म.जि. प्र. का. द.नं. : १०६/०६८, वर्ष १४ अंक २०७ शनिबार, २४ फागुन २०८१ ने. सं. ११४५ चिल्लाथ्व 8 March 2025 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्य: रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिक

साझाकुरा

www.sajhakuranews.com

सिभिल इन्जिनियर आवश्यक

हेटौंडास्थित नयाँ भवन निर्माणाधीन हुन गइरहेकाले एक वर्षको लागि फुल-टाइम सिभिल इन्जिनियरको आवश्यकता छ ।

☞ कम्तीमा ३ वर्षको अनुभव अनिवार्य ।

☞ पारिश्रमिक आपसी समझदारी अनुसार तय गरिनेछ ।

सम्पर्क:

०५७-५२०४२९, ९८५५०६९५६०

९८५१०३१०७२

सहकारी मन्त्री श्रेष्ठको सय दिनको उपलब्धि सार्वजनिक

सहकारी पीडितको रकम फिर्ता गराउन पहल गरेको दाबी

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ बागमती प्रदेशको सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्री मदुकुमार श्रेष्ठले सयदिनको उपलब्धि सार्वजनिक गरेका छन् ।

शुक्रबार मन्त्रालयमा पत्रकार सम्मेलन गर्दै मन्त्री श्रेष्ठले सयदिनको उपलब्धि सार्वजनिक गरेका हुन् । मन्त्रालयको लागि भवन तथा पूर्वाधार व्यवस्थापनदेखि सहकारी बचतपीडितको रकम फिर्ता गराउन गरेको पहललाई मन्त्री श्रेष्ठले आफ्नो उपलब्धिमा उल्लेख गरेको छन् । मन्त्री श्रेष्ठले यसअवधिमा सहकारी अभिलेख तथा कागजको व्यवस्थापन, डिजिटाइलेशनको कार्य शुभारम्भ, नियमितरुपमा सहकारी संस्थाको सुपरीवेक्षण तथा नियमन सुचारु, थप तीनवटा सहकारी संस्थालाई समस्याग्रस्त घोषणालगायत कार्य भएको दाबी गरेको छन् ।

साबिकको मन्त्रालय अन्तर्गत रहेको सहकारी महाशाखा हेटौंडा उपमहानगरपालिका-४ हुप्रचौरमा रहको र भवनमा प्रदेशका १३ बटै महाशाखा जिल्लाका सहकारीसँग सम्बन्धित कागजात राखिएकोमा कागजात/अभिलेखहरु हालको भवनमा ल्याएर व्यवस्थापन गरी सेवाग्राहीलाई सहकारीसम्बन्धी सेवाप्रवाह नियमितरुपमा दिन थालिएको मन्त्री श्रेष्ठले बताए ।

सेवाप्रवाहलाई सूचना प्रविधिमैत्री बनाउन सहकारी संस्थाको प्रतिवेदन, बिवरण र अभिलेखलाई डिजिटाइजेश गरी कार्यसम्पादन छरितो बनाउन प्रारम्भिक चरणमा सफटवेयरको लागि प्रारुप तयार गर्ने कार्य भइरहेको उनले बताए ।

त्यसैगरी सहकारी संस्थामा देखिएका समस्याको सम्बन्धमा अधिक वित्तीय तथा व्यवस्थापकीय संकटमा रहेका सहकारी संस्थाको पहिचान गरी त्यस्तो संस्थाको सञ्चालक तथा पदाधिकारीसँग निरन्तर छलफल गरी बचतकर्ताको बचतफिर्ता, संस्थाको सञ्चालन तथा व्यवस्थापन लगायत विषयमा ठोस कार्ययोजना बनाएर पेश गर्न लगाई नियमित रुपमा सुपरीवेक्षण तथा नियमन गर्दै आएको मन्त्री श्रेष्ठको सयदिनको प्रगति विवरणमा उल्लेख गरिएको छ ।

मन्त्रालयले यस अवधिमा थप तीनवटा सहकारीलाई समस्याग्रस्त सहकारी घोषणा गरेको छ । गत पुष २८ गतेको मन्त्रीस्तरीय निर्णयअनुसार नेशनल नमोबुद्ध बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. काठमाडौं, लालीगुराँस बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. काठमाडौं तथा सुमेरु सेभिङ एण्ड क्रेडिट को-अपरेटिभ लि. ललितपुरलाई मन्त्रालयले समस्याग्रस्त सहकारी घोषणा गरेको मन्त्री श्रेष्ठले बताए । यसअघि दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. काठमाडौं र सिभिल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. काठमाडौं समस्याग्रस्त सहकारी घोषणा भएका थिए ।

मन्त्रालयले सहकारी बचतपीडितको रकमफिर्ता नगरेको जनगुनासो र सहकारी विभाग, स्थानीय निकाय र सहकारी तथा गरिबी निवारण महाशाखा हेटौंडामा प्राप्त उजुरीको आधारमा ११ वटा सहकारी संस्थाका सञ्चालकलाई सहकारी पीडितको रकमफिर्ता गर्ने प्रक्रिया र आधार पेश गर्न निर्देशन गरेको छ । जेष्ठ बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि., संकटा बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि., गतिशील बचत तथा ऋण सहकारी सस्था लि., शुक्रपथ बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि., सुविधानगर जगदम्बा बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि., नागरिकविकास बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि., स्टार बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि., ब्रिटिश गोर्खाली सेभिङ एण्ड क्रेडिट कोअपरेटिभ लि. काठमाडौं, क्यापिटल सेभिङ एण्ड क्रेडिट को अपरेटिभ लि. काठमाडौं, नवललित बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि. र लुम्बिनी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.लाई मन्त्रालयले निर्देशन दिएको हो ।

मन्त्रालयले विभिन्न कारणबस सम्पर्कमा नआएका सहकारी संस्थालाई २०८१ पुस २८ गतेको मन्त्रीस्तरीय निर्णयअनुसार थप ८ वटा सहकारी संस्थालाई प्रहरी कारबाहीमा पठाएको छ । हालसम्म प्रहरी कारबाहीमा पठाएको सहकारी संस्था ७५ वटा पुगेको मन्त्रालयले जनाएको छ । ती ८ सहकारीमा नवजीवन बहुउदेश्यीय सहकारी संस्था लि. कौशलटार भक्तपुर, फलफूल बजार बहुउदेश्यीय सहकारी, कुलेश्वर काठमाडौं, मुकुल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था, बनेपा काभ्रे, डिलाइट बहुउदेश्यीय सहकारी संस्था, जावलाखेल, मञ्जुश्री बचत तथा ऋण सहकारी संस्था, गोकर्णेश्वर, पशुपति बचत तथा ऋण सहकारी संस्था, बनेपा, ललितपुर सिटी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था, कुमारीपाटी र झिगु समाज बचत तथा ऋण सहकारी संस्था, मध्यपुर ठिमी रहेका छन् ।

हाल बागमती प्रदेशको नियमन क्षेत्राधिकारभित्र रहेका सहकारी संस्थाहरु ३ हजार २ सय २७ बटा रहेको छ । प्रदेश सहकारी ऐन, २०७६ बमोजिम सहकारी संस्थाहरुले तोकिएको समयमा विवरणहरु पेश गनुपर्नेमा हालसम्म ८ सय ९५ बटा सहकारी संस्थाहरुले विवरण वुझाएको र त्यस्तो विवरण तथा प्रतिवेदन ढिलो गरी बुझाएका सहकारीबाट दस्तुरबापत १२ लाख ९७ हजार ५ सय पुगेको छ । त्यस्तै आर्थिक वर्ष २०८१/८२ को गरीवसँग प्रदेश सरकार पहिचान भएका गरीव परिवारका लागि आयआर्जन कार्यक्रमका लागि 'पहिचान भएका गरिब परिवारका लागि आयआर्जन कार्यक्रम कार्यान्वयन कार्यविधि, २०८१' तयार हुने क्रममा रहेको प्रगतिविवरणमा उल्लेख गरिएको छ ।

गरिबी निवारणका लागि चेपाङ, दलित र बञ्चितिकरणमा परेका समुदायको आयआर्जन तथा जीविकोपार्जन सुधार कार्यक्रम सम्बन्धी विशेष अनुदानको लागि मन्त्रालयले कार्यक्रम सञ्चालन प्रस्ताव तयार गरी पेश गरिएको छ । साथै स्थानीय श्रम, सीप र पूँजीलाई अधिकतम् रुपमा परिचालन गर्ने गरी सहकारीलाई अर्थतन्त्रको सबल स्तम्भको रुपमा विकसित गर्दे आर्थिक तथा सामाजिक विकासमा योगदान पुऱ्याउन सक्ने तथा यस क्षेत्रमा हाल देखिएका वर्तमान समस्या तथा चुनौतीलाई सम्बोधन गर्नसक्ने गरी 'प्रदेश सहकारी नीति' तर्जुमा गर्ने क्रममा मन्त्रालय रहेको मन्त्री श्रेष्ठले बताए ।

हेटौंडा भेट्रान्सकप:

फ्रिडम फाईटर, नागस्वती, बगरभाइ र किङकम क्वाटर फाइनलमा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ हेटौंडामा जारी दसौं राष्ट्रिय हेटौंडा भेट्रान्सकप एट 'ए' साइड र निङशिल्ड फुटबल प्रतियोगिता अन्तर्गत शुक्रवार चार खेल सम्पन्न भएका छन् ।

हेटौंडा भेट्रान्स क्लबको आयोजनामा आगामी २६ गतेसम्म चल्ने प्रतियोगितामा ४५ वर्ष माथि उमेर समूहबीच खेल भइरहेको छ । हेटौंडा-४ हुप्राचौर खेलमैदानमा जारी प्रतियोगिताअन्तर्गत शुक्रवारको पहिलो खेलमा फ्रिडम फाइटर ठमेल विजयी भएको छ । फ्रिडमले चितवन भेट्रान्सलाई २-० गोल अन्तरले पराजित गर्न सफल भएको छ । खेलको म्यान अफ द म्याच फ्रिडम फाइटर भेट्रान्सका खेलाडी राजकुमार केसी घोषित भएका थिए ।

दोस्रो खेलमा नागस्वती भेट्रान्स विजयी भएको छ । नागस्वतीले सिमरा भेट्रान्सलाई ३-० गोल अन्तरमा पराजित गर्न सफल भएको थियो । खेलको म्यान अफ द म्याच नागस्वती भेट्रान्सका खेलाडी नीमा लामा घोषित भएका थिए । तेस्रो खेलमा बगरभाइखलक पोखरा विजयी भएको छ । खेलको दशौं मिनेटमा बागरभाइको तर्फबाट राजकुमार तामाङले एकगोल गरेका थिए ।

एनजेजे भिसी भेट्रान्सको तर्फबाट खेलको २९ औं मिनेटमा दिलकुमार कार्कीले एकगोल गरेका थिए । निर्धारित समयमा दुबै समूहबाट एक/एक गोल भएपछि खेल ट्राईब्रेकरमा पुगेको थियो । खेलको म्यान अफ द म्याच बगर भाइखलकका खेलाडी हिमाल थापा घोषित भएका थिए ।

यस्तै चौथो खेल किङकम भेट्रान्स काठमाडौं र बुटवल भेट्रान्सबीच हुने तालिका रहेपनि प्राविधिक कारण बुटवल भेट्रान्स अनुपस्थित भएपछि किङकम भेट्रान्स विजयी भएको छ । प्रतियोगितामा शनिवार चार क्वाटर फाइनलका खेल हुने प्रतियोगीताका संयोजक मणिराज गौतमले बताए । शनिवार पहिलो खेल दिउँसो १ बजे बानेश्वर भेट्रान्स र एबिसि भेट्रान्सबीच हुनेछ । दोस्रो खेल बगरभाइखलक पोखरा र किङकम भेट्रान्सबीच दिउँसो २ बजे हुने तालिका रहेको छ ।

तेस्रो क्वाटर फाइनल खेल फ्रिडम फाइटर र नागस्वती भेट्रान्सबीच दिउँसो ३ बजे हुने तालिका रहेको छ । यसैगरी चौथो खेल आयोजक हेटौडा भेट्रान्स र बौद्ध भेट्रान्सबीच हुनेछ । प्रतियोगितामा पहिलो हुने समूहले एक लाख ५० हजार ५ सय ५५ र दोस्रो हुने समूहले ७५ हजार ५ सय ५५ प्राप्त गर्नेछन् ।

यस्तै विधागत खेलाडी, सर्वश्रेष्ठ कोच, उत्कृष्ट फरवार्ड, उत्कृष्ट गोलकिपर, उत्कृष्ट डिफेन्स, उत्कृष्ट मिड फिल्डरलाई जनही ५ हजार र म्यान अफ द सिरिज हुने खेलाडीलाई १० हजार पुरस्कार रहेको छ ।

राष्ट्रिय युवा संघ मनहरीको अधिवेशन शनिबार हुने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ नेकपा एमालेको भातृ संगठन राष्ट्रिय युवा संघ मनहरी गाउँपालिका कमिटीको अधिवेशन शनिबार हुने भएको छ । राष्ट्रिय युवा संघ मनहरीले शुक्रबार पत्रकार सम्मेलन आयोजना गर्दै अधिवेशनको तयारी पुरा भएको जानकारी दिएको छ ।

अधिवेशनको उद्घाटनका लागि संघका केन्द्रीय अध्यक्ष क्षितिज थेबे मनहरी आउने कार्यक्रम रहेको संघको मनहरी गाउँ कमिटी अध्यक्ष प्रकाश स्याङतानले जानकारी दिएका छन् । थेबेसहित युवा संघ र पार्टीका विभिन्न तहका नेताको कार्यक्रममा सहभागीता रहने र सम्बोधन गर्ने कार्यक्रम रहेको छ । नेकपा एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा ओली र सिंगो एमाले पार्टीप्रति सामाजिक सञ्जालमा भइरहेको अनावश्यक टिकाटिप्पणी र साइबर हमलाका सम्बन्धमा युवालाई सचेत पार्ने गरी नेताबाट प्रशिक्षणात्मक सम्बोधन हुने अध्यक्ष स्याङ्तानले बताए ।

केन्द्रीय अध्यक्ष थेवेका अतिरिक्त राष्ट्रिय युवा संघ मकवानपुर इन्चार्ज प्रतिमा श्रेष्ठ, बागमती प्रदेश युवा परिषद् कार्यकारी उपाध्यक्ष सन्तोष चौलागाई, जिल्ला अध्यक्ष राजेश नगर कोटीसहित पार्टीका जिल्ला तथा प्रदेश कमिटीका नेताहरुको सहभागी हुने उनले जानकारी दिएका छन् ।

अधिवेशनबाट संघको नया नेतृत्व चयन हुनेछ । नेतृत्वका लागि आकांक्षा धेरैको रहे पनि सर्वसम्मत नेतृत्व चयनका लागि पहल गरिने युवा संघ मकवानपुरका सचिवालय सदस्य तथा मनहरी इन्चार्ज विश्व रानाले बताए । पत्रकार सम्मेलनमा नेकपा एमाले मनहरी गाउँ कमिटी अध्यक्ष नवीन सुवेदी, जिल्ला सदस्य बीरेन्द्र डिसीसहित युवा संघ जिल्ला कमिटीका सदस्यहरु, मनहरी गाउँ कमिटीका सदस्यहरुको सहभागिता रहेको थियो ।

अन्तर्राष्ट्रिय महिला दिवसको अवसरमा नीतिसंवाद

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/१ सय १५ औं अन्तर्राष्ट्रिय महिला दिवसको अवसरमा शुक्रबार हेटौंडामा नीतिसंवाद कार्यक्रम भएको छ ।

मकवानपुर महिला उत्थान समाजको आयोजनामा कार्यक्रम भएको हो । संवाद कार्यक्रममा मनहरी गाउँपालिका अनौपचारिक क्षेत्रमा कार्यरत २३ जना महिलाको सहभागिता रहेको थियो । नीतिसंवाद कार्यक्रममा नेपाल ट्रेड युनियन श्रमिक संघका अध्यक्ष खलिन मियाँ, जिफन्ट मकवानपुरका अध्यक्ष अर्जुन अर्याल, अखिल नेपाल ट्रेड युनियन बागमती प्रदेशका अध्यक्ष बिष्णु राना, मनहरी गाउँपालिका प्रधानमन्त्री स्वरोजगार शाखाका सवईन्जिनियर राजकुमार ठाकुर प्रमुख वक्ताका रुपमा रहेका थिए ।

कार्यक्रममा सहभागी श्रमिक महिलाले समयमा ज्याला नपाउने, बढी समयसम्म काम गर्नुपर्ने, पुरुष श्रमिकको तुलनामा कम ज्याला पाउने जस्ता समस्या झेल्नु परेको बताएका थिए । श्रमिक महिलाले अनौपचारिक क्षेत्रमा काम गर्नेक्रमर्मा दुर्घटना हुँदा उपचार समेत नपाईने गुनासो राखेका थिए । उनीहरुले श्रम डेस्कको स्थापना गर्न माग राखेका थिए । मकवानपुर महिला उत्थान समाजका अध्यक्ष कमला सुवेदीको सभाध्यक्षतामा कार्यक्रम भएको 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

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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

नासाले मंगल ग्रहमा सुरु गर्दैछ सबैभन्दा तेज इन्टरनेट सेवा

मंगल ग्रहमा पृथ्वीमा भन्दा लाखौं गुणा तीव्र गतिको (हाइस्पीड) इन्टरनेट सेवा सुरु हुँदैछ । यो खबरबाट धेरै मानिसहरु बेखुस छन् किनकि बेलायत जस्ता देशमा समेत अहिलेसम्म पनि यस्ता उल्लेख्य इलाकाहरु यस्ता छन् जहाँको इन्टरनेट सेवा गुणस्तरीय छैन । यस्तोमा मंगल ग्रहमा हाइ स्पीड इन्टरनेट सेवा स्थापित गर्ने कुरालाई लिएर मानिसहरुले प्रश्न गरिरहेका छन् ।

तर यावत् प्रश्नहरुका बाबजुत मंगल ग्रहमा उच्च गतिको इन्टरनेट सेवा स्थापित गर्ने विषयमा प्रयोग चलिरहेको छ र छिटै नै यो प्रणालीले काम गर्न सुरु गर्नेछ । अमेरिकी अन्तरिक्ष एजेन्सी नासाको नयाँ क्रान्तिकारी प्रविधिको सहायताले मंगल ग्रहमा हाइस्पीड इन्टरनेटको सुविधा उपलब्ध हुनेछ । डेलीस्टारको रिपोर्ट अनुसार नासाले यो कुराको पुष्टि गरेको छ । यस्तोमा प्रश्न उठ्छ कि आखिर मंगल ग्रहमा उच्च गतिको इन्टरनेटको आवश्यक किन भयो ? त्यहाँको इन्टरनेट कसले प्रयोग गर्ने हो ? र किन मंगल ग्रहमा इन्टर नेट प्रणाली स्थापित गरिँदैछ ?

डीप स्पेस अप्टिकल कम्युनिकेसन

वास्तवमा यो नासाको गहन अन्तरिक्ष इन्टरनेट सञ्जान योजना (डीप स्पेस इन्टरनेट नेटवर्क प्लान) हो । यसको सबैभन्दा पहिलो लाभ मंगल ग्रहलाई प्राप्त हुनेछ । डीप स्पेस अप्टिकल कम्युनिकेसन (डीएसओसी) नामक नयाँ प्रविधिको परिक्षण हाल नासाको साइकी अन्तरिक्षयानमा गरिंदैछ र अहिलेसम्मको परिणाम आशाजनक छ ।

यो प्रणालीले दूर अन्तरिक्षमा डेटा प्रसारणका लागि पारम्परिक रेडियो ट्रान्समिसनको साटो शक्तिशाली लेजरको प्रयोग गर्दछ । यसबाट मौजुदा विधिको तुलनामा १०० गुणा अधिक गति प्राप्त हुन्छ । यो प्रविधिबाट लाखौं किलोमिटर टाढासम्म एचडी भिडियो तथा जटिल डेटा प्रेषित गर्न सकिन्छ । अर्थात् यो प्रविधिबाट अन्तरिक्ष वा मंगल ग्रहमा हुने अनुसन्धानका डेटा, भिडियो, अडियो तथा तस्वीरहरू सजिलैसँग केही सेकेण्डमै पृथ्वीमा प्राप्त हुनेछन् ।

२६७ मेगाबिट प्रतिसेकेण्डको गति

डीप स्पेस अप्टिकल कम्युनिकेसन (डिएसओसी) प्रविधि यसअघि नै ४६ करोड किलोमिटर टाढाबाट डेटा प्रेषित गर्नमा सक्षम सावित भैसकेको छ, जुन पृथ्वी र मंगलको बीचको दूरीभन्दा पनि धेरै हो । यो प्रणालीको गति यतिधेरै छ कि पृथ्वीमा ब्रोडब्याण्ड इन्टरनेट सेवा प्रदान गरिरहेका अधिकांश सेवा प्रदायकहरू लज्जित हुनुपर्ने अवस्था आउनेछ । निकै नजिकको दूरी, जस्तो कि पृथ्वी र मंगल बीचको ५ करोड ३० लाख किलोमिटरको दूरीमा यो प्रविधिले २ सय ६७ मेगाबिट प्रतिसेकेण्डको गतिमा डेटा प्रसारण गर्नेछ । यो उच्च गतिको इन्टरनेटको क्षेत्रमा एउटा चमत्कार नै हो । नासाको जेट प्रोपल्सन प्रयोगशालामा डिएसओसी परियोजनाका एक प्राविधिकका अनुसार उक्त प्रविधिको परिक्षणमा प्राप्त नतिजा निकै उत्साहप्रद तथा अपेक्षा भन्दा पनि अब्बल छ । यद्यपि यो प्रविधि अहिले आृनो प्रायोगिक चरणमै रहेको छ, तथापि भविष्यमा यसको ठूलो महत्व सावित हुनेछ । खासगरी मंगल ग्रहमा रोवर्स, अर्बिटर्सलगायतका यानका साथै भविष्यका मानव मिसनसँग सञ्चार सम्बन्ध कायम गर्ने प्रक्रियामा यो अद्धितीय फड्को हुनेछ ।

स्वास्थ्य शिक्षा

सुरक्षित यौन जीवनका लागि चार सर्त

सन्तानको योजना नबनाएको अवस्थामा वा सन्तानको रहर पुगिसकेको अवस्थामा 'गर्भ रहनु' टाउको दुखाईको विषय बन्छ । किनभने अनायसै रहने यस्ता गर्भलाई राख्ने कि तुहाउने भन्ने कुराले दम्पतीलाई द्विविधामा पार्ने गर्छ । हुन त असुरक्षित यौन सम्बन्ध भएमा आपतकालिन पिल्स खान सकिन्छ, जसलाई यौन सम्पर्क गरेको ७२ घण्टाभित्र सेवन गरिसक्नुपर्छ । यद्यपी पटक-पटक यस्ता चक्की सेवन गर्न संभव हुँदैन, शारीरिक स्वास्थ्यका हिसाबले ।

यदि यौन सम्बन्धपछि तत्काल यस्ता चक्की सेवन गरिएन भने गर्भ रहन सक्छ । गर्भ रहेपछि दुईवटा विकल्प रहन्छ, गर्भ तुहाउने वा सन्तान जन्माउने । सन्तानको योजना नबनाएको अवस्थामा दुबै काम झन्झटिलो हुन्छ । गर्भपतन गराउँदा खर्च लाग्छ, स्वास्थ्यलाई उत्तिकै हानी गर्छ । यसले शारीरिक तथा मानसिक रुपमा सताउँछ । यदि दोस्रो विकल्प रोज्ने हो भने पनि योजना बिना सन्तान जन्माउनु र हुर्काउनु त्यती लाभदायक नहुन सक्छ । यस्तो अवस्थामा के गर्ने त ? शारीरिक सम्बन्ध राख्दै नराख्ने ? वा कुन समयमा यौन सम्बन्ध राख्दा सुरक्षित होला ? दम्पतीबीच नियमित रुपमा शारीरिक सम्बन्ध हुनुपर्छ । यसले उनीहरुलाई शारीरिक तथा भावनात्मक रुपमा नजिक ल्याउँछ । यदि दम्पतीबीच शारीरिक सम्बन्ध हुँदैन भने उनीहरुमा केही भावनात्मक समस्या देखापर्न सक्छ । भ्रम र अविश्वास पैदा हुनसक्छ । भ्रम र अविश्वासले दाम्पत्य सम्बन्धलाई सधैं धरापमा पार्छ ।

त्यसो भए के गर्ने त ?

यौन सम्बन्ध राख्नुपर्छ, यो प्राकृतिक आवश्यक्ता पनि हो । यौन सम्बन्धका क्रममा केही सावधानी अपनाइयो भने अनिच्छित गर्भ रहनबाट बच्न सकिन्छ ।

बडी क्यालेन्डरको सहयोग

यो तरिका धेरै पुरानो हो । महिनावरी चक्रलाई ध्यानमा राख्नुपर्छ । आफ्नो पाठेघरको तरल पदार्थ जाँच गर्न सकिन्छ । यदि च्याल लचकदार छ भने तपाईंको गर्भ रहन सक्छ । यदि यो चिपचिपा छ भने सम्झनुहोस् कि तपाईंको समय सुरक्षित छ । यो गर्भ रोक्ने सबैभन्दा सस्तो तरिका हो ।

यौन सम्पर्क गरौं तर ..

यदि यौन सम्बन्धका क्रममा तपाईंहरु दुबै पेनिट्रेशन (योनीद्वारमा लिंग प्रवेश गराउने) गराउन चाहनुहुन्छ र अनिच्छित गर्भबाट पनि बच्न चाहनुहुन्छ भने कुनै किसिमको गर्भनिरोध प्रयोग गर्नुपर्छ । यदि तपाईं गर्भनिरोध र प्रेग्नेन्सी दुबैबाट बच्न चाहनुहुन्छ भने यौन सम्बन्धको क्रममा हात र मुखको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । मुख मैथुन पनि तपाईंहरुको लागि एउटा विकल्प हुनसक्छ । तर, यस क्रममा ध्यान दिनुपर्ने चाहि के भने विर्यलाई योनीको आसपासमा आउन दिनुहुँदैन । त्यसो त बिना पेनिट्रेशन यौन सम्बन्ध राख्दा गर्भवती हुने संभावना एकदम कम हुन्छ । तर, ध्यान राख्नुपर्ने कुरा, गर्भ रहनका लागि केवल एक स्पर्म नै काफी छ ।

गर्भनिरोधकको प्रयोग

अहिले गर्भनिरोधका अनेक उपाय छन् । यस्ता उपाय हुँदाहुँदै असुरक्षित यौन सम्बन्ध बनाउनुको कुनै अर्थ छैन । महिलाले गर्भनिरोधक गोली सेवन गर्न सक्छन् । कन्डोम प्रयोग गर्न सकिन्छ । अरु किसिमको विकल्प पनि छन् । यद्यपी कन्डोमबाहेकका विकल्प अपनाउँदा महिलाको शारीरिक स्वास्थ्यमा केही असर गर्छ कि भनेर ध्यान दिनुपर्छ ।

'हुन्न' भन्नुपनि एक विकल्प

अक्सर यौनको लागि पुरुष नै अग्रसर हुने गर्छन् । जब पुरुषलाई यौनको इच्छा जाग्छ, तब उनले आफ्नो पार्टनरलाई त्यसका लागि तयार हुन आग्रह गर्छन् । पुरुषकै विर्य स्खलन भएपछि उनीहरुको यौन सम्बन्ध पुरा हुन्छ । यसमा महिलाको उपस्थिती र रुचीलाई त्यती ध्यान दिइदैन । जबकी गर्भ रह्यो भने महिला नै बढी पीडित हुने हो । महिलाले नै बढी मानसिक र शारीरिक समस्या झेल्ने हो । यसकारण पार्टनरले असुरक्षित यौन सम्बन्ध बनाउने इच्छा राख्छ भने महिलाले हुन्न भन्न सक्नुपर्छ ।

- अनलाईनखबर

महिनावारीमा देखिने रगतको फरक रङको संकेत के ?

काठमाडौं/ हरेक किशोरीहरुमा एउटा उमेरपछि महिनावारी चक्र सुरु हुन्छ । महिनावरी चक्र सुरु भएपछि किशोरीहरुमा विभिन्न परिवर्तहरु आउँछन् । कुनै-कुनै किशोरीहरुमा पीडा र चिडचिडापन पनि हुन्छ । महिनावारी हरेक महिना हुन्छ । महिनावारी सही समयमा हुनुलाई स्वस्थ हुनुको प्रतिक मानिन्छ । महिनावारी चक्र हरेक २५ देखि २८ दिनभित्र पूरा हुन्छ ।

सामान्यतया: महिनावारीको समयमा रातो रगत बग्छ । महिवारीमा शरीरभित्र भएको फोहोर रगत बाहिर जाने भएकाले यसको रङ रातो हुन्छ । तर, कहिलेकाँही यसको रङमा परिवर्तन आउन सक्छ । जस्तै, कालो, गुलाबी र हल्का खैरो रङको रगत देखिन सक्छ । महिनावारीको समयमा देखिने रगतको रङले महिलाको स्वास्थ्यको बारेमा विभिन्न संकेत गरिरहेको हुन्छ ।

चम्किलो रातो : चम्किलो रातो रङको रगत आउनु भनेको गर्भासयमा छिटो छिटो बनेको रगत भन्ने बुझिन्छ । यसले 'फेर्टाइल पीरियड' को पनि संकेत गर्छ । यस्तो अवस्थामा रगतको प्रवाह थोरै दिन मात्र हुन्छ । वा धेरै दिनसम्म पनि हुन्छ । महिनावारीको समयमा यस्तो भइरहेको अवस्थामा हेमोग्लोबिन र थाइराइडको जाँच गराउनु उपयुक्त हुन्छ ।

गाढा रातो : यो रगत देखिनु भनेको गर्भासयमा लामोसमयसम्म बनेर बसेको रगत भन्ने बुझिन्छ । गर्भासयमा लामो समयदेखि बनेर बसेको भएपनि महिनावारी हुन लामो समय लागेको कारण रगत गाढा भएको हो । यो अवस्थामा बिहान धेरै रगत देखिन्छ । यसलाई सामान्य मानिन्छ । यस्तो अवस्थामा दिनभर पनि रगत बगिरहेमा हर्मोनल असन्तुलन भएको बुझ्नु पर्छ ।

खैरो वा कालो : खैरो वा कालो रङको रगत देखिनु भनेको एकदमै पुरानो रगत गर्भासयमा जम्मा भएको भन्ने बुझिन्छ । महिनावारी चक्रको अन्ततिर यस्तो रगत देखिन्छ । यसमा सामान्य मानिन्छ । तर, महिनावारी गडबढी छ वा बारम्बार रगत देखा पर्छ भने तुरुन्तै चिकित्सकको सल्लाह लिन आवश्यक हुन्छ । महिलाहरुमा कालो रगत फाइब्रोइड र गम्भीर एन्डोमेट्रोसिसको संकेत पनि हुन सक्छ ।

गुलाबी : यस्तो रङको रगत देखिनु एनिमिया, असन्तुलित आहार, शरीरमा पोषक तत्वको कमि आदि कारण हुन सक्छन् । यसमा साथै, महिलाहरुको प्रजनन प्रणालीमा अक्सिजनको प्रवाह कम हुनु पनि हो ।

हल्का निलो : महिनावारीको समयमा हल्का निलो रङको रगत देखापर्नुको कारण शरीरमा तापक्रमको कमि हुनु हो । शरीरमा तापक्रमको मात्रा कम भएमा रगत जम्ने भएकाले यस्तो रगत देखिने गर्छ ।

सुन्तला रङ: रातो रङको रगतसँगै सुन्तला रङको रगत देखिनु भनेको संक्रमणको संकेत हो ।

साहित्य

हास्यव्यंग्य

स्मार्ट ड्याड !

✍गायत्री लम्साल

स्मार्ट ड्याड भन्नाले म जस्तै सेम माने उस्तै बा, बुवा, बाबालाई मात्र होइन पिता, पिताश्री, ड्याडी, ड्याड र सुगर ड्याड समेतलाई बुझिन्छ । ब्रम्हाजीले श्रृष्टि गर्दा नै यो बा भन्ने कुरोलाई निकै जूरो हालेर पठाइदिएछन् नत्रभने त म जस्ता स्मार्ट ड्याडहरुलाई सामाजिक गनितो, मानितोको खात कसरी लाग्दो हो कुन्नि ? कसैले गर्न नसक्ने कर्म, अनि आफ्नै सन्तान र परिवारलाई सास्ती दिने धर्म गर्दा समेत ठूलो मान्छे हुँदाको सर्म भन्ने कुरो लाग्दै लाग्दैन क्या ।

टिनएज मै तिमीलाई नपाए म त मर्छु भनेर एउटी प्रियसीलाई श्रीमती बनाइ हालियो । अनि हजुरहरुलाई थाहा भएकै कुरा हो । आफ्नै श्रीमती भएपछि अरु केही नदिए तापनि सम्भोगको बेला कसैले थाहा नपाइकन सुटुक्क विर्यदान दिएपछि बा भन्ने कुरा झ्याप्पै भइनेरहेछ गाँठे । कुन बेला, कसरी बा भएँ अँ हँ पत्तै भएन । टोलभरिका सबैले बधाई दिदाँ पो अचम्म लाग्यो । पाउने बेलामा उनीले बर्षौटे छोराछोरी पाइन्, केही नगरिकन आफू बाबा भएकोले होला बाबा हुनुमा मलाई गर्व बोध भएन अनि लागे स्मार्ट ड्याड बन्न ।

म जस्तै स्मार्ट ड्याडहरुलाई त थाहा छ नि है, हाम्रो समाजमा जसरी बाबा सजिलै भइन्छ त्यो भन्दा सजिलो हुनेरहेछ अझै स्मार्ट ड्याड हुनलाई । स्मार्ट ड्याड हुनको लागि सर्वप्रथम त पारिवारिक माया ममतामा अल्झिन हुँदैहुन्न । आफ्नी श्रीमतीलाई, छोराछोरीलाई माया भन्ने कुरो झुक्किएर पनि गर्न हुँदैहुन्न है । बेलैमा भन्देको छु नि मैले । धन्न बेलैमा मैले आफ्नी जन्म दिने आमा बिरामी भएर असरल्ल हुँदा समेत उपचार भन्ने कुरोको वास्तै गरिन । अनि रिस भन्ने कुरो झ्याप्पै उठेको बेला मेरै श्रीमती र सानो छोरोलाई मार्छु भनेर कत्रो धम्की दिएँ ।

अनि स्मार्ट ड्याड हुनलाई चाहिने अर्को कुरो भनेको अदम्य साहस नै हो । हिम्मत, आँट र जाँगर हो । जीवनमा मैले अँ हँ अहिलेसम्म भान्छाकोठामा ग्याँस बाल्ने जस्तो निकृष्ट काम कहिल्यै गरिन । अनि जति खाए पनि, जे खाए पनि कहिल्यै नभरिने उदरदेवलाई आफैले पकाएर खाएको अछुतो होला भनेर त्यस्तो दुष्साहस पनि गरिन । त्यसरी पनि चल्छ त भन्नुहोला ? पिरै नलिनोस्, हाम्रो समाज हो खुट्टा भएपछि जुत्ता कति कति, जहाँ इच्छा त्यहाँ उपाए ....कति छन् कति फरमुला ।

स्मार्ट ड्याड हुनलाई विहे गरेपछि मात्र नभई विहे नहुँदै पनि यही बाटोमा हिड्न सक्नुपर्छ । विहे पछाडि आफ्ना श्रीमतीले बालबच्चा छोडेर काम विशेषले दुई/चार दिन कतै गए भने पिर लिन हुँदैहुन्न । यसो मेलोमेसो हेरेर बालबच्चालाई आफन्तकोमा भिराउने अनि आफ्नो कोठामा अरुका श्रीमती छिराउने गर्नुपर्छ । यसो गर्दा भात पकाउने झन्जट पनि भएन अनि श्रीमती कहिले आउँछे र आनन्द हुन्छ भनेर शरण पर्नु पनि परेन कसो ?

स्मार्ट ड्याडको लागि अर्को चाहिने कुरो भनेको श्रीमती सबै कुरामा सक्षम हुँदा निकै सजिलो हुन्छ है । त्यति भएपछि छोराछोरी उनैले पाल्छिन्, पढाउँछिन्, घर सम्पत्ति उनैले जोड्छिन्, घरपरिवार र आफन्तजनलाई उनैले मान, सम्मान गर्छिन् यति भएपछि आफुलाई हाइसन्चो । अझ बेलाबेलामा उनीसँग मलाई दश/बीस हजार पकेट मनी राख्देऊ भन्नुपर्छ । जतिबेला पनि पैसा भन्ने कुरो छैन छैन भन्दै आफूले कमाएको पैसा सबै उनीले थाहा नपाउने गरी अन्तै राखेर अरुसँग रमाइलो गर्नुपर्छ । एकबारको जिन्दगी हो साथी, मिल्ने जतिसँग रमाइलो चाहिँ गर्नुपर्छ है ।

मेरी एकजना साथी छन्, उनी पनि म जस्तै स्मार्ट ड्याडमा पर्छन् । उनले बेलाबेलामा म सँग उनकी श्रीमती निकै बाठी छन् भन्दै तारिफ गर्थे । निकै बाठी रे नि त, एक पटक उसको बच्चा सानो हुँदा एउटा कार्यक्रममा जानुपर्ने भएछ । अनि उसलाई सानो छोरो सहितकी श्रीमतीसँग घुम्दा मज्जा बढी हुने भयो भनेर उसको अर्की प्रेमीकालाई लाने सोचले, श्रीमतीसँग उसलाई पनि लिएर जानुपर्छ जाऊ तिमीले भन भनेछ, बाठी मोरीले गएर भनिछ र सँगै गएछन् । अनि त साथी आफ्नी प्रेमीकासँग कुस्ति खेल्ने उसकी बाठी श्रीमती सानो बच्चा बिरामी भएर त्यही रोग सँग कुस्ति खेलिछन् ।

उसकै अर्को घटना पनि झ्याप्पै याद आयो मलाई । बाठी श्रीमती मास्टर डिग्रीको परीक्षा दिन काठमाडौँ गइछन्, साना छोराछारीलाई छोडेर । उनीहरुको स्मार्ट ड्याडले त छोराछोरीलाई भोलिपल्ट नै गाउँ घरमा पठाएछन् अनि आफुले पढाउने विद्यार्थीलाई केही दिनको लागि श्रीमती बनाएछन् । जब दायाँबायाँ हल्ला हुन थालेपछि परीक्षा दिन गएकी श्रीमतीलाई परीक्षा दिन छोडेर बोलाएछन् र केही दिनकी श्रीमतीलाई बाहिर धपाएछन् । यी र यस्ता घटनाहरु त हामी स्मार्ट ड्याडहरुका साझा विशेषता हुन् । मैले धेरै गरेको छु भनेर गफ छाड्नु पर्दै पर्दैन है । केही मानेमा कोही कमी छैनन् ।

"जस्तो आफू उस्तै च्यापु" भने झैं मेरा धेरै साथीहरु स्मार्ट ड्याड मै पर्छन् । एक जना साथीकी श्रीमती ऊ भन्दा अग्ली छन् । दुवैले टिनएजमै विहे गरेका हुन् । खै कारण त थाहा भएन पक्कै राम्रै हुनुपर्छ । विहे गरेको करिब पच्चिस वर्ष पछि उनीहरुको डिभर्स भयो । मेरो साथी स्मार्ट ड्याड के कम घर छोडेर सानदार फ्लाट लिएर बस्न थाले । अनि केही महिना पछि नै एउटी छोरीकी आमासँग विहे गरेर धुमधामसँग खशीबोका काटेर गाउँलेहरुलाई सानदार पार्टी दिएँ ।

मन चाहिँ निकै उदार हुन्छ क्या स्मार्ट ड्याडहरुको । यत्ति मात्र कहाँ हो र हजुर ? नयाँ श्रीमतीलाई लिएर आएछन् अनि ब्याच्लर डिग्रीको बोर्ड परीक्षा चल्दै गरेको बाइस वर्षे छोरोलाई कलंकी भेट्न बोलाएछन् अनि श्री एअरलाइन्सले हवाई यात्रीलाई बाँडको एउटा चक्लेट दिँदै भनेछन्, "मैले बिहे गरेँ अब तेरी आमालाई पनि विहे गर्न भन" वा कत्रो तागत स्मार्ट ड्याडहरुको । ड्याड हुनु यस्तो पो हुनु बाई । अनि स्मार्ट ड्याडको शक्ति अपरम्पार हुन्छ । नयाँ श्रीमतीसँग हनिमुन मनाउन जाँदा बिहे गर्ने उमेर भएकी आफ्नी छोरीलाई फोन गरी गरी करकापमा पारेर मलाई हेप्पी बर्थ डे बाबा भनेर लेख अनि फेसबुकमा पोष्ट गर्न लगाउँछन् ।

तपाइँहरु जतिसुकै मेहनत गर्नुहोस् अँ- हँ स्मार्ट ड्याडहरुजस्तो गतिलो बन्न त ज्यान जाला सक्नुहुन्न । मेरै कुरा गर्दा त एक नम्बरको स्मार्ट ड्याड हुन कति कोसिस गरे अहिले सम्म के- को एक नम्बर हुनु हजुर दश नम्बरमा पनि परेको छैन । त्यही मेरो साथी बरु उसले डिभर्स गर्न भन्दा पहिला बरु उसकी श्रीमतीलाई केही वास्ता गर्थेन अहिले त मायाको पसारो छ बाबै । घरमा उनी नभएको बेलामा जान्छ दायाँबायाँ छिमेकीका श्रीमतीहरुलाई चिया बनाउन पठाएर सानसँग पिउँछ । पढेर बसेका छोरोलाई हिड मसँग यसो फल्नो-फल्नोको घरमा जाम भन्छ । कसैले थाहा नपाउने गरी श्रीमतीको पासपोर्ट चोरेर लान्छ । उनी कति बेला घरमा छिर्छिन, कतिबेला बाहिरिन्छन् ....सबै कुरा बुझ्नलाई गार्ड नै राखेको छ । मैले त भनेको थिएँ भो अब सकिएको काममा चासो राख्नलाई पैसा खर्च नगर भनेर के को मान्नु । स्मार्ट ड्याडमा पनि एक नम्बरमा मै पर्छु भनेर हो भन्छ बा । माया पनि कति गर्न जानेको हो ? नजिकैका पसलमा बसेर मेरो गल्ति केही छैन, मेरी श्रीमती म भन्दा अग्ली भएकी हुनाले ....लेख्न नमिल्ने कुरा उसको अर्कै ब्याइफ्रेण्ड छ त्यही भएर मलाई डिभर्स गरिन् अनि मैले बिहे गरे भन्छ विचराले । डिभर्स भएपछि त यति माया गर्ने साथीले नहुँदै कति माया गर्थे होलान् उनकी श्रीमतीलाई ।

महाशय यी र यस्ता कुराहरु त सबै स्मार्ट ड्याडहरुका कमन विशेषता हुन् । यो सबैभन्दा हर्षको कुरा हो । हाम्रो समाज, हाम्रो सोचाइ, हाम्रो हेराइ, हाम्रो भोगाइ सबै हाम्रा स्मार्ट ड्याडहरुलाई माया गर्ने खालको छ । सम्मान गर्ने खालको छ । स्मार्ट ड्याडहरुले जे गरे पनि ठिक हुन्छ । म लगायत मेरा साथीहरुलाई स्मार्ट ड्याड बनाएको यो समाजले हो, घरपरिवारले हो, अनि आफ्नै श्रीमतीहरुले समेत हो । महाशय सम्बन्ध सकिइसकेपछि, आफूले अर्को विहे गरिसकेपछि पनि पहिलाको श्रीमतीलाई यती धेरै माया गर्ने स्मार्ट ड्याडहरुलाई पुरस्कार स्वरुप लगेर जतनले राख्ने मामाको घर छ कि छैन भन्या ?

मुस्कान

✍सास्ना गौतम
कक्षा-६, नवोदय शिशु सदन

हाँसेर सबैलाई हसाउँछिन्
वार्तालाप मिठो बनाउँछिन्
सानो कुरामै रमाउँछिन्
सबैलाई धेरै मन पराउँछिन् ।

मुस्कान मिठो छ उसको
हँसिलो छ मुहार जसको
साथी बन्न चाहन्छिन् उनी सबैको
अनौठो तर सुन्दर छ बानी उनको ।

उज्यालो हुने गरी मुस्कुराउँछिन उनी
राम्रो लाग्छ मलाई उनको बानी
असल चरित्र छ उनको पनि
मिठो मुस्कानका साथ हाँस्छिन उनी ।

गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु

✍संङ्गम तिमल्सिना
कक्षा-६, नवोदय शिशु सदन

गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु
तपाईंले दिनु भएको सबै काम समयमै गर्छु
तपाईंले पढाएको सबै कुरा सुन्छु
गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु ।

गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु
कक्षामा म अनुशासित भएर बस्छु
अरूसँग हल्ला पनि गार्दिन
गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु ।

गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु
तपाईंले अह्राएको सबै काम गर्छु
तपाईंले सिकाएको सबै कुरा लेख्छु
गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु ।

गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु
म सबै कार्य सफासँग लेख्छु
अरूसँग झगडा पनि गार्दिन
गुरुआमा अब म पनि ज्ञानी बन्छु ।

चित्रकला

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

अर्बौंको खानेतेल भारत निर्यात, नेपालीका भान्सामा महँगी

काठमाडौं / काठमाडौं बबरमहलकी सुनिता महर्जनले गएको भदौमा एक लिटर सूर्यमुखी तेल २१० रुपैयाँमा किनेकी थिइन् । तर, पुसमा त्यही तेलको भाउ बढेर लिटरको २३५ रुपैयाँ पुग्यो । भदौदेखि पुससम्म आइपुग्दा तेलको भाउ लिटरमै २५ रुपैयाँ बढ्यो । फागुन दोस्रो साता महर्जन उही सूर्यमुखी तेल एक लिटरको २७० रुपैयाँ तिर्न बाध्य भइन् ।

भदौदेखि फागुनसम्म आउँदा खानेतेलमा भएको मूल्य वृद्धिले अत्यास लाग्ने बनाएको उनी सुनाउँछिन् । 'अहिले एक लिटर तेलमा ६० रुपैयाँको अन्तर देखियो' महर्जनले संचारकर्मीसँग भनिन्, '२० रुपैयाँसम्म घटबढ हुनु त ठिकै मान्नुपर्थ्यो । तर, एकैपटक ६० रुपैयाँ कसरी बढ्यो ? यस्तै महँगी हुने हो भने त कसरी बाँच्न सकिएला र ?' अहिलेको महँगीका कारण आफ्नो मासिक बजेट नै बिग्रिएको गुनासो उनले गरिन् ।

चाडपर्वमा पनि खासै नबढेको तेलको भाउ अहिले अत्यधिक बढ्दा घरायसी बजटेमै समस्या परेको उपभोक्ताले गुनासो गरेका छन् । पछिल्लो समय चामल, दाल र गेडागुडीको भाउ घटिरहेको भए पनि खानेतेलको मूल्य भने घट्न सकेको छैन । संचार कर्मीको स्थलगत रिपोर्टिङमा बबर महल तथा नयाँबानेश्वर क्षेत्रका खुद्रा पसलमा सूर्यमुखी र भटमासको तेल प्रतिलिटर २६० देखि २८० रुपैयाँसम्म बिक्री भइरहेको पाइयो । भुटेको तोरीको तेलको मूल्य प्रतिलिटर ४२५ देखि ४३० रुपैयाँसम्म तथा काँचो तोरीको तेल ३२५ देखि ३३० रुपैयाँसम्म बिक्री गरेको पाइयो ।

आखिर किन घट्न सकिरहेको छैन खानेतेलको भाउ ?

पछिल्लो ६ महिनामा खाने तेलमा प्रतिलिटर ५० देखि ६० रुपैयाँसम्म वृद्धि भएको छ । यो मूल्यवृद्धि सूर्यमुखी तेल, भटमास तेल र तोरीको तेलमा भएको हो । दिनहुँ प्रयोगमा आउने अत्यावश्यक वस्तु तेलको मूल्यमा अस्वाभाविक वृद्धि हुँदा उपभोक्ता मारमा परिरहेका छन् । तेलको भाउ १५ दिनमै ५ देखि १० रुपैयाँले वृद्धि भएको खुद्रा व्यापारीहरूको छाता संगठन नेपाल खुद्रा व्यापार संघको तथ्यांकले पनि देखाउँछ ।

संघको तथ्यांक अनुसार १ माघमा प्रतिलिटर ४ सय रुपैयाँ पर्ने भुटेको तोरीको तेल फागुन आइपुग्दा १० रुपैयाँले बढेर ४१० कायम भएको छ । सोही अवधिमा सूर्यमुखी र भटमासको तेलमा लिटरको ५/५ रुपैयाँ भाउ बढेको छ । खुद्रा व्यापार संघका अनुसार पसलमा अहिले भुटेको तोरीको तेल प्रतिलिटर ४१० रुपैयाँ, काँचो तोरीको तेल लिटरको ३२५ रुपैयाँ छ । यसैगरी भटमास र सूर्यमुखी तेल प्रतिलिटर २५० रुपैयाँ पुगेको छ । तर, संघले अहिले २५० रुपैयाँ मूल्य तोकेको सूर्यमुखी र भटमासको तेल खुद्रा व्यापारीले भने २६० देखि २८० रुपैयाँसम्म बिक्री गरिरहेका छन् ।

नेपाली बजारको आवश्यकता परिपूर्ति नगरी भारतमा तेल निर्यात गर्दा नेपाली उपभोक्ताले महँगो मूल्य तिर्नुपरेको व्यवसायी आफैं बताउँछन् । खुद्रा व्यापार संघका कोषाध्यक्ष तथा व्यवसायी वसन्त श्रेष्ठले तेलको मूल्य होलसेल (थोक) मै बढेर आएको बताए ।

उनका अनुसार पुस दोस्रो सातादेखि नै तेलको मूल्य बढ्न थालेको हो । 'होलसेलबाट नै तेलको मूल्य बढेर आएको हुँदा हामीलाई पनि बढाउनुपर्ने बाध्यता छ,' कोषाध्यक्ष श्रेष्ठ भन्छन् ।

सरकारी कम्पनीमा कति पर्छ ?

सरकारी स्वामित्वको खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनी लिमिटेड (खाद्य संस्थान) ले सूर्यमुखी तेल प्रतिलिटर २३६, भटमासको तेल २३४ र तोरीको तेल ३६० रुपैयाँमा बिक्री गरिरहेको छ । अर्को सरकारी कम्पनी साल्ट ट्रेडिङ लिमिटेडले भने सूर्यमुखी तेल लिटरको २८० रुपैयाँ, भटमासको तेल प्रतिलिटर २५० रुपैयाँ र तोरीको तेल २६० देखि ४२५ रुपैयाँमा बिक्री गरिरहेको छ ।

उपभोक्ता अधिकारीकर्मी के भन्छन् ?

उपभोक्ता अधिकारकर्मी माधव तिमिल्सिना सरकार नै जिम्मेवार नभएकाले हरेक क्षेत्रमा नागरिकको शोषण भइरहेको बताउँछन् । 'यो भनेको उपभोक्तामाथि गरिएको चरम शोषण हो' अधिकारकर्मी तिमिल्सिना भन्छन्, 'उद्योगीलाई सहुलियत दिने नाममा उपभोक्तालाई दु:ख दिइएको छ । यसमा उद्योगीलाई सरकारले नै मलजल गर्ने काम गरेको छ । व्यापारीले जति नाफा खाए पनि जिम्मेवार निकाय मौन छ ।' सरकारले थाहा नपाए झैं गरेर चुप लाग्दा व्यवसायीको मनोमानी बढेको उनको आरोप छ ।

'नेपाली जनतालाई भन्दा भारतीय जनतालाई सस्तो खुवाउनका लागि तेल भारत निर्यात गरिएको छ,' उनी भन्छन्, 'निर्यात भनेको त आफ्नो देशको आवश्यकता परिपूर्ति भएपछि मात्रै हुनुपर्छ । हरेक उपभोग्य वस्तुमा ५ देखि १० रुपैयाँ गरी-गरी मूल्य बढाएर उपभोक्तालाई दु:ख दिने काम भइरहेको छ । सरकारको नियमन पाटो कमजोर र अनुगमनको पाटो फितलो भयो ।'

तर, यसरी व्यापारीले नेपालमा उत्पादित वस्तु भारत निर्यात गरेर नेपाली बजारमा अभाव सिर्जना गराइ मूल्यवृद्धि गर्दा पनि सरकार मौन बसेको उनको भनाइ छ । यही कारण उपभोक्ता चर्को महँगीको मारमा रहेको उनले बताए ।

विभाग भन्छ : हामी एक/दुई दिनमा बजार अनुगमन गर्छौं

उपभोक्ताको अधिकार संरक्षण गर्ने निकाय उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालय अन्तर्गतको उपभोक्ता संरक्षण विभागले भने तेलको मूल्यवृद्धिको विषयमा जानकारी आएको तर अनुगमनमा जान नभ्याएको प्रतिक्रिया दिएको छ ।

विभागका सूचना अधिकारी डिकबहादुर कार्कीले अनुगमन गरेपछि मात्रै बजारको स्थितिबारे जानकारी दिन सकिने बताए । 'एक/दुई दिनमा हामी बजार अनुगमनमा निस्किन्छौं' उनले भने, 'सत्य तथ्य जाँच नगरी यही छ भनेर भन्न सकिने अवस्था रहेन ।'

नेपालबाट विदेशमा कति हुन्छ तेल निर्यात ?

नेपालबाट बर्सेनि अर्बौं रुपैयाँ बराबरको खाने तेल भारत लगायत देशमा निर्यात हुने गर्छ । विदेशबाट कच्चापदार्थ ल्याएर प्रशोधन गरी नेपालबाट तेल निर्यात हुने गरेको छ । नेपालबाट भारत निर्यातमा शून्य भन्सार लाग्ने गरेको छ । त्यसो हुँदा ठूलो परिमाणमा तेल निर्यात हुने गरेको हो । तेस्रो मुलुकबाट आयात हुने तेलमा भारतले उच्च भन्सार लगाएपछि नेपालबाट त्यता जाने तेलको मात्रा अत्यधिक बढेको छ ।

भन्सार विभागको तथ्यांक अनुसार माघ मसान्तसम्म नेपालबाट भारत, अमेरिका, अस्ट्रेलिया, क्यानडा, डेनमार्क लगायत देशमा ३२ अर्ब ४१ करोड ६१ लाख रुपैयाँ बराबरको भटमासको तेल निर्यात भएको छ भने ६ अर्ब ९७ करोड रुपैयाँ बराबरको सूर्यमुखी तेल निर्यात भएको छ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

बहुपति प्रथाको कथामा बनेको 'द्रोपदी'को ट्रेलर रिलिज

काठमाडौं / ऋषिराज आचार्यको लेखन तथा निर्देशनमा तयार भएको फिल्म 'द्रोपदी'को ट्रेलर सार्वजनिक गरिएको छ । तीन मिनेटभन्दा लामो ट्रेलरले कथावस्तुबारे महत्त्वपूर्ण खुलासा गर्छ । फिल्मले नेपालमा विद्यमान बहुपति प्रथाको कथा उठाएको छ । रोजगारीका लागि विदेश गएका श्रीमानको दाजुभाईसँग सम्बन्ध राख्न बाध्य पारिएकी एक महिलाको कथालाई ट्रेलरले मर्मस्पर्शी रुपमा देखाएको छ ।

फिल्ममा निर्देशक आचार्य स्वयं मुख्य भूमिकामा प्रस्तुत छन् । उनको जोडी अभिनेत्री आश्विनी शाहीसँग बाँधिएको छ । ट्रेलर हेर्दा फिल्मको कथा आश्विनीमा केन्द्रित देखिन्छ । यही फिल्मबाट गायक रवि ओडले अभिनेताको रुपमा डेब्यु गरेका छन् । कविराज भाम, जेल्सन अधिकारी, सुजाता तिमल्सिना, विष्णु ठडराई, प्रकाश ज्ञवाली, सुरज अधिकारीलगायतको पनि फिल्ममा अभिनय छ ।

आगामी चैत ८ गतेबाट प्रदर्शनमा आउने तयारीमा रहेको 'द्रोपदी'मा ऋषिराज आचार्य र प्रकाश ज्ञवाली निर्माता तथा विष्णु ठडराई सह-निर्मातामा छन् ।

मोहनकुमार भिल्लुको छायांकन र ड्रोन रहेको फिल्ममा रवि ओडको संगीत, विष्णु ठडराईको कोरियोग्राफी, अनिल कुमार महर्जनको कलर एवं सम्पादन, कोविन्द सोनीको साउन्ड डिजाइन र सौरभ शर्मा बस्यालको ब्याकग्राउन्ड स्कोर छ ।

'बलिदान'मा समीरको जोडी बनेकी कविताको 'एक्सन लुक्स'

काठमाडौं / आगामी दशैंको फूलपाती अर्थात् असोज १३ गतेबाट प्रदर्शनमा आउने तयारीमा रहेको एक्सनप्रधान फिल्म 'बलिदान'मा अभिनेता समीर भट्टको जोडी बनेकी अभिनेत्रीलाई चार महिनाको छायांकन अवधिभर सार्वजनिक गरिएन । छायांकनको अन्तिम चरणमा भने फिल्मकी मुख्य अभिनेत्री कविता राय रहेको खबर मिडियामा सार्वजनिक भयो । अन्तत: उक्त खबर सत्य सावित भएको छ ।

शुक्रबार निर्माण टिमले कविताको क्यारेक्टर पोस्टर सार्वजनिक गरेको छ । 'बलिदान'मा उनले किरण पात्रको भूमिकामा अभिनय गरेकी छन् । पोस्टरमा उनी 'एक्सन लुक्स'मा प्रस्तुत छिन् । उनको अनुहार र हातमा रगत लागेको छ । हातमा बन्दुकको ब्यारेल समातेको देखिन्छ । पोस्टरले किरण पात्रको हिंसात्मक र सैर्षपूर्ण अवस्थालाई दर्शाउँछ ।

'बलिदान' कविताको डेब्यु फिल्म भने होइन । उनले यसअघि 'चोर पुलिस' जस्ता केही फिल्म र एक दर्जन बढी म्यूजिक भिडियोमा काम गरिसकेकी छन् । निर्देशक सन्तोष सेनका अनुसार फिल्ममा कवितालाई अडिसनबाट छनोट गरिएको हो । उनका अनुसार राज्यको मूलधारबाट किनारिएको भिल्ला वर्ग (काल्पनिक नाम)लाई किरण पात्रले फिल्ममा प्रतिनिधित्व गर्नेछ ।

'किरण पात्रका लागि उपयुक्त हाउभाउ, रुपरङ र सशक्त अभिनय क्षमता भएका महिला कलाकार छनोट गर्न अडिसन आह्वान गरिएको थियो । हाम्रो कल्पनाको किरण, जसको आवरण, आचरण, लवज र पात्रले देखाउनुपर्ने प्रभावशाली अभिनय कविता रायमा भेटिएकाले हामीले उहाँलाई छनौट गरेका थियौं,' निर्देशक सेनले भने ।

अघिल्लो साता समीर भट्टको क्यारेक्टर पोस्टर सार्वजनिक गरिएको थियो, जसले फिल्मको 'हाइप' निर्माणमा ठूलो भूमिका खेलेको छ । यसमा सौगात मल्ल, अर्पण थापा, ऋचा शर्मा लगायतको पनि अभिनय छ । फिल्ममा ऋचा समीरकी आमाको भूमिकामा छिन् । 'आसुसेन फिल्म्स्रु'को ब्यानरमा निर्माण भएको फिल्मको निर्मातामा पवन ब्राडफोर्ड बिस्ट र कार्यकारी निर्मातामा प्रेम पुरी छन् ।

मन्त्रिपरिषद्ले कुलमानलाई स्पष्टीकरण सोध्दा लिएका आधारहरु

काठमाडौं / मन्त्रिपरिषद् बैठकले चार प्रमुख आधारमा नेपाल विद्युत् प्राधिकरणका कार्यकारी निर्देशक कुलमान घिसिङलाई बर्खास्त गर्ने प्रयोजनका लागि स्पष्टीकरण सोधेको छ । यसअघि ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिँचाइ मन्त्रालयले पटक-पटक स्पष्टीकरण सोधे पनि त्यसैका आधारमा मात्र घिसिङलाई पदमुक्त गर्न नसकिने देखिएपछि बुधबारको मन्त्रिपरिषद् बैठकले उनलाई सफाइ पेस गर्न मौका दिने निर्णय गरेको थियो ।

मन्त्रिपरिषद् निर्णय अनुसार ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिँचाइ मन्त्रालयले कार्यकारी निर्देशक घिसिङलाई सोधेको स्पष्टीकरणमा प्रमुख चार आधार लिइएका छन् । मन्त्रिपरिषद् बैठकको निर्णय अनुसार सफाइ पेस गर्न ऊर्जा मन्त्रालयका सचिव सुरेश आचार्यले बिहीबार सफाइ पेस गर्न भन्दै पत्राचार गरेका छन् ।

१. उक्त पत्र अनुसार मन्त्रिपरिषद्ले उनलाई पदमुक्त गर्न लिएको प्रमुख आधार नै ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिँचाइ मन्त्रालय र घिसिङबीच ५ माघ २०७८ मा भएको कार्यसम्पादन सम्झौता पालना नगरेको विषयलाई बनाइएको छ ।

'मन्त्रालय र तपाईंबीच ५ माघ २०७८ मा भएको कार्यसम्पादन सम्झौताको दफा ९.५ को समयसीमा भित्र आर्थिक वर्ष २०८०/८१ को कार्यसम्पादन प्रतिवेदन पेस नगरी सम्झौताका सर्त उल्लंघन गर्नु भएका कारण सोही सम्झौताको दफा १०.३ को अवस्था उत्पन्न भएकाले सोही दफा १०.३ बमोजिम तपाईंसँगको सम्झौता अन्त्य गरी तपाईंको नियुक्ति रद्ध किन नगर्ने ?,' स्पष्टीकरणको पहिलो बुँदामा उल्लेख छ ।

घिसिङसँग भएको कार्यसम्पादन सम्झौताको दफा ९.५ मा आव २०८०/८१ को कार्यसम्पादन मूल्यांकन भदौ २०८१ भित्र गराइसक्नुपर्ने व्यवस्था छ । तर, घिसिङले कार्यसम्पादन मूल्यांकनका लागि उक्त अवधिमा आफ्नो कामको विवरण नै बुझाएका थिएनन् । सम्झौताको दफा १०.३ मा पहिलो र दोस्रो वर्षको कार्यसम्पादन मूल्यांकनमा घिसिङले लगातार वा तेस्रो आर्थिक वर्षको मात्रै मूल्यांकनमा ५० प्रतिशतभन्दा कम अंक पाएको अवस्थामा उनलाई पदबाट हटाउन सिफारिस गर्न सक्ने व्यवस्था छ । सोही दफामा रहेर ऊर्जा मन्त्रालयले यसअघि नै घिसिङसँग स्पष्टीकरण लिइसकेको छ । २२ पुसमा ऊर्जा मन्त्रालयले यस विषयमा स्पष्टीकरण सोधेपछि उनले हतार-हतार २६ पुसमा कार्यसम्पादन विवरण बुझाएका थिए । तर, त्यसरी सम्झौतामा उल्लेख भएको म्यादभित्र कार्यसम्पादन पेस नगरेका कारण मूल्यांकन ग्राह्य नभई निजको आव २०८०/८१ को कार्यसम्पादन मूल्यांकनको अंक शून्य कायम हुन गएको निर्णय ऊर्जा मन्त्रालयले गरेको छ । मन्त्रिपरिषद्ले घिसिङलाई पदमुक्त गर्न मागेको स्पष्टीकरणको सबैभन्दा बलियो आधार यही हो ।

२. घिसिङले यस वर्षमात्रै होइन, गत वर्ष पनि नेपाल सरकारको पूर्वस्वीकृति नै नलिई भारत-नेपाल ऊर्जा आदान-प्रदान समिति (पीईसी) को बैठकमा सहभागी भएको तथा सहमतिपत्रमा हस्ताक्षर गरेको विषयलाई घिसिङ पदमुक्त गर्ने दोस्रो आधार लिइएको छ । घिसिङले यो वर्ष १२ फेब्रुअरी २०२५ र गत वर्ष ११ मार्च २०२४ मा पीईसी बैठकमा सहभागी भई भारतबाट १३२, ३३ र ११ केभी प्रसारण लाइन मार्फत आयात हुने विद्युत् भाउ बढाउने सहमति गरेका थिए ।

गत वर्ष ४.४५ प्रतिशत र यो वर्ष १.५ प्रतिशतले त्यस्तो विद्युत् भाउ बढाउने सहमति गर्न जाँदा उनले नेपाल सन्धि ऐन, २०४७ को दफा २ को खण्ड (ख) एवं नेपाल सरकारबाट जारी भएको सन्धि सम्पन्न गर्ने निर्देशिका, २०७७ को दफा २ को खण्ड (छ) बमोजिमको अधिकारपत्र (पूर्णाधिकार) नै नलिएको मन्त्रिपरिषद्ले सोधेको स्पष्टीकरणमा उल्लेख छ ।

'ती बैठकमा सहभागी भई आर्थिक वर्ष २०२४/२५ र २०२५/२६ का लागि द्विपक्षीय विद्युत् विनिमय समिति बैठकबाट तय भएको सहमतिपत्रमा हस्ताक्षर गरी आफूलाई अधिकार नै नभएको कार्य गरेर आफ्नो पदको काम वा जिम्मेवारी पूरा गर्न नसकेको हुँदा नेपाल विद्युत् प्राधिकरण, कार्यकारी निर्देशक वा महाप्रबन्धकको सेवाका सर्त तथा सुविधा सम्बन्धी विनियमावली, २०६१ (संशोधन सहित) को विनियम २२ को खण्ड (क) अवस्था भएकाले तपाईंलाई पदबाट किन नहटाउने ?,' मन्त्रिपरिषद् स्पष्टीकरणको दोस्रो बुँदामा उल्लेख छ । घिसिङले उक्त वार्तामा जानुअघि प्राधिकरण सञ्चालक समिति, त्यसका अध्यक्ष ऊर्जामन्त्रीबाट न त भ्रमण स्वीकृति गराएका थिए, न विद्युत् भाउबारे विषयमा सहमतिका लागि पूर्वस्वीकृति नै लिएका थिए ।

यसरी भ्रमण आदेश नै स्वीकृति नगराई वार्तामा गएको तथा भाउ बढाउने सहमति गरेर आएको विषयलाई मन्त्रिपरिषद्ले गम्भीर लिई स्पष्टीकरण सोधेको हो ।

३. नेपाल सरकार, मन्त्रिपरिषद्को मिति २०८१ कात्तिक २५ को निर्णयबाट डेडिकेटेड फिडर तथा ट्रंक लाइनबाट विद्युत् उपयोग गर्ने ग्राहकहरूले खपत गरेको विद्युत् बक्यौता रकम टाइम आफ डे मिटर समेतका आधारमा महसुल निर्धारण तथा असुली सम्बन्धी विषयमा मन्त्रालय मार्फत दिएको निर्देशन कार्यान्वयन नगरी अवज्ञा गरेकाले पनि कुलमानलाई पदबाट किन नहटाउने भन्दै स्पष्टीकरण सोधिएको छ ।

सोही दिनको मन्त्रिपरिषद् बैठकले टीओडी मिटर समेतका आधारमा पुन: गणना गरी १५ दिनभित्र डेडिकेटेड र ट्रंक लाइन विद्युत् बक्यौता असुल गर्ने तथा २४ घण्टाभित्र त्यसबेला उद्योगमा काटिएको लाइन जोडिदिने निर्णय गरेको थियो । त्यसअघि सर्वोच्च अदालतका पूर्वन्यायाधीश गिरीशचन्द्र लाल अध्यक्षताको आयोगले पनि टीओडी मिटरका आधारमा पुन: गणना गरी २०७२ माघदेखि २०७५ वैशाखसम्मको बक्यौता उठाउनुपर्ने सुझाव दिएको थियो ।

तर, मन्त्रिपरिषद्को २५ पुसको निर्णयपछि लाइन जोडिदिए पनि घिसिङले पहिले काटेकै बिल टीओडीका आधारमा काटिएको भन्दै पुन: गणना गर्न मानेनन् । बरु, पुरानै बिल पठाएर बक्यौता नतिरे पुन: लाइन काटिदिने बताए ।

घिसिङले मन्त्रिपरिषद्को निर्णय कार्यान्वयन नगरेपछि ऊर्जा मन्त्रालयले प्रा. डा. अरविन्दकुमार मिश्रको संयोजकत्वमा बक्यौता पुन: गणनाका लागि प्राविधिक समिति बनायो । तर, त्यो प्राविधिक समितिलाई सहयोग र सहजीकरण गर्ने गरी ४ पुसमा प्राधिकरण सञ्चालक समितिले गरेको निर्णयमा उनी आफैंले 'नोट अफ डिसेन्ट' लेखे । यद्यपि, सञ्चालक समितिले बहुमतका आधारमा त्यो समितिलाई तथ्यांक तथा दस्तावेज उपलब्ध गराउने र अन्य लजिस्टिक सहयोग गर्ने निर्णय गरेको थियो । यो निर्णय पनि उनले कार्यान्वयन गरेका छैनन् ।

विद्युत् नियमन आयोगले समेत मिश्र आयोगलाई तथ्य स्थापित गराउने मौका भएकाले सहयोग गर्न लिखित निर्देशन दिएको थियो । तर, त्यसको पनि घिसिङले पालना गरेनन् । मन्त्रिपरिषद्ले दिएको निर्देशन पालना नगरेका कारण सरकारले उनलाई पदबाट किन नहटाउने भन्ने स्पष्टीकरण सोधेको छ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

'भूठान'को गीत 'कागजको खोस्टो'मा नवराजको कविता

काठमाडौं / आगामी बैशाख १२ गतेबाट प्रदर्शनको तयारीमा रहेको फिल्म 'भूठान'को पहिलो गीत 'कागजको खोस्टो' सार्वजनिक गरिएको छ । गीतमा पुष्पन प्रधानको गायन तथा संगीत र नवराज पराजुलीको शब्द रचना छ । कवि पराजुलीको युट्युब च्यानलबाट सार्वजनिक गीतले आफ्नो जन्मदेश फर्किन नपाएको आप्रवासीको व्यथा बोलेको छ । गीतमा नवराजले वाचन गरेको कविता पनि समावेश छ ।

आफ्नो देशभन्दा बाहिर रहेको पात्रले घर नफर्की मर्न पनि नमिल्ने र कालले समेत ताकेता गर्न नमिल्ने मर्मस्पर्शी भावका शब्दहरु गीतमा छन् । शब्द, संगीत र स्वरको सशक्त सन्तुलन रहेको गीतको भिडियोमा अभिनेता हरिवंश आचार्यको जीवन्त अभिनय देख्न सकिन्छ । साथै, सुसन प्रजापतिको छायांकन पात्रको भावअनुकूल छ ।

विनोद पौडेलको निर्देशनमा तयार भएको फिल्ममा हरिवंशका साथै हलिउड अभिनेता ब्रुस डर्न, दयाहाङ राई, अनुराधा मजुमदार, पूजा चन्द, ऋचा घिमिरे, जोएस पाण्डे, अदिती प्याकुरेल, टम क्रेन, विमल सुवेदी लगायतको अभिनय छ । फिल्मको निर्माताहरुमा अविरल थापा, राजेन्द्र ठकुराठी, अमिताव जोशी, सुशांक मैनाली र किर्तना बाँस्कोटा रहेका छन् ।

अंग्रेजीमा 'द वर्ल्डस् ह्याप्पिएस्ट म्यान' नाम राखिएको फिल्ममा अन्जय खड्काको सम्पादन, सम्बरन प्रेथु राईको संगीत र भारतका प्रख्यात कला निर्देशक अन्जन गजुरेलको कला निर्देशन छ ।

भुटानदेखि नेपाल र अहिले अमेरिकामा रहेका भुटानीहरुको देशप्रेम र थातथलो छोडेर विदेशी भूमिमा बस्नुपर्दा आफ्नो जन्मघर हराएको आप्रवासीको पीडालाई 'भूठान'ले प्रस्तुत गर्ने जनाइएको 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

ठेक्का लागेको ८ वर्षसम्म पनि पुल बन्न सकेन

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ ठेक्का लागेको ८ वर्षसम्म पनि काभ्रेपलाञ्चोक र हेटौंडा जोड्ने पुल निर्माण सम्पन्न हुन सकेको छैन ।

काभ्रेपलाञ्चोकको खानीखोला गाउँपालिका-५ र मकवानपुरको बागमती गाउँपालिका-५ सिक्रेदोभानस्थित बागमती नदीमा पुल निर्माण गर्न ठेक्का लगाइएको थियो । दुई वर्षमा निर्माण सम्पन्न गर्ने ठेक्का सम्झौता भएपनि हालसम्म पुल निर्माण नभएको हो । पुल निर्माणको ठेक्का लिएको महादेव-शिखर-तामाकोशी-जेभीले समयमा काम सम्पन्न नगरेपछि बर्षेनी प्रदेशस्थित भौतिक पूर्वाधार मन्त्रालयले ताकेता गर्दै आएको छ । यो पुल निर्माणका लागि भ्याटबाहेक ११ करोड ६५ लाख रुपैयाँमा ठेक्का सम्झौता गरिएको थियो ।

तत्कालीन जिल्ला विकास समितिको कार्यालय मकवानपुरले आर्थिक वर्ष २०७३/७४ मा ठेक्का लगाएको पुल निर्माण नहुँदा खानीखोला र महाभारत गाउँपालिका आसपासका नागरिकले प्रदेश राजधानी हेटौंडा आवतजावत गर्न सास्ती ब्यहोर्नुपरेको महाभारत गाउँपालिका अध्यक्ष कान्छालाल जिम्बाले बताए । हालसम्म पिलर उठाउने, नदीको बीचमा 'पाइलिङ' र काभ्रेपलाञ्चोकतर्फको पिलरको पाइलिङ सकिएको छ । निर्माण कम्पनीले हालसम्म ३० प्रतिशत भौतिक काम सकिएको दावी गर्दै आएको छ । 'दुई घण्टामा खानीखोलाको केन्द्र तालढुंगाबाट प्रदेश राजधानी हेटौंडा पुगिन्छ, त्यसैले यहाँ पुल बनेमा निकै सजिलो हुने थियो,' स्थानीयवासी रामप्रसाद तिमल्सिनाले भने ।

निर्माण व्यवसायी खड्ग गोपालीले सडक नभएको स्थानमा पुल निर्माणको ठेक्का लगाइएकाले सामग्री ढुवानीका लागि पहिला सडक बनाउँदा केही ढिलाइ भएको बताए । बागमती प्रदेशका मूख्यमन्त्री बहादुर सिं लामा र भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्री अमनलाल मास्केले पुल निर्माणलाई प्राथमिकतामा राख्ने प्रतिवद्धता जनाएका छन् ।

महाभारत, खानिखोला र बागमती गाउँपालिकाको टोलीले बुधबार मुख्यमन्त्री लामालाई ध्यानाकर्षण पत्र बुझाएका थिए । मूख्यमन्त्री लामाले भौतिक मन्त्री मास्केलाई पुलको काम चाँडो सम्पन्न गर्नेगरी प्रक्रिया अघि बढाउन निर्देशन दिए । उनका अनुसार मन्त्री मास्केले आफूले प्रदेशका रुग्ण योजना पहिचान गरी २९ वटालाई गति दिएको र तीन योजना सम्पन्न भएको बताएका छन् ।

ईन्द्रसरोबर गाउँपालिका र पत्रकार महासंघबीच छलफल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुर शाखाले ईन्द्रसरोवर गाउँपालिकाको पर्यटनको सम्भाव्यता, भौतिक पूर्वाधार विकास र समस्या विषयमा गाउँपालिकासँग छलफल गरेको छ ।

कार्यसमिति बैठकको शिलशिलामा इन्द्रसरोवर पुगेको महासंघ कार्यसमितिले शुक्रबार पालिका प्रमुख र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतसँग छलफल गरेको हो । छलफलका क्रममा इन्द्रसरोवर गाउँपालिका अध्यक्ष देवकृष्ण पुडासैनीले शिक्षा, स्वास्थ्य, पर्यटनलाई प्राथमिकतामा राखेर काम गरिरहेको बताएका छन् । गत असोजको बाढीले ईन्द्रसरोवरमा ठुलो क्षति पुगेको उनले बताए ।

'विद्युत प्राधिकरणले विचार नपुर्‍याएर ईन्द्रसरोबरको ड्याम खोल्दा धेरै संरचनामा क्षति पुगेको थियो ।' अध्यक्ष पुडासैनीले भने । संघीय राजधानी र प्रदेश राजधानी जोड्ने ४ वटै सडक सञ्जालले ईन्द्रसरोवरलाई छोएको बताउँदै ती सडक निर्माण कार्य समयमै सम्पन्न हुनुपर्नेमा उनले जोड दिए ।

अध्यक्ष पुडासैनीले संघीय र प्रदेश सरकारले प्रदान गर्ने समपुरक बजेटमा लगानी गनुपर्ने र पालिकाको बलियो आयश्रोत नुहँदा साढे ८ करोड बजेट घाटामा रहेको बताए । ईन्द्रसरोबर तालको सम्भाव्यतालाई भरपुर सदुपयोग गर्नुपर्ने उनको भनाई रहेको छ ।

त्यसैगरी पत्रकार महासंघ मकवानपुरका अध्यक्ष बालकृष्ण अधिकारीले जनप्रतिनिधि आएपछि स्थानीय तहमा विकास निर्माणले गति लिएको बताएका छन् । यद्यपि जनचाहना अनुसार अझै पनि काम हुन नसकेको उनको भनाई छ । अध्यक्ष अधिकारीले सरकारले गरेका राम्रा कामलाई जनतामाझ लैजाने र जनप्रतिनिधिलाई पनि जनताप्रति उत्तरदायी बनाउने भूमिकालाई महासंघले सन्तुलित रुपमा अगाडि बढाउने उल्लेख गरेका छन् ।

स्थानीय तहले पत्रकार महासंघसँग समन्वय र सहकार्य गर्नुपर्नेमा उनको जोड थियो । छलफलमा पालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत रामचन्द्र लामाको पनि सहभागिता रहेको थियो । महासंघले पालिकाबाट सर्वसाधारणले पाइरहेको सेवा सुविधालयागतका विषयमा पनि चासो लिएको छ ।

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 सर्तहरुः

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 ।

प्रदेशस्तरीय कविता प्रतियोगिताको नतिजा सार्वजनिक

साझाकुरा संवाददाता

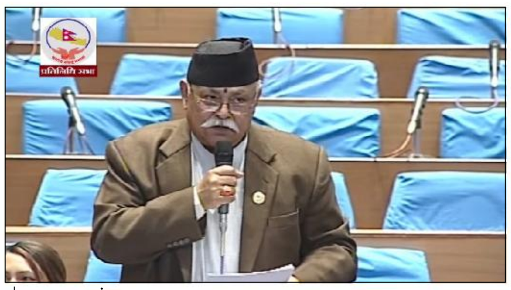
हेटौंडा, २३ फागुन/ नेपाल रेडक्रस सोसाइटी बागमती प्रदेशशाखाले आयोजना गरेको 'रेडक्रस अभियन्ता-रक्तदान जीवनदान' विषयक प्रदेशस्तरीय कविता प्रतियोगिताको नतिजा सार्वजनिक गरिएको छ ।

जिल्लास्तरबाट छनोट भएका प्रतियोगीले सहभागिता जनाएका यस प्रतियोगितामा जुनियर सर्कल र युवा सर्कल तर्फ उत्कृष्ट स्थान हासिल गर्ने विजेता घोषणा गरिएको हो । युवा सर्कलतर्फ नुवाकोट प्रथम भएको छ । युवा सर्कलतर्फ सुनिता तामाङ (बागेश्वरी मावि, सूर्यगढी नुवाकोट) ले प्रथम स्थान हासिल गरेकी हुन् ।

यसै समूहमा विजेता कार्की-ग्रामर स्कुल, काठमाडौंले द्वितीय स्थान प्राप्त गरेको छ । तृतीय स्थान एलिना बानियाँ-एडभान्स एकेडेमी धादिङ) ले हात पारिन् । जुनियर सर्कलतर्फ धादिङ प्रथम भएको हो । जुनियर सर्कलतर्फ शान्ति तामाङ-एडभान्स एकेडेमी, धादिङले प्रथम स्थान प्राप्त गरिन् । कृष्ण मोक्तान-सिद्धिमंगल मावि, ललितपुरले द्वितीय स्थान हासिल गरे भने राज्यलक्ष्मी गुप्ता-पद्मकन्या विद्यालय, काठमाडौंले तृतीय स्थान प्राप्त गरिन् ।

प्रतियोगिताका विजयी तथा सहभागी सम्पूर्ण प्रतियोगीलाई बधाई तथा आगामी राष्ट्रियस्तरको प्रतियोगिताका लागि शुभकामना व्यक्त गरिएको छ । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी बागमती प्रदेश शाखाका महासचिव रामजी पौडेलद्वारा हस्ताक्षरित सूचनामा विजेताहरुको सम्मान कार्यक्रम छिट्टै आयोजना गरिने जनाइएको छ ।

संसदमा उठ्यो बुद्ध एयरको जहाज अवतरणको विषय



साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीका सांसद तथा संसदीय पूर्वाधार विकास समितिका सभापति दीपकबहादुर सिंहले बुद्ध एयरको जहाज पांग्राबिनै काठमाडौं विमानस्थलमा अवतरण गरेको विषयमा जाँचबुझ आयोग गठन गर्न माग गरेका छन् ।

बिहीवार अपरान्ह जनकपुरबाट उडेको बुद्ध एयरको एउटा जहाज पांग्राबिनै काठमाडौंको त्रिभूवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा अवतरण गरेको थियो । जनकपुर बाट काठमाडौं आएको जहाजमा पांग्रा नभएको चालकदलका सदस्यले थाहा नै नपाएको बताइएको छ । जहाजमा ६२ यात्रु थिए । प्रतिनिधि सभाको शुक्रवारको बैठकमा सांसद सिंहले यस्तो माग गरेका हुन् ।

'बुद्ध एअरको पांग्रा खसेको थियो । र काठमाडौंमा एउटा पांग्रामात्रै ल्याण्ड गर्‍यो । यसको विषयमा छानवीन गर्न जाँचबुझ आयोग गठन गरियोस्' सभापति सिंहले भने । यात्रुको ज्यान जोखिममा राखेर उडान भर्ने बुद्ध एअरको लापर्वाहीका बारेमा जाँचबुझ आयोग गठन गरी दोषिलाई कारवाही गर्न माग गरिएको हो ।

बुद्यौली साहित्य समाज सप्तरीको अधिवेशन सम्पन्न

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ बुद्यौली साहित्य समाज सप्तरीको भेलाले नयाँ कार्यसमिति चयन गरेको छ । कवि मेघराज पौड्यालको अध्यक्षतामा बनेको समितिमा उपाध्यक्ष, सचिव, सहसचिव तथा कोषाध्यक्षमा क्रमशः मीना साह, मनोहर पोखरेल, शिवा अधिकारी तथा दुर्गा दाहाल रहेका छन् ।

यसैगरी सदस्यहरुमा गणेशबहादुर बस्नेत तथा रामकुमार चौधरी चयन भएका छन् । कार्यक्रममा नन्दलाल आचार्य, राजकुमार लामिछाने, मीना साह, मेघराज पौड्याल, दुर्गा दाहालगायतले रचनावाचन गरेका थिए । फणीन्द्र श्रेष्ठ, विश्वनाथ न्यौपाने, नागेन्द्र श्रेष्ठलगायतले शुभकामना मन्तव्य दिएका थिए । डेफोडिल इङ्लिस स्कुल कञ्चनपुरमा भएको कार्यक्रममा यात्रा संस्मरणकार रमेशमोहन अधिकारीको प्रमुख आतिथ्य रहेको थियो भने तीर्थ पोखरेलको सभाध्यक्षता रहेको थियो ।

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	बिहान : 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, ०५७-५२१६५५, ९७६७४९०४४०
सिन्धुली सम्पर्क नं.: ९७६७४९३०३२

पत्रकार महासंघ मकवानपुरको सिम्लाङ घोषणापत्र जारी

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुरले ८ बुँदे घोषणापत्र जारी गरेको छ । फागुन २२ र २३ गते मकवानपुरको ईन्द्रसरोवर गाउँपालिका-१ स्थित सिम्लाङमा बसेको बैठकले पूर्ण प्रेस स्वतन्त्रता, श्रमजीवी पत्रकार ऐनको कार्यान्वयन, पत्रकारिताको संस्थागत विकास र समृद्धिका लागि ८ बुँदे घोषणापत्र जारी गरेको हो ।

श्रमजीवी पत्रकार तथा नागरिक समाजको अग्रणी संस्था भएका नाताले महासंघले प्रेस तथा अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतामाथि भएका र हुनसक्ने सबैखालका हस्तक्षेपको विरोध गर्ने जनाएको छ । महासंघ पत्रकारिता क्षेत्रमा हुने विकृति र विसंगतिलाई निर्मुल पार्न प्रतिवद्ध रहेको सचिव केशव समर्पण सुवेदीले बताए । सकारात्मक पत्रकारिताको माध्यमबाट समाजलाई जागृत गर्ने कार्यमा लाग्न सबै पत्रकारलाई महासंघले आग्रह समेत गरेको छ ।

साना लगानीमा सञ्चालित स्वरोजगारमूलक तथा महिला नेतृत्वको सञ्चारमाध्यमको दिगो र भरपर्दो विकासका लागि विशेष ध्यान दिन समेत महासंघले स्थानीय तथा प्रदेश सरकारलाई आग्रह गरेको छ । संघ, प्रदेश र स्थानीय सरकारलाई समानुपातिक विज्ञापन नीति लागु गर्नुका साथै स्थानीय विज्ञापन स्थानीय सञ्चारमाध्यमलाई उपलब्ध गराउनुपर्ने बाध्यकारी व्यवस्था गर्न सरकारसँग माग गर्ने सचिव सुवेदीले बताए ।

त्यसैगरी पत्रकारको क्षमता अभिवृद्धिमूलक रचनात्मक नीति तथा कार्यक्रम ल्याउने र भइरहेका क्षमता अभिवृद्धिका कार्यक्रमलाई अझ व्यवस्थित ढंगले सञ्चालन गर्न प्रदेश र स्थानीय सरकारको ध्यानाकर्षण गर्ने उनले उल्लेख गरेका छन् । साथै पत्रकारिता विषयमा उच्चशिक्षा अध्ययन गर्न चाहने पत्रकारका लागि छात्रवृत्तिको व्यवस्था गर्न स्थानीय तह र बागमती प्रदेश सरकारसँग पनि महासंघले माग गरेको छ ।

मकवानपुरका सबै स्थानीय तहले पत्रकारिता क्षेत्रको प्रवर्द्धनको लागि आवश्यक बजेट व्यवस्थापन गर्न पनि महासंघले आग्रह गरेको छ । मकवानपुरको ईन्द्रसरोबर गाउँपालिकाको सिम्लाङ, मार्खु, थाहा नगरपालिकाको चित्लाङ, दामन, सीमभञ्ज्याङ क्षेत्रको आवश्यक प्रचारप्रसारका लागि व्यवस्था गर्न, पर्यटनसँग स्थानीयको आयआर्जनलाई जोड्नका लागि व्यावसायिक तालिमको व्यवस्था गर्नुका साथै सो क्षेत्रको पर्यटन विकासमा सबै सरोकारवालाले ध्यान दिन पनि महासंघले आग्रह गरेको सचिव सुवेदीले जानकारी दिएका छन् ।

प्रदेश सरकारको निबन्ध प्रतियोगितामा हिमा न्यौपाने प्रथम

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ फागुन/ ११५ औं अन्तर्राष्ट्रिय नारी दिवसको अवसरमा बागमती प्रदेश सामाजिक विकास मन्त्रालयद्वारा आयोजित महिला कर्मचारीबीचको निबन्ध प्रतियोगिता बागमती प्रदेशसभा सचिवालयकी हिमा न्यौपाने (अधिकृतस्तर सातौं) प्रथम भएकी छन् ।

अन्तर्राष्ट्रिय नारी दिवसको अवसरमा बागमती प्रदेश सामाजिक विकास मन्त्रालयद्वारा आयोजित 'सार्वजनिक सेवामा महिला सहभागिता, अवस्था चुनौती र आगामी कार्यदिशा' विषयक निबन्ध प्रतियोगितामा न्यौपाने प्रथम भएकी हुन् । शुक्रबार एक कार्यक्रमबीच बागमती प्रदेशका सामाजिक विकासमन्त्री हरिप्रभा खड्की श्रेष्ठ र मन्त्रालयका सचिव बद्रीनाथ गैह्रेले न्यौपानेलाई नगद १० हजार रुपैयाँ र सम्मानपत्रद्वारा सम्मान गरेका हुन् ।

प्रतियोगितामा द्वितीय स्थान हासिल गरेकी बागमति प्रदेश उद्योग वाणिज्य भूमि तथा प्रशासन मन्त्रालयका लेखा अधिकृत सरस्वती पौडेलले नगद ७ हजार रुपैयाँ र तृतीय स्थान हासिल गरेकी बागमती प्रदेश लेखानियन्त्रक कार्यालयका लेखाअधिकृत सुस्मा पुडासैनीले नगद ५ हजार रुपैयाँ सहित सम्मानपत्र प्राप्त गरेकी थिइन् ।

बागमती प्रदेश सरकार अन्तर्गत कार्यरत महिला कर्मचारीको सृजनात्मक प्रतिभालाई प्रोत्साहित गर्न आयोजित प्रतियोगितामा उत्कृष्ट ३ जना महिला कर्मचारीलाई सम्मान गरिएको हो । मन्त्रालयमा आयोजित निबन्ध लेखन प्रतियोगितामा १२ जना महिला कर्मचारीले सहभागिता जनाएका थिए ।

सटर भाडामा

मेनरोड हेटौंडा-१०, बैकरोड, भूटनदेवी मोड नजिक २ वटा सटर,अफिसको लागि कोठा भाडामा रहेकोले इच्छुक महानुभावहरुले तुरुन्त सम्पर्क राख्नुहोला ।

सम्पर्क नं. ९८४९०१०३३६

हार्दिक समवेदना

जन्मः २००६/३/१८

स्वर्गारोहणः २०८१/११/१२

स्व. टिकादत्त बिडारी

यस संस्थाका कर्मचारी श्री मालती ओझाको सासुराबुबा **टिकादत्त बिडारी**को स्वर्गारोहण भएको आज १३ औं दिनको पुण्यतिथिमा दिवंगत आत्माको चीरशान्तिको कामना गर्दै शोक सन्तप्त परिवारजनप्रति गहिरो समवेदना प्रकट गर्दै धर्यधारण गर्ने शक्ति प्रदान गरुन् भन्ने कामना गर्दछौं ।

विजय सागर श्रेष्ठ (अध्यक्ष) एवम्

मकवानपुर सहकारी संस्था लि. परिवार

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