म.जि. प्र. का. द.नं. : १०६/०६८, वर्ष १४ अंक २४७ शनिबार, ६ बैशाख २०८२ ने. सं. ११४५ चौलागा 19 April 2025 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्य: रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

बागमती गाउँपालिकाको २ विद्यालयमा श्रमदान

हेटौंडा, ५ बैशाख/बागमती गाउँपालिकाभित्रका २ सामुदायिक विद्यालयमा शुक्रबार श्रमदान भएको छ । वडा नम्बर-७, पाथिभरास्थित चौरा आधारभूत विद्यालय र ८ नम्बरस्थित वनदेवी आधारभूत विद्यालयमा श्रमदान गरिएको हो । चौरा आविमा बागमती गाउँपालिकाका अध्यक्ष सर्केश घलान र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत ओमबहादुर दर्जीसहित विद्यालय यवस्थापन समितिका पदाधिकारी, युवा समाजसेवी र शिक्षकको उपस्थितिमा स्याव ढलानका लागि श्रमदान गरिएको छ । मुख्य सडकदेखि विद्यालय गेटसम्म स्याव निर्माणम श्रमदान गरिएको हो । वनदेवी आविको निर्माणाधीन नयाँ भवनमा श्रमदान गरिएको बागमती-८ का वडाध्यक्ष इन्द्रमणि तिमल्सिना (केशव) ले जानकारी दिएका छन् । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी उपशाखा फापरबारीका संयोजक शंकर पराजुली सहितको टोलीसँगै श्रमदान गरिएको हो । बागमती गाउँपालिका भित्रका सार्वजनिक क्षेत्रमा पछिल्लो समय श्रमदान संचालन हुँदै आइरहेको छ ।

चिउरी र चमेरो संरक्षण कार्यान्वयनको लागि दोस्रो चरणको सम्झौता

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ बागमती प्रदेश सरकारले दोस्रोचरणको 'चिउरी र चमेरो संरक्षण कार्यक्रम' कार्यान्वयन गर्न ६ स्थानीय तहसँग सम्झौता गरेको छ ।

सीमान्तकृत चेपाङ समुदायको सामाजिक, सांस्कृतिक तथा आर्थिक उत्थानका लागि लक्षित गर्दै प्रदेश सरकारले दोश्रोचरणको सम्झौता गरेको हो । शुक्रबार सामाजिक विकास मन्त्रालयमा एक कार्यक्रमको आयोजना गरी ३ जिल्लाका ६ पालिकासँग सम्झौता गरेको हो । कार्यक्रम २० प्रतिशत स्थानीय तह र ८० प्रतिशत प्रदेश सरकारको साझेदारीमा कार्यान्वयन हुनेछ । गतवर्ष यो कार्यक्रम लागू गर्न ५० लाख बजेट विनियोजन गरेको प्रदेश सरकारले मकवानपुरको राक्सिराङ गाउँपालिका, चितवनको राप्ती नगरपालिका, कालिका नगरपालिका र इच्छाकामना गाउँपालिका तथा धादिङको गजुरी र बेनिघाटरोराङ गाउँपालिकासँग सम्झौता गरेको हो ।

चालु आर्थिक वर्षमा कार्यक्रम कार्यान्वयनका लागि प्रदेश सरकारले प्रतिपालिका १२ लाख ५० हजार रुपैयाँ रकम उपलब्ध गराउने गरी ७५ लाख बजेट विनियोजन गरेको छ । कार्यक्रममा राक्सिराङ गाउँपालिका अध्यक्ष राजकुमार मल्लले 'चिउरी र चमेरो संरक्षण कार्यक्रम' लाई प्रदेश सरकारले सशर्त कार्यक्रमअन्तर्गत राखेर बजेट विनियोजन गर्नुपर्ने बताए । कार्यक्रम कार्यान्वयनसँगै अनुगमनलाई पनि सँगै लैजानुपर्ने उनको भनाई छ ।

मन्त्रालयका सचिव बद्रीनाथ गैह्रेले चेपाङ समुदायको सामाजिक रुपान्तरणमा सकारात्मक प्रभाव पार्ने विश्वासका साथ प्रदेश सरकारले गत वर्षदेखि 'चिउरी र चमेरो संरक्षण कार्यक्रम' ल्याएको बताए । चेपाङ समुदायको आर्थिक समृद्धि तथा संस्कृति संरक्षण गर्ने उद्देश्यले कार्यक्रम अघि सारिएको उनले जानकारी दिए । आगामी वर्षदेखि सशर्त अनुदानमै यो कार्यक्रम लैजाने तयारीमा मन्त्रालय रहेको उनले बताए ।

चिउरीको नर्सरी स्थापना, संरक्षण, वृक्षरोपण, चिउरीको मह र दानाको बजारीकरण, तथा जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गरिने सामाजिक विकास महाशाखा प्रमुख अमृत अधिकारीले जानकारी दिएका छन् । कार्यक्रमले चेपाङ समुदायको दिगो विकासमा दीर्घकालीन योगदान पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । कार्यक्रमअन्तर्गत चिउरी वृक्षरोपणका लागि जग्गाको पहिचान, एकीकरण, हावापानी अनुकूल बिरुवा उत्पादन, वितरण र संरक्षण गर्ने योजना रहेका छन् । चमेरो संरक्षणका लागि चमेरोको प्रजनन, आहारविहार र संरक्षणमा योगदान पुऱ्याउने खालका अनुसन्धानमा आधारित कार्यक्रम सञ्चालन गरिने छ ।

मौरी चरिचरनको संरक्षण, महको उत्पादकत्व वृद्धि एवम् उत्पादित महको बजारीकरणका लागि आवश्यक कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्ने छ । चिउरी रुख रोपिएका क्षेत्रमा छोटो समयमा उत्पादन दिने अदुवा, खुर्सानीलगायतका सहायक बाली लगाउन प्रोत्साहित गरी बजारीकरणमा सहयोग गर्ने र चिउरीजन्य उत्पादनको महत्वबारे जनचेतना अभिवृद्धि, उत्पादनको संकलन, प्रशोधन, भण्डारण, बिक्रीवितरण एवम् बजारीकरणका कार्यक्रम आवश्यकता अनुसार सञ्चालन गर्नुपर्ने छ ।

कार्यक्रम सञ्चालन भएको क्षेत्रका विद्यालय र चेपाङ समुदायमा चेपाङ, चिउरी तथा चमेरोको पारिस्थितिक प्रणाली र चेपाङ संस्कृतिका विषयमा सचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्छ । चिउरी पकेटक्षेत्र एवम् चेपाङ सर्किटलाई पर्यटकीय क्षेत्रको रुपमा प्रवर्द्धन र विकास गर्ने लक्ष्य राखिएको छ । यो कार्यक्रम सञ्चालन गर्नका लागि सामाजिक विकासमन्त्रीको अध्यक्षतामा ६ सदस्यीय निर्देशक समिति गठन गर्ने प्रावधान छ ।

समितिले कार्यक्रम कार्यान्वयनका लागि नीति तथा मापदण्ड तय गर्ने, अन्तरमन्त्रालय र स्थानीय तहसँग समन्वय र सहजीकरण गर्ने, कार्यक्रमको अनुगमन गरी पृष्ठपोषण र निर्देशन दिने तथा कार्यक्रम कार्यान्वयनका लागि आवश्यक स्रोत व्यवस्थापनमा सहजीकरण गर्नेछ । कार्यक्रम कार्यान्वयनका लागि सम्बन्धित स्थानीय तहमा कार्यान्वयन समिति बनेका छन् । स्थानीय तहको उपप्रमुख/उपाध्यक्षको संयोजकत्वमा छ सदस्यीय कार्यान्वयन समिति बन्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार नेपालमा चेपाङ/प्रजाको जनसंख्या ८४ हजार ३६४ जना अर्थात् ० दशमलब २९ प्रतिशत छ । बागमती प्रदेशमा मात्रै ७७ हजार ९१४ जना चेपाङ/प्रजा बसोबास गरिरहेका छन् । बागमती प्रदेशमा सबैभन्दा धेरै चेपाङको बसोवास भएको जिल्ला चितवनमा ३५ हजार ६३७ जना चेपाङ/प्रजा छन् । मकवानपुरमा २३ हजार ६४० र धादिङमा १७ हजार १६० जना चेपाङ/प्रजा रहेको छ ।

इभी दुर्घटना हुँदा २ जनाको मृत्यु, १४ घाइते

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ यात्रुबाहक विद्युतीय गाडी दुर्घटना हुँदा मकवानपुरमा २ जनाको मृत्यु भएको छ । यस्तै १४ जना घाइते भएका छन् ।

मकवानपुरगढी गाउँपालिका-२ धरमपानीस्थित कान्तिलोकपथ सडक खण्डमा शुक्रबार राति १ बजेको इभी गाडी दुर्घटना हुँदा २ जना महिलाको मृत्यु भएको हो । मृत्यु हुनेमा सर्लाहीको बागमती नगरपालिका-७ की १३ वर्षीया मानुसी मगर, रौतहट दुर्गाभवानिपुर गाउँपालिका-५ की ५० वर्षीया निलमदेवी राउत रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रवक्ता श्यामु अर्यालले जानकारी दिए । मगरको घटनास्थलमा र राउतको उपचारको क्रममा मृत्यु भएको हो ।

काठमाडौंबाट हेटौंडातर्फ आउँदै गरेको बा.प्र.०१-००६ ख ७०७२ नम्बरको यात्रुबाहक इभी माइक्रो गाडी सडकबाट करिव २०० मिटर तल खसेको थियो । गाडीमा चालकसहित १६ जना सवार रहेको प्रवक्ता अर्यालले जानकारी दिए । दुर्घटनामा रौतहट दुर्गाभवानिपुर-५ बस्ने वर्ष ५५ को रामप्रकाश राउत, सर्लाही बरहथहवा-८ बस्ने वर्ष ५२ को शिवशंकर राय, सोही स्थान बस्ने वर्ष ४५ की रिकिदेवी राय, बरहथवा-९ बस्ने वर्ष २७ को मनोज राय घाइते भएका छन् ।

यस्तै सर्लाही हरिहरपुर-१ बस्ने वर्ष २७ को नवराज मगर, सोही स्थान बस्ने वर्ष १६ की प्रियंका मगर, वर्ष १५ को सृजन मगर, वर्ष ४० की जमुना मगर, वर्ष १९ को सुदीप रिसाल, विष्णुपुर-३ मधुवनगोठ बस्ने वर्ष २७ को देवराजकुमार साह, सोही स्थान बस्ने वर्ष ४२ की किसुनव्रर्ती साह, बागमती-७ बस्ने वर्ष १६ की युनिका दर्लामीमगर, महोत्तरी गौशाला-५ बस्ने वर्ष १६ को आदित्य छोरचंगी मगर घाइते भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

गाडीमा यात्रु संख्या क्षमताभन्दा बढी रहेको र सडकबाट गाडी अनियन्त्रित भई खसेको हुनसक्ने प्रहरीको प्रारम्भिक अनुमान छ । प्रहरीले घटनाबारे थप अनुसन्धान गरिरहेको जनाएको छ ।

राप्रपा हेटौंडा उपमहानगर १ नं.वडा कमिटीमा तामाङ

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी मकवानपुर, हेटौंडा उपमहानगर १ नं.वडा कमिटीमा नयाँ कार्यसमिति चयन भएको छ ।

शुक्रबार भएको अधिवेशनले सुवास तामाङको नेतृत्वमा २२ सदस्यीय नयाँ कार्यसमिति चयन गरेको हो । समितिको उपाध्यक्षमा सागरसिं ठकुरी र अम्बिका थिङ, सचिवमा रुपेश लामा, कोषाध्यक्षमा सुनिल सापकोटा चयन भएका छन् । त्यसैगरी सदस्यमा सुजन शाही, गोमन लामा, सन्जोग जोशी, बिवेक रसाइली, ज्ञानेन्द्रराज ढुंगेल, अष्टमान लामा, राजेन्द्र लामा, भीमबहादुर विक, टीका बल्लभ, रुपक ढुंगाना, सुमन आलेमगर, सरोजकुमार पण्डित, शुष्मा लामा, सन्दीप जोशी, दीपक श्रेष्ठ र ध्रुव देवकोटा रहेका छन् ।

त्यसैगरी सल्लाहकार सदस्यमा लोकबहादुर सापकोटा, नारायण ढुंगाना, भुवन स्याङतान, उमाकान्त गौतम, फणिन्द्रराज ढुंगेल र प्रेमबहादुर मोक्तान रहेका छन् । पार्टीका केन्द्रीय सदस्य रामबहादुर थोकरको प्रमुख आतिथ्यता एवम् वडा कमिटीका निवर्तमान अध्यक्ष सुजन शाहीको सभाध्यक्षतामा कार्यक्रम भएको हो । कार्यक्रममा जिल्लाका कार्यबहाक अध्यक्ष सागर थापा, उपाध्यक्ष ज्ञानेन्द्रराज ढुंगेल, महिला संगठनका केन्द्रीय सचिव सरस्वती थिङ, नगरअध्यक्ष अरुण लामा, खेलकुद संयोजक सन्जोग जोशी र व्यापार संयोजक विवेक रसाइलीलगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

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 N2 (Nitrogen) हावा टायरमा भरिने
- इन्जिनसम्बन्धी सबै काम

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

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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

गुगलले गर्दैछ ठूलो परिवर्तन, विश्वभरको डोमेन परिवर्तन हुने

इन्टरनेट क्षेत्रको दिग्गज कम्पनी गुगलले एउटा महत्वपूर्ण घोषणा गरेको छ । यसबाट विश्वभरका प्रयोगकर्ताले केही परिवर्तन देख्न पाउनेछन् । जसअनुसार कम्पनीले निकट भविष्यमै गुगलको स्थानीय डोमेनहरू परिवर्तन गर्न गइरहेको छ । अहिलेसम्म देशहरूका लागि फरक-फरक गुगल डोमेन हुने गरेका छन् । जस्तै नेपालका लागि गुगल डटकम डट एनपी छ भने भारतका लागि गुगल डट को डट आइएन छ ।

गुगलका यस्तै देशगत स्थानीय डोमेनहरु वर्षौंदेखि प्रयोग हुँदै आएका छन् र यिनलाई लोकल सर्च रिजल्ट दिनका लागि प्रयोग गरिन्छ । अब चाहिं नयाँ परिवर्तन हुँदैछ । जसअन्तर्गत गुगलले देशगत डोमेनहरुलाई हटाउँदैछ । यसको साटो प्रयोगकर्ताहरु सिधै गुगल डटकममा पुग्नेछन् । स्मरण रहोस् गुगलले सन् २०१७ देखि प्रयोगकर्ताको रियल टाइम भौतिक अवस्थितिमा पहुँच राख्न थालेको हो । यसले प्रयोगकर्तालाई जुनसुकै देशको डोमेन चलाएता पनि गुगल सर्चमा सान्दर्भिक नतिजासम्म पुऱ्याउन सहयोग गर्दछ ।

गुगलका अनुसार स्थानीय डोमेनमा परिवर्तन गरिने यो अपडेट छिटै नै सबै प्रयोगकर्तासम्म पऱ्याइनेछ । यसमा केही

महिनासम्मको समय लाग्नसक्छ । एकपटक यो प्रक्रिया सम्पन्न भएपछि एड्रेस बारमा जुनसुकै देशको कोड युआरएलमा टाइप गरे पनि स्वत: गुगल डटकममा रिडाइरेक्ट हुनेछ ।

तर, गुगलको यो परिवर्तनले प्रयोगकर्ताको सर्च रिजल्टमा भने कुनै असर पार्नेछैन । यसपछि पनि प्रयोगकर्तालाई स्थानीय सामग्री तथा सर्च रिजल्ट प्राप्त भइरहनेछन् । अर्थात् तपाईं नेपालमा हुनुहुन्छ भने गुगल सर्च गर्दा नेपालसँग सम्बन्धित सर्च रिजल्ट देखिनेछन् र यदि ब्राजिलबाट गुगल सर्च गरिरहनुभएको छ भने त्यहाँको स्थानीय विषयवस्तुहरू सर्च रिजल्टमा देखिनेछन् ।

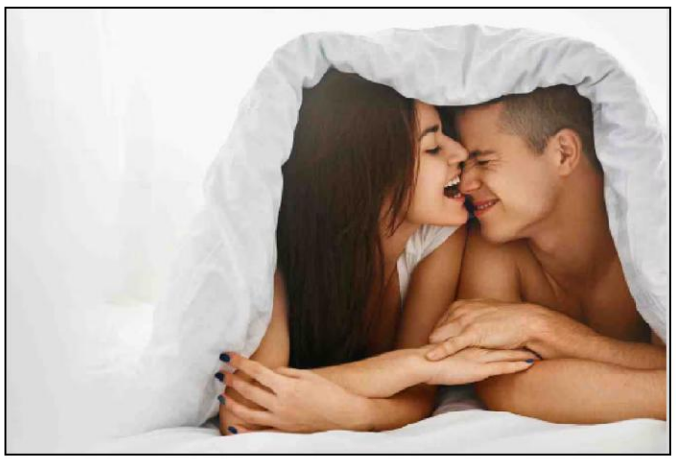
यद्यपि कतिपय प्रयोगकर्तालाई आफ्नो रुचि अर्थात् प्राथमिकता रिसेट गर्नुपर्ने हुनसक्छ, जसमा भाषा वा क्षेत्र लगायतका विषय छान्नुपर्ने हुन्छ । यस विषयमा गुगलले आगामी दिनमा जानकारी दिने बताइएको छ ।

स्वास्थ्य शिक्षा

यौन सुखका लागि ‘प्राकक्रीडा’ कति जरुरी ?

भनिन्छ, दाम्पत्य सुखको एउटा कडी हो आनन्दमयक यौन जीवन पनि । सक्रिय यौनले दाम्पत्य सुख मात्र होइन प्रेम र विश्वास पनि प्रगाढ हुन्छ । यद्यपि समस्या कहाँ छ भने धेरैजसो दम्पतीले खुलेर यौनको विषयमा चर्चा गर्दैनन् । न उनीहरूले यसबाट कसरी अधिकतम सन्तुष्टि हासिल गर्न सकिन्छ भनी अभ्यास गर्छन् । जबकि यौन जीवनलाई कसरी आनन्दमयक बनाउने भनी प्राचीन कालदेखि नै विभिन्न अभ्यास र खोज हुँदै आएको छ । यस सम्बन्धमा कति ग्रन्थ नै लेखिएको छ ।

त्यस अनुरुप यौनलाई तीन चरणमा विभाजन गरिएको छ । यौनक्रिया सुरु गर्नुअघि, यौनक्रियाका क्रममा र यौनक्रिया पछि । यसमध्ये यौनक्रिया अघि गरिने प्रक्रियालाई प्राकक्रीडा भनिन्छ । प्राकक्रीडाले यौन क्रियाका लागि दुवैलाई मानसिक, शारीरिक रुपले तयार राख्ने मात्र नभई थप उत्कर्षमा पुऱ्याउन सहयोग गर्छ ।



के हो त प्राकक्रीडा ?

प्राकक्रीडा भनेको यौन सम्बन्ध स्थापित गर्नुअघि गरिने शारीरिक, भावनात्मक र मानसिक तयारीको प्रक्रिया पनि हो । जसमा अंगहरूको स्पर्श, चुम्बन, अंगालो, स्पर्श, प्रेमील तवरले गरिने मसाज यस्तै गतिविधिहरू पर्छन् । जसले दुई व्यक्तिबीचको आत्मीयता, आकर्षण र यौन उत्तेजना बढाउँछ । प्राकक्रीडा कसैको लागि रोमान्टिक कुराकानी र भावनात्मक संवाद हुन सक्छ भने कसैका लागि छोटो शारीरिक स्पर्श वा प्रेमालाप पनि पर्याप्त हुन्छ ।

उदाहरणका लागि, हात समात्ने, कपाल सुम्सुम्याउने, एकअर्कालाई मायालु शब्दहरू भन्ने वा हल्का मसाज गर्ने जस्ता क्रिया पनि प्राकक्रीडाको हिस्सा हुन सक्छन् । यो प्रक्रियाले शारीरिक रूपमा यौन उत्तेजना बढाउनुका साथै मनोवैज्ञानिक रूपमा पनि दुवै पक्षलाई तयार बनाउँछ। यसरी अंगहरूमा गरिने स्पर्श र चुम्बनले शरीरमा खुसीको हर्मोन ‘डोपामाइन’ र ‘अक्सिटोसिन’को स्राव बढाइदिन्छ । जसले रक्तसञ्चार बढाउने, आनन्द दिने र उत्तेजनाको अनुभव गराउँछ ।

यही तालमेलले महिलाको योनीमार्गमा लुब्रिकेशन (चिप्लोपना) बढाएर शरीरलाई यौनसम्पर्कका लागि तयार गर्छ । उत्तेजित र विचारशून्य भई यौनक्रियामै मात्र ध्यान हुन्छ । पुरुषहरूमा पनि यो प्रक्रियाले उत्तेजनालाई लामो समयसम्म कायम राख्न र नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्छ । प्राकक्रीडाले यौन आनन्द र उत्तेजनालाई उच्च बनाएर चरमसुखसम्म पुग्न मद्दत गर्छ।

प्राकक्रीडाको आवश्यकता किन ?

कतिपय भन्छन्, ‘प्राकक्रीडा किन चाहियो ?’ कतिले त यसलाई समयको बर्बादी ठान्छन् । उनीहरूका लागि मुख्य कुरा भनेको यौनसम्पर्क नै हो । हो, प्राकक्रीडा बिना सम्भोग गर्न सकिन्छ, तर प्राकक्रीडा भएको सम्भोग र नभएको बीचको फरक महिला पार्टनरलाई सोध्नुहोस् । यौन उत्तेजनाको सुरुवात मानसिक तथा शारीरिक कारण दुवैले हुनेगर्छ । एकातिर यौन उत्तेजनात्मक कुरासम्बन्धी सोचाइ तथा परिकल्पना हुन्छ भने अर्कोतिर यौनसंवेदनशील अंगहरूकै सीधा घर्षण पनि ।

प्राय:जसो पुरुषको तुलनामा अधिकांश महिलालाई चरमसुखको स्थितिमा पुग्न केही बढी समय लाग्छ । कतिपय दम्पतीले यौनसम्पर्कको सुरुवात नै एकै पटक योनीमा लिङ्ग प्रवेशका साथ गर्छन् । यसो गर्नाले पुरुष तथा महिला यौन प्रतिक्रिया चक्रको विभिन्न चरणमा फरक समयमा पुग्ने हुँदा दुवैले एकै समयमा चरम यौनआनन्द पाउन सक्दैनन् । एक राम्रो प्राकक्रीडा गर्दा महिला वा पुरुषलाई राम्ररी उत्तेजित गराउन र यौनसुख राम्ररी प्राप्त गर्न मद्दत मिल्छ ।

वैज्ञानिक अध्ययनहरूले पनि प्राकक्रीडाले यौन सन्तुष्टिको स्तर बढाउने देखाएका छन् । यो केवल यौनसम्पर्कको तयारी मात्र होइन, बरु सम्पूर्ण अनुभवलाई सुखद् र यादगार बनाउने माध्यम हो। अहिलेको विज्ञानले मात्र होइन, प्राचीन ग्रन्थ ‘कामसूत्र’ मा पनि प्राकक्रीडालाई विशेष महत्त्व दिइएको छ । वात्स्यायनले यौन सम्बन्धलाई कला र विज्ञानको रूपमा हेरेका छन्, जहाँ प्राकक्रीडाले शारीरिक र भावनात्मक सन्तुलन कायम गर्न भूमिका खेल्छ । उनले चुम्बन, अंगालो र स्पर्शका विभिन्न तरिकाहरूको वर्णन गरेका छन्, जसले प्रेमी-प्रेमिकाबीचको सम्बन्धलाई गहिरो र बलियो बनाउँछ ।

प्राकक्रीडा बिनाको सम्भोग

प्राकक्रीडा बिना नै यौनसम्पर्कमा प्रवेश गरियो भने दुवै पक्षलाई शारीरिक असहजता हुन सक्छ र अनुभव अपूर्ण रहन सक्छ। शरीर पूर्णरूपमा उत्तेजित नहुन सक्छ । जसले महिलामा लुब्रिकेशनमा कमी गराउँछ ।

यौनसम्पर्कका क्रममा दुखाइ पनि हुनसक्छ । महिलामा पुरुषको जति चाहाना नहुन पनि सक्छ । दुवैजना मध्ये एकजनामा मात्र यौनइच्छा कम भएमा यौनआनन्द दुवैले प्राप्त नगर्न पनि सक्छन् । सम्भोगका लागि उत्साह र जाँगरमा कमी आउन पनि सक्छ ।

प्राकक्रीडाको भावनात्मक महत्व

प्राकक्रीडाले दुई व्यक्तिबीचको विश्वास, आत्मीयता र प्रेमलाई अभिव्यक्त गर्ने अवसर दिन्छ । जब दुई व्यक्तिले एकअर्कालाई समय दिन्छन् । माया र सम्मान देखाउँछन् । तब उनीहरूको सम्बन्धमा गहिराइ आउँछ । प्राकक्रीडाबिना यौनसम्पर्क केवल शारीरिक आवश्यकताको पूर्तिमा सीमित हुनसक्छ, जसले भावनात्मक दूरी बढाउन सक्छ।

उदाहरणका लागि, लामो समयसम्मको प्रेमालाप वा एकअर्काको भावनालाई बुझ्ने प्रयासले सम्बन्धमा सुरक्षाको भावना पैदा गर्छ । विशेष गरी महिलाहरूका लागि भावनात्मक जोड र सुरक्षित महसुस गर्नु यौन सन्तुष्टिको महत्त्वपूर्ण पक्ष हो । त्यसैले, प्राकक्रीडाले सम्बन्धलाई केवल शारीरिक स्तरमा नराखी भावनात्मक रूपमा पनि बलियो बनाउँछ।

प्राकक्रीडा अन्य फाइदा

सम्भोगलाई मात्र होइन, शरीरका लागि पनि फाइदा पुग्छ

जस्तो कि,

- मुटुको धड्कन, सञ्चार र रक्तचाप बढ्छ ।
- रक्तनलीहरू फैलिएर योनाङ्गमा रक्तसञ्चार बढाएर यौनक्रिया सहज पार्छ ।
- योनिमा लुब्रिकेशन बढाएर यौनक्रियालाई सहज पार्ने र घर्षण हुँदा हुने दुखाइबाट बचाउँछ ।

पार्टनरसँग प्राकक्रीडाबारे कुरा कसरी गर्ने ?

आफ्नो पार्टनरलाई प्राकक्रीडा किन आवश्यक छ भनेर खुलेर भन्ने आँट गर्नुपर्छ । किनकी, सम्भोगमा उत्तिकै साझेदारी मात्र होइन, आनन्दको सह-अनुभूति पनि हुनु आवश्यक छ। पार्टनरलाई सबैको उत्तेजना हुने गति एकै हुँदैन, कसैलाई बढी समय चाहिन्छ भनेर सम्झाउन सकिन्छ ।

साहित्य

कथा

उत्तरआधुनिक बबन्डर

✍लक्ष्मण गाम्नागे

घरजग्गा कारोबार, आवास योजना, बैदेशिक रोजगार, बैंक वा वित्तिय संस्था, पाठ्यपुस्तक छपाई, स्कूल-कलेज वा अस्पताल इत्यादि व्यवसायबाट त्यस क्षेत्रमा लगानी गर्ने उद्योग व्यवसायीहरू निकै छिटो सम्पन्न भएजस्तै हामी साहित्यको खेतीमा लागेका मानिसहरूलाई पनि छिटो नाम कमाई गर्न कुनै विशेष ‘वाद’ वा ‘आन्दोलन’ को खेती गर्नुपर्नेरहेछ भन्ने कुरा म भर्खरै बुझ्दैछु । नेपाली साहित्यमा अहिले फस्टाएको मुख्य खेती उत्तरआधुनिकता हो । तर, एउटा कुरा चाहिँ मैले अझै बुझेको छैन । यो उत्तरआधुनिक भन्ने विचार जो छ यो साहित्यमा मात्रै हुन्छ कि समाजका अरु क्षेत्रमा पनि ? हामीले प्रत्यक्ष र तिब्र रुपमा भोगिरहेका अनेकौं नयाँ, अनौठा र मनोरञ्जक घटना एवं परिदृष्यलाई उत्तरआधुनिक बबन्डर भन्न पाइन्छ कि पाइँदैन होला ? यस्ता विषयमा चाहिँ किन कसैले वहस नगरेका होलान् ? किन कोही विद्वानहरूले यस क्षेत्रमा वादविवाद छेडेर तहल्का नमच्चाएको होला ? ‘समाजमा उत्तर आधुनिकताको प्रभाव’ विषयमा वहस चलाएर गरिखाने कोही विद्वान हुनुहुन्छ भने लौ कस्सिनुहोस् है । छिपिछिपे चर्चा भने मै पनि शुरु गर्दिन सक्छु ।

हामी उत्तरआधुनिक राज्यव्यवस्थामा छौं । हाम्रो सत्ता वा सरकार पनि उत्तरआधुनिक छ । उत्तरआधुनिक राज्यसत्तामा जनताको मत जित्नु पर्दैन । बन्दुक पड्काएर, लट्ठी ठट्टाएर, तर्साएर वा भाटा बजाएर सत्ता प्राप्त हुन्छ । सरकार बनाउन, मन्त्री-प्रधानमन्त्री हुन पनि चुनाव जित्नुपर्दैन । अलिकति तिकडम र खड्यन्त्र गरे पुग्छ । उत्तरआधुनिक राज्य व्यवस्थामा नेता वा जनप्रतिनिधिहरूले कामै नगरे पनि अथवा खुलमखुला काम वहिस्कार गर्ने घोषणा गरेर पनि तलव भत्ता खान लाज मान्नु पर्दैन । यस्तो राज्यव्यवस्थामा जति ठूलो भ्रष्टाचारी उति ठूलो सम्मान प्राप्त हुन्छ । जति बढी हठ गर्न सक्यो उति ठूलो पद प्राप्त हुन्छ । मर्नु त सबैले पर्छ, तर उत्तरआधुनिक राज्यव्यवस्थामा इमानदारहरू खान नपाएर मर्छन्, बेइमानहरू धेर खाएर मर्छन् । उत्तरआधुनिक राज्यव्यवस्थाको कर्मचारीतन्त्रमा पनि उत्तर आधुनिकता र पुरातनपन्थ बीच घमासान संघर्ष जारी छ । पुरातनवादी कर्मचारीहरू पुरातन ढङ्गका ढड्डा र पोकापुन्तुराहरूमा पोको परेर काम गरिरहेका भेटिन्छन्, उत्तरआधुनिक कर्मचारीहरू कम्प्यूटर नामको उत्तरआधुनिक भाँडोमा अनेक उत्तरआधुनिक लीलाका दृष्यहरू हेरेर मस्ती मारिरहेका हुन्छन् ।

समाजमा उत्तरआधुनिकताको प्रभाव यति गहिरोसँग परेको छ, त्यसको प्रमाण मेरा साथीहरू पनि हुन् । चारपाँच वर्ष अघि सँगसँगै शहर पसेर एक रात सुन्धाराको गन्धे लजमा सँगै बास बसेर छुट्टिएका हामी मध्ये पुरातनपन्थी बेकुफ म आजसम्म डेरामा डल्लो परेर निस्सासिइरहेकोछु, उत्तरआधुनिक मित्रहरू ६/६ महिनामा गाडी परिवर्तन गर्दै उत्तरआधुनिक भवनहरूमा फ्वाँफ्वाँ निदाइरहेका छन् ।

उत्तरआधुनिक विद्यालयहरूले मच्चाएको बबन्डरको कुरो गर्नैपर्दैन । अरु धेरै व्याख्या गर्नुभन्दा पनि उत्तरआधुनिक स्कूलका उत्तरआधुनिक गुरु र उत्तरआधुनिक चेलीहरूलाई उत्तरआधुनिक भट्टीहरूमा उत्तरआधुनिक आशनमा पुलिसले रङ्गेहात फेला पारेर बेलाबेलै सार्वजनिक गरिरहेका घटनाले त्यतातिरको उत्तरआधुनिक प्रगतिको झलक दिन्छ । स्कूलको उत्तरआधुनिक प्रगति हेर्न उत्तरआधुनिक डान्स रेष्टुरेन्ट, कन्सर्ट वा नाइटक्लबहरूतिर गए भइहाल्छ ।

यातायातका क्षेत्रमा पश्चिमा देशहरूले नगरेको प्रगति हामीले गरेका छौं । हाम्रा बस र ट्रकहरू उत्तरआधुनिक झोल पदार्थ पिएका उत्तरआधुनिक ड्राइभरहरूका साथमा सडकपेटीमा हिँडिरहेका बटुवा, पसलमा चिया पिएर बसिरहेका वा किनमेल गरिरहेका मानिसहरूलाई कच्याक्क पार्छन् र उत्तर आधुनिक मृत्यु प्रदान गर्छन् । मृत्यु पनि उत्तर आधुनिक ? हो, मृत्यु पनि अचेल उत्तर आधुनिकतामा प्रवेश गरिसकेको छ । कदाचित् कुनै दुर्घटना भएर कसैको मृत्यु भयो भने उसको दाहसंस्कार पुरातन प्रंकृयाबाट हुँदैन । सडकमा चक्काजाम, गाडीहरूमा तोडफोड, आगजनी, धर्ना, बन्द इत्यादि अनेक हर्कत हुन्छन् र अन्तमा उत्तरआधुनिक मृत्युवरण गर्ने उत्तरआधुनिक लाशले पाँच-दस लाख क्षतिपूर्ति कमाइ छाडेर मात्रै यमलोकतिर प्रस्थान गर्छ । उस्तै परे ऊ सहिदमा दर्ता हुन्छ । उत्तरआधुनिक सहिद । देशमा अचेल सवारी साधनहरूका कारण निरन्तर यस्ता उत्तरआधुनिक स्वर्गारोहणहरू भइरहेका छन् । हिजोआजको प्रगति हेर्दा हाम्रा उत्तरआधुनिक बस वा ट्रकहरू सडकबाट पेटी हुँदै घरका माथिल्ला तलाहरूतिर चडेर ओछ्यानमा सुतिरहेका मानिसलाई पनि उत्तर आधुनिक मृत्यु प्रदान गर्न थाल्ने पो हुन् कि भन्ने आशा पलाउन थालेको छ ।

म यस्तै विभिन्न उत्तरआधुनिक घटनाबारे घरमा समाचार नामको थोत्रो कार्यक्रम हेर्न प्रयाश गरिरहेको हुन्छु, छोराछारीहरू संसार छाडेर आकास, पाताल, व्रह्मण्ड वा अन्तरिक्ष विषयका अनेक तिलस्मी चलचित्रहरू हेरेर मलाई उल्लू बनाइरहेका हुन्छन् । त्यस्ता चलचित्रको उत्तरआधुनिक चमत्कार हेरेर मेरो उत्तरआधुनिक छोराले हात मात्रै तीनपटक भाँचिसकेकोछ ।

छोराको कुरा आउँदा म मेरो छोराको उमेरमा दुईवटा खोला र घनघोर जङ्गल पार गरेर एक्लै स्कूल गएको सम्झन्छु । तर म मेरो उत्तरआधुनिक छोरालाई हरेक बिहान जम्मा ३०० मिटरको दुरीमा रहेको स्कूल पुऱ्याउन आफैं जान्छु । हामी पो एकदर्जन छोराछोरी थियौं त, झुत्रे, झाम्रे, सिँगाने, छेरौटी, नसे, ध्वाँसे इत्यादि । यो त एक्लो छोरो त्यो पनि उत्तरआधुनिक । आठ वर्षको फुच्चे केको उत्तर आधुनिक भन्ने प्रश्न पनि उठ्न सक्छ । तर ऊ छ नै उत्तरआधुनिक, म के गरुँ ? उत्तरआधुनिक खाद्य पदार्थहरूको नियमित सेवनले चाउचाउका सिन्का आकारका हात, कुरकुरे साइजका नलिखुट्टा, फ्रुटी कलरको अनुहार र कम्प्यूटर र टेलिभिजन जस्ता उत्तरआधुनिक भाँडाहरूले नियमित रसस्वादन गरी चिजबल आकारमा परिणत गरिदिएका आँखा भएको साँच्चै उत्तर आधुनिक छ ऊ । उसलाई सडकको भित्तापट्टिबाट हातमा च्याप्प अँठ्याएर लैजानुपर्छ । यसको कारण पनि उत्तरआधुनिकतासँग ट्याप्पै जोडिएको छ ।

उत्तरआधुनिक युवाहरू उत्तर आधुनिक वाइकमा बडो बेगवान गतिमा ओहोर दोहोर गर्छन् यो सडकमा । तपाईलाई थाहै होला, उत्तरआधुनिक आकारका वाइकका ह्यान्डिल कि त अर्नाका सिङ आकारका हुन्छन्. कि त बहर गोरुका जस्ता लिँडे परेका । जङ्गली अर्ना पनि खतरा, नदाएका बहर पनि खतरा । यस्ता वाइकको पुच्छर आकाशतिर फर्केको हुन्छ र मुन्टो जमिनतिर जोतिएको । भिडन्तका लागि तयार जोदाहा साँढे जस्तो । यो सडकमा सिधा हिँड्न जान्दैन । नागबेली परेर विद्युतीय गतिमा बत्तासिन्छ । त्यस्तो वाइकका माथि सवार उत्तर आधुनिक सारथीले या त कचौरा आकारको हेल्मेट लगाएको हुन्छ, यात बडेमानको डर लाग्दो । हेल्मेटको अनुहार देखिनुपर्ने भागबाट चुल्ठो निस्किएर हावामा उडिरहेको हुन्छ । त्यसमाथि पनि उत्तरआधुनिक युवती डडाल्नामा टाँस्सिएकी रहिछ भने त यसमा सवार उत्तर आधुनिक युवाहरू खतरनाक सर्कसवाज झैं भएका हुन्छन् । सर्कसवाजको सन्तुलन नखल्बलिउन्जेल उत्तरआधुनिक वाइक देखता जिरिङ्ग जिरिङ्ग आङ् फुलाउने मात्रै हो । तर सन्तुलन बिग्रियो भने...! ? सम्झिँदै आङ सिरिङ्ग हुन्छ ।

बच्चाहरू स्कूल लैजाने बाटोमा उत्तर आधुनिक गतिमा हुइंकिने ती वाइकका भयले छोरालाई त्यसरी च्याप्प पारेर समात्नु परेको हो । शुरुशुरुमा छोरालाई नसमाती स्कूल लैजाँदा वाइकको हावाले हानेर ऊ निकैपटक भित्तातिर उछिट्टिएको छ । एकपटक उसले त्यस्तै एउटा वाइकको हावाले लडेपछि उठेर धुलो टक्टक्याउँदै भनेको कुराले नै वास्तवमा मलाई समाजमा उत्तरआधुनिकताको प्रभाव विषयमा चिन्तन् गर्न मन लागेको हो ।

पछारिएर उठेपछि उसले मलाई सोध्यो- ए बा ! त्यो अङ्कलले पछाडि बसेकी दिदीलाई कलेज लगेको कि हस्पिटल ?

उसको कुरा सुनेर म एकछिन त जिल्ल परें । उसको प्रश्नको अर्थ बुझेपछि मैले भनें- पहिला कलेज आउँछ, त्यसपछि अस्पताल आउँछ र त्यसपछि आर्यघाट पुगिन्छ । यी तीन ठाउँमध्ये यिनीहरू जहाँ पनि पुग्न सक्छन् । यो कुरा सर्कसको सन्तुलनमा भर पर्छ ।

कदाचित् त्यो गतिको वाइकले छोयो भने हामी बाबुछोराको इहलीला ठाउँकोठाउँ समाप्त हुँदैन त ? त्यसैले म उसलाई बडो यत्नसाथ समात्ने गर्छु । मैले अठोट गरेको छु, आफ्नो त जिन्दगी यस्तै पुरातनपन्थमा गइगो, यो छोरोलाई जोगाउनुपर्छ र उत्तरआधुनिक युगको पूरापूर उपयोग गर्न छाड्नुपर्छ । मर्नैपरे मै मरिजाउँला, त्यसैले म छेऊपट्टिबाटै हिँड्छु । मरिहालियो भने मेरो मृत्यु पनि यसै खेर जाने छैन । अकालमा मरियोस् मात्रै न, मेरा नातेदार, छिमकी, टोलबासी र साथीहरूभाइहरू साथमा टायर, सलाई र ढुङ्गामूढा लिएर उत्तरआधुनिक आन्दोलनका लागि तत्पर छँदैछन् । एउटा सन्तान चाहिँ जोगाउनैपर्छ ।

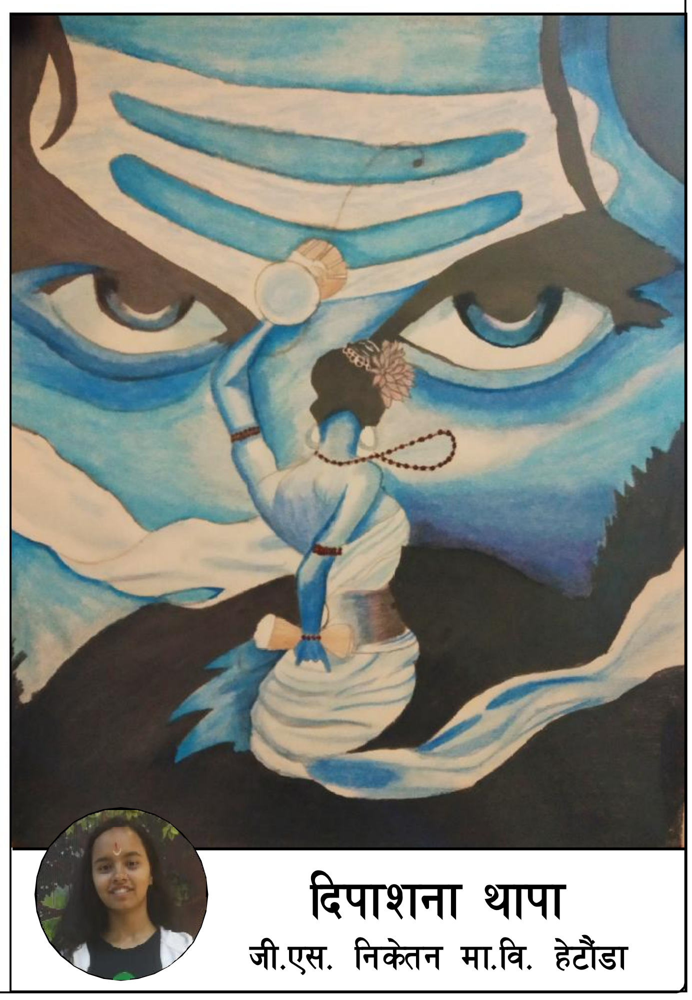
यसरी सामाजिक उत्तरआधुनिकताको डेन्जरस भुमरीका बिचैबिच मेरो र मेरो परिवारको यात्रा जारी छ । जसरी समाजिक उत्तरआधुनिकताको बबन्डरमा परेर म हुस्सुमा हराएको बटुवा जस्तो भइरहेकोछु, त्यसैगरी साहित्यमा आएका अनेक वादविवाद, बिचार आन्दोलनहरूको भुमरीमा आफ्ना यस्तै थोत्रामोत्रा लेखरचनाहरू कुन वाद वा आन्दोलन वा लेखनमा पर्दाहुन् भनेर ठम्याउन नसकी म सधैं रणभुल्लमा पर्नेगर्छु । हेर्छु एकसेएक नामी लेखकहरू एउटा न एउटा आन्दोलनमा लागेका छन्, नयाँनयाँ सिद्धान्तहरू निकालेका छन्, वहसमा उत्रिएका छन्, वादविवादमा भिडेका छन्, पाखुरा खैंचिएका छन्, घाँटी सुकाएका छन्, जुत्ता खियाएका छन्, माला लगाएका छन्, खादा ओडेका छन्, चर्चामा आएका छन् ।

मार्क्सवाद, माओवाद, जनवाद, फ्रायडवाद, तरलवाद, ठोसवाद, झर्रोवाद, खरोवाद, यौनवाद, रङगवाद, तरङ्गवाद, भरङ्गवाद, लीलावाद, फिलावाद, समुच्चयवाद, एकलवाद, भयवाद, आतङ्कवाद, भैंसीवाद, बोकोवाद, छाडावाद, भाडावाद, मूर्तवाद, अमूर्तवाद, छाँयावाद, मायावाद, तरलवाद, ठोसवाद, पूर्व र पश्चिम आधुनिकतावादको पत्तो नभई आएको उत्तर आधुनिकतावाद, पहिलो र दोश्रो आयामको चर्चै नभई आएको तेश्रो आयाम आदि इत्यादि अनेक वाद र आन्दोलनहरूमाझ म बबुराको लेखन कुन वादी होला ? (कसैको नयाँ वा पुरानो कुनै वाद वा आन्दोलन छुटेको भए क्षमाप्रार्थी छु) म कुरो बुझ्नै नसकेर साँच्चै रणभुल्लमा परेको छु ।

म जस्ता रणभुल्लमा परेका लेखकहरू नेपाली साहित्यमा कति होलान् ? ओहो ! रणभुल्ल भन्दा एउटा कुरा याद आयो । साहित्यमा ‘रणभुल्लवाद’ कसैले प्रतिपादन गरेको छ कि छैन होला ! नगरेको भए त म नै साहित्यमा रणभुल्लवादको प्रतिपादक पनि हुनसक्छु नि । म मात्रै यसरी गुमनाम भएर बस्नु भन्ने के छ ! लौ, त्यतैतिर पो लागौं कि क्या ।

साहित्यमा प्रचलित अनेक वाद, वादविवाद, अभियान र आन्दोलनहरू नबुझेर रणभुल्लमा परेका साथीहरू हो, लौ अब हाम्रो पालो । मैले घोषणा गरैं, म रणभुल्लवादको प्रवर्तक, प्रवक्ता र व्याख्याता । छिट्टै नै तपाईंहरूलाई सूचना गरेर एउटा कार्यक्रम राखेर रणभुल्लवादको घोषणा गर्नेछु । चियासमोसा खान आउनुहोला ।

चित्रकला



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

रोयल इन्फिल्ड क्लासिक ३५० पाँच भेरिएन्टमा सार्वजनिक

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ रोयल इन्फिल्ड ब्राण्डको नयाँ भर्सनका 'रोयल इन्फिल्ड क्लासिक ३५०' पाँच भेरिएन्टमा हेटौंडामा सार्वजनिक गरिएको छ ।

आधुनिक सुधारसहित क्लासिक ३५० सार्वजनिक गरिएको हो । मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघका उपाध्यक्ष राजु अधिकारी र जिल्ला ट्राफिक प्रहरी प्रमुख प्रहरी निरीक्षक केशव अधिकारीले हेटौंडा-१० स्थित रोयल इन्फिल्डको आधिकारिक विक्रेता ओम अटो मोवाइल्सको शोरुममा नयाँ भेरियन्टका मोटरसाइकल सार्वजनिक गरेका थिए । कम्पनीका अनुसार यसको सुरुवाती भेरिएन्टको मूल्य ५ लाख ५५ हजार रुपैयाँ तोकिएको छ ।

न्यु क्लासिक ३५० सात आकर्षक रङमा उपलब्ध हुनेछ । पाँच भेरिएन्टका बाइक हेरिटेज, हेरिटेज प्रिमियम, सिग्नल्स, क्लासिक डार्क र क्लासिक क्रोममा उपलब्ध हुनेछन् । प्रत्येक भेरिएन्टमा आधुनिक इन्जिनियरिङसँगै आकर्षक डिजाइन छन् । दशकौंदेखि रोयल इन्फिल्ड आकर्षक शिल्प, बलियो स्वरुप र शक्तिशाली प्रदर्शनको प्रतीकका रुपमा उभिएको छ ।

सन् १९५० देखि चलिरहेको क्लासिकले विशुद्ध मोटर साइक्लिङ अनुभवलाई प्रतिनिधित्व गर्दै आएको छ । सुरुवाती भेरिएन्टमै कम्पनीले डुअल च्यानल एबीएस सहित प्रिमियम एलईडी हेडल्याम्प, एलईडी पाइलट ल्याम्प पनि उपलब्ध गराउने छ । त्यसमा टाइप सी यूएसबी चार्जर हुनेछ भने गियर सूचक जनाउने गियर इन्डिकेटर पनि हुनेछ । आधुनिक सुविधासहित अतुलनीय मूल्यमा रोयल इन्फिल्ड उपलब्ध भएको हो । अबदेखि नेपालमा क्लासिक सबै भेरिएन्टमा एबीएस उपलब्ध हुनेछ ।

इन्फिल्डको स्वर्णयुगदेखि हालसम्म पनि यसले आफ्नो सान्दर्भिकतालाई पुष्टि गर्दै आएको छ । नयाँ क्लासिक ३५० ले इन्फिल्डको विरासत थप समृद्ध बनाउनुका साथै नयाँ पुस्ताका राइडरमाझ नवीन तरिकाले यसको विरासत अघि बढ्ने विश्वास कम्पनीले लिएको छ । क्लासिक ३५० सार्वजनिक गरेपछि ओम अटोमोवाइल्सका सञ्चालक दिविश जोशीले रोयल इन्फिल्ड पछिल्लो समय निक्कै रुचाइएको र नयाँ भेरियन्टलाई ग्राहकले रुचाउने विश्वास व्यक्त गरे ।

कक्षा १२ को परीक्षा सरेको छैन: परीक्षा बोर्ड

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ राष्ट्रिय परीक्षा बोर्डले कक्षा १२ को परीक्षा नसरेको बताएको छ । शिक्षकको आन्दोलनका कारण परीक्षा सरेको भन्दै सामाजिक सञ्जालमा भ्रामक सूचना आएपछि बोर्डले परीक्षा नसरेको बताएको हो ।

'यही २०८२ साल वैशाख ११ गतेवाट संचालन हुने गरी तय भएको कक्षा १२ को वार्षिक परीक्षाका सम्बन्धमा विद्यार्थीवर्गमा भ्रम सिर्जना हुने गरी परीक्षा स्थगित गरिएको भ्रामक सूचना विभिन्न सामाजिक संजालमा संप्रेषण गरिएको प्रति बोर्डको गम्भीर ध्यानाकर्षण भएको छ,' विज्ञप्तीमा भनिएको छ ।

भ्रामक सूचना सम्प्रेषण गर्नेलाई कानुनी कारबाहीको प्रक्रिया अगाडि बढाउने बोर्डले जनाएको छ । 'परीक्षा जस्तो सम्वेदनशील विषयमा बोर्डको लेटरप्याडमा अध्यक्षको हस्ताक्षर राखी अनाधिकृत र भ्रामक सूचना सम्प्रेषण गर्ने उपर साइबर कानुन अनुसार आवश्यक कार्वाहीका लागि प्रक्रिया अगाडि बढाइएको छ,' विज्ञप्तीमा भनिएको छ ।

बोर्डले परीक्षाको वातवरण बनाउन प्रधानाध्यापकहरुलाई अनुरोध पनि गरेको छ । 'परीक्षा सञ्चालनका लागि समन्वय र सहकार्य हुन अभिभावक, शिक्षक एवम् प्रधानाध्यापक ज्यूहरूमा राष्ट्रिय परीक्षा बोर्ड हार्दिक अपिल गर्दछ,' विज्ञप्तीमा भनिएको छ । तर, १७ दिनदेखि सामुदायिक विद्यालयका शिक्षक काठमाडौं केन्द्रित आन्दोलनमा छन् ।

सडक स्तरोन्नति कार्यको शिलान्यास

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ हेटौंडा उपमहानगरपालिका-१४ स्थित कुखरेनी खोलाको किनारदेखि औद्योगिकक्षेत्र उत्तरपानीसम्मको सडक स्तरोन्नति कार्यको शिलान्यास गरिएको छ ।

शुक्रबार नगरप्रमुख मीनाकुमारी लामाको प्रमुख आतिथ्यतामा शिलान्यास गरिएको हो । कार्यक्रममा उपप्रमुख राजेश बानियाँ, वडा नं. १४ का अध्यक्ष दीपक खड्का तथा वडा सदस्यहरुको उपस्थिति रहेको थियो । सडक निर्माणकार्य १ करोड ९१ लाख ४५ हजार ९३१ रुपैयाँको लागतमा सम्पन्न हुने जनाइएको छ । यस परियोजनाबाट स्थानीयवासीलाई सहज तथा सुरक्षित यातायात सुविधा मिल्ने विश्वास लिइएको प्रमुख लामाले बताइन् ।

बागमती गाउँपालिकामा मेलमिलापकर्तालाई पुनर्ताजगी तालिम

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ मकवानपुरको बागमती गाउँपालिकामा मेलमिलापकर्ताहरुका लागि क्षमता अभिवृद्धिसम्बन्धी ३ दिने पुनर्ताजगी तालिम सुरु भएको छ ।

गाउँपालिकाको न्यायिक समिति सचिवालयले आयोजना गरेको तालिमको शुक्रबार गाउँपालिका अध्यक्ष सर्केश घलानले उद्घाटन गरेका हुन् । तालिम उद्घाटन कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै अध्यक्ष घलानले समाजलाई बदल्न सबैको भूमिका रहने बताए । समाजलाई विवाद र अपराधरहित सभ्य समाज बनाउन मेलमिलापकर्ताले विशेष भूमिका खेल्न सक्ने उनको भनाई छ ।

अध्यक्ष घलानले तालिमबाट सिकेको ज्ञानलाई व्यवहारमा लागू गर्न अनुरोध गरेका छन् । आइतबारसम्म संचालन हुने तालिममा अधिवक्ता जगन्नाथ सुवेदी र सीताराम अधिकारीले प्रशिक्षण दिनेछन् । तालिममा सबै वडाका मेलमिलापकर्ताको उपस्थिति रहेको छ । चालू आर्थिक वर्ष २०८१/८२ को चैत मसान्तसम्म बागमती गाउँपालिकाको न्यायिक समितिमा १२ मुद्दा दर्ता भएको छ । जसमध्ये ६ वटा फछ्र्यौट भएको छ भने ३ वटा बाँकी र ३ वटा सम्बन्धित निकायमा पठाइएको छ ।

बागमती गाउँपालिकाको उपाध्यक्ष एवम् न्यायिक समितिका संयोजक फडिन्द्र तिमल्सिनाको सभाध्यक्षता तथा अध्यक्ष घलानको प्रमुख आतिथ्यतामा सुरु भएको तालिम उद्घाटन कार्यक्रममा गाउँपालिका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत ओमबहादुर दर्जी, वरिष्ठ लेखाअधिकृत झम्कनारायण घलान, न्यायिक समितिका सदस्यहरु निर्जन घिसिङ र भगवती माझी लगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

१४ किलोको ग्यास सिलिन्डर नथेग्ने सरकार ४५० किलोको ल्याउन तम्सिँदै

काठमाडौं/सुरक्षाका दृष्टिमा अतिसंवेदनशील मानिने विषयमा पनि सरकारले बेलाबेला मजाक गर्ने गर्छ । यसको पछिल्लो उदाहरण बनेको छ नेपाल आयल निगमले ल्याउने तयारी गरिरहेको ४ सय ५० किलो तौलको ग्यास सिलिन्डर । धेरै वर्षदेखि सबै खालका उपभोक्ताले १४.२ किलो तौलको खाना पकाउने एलपी ग्यास प्रयोग गर्दै आइरहेको छन् । तर, हालै आयल निगमले कानुनको धज्जी उडाउँदै ४ सय ५० किलो तौलका ग्यास सिलिन्डर बजार ल्याउन तयारी अगाडि बढाएको छ ।

आयल निगमले आवश्यक गृहकार्य नगरी ठूलो परिमाणको ग्यास सिलिन्डर ल्याउँदा जोखिम उत्तिकै बढ्ने देखिन्छ । हाल प्रयोगमा आइरहेका १४.२ किलोको सिलिन्डरको उचित व्यवस्थापन नहुँदा आगलागी र विस्फोटका धेरै घटना भएका छन् । २४ माघ २०८१ मा काठमाडौं कमलपोखरीस्थित शानदार म:म पसलमा १४.२ किलोको ग्यास विस्फोट हुँदा दुई जनाको मृत्यु भएको थियो ।

संघीय राजधानीको केन्द्रमा भएको उक्त दुर्घटनाले पुन: एक पटक ग्यास सिलिन्डरको सुरक्षा, जोखिम र यसमा सरोकार वालाको भूमिकामाथि प्रश्न उठेको थियो । अहिले यो विषय सेलाइसकेको छ । नेपालमा खालि सिलिन्डरको तौल सामान्यतया १५ किलो हाराहारी र ग्यासको तौल १४.२ किलो हुन्छ । यो हिसाबमा ग्यास भरिएको सिलिन्डरको कुल तौल २९ किलोमाथि हुन्छ ।

एकै पटक ठूलो परिमाण (४ सय ५० किलो) ग्यास अट्ने सिलिन्डर बजार ल्याउन आयल निगमले तीव्र गतिमा तयारी अगाडि बढाएपछि यसबारे आलोचना सुरु भएको छ । आयल निगमका प्रवक्ता मनोज ठाकुरले ४ सय ५० किलो तौलको ग्यास सिलिन्डर बजार ल्याउन उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालयले गुणस्तर तथा नापतौल विभागको संयोजकत्वमा कमिटी गठन गरेको जानकारी दिए ।

'४ सय ५० किलोका सिलिन्डर कार्यान्वयन गर्ने विषयमा अध्ययन अनुसन्धान गर्न निगम सञ्चालक समितिले नापतौल विभागको संयोजकत्वमा कमिटी गठन गरेको छ,' प्रवक्ता ठाकुरले संचारकर्मीसँग भने, '४ सय ५० किलोको मापदण्ड बनाउनका लागि यो कमिटी बनेको हो ।'

गुणस्तर विभागले ती सिलिन्डर कार्यान्वयनमा ल्याउन मापदण्ड बनाएर अनुमति दिएपछि प्रयोगमा ल्याइने ठाकुर बताउँछन् । 'अहिले भएको विनियमावलीमा १४.२ किलो सिलिन्डरलाई मात्र प्रयोग गर्न अनुमति दिन सकिने व्यवस्था छ,' ठाकुरले भने, 'देशमा ४ सय ५० किलोका सिलिन्डरको आवश्यकता ठहरिएमा मापदण्ड बनेर कार्यान्वयन हुन्छ ।'

गुणस्तर विभागले मापदण्ड बनाएपछि उद्योगमन्त्रीको नेतृत्वमा गुणस्तर परिषद् गठन हुने र उक्त परिषद्ले पास गरिसकेपछि ४ सय ५० किलो तौलको सिलिन्डर ल्याउन निगमलाई निर्देशन जारी हुने र त्यसपछि ल्याइने उनले बताए ।

के भन्छ ग्यास विक्रेता महासंघ ?

ग्यास विक्रेता महासंघले ४ सय ५० किलो तौलको सिलिन्डर बजार ल्याउने विषयमा अध्ययन गर्न वरिष्ठ उपाध्यक्ष विष्णु दुलाल, उपाध्यक्ष रामप्रसाद ज्ञवाली र केन्द्रीय सदस्य रामशरण पुडासैनी सहित तीन सदस्यीय कमिटी गठन गरेको छ । उक्त अध्ययन कमिटीले अहिलेको अवस्थामा ४ सय ५० किलोका सिलिन्डर ल्याउँदा जोखिम हुने निष्कर्ष निकालेको छ ।

महासंघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष दुलाल अहिले प्रयोग गर्दै आइरहेको १४.२ किलोका सिलिन्डर नै राम्रोसँग व्यवस्थापन गर्न नसकिएको अवस्थामा ४ सय ५० किलोको सिलिन्डरले झनै चुनौती थप्ने बताउँछन् । केही सीमित उद्योगीको स्वार्थपूर्तिका लागि अध्ययनविना नै ४ सय ५० किलोका सिलिन्डर कार्यान्वयनमा ल्याउन लागिएको उनको आरोप छ । यदि तिनै सीमित उद्योगीको स्वास्थ्यका लागि ती सिलिन्डर ल्याइए त्यसले निम्त्याउने दुर्घटना भयंकर हुने उनी बताउँछन् ।

'अहिले प्रयोगमा आइरहेका सिलिन्डर दुर्घटनामा पर्दा त ठूलो क्षति बेहोर्नु परेको अवस्थामा त्यति ठूला सिलिन्डर दुर्घटना हुँदा त्यसले गर्ने क्षति आँक्न सकिँदैन,' उपाध्यक्ष दुलालले संचारकर्मीसँग भने, 'यसलाई त एक प्रकारको बम नै भन्दा पनि हुन्छ ।' उनका अनुसार यी सिलिन्डर ल्याउनु देशका लागि एकदमै घातक हुने उनीहरूको कमिटीले गरेको अध्ययनले देखाएको छ ।

अहिलेको अवस्था हेर्ने हो भने उद्योग मन्त्रालय र आयल निगमले पेट्रोलियम कारोबार ऐन, मापदण्ड, विस्फोटनमा चासो दिएको छैन,' उनले भने, 'अब ४ सय ५० किलो क्षमताको ग्याससहितको सिलिन्डर ल्याउन तम्सिनुले यस्तो संवेदनशील विषयमा सरकार असंवेदनशील भएको देखाउँछ ।'

धेरै ठूला ग्यास सिलिन्डर ल्याउनका लागि उद्योगीहरूले जुन पहली कदम अगाडि बढाइरहेका छन्, त्यसले भविष्यमा राम्रो नहुने उनले बताए । 'यो विषयमा उद्योगीहरूले हात नहाल्दा नै राम्रो हुने महासंघको अध्ययनले देखाउँछ,' दुलाल भन्छन्, 'यसमा उद्योगीले गरेको लगानी पनि खेर जान्छ । यो ल्याउँदा न उद्योगीलाई फाइदा छ, न उपभोक्तालाई फाइदा छ । विक्रेताले पनि यसबाट कुनै फाइदा लिन सक्दैनन् । हानि हुने कुरामा हात हाल्नु भनेको मुर्खता हो ।'

उनका अनुसार केही उद्योगी यी ठूला सिलिन्डर ल्याउनु हुँदैन भन्ने पक्षमा छन् । केही भने ल्याउनैपर्छ भनेर मन्त्रालयलाई दबाब दिइरहेका छन् । 'अहिले नै विनियमावली संशोधन गरेर ल्याउने भन्ने सम्भव छैन,' वरिष्ठ उपाध्यक्ष दुलाल भन्छन्, 'राज्यले नै नियम, कानुन बनाएर, सबै सुरक्षा जिम्मा लिएर ल्याउने भयो भने त देशमा नयाँ प्रविधि भित्र्याउन नदिने भन्ने हुँदैन । केही उद्योगीको स्वार्थ पूरा गर्न उपभोक्तालाई हानि हुने काम गर्नु भएन ।' ग्यास उद्योगले सिलिन्डर बनेको १० वर्षमा, त्यसपछि हरेक ५ वर्षमा र त्यसपछि ३ वर्षमा सिलिन्डरको अवस्था परीक्षण गर्नुपर्ने व्यवस्था भए पनि सरकारले नियमन तथा कारबाही नगरेकै कारण उद्योगीहरूले त्यसको बेवास्ता गरी बजार पठाउने गरेका छन् । त्यहीकारण पछिल्लो समय धेरै ग्यास सिलिन्डर विस्फोट भइरहेको उनको भनाइ छ ।

के छ कानुनी व्यवस्था ?

सरकारले १४.२ किलो तौलयुक्त सिलिन्डरका लागिमात्र कानुनी व्यवस्था गरेको छ । २०६५ सालमा आयल निगमले संशोधन सहित जारी गरेको 'एलपीजी ग्यास विनियमावली' अनुसार १४.२ किलोको सिलिन्डर मात्र उत्पादन गरी बिक्री गर्न पाइन्छ ।

विनियमावलीले पहाडी र उच्च हिमाली क्षेत्रमा ५ किलो तौल र व्यावसायिक प्रयोजनमा १९ किलोको सिलिन्डर प्रयोगको सैद्धान्तिक अनुमति दिए पनि १४.२ किलोको मात्र बिक्री गर्न पाइने छ । त्यसैगरी ग्यास विक्रेताले पनि घरायसी प्रयोजनका लागि १४.२ किलोको सिलिन्डरभन्दा कम तौलको बेचन नपाइने व्यवस्था उक्त विनियमावलीले गरेको छ ।

त्यस्तै गुणस्तर तथा नापतौ विभागले १४.२ किलो तौलको ग्यास सिलिन्डरको मात्र गुणस्तर र नियमन गर्दै आएको छ । यो तौलभन्दा बढीका सिलिन्डर भने विभागले नियमन गर्दैन ।

उपभोक्ता अधिकारकर्मी माधव तिमल्सिना नेपालमा स्पष्ट पेट्रोलियम कानुन नभएको अवस्थामा कार्यविधि र निर्देशिकाका भरमा संयन्त्र चलेको हुँदा ग्यास सिलिन्डरका विषयमा गहिरो अनुसन्धान गर्नुपर्ने बताउँछन् । उनका अनुसार नेपालमा पेट्रोलियम सेक्टरलाई नियमन गर्नका लागि पेट्रोलियम प्राधिकरण चाहिन्छ । अर्को, सरकारले ग्यासमा दुई मूल्य वा दुई सिलिन्डर गर्ने भनेर इस्यु राइज गरे पनि अहिलेसम्म सफल कार्यान्वयनमा आउन सकेको छैन ।

'हाम्रो भूगोलको अवस्था, घना बस्ती बढ्दै गइरहेको अवस्थामा भोलिका दिनमा ४ सय ५० किलोका सिलिन्डरमा दुर्घटना भयो भने त्यसले पार्ने क्षतिको जिम्मा कसले लिने ?,' उनी भन्छन्, 'प्रष्ट नियम, कानुन र कार्यविधिविना त्यसले पार्ने जोखिम आकलन नगरी प्रयोगमा ल्याउन खोज्नु व्यावहारिक होइन ।'

अहिले भएका जति पनि सिलिन्डर सम्बन्धी दुर्घटना छन्, त्यसमा उपभोक्तालाई दोष दिइएको छ । तर, आयात गर्दा ती ग्यास सिलिन्डर कस्ता आएका थिए भनेर तिनको गुणस्तर मापन गर्ने ल्याब आयल निगमसँग नभएको उनी बताउँछन् । ती ठूला ग्यास सिलिन्डर घरायसी प्रयोजनका लागि नभई होटल, रेस्टुरेन्ट र व्यावसायिक प्रयोजनका लागि भनेर ल्याइए पनि त्यसको सुरक्षाको ग्यारेन्टी लिन तयार भएको निकाय कुन हो त ? भन्ने प्रश्न छ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

'के घर के डेरा'को सिक्वेल हो 'घर नं २' ?

काठमाडौं/सन् १९८५ मा निर्माण भएको 'के घर के डेरा'ले नेपाली फिल्मको एउटा कालखण्डको प्रतिनिधित्व गर्छ, जुनबेला रिलबाट फिल्म खिचिन्थ्यो । यसको ३७ वर्षपछि अर्थात् २०७९ सालमा दोस्रो पटक सोही नाममा अर्को फिल्म बन्यो । अब यसको दोस्रो श्रृंखला 'के घर के डेरा : घर नं २' आगामी जेठ २ गतेबाट प्रदर्शनमा आउँदैछ । एक साताअघि फिल्मको टिजर सार्वजनिक भइसकेको छ ।

टिजर हेर्दा यो फिल्म तीन वर्षअघि प्रदर्शन भएको 'के घर के डेरा'को सिक्वेल लाग्दैन । किनकि, कथा अलग देखिन्छ । र, अघिल्लो श्रृंखलाका कुनै कलाकार दोहोरिएका छैनन् । दोहोरिएका भनेका निर्देशक र निर्माता मात्र हुन् । तर, फिल्मको नामले भने सिक्वेल रहेको जनाउँछ । आखिर यो फिल्म सिक्वेल हो वा सिरिज ? यसबारे दर्शकमा पनि जिज्ञासा देखिन्छ ।

निर्देशक दीपेन्द्र के. खनालले 'के घर के डेरा २' सिक्वेल नभएको स्पष्ट पारेका छन् । उनी भन्छन्, 'यो 'के घर के डेरा'को सिक्वेल होइन । घर र डेराको कुरा चाहिँ फिल्ममा छ । तर, यो विल्कुलै नयाँ फिल्म हो । र, नयाँ कथा हो ।' उनका अनुसार 'के घर के डेरा' कमेडीमा आधारित थियो भने 'घर नं २'मा सामाजिक कथा छ ।

यसअघि 'पशुपति प्रसाद', 'आमा' जस्ता सम्झनलायक फिल्म निर्देशन गरिसकेका उनी 'के घर के डेरा २'लाई आफ्नो पहिचान झल्कने फिल्मको रुपमा अर्थ्याउँछन् । भन्छन्, 'यसमा मेरो ओरिजिनल फ्लेवर आएको छ भन्ने लाग्छ । म जसरी आफूलाई बनाउन मन लागेको सोसल ड्रामा भन्दै आएको थिएँ, त्यो फिल्म यो हो । यसबाट म आफ्नो जनराको फिल्ममा फर्किएको छु ।'

साहित्यकार बुद्धिसागरको लेखन रहेको फिल्ममा खगेन्द्र लामिछाने, निश्चल बस्नेत, उपासना सिंह ठकुरी, आर्यन सिग्देल, केकी अधिकारी, प्रकाश घिमिरे, श्रृजना नापित, संजोग रसाइली, रुविना घिमिरे लगायतले अभिनय गरेका छन् । कृष्णबहादुर थापाको छायांकन रहेको फिल्मको निर्माताहरुमा नकिम उद्दिन, शरद श्रेष्ठ र किरण महर्जन छन् । कार्यकारी निर्माता युवराज कार्की हुन् ।

नीतिले याञ्चित राणासँग गरिन् अदालती विवाह

काठमाडौं/अभिनेत्री नीति शाह विवाह बन्धनमा बाँधिएकी छन् । उनले प्रेमी याञ्चित राणासँग शुक्रबार काठमाडौं जिल्ला अदालतमा विवाह गरेकी हुन् । न्यायाधीश दीनबन्धु बरालको इजलासमा उनीहरुको विवाह भएको हो । दुवै करिब ४ वर्षदेखि प्रेम सम्बन्धमा थिए ।

याञ्चित पेशाले एयर क्राफ्ट मेन्टेनेन्स इन्जिनियर हुन् । अर्थात् विमान मर्मत गर्ने इन्जिनियर । उनी हेलिकप्टर सेवा प्रदायक कम्पनी एयर डाइनेस्टीमा कार्यरत छन् । उनको इन्स्टाग्राममा नीतिसँगका रोमान्टिक तस्वीरहरु धेरै देखन सकिन्छ । सन् २०२३ मा उनले २ वर्षदेखि आफ्नो साथमा रहेकोमा नीतिलाई धन्यवाद दिएका थिए ।

सन् २०१७ मा मिस इन्टरनेशनल नेपालको उपाधि जितेकी नीतिले गत वर्ष प्रदर्शनमा आएको फिल्म 'खजुरे ब्रो'बाट अभिनेत्रीको रुपमा डेब्यु गरेकी थिइन् । तर, उनलाई पहिलो गाँसमै ढुंगा लाग्यो । अर्थात् फिल्म व्यावसायिक रुपमा सफल हुन सकेन । सोही वर्ष उनको दोस्रो फिल्म 'ज्वाइँ साब' पनि रिलिज भएको थियो । यो फिल्म भने औसत चल्यो ।

अब उनको तेस्रो फिल्म 'नरसिंहा अवतार' आगामी जेठ ९ गते प्रदर्शनमा आउने तयारीमा रहेको छ । यसमा उनको जोडी अभिनेता राजेश हमालसँग बाँधिएको छ । आगामी साउन २३ गते उनी अभिनीत चौथो फिल्म 'मोहर' पनि रिलिज हुँदैछ । हालै 'कोशेढुंगा'को छायांकन सकेकी उनको पाइपलाइनमा 'रुखान'सहित केही फिल्म छन् । यतिबेला फिल्ममा उनको राम्रो माग 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

पत्रकार हत्या प्रकरणको विषयमा सम्पादक तथा प्रकाशकसँग छलफल

बन्द कोठाभित्र गरिने आन्दोलनबाट न्याय पाउन नसकिने धारणा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ पत्रकार सुरेश रजक हत्या प्रकरणका विषयमा पत्रकार महासंघ मकवानपुरले महासंघका पूर्वअध्यक्ष, सम्पादक तथा प्रकाशकसँग छलफल गरेको छ ।

नेपाल पत्रकार महासंघ केन्द्रीय सर्कुलरबमोजिम जिल्ला शाखाले सम्पादक तथा प्रकाशकसँग छलफल गरेको हो । दोस्रोचरणको आन्दोलनअन्तर्गत नेपाल पत्रकार महासंघद्वारा घोषित कार्यक्रमअनुसार जिल्ला शाखाले पत्रकार सुरेश रजकको हत्या प्रकरण र पछिल्लो समय पत्रकारिता माथि भइरहेका आक्रमणका विषयमा शुक्रबार हेटौंडामा सञ्चारकर्मी, सम्पादक, प्रकाशकसँग गम्भीर रुपमा छलफल गरेको हो ।

पत्रकार महासंघको सभाहलमा भएको छलफलमा सहभागीले आन्दोलन कमजोर भएको बताएका थिए । एउटा बन्द कोठाभित्र गरिने आन्दोलनबाट न्याय नपाउने सहभागीको धारणा थियो । आन्दोलनलाई थप सशक्त बनाउँदै सरकारलाई दबाब दिनुपर्नेमा उनीहरुले जोड दिएका थिए । छलफलमा नेपाल पत्रकार महासंघ बागमती प्रदेशमा संस्थापक अध्यक्ष प्रताप विष्टले हालसम्मका आन्दोलनका कार्यक्रम प्रभावकारी बन्न नसकेको उल्लेख गर्दै आन्दोलनलाई निचोडमा पुग्ने खालका कार्यक्रम ल्याउनुपर्ने आवश्यकता औंल्याए ।

पत्रकारहरु गणतन्त्रका आधारस्तम्भ भएकाले सुरक्षितरुपमा काम गर्न पाउनुपर्ने उनको भनाई थियो । विगतमा महासंघको कार्यसमिति बैठकले नै देशमा गणतन्त्र चाहिन्छ भनेर माग गरेकै कारण अहिले राजावादीहरुले सञ्चारकर्मी माथि आक्रमण गरिरहेको उनले बताए । 'यदि गणतन्त्रप्रति माया छ भने पत्रकार महासंघको आन्दोलन पनि त्यही किसिमले जानुपर्छ' उनले भने ।

कार्यक्रममा महासंघ बागमती प्रदेशका उपाध्यक्ष हरि हुमागाईले घटनाको दोषीलाई कारवाही गर्न सरकारले तदारुकता नदेखाएको बताएका छन् । यस्तै समृद्ध समाज राष्ट्रिय दैनिकका सम्पादक एवम् स्वतन्त्र पत्रकार संघका उपमहासचिव सुरेश श्रेष्ठले रजकमाथिको हत्या मात्र नभइ पछिल्लो समय पत्रकारिता क्षेत्रमा देखिएको घटनाक्रममा समेत गम्भीर बहसको जरुरी रहेको बताए । उनले पत्रकार एक्लिएर भन्दा पनि एकीकृत भएर अगाडि बढ्नुपर्नेमा जोड दिए । कार्यक्रमका अधिकांश वक्ताले हालको सरकारमा देखिएको दम्भप्रति गम्भीर चिन्ता व्यक्त गरेका थिए ।

पत्रकार महासंघको भूमिका अझ सशक्त र प्रभावकारी हुनुपर्नेमा उनीहरुको जोड थियो । पत्रकार महासंघ मकवानपुरका अध्यक्ष बालकृष्ण अधिकारीले सुरेश रजकको हत्या विषयमा राज्यले गम्भिर भएर निष्पक्ष छानबीन गरेर सत्यतथ्य बाहिर ल्याउनुपर्ने बताएका छन् । अध्यक्ष अधिकारीले पत्रकारले सन्तुलित र तथ्यमा आधारित भएर समाचार लेख्नुपर्नेमा जोड दिँदै महासंघले पत्रकारका समस्या समाधानमा सक्रिय भूमिका खेल्दै आएको दाबी गरे ।

कार्यक्रममा पत्रकार महासंघ मकवानपुरका पूर्वअध्यक्ष भानुभक्त आचार्य, समाजवादी प्रेस संगठनका केन्द्रीय सदस्य राजन दाहाल, प्रेस युनियन मकवानपुर अध्यक्ष सुवास बिडारी, प्रेस सेन्टर मकवानपुरका अध्यक्ष एमपी शर्मा, समाजवादी प्रेस संगठन मकवानपुर अध्यक्ष गोविन्द न्यौपाने, प्रेस चौतारी मकवानपुरका उपाध्यक्ष शिव चौलागाईलगायत विभिन्न सञ्चार माध्यमका सम्पादक तथा प्रकाशकको उपस्थिति रहेको थियो । छलफलमा सहभागी सबैले पत्रकार सुरेश रजकको हत्या लोकतान्त्रिक मूल्य र अभिव्यक्तिको स्वतन्त्रतामाथिको आक्रमण भएको भन्दै घटनाको छानबीन र दोषीलाई कानूनी दायरामा ल्याउन जोड दिए ।

महासंघले सरकारलाई दिएको सात दिने अल्टिमेटम यही चैत २५ गते सकिएको सन्दर्भमा महासंघको केन्द्रीय समितिको बैठकले आफ्ना माग पूरा गराउन सरकारलाई थप दबाब दिनुपर्ने अवस्था सिर्जना भएको निष्कर्ष निकालेको छ । घोषित दबाबमूलक कार्यक्रमलाई सशक्तरुपमा अगाडि बढाउन पनि सम्बन्धित सबैमा महासंघले आह्वान गरेको छ ।

७ सय धरौटी बुझाएर रिहा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/मदन भण्डारी स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान, हेटौंडा अस्पतालको बोर्डमा नाम मेटाएको आरोपमा पकाउ परेका ६ जना युवालाई प्रहरीले धरौटीमा रिहा गरेको छ ।

बिहीबार प्रक्राउ परेका ६ जनालाई शुक्रबार धरौटीमा रिहा गरिएको हो । बिहीबार मात्र उनीहरुलाई पक्राउ गरी ५ दिनको म्याद थप गरिएको थियो । प्रमुख जिल्ला अधिकारी स्किम श्रेष्ठले जनही १ हजार रुपैयाँ जरिवाना तिराएर थुनामुक्त गर्न आदेश दिएपछि प्रहरीले पक्राउ परेकाहरुलाई जनही ७ सय रुपैयाँ धरौटीमा रिहा गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रवक्ता प्रहरी नायवउपरीक्षक श्यामु अर्यालले जानकारी दिए ।

पक्राउ पर्नेमा सुनिल गिरी, सफल अधिकारी, विशालराज महत, अस्मित अधिकारी, समुन्द्र दाहाल र राजकुमार घिमिरे थिए । उनीहरु नेपाली कांग्रेस, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी र नेकपा एकीकृत समाजवादीसँग आवद्ध युवा नेता हुन् । स्वास्थ्य परीक्षणपछि उनीहरुलाई रिहा गरिएको हो । उनीहरुको रिहाइको लागि हेटौंडा-२ स्थित जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुर प्रवेश गर्ने खण्डमा शुक्रबार बिहान नाराबाजी भएको थियो । नेपाली कांग्रेस, नेकपा एकीकृत समाजवादी, नेकपा माओवादी केन्द्र र राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी सम्बद्ध नेता तथा कार्यकर्ताले नाराबाजी गरेका थिए ।

उनीहरु बिहीबार आफैं प्रहरीको सम्पर्कमा गएका थिए । गत आइतबार हेटौंडा अस्पतालको नाम हटाएर राजनीतिक पार्टीका नेताको नाम राखिएको भन्दै असन्तुष्ट युवाले चैत्र ३० गते प्रतिष्ठानको बोर्ड तोडमोड गरेका थिए । अस्पतालको छतमा चढेर उनीहरुले मदन भण्डारी स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानको नाम स्प्रे प्रयोग गरेर मेटाउनुका साथै हेटौंडा अस्पतालको फ्लेक्स ब्यानर टाँगेका थिए ।

घटनापछि प्रतिष्ठानले प्रहरीमा निवेदन दिएपछि प्रहरीले उनीहरुको खोजी गरेको थियो । बिहीबार छलफलका लागि भन्दै जिल्ला प्रहरी कार्यालय बोलाएर उनीहरुलाई हिरासतमा लिइएको हो । साविक जिल्ला अस्पतालको रुपमा सञ्चालित हेटौंडा अस्पताल संघीयता कार्यान्वयनमा आएपछि बागमती प्रदेश सरकार मातहतको मदन भण्डारी स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान मातहत राख्ने निर्णय भएको थियो । प्रदेश सरकारले २०७६ मा प्रतिष्ठानको ऐन जारी गरेर हेटौंडा अस्पताल प्रतिष्ठान मातहतमा रहने व्यवस्था गरेको थियो ।

मकवानपुरका ३ जना ३ सय केजी गाँजासहित बाराबाट पक्राउ

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/बारा प्रहरीले ३ सय ५ केजी लागूऔषध गाँजासहित मकवानपुरका तीनजना युवालाई पक्राउ गरेको छ ।

विशेष सूचनाको आधारमा बिहीबार राति ११:४५ बजेको समयमा ईलाका प्रहरी कार्यालय सिमराबाट खटिएको प्रहरीटेलीले जीतपुरसिमरा उप-महानगर पालिका-३ बजनीस्थित सडकबाट पक्राउ गरिएको हो । हेटौंडाबाट वीरगंजतर्फ जाँदै गरेको ना ५ ख २५०४ नम्बरको मिनी ट्रकलाई रोकी चेकजाँच गर्दा ट्रकमा लुकाईछिपाई लैजादै गरेको ३ सय ५ केजी लागूऔषध गाँजा वरामद गरी ट्रकसहित ओसारपसारकार्यमा संलग्न रहेका ३ जनालाई नियन्त्रणमा लिई आवश्यक कानूनी कारवाही प्रक्रिया अगाडि बढाइएको बारा प्रहरी प्रवक्ता प्रहरीउपरीक्षक बिजयराज पण्डितले बताए ।

पक्राउ पर्नेमा ट्रक चालक मकवानपुरको कैलाश गाउपालिका-४ बस्ने वर्ष ३२ का राजन लामा, ट्रकमासवार हेटौडा-३ बस्ने वर्ष ३३ का ईश्वर लोप्चन र कैलाश गाउँपालिका-१० बस्ने वर्ष २७ का जीवन थोकर रहेका छन् । उनीहरुले रातको समयमा गाँजा मकवानपुरबाट बीरगंजतर्फ लैजान लागेका थिए । मकवानपुर र बाराका दर्जन सुरक्षा चौकी पार गरी बजनी पुऱ्याइएको गाँजासहित ओसारपसारमा संलग्न ३ जनालाई पक्राउ गरिएको हो ।

त्यसैगरी विशेष सूचनाको आधारमा मिति बिहीबार बिहान ईलाक प्रहरी कार्यालय प्रसौनीबाट खटिएको प्रहरीटोलीले प्रसौनी-४ खुटवा बस्ने वर्ष ३१ का पवनकुमार साहले आफ्नै घरमा विक्रीवितरण गर्नका लागि लुकाईछिपाई राखेको लागूऔषध गाँजा २ किलो वरामद गरी साहलाई नियन्त्रणमा लिई आवश्यक कानूनी कारवाही अगाडि बढाइएको प्रवक्ता पण्डितले बताएका छन् ।

खानेपानीको गुणस्तर परीक्षण प्रयोगशाला स्थापना

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ५ बैशाख/ मकवानपुर जिल्लाकै विकट राक्सिराङ गाउँपालिकामा पनि खानेपानीको गुणस्तर परीक्षण प्रयोगशाला स्थापना भएको छ ।

विकट गाउँका खानेपानीको मुहान तथा धाराको पानीको गुणस्तर जाँच गरी स्थानीयको स्वास्थ्य सचेतना अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले प्रयोगशाला सञ्चालनमा ल्याइएको हो । राक्सिराङ गाउँपालिका अध्यक्ष राजकुमार मल्लले राक्सिराङ ५ ठाडेचुरीमा रहेको प्रयोगशालाको उद्घाटन गरेका हुन् । नेपाल ग्रामीण पुनर्निर्माण संस्था (आरआरएन) मार्फत प्रयोगशाला स्थापना गरिएको हो । १२ लाख रुपैयाँ लागतमा स्थापित प्रयोगशालामा खानेपानीका विभिन्न ११ प्रकारका परीक्षण गरिने जनाइएको छ ।

प्रयोगशालामा खाोपानीमा आइरन, क्लोराइड, फस्फोरेट, कोलिफर्म लगायतको मात्राको परीक्षण हुनेछ । हेटौंडा र चितवनमा महंगो शुल्कमा खानेपानी परीक्षण गर्नुपर्ने बाध्यता हटेको बताउँदै अध्यक्ष मल्लले गाउँपालिकाले निर्णय गरी सुलभ परीक्षण शुल्क निर्धारण गर्ने बताए ।

बागमती प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय स्वास्थ्य निर्देशनालय
जनस्वास्थ्य कार्यालय, मकवानपुर
हेटौंडा, नेपाल

भिटामिन ए र जुकाको औषधी खुवाउने सम्बन्धी जनहितमा जारी सन्देश !

हरेक बर्षभैं नेपाल सरकारद्वारा यहि बैशाख ०६ र ०७ गते भिटामिन ए र जुकाको औषधी खुवाउने कार्यक्रम सञ्चालन हुँदैछ । मकवानपुर जिल्ला स्थिति १० वटै स्थानीय तहहरु अन्तर्गतका सबै वडा र सबै महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरुद्वारा ०६ महिनादेखि ५९ महिना सम्मका बालबालिकाहरुको लागि भिटामिन ए र १२ महिनादेखि ५९ महिना सम्मका बालबालिकाहरुलाई जुकाको औषधी खुवाउने कार्यक्रम रहेको हुँदा आ-आफ्ना ०६ महिनादेखि ५९ महिना सम्मका बालबालिकाहरुलाई भिटामिन ए र जुकाको औषधी खुवाउन नजिकैको महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरु वा स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरी भिटामिन ए र जुकाको औषधी खुवाउनुहुन जानकारी गराइन्छ । साथै उक्त कार्यक्रममा बालबालिकाको पोषण अवस्थाको जाँच (MUAC Measurement), बालभिटा समेत वितरण हुने र पूर्ण खोप भए नभएको जानकारी गराई सहयोगको लागि अपिल गरिन्छ । याद गर्नुहोस् यहि बैशाख ०६ र ०७ गते गते भिटामिन ए र जुकाको औषधि खुवाउने कार्यक्रम संचालन हुदैछ । उक्त कार्यक्रममा आ-आफ्ना ०६ महिना देखि ५९ महिना सम्मका बालबालिकाहरुलाइ भिटामिन ए र जुकाको औषधि खुवाउन बाट छुट हुन नदिन नजिकैको महिला स्वास्थ्यस्वयंसेविकाहरु वा स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरी भिटामिन ए र जुकाको औषधी खुवाउनुहुन जानकारी गराइन्छ ।

जनस्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुर

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