मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

साझाकुरा
राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

११ जनाले रक्तदान गरे

हेटौंडा, २७ असार/नेपाल मोवाइल व्यवसायी महासंघको चौथो स्थापना दिवसको अवसरमा हेटौंडामा खुला रक्तदान कार्यक्रम गरिएको छ ।

महासंघ बागमती प्रदेश समितिको आयोजना तथा मोवाइल एशोसिएसन अफ नेपाल मकवानपुरको सह आयोजनामा रक्तदान कार्यक्रम गरिएको थियो । महासंघ प्रदेश समितिका अध्यक्ष एसीस रिजालको अध्यक्षता तथा महासंघ केन्द्रीय समितिका उपाध्यक्ष छतेन्द्र आचार्यको प्रमुख आतिथ्यतामा कार्यक्रम भएको हो । रक्तदानमा ११ जनाले रक्तदान गरिएको कार्यक्रम संयोजक नवराज चौलागाईले बताए ।

सामाजिक पहिचान सहितको व्यावसायिक सुरक्षा भन्ने नाराकासाथ खुला रक्तदान कार्यक्रम गरिएको अध्यक्ष रिजालले बताए । कार्यक्रममा प्रदेश समितिका पदाधिकारी, सदस्य तथा म्यान मकवानपुरका पदाधिकारी र सदस्यको उपस्थिति रहेको थियो ।

राष्ट्रिय चेपाङ संग्रहालय निर्माणकार्य अन्तिमचरणमा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ मकवानपुरको राक्सिराङ गाउँपालिकाको आफ्नै लगानीमा निर्माण भइरहेको राष्ट्रिय चेपाङ संग्रहालयको निर्माण कार्य अन्तिमचरणमा पुगेको छ ।

सीमान्तकृत चेपाङ जातिको जीवनशैलीलाई जीवन्त बनाइराखनका लागि गाउँपालिकाले संग्रहालय निर्माण गरेको हो । भवन निर्माण सम्पन्न भएलगत्तै चेपाङ समुदायसँग समन्वय गरी राष्ट्रिय संग्रहालयकारुपमा सञ्चालन गर्ने तयारी रहेको गाउँपालिका अध्यक्ष राजकुमार मल्लले बताएका छन् । यसअघि तत्कालीन जिल्ला विकास समितिको सहयोगमा राक्सिराङको चैनपुरमा २०६७ सालदेखि चेपाङ संग्रहालय स्थापना गरेपनि प्रभावकारी भएको थिएन ।

संग्रहालयमा चेपाङ समुदायले प्रयोग गर्ने एकपाखे ढ्यांग्रो, चमेरो मारेर हाल्ने थुन्से, चमेरो मार्ने गुलेली, खोरिया खन्दा प्रयोग गर्ने कुटोकोदालो, हलो, वन्यजन्तुको सिकार खेल्दा प्रयोग गर्ने हतियार, चिउरीको घिउ राख्ने भाँडोलगायत उनीहरुको जीवनशैली र पहिचानसँग जोडिएका सामग्री राखिएका थिए ।

पाँच करोड ३१ लाख २२ हजार ९ सय ५६ रुपैयाँ लागत अनुमान गरी २०७८ साल असार १७ गते भवन निर्माणका लागि टेन्डर आह्वान गरी गाउँपालिकाले चेपाङ संग्रहालयको काम थालेको थियो । ठेक्का प्रक्रिया सुरु भएको चार वर्षपछि भवन निर्माणको काम सम्पन्न हुन लागेको गाउँपालिका योजनाप्रमुख चुननारायण श्रेष्ठले बताए । श्रेष्ठका अनुसार ठेकेदार कम्पनी बानियाँ सुन्दर जेभीले तीन करोड ६९ लाख सात हजार ९४ रुपैयाँमा ठेक्का सकार गरी भवन निर्माण थालेकामा चालु आर्थिक वर्षको असार मसान्तमा काम सम्पन्न हुने गरी काम भएको छ ।

भवन निर्माणकार्य सकिएपछि चेपाङ संग्रहालय स्थापनाका लागि चेपाङ जातिका लोप हुँदै गएका परम्परा, जीवनशैली र दैनिक जीविकोपार्जनका लागि उपयोग गरेका सामग्री राखिने गाउँपालिकाले जनाएको छ । संग्रहालयलाई 'हेर्ने, खाने र लाने' मोडलमा विकास गर्न लागिएको छ । चेपाङका जाबी, एकपाखे ढ्यांग्रो, माछामार्ने जाल, जंगली जनावरको शिकार गर्दा प्रयोग गरिने हतियार लगायत सामग्री हेर्नका लागि राखिने छ । त्यसैगरी चेपाङ समुदायले बाँच्नका लागि उपभोग गरेका गिठ्ठा, भ्याकुर, तरूललगायत खानेकुरा समेत राखेर रेस्टुरेन्ट सञ्चालन गर्ने गरी कार्यविधि निर्माण गरी संग्रहालय व्यवस्थित गरिने गाउँपालिका अध्यक्ष मल्लले बताए ।

त्यसका अलावा चेपाङद्वारा उत्पादित सामग्री र खाद्यान्न बिक्री कक्षसमेत सञ्चालन गरी संग्रहालयलाई 'हेर्ने, खाने र लाने' मोडलमा विकास गर्न लागिएको अध्यक्ष मल्लको भनाइ छ । 'हामी राक्सिराङलाई चेपाङ समुदायको बारेमा जान्ने, अध्ययन गर्ने र बुझ्ने स्रोतकेन्द्रकारुपमा विकास गर्न गइरहेका छौं,' अध्यक्ष मल्लले भने, 'चेपाङसँग सम्बन्धित कैयौं अध्ययन र अनुसन्धान गर्न बाँकी नै छ, ती काम अघि बढाउनुपर्ने छ ।' मकवानपुर, चितवन, धादिङ, गोरखा, तनहुँ र लमजुङमा विशेष गरी चेपाङ समुदायको बसोवास रहेको छ ।

आन्तरिक पर्यटकका लागि चेपाङ संस्कृतिबारे जानकारी गराउने र अर्गानिक बस्तु कोसेलीका रुपमा लिएर जानसक्ने गरी संग्रहालय संचालनमा ल्याइने योजना रहेको छ । बिगतमा चेपाङ विकास कार्यक्रमअन्र्तगत संग्रहालयको सुरुवात गरिएको भएपनि मुलुक संघीयतामा गएपछि स्थानीय सरकार को जिम्मेवारीमा आएको हो । २०७८ साउनबाट निर्माण सुरु भएको संग्रहालय भवन कलात्मक रहेको छ । चेपाङ समुदायले जंगलमा पाइने कन्दमूल र खोलाको माछा मारेर दैनिक जीवनयापन गर्दै आएका छन् ।

जनगणना २०७८ अनुसार देशभर चेपाङको जनसंख्या ८४ हजार ३६८ जनसंख्या रहेको चेपाङ समुदायको मुख्य बसोबास भने चितवन, धादिङ, मकवानपुर र गोर्खा हो । पछिल्ला वर्षहरुमा अधिकांश चेपाङ समुदायले आफ्नो मौलिक र परम्परागत धर्म परिवर्तन गरी क्रिश्चियन धर्ममा लागेका छन् ।

आगामी वर्षका लागि मौद्रिक नीति सार्वजनिक

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ नेपाल राष्ट्र बैंकले आगामी आर्थिक वर्ष २०८२/८३ को मौद्रिक नीति शुक्रबार सार्वजनिक गरेको छ ।

विदेशी विनियम व्यवस्थापन वित्तीयक्षेत्र सुधार एवम् नियमन, भुक्तानी प्रणाली, लघुवित्त वित्तीय पहुँच एवम् ग्राहक संरक्षण र सम्पत्ति शुद्धिकरण निवारणलगायत नीति तथा कार्यक्रम समावेश गर्दै राष्ट्र बैंकका गभर्नर डा.विश्वनाथ पौडेलले शुक्रबार आगामी आर्थिक वर्षको मौद्रिक नीति सार्वजनिक गरेका हुन् । मौद्रिक नीतिको कार्यदिशा सजगता पूर्वक लचिलो बनाएको गभर्नर पौडेलले बताए । २०८१/८२ को पहिलो ११ महीनामा ५ प्रतिशत राख्ने लक्ष्य रहेकोमा ४ दशमलव २ प्रतिशत मुद्रास्फीति रहेको छ ।

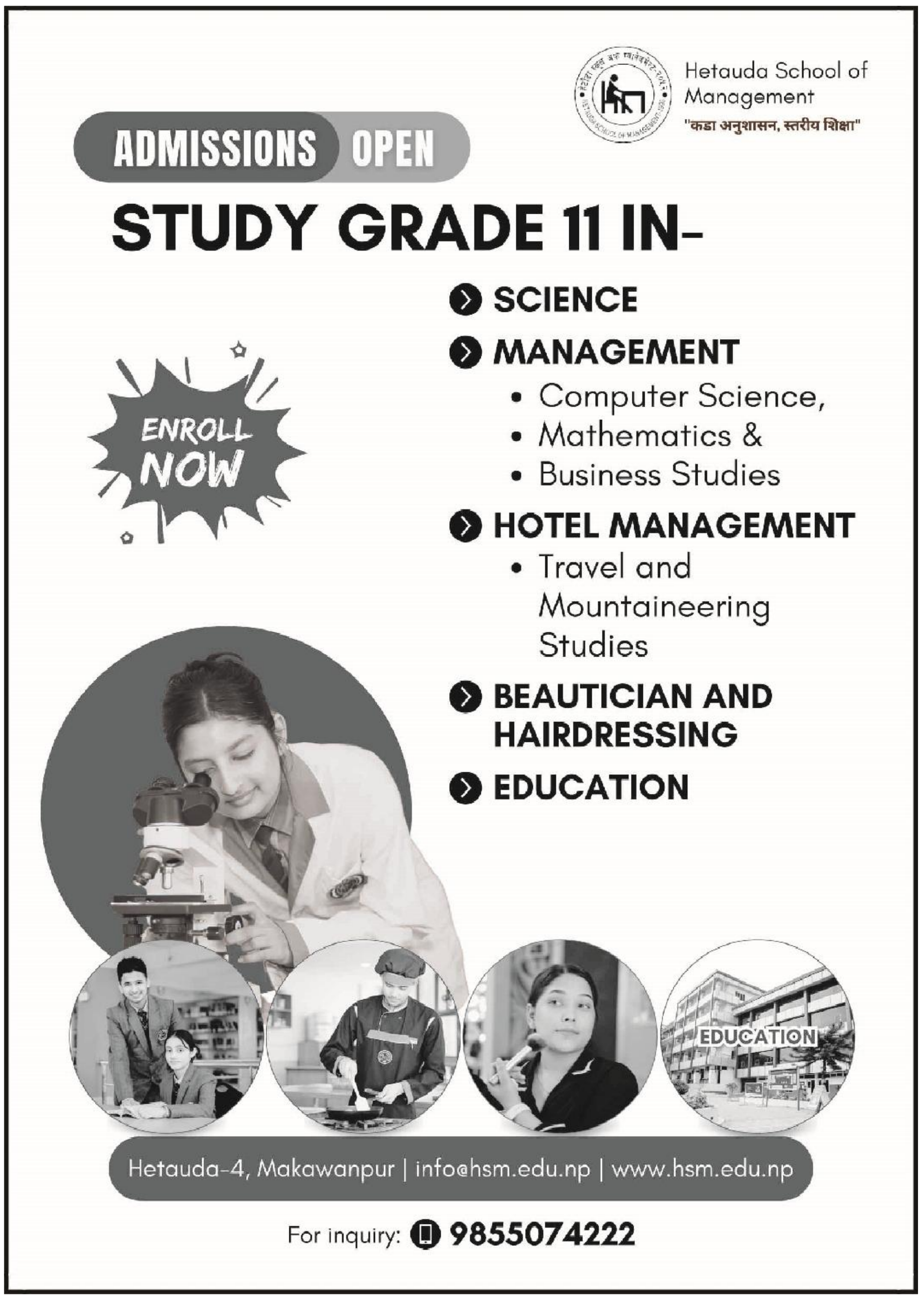
गभर्नर पौडेलले आगामी वर्षका लागि खुल्लाबजार कारोबार र ब्याजदर करिडोरलाई व्यवस्थित गरिएको बताएका छन् । उनका अनुसार ५.७ प्रतिशतको मुद्रास्फीति कायम रहने अनुमान छ । गभर्नर पौडेलकाअनुसार सरकारको आर्थिक वृद्धिको लक्ष्य ६ प्रतिशत पूरा गर्न विदेशी विनियम सञ्चिति पर्याप्तता ७ महिनाको वस्तु तथा सेवा आयात गर्न पुग्नेगरी कायम राख्दै मुद्रास्फीति ५ प्रतिशत राख्ने मौद्रिक नीतिको लक्ष्य छ । यस्तै, मौद्रिक नीतिले बैंक तथा वित्तीय संस्थाबाट शेयर धितोमा प्रवाह गरिने मार्जिन प्रकृतिको विद्यमान एक ग्राहक कर्जा सीमा १५ करोडबाट बढाएर २५ करोड पुर्याएको छ ।

राष्ट्र बैंकले यसअघि चालु आर्थिक वर्षको मौद्रिक नीतिको तेस्रो त्रैमासिक समीक्षाबाट शेयरधितो कर्जाको जोखिमभार १२५ प्रतिशतबाट घटाएर सतप्रतिशत कायम गरेको थियो । राष्ट्र बैंकका तत्कालीन गभर्नर महाप्रसाद अधिकारीले २०७८/७९ को मौद्रिक नीतिमार्फत शेयरधितो कर्जामा क्याप लगाएका थिए । त्यस्तै, राष्ट्र बैंकले बैंक तथा वित्तीय संस्थाले आगामी आर्थिक वर्षका लागि १२ प्रतिशतले कर्जा विस्तार गर्ने लक्ष्य राखेको छ । गभर्नर पौडेलकाअनुसार राष्ट्र बैंकले ब्याजदर करिडोरको माथिल्लो र तल्लो दुवै सीमा घटाएको छ ।

यो व्यवस्थाले बजारमा थप मुद्रा आपूर्ति हुनेछ । बैंक तथा वित्तीय संस्थाको कर्जा लगानी बढाउने कार्य प्राथमिकतामा राखिएको गभर्नर पौडेलले बताएका छन् । बैंकिङ प्रणालीमा रहेको अधिक तरलताबाट लाभ लिन सकिने उनको भनाई छ । गभर्नर पौडेलले मौद्रिक नीतिमार्फत घरकर्जाको सीमा २ करोडबाट बढाएर ३ करोड बनाइएको बताए । पहिलो घर निर्माण वा खरिद गर्दा कर्जामूल्य अनुपात ८० प्रतिशत बनाइने र अन्यको हकमा बढीमा ७० प्रतिशतसम्म बनाइएको छ । गभर्नर पौडेलकाअनुसार तरलता व्यवस्थापन गर्न आवश्यकताअनुसार नेपाल राष्ट्रबैंकको ऋणपत्र जारी गरिनेछ । मौद्रिक नीतिमा व्यक्तिगत सेयरधितो कर्जाको सीमा बढाएको छ ।

गभर्नर पौडेलले मौद्रिक नीति सार्वजनिक विदेश भ्रमणमा जाने नेपालीले ३ हजार अमेरिकी डलर बराबर विदेशी मुद्राको सटही सुविधा पाउने घोषणा गरे । यसअघि २ हजार ५ सय डलर बराबर सुविधा पाउने व्यवस्था थियो ।

गभर्नर पौडेलले आगामी वर्षको मौद्रिक नीतिमार्फत कर्जा वर्गीकरण र कर्जा नोक्सानी पुनरावलोकन गर्ने उद्घोष गरे । बढ्दो खराब कर्जा मध्यनजर गर्दै कर्जा वर्गीकरण र कर्जा नोक्शानी पुनरावलोकन गर्ने उनको भनाइ छ । गभर्नर पौडेलले मौद्रिक नीतिले खासगरी शेयरबजारका लगानीकर्तालाई उत्साह दिने देखिएको बताएका छन् ।



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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

सुपर इन्टेलिजेन्स बनाउँदै मार्क जुकरबर्ग, करोडौं रकम खर्चेर विज्ञहरू भित्र्याउँदै

आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स (एआई) पछि अब सुपर इन्टेलिजेन्सको दौड सुरु भएको छ । कसैले यसलाई आर्टिफिसियल जनरल इन्टेलिजेन्स (एजिआई) भनिरहेका छन् भने कसैले सुपरइन्टेलिजेन्स भन्दछन् । मार्क जुकर बर्गको कम्पनी मेटाले चाहिं अब सुपर इन्टेलिजेन्स ल्याब खोल्ने घोषणा गरिसकेको छ । उक्त प्रयोगशालामा धेरैजना चर्चित विशेषज्ञहरूलाई सामेल गर्ने जुकरबर्गको योजना छ ।

यसका लागि मार्क जुकरबर्गले अन्य कम्पनीका इन्जिनियरहरूलाई ठूलो तलब र सुविधासहित भर्ना गरिरहेका छन् । Meta Superintelligence Labs का लागि उनले स्केल एआई कम्पनीका पूर्वसीईओ अलेक्जेन्डर वाङ र गिटहबका पूर्व सीईओ नाट फ्राइडम्यानलाई टोलीमा समेटिसकेका छन् ।

सुपर इन्जेलिजेन्स ल्याबका लागि करोडौंको बोनस बाड्दै जुकरबर्ग

मेटाले स्थापना गर्ने सुपर इन्टेलिजेन्स ल्याबको नयाँ टोलीमा लगभग सबैजसो दिग्गज प्रविधि कम्पनीहरुबाट कोही न कोही अब्बल जनशक्तिलाई सामेल गरिसकिएको छ । ओपन एआईका सीईओ साम अल्टम्यानले एक पोडकास्टमा दाबी गरे अनुसार मेटाले उनीहरुका शोधकर्ताहरुलाई १० करोड डलरसम्मको साइनिङ बोनस दिइरहेको छ । यसबाट सहजै बुझ्न सकिन्छ कि उक्त प्रोजेक्ट मार्क जुकर बर्गका लागि निकै महत्वाकांक्षी रहेको छ ।

मेटा सुपरइन्टेलिजेन्स ल्याब्सका बारेमा मार्क जुकरबर्गले एक मेमो लेखेका छन् । त्यसमा उनले भनेका छन् - एआईको प्रगति तीव्र हुँदै जाँदा सुपरइन्टेलिजेन्सको विकास पनि तीव्र गतिमा अगाडि बढिरहेको छ । यो मानव जातिका लागि एक नयाँ युगको सुरुवात रहेको जुकरबर्गको विश्वास छ ।

के हो जुकरबर्गको योजना ?

मार्क जुकरबर्गका अनुसार अब सम्पूर्ण संगठनलाई Meta Superintelligence Labs (MSL) भनेर चिनिनेछ । यसको मुख्य उद्देश्य मेटाका हालका एआई मोडेलहरूको नयाँ पुस्ता तयार गर्नु हो । यो टोलीको नेतृत्व अलेक्जेन्डर वाङले गर्नेछन्, जसले हालै प्रमुख एआई अधिकृतको रुपमा मेटामा काम सुरु गरेका छन् । उनीसँगै न्याट फ्राइडम्यान पनि यो टोलीमा जोडिएका छन् । उनी हालैमात्र मेटामा प्रवेश गरेका हुन् र अब एआई प्रोडक्ट र व्यवहारिक प्रविधि सम्बन्धी शोधको क्षेत्रमा काम गर्नेछन् ।

त्यस्तै, मेटाको उक्त सुपरइन्टेलिजेन्स टोलीमा च्याट जिपिटी, O4 Mini, एन्थ्रोपिक लगायतका प्रमुख एआई कम्पनीमा काम गरिसकेका अनुभवी व्यक्तिहरू पनि समावेश गरिएका छन् । यसबाट एउटा प्रश्न उठ्छ: आखिर मार्क जुकरबर्गले यी सबैलाई लिएर के गर्न चाहन्छन् ? यसको जवाफ उनले आफ्नै मेमोमा दिएका छन् ।

मार्कले भनेका छन्, 'एआईको प्रगति अगाडि बढिरहँदा मानिसहरूले अब सुपर इन्टेलिजेन्समा काम गर्न सुरु गर्नेछन् । यौ दौडमा मेटा सबैभन्दा अगाडि रहन चाहन्छ । उनको नयाँ टोलीले कम्पनीका सबै एआई मोडेलहरूको नयाँ पुस्तामा काम गर्नेछ । मेमोमा मार्कले स्मार्ट ग्लास र वेयरेबल प्रविधिका बारेमा पनि उल्लेख गरेका छन् । स्मार्ट ग्लासको क्षेत्रमा मेटा अहिले अन्य कम्पनीहरूभन्दा अगाडि छ र यसले कम्पनीलाई पहिलो पहलकर्ता हुनुको लाभ दिइरहेको छ ।

मेटा सुपरइन्टेलिजेन्स ल्याब्समा पनि मार्क त्यस्तै अग्रसरता देखाउन चाहन्छन् । उनी हरेक व्यक्तिका लागि एक व्यक्तिगत सुपर इन्टेलिजेन्स बनाउने प्रयासमा छन् । यो त्यस्तो एआई हुनेछ जसले हरेक मानिसको साथमा उनीहरूको आवश्यकता अनुसार काम गरोस् ।

तयार हुँदैछ AGI

सरल भाषामा भन्नुपर्दा मार्क जुकर बर्गले Meta Superintelligence Labs मा Artificial General Intelligence (AGI) को विकास गर्ने प्रयासमा छन् । उक्त सुपर एआईले मानिसले जस्तै सोच्न, बुझ्न र निर्णय लिन सक्नेछ । यो केवल च्याटबोट जस्तो सीमित हुने छैन । यसले आफ्नो अनुभवबाट सिक्नेछ र त्यसको आधारमा प्रयोगकर्तालाई उपयोगी जानकारी दिन सक्नेछ ।

वास्तवमा भविष्यमा कुनै दिन फिल्महरूमा देखिएजस्तै एआईको विकास हुनेछ जुन सधै मानिससँग हुनेछ र हामीलाई संसार भरको ज्ञानका आधारमा दिशानिर्देश गर्नेछ । हालै आएको मार्भेलको वेब सिरिज आइरन हर्टमा पनि यस्तै एआई देखाइएको छ । यसअघि पनि आइरन म्यान जस्ता फिल्महरूमा यस्तै एआई देख्न पाइन्छ, जसले इशारामै काम गर्छ । यस्ता एआईलाई स्क्रिन वा डिस्प्ले चाहिँदैन र तिनीहरू केवल च्याटबोट होइनन् । यस्ता सुपर एआई हाम्रा साथी, सहयोगी र विशेषज्ञका रूपमा काम गर्ने सहयोगी एआई हुनेछन् । अर्थात्, हामीलाई भविष्यमा यस्तो सहयात्री मिल्ने सम्भावना छ, जसले हरेक कुरामा हामीलाई साथ दिनेछ र समस्याको समाधान दिनेछ ।

जीवनशैली/स्वास्थ्य

यौन दुर्बलता: मानिसको यौनजीवनलाई नै तहसनहस पारिदिने खतरनाक समस्या !

यौन दुर्बलता भनेको त्यस्तो समस्या हो, जसमा जोडीले यौन गतिविधिबाट सन्तुष्टि प्राप्त गर्न सक्दैन् । यौन क्रियाकलापमा सक्रिय करिब ४३ प्रतिशत महिला र ३१ प्रतिशत पुरुषमा कुनै न किसिमको यौन दुर्बलताहरु हुने अध्ययनहरुले देखाएको छ ।

के हो यौन दुर्बलता ?

यौन दुर्बलता भनेको त्यस्तो समस्या हो, जसमा यौनक्रियाकलापका चरणहरुमा कुनै पनि व्यक्ति वा दम्पत्तिलाई यौन गतिविधिबाट सन्तुष्टि प्राप्त हुन सक्दैन । यौन क्रियाकलापका चरणहरु भन्नाले यौनेच्छा, यौनोत्तेजना, यौनेच्छा बढेको बेला, चरमोत्कर्षका बेला र यौनगतिविधि पछिको शान्त अवस्था पर्दछन् । यौनेच्छा र यौनोत्तेजना दुवै यौन प्रतिक्रियाको उत्तजेनाको चरणमा पर्दछन् । विभिन्न अध्ययनहरुले देखाइसकेको छ : यौन दुर्बलता एउटा सामान्य समस्या हो । संसारभरि नै ४३ प्रतिशत महिला र ३१ प्रतिशत पुरुषहरु कुनै न कुनै रुपमा यो समस्याबाट ग्रसित छन् । तर पनि मानिसहरु यो समस्याबारे चर्चा, छलफल गर्न हिच्किचाउने गर्छन् । फेरि यो निको नहुने समस्या पनि होइन, यस समस्याको उपचार पनि छ । त्यसैले यौन दुर्बलताका बारेमा आफ्ना जीवनसाथी र स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह गरेमा यो समस्याबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ ।

यौन दुर्बलताका किसिमहरू:

यौन दुर्बलतालाई सामान्यत: निम्न तहमा वर्गीकरण गर्ने गरिन्छ:

- यौनेच्छाको कमी : यसमा व्यक्तिमा यौनेच्छाको कमी हुन्छ र उसमा यौनप्रति कुनै चासो हुँदैन
- यौनोत्तेजनामा कमी : यस समस्याले ग्रसित व्यक्तिहरु यौन गतिविधिका दौरनमा पनि शारीरिक रुपमा उत्तेजित हुन सक्दैनन्
- चरमोत्कर्षसम्बन्धी गडबडी : यस समस्याले ग्रसित व्यक्ति यौन क्रियाकलापको दौरानमा सहज चरमोत्कर्षको अनुभव गर्न सक्दैनन् वा उनीहरुमा अति ढिलो चरमोत्कर्षको अनुभव हुने गर्छन
- पीडासम्बन्धी समस्या : यो तहका समस्यामा यौनकर्म गर्दा व्यक्तिले पीडाको महसूस गर्ने गर्छन्,जसले गर्दा व्यक्तिले यौनक्रिडा गर्नै सक्दैन ।

कसलाई असर गर्छ ?

यौन दुर्बलताको समस्याले यही वर्ग, समूह वा उमेरका व्यक्तिलाई असर गर्छ भन्ने हुँदैन । तर सामान्यत: ४० वर्ष उमेर कटेका तथा विभिन्न शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका मानिसहरुलाई या समस्याले असर गर्छ ।

यौन दुर्बलताका लक्षणहरू के के हुन् ?

पुरुषमा:

- यौन गतिविधिको बेला पुरुष अंग उत्थान हुन सक्दैन, जसलाई अंग्रेजी भाषामा इलेक्टाइल डिस्फङ्सन भनिन्छ ।
- चरमोत्कर्षको अभाव हुन्छ । यौन क्रियाकपालमा सक्रिय ढंगले सहभागी हुँदा पनि यो समस्या देखिन्छ वा उसमा अति ढिलो गरेर वीर्य स्खलन हुन्छ ।
- अर्को लक्षण भनेको शीघ्रपतन हो । यसमा यौनक्रिडामा संलग्न व्यक्तिले आफ्नो वीर्य स्खलनलाई रोक्न सक्दैन । यौनक्रियाकलापमा लागेको केही बेरमै उनको वीर्यपतन भइहाल्छ, जसले गर्दा उनको यौनजीवन दुखद बन्न पुग्छ ।

महिलामा:

- चरमोत्कर्ष प्राप्त गर्न सक्दैन
- यौनक्रियाका दौरानमा योनी सुख्खा हुन्छ
- यौनक्रियाका लागि योनीमार्गका मांसपेशीहरु सहज अवस्थामा रहन सक्दैन

महिला पुरुष दुवैमा

- यौनइच्छा नहुनु वा यौनप्रति चासो नहुनु
- यौनेत्तजना नहुनु
- यौनक्रियामा पीडा हुनु

किन हुन्छ यौन दुर्बलता ?

भौतिक कारण: धेरै भौतिक वा चिकित्सीय अवस्थाले गर्दा यौन दुर्बलताहरु हुन सक्छन् । ती अवस्थाहरुमध्येमा डायबिटिज, मुटु र रक्तनलीसम्बन्धी समस्याहरु, स्नायुसम्बन्धी समस्याहरु, हर्मोनको गडबडी, मृगौला वा क्लेजोसम्बन्धी गम्भीर समस्याहरु, अत्यधिक रक्सी वा ड्रगका सेवन आदि पर्छन् । त्यसबाहेक, केही औषधीहरुको खराब असरले गर्दा पनि यौन दुर्बलता देखापर्न सक्छ ।

मानसिक कारणहरु : यौन दुर्बलताका पछाडि थुप्रै मानसिक कारणहरु पनि हुन सक्छन् । जस्तो, काममा अत्यधिक तनाव, आफ्नो यौनक्षमताबारे अत्यधिक चिन्ता, विवाहित वा सम्बन्धमा आएको तनाव, डिप्रेसन, अपराधबोध, आफ्ना शारीरिक अंगको बनौटबारेको चिन्ता र अतीतमा भोगिएका यौनसम्बन्धी ट्रमा लगायतका कारणहरुले पनि यौन दुर्बलता देखापर्न सक्छ ।

कसरी पहिचान गरिन्छ ?

धेरै जस्तो समस्याहरुमा, सम्बन्धित व्यक्तिले आफू वा आफ्नो पार्टनरले यौनानन्द भोग्न नसकिरहेको कुरा बोध गर्ने गर्छन् । त्यसबाहेक, चिकित्सकले समस्याग्रस्त व्यक्तिको समस्या तथा उनको शरीरको सम्पूर्ण विवरणको विश्लेषण गरेर पनि समस्या पहिचान गर्न सक्छ । त्यसबाहेक, समस्याले पीडित पुरुष वा महिलाले आवश्यक परेमा आफूमा रहेको चिकित्सीय समस्याहरुलाई थाहा पाउनको लागि विभिन्न टेस्टहरु गराउन पनि सक्छ । तर ल्याब टेस्टका रिजल्टहरुले यौन दुर्बलताको कारण यही हो भनेर पहिचान गर्न चाहिँ कमै मद्दत गर्छ ।

यौनप्रति सम्बन्धित व्यक्तिको धारणा र यौन दुर्बलता जन्माउन सक्ने अन्य सम्भाव्य पक्षहरु -जस्तै, डर, तनाव, अतीतका यौन दुर्व्यवहार, सम्बन्धप्रतिको चासोचिन्ता, खाइरहेका औषधीहरु, उसको रक्सी वा ड्रग खाने बानी) लगायतको जानकारीले पनि चिकित्सकलाई सम्बन्धित व्यक्तिमा यौन दुर्बलता हुनुको कारण पहिचान गर्न र त्यसका लागि आवश्यक उपचार सिफारिश गर्न सहयोग गर्छ ।

कसरी गरिन्छ यौन दुर्बलताको उपचार ?

धेरै जसो यौन दुर्बलताहरु त्यसका पछाडिका शारीरिक तथा मानसिक समस्याहरुको पहिचान गरेर उपचार गर्न सकिन्छ । त्यसबाहेक यौन दुर्बलताका उपचारहरु निम्न हुन सक्छन् :

औषधीहरु : कुनै पनि व्यक्तिले खाइरहेको औषधीको खराब असरको कारण उसमा यौन दुर्बलता भएको हो भने औषधी परिवर्तन गर्दा यो समस्यामा मद्दत पुग्न सक्छ । त्यसैगरी, महिला वा पुरुषमा हर्मोनको गडबडीको कारण यो समस्या देखापरेको हो भने हर्मोनका चक्की, किम वा सुई प्रयोग गरेर पनि उपचार गर्न सकिन्छ । त्यसैगरी, यौन दुर्बलता हटाउने र मानिसमा यौनेच्छा जागृत गराउने कतिपय औषधी, पिल्सहरुको प्रयोगले पनि पुरुष यौनाङमा रक्त प्रवाह गराएर यौन दुर्बलता हटाउन सहयोग पुर्याउन सक्छ ।

साहित्य

कथा

उमेर ढल्कियो, सम्बन्ध ओइलियो

✍सञ्जीव पौडेल

श्रीमतीले 'सन्तान पेटमा आयो' भनेको सुनेर चक्रसिङ खुसीले उफ्रिएको र श्रीमतीको पेट मुसारिरहेको याद अझै ताजै छ । नौ महिना कति ढिलो भएको होला भन्दै प्रतीक्षा गर्दा जन्मिएकी छोरी सुनितालाई पहिलोपटक काखमा लिएको क्षण उनको आँखामा अझै चम्किरहेको छ ।

टुकुटुकु हिँड्ने भएपछि छोरी सुनिता बुवाको हात समातेर डुल्दा खुब रमाउँथी, बाहिरबाट घर आउँदा बुवाको काखमा लडिबुडी गर्थी । चक्रसिङ दिनभरि जति दु:ख गरेर आए पनि घरमा आएपछि छोरीको मायाले सबै दु:ख बिर्सन्थे । उनी ढिलो गरी घर आएका दिन निद्रामा गइसकेकी छोरीको निधारमा सुम्सुम्याएर थकाइ मेट्थे । आमा पनि छोरीका लागि दिनरात खटिइन्थिन् । छोरीले राम्रो कपडा माग्दा चक्रसिङले आफ्ना फाटेका लुगा लगाएर भए पनि छोरीलाई नयाँ किनिदिन्थे । विद्यालय जान डराउँथी, अनि बुवाले सान्त्वना दिँदै भन्थे, "मेरी छोरी ठूली भएपछि संसार जित्छे ।"

चक्रसिङले आफूले आर्थिक अभावका कारण पढ्न नपाएकोले छोरीलाई जीवनमा राम्रो शिक्षा दिन चाहन्थे । सकेसम्म राम्रो स्कुल कलेजमा पढाउन चक्रसिङले सानो जागिरको सञ्चयकोष नै बन्धकी राखे । आफैं भोकै बसे, तर छोरीलाई कुनै कमी हुन दिएनन् । साथीभाइहरू कहिलेकाहीं सोध्थे, "तपाईं किन यति दु:ख गर्नुहुन्छ ?" "छोरीलाई राम्ररी पढाएर ठूलो मान्छे बनाउने, त्यसपछि सुखका दिन आउँछन्" भनेर जवाफ दिन्थे । चक्रसिङले छोरी ठूलो मान्छे बनोस् भन्ने सपना देखे । छोरीको जीवन उज्यालो बनाउने भन्दाभन्दै जीवनमा सुखको अनुभव नै गर्न पाएनन्, तर पनि कहिल्यै दु:ख मानेनन् ।

समय बित्दै गयो । छोरी हुर्किँदै गई । छोरीको पढाइ राम्रो थियो । राम्रो अंक ल्याएर एघार कक्षासम्म पढी । साथीको संगत अनि उसको आधुनिकताको रुचि आदि कारणले विदेश जाने मन बनाई । पढाइमा अब्बल भएकी छोरीले उत्कृष्ट अंकसहित छात्रवृत्ति पाई, अनि उच्च शिक्षा पढ्न विदेश जाने चाहना गरी । बुवाले एक्लै विदेश पठाउन सकेनन् । उसैको रोजाइको केटासँग विवाह गरिदिए । उत्कृष्ट अंकसहित छात्रवृत्ति पाउँदा बुवाको लागि त्यो सबैभन्दा ठूलो गर्वको क्षण थियो । "मेरी छोरीले ठूलो मान्छे भएर देखाई" चक्रसिङले गाउँमा सबैसँग गर्वका साथ सुनाएका थिए ।

सबै प्रक्रिया पुरा गरेर ज्वाइँ छोरी अमेरिका गए । सुरुमा पढाइमा खर्च र रोजगारी पनि मिलिसकेको थिएन । चक्रसिङलाई दु:ख के हो थाहा थियो, त्यसैले ऋण खोजेर भए पनि छोरीलाई पैसा पठाइरहे । विदेश गएपछि छोरी सुरुमा नियमित फोन गर्थी । बुवालाई विदेशका नयाँ कुरा सुनाउँथी । आफ्नो जीवन कसरी परिवर्तन हुँदै छ भनेर बताउँथी । बुवा सुनिरहन्थे, हरेक रात छोरीको फोन आउँछ कि भनेर प्रतीक्षा गर्थे । तर विस्तारै फोनहरू घट्दै गए । छोरीले आफैले कमाउन थाली । उनिहरुको बन्दोवस्त राम्रो हुदै गयो । सुरुमा हप्तामा एकपटक, त्यसपछि महिनामा एकपटक मात्र । कहिलेकाहीं त फोन उठाउनसमेत भ्याउँथिनन् । "बाबा, अहिले व्यस्त छु, पछि कुरा गरौंला है !" भन्ने उसको शब्द बुवाको कानमा गुञ्जिरहन्थ्यो ।

विस्तारै उनीहरूको सबै व्यवस्था मिल्दै गयो । अमेरिकाको स्थायी बासिन्दाको कार्ड पनि लिए । घर, गाडी सबै जोडे । केही वर्षपछि एकदिन छोरीले फोन गरी, "बुवा, तपाईहरुलाई कहिले अनुकुल मिल्छ ? मैले अमेरिका बोलाउँछु । यहाँ कस्तो सुन्दर छ । तपाईंलाई मन पर्छ होला !" फोनमा टाढा भएकी छोरीले आफ्नै ठाउँमा बोलाउँदा बुवाको मन खुसीले नाच्यो । छोरीले आफैं बोलाइरहेकी थिई । छोरीले भिसा पठाइदिई । अमेरिकाबाट फर्के पछि छोरीले दिन्छे भनेर केहि ऋण खोजेर, केहि आफ्ना भएका गहना धरौटी राखेरै भए पनि उनले जहाजको टिकट काटे । बुढाबुढी आफ्ना लगाउने लुगा र छोरीलाई केही कोसेली लिएर छोरीलाई भेट्ने रहर बोकेर हजारौं माइलको यात्रा गरे ।

विमानस्थलमा ओर्लंदा मनमा हजार सपना लिएर आएका बुवाआमाले छोरीको खोजी गरे । छोरी एकछिन ढिलो आइपुगी । बुवाआमाले छोरीलाई अँगालो हाल्न खोजे, तर ऊ पछि हट्दै भनी, "यहाँ सार्वजनिक ठाउँमा यसरी गर्नु अलि ठीक हुँदैन, बुवा" भनी र आमालाई यसो अँगालो हाले जस्तो गरी । चक्रसिङले छोरीलाई नियालेर हेरे, तर उसको आँखामा उनले सोचे जस्तो चमक थिएन । केवल एउटा औपचारिक मुस्कानसहित उनले भनेकी थिई, "बुवाआमा तपाईंहरू आउनुभएकोमा धन्यवाद, बाटोमा गाह्रो त भएन ?" बिहानको घाम जस्तै छोरीको मुहार हेर्ने रहर लिएर विदेश गएका थिए चक्रसिङका बुढाबुढी । जीवनको २५ वसन्त त्यही छोरीको सुखका लागि बिताए । तर जब खुसीले भेट्ने समय आयो, छोरी त बदलिएकी रहिछ । चक्रसिङकी छोरी अहिले सम्पन्न मुलुककी सभ्य नागरिक भएकी रहिछ । शरीरभरि बास्ना छरेकी, छोटा लुगा लगाएकी, हातमा ठूलो मोबाइल बोकेकी । "बुवा, तपाईं आउनुभयो, राम्रो भयो । म अलि व्यस्त थिएँ । तपाईंलाई बस्नका लागि होटल बुक गरिदिएकी छु ।" बुवाआमा अचम्म मान्दै छोरीको मुख हेरिरहे । "हामी पनि होटलमै बस्छौं, नआत्तिनु" बुवाले एकछिन अचम्म माने । "होटल ? हामी त तिमीसँग बस्न आएको ।" छोरीले अल्ली झर्किंदै भनी "यहाँको परिस्थिति बुझ्ने कोसिस गर्नु न ।" यो सुनेर बुवाको मन चसक्क भयो । मुटुमा बज्र हाने जस्तो भयो । उनले मनमनै सोचे, "जसका लागि जीवनभरि दु:ख गरें, ऊसँग बस्ने समय पनि छैन ।"

भिडियो कल गर्दा छोरीले गर्वका साथ भन्ने गर्थी, "बुवा हेर्नु हाम्रो घर" भनेर घरका सबै सामान देखाउने गर्थी । छोरीको घर भव्य थियो । सुविधासम्पन्न, झिलिमिली बत्तीले भरिएको । तर बुवाले त्यहाँ न्यानोपन पाउन सकेनन् । दुई दिन जती होटलबाटै बिहान छोरी अफिस जान्थी, साँझ फर्किन्थी, तर बुवाआमासँग बस्नका लागि खासै समय निकाल्थिनन् । दुई दिनपछि छोरीले भनी, "मेरो जागिरका कारणले सेमिनारमा जानुपर्ने भयो, सात दिनमा फर्कन्छु । त्यही मौका पारेर ज्वाइँ पनि जानुहुन्छ । अफिसले पठाएको बेला होटल मिलिहाल्छ, हामी घुमेर पनि आउँछौं । तपाईंहरू आत्तिनु पर्दैन, होटलमा सबै भनिदिएको छु । खानाको मेनु दिएको छु । दिउँसो बाहिर निस्कन मन लागे निस्कनु । होटलको ठूलो कम्पाउन्ड छ । राम्रा फूलहरू फुलेका छन् । रमाइलो छ है ?"

तीनतारे होटलको एउटा कोठामा आमाबुवा राखिए । सुरुमै बाहिरी संसार जती झिलिमिली भए पनि मनमा खुसी नभए पछि नर माइलो लाग्यो । नयाँ देश, फरक खाना, सफा सहर तर मनका अमिलो पिडा । आत्तिएर छोरीलाई फोन गर्दा "व्यस्त छु" मात्र जवाफ दिन्थी । "हामीलाई घुमाउने भनेकी थिई, तर हामी होटलको झ्यालबाट सडक हेरेर दिन काट्दै छौं," बुवाआमा सुस्केरा हाल्थे । फेसबुक हेर्दा सुनिता साथीहरूसँग सहरको रमाइलो गर्दै थिई । रेस्टुरेन्ट, किनमेल, नाइट लाइफ सबै मज्जा लिँदै । खै सेमिनार हो कि के हो ? बुवाआमाले छोरीको फोटो हेरेर एक साँझ होटलको झ्यालबाट बाहिर हेर्दै भने, "हामी त उसलाई भेट्न भनेर गाउँको माटो छोडेर विदेश आयौं, अनि ऊ हामीलाई बन्दकोठामा छोडेर रमाइलो गर्न लागिछे ।" आमा पनि चुप लागिन्, आँखा रसाए । आमाहरू समर्पित, स्नेही, मौन पीडामा जिउने हुन्छन् ।

केही दिनपछि छोरी आइन्, हँसिली मुद्रामा । "तपाईंहरू रमाउनुभयो नि है ?" बुवा मुस्कुराउने कोसिस गर्दै बोले, "हो, रमाइला दृश्यहरू देख्यौं... तर छोरीको साथ नभएपछि ती पनि धमिलो लागे ।" सुनिता केही बुझी, केही नबुझी जस्तो गरी । "हामी तिमीसँगै बस्ने सपना बोकेर आएका हौं छोरी । तिमीसँगै हिँड्न मन थियो । हामी यहां होटलको कोठामा एक्लै बस्ने रहर होइन । कोठामा राखिएको टिभी खोल्दा पनि केही बुझिएन । बस चढेर जाऊँ कसरी जाने थाहा छैन । किनेर केही खाऊँ भने पसल देखेको छैन । पसल खोज्न जाऊँ भने भाषा जानेको छैन । होटलको कोठामा सुत्यो, फेरि उठ्यो, फेरि सुत्यो । खाना आउँछ, नुन लागेको हो कि होइन ? स्वाद के हो के? रुचेर तल जाँला भन्दा माथि आउला जस्तो हुने । यस्तैमा बित्यो छोरी ।" आमाबुवाको मायालु नजरमा दु:ख लुकेको थियो- सुनिताले त्यो महसुस गर्न अझै धेरै सेमिनारहरू बिताउनु पर्थ्यो ।

"यसरी बसेको पनि दश दिन भएछ । अझै कति बस्ने हो यसरी? अब तिम्रो घर कहिले जाने हो ? हामी त छोरीको घरमा बसौंला, आमाछोरी नेपालमा हुँदा पकाएका विभिन्न परिकार पकाऔंला । सेलरोटी पकाएर खाऔंला । मनमा कति धेरै कुराहरू साटौंला । छोरीसँगै नयाँ-नयाँ ठाउँ घुम्न जाउँला भनेको त हामी त बन्दी जीवन जस्तो पो बस्नु पर्यो ।" आमाले छोरीलाई सोधिन्, "सुनिता तिम्रो घर जाऊँ न, त्यहीं बस्छौं हामी ।" सुनिताले भनी, "आमा, मेरो घरमा पाहुना बस्न अलि गाह्रो हुन्छ । यहाँको सिस्टम फरक छ । तपाईंहरूले मेसो पाउनु हुन्न । मेसिनले घर सफा गर्नुपर्छ । भाडा मेसिनले माझ्छ । तपाईंहरूले चलाउन जान्नुहुन्न ।

बिग्रेयो भने कति महँगो सामान बिग्रन्छ । "बुवाको मन एकाएक भारी भयो । उनी छोरीको घर जान चाहन्थे, तर छोरीलाई बुबाआमाको आएको नै बोझ लागिरहेको जस्तो थियो । बुवाले उनलाई पुराना सम्झनाहरू सुनाउन खोजे, तर छोरीको ध्यान फोनमा थियो । बुवाले सोधे "तिमीलाई हामी आएको खुसी लागेन?" छोरीले जवाफ दिई, "हैन बुवा, तर यहाँको जीवन निकै व्यस्त छ । सबैले आफ्नो समय बचाउनुपर्छ" बुवाले त्यो उत्तर सुनेर मौन भए । छोरीले भुलेकी थिई कि उनको लागि जीवनभर संघर्ष गर्ने यी वृद्ध बुवा कुनै समय उसको पूरै संसार थिए । बिस्तारै बुवाले महसुस गरे कि उनी छोरीको संसारमा अब प्राथमिकता होइनन् ।

क्रसिं बिहान उठेर विस्तारामा नै बसेर धेरैबेर सोचिरहेका थिए । उनले सोचे, "यो त मेरी छोरी नै हो, तर उही छैन । मेरो मनमष्तिकको छोरी होइन ।" आएदेखिका छोरीका सबै बोली बचन र व्यवहार सम्झिए । अब यहाँ बस्नुहुन्न भनेर उनले नेपाल फर्किने निधो गरे । "छोरी, अब हामी घर फर्किन्छौं ।" "अहिल्यै बुवा ?" छोरीले हल्का आश्चर्य प्रकट गरिन्, तर उनको आवाजमा रोक्ने चाहना थिएन । "तपाईहरुलाई घुमाउन बांकी छ, हामीले अर्को विकेनमा घुमाउने भनेको बुवाले मुस्कुराउँदै भने, "पर्दैन छोरी हामीले घुमे सरह भयो । अब मेरो घर, मेरो ठाउँ नै ठीक छ ।"

आमाबुवाले नेपाल फर्किने निधो गरे । अमेरिक पुगे कि पुगेनन् ? उनिहरुलाई थाहा भएन । छोरीको घर थियो कि थिएन ? त्यो पनि थाहा भएन । छोरीसंग बसेर एक छाक खाना कस्तो हुन्छ ? त्यो अनुभव पनि गर्न पाएनन् । लगाएको गहना राखेर लिएको ऋणबाट ठुलो जहाज चढे वस् यत्ती । छोरी आफ्नो जिन्दगीमा यती रमाएकी थिई कि बुवा-आमाका भावनालाई महसुस नै गर्न सकिन । छोरीले सायद बुवाआमाले कति दु:ख महसुस गरिरहेका छन् भन्ने बुझिनन् ।

बुवाको आग्रहमा छोरीले तीन महिना पछिको मितिमा भएको टिकट अगाडी सारी दिई । बिहानै उनिहरुले आफ्नो झोला उठाए । छोरीले उनीहरूलाई बिदाइ गर्न विमानस्थल पुर्‍याइन् । विमानस्थलमा बुवाले अन्तिमचोटि छोरीको अनुहार हेरे । मनमनै सोचिरहे, "मैले उसलाई ठूलो मान्छे बनाइदिएँ, तर ऊ मेरो लागि पराइ जस्तै भई । जहाँ माया छैन, त्यहाँ बस्नुको अर्थ छैन ।" आमाको आँखा रसाइरहेको थियो । छोरीले विमानस्थलमा विदाई गर्दा न अँगालो हालिन्, न आँखामा कुनै पश्चात्ताप थियो । उनले औपचारिक रूपमा भनेकी थिइन्, "हजुरहरु आउनु भएकोमा धन्यवाद । यो पटक हामी व्यस्त भएर घुमाउन भ्याइएन अर्को पटक राम्रोसंग घुमाउंछु । यात्रा सुरक्षित होस् । पुगेर खवर गर्नु है ?" बुवाले मनमनमा भने, "तँ आउँदा मोई पाइनस गोठालो पठाई दे दुध दिउला भनेको यहि होला । धनले संसार बदल्न सक्छ, मान्छेहरूलाई उचाइमा पुऱ्याउन सक्छ, तर धनले आत्मीयता किन्न सक्दैन ।"

नेपाल फर्किएपछि बुवा दिनभर मौन बसे । सधैं खुसी देखिने उनी अब गहिरो सोचमा हराउँथे । पुरानो एल्बम पल्टाउँदै उनले छोरीको बाल्यकालको फोटो हेरिरहे । एउटा फोटोमा सानै छँदा छोरी उनको काँधमा बसेर मुस्कुराइरहेकी थिइन् । आँखाभरि आँसु लिएर उनी बर्बराए, "मेरो लागि तिमी सधैं सानी छोरी नै रहन्छ्यौ, तर तिमीले मलाई सम्झन भ्याउँदैनौ ।" समयसँगै सबै बदलीयो छोरी । एक दिन पुराना कागजहरू खोज्ने क्रममा, छोरीले तीन कक्षामा हुँदा लेखेको एउटा चिठी पनि भेटियो ।

"बुवा, तपाईं मेरो हिरो हो । बुवाआमा, म ठूलो भएपछि तपाईंहरूलाई संसारका सबै खुशी दिन्छु । तपाईंहरूलाई कहिल्यै दु:ख हुन दिनेछैन । म तपाईंहरूलाई सधैं माया गर्छु ।" बुवाले त्यो चिठीलाई मुटुमा च्यापे । उनका आँखाबाट आँसु टिलपिल गर्दै खस्यो र मनमनै भने "बरु यहि तीन कक्षामा हुँदा लेखिएको चिठी जस्तै छारीको उमेर पनि नबढेको भए जिन्दगी भरी हिरो हुन पाइने रहेछ नि ।"

कविता

भ्रष्टाचारी गतिविधि

✍साहास श्रेष्ठ

कक्षा-९, नवोदय शिशु सदन

लुटे है लुटे देश नै लुटे के गर्छौ पृथ्वी ?
तिमीले रचेको देश नै लुटे नमान दु:खी
धिक्कार लाग्छ नेपाल आमालाई भ्रष्टाचार देख्दा
दङ्ग पर्छु भ्रष्टले हाम्रो इतिहास खाएको देख्दा ।

खोला नि खाए जमिन नि खाए छाडेनन् बगर
के अदालत के मन्त्रालय न्याय देउन सरकार
बाध्य छु म चुप लागि भ्रष्टाचार भएको हेर्न
के नै गर्न सकिन्छ र आफ्नो परिवारलाई बचाउन ?

मारे है मारे इतिहास नै मारे यी भ्रष्टले
सहिदले बनाएको इतिहास नै मारे यिनै पापीले
धिक्कार छ इतिहासले जनताले भ्रष्टाचार गरेको देख्दा
अचम्ममा त म पनि पर्छु सबैले एउटै बाटो
रोजेको देख्दा ।

लुटे है लुटे देश ने लुटे के गर्छौ पृथ्वी ?
तिमीले रचेको देश नै लुटे नमान दु:खी
भ्रष्टका साथ दिए पृथ्वी यी पापी जनताले
चुप हुन बाध्य छु म आमाको मायाले ।

फ्रयांकलिन एजुकेशन कन्सल्टेन्सीको सेवा कान्तिराजपथबाट सुरु

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ हेटौंडा-६ चौघडामा रहेको फ्रयांकलिन एजुकेशन कन्सल्टेन्सीले अब हेटौंडा-२ कान्तिराजपथको लक्की प्लाजाबाट सेवाप्रवाह सुरु गरेको छ ।

शुक्रबार एक कार्यक्रमका बीच ओपनिङ सेरेमोनीकामा १७ जना विद्यार्थीलाई स्पट अफर लेटर प्रदान गरिएको फ्रयांकलिनका प्रबन्धनिर्देशक आलोक श्रेष्ठले बताए । क्यानडाको लागि ३ जना, युकेको लागि ८ जना, अष्ट्रेलियाको लागि ६ जना विद्यार्थीलाई उच्चशिक्षाको लागि अफर लेटर प्रदान गरिएको प्रबन्धनिर्देशक श्रेष्ठले बताए । उद्घाटनको दिन करिब ७५ जना विद्यार्थीले अभिभावक सहितको उपस्थितिमा उच्चशिक्षाबारे बुझेका थिए । युके, क्यानडा, जर्मन र अष्ट्रेलियाका विभिन्न युनिभर्सिटीका प्रतिनिधिको सहभागितामा परामर्श भएको प्रबन्धनिर्देशक श्रेष्ठले बताए ।

'हामीले चौघडाबाट सेवा दिएका थियौ, अब कान्तिराजपथको लक्की प्लाजाबाट दिनेछौं,' उनले भने, 'कन्सल्टेन्सीले युके, क्यानडा, युएसए, अष्ट्रेलिया, जर्मन, डेनमार्क, फिनल्याण्डलगायत मुलुकमा उच्चशिक्षा अध्ययनका लागि विद्यार्थी पठाउँदै आइरहेको छ ।' उच्च शिक्षाका लागि ईच्छुक विद्यार्थीले शैक्षिक प्रमाणपत्र सहित कार्यक्रममा सहभागिता जनाएका थिए । युनिभर्सिटीका प्रतिनिधिकै उपस्थितिमा हुने भएकाले योग्यता, शैक्षिक प्रमाणपत्र सहित सहभागी भएका थिए । कार्यक्रममा बि टु बि कनेक्सन, स्पट अफर लेटर, सहभागीलाई प्रमाणपत्र प्रदान, विभिन्न उपहार प्रदान गरिएको श्रेष्ठले बताए ।

नगद पुरस्कार आइतबार प्रदान गरिने जनाइएको छ । कार्यक्रमको लागि बैंकिङ पार्टनरको रुपमा एनएमबी बैंक रहेको थियो । प्रवन्धनिर्देशक श्रेष्ठ पनि युकेको एमबिए युनिभर्सिटी अफ वेल्सबाट उच्चशिक्षा लिएका हुन् । उनी लामो समयदेखि हेटौंडामा फ्रयांकलिन सञ्चालन गर्दै आइरहेका छन् । फ्रयांकलिनले हेटौंडा सहित काठमाडौं, पोखरा, लण्डन, क्यानडामा कार्यालय सञ्जालबाट सेवाप्रदान गर्दै आइरहेको श्रेष्ठले बताए ।

विभिन्न देशमा उच्च शिक्षाको लागि भौतारीरहेका विद्यार्थीको लागि फ्रयांकलिन एजुकेशन कन्सल्टेन्सीमा परामर्शको लागि सहभागी जनाउन कन्सल्टेन्सी म्यानेजर नितिका श्रेष्ठले बताइन् ।

यातायात सहकारीले चालक, सहचालक र संचालकको बीमा गर्ने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/एक दसक अघि हेटौंडामा स्थापना भएको यातायात ब्यवसायी बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाले चालक, सहचालक र संचालकहरुको दुर्घटना बीमा गर्ने भएको छ ।

चालक, सहचालकको ५ लाख रुपैयाँ र संचालकको १० लाख रुपैयाँको दुर्घटना बीमा गर्ने तयारी सुरु गरिएको सहकारीका अध्यक्ष गुणराज घिमिरे 'शंकर' ले जानकारी दिएका छन् । हेटौंडा-१० सीता भवनमा कार्यालय रहेको सहकारीका सयर सदस्यहरुको सुबिधाका लागि केहीदिन अघिदेखि नारायणी यातायात ब्यवसायी संघको कार्यालय अगाडि पारीजातपथमा कार्यालय स्थानान्तण गरिएको अध्यक्ष घिमिरेले जानकारी दिएका छन् ।

चालक, सहचालक र संचालकको आर्थिक कारोवार र आयआर्जनमा सहयोग गर्ने उद्देश्यले स्थापना गरिएको सहकारीको सेयर पूँजी करिब ७५ लाख रुपैयाँ रहेको र आगामी दिनमा सहकारी संस्थालाई अझै ब्यवस्थित रुपमा संचालन गर्न सेयरपूँजी बृद्धि गर्ने योजना रहेको अध्यक्ष घिमिरेले बताए । यातायात क्षेत्रमा क्रियाशील हजारौं चालक, सहचालक र संचालकको सानोसानो रकम बचत गर्दै सेयर सदस्यहरुलाई सुबिधा दिने उद्देश्यले सहकारी स्थापना गरिएको बताइएको छ ।

सहकारीलाई साना तथा मझौला सवारीचालक, सहचालकहरुको बीचमा सशक्त रुपमा संचालन गर्ने योजना रहेको बताइएको छ । सहकारीको आगामी साधारणसभाबाट केही नीतिगत निर्णय गरी प्रभावकारी रुपमा संचालन गर्ने तयारी गरिरहेको अध्यक्ष घिमिरेले जानकारी दिएका छन् । सेयरसदस्य थप गर्दै जाने र यातायात ब्यवसायी सबैले अपनत्व गर्ने गरी सहकारीलाई प्रभावकारी संस्थाको रुपमा संचालन गर्ने उनले बताए ।

साफ यू-२० महिला च्याम्पियनसिप :

पूर्णिमा राईको ह्याट्रिकमा भुटानविरुद्ध नेपालको शानदार जित

काठमाडौं/पूर्णिमा राईको ह्याट्रिकसहित चार गोल तथा सेनु परियारको दुई गोल मद्दतमा नेपालले बंगलादेशमा आजदेखि सुरु भएको साफ यू-२० महिला च्याम्पियनसिपमा शानदार सुरुवात गरेको छ ।

च्याम्पियनसिपमा शुक्रबार नेपालले आफ्नो पहिलो खेलमा भुटानलाई ६-१ ले हरायो ।

बंगलादेशको ढाकास्थित बसुन्धरा किंग्स एरेनामा भएको खेलमा नेपालले पहिलो हाफमै तीन गोल गरेको थियो । दोस्रो हाफमा नेपालले फेरि तीन गोल थप्दा भुटानले एक गोल गर्‍यो ।

सेनुले नवौं मिनेटमा गोल गर्दै नेपाललाई अग्रता दिलाइन् । वर्षा ओलीको पासमा सेनुले बल अघि बढाउँदै पेनाल्टी बक्स बाहिर बाट विपक्षी गोलकिपरलाई चिप गर्दै गोल गरिन् ।

यस्तै पूर्णिमाले १८औं मिनेटमा नेपालको अग्रता दोब्बर पारिन् । वर्षाले नै दायाँ भागबाट दिएको क्रसमा पूर्णियाले सिक्स यार्ड बक्सबाट वान टचमा गोल गरिन् ।

त्यसपछि सेनुले ४५औं मिनेटमा गोल गर्दै नेपालको अग्रता ३-० पुर्‍याइन् । वर्षाले नै बक्स बाहिर दिएको पासमा सेनुले विपक्षी खेलाडीलाई छलाउँदै बल बक्स भित्र पुर्‍याएर व्यक्तिगत दोस्रो गोल गरिन् ।

दोस्रो हाफमा भुटानले गोल गर्दै खेलमा फर्कने संकेत गरेको थियो । केल्देन वाङ्मोले ५३ औं मिनेटमा भुटानका लागि गोल फर्काइन् । तर नेपालले अझै गोल थप्यो ।

पूर्णिमाले ५३औं मिनेटमा गोल गरेपछि नेपालले ४-१ को अग्रता बनायो । पूर्णिमाले ८३औं मिनेटमा व्यक्तिगत तेस्रो गोल गर्दै ह्याट्रिक पूरा गरिन् । त्यसपछि ८८औं मिनेटमा पूर्णिमाले आफ्नो चौथो गोल गर्दै नेपाललाई ६-१ को अवस्थामा पुर्‍याइन् ।

त्यस बाहेक नेपालले खेलमा गोल गर्ने अन्य राम्रा अवसरहरु गुमाउँदा गोल अन्तर फराकिलो पार्न सकेन । सुक्रिया मिया र वर्षा ओलीले पनि गोल गर्ने राम्रो अवसरमा चुकेका थिए ।

जितपछि नेपालले च्याम्पियनसिपमा ३ अंक जोडेको छ । आजै भएको पहिलो खेलमा घरेलु टोली बंगलादेशले श्रीलंकालाई ९-१ को फराकिलो अन्तरले हराएर शानदार सुरुवात गरिसकेको छ ।

नेपाल र बंगलादेशले समान ३ अंक जोडेपनि गोल अन्तरमा बंगलादेश अघि छ । नेपाल र बंगलादेशबीच दुई दिनपछि आइतबार खेल हुनेछ ।

च्याम्पियनसिपमा चार टोली सहभागि छन् र डबलराउण्ड रोबिनका आधारमा खेल खेलाइनेछ । अन्तिममा धेरै अंक जोडेर शीर्ष स्थानमा रहने टोली च्याम्पियन बन्नेछ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

गुरु पूर्णिमाको अवसरमा सिटी कलेजमा रक्तदान

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/गुरु पूर्णिमाको अवसर पारेर हेटौंडा-५, मा रहेको जेनिथ सेकेन्डरी स्कुल/सिटी कलेजले रक्तदान कार्यक्रमको आयोजना गरेको छ।

समाजमा सकारात्मक सन्देश फैलाउने उद्देश्यले आयोजना गरिएको उक्त कार्यक्रममा कलेजका शिक्षक, विद्यार्थी तथा कर्मचारी गरी ३१ जनाले रक्तदान गरेका छन्।

कार्यक्रमबारे जानकारी दिँदै कलेजका प्रशासक सुमन्त सिलवालले रक्तदानले जीवन बचाउने मात्र नभई सामाजिक उत्तरदायित्व पुरा गर्न पनि सहयोग पुर्‍याउने बताए । उनले हरेक वर्ष सामाजिक उत्तर दायित्व अन्तर्गत कलेजले यस्ता कार्यक्रम आयोजना गर्दै आएको जानकारी दिए । कार्यक्रमले गुरु पूर्णिमाको अवसरलाई सामाजिक सेवासँग जोड्न सक्ने उदाहरणीय पहलको रुपमा सकारात्मक सन्देश दिएको सहभागीहरुले बताएका छन्।

थाहाको बित्तीय प्रगति ९४ दशमलब ७७ प्रतिशत

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ थाहा नगरपालिकाले आफ्नो वार्षिक बित्तीय प्रगतिविवरण सार्वजनिक गर्दै चालू आर्थिक वर्ष २०८१/८२ को भुक्तानी प्रक्रिया बन्द भएको जनाएको छ ।

थाहा नगरपालिकाको आर्थिक महाशाखाका लेखाअधिकृत अमरबहादुर जिसी र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सुरेन्द्र प्रधानले सूचना जारी गर्दै यस्तो जानकारी दिएका हुन् । थाहा नगरपालिकाले चालू आर्थिक वर्ष २०८१/८२ को सम्पूर्ण खर्च तथा भुक्तानीसम्बन्धी लेखांकनकार्यको बन्द गरिएको जानकारी दिदै चालू वर्षको बित्तीय प्रगति सार्वजनिक गरेको छ । चालुतर्फ ८६ दशमलब ६९ प्रतिशत र पुँजीगततर्फ ६५ दशमलब ८७ गरी ७७ दशमलब २२ प्रतिशत खर्च भएको छ । आयको आधारमा ९४ दशमलब ७७ प्रतिशत खर्च भएको छ ।

आर्थिक वर्ष २०८१/८२ मा चालूतर्फ ५३ करोड ६४ लाख ४८ हजार ७५ रुपैयाँ र पुँजीगततर्फ ४४ करोड ७० लाख ७५ हजार ६ सय १५ रुपैयाँ गरी ९८ करोड ३५ लाख २३ हजार ६ सय ९० रुपैयाँ बिनियोजित भएकोमा चालुतर्फ ४६ करोड ५० लाख ४३ हजार १ सय ७ रुपैयाँ र पुँजीगततर्फ २९ करोड ४४ लाख ४७ हजार २ सय ३३ रुपैयाँ खर्च भएको जानकारी दिएको हो ।

घरजग्गा कारोबार बढाउने गरी आयो मौद्रिक नीति

काठमाडौं/कोभिड-१९ पछि नै नेपालमा घरजग्गा कारोबारमा मन्दी आएको छ । घरजग्गा बेच्न चाहनेले बेच्न सकिरहेका छैनन् । बैंकमा धितो रहेर कर्जा असुलीका लागि लिलाम बिक्रीमा राखेका घरजग्गामा पनि आवेदन पर्न छाडेको छ ।

घरजग्गा क्षेत्रमा आएको मन्दीका कारण धेरै व्यवसायी, बैंक, वित्तीय संस्था तथा सहकारीलाई अप्ठेरो परिस्थिति बनेको छ । यही कारण अहिले बैंक तथा वित्तीय संस्थाको खराब कर्जा समेत बढेको छ । यस्तो मन्दीबीच नेपाल राष्ट्र बैंकले मौद्रिक नीतिमार्फत केही सहजीकरण गर्न खोजेको छ ।

शुक्रबार सार्वजनिक मौद्रिक नीतिले घरजग्गामा केही लचिलो व्यवस्था गरिदिएको छ । बैंक तथा वित्तीय संस्थाबाट व्यक्तिलाई घर किन्न दिइने आवासीय कर्जा सीमा २ करोडबाट ३ करोड पुर्‍याइएको छ ।

यसले राम्रा र आधुनिक घर किन्न चाहनेले बैंकबाट बढी कर्जा लिन पाउँछन् । त्यस्तै पहिलो घर खरिद गर्दा मूल्यांकन गरिएको रकमको ८० प्रतिशतसम्म कर्जा दिइने भएको छ । यसअघि यस्तो कर्जाको सीमा ७० प्रतिशत मात्रै थियो ।

त्यस्तै अन्य घरजग्गा खरिदका लागि दिइने ऋण सीमा पनि बढाइएको छ । घरजग्गा खरिदमा कुल मूल्यको ७० प्रतिशतसम्म बैंक तथा वित्तीय संस्थाले ऋण दिन पाउने व्यवस्था मौद्रिक नीतिमा गरिएको छ । यसअघि घरजग्गा खरिदमा कुल मूल्यको ५० प्रतिशत मात्रै ऋण दिन पाउने व्यवस्था थियो ।

बैंकबाट लिन पाउने कर्जा सीमा बढाएर चलायमान गराउन खोज्ने नीति राष्ट्र बैंकले लिएको छ । ब्याजदर पनि न्यून रहेकाले राष्ट्र बैंकले ऋण सीमा बढाएको छ । तर, ऋण सीमा बढाउँदैमा कर्जा प्रवाह नबढ्ने विज्ञ बताउँछन् ।

नेपाल जग्गा तथा आवास विकास महासंघ अध्यक्ष ध्रुव घिमिरे सबैभन्दा पहिला घर जग्गालाई सरकारले हेर्ने नजर नै सकारात्मक हुनुपर्ने बताए । कर्जा सीमा बढाउँदैमा घरजग्गा चलायमान नहुने उनको भनाइ छ ।

'घरजग्गा खरिदका लागि ऋण सीमा बढाइनु सकारात्मक पक्ष हो' घिमिरेले भने, 'तर यतिले पुग्दैन, अन्य धेरै कुरा सुधार गर्नुपर्ने छ ।' घरजग्गा खरिदका लागि आम्दानी जोडेर नीतिगत व्यवस्था गरिनुले नै कारोबारलाई अवरोध गरिरहेको घिमिरेको भनाइ छ ।

'व्यक्तिको करयोग्य मासिक तलबबाट ७० प्रतिशत रकम मात्रै किस्तामा बुझाउन पाउने गरी होम लोनको जुन व्यवस्था छ, यसले पनि अप्ठेरो पारेको छ,' उनले भने ।

यो नीतिलाई केही सहज गर्नुपर्ने उनको भनाइ छ । कृषि कार्य गरेर आउने आम्दानी करयोग्य नदेखिने, ज्याला मजदुरीबाट आउने आम्दानीमा पनि करयोग्य नमानिने भएकाले यसलाई सहजीकरण गर्नुपर्ने व्यवसायीको माग छ ।

पर्यटन सूचना केन्द्रको स्थापना, मन्त्री ठकुरीले गरे शुभारम्भ

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ बागमती प्रदेश सरकारले काठमाडौंको ठमेलमा 'पर्यटन सूचना केन्द्र' स्थापना गरेको छ ।

प्रदेशको संस्कृति तथा पर्यटन मन्त्रालयले काठमाडौं महानगरपालिका-२६ को सहयोग र ठमेल पर्यटन विकास परिषद्को सहकार्यमा शुक्रबार 'पर्यटन सूचना केन्द्र' स्थापना गरेको हो ।

केन्द्रको प्रदेशका संस्कृति तथा पर्यटनमन्त्री विमल ठकुरीले शुभारम्भ गरेका हुन् । कार्यक्रममा मन्त्री ठकुरीले सूचना केन्द्रले ठमेल मात्र नभई नेपालकै पर्यटन विकासमा सहयोग पुग्ने विश्वास व्यक्त गरेका छन् । उनले बागमती प्रदेशले चितवन पछि ठमेलमा पर्यटन सूचना केन्द्र स्थापना गरेको जानकारी दिँदै केन्द्रबाट पर्यटकले नेपालको पर्यटकीय गतिविधिका बारेमा थाहा पाउने बताए ।

मन्त्रालयका सचिव दीपेन्द्र सुवेदीले प्रदेश सरकारले प्रदेशभित्रका सबै जिल्लाको पर्यटकीय गन्तव्यलाई समेटेर 'ट्राभल बुक' प्रकाशन गर्न लागेको जानकारी दिएका छन् । उनले पर्यटन सूचना केन्द्रलाई प्रविधिसँग जोडेर अगाडि बढ्न प्रदेश सरकार लागिरहेको उल्लेख गरे ।

पर्यटन कार्यालय काठमाडौंका प्रमुख भक्तबहादुर भण्डारी, ठमेल पर्यटन विकास परिषद्का अध्यक्ष धुव्र अधिकारी, पूर्वअध्यक्ष डा. रामशरण थपलिया, ट्रेकिङ एजेन्सिज एसोसिएसन अफ नेपाल (टान) का अध्यक्ष सागर पाण्डे लगायतले पर्यटन सूचना केन्द्र स्थापना भएसँगै पर्यटकलाई सहज हुने तथा पर्यटन प्रवर्द्धनमा सहयोग पुग्ने बताएका छन् ।

शुक्रबारदेखि सुरु भएको सूचना केन्द्रबाट पर्यटकलाई नेपालको पदमार्ग, यातायात, होटल, स्थानीय कला संस्कृतिलगायत बारेमा जानकारी प्रदान गरिने पर्यटन मन्त्रालयका पर्यटन महाशाखा प्रमुख पवनकुमार पोखरेलले जानकारी दिएका छन् । ठमेल पर्यटन विकास परिषद्का उपाध्यक्ष सहदेव (विमल) धमलाले अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा नेपालको पहिचान दिने ठमेललाई व्यवस्थित गर्न परिषद्ले काम गरिरहेको बताए ।

महिला गोल्डकपमा ८ लाख ३५ हजार नाफा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ सातौं स्थानीय तह शहिदस्मृति मकवानपुर राष्ट्रिय महिला गोल्डकप फुटबल प्रतियोगितामा ८ लाख भन्दा बढी मुनाफा भएको छ ।

शुक्रबार पत्रकार सम्मेलन गर्दै जिल्ला फुटबल संघ मकवानपुरले प्रतियोगिता सकिएको २ महिनापछि आयव्यय विवरण सार्वजनिक गरेको हो । प्रतियोगितामा ८ लाख ३५ हजार रुपैयाँ मुनाफा भएको जानकारी गराएको हो । प्रतियोगितामा ६४ लाख ९८ हजार आम्दानी र ५६ लाख ६२ हजार खर्च भएको संघका कोषाध्यक्ष अमृत लुङबाले जानकारी दिएका छन् । २०८२ वैशाख १९ गतेदेखि २५ गतेसम्म हेटौंडा-६ स्थित गौरीटार रंगशालामा भएको खेलमा नेपाल पुलिस क्लबलाई टाइब्रेकरमा ३-१ ले पराजित गर्दै सशस्त्र प्रहरीको एपीएफले उपाधि जितेको थियो ।

हेटौंडा उपमहानगर पालिकाको प्रमुख सहयोग एवम् बागमती प्रदेश खेलकुद परिषद्, भीमफेदी गाउँपालिका, कैलाश गाउँपालिका, इन्द्रसरोबर गाउँपालिका लगायतको विशेष सहयोगमा भएको प्रतियोगितामा ८ टिमले सहभागिता जनाएका थिए । पत्रकार सम्मेलनमा एन्फाका केन्द्रीय सदस्य एवम् फुटबल संघ मकवानपुरका अध्यक्ष टीकाराम लामा, महासचिव छविलाल सुवेदी, गोल्डकप संयोजक प्रताप विष्टलगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

यसअघि छैटौं संस्करण सम्म पुरुष गोल्डकप गर्दै आएको संघले प्रतियोगिता घाटामा गएपछि सातौं संस्करणदेखि महिला गोल्डकपको आयोजना गरेको हो ।

मकवानपुर सहित २९ जिल्ला बाढीको जोखिममा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ मकवानपुर सहित २९ जिल्लामा बाढीको जोखिम रहेको बाढी पूर्वानुमान महाशाखाले जनाएको छ ।

बारा, रैतहट, काठमाडौं, ललितपुर, भक्तपुर, दोलखा, सिन्धुपाञ्चोक, मकवानपुर, गोरखा, धादिङ, नुवाकोट, सल्यान, रुकुमपूर्व, रुकुमपश्चिममा बाढीको मध्यम जोखिम रहेको महाशाखाले जनाएको छ । यस्तै संखुवासभा, सोलुखुम्बु, काभ्रे, कास्की, पर्वत, गोरखा, लमजुङ, म्याग्दी, बाग्लुङ, रोल्पा, प्युठान, जाजरकोट र कालीकोटमा पनि बाढीको जोखिम छ । बाढीको जोखिम भएका जिल्ला तथा आसपासका क्षेत्रभई बहने खोला तथा नदी तटीयक्षेत्रमा आवश्यक सतर्कता अपनाउन महाशाखाको सुझाव छ ।

कोशी, बागमती, गण्डकी र कर्णाली प्रदेशका एक/दुई ठाउँमा ठूलो पानीपर्ने सम्भावना रहेको जल तथा मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले जनाएको छ । शुक्रबार राति मधेश, बागमती र गण्डकी प्रदेशका एक/दुई ठाउँमा ठूलो पानी पर्नसक्ने महाशाखाको अनुमान छ । अहिले देशभरको मौसम आंशिकदेखि साधारणतया बदली रहेको छ । बागमती, गण्डकी र सुदूरपश्चिम प्रदेशलगायत पहाडी भूभागका केही ठाउँमा तथा बाँकी भूभागका थोरै ठाउँमा मेघगर्जन र चट्याङसहित हल्कादेखि मध्यम वर्षाको सम्भावना रहेको मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले जनाएको छ ।

के तपाई फोटो कपी प्रिन्टर मेसिन किन्दै हुनुहुन्छ ?

Brother, Canon, HP, Sharp Ricoh, Epson, Kyocera, Lexmark

टोनर रिफिलिङ्ग, प्रिन्टर, कम्प्युटर, फोटोकपी लगायतको सर्भिस छिटो छरितो र भरपर्दो रुपमा गर्नुभई ढुक्क हुनुहोस् ।

Printer Shop

The complete office solution

Contact No. 9845292140, 057-527041, Schoolroad, Hetauda-4

tonerhouse_htd@yahoo.com

मनसुजन्य विपद्को जोखिम न्युनीकरण तथा प्रतिकार्यका लागि समन्वयात्मक बैठक

बिपद् व्यवस्थापनमा संघ र प्रदेशबीच समन्वय आवश्यक: मन्त्री लामिछाने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ बागमती प्रदेश सरकारको आयोजनामा विपद् जोखिम न्युनीकरण तथा प्रतिकार्यका लागि जिल्ला सुरक्षा समितिसँग समन्वयात्मक बैठक सम्पन्न भएको छ ।

मनसुजन्य विपद्को जोखिम न्युनीकरण तथा प्रतिकार्यका लागि प्रदेशको आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्रालयले शुक्रवार काठमाडौं, भक्तपुर र ललितपुरका जिल्ला सुरक्षा समितिसँग समन्वयात्मक छलफल गरेको हो ।

बैठकपछि सञ्चार कर्मीसँग कुरागर्दै आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्री सुरजचन्द्र लामिछानेले गत असोजको घटनाबाट पाठ सिकेर आवश्यक पूर्वतयारीमा जुटिरहेको बताएका छन् । उनले गतवर्षको असोजको बाढीले १२ अर्ब रुपैयाँ बराबरको क्षति पुऱ्याएको भन्दै यसवर्ष उच्चसतर्कताका साथ विपद् जोखिम न्युनीकरणमा जुटिरहेको बताए । सबै जिल्लाका सुरक्षा निकायलाई हाई अलर्टमा बस्न निर्देशन दिइएको मन्त्री लामिछानेको भनाइ छ ।

उनले विपद् व्यवस्थापनका लागि प्रदेश एक्लैले नसक्ने उल्लेख गर्दै संघ र प्रदेश सरकारबीच आवश्यक सहकार्य र समन्वयको आवश्यकता रहेको बताए । मन्त्री लामिछानेले विपद् व्यवस्थापनका लागि संघ सरकारसँग पटकपटक बजेट माग गरिएको भएपनि गृह मन्त्रालयले पर्याप्त सहयोग नगरेको बताए । उनले प्रदेशमा विपद्का लागि बजेट नै नछुट्याइने चलन रहेकोमा यसवर्ष आफ्नै पहलमा १० करोड रुपैयाँ विनियोजन गरिएको जानकारी दिएका छन् । 'हामी गतवर्षमा भएका घटनाबाट शिक्षा लिँदै यसवर्ष हाई अलर्टमा बस्ने, सुरक्षा निकायलाई पनि तयारी अवस्थामा बस्न भनेका छौं । विगतमा केही कमजोरीको कारण उद्दारमा केही समस्या भएको थियो ।

यसवर्ष संघ सरकार र प्रदेश सरकारबीच सहकार्य र समन्वय गरेर विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा प्रतिकार्यका काम चुस्तदुरुस्त बनाउने काम गरिरहेका छौं ।' मन्त्री लामिछानेले भने, 'एउटा विडम्वना भन्नुपर्छ, गतवर्षसम्म विपद्मा खासै बजेट नै नराख्ने चलन रैछ । सकिन लागेको वर्षमा २५ लाख रुपैयाँ राखिएको थियो । यसपल्ट मैले बजेटको लागि निकै नै लबिङ गरेँ । फेरि त्यो मेरो मात्रै इच्छाशक्तिले नहुने रैछ । यसपटक विपद् कार्यको लागि १० करोड बजेट विनियोजन भएको छ ।

गतवर्ष असोज १०-१२ को बाढीले करिव १२ अर्बको क्षति भएको देखाएको छ । उनका अनुसार प्रधानमन्त्रीको अध्यक्षतामा बसेको राष्ट्रिय विपद् परिषद्को बैठकले गरेका निर्णयहरु अहिलेसम्म कार्यान्वयनमा आएका छैनन् । रसुवाको केरुङ नाकामा यो साताको बाढीले बितण्डा मच्चाएको छ । संघीय सरकार र प्रदेश सरकारका उच्चअधिकारीहरुले बाढीप्रभावित क्षेत्रको अवलोकन पनि गरेका थिए ।

मकवानपुर कोरा आज, साउन ३ गते ६ हजार साइक्लिस्ट सहभागी हुने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ आज शनिबार हेटौंडामा हुने साइक्लिङ यात्रा 'मकवानपुर कोरा-२०२५' को तयारी पूरा भएको आयोजक हिमालयन राइडर्स सोसाइटीले जनाएको छ ।

यसपटकको यात्रा हेटौंडा-४ स्थित भुटनदेवी माविबाट बिहान ७ बजे सुरु हुनेछ । त्यसपछि शीतलमहलचोक, हुप्राचौर हुँदै पशुपति मन्दिर, ओम्याक्स हलरोड हुँदै थाहाचोक, रजतजयन्ती स्तम्भ हुँदै मेनरोडको बुद्धचोक, कान्तिराजपथ, चौघडा बजारमा मोही खाने कार्यक्रम तय भएको छ । साइकल यात्राले चुच्चेखोला, गैरीगाउँ, शिवम् सिमेन्ट, हटिया, चिसापानी हुँदै रंगशालालाई बायाँ पारेर नागसोती, कमाने, नमूनाचोक, बज्रगुरु मेडिकल हुँदै शान्तिनगर, भैरवरोड, कान्तिराजपथ, बुद्धचोक, चौकीटोल हिमालयन दरबार होटल पुगिनेछ ।

त्यहीं प्रमाणपत्र वितरण तथा खानाखाने कार्यक्रमका साथ 'मकवानपुर कोरा-२०२५' को समापन गरिने आयोजक संस्थाका अध्यक्ष राजु थापामगरले जनाएका छन् । मकवानपुर कोरा-२०२५ मा सहभागी हुनका लागि बाराको निजगढ, सिमरा र रौतहटबाट सहभागी हुनेछन् । कोराका लागि हेटौंडा-४ वडा कार्यालयले सहयोग गरेको सोसाइटीका संस्थापक अध्यक्ष चेतनाथ आचार्यले जानकारी दिए । बुद्ध मेडिकलले साइकलयात्रीको स्वास्थ्यमा आउन सक्ने समस्यामा सहयोग गर्ने भएको छ । कोरामा सहभागी हुन सइकल सौन्दर्यका लेखक डा. तारालाल श्रेष्ठले पनि सहभागिता जनाउने भएका छन् ।

करिव ६ हजार साइक्लिस्ट सहभागी कोरा साइक्लिङ च्यालेन्जको १५ औं संस्करण आगामी साउन ३ गते हुने भएको छ । सोसियल टुर्स, साइकल सिटी नेटवर्क नेपाल र पांग्रो आउटडोर इभेन्ट्सको आयोजनामा फरकफरक दूरी र फरक फरक स्थानमा साइक्लिङ हुनेछ । आयोजकले शुक्रबार पत्रकार सम्मेलन आयोजना गर्दै यसबारे जानकारी दिएको हो । नेपालका २० भन्दा बढी स्थानमा अस्ट्रेलिया, लाओस, क्यानडा, स्कटल्याण्ड र सिंगापुर लगायत देशका साइक्लिस्टले यो साइक्लिङ अभियानमा सहभागी हुनेछन् । पाटन दरबार स्क्वाइरबाट यो अभियान सुरु हुनेछ । बालबालिकाका लागि दुई किलोमिटरको दूरी तय गरिएको छ ।

काठमाडौं उपत्यकामा रहेको १६५ किलोमिटरको दूरी साइक्लिस्टले पार गर्नेछन् । यसबाहेक २५ किलोमिटर, ५० किलोमिटर, ७५ किलोमिटर र एक सय किलो मिटरको दूरीमा पनि ष्पर्धा हुनेछन् । यो इभेन्टको मुख्य उद्देश्य सिन्धुपाल्चोकको मेलम्ची बजारनजिक रहेको दोमवार समूदायमा सौर्यगृह प्रणाली जडान गर्ने रहेको आयोजकले जनाएको छ । बिहान सात बजेदेखि एक सय किलोमिटर र ७५ किलोमिटरको राइड सुरु हुने आयोजकले जनाएको छ । त्यसपछि ५० किलोमिटरको राइड सुरु हुने आयोजकले उल्लेख गरेको छ ।

इन्द्रसरोबरको वित्तीय प्रगति ७५ दशमलव ५१ प्रतिशत

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ मकवानपुरको इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाले आर्थिक वर्ष २०८१/८२ मा ७५ दशमलव ५१ प्रतिशत बित्तीय प्रगति हासिल गरेको छ । पालिकाले आफ्नो वार्षिक वित्तीय प्रगति सार्वजनिक गर्दै यस्तो जानकारी दिएको हो ।

इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाले चालु आर्थिक वर्षका लागि ४८ करोड १८ लाख ५९ हजार बजेट विनियोजन गरेकोमा ३६ करोड ३८ लाख ५२ हजार रुपैयाँ खर्च गरेको जनाएको छ । पालिकाको चालुको तुलनामा पुँजीगतखर्च निकै कमजोर देखिएको छ । गाउँपालिकाले चालुतर्फ २७ करोड ७८ लाख २९ हजार बजेट विनियोजन गरेकोमा २४ करोड १० लाख १० हजार अर्थात ८६.७४ वित्तीय प्रगति हासिल गरेको छ ।

त्यसैगरी पुँजीगततर्फ २० करोड ४० लाख ३० हजार बजेट विनियोजन भएकोमा १२ करोड २८ लाख ४१ हजार अर्थात ६०.२० प्रतिशत वित्तीय प्रगति हासिल गरेको छ । पालिकाले चालुको तुलनामा २६.५४ प्रतिशत कम पुँजीगतखर्च गरेको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत रामचन्द्र लामाले जानकारी दिए ।

राक्सिराङको काँकडामा एम्बुलेन्स सेवा पुग्दै

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २७ असार/ मकवानपुरको विकटबस्ती काँकडालाई लक्षित गरी एम्बुलेन्स सेवा उपलब्ध गराइने भएको छ ।

तामाङ र सीमान्तीकृत चेपाङ समुदायको बाहुल्य रहेको राक्सिराङका विकट बस्तीलाई लक्षित गरी एम्बुलेन्स सञ्चालन गर्न लागिएको हो । एम्बुलेन्स सेवाबाट राक्सिराङ गाउँपालिका-६, ७ र ८ का बासिन्दा लाभान्वित हुनेछन् ।

काँकडा स्वास्थ्यचौकीका लागि एम्बुलेन्स स्वरिद गर्न राक्सिराङ गाउँपालिका र एस्थर बेन्जामिन स्मृति संस्थाबीच सम्झौता गरिएको छ । एम्बुलेन्स सेवा उपलब्ध भएपछि स्वास्थ्यसेवाको गुणस्तरमा सुधार आउने अपेक्षा गरिएको गाउँपालिका अध्यक्ष राजकुमार मल्लले बताए ।

राक्सिराङ गाउँपालिकाका स्वास्थ्य शाखाका संयोजक विजयकुमार कापरीले राक्सिराङ-६ अन्तर्गत काँकडा स्वास्थ्यचौकीमार्फत् प्रदान गरिने स्वास्थ्य तथा प्रसूति सेवालाई सहज बनाउन काँकडा स्वास्थ्यचौकीका लागि एम्बुलेन्स खरिद गर्न लागेको जानकारी दिए । २५ लाख रुपैयाँको लागतमा खरिद गरिने एम्बुलेन्सको लागत खर्च एस्थर बेन्जामिन स्मृति संस्थाले बेहोर्ने गरी सम्झौता भएको छ । काँकडा स्वास्थ्यचौकीलाई स्वास्थ्य सेवा तथा प्रसूति सेवालाई सहजता पुऱ्याउन काँकडा स्वास्थ्यचौकीको एम्बुलेन्स स्वरिद गर्न राक्सिराङ गाउँपालिका र एस्थर बेन्जामिन स्मृति संस्थाबीच सम्झौता भएको स्वास्थ्य शाखाका संयोजक कापरीले बताए ।

सम्झौतापत्रमा गाउँपालिका अध्यक्ष मल्ल र एस्थर बेन्जामिन स्मृति संस्थाका प्रतिनिधि बुद्धवीर लामा वाइबाले हस्ताक्षर गरेका छन् । गाउँपालिका अध्यक्ष मल्लका अनुसार एम्बुलेन्स सेवा उपलब्ध भएपछि अहिले चेपाङ समुदायका आमा र शिशुको मृत्युदर कम गर्न सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । बिगतका दिनमा बिरामी पर्ने बित्तिकै धामीझाँक्री लगाउने र झारफुक गर्ने चेपाङ समुदायले पछिल्ला दिनमा स्वास्थ्यचौकीमा उपचारका लागि धाउन थालेका छन् ।

शिक्षक आवश्यकता

(प्रथम पटक प्रकाशित सूचना २०८२/०३/२७)

प्रस्तुत विषयमा यस विद्यालयमा रिक्त हुन गएको मा.वि. अस्थायी करार (नेपाली) विषयको शिक्षक पदमा विज्ञापनका लागि थाहा नगर पालिका को च.नं ३१२१ अनुसार तपसिलको योग्यता पुगेका नेपाली नागरिकहरूबाट हस्तलिखित दरखास्त आफवान गरिन्छ ।

तपशिल

उम्मेदवारको योग्यता:
विज्ञापन नं. : ०१
अध्यापन गर्नुपर्ने विषय: मा.वि. नेपाली
परीक्षाको किसिम : लिखित तथा अन्तर्वार्ता
दरखास्त दिने स्थान: श्री जनकल्याण माध्यमिक विद्यालय
थाहा न.पा. ३, घट्टेचौर, मकवानपुर ।
दरखास्त दिने अन्तिम मिति: २०८२ साउन ९ गते दिउँसो ३:०० बजे सम्म
तलब: नेपाल सरकारको प्रचलित नियमअनुसार
सम्पर्क मिति: २०८२ साउन ९ गते
परीक्षा कार्यक्रम: सम्पर्क मितिको दिनमा जानकारी गराइने छ ।
उमेर : १८ वर्ष पुरा भई ४० वर्ष ननाघेका ।
आवश्यक न्यूनतम योग्यता: मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट नेपाली मूल विषय लिई स्नातक तह उत्तीर्ण वा सो सरह

द्रष्टव्य:

क) दरखास्तका साथ शिक्षण अनुमतिपत्र, शैक्षिक योग्यताको प्रमाणपत्र, नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि समेत अविवार्य पेश गर्नुपर्नेछ ।
ख) परीक्षाको दिन सम्पूर्ण प्रमाणपत्रको सक्कल कागजात अनिवार्य पेश गर्नुपर्ने छ ।
ग) दरखास्त इमेल मार्फत समेत प्रेषित गर्न सकिने छ ।
घ) परीक्षा दस्तुर नगदै वा विद्यालयको खातामा जम्मा गरेको भौचर प्रेषित गर्न सकिने छ ।

- दरखास्त दस्तुर : रू. १५००।- (एक हजार पाँच सय रुपैयाँ मात्र) विद्यालयको नाममा रहेको ने.बैं. लि. शाखा कार्यालय पालुङको खाता नं. ०२५००१००४४१५२३००००१ मा दाखिला गरेको भौचर वा विद्यालयमा रकम जम्मा गरेको रसिद संलग्न गर्नुपर्नेछ ।
- Email Id: janakalyan2025@gmail.com
-सम्पर्क नं. ९८५५०१३६९५ प्रधानाध्यापक, ९८४५०७०६७९ वि.व्य.स. अध्यक्ष र ९८५५०७२५३३ स.प्र.अ

श्री जनकल्याण माध्यमिक विद्यालय
थाहा-३, मकवानपुर

सम्पूर्ण ब्राण्डका गाडी
एकै ठाउँमा सम्पूर्ण सेवासहित
☞ कार वास भित्र/बाहिर
☞ वायरिङ मर्मत
☞ मेशिनद्वारा A/C मर्मत तथा ग्यास 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

QUALITY EDUCATION WITH NO COMPROMISES
OUR +2 PROGRAMS
SCIENCE
MANAGEMENT
HOTEL MANAGEMENT
LAW
ADMISSIONS OPEN
STUDY GRADE 11 IN –
SCIENCE
MANAGEMENT
- Computer Science
- Mathematics
- Business Studies
HOTEL MANAGEMENT
- Travel and Mountaineering Studies
LAW
ENROLL NOW
For inquiry: 9855077417
Hetauda-5, Piple, Makwanpur 057-520750, 9855077417, 985-5089444 zenithcollege.official@gmail.com
+2 - Science | Management | Hotel Management | LAW - BSc. CSIT, BCA & BBS (TU)

Narayani College /TMMSS
Scholarship Up to 100%
Terms & conditions Apply
"Turn Your Passion for Hotels & Hospitality into a Career!"
ADMISSION OPEN
for grade XI-2082
Science
Hotel Management
Computer Science
Business Studies
Travel & Mountaineering
"Learn. Lead. Serve – Begin Your Hospitality Journey with Us Today!"
Register Now 057-522136, 9855071876 Hetauda-10, Bhutandevi Road

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