्ने झोला फेला पारेको बताइएको छ । झोलामा भरतको पासपोर्टलगायतका कागजात भेटिएको प्रहरीले जनाएको छ । प्रहरीले घटनास्थलबाट मोवाइल पनि बरामद गरेको छ ।

धादिङ, नुवाकोट र रसुवाका कार्यालय, संरचनाको अनुगमन

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १६ फागुन/ बागमती प्रदेशसभा अन्तर्गत शिक्षा, स्वास्थ्य तथा कृषि समितिले धादिङ, नुवाकोट र रसुवा जिल्लामा रहेका विभिन्न कार्यालय तथा संरचनाको अनुगमन गरेको छ ।

समितिका सभापति ठाकुरप्रसाद ढकालको नेतृत्वमा भएको अनुगमनमा कृषि उपसमिति संयोजक एकालाल श्रेष्ठ र शिक्षा तथा खेलकुद उपसमिति संयोजक रामकुमार पहाडीको संयोजकत्वमा विभिन्न क्षेत्रका कार्यालय तथा संरचनाको अनुगमन गरिएको हो ।

अनुगमन टोलीले कृषि कार्यालय, शीतभण्डार, कृषिउद्यम, अस्पताल, जनस्वास्थ्य कार्यालय, खेलकुद विकास समिति, खेलमैदान, कभर्डहल, पालिका कार्यालय, शिक्षा समन्वय इकाई तथा विभिन्न विद्यालयको अनुगमन गरेका थिए ।

अनुगमनका क्रममा जिल्लामा सञ्चालित योजना, सेवा प्रवाह, भौतिक संरचना, कर्मचारी व्यवस्थापन तथा सेवा उपयोगकर्ताका समस्या र सुझावबारे प्रदेशसभा सदस्यहरुले जानकारी लिएका थिए । शिक्षा उपसमितिका संयोजक पहाडीले खेलकुद विकास समितिहरुमा समन्वय अभाव, स्रोतसाधनको कमी तथा खेलकुद संरचनाको व्यवस्थापनमा देखिएका

चुनौतीका विषयमा चासो व्यक्त गरेका थिए ।

त्यसैगरी, कृषि उप समितिका संयोजक श्रेष्ठले कृषिउद्यम, शीतभण्डार तथा कृषि कार्यालयको सेवाप्रवाहबारे जानकारी लिँदै, कृषकलाई आवश्यक अनुदान, प्रविधि र सल्लाहकार सेवाको प्रभावकारिता तथा किसानले भोगिरहेका समस्याबारे चासो व्यक्त गरेका थिए । अनुगमनका क्रममा विभिन्न स्थानमा भौतिक संरचनाको अभाव, स्रोतसाधनको अभाव, कर्मचारीको अपर्याप्ततालगायत समस्या उठाइएको थियो । कतिपय स्थानमा विकास निर्माणका योजना समयमा सम्पन्न नभएको, सेवा प्रवाहमा ढिलासुस्ती र समन्वय अभावका कारण सेवाग्राहीले सास्ती खेप्नुपरेको गुनासो स्थानीय प्रतिनिधिले राखेका थिए ।

समितिले अनुगमनका क्रममा देखिएका कमीकमजोरी, अवसर र चुनौतीका विषयमा सम्बन्धित निकायसँग समन्वय गरी आवश्यक सुझाव तथा प्रतिवेदन तयार गर्ने जनाइएको छ ।

अनुगमन टोलीमा समिति सदस्य उत्तम जोशी, शुष्पा भुजेल, हरिप्रसाद सापकोटा, बिन्दु श्रेष्ठ, सकुन्तला श्रेष्ठ, सुरेश श्रेष्ठ, गीता गुरुङ, समिता खड्गी, ईश्वर सापकोटा लगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

प्रगति मावि र ज्योति मावि फाइनलमा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १६ फागुन/ नगरमै पहिलोपटक मैत्रीपूर्ण महिला शिक्षक भलिवल प्रतियोगिता सुरु भएको छ । नगरस्तरीय शैक्षिक समन्वय समिति हेटौडाको आयोजना तथा जिल्ला भलिवल संघको प्राविधिक सहयोगमा प्रतियोगिता सुरु भएको हो ।

प्रतियोगिताको हेटौडा उपमहानगरपालिका प्रमुख मीनाकुमारी लामाले उद्घाटन गरिन् । आधुनिक राष्ट्रिय माविको खेलमैदानमा भएको प्रतियोगिताको पहिलोदिन ८ खेल सम्पन्न भएको नगरस्तरीय शैक्षिक समन्वय समितिका अतिरिक्त क्रियाकलाप संयोजक बालकृमार श्रेष्ठले जानकारी दिए । महिला शिक्षक भलिवल प्रतियोगिताको उपाधिका लागि हेटौंडा-९ स्थित प्रगति माध्यमिक विद्यालय र हेटौंडा-१८ स्थित ज्योति मावि भिड्ने भएका छन् ।

प्रतियोगितामा चन्द्रोदयलाई पराजित गर्दै प्रगति र कृष्ण आर्दशलाई पराजित गर्दै ज्योति मावि फाइनलमा पुगेका हुन् । फाइनल खेल शनिबार हुनेछ । तेस्रो स्थानका लागि कृष्ण आदर्श र चन्द्रोदय माविबीचको खेल पनि शनिबार नै हुने आयोजकले जनाएको छ । प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने विद्यालयले क्रमश: सात, पाँच र तीन हजार नगद, शिल्ड, मेडल र प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछन् । प्रतियोगिताको उत्कृष्ट खेलाडी १ जनालाई ट्रफि, मेडल र प्रमाणपत्र प्रदान गरिने बताइएको छ ।

सामाजिक रुपान्तरणका लागि नगरस्तरीय नाटक प्रतियोगिता

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १६ फागुन/ हेटौंडा उपमहानगरपालिका-४ नम्बर वडा कार्यालयले सामाजिक रुपान्तरणका लागि हेटौंडा प्रथम नगरस्तरीय नाटक प्रतियोगिता आयोजना गर्ने भएको छ ।

हेटौंडा उपमहानगर पालिका-४ नं. वडाको आयोजना एवम् झलझली मल्टीक्रियसनको व्यवस्थापनमा नाटक प्रतियोगिता हुने भएको हो । शुक्रबार पत्रकार सम्मेलन गर्दै नाटक प्रतियोगिता यही फागुन १८ गतेदेखि २३ गतेसम्म ६ दिन हुने जानकारी गराइएको हो । सामाजिक रुपान्तरण तथा विकासका लागि नाटक भन्ने नाराकासाथ प्रतियोगिता हुन लागेको हो ।

पत्रकार सम्मेलनमा ४ नं. वडाअध्यक्ष नवीन सिग्देलले वडा भित्रका ६ वटा विद्यालयमा नाटक प्रदर्शनी गरिने जानकारी दिए । समाजमा रहेका विसंगति, विकृति, कुरीति, अन्धविश्वास, लागूऔषध दुर्व्यसनी, बालबिवाह हटाउन सचेतना मूलक कार्यक्रमअन्तर्गत नगरमै पहिलोपटक विद्यालयस्तरीय सडक नाटक प्रतियोगिता आयोजना गर्न

लागिएको वडाअध्यक्ष सिग्देलले बताए । विद्यालयबाटै कलाकारको उत्पादन गर्न नाटकले मद्दत पुऱ्याउने उनको विश्वास छ ।

पहिलो दिन फागुन १८ गते नवोदय शिशुसदन, १९ गते ब्रम्हदीक एकेडेमी र २० गते आधुनिक माविमा नाटक प्रदर्शनी हुनेछ । त्यसैगरी २१ गते सत्यमजेवियर्स मावि र २२ गते श्रमिक माविमा प्रदर्शनी हुनेछ । हरेकदिन १० देखि १३ जनाको समूहले ३० मिनेटको नाटक प्रस्तुत गर्नेछन् । प्रतियोगितामा ६ वटा सामुदायिक विद्यालय, ५ वटा संस्थागत विद्यालय र एउटा बालसञ्चाल गरी १३ वटा समूहबीच प्रतिष्पर्धा हुने बताइएको छ । प्रदर्शित नाटकमध्ये पहिलो, दोश्रो, तेश्रो हुने समूहलाई क्रमश: १५ हजार, १० हजार र ५ हजार रुपैयाँ प्रदान गरिने झलझली मल्टीक्रियसनका आशाकाजी श्रेष्ठले बताए । निर्णायकमण्डलमा सिस्नुपानी नेपाल मकवानपुरका प्रतिनिधि, नाट्यकर्मी रिता लामा र सोम लामा रहेका छन् । पुरस्कार वितरण फागुन २३ गते भूटनदेवी माध्यमिक विद्यालयमा हुने बताइएको छ । कार्यक्रम हेटौंडा-४ का शैक्षिक गुणस्तर सुधार समिति, सामाजिक अभियान सञ्जाल, महिला जागरण समूह र वडा बालसञ्जालको सहकार्यमा हुन लागेको हो ।

सम्पूर्ण ब्राण्डका गाडी
एकै ठाउँमा सम्पूर्ण सेवासहित

☞कार वास भित्र/बाहिर
☞वायरिङ मर्मत
☞मेशिनद्वारा 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 N_2 (Nitrogen) हावा टायरमा भरिने
☞इन्जिनसम्बन्धी सबै काम

Himalayan Motors Pvt.Ltd.
हेटौंडा, चौकीटोल,
सम्पर्क नं.: ०५७-५९०३३३

आजका कलाकारहरु
☞ दुर्गेश थापा
☞ रमेशराज भट्टराई
☞ सरोज लामिछाने
☞ विनय कुमार कार्की
☞ रमेश श्रेष्ठ
साथमा
हेटौंडा आईडल

शिवम् सिमेन्ट
असली OPC सिमेन्ट SINCE 2003
स्ट्रेन्थ पार्टनरः शिवम् सिमेन्ट
"Quality सँगै समयमै Delivery को मामलामा पनि No Compromise"

CONSTRUCTION EXPO-2
दोस्रो राष्ट्रिय निर्माण तथा ब्यापार महोत्सव-२०८१
फागुन २०८१ फागुन ६ गतेदेखि १८ गतेसम्म
स्थान : हेटौंडा-१०, टिसिएन चौर ।
आयोजक : निर्माण व्यवसायी संघ, मकवानपुर । सम्पर्क: ०५७-५२०८१६

महोत्सवका आकर्षणहरु
☞निर्माण उपकरण तथा सामग्रीहरुको प्रदर्शनी एवम् बिक्री ।
☞बहुराष्ट्रिय कम्पनीहरुको उत्पादनको प्रदर्शनी एवम् बिक्री ।
☞सूचना प्रविधि प्रदर्शनी ।
☞कृषि उत्पादनको प्रदर्शनी तथा कृषि प्रतियोगिता ।
☞दैनिक राष्ट्रिय/स्थानीय कलाकारहरुको प्रश्तुती ।
☞शैक्षिक, घरजग्गा, अटो तथा खाना महोत्वस ।
☞मनोरञ्जनात्मक बाल उद्यान ।
☞नविनतम उपकरणहरुको प्रदर्शनी ।
☞ नयां/नौलो प्रविधिको प्रदर्शनी ।

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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

गुगलको उपयोगी टूल, जसले स्मार्टफोनबाट खतरनाक एपहरू हटाउँछ

अहिलेको समयमा स्मार्टफोन सबैजसो मानिसको दैनिकीको अभिन्न हिस्सा बनिसकेको छ । हामीले नयाँ स्मार्टफोन खरीद गरिसकेपछि सबैभन्दा पहिले त्यसमा विभिन्न आवश्यक एपहरु इन्स्टल गर्दछौं । उसो त एन्ड्रोइड फोनमा एपहरु इनस्टल गर्नका लागि गुगल प्लेस्टोरको विकल्प डिफल्ट रुपमा दिइएको हुन्छ। तर, कहिलेकाहीँ मानिसहरुले गुगल प्लेस्टोरको साटो थर्ड पार्टी एपस्टोर एप वा कुनै साइटबाट एप डाउनलोड गर्दछन् वा APK फाइलको प्रयोग गर्दछन् ।

एपिके फाइल जोखिमपूर्ण हुनसक्छन्

स्मरण रहोस् अहिलेको समयमा थर्ड पार्टी एपस्टोर तथा एपिके फाइलको प्रयोग गर्नु निकै जोखिमपूर्ण हुन्छ । गुगल प्लेस्टोरमा उपलब्ध नहुने विभिन्न एपहरुको एपिके फाइल पनि इन्टरनेटमा फेला पार्न सकिन्छ । त्यस्ता एपहरुलाई गुगलले प्लेस्टोरमा प्रतिबन्धित गरेको हुन्छ वा प्लेस्टोरमा राख्नका लागि त्यस्ता एपका डेभलपर्सले गुगलसँग सम्झौता गरेका हुँदैनन् ।

त्यसैले प्लेस्टोरका अलावा अन्य खालका स्रोतबाट अनधिकृत वा अप्रमाणित एपहरु डाउनलोड गर्दा तपाईंको गोपनीयता खतरामा पर्नसक्छ वा तपाईंका डेटा पनि चोरी हुनसक्छन् । अन्य स्रोतबाट डाउनलोड गरि एका एपिके फाइलमा गुगलको नियन्त्रण पनि हुँदैन जसले गर्दा त्यस्ता एप इन्स्टल गर्दा ह्याकिङ, डेटा चोरी वा साइबर अपराधको जोखिम बढ्दछ । यदि तपाईं पनि एपिके फाइल वा कुनै अन्य अप्रमाणित स्रोतबाट एप इन्स्टल गर्नुभएको छ भने तपाईंले त्यस्ता एपको स्क्यानिङ अवश्य गर्नुपर्दछ । यसका लागि गुगलको सहयोग लिन सकिन्छ ।

उपयोगी छ गुगल प्ले स्टोरको यो टूल

आफ्नो फोनमा इन्स्टल गरिएको एप सुरक्षित छ कि छैन भन्ने कुरामा ध्यान दिनु अत्यन्तै जरुरी हुन्छ । Google Play Protect फिचरलाई गुगलले एन्ड्रोइड स्मार्टफोन प्रयोगकर्ताका लागि केही वर्षअघि ल्याएको थियो । यसले गुगल प्लेस्टोरबाट डाउनलोड गरिने एपमा सम्भावित भाइरस तथा अन्य समस्या तथा जोखिमका विषयमा समय समयमा जाँच गरिरहन्छ । यतिमात्र होइन यो फिचरले स्मार्टफोनलाई स्क्यान पनि गर्दछ । यदि कुनै पनि एपबाट तपाईंको स्मार्टफोनलाई खतरा छ भने यो फिचरले त्यस बारेमा तपाईंलाई जानकारी दिन्छ ।

कसरी प्रयोग गर्ने गुगल प्ले प्रोटेक्ट फिचर ?

- सबैभन्दा पहिले गुगल प्लेस्टोर एप खोल्नुहोस
- त्यसपछि प्रोफाइल आइकनमा जानुहोस्
- त्यहाँ तपाइँले Play Protect अप्सन देख्नुहुन्छ, त्यसलाई थिच्नुहोस् ।
- त्यसपछि स्मार्टफोन स्क्यान गर्नुहोस् ।

यदि कुनै पनि एपबाट तपाईंको समर्टफोनलाई खतरा छ भने गुगल प्ले प्रोटेक्टले तपाईंलाई यस बारेमा जानकारी दिनेछ ।

त्यसपछि तपाईंले तुरुन्तै उक्त एपलाई हटाउन वा अनइन्स्टल गर्न सकनुहुन्छ ।

तपाईंले कुनै एपलाई फोनमा इन्स्टल गर्नुअघि गुगल प्ले प्रोटेक्टको भेरिफिकेसन ब्याज छ कि छैन भन्ने कुरा पनि अवश्य हेर्नुहोस् । किनकि भेरिफिकेसन ब्याज भएका एपहरु सुरक्षाको दृष्टिकोणबाट उत्तम मानिन्छन् ।

स्वास्थ्य शिक्षा

शारीरिक सम्बन्ध राख्दा पिसाब लागेको अनुभव किन हुन्छ ?

शारीरिक सम्बन्ध कायम राख्ने क्रममा पिसाब लागेको अनुभव भयो भने त्यो पलको मिठास खल्लो हुन्छ । पिसाब आएर पटक-पटक बाथरुम जाँदा कतिपयलाई यौनक्रियामै रुचि नहुन सक्छ । कतिपय यही कारणले निराश हुन्छन् ।

यो समस्याको समाधान छ । तर यसलाई समस्या मानेर चिकित्सकलाई भेट्न संकोच मान्दा यौन जीवन नै तहसनहस हुनसक्छ ।

कति साझा समस्या ?

यौनक्रियाको समयमा पिसाब आउने समस्या साझा समस्या हो । जुन तुलनात्मक रूपमा महिलामा देखिन्छ । किनकि पुरुषमा पिसाब होस् वा यौनक्रियामा निस्कने सेमेन स्वनियन्त्रण गर्ने क्षमता हुन्छ, जुन महिलामा हुँदैन ।

६० प्रतिशत महिलाले यौन सम्बन्ध राख्ने क्रममा पिसाब लागेको महसुस गर्छन् ।

कारण

प्राय: पेल्भिकको मांसपेशी कमजोर भएमा पिसाब लाग्ने वा चुहिन सक्छ । यस्तो अवस्थामा महिलामा तीव्र रुपले उत्तेजना हुँदा मूत्रथैली वा मूत्रनलीमा दबाब पर्न सक्छ । जसले पिसाब लागेको अनुभूति गराउँछ । तर यो सबै महिलामा नहुन सक्छ ।

विशेषगरी प्राकृतिक तरिकाबाट एक भन्दा बढी बच्चा जन्माइसकी महिलाको पेल्भिक मांसपेशी कमजोर हुन्छ । किनकि प्रसवको बेलामा मांसपेशी तन्किएर खुकुलो भई थोरै दबाबले पनि पिसाब लागेको अनुभव हुनसक्छ । उनीहरुमा यो क्रममा हाच्छ्यूँ गर्दा र खोक्दा पनि पिसाब चुहिन सक्छ ।

पिसा चुहिनु वा आएको अनुभव हुनु भनेको मूत्रथैली अति सक्रिय भएको लक्षण पनि हो । कतिपय अवस्थामा महिला यौनको चरमोत्कर्षमा पुग्दा पनि पिसाब लागेको अनुभव हुनसक्छ । त्यो स्राव पिसाब नभएर दूध जस्तो देखिने तरल पदार्थ हुनसक्छ, जुन आउनु स्वभाविक र सामान्य हो ।

मदिरा र क्याफिन बढी सेवन

यदि यौनक्रिया गर्नु केही समयअघि मदिरा र क्याफिन बढी सेवन गरेको खण्डमा पनि शारीरिक सम्पर्क गर्दा पिसाब पटक-पटक लाग्न सक्छ ।

रजोनिवृत्ति

रजोनिवृत्ति हुन लागेको महिलामा पनि पेटको तल्लो भागको मांसपेशी कमजोर हुँदै जान्छ । जसकारण हाच्छ्यूँ गर्दा, खोक्दा, हाँस्दा र शारीरिक सम्पर्क गर्दा पनि दबाबका कारण पिसाब चुहिन सक्छ ।

विशेषगरी प्राकृतिक तरिकाबाट एक भन्दा बढी बच्चा जन्माइसकी महिलाको पेल्भिक मांसपेशी कमजोर हुन्छ । किनकि प्रसवको बेलामा मांसपेशी तन्किएर खुकुलो भई थोरै दबाबले पनि पिसाब लागेको अनुभव हुनसक्छ ।

पिसाब संक्रमण

महिलामा पिसाब संक्रमण भएमा पनि मूत्रथैली अति सक्रिय हुन्छ । जसले पटक-पटक पिसाब लागेको अनुभव हुन्छ । शारीरिक सम्बन्ध राख्दा पनि यो समस्या देखिन सक्छ ।

के छ उपचार ?

यदि यस्तो समस्या छ भने चिकित्सकलाई भेट्नैपर्छ । चिकित्सकले योसँगै अरु पनि लक्षण भए नभएको यकिन गरी समस्या पत्ता लगाउँछन् । यदि पिसाब संक्रमण भएको छ भने औषधि उपचार गरेमा निको हुन्छ ।

मांसपेशी कमजोर भएमा पिसाब नियन्त्रण राख्ने ब्ल्याडर तालिम लिन सल्लाह दिइन्छ । सो तालिममा तीव्र पिसाब गर्न मन लाग्ने अवस्थामा नियन्त्रण ल्याउन सिकाइन्छ । विभिन्न योगासन र व्यायामले पनि मांसपेशी कसिलो पारी मूत्राशयको कार्य बलियो बनाउन मद्दत गर्छ ।

कतिपय अवस्थामा भने औषधि नै चलाउनुपर्ने हुनसक्छ ।

घरमै गर्न सकिने केही अभ्यास

केगल व्यायाम

यदि यौन क्रियाकलापको क्रममा पिसाब रसाउने समस्या छ भने केगल व्यायाम गर्न सकिन्छ । यो व्यायामले पेल्भिक मांसपेशीलाई बलियो बनाउँछ, जसले गर्दा चुहावटको समस्याबाट बच्न सकिन्छ ।

पिसाब गर्नुअघि मूत्राशय खाली गर्ने

पिसाब आइराख्ने बानीले हैरान पार्छ भने यौनक्रिया गर्नुअघि पिसाब गरेर मात्र बेडमा जाने गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

यौनक्रिया गर्नुअघि तरल पदार्थ सेवन नगर्ने

यौन क्रियाकलापमा भाग लिनुअघि तुरुन्तै पानी वा अन्य तरल पदार्थ पिउनबाट जोगिनुपर्छ । पानी मात्र नभई क्याफिनयुक्त पेय पदार्थ, विशेषगरी मदिरा पनि खानुहुँदैन । नत्र पिसाब फेर्ने इच्छा भइरहन्छ ।

साहित्य

कथा

मेरो दायित्व

✍सदानन्द अभागी

सन्ते र जयन्तीको विवाह भएको आज करिव ७ वर्ष भयो । यिनीहरूको एक छोरा जन्मेको छ । छोरा अहिले ५ वर्षको भयो । विश्व निकेतनमा नर्शरीमा अध्ययन गर्छ । बालक चतुर छ । सज्जन छ । दिन बित्तै जान्छन् । सन्ते र जयन्तीको दिन राम्रोसँग चलिरहेको छ । दुबैले एक अर्कालाई माया गर्दछन् । आज पाठशालाको नतिजा प्रकाशनको दिन थियो, सन्ते र जयन्ती पनि छोराको नतिजा सुन्न विश्व निकेतन पुगे । सबै अविभाबक उत्सुकताको साथमा नतिजा पर्खी राखेका थिए । सन्ते र जयन्ती पनि निकै उत्सुक थिए । नर्शरीको नतिजा सुनाउने वेला भयो । माइकमा आवाज घन्कियो विभूषण प्रथम स्थानमा सफल भयो । विभूषणलाई अबिर र पुरस्कारले विभूषित गरियो । आमाबाबु र छोरा रमाइलोसँग घर फर्के । छोराको भर्नाको कुरा गर्दागर्दै सन्तेले कुरा निकाल्यो र भन्यो काठमाडौ जाने भनेको धेरै भयो । एक हप्ता काठमाडौ घुमेर आएर स्कुल भर्ना गर्ने कि, सन्तेले जयन्तीसँग कुरा राख्यो । जयन्तीले 'ठिक भन्नु भयो' भन्दै सहीथापी । अब सन्तेका पविार काठमाडौ जाने भए ।

बेलुकीको सूर्यको लालीमा चढ्दै थियो । सन्तेका पविारले खाना खाएर कपडा लाएर काठाण्डौ जाने तयारीमा जुटे । बेलुकाको सात बजेपछि उनीहरू बुटौल चारआलीमा पुगे । दाङबाट आएको गाडी थियो ।चारआलीमा रोकियो । खलासीले काठमाडौ काठमाडौ भनेर यात्रीलाई बोलाइरहेका थिए । सन्तेका परिवार बस चढे ।गाडी केही मिनटमै नारायणघाटतिर बढ्यो । वरघाटमा खाना खुवायो । भाते निद भन्छन् । भात खाए पछि प्राय सबैलाई निद लाग्छ । रात्रीबसको ड्राइभरलाई पनि निदले निकै सतायो । निद भगाउन गीत लगायो । खलासीलाई बोलायो । खैनी बनाउन लगायो । खैनी खायो कुनै कुराबाट निदले छुटकारा दिएन । बसले बाटो छोडो र खोलातिर मोडियो । खलासी ढोकाको नजिक भएकोले फरालेर ज्यान बचायो तर ड्राइभर लगायत धेरैको मृत्यु भयो भने कोही घाइते भए । सन्तेका पति पत्नी दुबैले संसारबाट बिदा लिए । बिचरा बालक विभूषण थरथरी कामी रहेको थियो । पुलिस उद्धारको काममा जुट्यो । घाइते सबैलाई बुटवल पुऱ्याइयो । विभूषण पनि बुटवल हस्पिटालमा पुऱ्याइयो । भर्ना गरियो । ऊ आमा बाबुको खोजीमा थियो । आँखाबाट आँसु खसी रहेका थिए । ऊ सुक्क सुक्क गरेर रोइरहेको थियो । रजनीदेवीको शक्ति क्षिण हुँदै गयो । सूर्यदेवले लालिमा छर्दै अगाडि बढे. । पत्रपत्रिकामा बस दुर्घटनाको खवर छापियो । हस्पिटलमा आफन्तहरू आउन थाले । सन्तेको ससुराली पनि बुटवलमै थियो । पतिपत्नी बितेका र एउटा बच्चामात्र जीवित रहेको हल्ला चल्न थाल्यो सन्तेको जेठान पनि हस्पिटलतिर लम्क्यो । रोइरहेको विभूषणले मामा पायो । उसको रुवाई रोकियो । विभूषणलाई बाबाआमा मरेको जानकारी भयो । ऊ निकै रोयो ।

यता दाउन्नेमा लासको सनाखत गर्ने काम भै रहेको थियो । सन्ते र जयन्तीको लास आफन्तले बुझे । अन्तिम संस्कारको काम सकियो । विभूषण मामाको घरमा रहन थाल्यो । केहीदिन त उसले राम्रै सेवा पायो । तर उसको बसाई झनै कष्टकर हुन थाल्यो । ऊ पढ्न जाने कलिलो उमेरमा बाख्रा चराउन जान्थ्यो । न समयमा खानु थियो न समयमा सुत्नु थियो । अव त उसले टोकाहाको संज्ञा पाउन थाल्यो । मामा घरमा आजित भयो । एक दिन मामाको घर छाडेर ऊ निस्क्यो । गन्तव्यको कुनै थाहा थिएन । चौराहामा आयो बसमा चढ्यो । रातको समय थियो पछिल्लो सिटमा गएर बस्यो । कन्डक्टर कसैलाई मतलवै भएन उज्यालो हुँदा काठमाडौमा पुग्यो । काठमाडौ सहरमा उसको को नै थियो र । ऊ अलपत्र पऱ्यो । अबत्र त ऊ सडक बालकमा परिणत भयो । माग्थ्यो, सबैका अगाडी हात पसार्थ्यो, केही पाए खान्थ्यो, सडक पेटीमा फालिएका बोरा ओछ्याएर सुत्थ्यो, बोरा नै ओड्थ्यो । एक दिन माग्दा पनि केही पाएन, भोकले सतायो, होटेलको अगाडी फालिएका खाना खान थाल्यो । होटेल मालिकले देख्यो । दयालु थियो । बोलाएर सोधखोज गऱ्यो । खाना पनि खुवायो । टेवल पुछ्ने र भाँडा माझ्ने काममा लगायो । अबत विभूषणले खान बस्न पायो । यो काम पनि उसलाई सहज त थिएन तर बाध्यता थियो गर्नै पर्ने ।

विभूषणको काम गराई, नम्रबोली, इमानदारिता, सहनशीलताले गर्दा विभूषणलाई घरका सबैले माया गर्थे । अब त ऊ साहुजीका छोराहरूको नजिक पनि जान पाउने भयो । उसले उनका किताव मागेर पढ्न पनि थाल्यो । उसको पढाइप्रतिको लगनशीलतालाई देखेर साहुजीको मन पलायो । साहुजीले पढ्ने हो भनेर सोध्यो । ऊ मुन्टो हल्लायो तर केही भन्न सकेन । साहुजीले हेर्दै गयो । उसको अध्ययन प्रतिको लगनशीलता देखेर मालिकलाई पढाउने मन भयो । विभूषणले अब त स्कुल जान पाउने भयो । स्कुल जानु, होटेलको काम गर्नु, फुर्सतको समय पारेर गृहृयकार्य गर्नु उसको नित्यकृया हुन थाल्यो । वार्षिक परीक्षाको नतिजामा स्कुल भरीमा प्रथम स्थान प्राप्त गऱ्यो । विभूषणको यो प्रगति देखेर होटेल मालिक निकै प्रभवित भयो । उसलाई होटेलका कामको भारी कमगर्न थाल्यो । भाँडा माझ्ने काम बाट उसलाई, विल काट्ने पैसा लिने र रेखदेख गर्ने काममा लगायो । अव त विभूषणलाई कामको समय पढाइमा परिणत गर्न थाल्यो। आफूलाई तोकेको काममा कहिल्यै कमि आउन दिएन । होटेल मालिकले उसको पढाइलाई कहिल्यै कमी आउन दिएन । आफ्ना छोराको दाँजोमा उसलाई राख्यो । आज १२को परीक्षको नतिजा निस्को । उसको नतिजा अब्बल निस्को अर्थात बोर्डमै ऊ प्रथम भयो । विभूषणको यो प्रगति देखेर होटेल मालिक निकै रमायो । क्याम्पसहरूले छात्रबृत्ति दिएर पढाउन तँछाड मछाड गर्न थाले र पत्रकारहरूले के पढ्ने के बन्ने इच्छा छ भनेर सोध्न थाले । विभूषणले के नै जवाफ दिन सक्थ्यो र तै पनि सहास गऱ्यो र होटेल मालिकतिर मुख फर्काउँदै बाबाले के पढाउनु हुन्छ त्यही पढ्ने हो । होटेल मालिकले पनि उसको जिज्ञाशाा जान्ने बिचार राख्दै भने तिम्रो बिचार भनन सबैलाई । विभूषणले मेरो विचार त डाक्टर बन्ने छ भन्न जवाफ दियो । पत्रकारहरूले होटेल मालिकलाई सोधे तपाइँको के विचार छ । आजसम्म विभूषणको नामले बोलाउने होटेल मालिकले आज भने छोराको जे बिचार छ मेरो पनि त्यहि हो भनेर पत्रकारसँग प्रतिबद्धता जनायो । विभूषणलाई आफ्नो विगतको दुखद घटना सबै मेसिनको रफ्तारमा मस्तिष्कमा घुमिरहेका थिए । जे भए पनि होटेल मालिकको दयामा ऊ बाँचेको थियो । अध्ययन गरेको थियो । होटेल मालिकको काममा पनि ऊ दिलोज्यान लगाएर गरिरहेको थियो । उसको सपना पुरा गर्नु थियो । एउटा निजीक्याम्पसले उसलाई निशुल्क अध्ययन र आवासको व्यवस्था मिलाई दियो । होटेल मालिकसँग उसले आज्ञा माग्यो -'बाबा म पढेर घरमा आई होटेलको काम गरे के होला ?' होटेल मालिकले विभूषणलाई 'बाबु तिमीलाई अब होटेलको काम गर्न पर्दैन' भनेर उसलाई छात्रबासमा जाने सुझाव दियो । विभूषणले अव आफ्नो क्षमता हरेक चिजमा देखाउन पायो । त्यो विद्यलयलाई उसले हरेक क्षेत्रमा उच्चाइमा पुऱ्यायो । नेटको सहयोगमा वैदेसिक छात्रबृत्तिको खोजिमा लाग्यो । यु.के.मा उसले डाक्टरी पढ्ने मौका पायो ।

केही दिनमै उसलाई युकेको भिसा, जहाजको टिकट र कलेजको भर्ना भएको जानकारी प्राप्त भयो । उसको सफलताको मार्गदर्शक त होटेल मालिक नै थियो । हरेक विदाको दिनमा गएर होटेल मालिकलाई दर्शन गर्दथ्यो । यस पटक त उसले खुसीको खवर लिएर होटेल पुग्यो । होटेल मालिक पनि निकै खुसी भयो । होटेलमालिकले त्यो दिन सम्झ्यो जुन दिन त्यो बालकले खान नपाएर भाँडा माझ्ने ठाउँको खाना खाई रहेको थियो । उसले नाबालकलाई काम गराउनु कानुन बिपरित थियो तापनि काम माम र आश्रय दिएर 'मैले राम्रै काम गरेछु ' भन्ने महसुस गऱ्यो । होटेल मालिकले भन्यो -'बाबु तिमी धन्य हौ , अब मैले गर्नु पर्ने सबै काम गरेर तिम्रो सहयोग गर्ने छु ।'

विभूषणलाई विदा गर्नको लागि क्याम्पसका सबै प्राध्यापक, विद्यार्थीहरु जम्मा भए उसलाई खादा र मालाले अभिनन्दन गरियो । कलेजले आफ्नो गाडीमा राखेर होटेलमा लग्यो , होटेल मालिक मालिकिनी बच्चाहरू सबैले विदा गरे । होटेल मालिक र मालिकिनी दुबैले विभूषणलाई त्रिभुवन अन्तराष्ट्रिय विमान स्थलमा लगेर विदा गरे ।

क्रमस विभूषणको जीवनले नयाँ गोरेटो थप्यो । मेडिकल कलेजमा पनि उसको अध्ययन गहिराईमा चलेको थियो । हरेक परीक्षामा ऊ प्रथम नै हुन्थ्यो । पाँच वर्षमा उसले माष्टर अफ मेडिकल साइन्सको पढाई समाप्त गर्छ । सबै साथीहरूले बेलायतमै जागिर खाने सल्लाहा दिन्छन् तर विभूषणले यो कुरा स्वीकार गर्दैन । साथीहरूले बल गर्छन् र भन्छन् - 'नेपालमा के पाइन्छ ? यत्रो उच्चशिक्षा हाँसिल गरेर नेपालमा स्रोत साधन केही पाइँदैन, तिम्रो विद्वतालाई कसरी उपयोग गर्दछौं । तिमी त्यहाँ गएर निरुत्साही मात्र हुने हो ।' विभूषणले भन्छ- 'म जन्मेको नै नेपालको लागि हो । मेरो उच्च डिग्रीको उपयोग आफ्नै देशको स्रोत र साधनलाई उपयोग गरेर मेरै देशका विमारीको सेवामा जुट्ने हो । प्रकृतिले सजिएको देशमा केही छैन भन्नु भन्दा भएकैमा सहजीकरण गर्ने हो । मेरा देशलाई फुल्ने फल्ने बनाउने मेरो दायित्व हो । नेपालमा भविष्य छैन भनेर विदेश पलायन हुनु त कायरता हो । मैले मेरो भविष्य नेपालमै निर्माण गर्नेछु ।'

जीवनको यात्रा

✍प्रशंसा गोले

कक्षा-४, नवोदय शिशु सदन

सागर जस्तै गहिरो जीवन
हिँड्नुपर्छ आँटेर ।
हावासँगै उड्नुपर्छ
सपना सबै बोकेर ।

अन्धकारमा आशा बोकी,
दीप पनि बल्नुपर्छ ।
अभावमा आशा बोकी
मानिसले पनि जिउनु पर्छ ।

फूल फुले झरिहाल्छ
पोथ्रो अझै बाँकी हुन्छ
समयसँगै अघि बढौं
आशा अझै बाँकी हुन्छ ।

सुख, दु:ख, हर्ष पीडा
यही नै हो जीन्दगी
अँध्यारोमा उज्यालोको खोजी
अभावमा सम्पन्नताको खोजी ।

The four seasons

✍ Swostika Mahat

Class-4, Navodaya Shishu Sadan

Spring, Spring please come and go
Make the leaves flow with a blow
Towards you, my heart can flow
With the sun the day can be glowy glow

Summer, Makes the daylight.
I can't find myself at night.
I know the day Sunny
Do you like to play with bunny

Autumn are you ready for a cold
The autumn season is for the bold
Let's be ready for some fun
I love to drink coffee with a bun

Winter, winter I am ready for fun
Let's enjoy our day with a bun.
Remember your friends may mock
Don't forget your sweater, jacket, and socks.

चित्रकला

दिपाशना थापा

जी.एस. निकेतन मा.वि. हेटौंडा

कांग्रेस केन्द्रले जन्माएको गुटको लहरो

काठमाडौं/नेपाली कांग्रेसका केन्द्रीय नेताहरू आफूलाई बलियो बनाइराख्न कार्यकर्तामाथि हावी हुने गर्छन् । आफू अनुकूल हुनेगरी कार्यकर्ता प्रयोग गर्ने प्रवृत्तिबारे कांग्रेसमा प्रचलित बोली नै छ, 'तिमीलाई म क्रियाशील सदस्य बनाउँछु । माथि आएर मलाई चुन्न सहयोग गर ।'

केन्द्रमा समूह वा व्यक्तिको बल थप्नका लागि आफू अनुकूल व्यक्तिहरूलाई क्रियाशील सदस्य बनाउने प्रचलन बसेको नेताहरू स्वीकार्छन् । तिनै क्रियाशील सदस्यले महाधिवेशन प्रतिनिधि छनोट गर्छन् । पार्टीमा विधि नभई व्यक्ति/समूह हावी हुँदा एक गुटले अर्कालाई शत्रुतापूर्ण व्यवहार गर्ने प्रवृत्तिको विकास भएको छ । केन्द्रमा आउने महाधिवेशन प्रतिनिधि फरकधारको भए तल नै पराजित गरेर रोक्ने प्रवृत्ति छ ।

गुटको बिजारोपण केन्द्रीय तहबाट नै भएपछि त्यही विषयले कांग्रेसलाई संकटमा पारेको छ । तलैदेखिका कार्यकर्ता कुनै न कुनै गुटमा आवद्ध हुँदा संगठन कमजोर हुन पुगेको छ । केन्द्रले जन्माएको समस्या झाँगिदै मातहतका सबै संरचनामा पुगेपछि कांग्रेसभित्र गुट अन्त्यका लागि बहस हुन्छ । नेता-कार्यकर्ता चिन्ता गर्छन् । तर समस्या ज्यूँका त्यूँ रहन्छ ।

विधानसंगत जाने हो भने महाधिवेशन हुने वर्षमा क्रियाशील सदस्यता वितरण र नवीकरण गर्न मिल्दैन । तर विगतमा यो विधि कार्यान्वयन भएको छैन । विधान कार्यान्वयन गर्नका लागि यसपटक चैतभित्र नवीकरणको कार्यसँग महामन्त्री गगन थापाले मातहतका संरचनालाई परिपत्र गरेका छन् ।

"समस्या केन्द्रमा छ"

कांग्रेसको आधार तहमा क्रियाशील स्थानीय नेता-कार्यकर्ता गुटको रोग केन्द्रले सारेको बताउँछन् । सल्यान, रोल्पा र प्युठानमा कांग्रेसका नेता-कार्यकर्तासँग कुरा गर्दा गुटका कारणले संगठन कमजोर हुन पुगेको विश्लेषण सुनाए ।

सल्यानस्थित छत्रेश्वरी गाउँपालिकाकी कांग्रेस सभापति सीता केसीले गुटकै समस्याले पालिकामा पराजित भएको बताइन् । पार्टीमा गुट अन्त्यका लागि पालिका तहको प्रयासले नहुने केसीको निर्क्योल छ । 'केन्द्रबाट नै गुट-उपगुट अन्त्य गर्दै आयौं भने जिल्ला, प्रदेश र पालिकामा आफैं हट्छ,' केसीले संचारकर्मीसँग भनिन्, 'गुटको लहरो केन्द्रदेखि आएको हो । केन्द्रमा मिल्नुभयो भने नेताहरूले यहाँको चिन्ता लिनै पर्दैन । हामी मिलाउँछौं ।' छत्रेश्वरीमा कांग्रेसबाट अध्यक्ष पदका लागि प्रतिस्पर्धा गरेका केशबहादुर विष्ट पराजित भएका थिए ।

सल्यानकै कालीमाटी गाउँपालिका कांग्रेस सभापति गणेश केसी आमकार्यकर्ताको चाहनाअनुसार टिकट नहुँदा पार्टीभित्र एकता हुन नसकेको बताउँछन् । गुटका कारणले पार्टीले क्षति बेहोरेको सुनाउँदै उनी भन्छन्, 'कसको पछि लागेर पालिका अध्यक्ष बन्न सकिन्छ भन्ने मनोविज्ञानले काम गरेको छ । एउटाले टिकट पाए अर्कोले हराउने प्रवृत्ति छ । पार्टीमा अनुशासन छैन ।'

गुटको कारण एकता खल्बलिएको महामन्त्री गगन थापा स्वयंले प्युठानमा भोगे । १२ फागुनमा प्युठानको बिजुवारमा सभाका लागि सम्बोधन गर्न पुगेका महामन्त्री थापा सहभागी एक कार्यक्रममा जिल्लाका केही नेता अनुपस्थित भइदिए । प्युठानमा केन्द्रीय सदस्य डा. गोविन्द पोखरेल र लुम्बिनीका मन्त्री सरोज थापा (रोज राणा) को सम्बन्धमा तिक्तता छ ।

उक्त सभामा जिल्ला उपसभापति देवेन्द्र बर्मा, पूर्व पार्टी सभापति सुवास केसी लगायत उपस्थित भएनन् । अनुपस्थितहरू पार्टी सभापति शेरबहादुर देउवा पक्षका रुपमा जिल्लामा परिचित छन् । जिल्ला तहका नेताहरूका अनुसार मञ्चमा मर्यादाक्रम निर्धारणको चित्त नबुझेर देउवा पक्षीय नेताहरू बैठकमा सहभागी नभएका हुन् ।

महामन्त्रीलाई प्रमुख अतिथि बनेको सभामा अनुपस्थित नियोजित नभएको जिल्ला उपसभापति बर्मा बताउँछन् । कम्युनिष्टबाट कांग्रेसले दु:ख पाएको जिल्ला रहेको सुनाउँदै उपसभापति बर्माले पार्टीभित्र एकता हुनुको विकल्प नरहेको सुनाए । 'राष्ट्रिय मेलमिलाप परिषद्को कार्यक्रमका लागि म धनगढी हुँदा सभामा उपस्थित हुन सकिनँ । सुवास दाइ भूमि आयोगको कार्यक्रममा जानुभएको थियो,'

अनुपस्थित हुनुको कारण उल्लेख गर्दै बर्माले भने, 'पूर्व योजना बनाएर अनुपस्थित भएका होइनौं । शहरी विकास मन्त्रालयको कामले रोज राणा काठमाडौं जानुभएको रहेछ ।' केन्द्र तथा प्रदेशका नेताहरूलाई निम्त्याएर कांग्रेसले सभा गरेको थियो । जिल्लाभरबाट कार्यकर्ता र कांग्रेस शुभेच्छुक सभामा सहभागी थिए । त्यही सभामा उपस्थित पार्टीको शुभेच्छुक संस्था यातायात मजदुर संघका अध्यक्ष हरि खड्का पार्टीमा देखिएको गुटप्रति चिन्तित देखिए ।

पार्टीले टिकट दिएपछि गुट-उपगुटमा लाग्न नहुने विचार राख्ने खड्काले गुटकै कारणले एक पक्षले आफूलाई किनारामा राख्ने प्रयत्न गरेको बताए । 'गुटका कारण कांग्रेस एक हुन सकेन,' खड्का भन्छन्, 'पार्टीमा व्यक्ति हावी भए । बीपीको सिद्धान्तले पार्टी चल्नेभन्दा पनि व्यक्तिका सिद्धान्त र चाकडी हावी भयो ।'

खड्काको जस्तै बुझाइ स्वर्गद्वारी नगरपालिका पार्टी सचिव थानेश्वर कालाथोकीको पनि छ । केन्द्रमा भएको गुट-उपगुट वडासम्म आइपुगेको उनले सुनाए । 'गुट बनाउने मान्छेहरू सफल भएका देखिन्छन्,' कालाथोकी भन्छन्, 'पार्टीलाई भने राम्रो भएको छैन ।' स्थानीय नेताहरूका अनुसार प्युठानमा देखिने गरी गुटको उत्पत्ति गत महाधिवेशनबाट सुरु भएको हो । आन्तरिक खिचातानीले एकले अर्कालाई सम्मान नगर्ने प्रवृत्ति रहेको उनीहरू सुनाउँछन् ।

टिकट प्राप्तिका लागि हानथाप नहुने हो भने गुट कमजोर हुने अवस्था रोल्पाले देखाउँछ । कांग्रेस उम्मेदवार पराजित हुने आकलनले टिकटका लागि कार्यकर्ताहरू माथिल्लो तहमा धाउँदैनन् । उपल्लो तहका नेता मनाउन कार्यकर्ता नलागेपछि गुटको विकृत रुपमा रोल्पा देखिन्न ।

२०५६ सालमा रोल्पाबाट प्रतिनिधि सभामा कांग्रेसबाट निर्वाचित लेखनाथ आचार्य टिकटका लागि मरिहत्ते गर्नेहरू नभएको दाबी गर्छन् । माडी गाउँपालिकाका कांग्रेस सभापति नवराज डाँगीको मत पनि आचार्यको जस्तै छ । उनी भन्छन्, 'टिकट पाउने आशा राखेर माथिका नेताकहाँ धाउने कार्य रोकिए गुट नबन्ने रहेछ ।'

गुट अन्त्यको विकल्प के ?

वडा तहदेखि केन्द्रसम्म हुने गुटले पार्टीलाई क्षति पुगेको विश्लेषणसहित महामन्त्री गगन थापाले बहसका लागि नयाँ विकल्प अघि सारेका छन् । थापाले ल्याएको प्रस्ताव अनुसार पार्टी सभापति क्रियाशील सदस्यहरूको प्रत्यक्ष मतदानबाट चुनिने व्यवस्थामा जानुपर्ने छ ।

क्रियाशील सदस्यहरूको प्रत्यक्ष मतदानबाट नेतृत्व चुनिने व्यवस्थामा गए गुटबन्दी सदाका लागि अन्त्य हुने महामन्त्री थापाको विश्वास छ । थापाले, 'यसलाई बदलेर लाखौं, क्रियाशील सदस्यले प्रत्यक्ष भोट हालेर सिधै केन्द्रीय नेतृत्व चयन गर्ने व्यवस्थामा जाने हो भने गुट त्यसै दिनबाट सदाको लागि अन्त्य हुन्छ ।'

हाल क्रियाशील सदस्यले क्षेत्रीय प्रतिनिधि चयन गर्ने र उनीहरूबाट महाधिवेशनका लागि प्रतिनिधि छान्ने व्यवस्था छ । संघीय निर्वाचन क्षेत्रबाट २५ जना महाधिवेशन प्रतिनिधि चयन हुने व्यवस्था छ । महामन्त्री थापाले भने मुताविक सभापति चयन गर्नका लागि विधानको व्यवस्था संशोधन गर्नुपर्ने हुन्छ । विधान संशोधन मस्यौदा समिति बनाउने निर्णय पार्टीले गरे पनि गठन भने गरिसकेको छैन । लाखौं क्रियाशील सदस्यबाट चुनिने व्यवस्थाले गुट बन्ने अवस्था अन्त्य हुने थापाको विश्वास छ ।

गुट अन्त्यका लागि उनको अर्को प्रस्ताव टिकट वितरण प्रणाली परिवर्तन गर्नुपर्नेछ । सम्बन्धित पार्टी संरचनामा रहेका क्रियाशील सदस्यले त्यहाँको उम्मेदवार छान्न पाउनुपर्ने गरी विधान संशोधन गर्नुपर्ने तर्क उनले राखेका छन् । गुट अन्त्यका लागि थापाले अघि सारेको तेस्रो विकल्पमा महाधिवेशनका लागि तह-तहमा हुने निर्वाचनलाई घटाउनुपर्ने छ । महाधिवशेनका लागि पार्टीका धेरै संरचनामा निर्वाचन हुँदा वैमनस्यता बढेको थापाको विश्लेषण छ ।

लुम्बिनीका प्रदेश सभापति अमरसिंह पुनको बुझाइमा महाधिवेशन प्रतिनिधि चयन गर्ने अहिलेको पद्धतिले गुट बनाउन सहयोग गरिरहेको छ । महाधिवेशन प्रतिनिधि चयन गर्ने विधि हटाउनुपर्ने पुनको माग छ । 'क्रियाशील सदस्यबाट नै केन्द्रीय सभापतिदेखि वडा सभापतिसम्म छनोट गर्ने व्यवस्था गरौं । मापदण्ड बनाऔं,' पुन भन्छन्, 'होइन भने संगठनमा खट्ने साथीहरू तलै बस्नुपर्ने र नेताको वरिपरि घुमेर लाभको पद लिनेहरू माथि-माथि पुग्ने स्थिति बनिरहन्छ ।'

हुम्लाका सभापति मोहनविक्रम सिंह गुट निमिट्यान्न तत्काल सम्भव नरहेको बताउँछन् । सिंहको बुझाइमा केन्द्रीय नेताहरू तल्लो तहबाट नै निर्वाचित हुनेगरी विधान संशोधन भए गुट नियन्त्रणमा बल पुग्छ । हालको विधान अनुसार केन्द्रीय सदस्य स्वत: महाधिवेशन प्रतिनिधि हुने व्यवस्था छ । 'विगतदेखि गुट भइराखेकाले यो चलिरहने प्रक्रिया हो । हार्ने र जित्नेको एक/एक गुट हुने हुँदा अहिले नै समूह निमिट्यान्न हुन्छ भन्न सकिन्न,' सिंहले भने, 'केन्द्रीय नेताहरू वडा तहबाट नै निर्वाचित हुँदै आउने गरी विधान संशोधन हुनुपर्‍यो ।'

(स्रोत: अनलाइनखबर)

सुशीलको एक्सनमा 'आउट ल' ट्रेलर

काठमाडौं/अभिनेता सुशील श्रेष्ठको ५ वर्षपछिको कमब्याक फिल्म 'आउट ल : दफा २१९'को ट्रेलर सार्वजनिक गरिएको छ । ३ मिनेट लामो ट्रेलर प्रहरीले 'मोस्ट वान्टेड क्रिमिनल' घोषणा गरेको पृथ्वीजंग थापा नामक पात्रको वरिपरि घुमेको छ । त्यो पात्रको भूमिकामा सुशील छन् । उनको खोजीमा प्रहरीले चालेको अप्रेसन र उनले न्यायका लागि बदला लिन गरेको लडाइँलाई ट्रेलरले देखाउँछ ।

ट्रेलरमा सुशीलको अनुहार झन्डै डेढ मिनेटपछि मात्र देख्न सकिन्छ । त्यसपछि उनको एक्सनलाई बढी प्राथमिकता दिइएको छ । फिल्ममा एक्सनलाई फरक शैलीमा प्रस्तुत गरिएको ट्रेलरले जनाउँछ । ब्याकग्राउन्ड म्युजिक सशक्त रहेको ट्रेलरमा मेकिङ पनि स्तरीय देखिन्छ । फिल्मप्रति दर्शकमा उत्सुकता बढाउन सक्ने सामर्थ्य ट्रेलरमा छ ।

विक्की महर्जनको लेखन तथा निर्देशनमा बनेको फिल्ममा सुशीलसहित शिक्षा संग्रौला, नरेश पौडेल, विशाल पहारी, महेश त्रिपाठी, सुमन भण्डारी, हेम महर्जन लगायतको अभिनय छ । अमित अग्रहरि र निशा गुइडेको लगानी रहेको फिल्ममा विक्की महर्जन र विनोद कठायतको पटकथा, नविन गुरुङको डीओपी, साहिल खानको सम्पादन र चुल्ठे काजीको द्वन्द्व निर्देशन छ ।

होलीको अवसर पारेर यही फागुन २९ गतेबाट प्रदर्शनको तयारीमा रहेको 'आउट ल' सुशीलको करिअरका लागि निकै महत्त्वपूर्ण मानिएको छ । अघिल्ला केही फिल्मको असफलताले संकटमा रहेका उनलाई यो फिल्म सफल हुनैपर्ने दबाब छ । पहिलो पटक पूर्ण एक्सन भूमिकामा देखिन लागेका उनलाई निर्माण टिमले पोस्टरदेखि टिजर-ट्रेलरसम्म 'एक्सन स्टार' भनेर उल्लेख गरेको छ ।

'अञ्जिला' ट्रेलरमा फुटबल खेलाडी बन्न एन्जिलाले गरेको संघर्षको कथा

काठमाडौं/नेपाल महिला राष्ट्रिय फुटबल टोलीकी कप्तान एवम् गोलरक्षक एन्जिला तुम्बापो सुब्बाको जीवनमा आधारित भएर निर्माण भएको फिल्म 'अञ्जिला'को ट्रेलर सार्वजनिक गरिएको छ । शुक्रबार काठमाडौंमा एक कार्यक्रमका बीच सार्वजनिक ट्रेलरमा फुटबल खेलाडी बन्न एन्जिलाले गरेको संघर्षदेखि गाउँबाट काठमाडौं आएपछि फुटबल टोलीको कप्तान हुँदासम्मको कथा समेटिएको छ ।

फिल्ममा एन्जिलाले नै आफ्नो भूमिकामा अभिनय गरेकी छन् । ट्रेलर सार्वजनिक कार्यक्रममा उनले आफूले जीवनमा बिर्सन नहुने नामहरुमा निर्देशक मिलन चाम्स थपिएको बताइन् । उनले दयाहाङ राई जस्तो कलाकारसँग काम गर्न पाएकोमा पनि खुसी व्यक्त गरिन् । 'अञ्जिला'बाट अन्य खेलाडीको कथामा पनि फिल्म बन्नका लागि बाटो खुलेको उनको भनाइ छ ।

कार्यक्रममा अभिनेता दयाहाङ राईले आफू हरेक नेपाली खेलको प्रशंसक र दर्शक रहेको बताउँदै महिला फुटबल टोलीको ठूलो फ्यान रहेको बताए । 'कप्तानको फिल्म बन्दैछ भनेपछि भूमिका के हो समेत थाहा नपाई काम गर्न सहमत भएँ । यसको लागि म जिन्दगीभर ऋणी हुनेछु,' राईले भने । यसमा उनी एन्जिलाको बुबाको भूमिकामा छन् ।

त्यस्तै, निर्देशक मिलन चाम्सले फिल्ममा अन्य राष्ट्रिय खेलाडीहरुको पनि अभिनय रहेको जानकारी दिए । उनले गैर कलाकार लाई अभिनय गराउनु अत्यन्त कठिन रहेको अनुभव सुनाउँदै दयाहाङ राईलाई दुई वर्ष पर्खेर अभिनय गराएको बताए । एञ्जिलाको संघर्ष र सफलताको कथाले धेरैलाई प्रेरणा दिने उनको विश्वास छ ।

यही फागुन २९ गतेबाट प्रदर्शनको तयारीमा रहेको फिल्ममा सुनिल थापा, विजय बराल, सिर्जना सुब्बा, माओत्से गुरुङ लगायतको पनि अभिनय छ । फिल्मका निर्माता प्रेमकुमार श्रेष्ठ हुन् भने सह-निर्माताको रुपमा टुबेन्द्र लिम्बु, विनोद अग्रवाल र राजेश बगडिया छन् । यो फिल्मबाट हुने आम्दानीले कप्तान एन्जिलाका लागि काठमाडौंमा घर बनाइदिने निर्माता श्रेष्ठले घोषणा गरिसकेका छन् ।

हिमाली जिल्लामा एचपीभी खोप अभियान आइतबारदेखि सुरु हुने

काठमाडौं/प्रतिकूल मौसमले हिमाली जिल्लामा रोकिएको पाठेघरको मुखको क्यान्सरविरुद्धको एचपीभी खोप अभियान यही फागुन १८ देखि सञ्चालन गरिने भएको छ । हिमाली जिल्लाहरु मनाङ, मुस्ताङ, डोल्पा र हुम्लामा हिमपातका कारण खोप अभियानमा कठिनाइ भएको थियो ।

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयका प्रवक्ता डा प्रकाश बुढाथोकीले मन्त्रालयको नियमित भिडियो ब्रिफिङमा मनाङ, मुस्ताङ र हुम्लामा फागुन १८ र डोल्पामा फागुन २२ गतेदेखि खोप अभियान सञ्चालन हुने जानकारी गराए ।

स्वास्थ्य मन्त्रालयले गत माघ २२ देखि फागुन ६ गतेसम्म सञ्चालन गरेको यो अभियानमा कुल लक्ष्यको ९२ प्रतिशतले एचपीभी खोप लगाइसकेका छन्।

ब्रिफिङमा प्रवक्ता बुढाथोकीले गत असोजमा बाढीबाट प्रभावित जिल्ला काभ्रेपलाञ्चोक, सिन्धुपाल्चोक, सिन्धुली र ललितपुरका सातवटा स्थानीय तहमा एआई एक्सरेका माध्यमबाट क्षयरोगको सक्रिय खोजपड्ताल शिविर सञ्चालन गरिएको बताए।

उनले कुल दुई हजार पाँच सय ९२ जनाको परीक्षण गर्दा १० जनामा क्षयरोग पुष्टि भएको र थप छ सय १५ जनामध्ये ५४ जनाको रिपोर्ट आउन बाँकी रहेको बताए ।

त्यसैगरी उनले बाँकेमा हात्तीपाइले रोगविरुद्धको आम औषधि सेवन अभियानमा कुल लक्षित जनसंख्यामध्ये ३१ दशमलव नौ प्रतिशतले औषधि सेवन गरिसकेको बताए ।

उनका अनुसार नेपालगञ्ज उपमहानगरपालिकामा लक्षित जनसंख्या दुई लाख ५७ हजार सात सय ६२ मध्ये २७ प्रतिशत, डुडुवा गाउँपालिकामा ४३ हजार नौ सय ७५ मध्ये ४२ दशमलव चार प्रतिशत, नरैनापुर गाउँपालिका ४४ हजार एक सय ४८ मध्ये ४० दशमलव नौ प्रतिशत र बैजनाथ गाउँपालिकामा नौ हजार छ सय ८४ मध्ये २३ दशमलव तीन प्रतिशतले औषधि सेवन गरिसकेको जनाए ।

डिजेल र मट्टीतेलको मूल्य घट्यो, पेट्रोलको यथावत

काठमाडौं/नेपाल आयल निगमले डिजेल र मट्टीतेलको मूल्य प्रतिलिटर एक रुपैयाँ घटाएको छ ।

शुक्रबार बसेको निगम सञ्चालक समितिको बैठकले शुक्रबार मध्यरातिदेखि लागू हुने गरी डिजेल र मट्टीतेलमा मूल्य प्रतिलिटर एक रुपैयाँले मूल्य घटाएको हो ।

पेट्रोलको मूल्य भने यथावत रहेको निगमले जनाएको छ । इन्डियन आयल कर्पोरेशनबाट नयाँ मूल्यसूचीअनुसार इन्धनको मूल्य समायोजन गरिएको नेपाल आयल निगमको भनाइ छ ।

'बलिदान' पनि फूलपातीमै, पोस्टरमा यस्ता देखिए समीर

काठमाडौं/'प्रेमगीत' फेम्ड निर्माता सन्तोष सेनको निर्देशनमा बनेको फिल्म 'बलिदान'को अन्तत: प्रदर्शन मिति घोषणा गरिएको छ । शुक्रबार दुईवटा पोस्टर सार्वजनिक गर्दै २०८२ सालको फूलपाती अर्थात् असोज १३ गतेलाई प्रदर्शन मिति घोषणा गरिएको हो । यसअघि नै फूलपातीलाई 'डबल ट्रिपल', 'दशमी', 'हरिबहादुरको जुत्ता', 'महाराजधिराज' र 'माइतीघर'ले प्रदर्शन मिति घोषणा गरिसकेका छन् ।

'बलिदान'को सार्वजनिक दुई पोस्टरमा मुख्य अभिनेता समीर भट्ट चित्रित छन् । एक पोस्टरमा पृष्ठभूमिमा कालिमातालाई राखिएको छ भने समीरले हातमा त्रिशूल सहितको ठूलो हतियार देखिन्छ । उनको शरीर रगतले पोतिएको छ । निर्देशक सेनका अनुसार यो दृश्य समीरले दानव प्रवृत्तिका मानिसहरूको बलि चढाएपछिको हो ।

दोस्रो पोस्टरमा समीर भुइँमा यत्रतत्र छरिएका लासहरुको बीचमा छन्, जहाँ उनले एक व्यक्तिको खुट्टा समाएर लतारिरहेका छन् । उनको अनुहारमा रिसको आवेग छ । यो पोस्टरले समीर नर संहारमा रहेको सङ्केत गर्छ । सार्वजनिक दुईवटा पोस्टर हेर्दा फिल्ममा हिंसाका दृश्य भरपूर रहेको देखिन्छ । 'बलिदान'को केही दिनअघि मात्र चार महिना लगाएर छायांकन सकिएको हो ।

फिल्ममा दक्षिण भारतीय चर्चित एक्सन निर्देशक स्टन्डर सामको नेतृत्वमा करिब ३० जनाको टोलीले अत्याधुनिक प्रविधिबाट एक्सन दृश्य खिचेको छ । क्लाइमेक्स दृश्यका लागि मोरङको बुढासुब्बा मैदानमा ४२ फिट अग्लो कालीमाताको मूर्ति निर्माण गरिएको थियो । फिल्मका निर्माता पवन ब्राडफोर्ड बिस्ट हुन् । प्रेम पुरी कार्यकारी निर्माताको रूपमा संलग्न छन् ।

'प्रेमगीत' निर्माण कम्पनी आसुसेन फिल्म्स्को प्रस्तुति रहेको फिल्ममा समीरसहित सौगात मल्ल, अर्पण थापा, ऋचा शर्मा, सन्तोष सेन लगायतको अभिनय छ । फिल्मको संगीत आर्टमान्डु टिमको सहकार्यमा तयार पारिएको छ । गायक सुजन चापागाईं, गीतकार हर्क साउद र निर्देशक नवीन चौहानसहितको समूहले गीत, ब्याकग्राउन्ड म्युजिक तथा अन्य सांगीतिक पक्षमा काम गरिरहेको छ ।

'लाज शरणम्'बाट महेशले बटुलेको वाहवाही

काठमाडौं/महाशिवरात्रिको अवसर पारेर बुधबारदेखि प्रदर्शनमा आएको फिल्म 'लाज शरणम्'ले घरेलु बक्स अफिसमा सुखद ओपनिङ गर्‍यो । पहिलो दिन ६० लाखमाथिको व्यापार गरेको फिल्म बिहीबार भने केही खस्किन पुग्यो । आज ग्याल्पो ल्होसारको बिदामा फिल्मले देशभर राम्रो अकुपेन्सी हासिल गरेको देखिन्छ । अब भोलि शनिबारको व्यापार फिल्मका लागि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण मानिएको छ ।

कमेडी, व्यंग्य र सन्देश मिश्रित फिल्मलाई दर्शकले उत्कृष्ट प्रतिक्रिया दिएका छन् । कथावस्तु र कलाकारहरुको अभिनय सबैभन्दा बढी प्रशंसित भएको छ । अभिनेता सिताराम कट्टेलको पात्रले हँसाउने र अर्का अभिनेता महेश त्रिपाठीको उम्दा अभिनयले भावुक बनाउने प्रतिक्रिया दर्शकहरूले दिएका छन् । यसमा सिताराम व्यापारी र महेश कर्णालीको दु:खी पात्रको भूमिकामा प्रस्तुत छन् ।

कर्णालीका मनमोहक दृश्य समेटिएको फिल्ममा त्यहाँको सुन्दरता मात्र छैन, कर्णालीको दु:ख पनि चित्रण छ । महेशको पात्रमार्फत कर्णालीबासीले भोगिरहेको दु:ख र समस्यालाई फिल्मले मर्मस्पर्शी रुपमा देखाएको छ । समीक्षकहरुले महेशको जीवन्त अभिनयले फिल्मलाई नै सजीव बनाएको टिप्पणी गरेका छन् । टिकटकमा पनि उनले अभिनय गरेका मनछुने दृश्यहरू भाइरल बनेका छन् ।

'लाज शरणम्'मा मात्र होइन, बुधबार (शिवरात्रि)बाटै प्रदर्शनमा आएको अर्को फिल्म 'फेरि रेशम फिलिली'मा पनि महेशको उत्कृष्ट अभिनय छ । यसमा उनी तेस्रो लिंगीको भूमिकामा छन् । उनले लवज र हाउभाउमा गरेको मिहिनेत प्रशंसनीय छ । उनी दुरुस्तै तेस्रो लिंगी लाग्छन् । एकसाथ प्रदर्शनमा आएका आफ्नै दुई फिल्मबाट अभिनयको वाहवाही हुँदा उनी प्रफुल्लित देखिएका छन् ।

कुमार कट्टेलको निर्देशनमा बनेको 'लाज शरणम्'मा सिताराम कट्टेल, महेश त्रिपाठी, विजय बराल, रेणु योगी, अर्जुन घिमिरे, सागर लम्साल, हरिष निरौला, अर्पण थापा, विजय लामा, मुकुन्द श्रेष्ठ आदिको अभिनय रहेको 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

जामे मस्जिद समितिको साधारणसभा सम्पन्न

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १६ फागुन/ हेटौंडा उपमहानगरपालिका-४ स्थित जामे मस्जिद समितिको ९ औं साधारणसभा एवम् अधिवेशन शुक्रबार सम्पन्न भएको छ ।

मकवानपुरकी प्रमुख जिल्ला अधिकारी स्किम श्रेष्ठको प्रमुख आतिथ्यतामा साधारणसभा सम्पन्न भएको हो । कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्रेष्ठले संविधानले नेपाललाई धर्मनिरपेक्ष राष्ट्रको परिचय दिएको बताइन् । एकअर्काप्रतिको सम्मान र सद्भावले नै समुन्नत राष्ट्र निर्माण हुने बताइन् । उनले नेपाल बहुभाषिक, बहुधार्मिक र विविधतायुक्त देश भएको बताउँदै अनेकतामा एकता नेपालीको पहिचान भएको उल्लेख गरिन् ।

मुस्लिम समुदायको आर्थिक, सामाजिक सशक्तिकरण तथा रुपान्तरणका लागि सम्बद्ध सबै लाग्नुपर्नेमा उनको जोड थियो । धार्मिक क्रियाकलापलाई अगाडि बढाउँदा सामाजिक र सांस्कृतिक विषयलाई समेत ध्यान दिन उनले आग्रह गरिन् । ‘धार्मिक क्रियाकलाप अगाडि बढाइरहँदा, मदरसा सञ्चालन गरिरहँदा सामाजिक र सांस्कृतिक विषयलाई समेत सँगसँगै जोडेर लग्नुपर्छ’ उनले भनिन् ।

संविधानले परिकल्पना गरेअनुरुप समावेशितामा आधारित समुन्नत नेपाल निर्माणमा मुस्लिम समुदायको महत्वपूर्ण योगदान रहेको उनको भनाई छ । कार्यक्रममा जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रहरी प्रमुख प्रहरीउपरीक्षक विश्वराज खड्का, ४ नम्बर वडाका वडाअध्यक्ष नवीन सिग्देल, आधुनिक राष्ट्रिय मावि ब्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष मोहम्मद समिमलगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

समिति अध्यक्षमा तयस मियाा अन्सारी

हेटौंडा उपमहानगर पालिका-४ स्थित जामे मस्जिद समिति मकवानपुरको अध्यक्षमा तयस मियाँअन्सारी सर्वसम्मत रुपमा चुनिएका छन् ।

समितिको शुक्रबार भएको ९ औं साधारणसभा एवम् अधिवेशनले अन्सारीको नेतृत्वमा ११ सदस्यीय नयाँ कार्यसमिति चयन गरेको हो । समितिको उपाध्यक्षमा मुस्तफा अन्सारी, सचिवमा जाहगीर सेख, कोषाध्यक्षमा सैयदिन मिया चयन भएका छन् । त्यसैगरी सदस्यहरुमा अलिराज हुसैन, रुस्तम हुसैन, रियाज अन्सारी, इमान मिया, कारीअब्बास मिया, अन्जर शाह र नासिर अन्सारी चुनिएका छन् । नयाँ समितिको कार्यकाल ३ वर्षको हुनेछ ।

दुई दिने बकैया साहित्य महोत्सव शुरु

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १६ फागुन/झरना साहित्यिक परिवार मकवानपुरको ३२ औं वार्षिकोत्सव तथा ३१३ औं साहित्य श्रृंखलाका अवसरमा बकैया गाउँपालिका- ५ कर्मचुली स्थित कर्म प्राप्ति माध्यमिक विद्यालयमा शुक्रबार बाट बकैया कला साहित्य महोत्सव सुरु भएको छ ।

बकैया गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष भक्तबहादुर खत्रीको प्रमुख अतिथ्यता तथा वरिष्ठ साहित्यकार प्राध्यापक डाक्टर कपिल लामिछानेको विशिष्ट अतिथ्यतामा सम्पन्न कार्यक्रममा बकैया वडा नम्बर ५ का वडा अध्यक्ष लक्ष्मी जिम्बा, वडा नम्बर ६ का वडा अध्यक्ष फुलमान भोम्जन, कार्यपालिका सदस्यहरू लक्ष्मी माझी तथा लोकेन्द्र माझी, विभिन्न विद्यालयका शिक्षक, विद्यार्थी तथा स्थानीय बासिन्दाहरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

कार्यक्रममा बकैयाका विभिन्न विद्यालयका विद्यार्थीहरूको बीचमा कविता प्रतियोगिता, गायन तथा नृत्य प्रस्तुति, चित्रकला प्रदर्शनी लगायतका कार्यक्रमहरू समावेश भएका थिए ।

कार्यक्रममा आफ्नो भनाइ राख्दै प्रमुख अतिथि गाउँपालिका उपाध्यक्ष भक्तबहादुर खत्रीले झरना साहित्यिक परिवार लाई आफूहरूले सधैं नजिकबाट हेरि रहेको र यसको उन्नति-प्रगति चाहेको भनाइ राखे ।

यसैगरी, कार्यक्रमका विशिष्ट अतिथि प्रा.डा. कपिल लामिछानेले कार्यक्रम उत्साहजनक भएको र यसबाट आफू धेरै प्रभावित भएको भनाइ राखेका थिए ।

दुई दिने बकैया कला साहित्य महोत्सव अन्तर्गत शनिबार स्रष्टा सम्मान, पत्रिका विमोचन, विभिन्न विधागत रचनावाचन, पालिका अध्यक्षसँग अन्तर्क्रिया तथा विशेष सांगीतिक तथा सांस्कृतिक प्रस्तुतिहरू रहनेछन् ।

२०७६ सालबाट सुरु भएको महोत्सवको यो छैठौं श्रृंखला हो । झरन साहित्यिक परिवार मकवानपुरले अहिलेसम्म पाँचवटा बकैया कला साहित्य महोत्सव, ३१२ वटा साहित्य शृंखला, ४३ औं झरना साहित्यिक अर्धवार्षिक पत्रिका प्रकाशन, ८० वटा भन्दा बढि बिध्यालयहरूमा काव्य प्रशिक्षण, १०० भन्दाबढि मूर्धन्य साहित्यकारहरूलाई सम्मानित गरिसकेको छ ।

हाल संस्थाको २ कठ्ठा आफ्नै जग्गा समेत छ र भवन निर्माणको प्रक्रियामा छ ।

बागमती साहित्य सम्मेलन सुरु, प्रदेश प्रमुखद्वारा उद्घाटन

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १६ फागुन/ बागमती प्रदेशप्रमुख दीपकप्रसाद देवकोटाले साहित्य मानवसमाजको ऐना भएकोले न्याय, चेतना परिवर्तन र रुपान्तरणको उत्प्रेरणा भएको बताएका छन् ।

शुक्रबार धादिङबेसीमा बागमती प्रदेशस्तरीय पहिलो साहित्य महोत्सवको उद्घाटन गर्दै प्रदेशप्रमुख देवकोटाले साहित्य र कला, खुशी र समृद्ध जीवनको आधार भएको उल्लेख गर्दै मानवमानवबीचका द्वन्द्वहरु घटाएर प्रेम, मानवता, एकता र सौहार्दताको बीजारोपण गर्ने महत्वपूर्ण विधा साहित्य भएको बताए । साहित्य मानव मस्तिष्कको उपजको रुपमा उल्लेख गर्दै प्रदेशप्रमुख देवकोटाले साहित्यलेखनमात्र नभएर भावना, संवेदनासमेत भएको उल्लेख गरेका छन् । साहित्यले कला, संस्कृति, मूल्य, मान्यता र सभ्यतालाई छर्लङ्ग पार्ने उनको भनाई छ ।

कला र साहित्य मौन रहेर होइन, बोलचाल र प्रस्तुतिमा हुनुपर्ने बताउँदै उनले इतिहासका कालखण्डमा साहित्यको योगदानलाई बिर्सनु नहुने स्पष्ट पारे । प्रदेशप्रमुख देवकोटाले राणाबिरोधी आन्दोलन, पञ्चायतबिरोधी आन्दोलन होस् वा निरंकुशताबिरुद्धका आन्दोलनहरुमा साहित्यिक कलमले चेतना, जागरुकता र आन्दोलनको आँधीबेहरी सृजना गरेको समेत स्मरण गराए ।

बागमती प्रदेश सरकार संस्कृति तथा पर्यटन मन्त्रालयको आयोजना र नीलकण्ठ प्रज्ञाप्रतिष्ठान र नीलकण्ठ नगरपालिका सहआयोजक भइ स्थानीयस्तरमा सामाजिक संघसंस्थाको सहजीकरणमा दुईदिने बागमति प्रदेशस्तरीय साहित्य महोत्सबको शुक्रबार धादिङबेसीमा उद्घाटन गरिएको हो ।

संस्कृति तथा पर्यटनमन्त्री विमल ठकुरीको अध्यक्षतामा भएको उद्घाटन समारोहमा संघीय सरकारका कृषि तथा पशुपंक्षी विकासमन्त्री रामनाथ अधिकारीले शुभकामना व्यक्त गर्दै साहित्यले सम्राटहरुलाई समेत नाङ्गो पार्ने शक्ति हुने भएकोले साहित्यको संरक्षण र प्रवर्द्धनमा सघाउने बताए । धादिङबेसी पुछारबजारबाट तामाङ, नेवारलगायत सांस्कृतिक झाँकी सहितको ऱ्यालीले बजार परिक्रमा गरेको थियो ।

काठमाडौं प्रशासकीय अधिकृतविहीन, १७ सहसचिव गृहमा थपिए

काठमाडौं, १६ फागुन/ सरकारले एकैचोटि ७८ सहसचिवको सरुवा गरेको छ । तर, यति धेरै संख्यामा सहसचिवको सरुवा गर्दा पनि काठमाडौं महानगरले नयाँ प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत पाउन सकेन । १२ फागुनमा बसेको मन्त्रिपरिषद्ले सरुवा गरेको सहसचिवको सूची बिहीबार सार्वजनिक भएको हो । प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सरोज गुरागाईंमाथि कारबाही गरेपछि करिब २ महिनादेखि काठमाडौंले नयाँ प्रशासनिक प्रमुख पाउन सकेको छैन ।

स्थानीय तहका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत खटनपटन संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयले गर्दै आएको छ । मन्त्रिपरिषद् बैठक बस्नुअघि पनि विभागीय मन्त्री राजकुमार गुप्ताले एकहप्ताभित्र काठमाडौंमा नयाँ प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत पठाउने बताएका थिए । ‘महानगर मेरो पनि हो, संघीय मामिला मन्त्रालयको त्यो एउटा कार्यालय हो । मेयर सा’ब को हुनुहुन्छ, त्यो पछिको कुरा हो’, सोमबार संसद भवनमा सञ्चार कर्मीसँग कुरा गर्दै मन्त्री गुप्ताले भनेका थिए, ‘काठमाडौं महानगर मेरो पनि कार्यालय हो । त्यहाँ प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत पठाउने काम मेरो हो ।’

तर, मन्त्रिपरिषद्को निर्णय भएर आउँदा भनेर काठमाडौं महानगरपालिकाको नाम छुटेको छ । काठमाडौं महानगरपालिकाका मेयर बालेन शाहले सहसचिव सरोज गुरागाईं बिदामा राखेपछि करिब २ महिनादेखि महागनर प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतविहीन छ । भदौ २७ गते काठमाडौंको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत बनेका उनी पुस पहिलो साता कारबाहीमा परेपछि महानगरको प्रशासनिक संयन्त्र नेतृत्वविहीन छ ।

काठमाडौं भ्युटावर नक्सा पासमा अनियमितता देखिएको भन्दै गुरागाईंलाई छानबिनका लागि बिदा दिएर महानगरका वरिष्ठ अधिकारी गोविन्दप्रसाद शर्मालाई निमित्तको जिम्मेवारी दिइएको थियो । तर, उनले पनि व्यक्तिगत कारण देखाउँदै राजीनामा दिएपछि महानगर प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतविहीन बन्न पुग्यो । शर्माले पनि राजीनामा दिएपछि महानगर मेयरले २४ पुसमा संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयलाई प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत पठाउन पत्र लेखेका थिए ।

मन्त्रालयले ७८ जना सहसचिव कर्मचारी सरुवा गर्दा जितपुर उपमहानगरपालिका, इटहरी उपमहानगरपालिका, हेटौंडा उपमहानरपालिका र जनकपुर महानगर पालिकाको प्रमुख अधिकृत फेरिएका छन् । संघीय राजधानी र जनसांख्यिक रुपमै सबैभन्दा ठूलो महानगरपालिकाले नै प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत नपाउँदा मन्त्रालयले दर्जन बढी सहसचिवलाई ‘बरण्डा’मा राखेको छ ।

काठमाडौं महानगर पालिकामा मेयर बालेन शाह आइसकेयता ४ जना प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतले काम गरिसकेका छन् । मेयर शाहको यो साढे २ वर्षको कार्यकालमा सुरुमा लोकनाथ पौडेल प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत थिए । त्यसपछि वसन्त अधिकारी, प्रदीप परियार र सरोज गुरागाईंले प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको जिम्मेवारी निर्वाह गरिसकेका छन् । गुरागाईंसँग पनि ‘नोंकझोंक’ भएपछि अहिले उनी पाँचौं प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतका लागि संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय गुहारिरहेका छन् ।

सामान्य प्रशासन मन्त्रालय स्रोतका अनुसार १२ फागुनको मन्त्रिपरिषद्मा काठमाडौंको नयाँ प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको नाम पनि लगिएको थियो । त्यसमा सैद्धान्तिक सहमति पनि जुटिसकेको थियो । तर सहसचिवहरू त्यहाँ जान रुचि देखाएनन् । यो तथ्य मन्त्री गुप्ता स्वयं स्वीकार्छन् । ‘काठमाडौंमा कोही पनि कर्मचारी जानै तयार छैनन्। त्यहाँ मेयर सा’बसँग जुन परिस्थिति बनिरहेको छ । त्यसले जान नखोजेको देखिन्छ’, मन्त्री गुप्ताले संचारकर्मीसँग भने, ‘तर, कर्मचारीले जान्नँ भनेर पाउँदैनन्, जानैपर्छ । हामी पठाउँछौं ।’

मन्त्री गुप्ताले २१ गते पुन: बैठक बस्ने र त्यसबेला काठमाडौंले नयाँ प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत पाउने बताए । ‘पहिलो चरणमा भएन । दोस्रो चरणमा हामी २१ गते नै फाइनल गर्छौं । त्यसपछि काठमाडौंले प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत पाइहाल्छ’, उनले भने ।

गृहमा सहसचिव थुप्रिँदा रौतहट, ओखलढुंगा, खोटाङलगायतका कतिपय जिल्ला प्रशासन कार्यालय नै सीडीओविहीन छ । तर, संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयले भने सहसचिवलाई बरण्डामा राखेर हाजिर गराइरहेको छ । बरण्डामा रहेका कर्मचारीले नियमित हाजिर गरे पनि कुनै भूमिका वा जिम्मेवारी भने हुँदैन । कार्यकक्षसमेत नहुने भएकाले उनीहरूलाई ‘बरण्डा कर्मचारी’ भन्ने चलन छ । उनीहरुले नियमित कामबिनै तलब पाउँछन् । सामान्य प्रशासन मन्त्रालयले निकालेको सूचीअनुसार १७ जना सहसचिव गृहमन्त्रालय सरुवा भएका छन् । मन्त्रालयमा यसअघि ५ जना सहसचिव जिम्मेवारविहीन रहेकै अवस्थामा फेरि १७ जना थपिएका हुन् ।

गृह मन्त्रालयबाट भने २ जना सहसचिवमात्रै सरुवा भएर गएका छन् । सूचीअनुसार मन्त्रालयमा रहेका रामबन्धु सुवेदी सार्वजनिक खरिद अनुगमन कार्यालयमा सरुवा भएका छन् भने जिल्ला प्रशासन कार्यालय, बाँकेका प्रमुख जिल्ला अधिकारी खगेन्द्रप्रसाद रिजाल अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोग पठाइएका छन् । कतिपय कर्मचारीलाई संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयको अतिरिक्त समूहमा पनि तानिएको छ । मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय, लुम्बिनी प्रदेशमा प्रदेश सचिव पदमा कार्यरत भूपेन्द्र थापालाई संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयको अतिरिक्त समूहमा तानिएको छ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

औषधि व्यवसायी संघ मकवानपुरको दोस्रो साधारणसभा सम्पन्न

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १६ फागुन/ नेपाल औषधि व्यवसायी संघ मकवानपुरको दोश्रो साधारणसभा एवम् वनभोज कार्यक्रम शुक्रबार सम्पन्न भएको छ ।

संघका केन्द्रीय अध्यक्ष प्रकाश खण्डेवालको प्रमुख आतिथ्यता एवम् जिल्ला अध्यक्ष नारायणलाल श्रेष्ठको सभाध्यक्षतामा कार्यक्रम भएको हो । कार्यक्रमका प्रमुखअतिथि खण्डेलवालले औषधि व्यवसायीले भोग्नुपरेको समस्याबारे चर्चा गरेका थिए । नियमनको नाममा औषधि व्यवसायीलाई आतंकित बनाउने काम नगर्न उनले आग्रह गरेका छन् ।

औषधिको बजारमा दक्ष प्राविधिक जनशक्तिको अभाव हुँदा काम गर्न कठिनाई परेको उनको गुनासो थियो ।

कार्यक्रममा मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष प्रमोदसिंह रानाभाटले आफूहरु औषधि व्यवसायीको समस्याप्रति जानकार रहेको बताए ।

औषधि व्यवसायी संघसँग सहकार्य गर्न तयार रहेको उनले बताए । कार्यक्रममा संघका बागमती प्रदेश अध्यक्ष ध्रुवनारायण श्रेष्ठ, हेटौंडा-११ का वडाअध्यक्ष जुना दाहालगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

क्यान्टिन सञ्चालनका लागि टेन्डरको सूचना

ज्ञानोदय बाल बाटिका एकेडेमी संगम चोक, हेटौंडाको लागि मिति २०८२/०१/०१ बाट क्यन्टिन (चमेना गृह) संचालन गर्नुपर्ने भएकोले इच्छुक तथा योग्य व्यक्ति, फर्म या संस्थाबाट शिलबन्दी दरभाउ पत्र (टेन्डर) आव्हान गरिएको छ ।

सेवा तथा सर्तहरू:

१. निवेदकले व्यापारिक वैध इजाजत पत्र पेस गर्नु पर्ने छ ।
२. क्यन्टिन संचालनका लागि सरसफाइ र गुणस्तरीय खाद्य पदार्थ उचित र सुपथ मूल्यमा उपलब्ध गराउन प्रतिबद्ध रहनु पर्ने छ ।
३. टेन्डर आवेदन मिति २०८१/११/३० सम्म दिइ सक्नु पर्ने छ ।
४. अन्य सर्तहरु विद्यालय व्यवस्थापन संगको समझदारी अनुसार हुनेछ ।

थप जानकारीको लागि :

ज्ञानोदय बाल बाटिका एकेडेमी

फोन नं.: ९८६१७२०९५४, ०५७-५२१७९० वा इमेल gyanodaya790@gmail.com मा सम्पर्क गर्न सक्नु हुनेछ ।

माघ १७ गतेदेखि सञ्चालनमा

विर पुर्खा यातायात प्रा.लि.द्वारा संचालित ई.भि. हेटौंडा-फापरबारी हुँदै सिन्धुलीबाट चकमके तिन पाटनसम्म

हेटौंडाबाट छुट्ने समय	सिन्धुलीबाट छुट्ने समय	चकमकेबाट छुट्ने
बिहान : ७:३० बजे	बिहान: ९:०० बजे	बिहान : ६:०० बजे
बिहान : १०:०० बजे	दिउँसो : २:३० बजे	विहान : ९:०० बजे
दिउँसो : १:३० बजे	दिउँसो : १२:१५ बजे	

नोट :
- घरदैलो सेवा, सिजर्भको व्यवस्था ।
- नयाँ मोडलको गाडीहरु ।
- प्रति यात्रु ५ लाखको बिमा गरिएको छ ।
- दक्ष तथा अनुभवी चालकहरु ।

“नयाँ गाडिको आरामदायी मज्जा लिन कतै छुट्नु होला नि !”

काउन्टर लोकेशन: कान्तिराजपथ साझा बस लाग्ने स्थान सँगै
सम्पर्क नं.:९८५४०४२८८०, ०५७-५९१६५५, ९७६७४९०४४०
सिन्धुली सम्पर्क नं.: ९७६७४९३०३२

हेटौंडा उपमहानगरपलिका
५ नं. वडा कार्यालय
हेटौंडा, मकवानपुर
बागमती प्रदेश, नेपाल

आगलागी घटनाबाट आफु पनि बचौं र अरूलाई पनि बचाऔं

- सलाई, लाईटर, मट्टीतेल र ग्यास जस्तो आगो लाग्ने सामाग्रीहरुलाई बालबालिकाको पहुँचबाट टाढा राख्नुहोस् ।
- ग्यास, बिजुलीको स्वीच, मल्टिप्लगको प्रयोग गरिसकेपछि अनिवार्य रुपमा बन्द गर्नुहोस् ।
- हावा चल्ने समयमा बाहिर चुल्हो नबाल्नुहोस्,
- आगो लाग्ने समय भएकोले बिशेष सावधानी अपनाउनुहोस् ।
- जुनसुकै स्थानमा धुम्रपान नगर्नुहोस्, धुम्रपान गरिसकेपछि तोकेको स्थानमा आगो निभाएर मात्र फाल्ने गरौं ।

आगो लाग्ने घटनाबाट आफु पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिकका लागि सविन न्यौपानेद्वारा 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