म.नि. प्र.का. द.नं. : १७६/०६८, वर्ष ११, अंक ६२ बिहीबार, १४ असोज २०७८ दशमी ने. सं. ११४१ ञलागा 30 September, 2021 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्यः रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

चाडपर्वको नाममा
फजुल खर्च नगरौं
चाडपर्वको संरक्षण र
सम्बर्द्धन गरौं

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

निर्णयमा पुग्न सकेन गठबन्धन

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/अल्पमतमा परिसकेको बागमतीती प्रदेश सरकारले सदनबाट विश्वासको मत नलिँदा विपक्षी गठबन्धन दोधारमा परेको छ ।

प्रदेशमा एकल बहुमत रहेको नेकपा एमाले विभाजन भएर १३ सांसदले नेकपा (एकीकृत समाजवादी) रोजेसँगै अष्टलक्ष्मी नेतृत्वको सरकार पूर्ण रुपमा अल्पमत परिसकेको छ । सरकार अल्पमतमा परेसँगै मुख्यमन्त्री शाक्यले एक महिनाभित्र संसद्बाट विश्वासको मत लिनुपर्ने कानुनी बाध्यता रहेको छ ।

यस्तो जटिल अवस्थामा प्रदेशसभाको अधिवेशन स्थगित गरेर सत्ता लम्ब्याउने जुक्ति निकालेकी मुख्यमन्त्री शाक्यका कारण विपक्षी गठबन्धनमा समेत मतभेद सिर्जना भएको छ । विपक्षी गठबन्धनमा रहेका माओवादी केन्द्र, नेपाली कांग्रेस, नेकपा (एस) ले मुख्यमन्त्रीलाई विश्वासको मत लिनका लागि समय उपलब्ध गराएपनि सरकारले त्यसतर्फ कुनै चासो देखाएको छैन ।

सरकार दल विभाजन सम्बन्धि सर्वोच्चमा रहेको मुद्दा र असोज २५ गतेभित्र विश्वासको मत लिने समय सीमालाई देखाउँदै प्रदेशसभाको नवौं अधिवेशन आव्हान गर्न अटेर गरिरहेको छ । जसको कारणले गर्दा विपक्षी दलहरुमा अविश्वासको प्रस्ताव दर्ता गराइ हाल्ने वा केही समय विश्वासको मत लिनका लागि समय उपलब्ध गराउने भन्नेमा मतभेद देखिएको छ ।

नेकपा (एस) तत्काल अविश्वासको प्रस्ताव दर्ता गराएर अगाडि बढ्नुपर्छ भन्नेमा छ भने माओवादी र कांग्रेस विश्वासको मत लिने समयअवधि कुर्नुपर्ने पक्षमा छ । यसविषयमा विपक्षी दलहरुले दुईपटक अनौपचारिक बैठक बस्दा समेत ठोस निर्णयमा पुग्न सकेन । 'यो विधी र कानुनी विषय हो । त्यसकारण हामी पनि सोही अनुसार हिँड्नुपर्ने हुन्छ ।

त्यसकारण संवैधानिक व्यवस्था अनुसार विश्वासको मत लिनका लागि एक महिनाको समय सरकारलाई उपलब्ध गराउनुपर्छ ।', कांग्रेस सचेतक छिरिङ दोर्जे लामा असोज महिनाभित्रमा यो सरकार विस्थापित भइसक्ने दाबी गर्छन् । विपक्षी गठबन्धनबाट को मुख्यमन्त्री बन्ने भन्ने निश्चित नहुँदा पनि यो विवाद अझै लम्बिएको हो ।

शाक्यविरुद्ध अविश्वासको प्रस्ताव दर्ता गराउन पनि विपक्षी गठबन्धनमा मुख्यमन्त्रीको नाम टुंगो लगाउनुपर्ने हुन्छ । 'अविश्वासको प्रस्ताव दर्ता गराउँदा नै व्यक्ति तोकेर मुख्यमन्त्री बनाउन आग्रह गर्नुपर्ने हुन्छ । यस विषयमा सहमति नभएसम्म प्रक्रिया अगाडि बढाउन सकिँदैन ।', सचेतक लामाले भने । विपक्षी गठबन्धनबाट मुख्यमन्त्रीको रुपमा कांग्रेस संसदीय दलका नेता इन्द्रबहादुर बानियाँ र नेकपा (एस) संसदीय दलका नेता राजेन्द्र पाण्डे दौडमा रहेका छन् ।

प्रदेशस्तरमा मुख्यमन्त्री को बन्ने विषयमा सहमति नभएपछि गठबन्धन नेताहरु केन्द्रीय तहबाटै मुख्यमन्त्रीको विषय टुंगोमा पुग्ने भनेर प्रतीक्षा गरिरहेका छन् । 'हामीले मुख्यमन्त्री टुंग्याउन मिल्दैन । यस विषयमा नेताहरुले शीर्ष तहबाटै निर्णयगर्नुपर्ने हुन्छ । कस्को नेतृत्वमा जाँदा अधिकतम् हित हुन्छ । केन्द्रीय तहबाट सोही अनुसार निर्णय हुन्छ ।', माओवादी नेता शालिकराम जम्मकट्टेलले नेतृत्वको विषय टुंगो लागाउने वित्तिकै सरकार परिवर्तन गर्न धेरै समय नलाग्ने बताए । जम्मकट्टेलले सरकारले दल विभाजन सम्बन्धि अध्यादेश फिर्ता लिइसकेको र केन्द्रमा मन्त्रिपरिषद्ले पूर्णता पाउने वित्तिकै प्रदेशको समस्या समाधान हुने दावी गरे ।

नेकपा (एस) का सचेतक बसुन्धरा हुमागर्इ प्रदेशमा आफूहरुको नेतृत्वमा सरकार बन्ने बताउँछिन् । 'सरकारलाई विश्वासको मत लिन समय दिएर हुन्छ वा अविश्वासको प्रस्ताव दर्ता गराएर । जसरी सहज हुन्छ त्यसैगरी हामी अगाडि बढ्छौं ।', उनले गठबन्धनमा रहेको दलहरुको शीर्ष तहको निर्देशन कुरेर बस्दा सरकार विस्तारमा केही समय ढिलाइ भएको बताए ।

सरकारका प्रवक्ता एवम् भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्री केशव- राज पाण्डेले असोज २५ गतेभित्रमा सदन बोलाउने तयारीमा सरकार रहेको बताए । 'हामी सदन बोलाएर विश्वासको मत लिने तयारीमा छौ ।', उनले भने । बागमती प्रदेशमा हाल १०९ सांसद छन् । सभामुख-सहित ५६ सांसद रहेको एमालेको तर्फबाट एकल बहुमतको सरकार बनाएकी मुख्यमन्त्री शाक्यसुग हाल ४३ सांसद मात्र छन् ।

सरकार टिकाउन ५५ सांसद चाहिन्छ रु। साना दलसँगको सहकार्यमा शाक्यको पद जोगिने सम्भावना छैन । प्रदेशसभामा माओवादी केन्द्रको २३, कांग्रेस २२ र नेकपा (एस) १३ गरी र स्वतन्त्र सांसद १ गरी विपक्षी गठबन्धनमा ५९ मत रहेको छ । सदनमा ३ मत रहेको विवेकशील साझा पार्टीले मुख्यमन्त्री शाक्यलाई विश्वासको मत नदिने घोषणा गरिसकेको छ ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिकामा अनियमितता

फिफाद्वारा प्रतिबन्धित गणेश थापालाई २५ लाख

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/अखिल नेपाल फुटबल संघ (एफा)को तत्कालीन अध्यक्षहुँदा आर्थिक अनियमितताको आरोपमा विश्व फुटबल महासंघ (फिफा) ले १० वर्षका लागि प्रतिबन्ध लगाएको गणेश थापालाई हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले २५ लाख दिने सम्झौता गरेको छ ।

उपमहानगरपालिकाले थापाद्वारा संचालित नेपाल स्पोर्टस् अर्गनाइजेसनलाई खेलकुद गतिविधिका लागि भन्दै २५ लाख दिने सम्झौता गरेको हो । २०८२ सालसम्म प्रतिबन्धित भएका थापालाई उपमहानगरले खेलकुद गतिविधि गर्ने भन्दै २५ लाखको सम्झौता गर्नु अनियमितता ठहर हुने भन्दै सरोकारवालाहरुले विरोध जनाउन थालेका छन् ।

थापाले बुधबार आफ्नो फेसबुकमार्फत मकवानपुर जिल्लामा फुटबल एकेडेमी सञ्चालन गर्नको निमित्त हेटौंडा उपमहानगरपालिका र नेपाल स्पोर्टस् अर्गनाइजेसन बीच सम्झौता भएको जानकारी दिएका छन् । उनले हेटौंडा उपमहानगर-पालिकाको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत शिवराज चौलागाईसँग सम्झौतापत्र सहितको फोटो राख्दै उपमहानगरको मेयर हरिबहादुर महतलाई धन्यवाद समेत दिएका छन् । तर, आर्थिक अनियमितताको आरोपमा फिफाबाट प्रतिबन्धित थापासँग स्थानीय सरकारले स्पोर्टस एकेडेमी सञ्चालनको लागि सम्झौता गरेको भन्दै उपमहानगरको भूमिकामाथि प्रश्न उठेको छ ।

फिफाले २०७२ सालमा थापालाई सन् २००९ र २०११ को फिफा चुनाव र एसियाली फुटबल महासंघको चुनावमा भ्रष्टाचार गरेको ठहर गर्दै १० वर्षको लागि निलम्बन गरेको थियो । फिफाको निलम्बन फुकुवा हुनुअघि नै उपमहानगरले थापासँग फुटबल एकेडेमी सञ्चालनको लागि सम्झौता गरेको हो । उपमहानगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत चौलागाईले आफूले यस विषयमा अहिले तत्काल केही भन्न नसक्ने बताए । उनले भने, 'हिजो सम्झौता भएको हो । सम्झौता के कसरी किन यसको बारेमा म धेरै भन्न सक्दिनँ, आज मेयर साब आउनु भएको छैन । उहाँ भोली आएपछि मात्रै यसको विषयमा बोल्छु ।'

चौलागाईले उपमहानगरले फुटबल व्यवसायको विकासको लागि सम्झौता गरेको बताए । यसअघिनै मेयर महतले पत्रकार सम्मेलनमार्फत गणेश थापासँगको साझेदारीमा हेटौंडामा फुटबल एकेडेमी सञ्चालन गर्ने विषयमा जानकारी गराउन लागेका थिए । फुटबलको कुनै पनि गतिविधिमा संलग्न हुन नपाउने गरी फिफाले प्रतिबन्ध लगाएको व्यक्तिसँग स्थानीय सरकारले सम्झौता गर्नु उचित नहुने भन्दै आलोचना हुने देखिएपछि मेयर महतले सम्झौताको कार्यक्रम स्थगित नै स्थगित गरेका थिए । मंगलबार भएको सम्झौताको विषय थापाले फेसबुकमार्फत जानकारी गराए पछि बाहिर आएको हो ।

हार्दिक बधाई तथा शुभकामना

हालै सम्पन्न मकवानपुर जिल्ला तेक्वान्दो कार्य समितिको छैठौं अधिवेशनबाट अध्यक्ष पदमा निर्वाचित हुनुभएकोमा
श्री लालकाजीरत्न बज्राचार्य (6th DAN) लगायत
नवनिर्वाचित सम्पूर्ण पदाधिकारीहरुको कार्यकाल पूर्ण सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

दिपेन्द्र चन्द ठकुरी (3rd DAN)
अध्यक्षः मकवानपुर भेट्रान्स तेक्वान्दो
सल्लाहकारः मकवानपुर तेक्वान्दो संघ
एवम् कपुर कम्प्लेक्स परिवार

खोलाले बगाएर एक बालिकाको मृत्यु

हेटौंडा/मकवानपुरको राक्सिराङमा विद्यालयबाट घर गइरहेका विद्यार्थीलाई खोलाले बगाउँदा एकजनाको ज्यान गएको छ भने दुईजना पौडिएर बाँच्न सफल भएका छन् ।

खोलाले बगाउँदा स्थानीय देवीटार माध्यमिक विद्यालयमा कक्षा ५ मा अध्ययनरत बालिका मनिताभाया थिङको मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक जयश्वर रिमालले जानकारी दिए । मंगलबार दिउँसो १:३० बजे विद्यालयबाट खाजा खानका लागि घर जानेक्रममा तीन बालिकालाई खोलले बगाएको र दुईजना पौडिएर निस्कन सफल भएको तर एकजना बेपत्ता भएको खबर प्राप्त हुनासाथ स्थानीयवासी र प्रहरीले खोजी गरेका थिए ।

मंगलबार साँझ बालिकाको शव फेला परेको प्रनानि रिमालले बताए । मृत्यु हुने बालिका राक्सिराङ-८ का कृष्णबहादुर थिङकी १२ वर्षीया छोरी भएको प्रहरीले जनाएको छ । प्रहरीका अनुसार मृतक बालिकाको शव डेढ किलोमिटर तल भेटिएको थियो ।

HETAUDA CITY HOSPITAL PVT.LTD.
Hetauda-1, Sub-metropolitan
Phone: 057-520315

VACANCY ANNOUNCEMENT

Our Organization is seeking Applications from Qualified, Energetic and Experienced Candidates for the Following Designations.

S.No.	Designation	No.	Salary (Rs)	Min. Qualifications
1	Medical Officer	1	Min Rs. 35000	MBBS
2	Nursing Officer	1	18000-25000	BN/BSc Nursing
3	Staff Nurse	Few	14000-18000	PCL Qualifications
4	CMA/ANM	Few	Upto 14000	TSLC
5	Administration	1	18000-250000	BBS Completed
6	Receiptionist	Few	Negotiable	Literate

Experience, Performance, Dedication and Professionalism will be taken into consideration Interested individuals are to submit their update curriculum vitae within 10 days of the first publication of this notice.

दर्ता नं. : २५२८१३/०७७/०७८

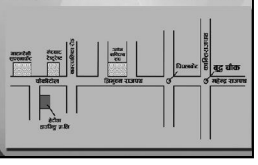
HETAUDA HOUSING
हेटौंडा हाउजिङ्ग प्रा.लि.
HETAUDA HOUSING PVT. LTD.
NOW OPEN

तपाई हाम्रो यस सुन्दर नगरी हेटौंडा उपनगरपालिका बासिन्दहरुको लागि खुशीको खबर लिएर आएको छ। नेपाल सरकारबाट स्वीकृत प्राप्त हेटौंडा हाउजिङ्ग कम्पनी।

विशेषताहरु :
१) घर नै बसि बसि टेलिफोनको भरमा हजुरहरुले चाहेको स्थानमा कोठा उपलब्ध गराउने छ। हेटौंडा उपमहानगरपलिका मित्र।
२) बिना झन्झट कोठा घर फ्ल्याट भाडामा लिन र दिन सक्नुहुनेछ। बस कम्पनी मार्फत।
३) घर कोठा फ्ल्याटमा जाउन सक्ने पानी बत्तिका साना तिना समस्याबाट छुटकारा पाउनु हुनेछ।
४) भाडामा बस्दा पनि जाएनौं घरमा बसेको जस्तोभुति हुनेछ।
५) पारिवारिक वातावरणमा रमाउन सक्नु हुनेछ।
६) स्कूल कलेजका विद्यार्थीहरुको लागि विशेष सहुलियतमा कोठा भाडामा उपलब्ध छ।
७) संघ संस्था अफिस, पसल, ब्वाटर जादिको लागि पनि घर, कोठा, फ्ल्याट, उपलब्ध गराउने छौं।
८) घर धनिसँग सिधा सम्पर्क गर्नुहुने।
९) घर जग्गा सरिद बिक्रीको लागि पनि सम्पर्क गर्न सक्नुहुनछ। धन्यवाद।

हाम्रो विशेषताहरु मन पर्छ भने, कृपया हामीलाई सम्झनुहोस् हामी तपाईहरुको सेवामा सदैव तत्पर छौं।

हेटौंडा-१, चौकीटोल, मकवानपुर
फोन नं./फ्याक्स : ०५७-५२३३१४
मो.: ९८२४२७१५४४
Viber/Whatassp: +9779824271544
Email: hetaudahousing1@gmail.com



पो. महेन्द्र मान श्रेष्ठ ९८४४०३१७०६ | शरिदी श्रेष्ठ ९८४५०७०००४ | मनिष मान श्रेष्ठ ९८४५०३०४०० |

अनुश्री गुदपाक एण्ड प्रोभिजनल स्टोर्स
हेटौंडा-४, पारीजातपथ
यहाँ गुदपाक (सुत्केरी मसला) पाईन्छ ।

अब गुदपाक खान काठमाण्डौको काशेली कुनै पर्दैन!!
शुद्ध ध्य र खुवामा बनेको गुदपाक अब हेटौंडामै पाइन्छ।
उत्पादकः अनुश्री फुड एण्ड बेभरेज हेटौंडा ८ मकवानपुर

Times AutoHub Hetauda
Contact:057-590610, 9855067840

साझाकुरा

हाम्रो कुरा

जुवा सदाका लागि बन्द गरौं

जुवाको लतले धेरैलाई सताएको छ । कति त जुवा नै खेलेर दसैं मनाउने गर्दछन् । कतै सानो रकमको हारजित होला, कतै ठूलो । कतै कसैले खेलाएर ऋणसमेत दिँदै खेल्नेलाई डुबाइरहेका होलान् । कतै आफैं आफैं खेलेर हारिरहेका र घरपरिवार बिगारिरहेका पनि होलान् । जसरी रक्सीले कैयन् परिवारको कन्तबिजोग बनाइरहेको छ, परिवार भाँडिरहेको छ, केटाकेटीको भविष्य बर्बाद पारिरहेको छ, त्यसरी नै जुवाले पनि कैयन् परिवारलाई बिचल्लीमा पारिरहेको छ । दसैँमा गाउँ-गाउँमा पुरुषहरू तासको खालमा जम्छन् । घरधन्दा, गोठधन्दा र घाँसपात सबै महिलाको जिम्मा लगाउँछन् । यसले महिलालाई चाड आउनु एउटा श्राप जस्तो गरी बोझिलो बन्छ । आमाहरूले यसमा केही सन्तुष्टि खोज्लान्, तर तिनका सोभिएका ढाडले पछिसम्म तिनैलाई हैरान पार्छन् ।

अहिले जुन जुवा संस्कृति विस्तार भइरहेको छ त्यसमा दसैँका समयमा घरघरका पुरुष जम्मा भएर खेल्ने जुवाको खास प्रभाव हुन्छ । कतिपय परिवारमा सबै सदस्य बसेर दक्षिणामा आएको पैसा प्रयोग गर्दै तास खेल्ने चलन छ । यसले ससाना केटाकेटीले पनि वेला नपुग्दै जुवाको जितहारको रस लिन्छन् । जित्नेले देखाउने तुजुक र फुर्तीले निर्माण गर्ने मनोविज्ञानले पछिसम्म किशोरकिशोरीलाई प्रभाव पारिरहन्छ । जुवाको संस्कृति नियन्त्रण गर्ने हो भने यस्तो अभियान परिवारबाटै यस्तै दसैँ र तिहारमा थालनी गर्नु जरुरी छ । या त परिवारका अगुवाले जुवा र तासको रमाइलोबीच केटाकेटीलाई पहिल्यै प्रस्ट पार्ने, कसैले पनि परिवारबाहिर जम्मा भएर ठूलो पैसामा तासजुवा नखेल्ने गरेर मात्र यसलाई संस्कृतिको रूप दिनबाट रोक्न सकिन्छ । दसैँमा जुवातास खेल्नुभन्दा देशभित्रका पर्यटकीय स्थलमा घुमघाम गरेर बिताउनेतिर ध्यान दिने हो भने देशको अर्थतन्त्र र परिवारको स्वास्थ्यमा समेत सकारात्मक प्रभाव पर्ने थियो । नेपालमा चाडपर्वका समयमा घर आउने कतिपय लाहुरे र सबैभन्दा बढीचाहिँ कर्मचारी र शिक्षक तासको खालमा जम्ने गर्छन् । कर्मचारीमा त न्यायाधीश र न्यायपालिकाका कर्मचारी र वकिल, डाक्टरसमेत जुवा र तासमा सामेल हुन्छन् । यसले त्यस्तो तास खेल्नु ठूलो मान्छे हुनु हो भन्ने बालबालिकाको मनमा पर्छ ।

यसैगरी जसले पैसा कमाउँछ उसले तास खेल्छ भन्ने सन्देश प्रसारित हुन्छ । यसले परिवारमा कतै(कतै झगडा पनि होला, तर परिवारको कमाउने मान्छेले खेलेपछि नकमाउनेले त्यसको प्रतिवाद गर्न सक्दैनन् । दसैँमा जुवा, तास खेल्नुभन्दा देशभित्रका पर्यटकीय स्थलमा घुमघाम गरेर बिताउनेतिर परिवारका मूली र सदस्यले जोड दिने हो भने देशको अर्थतन्त्र र परिवारको स्वास्थ्यमा समेत सकारात्मक प्रभाव पर्ने थियो ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

मकवानपुर प्रहरी

प्रहरी कन्ट्रोल:	१००
जिल्ला ट्राफिक:	५२०५९९
वडा प्रहरी:	५२०२९९
पशुपतिनगर इलाका:	५२०५९८
पालुङ इलाका:	६२०४६७
मनहरी इलाका:	९८५५०९०१६१
इलाका फापरबारी:	६२१९८०
इलाका भीमफेदी:	६९१४६२
इलाका ठिंगन:	९८४५२९९३८१
चौकीटोल चौकी	९७४२५५९५०१
चिलाङ चौकी:	६९२०००
चौघडा चौकी	९८४४०५४६०४
नेवारपानी चौकी:	९७५५०००२९९
फाखेल चौकी:	९८४५०३१३९८
पदमपोखरी चौकी:	९८४५०९९७८९

एम्बुलेन्स सेवा

नेपाल रेडक्रस:	५२०७१, ९८५५०२८९५२
हेटौंडा अस्पताल:	५२०३०५
परिवार नियोजन संघ:	५२०७४५,९८४५१०४५००
मनहरी रेडक्रस:	९८४५१०५८२१
छतिवन रेडक्रस:	९८६१९२२३११
भीमफेदी रेडक्रस:	६२०६९९
पालुङ रेडक्रस:	९८१४२०७४०१
बजबाराही रेडक्रस:	९८४५३०२९८४
सहकारी अस्पताल:	०५७-५२६५८७, ९८४५२९६४४५
बसामाडी एम्बुलेन्स:	९८४५२९७५७९
बारुण यन्त्र:	१०१
बाल हेल्पलाइन नेपाल:	१०९८
माइती नेपाल:	५२१०५०
अपाङ्ग बाल अस्पताल	९८४५२९६४४५

सार्वजनिक हितको लागि
साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिक

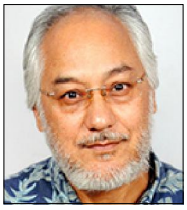
भोलिको पात्रो

भोलि वि.सं. २०७८ असोज १५ गते शुक्रबार १ अक्टोबर २०२१ । असोज कृष्ण दशमी । अंलागा दशमी ११४१ । सूर्योदय ५:५६ र सूर्यास्त ५:५० मा हुनेछ । अन्तर्राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक दिवस/विश्व मुस्कान दिवस/दशमी श्राद्ध ।

आजको राशिफल

मेष	: शत्रुबाट मुक्त	तुला	: प्रेममा सफलता
वृष	: मिष्ठान्न भोजन	वृश्चिक	: आफन्तजन भेट
मिथुन	: आलश्यता	धनु	: भित्रजन भेट
कर्कट	: सुख प्राप्ति	मकर	: धन प्राप्ति
सिंह	: यात्राको योग	कुम्भ	: धन नष्ट
कन्या	: अध्ययनमा बाधा	मीन	: शुभ कार्यको थालनी

कोप-२६ को पूर्वसन्ध्यामा विश्वको परीक्षा



डा. प्रभु बुढाथोकी

अबको ५ वर्षभित्रै विश्व तापमान औद्योगिककरण सुरुवातको समय समयको तुलनामा १.५ डिग्री सेल्सियस बढी हुने र यही गतिमा कार्बन उत्सर्जन हुँदै गएमा सन् २१०० को अन्त्यसम्म ३ डिग्री सेल्सियस भन्दा बढी बढ्ने अनुमान गरिएको छ।

आजको विश्व जलवायु परिवर्तनबाट सृजित समस्याहरूबाट आक्रान्त हुँदै गईरहेको छ । अबको ५ वर्षभित्रै विश्व तापमान औद्योगिकरण सुरुवातको समय समयको तुलनामा १.५ डिग्री सेल्सियस बढी हुने र यही गतिमा कार्बन उत्सर्जन हुदै गएमा सन् २१०० को अन्त्यसम्म ३ डिग्री सेल्सियस भन्दा बढी बढ्ने अनुमान गरिएको छ ।

यसबाट विश्वभर मौसममा उल्लेख्य परिवर्तन भई अतिवृष्टी, अनावृष्टी या खँडेरी, हिउँ पग्लने, समुन्द्रको जल सतह बढ्ने, बाढी पहिरो, तातो हावा, आगलागी तथा डढेलोको समस्या आदि बाट बिभिन्न मानवीय विपत्ति सृजना हुने छन् । चरम र अप्त्याशित मौसमी गतिविधीहरूले गर्दा शहर र मानवबस्तीहरू, भौतिक संरचनाहरू, कृषि र औद्योगिक क्षेत्रहरूमा ठूलो क्षती हुने आँकलन छ । यस शताब्दीको अन्त्यसम्ममा या अबको आठ दशक भित्रमा हाम्रा हिमाली क्षेत्रको एक तिहाई भन्दा बढी हिउँ विलिन हुनेछ ।

संयुक्त राष्ट्र संघले हालै प्रकाशित गरेको एक प्रतिवेदनले बढ्दो विश्व तापक्रम 'मानवताको निमित्त लाल संकेत' (कोड रेड फर ह्युमानिटी) भनि उल्लेख गरेको छ । हाल चलिरहेको संयुक्त राष्ट्र संघको महासभामा पनि डबल प्यान्ड्याभिक (महामारी)- स्वास्थ्य प्यान्ड्याभिक र संघारमा आईपुगेको जलवायु प्यान्ड्याभिकको बारेमा बिशेष चर्चा भईरहेको छ । विश्वका कतिपय वैज्ञानिकहरू र ग्रेटा थनब्रग जस्ता युवा जलवायु अभियन्ताहरू त विश्वमा 'जलवायु आपतकाल'को घोषणा गर्नु पर्नेमा पैरवी गरिरहेका छन् । त्यस्तै 'जलवायु हडताल' मा लागेका युवाहरूले आश्वासन र प्रतिवद्धता होइन, अब साँचो कार्यक्रम चाहिन्छ भनि विश्वका बिभिन्न शहरहरूमा प्रदर्शन पनि गरिरहेका छन् ।

वास्तवमा पृथ्वीको वायू मण्डलमा कार्बनडाईअक्साईडको मात्रा बढ्दै गएको छ, जसले गर्दा पृथ्वीको सतहमा तापक्रम बढाउँदै लगेको र समुद्रिक जल सतह बढ्न गई समस्या आउने बारेमा वैज्ञानिकहरूले १९औं शताब्दीको मध्यदेखिनै बताउँदै आएका थिए । यदि पृथ्वीको तापक्रम ४ डिग्री सेल्सियस बढ्यो भने त ध्रुवीय क्षेत्र, उष्ण प्रादेशिक जंगल या मरभूमिमा परिणत हुन्छ भन्ने पनि सुझाएका थिए । हेर्नुस वाल्डेमर केम्फ्फर्ट, द न्यूयोर्क टाईम्स् बुक अफ साईन्स, २०१५) । तर भौतिक र आर्थिक विकासको अन्धाधुन्द दौडमा लागेको विश्वका सरकारहरू, आर्थिक योजनाकारहरू र निजी व्यवसायीहरूले दशकौंसम्म वैज्ञानिकहरूले पेस गरेका जलवायु सम्बन्धी तथ्यहरूलाई बेवास्ता मात्र होईन इन्कार पनि गरिरहे । दु:खसाथ भन्नुपर्दछ, अल्पकालीन आर्थिक स्वार्थको कालो बादलले दीर्घकालिन मानवीय हितलाई छोप्न सफल भयो । जसको परिणाम हो- आजको यो 'टीपि' पोइन्ट! को परिस्थिती । जलवायु संकटको तीन तीतो सत्य बुझ्नु आवश्यक छ । पहिलो, यो संकट मानव सृजित हो, किनकी मानव क्रियाकलापबाट उत्सर्जन भएको कार्बनडाईअक्साईड लगायतका हरितगृह ग्यासका कारणबाट यो समस्या सृजना भएको हो । दोस्रो, यो संकट औद्योगिक देशहरू जस्तै अमेरिका, बेलायत तथा युरोपेली मुलुकहरू र हाल तीव्र औद्योगिकरणको बाटोमा लागेका भारत, चीन जस्ता देशहरूका कारणबाट सृजना भएको हो । तेस्रो, नगन्य कार्बन उत्सर्जन गर्ने गरीब मुलुकहरू र आर्थिक रूपमा विपन्न मानिसहरू यस समस्या बाट सबै भन्दा बढी प्रभावित हुने छन् ।

त्यसैले विश्व वाष्पिकरण बाट सृजित जलवायु संकट असामान्य मात्रै होईन असमान र अन्यायपूर्ण पनि हुने छन् । छोटो शब्दमा भन्ने हो भने यो जलवायु संकट धनी मानिसहरू र धनी देशहरूबाट निर्दोष गरीब मानिसहरू र गरीब देशहरू माथि लादिएको संकट हो । किनकि २०१९ मा चरम मौसमी प्रकोपबाट सबैभन्दा बढी प्रभावित १० देशहरू मध्ये आधा अती कम विकसित देशहरू थिए । आर्थिक रुपमा कमजोर देशहरूमा जलवायु परिवर्तनले पार्न सक्ने प्रभावको एउटा ज्वलन्त उदाहरण हो-हालैको मनसुनमा हाम्रो देशको मेलम्ची, मनाङ, पर्वत लगायत स्थानहरूमा एएका बाढी पहिरोबाट भएका अरबौंको जनधनको क्षति । तर मननीय कुरा के छ भने जलवायु कोषको ८ प्रतिशत मात्र सहयोग निम्न आय भएका देशहरूमा जान्छ । त्यसैले होला इक्वाडोरका एक आदिवासी नेता तथा टाइम पत्रिकामा प्रकाशित सन् २०२० को विश्वका १०० सबैभन्दा प्रभावशाली व्यक्तिहरू मध्ये एक निमोन्टे निनक्युईमोले त 'पश्चिमी विश्व सबभन्दा पृथ्वीमा जीवनलाई मारिरहेको छ' र 'पृथ्वीले तपाईंबाट उसलाई बचाउने आशा गर्दैन, उनी तपाइले उसको सम्मान गर्ने अपेक्षा गर्दछिन् भनि दोषारोपण गरेकी छिन् ।

विश्वका १० देशले दुई तिहाई भन्दा बढि (६९% जति) हरित गृह ग्यासको उत्सर्जन गर्ने गर्दछन् । विश्वको एक चौथाई भन्दा बढी (२८%) त चीनले मात्र उत्सर्जन गर्दछ भने भारतले ७% जति गर्दछ । त्यस्तै एक अध्ययन अनुसार यी देशका ९० ठूला कम्पनीहरू नै विश्वको झण्डै दुई तिहाई हरितगृह ग्यास उत्सर्जन गर्न जिम्मेवार छन् । विश्व जलवायु परिवर्तनसँग सफलतापूर्वक लड्न शीर्ष १० उत्सर्जनकर्ता देशहरू त्यसमा पनि बिशेष गरेर चीन, अमेरिका, युरोपेली युनियन, भारत, रुसजस्ता देशहरूको ठोस पहलविना सम्भव छैन । त्यसैले यही अक्टोबरमा स्कटल्याण्डमा हुन गईरहेको जलवायु परिवर्तनसम्बन्धी विश्व सम्मेलनमा (कोप-२६मा) छलफल र वाचा मात्र नगरेर मानव जातिको दीर्घकालिन रक्षाको लागि एउटामात्र जीवित ग्रह पृथ्वीको संरक्षण र संवर्धन हेतु एक ठोस निर्णय होस् भनि सबै मुलुकहरू सजग र सकृय हुनु जरुरी छ । तर कोपमा उच्च कार्बन उत्सर्जन गर्ने देशहरूबीच कस्तो तनावपूर्ण वार्ता हुन्छ भन्ने कुराको केही झलक अमेरिकी राष्ट्रपति बाराक ओबामाको पुस्तक 'अ प्रमिस्ड ल्याण्ड' मा पाउन सकिन्छ र कोप-२६ पनि पहिलेका कोपहरू जस्तै खोक्रा प्रतिबध्दतामा सीमित हुनसक्छ ।

नेपालले विश्व कार्बन उत्सर्जनको ०.०४% मात्र योगदान गर्दछ । तर हामी पहिलो र तेस्रो बढी कार्बन उत्सर्जन गर्ने चीन र भारतको बीचमा अवस्थित छौं । हामीले आफ्नो र विश्वकै हितको लागि यी दुई छिमेकीहरूलाई आर्थिक विकास तिर मात्र ध्यान दिने गर्दा मानव सभ्यताको नै विनाश हुन सक्नेतर्फ सचेत भई हरित गृह ग्यासको उत्सर्जन घटाउन उनीहरूलाई निरन्तर पेरित गराई रहनु पर्दछ ।

गंगा तथा हिमालबाट उत्पत्ति भएका अन्य नदीहरू सफा राख्न तल्लो तटीय क्षेत्रमा पदुषणको रोकथामले मात्र पुग्दैन पहाडका वनजंगल बचाउन र बढ्दो तापक्रमका कारण हिमालको हिउँ पग्लनबाट जोगाउनु पनि पर्दछ भन्नेमा सचेत गराई रहनु पर्दछ । त्यसैले हाम्रो देशको दीर्घकालिन हितको लागि 'जलवायु कूटनीति' आजको अर्झ आवश्यकता भएको छ । हाम्रा लागि विशेष गरेर क्षेत्रीय स्तरमा 'जलवायु कूटनीति' अझ बढि पेचिलो र महत्वपूर्ण हुने देखिन्छ । तर यसतर्फ हाम्रो खास ध्यान अझै जान सकेको छैन ।

हाम्रै नजिकका छिमेकी देशहरू भुटान र बंगलादेश 'जलवायु कूटनीति' मा धेरै अगाडि छन् र प्रशस्त सहयोग प्राप्त गर्न सफल पनि भएका छन् । तर हामीले भने संयुक्त राष्ट्र संघलाई प्रतिवेदन बुझाउने र जलवायु सम्मेलनहरूमा भाग लिनु लाई नै उपलब्धि हो भन्ने सोच पाल्दै आएका छौं । हामीले भगिदरहरूको सम्मेलन (कन्ट्रेस अफ पार्टिज- कोप) जस्ता विश्व मञ्चको कुनामा बसेर 'पीडित मनोभाव' राखेर गुनासो मात्र पोख्ने भन्दा जलवायु वार्ता र सम्मेलनहरूमा उच्च तयारी र मनोवलका साथ सक्रिय सहभागी हुन पर्दछ । अल्पविकसित, पहाडी र भुपरिवेष्ठित देशहरूको तर्फबाट सामूहिक सौदाबाजीका लागि नेतृत्वदायी भूमिका खेल्न कोसिस गर्नु पर्दछ । वार्षिक रूपमा हरित कार्बन कोष (ग्रीन कार्बन फण्ड) मा प्राप्त हुने सालाखाला १०० अर्ब अमेरिकी डलर सहयोगको उचित हिस्सा प्राप्त गर्न संगठित र सक्रिय प्रयास गर्नुपर्दछ । त्यसका लागि हामीले देशमा जलवायु शिक्षा र जागरण, जलवायुसम्बन्धी अध्ययन र अनुसन्धान, जलवायु मैत्री तथा अनुकुलन नीति नियमहरूको निर्माण, सम्बद्ध पक्षहरूको क्षमता अभिवृद्धी, जलवायु कूटनीति र सहयोग परिचालन लगायतमा विशेष ध्यान दिनु जरुरी छ ।

अर्को शब्दमा भन्ने हो भने जलवायु परिवर्तनको समस्यालाई प्रभावकारी तरिकाले सम्बोधन गर्न हामीले आफ्नो राष्ट्रिय क्षमतामा व्यापक अभिवृद्धि गर्नु अति जरुरी भइसकेको छ । हुन त यी कुराहरू यो या त्यो तरिकाले नेपाल सरकारले हालै संयुक्त राष्ट्र संघलाई बुझाएको राष्ट्रियस्तरमा निर्धारित प्रतिबद्धता (एनडीसी) प्रतिवेदनमा पनि देखिन्छ । तर साधरणतया प्रतिवेदन बुझाउनका लागि र लक्ष देखाउन लागि मात्र हो भन्ने हाम्रो राष्ट्रिय पहिचान जस्तै भइसकेको छ ।

जलवायु परिवर्तनबाट सृजित समस्याको उच्च जोखिमा रहेको हाम्रो जस्तो देशमा यो समस्यालाई सम्बोधन गर्न हालसम्म उपयुक्त र प्रभावकारी संस्थागत संरचनाको निर्माण नहुनु आफैमा विरोधाभास पूर्ण देखिन्छ । नेपालले संयुक्त राष्ट्र संघलाई बुझाएको राष्ट्रियस्तरमा निर्धारित प्रतिबद्धता तथा अन्य रिपोर्टहरू र देशको वार्षिक बजेट तथा कार्यक्रमहरू तुलना गरे यो कुरा प्रष्ट नै हुन्छ । यसको मुख्य कारण हामीमा समस्या र सम्भावनालाई आत्मसाथ गर्दै अगाडि बढ्ने भन्दा पनि सनानिना सोच धेरै हावी छ भन्नु अनुपयुक्त नहोला ।

जलवायु समस्याको गुरुत्व मनन गरेर हाम्रा संबध्द अधिकारीहरूले यस्तो सोच त्यागेर जिम्बेवारी बोध गर्नु अत्यावश्यक छ । देशको हितका साथै विश्व जलवायु संकटको लडाइँमा योगदान पुऱ्याउने हो भने हामीले देशमा विद्युत् उर्जाको व्यापक खपत र जलवायु समानुकुलित (क्लाइमेट रेजिलियन्ट) भौतिक विकासलाई विशेष जोड दिनु अति आवश्यक हुन्छ ।

देशको वातावरण स्वच्छ राख्न र आर्थिक अवस्था स्वस्थ राख्न हामीले भारतबाट आयात गर्ने डिजेल, पेट्रोल, खाना पकाउने ग्यास आदि 'फोहोर उर्जा' लाई स्वदेशमा उत्पादन हुने बिजुलीले जस्ता 'स्वच्छ उर्जा' ले जति सक्यो छिटो प्रतिस्थापन गर्नुपर्दछ । यसैबाट मात्र हाम्रोजस्तो भौगोलिक र आर्थिक सामजिक परिस्थिती भएको मुलुकमा आर्थिक प्रगति र दीगो विकास सुनिश्चित गर्न सकिन्छ ।

अरुन्धती रोयले केही समय अगाडि एक लेखमा 'हामी कुराकानीमा व्यस्त रहँदा पृथ्वी मर्दै छ' भने जस्तै हाम्रा 'ग्रिन गफ' र जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी प्रतिवेदनहरूको थुप्रोमा थिचिएर नेपालीको दीगो र दरिलो विकासको चहाना नमोरोस् । कोप-२६ को पूर्व सन्ध्यामा सबैले जलवायु परिवर्तनबाट सृजित बढ्दो समस्यालाई समूहिक र गहन दायित्व हो भन्ने महशुस गरौं । *- साभार: इकागज*

के हो प्रकाशमानको चुनाव जित्ने जग ?

बिन्दुकान्त घिमिरे

१४ औं महाधिवेशनको मिति नजिकिँदै गर्दा नेपाली कांग्रेसभित्र सभापति पदका आकांक्षीहरूको रस्साकस्सीले राजनीतिक माहौल ताल्न थालेको छ । अष्टा दर्जनभन्दा बढी नेताले सभापति पदमा उम्मेदवार बन्ने घोषणा गरेका छन् । तर, यसपटक अनौठो के देखिएको छ भने, 'सबै मपाई भन्नेहरू मात्रै छन्, तपाई भन्नेहरू कोही पनि देखिएका छैनन् ।' यही मेसोमा नेता प्रकाशमान सिंहले शनिबार एक सार्वजनिक कार्यक्रममा बोल्दै पार्टी सभापतिमा उम्मेदवारी दिने घोषणा गरे ।

नेता सिंहले कुन जगका आधारमा पार्टी सभापतिको उम्मेदवारी घोषणा गरे ? नेता सिंहले बार्गेनिङका लागि मात्रै उम्मेदवारी घोषणा गर्नुभएको हो कि ? साँच्चै नै मैदानमा उक्नुहुन्छ ? संस्थापन इतर पक्षबाट एक्लो उम्मेदवार बन्ने संभावना नेता सिंहको छ कि छैन ? नेता सिंहका सवल पक्षहरू के छन् ? दुर्वल पक्षहरू के के छन् ? भन्ने चर्चा परिचर्चाले नेपाली कांग्रेस भित्रको माहौल तातिरहेको छ ।

गत शनिबार काडमाडौं महानगर पालिका-१७ का नवनिर्वाचित कार्यसमिति तथा क्षेत्रीय प्रतिनिधिलाई प्रमाणपत्र वितरण कार्यक्रममा बोल्दै नेता सिंहले सभापति देउवामाथि ठूलो कटाक्ष गरे । सभापति देउवा नेपाली कांग्रेसको नेतृत्वका मामिलामा पूरै असफल भइसकेको दावी गर्दै नेता सिंहले फेरी पनि देउवा सभापति बने नेपाली कांग्रेस प्रजापरिषद् बन्ने उद्घोष गरे । नेपाली कांग्रेसलाई जीवन्तता दिन आफूले घनिभूत रूपमा प्रयास गरे पनि सफल हुन नसकेको उल्लेख गर्दै नेता सिंहले भने, 'पार्टीलाई सवल बनाउनका लागि सभापति नै बन्नुपर्ने रहेछ, अन्य पदमा बसेर सकिँदो रहेनछ, त्यसैले मैले आसन्न १४ औं महाधिवेशनमा सभापति पदमा उम्मेदवार हुने निर्णय गरेको छु ।' ०४५ देखि ०५७ सम्म काठमाडौं जिल्लाको सभापति, ०५७ देखि ०६२ सम्म केन्द्रीय सदस्य, ०६२ देखि ०६३ सम्म महामन्त्री, ०६३ देखि ०६७ सम्म उपसभापति भएका सिंह ०६७ सालमा सम्पन्न १२ औं महाधिवेशनबाट पुन: महामन्त्री भएका थिए । यतिबेला सिंहको निष्कर्ष छ, 'सेकेन्ड म्यान बनेर केही गर्न नसकिने रहेछ, फस्ट म्यान नै बन्नुपर्ने रहेछ ।' नेता सिंहले कुन जगमा टेकेर सभापति पदको उम्मेदवारी घोषणा गरेका हून् ? भन्ने प्रश्न भने अझै अनुत्तरित छ । नेपाली कांग्रेसमा स्पष्ट रूपमा दुई वटा पक्ष छन् । जसमध्ये हालको संस्थापन पक्षको नेतृत्व सभापति शेरबहादुर देउवाले गरेका छन् ।

इतरपक्षको नेतृत्व वरिष्ठ नेता रामचन्द्र पौडेलले गरेका छन् । नेता सिंह इतर पक्षमा हून्, तर इतर पक्षले सभापतिका रूपमा कसलाई अघि सार्ने ? भन्ने टुंगो गरिसकेको छैन । वरिष्ठ नेता पौडेल स्वयं आफै उम्मेदवार बन्न घनिभूत प्रयासमा छन् । इतर पक्षकै अर्का नेता डा. शेखर कोइराला सभापतिको उम्मेदवारी घोषणा गरी पृचारप्रसारमा जुटेको दुई वर्ष भइसकेको छ । महामन्त्री डा.शशांक कोइरालाले पनि आफू सभापति पदमा उम्मेदवार हुने बताइरहेका छन् । जबसम्म इतर पक्षले एक ढिक्का भएर सभापति पदमा एक जना मात्रै उम्मेदवार अघि सार्दैन तबसम्म चुनाव जित्ने गुन्जायस रहँदैन । तर, सिंहलाई कोइराला परिवारले साथ दिने संभावना अहिलेसम्म देखिएको छैन । चुनाव हार्ने अवस्थामा समेत उम्मेदवार हुन डा.शेखर कोइराला तयार भइसकेको अवस्था छ । वरिष्ठ नेता पौडेल भने कमजोर अवस्थामा उम्मेदवार नबन्ने आँकलन गरिएको छ । आफू उम्मेदवार नबनेको अवस्थामा वरिष्ठ नेता पौडेलले इतर पक्षका अर्का आकांक्षी शेखर कोइरालालाई साथ दिने संभावना छैन ।

गत १३ औं महाधिवेशन र त्यस यताका भ्रात् संस्थाको अधिवेशनमा डा. शेखर कोइरालाको सहयोग नपाएको चोट वरिष्ठ नेता पौडेललाई छ । वरिष्ठ नेता पौडेलको साथ पाएको अवस्थामा भने प्रकाशमान सिंहको उम्मेदवारी देउवा र विमलेन्द्र निधिका लागि निकै चुनौतीपूर्ण हुने देखिन्छ ।

अहिलेसम्मको इतिहास हेर्दा नेपाली कांग्रेसको सभापति पदको गरिमा प्रधानमन्त्री पदभन्दा निकै माथि छ । नेपाली कांग्रेसका कुनै पनि सभापति छैनन्, जो प्रधानमन्त्री नबनेका होउन् । प्रधानमन्त्री बन्न भन्दा पार्टी सभापति बन्ने नेपाली कांग्रेस नेताहरूले प्राथमिकता दिने गरेका छन् । धेरै नै गरिमामय र शक्तिशाली पद भएकोले नेपाली कांग्रेसको सभापति बन्नका लागि निकै ठूलो राजनीतिक दाउपेच हुने गरेको छ । अहिलेसम्मको इतिहास हेर्दा महाधिवेशन प्रतिनिधिहरूले पनि निकै ठूलो सुझबुझका साथ नेतृत्व चयन गर्ने गरेका छन् । नेपाली कांग्रेसमा आद्याभन्दा बढी यस्ता महाधिवेशन प्रतिनिधिहरू निर्वाचित भएर आउँछन्, जसको राजनीतिक योगदान, हैसियत तथा संघर्ष सभापति पदमा उम्मेदवार बन्नेहरू भन्दा कम हुँदैन ।

प्रकाशमान सिंहको सक्रीय राजनीति ०४५ साल देखिको हो । सिंहभन्दा पुराना र बढी योगदान दिएका राजनीतिकर्मीहरूको संख्या नेपाली कांग्रेसमा हजारौं छ । आफू फस्ट म्यान बन्न नसकेकोले पार्टीमा चाहे जति परिवर्तन ल्याउन नसकेको सिंहको दावीलाई महाधिवेशन प्रतिनिधिहरूले विश्लेषण गर्न नसक्ने प्रश्नै छैन । सिंह ०४५ देखि ०५७ सम्म काठमाडौं जिल्ला सभापति थिए । जुन अवधिलाई काठमाडौं कांग्रेसको सबैभन्दा अँधेरो कालखण्डका रूपमा लिने गरिन्छ । त्यो अवधिमा नेपाली कांग्रेसले काठमाडौं जिल्लामा चुनाव जित्ने कुनै हैसियत नै राखेन । जब सिंहको सट्टा अरू नेताहरूले जिल्लाको नेतृत्व संहाले त्यसपछि भने काठमाडौं जिल्लामा कांग्रेस एकाएक बलियो बन्न थाल्यो । सिंह काठमाडौंको जुन निर्वाचन क्षेत्रबाट चुनाव लड्ने गरेका छन् त्यो उनी आफैं मतदाता रहेको निर्वाचन क्षेत्र होइन ।

सिंहको घर रहेको तथा उनी मतदाता रहेको काठमाडौं क्षेत्र नं ७ हो । जहाँ नेपाली कांग्रेसले सधैं भारी मतका साथ चुनाव हार्दै आएको छ । कुनै कुनै निर्वाचनमा त नेपाली कांग्रेस तेस्रो हुने गरेको छ । आफ्नो घर तथा मतदाता रहेको निर्वाचन क्षेत्र यति कमजोर भएका कांग्रेसका नेताहरू अरू छैनन् । सिधा अर्थमा भन्नुपर्दा देशका १ सय ६५ निर्वाचन क्षेत्रमध्ये नेपाली कांग्रेस सबैभन्दा कमजोर रहेको निर्वाचन क्षेत्र भनेको काठमाडौं-७ नै हो । जहाँ प्रकाशमान सिंहको घर छ, उनी र उनका परिवार मतदाता छन् ।

यसैगरी स्थानीय तह संरचना तथा वडाहरूको सिमांकनका क्रममा सबैभन्दा ज्यादती भएको र अत्यन्त निकृष्ठ तथा अवैज्ञानिक विधि अवलम्बन गरिएको काठमाडौं महानगरपालिकामा हो । जुन बेला सिंह स्थानीय विकास मन्त्रालयको नेतृत्वसहित उपप्रधानमन्त्री पदमा थिए, त्यो बेला काठमाडौं महानगरपालिकाका वडाहरूको पुनर्संरचना गरिएकोथियो । वडाहरूको पुनर्संरचनाका क्रममा स्थानीय विकास मन्त्रीको हैसियतले सिंहले यति नाजायज हस्तक्षेप गरेकी त्यसको पीडा काठमाडौं महानगरपालिकाका केही वडाका जनतालै कहिलेसम्म बेहोर्नुपर्ने हो कुनै टुंगो छैन ।

- *बाँकी ३ पेजमा...*

बाङ्गेचौरलाई रंगशाला बनाइँदै

गलकोट (रासस)/ बागलुङ नगरपालिकाले बजेट अभावमा अल्झँदै आएको बाङ्गेचौर खेल मैदानलाई स्तरोन्नति गरी रंगशाला बनाउने योजना अगाडि बढाएको छ । संघीय सरकारको समपूरक बजेट साझेदारीमा नगरपालिकाले रंगशाला निर्माणलाई यसै आर्थिक वर्षबाट प्रारम्भ गर्ने जनाएको छ । घाँसैमैदानका रूपमा रहेको खेलमैदानलाई रंगशाला बनाउनका लागि नगरपालिकाले मात्रै आर्थिक वर्ष २०७९/८० सम्म चार करोड रकम लगानी गर्ने भएको छ ।

नगरपालिका र राष्ट्रिय योजना आयोगले छुनोट गरेको विशेष योजनाअन्तर्गत आब २०७९/८० को असार मसान्तसम्म नगरपालिका र संघीय सरकारको संयुक्त रूपमा आठ करोड २२ लाख बराबरको काम हुनेछ । यसमध्ये संघीय सरकार र नगरपालिकाको ५०/५० प्रतिशत लगानी हुनेछ ।

बागलुङ-१ रामरेखामा रहेको उक्त मैदान अहिले घाँसैमैदानका रूपमा मात्रै छ । मैदानमा अहिले संरचनाको अभाव छ । आठ करोड २२ लाख खर्चेपछि घाँसैमैदानका रूपमा रहेको खेलमैदान आधारभूत रंगशालामा परिणत हुने नगरप्रमुख जनकराज पौडेलले जानकारी दिए ।

"नगरपालिकाले खेलकूद क्षेत्रमा समेत ठूलो लगानी गर्न थालेको छ, घाँसैमैदानका रूपमा रहेको बाङ्गेचौरमा हामीले आधारभूत रंगशाला निर्माणका लागि ठेक्का प्रक्रियामा जान थालेका छौं," उनले भने, "हामी निर्वाचित भएर आइसकेपछि ठूलो पहल र प्रयासका बीच खेलमैदानको स्तरोन्नतिका लागि राम्रै रकम विनियोजन गरेका समेत छौं, आबर२०७९/८० सम्ममा पाँच हजार दर्शकले एकैसाथ खेल हेर्न सक्नेगरी आधारभूत रंगशाला निर्माण हुने हाम्रो अठोट रहेको छ ।" तत्कालीन खेलकूद विकास समितिका अध्यक्ष धनबहादुर परियारका नेतृत्वमा तीन वर्षअघि रंगशालाको विस्तृत परियोजना प्रतिवेदन (डिपिआर) तयार गरिएको थियो ।

यसपछि छलफलका क्रममा केही संरचना थप भएका कारण डिपिआरमा उल्लेख भएभन्दा बढी लागत लाग्ने उनले बताए । झन्डै ३० लाख खर्चेर बनाइएको डिपिआरपछि सुभाव संकलनका क्रममा सरोकारवालाहरूको सुझावका आधारमा पार्किङ, ढोका, भित्री खेलका लागि संरचना लगायतका संरचना थप गर्न भनिएको थियो । नगरपालिकाका इन्जिनियर मनोज शर्माका अनुसार डिपिआरमा केही त्रुटि भएको छ । डिपिआरमा राखिएका संरचना ठीक भए पनि लागत अनुमान भने झन्डै आधा कम अनुमान गरिएको उनको भनाइ छ । "तीन वर्ष पुरानो डिपिआर हो, केही लागत अनुमान थोरै छ तर उल्लिखित संरचना निर्माण गर्न धेरै खर्च लाग्छ," उनले भने, "उल्लेख डिपिआरमा लागत अनुमान ११ करोड भए पनि अहिल ८ करोडको ठेक्कामार्फत गराइने संरचना रंगशालाको एक चौथाइ मात्रै हुनेछ ।" सुविधा सम्पन्न रंगशाला निर्माण गर्न झन्डै ३० करोडभन्दा माथि लाग्ने अनुमान गरिएको छ ।

उनका अनुसार अहिले खेलमैदानको पूर्वतर्फ प्याराफिट लगायतको संरचना निर्माण थालिनेछ । अहिलेको आठ करोड २२ लाखको ठेक्काअन्तर्गत खेलमैदानमा दुबो लगाइने, पाँच हजार दर्शकले हेर्न मिल्ने प्याराफिट निर्माण गर्ने र सामान्य रूपमा खेलमैदानलाई मापदण्ड अनुसारको बनाइने मात्रै काम हुनेछ । पछि बजेट थप हुँदै गएर पुन: ठेक्का लगाएमा खेलमैदानको पश्चिमतर्फ संरचना निर्माण हुनेछ । राष्ट्रिय गौरवको आयोजनाका रूपमा रहेको मध्यपहाडी पृथ्वीलाल लोकमार्गसँगै जोडिएको खेलमैदान सडकको मापदण्ड छोडेर अथवा सडकलाई भूमिगत गरेर मात्रै पश्चिम क्षेत्रका संरचना बनाइनेछ । खैलमैदान र खेल हेर्न प्याराफिट, शौचालय, पार्किङ लगायतका संरचना बनेपछि खेलकूदका गतिविधि गर्न निकै सहज हुनेछ । संरचनाहरू पूर्ण रूपमा भूकम्प प्रतिरोधीसमेत हुनेछन् । नगरपालिकाले यस वर्ष खेलमैदानका लागि १ करोड ७१ लाख नगरपालिकाको र एक करोड ७१ लाख संघीय सरकारको गरी चालु आर्थिक वर्षमा मात्रै तीन करोड ४२ लाख रकम खर्च हुनेछ । रंगशाला ३५ रोपनी जग्गामा निर्माण गर्न थालिएको छ ।

लामो समयको प्रयासपछि रंगशाला निर्माण गर्नका लागि ठेक्का प्रक्रियामा जान थालेपछि खेलकूदप्रेमीहरूसमेत खुसी भएका छन् । जिल्लामै ठूलो र भौगोलिक हिसाबले सदरमुकामसँग जोडिएको बाङ्गेचौर खेलमैदान जिल्लामै उत्कृष्ट छ । पूर्वफुटबल खेलाडी तथा जिल्ला फुटबल सङ्घ बागलुङका कोषाध्यक्ष सूर्य लामिछाने २० औं वर्षदेखिको रंगशाला निर्माणको सपना नगरपालिकाको समन्वय र साझेदारीमा अगाडि बढ्न थालेकामा खुसी व्यक्त गरे ।

"२० वर्षअघि देखि रंगशालाको कल्पना गरेका थियौं, हामी घाँसैमैदानमा खेले पनि आगमी पुस्ता रंगशालामै खेल्न पाउनेछन् भन्ने छ," उनले भने, "रंगशाला निर्माणलाई छिटो सार्थकता तुल्याउन हामी सबैले सक्दो सहयोग गर्न सके धौलागिरिको खेलकूद विकासमा ठूलो टेवा पुग्नेछ ।"

अब कक्षाकोठामै गाउँबारे जान्न पाइने

भक्तपुर (रासस)/ भौतिक रूपमा कात्तिकदेखि सुरु हुने विद्यालयको पठनपाठनमा सूर्यविनायक नगरपालिकाका संस्थागत तथा सामुदायिक विद्यालयका विद्यार्थीहरूले स्थानीय पाठ्यक्रम पढ्न पाउने भएका छन् ।

बुधबार सूर्यविनायक नगरपालिका स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण तथा सहजीकरण समितिले आयोजना गरेको स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणसम्बन्धी कार्यशालामा बोल्दै नगरप्रमुख वासुदेव थापाले कात्तिकदेखि नै सूर्यविनायक नगर क्षेत्रका विद्यालयमा स्थानीय पाठ्यक्रम लागू हुने बताए ।

उनले सूर्यविनायक नगर पालिकाको पहिचानलाई विद्यालय तहदेखि नै जानकारी गराउने उद्देश्यले नगरपालिकाले स्थानीय पाठ्यक्रम लागू गर्न लागेको बताउँदै भने, "हाम्रा छोराछोरी र विद्यार्थीलाई विदेशका कुरा थाहा हुने अनि आफ्नै गाउँठाउँको कुरा थाहा नहुने, यो कस्तो प्रवृत्तिको विकास भयो ? अब स्थानीय पाठ्यक्रमले बालबालिकालाई आफ्नो गाउँठाउँको पहिचानलाई चिनाउनेछ ।"

आफ्नो गाउँको जनसंख्या कति छ, पर्यटकीय क्षेत्र, सम्पदा, धार्मिक मठमन्दिर, प्रमुख व्यक्तित्वहरू, जातजाति, धर्म, संस्कृति, जात्रा पर्व के के थिए, के के छन्, मुख्य पेसा, व्यवसाय के हुन्, मुख्य उत्पादन हुने अन्नबाली के हो, पशुपालन, कषि, सडक, खेलजस्ता सबै पक्षलाई व्यावहारिक रूपमा जानकारी गराइनेछ । ती कुरा समावेश गरी पाठ्यक्रमलाई अन्तिम रुप दिएर तिहारलगत्तै सबै विद्यालयमा कार्यान्वयनमा ल्याउने नगरप्रमुख थापाले बताए । उनले कार्यशालामा सहभागी प्रत्येक वडाका जनप्रतिनिधि, संस्थागत तथा सामुदायिक विद्यालयका प्रिन्सिपल, शिक्षकशिक्षिकालगायत सरोकारवालालाई स्थानीय पाठ्यक्रममा राख्ने पर्ने कुनै पनि विषय नछुट्ने गरी अन्तिम रुप दिन आग्रह गरे ।

कार्यक्रममा नगरपालिकाका उपप्रमुख जुना बस्नेतले स्थानीय विद्यार्थीले स्थानीय विषयलाई जान्ने र बुझ्ने अवसर नपाउँदा महत्वपूर्ण कुराहरू पनि ओझेलमा पर्दै जाने र अन्तिममा लोपोन्मुख अवस्थामा पुग्ने भएकाले आफ्ना ठाउँको महत्वलाई सधैं जीवित राख्न स्थानीय पाठ्यक्रमले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्ने बताए ।

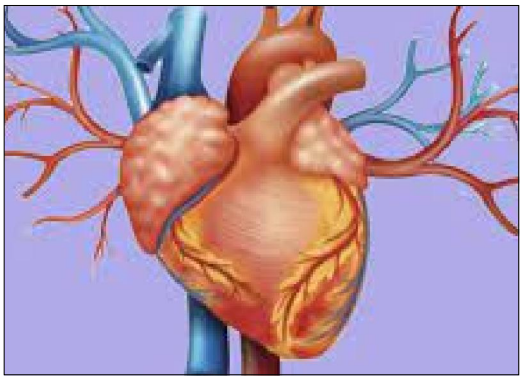
त्यस अवसरमा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण तथा सहजीकरण समितिका संयोजक एवं वडा नं ८ का वडाध्यक्ष किरण थापाले कार्यशालाले पाठ्यक्रमलाई अन्तिम रुप दिएर एक महिनाभित्र पठनपाठनमा ल्याइने बताए । चालु शैक्षिक सत्रमा कक्षा १ देखि ५ सम्म र आगामी शैक्षिक सत्रमा कक्षा ६ देखि ८ सम्म स्थानीय पाठ्यक्रम लागू गर्ने गरी पाठ्यक्रम निर्माण भएको र त्यसलाई सुझावसहित अन्तिम रुप दिन कार्यशालाले भूमिका निर्वाह गर्छ भन्दै उनले दसैंपछि कक्षा सञ्चालन हुँदा विद्यार्थीले स्थानीय पाठ्यक्रम पढ्न पाउने बताए ।

नगरपालिकाको स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणमा प्राविधिक सहयोग गरेका विज्ञ उद्धवप्रसाद प्याकुरेलले पाठ्यक्रममा नगरपालिकाको भूगोल, जनसंख्या, प्राकृतिक सम्पदा, स्थानीय जातजाति, वेशभूषा, धर्म, कला, संस्कृति, जात्रा पर्व, प्रमुख व्यक्तित्व, जनसंख्या, स्थानीय चाडपर्व, स्थानीय बाजागाजा, नाच, स्थानीय लोकसंस्कृति, संस्कार, रहनसहन, कृषि, पर्यटन, पेसा, व्यवसाय, खेल, जडीबुटी, सडक, योग, हरितलगायत १४ वटा विषय पाठ्यक्रममा समावेश गरिएको बताए । पाठ्यक्रम विकास केन्द्रका अधिकृत खिलानाथ धमलाले पाठ्यक्रम निर्माणमा अन्तिम दिन सहजीकरण गर्दै स्थानीय विद्यालयले पाठ्यक्रम कार्यान्वयनमा ल्याउने भएकाले विद्यालय जिम्मेवार भएर सुझाव दिनुपर्ने बताए ।

उनले पाठ्यक्रमका सम्पूर्ण स्वरुपका बारेमा जानकारी गराउँदै सुझाव संकलन गरे । सूर्यविनायक नगरपालिका शिक्षा शाखाका अधिकृत सरस्वती केङ्गरालाले समितिले सरोकारवाला निकायसँग पटकपटकका प्रत्यक्ष तथा जुम बैठक र छलफलबाट पाठ्यक्रम तयार पारेको बताउँदै कुनै पनि विषय नछुटोस् भनेर पाठ्यक्रमलाई आजसम्ममा अन्तिम रुप दिइने बताए ।

सन्दर्भ विश्व मुटु दिवस : गाउँ पस्यो मुटुरोग

चितवन (रासस)/ सहरियामा बढी देखिने गरेको मुटुरोग सहरीकरणसँगै गाउँमा भित्रिएको छ । यातायात सञ्जालसँगै तयारी खानेकुरा गाउँ पुगेपछि यो समस्या भित्रिएको हो । स्थानीय उत्पादन घट्दै जानु र गाउँमा पनि तयारी खानेकुरा खाने प्रचलन बढ्दै गएपछि मुटुरोगको समस्या गाउँगाउँमा देखिन थालेको विज्ञहरूले बताएका छन् ।



मुटुरोग विशेषज्ञ डा प्रकाशराज रेग्मी यातयात सञ्जाल पुगेका ठाउँमा तयारी खानेकुरा, धुमपान, मध्यपानजस्ता चिजले जीवनशैली बिगारेको बताउँछन् । उनले भने, "चाउचाउ, कोकोकोला, दालमोठजस्ता तयारी खानाले पहाडी क्षेत्रमा पनि जीवनशैली बिगारेको छ, जसले मुटुरोग निम्त्याइरहेको छ ।"

सहरियाहरूले स्वास्थ्यप्रति ध्यान दिन थालेकाले सहरमा समय-समयमा परीक्षण गर्ने प्रचलन बढेको छ । गाउँमा यसप्रति कसैको ध्यान छैन । स्थानीय तहमा उत्पादन भएका न्यून गुणस्तरका मदिरा सेवन गर्ने, तयारी खाना खाने, व्यायाम नगर्ने, धुमपान र सुर्तीजन्य पदार्थको सेवनले गर्दा ग्रामीण क्षेत्रका युवामा मुटुरोगको समस्या बढ्दै गएको नेपाल हर्ट फाउण्डेशनका पूर्वअध्यक्षसमेत रहेका रेग्मीको भनाइ छ । सहरमा नियमित स्वास्थ्य परीक्षणसँगै व्यायाम गर्ने क्रम बढेको जनी बताउँछन् । मुटुरोगको खासै लक्षण नहुने हुँदा नियमित स्वास्थ्य परीक्षण आवश्यक हुने उनी बताउँछन् ।

"पहिले-पहिले पहाडका मानिस लामो बाटो हिँड्नुपर्ने, कडा मेहेनत गर्नुपर्ने भए पनि आजभोलि गाउँगाउँमा ट्याक्टर, मोटरसाइकल, गाडीको सुविधा हुँदा शारीरिक परिश्रम घटेको छ", उनले भने, "युवा वर्ग काम गर्दैनन्, विषादी भएका तरकारी फलफूल प्रयोग गर्छन् ।" ग्रामीण क्षेत्रमा समस्या आइसकेपछि मात्रै उपचारको खोजी गरिँदा त्यतिञ्जेल ढिलो भइसकेको हुने उनी बताउँछन् ।

मुटुरोग विशेषज्ञ डा ओममूर्ति अनिल ग्रामीण क्षेत्रबाट पनि बिरामी आउने गरेको बताउँछन् । अन्य कारणसँगै आवेगमा आउने कारणले मुटुको समस्या देखिने गरेको उनको भनाइ छ । उनले भने, "कुनै पनि जोखिम नदेखिएका व्यक्तिमा पनि रिसका कारण फदयघात भएर मृत्यु हुने गरेको छ", उनले भने, "रिसाहा व्यक्तिलाई मुटुको धड्कन, रक्तसञ्चार र क्लटिङ टेन्डेन्सीमा असर गर्छ ।" रिसाहा व्यक्तिलाई धेरै समस्या अउने जनाउँदै उनले यसलाई नियन्त्रण गर्नुपर्ने बताए ।

सकारात्मक सोच राख्नु मुटुका लागि महत्वपूर्ण रहेको उल्लेख गर्दै उनले भने, "नकारात्मक कुरा दिमागमा हावी हुँदा हाम्रो शरीरमा त्यसले विभिन्न किसिमका हर्मोन उत्पादन गर्छ, त्यसले रक्तसञ्चार प्रणालीमा असर गर्दछ ।"

चितवन मुटु अस्पतालका मुटुरोग विशेषज्ञ डा शंकर लौडारी प्रत्येक वर्ष विश्वमा १७.९ मिलियन मानिसले मुटुका कारण ज्यान गुमाउने गरेको विश्व स्वास्थ्य संगठनको तथ्याङ्क रहेको बताउँछन् । विश्वमा नसर्ने रोगका कारण मृत्यु हुनेमध्ये ३२ प्रतिशत मुटुरोगका कारण मृत्यु हुने गर्दछ । मुटुरोगका कारण मृत्यु हुनेमा ८५ प्रतिशत फदयघात हो । अन्य मुटुको बाथ, हट्फेलर पर्दछन् ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनको तथ्याङ्क उद्धृत गर्दै उनले भने, "मुटुरोगीमध्ये ७५ प्रतिशत गरिब र निम्न मध्यम आय भएका नागरिक पर्दछन् ।" विश्वमा सबैभन्दा बढी प्रभावित हुने देशमा क्रमश: चीन, भारत, रसिया र अमेरिका पर्दछन् । सन् १९९० मा २५० मिलियनमा देखिएको यो समस्या सन् २०२१ सम्म आउँदा ५२३ मिलियनमा पुगेको छ ।

नेपालमा नसर्ने रोगका बिरामीमध्ये २७ प्रतिशत मुटुका हुने गर्दछन् । लौडारीको भनाइमा मुटुरोगीमध्ये १२ प्रतिशतले रोगकै कारण रोजगारी गुमाउने गरेका छन् । नेपालमा एक लाख जनसंख्यामा ५६९ पुरुष र ४७९ महिला प्रभावित भएको तथ्यांक रहेको उनले बताए । मुटुरोगका कारण पुरुष बढी प्रभावित हुने गरेका छन् ।

लौडारीका अनुसार मुटुरोगीमध्ये १६ प्रतिशतलाई फदयघात, छढेकि १० प्रतिशतलाई मुटुको बाथरोग हुने गरेको छ । यस्तै चारदेखि १० प्रतिशत धड्कनसम्बन्धी र चारदेखि सात प्रतिशतलाई मुटुको जन्मजात रोग हुने गर्दछ । मुटुरोगको प्रमुख कारणमा २५ देखि ४० प्रतिशतमा उच्च रक्तचाप, छढेकि १० प्रतिशतमा मधुमेह, २० प्रतिशतमा खराब एलडिएल कोलस्ट्रोल, २० देखि २५ प्रतिशत धुमपान, १५ देखि २० प्रतिशत मोटोपन रहेको छ । दक्षिण एशियामा मुटुरोगको समस्या धेरै भएका देशमा नेपाल तेस्रो हो ।

उनले खानपान र जीवनशैलीमा परिवर्तन गर्न सके धेरैजसो मुटुरोगबाट बच्न सकिने बताए । उनका अनुसार शरीरको तौल नियन्त्रण गर्ने, नियमित व्यायाम गर्ने, तारेको भुटेको खानेकुरा सकेसम्म नखाने, कार्बोहाइड्रेट बढी हुने भात, आलु गुलियो पदार्थ कम खान सुझाव दिए । यसैगरी मधुमेह र कोलस्ट्रोललाई नियन्त्रण गर्नुपर्ने उल्लेख गर्दै उनले भने, "चिल्लो र बोसोजन्य खाना अनि मासु कम खानुपर्छ ।" उनले समयमै सुत्न, विषादिरहित फलफूल र तरकारी खान तथा धुमपान र मध्यपान नगर्न सुझाव दिए । अस्पतालमा पछिल्लो वर्षमा ग्रामीण क्षेत्रबाट मुटुका बिरामी आउन थालेको उनको भनाइ छ । विज्ञका अनुसार छातीको बीचको भाग दुख्नु, दम बढ्नु, खुट्टा सुनिनु, घाँटीको रक्तनली फुल्नु, ओठ, जिब्रो र आँलाका टुप्पा निलो हुनु, आँलाका टुप्पा बाक्ला, चाक्ला हुनु, टाउको दुख्ने समस्या देखिएमा मुटुरोग लक्षण हुन् सक्छन् ।

यस्तै मुटुको धड्कन रोकिने वा छिटो चल्ने, कफमा र गत देखापर्ने, जोर्नी दुख्ने, सुन्निने र ज्वरो आउने हुने गर्दछ । हातखुट्टा ओठ आदि झट्का दिँदै अनियन्त्रितरूपमा चल्नु र छातीमा हात राख्दा धर्केको महसुस हुने भएमा मुटुरोग लागेको हुनसक्ने विज्ञहरूको भनाइ छ ।

आइपिओ जारी गर्दै मध्य भोटेकोशी

काठमाडौं (रासस)/ मध्य भोटेकोशी जलविद्युत् कम्पनी लिमिटेडले आगामी असोज २० गतेदेखि सर्वसाधारणका लागि प्राथमिक सार्वजनिक निष्कासन (आइपिओ) बिक्री खुल्ला गर्ने भएको छ ।

कम्पनीले कूल ९० करोड बराबरको एक सय अंकित मूल्यका ९० लाख कित्ता शेयर सर्वसाधारणका लागि बिक्री खुल्ला गर्न लागेको हो ।

निष्कासन गरिने कूल ९० लाख कित्ता शेयरमध्ये चार प्रतिशत अर्थात् तीन लाख ६० हजार कित्ता शेयर कर्मचारीलाई सुरक्षित गरिएको र पाँच प्रतिशत अर्थात् चार लाख ५० हजार कित्ता शेयर सामूहिक लगानी कोषलाई बाँडफाँट गरी बाँकी रहने ८१ लाख ९० हजार कित्ता साधारण शेयर सर्वसाधारणलाई निष्कासन गरिने कम्पनीले जनाएको छ ।

सर्वसाधारणले न्यूनतम १० कित्तादेखि अधिकतम १० हजार कित्ता शेयर प्रतिशेयर एक सयका दरले असोज २५ गतेसम्म आवेदन दिन सक्नेछन् । माग गरिएबमोजिमका शेयरमा असोज २५ गतेसम्म आवेदन नआए डिलोमा कात्तिक ३ गतेसम्म खरिदका लागि आवेदन दिन सक्नेछन् । कम्पनीले सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको भोटेकोशी नदीमा कूल १०२ मेगावाटको आयोजना निर्माण गरिरहेको छ ।

राष्ट्रिय भलिबल-हेल्प नेपाल र पुलिसको जीत

काठमाडौं (रासस)/ छैटौं संस्करणको महिला तथा पुरुष क्लब भलिबल च्याम्पियनसिप अन्तर्गत पुरुषतर्फ हेल्प नेपालले गल्कोट स्पोर्टस क्लबलाई पराजीत गर्दै क्वाटरफाइलमा प्रवेश गरेको छ ।

त्रिपुरेश्वरस्थित राष्ट्रिय खेलकूद परिषद् (राखेप) को कभर्डहलमा बुधबार भएको खेलमा हेल्प नेपालले गल्कोट स्पोर्टस क्लबलाई ३-१ को सेटमा पराजित गर्दै क्वाटरफाइलनमा प्रवेश गरेको हो । यस जीतसँगै हेल्प नेपाल समूह 'ए' को विजेता समेत बन्यो ।

हेल्प नेपालले गल्कोटमथि २५-१८, २२-२५, २५-२२ र २५-१९ को सेटमा पराजीत गऱ्यो । यस जीतसँगै हेल्प नेपालले तीन खेलमा ९ अंक बटुऱ्यो । हेल्प नेपालले यसअघि प्रदेश-२ र वाग्मती प्रदेशलाई पराजीत गरेको थियो ।

त्यस्तै पराजीत गल्कोट समूह उपविजेता बन्दै क्वाटरफाइनलमा पुगेको छ । गल्कोटले ३ खेलमा ६ अंक जोड्यो । यस समूहबाट वाग्मती प्रदेश र प्रदेश-२ भने प्रतियोगिताबाट बाहिरिएको छ । त्यस्तै बुधबारनै भएको पुरुषतर्फको अर्को खेलमा नेपाल पुलिस क्लबले गण्डकी प्रदेशलाई ३-० को सेटमा पराजीत गर्दै समूह 'बी' को विजेता बनेको छ । पुलिसले गण्डकी प्रदेशलाई पहिलो सेट २५-१४, दोस्रो सेट २५-१४ र तेस्रो तथा अन्तिम २५-१८ को सेटमा पराजीत गर्दै क्वाटरफाइलमा प्रवेश गर्न सफल भयो । जीतसँगै पुलिसले ३ खेलमा ९ अंक जोड्यो । त्यस्तै पाँच अंक जोडेको गण्डकी प्रदेश उपविजेता बन्दै क्वाटरफाइनलमा पुग्यो । नेपाल भलिबल संघले आयोजना गरेको उक्त प्रतियोगितामा पुरुषतर्फ १४ र महिलातर्फ ६ टोलीको सहभागिता रहेको छ ।

महिला तथा पुरुष विजेता टोलीले समान चार लाख पाउनेछन् भने उपविजेताले दुई लाख तथा तेस्रो हुने टोलीले एक लाख प्राप्त गर्नेछन् ।

के हो प्रकाशमानको ...

काठमाडौं महानगर पालिकाका वडाहरूको यसरी संरचना गरिएको छ कि कुनै समुदायको बाहुल्यता भएको ठाउँमा एक वर्ग किलोमिटर क्षेत्रमा पाँच हजार जनसंख्या बराबर एउटा वडा हुने गरी १० वटा वडा बनाइएको छ । तर कुनै समुदायको बाहुल्यता भएको ठाउँमा २ वर्ग किलोमिटर क्षेत्रमा ६५ हजार जनसंख्या बराबर एउटा वडा बनाइएको छ ।

उदाहरणका लागि असन इन्द्रचोक, वसन्तपुर लगायतका टोलहरूको क्षेत्रफल करिव एक वर्गकिलोमिटर छ । जहाँको कुल जनसंख्या २०६८ को जनगणना अनुसार ५० हजारको हाराहारीमा छ, तर त्यो क्षेत्रमा १० वटा वडा छन् । काठमाडौंको वडा नं १६ को क्षेत्रफल करिव दुई वर्ग किलोमिटर छ । जहाँको जनसंख्या २०६८ को जनगणना अनसार ६५ हजार छ ।

१६ नं वडा मात्रै होइन गैर नेवारको बाहुल्यता भएका प्राय: सबै वडाको हालत यस्तै छ । मौका पाउँदा यतिसम्म ज्यादती गर्ने नेता कांग्रेसको सभापति तथा प्रधानमन्त्री बनेको अवस्थामा मुलुकको हालत के होला ? भन्ने प्रश्न कांग्रेसका महाधिवेशन प्रतिनिधिहरूले नउठाउने संभावना नै छैन । यसैगरी सिंहका सामुन्ने अर्को पेचिलो प्रश्न पनि छ । भखँरै सम्पन्न आमनिर्वाचनमा कांग्रेस पार्टीले चौथो पटक प्रधानमन्त्री भएका देउवाको नेतृत्वमा चुनाव लड्यो ।

विपक्षी वाम गठबन्धनले झन्डै दुईतिहाइ सिट जित्यो । देउवाले नेतृत्व छोड्नुपर्ने आवाज उठ्यो । तर, संसदीय दलको चुनावमा उनी दुई तिहाइभन्दा धेरै मतले निर्वाचित भए । देउवा विरुद्ध खडा भएका सिंहले जम्मा १९ भोट ल्याए ।

देउवाले ४४ भोट ल्याए । संस्थापन इतरका २४ मध्ये ५ सांसदले सिंहलाई भोट दिएनन् । संस्थापन इतर पक्षबाट एक जना मात्रै उम्मेदवार बने पनि त्यो पक्षको सबै भोट प्रकाशमानले पाउँदै नन् भन्ने कुरा त संसदीयदलको निर्वाचन परिणामले पुष्टि गरिसकेकै छ ।

- *सौर्यअनलाईन*

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 ।

एक बर्षको वारेन्टीका साथै दुई बर्ष फ्रि सर्भिस पनि गरिन्छ प्रिन्टर किन्दा एउटा कार्टेज सित्तैमा लैजानुहोस् ।

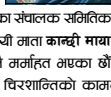
Printer Shop

The complete office solution

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

tonerhouse_htd@yahoo.com

हार्दिक समवेदना



जन्म: १९९५

स्वर्गारोहण: २०७८/०६/०७

यस संस्थाका संचालक समितिका सदस्य श्री नियमराज शाक्यको ममतामयी माता **कान्छी माया शाक्यको** स्वर्गारोहण प्रति हार्दी अत्यन्तै मर्माहत भएका छौं । यस दुःखद घडीमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै शोकसन्तप्त परिवारजनप्रति हार्दिक समवेदना प्रकट गर्दछौं ।

रुपकराज बज्राचार्य (अध्यक्ष) एवम्
पिपलबोट बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. परिवार

नारी सीपको परियोजनाका कारण जीविकोपार्जनमा महिला

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/मकवानपुरका दुई पालिकामा सञ्चालित मानवबेचबिखन रोक्थाम तथा सुरक्षित स्थानागमन प्रवर्द्धन परियोजनाका कारण महिलाहरु जीविकोपार्जनमा लागेका छन् ।

परियोजनाले गाउँमै स्वरोजगार बनाउने उद्देश्यले सन् २०२० देखि राक्सिराङ गाउँपालिका र बागमती गाउँपालिकामा काम गरिरहेको छ । दुवै गाउँपालिकाको १ देखि ५ नम्बर वडासम्म परियोजनाले बाख्रा, कुखुरा, मौरीपालनदेखि तरकारी खेतीमा महिलाहरुलाई सहयोग गर्दै आइरहेको छ । परियोजनाको अनुगमनका क्रममा महिलाहरु आफ्नो व्यवसाय विस्तारदेखि यसलाई निरन्तरा दिने योजनामा रहेको पाइएको छ ।

महिलाहरुले सीपमुलक तालिम लिएपछि त्यसलाई व्यवहारमा उतार्दै व्यवसायिक बनेका हुन् । नारी सीप सृजना केन्द्र मकवानपुरले परियोजनाका कारण महिला र समूहमा आवद्ध सबैमा व्यक्तित्व तथा नेतृत्व विकास पाइनुका साथै आर्थिक उपार्जनमासमेत उनीहरुको प्रगति भएको जनाएको छ ।

वैदेशिक रोजगारीमा गएका परिवारलाई परियोजनाले सहयोग गरिरहेको नारी सीपका कार्यकारी निर्देशक चिरञ्जिवी पौडेलले बताएका छन् । परियोजनाको बारे बुधवार पत्रकार सम्मेलन गर्दै नारी सीपले एकवर्षको प्रगतिबारे जानकारी गराएको थियो ।

बागमती गाउँपालिकामा परियोजनाले तरकारी खेती, बाख्रा पालन र लोकल कुखुरा पालनका तालिम दिएर प्रतिव्यक्ति बाख्रा र लोकल कुखुरा वितरण गरिएको नारी सीपकी कार्यक्रम संयोजक ज्योती भोम्जनले बताइन् । ३१ जनालाई बाख्रा र २० बटा लोकल कुखुरा दिइएको र ५३ जनालाई तरकारी खेती तालिम दिई टनेलको लागि आवश्यक सामग्री प्रदान गरिएको उनको भनाई छ ।

उनका अनुसार अधिकांश महिलाले बाख्रा र कुखुरा पालन तथा तरकारी खेतीबाट आम्दानी गरि सकेका छन् । राक्सिराङमा पनि ३१ जनालाई बाख्रा, १ सय १३ जनालाई तरकारीका बीऊ र ५३ जनालाई टनेल बनाउन सहयोग गरिएको थियो ।

गर्भवती महिलामाथि कुटपीट, दुई जना पक्राउ

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/हेटौंडा-११ सहीद स्मारक नजिक बस्ने गर्भवती महिलामाथि निर्घात कुटपीट गर्ने २ जना युवा पकाउ परेका छन् ।

बुधबार हेटौंडा-११ क्षेत्रमा होटल व्यवसाय गर्दै आएकी एक महिलामाथि निर्घात कुटपीट गर्ने हेटौंडा-११ बस्ने २४ बर्षीय समीर गुरुङ र वर्ष ४० को रवीन केसीलाई प्रहरीले पकाउ प्रहरी नायव उपरीक्षक जयश्वर रिमालले जानकारी दिए । गर्भवती अवस्थामा रहेकी उनलाई स्थानीय युवाले पटकपटक घरमै गएर कुटपीट गर्ने गरेको महिलाको आरोप छ ।

उनले संचालन गरेको होटलमा पटकपटक उधारो खाने र पैसा मादा पीडीत महिलाका श्रीमानलाई समेत स्थानीय युवाहरुले होटलमै कुटपीट गर्ने गरेको खुलासा भएको छ । स्थानीय युवाहरुको

कुटपीटबाट गम्भीर घाइते भएकी उनलाई उपचारको लागी हेटौंडा अस्पताल आएपछि पनि अस्पतालमा युवाहरुले अभद्र व्यवहार गरेका छन् ।

बुधबार हेटौंडा अस्पतालमा उपचार गराउनका लागी अस्पतालका आएका उनका श्रीमान र सासुलाई समेत प्रहरीकै अगाडी एक हुल युवाले आक्रमण गरेका थिए । मार्ने नियतले पटकपटक आक्रमण गरेको र आफु आफ्नो परिवार असुरक्षित रहेको पीडीत महिलाको गुनासो छ ।

उनलाई आक्रमण गर्ने एक हुल युवाको समूहको बुधबार विहान हेटौंडा अस्पतालबाट प्रहरीले पकाउ गरेको छ । अस्पताल परिसरमा पीडित महिला र उनको परिवारमाथि आक्रमण भएपछि उनीहरुलाई प्रहरीले पकाउ गरेको हो । पकाउ पर्नेलाई कानुनअनुसार दण्डित गरिने प्रहरीले जनाएको छ ।

हेटौंडा-१६ माओवादी अध्यक्षमा दाहाल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (माओवादी केन्द्र)को हेटौंडा १६ नम्बर वडा कमिटी अध्यक्षमा राजन दहाल चुनिएका छन् ।

पार्टी वडा कमिटीमा दहालसहित उपाध्यक्षमा बलराम पौडेल र टेकमान थिङ, सचिवमा मोहनचन्द्र चौलागाई, सहसचिवमा विश्वराज बजगाई, कोषाध्यक्षमा लक्ष्मी रसाइली चयन भएका छन् ।

बुधबार भएको वडा कमिटी भेलाले दहालको नेतृत्वमा ३५ सदस्यीय कमिटी गठन गरेको हो । यसैगरी पार्टीको भातृ संगठन वाइसीएलको वडा भेला आयोजक कमिटी संयोजकमा कमल तिमल्सिना चुनिएका छन् ।

माओवादी केन्द्र बागमती प्रदेश सदस्य तथा जनप्रतिनिधि ललित घलानको प्रमुख आतिथ्यतामा पार्टीको वडा भेला आयोजना गरिएको थियो । कार्यक्रममा पार्टी जिल्ला सचिवालय सदस्य कमान सिं पाखिन, पार्टी उपमहानगर इन्चार्ज विवेक राई, नगर कमिटी सल्लाहकार रंगराज अधिकारी, अध्यक्ष तिर्थ थापा मगर, ४ नम्बर वडा कमिटी इन्चार्ज लवराज ठकुरी, १७ नम्बर इन्चार्ज शंकर राउत, १६ नम्बर वडा कमिटी इन्चार्ज नारायण ढकाललगायतको आतिथ्यता थियो ।

हात्तीको आक्रमणबाट ज्यान गुमाएका परिवारलाई सहयोग

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/करिब दुई हप्ताअघि मनहरी गाउँपालिकामा हात्तीको आक्रमणबाट ज्यान गुमाएका परिवारलाई आर्थिक सहयोग गरिएको छ ।

नेकपा माओवादी केन्द्रले हात्तीको आक्रमणबाट ज्यान गुमाएको मनहरी गाउँपालिका-६ जोगितालस्थित जिम्बा परिवारलाई २५ हजार रुपैयाँ सहयोग गरेको हो । गत भदौ २९ मा हात्तीको आक्रमणबाट जोगितालका ३२ वर्षीय रामलाल जिम्बाको मृत्यु भएको थियो ।

खेतमा हात्ती धपाउन जाँदा जिम्बालाई हात्तीले आक्रमण गरेको जनाइएको छ । प्रदेश सांसद तथा माओवादी केन्द्र प्रदेश कमिटी सदस्य ओमबहादुर घलानले मृतक जिम्बाको घरमै पुगेर सहयोग रकम परिवारलाई हस्तान्तरण गरेका थिए ।

सहयोग रकम प्रदान गर्ने क्रममा माओवादी केन्द्र प्रदेश कमिटी सदस्य वीरबहादुर घलान (ज्वाला), जिल्ला सदस्य यदुनाथ श्रेष्ठ, मनहरी गाउँपालिका-६ का पार्टी अध्यक्ष डम्बर मुक्तान, शोभा कुमारी दोङ, अन्य स्थानीय नेता तथा कार्यकर्ता लगायत स्थानीयको उपस्थिति थियो ।

मनहरी क्षेत्रमा चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जका हात्तीले स्थानीयलाई निरन्तर दुःख दिँदै आएको छ । सांसद घलानले निकुञ्जको जंगली हात्ती, गैंडाका कारण मनहरीको तल्लो बस्तीका बासिन्दालाई संधै सास्ती भएको बताए ।

आकर्षक घडेरीहरू बिक्रीमा

हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नं.-१५, रातोमाटेपनेश स्थित महेन्द्र राजमार्ग रातोमाटे बजारबाट मात्र ३ कि.मी. पूर्वतर्फ रिङरोडको बस्तिमाझ खानेपानी, ढल, विद्युतको सुविधा भएको, ब्यापारिक तथा आवसिय प्रयोजनको लागि अति उपयुक्त आकर्षक घडेरीहरू सुपथ मुल्यमा बिक्री वितरण हुदैंछ ।

SN	AREA	SN	AREA
1	0-0-14.75	15	0-0-12.00
2	0-0-11.50	16	0-0-11.25
3	0-0-11.75	17	0-0-10.50
4	0-0-11.00	18	0-0-10.00
5	0-0-10.75	19	0-0-10.50
6	0-0-10.75	20	0-0-11.00
7	0-0-11.25	21	0-0-11.25
8	0-0-11.25	22	0-0-12.00
9	0-0-10.75	23	0-0-12.25
10	0-0-9.50	24	0-0-12.00
11	0-0-9.25	25	0-0-12.00
12	0-0-9.25	26	0-0-12.00
13	0-0-11.00	27	0-0-12.50
14	0-0-12.00	28	0-0-12.25
		29	0-0-16.00

०५७-५२३९३१ ९८४९११०८९२ ९८५९०६८७१६
९८५११६७२६७ ९८५५०७२३०८ ९८४५०१८५१९ ९८०२९१४११६

साधारणसभा सम्बन्धी

प्रतिफल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. को जरुरी सूचना

यस प्रतिफल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको सञ्चालक समितिको मिति २०७८ साल भदौ ४ गते बसेको बैठकको निर्णयानुसार सहकारीको साधारणसभा तपसील बमोजिम आयोजना गर्ने गरी सम्पूर्ण सेयर सदस्य ज्यूहरुमा पत्राचार गरिसकिएको छ । यदि कोही सदस्यले पत्र प्राप्त नगर्नुभएको भए यसै सूचनालाई आधार मानी साधारणसभामा सहभागी भइदिनुहुन हार्दिक अनुरोध गर्दछौं ।

तपसील

मिति: २०७८/०९/१६ गतेदेखि १८ गतेसम्म ।
स्थान: हेटौंडा-२, मनकामनाचोकस्थित कार्यालय परिसर
समय: बिहान १० बजेदेखि दिनको ४ बजेसम्म ।

साधारणसभामा छलफलका विषयहरु:

१) अध्यक्षको प्रतिवेदन ।
२) आर्थिक वर्ष २०७७/७८ को लेखा परीक्षण अनुमोदन ।
३) आर्थिक वर्ष २०७७/७८ को अनुमानित बार्षिक बजेट तथा कोषाध्यक्षको प्रतिवेदन ।
४) लेखा समितिको प्रतिवेदन ।
५) नीति तथा कार्यविधि अनुमोदन ।
६) आर्थिक वर्ष २०७८/७९ को लेखा परीक्षक नियुक्ति तथा पारिश्रमिक निर्धारण गर्ने ।
७) निर्णाय पुस्तिका प्रमाणीकरण ।
८) विनियम संशोधन, पुनर्लेखन ।
९) एकीकरण ।
१०) जिल्ला बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको भवन निर्माणमा सहयोग ।
११) विविध ।

धनबहादुर पौडेल (कल्याण)
सचिव
प्रतिफल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
हेटौंडा-२, मनकामनाचोक

क्रशर तथा बालुवा उद्योगहरुको कारोबार तथा बिक्रि वितरण र नदीजन्य सामाग्रीको उत्खनन्, संकलन तथा ढुवानी बन्द सम्बन्धि सूचना

जिल्ला समन्वय समितिको कार्यालय, मकवानपुरको च.नं. १५७ मिति २०७८/०६/०४ गतेको पत्रानुसार यस हेटौंडा उपमहानगरपालिका क्षेत्रभित्र संचालनमा रहेको क्रशर तथा बालुवा उद्योगहरुको कारोबार तथा बिक्री बितरण बन्द गर्न निर्देशन भइ आए बमोजिम अर्को सूचना नभए सम्मको लागि क्रशर तथा बालुवा उद्योगहरुको कारोबार तथा बिक्री बितरण बन्द गर्नुहुन यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । साथै यस उपमहानगरपालिका क्षेत्रभित्र रहेको खोला तथा खहरेबाट नदीजन्य सामाग्रीहरु उत्खनन्, संकलन तथा ढुवानी गर्न अर्को सूचना प्रकाशन नभए सम्मको लागि आदेशानुसार बन्द गरिएको व्यहोरासमेत सम्बन्धित सबैलाई जानकारी गराइन्छ ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिका कार्यालय

सम्पर्क नं. ०५७-५२४५८८

विद्यालय भवन निर्माणको सूचना

प्रस्तुत विषयको सम्बन्धमा यस विद्यालय व्यवस्थापन समितिको मिति २०७८/०६/१० गते बसेको बैठकको निर्णयअनुसार १२ कोठे २ तल्ले विद्यालय भवन निर्माण गर्न जरुरी भएकोले उक्त कार्यको लागि सामानसहित एकमुष्ट निर्माण सम्पन्न गर्ने गरी वा आवश्यक सामान विद्यालयले खरिद गर्ने र निर्माण ज्यला मात्र एकमुष्ट के-कति दररेटमा गर्न सकिने हो सोको फरक फरक स्पष्ट विवरण खुलाई विद्यालयको शर्त तथा प्रचलित नियम भित्र रहि कानून बमोजिम दर्ता भएका व्यक्ति वा संस्थाबाट यो सूचना प्रकाशन भएको मितिले ७ (सात) दिनभित्र दर्ता प्रमाण पत्रको प्रतिलिपीसहित उल्लेखित विवरण स्पष्ट गरी निवेदन गर्न यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । निवेदनबापत कुनै शुल्क लाग्ने छैन । निर्माण गर्नुपर्ने भवनको नक्सा तथा स्थलबारे विस्तृत विवरण विद्यालयमा सम्पर्क गरी बुझ्न सकिने छ ।

रमेश प्रसाद लामिछाने (प्रधानाध्यापक)

श्री वंशगोपाल माध्यमिक विद्यालय (प्राविधिक शिक्षालय)

चौघडा, हेटौंडा उपमहानगरपालिका-६, मकवानपुर

गोर्खाली ट्रेड एण्ड सप्लायर्स

हेटौंडा-४, रजतजयन्ती, फोन: ९८४१७७१६६४, ९८५५०३१६६४

कोरोना भाइरस (COVID-19) बाट आफू पनि बचौं, अरूलाई पनि बचाऔं

लक्षणहरू

बचने उपायहरू

- नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धुने ।
- घर तथा बाहिर जाँदा नियमित मास्कको प्रयोग गर्ने ।
- खोपचा र हाछ्यूँ गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
- यदि पछु जस्तो लक्षण देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- जंगली तथा घरेलु पशुपन्छीहरुसँग असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- पशुजन्य मासु, अण्डा राम्रोसँग पाकेको मात्र खाने ।

कैलाश गाउँपालिका
कालिकाटार, मकवानपुर

ADMISSION OPEN FOR 2021
@
HETAUDA CITY COLLEGE/ZENITH
Now Open for Registration
"Take Right Decision For Right Education"

Programme:-
- Commerce
- Science
- Hotel Management
- Computer Science
- Business Studies

ENROL NOW
Contact us :-
HETAUDA CITY COLLEGE/ZENITH
Hetauda-5, Piple ☎057-520750, 526660
Email:- hetaudacitycollege.official@gmail.com

मास्क लगाउनुहोस्
मैले लगाएको मास्कले तपाईंको सुरक्षा गर्छ

तपाईंले लगाउनुभएको मास्कले मेरो सुरक्षा गर्छ

हामी सबैको साझेदारीले मात्र हामी एक अर्कालाई बचाउन सक्छौं

मास्क लगाऔं | भौतिक दूरी कायम गरौं | भेलाभेला साबुनपानीले हात धोऔं

बकैया गाउँपालिका
हात्तिसुँडे, मकवानपुर

सहज यात्राका लागि गाडी भाडामा चाहिएमा तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोला ।
सम्पर्क:
९८४५३८९११६

COVID-19 NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

जनहितमा जारी जनचेतनामूलक सन्देश

नोबेल कोरोना भाइरसका मुख्य लक्षणहरू

ज्वरो | खाँसी | श्वासप्रश्वासमा अप्ठ्यारोपन | रुघा र सिंगै

नोबेल कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरुबाट आउने मानिसहरुमा हुई रुनाभित्र छ्याङ्कोको लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउको दुखेमा, श्वासप्रश्वासमा अप्ठ्यारोपन समस्या भएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्न ।

कसरी आफू र अरुलाई बचाउने?

- नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धुने ।
- खोपचा र हाछ्यूँ गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण देखिने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- जङ्गली तथा पशुपन्छीको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- पशुजन्य मासु, दूध तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर खाने ।

बागमती गाउँपालिका, झुरझुरे, मकवानपुर

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