म.जि.प्र.का.द.नं. : १०६/०६८, वर्ष १५ अंक १७३ शनिबार, २४ माघ २०८२ ने. सं. ११४६ सिल्लागा 7 February 2026 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्यः रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

# साझाकुरा
राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

**काठमाडौं टप टेलर्स**
*अब टीसीएन रोडमा...*
विगत लामो समयदेखि मेनरोड बुद्धचोकमा रहेर तपाईंको सेवामा समर्पित **काठमाडौं टप टेलर्स** अब हेटौंडा-१० सीमा चोकबाट टीसीएन रोडतर्फ दुईसय मिटर पश्चिम दायाँतर्फ बर्जर पेन्टको डिलरसँगै सरेको जानकारी गराउँदछौं ।
प्रो. विष्णुलाल महर्जन
९८४५०२२६५५

### बागमती प्रदेशका सडकलाई 'प्रकृतिमा आधारित समाधान' खोजिँदै,

## हेटौंडा-काठमाडौं मार्गको विशेष अध्ययन सुरु

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ सडकहरुमा बर्सेनि देखिने पहिरो र भू-क्षयका कारण यात्रु बारम्बार अलपत्र पर्नुका साथै ज्यानै गुमाउनुपर्ने बाध्यता छ । यो समस्याको समाधान अर्थात् न्यूनीकरणका लागि बागमती प्रदेश सरकारले वैज्ञानिक र दिगो उपायको खोजी थालेको छ ।

यसका लागि प्रदेश सरकारले देशकै अग्रणी इन्जिनियरिङ अध्ययन संस्था इन्जिनियरिङ अध्ययन संस्थान, सेन्टर फर डिजास्टर स्टडिज पुल्चोकसँग मिलेर काम थालेको छ । जसअन्तर्गत हेटौंडा-काठमाडौं जोड्ने छोटो दूरीको मार्गलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर अध्ययन सुरु गरिएको हो । बागमती प्रदेशका भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्री डा. दिनेशचन्द्र देवकोटाका अनुसार चालु आर्थिक वर्षभित्रै हेटौंडा-कुलेखानी-सिस्नेरी-काठमाडौं सडक खण्डको विस्तृत अध्ययन गरिनेछ । यो सडक खण्डमा पहिरोको उच्चजोखिम रहेका भैंसे र देउराली सडक खण्ड छनोट गरी वैज्ञानिक अध्ययन अघि बढाइएको मन्त्री डा. देवकोटाले जानकारी दिए ।

'हामी स्थानीय भूगोल र भूगर्भलाई सुहाउँदो प्रविधिको प्रयोग गर्दैछौं,' मन्त्री डा. देवकोटाले भने, 'यसमा जैव-इन्जिनियरिङ, पारि स्थितिक प्रणालीमा आधारित समाधान र वर्षाको पानी व्यवस्थापनजस्ता प्राकृतिक उपायहरु अपनाइनेछ ।'

उनले यो अध्ययन कार्यमा विभिन्न विधाका विषय विज्ञहरुका साथै सिभिल इन्जिनियरिङमा स्नातकोत्तर गरिरहेका ४ जना विद्यार्थीलाई 'ग्राजुएट स्टुडेन्ट फेलोसिप' अन्तर्गत सहभागी गराइने बताए । अध्ययन क्षेत्रमा मन्त्रालयले साइनबोर्ड राखिसकेको छ ।

भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालयका सचिव ईश्वरचन्द्र मरहट्टाले सडक मर्मत र संरक्षणका लागि स्पष्ट निर्देशिका अत्यावश्यक रहेको बताए । सचिव मरहट्टाले भने, 'बाढी-पहिरोजस्ता जोखिम न्यूनीकरण, दिगो पूर्वाधार विकास र समुदायको जीविकोपार्जनलाई एकसाथ सम्बोधन गर्न प्रकृतिमा आधारित समाधानसम्बन्धी निर्देशिकाले ठूलो मद्दत गर्नेछ । यो निर्देशिका तयार भएपछि प्रदेशमा निर्माणाधीन र भविष्यमा बन्ने सबै सडकको मर्मत-सम्भार तथा व्यवस्थापनमा यसलाई अनिवार्यरुपमा लागू गरिनेछ ।'

नेपालका केही सडकमा परीक्षणका रुपमा नेपाल सरकारले यस अघि पनि बिभिन्न काम गर्दै आएको थियो । पृथ्वी राजमार्गको कृष्णभीर, पूर्वपश्चिम राजमार्गको दाउन्नेमा यसखाले अध्ययन गरिएको थियो । पछिल्ला वर्षहरुमा प्रबिधिको प्रयोगले सहज पनि बनाएको बताइएको छ । हेटौंडा-पथलैया खण्डको चुरे क्षेत्रमा जापानीज प्रबिधिको प्रयोग गरी घाँसका बिरुवा रोपेपछि चुरेको पहिरो रोकथाम भएको थियो ।

जलवायु परिवर्तन र प्राकृतिक विपद्को जोखिम बढिरहेको सन्दर्भमा यो अध्ययन कोसेढुंगा सावित हुने अपेक्षा गरिएको उनले बताए । यातायात पूर्वाधार निर्देशनालय हेटौंडाका निर्देशक नवीनकुमार सिंहले सडक पूर्वाधार लाई सुरक्षित बनाउन बागमती प्रदेश सरकारले देशकै अग्रणी संस्था 'इन्जिनियरिङ अध्ययन संस्थान, विपद् अध्ययन केन्द्र,' पुल्चोकसँग प्राविधिक सहकार्य सुरु गरेको जानकारी दिए । उनका अनुसार, प्रदेशका विभिन्न जिल्लामा भिरालो जमिनको अस्थिरताका कारण पहिरो जाने, जमिन भासिने र माटो कटान हुने समस्या विकराल बनेपछि दिगो पूर्वाधार निर्माणका लागि 'कम खर्चिलो र वातावरणमैत्री' उपाय खोज्न यो कदम चालिएको हो ।

निर्देशक सिंहले भने, 'यो सहकार्यको मुख्य उद्देश्य विज्ञहरुको अनुभव र सिकाइका आधारमा बागमती प्रदेशको भूगोल-अनुकूल 'प्रकृतिमा आधारित समाधान'को निर्देशिका तयार गर्नु हो ।' यसका लागि निर्देशनालय र इन्जिनियरिङ अध्ययन संस्थानबीच समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर भइसकेको छ । समझदारीपत्रमा निर्देशनालयका निर्देशक सिंह र विपद् अध्ययन केन्द्रका निर्देशक डा. बसन्तराज अधिकारीबीच हस्ताक्षर भएको हो ।

यस अध्ययनबाट प्राप्त मार्गदर्शनले प्रदेशको पूर्वाधार विकासमा दीर्घकालीन र सकारात्मक प्रभाव पार्ने विश्वास मन्त्रालयले लिएको छ । सडक यात्रालाई सुरक्षित र भरपर्दो बनाउनका लागि प्रदेश सरकारले निर्माणकै चरणमा पनि सुधार गर्ने जनाएको छ । नेपाल जस्तो भूपरिबेष्ठित मुलुकमा सडक यातायात नै सबैभन्दा सहज र उपयोगी मानिन्छ ।

### आचारसंहिता उल्लंघनमा आयोग निर्मम: २४ दल र उम्मेदवारद्वारा स्पष्टीकरण पेश

## चुनावलाई मौसमले असर गर्दैन: आयोग

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ निर्वाचन आयोगले आचारसंहिता उल्लंघनका घटनामा नजरअन्दाज नगर्ने स्पष्ट पारेको छ ।

शुक्रवार नियमित पत्रकार भेटघाटका क्रममा आयोगका प्रवक्ता नारायणप्रसाद भट्टराईले आयोगले आचारसंहिता पालना गराउन र उल्लंघनकर्तालाई कारबाहीको दायरामा ल्याउन सक्रियता बढाएको बताएका छन् । भट्टराईले पछिल्लो समय जिल्ला तहबाटै उजुरी लिने र फर्स्यौट गर्ने क्रम बढेकाले केन्द्रमा उजुरीको चाप घटेको बताए । आयोगले हालसम्म ३४ वटा राजनीतिक दल र उम्मेदवारलाई स्पष्टीकरण सोधेकोमा २४ वटाबाट जवाफ प्राप्त भइसकेको जानकारी दिएको छ । भट्टराईकाअनुसार प्राप्त जवाफको अध्ययन गरी केन्द्रीय आचारसंहिता अनुगमन समितिले निर्वाचन कसुर तथा सजाय ऐन बमोजिम आवश्यक कारबाहीको निर्णय लिनेछ ।

प्रवक्ता भट्टराईले ६३ राजनीतिक दलका ५७ निर्वाचन चिन्हमा कुल ३ हजार १३५ उम्मेदवार चुनावी प्रतिष्पर्धामा रहेको बताए । जसमा महिला उम्मेदवारको संख्या १ हजार ७७२ र पुरुषको संख्या १ हजार ३६३ रहेको छ । समानुपातिकतर्फ पुरुषको तुलनामा महिलाको संख्या बढी रहेको आयोगको तथ्यांकले देखाएको छ । आयोगले निर्वाचन प्रक्रियालाई थप व्यवस्थित र सुधार गर्न आफूहरु सधैँ तयार रहेको प्रतिवद्धता जनाउँदै आचारसंहिताको पूर्णपालना गर्न सबै पक्षलाई आग्रह गरेको छ ।

आयोगले उम्मेदवार तथा राजनीतिक दलहरुले निर्वाचन प्रयोजनका लागि शुभेच्छुकबाट स्वेच्छिक सहयोग लिन पाउने स्पष्ट पारेको छ । आयोगका प्रवक्ता भट्टराईले प्रचलित कानूनको परिधिभित्र रहेर निर्वाचन प्रचारप्रसारका लागि सहयोग संकलन गर्न बाधा नपर्ने बताएका छन् । प्रवक्ता भट्टराईका अनुसार उम्मेदवार वा दलले कसैलाई पनि निश्चित रकम तोकेर चन्दा माग्न भने पाउने छैनन् । उम्मेदवारले निर्वाचन प्रयोजनका लागि छुट्टै खाता खोल्नुपर्ने प्रावधान रहेको उल्लेख गर्दै प्रवक्ता भट्टराईले यो खातामा संकलित रकम व्यक्तिगत प्रयोजनमा खर्च गर्न नपाइने प्रष्ट पारे ।

आयोगले निर्वाचनका लागि आवश्यक मतपत्र छपाई कार्यलाई तिब्रता दिएको छ । प्रवक्ता भट्टराईले हालसम्म ८४ लाख ४० हजार थान मतपत्र छपाई भइसकेको जानकारी दिए । छपाई भएका मतपत्रमध्ये ७ हजार १३७ वटा बाकस प्याकिङ भइसकेको आयोगले जनाएको छ । प्रवक्ता भट्टराईका अनुसार हालसम्म ३२ वटा जिल्लाका लागि आवश्यक पर्ने मतपत्रको छपाई र प्याकिङकार्य सम्पन्न भइसकेको छ । आयोगले बाँकी जिल्लाको मतपत्र छपाई र व्यवस्थापनको काम पनि युद्धस्तरमा भइरहेको जनाएको छ ।

आयोगले उच्चपहाडी तथा हिमालीक्षेत्रमा हिमपातले चुनाव प्रभावित हुनसक्ने आशंकाबीच आउँदो फागुन २१ गतेको मौसमले असर नपार्ने देखिएको जनाएको छ । आयोगका प्रवक्ता भट्टराईका अनुसार मौसम विज्ञान विभागले उपलब्ध गराएको मौसमको पूर्वानुमानमा फागुन २०, २१ र २२ गते हिमालीक्षेत्रमा सुक्खा रहनेछ । साथै ३ दिन वर्षाको सम्भावना पनि नदेखिएको रिपोर्ट विभागले दिएको आयोगले जनाएको छ । मौसम प्रतिवेदनअनुसार मतदानलाई मौसमका कारण कुनै समस्या नदेखिएको तर, अप्रत्याशित परिवर्तन भएमा सम्बन्धित निकायबाट आवश्यक पूर्वसूचना आउने आयोगले जनाएको छ ।

## कृष्णआदर्श विद्यालयमा आँखा शिविर

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ हेटौंडा-९, स्थित कृष्णआदर्श विद्यालयमा एक दिने आँखाजाँच शिविर भएको छ । विद्यालयको आयोजना तथा हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पताल र क्योर ब्लाइन्डनेस प्रोजेक्टको सहकार्यमा आँखाजाँच शिविर भएको हो ।

विद्यार्थी तथा अभिभावकलाई लक्षित गरी विद्यालयमा सम्पन्न शिविरमा ४२१ जनाको आँखापरीक्षण गरिएको थियो । परीक्षणका क्रममा ३० जनामा दृष्टि समस्या देखिएको र उनीहरुलाई थपउपचारका लागि हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालमा रिफर गरिएको विद्यालयका प्रिन्सिपल नविन केसीले जानकारी दिएका छन् । स्वास्थ्यप्रति सचेतना फैलाउने उद्देश्यले आयोजना गरिएको शिविरले विद्यालय र समुदायबीचको सहकार्यलाई थप मजबुत बनाएको केसीले बताए ।

विद्यालय परिसरमै आयोजना गरिएको कार्यक्रमले विद्यार्थी, शिक्षक र अभिभावकलाई आँखासम्बन्धी समस्याबारे सचेत गराउनुका साथै समयमै जाँच र उपचारको महत्वबारे जानकारी गराएको केसीले बताए । कार्यक्रममा हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पताल नेत्र अधिकृत कृष्ण ढुगाना सहितको प्राविधिक टोलीले परीक्षण गरेको थियो ।

## विदेशी बुबा भएका पाँचजनाले पाए अङ्गीकृत नागरिकता

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/आमा नेपाली र बुबा विदेशी भएका पाँचजनाले जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरबाट अङ्गीकृत नागरिकता प्राप्त गरेका छन् ।

नेपाल नागरिकता ऐन, २०६३ लाई संशोधन गर्न बनेको नेपाल नागरिकता (चौथो संशोधन) नियमावली, २०८२ मन्त्रिपरिषदबाट स्वीकृत भई राजपत्रमा प्रकाशित भएपछि जिल्ला प्रशासन कार्यालयबाट बुबा विदेशी भएका पाँच जनाले आमाको नामबाट अङ्गीकृत नागरिकता प्राप्त गरेका हुन् । नागरिकता ऐनमा भएको संशोधनअनुसार हालसम्म नागरिकता प्राप्त गर्न आवश्यक कागजात पेस गरेका पाँचजनालाई आमाको नामबाट अङ्गीकृत नागरिकता प्रदान गरिएको जिल्ला प्रशासन कार्यालयका सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी मोहनराज जोशीले जानकारी दिए ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-११ नवलपुरका तीन, हेटौंडा-४ का एक र राक्सिराङका एक गरी पाँचजनाले नागरिकता पाएका उनले बताए ।

आमाको नेपाली नागरिकता भएपनि बुबा विदेशी हुँदा नागरिकता पाउन नसकेका ती पाँचैजनाले लामो समयदेखि नागरिकताका लागि जिल्ला प्रशासन कार्यालय धाउँदै आएका थिए । नागरिकता ऐन संशोधन भएपछि उहाँहरुलाई नागरिकता प्रदान गरिएको सहायक प्रजिअ जोशीले बताए । उनकाअनुसार नेपाल नागरिकता ऐन, २०६३ लाई संशोधन गर्न बनेको नेपाल नागरिकता (चौथो संशोधन) नियमावली राजपत्रमा प्रकाशित भएपछि कार्यान्वयन गरिएको हो ।

बुबा विदेशी रहेको प्रमाणका आधारमा आमाको नामबाट नागरिकता दिन सकिने पछिल्लो नागरिकता नियमावलीमा व्यवस्था भएअनुसार पाँचैजनालाई नागरिकता दिइएको सहायक प्रजिअ जोशीको भनाइ छ ।

## मकवानपुरका विकटक्षेत्रमा न्यून मतदाता

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ मकवानपुरका पहाडी मतदानस्थलमा थोरै मतदाता रहेका छन् । पछिल्ला वर्षहरुमा भएको तीब्र बसाइसराईंका कारण विकटक्षेत्रमा मतदाता कम रहेका छन् ।

फागुन २१ को प्रतिनिधि सभा सदस्य निर्वाचनमा जिल्लाको राक्सिराङ-८, स्थित श्री निमावि ठूलोटोडके मतदानस्थलमा २ सय ७३ मतदाता रहेका छन् । राक्सिराङ-२, को थुम्की आधारभूत विद्यालय मतदानस्थलमा ३ सय ६२ मात्र मतदाता छन् । मकवानपुरगढी-८, ऋषेश्वर आधारभूत विद्यालयमा ३ सय ८० जनामात्र मतदाता छन् । कैलाश-७, स्थित प्रजा विकास प्राविको मतदानस्थलमा ४ सय ९७ जना मतदाता छन् । कैलाशकै सत्यदेवी प्रावि मतदानस्थलमा ५ सय ३ मतदाता छन् ।

जिल्लामा ६ सयभन्दा कम मतदाता रहेका १९ मतदानस्थल छन् । भौगोलिक विकटताले गर्दा कम मतदाता भएपनि मतदानस्थल राख्नु परेको प्रदेश निर्वाचन कार्यालय प्रमुख हरिप्रसाद ढकालले बताए । सामान्यत एक हजार मतदाता भएका स्थानमा केन्द्र राख्ने मापदण्ड भएपनि भौगोलिक विकटताले यो मापदण्ड लागू गर्न नसकिएको उनले बताए ।

जिल्लामा सबै भन्दा धेरै हेटौंडा-४ स्थित भुटनदेवी मावि मतदानस्थल ९ हजार २ सय ६७ मतदाता रहेका छन् । यो मतदानस्थल अन्तर्गत ९ वटा मतदान केन्द्र रहेका छन् । त्यसपछि हेटौंडा-५, पिप्लेस्थित बालज्योति माविमा ८ हजार ९ सय ३८ मतदाता छन् । यो मतदानस्थलमा ९ वटा मतदान केन्द्र रहेका छन् ।

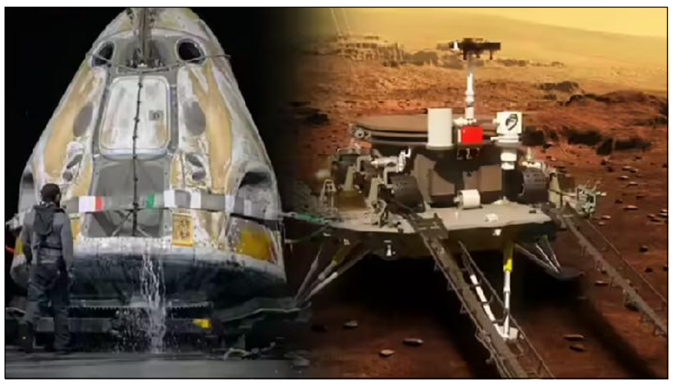
जिल्लाका १ सय ६७ मतदानस्थलमा ३ सय ७४ मतदान केन्द्र रहेका छन् । १ सय ५९ मतदानस्थल विद्यालयमा रहेका छन् । ८ वटा मतदानस्थल वडा कार्यालयमा रहेका छन्, बाख्रापालन स्रोतकेन्द्र भवन, खोपकेन्द्र, शीतभण्डार र रोपवेको चौरमा राखिएको छ । बकैया गाउँपालिका-११ मतदानस्थल खोपकेन्द्रमा राखिएको छ । बागमती गाउँपालिकाको २ र ६ नम्वर वडा कार्यालयमा मतदानस्थल राखिएको छ । मकवानपुर-१, मा ६२ मतदानस्थलमा १ सय ७८ मतदान केन्द्र र १ मा १ लाख ५८ हजार ४ सय ३५ मतदाता छन् । मकवानपुर-२, मा १ सय ५ मतदानस्थलमा १ सय ९६ मतदान केन्द्र र १ लाख ५६ हजार ८९९ मतदाता छन् ।

आगामी फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा निर्वाचनका लागि मकवानपुरका दुईवटा निर्वाचन क्षेत्रमा १६ दलका २९ जनाले उम्मेदवारी दिएका छन् । १५ जनाले स्वतन्त्र रुपमा मनोनय दर्ता गराएका छन् । मकवानपुर-१, मा १३ दलका १३ जना र स्वतन्त्र १० जना गरी २३ जनाले उम्मेदवारी दिएका छन् । मकवानपुर-२, मा १६ दलका १६ र ५ जना स्वतन्त्र गरी २१ जनाले उम्मेदवारी दिएका छन् ।

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

विज्ञान/प्रविधि

# मंगल ग्रहमा जीवन खोज्ने दौडमा अब चीन एक्लै, अमेरिका पछि हट्यो



अमेरिकी अन्तरिक्ष एजेन्सी नासाले आफ्नो महत्वाकांक्षी मार्स स्याम्पल रिटर्न (एमएसआर) कार्यक्रम रद्द गरेको छ। यससँगै मंगल ग्रहमा जीवनका सबूत खोज्ने नासाको दीर्घकालीन योजना ठप्प भएको छ । मंगल ग्रहमा संकलन गरिएका नमूनाहरू पृथ्वीमा ल्याउने प्रक्रिया बजेट अभावका कारण अघि बढ्न नसकेको नासाले जनाएको छ ।

यस निर्णयले नासाको पर्सेभरन्स रोभरले संकलन गरेका ती महत्वपूर्ण नमूनाहरूको भविष्य अनिश्चित बनाएको छ, जसमा वैज्ञानिकहरूले सम्भावित एलियन जीवनका संकेत हुन सक्ने आशा गरेका थिए । तत्काल ती नमूनाहरूको विस्तृत अध्ययन असम्भव देखिएको छ ।

लाइभ साइन्स का अनुसार अमेरिकी सिनेटले हालै पारित गरेको नयाँ खर्च विधेयकले यस परियोजनामा निर्णायक असर पारेको हो। पर्सेभरन्सले संकलन गरेका ३० वटा भूवैज्ञानिक नमूनाहरू लामो समयसम्म पृथ्वीमा ल्याइने सम्भावना कम देखिएको छ ।

हालको आँकलनअनुसार ती नमूनाहरू सन् २०४० भन्दा अगाडि पृथ्वीमा आइपुग्ने सम्भावना छैन। ती नमूनामध्ये एकलाई मंगल ग्रहमा अहिलेसम्म भेटिएको जीवनको सबैभन्दा बलियो संकेत मानिएको थियो । यो अभियानबाट नासा पछि हटेपछि मंगल ग्रहमा जीवन खोज्ने अन्तर्राष्ट्रिय प्रयासमा अब चीन मात्रै अग्रपंक्तिमा उभिएको देखिन्छ । यदि मंगल ग्रहबाट नमूना फिर्ता ल्याउने योजनाबाट अमेरिका पछि हट्नेमा चीन त्यस क्षेत्रमा एक्लो कर्ता हुनेछ ।

यद्यपि कार्यक्रम रद्द भए तापनि नासाले मार्स स्याम्पल रिटर्नको अवधारणालाई पूर्ण रूपमा त्यागेको भने छैन । नासाले नमूना फिर्ता ल्याउन दुई फरक रणनीतिमा काम गर्ने बताएको छ। तीमध्ये एउटामा पहिले नै सफल भइसकेको ल्यान्डिङ प्रविधि प्रयोग गरिनेछ । जसमा र केटद्वारा सञ्चालन हुने स्काई क्रेन प्रणाली समावेश छ । यस योजनाको अनुमानित लागत ६.६ अर्बदेखि ७.७ अर्ब अमेरिकी डलर को बीचमा रहनेछ ।

नासाले यसबारे यस वर्ष सन् २०२६ मा अन्तिम निर्णय लिने तयारी गरेको थियो । द प्लानेटरी सोसाइटी का अनुसार यस वर्ष यस क्षेत्रमा थोरै भएपनि बजेट विनियोजन गरेकोले नासाको यो कार्यक्रम पूर्ण रूपमा अन्त्य भने हुनेछैन। तथापि समग्रमा अमेरिकाले मंगल ग्रहमा जीवन खोज्ने अभियानप्रति क्रमशः चासो घटाउँदै गएको देखिन्छ।

उता चीनले भने आफ्नो तियानवेन-३ स्याम्पल रिटर्न मिसनलाई मंगल ग्रह अनुसन्धानका लागि निर्णायक बनाउने चरणमा छ। यो मिसन २०२८ मा प्रक्षेपण गर्ने र २०३१ मा मंगल ग्रहका चट्टानका नमूनाहरू पृथ्वीमा ल्याउने लक्ष्यसहित चीन अगाडि बढेको छ। त्यसैले मंगलबाट नमूना पृथ्वीमा ल्याउने दौड एक्लै जित्ने अवस्थामा चीन पुग्न लागेको छ। यस्तो सफलताले मंगल ग्रहको अभियानमा चीनले अमेरिकालाई पछि पार्नेछ ।

स्वास्थ्य

# यी ७ कमजोरी, जसले मान्छेको स्टामिनामा कमी ल्याउँछ

हामीले कतिपय मान्छे देख्छौं जो सामान्य शारीरिक अभ्यास गर्दैमा पूरा थकित महसुस गर्छन् । बढी थकाइका कारण मान्छे छिटोछिटो सास फेर्न थाल्छ । यसको अर्थ यो हो उनीहरुमा स्टामिनाको कमी छ । अब प्रश्न उठ्छ कि स्टामिना भनेको के हो ? जो मान्छे लामो समयसम्म शारीरिक रुपमा सक्रिय रहन सक्छ त्यसैलाई स्टामिना भनिन्छ ।

सामान्य भाषामा भन्नुपर्दा कुनै पनि काम गर्दा मान्छेले नथाकेरै लामो समयसम्म सक्रिय रहन सक्नु नै स्टामिना हो । तर मान्छेले दैनिक क्रियाकलापमा यस्ता सामान्य गल्ती गर्दा पनि शरीरमा हुने स्टामिना दिन प्रतिदिन घट्दै जान्छ ।

**१. कम पानी पिउने**

कम पानी पिउने बानीले मान्छेको स्टामिनामा कमी ल्याउँछ । पानीको कमीले शरीरमा डिहाइड्रेसन हुन्छ । यस्तो अवस्थामा यसले मान्छेको स्टामिनामा असर गर्छ । पानी शरीरको लागि आवश्यक मात्र होइन, यसले शरीरलाई ऊर्जावान पनि बनाउँछ । त्यसैले मान्छेले दिउँसोको समयमा प्रशस्त पानी पिउनुपर्छ ।

**२. मदिरा सेवन**

अत्याधिक मदिरा सेवनले शरीरमा नकारात्मक असर पार्न सक्छ । जसले गर्दा मान्छेको स्टामिनामा कमी आउँछ । रक्सीले मान्छेको शारीरिक ऊर्जाको स्तरमा मात्र असर गर्दैन, यसले व्यक्तिमा थकानको महसुस गराउँछ । यस्तो अवस्थामा रक्सी पिउनेहरुको स्टामिना कमजोर हुन्छ ।

**३. प्रोटिनयुक्त आहारको कमी**

मानिसले खाने आहार स्वाद वा मनस्थिति अनुसार फरक हुने गर्छ । वास्तवमा स्वादलाई भन्दा खानामा पोषणलाई ध्यान दिनुपर्ने हो । तर यस्तो नहुँदा प्रोटिनयुक्त आहारको कमीले मान्छेको शरीरमा स्टामिना कमजोर हुन सक्छ । प्रोटिनयुक्त खानेकुराको सेवनले मांसपेशीको विकास मात्र गर्दैन, बलियो पनि बनाउँछ । यसले नयाँ मांसपेशीको निर्माण गर्न पनि सहयोग गर्छ । यस्तो अवस्थामा शरीरमा प्रोटिनयुक्त खानाको कमीले ऊर्जाको स्तर घटाउँछ । जसले स्टामिना पनि कमजोर हुन थाल्छ । त्यसैले प्रोटिनयुक्त खानेकुरा आफ्नो आहारमा थप्नुपर्छ । उदाहरणका लागि एक व्यक्तिले आफ्नो आहारमा तिल, बदाम, काजु, सूर्यमुखी बीउ, बदाम, पालक, च्याउ, काउली, ब्रोकाउली, मटर, ओट्स आदिलाई खानाको रुपमा समेट्न सक्छन् ।

**४. सोडियमको कमी**

शरीरमा सोडियमको कमी हुँदा पनि स्टामिना कमजोर हुन सक्छ । यसबारेमा एउटा अनुसन्धान पनि बाहिर आएको छ, जसमा सोडियमको मात्रा कम हुनु पनि स्टामिना कमीको कारणले हुनसक्ने देखाएको छ । यस्तो अवस्थामा कसरत गर्ने वा कुनै किसिमको व्यायाम गर्ने व्यक्तिको शारीरिक कार्य क्षमता बढाउन शरीरमा सोडियमको मात्रा बढाउनु आवश्यक हुन्छ ।

**५. कफिनको कमी**

शरीरमा कफिनको कमीले पनि स्टामिना कमजोर हुन सक्छ । आजकल स्वास्थ्य समस्या आउने भन्दै धेरैले क्याफिनको बढी प्रयोग गर्दैनन् । तर आफ्नो खानामा कफिनलाई पूर्ण रुपमा हटाउनु उचित हुँदैन । यस्तो अवस्थामा यसको सेवनले शरीरमा ऊर्जाको तहलाई सन्तुलित मात्रै गराउँदैन, यसले शरीरमा ऊर्जा पनि मिल्छ ।

**६. जीवनमा व्यायामको कमी**

जाडो शुरु भएको छ । यस्तो अवस्थामा मानिसहरु बाहिर निस्कन हिच्किचाउँछन् र आफ्नो कोठामा कम्बल लगाएर सुत्न रुचाउँछन् । जसका कारण उनीहरूले आफ्नो जीवनबाट व्यायाम जस्ता शारीरिक क्रियाकलाप गर्न रुचाउँदैनन् । शारीरिक क्रियाकलापको कमीले व्यक्तिमा स्टामिनाको कमी हुन्छ । यस्तो अवस्थामा मानिसले आफ्नो दिनचर्यामा दौडने, पौडी खेल्ने, छिटो हिँड्ने, नृत्य गर्ने आदिलाई बढावा दिनुपर्छ । यसबाहेक व्यक्तिले आफ्नो दैनिक दिनचर्यामा पनि शारीरिक अभ्यासको कामलाई बढी प्राथमिकता दिनुपर्छ ।

**७. अत्याधिक धुम्रपान**

आजको समयमा मानिसहरु धुम्रपानको बढी सेवन गर्ने गर्छन् । यसबाहेक वरपर उपस्थित व्यक्तिलाई पनि अरुले खाएको चुरोटको धुवाँले असर गरिरहेको हुन्छ । त्यो धुवाँ शरीरभित्र पस्दा पनि असर धेरै हुन्छ ।

धुम्रपानले रक्तनलीलाई साँघुरो बनाउन सक्छ, जसले मुटुको स्वास्थ्य, मांसपेशी र शरीरका धेरै भागमा रगतको प्रभावलाई कम गराउने गर्छ । यस्तो अवस्थामा व्यक्तिको स्टामिना पनि कमजोर हुनसक्छ । यदि कुनै व्यक्ति आफ्नो स्टामिना बढाउन चाहन्छ भने धुम्रपान सेवनमा कमी ल्याउनुपर्छ ।

## साहित्य

कथा

# तिमी भगवान

✍सुमन बगाले

मान्छे जुन दिन प्यारो हुन्छ , त्यो दिन उ मरीसकेको हुन्छ । बाँचुन्जेल कसरी वाच्यो कुनै वास्था हुदैन । जब उसको लाश कतै वेवारीसे देखेँ वा कुनै मुर्दा बोक्ने घारोमा लम्पसारीदा मात्र मान्छेको मुखबाट कठ्यै मान्छे मरेछ हेर त विचरा । त्यो क्षणमात्र हो उ जसको नजरमा परेको छ त्यहि केहि क्षण बिचरा हुन्छ । जब म सात वर्षको थिएँ मेरी आमाले यो सँसार छोडीन । म साथमा नै थिए तर काहाबाट आएछन तिम्रा दुतहरु थाहै भएन बाबु पानी पानी भनेकी थिइन म त आफनै सुरमा भोक मेटाउन हो या प्यास मेटाउन आजभोली यसै पदार्थमा मन लोभिएको छ । भिमसेन थानमा चढाएको नेवारी कोदोको पानी ल्याएर दिदैथिएँ एकछिनपछि त हल न चल पशुपति छेउको पिपलको मुडो लडेको झै डङरङग ढलिन ।

त्यो दिन सँगै बसेँ , उठ्छिन कि भनेर तर उठने त काहा हो काहा छन मलाइ नै गन्ध दिन थालिन मैले गुन्डा पारेर राखीदिए । सबै हेर्थे विचरा भनि मन अमिलो पार्थे । तर नजिकै आएर सोध्ने कोही भएनन् । त्यसैले त भगवान मलाइ यो विचरा भन्ने शब्द नै मन पर्दैन । मेरी आमालाइ यो गति मा पुराउने पनि थिए होलान् विचरा भन्नेहरुमा । रातभरी कयौ नारीहरुलाइ नग्न नचाएर मस्ती नारीको अस्तित्वमा झुमी विहान भगवानको नाउमा पशुपति धाउनेपनि धेरै देखेको छु मैले । शशीरमा जवानीको रसहुदासम्म नानाभाती गरे । के मेरी आमाले कसैको यौनप्यास मेटाउदा गल्ती गरेकी थिइन त ? मान्छेले आफनो स्वार्थको लागी जिउदै मान्छेलाइ बेच्दा चाही धर्मको हत्या नहुने मेरी आमाले कसैको अथाह प्यास मेटाउदा धर्मको हत्या हुने ? मेरी आमाले त धर्म गरिन जसको प्यासीपिडालाइ केहि समयको लागी भनेपनि शान्त पार्थिन । त्यहि प्यासकालागी हरेक पुरुष आफनो सारा जिवन नै वर्वात गर्न पछि हटदैनन् । मेरी आमाले आफनो अस्तित्व बेचेकी थि । कसैको विगार त गरेकी थिइन ।

एक्कासी मेरो मस्तिस्कमा यि कुराहरुले लडाइ गर्न थाल्थे तर विना निश्कर्ष आफैमा हारेको हुन्थेँ । भोलीपल्ट एक भक्तजन आएर तेरी आमा मरेर भगवानको घर गइसकी । यसलाइ नजिकैको पशुपतिको वागमतिमा फाल्नुपर्छ भने, बल्ल थाहा भयो मालाइ मेरी आमा मरिछे भनेर । मरेपछि त आर्यघाट लानुपर्छ भन्ने थाहा थियो किनकी दिनहु मैले मरेका मान्छे देखेको थिएँ । मैलेपनि लगी आमालाइ खरानी बनाइदिएँ । राती जाडो हुन थाल्यो, पेटमा डमरु बज्न थाल्यो बल्ल मलाइ आमाको कमी महसुस हुन थाल्यो । म पाच वर्षको हुदा देखी नै मेरी आमाको स्तिर दिनप्रति दिन खस्किदै गएको थियो । गालामा पाउडर ओठमा लालीको कमि हुदैथियो कोठापनि सामानहरु घटदैथिए ।

मेरी आमाको अनुहारबाट दिनदिनै खुशी विलाउदै गएका थिए । कुनै दिन आमा धन्दामा नगइ घरमा नै सुत्दा मलाइ लाग्थ्यो मेरो एक राते बाउले हिजो राती निकै धेरै दुख्ख दिएछ कि , कता कता कउकुती लाग्थ्यो । म लाचार थिएँ म केहि गर्न सक्दिन थिएँ । तर पछि ठुलो भएर आमालाइ त्यो धन्दाबाट मुक्त गर्ने भने मेरो ठुलो सपना थियो । जुन भक्तजनको आवजबाट चकनाचुर भयो । मलाइ त मर्न देखी पनि घृणा लागीसक्यो । तरपनि म मर्दैछु मलाइ यो पापी सँसारमा मर्न मन छैन भगवान । मलाइ यहा नमारी तिमी माथी नै लगेर फासी देउ, मलाइ सयौ दिन लगाएर तड्पाइ तडपाइ मार म मञ्जुर छ तर मलाइ मरिसकेपछि विचरा भन्ने शब्द सुन्नबाट दुर राखिदेउ । कि त मलाइ अजम्बरी बुटि देउ जसले गर्दा म अन्नत अन्नत जिवन जिउन सकुँ ।

मलाइ यहा आरम, सुखसयल, भर पुर्ण जवानी, रङगीचङगी जिन्दगी भएर म अन्नत अन्नत सम्म जिउन पाउ भनेको होइन । तिमीलाइ अगवत नै होला मेरो हालत । तिमी त भगवान हौ नि देख्न सक्छौ नी ? लाग्छ तिम्रो गलत निर्णयले नै मलाइ यो सजाय भोगीरहेको छु । तिमीलाइ थाहा छ भगवान तिम्रो दुतहरु आएर मलाइ जिस्काइर हन्छन् । अस्ती एउटाले जिस्काउदा जिस्काउदै मेरो खुट्टा पो चुड्यो, मलाइ आजभोली यि मानीसका खोल ओडेका पाखन्डीहरु लङगडो भन्छन् । गर्वमै निमोठिएको फुललाइ पनि तिमी किन यसरी लावारीस बनाएर तड्पाउछौ भगवान ? मैले कहिले सम्म तिम्रो यो ऋण तिर्न लाग्ने हो मलाइ थाहा छैन ।

जन्मदा न बाउ चिने न आफन्त । मैले मेरी आमालाइ हजार बार सोधे होला भगवान जति मैले तिम्रो नामपनि लिएको छैन होला । म तेरो वाउ भएको ठाउमा जान्छु अनि तपनि आएपछि देखाइदिउला भन्ने गर्थिन । कि तिमी नै मेरो बाउ हो ? मेरी आमा तिमी भएको ठाउमा आएकी छिन रे त त्यो भक्तजनले भनेको । मेरो आमाले मर्ने बेलामा तड्पिएर भन्दै थि बाबु त पनि आउनेछस कति समय जिउनेछस हासेर जिउनु, तेरो मृत्यु भोली पक्कै छ । म त आजसम्म मनभरी पिडा शरिर भरि दुखाइ हुदापनि हासेकै छु । अगी नै भने नि तिम्रा सन्तानले जिस्काउदा जिस्काउदै मेरो खुट्टा लगे अस्ती भर्खर पशुपतिको सिडीमा बैशाखीको साहाराले लत्रिदा गुल्टिदै म तल पुगे शशीरपनि चोटै चोट लाग्यो त्यैपनि दुखेन मलाइ । दुखाइ नै मेरो साथी भएपछि दुख देखेर नै म रोए भने दुखलेपनि छोडेर जान्छ अनी म को भनेर बाच्ने ? त्यसैले मलाइ दुख्दैन नि । देख्यौ भगवान म कस्तो आज्ञाकारी पुत्र आमाले मृत्युशैयामा पुग्दा बोलेकी सबै मैले पुराइरहेको छु । म आज सम्म हासेकै छु । दिए खाइदिन्छु नदिए भोकै सुतिदिन्छु । सत्य भगवान आजसम्म जवरजस्ती गरेको छैन र गर्दिनपनि । सधै पेट भरि राखे भोकपनि रिसाए भने म कोसँग खुशी हुनसक्छु र भगवान, त्यसैले म भोकसँगपनि मिलिरहेकोछु टाढा नबनाइदेउ ल ।

मेरा अरुपनि दरिद्रताका साथीहरु छन् । तिमीलाइ भन्दिन किनकी तिमीले ति साथीहरुलाइ पनि मबाट टाढा बनाइदेउ भने म यो अल्पआयु जिन्दगी कसको साहारामा वाच्ने त्यसैले गोप्य ल । भगवान मेरो मृत्यु पक्कै छ मलाइ थाहा भइसक्यो मेरी आमाले आफनो जवानीको रङमा उठवस गर्दैमा म पसेछु त्यो गर्वमा । मलाइ मेरी आमाप्रति कुनै गुनासो छैन । जन्मलिन पाउनु नै ठुलो कुरो हो । मलाइ जन्मीनुमा कुनै पश्चताप छैन , तिम्रो यो सँसारपनि देख्न पाएँ ।

मेरी आमालेपनि त्यहि पापी पेट र मलाइ हुर्काउन कति मिहिनेत गरीन । म गर्वशायमा हुदा कति ग्राहक घटे होलान । उनीले चाहेको भए कुनै मेडीकलसँस्थामा गएर मलाइ पतन गर्नपनि सक्थिन र फेरी नया जवानी भर्न सक्थिन तर उनीलाइ पनि आमा हुने रहर जागेछ कि किन हो नाजायज भएपनि जन्म दिएर आमा बन्ने रहरमा रुमालिएर नौ नौ महिना दुख सहेर भएपनि यो सँसारमा जन्म दिइन । जुन दिन मेरो आमा आफनो जवानीको मोलतोल गरेर मेरो एकराते बाउसँग उठबस गरिन त्यो दिन नै म र मेरो आमाकोलागी अभिसाप भएछ । मेरी आमा त के के भन्दैथीइन रे केहि समयकोलागी भाडामा बेचिएकी मेरो आमाको कुरा त्यो मेरो एकराते बाउले किन सुन्थ्यो र व्याकुल प्यास मेटाइ भित्रै मदेशेले पान खाएपछि छोक्रा फाले झै थुकेर हिडेछ ।

फलस्वरुप त्यो छोक्राबाट म र छोक्राबाट निस्केका भाइरसबाट मलाइ र मेरी आमालाइ एडस भएछ । जुन मेरी आमाले म जन्मेपछि मात्र थाहा पाइछिन । यदि पहिला नै थाहा पाएकी भए सायद यो धर्तिमा मेरो जन्म हुन्थे न कि ? भगवान स्मरण रहोस जव मेरी आमाको गर्वमा वास वस्न पुगेँ , त्यो थाहा भए देखी मेरी आमा कुनै एक भारतिय व्यापारीको घरमा घरधन्दाको काम जागिरे भइन । उनी सच्चा आमा बन्न चाहान्थीन् मलाइ सकुशल जन्म दिएर । तर विडम्बना ति व्यापारीलेपनि ओभरटाइम लगाउन थालेपछि र आमाको कमजोर हुदै गएको स्वास्थ स्थितीबाट मेरी आमा एक्लीइन । म आमाले जताजता डोराउदै लगिन म तेतै तेतै लागे सुन्दर कोठाबाट सुरु भएको मेरो यात्रा पशुपतिको वृद्धा आश्राम पछाडीको काल्लामुनी सम्म सँगै लिएर आज मलाइ मेरो आमा छोडेर एक्लै गइन ।

साझपख आजभोली नराम्ररी ज्वारो सहित टाउको दुख्छ शशिरैभरि पिडा हुन्छ , अब लाग्छ मपनि तिमीसामु छिटटै आउदैछु । मलाइ कमजोर नसम्झ भगवान म तिमीसँग आएर तिमीलाइ बदला लिएरै छोडनेछु । यमलोकमा राज गरेर तिमीलाइ पनि यो पातालमा म जस्तै गर्वमा नै निमोठाएर जन्म दिनेछु अनि तिमीलाइ थाहा होला यो पातललोकमा यसरी जन्मिदाको पिडा कस्तो हुन्छ भनेर । कस्तो कठोर हृदय भनेर तर्सीन्छौ होला । माफ गर भगवान जन्मदैमा कोहि पापी अर्धमी चोर कठोर हृदय हुदैन त्यो त सबै तिमीबाट ठगिएका व्याक्तिहरु हुन जसले आफनो सानो व्याक्तिगत आधारभुत जिवाकोपार्जन गर्नकालागी गरेका सँर्घष मात्र गरेका हुन । त्यसमा मपनि एक हुँ तर म यिनीहरु भन्दा धेरै नै ठँगिए ।

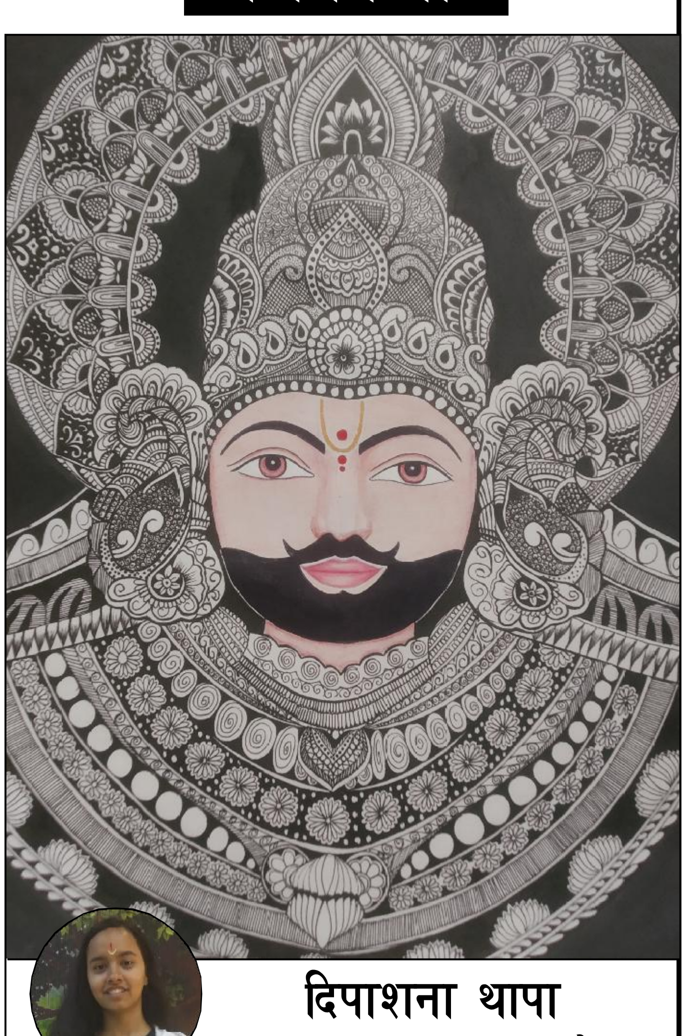
तिमीले मलाइ गर्वको सँसार र यो पातलको सँसारमापनि उत्तिकै पिडा दियौ त्यसैले म तिमीलाइ यो बदला लिने मैले अठोट गरेँ । म जस्तै उजाडिएका धेरै छन् यहा तर म यिनिहरु लाक्षी भन्दा विल्कुल फरक छु । तिमीले दिएका दर्दले नै मेरो मन ढुङगा भन्दापनि साह्रो भइसक्यो । मपनि एक मान्छे भएर जन्मेको थिएँ नि भगवान , मेरापनि कयौ इच्छा, रहरहरु थियो ।

मेरो मनमापनि मानवता थियो तर तिमीले यो सबै मेरा आका७३याँलाइ लताएर मलाइ यस्तो कठोर परजिवी बनाइदियौ कि जसले तिमीलाइ नै डस्न पछि पर्नेवाला छैन । मेरो के गल्ती थियो र मलाइ यत्तिको सजाय दियौ ? यसको चित्त बुझ्दो उत्तर देउ म हजारौ जुनी पनि यस्ता पिडा सहेर बाच्न सक्छु । तर मलाइ विश्वास तिमीले दिन सक्दैनौ । किनकी नजानेर होस या लापर्वाहीले तिमीले गल्ती गरिसकेका छौ ।

नडराउ भगवान तिमीले यस्ता गल्ती धेरै गरिसकेका छौ तिमीलाइ यसमा कुनै पछुतो भने लाग्ने छैन । मैले आज भोली माग्न छोडीसके एक महिना नै हुन लागीसक्यो जिउ सुकेर विसौली पुगीसक्यो स्वास फेर्नपनि गाह्रो हुन्छ मेरी आमालाइ जस्तै । तर म मेरी आमा जस्तो लाचरी दुनियाको नजरमा विचरा बन्न चाहान्न धिस्रीदैछु भगवान भोली त म वागमतिको किनारमा पुगिसकेको हुनेछु ।

प्रतिक्षा गर अब कति नै होला र मेरा यि दिन मात्र प्रतिक्षा गर भाग्ने कोशीश नगर्नु । तिम्रो लापरवाही धेरै चल्दैन यँहा अति नै भइसक्यो । तिमीले गल्ती गरिसकेका छौ । जो कुनै होस गल्ती गरिसकेपछि सजाय पाउनु नै पर्छ र तिमीले पाउनेछौ पनि । त्यसपछि आगामी आउने सन्ततीले मैले जस्तै गर्वबाट रोएर जन्म लिने प्रथा सदा सदाका अन्त हुनेछ ।

## चित्रकला



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

# इराकमा नेपाली श्रमिकलाई श्रम स्वीकृति: घरेलु कामदारमाथि विभेद

काठमाडौं/मन्त्रिपरिषद्को ११ पुसमा बसेको बैठकले वैदेशिक रोजगारीका लागि इराकमा रहेका नेपालीलाई श्रम स्वीकृति प्रदान गर्ने निर्णय गऱ्यो । सोही अनुसार वैदेशिक रोजगार विभागले श्रम स्वीकृति जारी गर्न थालेको छ । तर, श्रम स्वीकृति जारी गर्ने क्रममा विभिन्न खालका समस्या देखा परेका छन् । विशेषगरी घरेलु कामदार (डोमेस्टिक वर्कर) का रूपमा गएकालाई श्रम स्वीकृति जारी गर्न समस्या देखिएको हो । सामान्य कामदार (जनरल वर्कर) लाई श्रम स्वीकृति प्रदान गरिरहेको विभागले घरेलु श्रमिकका रूपमा गएर लामो समयदेखि काम गर्दै आएका श्रमिकका हकमा भने श्रम स्वीकृति जारी गर्न नसकिने जनाएको छ ।

मन्त्रिपरिषद् निर्णयपछि विभागले वैदेशिक रोजगारीमा इराक गएका नेपाली श्रमिकलाई श्रम स्वीकृति प्रदान गर्नेसम्बन्धी सूचना जारी गरेको थियो । वैदेशिक रोजगारी सिलसिलामा इराक गई त्यहाँको आधिकारिक भिसा प्राप्त गरेका नेपाली नागरिकलाई नेपाल आएका बेला श्रम स्वीकृति प्रदान गर्ने निर्णय भए बमोजिम विभागबाट श्रम स्वीकृति प्रदान गर्ने व्यवस्था गरिएको थियो ।

सोही बमोजिम श्रम स्वीकृति प्राप्त गर्न कम्तीमा तीन महिना म्याद भएको राहदानी, आधिकारिक भिसा लगायत कागजात पेस गर्नुपर्ने विभागले जनाएको छ । वैदेशिक रोजगार व्यवस्थापन प्रणाली मार्फत म्यादी जीवन बीमा, सामाजिक सुरक्षा कोष, कल्याणकारी कोषमा रकम जम्मा गरेको प्रमाण, रोजगार दातासँगको करार सम्झौता, इराकको अध्यागमनले पासपोर्टमा लगाएको आगमन तथा प्रस्थान छापसमेत पेस गर्नुपर्ने विभागले भनेको थियो ।

त्यस्तै अभिमुखीकरण तालिम तथा मेडिकल गरेको प्रमाण र श्रम स्वीकृति माग गर्ने व्यक्ति स्वयं सक्कल पासपोर्ट, भिसा तथा करार सम्झौता सहित विभागमा सनाखतका लागि उपस्थित हुनुपर्ने व्यवस्था गरेको थियो । तर, यी सबै कागजात पेस गरेर विभाग जाँदासमेत श्रम स्वीकृति नदिने गरेको श्रमिकहरूको गुनासो छ । विभागले श्रम स्वीकृति जारी गर्न नमानेको भन्दै श्रमिकहरू दिनहुँ श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालय धाउँदै आएका छन् । ई-भिसाको प्रमाण पेस गरेका,

घरेलु श्रमिक लगायतले अनलाइन मार्फत गरेका आवेदन अस्वीकृत हुँदै आएको छ ।

सरकारले समेत अहिलेको व्यवस्थामा घरेलु श्रमिकका श्रम स्वीकृति जारी नगरिने प्रष्ट पारेको छ । जनरल वर्करका लागि मात्रै उक्त व्यवस्था गरिएको र घरेलु श्रमिकका हकमा छुट्टै व्यवस्था गरिने जनाएको छ । श्रम मन्त्रालयका एक अधिकारीका अनुसार घरेलु कामदारका हकमा श्रम स्वीकृति जारी गर्ने विषयमा छुट्टै व्यवस्था गरिने छ ।

गैरआवासीय नेपाली संघ इराकका अध्यक्ष विनोद श्रेष्ठ विभागले घरेलु श्रमिकका हकमा श्रम स्वीकृति जारी नगरेको बताउँछन् । लामो समयदेखि इराकमा बसेर काम गरिरहेका सबैलाई श्रम स्वीकृति दिनुपर्नेमा विभागले विभेद गरिहेको उनको आरोप छ ।

मन्त्रिपरिषद् निर्णयले रेसिडेन्सी कार्ड प्राप्त गरेकालाई श्रम स्वीकृति दिने निर्णय गरेको थियो । तर, विभागले नेपाली नागरिकमाथि नै विभेद गर्ने काम गरेको उनको भनाइ छ ।

इराकमा ४० हजार हाराहारी नेपाली श्रमिक कार्यरत छन् । तीमध्ये ८० प्रतिशत नेपाली महिला घरेलु श्रमिकका हैसियतमा काम गर्दै आएका छन् । घरेलु श्रमिकका रूपमा महिलामात्र नभई पुरुषसमेत छन् । उनीहरूलाई समेत विभागले श्रम स्वीकृति दिन अस्वीकार गर्दै आएको हो ।

श्रम मन्त्रालयले गत वर्ष भिजिट भिसा लिई वैदेशिक रोजगारीमा गएकालाई श्रम स्वीकृतिको दायरामा ल्याउन स्वीकृति दिने गरी 'वैदेशिक रोजगार व्यवस्थापन सेवा प्रवाह कार्यविधि' संशोधन गरेको थियो । संशोधन गर्दै २०२४ सेप्टेम्बर ३० सम्म भिजिट भिसामा गएकालाई दूतावास र विभागबाट श्रम स्वीकृति दिने व्यवस्था गरिएको थियो । यसले घरेलु श्रमिकलाई समेत सम्बोधन गरेको थियो । तर, विभागले भने इराकका हकमा श्रम स्वीकृति दिन अस्वीकार गर्दै आएको हो ।

विभागका निर्देशक खिलराज राईले मन्त्रिपरिषद् निर्णय नयाँ श्रम स्वीकृति नभई 'वैधानिकीकरण' (लिगलाइजेसन) सम्बन्धी रहेको स्पष्ट पारे । उनका अनुसार उक्त निर्णय इराकमा पहिलेदेखि नै काम गरिरहेका र आधिकारिक 'वर्किङ भिसा' म्यादमै भएका श्रमिकलाई पुनः फर्किंदा श्रम स्वीकृति दिनका लागि हो, नयाँ भिसा लिएर जानेहरूका लागि होइन ।

'यो नयाँ इन्ट्रीका लागि गरिएको निर्णय होइन, पहिलेदेखि इराकमा बसेर काम गरिरहेका र वैधानिक कामदार भिसा म्यादमै भएका श्रमिक बिदामा आएर फर्किंदा श्रम स्वीकृति दिने व्यवस्था हो,' निर्देशक राईले भने ।

उनका अनुसार समस्या त्यतिबेला देखिएको हो, जब कुनै माध्यमबाट इराक पुगेका श्रमिकले त्यहाँ काम गर्दै वर्किङ भिसा लिएका थिए । भिसा म्याद सकिन लाग्दा नेपाल आएपछि पुनः फर्कन नयाँ ई-भिसा (इन्ट्री भिसा) निकालेर श्रम स्वीकृति माग्ने केश बढेका छन् । 'नयाँ भिसा निकालिसकेपछि त्यो नयाँ श्रम स्वीकृतिको प्रक्रियामा जानुपर्छ, तर मन्त्रिपरिषद्को निर्णय नयाँ श्रम स्वीकृतिका लागि होइन,' उनले स्पष्ट पारे ।

डोमेस्टिक वर्करका हकमा भने छुट्टै कार्यविधि रहेको निर्देशक राईको भनाइ छ । 'वैदेशिक रोजगारीमा घरेलु कामदार व्यवस्थापन कार्यविधि' अनुसार घरेलु श्रमिकले सम्बन्धित देश हेर्ने नेपाली कूटनीतिक नियोगबाट प्रमाणीकरण ल्याउनुपर्ने व्यवस्था छ । इराकमा नेपाली दूतावास नभएकाले कुवेतस्थित नेपाली दूतावासबाट उक्त 'एटेस्टेसन' अनिवार्य रहेको उनले बताए ।

'डोमेस्टिक वर्कर कति समय बसेको भन्ने कुरा होइन, मुख्य कुरा त्यहाँको आधिकारिक वर्किङ भिसा म्यादमै हुनु र दूतावासबाट प्रमाणीकरण ल्याउनु हो,' उनले भने, 'त्यसका आधारमा मात्र वैधानिकीकरण श्रम स्वीकृति दिन सकिन्छ ।' इराकका हकमा हाल देखिएको समस्या नीतिगत अस्पष्टताका कारण उत्पन्न भएको देखिन्छ । जुन मन्त्रालय तथा विभागका अधिकारीहरू समेत स्वीर्छन् ।

'क्याबिनेटको निर्णय अझ स्पष्ट भएको भए कार्यान्वयन सहज हुन्थ्यो,' निर्देशक राईले भने, 'नीतिगत निर्णयलाई कार्यविधिसँग मिलाउँदा अहिले यो अन्योल देखिएको हो ।' यो विषयमा मन्त्रालयले विभागलाई पत्र पठाउँदै विभिन्न खालका अस्पष्टता चिरेको छ । तर, पनि विभागबाट श्रम स्वीकृतिका हकमा थप समस्या भने देखिएको छ ।

हालै मात्र ई-भिसा पेस गरेर श्रम स्वीकृतिका लागि आवेदन दिएकाको श्रम स्वीकृति अप्रुभल हुन सकेको छैन । विभागले ई-भिसा नचिन्ने र सामान्य भिसा नै ल्याउनुपर्ने बताउँदै आएको छ । विभागले हाल निवेदन दिएका श्रमिकलाई लिखित रूपमा स्पष्ट जवाफ दिने तयारी गरिरहेको पनि उनले जानकारी दिए । कुन अवस्थामा वैधानिकीकरण श्रम स्वीकृति पाइन्छ र कुन अवस्थामा नयाँ श्रम स्वीकृति प्रक्रियामा जानुपर्छ भन्ने विषय स्पष्ट पारेर सूचना जारी गरिने विभागको तयारी छ ।

सरकारले हालको व्यवस्था जनरल वर्करका लागिमात्र भएको र घरेलु श्रमिकका लागि छुट्टै व्यवस्था गरिने यसअघि नै स्पष्ट पारिसकेको छ । तर, स्पष्ट मार्गनिर्देशन नहुँदा इराकमा रहेका विशेषगरी घरेलु श्रमिक अन्योलमा छन् ।

**घरेलु श्रमिकलाई बाहिर राख्नु गम्भीर भूल : श्रम विज्ञ**

श्रम तथा आप्रवासन विज्ञ रामेश्वर नेपालले वैदेशिक रोजगारी सम्बन्धी नयाँ नीति बनाउँदा डोमेस्टिक सेक्टरमा काम गर्ने श्रमिकलाई बाहिर राख्नु सरकारको गम्भीर कमजोरी भएको बताए । डोमेस्टिक श्रमिक सबैभन्दा बढी जोखिममा रहेकाले उनीहरूलाई झन् बढी संरक्षण आवश्यक पर्ने उनको भनाइ छ ।

डोमेस्टिक सेक्टर कठिन र जटिल रहेका कारण सरकारले त्यसतर्फ हात नहाल्ने हो भने श्रमिकको जोखिम अवस्था झन् दीर्घकालसम्म कायमै रहने उनको भनाइ छ । 'कुनै पनि क्षेत्र सजिलो भएको भए सरकारले हस्तक्षेप नै गर्नुपर्दैनथ्यो, समस्या कठिन हुँदा नै राज्यको भूमिका चाहिन्छ,' उनले भने । उनले इराकमा १२ जना नेपाली मारिएको घटनापछि उत्पन्न अवस्थालाई उदाहरण दिँदै घरेलु श्रमिकका समस्या आजको मात्रै नभई दशकौंदेखिको मुद्दा भएको स्मरण गराए ।

'समस्या जटिल छ भन्दै प्रयत्न नै नगर्नु गलत हो, सरकारले कम्तीमा उनीहरूलाई समेट्ने प्रयास त गर्नुपर्थ्यो,' उनले भने । नेपालले अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा नियमित आप्रवासन पक्षमा समर्थन जनाउँदै आए पनि व्यवहारमा भने अनियमित र जोखिमपूर्ण आप्रवासनलाई नियमन दायरामा ल्याउन ठोस पहल नगरेको टिप्पणी उनको छ ।

अनौपचारिक आप्रवासनलाई सुरक्षित र नियमित प्रणालीमा ल्याउनुपर्ने अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि तथा सिद्धान्त व्यवहारमा लागु गर्नुपर्ने उनको जोड छ । उनले महिलामाथि लगाइएको वैदेशिक रोजगारी प्रतिबन्ध सन् १९९८ देखि हालसम्म निरन्तर दोहोरिँदै आएको बताउँदै २८ वर्ष बितिसक्दा पनि ठोस समाधान नआउनु चिन्ताजनक भएको उल्लेख गरे ।

*(स्रोत: अनलाइनखबर)*

# हेटौंडाका ६, ८ र ९ नम्बर वडामा नेकपाको चुनावी अभियान

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ मकवानपुर जिल्ला क्षेत्र नम्बर १ बाट नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीका उम्मेदवार बिजय गौतमलाई विजयी गराउने उद्देश्यसहित हेटौंडा उपमहानगरका वडा नम्बर ६, ८ र ९ मा एकैदिन नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीको अगुवा कार्यकर्ता भेला तथा निर्वाचन प्रचारप्रसार कार्यालय उद्घाटन भएको छ ।

तीनवटै वडामा आयोजित कार्यक्रमसँगै विभिन्न वडामा घर दैलो अभियान पनि सञ्चालन गरिएको थियो । स्थानीय सामाजिक अगुवा र प्रभावशाली व्यक्तित्वसँग भेटघाट गर्दै चुनावी रणनीति र अभियानलाई थप प्रभावकारी बनाउने विषयमा छलफल गरिएको मकवानपुर जिल्ला क्षेत्र नम्बर १ बाट नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीका उम्मेदवार गौतमले जानकारी दिए । कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै उम्मेदवार गौतमले देशको वर्तमान अवस्थाले अब निर्णायक राजनीतिक हस्तक्षेप मागिरहेको बताउँदै, 'यो चुनाव कुनै व्यक्तिको लागि होइन, यो सुशासन, सामाजिक न्याय र राष्ट्रिय स्वाधीनताको पक्षमा उभिने कि नउभिने भन्ने निर्णय हो,' उनले भने ।

उनले हेटौंडासहित मकवानपुरका विकासका अधुरा काम, रोजगारीको समस्या र युवापुस्ताको भविष्यलाई केन्द्रमा राखेर काम गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे । उनले थपे, 'जनताले पटकपटक आश्वासन मात्रै सुन्नुपरेको छ । अब परिणाम देखिने कामको समय आएको छ । म जनतासँगै रहेर, जनताकै समस्या बोकेर संसद्मा आवाज उठाउन चाहन्छु ।' कार्यक्रममा नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीका केन्द्रीय सदस्य तथा बागमती प्रदेशसभा सदस्य प्रेमबहादुर पुलामी 'छिन्तु', केन्द्रीय सदस्यहरु प्रल्हाद लामिछाने, बालकृष्ण चौलागाई, केदारनाथ दुलाल, धनप्रसाद गौतम, ध्रुव भुजेल, बागमती प्रदेश कमिटी सदस्य विवेक राई, माधव तिमल्सिना, तीर्थ थापामगर, अखिल क्रान्तिकारी मकवानपुरका अध्यक्ष बुद्धराज अर्याललगायतले सम्बोधन गरेका थिए ।

वक्ताहरुले वर्तमान व्यवस्था स्थापनामा निर्णायक भूमिका खेलेको नेकपा आज त्यसको रक्षा र सुधारको अग्रपंक्तिमा रहेको उल्लेख गर्दै, मुलुकलाई सुशासन, विकास र सामाजिक न्यायको बाटोमा अघि बढाउन गौतमको जित आवश्यक रहेको बताए । कार्यक्रमको अध्यक्षता नारायणलाल श्रेष्ठले गरेका थिए भने स्वागत मन्तव्य बैकुण्ठप्रसाद सापकोटाले राखेका थिए । ९ नम्बर वडामा वडासंयोजक सूर्यबहादुर स्याङ्तानको अध्यक्षतामा कार्यक्रम भएको थियो ।

तीन वडामा एकैदिन सम्पन्न कार्यक्रम, घरदैलो अभियान र सामाजिक अगुवासँगको भेटघाटले हेटौंडामा नेकपाको चुनावी अभियान थप गतिशील बन्दै गएको संकेत दिएको छ ।

# शिक्षा र खेलकुद जोडौं: अध्यक्ष सिग्देल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ हेटौंडा-४ का वडाअध्यक्ष नवीन सिग्देलले शिक्षा र खेलकुदलाई जोड्नुपर्ने बताएका छन् । शुक्रबार नगरस्तरीय क्रिकेट प्रतियोगिताको उद्घाटन गर्दै वडाअध्यक्ष सिग्देलले विद्यार्थीको शारीरिक र मानसिक विकासका लागि शिक्षा र खेलकुदलाई सँगै लिएर जानुपर्ने बताए ।

अतिरिक्त क्रियाकलापको माध्यमबाट शिक्षामा गुणस्तर सुधार गर्ने उद्देश्यले वडा कार्यालयले विभिन्न खेलकुद र अतिरिक्त क्रियाकलाप सञ्चालन गरिरहेको उनको भनाइ थियो । ४ नं. वडा कार्यालयको आयोजनामा तथा शैक्षिक गुणस्तर सुधार समितिको संयोजन र भुटनदेवी माविको व्यवस्थापनमा नगरस्तरीय क्रिकेट प्रतियोगिता आयोजना गरिएको हो । प्रतियोगितामा ६ वटा विद्यालय सहभागी रहेका छन् । माघ २३ र २४ गते दुई दिन भुटनदेवी माविको मैदानमा प्रतियोगिता भइरहेको खेलकुद संयोजक राजाराम पोखरेलले जानकारी दिए ।

उद्घाटन कार्यक्रममा वडासदस्य गीता त्रिपाठी, वडासचिव रामप्रसाद गुरागाईं, आधुनिक राष्ट्रिय मावि व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष महमद समिम खान, प्रअ रामसागर गुरागाईं, शैक्षिक गुणस्तर सुधार समिति हेटौंडाका संयोजक तथा श्रमिक माविका प्रअ श्रीराम दाहाल, चन्द्रोदय माविका प्रअ जीधराज ढकाल, नगर टनेल विकास समन्वय समितिका महासचिव शिवहरि दाहाल, भुटनदेवी मावि व्यवस्थापन समितिका सदस्य राजेन्द्रकुमार बस्ताकोटीलगायतको उपस्थिति रहेको थियो । उद्घाटन कार्यक्रम भुटनदेवी माविका प्रअ सूर्यप्रसाद घिमिरेको सभाध्यक्षतामा भएको भुटनदेवी माविका सप्रअ भरत पोखरेलले जानकारी दिए ।

# चिनीमैयालाई वाईसीएलको पक्की घर

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/थाहा नगरपालिका-४, शिखरकोट निवासी एकलमहिला चिनीमैया नेपालीको जीर्ण तथा बस्न अयोग्य अवस्थामा रहेको घर पुनःनिर्माण गरी नयाँ पक्की घर हस्तान्तरण गरिएको छ ।

नेकपाकी केन्द्रीय सदस्य तथा बागमती प्रदेशकी पूर्व सामाजिक विकास मन्त्री कुमारी मोक्तानले एक कार्यक्रमका बीच चिनीमैयालाई नव-निर्मित पक्की घरको साँचो हस्तान्तरण गरिन् । कार्यक्रममा थाहानगरप्रमुख विष्णु बिष्ट, वाईसीएल थाहा नगरकमिटीका पदाधिकारीहरु, नेकपाका नेता तथा कार्यकर्ताको उपस्थिति रहेको थियो । घर निर्माणका लागि वाईसीएल नेपाल, थाहा नगरकमिटीले श्रमदानसहित सम्पूर्ण आर्थिक खर्च बेहोरेको जनाएको छ । वाईसीएल थाहा नगर कमिटी अध्यक्ष केशव सुनारका अनुसार चिनीमैया विगतदेखि नै जीर्ण अवस्थामा रहेको पुरानो घरमा बस्दै आएकी थिइन् ।

घरको छानोबाट पानी चुहिने, बस्न अत्यन्तै कठिन र कष्टकर अवस्था रहेको तथा आर्थिक अवस्था कमजोर भएकाले स्वयम् पुनःनिर्माण गर्न नसक्ने स्थितिमा रहेकाले वाईसीएलले मानवीय भावनाबाट प्रेरित भई घर निर्माण गरिदिएको हो । 'श्रम तथा उत्पादनमा वाईसीएल अभियान' अन्तर्गत घर पुनःनिर्माण कार्यको प्रारम्भिक चरण २०८२ साउन १० गतेदेखि श्रमदान कार्यक्रममार्फत सुरु गरिएको थियो । वाईसीएल थाहा नगरकमिटी अध्यक्ष सुनारले मानवीय कार्यलाई सफल बनाउन आर्थिक, भौतिक तथा नैतिकरुपमा सहयोग पुऱ्याउने सम्पूर्ण पार्टीपंक्ति, वाईसीएल पदाधिकारी तथा कार्यकर्तालाई धन्यवाद व्यक्त गरे । राजनीतिक दल तथा युवाको सक्रिय सहभागितामा गरिएको यो कार्यले समाजमा सहयोग, सहकार्य र मानवीय भावनाको सशक्त सन्देश दिएको छ ।

# जन्ती बस दुर्घटना: शोकमा डुबे लघुणाछा र भौनी गाउँ

बैतडी/बझाङको वित्थडचिर गाउँपालिका-७ लघुणाछा र बैतडीको पुर्चौडी नगरपालिका-७ को भौनी गाउँ यतिबेला शोकमा डुबेका छन् । जन्ती बोकेको बस दुर्घटना भई १३ जनाको ज्यान गएपछि यी दुई गाउँका बासिन्दा विक्षिप्त भएका छन् ।

दुर्घटनामा परी ३४ जना घाइते भएका थिए । दुर्घटनामा मृत्यु हुने र घाइते हुनेहरू बेहुला र बेहुलीपट्टिका आफन्त र इस्टमित्र रहेका छन् । जन्ती बोकेको पवनदूत यातायातको सुप प्र ०२-००१ ख १११९ नम्बरको बस बिहीबार सडकबाट करिब २०० मिटर तल खसेको थियो । दुर्घटनामा परी १३ जनाले ज्यान गुमाएका छन् ।

दुर्घटनामा ज्यान गुमाउनेहरूमा बझाङ बित्थडचिर गाउँपालिका-७ का ४० वर्षीय केशवराज जोशी, १३ वर्षीय अशोकराज जोशी, ३५ वर्षीय बसन्त जोशी, ४१ वर्षीय विष्णुदत्त जोशी, ४२ वर्षीय नरेन्द्रराज जोशी, १८ वर्षीय विसनदत्त जोशी, २७ वर्षीय दीपकराज जोशी र ४५ वर्षीय किसनदत्त जोशी छन् ।

यसैगरी बझाङ केदार स्यु गाउँपालिकाका ६० वर्षीय मोहन देव भट्ट र केशवराज भट्ट, बझाङ जयपृथ्वी नगरपालिका-७ का ४० वर्षीय बसन्तराज रतला तथा बैतडी पुर्चौडी नगरपालिका-७ की ४० वर्षीया पुष्पा अवस्थी र १४ वर्षीय किशोर सुशील जोशीले दुर्घटनामा ज्यान गुमाएका छन् ।

घटनास्थलमै ६ जनाको, कोटिला स्वास्थ्य चौकीमा दुई जना र डडेल्धुरा अस्पताल ल्याउँदै गर्दा थप ५ जनाको मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय बैतडीका प्रमुख डीएसपी दीपक रायले जानकारी दिए । घाइतेमध्ये २५ जनाको डडेल्धुरा अस्पतालमा उपचार भइरहेको छ । ५ जनालाई धनगढी रेफर गरिएको छ । ४ जनाको भने बझाङको देउलेख स्वास्थ्य केन्द्रमा उपचार भइरहेको छ ।

**मृत्यु हुनेमा दाजुभाइ, छोरी-ज्वाइँसहित १३ जना**

बस दुर्घटनामा सहोदर दाजुभाइ, भतिजा र छोरी ज्वाइसहित १३ जनाको मृत्यु भएको छ । दुर्घटनामा ज्यान गुमाउने नरेन्द्रराज जोशी र विष्णुदत्त जोशी सहोदर दाजुभाइ हुन् । उनीहरू बेहुलाका सहोदर काका हुन् । नरेन्द्रराज बित्थडचिर गाउँपालिकाका प्राविधिक सहायक हुन् भने विष्णुदत्त बित्थ्यडचिरकै महादेव माध्यमिक विद्यालयका शिक्षक हुन् ।

यसैगरी, घटनामा ज्यान गुमाउने वसन्तराज जोशी मृतक नरेन्द्रराज र विष्णुदत्तका माइलो दाजुको जेठा छोरा हुन् । वसन्तराज गाउँपालिकामा कृषि प्राविधिक पदमा कार्यरत थिए । घटनामा ज्यान गुमाउने बझाङको जयपृथ्वी नगर पालिका-७ का वसन्तराज रताला मृतक वसन्तराज जोशीका सहोदर भिनाजु हुन् भने मोहनदेव भट्ट र केशवराज भट्ट बुवा-छोरा हुन् । अन्य मृतक तथा घाइतेहरू पनि बेहुला र बेहुलीका आफन्त र इष्टमित्र नै परेका छन् । यस्तै, सोही दुर्घटनामा ज्यान गुमाउने १४ वर्षीय किशोर सुशील जोशी बेहुलीका भाइ हुन् ।

घटनामा बेहुलाका एक काकाको खुट्टा भाँचिएको छ भने ठूलो बुवा पनि घाइते भएका छन् । ज्यान गुमाउने बित्थडचिर ठेगाना भएका व्यक्ति एउटै गाउँका आफन्त र बाँकी इष्टमित्र रहेको बुझिएको छ । घटनामा ज्यान गुमाउनेमा बैतडीको पुर्चौडी-७ र बझाङको बित्थडचिरका बेहुला परिवारका आफन्त र इष्टमित्र हुन् ।

**गाउँ नै रोयो, भोज खान गएकाहरू कुरुवा बने**

खुसी साट्न बिहेमा गएकाहरू कहिल्यै नफर्किने गरी अस्ताएपछि यतिबेला गाउँ शोकमा डुबेको बित्थडचिर गाउँपालिका-७ का वडाध्यक्ष दिनेश अधिकारीले बताए । 'हाम्रो वडाको लघुणाछा गाउँमा करिब १० वटा घर छन् । बस दुर्घटनामा परी मृत्यु हुने र घाइते हुनेहरू सोही गाउँका बढी छन् । धेरै आफन्त र इष्टमित्र छन्, गाउँ रोइरहेको छ,' वडाध्यक्ष अधिकारीले भने ।

हिजो दिनभर बिहेमा भोज खान आउने जन्तीहरूको सत्कारमा लागेका गाउँले आफन्तहरू यतिबेला शव कुर्ने र घाइतेको औषधि उपचारमा सहयोगीको भूमिकामा छन् । 'हिजो दिनैभर सबै रमाइरहेका थियौं । बिहे घर मा आउने-जाने क्रम थियो । राति ८ बजे घटनाको जानकारी पाएपछि गाउँका सबै तितरबितर भयौं । अहिले अस्पतालमा कुरुवा बसेकी छु,' बित्थडचिर गाउँपालिका-७ की वडा सदस्यसमेत रहेकी परिमलीदेवी जोशीले भनिन् । जोशी अहिले घाइते श्रीमान्को कुरुवा बसेकी छिन् ।

खुसियाली साट्न नपाउँदै गाउँमा बज्रपात परेपछि आफूहरू कुरुवाको लागि अस्पताल दौडेको स्थानीय उमेशराज जोशीले बताए । 'गाउँका मानिसहरू समालिनसक्नु अवस्थामा छन् । हामी अस्पताल आइहाल्यौं । गाउँको अवस्था भनिनसक्नु छ,' जोशीले भने ।

**विक्षिप्त शिक्षक उत्तमराज जोशी**

लघुणाछा गाउँका ६ जनाको मृत्यु र अरू धेरै घाइते भएपछि विक्षिप्त बनेका छन् शिक्षक उत्तमराज जोशी । परिवारमा घाइते नभएका एक्ला व्यक्ति हुन् जोशी । 'म बाइकमा थिएँ । गाउँका अरू सबै बसमा थिए । मेरै गाउँका ६ जनाको मृत्यु भइसक्यो । दर्जन बढी अस्पतालको बेडमा छन् । म विक्षिप्त अवस्थामा छु । छिमेकी आएर अस्पतालमा सहयोग गरिरहेका छन्,' उत्तमराज जोशीले रुँदै भने ।

गाउँका आदा दर्जन सदस्य गुमाएपछि भक्कानिरहेका जोशी आफू रित्तिएको बताउँछन् । 'हाम्रो परिवारमा चोट नलागेको म मात्रै छु । जेठा बुवा, दुई जना काका, एक जना दाइ, एक भाइ, भतिजा, बहिनीज्वाइँ, फुपाजु र फुपाजुका छोरा लगायतको मृत्यु भइसक्यो,' जोशीले भने, 'कसरी समालिउँ, कोही कहिले नफर्किने गरी गए, कोही अंगभंग भइसके, किरिया गर्ने मान्छे पनि रहेनन्,' स्थानीय महादेव माविका शिक्षक जोशीले भने ।

**ब्लु हेवन टेलर्स सरेको सूचना**

हेटौंडा बुद्धचोक मेनरोडमा रहेर यहाँहरुको सेवामा लामो समयदेखि समर्पित यस **ब्लु हेवन टेलर्स** कान्तिराजपथस्थित **शाक्य प्लाजा** भवनमा सरेको सम्पूर्णमा जानकारी गराउँदछौं ।

**ब्लु हेवन टेलर्स्**
हेटौंडा-२, कान्तिराजपथ
९८४५०२२९८१

**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*

### बालअधिकार र ज्येष्ठनागरिकका अधिकारलाई घोषणापत्रमा प्राथमिकता दिन आग्रह

# दुर्गमका बालबालिका लक्षित नीतिमा जोड

साझाकुरा संवाददाता

हेटौँडा, २३ माघ/नेपाल पेडियाट्रिक सोसाइटीले आगामी संसदीय निर्वाचनका लागि राजनीतिक दलहरुलाई घोषणापत्रमा बालस्वास्थ्य र बालअधिकारलाई प्राथमिकतामा राख्न आग्रह गरेको छ ।

राजनीतिक दलहरुले प्रस्तुत गर्ने घोषणापत्रले देशको भविष्यको दिशा तय गर्ने भएकाले बालस्वास्थ्य र बालअधिकारलाई प्राथमिकतामा राख्न आवश्यक रहेको विज्ञप्तिमा जनाइएको छ । सोसाइटीले जारी गरेको प्रेस विज्ञप्तिमा बालबालिकाको स्वास्थ्य, पोषण, मानसिक स्वास्थ्य र विकास देशको दीर्घकालीन सामाजिक तथा आर्थिक विकासको आधार भएको उल्लेख गरिएको छ । बालअधिकार सम्बन्धी महासन्धि (सीआरसी) र नेपालको संविधानले बालबालिकाको स्वास्थ्य, पोषण, शिक्षालाई मौलिक अधिकारकारुपमा सुनिश्चित गरि सकेको भन्दै सोसाइटीले ती अधिकार कार्यान्वयनका लागि ठोस नीति आवश्यक रहेको जनाएको छ ।

सोसाइटीले ६ बुँदे नीति आह्वान गर्दै बालस्वास्थ्यलाई राष्ट्रिय प्राथमिकता बनाउने, मातृ, नवजात शिशु तथा किशोर स्वास्थ्यमा लगानी बढाउने, बहुक्षेत्रीय दृष्टिकोणबाट कुपोषण अन्त्य गर्ने, गुणस्तरीय स्वास्थ्यसेवामा समान पहुँच सुनिश्चित गर्ने, बालअधिकार संरक्षण तथा संघीय संरचनामा बालमैत्री शासन लागू गर्नुपर्ने माग गरेको छ । विज्ञप्तिमा कुपोषण, रोकथामयोग्य रोग, नवजात तथा शिशु मृत्यु, मानसिक स्वास्थ्य समस्या, अपाङ्गता, हिंसा, बालविवाह, बालश्रम तथा स्वास्थ्यसेवामा असमान पहुँचजस्ता समस्या अझै विद्यमान रहेको उल्लेख गरिएको छ । भौगोलिक, सामाजिक तथा आर्थिक असमानताका कारण दुर्गमक्षेत्र, सहरी गरिब बस्ती, दलित, आदिवासी जनजाति तथा सीमान्तकृत समुदायका बालबालिका बढी जोखिममा रहेको जनाइएको छ ।

यससन्दर्भमा मकवानपुरका दुर्गमक्षेत्रका बालबालिकामा अझै पनि कुपोषण, झाडापखाला जस्ता समस्याका कारण स्वास्थ्य जोखिममा पर्ने गरेको नेपाल पेडियाट्रिक सोसाइटीका आजीवन सदस्य तथा हेटौँडा अस्पतालका नवजात शिशु तथा बालरोग विशेषज्ञ डा.राजु सेढाईंले बताए । संघीय संसद्का उम्मेदवारले आफ्नो घोषणापत्रमै बाल स्वास्थ्यसम्बन्धी स्पष्ट नीति समावेश गर्न जरुरी रहेको उनले बताए । बालस्वास्थ्यलाई घोषणापत्रमै समेट्दा दिगो विकासका लक्ष्य हासिल गर्न, मातृ तथा शिशु मृत्युदर घटाउन र बालअधिकारको कार्यान्वयन सुनिश्चित गर्न मद्दत पुग्ने जनाइएको छ ।

**ज्येष्ठ नागरिकका अधिकार समेट्न आह्वान**

जेरियाट्रिक सोसाइटी अफ नेपालले राजनीतिक दलले जारी गर्ने घोषणापत्रमा ज्येष्ठनागरिकका स्वास्थ्य र सामाजिक अधिकारका विषय समेट्न आह्वान गरेको छ ।

सोसाइटीले विज्ञप्ति जारी गर्दै राजनीतिक दलले जारी गर्ने घोषणापत्रमा ज्येष्ठनागरिकका स्वास्थ्य र सामाजिक अधिकारका विषय समेट्न आह्वान गरेको हो । सोसाइटीले ज्येष्ठनागरिकलाई सरकारी र सामुदायिक अस्पतालमा नि:शुल्क तथा निजी अस्पतालमा कम्तिमा ५० प्रतिशत छुटमा उपचार सेवा उपलब्ध गराउने, अशक्त ज्येष्ठनागरिकको सामाजिक सुरक्षा भत्ता विवरण कार्यलाई प्रभावकारी, घरमै स्वास्थ्यजाँच एवं ज्येष्ठनागरिकमैत्री बनाउनुपर्ने, ज्येष्ठनागरिक ऐन नियममा भएका व्यवस्थालाई पूर्णरुपमा कार्यान्वयन गराउने लगायतका १४ बुँदा घोषणापत्रमा समावेश गर्न आग्रह गरेको छ ।

सोसाइटीका अनुसार नेपालमा करिब ३० लाख बढी ज्येष्ठनागरिक छन् । देश संघीय संरचनामा प्रवेश गरेपनि ज्येष्ठनागरिकसम्बन्धी रणनीति, बजेट र सेवाप्रवाहबीच आवश्यक समन्वय हुन नसकेको सोसाइटीको धारणा छ । भएका ऐन, नीति र रणनीतिको प्रभावकारी कार्यान्वयन हुन नसक्दा उनीहरुको जीवनस्तरमा अपेक्षित सुधार आउन नसकेको विज्ञप्तिमा उल्लेख छ । आगामी प्रतिनिधि सभाको निर्वाचनले ज्येष्ठनागरिकका मुद्दालाई राज्यको प्रमुख राजनीतिक प्राथमिकता र मतदाता केन्द्रित एजेण्डाका रुपमा स्थापित गर्ने अवसर प्रदान गरेको सोसाइटीको भनाइ छ ।

# इन्सेकको इएससिआर छायाँ प्रतिवेदन कार्यशाला हेटौँडामा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक अधिकारसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि छायाँ प्रतिवेदन कार्यशाला हेटौँडामा भएको छ ।

इन्सेक बागमती प्रदेशको आयोजनामा कार्यक्रम भएको हो । इन्सेक कार्यसमिति सदस्य डा.विद्या चापागाईंको सभाअध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा बागमती प्रदेश सरकारका मुख्यन्यायाधिवक्ता अप्सरा बस्नेतको प्रमुख आतिथ्यता थियो । कार्यक्रमको उद्देश्य मानवअधिकार सन्धिको अनुगमन, सन्धि निकायहरुमा प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्ने प्रक्रिया, सन्धिअन्तर्गतका दायित्व पूरा गर्न सरकारलाई दबाब सिर्जना गर्ने तथा सन्धि अनुमोदनका लागि पहल गर्नुरहेको थियो । कार्यक्रममा डा. चापागाईंले प्रस्तुतीकरण दिदै आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक अधिकारसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि अन्तर्गत सूचना प्रस्तुत गर्नुपर्ने मुख्य धाराबारे जानकारी दिइन् ।

उनले नेपालको तेस्रो आवधिक प्रतिवेदनमाथि सन् २०१४ मा आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक अधिकारसम्बन्धी समितिले जारी गरेका सिफारिस, नेपाल सरकारको चौथो आवधिक प्रतिवेदन, नागरिक समाजको चौथो आवधिक प्रतिवेदन, नागरिक समाजद्वारा प्रस्तुत गरिनुपर्ने मुख्य विषय तथा उदीयमान मुद्दाबारे विस्तृतरुपमा प्रस्तुतीकरण गरिन् । इन्सेक मानवअधिकार वहसपैरवी विभाग प्रमुख सम्झा श्रेष्ठले अन्य ६ प्रदेशमा यस किसिमका कार्यक्रम सम्पन्न भइसकेको र बागमती प्रदेश अन्तिम प्रदेश रहेको जानकारी दिइन् ।

उनले आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक अधिकारसम्बन्धी आवधिक प्रतिवेदन, अधिकार अभिसन्धी परिचय, समिक्षा, अवलोकन तथा सिफारिसका विषयमा प्रस्तुतीकरण दिएकी थिइन् । कार्यक्रममा सहभागीले छुटेका तथा थप गर्नुपर्ने विषयबारे सुझाव दिएका थिए । समाजमा विद्यमान समस्याको उठान गर्दै मानसिक स्वास्थ्य, बालअधिकार लगायत समसामयिक सामाजिक मुद्दामा छलफल गरिएको थियो ।

इन्सेक बागमती प्रदेश संयोजक शिव खकुरेलले सहजीकरण गरेको कार्यक्रममा राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग बागमती प्रदेशका मानवअधिकार अधिकृत जागेश्वर चापागाईं, गैरसरकारी संस्था महासंघ बागमती प्रदेश अध्यक्ष कमलकुमार विश्वकर्मा, प्रदेश बालअधिकार समिति सदस्य झबिन्द्र ज्ञवाली र प्रकाश खतिवडा, गैरसरकारी संस्था महासंघ मकवानपुर जिल्ला अध्यक्ष रमिला सापकोटालगायत मानवअधिकार तथा सामाजिक क्षेत्रमा कार्यरत विभिन्न संघसंस्थाका प्रतिनिधि र पत्रकारको उपस्थिति थियो ।

### थोकरको चुनावी अभियान: दुई नम्बरक्षेत्रका मतदातासँग धमाधम भेट्दै

# वडास्तरबाटै प्रचारप्रसारको काम सुरु

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/फागुन २१ मा हुनलागेको प्रतिनिधिसभा निर्वाचनलाई लक्षित गर्दै राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा) ले मकवानपुर जिल्लाको क्षेत्र नम्बर २ मा चुनावी गतिविधिलाई तीव्र बनाएको छ ।

राप्रपाका तर्फबाट उम्मेदवारी दिएका रामबहादुर थोकरले वडास्तरबाटै संगठितरुपमा प्रचारप्रसार अभियान थालनी गर्दै जनतासँग प्रत्यक्ष संवादलाई प्राथमिकतामा राखेका छन् । यही क्रममा शुक्रबार इन्द्रसरोवर गाउँपालिका-३ सिस्नेरीमा वडास्तरीय प्रचारप्रसार समिति गठन गरिएको छ, जसले स्थानीय तहबाटै चुनावी गतिविधिलाई व्यवस्थित र प्रभावकारी बनाउने लक्ष्य लिएको छ । लक्ष्मी नगरकोटीको संयोजकत्वमा गठन गरिएको समितिमा शिव नगरकोटी सहसंयोजक तथा सुमन नगरकोटी सचिव रहेका छन् ।

समितिका सदस्यमा सुमित्रा नगरकोटी, गीताकुमारी थापा, प्रमिला नगरकोटी, मञ्जरी नगरकोटी, सबिना नगरकोटी र चिनीमैया नगरकोटी रहेका छन् । उम्मेदवार थोकरको उपस्थितिमा सम्पन्न भेलाकाबीच समिति गठन गरिएको हो, जहाँ आगामी दिनमा गरिने प्रचारप्रसारका कार्यक्रम, घरदैलो अभियान र मतदाता भेटघाटलाई कसरी प्रभावकारी बनाउने भन्ने विषयमा छलफल भयो । भेलामा राप्रपा क्षेत्र नम्बर २ का उपाध्यक्ष पूर्णिमा लोप्चन, क्षेत्र नम्बर १ का सचिव संगीन श्रेष्ठ, रामसंघका केन्द्रीय सचिव सरस्वती थिङ, जिल्ला अध्यक्ष उर्मिला लामा, राप्रयुसंघका जिल्ला अध्यक्ष किशोर खत्री, जिल्ला सदस्य विकास अधिकारीलगायत उपस्थिति थियो ।

नेताहरुले वडास्तरबाट सुरु भएको अभियानले पार्टीको संगठन मजबुत बनाउँदै मतदातासँगको सम्बन्ध थप सुदृढ हुने विश्वास व्यक्त गरे । चुनावीमैदानमा उत्रिएपछि उम्मेदवार थोकरले इन्द्रसरोवर-२ सल्ले, वडा नम्बर ३ सिस्नेरी, कुलेखानी, कलंकी, मार्खु, थाहा नगर पालिका-९ चित्लाङलगायत स्थानमा स्थानीय नागरिकसँग भेटघाट र संवाद गरिसकेका छन् । उनले प्रत्येकस्थानमा पुगेर मतदाताका धारणा सुन्ने, उनीहरुको समस्याबुझ्ने र राजनीतिक प्रतिबद्धता स्पष्ट गर्ने कार्यलाई निरन्तरता दिइरहेका छन् ।

राप्रपाबाट उम्मेदवार बनेपछि थोकरले मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ का मतदातासँग प्रत्यक्ष भेट्ने, मतमाग्ने र उनीहरुका गुनासा तथा अपेक्षा सुन्ने कार्यलाई अभियानको मुख्य आधार बनाएका छन् । चुनावीअभियानअन्तर्गत हेटौंडा, मकवानपुरगढी, थाहा नगर पालिका र मनहरीलगायत क्षेत्रका विभिन्न बस्तीमा घरदैलो कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै उनले मतदाताको घर आँगनमै पुगेर संवाद गरेका छन् । यसक्रममा उनले नागरिकको दैनिक जीवनसँग जोडिएका समस्या, विकासप्रतिको चाहना र राजनीतिक नेतृत्वप्रतिको अपेक्षा नजिकबाट बुझेका छन् ।

घरदैलोका क्रममा प्राप्त सुझाव र धारणा आगामी दिनमा आफूले निर्वाह गर्ने राजनीतिक भूमिकामा समेट्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दै थोकरले आफू सधैं जनताको मुद्दा बोकेर अघि बढ्ने संकल्पमा रहेको स्पष्ट पारेका छन् । उनले राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी विगतदेखि नै संवैधानिक राजसंस्थाको स्थापनाका लागि निरन्तर संघर्षरत राजनीतिक शक्ति रहेको उल्लेख गर्दै वर्तमान अवस्थामा राप्रपा नै मुलुकको वास्तविक वैकल्पिक शक्ति भएको दाबी गरे । कांग्रेस, कम्युनिष्ट तथा नयाँ राजनीतिक दल सबै गणतन्त्रको पक्षमा उभिएको अवस्थामा त्यसको विकल्पकारुपमा राप्रपा अघि आएको र पार्टी राष्ट्र, राष्ट्रियता तथा परम्परागत मूल्यमान्यताको संरक्षणमा दृढ रहेको उनले बताएका छन् ।

भेटघाट र घरदैलोमा उनले राष्ट्र, राष्ट्रियता र राजसंस्थाको संरक्षणका लागि राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीलाई मत दिन आग्रह गर्दै आएका छन् । राष्ट्रियताको जगेर्ना र संरक्षणका लागि राप्रपालाई विजयी गराउन आवश्यक रहेकोमा जोड दिँदै उनले मतदाताको घरआँगनमै पुगेर समर्थनको अपिल गरिरहेका छन् । घरदैलो अभियान केवल प्रचारको माध्यममात्र नभई जनताको आवाज प्रत्यक्षरुपमा बुझ्ने, उनीहरुको समस्या नजिकबाट जान्ने र त्यसअनुसार नीति तथा कार्यक्रम तय गर्ने महत्वपूर्ण अवसरका रुपमा उनले लिएका छन् ।

लामो समयदेखि राजनीतिक यात्रामा सक्रिय थोकरले अनेक उतारचढावपूर्ण अनुभव सँगालेका छन् । यही अनुभवका आधारमा उनले मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ का मतदातामाझ आफूलाई जिम्मेवार, परिपक्व र जनउत्तरदायी उम्मेदवारका रुपमा प्रस्तुत गर्दै विश्वास जित्ने प्रयास गरिरहेका छन् ।

# राष्ट्रिय निकुञ्जसम्बन्धी ऐन संशोधन गर्न सरकारसँग माग

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ राष्ट्रियसभाका सांसदहरुले राष्ट्रिय निकुञ्जसम्बन्धी विद्यमान ऐन तत्काल संशोधन गर्न सरकारसँग माग गरेका छन् ।

शुक्रवार बसेको राष्ट्रिय सभा बैठकमा डा. अञ्जान शाक्य, सुमित्रा विसीलगायत सांसदले यो ऐन समयअनुकूल हुनेगरी तत्काल संशोधन गर्न सरकारलाई सचेत गराएका हुन् । सांसद शाक्यले वन्यजन्तुबाट हुने क्षतिको राहत वितरण प्रणालीलाई सहज बनाउन पनि सरकारको ध्यानाकर्षण गराइन् । उनले राष्ट्रिय निकुञ्जसम्बन्धी ऐनलाई आजको आवश्यक्ताअनुसार संशोधन गरेर अघि बढनुपर्ने जरुरी रहेको बताइन् ।

'वन्यजन्तुबाट हुने क्षति राहत प्रणालीलाई सरल बनाई ३० दिनभित्र सीधै बैंक खातामा पुग्ने व्यवस्था गर्ने, वन्यजन्तु ऐनलाई आजको आवश्यक्ताअनुसार व्यापक संशोधन गर्ने,' उनले भनिन्, 'विशेषगरी मध्यवर्ती क्षेत्रका बासिन्दालाई विमाको ग्यारेन्टी र जलविद्युत आयोजनाको वन प्रवेशको झन्झटिलो प्रक्रिया अन्त्य गर्ने । निकुञ्जलाई केवल निषेधको क्षेत्र नबनाएर कार्बन व्यापार र पर्यटनको क्षेत्र बनाउनुपर्ने ।'

सांसद विसीले राष्ट्रिय निकुञ्जको काममा बाधा आउने खालको सबै कानून संशोधन गर्न आवश्यक रहेको बताइन् । 'मौजुदा कानूनले राष्ट्रिय निकुञ्जको कामलाई अप्ठयारो पारेको अवस्था छ । यसलाई संशोधन गर्नुपर्ने सुझाव पनि दिइएको छ । निकुञ्जभित्रको काठलाई त्यहाँ सडेर जानु भन्दा त्यसलाई सदुपयोग गर्नुपर्दछ । त्यसका लागि अव आउने सरकारले विशेष ध्यान दिन आवश्यक छ,' उनले भनिन् ।

# शान्ति तथा ध्यान शिविर सम्पन्न

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/ बोधिचर्य फाउन्डेसनको आयोजनामा थाहा नगरपालिकामा बृहत शान्ति तथा ध्यान शिविर सञ्चालन भएको छ ।

अहिंसा, करुणा र ध्यानमा आधारित शिविरमा थाहानगरका करिब ५ सय विद्यार्थीले सहभागीता जनाएका थिए । महापण्डित त्रिकायसिद्दान्तका उज्ज्वल प्रकाश आचार्य लोडछेन रबज्यामको महापरिनिर्वाण दिवस (पुण्यतिथि) को अवसरमा शिविरको आयोजना गरिएको हो । शिविरमा विद्यार्थीको सक्रिय सहभागिता रहेको थियो । कार्यक्रममा जनकल्याण माध्यमिक विद्यालय, मत्स्यनारायण माध्यमिक विद्यालय, झम्केश्वरी माध्यमिक विद्यालय तथा हिमालयन बोर्डिङ स्कूलका विद्यार्थी सहभागी थिए ।

कार्यशालामा आचार्य धावादोर्जे तामाङ, उपाध्याय पेम्बा सेर्पा, उपाध्याय कोन्छो नोर्बु तामाङ तथा बोधिचर्य फाउन्डेसनका पवन लामाको उपस्थिति रहेको थियो । विशेष वक्ताका रुपमा प्रतिष्ठित नामड्रोलिङ विश्वविद्यालयबाट बौद्ध दर्शनमा पारंगत, अनुभवी तथा साधनामा निपुर्ण उपाध्याय पेमा शेर्पाले जीवन, मन र करुणाको गहिरो बोध प्रदान गर्दै विद्यार्थीलाई प्रेरित गरे । फाउन्डेसनका अनुसार कार्यशालाले भावी पुस्तामा सदाचार, करुणा, अनुशासन र विवेकपूर्ण चेतनाको विकास गराई सकारात्मक सोच र शान्त समाज निर्माणमा योगदान पुऱ्याउने विश्वास लिइएको छ ।

# राक्सिराङमा शिक्षाको बीउ रोप्नुपर्नेमा बर्तौलाको जोड

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २३ माघ/नेकपा (एमाले) का नेता तथा मकवानपुर क्षेत्र नम्बर २ का प्रतिनिधिसभा सदस्य उम्मेदवार महेशकुमार बर्तौलाले राक्सिराङको दीर्घकालीन विकासका लागि लागुऔषधको विकल्पमा शिक्षा र चेतनाको बीउ रोप्नुपर्ने बताएका छन् ।

आगामी फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनलाई लक्षित गर्दै राक्सिराङ गाउँपालिका-७, जुरेथुम घैयाबारीमा आयोजित अगुवा कार्यकर्ता भेलालाई सम्बोधन गर्दै बर्तौलाले आफू संसदमा पुगे जनमुखी कानुन निर्माणमा केन्द्रित रहने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे । अघिल्लो कार्यकालमा पनि जनपक्षीय आवाज उठाएको उल्लेख गर्दै उनले सडक, पुल र खानेपानीजस्ता आधारभूत पूर्वाधारलाई पहिलो प्राथमिकतामा राख्ने बताए । उनले चितवनको भण्डारादेखि राक्सिराङको सिलिङ्गे हुँदै धादिङ जोड्ने 'चेपाङ मार्ग' तथा ग्याक्पती र सिलिङ्गे खानेपानी आयोजनालाई पूर्णता दिन पहल गर्ने प्रतिबद्धता जनाए ।

नेकपा (एमाले) का निर्वाचन फोकल पर्सन आशिष अस्लामीका अनुसार बर्तौलाले अघिल्लो कार्यकालमा बजेट विनियोजन भएपनि सरकार परिवर्तन र राजनीतिक अस्थिरताका कारण केही योजना रोकिएकोप्रति दु:ख व्यक्त गरेका थिए । राक्सिराङमा व्याप्त गरिबीको चर्चा गर्दै बर्तौलाले बिहानबेलुकीको हातमुख जोर्न भारी बोक्ने क्रममा कानुनी झमेलामा परेर कारागार पुगेका स्थानीयलाई रिहा गरिनुपर्ने माग गरे । गरिबीका कारण नागरिक आपराधिक कार्यमा सरिक हुनु दुखद रहेको उल्लेख गर्दै उनले अब राक्सिराङमा लागूऔषध होइन, शिक्षा र चेतनाको खेती गर्नुपर्ने बताए । उनले लंका र भिम्बुङ क्षेत्रलाई पर्यटकीय गन्तव्यका रुपमा विकास गर्ने योजना प्रस्तुत गरे ।

कार्यक्रममा संविधानसभा सदस्य तथा एमाले नेता राजाराम स्याङ्तानले जात र धर्मका नाममा समाज विभाजन गर्न खोज्ने तत्वबाट सचेत रहन आग्रह गरे । एमाले नेता गोबिन्दराम चेपाङले चेपाङ भाषामै सम्बोधन गर्दै एमालेले यस क्षेत्रमा विद्युतीकरण, स्वास्थ्य र शिक्षामा उल्लेखनीय काम गरेको दाबी गरे । महिलानेतृ राममाया प्रजाले एमालेका संगठित सदस्यहरु निर्वाचनमा एकताबद्ध भएर अघि बढ्ने बताइन् । राक्सिराङ गाउँ कमिटीका अध्यक्ष रोहन लामाले बर्तौला जनताको दु:खसुखमा साथ दिने नेता भएको टिप्पणी गरे । भेलाअघि उम्मेदवार बर्तौलाले नेकपा (एमाले) राक्सिराङ गाउँ कमिटीका सचिव कमल मुक्तानकी स्वर्गीय आमाप्रति श्रद्धाञ्जली अर्पण गरेका थिए । त्यसपछि उनले मतदाता भेटघाट अभियानलाई तीव्र बनाएका छन् ।

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

**पाठेघरको मुखको क्यान्सरविरुद्ध एच.पी.भी. खोप सञ्चालनसम्बन्धी जनहितमा जारी सन्देश**

मकवानपुर जिल्ला भित्रका विद्यालयहरुमा माघ २५ गतेदेखि २९ गतेसम्म विद्यालय केन्द्रित नियमित एच.पी.भी. खोप सञ्चालन हुँदैछ। उक्त खोप कार्यक्रममा कक्षा ६ मा अध्ययनरत छात्राहरुलाई खोप लगाइदैछ । आफ्ना नानीहरु अध्ययन गर्ने विद्यालयमा पाठेघरको मुखको क्यान्सरविरुद्ध एच.पी.भी. खोप सञ्चालन हुने दिनमा खोप लगाएको/नलगाएको सुनिश्चित गर्नुहोस् । उल्लिखित मितिमा खोप लागउन छुट भएका कक्षा ६ मा अध्ययनरत छात्राहरू र विद्यालय नजाने १० वर्षका किशोरीहरूका लागि फागुन ०६ गतेदेखि फागुन २२ गतेसम्म नियमित खोप क्लिनिकहरुमा समेत पाठेघरको मुखको क्यान्सर विरुद्ध एच.पी.भी. खोप लगाईदैछ । साथै गत वर्षको अभियानमा यो खोप लगाउन छुट भएका हाल कक्षा ७ देखि १० सम्म अध्ययनरत छात्रा वा विद्यालय नजानेको हकमा ११ देखि १४ वर्षसम्मका किशोरीहरुलाई पनि खोप लगाइनेछ । थप जानकारी चाहिएमा नजिकैको स्वास्थ्य शाखा/जनस्वास्थ्य कार्यालय/स्वास्थ्य संस्था वा महिला स्वास्थ्य स्वयमसेविकाहरूसँग सम्पर्क राखौं वा नि:शुल्क कल सेन्टर ११११५ मा सम्पर्क गरौं ।

**जिल्ला खोप समन्वय समिति एवम् 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