म.नि. प्र. का. द.नं. : ७६ / ०६८, वर्ष ११, अंक १७२ शनिबार, १५ माघ २०७८ द्वादशी ने. सं. ११४२ पोहलगा 29 January, 2022 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मुल्यः रु. ३ /-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

भ्रष्टाचार कानूनी, सामाजिक र नैतिक अपराध हो ।

त्यसैले

- कसैले नाजायज फाईदा लिन दिन खोजेमा,
- अनुचित प्रयास श्रृजना गरी गैरकानूनी लाभ लिने दिने गरेमा,
- कुनै काम गरिदिने वा नगरिदिने नाममा गैरकानूनी लाभ लिन दिन खोजेमा,
- गैरकानूनी सम्पत्ति जम्मा गरेको पाईएमा,

त्यस्तो कार्य भ्रष्टाचारजन्य कार्य हो ।

त्यस्ता कार्यमा संलग्न व्यक्ति वा संस्थाको बारेमा तत्काल अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोग वा स्थानीय प्रशासनलाई खबर गरौं ।

भ्रष्टाचारमुक्त समाजको निर्माणमा पहल गरौं।

नेपाल सरकार विज्ञापन बोर्ड

हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्रको १ सय ५ रोपनी जग्गा प्रचण्डको भान्जाको कब्जामा

नवीन तिमल्सिना

हेटौंडा/क्षेत्रफलको आधारमा देशकै ठूलो औद्योगिक क्षेत्र, हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्रमा अहिले पनि जग्गा अभाव छ ।

ठूला उत्पादनमूलक निजी क्षेत्रको अर्बौं लगानीमा उद्योग संचालन गर्न कम्तीमा ५ बिगहा जग्गा आवश्यक परेमा हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयले उपलब्ध गराउन सक्ने अवस्था छैन । ठूला लगानीमा उद्योग स्थापनाका लागि वर्षौंदेखि धाइरहेका उद्योगीले अझै पनि एक कट्ठा जग्गा पाएका छैनन् ।

तर, पहुँचका आधारमा मुलुक हाक्ने नेताका आफन्तले भने, वर्षौंदेखि क्यौं रोपनी जग्गा कब्जा गरेर राखेका छन् । उनीहरूले कब्जा गरेको जग्गामा न कुनै संरचना बनाइएको छ, न कुनै उद्योग स्थापनाका लागि प्रक्रिया अघि बढाइएको छ । एक सय ५ रोपनी जग्गा भाडामा लिएर उद्योग नचलाउने उद्योगी हून्, चितवनका गोकुल भण्डारी । नेकपा माओवादी केन्द्रका अध्यक्ष तथा पूर्वप्रधानमन्त्री प्रचण्डको जेठी दिदीको छोरा (भान्जा) भण्डारीले राजनीतिक पहुँचकै आधारमा विगत पाँच वर्षदेखि जग्गा कब्जा गरेर राखेका छन् । २०७३ सालमा भण्डारी सञ्चालक रहेको साउथ एसियन बुअरी इण्डस्ट्रिज प्रालिले बियर उत्पादन गर्ने भन्दै जग्गा सम्झौता गरेको थियो । तर, साउथ एसियन बुअरीले भाडा निर्यामत दिँदै आएको छ ।

हेटौंडाको औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयले औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन लिमिटेड, काठमाडौंलाई जग्गा फिर्ताको प्रक्रिया बारे पत्राचार गरेपनि लिमिटेडले १ वर्ष्को समय थप गरेर पठ्नुएको थियो । यसअघि प्रशस्त समय हुँदा पनि जग्गा 'होल्ड' मात्र गरेर राखेको साउथ एसियन बुअरी लिमिटेडले २०७८ असार मसान्तसम्मको समय थप गरेको छ । साउथ एसियन बुअरीको मदिरा उत्पादन गर्ने लाइसेन्स नवीकरणसमेत भएको छैन ।

जग्गा सम्झौता गरेको पाँच वर्षसम्म भण्डारीले भौतिक

संरचनापनि तयार गरेका छैनन् । भण्डारी मात्र हैन, नेकपा एमाले अध्यक्ष केपी शर्मा ओली निकटका व्यवसायी तथा सञ्चार उद्यमी क्याप्टेन रामेश्वर थापाले पनि ३४ रोपनी जग्गा कब्जा गरेर राखेको औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयलको रेकर्डमा छ । थापाको व्यवसायिक साझेदार औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन लिमिटेड, बालाजुका पूर्वमहाप्रबन्धक नन्दकिशोर बस्नेतले २०६४ सालमै क्वालिटी हयाचरीको नाममा जग्गा लिएका थिए ।

उनै बस्नेतले केही वर्षअघि हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयलाई जानकारी नै नदिइ क्वालिटी ह्याचरी इण्डष्ट्रिजको नाम परिवर्तन गरी क्वालिटी लाइभस्टक एण्ड एग्रो प्रालि बनाएको सुनेको छ । त्यसपछि बस्नेतले हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयको ९ कार्तिक २०७८ को अभिलेख अनुसार क्वालिटी हयाचरीलाई थापा सञ्चालक रहेको सनउड डेभलोपर्स एण्ड होटल प्रलिमा शेयर धनी परिवर्तन गरेका थिए । बस्नेतले आफू औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन लिमिटेडका महाप्रबन्धक रहेका बेला आफ्नो कमजोरी लुकाउन कम्पनीको नाम फेर्नेदेखि शेयर धनी नै अर्कै कम्पनीमा सारेका हुन् ।

बस्नेतले कम्पनीको नाम परिवर्तन गरी जग्गा भाडा बापतको रकम नतिर्ने योजना बनाएपछि हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयले हाल लिमिटेडलाई पत्राचार गरेर जग्गा फिर्ता गराउने प्रक्रिया अघि बढाएको छ । सनउड डेभलोपर्सले क्वालिटी ह्याचरी नामक उद्योग खोल्न भन्दै औद्योगिक क्षेत्रको दक्षिणतर्फ जंगल क्षेत्रको जग्गा भाडामा लिएको थियो । हिमिजन वन मकवानपुरले यसअघि वन क्षेत्रका रुख कटान गर्न रोक लगाएपछि उद्योगको संरचना बनेको थिएन् ।

१४ वर्षसम्म पनि जग्गा सम्झौता गरेर उद्योग खोल्न नसकेको सनउड डेभलोपर्सलाई औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयले पनि केही गर्न सकेको छैन् । कार्यालय प्रमुख राजेन्द्र प्रसाद कँडेलले अब सनउड डेभलोपर्सबाट जग्गा फिर्ता हुने बाएए । राजनीतिक पहुँचका कारण थापाको कम्पनी सनउड डेभलोपर्सले जग्गा भाडा पनि तिरेको छैन् । कार्यालयसँग प्रतिरोपनी वार्षिक ८ हजार ३ सय ३१ रुपैयाँ भाडा सम्झौता गरेको सनउड डेभलोपर्सले १४ वर्षसम्म एक रुपैयाँ भाडा पनि नतिरेको कार्यालय प्रमुख कँडेलले जानकारी दिए । कार्यालयका अनुसार सनउड डेभलोपर्सले हाल ४० रुपैयाँ जग्गा भाडा बापतको र कम कार्यालयलाई तिर्न बाँकी छ ।

यसैगरी नेपाली कांग्रेस बागमती प्रदेशका सभापति तथा प्रदेश सांसद इन्द्रबहादुर बानियाँले पनि विगत पाँच वर्षदेखि साढे २३ रोपनी जग्गा कब्जा गरेर राखेको औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयको तथ्यांकमा छ ।

बानियाँ मल्टी प्रोडक्टको नाममा ५ माघ २०७३ मा जग्गा सम्झौता भएको थियो । पूर्वगृह-राज्यमन्त्रीसमेत रहेका बानियाँले सम्झौता अनुसार उद्योग सञ्चालन नगरी उनको अर्कों उद्योग गंगा सोपका लागि सामानको गोदाम बनाएर राखेका थिए । कार्यालयले २ वर्षअघि उद्योग सञ्चालन वा जग्गा फिर्ता गर्न चेतावनीसहितको पत्र थमाएपछि बानियाँ मल्टी प्रोडक्टले गोदाम हटाएको थियो ।

गोदाम हटाएपनि नेता बानियाँले उद्योग सञ्चालनका लागि भने कुनै काम गरेका छैनन् । बानियाँ मल्टी प्रोडक्टका जग्गाको भाडा भने तिर्दै आएको जनाइएको छ । बानियाँ मल्टी प्रोडक्टकातर्फबाट इन्द्रबहादुर बानियाँका भतिजा उज्वल बानियाँले हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्रर्सग जग्गा सम्झौता पत्रमा हस्ताक्षर गरेका छन् । मल्टी प्रोडक्टका संचालकमध्ये एक उज्वल बानियाँले उद्योगको डिजाइन परिवर्तन भएकले समयमै सञ्चालन गर्न नसकेको बताए । उनले उद्योगको पुरानो डिजाइन प्रस्तावित मेसिनपनि परिवर्तन गर्नुपर्ने भएकोले उद्योग सञ्चालनमा ढिलाइ भएको स्वकारे ।

हाल, हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्रमा नयाँ एक दर्जन उद्योग सञ्चालनको तयारीमा छन् । ती उद्योगहरूलाई छिटो सञ्चालनमा आउन ताकेता गरिरहेको कार्यालयले पहुँचवालाहरूलाई भने ध्यान नै नदिएको पाइएको छ । कार्यालय प्रमुख कँडेलले उद्योग सञ्चालन गर्न ताकेता गरिरहेको बताउँछन् । प्रमुख कँडेलले तिनवटै कम्पनीहरूलाई उद्योग स्थापना गर्न निरन्तर ताकेता गरिरहेको र सञ्चालकहरूले अटेर गर्दै आएको बताएका छन् ।

'म कार्यालय प्रमुख भएर आएदेखि नै जग्गा ओगटेर बसेको कम्पनीहरूलाई उद्योग खोल्न भन्दै आएको छु । तर, कम्पनीहरूले उद्योगको संरचना पनि बनाएका छैनन् । अब उद्योग सञ्चालन नगरे हामी जग्गा फिर्ताको लागि प्रक्रिया अघि बढाउँछौं ।,' कँडेलले भने ।

क्षेत्रफलले देशकै ठूलो हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्रमा नयाँ उद्योग स्थापनाका लागि एक रोपनी जग्गा पाइँदैन । ३ हजार २ सय २८ र १पनी क्षेत्रफलमा फैलिएको हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्रमा हाल सञ्चालित उद्योग, सञ्चालनको अन्तिम चर णमा रहेका उद्योग र केहीको निर्माण भइरहेको अब नयाँ उद्योगका लागि जग्गा अभाव छ ।

तर, नेतादेखि तिनका आफन्तले भने नियमविपरित सयौं रोपनी जग्गा कब्जा गरेर राखेको हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयको रेकर्डमा छ ।

औद्योगिक क्षेत्रमा उद्योग सञ्चालन गर्न भनेर जग्गा भाडाको सम्झौता गरेका पहुँचवालाहरू उद्योग खोल्न त टाढाको कुरा बार्षिक भाडा पनि तिर्दैनन् ।

नियमनानुसार जग्गा सम्झौता गरेको दुई वर्षभित्र उद्योग स्थापना गरिसक्नु पर्ने प्रावधान छ । दुई वर्षमा उद्योग सञ्चालन नगरे औद्योगिक क्षेत्र व्यवस्थापन कार्यालयलाई जग्गा फिर्ता गर्नुपर्छ । तर, पहुँचको आडमा जग्गा भाडामा लिएर उद्योग पनि सञ्चालन नगरी जग्गा फिर्ता नगरेको पाइएको हो ।

नेपालमा थप ६ हजार

शुक्रबार थपिए ८१ जना कोरोना संक्रमित

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/मकवानपुरमा शुक्रबार थप ८१ जनामा कोरोना भाइरस (कोभिड-१९) संक्रमण पुष्टि भएको छ ।

पछिल्लो २४ घण्टामा २ सय ७ जनाको पीसीआर र एन्टीजेन परीक्षण गर्दा उनीहरूमा कोरोना पुष्टि भएको स्वास्थ्य कार्यालयले जनाएको छ । स्वास्थ्य कार्यालयका अनुसार, सो अवधिमा १ सय १ जनाको पीसीआर परीक्षण गर्दा ४१ जनामा र १ सय ६ जनाको एन्टीजेन परीक्षण गर्दा ४० जनामा संक्रमण पुष्टि भएको हो ।

यससँगै जिल्लामा कोरोना संक्रमितको कुल संख्या १७ हजार ५ सय १६ जना पुगेको छ । यस्तै, जिल्लामा पछिल्लो २४ घण्टामा ६ जना कोरोना संक्रमणमुक्त भएका छन् भने संक्रमणका कारण कुनै पनि व्यक्तिको निधन भएको छैन ।

नेपालमा थप ६ हजार ८२७ जनामा कोरोना भाइरस (कोभिड-१९) संक्रमण पुष्टि भएको छ । पछिल्लो २४ घण्टामा १९ हजार ८१९ वटा नमुना परीक्षण गर्दा उनीहरूमा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएको स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले जनाएको छ । मन्त्रालयले २४ घण्टाको अवधिमै निको हुनेको संख्या पनि ५ हजार ४३२ जना रहेको जनाएको छ ।

यससँगै देशभर कोरोनाको सक्रिय संक्रमितको संख्या ८९ हजार ९४१ जना पुगेको छ । देशभर कोरोना संक्रमितको कुल संख्या हालसम्म पीसीआर विधिबाट भएको परीक्षणमा ९ लाख ४४ हजार ७४ र एन्टिजेन विधिबाट भएको परीक्षणमा १ लाख २४ हजार ८४८ जना पुगेको छ । संक्रमितमध्ये हालसम्म ८ लाख ४२ हजार ४३६ जना निको हुँदा कुल ११ हजार ६९७ जना संक्रमितको मृत्यु भएको मन्त्रालयको तथ्यांकमा उल्लेख छ ।

रुखबाट लडेर योञ्जनको मृत्यु

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/स्खबाट लगेर एक जना युवतीको मृत्यु भएको छ ।

मृत्यु हुनेमा मकवानपुर गढी वडा नम्बर २ स्थित अदुवाखर्ककी २२ वर्षीय प्रमिला योञ्जन रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रहरी नायब उपरीक्षक जयश्वर रिमालले जानकारी दिए ।

उनको बिहिबार साँझ घर नजिकै जंगलमा घाँस काट्न जाँदा स्खबाट खसेको घटनास्थल मै मृत्यु भएको प्रहरीले नायब उपरीक्षक रिमालले बताए ।

उनका अनुसार, घटना बिहीबार साँझ भएकोले घटनास्थललाई सुरक्षित राखेर शुक्रवारबार बिहान मात्र आवश्यक अनुसन्धान र शवको मुकुका उठाउने काम गरिएको हो ।

सम्पूर्ण ब्राण्डका गाडी

एकै ठाउँमा सम्पूर्ण सेवासहित

सेवाहरू:

- कार वास भित्र/बाहिर
- वाइरिङ मर्मत
- A/C मर्मत तथा ग्याँस रिफिलिङ
- सेन्सरसम्बन्धी समस्या कम्प्युटरबाट जाँचिने
- डेन्ट, पेन्ट, प्लाष्टिक/ग्याँस/इलेक्ट्रिक बेल्डिङ
- टायर ब्यालेन्स, पन्चर र फेर्ने काम मेशिनबाट
- इन्जिनसम्बन्धी सबै काम

Himalayan Motors Pvt.Ltd.

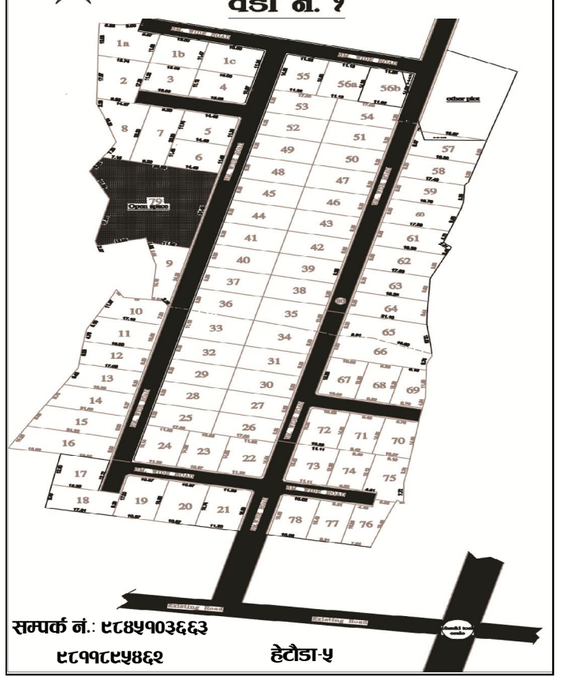
हेटौंडा, चौकीटोल, सम्पर्क नं.: ०५७-५९०३००

घडेरी बिक्रीमा

जिल्ला : मकवानपुर

हेटौंडा उपमहा नगरपालिका

वडा नं. १



सम्पर्क नं.: ९८४५१०३६६३

९८११८९५४६२ हेटौंडा-५

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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

टोंगा सामुद्रिक ज्वालामुखी : विश्वसामू नयाँ प्राकृतिक चुनौती

प्रशान्त महासागरीय टापु राष्ट्र टोंगामा गत जनवरी १५ मा भएको सामुद्रिक ज्वालामुखी विस्फोट यतिधेरै हिंस्रक थियो कि त्यसले सुनामीसँगै टोंगालाई तहसनहस मात्र पारेन झण्डै आधा विश्वमा कम्पनको तरंग फैलाइदियो । टोंगा द्विप समूहमा मानव बसोबास नभएका होला हापाइ र होगा टोंगा नामका दुईवटा साना टापु छन् । ती टापुहरु टोंगाको राजधानी नुकु आलोफाबाट ६५ किलोमिटर उत्तरमा समुद्री सतहबाट करीब १ सय मिटरको उचाईमा अवस्थित छन् । तर नजिकै समुद्रभ्रित्र एउटा विशाल ज्वालामुखी पहाड छ, जुन झण्डै १८०० मिटर अग्लो र २० किलोमिटर चौडा छ । जसको नाम हो होगा टोंगा, होगा हापाई ।

यो दक्षिण प्रशान्तमा रहेको एक समुद्रभ्रत्रको ज्वालामुखी हो जुन फोनुआफोउको ज्वालामुखी भन्दा करीब ३० किलोमिटर दक्षिणमा छ र टोंगाको मूख्य द्विप टोंगाटापुभन्दा ६५ किलोमिटर उत्तरमा रहेको छ । यो अत्यधिक सक्रिय केमेडिक टोंगा सबडक्सन जोन र यसर्सग जोडिएको ज्वालामुखी चाँपको हिस्सा हो जुन न्युजिन्याण्डको उत्तर पूर्व देखि फिजीसम्म फैलिएको छ र झण्डो अष्ट्रेलियाकी प्लेटको रुपमा प्यसिफिक प्लेटको घिचाईबाट बनेको छ । यो एक उच्च सक्रिय भूकम्पीय क्षेत्रबाट करीब १ सय किलोमिटर माथि छ । टोंगामा ज्वालामुखी विस्फोट यतिधेरै हिंस्रक किन थियो र आगामी दिनमा के हुंछ ?

टापु मुलुक टोंगातर्फ विश्वको ध्यान खासै जाँदैन अन्यथेला । तर गत जनवरी १५ को ज्वालामुखी विस्फोटपछि विश्वको ध्यान टोंगातर्फ आकृष्ट भएको छ । पछिल्लो केही दशकमा होंगा टोंगा होंगा हापाई ज्वालामुखी नियमित रुपमा विस्फोट भैरहेको छ । सन् २००९ र सन् २०१४, १५ का बेला पनि ज्वालामुखी विस्फोट भएको थियो । तर त्यतिबेलाको विस्फोट सामान्य थियो । गत जनवरी १५ को विस्फोट निकै भयानक थियो । विज्ञहरुका अनुसार हालैको टोंगाको ज्वालामुखी विस्फोट त्यस्तो ठूलो विस्फोटमध्येको एक हो जुन हरेक एक हजार वर्षमा पैदा हुन्छ ।

ज्वालामुखीको विस्फोट यतिधेरै विस्फोटक किन हुन्छ ? समुद्रको पानीले ग्यासलाई चिस्याउने हँदा समेत किन सामुद्रिक ज्वालामुखी त्यति धेरै हिंस्रक हुन्छ ? यदि ग्यासमा लगभग १२०० डिग्री सेल्सियसको तापमानमा समुद्रको पानीमा विस्तारै निस्कियो भने ग्यासमा र पानीको बीचमा वाफको एक पातलो तह बन्दछ । यसले ग्यासमाको बाहिरी सतहलाई चिस्याउनका लागि इन्सुलेसनको पत्रको का मगर्दछ । तर यो प्रक्रियाले त्यसबेला काम गर्दैन जब ज्वालामुखी ग्यासले भरिएको जमिनबाट ग्यासमा विस्फोट हुन्छ ।

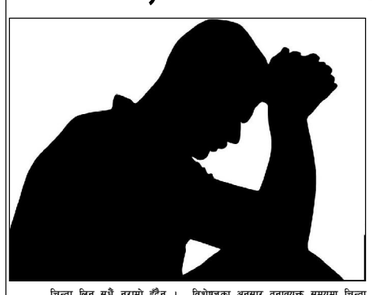
जब ग्यासमा तिव्र गतिमा पानीमा प्रवेश गर्दछ वाफको कुनैपनि इन्सुलेसन पत्र तयार हुन पाउँदैन जसबाट तातो ग्यासमा चिसो पानीको सिधा सम्पर्कमा आउँछ । ज्वालामुखी शोधकर्ताहरु यो प्रक्रियालाई इग्वन चिस्यान सम्पर्क नामाकरण गरेका छन् र यो घातक रासायनिक हतियारको विस्फोट समान हुन्छ । अत्यधिक हिंस्रक विस्फोटले ग्यासमालाई अस्त गर्दिएन्छ र एक श्रृंखला प्रतिक्रिया सुरु हुन्छ । नयाँ ग्यासमा ट्रकाले पानीमा तातो आन्तरिक सतह उजार गर्दछन् र नयाँ विस्फोट दोहोरिन्छ । जसका कारण ज्वालामुखी कगहरु बाहिर निस्किन्छन् र सुपरसोनिक गतिको साथ विस्फोट हुन्छन् ।

किसी ज्वालामुखी की 'प्लन्ज' का इस्तेमान उसके अगाले विस्फोट का अनुमान लगाने में किया जा सकता है । शोधकर्ताहरुले सन् २०१६ मा गरेको अध्ययनका क्रममा यस्ता भयानक ज्वालामुखी विस्फोटहरुले विभिन्न रहस्यको पर्दा उघार्ने गरेको पत्ता लगाएका थिए । समुद्र सतहको नक्सा तयार गर्दै शोधकर्ताहरुले समुद्री लहरको ठेड सय मिटर तल लुकेको काल्डेराको खोजी गरे । समुद्री पिँढीको एक नक्साले ज्वालामुखी शंकु र विशाल काल्डेरा देखाउँदछ । काल्डेरा करीब ५ किमी भन्दा ठूलो एक खाडल जस्तो क्षेत्र हो । स साना विस्फोटहरु मूख्य रुपमा यस्तै काल्डेराको किनारामा हुन्छन् तर ठूला विस्फोटहरु काल्डेरा भित्रैबाट आउँदछन् ।

ठूला ज्वालामुखी विस्फोटहरु यतिधेरै विशाल हुन्छन् कि प्रस्फुटित ग्यासको अधिल्लो क्षेत्र उर्ट्रे भिर्क्लर्फ ह्विंख्ड र कल्डेराराई भनी चौरिरो बनाउँदछ । छोट्टा विस्फोटहरुले एक ठूलो विस्फोटको तयारीका लागि विस्तारै आफैलाई रिचार्ज गर्ने ग्यासमा प्रणालीको प्रतिनिधित्व गर्ने शोधकर्ताहरुको ठम्याई छ । वैज्ञानिकहरुका अनुसार टोंगाटापुको सबैभन्दा ठूलो द्विपमा रहेको ज्वालामुखी बरानीको रेडियोकार्बन डेटिङ गरेर उक्त क्षेत्रमा करीब १ हजार वर्षको अन्तरालमा ठूलो काल्डेरा विस्फोट हुने गरेको तथ्य पत्ता लगाएका छन् । यसअघि सन् १७०० मा टोंगा टापु क्षेत्रमा यस्तै भयानक विस्फोट भएको थियो । २० डिसेम्बर २०२१ र १३ जनवरी २०२२ का पहिलेका दुई विस्फोट मध्यम आकारका थिए । त्यसमा १७ किलोमिटरको उचाईसम्म बादलको निर्माण भएको थियो र सन् २०१४, १५ को संयुक्त द्विपमा नयाँ भूमि थपियो । नविनतम विस्फोटले हिंसाको परिमाणलाई बढाइदियो र बरानीको मुल्यो पहिलेदेखि नै करीब २० किलोमिटर अग्लो विवाह भयो पनि । डाक्टर अपकै भरमा ठूलाका छोरी भेटुरोशनको भाग्य बलेकै हो भन्ने गर्थे - केही साथीहरु ।

पत्नीको अलावा थुप्रै सम्पत्ति

सधैं नकारात्मक हुँदैन चिन्ता, चिन्ताका ४ फाइदा



चिन्ता लिनु सधैं नराम्रो हुँदैन । केही विशेषज्ञले यसलाई शरीरको भित्रि अलार्म भएको बताएका छन् । उनीहरुले केही हदसम्म चिन्ता लिनु सकारात्मक भएको बताएका छन् । यसलाई पूरै मार्न नहुने विशेषज्ञहरु बताउँछन् । चिन्तालाई सधैं नकारात्मक तरिकाले लिन हुँदैन ।

यसलाई बुझ्नका लागि एउटा उदाहरण दिइएको छ । एक अमेरिकी महिलाले चालक अनुमति प्रमाणपत्र पाएपछि ८ वर्षसम्म पनि कार चलाइनन् । उनलाई उक्त कारको ब्रेक सम्हाल्न नसक्ने हो कि भन्ने विषयमा चिन्ता भइरहन्थ्यो । उनी ब्रेकको सट्टामा अरु नै गोडा चलाएर दुर्घटना हुन्छ भन्ने चिन्तामा रहन्थिन् । यस्तो अवस्था धेरै व्यक्तिमा हुने गर्छ । विशेषज्ञका अनुसार तनावयुक्त समयमा चिन्ता गर्नु सहयोगी हुन सक्छ । चिन्ताले भविष्यमा हुनसक्ने दुर्घटनालाई रोक्न सक्छ । चिन्ताले आन्तरिक अलार्ट सिस्टमले जस्तै काम गर्छ । विशेषज्ञका अनुसार एन्जाइजीबाट बाध्यहरुको अनुमान लगाउन सकिन्छ । र यसले सतर्क रहन महत गर्छ । चिन्ताको स्तर धेरै बढेमा गहिरो स्वासप्रश्वास लिने र हिंड्ने गर्दा पनि नियन्त्रण गर्न सकिन्छ ।

१. बाफ्नो सुरक्षाका लागि चिन्ताको भावना

मनोवैज्ञानिक एलन हेडिक्सनका अनुसार केही मात्रामा गरिने चिन्ताले समस्याहरुको अनुमान लगाउन सकिन्छ । र सतर्क रहन महत गर्छ । न्यूरोसाइन्टिस्ट वेन्डी सुबुकीका अनुसार चिन्ताको भावनाले उर्ज्जिने तनावबाला प्रतिक्रियाले हाम्रो सुरक्षाका लागि विकसित हुन्छ । धेरै तनाव काम गर्नका लागि महत गर्छ । चिन्ता बढ्न थाल्यो भने गहिरो सास लिने र घटाउने कोशिस गर्ने भने हिंड्ने गर्दा पनि एन्जाइटी नियन्त्रणमा आउँछ ।

२. चिन्तालाई प्रवर्दन गर्न चिस्ने र चुनौतिलाई सहज रुपमा चिने

मनोवैज्ञानिक जोइल मिन्डेलले चिन्तालाई स्वीकार गर्ने र यसलाई निष्पक्ष रुपबाट हेर्न सुरु गर्ने । सधैं खराब हो आशंकालाई मनमा पालेर नराख्नुहोस् । जसरी तपाई चिन्तालाई स्वीकार गर्नुहोस् र त्यसलाई सहने कोशिस गर्नुहोस् । एकपटक चिन्तालाई प्रवर्दन गर्न सिक्नुभयो भने तपाईलाई चुनौतिहरु असम्भव लाग्दैन । यसले चिन्ता पनि महृतगार मानिन्छ ।

३. मनको बलाल सुन्नुहोस् दबाव महसुस हुँदैन

फिलाडेल्फियाका मनोवैज्ञानिक डा. सेट गिलिहानले हरेक दिन कामकाज सुरु गर्नुअघि चिन्ता लागे के गर्ने भन्ने विषयमा सुझाव दिन्छन् । उनी आफै स्वास्थ्य समस्याका कारण उनका धेरै कामहरु हुँदैन थिए । उनी चिन्तालाई रोक्न अनेक कोसिस गर्थे । उनले कामको समयलाई कर्टेंति गरेर लेख्न सुरु गरे । त्यसपछि आफूलाई हल्का महसुस गर्न थाले ।

४. चिन्ता कम गर्न योजना

मनोवैज्ञानिक एलिस बोयसका अनुसार चिन्तित व्यक्तिहरु सावधान र सतर्क रहन्छन् । उनले एक बालिकाको उदाहरण दिएका छन् । बालिका बच्चामा स्कुल जान डराउँथिन् । उनलाई ठूलो हँदासम्म पनि स्कुल जान डर लाथ्यो । तर उनले चिन्तासँग जुझका लागि योजना बनाइन् । जसबाट उनको मन शान्त भयो र नराम्रो कुराहरुको आशंका मनबाट हट्यो । - साभार: स्वास्थ्यखबर

साहित्य

कालो चस्मा

सङ्कथा

उज्जवल जी.सी.

अरु नातेदारहरु सबै धनाढ्य भए पनि उसको बाबु त ना.सु. स्तरको जागिरे मात्र । फलस्वरुप, आर्थिक समस्याहरुको चापले उसलाई एस.एल.सी. उत्तिर्ण नगरुञ्जेलसम्म दुखै थियो । क्याम्पसको अध्ययनकालमा उसको दैनिक सेवा र चाकडीबाट सन्तुष्ट भई एक नातेदारले कल्चर लसिटमा विदेश पठाइदिएका थिए- डाक्टर पढ्न ।

पढाई सकि स्वदेश फर्कंपछि उसले आनो ना.सु. बाबु , दुःख-सुख बा...ङचु...ङ गरी सगै पढ्का साथीभाइहरु र विदग्ध पुरानो अतीतलाई समेत बिर्सिसकेको देखिन्थ्यो - सिर्फ डाक्टर भए... भन्ने आडम्बरले ।

झण्डै तीस वर्ष नाघिसकेकोले बिवाह गर्नु पर्ने बाध्यताले समेत बा...घिएको थियो- ङ । अन्तः उसले चाहे अनुसार एक उच्च कुलको सम्पन्न परिवारमा हुर्केकी केटीसंग बिवाह भयो पनि । डाक्टर अपकै भरमा ठूलाका छोरी भेटुरोशनको भाग्य बलेकै हो भन्ने गर्थे - केही साथीहरु ।

पत्नीको अलावा थुप्रै सम्पत्ति मिराउन पाएकोले आफूलाई अरुभन्दा भिन्दै अर्थात् उच्च खानदानको व्यक्ति सम्झन्थ्यो - रोशन । आफ्ना साथीभाइहरु कहिलेकाहीं...बाटोतिर देख्दा पनि नदेखेझैं...' गर्थ्यो - मोटरसाइकलमा चढि कालो चस्मा लगाएपछि ।

यस्तो क्रम नलम्बिदैमा दुर्भाग्यवश उसको ससुरोलाई भ्रष्टाचारको आरोप लाग्यो । छुटेलपनाले आर्जन गरेका सारा जेयाहरु बिक्री गर्दा पनि पुगेन - धरौटीमा छुटून ।

अन्य विकल्पको अभावले छुटपटि...दै रोशनले पत्नीका दाइजोहरु र आफै ना.सु. बाबुको पसिनाले सिर्जेको गाउ...का केही जग्गा बिक्री गरेरै भए पनि ससुरालाई छुटायो धरौटीमा ।

त्यतै दिनदेखि ऊ मोटरसाइकल र कालो चस्मावाट बञ्चित भई घरबाट लुरुलुरु पैदलै अफिस जाने गर्छ । उसका सगैका साथीहरु शाखा अधिकृत, इन्जिनियर, कवि, कलाकार, प्रहरी र सेनामा अधिकृत बनेका छन् । एकदिन अचानक बाटोमा एक मित्रलाई मोटरसाइकलमा देखेर रोशनले रोब्दै भन्यो -'क्या हो यार ? धेरै भयो भेटघाट नै छैन नि !'

अको साथी कवि थियो । उसले हा...सै उत्तर दियो- 'भेटघाट त धेरै नै भएको थियो । म देख्थे...,हा...सेथे... पनि । तिमी सायद कालो चस्माले देख्दैनथ्यौ । उच्चताको पराकाष्टामा पुऱ्याउने तिम्रो डाक्टरी दर्जा, मोटरसाइकल र कालो चस्माले हाम्रो मित्रतामा आँधीबेरी ल्याथ्यो । आज त दर्जा रहे पनि अरु हटेकेले मैले जस्तै तिमीले नै पहिला देखेकोमा धेरै-धेरै धन्यवाद ! भन्दै कवि आफ्तो बाटो लाग्यो । - समाकालिनसाहित्य

श्रद्धाको फूल

डा.गणेशकुमार पौडेल

केही साथीहरु गए मरेर
धर्तीमा अमरत्व कायम गरेर

व्यक्तिगत दलीय स्वार्थभन्दा माथि उठेर
राष्ट्र र जनताको लागि जीवनोत्सर्ग गरेर
धर्ती माताका महान सपुतहरुले
वीर गति प्राप्त गरे आत्मा सन्तुष्ट भएर

इमानमा फूल निरन्तर फकिन्छ
त्यस्तो मान्छे प्रज्वलित दीपकै चम्किन्छ
राष्ट्रको बृहत हितको निम्ति केही गर्नैपर्छ
त्यसका लागि स्वार्थबाट
माथि उठ्न सक्नुपर्छ
नेपाल र नेपालीको चौतर्फी विकासका लागि
निरन्तर रुपमा अघि बढि
जो शहीद भएको हुन्छ

श्रद्धाको फूलले सजिएको छ
आदर्श र मर्यादाले भरिएको छ
उनीहरु आज अमर भएका छन्
कठिन संघर्षबाट शहीद बनेका छन्
तर उनीहरुले देखाएको बाटो
जसाको तसै भएर
उनीहरुका सपना अधुरो भै भइरहेकाछन्

शहीदका आमा बाबु बेसाहारा छन्
छोराछोरी शिक्षाबाट बञ्चित छन्
तर शहीद दिवस मनाउने फेसलले गर्दा
नेताहरु तहिं लागिरहेकै हुन्छन्
यहाँ विदेशीलाई देखाइएको छ
शहीदको परिवारलाई कोटा छुट्याइएको छ
तर शहीदको छोरो होइन नेताको छोरो
विदेशमा अध्ययन गरिरहेको छ
श्रद्धाको फूल भने फकिएकै छ

मास्क लगाउँछु

कविता

बालगोपाल देवकोटा

नौं महिना दुःख कष्ट पीडा सहेर हाँसी खुशी हुँदै
मलाई जन्म दिने मेरी आमाको लागि मास्क लगाउँछु

मलाई हुर्काउन र मेरो भविष्य बनाउन भनी आफ्नो
खुशी र सुख बेची दुःख गरेका मेरा बा को लागि मास्क लगाउँछु ।

सानो छँदा मलाई ताते ताते भन्दै आफ्नो काखमा राखेर
खेलाएकी मेरी हजुरआमाको लागि मास्क लगाउँछु

हजुरबालाई देख्न न पाए पनि भगवानरूपी मेरा बालाई
जन्म दिने प्रति सम्मान स्वरुप मास्क लगाउँछु ।

छोरा आज हाम्रोमा मिष्ठान्न भोजन पाकेको छ आजको खाना
यतै खाउँ है भन्दै माया गर्ने काकाहरूको लागि मास्क लगाउँछु

फोहर भएका कपडा ल्याउ धोई दिन्छु छोरा भन्ने, सानोमा बिरामी हुँदा
बोकेर अस्पताल पुर्याउने काकीहरूका लागि मास्क लगाउँछु ।

जेठाभैं झगडा गर्नु हुन्न, सत्यको बाटो हिंड्नु पर्छ, जे पर्छ पर्छ
ठूलै मान्छे बन्नु पर्छ भन्ने ठूला बा र ठूली आमाको लागि मास्क लगाउँछु

भेट हुँदा सधैं प्रगति भएको देख्न, सुन्न र सोचे, आँटेका काम
पूरा हुन भन्ने प्यारा फूपू र फुपाजुहरूका लागि मास्क लगाउँछु ।

लडाई, युद्ध, झगडा पर्दा लडाकुझैं मेरा अगाडि पछाडि लाग्ने
मेरो प्राण प्यारा दाई भाईहरूको लागि मास्क लगाउँछु

तिहारको दिन मेरो निधार खाली अनि दिदी बहिनीहरूको
आँखामा आँसुको वर्षात् नहोस् भनी मास्क लगाउँछु ।

सुख दुःख अनि जिन्दगीमा आई परेका कठिनाईसँग लड्दै पड्दै
यो जुनी सँगै कटाउने अनि धन सम्पत्ति न हुँदा पनि साथ दिएर

सँगै कमाउँला, रमाउँला भन्ने सबैलाई आफ्ना र आफन्तहरू
सम्झेर माया गरी रहने मेरी प्रियसीको लागि मास्क लगाउँछु ।

अफ्ठेरो काम पर्दा टुप्लुक्क सधाउन आई पुग्ने मेरा प्रिय
मामा अनि माइजुहरूको लागि मास्क लगाउँछु

मेरो प्रगति देखि रिस डाह गर्ने मेरा शत्रुहरूले पनि
मबाट केही राम्रा कुराहरू सिकुन् भनी मास्क लगाउँछु ।

रात दिन आँधी बेहरी नभनी मलाई जति बेला नि सहयोग गर्न
तयार हुने मेरा प्रिय साथीहरूका लागि मास्क लगाउँछु

अँध्यारोबाट उज्यालोको बाटो देखाउने मेरा भगवानरूपी
प्यारा गुरुबा-गुरुआमाहरूको लागि मास्क लगाउँछु ।

मेरा समस्त आफन्त इष्टमित्र साथीभाइ देश तथा विदेशमा
भएका समस्त मानव जातिहरूका लागि मास्क लगाउँछु

मैरै कारण महामारीले कसैलाई केही हुन छुन नसकोस् भनी
आफू बाँच्न र अरूलाई बचाउनको लागि मास्क लगाउँछु ।

गजल

चुनाव आउँदा

कल्पना पौडेल 'जिज्ञासु'

चुनाव आउँदा घर गाउँमा राजनीति तुफान चल्छ
घोषणा पत्र, एजेण्डामा देश निर्माणको बखान चल्छ

नारा, जुलुस घन्काउँछन् गाउँ बस्ती चोक चोकमा
पार्टी बीचमा होडबाजी र प्रचारबाजी उठान चल्छ

झुक्याउनलाई दौडधुप गरीबका ती झुपडीमा
झूटा सिद्धान्तका चिप्ला भाषण रटान चल्छ

सत्ता, भत्ता कुर्सी खेलमा विगत त्यसै खेर फाली
वै त क्रान्ति ? त्यही सोधखोजको विधान चल्छ

ईमानमा चल्न सके पाउँछन् विश्वास जनताको
हार जित कसको भन्दै अभिमतको किटान चल्छ

गजल

राजु हिमांसु

अचेल चकमन साथ मन पर्नु थालेको छ
अचेल चकमन यात मन पर्नु थालेको छ

कोमल मनै छेड्ने हल्लाको सहरदेखि अति टाढा
अचेल चकमन मात मन पर्नु थालेको छ

कति जोगिनु उज्यालोमा अँध्यारो मन भिर्नेदेखि
अचेल चकमन रात मन पर्नु थालेको छ

सधैं कहाँ मिठो हुन्छ र रातो ओठले गरेको हल्ला
अचेल चकमन बात मन पर्नु थालेको छ

दुखाउँछु भने पनि दुखाओस् चुपचाप सहिदिन्छु बरु
अचेल चकमन घात मन पर्नु थालेको छ

'तपाइँको मास्क खै'

काठमाडौं (रासस)/ पछिल्ला दिनमा बढ्दै गरेको ओमिक्रोन कोरोना संक्रमणलाई न्यूनीकरण गर्न चन्द्रागिरि नगरपालिकाका विभिन्न सार्वजानिक स्थलमा निःशुल्क मास्क वितरण गरिएको छ ।

महानगरीय प्रहरी वृत्त थानकोट र थानकोट जेसिज्द्वारा संयुक्त रूपमा आयोजित 'चन्द्राज्योती निःशुल्क मास्क वितरण तथा जनचेतनामूलक कार्यक्रम' अन्तर्गत थनकोट, चेकपोष्ट, बलम्बु गुर्जुधारा, सतुङ्गल, तीनधारा, नैकाप, दाहचोक जस्ता नगरका मुख्य क्षेत्रमा मास्क वितरण गरिएको थियो ।

शुक्रबार कार्यक्रम समापन गर्दै चन्द्रागिरि नगरपालिका प्रमुख घनश्याम गिरीले कोरोना नियन्त्रणमा नगरपालिकाले उच्च प्राथमिता दिँदै आएको बताए । उनले भने "आफूलाई पायक पर्ने स्थानमा गई कोरोना विरुद्धको खोप लगाउन र स्वास्थ्य मापदण्ड पालन गर्न म नगरवासीलाई आग्रह गर्दछु ।"

समुदाय प्रहरी साझेदारी कार्यक्रमअन्तर्गत चन्द्रागिरि नगरपालिको सहकार्यमा आयोजित सो कार्यक्रममा चन्द्रागिरि-१ का वडाध्यक्ष राजेन्द्र केसील समाज रुपान्तरणमा जेसिज अभियान महत्वपूर्ण रहेको जनाउँदै कोरोना महामारी रोकथाम र न्यूनीकरणमा सामूहिक प्रयत्नको खाँचो औल्याए । चन्द्रागिरि-१३ का वडाध्यक्ष बलमुकुन्द बिढारिले कोरोना भाइरसबाट सुरक्षित रहन आम नागरिकलाई आग्रह गर्दै मास्क लगाई यात्रा गर्ने सर्वसाधारणलाई सचेत गराउनका लागि 'तपाईको मास्क खै' अभियान फलदायक रहेको विश्वास व्यक्त गरे ।

कार्यक्रममा महानगरीय प्रहरी वृत्त थानकोटका प्रमुख प्रहरी नायब उपरीक्षक दिल्लीनारायण पाण्डेले जनचेतना कार्यक्रमले आम नागरिकको स्वास्थ्य सुरक्षामा प्रभावकारी भूमिका खेलेको जनाउँदै संक्रमणबाट बच्न र बचाउन मास्क अहिलेका लागि प्रभावकारी माध्यम रहेको बताए ।

उनले भने "चेतना फैलाउने काम प्रहरीले निरन्तर जारी राख्छ ।" सो अभियानलाई समाजसेवी रामनारायण घिमिरेले मास्क सहयोग गरेको थियो । चन्द्रागिरि-१२ गुर्जुधारा स्थित भेँडिकल एकेडेमी एण्ड रिसर्च सेन्टरका सञ्चालक समेत रहेका उनले कारोनाबाट बच्न र बचाउन सामूहिक जनचेतनाको आवश्यकता औंल्याए । थानकोट जेसिज २०२२ का अध्यक्ष रोशन दानीले कोरोना महामारी नियन्त्रण, रोकथामका लागि थप जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्न आवश्यक रहेको उल्लेख गरे ।

उनले भने "सामाजिक कामका लागि जेसिज सँधैंनि सहकार्य तयार छ ।" संस्थापक अध्यक्ष नन्ददास अमात्यले बजारक्षेत्रमा सर्वसाधारण र सवारी चालकलाई मास्क वितरण अभियानका क्रममा मास्क लगाउन, भौतिक दूरी कायम गर्न र साबुनपानीले हात धुन सचेतनामूलक कार्यक्रम गरिएको जानकारी दिए ।

महानगरीय प्रहरी प्रभाग बलम्बुका प्रहरी निरीक्षक गणेशचन्द्र कोइराला र महानगरीय प्रहरी वृत्त थानकोटका प्रहरी निरीक्षक मनोजकुमार श्रेष्ठले पछिल्लो समय मुलुकमा बढ्दै गएको ओमिक्रोन भेरियन्टबाट आम नागरिकलाई जोगाउनका लागि अभियान सञ्चालन गरेको जानकारी दिए ।

प्रहरीले आम नागरिकलाई संक्रमणबाट जोगाउनका लागि यस अघिदेखि नै मास्क वितरण अभियानलाई निरन्तरता दिइरहेको थियो । गत शनिबार माथिदेखि सुरु भएको सो अभियान अन्तर्गत आजसम्म करिब १६ हजार जनालाई मास्क लगाउन प्रेरित गर्दै निःशुल्क मास्कसमेत प्रदान गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा थानकोट जेसिजका पूर्वअध्यक्ष सलिम श्रेष्ठले थानकोट जेसिजको सताब्यापी कार्यक्रमलाई साथ सहयोग प्रदान गर्ने सबैलाई धन्यवाद व्यक्त गर्दै समुदायमा पर्ने हरेक समस्यामा थानकोट जेसिजले गर्नुपर्ने हरेक दायित्व लिन तयार रहेको बताए । कार्यक्रममा सस्थाका पूर्वअध्यक्षहरू सलिम श्रेष्ठ, पेशलकुमार खतिवडा, मनोज श्रेष्ठलगाएत श्रेष्ठहरु पदाधिकारीको उपस्थिति रहेको थियो ।

कुष्ठरोगीलाई न्यानो कपडा र स्वास्थ्य सामग्री

काठमाडौं (रासस)/ नेपाल पर्वतारोहण संघले दुई सय जना कुष्ठ रोग बिरामीलाई न्यानो कपडा र स्वास्थ्य सामग्री वितरण गरेको छ ।

जापानको द निप्पोन फाउन्डेसनको आर्थिक सहयोगमा सञ्चालन गरिरहेको परियोजनाअन्तर्गत दक्षिणकाली नगरपालिका-२ स्थित खोकना आरोग्य आश्रममा रहेका बिरामीलाई सहयोग गरिएको हो ।

नेपाल पर्वतारोहण संघका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत कुलप्रसाद राईले आश्रममा रहेको बिरामीलाई ज्याकेट, ब्लांकेट, स्यानिटाइजर, डिट्टोल साबुन र मास्क वितरण गरिएको जानकारी दिए ।

दक्षिणकाली नगरपालिका-२ का वडाध्यक्ष रामचन्द्र क्षेत्री, नेपाल कुष्ठरोग निवारण संघका प्रशासकीय अधिकृत जीतबहादुर हमाल र नेपाल पर्वतारोहण संघका अध्यक्ष सन्तवीर लामालगायत संघका पदधिकारीहरूले कपडा र स्वास्थ्य सामग्री वितरण गरेको थियो ।

सहयोग प्राप्त गरेपछि क्याम्पमा अश्रितले खुसी व्यक्त गरेको थियो । फाउन्डेसन र संघले कुष्ठ प्रभावितलाई निरन्तर सहयोग गरेकामा बिरामी उमप्रसाद तिवारीले धन्यवाद दिए । संघका अध्यक्ष लामाले 'द निप्पोन फाउन्डेसनको सहयोगले जाडो मौसममा केही सहयोग पुऱ्याउने ध्येयले कुष्ठ प्रभावितलाई सामग्री वितरण गरेको जानकारी दिए ।

जुममार्फत कार्यक्रममा सहभागी भएका फाउन्डेसनका बरिष्ठ निर्देशक सेको मासातोले पनि सहयोग महत्वपूर्ण हुने बताए ।

विद्युतीय अपराध कसुरमा पक्राउ

काठमाडौं (रासस)/ विद्युतीय कारोबार ऐनअन्तर्गतको कसुरमा विदेशबाट फर्किएकै दिन शुक्रबार त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाट प्रहरीले एक जनालाई पकाउ गरेको छ ।

वैदेशिक रोजगारमा रहँदा सामाजिक सञ्जाल फेसबुकमार्फत महिलालाई साथी बनाई सामाजिक सञ्जालबाट यौन दुर्व्यवहार गरेको आरोपमा काब्रेको रुपा गाउँपालिका-७ बस्ने ३१ वर्षीय मुक्ति खनालालाई पकाउ गरिएको प्रहरीको साइबर ब्यूरोले जनाएको छ ।

उनले म्यासेन्जरमा कुराकानी गरी लनाई फकाई, धाकधम्की र प्रलोभनमा पारी महिलाको नग्न तस्वीर र भिडियो प्राप्त गरी निज महिलाका आफन्तलाई सार्वजनिक गरिदिने धम्की दिएको ब्यूरोले जनाएको छ ।

वैदेशिक रोजगारीबाट फर्केन क्रममा शुक्रबार विमानस्थल सुरक्षा कार्यालयको सहयोगमा ब्यूरोले उनलाई पकाउ गरेको हो । खनालमाथि विद्युतीय कारोबार ऐन, २०६३ अन्तर्गतको कसुरमा अनुसन्धान भइरहेको ब्यूरोका प्रवक्ता प्रहरी बरिष्ठ उपरीक्षक नबीन्द अर्यालले जानकारी दिए ।

हल्का वर्षा र हिमपातको सम्भावना

काठमाडौं (रासस)/ पश्चिमी न्यून चापीय प्रणालीको प्रभावले आज देखिन सक्ने अधिकांश भू-भागमा आशिकदेखि सामान्य बदली रही केही स्थानमा हल्का वर्षा र हिमपातको सम्भावना रहेको छ ।

उक्त प्रणालीको प्रभावले प्रदेश नं १, बागमती तथा गण्डकी प्रदेशका पहाडी भू-भागमा आशिकदेखि सामान्यतया बदली रही पहाडी भू-भागका एक-दुई स्थानमा हल्का वर्षाको र सोही क्षेत्रको उच्च पहाडी तथा हिमाली भू-भागका थोरै स्थानमा हल्का हिमपातको सम्भावना रहेको जल तथा मौसम विज्ञान विभागले जनाएको छ ।

हाल देशका पहाडी भू-भागमा आशिक बदली रही तराईका केही भू-भागमा हुस्सु कुहिरो लागेको छ । राति देशको पहाडी भू-भागमा आशिक बदली रही बाँकी भू-भागको मौसम सामान्यतया सफा रहने बताइएको छ । शनिबार प्रदेश नं १, बागमती र गण्डकी प्रदेशका पहाडी भू-भागमा आशिक बदली रही बाँकी भू-भागको मौसम सामान्यतया सफा रहने मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले जनाएको छ । मौसम पूर्वानुमान महाशाखाको पछिल्लो विवरणअनुसार शुक्रबार काठमाडौं उपत्यकाको न्यूनतम तापक्रम चार दशमलव शून्य डिग्री र अधिकतम तापक्रम १४ दशमलव शून्य डिग्री सेल्सियस रहेको छ ।

त्यस्तै शुक्रबार सबैभन्दा कम जुम्लाको न्यूनतम तापक्रम माइनस पाँच दशमलव शून्य डिग्री र सबैभन्दा धेरै दिपायलको अधिकतम तापक्रम १९ दशमलव आठ डिग्री सेल्सियस रहेको छ ।

समयमा नसकिने भयो हुलाकी राजमार्ग

काठमाडौं (रासस)/ राष्ट्रिय गौरवको हुलाकी राजमार्गको निर्माण लक्ष्य लिइएको समय (आव २०७९/८०) सम्ममा सम्पन्न नहुने देखिएको छ ।

निर्धारित समय सकिन डेढ वर्षभन्दा कम बाँकी हुँदा अर्कै कतिपय खण्डमा ऐखाइकन नै टुङ्गो लाग सकेको छैन भने करुबै ७० ओटा पुलको डिजाइन हुन पनि बाँकी नै छ । वन क्षेत्रबाट रेखांकन हुने गरी डिजाइन भए पनि त्यस क्षेत्रमा जग्गा प्राप्त गर्ने अवस्था नभएको हुलाकी राजमार्ग आयोजना निर्देशनालयले जनाएको छ ।

झन्डै १२५ किमी निकुञ्ज क्षेत्रमा पर्ने र निर्माणका लागि पटकपटक प्रयास गरे पनि अनुमति नपाइएको निर्देशनालयका प्रमुख धर्मेन्द्र झाले बताए । चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज र शुक्लाफाँटा राष्ट्रिय निकुञ्जर्सँग पटकपटक छलफल भए पनि निर्माणस्थल नपाउने देखिएको छ । उनले भने, "त्यसको विकल्पका बारेमा निर्णय माथिबाट नै हुनुपर्छ ।" विगतका वर्षहरूमा केभिडका कारणले पनि निर्माणमा ढिलाइ भएको निर्देशनालयले जनाएको छ ।

आयोजनाको समय सकिएपछि झन्डै दुई वर्ष थप आवश्यक पर्नसक्ने उनले बताए । वन क्षेत्रका कारणले सडक निर्माण गर्न नसकिएको खण्डमा विगतमा विकल्पका रूपमा प्रयोग गर्ने गरी पनि विगतमा छलफल भएको थियो ।

चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज हुँदै सडकको रेखांकन भएकाले आयोजनाले वातावरणीय अध्ययन सकेर पटकपटक अनुमति माग्ने पनि पारुको थिइन । चितवन जिल्लामा २३ किमी र नवलपरासी जिल्लामा ६५ गरी झन्डै ८८ किमी निकुञ्जभित्र पर्छ । विश्व सम्पदा क्षेत्रमा त्यसको मापदण्डका आधारमा मात्रै पूर्वाधार निर्माण गर्न पाउने व्यवस्था छ । त्यसका लागि संयुक्त राष्ट्र संघीय शैक्षिक, वैज्ञानिक तथा सांस्कृतिक संगठन (यूनेस्को) को सहमति चाहिन्छ । आयोजनाअन्तर्गत झन्डै साढे दुई किमी गर्गुपनैमा झन्डै ७० पुलको डिजाइन बाँकी छ । अहिलेसम्म झन्डै एक सय पुल मात्रै सम्पन्न भएको छ । तीमध्ये अहिले धेरै डिजाइन स्वीकृत हुने क्रममा रहेको पुलमा झाले बताए ।

उनले भने, "नारायणी, बारमतीलगायत ठूला र कतिपय साना खोलामा डिजाइनमा जान बाँकी छ ।" रेखांकनमा समस्या भएको बाहेकको खण्डमा सडक सम्पन्न भए पनि पुल अबको डेढ वर्षमा सम्पन्न गर्न नसकिने आयोजनाले जनाएको छ । नेपालमा पुल निर्माणका लागि कतीमा दुईदेखि साढे दुई वर्षसम्म लाग्ने गरेको छ ।

सडकतर्फ, अहिलेसम्म झन्डै आठ सय किमीमा कालोपत्र सकियो भने झन्डै एक हजार किमीमा कालोपत्र बाँकी छ । उनले भने, "सडक निर्माणका लागि अधिकांश ठाउँमा ठेक्का भयो, केही खण्डमा मात्र बाँकी छ ।" चालु आवमा अहिलेसम्म वित्तीय प्रगति झन्डै ४० प्रतिशत र भौतिक प्रगति ६० प्रतिशत भएको छ । बीस प्रतिशत काम सकिएको बिल पेस गर्न बाँकी छ । चालु आवमा देख सय किमी सडक र १५ पुल सम्पन्न गर्ने लक्ष्य लिइएको थियो । अहिलेसम्म ६० किमी सडक र नौ पुल सम्पन्न भइसकेको छ ।

कोभिडका कारण विगतका वर्षहरूमा निर्माणमा बाधा पुगेको भए पनि अहिले संक्रमणले निर्माणमा समस्या छैन । चालु आवमा माग भएभन्दा कम बजेट छुट्याइएको छ । उनले भने, "त्यसैले गर्दा पनि लक्ष्यभन्दा बढी काम हुनसक्छ ।

यी आवमा आयोजनामा ६ अर्ब २० करोड छुट्याइएको तथा पुस सम्ममा सवा दुई अर्ब खर्च भइसकेको छ । जम्मा ६५ अर्ब बजेट रहेकामा अहिलेसम्म ५१ अर्ब खर्च भइसकेको छ ।" विगतका वर्षहरूमा आयोजनाका पुलमा ठेरै समस्या भए पनि अहिले समाधान भइरहेको प्रमुख झाले बताए । कमला नदीमा सिरहा र धनुषा जोड्ने पुल सम्पन्न नहुँदै भाँचिएको थियो भने बारमती पुल पनि मुद्दामा थियो । अहिले त्यसमा नयाँ ठेकाबाट काम भइरहेको उनले बताए । उनले भने, "बाँकी रहेका पुराना ठेकामा पनि काम भइरहेको छ ।"

राष्ट्रिय गौरवको हुलाकी राजमार्ग पहिले हुलाकी पुल आयोजनाका रूपमा थियो । पहिले भारत सरकारले सबै सडक अनुदानमा निर्माण गर्ने र पुल सरकारले बनाउने सम्झौता भएको थियो ।

त्यसै २०६५/६६ मा भएको समझदारीमा भारतीय प्राविधिक र निर्माण व्यवसायी उतावाट आएर बनाउने भन्ने योजना बनेको थियो । विभिन्न कारणले त्यो स्वरूपमा काम हुन सकेन । भारतीय पक्ष बीचैमा छाडेर फर्किएपछि आव २०७३/७४ मा हुलाकी राजमार्ग आयोजना निर्देशनालय बनेको थियो ।

आयोजनाअन्तर्गत नै ८८१ किमी लम्बाइको 'फिडर सडक' को निर्माण भइरहेको छ । यसमध्ये २४५ किमी भारत सरकारले र बाँकी नेपाल सरकारले निर्माण गर्ने समझदारी थियो । भारत सरकारले निर्माण सम्पन्न गरेर हस्तान्तरण गरिसकेको छ भने बाँकीमा सरकारले निर्माण गरिरहेको छ ।

राष्ट्रिय योजना आयोगले हुलाकी राजमार्ग आयोजना आव २०७९/८० सम्ममा सम्पन्न गर्ने लक्ष्य लिएको छ ।

हुलाकी राजमार्गको पूर्व-पश्चिम सडक निर्माणाधीन छ भने कतिपय उत्तर-दक्षिण सडक निर्माणका क्रममा रहेका छन् । हुलाकी राजमार्गलाई तराई-मधेसको समृद्धिसँग जोडेर सुरु गरिएको हो ।

मधेसमा देशभरको झण्डै आधा जनसंख्या बसोबास गर्ने भएकाले आयोजना सम्पन्न भएपछि त्यहाँका नागरिकको पहुँच बढ्ने अपेक्षा गरिएको छ । त्यस क्षेत्रको व्यापार, कृषिलगायतका क्षेत्रमा राजमार्गले नयाँ सम्भावना खुल्नेछ ।

पूर्व-पश्चिम राजमार्गबाट सुरु भएर हुलाकी राजमार्गलाई पार गरी भारतीय सीमासम्म पुग्ने गरी 'फिडर रोड' निर्माण गरिएको छ । राजमार्गले पूर्वदेखि पश्चिमसम्म पूरै तराईलाई समेटेको छ ।

राजमार्ग पूर्ण रूपमा सञ्चालनमा आएपछि तराई-मधेस पूर्ण रूपमा सुगम हुने अपेक्षा गरिएको छ । हुलाकी राजमार्गअन्तर्गत निर्माण भइरहेको 'फिडर सडक' बाहेक अरु निकायबाट पनि उत्तर दक्षिण जोड्ने गरी सडक निर्माण गरिएको छ ।

सबै निर्माण सकिएपछि तराईका धेरै ठाउँसम्म सडकको सञ्जाल विस्तार हुनेछ । हुलाकी राजमार्ग र 'फिडर सडक' दुबै दुईदुई लेनमा निर्माण अघि बढाइएको छ । सात मिटर कालोपत्र र दुईदेखि साढे दुई मिटर पैदलयात्रु मार्गसमेत गरी ११ देखि १२ मिटर चौडाइमा सडक निर्माण भइरहेको छ । जग्गा उपलब्ध हुँदा १२ मिटर र नहुँदा कम्तीमा ११ मिटर निर्माण गरिएको हो ।

विश्वकप ग्लोबल छनोटको उद्घाटन खेल नेपाल र ओमनबीच हुने

काठमाडौं (रासस)/ आइसिसी विश्वकप टी-२० ग्लोबल छनोट ए अन्तर्गतको उद्घाटन खेलमा नेपाल आयोजक राष्ट्र ओमानसँग खेल्ने निश्चित भएको छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट परिषद् (आइसिसी) ले शुक्रबार सार्वजनिक गरेको टी-२० ग्लोबल छनोटको खेल तालिकाअनुसार नेपाल र ओमनबीच उद्घाटन खेल हुने निश्चित भएको हो ।

ग्लोबल छनोटअन्तर्गत नेपाल समूह 'ए' मा परेको छ । नेपालको समूहमा ओमान, बहराइन, क्यानडा, जर्मनी, आयरल्यान्ड, फिलिपिन्स र संयुक्त अरब इमिरेट्स (युएई) छन् ।

यी आठ टोलीलाई पनि दुई समूहमा विभाजन गरिएको छ । जसमा समूह एकमा नेपाल, ओमन, क्यानडा, र फिलिपिन्स छन् भने समूह दुईमा आयरल्यान्ड, युएई, बहराइन र जमर्नी छन् । ओमनमा नै आयोजना हुने उद्घाटन खेल आगामी फागुन ६ गते हुनेछ । यस समूहमा फाइनल पुग्ने दुई टोलीले आगामी अक्टोबर नोभेम्बरमा अष्ट्रेलियामा हुने टी-२० विश्वकपमा स्थान बनाउने छन् ।

त्यसैगरी नेपालले आफ्नो दोस्रो खेल फिलिपिन्ससँग फागुन ७ मा खेल्नेछ भने तेस्रो खेल क्यानडासँग फागुन ९ गते खेल्नेछ । नेपालले विश्वकप छनोट खेल्नुअघि चार देशसम्मिलित टी-२० सिरिज खेल्नेछ । ओमानमा हुने उक्त सिरिज जमा नेपालसहित युएई, आयरल्यान्ड र घरेलु टोली ओमनबीच प्रतिस्पर्धा हुनेछ । उक्त सिरिज माघ २८ देखि फागुन २ गतेसम्म हुनेछ ।

नेपालले पहिलो खेल माघ २८ गते ओमानसँग खेल्नेछ भने दोस्रो खेल माघ २९ गते युएईसँग खेल्नेछ । त्यस्तै नेपालले तेस्रो खेल फागुन २ गते आयरल्यान्डसँग खेल्नेछ ।

'दार ठेकीको' म्युजिक भिडियो सार्वजनिक

काठमाडौं (रासस)/ पाल्मु शेर्पाको डेब्यु म्युजिक भिडियो 'दार ठेकीको' सार्वजनिक भएको छ । गीतमा उनलाई गायक प्रदीप लामाले स्वरमा साथ दिएका छन् ।

नहिँड भाकाको गीतमा जीवन बोम्जनको शब्द रहेको छ । गीतमा अमृत लामाको संगीत रहेको छ । जैगनलाल लामाले यस गीतलाई संगीत संयोजन गरेको हो ।

सिन्धुपाल्चोक जिल्लाकै उत्कृष्ट एर्फटकियलका रूपमा परिचित भोटेकोसी गाउँपालिकाको बगम र छगम गाउँमा भिडियोको छायांकन भएको छ । प्रकाश वाइबा तामाङले भिडियो खिचेको हो । राज किड वाइबाले कोरियोग्राफी गरेको भिडियोमा छोत्रोपो रिञ्चेन शेर्पा र मिङमर डोमा शेर्पाको अभिनय छ । रोशन फुयुबाको सम्पादन र निर्देशनमा भिडियो तयार पारिएको हो । निर्माण समूहले यस गीतको म्युजिक भिडियो हेरेर प्रतिक्रिया दिन सबैलाई आग्रह गरेको छ ।

के तपाई फोटो कपी प्रिन्टर मेसिन किन्दै हुनुहुन्छ ?

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

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

एक वर्षको वारेन्टीका साथै दुई वर्ष फ्रि सर्भिस पनि गरिन्छ प्रिन्टर किन्दा एउटा कार्टेज सितैमा लैजानुहोस् ।

Printer Shop
The complete office solution

Contact No. 9845292140, 057-527041, Schoolroad, Hetauda-4
tonerhouse_htd@yahoo.com

उत्कृष्ट स्लोगन र लोगो बनाउनेलाई पुरस्कृत

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/केशव सुवेदी समर्पण र निश्चल पराजुलीले बनाएको प्रदेश युवा परिषद् बाममतीको स्लोगन र लोगो उत्कृष्ट ठहरिएको छ ।

प्रदेश युवा परिषद्ले आफ्नो वार्षिक स्वीकृत कार्यक्रम अनुसार उत्कृष्ट स्लोगन र लोगो बनाउने क्रमशः सुवेदी र पराजुलीलाई पुरस्कृत गरेको छ । उनीहरूलाई प्रदेश युवा परिषद्को कार्यालयले शुक्रबार एक कार्यक्रमका बीच पुरस्कार प्रदान गरेको थियो । परिषद्ले विभिन्न तीन चरणमा स्लोगन र लोगो माग गरेको थियो । प्रारम्भिक चरणमा स्लोगन र लोगोतर्फ तीन-तीन जना छनौट भएका थिए ।

छनौट भएका तीन-तीन जनामध्ये सुवेदीको स्लोगन उत्कृष्ट भएको थियो । सुवेदीले 'सिर्जनशीलता र उद्यमशिलता प्रवर्द्धनः बागमतीमा युवा सशक्तीकरण' भन्ने स्लोगन तयार पारेका थिए । प्रतियोगीतामा डा.शकंर उपाध्याय, साहित्यकार निमेष निखिल, पत्रकार गिरिजा अधिकारी र अधिवक्ता ऋषि केबी निर्णायकको भूमिका थिए । उत्कृष्ट लोगो बनाउने पराजुलीले नगद ५० हजार र स्लोगन तयार गर्ने सुवेदीले नगद ३० हजार रुपैयाँ हात पारेका छन् ।

पुरस्कृत पराजुली र सुवेदीलाई प्रदेश युवा परिषद्का कार्यकारी उपाध्यक्ष सन्तोष चौलागाईले सम्मान पत्रसहित चेक हस्तान्तरण गरेका थिए ।

कलैयासँग मकवानपुर पराजित

हेटौंडा/मकवानपुर र कलैया क्रिकेट एकेडेमीबीच मैत्रीपूर्ण क्रिकेट भएको छ । शुक्रबार हेटौंडाको हुप्चौरमा भएको खेलमा मकवानपुर कलैयासँग ३० रनले पराजित भएको हो ।

१ सय ८२ रनको मध्यम लक्ष्य पछ्याएको मकवानपुर २७ ओभर १ बलमा १ सय ५१ रन मात्र बनाएर अलआउट हुन पुग्यो । मकवानपुरका लागि गौरव खड्काले सर्वाधिक ४४ रन बनाए । यसै रिजन ढकालले २५ रन, सुमन सुनारले १७ रन र सुवर्ण भट्टे १३ रन बनाउँदै पेभेलियन फर्किंदा अन्य ब्याटसम्यानले दोहोरो अंकमा रन बनाउन सकेनन् । कलैयालाई उत्कृष्ट जीत दिलाउनका लागि अरनिकी यादवले ६ ओभर बलिङ गर्दै ४ विकेट हात पारे ।

सिविनद्वारा तीन विद्यालयलाई सहयोग

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/सिबिन नेपल, बाल हेल्पलाईन मकवानपुरका तीन विद्यालयलाई छात्रवृत्तिसहित शैक्षिक सामग्री सहयोग गरेको छ ।

सिबिनले मनहरी गाउँपालिकाको पशुपतिनाथ मविका ५ जना बालबालिकालाई शुक्रबार शैक्षिक सामग्री प्रदान गरेको छ । आर्थिक अवस्था कमजोर भएका र बालश्रमको जोखिममा पर्न सक्ने सम्भावना रहेका बालबालिकालाई अध्ययनका लागि शैक्षिक सामग्री उपलब्ध गराइएको हो ।

विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष माधव गौतमले बालबालिकालाई शैक्षिक सामग्री हस्तान्तरण गर्दै अध्ययमा निरन्तर ता दिन आग्रह गरे । अभिभावक विहिन बालबालिकालाई विद्यालय व्यवस्थापन समितिले नै अभिभावकत्व ग्रहण गरी बालबालिकको अध्ययन कार्यलाई निरन्तर अगाडि बढाउन सहयोग गर्ने अध्यक्ष गौतमले बताए । विद्यालयका प्रधानाध्यापक भानुभक्त आचार्यले विभिन्न सहयोगी संस्थासँग समन्वय गरेर बालबालिकाको अध्ययन कार्यलाई निरन्तरता दिन सहयोग गरिने बताए ।

बालबलिकालाई उपलब्ध गराइएको शैक्षिक सामीमा कपि, कलम, झोला, विद्यालय पोशाक, स्वेटर, क्यालकुलेटरलगायत रहेका छन् । कार्यक्रममा विद्यालयका शिक्षक इश्वर रिजल, सिबिन बाल हेल्पलाईनकी सहजकर्ता सुस्मिता बस्नेतलगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

सिबिनले बिहीबार विद्यालयमा अध्ययनरत १० जना बालबालिकालाई छात्रवृत्ति र स्टेशनरी सामग्री सहयोग गरेको सिबिन मकवानपुरका संयोजक झविन्द्र ज्वालीले जानकारी दिए । हेटौंडा–४ स्थित भुटमदेवी माविमा अध्ययनरत ४ जना विद्यार्थीलाई ५-५ हजार शैक्षिक शुल्कसहित ड्रेस, ब्याग र स्टेशनरी सामग्री सहयोग गरिएको छ । कक्षा १२ मा अध्ययनरत अस्मिना उप्रेती, कक्षा ११ मा अध्ययनरत बलिराम साह, साक्षी वर्णवाल र अस्मिन उप्रेतीलाई सहयोग गरिएको छ ।

यसैगरी मनहरी-७ स्थित राष्ट्रिय रोटरी माविमा अध्ययनरत ६ जनालाई शैक्षिक सामग्री सहयोग गरिएको छ । कक्षा १० का सनिला सुनवार र अजय घिसिङ, कक्षा ९ का बिमला बुढाथोकी, कक्षा ८ का अल्फा परियार, कक्षा ६ का लक्ष्मी रुम्बा र ऋतु गुरुङलाई शैक्षिक सामग्री सहयोग गरिएको हो ।

कक्षा ११ र १२ मा अध्ययनरत विद्यार्थीका लागि १० हजार रुपैयाँ बरावरको छात्रवृत्ति तथा स्टेशनरी सामग्री सहयोग गरि एको ज्ञवालीको बताउनुभयो । कक्षा १० सम्मका विद्यार्थीलाई भने ४ हजार रुपैयाँ बरावर रकमको शैक्षिक सामग्री सहयोग गरिएको उन्ले जानकारी दिए ।

एक सातादेखि हेटौंडामा रगत अभाव

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा/पछिल्लो एक सातादेखि हेटौंडामा रगत अभाव हुन थालेको छ ।

रक्त संचार केन्द्र हेटौंडाका अनुसार पछिल्लो एकहप्तादेखि हेटौंडामा रगतको अभाव भइरहेको हो । माघ महिनामा हेटौंडामा रगत संकलन दर न्यून भएपछि रगतको अभाव भएको ब्लड बैंक हेटौंडाका प्रमुख टंक दाहालले जानकारी दिए ।

उनका अनुसार हेटौंडामा दैनिक ८ युनिटको हाराहारीमा र गतको माग रहेको छ । 'अघिल्लो महिना २८० युनिट रगत संकलन भएको थियो ।

त्यसकारणले हामीले रगत संकलन केही समय गरेनौं । जसको असर अहिले परिरहेको छ ।', दाहालका अनुसार एकपटक संकलन गरिएको रगत ३५ दिनभित्रमा प्रयोग गरिसक्नुपर्नेहुन्छ ।

उनका अनुसार अहिले बी पोजेटिभ र ओ पोजेटिभ रगतको अभाव रहेको छ । 'हामीले नियमित रक्तदातालाई बोलाएर रगत संकलन गरिरहेका छौं । यस महिनामा संघसंस्थाहरुले रक्तदान कार्यक्रम आयोजना गरेका छैनन् । जसको कारण केही समस्या भइरहेको छ ।', उनले यस्तै अवस्था रहेको खण्डमा ब्लड बैंकले नै केहीदिनमा रक्तदान कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने बताए ।

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	Staff Nurse	Few	14000-18000	PCL/NHPC registered
2	Lab Technician/ assistant	2	Negotiable	PCL/TSLC
3	CMA/ANM	Few	Negotiable	TSLC

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

प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय

स्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुर

बागमती प्रदेश, हेटौंडा

कोभिड १९ को संक्रमणबाट बचौ र बचाऔं

कोभिड १९ विरुद्ध खोप लगाई सकेका व्यक्तिहरुलाई गम्भीर बिरामी हुने जोखिम कम भएपनि संक्रमण हुने जोखिम रहिरहन्छ । लक्षण नदेखिएका व्यक्तिहरुले पनि अर्को व्यक्तिलाई संक्रमित बनाउन सक्ने भएकोले थाहै नपाई तपाईले आफ्ना प्रियजनहरु माझ संक्रमण फैलाईर हुन् भएको पनि हुनसक्छ । त्यसैले जहिले पनि नाक, मुख र चिउडो छोपिने गरि मास्क लगाई जीम्मेवार नागरिकको दायित्व पुरा गरौ ।

याद गरौं:
"कोभिड १९ विरुद्ध पूर्ण खोप लगाऔं आफू र आफ्नो परिवारलाई कोभिड १९ रोग लाग्नबाट बचाऔं"
"जनस्वास्थ्यको मापदण्डको कडा रुपमा पालना गरौं, गराऔं र कोभिडको संक्रमणबाट बची बचाऔं"

खुल्यो ! खुल्यो
नयाँ व्यवस्थापनका साथ अमलेखगञ्जको जस्तै
लोकल कुखुरा लगायत
मासुको आइटमको मीठो स्वाद
अब होटल म्याक्समा
होटल MAX
हेटौंडा-३, बसामाडी, मो.नं. ९८४५०२५७२७

डबल ब्ल्याक खाजा
स्वादिष्ट परिकारहरुः
- बफ म:म:, ससेज, चाउमिन र खाजा सेट
- चिकेन म:म:, ससेज, लेगपिस र चाउमिन
- बफ सुकुटी र छोयला
- हल्का पेय पदार्थ
- भेज चाउमिन

ओपाज
कफि पिउँदा
स्कुटी-१ प्लस मोबाइल र नगद रु.५०,०००।-, २०,०००।-, १०,०००।- ३ जनालाई, रु.५,०००।- ३ जनालाई र रु.३,०००।- ५ जनालाई पुरस्कार ।
डबल ब्ल्याक खाजा
हेटौंडा-२, चौकीटोल ९८५५०२८१९६, ९८४५०३०३४३
प्रो. झुलेन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ, किशोरकुमार दुङ्गेल

हेटौंडा उपमहानगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

हेटौंडा, मकवानपुर

करारमा कर्मचारी पदपूर्ति गर्ने सम्बन्धी सूचना

प्रथम पटक प्रकाशित मिति २०७८/१०/१५

गरिब परिवार पहिचान तथा परिचयपत्र वितरण निर्देशिका २०७५ र गरिब परिवार पहिचान तथा परिचयपत्र वितरण कार्यक्रम गुनासो सुनुवाइ मार्गदर्शन २०७८ मा व्यवस्था भए बमोजिम गरिब परिवार पहिचान तथा परिचयपत्र वितरण कार्यक्रम अन्तर्गत गुनासो सुनुवाइ सहयोग गर्न तपसिल बमोजिमको पद, तह र संख्यामा कर्मचारीकरारमा नियुक्ती गर्नु पर्ने भएकोले इच्छुक एवम् योग्यता पुगेका नेपाली नागरिकहरुले यो सुचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले ७ (सात) दिनभित्र (अन्तिम मितिमा सार्वजनिक बिदा परेमा सोको भोलिपन्ट) कार्यालय समयमा दरखास्त दिनुहुन सबैको जानकारीको लागि यो सुचना प्रकाशित गरिएको छ । दरखास्त फारम कार्यालयको वेबसाइट www.hetaudamun.gov.np बाट उपलब्ध हुनेछ ।

सि.नं.	विज्ञापन नं.	पद	सेवा तह	संख्या	दरखास्त दस्तुर
१.	०३०७८०७९	युनासो सुनुवाइ अधिकारी (अप्राविधिक)	राजपत्र अनंकित प्रथम स्तर	२ (दुई) जना	रु.४००।- राजश्वशाखामा जम्मा गरी रसिद पेश गर्नु पर्नेछ ।

१. शैक्षिक योग्यता: मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट प्रविणता प्रमाणपत्र तह वा सो सरह उतीर्ण गरेको ।
२. प्राथमिकता: गरिब परिवार पहिचान तथा परिचयपत्र बितरण कार्यक्रम अन्तर्गत स्थलगत तथ्यांक संकलन कार्यका लागि नियुक्त भई कार्य अनुभव प्राप्त सुपरीवेक्षक तथा गणक, स्थानीय जिल्लावासीलाई प्राथमिकताबिइनेछ ।
३. उमेरको हद:-१८ वर्ष पुरा भई ४५ वर्ष ननाघेको ।
४. दरखास्तसाथ संलग्न गर्नुपर्ने कागजात:- उम्मेदवारले तोकिएको शैक्षिक योग्यता, तालिम अनुभव र नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपीमा स्वयंले प्रमाणित गरि दरखास्त साथ पेश गर्नपर्नेछ ।
५. परीक्षाको किसिम, मिति तथा छनौट गर्दा अपनाइने कार्यविधि: अन्तरवार्ता, दरखास्त दिने अन्तिम दिनपछि प्रकाशित गरिने तथा हेटौंडा उपमहानगरपालिकामा करारमा प्राविधिक कर्मचारी व्यवस्थापन गर्ने कार्यविधि २०७५ ।
६. करार सेवा अवधि: गरिब परिवार पहिचान तथा परिचय पत्र वितरण निर्देशिका २०७५ को दफा २२ को उपदफा ५ मा व्यवस्था भए बमोजिम ।
७. काम गर्नु पर्ने स्थान: हेटौंडा उपमहानगरपालिका तथा अन्तर्गतका वडा कार्यालयहरु ।
८. पारिश्रमिक तथा अन्य सुविधा: गरिब परिवार पहिचान तथा परिचय पत्र वितरण निर्देशिका २०७५ को दफा २३ को उपदफा ३ मा व्यवस्था भए बमोजिम ।
९. उम्मेदवार अन्य कानुनद्वारा अयोग्य नभएको तथा तोकिएको म्यादभित्र दरखास्त पेश नभएको वा योग्यता नपुगेको वा तोकिएको अन्य विवरण नखुलेको वा अन्य रित नपुगेका दरखास्त स्वीकृत गरिने छैन ।
१. उपरोक्त बमोजिमको करार सेवा कुनै पनि समय कारण खुलाई वा नखुलाई रद्द गर्न सक्ने अधिकार उपमहानगरपालिकामा सुरक्षित रहनेछ ।
१०. थप जानकारीको लागि कार्यालयको फोन नं. ०५७-५२५८३९ मा सम्पर्क राख्न सक्नु हुनेछ ।

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

प्रदेश सरकार
कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय
बागमती प्रदेश, हेटौंडा, नेपाल

भेडाबाख्रामा लाग्ने पिपिआर रोगविरुद्ध सप्ताहव्यापी खोप अभियानबारे सूचना

पिपिआर भेडाबाख्रामा विषाणुबाट लाग्ने घातक संक्रामक रोग हो । यसलाई भेडाबाख्राको हैजा (Sheep and Goat Plague) पनि भनिन्छ । यो रोग नेपालका सबै जिल्लामा देखा परिसकेको छ । यो रोगको खास उपचार नभएकोले यसको नियन्त्रणको लागि सबै भन्दा प्रभावकारी पद्धति व्यापक रुपमा खोप लगाउनु (Mass vaccination) हो । यो रोग लागेमा निम्न क्लिनिजमका लक्षणहरु देखा पर्दछ:-

१. ज्वरो ४० देखि ४१ डिग्री सेल्सियस (१०४ देखि १०६ डिग्री फरेनहाइट आउने)
२. जनावर लोसे, शान्त वा चमक हुने,
३. नाकबाट पानी बग्ने, कालान्तरमा बाक्लो गन्हाउने सिंगान बग्नाउने, सिंगानको पाप्रा बनि नाकको प्वाल बन्द हुने,
४. आँखा रातो, कचेरा निस्केर, निरन्तर आशु बग्ने
५. गिजामा कनिका छरेजस्तो ससाना दाना देखिने,
६. अत्यधिक रगत नमिसिएको झाडापखाला लाग्ने र जलवियोजन हुने,
७. हाडछाला हुने गरी दुब्लाउने,
८. श्वास फेर्न गाह्रो हुने,
९. शरीरको तापक्रम घटेर जाने,
१०. रोग लागेको ३ देखि १० दिनमा मृत्यु हुने,
११. समयमै उपचार गर्न सकेमा पशु निको हुन पनि सक्दछ ।

यो रोग नियन्त्रणको सबै भन्दा उत्तम उपाय समयमै पिपिआर रोग विरुद्ध खोप लगाउनु हो । यस रोग विरुद्ध हरेक ३/३ वर्षमा खोप लगाउनु पर्दछ । खोप लगाउदा ३ महिना उमेर माथिका सबैलाई लगाउनु पर्दछ । यस रोगका विरुद्ध पहिलो पटक ३ महिनाको उमेर पुरा भएपछि लगाउने र तत्पश्चात खोप लगाउदा हरेक ३/३ वर्षको फरकमा फागुन देखि चैत महिनामा लगाउनु पर्दछ । खोप लगाउदा सानो वा ठुलो भेडा बाख्रालाई १ एमएल मासु वा छालामुनी लगाउनु पर्दछ । अन्यत्रबाट ल्याएका भेडाबाख्राहरुलाई खोप लगाएर २१ दिन छुट्टै राख्नु पर्दछ । फार्ममा जैविक सुरक्षा कडाईका साथ अवलम्बन गर्नु पर्दछ ।

पिपिआर रोगको रोकथामको लागि बागमती प्रदेश, कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय मातहतका कार्यालयहरु मार्फत मिति २०७८ माघ २५ देखि फागुन २ गतेसम्म प्रदेशका १३ वटै जिल्लाहरुमा सप्ताहव्यापी खोप अभियान सञ्चालन हुदैछ । उक्त अभियानमा सहभागी भई भेडाबाख्राहरुमा समयमानै खोप लगाउन मन्त्रालय सम्पुर्ण भेडाबाख्रा पालक कृषकहरुमा हार्दिक अनुरोध गर्दछ । थप जानकारीको लागि भेटेरिनरी अस्पताल तथा पशु सेवा विज्ञ केन्द्रहरु (मकवानपुर, चितवन, सिन्धुली, धादिङ, नुवाकोट, ललितपुर, दोलखा र काभे), पशुपन्छी तथा मत्स्य विकास निर्देशनालय, हेटौंडा वा यस मन्त्रालयमा सम्पर्क गर्नु हुन अनुरोध छ ।

कोरोनाबाट बच्न अनिवार्य मास्क र स्यानिटाइजरको प्रयोग गरौं, भौतिक दुरी कायम गरौं ।
सार्वजनिक हितका लागि जारी सूचना

साझाकुरा
www.sajhakuranews.com
"तपाईं, हामी सबैको कुरा "
हामी तपाईंहरुकै माझमा छौं, पाठकको चाहनालाई मध्यनजर गर्दै परिष्कृत ढंगले अघि बढ्दैछौं ।

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिकका लागि सविन न्यौपानेद्वारा प्रकाशित, सम्पादकः सरला खनाल. कार्यालय/मुद्रणः हेटौंडा-१ चौकीटोल, फोन नं.: ०५७-५२११५, E-mail:sajhakura@gmail.com, URL: www.sajhakuranews.com, पोष्ट बक्स नं. २९, मुद्रणः सफल छापाखाना