म.जि. प्र. का. द.नं. : १०६/०६८, वर्ष १२, अंक ४९ | शनिबार १ असोज २०७९ | ने. सं. ११४२ ञलगा | 17 September, 2022 | www.sajhakuranews.com | पृष्ठ संख्या ४ | मूल्य: रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

आफ्नै सूचना

आदरणीय पाठकवृन्द, आज यान्त्रिक उपकरणका प्रणेता भगवान विश्वकर्मा बाबाको पूजाको दिन भएकोले यस दैनिक छापिने मेसिन उपकरणको पूजा गरिने भएकोले भोलि (असोज २ गते) एक दिन अखबार प्रकाशन नहुने कुरा जानकारी गराउँछौं । यसबाट सम्पूर्ण वर्गमा पर्न जाने असुविधाप्रति क्षमा चाहन्छौं ।

सरला खनाल: सम्पादक
साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिक

मकवानपुरमा ९ हजार मतदाता थपिए

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ आगामी ४ मंसिरमा हुने प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा निर्वाचनका लागि निर्वाचन आयोगले तयारी तीव्र बनाएको छ ।

जसअनुसार निर्वाचन आयोगले शुक्रबार अन्तिम मतदाता नामावली स्वीकृत गरेको छ । मकवानपुरमा आगामी प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा निर्वाचनका लागि नयाँ मतदाता ९ हजार १ सय ७५ जना थपिएको प्रदेश निर्वाचन कार्यालय, हेटौंडाले जानकारी दिएको छ ।

गत ३० वैशाखमा भएको स्थानीय तह निर्वाचनपछि हेटौंडा-५, सानोपोखरास्थित निर्वाचन कार्यालयमा १ असारदेखि १९ साउनसम्म नयाँ मतदाता नामावलीको दर्ता खुलाइएको थियो । करिब ढेड महिनाभित्र ९ हजार १ सय ७५ जना मतदाता थपिएको कार्यालयका शाखा अधिकृत गोविन्दप्रसाद पौडेले जानकारी दिए ।

डेढ महिनाको बीचमा निर्वाचन कार्यालय परिसर मतदाता नामावलीमा नाम दर्ता गराउनेहरुको अत्यधिक भिड लागेको थियो । मकवानपुरबाट ३ लाख ४ हजार ९४ जनाको अन्तिम मतदाता नामावली स्वीकृत भएको निर्वाचन कार्यालयले जानकारी दिएको छ । मकवानपुरमा महिलाभन्दा बढी पुरुष मतदाता छन् ।

गत स्थानीय तहसम्म १ लाख ४९ हजार ९ सय ५४ जना पुरुष मतदाता र १ लाख ४४ हजार ९ सय ५९ जना महिला मतदाता रहेका थिए । हाल मतदाता थपिएपछिको तथ्याङ्क भने उपलब्ध हुन सकेन । अन्यमा ६ जना मतदाता छन् । निर्वाचन कार्यालयबाट नयाँ मतदाता बनाउनेदेखि जिल्लाबाट अन्यत्र मतदाता नामावली सार्नेहरु पनि थिए ।

गत ३० वैशाखमा भएको स्थानीय तह सदस्य निर्वाचनमा जिल्लास्थित १० वटा स्थानीय तह गरेर ३९ हजार ९ सय ४६ जना मतदाता थपिएका थिए । त्यतिबेला २ लाख ९४ हजार ९ सय १९ जना मतदाता थिए । स्थानीय तहको तुलनामा आगामी प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा निर्वाचनका लागि कम मतदाता थपिएको तथ्याङ्कले देखाएको छ । यसअघि २०७४ को स्थानीय तह निर्वाचनमा २ लाख २७ हजार ७ सय ५९ मतदाता रहेका थिए । जिल्लाको १० वटा स्थानीय तहमध्ये सबैभन्दा बढी मतदाता हेटौंडा उपमहानगरपालिकामा १ लाख ४ हजार ४ सय ७३ जना मतदाता छन् ।

थाहा नगरपालिकामा ३२ हजार ३ सय ७, बकैयामा २९ हजार ९ सय ४३, बागमतीमा २२ हजार ४०, भीमफेदीमा १७ हजार ४ सय २८, मनहरीमा २६ हजार ७ सय २१, मकवानपुरगढीमा १९ हजार १ सय १८, राक्सिराङमा १५ हजार ८ सय ३२, कैलाशमा १४ हजार ५ सय ८६ र सबैभन्दा कम इन्द्रसरोबरमा १२ हजार ४ सय ७१ जना मतदाता रहेका थिए ।

स्थानीय तहको निर्वाचनमा १ सय ६५ वटा मतदान स्थल निर्धारण गरिएको थियो । यी स्थलमा ३ सय ५६ मतदान केन्द्र निर्धारण गरिएको थियो । २०७४ को स्थानीय तहको निर्वाचनमा १ सय ६४ वटा मतदान स्थलमा २ सय ९५ मतदान केन्द्र निर्धारण गरिएको थियो । आगामी ४ मंसिरमा हुने निर्वाचनमा सबैभन्दा बढी मतदाता बागमती प्रदेशमा रहेका छन् । निर्वाचन आयोगले शुक्रबार सार्वजनिक गरेको अन्तिम मतदाता नामवली अनुसार बागमती प्रदेशमा ३४ लाख ७१ हजार ४ सय ९२ मतदाता रहेका हुन् । बागमतीपछि प्रदेश १ मा ३३ लाख ९६ हजार ८ सय ६५ र मधेश प्रदेशमा ३३ लाख ८६ हजार ६ सय २८ मतदाता रहेका छन् ।

आयोगका अनुसार सबैभन्दा कम मतदाता कर्णाली प्रदेशमा छन् । कर्णाली प्रदेशमा १० लाख ८ हजार ४ सय ३ मतदाता रहेका छन् । सुदूरपश्चिम प्रदेशमा १६ लाख ५८ हजार ४ मतदाता र गण्डकी प्रदेशमा १८ लाख १७ हजार ५ सय ४१ मतदाता रहेका छन् । आयोगका अनुसार देशभर १ करोड ७९ लाख ८८ हजार ५ सय ७० मतदाता कायम भएका छन् ।

आगामी प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा सदस्यको निर्वाचनमा देशभर कूल १ करोड ७९ लाख ८८ हजार ५ सय ७० मतदाता कायम भएका छन् । १९ साउन भित्र मतदाता नामावलीमा नाम दर्ता गरी २०७९ मंसिर ३ सम्ममा १८ वर्ष पूरा गरेकाको अन्तिम नामावली स्वीकृत गरेको हो । जसमा ८८ लाख ४७ हजार ५ सय ७९ महिला, ९१ लाख ४० हजार ८ सय ६ पुरुष र १ सय ८५ जना अन्य गरी १ करोड ७९ लाख ८८ हजार ५ सय ७० मतदाता कायम गरेको हो ।

मतदाता संख्याका आधारमा आयोगले देशभर १० हजार ८ सय ९१ मतदानस्थल र २२ हजार २ सय २६ मतदान केन्द्र निर्धारण गरेको छ । मृत्यु भएका र दोहोरिएका मतदातालाई हटाइएको छ । मृतक र दोहोरिएका गरी २ लाख ३० हजारको नाम मतदाता नामावलीबाट हटाइएको आयोगले जनाएको छ ।

लाइसेन्सको परीक्षा मापदण्ड स्थगित

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ बागमती प्रदेशमा आजबाट लागू हुने भनिएको सवारी चालक अनुमतिपत्र (लाइसेन्स) को परीक्षामा नयाँ मापदण्ड स्थगित भएको छ ।

बागमती प्रदेश सरकारले आज असोज १ गतेबाट लागू हुने भनिएको सवारी चालक अनुमतिपत्र (लाइसेन्स) को परीक्षामा नयाँ मापदण्ड अन्तिम समयमा स्थगित भएको हो । बागमती प्रदेशको श्रम, रोजगार तथा यातायात मन्त्रालयका प्रवक्ता हरिहर पोखेलले आवश्यक तयारी नपुगेकाले तत्कालको लागि उक्त प्रणालीलाई स्थगित गरिएको बताए ।

संघीय सरकारको यातायात व्यवस्था विभागले तयार गरेको निर्देशिकाअनुसार ७० अंक ल्याए उत्तीर्ण हुने व्यवस्थाअनुसारको मापदण्ड लागू गर्न लागेको प्रदेश सरकारले तयारी गरेको थियो । मापदण्ड लागू भएपछि लाइसेन्सको परीक्षा हुने पाँचै यातायात कार्यालयबाट नयाँ निर्देशिकाअनुसार परीक्षा सञ्चालन गरिने पोखेलको भनाइ छ ।

उनका अनुसार नयाँ मापदण्ड लागू भएमा लाइसेन्सको प्रयोगात्मक (ट्रायल) परीक्षामा १०० अंकमध्ये ७० अंक प्राप्त गरेको खण्डमा सहजै लाइसेन्स प्राप्त गर्न सकिनेछ । प्रदेशको हेटौंडामा एउटा र काठमाडौंमा चारवटा स्थानबाट लाइसेन्सको परीक्षा सञ्चालन हुन्छ ।

अस्पतालमा डेंगुका बिरामी भेट्न पुगे उपमेयर

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ हेटौंडा अस्पतालमा डेंगु रोगका बिरामीहरुले खचाखच भएको छ । हेटौंडा डेंगु रोग महामारीको रुपमा देखिएसँगै अस्पतालको बेड भरिभराउ भएको छ ।

डेंगुका बिरामी दैनिक बढिरहेको र अस्पतालमा बिरामीको संख्या अत्यधिक बढेपछि शुक्रबार हेटौंडा उपमहानगरपालिकाका उपमेयर राजेश बानियाँ अनुगमनमा पुगेका छन् । अस्पतालमा उपचाररत् बिरामीहरुको अवस्था बुझ्न उनी पुगेका थिए ।

बिरामीहरुलाई हौसला बढाउने र अस्पतालका समस्याहरु समाधानका लागि पहल गर्ने र सुधारका काममा सक्रिय रहने प्रतिवद्धता उपमेयर बानियाँले व्यक्त गरेका छन् ।

उपमेयर बानियाँले बिरामीको अवस्थासँगै नयाँ भवनमा सरेर सेवा प्रवाह गरिरहेको उक्त अस्पतालकोसेवा प्रवाह, समस्यालगायतका विषयमा जानकारी लिएका छन् । अस्पतालले नयाँ भवनबाट सेवा दिन सुरु गरेपछि विगतको अवस्थाभन्दा परिवर्तन आएको पाइएको छ ।

उपमेयर बानियाँले अस्पतालको आकस्मिक कक्ष, बहिरंग सेवा, फार्मेसी, टिकट काउण्टर लगायतको अनुगमन गरेका छन् । बिरामीको अत्यधिक चाप रहेको अस्पतालमा उपचारका लागि सेवाग्राहीहरुले लामो समय कुर्नुपर्ने बाध्यता रहेको बानियाँसँग गुनासो गरेका थिए । बानियाँसँग टिकट काट्न, चेकजाँच गर्न र फार्मेसीबाट औषधी लिन धेरै समय लाइन बस्नुपर्ने बाध्यता रहेको सुनाएका हुन् । अस्पतालले थप जनशक्ति माग गरिरहेकाले उक्त समस्या केही समयभित्र हट्ने जानकारी दिएको छ ।

बानियाँले बिरामीहरुलाई हौसला बढाउने र अस्पतालका समस्याहरु समाधानका लागि पहल गर्ने र सुधारका काममा सक्रिय रहने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका छन् । उनले अस्पतालका मेडिकल सुपेरिटेण्डेण्ट डा. रामचन्द्र सापकोटालाई अस्पतालको सेवा चुस्तदुरुस्त राख्न र स्वास्थ्य उपचार सेवामा आम नगरिककोको सहज पहुँच हुने अवस्थाको सृजना गर्न निर्देशन दिए । डा.सापकोटाले बढ्दो बिरामीको चापका कारण हाल कार्यरत् कर्मचारी अपुग रहेको र नयाँ कर्मचारी भर्ना प्रक्रिया चलिरहेको भन्दै समस्या समाधानमा लागि परेको बताएका छन् ।

ॐ वृद्धाश्रमलाई सहयोग

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/हेटौंडा उपमहानगरपालिका-२, स्थित ॐ वृद्धाश्रममा कर्मचारी सञ्चय कोष हेटौंडा शाखा कार्यालयले खाद्यन्न सहयोग गरेको छ ।

कोषको ६१ औं वार्षिक उत्सवको अवसरमा वृद्धाश्रममा खाद्यान्न सहयोग गरेको हो ।

कोषको तर्फबाट चामल दुई बोरा, दाल ५ केजी, मिक्स गेडागुडी ५ केजी, तेल ५ लिटर, नुन ५ पाकेट, मस्यौरा १ बोरा, फ्रुटी एक कार्टुन, मसला १ केजी, भुजा २ केजी, चिउरा ५ केजी, बिस्कुट ५ पाकेट, फलफुल (स्याउ) ५ किलो, आलु ५ किलो र तरकारीहरु फर्सी, स्कुस, कागती वृद्धाश्रमलाई उपलब्ध गराएको हो ।

सञ्चय कोष शाखा कार्यालय हेटौंडाका प्रमुख राजेन्द्र लामिछानेसहित कर्मचारीहरुले ॐ वृद्धाश्रमका अध्यक्ष सिद्धिलाल श्रेष्ठ र कोषाध्यक्ष फणिन्द्रप्रसाद तिमल्सिनालाई खाद्यान्न तथा फलफूल सामग्री हस्तान्तरण गरे ।

ॐ बृद्धाश्रममा २५ जनाले आश्रय लिइरहेको कोषाध्यक्ष तिमल्सिनाले जानकारी दिएका छन् ।

घर तथा फ्ल्याट भाडामा

हेटौंडा-२ स्थित सिद्धार्थ स्कुल अगाडि रहेको साडे २ तल्ला घर भाडामा रहेको हुँदा अफिस, आवास तथा गोदामको लागि आवश्यक महानुभावहरुले तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोला ।

हेटौंडा-५, अब्बलडाँडामा रहेको १ तल्ला घर बिक्री तथा भाडामा रहेको छ ।

हेटौंडा-५, पिप्ले रुद्रेश्वर मन्दिर नजिक रहेको २६ धुर जग्गा बिक्रीमा रहेको हुँदा इच्छुक महानुभावहरुले तुरुन्छ सम्पर्क गर्नुहोला ।

सम्पर्क नं. ९८५११३२८७४
९८४५०२८४३१

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 वेल्डिङ
☞टायर ब्यालेन्स, पन्चर र फेर्ने काम मेशिनबाट
☞इन्जिनसम्बन्धी सबै काम

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

BCA — Application form for Entrance Exam Ongoing
BIM — Online Entrance Application form for CMAT Bhadra 27
BBS — ADMISSION IS OPEN NOW

HETAUDA SCHOOL OF MANAGEMENT AND SOCIAL SCIENCES
www.hsm.edu.np
"कडा अनुशासन, स्तरीय शिक्षा"
Hetauda-4, Makawanpur | info@hsm.edu.np | 9855074222

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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

हावामै चार्ज हुनेछन् स्मार्टफोन, चाहिने छैन तार

काठमाडौं- आफ्नो स्मार्टफोन चार्ज गर्न तपाईं कुन-कुन तरिका प्रयोग गर्नुहुन्छ ? तारयुक्त चार्जर वा वायरलेस चार्जिङ प्रविधि । वायर्ड चार्जरमा पनि विभिन्न खालका अप्सन उपलब्ध छन् । यसमा फास्ट तथा सुपरफास्ट चार्जिङ जस्ता विकल्प हुन्छन् । तर तपाईंको फोन चार्ज गर्नका लागि विद्यमान तारयुक्त चार्जर वा वायरलेस चार्जिङ दुबै आवश्यक पर्नेछैन भविष्यमा । किनकी हावाले नै स्मार्टफोन चार्ज गरिदिनेछ ।

जसरी हाल वास्तविक वायरलेस इयरफोनको प्रयोग आज तपाईं गरिरहनुभएको छ त्यस्तै ट्रू वायरलेस चार्जिङ प्रविधि उपलब्ध हुनेछ । उक्त प्रविधिको नाम Over The Air चार्जिङ टेक्नोलोजी हो । यो प्रविधिमा स्मार्टफोनलाई कुनै तारविनै हावामै चार्ज गर्न सकिनेछ । सन् २०२१ को सुरुवातमा शाओमी तथा अन्य कम्पनीहरुले यो प्रविधिमा काम गरिरहेको बताएका थिए । शाओमी कम्पनीले यसको नमूना पनि देखाएको थियो जसमा चार्जिङ बक्समा १४४ एन्टिनाको प्रयोग गरिएको थियो ।

इसको सहयोगमा वेभ सिग्नल प्रशारण हुन्छन् । ती सिग्नलहरु १४ एन्टिनाको सहयोगमा स्मार्टफोनसम्म पुग्दछन् । जसले सिग्नललाई ५ वाटको ऊर्जामा बदलिदिन्छ । यसबाट स्र्माफोन हावामै चार्ज हुन थाल्दछ । कम्पनीले यो प्रविधिलाई Mi Air Charger नाम दिएको छ ।

सन् १९०१ बाटै प्रयास जारी

ट्रू वायलेस चार्जिङ प्रविधि तयार गर्ने कोसिस गरिरहेको शाओमी पहिलो कम्पनी भने होइन । सन् १९०१ म निकोला टेस्लाले न्युयोर्कस्थित लङ्ग आइल्याण्डमा आफ्नो प्रयोगका क्रममा वार्डेनक्लिफ टावर भनिने टेस्ला टावर बनाएका थिए । उक्त प्रयोग वायरलेस पावर ट्रान्समिसनसँग सम्बन्धित थियो । भलै यो प्रविधि बजारमा आयो तर मानिसले यसलाई खासै मन पराएनन् जसका कारण यो आम प्रयोगकर्तासम्म अझै पनि पुग्न सकेको छैन । यसका विभिन्न कारण छन् ।

शाओमीले पनि जुन प्रविधि ल्याएको थियो त्यसमा केवल ५ वाटको चार्जिङ उपलब्ध थियो । १५० वाटसम्मको फास्ट चार्जिङ को जमानामा ५ वाटको चार्जिङ कसलाई चाहिन्छ र ? अझ वास्तविक वायरलेस चार्जिङका लागि थप अतिरिक्त पाटपुर्जा जडान गर्नुपर्ने हुन्छ । जुन झण्झटिलो हुन्छ ।

प्रविधि हरेक दिन विकसित भैरहेको हुन्छ र विद्यमान प्रविधि जगत हरेक पल पहिले भन्दा उत्कृष्ट भइरहेको हुन्छ । त्यसैले विश्वास गरौं कुनैदिन हावाबाट मोबाइल चार्ज गर्ने प्रविधि पनि सहज तथा सुलभ होला । प्रयोगकर्तालाई थप पाटपुर्जा जोड्ने झण्झट नहोला र चार्जिङ स्पीड पनि बढी हुन सक्ला ।

-एजेन्सी

यौन/जीवनशैली

चाडपर्वमा महिनावारी रोक्ने औषधि: केही हानि गर्छ ?

काठमाडौं/ सोह्र श्राद्ध सुरु भएपछि रुपा थापाले महिनावारी पर सार्ने औषधि खाइरहेकी छिन् । उनी भन्छिन्, 'दुई दिनपछि ससुराको श्राद्ध गर्नुछ । एक्ली बुहारी भएकाले सबै काम आफैं गर्नुपर्छ । यस्तो बेला महिनावारी भयो भने श्राद्धको काम गर्न मिल्दैन ।' महिनावारी भएको बखत 'छुवाछुत' गर्नु हुँदैन भनी धारणा राख्ने रुपा एक्ली होइनन् । उनीजस्तै चावहिलकी विमला सापकोटाले पनि केही दिनअघि महिनावारी पर सार्ने औषधि खाइन् । घरको सबै परिवार दोलखाको भीमसेन मन्दिर जाने भएपछि आमाको सल्लाहमा विमलाले औषधि खाएकी थिइन् ।

'मन्दिर जाने दिन र महिनावारी हुने समय लगभग एकै अवधिमा परेकाले औषधि खाएँ' उनी सुनाउँछिन्, 'औषधिले गर्दा महिनावारी त भएन । तर जीउ दुख्ने, कमजोरी महसुस हुने, दिक्क लाग्ने भइरह्यो ।' चाडपर्वको याम सुरु हुँदैछ । दशैं, तिहारजस्ता पर्व हुन् वा घरपरिवारमा हुने धार्मिक कार्य, 'चोखो बस्नुपर्छ' भन्ने पुरातन धारणा छ । यही धारणालाई शिरोपर गर्दै कतिपय महिलाले महिनावारी पर धकेल्ने औषधि खाने गरेका छन् ।

त्यसो त चाडपर्व वा पारिवारिक जमघटका बेला महिलाले भात-भान्साको काम सम्हाल्नुपर्ने बाध्यता हुन्छ, खासगरी नेपाली समाजमा । अत: यतिबेला चोखो बस्नका साथै महिनावारीको पीडाबाट मुक्त हुन कतिपय औषधि खाने गर्छन्, जसले महिनावारीलाई केही अवधिका लागि पर धकेल्छ । सामान्य दिनमा भन्दा पनि चाडपर्वको समयमा महिनावारी रोक्ने औषधि बढी खपत हुने रेवतीरमण पोलिक्लिनिककी कुसुम गुरुङ बताउँछिन् । 'सोह्र श्राद्ध सुरु भएसँगै धेरै महिला यस्तो औषधि किन्न आउँछन्,' गुरुङ भन्छिन्, 'दशैं तिहार आउनुअघि यसको बिक्री अझै बढ्छ ।'

जथाभावी यस्तो औषधि किनेर मनोमानी ढंगले खानु हानिकारक हुनसक्ने उनी बताउँछिन् । 'सकेसम्म चिकित्सकको परामर्श लिएर मात्र खानु भन्छौं,' उनी भन्छिन् । सहरमा मात्र नभई ग्रामीण क्षेत्रमा पनि अहिले महिनावारी पर सार्ने औषधि खाने क्रम बढेको उनी सुनाउँछिन् । के चाडपर्व र कुनै विशेष काममा यस्ता महिनावारी पर सार्ने औषधि प्रयोग गर्न कत्तिको उचित हो ? यसले शरीरमा कुनै हानि गर्छ ? 'महिनावारी प्राकृतिक प्रक्रिया भएको हुँदा सकेसम्म नखाएको राम्रो,' प्रसूति तथा स्त्रीरोग विशेषज्ञ डा. दीपा चुडाल भन्छिन्, 'कहिलेकाहीं खानैपर्ने बाध्यता हुनसक्छ । यस्तो अवस्थामा खाँदा त्यस्तो कुनै हानि गर्दैन । तर नियमित खानु राम्रो होइन ।'

के हुन्छ हानि ?

महिनावारी पर सार्ने औषधिले खासगरी महिलाको हर्मोनलाई असन्तुलित बनाउन सक्छ । यसैको कारण औषधि सेवनपछि रक्तस्राव बढी हुने जोखिम हुन्छ । महिनावारी गडबड हुनसक्छ, जीउ दुख्न सक्छ । 'रगत बाक्लो हुने रोग, मोटोपन, उच्च रक्तचाप, माइग्रेन भएकाहरुले सम्भव भएसम्म यस्तो औषधि नखाएकै राम्रो,' डा. चुडाल भन्छिन् ।

महिलाको महिनावारी दुई हर्मोनमा निर्भर हुन्छ, एस्ट्रोजन र प्रोजेस्टेरोन । महिनावारी हुन नदिन यी हर्मोन विरुद्धको चक्की खानुपर्ने हुन्छ । यसको सोझो अर्थ के भने यी चक्कीले हर्मोनल चक्रलाई असर गर्छ । त्यस्तै, महिनावारी रोक्ने चक्की खाँदा कति मात्रामा खाने, कुन समयमा खाने भन्ने कुरा चिकित्सकहरुको सुझावमा खानुपर्ने ईशान बाल तथा महिला अस्पतालमा कार्यरत आईभीएफ विशेषज्ञ डा. ज्योति अग्रवाल बताउँछिन् । हर्मोनकै औषधि भएको हुँदा कहिलेकाहीं खाँदा कति मात्रामा खानुपर्छ भनेर बुझेर खाँदा धेरै हानि नगर्ने उनी बताउँछन् ।

जब हुन्छ गडबड

आफूखुसी यस्ता औषधि खानेहरु महिनावारी गडबडी भएको समस्या लिएर चिकित्सकहाँ आउने डा. अग्रवाल बताउँछिन् । 'महिनावरी रोक्ने औषधि खाएकाहरुले निश्चित अवधि गुज्रिसकेपछि महिनावारी भइहाल्छ भन्ने सोच्छन्,' डा. अग्रवाल भन्छिन्, 'तर त्यस्तो हुँदैन । महिनावरी औषधि खान छाडेको केही दिनपछि मात्र पनि महिनावारी हुनसक्छ ।' त्यसैले महिनावरी पर सार्ने औषधि कसरी, कति खाने भन्ने कुरामा हेक्का राख्नुपर्ने उनको सुझाव छ ।

डा. अग्रवालका अनुसार चिकित्सकहरुले तीन अवस्थालाई मध्यनजर गरेर कसलाई यो औषधि दिने र कसलाई नदिने भनेर विभाजन गरेका छन् । एउटा न्यून जोखिमका बिरामी, अर्को मध्यम जोखिम र तेस्रो भनेको उच्च जोखिम । मुटुरोग नभएका, स्ट्रोक र प्यारालाइसिस पहिले नभएको, मद्यपान र धुम्रपान नगर्ने, ठिक्क तौल भएका महिलाहरुले खाँदा बढी असर नगर्ने हुँदा न्यून जोखिममा राखिएको छ । मध्यम जोखिम भएका बिरामी जस्तै, उच्च रक्तचाप भएका बिरामी, माइग्रेनको समस्या भएका बिरामीलाई भने विचार गरेर कति दिन खाने, कति मात्रामा दिने सबै सल्लाह दिएर मात्र खान दिने गरिन्छ । त्यसैगरी, मुटुरोगका बिरामी, स्ट्रोकको हिस्ट्री भएका बिरामी, अत्यधिक तौल भएका व्यक्तिलाई भने सकेसम्म सकेसम्म हर्मोन औषधि दिइँदैन ।

माइग्रेनका बिरामी र १२० केजी बीएमआई बढी भएका बिरामीमा रक्तचाप बढाउने, रगत जमाउने, स्ट्रोक हुने न्यून सम्भावना हुने उनको भनाइ छ । परिवारमा प्राय: केही न केही कहिले चाडपर्व, कहिले विवाह, कहिले व्रतबन्ध, श्राद्ध केही न केही आइरहन्छन र महिनावारी महिना पिच्छे हुने हुँदा जुध्न सक्छ । 'जुध्यो भन्दैमा केही नभएको शरीरमा औषधि खाइरहनु राम्रो हुँदैन । सकेसम्म एक वर्षमा एकपटक नत्र चाडपर्वको नाममा नखाँदा नै बेस हुन्छ,' उनी भन्छिन् ।

अमेरिकन नेसनल लाइब्रेरी अफ मेडिसिनका अनुसार महिनावारी लम्ब्याउने औषधि स्वास्थ्यको लागि हानिकारक हुन्छ । यस प्रकारको औषधिको प्रयोगले शरीरबाट राम्रो ब्याक्टेरियालाई पनि मार्न हुन्छ । जसकारण महिलामा फदयघात, अल्सर, मिर्गौला, कलेजो र आन्द्रा सम्बन्धी समस्याको सम्भावना हुन्छ । -साभार: अनलाइनखबर

साहित्य

दशैंको अनुभव

अनन्य चौधरी

दशैं पर्व नेपालको हिन्दुहरुको सबैभन्दा ठूलो चाड हो । धेरै हर्षोउल्लासका साथ यो पर्व मनाइन्छ । नेपालभर हिन्दु धर्मावलम्वीहरुले दशैं मनाउने गर्दछन् । यो पर्वले मानिसमा खुसी ल्याउने र एकताको सन्देश दिने पर्व हो ।

यो पर्व नेपालका साथ भारतका केही राज्यहरुमा बसोबास हुने नेपालीहरुले पनि मनाउँछन् र भारतमा नवरात्रिको नाममा पनि मनाइन्छ । यो पर्व नेपालमा विशेषगरी कतैकतै १५ दिनसम्म मनाइन्छ भने कतै चाहिँ १० दिनसम्म मनाइन्छ । यो पर्व असोज कार्तिकमा पर्ने गर्दछ । यो पर्व एकता, सत्यको विजय र खुसीको सुरुवातको प्रतीक हो ।

दशैंको प्रत्येक दिन विशेष हुन्छ । घटस्थापनाबाट सुरु भई विजयादशमीमा सम्पन्न हुने यो पर्व विजयादशमीमा समाप्त हुन्छ । घटस्थापनाका दिन मानिसहरुले घरको पवित्र कुनामा धान र जौको बिउ रोपेर जमरा नामक विरुवा राख्छन् ।

पर्वको पहिलो दिनलाई घटस्थापना भनिन्छ । यस अवधिमा देवी दुर्गाको पूजा गरिन्छ । सातौं दिनलाई फूलपाती भनिन्छ र यस दिन गोरखा दरवारबाट पुजारीको सहयोगमा जमरालाई हनुमानढोका, काठमाडौंमा ल्याइन्छ । महाअष्टमी (आठौं दिन) सम्म मानिसहरुले बोका, हाँस, भैंसी, कुखुरा आदि मातालाई चढाउँछन् र प्रसादको रुपमा मासु खान्छन् । जनावर र पशुपंक्षी चढाउनुको कारण तिनीहरु देवी दुर्गाको प्रतीमाको पूजा गर्छन् ।

कोही कोही मन्दिरहरुमा पनि जान्छन् । उनीहरुले शक्ति र समृद्धिका लागि उनको आशीर्वादको कामना गर्छन् । टीकाको मुख्य दिन अर्थात् दशौं दिनलाई विजया दशमी भनिन्छ । यस दिन मानिसहरु निधारमा रातो रङको चामलको दाना टाउकोमा जमरा र जेष्ठ नागरिकहरुबाट आशीर्वाद लिने गर्दछन् । सुस्वास्थ्य, सुख, उन्नति समृद्धि र दीर्घायुको आशीर्वाद पाउँछन् । मानिसहरु नयाँ लुगा लगाउँछन, आफन्तहरुलाई भेट्छन् र स्वादिष्ट भोजनको आनन्द लिनेछन् । दशैं पर्व असत्यमाथि सत्यको विजयको प्रतीक पनि हो ।

कक्षा : ८, नवोदय शिशु सदन

कविता

ममताकी खानी

उत्सवराज शाक्य

मेरी प्यारी आमा
कति माया गर्ने
राम्रोसँग बोलाउने
मिठो खाजा पकाउने

राम्रा कुराहरु बुझाउने
राम्रो संस्कार सिकाउने
मलाई पनि मनपर्ने
सबैले माया गर्ने

कक्षा : ३, नवोदय शिशु सदन

प्रिय बाबा !

बबिता देवकोटा

सम्झँदै झरेका दुई थोपा
आँसुका धाराले
कविताको शब्द रुझेको छ
सदा सदा आमाकै
मात्र गुनगानमा कतै
लुकेको तिम्रो महिमा
आज बल्ल शब्द कोंन
कालो कलम भेटाएछु
चटक्कै बिर्सेका मजस्ता छोराछोरीले
तिमीले झेलेका अप्ठ्यारा र
लुकाएका पीडा खै कसरी खोतल्न सक्छु
मजस्तालाई हुर्काउन र पढाउन

तिमीले त्यागेको यो देशको माटो
तिमीले बगाएको पसिनाको खोलोको
ऋण यिनै शब्द सापटीले तिर्दछु
आफू कठिन यात्रा तय गरी
हामीलाई सहज गोरेटो डोराउने
कसरी पूजा गरुँ तिम्रो
ईश्वरभन्दा माथि तिम्रो रुप देख्छु

चाउरिएका गाला अनि फुलेका दारी
सकेसम्म लुकाएर हामीलाई
मिठो मुस्कान दिन्छौ
सारा पीडा बिर्सी कतै
बाध्यताका थुप्रासँगै
रहर कतै भासिएछन्
पुरुष रुन हुन्न भन्ने
समाजको कुरा मान्दा
गुम्साएर आफूभित्र कति बस्यौ होला
परिवारको जिम्मेवारी
ठूलो भारी बोकी हिँड्यौ
बिसन्चोले थला पर्दा
ओछ्यानमा एक्लै भयौ
तिम्रो बयान संसारकै
शब्द किन्दा नपुग्लाकी
धैर्य गर मेरो बाबा
फिर्छन् दिन तिम्रो पनि ।

कविता
हाट बजार

धिरज बराल

हिजोआज यहाँ
ठूलो हाट लागिरहेको छ
एकातिर
विचार, सिद्धान्त, लाज,
नैतिकता, आदर्श
थाङ्नामा फिंजाएर
भाउ खोज्दैछन् व्यापारीहरू
अर्कातिर
टिकट, कुर्सी, पैसा, आश्वासन
हातमा खेलाउँदै
मोलतोल गर्दैछन् क्रेताहरू
यो शुद्ध पशु हाट हो
साँझसम्म यहाँ
बेच्नेहरू 'मान्छे' बेचेर फर्कन्छन्
किन्नेहरु 'पशु' किनेर फर्कन्छन् ।

भूमिराज पौडेल

अज्ञात श्रीमतीलाई पत्र !

१० दिन घर बाहिर बस्दा पनि कहाँ बसिस् भनेर शंकाको नजरले हेर्ने छैन । तिमी मेरो विश्वासमा लात कहिले नमार्नू र म पनि तिम्रो विश्वास कहिल्यै तोड्ने छैन ।

प्रिय हुनेवाली अज्ञात श्रीमती, खै के भनेर सम्बोधन गरूँ म! मायालु भनुँ त मायारुपी शब्दहरू नै छैनन् । प्रियसी भनुँ त जीवनको दुई दशक बितिसक्दा पनि तिम्रो प्रिय हुन सकेको छैन । श्रीमती भनौं त स्वयमबरका मालाहरू बनेका नै छैनन् । अहिलेसम्म हामी दुई अन्जान नै छौं ।

कहाँ छौ ? कस्ती छौ ? कस्तो छ आनिबानी ? केही पनि थाहा नै छैन तर यति थाहा छ कि तिमी एक असल व्यक्ति हुनेछौ । हुन त तिमी रङ्गिन दुनियाँमा रम्दै मलाई याद नै गर्न भुलेकी छौ होला । तिमीलाई आज म पहिलोपटक तिमी भनेर सम्बोधन गर्दैछु । तिमीले कहिलेबाट मलाई जान्नेछौ थाहा छैन, कहिलेबाट चिन्नेछौ त्यो पनि थाहा छैन । कहिलेबाट माया गर्ने हौ त्यो जान्दिनँ तर तिमी अन्जान भए पनि सुन्दर छौ । त्यसैले पहिलोपटक पत्र लेख्दै छु ।

सबैले भन्ने गर्छन् अब त बेला भैसक्यो, कोही त आउनुपर्ने जिन्दगीमा खाली ठाउँ भर्नलाई । हरेक कुराको समय आउँछ भन्छन् नि, हो त्यही समयको प्रतीक्षामा बसेको छु भनेर टारिदिन्छु । प्रिय अज्ञात श्रीमती, कहिलेकाहीँ आफै कल्पना गर्छु । कल्पनाभित्र नै कुवाँमा भ्यागुतोले डुबुल्की हाने झैं डुब्छु अनि फेरि त्यही कल्पनामा नै रमाउँछु ।

खै! कसरी भनुँ या कहाँबाट सुरु गरुँ । तिमीलाई लजालु खालको सोझो, इमान्दार, जान्ने बुझ्ने श्रीमान चाहिएको होला । तर म लजालु छैन, इमान्दार भने अवश्य छु । बढी व्याख्या गरें भने फेरि गफ लगायो भन्छौ होला । पढेलेखेको छु, धेरै जान्नी भने छैन तर समयले सिकाएका कुराहरू राम्ररी बुझ्छु, बुझ्दै छु । सबैसँग खुलेर बोल्ने गर्छु, फेरि अन्यथा नसोच्नु नि ! तिमी आएपछि हल्का लजालु स्वभावको बनाइदेऊली नि, हुन्न ? यो दिन भनेर त म तोक्न सक्दिनँ तर तिमीलाई पहिलोपटक ठूलो मानिसको भिडमा देख्नेछु, आखिर कयौं परिचित अपरिचित मानिसको भिडमा तिमीलाई हेर्न पुग्नेछु ।

तिमी सुन्दर, सबै कुरामा भरिपूर्ण हुनुपर्छ भन्दिनँ तर जिम्मेवार व्यक्ति भने हुनुपर्यो । सधैं श्रीमानको नजरले मलाई हेर्नुपर्छ पनि भन्दिनँ, साथीको नजरले हेरिदिए पनि पुग्छ । मलाई थाहा छ तिमी पनि प्रेम सम्बन्धबाट थाकिसकेकी हुनेछौ । सजिलै मलाई विश्वास गर भन्दिनँ तर यति प्रेम र साथ दिन्छु कि तिमी मलाई अवश्य विश्वास गर्नेछौं । ढाँटेको हैन, साँच्चै भन्दैछु ।

तिमी स्वर्गकी अप्सरा जस्ती हुनुपर्छ भन्ने छैन किनकी अप्सरा कस्ता हुन्छन् मलाई थाहा पनि छैन र देखेको पनि छैन । तिम्रो बोलिवचन र व्यवहार राम्रो भए पुग्छ । तिमीलाई मंहगो गाडीमा घुमाउन नसकुँला, सुनैसुनले ढाक्न नसकुँला तर यो शरीरमा मेरो आत्मा रहुन्जेल तिमीलाई साँझ-बिहान पूरा पेट खुवाउन सक्छु ।

यो पढ्दै गर्दा तिमीले मेरो पत्रलाई स्वीकार गर्नुपर्छ भन्ने छैन । तिमी एक खुला आकाशमा उडेकी चरी हौ । तिमीलाई पिँजडामा राख्नुपर्छ भन्ने मेरो धारण छैन । तिमीलाई स्वतन्त्र नै छाडिदिन सकुँ । मेरो हुनुपर्छ, मेरो बाहेक अरु कसैको हुन पाउदिनौ भन्नु पनि छैन । यदि तिमी मलाई चाहान्छौ भने मात्र, मलाई माया गर्छौ भने मात्र म तिम्रो लायक छु भन्ने बुझ्छु ।

अहिले तिमीसँग बिहे गर्न राम्रो केटा आयो भने बिहे गरिहाल है । मलाई कुर्नुपर्दैन, फेरि मसँग बिहे गरेर आएपछि 'डाक्टर आएको थियो, म्यानेजर आएको थियो, लाहुरे आएको थियो, पाइलट आएको थियो, पिआरवाला आएको थियो, सरकारी जागिरेहरू सबै आएका थिए । मेरो भाग्य फुटेको तिमीसँग बिहे गरेर आउन लेखेको रैछ आएँ' भन्दै कचकच गर्न पाउदिनौ ।

प्रिय अज्ञात, हामी मरेर प्रेमलाई अमर बनाउने हैन बाँचेर प्रेममा रमाउने हो । तिमी आफैले रोजेको जिन्दगीमा सबैलाई रिझाएर बाँच्ने गर । घरको कुरा माइत हुँदै माइतको कुरा घर नबनाउनू । हामी एकअर्काको परिपूरक भएर बाँचौं, वृद्धवृद्धा हुँदासम्म सँगै र हौं अनि नातिनातिनाहरूले सोधे भने यो भन्नू कि- हाम्रो पाला प्रेम भन्ने थिएन, यो त पछि आएको हो । पहिला आफू खुसी बन्नु अनि मात्र मलाई खुसी बनाउनू ।

सुन न, म बुझ्नेछु तिम्रो रोजाइलाई । आशा लागेको छ तिमी पनि पक्कै बुझ्नेछौ मेरो रोजाइलाई । घरबाट टाढा छुट्टिएर कहिल्यै बस्न नपरोस् । तिमी फूल भए म त्यही फूलको हाँगा बनी मन्दिरदेखि चिहानसम्म सँगै जान पाइराखुँ । तिमी अनि परिवारबिना कहिल्यै बाहिर हिँड्न नपरोस् । दुवै मिली दु:खसुख गरौंला र खुसीसाथ रहौंला ।

मेरो हरेक प्रयासमा तिम्रो खुसी हुनेछ र हाम्रो खुसी परिवारको खुसी हुनेछ । तिम्रो आफ्नै पनि संसार छ । तिम्रो आफ्नो आमाबुबा, दाजुभाइ दिदीबहिनी इष्टमित्र छन् । भेट्न, बोल्न त पाउनुपर्यो नि हैन ? तर त्यसमा मैले कुनै रोकावट गर्ने छैन । १० दिन घर बाहिर बस्दा पनि कहाँ बसिस् भनेर शंकाको नजरले हेर्ने छैन । तिमी मेरो विश्वासमा लात कहिले नमार्नू र म पनि तिम्रो विश्वास कहिल्यै तोड्ने छैन ।

मभन्दा नि धेरै बुझ्ने छौ होला तिमी, के राम्रो के नराम्रो मैले भनिराख्न पनि नपर्ला । अहिले अबुझ भए पनि त्यति बेलासम्म त जिन्दगी बुझेकी हुनेछौ । जुन दिन तिमी आउनेछौ, नयाँ रंग लिएर आउनेछौ र हाम्रो जीवन रंगिन हुनेछ ।

पत्रबाट भए पनि अज्ञात मान्छेलाई बधाइ त दिनुपर्यो । तिमी छोरीबाट बुहारी हुने भयौ । सफलताको शुभकामना । -सेतोपाटीबाट

फागुन १९ गते 'छक्का पञ्जा ४' सहित चार फिल्म प्रदर्शन हुने

काठमाडौं/ हेमराज विसी निर्देशित फिल्म'छक्का पञ्जा ४' आगामी फागुन १९ गतेबाट प्रदर्शन हुने भएको छ । निर्माता तथा अभिनेता दीपकराज गिरीले सामाजिक सञ्जालमार्फत फिल्मको प्रदर्शन मिति घोषणा गरेका हुन् । 'छक्का पन्जा 'रिलिज डेट फागुन १९ गते,' उनले लेखेका छन् ।

यो फिल्म फागु पूर्णिमाको छेको पारेर प्रदर्शन हुन लागेको हो । फिल्ममा दीपकराज गिरी, दीपाश्री निरौला, बेनिशा हमाल, मलिना जोशी, केदारप्रसाद घिमिरे (माग्ने बुढा), राज आचार्य, बुद्धि तामाङ, परीक्षा लिम्बु, लुनिभा तुलाधर, सुष्मा निरौला, विकास शाह, रमेश बुढाथोकी, सुवास गजुरेल, अनुराग कुँवरलगायत कलाकारको अभिनय छ ।

केदारप्रसाद घिमिरे र निर्मल शर्मा कार्यकारी निर्माता रहेको फिल्मलाई नरेन्द्र मैनालीले छायांकन गरेका छन् । यसअघि फागुन १९ मा मिलन चाम्सको 'वर एण्ड वधु', सुरज पाण्डेको'पर स्त्री' र सुरक्षा पन्त अभिनित फिल्म 'बुलाकी'ले पनि प्रदर्शन मिति घोषणा गरिसकेका छन् ।

-साभार: सेतोपाटी

फुटबल खेलाउँदै एकेडेमी चलाउँदै सहारा

गण्डकी, ३१ भदौ (रासस)/ सहारा क्लब पोखरा नाममात्रै होइन यो असहाय विपन्न वर्गका बालकहरूको दरिलो सहारा पनि हो । स्थापनाको २४ औँ वार्षिकोत्सव मनाइरहेको क्लबले यसबीचमा विभिन्न अप्ठेरोमा परेका असहाय बालकलाई आश्रय दिँदै आएको छ । विद्यालयको पढाइ सम्पन्न गराउँदै ११, १२ को कक्षा पनि पूरा गराउन योगदान गरेको छ ।

खेलको माध्यमबाट समाजका युवालाई कुलतबाट जोगाउन विसं २०५८ मा स्थापित क्लबले फुटबल खेलाएरै सहारा फुटबल एकेडेमी सञ्चालन गर्दै आएको छ । 'खेलकूदको विकासमा सहकार्य गरौँ, पोखरालाई खेलकुद पर्यटन सहरका रूपमा विकास गरौँ' भन्ने नारासहित प्रत्येक वर्ष आहा रारा गोल्डकप फुटबल प्रतियोगिता क्लबले सञ्चालन गर्दै आएको छ । सो प्रतियोगितामा दर्शकले काटेको टिकटबाट बचेको रकम एकेडेमी सञ्चालनमा उपयोग गर्दै आएको क्लबका अध्यक्ष हरिराम गुरुङले जानकारी दिए ।

पोखरा महानगरपालिका-१७ दोभिल्लास्थित एकेडेमीमा १६ जिल्लाबाट २८ बालकहरू राखेर एकेडेमी सुरु गरिएको थियो । यस आर्थिक वर्षमा १२ कक्षा पूरा गरेका आठ जनाको बिदाइ गरी बाँकी १० जिल्लाका १३ बालक आवासीयरूपमा अध्ययन गर्दै आएको उनले बताए । उनीहरूको गाँस, बास, कपासका साथै उचित शिक्षाको प्रबन्ध र फुटबल प्रशिक्षणको कार्य नि:शुल्करूपमा एकेडेमीले गर्दै आएको छ ।

आहा रारा गोल्डकप फुटबल प्रतियोगिता सञ्चालन गर्दा खेलप्रेमी दर्शक र प्रायोजकले दिएको उत्साहबाटै एकेडेमी सञ्चालन भइरहेको अवस्थामा कोरोना कहरले भने प्रभावित बनाएको उनको भनाइ छ । फुटवल प्रतियोगितामात्र नभई सामाजिक सेवाका विभिन्न क्षेत्रमा पनि काम गर्दै आएको क्लब राष्ट्रियरूपमा मात्र नभई अन्तर्राष्ट्रियरूपमा पनि चर्चामा छ । एकेडेमीमा आश्रित बालक पोखरा महानगरपालिका-३३ भरतपोखरीस्थित शिशु कल्याण माध्यमिक विद्यालयमा अध्ययनरत छन् । विसं २०५९ मा पहिलो क्याराभान गोल्ड कप एवं २०६० देखि आहा गोल्डकप सञ्चालनसँगै आवासीयरूपमा एकेडेमी चलाउनु पर्दछ भन्ने सोचका साथ अघि बढिएको क्लबका संस्थापक अध्यक्ष वसन्त थकालीले बताए ।

एकेडेमी स्थापनासँगै क्लबबाट राष्ट्रियस्तरका खेलाडी उत्पादन भएपछि सहाराको महत्व र गरिमा अझै चुलिएको हो । एकेडेमीकै उत्पादन राष्ट्रिय खेलाडी अनिल गुरुङ, प्रशिक्षक विष्णु गुरुङ आदिका कारण पनि एकेडेमीको सार्थकतालाई पुष्टि गरेको छ । एकेडेमीकै अवसर पाएका सुशील लामा, अजित भण्डारी, नवीन श्रेष्ठजस्ता खेलाडीका कारण पनि क्लबको उचाइ अझै बढेको छ ।

एकेडेमी सञ्चालनकै लागि विसं २०६३ मा पोखरा-१७ दोविल्लामा लगभग २८ लाख ५० हजार लागतमा २६ रोपनी जग्गा खरिद गरेसँगै उक्त परिसरमा तीनतले भवन, मिनी प्यारापिटसहितको फुटबल मैदानलगायतका विभिन्न संरचना तयार गरिसकिएको छ ।

फुटबल खेलको अन्तर्राष्ट्रिय संस्था फिफाले यसका गतिविधिलाई समेटेर तयार पारेको 'हिमालको देशमा फुटबलभित्र लुकेको कथा' विषयको वृत्तचित्रले यसको भूमिकालाई अझै स्पष्ट पारेको क्लबका सल्लाहकार एवं मानार्थ सदस्य नारायण कार्कीले बताए । "क्लबको स्थापनाकालदेखि नै यसका सदस्यले देखाउने गरेको सेवाभाव र आर्थिक पारदर्शितासँगै क्रियाशीलताका कारण स्वदेश एवं विदेशमा यसले खेलप्रेमीको विश्वास जित्न सफल भएको छ", कार्कीले भने, "क्लबको आफ्नै एकेडेमी तथा रङ्गशाला हुनु पनि यसको विशिष्टता हो ।"

एकेडेमीको दीर्घकालीन सुसञ्चालनका लागि सूर्यबहादुर केसीको परिवारले वार्षिक १५ लाख उपलब्ध गराउने भएको क्लबका महासचिव रामजीप्रसाद अधिकारीले जानकारी दिए । दश वर्षसम्म केसीको पुण्यतिथिका अवसरमो परिवारले क्लबलाई वार्षिक १५ लाख प्रदान गर्ने सम्झौता गरी यसै वर्षदेखि एकेडेमीको नामकरण 'सूर्यबहादुर केसी स्मृति सहारा फुटबल एकेडेमी' गरिएको उनले बताए ।

एकेडेमीकै व्यवस्थित एवं दीर्घकालीन सञ्चालनका लागि संस्थाले स्थापना गरेको सहारा फुटबल एकेडेमी अक्षयकोषमा हालसम्म दुई करोड ५६ लाख ८४ हजार संकलन भइसकेको महासचिव अधिकारीले जानकारी दिए ।

कोरोनाले सुनसान उद्यानको अवस्थामा सुधार आएन

धनकुटा (रासस)/ कोरोना महामारीसँगै थलिएर सुनसान बनेका जिल्लाको प्रमुख केन्द्र धनकुटा नगपालिकाका एक दर्जन बढी पार्क (उद्यान) को अवस्थामा अझै सुधार आउन सकेको छैन् । लाखौं खर्चेर बनेका ती पार्क अहिले आन्तरिक पर्यटकसमेत नआएर सुनसान बनेका छन् ।

धनकुटा नगरपालिकाको मुख्य पर्यटकीयस्थलका रूपमा रहेको वडा नं ७ को चुलिवन पार्कमा बनेको भ्यूटावर चढ्न फाट्टफुट्ट आन्तरिक पर्यटक आए पनि चहलपहल बढ्न सकेको छैन ।

विसं २०७५ बाट सो स्थानमा निजी ३५ लाख खर्चेर मिनीमेला तथा पार्क सञ्चालन गर्दै आएका रामकुमार राई र उनकी श्रीमती सीमा थापा (राई) अहिले व्यवसायमा घाटा लागेको बताउछन् ।

स्थानीय सामुदायिक वनलाई वार्षिक नाफाको २० प्रतिशत रकम दिने शर्तमा रोटेपिङ, बालबालिकाका लागि खेल तथा क्यान्टिन सञ्चालनमा लगानी गरेका उनीहरूले वार्षिक ५० हजार पनि आम्दानी नहुने बताए ।

"घाटैघाटा छ, ऋणको ब्याज तिर्दा 'तिर्दा भएको जायजेथासमेत सकिन लाग्यो", थापाले भने, "पिङ बेचौँभन्दा पनि बिक्दैन, अब के गर्ने होला, तनावमा छौँ ।" आफूहरूले काम सुरु गर्नेबित्तिकै कोरोना सुरु भएकाले आफूहरू ठूलो मर्कामा परेको श्रीमान् राईले चिन्ता व्यक्त गरे ।

विसं २०६३ बाट गत वर्षसम्म नगरले एक करोड ३६ लाख खर्च गरेको यस स्थानमा मात्र होइन अन्य स्थानका पार्कहरूको अवस्था पनि उस्तै छ । धनकुटा नगरपालिका-१ जौटारमा बनेको वनभोज पार्क कोरोनाको मारसँगै बाटोघाटोको असुविधाका कारण सुनसान रहेको पूर्ववडाध्यक्ष नीरन तामाङले जानकारी दिए ।

यो पार्क विसं २०७४ मा प्रदेश नं १, जिल्ला वन कार्यालय र पाखिबास नगरपालिकाको १०-१० लाख गरी जम्मा ३० लाखको लागतमा निर्माण गरिएको थियो । त्यस्तै सोही वडाको व्यापारिक केन्द्र हिलेबजार नजिक निर्मित पर्यटन मन्त्रालयको १० लाख र धनकुटा नगरपालिकाको ३८ लाख लागतमा निर्मित बक्रकुड मन्दिर तथा पार्क पनि धार्मिक तिथिबाहेक अन्य समयमा ठप्प छ । "पहिला त निकै मान्छे पो आउँथे त, कोरोनापछि ठप्पै पो बन्यो भन्या !", बक्रकुड पञ्चेश्वर मन्दिर व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष लालचन्द्र गोङ्वाले भने । धनकुटा नगपालिका वडा नं ३ कागतेमा प्रदेश सरकारको ३० लाख लगानीमा निर्मित बाल उद्यान पनि सुनसानजस्तै छ ।

पार्कहरू सुनसान हुनुमा कोरोनामात्र कारक नभएर नगरको सडक सञ्जाल तथा व्यापारिक गतिविधिमा सुधार नभएर पनि यस क्षेत्रका पर्यटकीय क्षेत्र प्रभावित भएको वडाध्यक्ष विकास घिमिरेले जानकारी दिए । नगर र गाउँ आवतजावत गर्ने सडकको स्तरोन्नति नहुनु, नगरमा निजी लगानीकर्ता आकर्षित हुन नसकेर व्यापार व्यवसायमा मन्दी आएसँगै पर्यटन क्षेत्र पनि प्रभावित भएको घिमिरेको तर्क छ ।

प्रिन्सको जिल्लामा बगेको कवर्डहल

काठमाडौं, ३१ भदौ (रासस)/ दार्चुला समाचारदाताका अनुसार चर्चित ब्याडमिन्टन खेलाडी प्रिन्स दाहालको गृहजिल्ला दार्चुलामा एउटा कभर्डहलसम्म छैन ।

खेलकुदका माध्यमबाट अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा देशलाई चिनाउन सफल भएका दाहालको गृहजिल्ला दार्चुलामा नौ वर्षअघि महाकाली नदीमा आएको बाढीले यहाँको कभर्डहल बगाएको थियो ।

बाढी यता यहाँ खेलकुदका लागि चाहिने पर्याप्त पूर्वाधार र खेल सामग्रीको निकै अभाव रहेको जिल्ला खेलकुद समिति दार्चुलाका अध्यक्ष मानसिंह बुढाथोकी बताउछन् । "बाढीले कभर्डहल बगाएयता यहाँ खेल गतिविधि सञ्चालनका लागि संरचना बनेनन्", अध्यक्ष बुढाथोकीले भने, "खेलाडीलाई प्रशिक्षण दिन सदरमुकाम बाहिरका क्षेत्र लैजानुपर्ने बाध्यता छ ।"त्यसैगरी भलिबलका स्वयंसेवक प्रशिक्षक भोजराज जोशीले खेल मैदान र कभर्डहलका बारेमा पटक-पटक समस्या राख्दा पनि कसैले चासो नदेखाएको गुनासो पोखे । दार्चुलाबाट आगामी नवौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताका लागि जिल्लाबाट एक सय ७२ खेलाडी छनोट भएका छन् ।

यहाँबाट भलिबल, कराते, फुटबल, हयाण्डबल, तेक्वान्दो, बुद्धिचाललगायतका खेलका खेलाडी छनोटमा परेका हुन् ।

उता सुदूरपश्चिमको विकट पहाडी जिल्ला बाजुरामा पनि खेल संरचना, खेल प्रशिक्षकबिना खेलाडी खेल गतिविधिमा संलग्न छन् । बक्सिङकी अन्तर्राष्ट्रिय खेलाडी पुनम रावलको गृहजिल्ला हो बाजुरा ।

चाड पर्व विशेष सुरक्षा योजना

चितवन, ३१ भदौ (रासस)/ जिल्लामा चाड पर्व लक्षित सुरक्षा योजना लागू गरिएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय चितवनले चाडबाड र चुनाव लक्षित सुरक्षा योजना बनाएर कार्यान्वयनमा ल्याएको हो ।

आगामी मंसिर ४ गते हुने प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा चुनाव एवं दसैं, तिहार लक्षित गरी सुरक्षा योजना बनाइएको कार्यालयका प्रमुख प्रहरी उपरीक्षक नवराज अधिकारीले जानकारी दिए ।

अन्य समयमा पनि सुरक्षा कायममा कुनै कमी नभएको तर चाडबाडमा मानिसको आवतजावत र भीडभाड बढी हुने भएकाले थप सुरक्षा सतर्कता बढाइएको उनले जानकारी दिए ।

विगतका वर्षमा जस्तो यो वर्ष चाडपर्वको समयमा हुने अपराध नियन्त्रणले मात्रै नपुग्ने उनले बताए । निर्वाचनको समय नजिकिँदै गएकाले निर्वाचनमा सो समयमा हुनसक्ने आपराधिक गतिविधिलाई समेत मध्यनजर गर्दै सुरक्षा योजना बनाइएको उनले जानकारी दिए । बढ्दो अपराधका प्रवृत्तिबारे हरेक गाउँटोलमा स्थानीय प्रहरीको सहकार्यमा सचेतनाको कार्यक्रम लैजाने तयारीमा कार्यालय रहेको छ । चितवनका मुख्य बजार क्षेत्र र आपराधिक हिसाबले जोखिम क्षेत्रमा प्रहरीले गस्तीलाई प्राथमिकता दिएको छ । राजनीतिकर्मीले पनि चाडबाडको अवसर पारेर चुनावी गतिविधि बढाउने भएकाले यसपटक चुनावसम्मका लागि योजना बनाइएको अधिकारीको भनाइ छ । चाडपर्वसँगै निर्वाचन लक्षित गतिविधिमा हुने घटना नियन्त्रणका लागि जिल्लामा छ सय प्रहरी परिचालन गर्न लागिएको छ ।

रात्रिकालीन सवारीमा आवश्यकताअनुसार सादा पोसाक र हतियारसहितका प्रहरी परिचालन गरिने उनले जानकारी दिए । चाडबाडको समयमा बैंक तथा वित्तीय क्षेत्र र भीडभाड हुने स्थानमा आर्थिक अपराध हुने गरेको भन्दै यस क्षेत्रमा सादा पोसाकमा प्रहरी खटाइएको छ । त्यस्तै, सुनचाँदी पसल केन्द्रित गरेर सुरक्षा प्रदान गरिएको छ । सादा पोसाकमा हुने प्रहरीले रेकी गर्ने र कुनै स्थानमा घटना भएमा तत्काल प्रहरी परिचालनका लागि क्युआर टी (क्विक रेस्पोन्स टिम) नै बनाएर काम गरिएको उनले बताए ।

चितवन प्रहरीले चाडबाडको समयमा हुने सवारी दुर्घटनालाई न्यूनीकरण गर्न ट्राफिक प्रहरीको समन्वयमा मुख्य र भित्री सडकमा आवश्यक मात्रामा सुरक्षा जनशक्ति खटाइने, मादक पदार्थ सेवन, अत्यधिक यात्रु सवारलगायत कारणले चाडबाडको समयमा बढी दुर्घटना हुने गरेको भन्दै विशेष ध्यान दिइएको छ ।

चाडपर्वको समयमा यात्रुलाई पर्न सक्ने समस्यालाई मध्यनजर गर्दै जिल्लाका चार स्थानमा यात्रु सहायता कक्ष स्थापना गरिने अधिकारीले बताए । उनले भने, "केन्द्रीय बस ट्रमिनल, पुलचोक, पोखरा बसपार्क र मुग्लिनमा यात्रु सहायता कक्ष राख्ने तयारी गरिएको छ ।" यस पटक चाडपर्व सुरक्षा योजनामा थम जनशक्तिका लागि सशस्त्र प्रहरी र अन्य सुरक्षा निकायसँग समेत समन्वय गरिने उनले जानकारी दिए ।

युरोपेली मुलुक जाने घरेलु कामदारले तालिम लिनुपर्ने

काठमाडौं, ३१ भदौ (रासस)/ सरकारले घरेलु कामदारका रुपमा युरोपेली मुलुकमा जाने नेपाली श्रमिकले अनिवार्यरुपमा तालिम लिनुपर्ने व्यवस्था गरेको छ । हाल घरेलु कामदारका रुपमा साइप्रस, रोमानियालगायत मुलुकमा पठाउँदा केही मेनपावर कम्पनीले अभिमुखीकरण तालिम नदिइ पठाउने गरेको पाइएपछि वैदेशिक रोजगार विभागले त्यस्ता श्रमिकका लागि तालिम अनिवार्य गरेको हो ।

वैदेशिक रोजगारमा घरेलु कामदार पठाउनेसम्बन्धी निर्देशिका, २०७२ ले घरेलु कामदारका रुपमा वैदेशिक रोजगारीमा जानुपूर्व कम्तीमा ३० कार्यदिनको तालिम लिनुपर्ने व्यवस्था छ । विभागले घरेलु कामदार अभिमुखीकरण तालिमसम्बन्धी कार्यविधि, २०७० अनुसार अनिवार्यरुपमा तालिम प्रदान गरेर मात्र श्रमिकलाई वैदेशिक रोजगारीमा पठाउने व्यवस्था गर्न सूचीकृत मेनपावर कम्पनीलाई निर्देशन पनि दिएको छ ।

शिक्षामा बजेट अपुग: शिक्षा कर र वैकल्पिक स्रोतको खोजी

काठमाडौँ, (रासस)/ शिक्षालाई गुणस्तरीय र समतामूलक बनाउन प्रदेश र स्थानीय तहले शिक्षा करको प्रबन्ध र वैकल्पिक स्रोतको खोजी गरी लगानी बढाउन सुझाव दिइएको छ ।

विद्यमान राष्ट्रिय बजेटमा शिक्षाको हिस्सा बढाएर खर्च गर्ने अधिकार बढीभन्दा बढी स्थानीय तहलाई नै दिन पनि विज्ञहरूले सुझाव दिएका छन् । शिक्षालाई व्यापारिक वस्तु नभई सार्वजनिक वस्तु (पब्लिक गुड्स)का रूपमा लिएर व्यक्तिको नैसर्गिक र सक्षमताको अधिकारका रूपमा शिक्षा अधिकार स्थापित गर्न जीवनपर्यन्त सिकाइका लागि स्रोतको वैकल्पिक खोजी गरी सरकारी लगानी बढाउनुपर्ने एक अध्ययनको निष्कर्ष रहेको छ ।

शिक्षाका लागि राष्ट्रिय अभियान (एनसिइ) नेपालले गरेको 'शिक्षामा लगानी अपुग र दिगो विकास लक्ष्यको 'शैक्षिक लक्ष्य' विषयक अध्ययनले विद्यालय तहको कार्यक्षेत्र स्थानीय तहको भए पनि कुल शिक्षा बजेटको ६४ प्रतिशतमात्रै सो तहमा विनियोजन हुनु अपुग भएको देखाएको छ । उक्त अध्ययनको निचोड प्रस्तुत गर्दै शिक्षाविद् डा. विनयकुमार कुसियतले दिगो विकासको लक्ष्य नं ४ र नेपालको संविधानको मौलिक हकमा उल्लेखित व्यवस्थाअनुसार विद्यालय तहमा नि:शुल्क र गुणस्तरीय शिक्षा कायम गर्न विद्यालयमा दिइएको विद्यमान बजेटको साढे दुई गुणा बजेट बढाउनुपर्ने बताए । उनले शिक्षामा वैदेशिक अनुदानभन्दा ऋण बढ्दो भएको र सार्वजनिक लगानी भन्दा निजी (व्यक्तिगत) लगानी बढी रहनुले सरकारको नि:शुल्क र अनिवार्य शिक्षाको प्रतिबद्धतामा प्रश्न उठ्ने टिप्पणी गरे । शिक्षामा चालु आर्थिक वर्षमा एक खर्ब ९६ अर्ब बजेट करिब १० प्रतिशत) बजेट विनियोजन गरिएको छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धताअनुसार शिक्षामा कुल बजेटको २० प्रतिशत वा कुल गार्हस्थ उत्पादनको छ प्रतिशत लगानी गर्नुपर्ने मान्यता भए पनि नेपालमा प्रतिशतका आधारमा बजेट वृद्धि हुनसकेको छैन । यद्यपि अन्य मन्त्रालयहरूको तुलनामा शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयको बजेट सबैभन्दा धेरै रहेको छ । उनले प्रदेश र स्थानीय तहले शिक्षा कर लागू, अन्य आन्तरिक स्रोतको खोजी र निजी क्षेत्रसँगको साझेदारीबाट शिक्षामा लगानी गर्न सुझाव दिए । विद्यालयमा न्यूनतम सक्षमता आधारका प्रबन्ध भएमा मात्रै समतामूलक गुणस्तरीय शिक्षा र जीवनपर्यन्त सिकाइमा पहुँच बढाउन सकिने अध्ययनको सार रहेको छ । भएको बजेट पूरै खर्च नहुनु, सुशासन कायम नहुनु र लक्षित वर्गसमक्ष पुग्न नसक्नु शिक्षा प्रणालीको अर्को समस्या मानिन्छ ।

डा कुसियतले कोभिड-१९ बाट प्रभावित विद्यार्थीका लागि अनलाइन कक्षालगायतका लागि लगानी बढाउन र पूर्वाधारका साथै शैक्षिक क्रियाकलापमा पनि लगानी र अनुगमन गर्न आग्रह गरे । एनसिई नेपालका अध्यक्ष डिल्लीराम सुवेदीले निरन्तरको अभियान र सरकारी पक्षको इमान्दारिता रहेमा नि:शुल्क र अनिवार्य विद्यालय शिक्षाको संविधानको मर्मलाई कार्यान्वयन गर्न सकिने बताए । हाल नेपालमा ३५ हजार छ सय ७४ विद्यालय रहेकामा २७ हजार आठ सय १२ सामुदायिक, छ हजार सात सय ३२ निजी (संस्थागत), एक हजार एक सय ३० परम्परागत विद्यालय रहेका छन् । यस्तै दुई हजार एक सय ५१ सामुदायिक सिकाइ केन्द्र, एक सय २१ खुला विद्यालय, औपचारिक प्रौढ विद्यालय एक सय ७१ रहेका छन् ।

विद्यालय जाने उमेर समूहका विद्यार्थीको कुल भर्नादर ९७ दशमलव ५ पुगे पनि कक्षा छाड्ने दर कायमै रहँदा कक्षा १२ सम्म पुग्दा एकतिहाइ विद्यार्थीमात्रै हुने गरेका छन् । हाल नेपालमा छ वर्षभन्दा माथिको साक्षरता दर ७८ प्रतिशत, १५ देखि २४ वर्ष उमेर समूहको ९२ प्रतिशत, १५ वर्षमाथिको ५८ प्रतिशत र १५ देखि ६० वर्ष उमेर समूहको साक्षरता दर ८५ प्रतिशत रहेको छ ।

हालसम्म ६१ जिल्ला साक्षर घोषणा भइसकेको छ भने मधेस प्रदेशका सबै जिल्ला (सप्तरी, सिरहा, धनुषा, महोत्तरी, सर्लाही, रौतहट, बारा र पर्सा), लुम्बिनी प्रदेशको कपिलवस्तु, कर्णाली प्रदेशको मुगु, जुम्ला, हुम्ला, कालिकोट, डोल्पा, सुदूरपश्चिम प्रदेशको कञ्चनपुर र डोटी साक्षर जिल्ला घोषणा हुन बाँकी रहेको छ ।

अघिल्लो बन्दसूची कायम नरहने

काठमाडौँ, ३१ भदौ (रासस)/ प्रतिनिधिसभा सदस्य तथा प्रदेशसभा सदस्य निर्वाचनका लागि विसं २०७४ मा राजनीतिक दलले पेश गरेको उम्मेदवारको बन्दसूची आज गते राति १२ बजेदेखि कायम नरहने भएको छ ।

निर्वाचन आयोगले राष्ट्रियसभा, राष्ट्रिय सरोकार तथा समन्वय समितिको यही भदौ २८ को पत्र तथा भदौ २९ को राजनीतिक दलसँगको बैठकबाट प्राप्त सुझावसमेतका आधारमा उक्त बन्दसूची स्वत:कायम नरहने समयावधि किटान गर्ने निर्णय गरेको हो ।

उक्त निर्णयको जानकारी प्रतिनिधिसभा, प्रदेशसभा, संघीय संसद् राष्ट्रियसभाको राष्ट्रिय सरोकार तथा समन्वय समिति र राजनीतिक दललाई दिने तथा नेपाल राजपत्रमा प्रकाशन गर्ने निर्णयसमेत गरिएको आयोगका सहसचिव एवं प्रवक्ता शालिग्राम शर्मा पौडेलद्वारा जारी विज्ञप्तिमा उल्लेख छ ।

स्वदेशी फूलको कारोबारमा वृद्धि

काठमाडौँ, ३१ भदौ (रासस)/ स्वदेशमा उत्पादन हुने विभिन्न प्रकारको फूल आव २०७८/७९ मा दुई अर्ब ३० करोडको कारोबार भएको छ । आव २०७७/७८ मा एक अर्ब ६३ करोडको व्यापार भएको फ्लोरिकल्चर एशोसिएशन नेपालले जनाएको छ ।

विभिन्न ४८ जिल्लामा हाल एक सय ७८ हेक्टर क्षेत्रफलमा फूलको खेती गरिएको छ । गत वर्ष भारत, चीन, नेदरल्याण्ड, भियतनाम, जापान, थाइल्याण्डबाट करिब ३६ करोडको फूल आयात भएको छ भने करिब एक करोडको निर्यात पनि गरिएको एशोसिएशनले जनाएको छ ।

एशोसिएशनको ३० औं वार्षिक साधारणसभामा आयोजित कार्यक्रममा कृषि विभागका उपमहानिर्देशक शान्ता कार्कीले व्यवसायलाई प्रवर्द्धन गर्न उनीहरुका दक्षता अभिवृद्धि तथा उत्पादन बजारीकरणमा देखिएका समस्या समाधान गर्न विभागले सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे । उनले भू-उपयोगको अधिकार स्थानीय तहमा रहेकाले जमिन भाडामा लिन, व्यवसाय प्रवर्द्धन गर्न स्थानीय सरकारसँग समेत समन्वय गर्नुपर्नेमा जोड दिए ।

नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघका उपाध्यक्ष अन्जन श्रेष्ठले देशको अर्थतन्त्रलाई गतिशील बनाउन निजी क्षेत्रको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको बताउँदै मुलुकको आर्थिक विकास तथा समृद्धिका लागि सरकारले व्यवसायीलाई सहयोगी नीति अवलम्बन गर्नुपर्ने विचार व्यक्त गरे । कार्यक्रममा 'पुष्प प्रवर्द्धन नीति' २०६९ संघीय प्रकृतिको रहेकाले त्यसलाई समयसापेक्ष परिवर्तन गर्नुपर्नेमा व्यवसायीले सुझाएका थिए ।

सार्वजनिक सवारीमा विद्युतीय भुक्तानी प्रणाली कार्यान्वयनमा ढिलाई

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ बागमती प्रदेश सरकारले ल्याएको यात्रुवाहक सार्वजनिक सवारीसाधनमा नगदरहित विद्युतीय भुक्तानी प्रणाली कार्यान्वयनमा ढिलाई भएको छ ।

प्रदेश सरकारले गत आर्थिक वर्षदेखि नै बागमती प्रदेशभित्र सञ्चालन हुने यात्रुवाहक सार्वजनिक सवारीसाधनमा प्रिपेड कार्डबाट भाडा भुक्तानी गर्ने प्रणाली लागू गर्ने तयारी थालेको थियो । तर, चालू आर्थिक वर्षको पनि दुई महिना बितिसक्दासम्म उक्त प्रणाली कार्यान्वयनमा आउन सकेको छैन ।

भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालयबाट मन्त्रालय फुटाएर श्रम, रोजगार तथा यातायात मन्त्रालय बनाएपछि मन्त्रालय स्थापनाको पहिलो सय दिन पुगेको अवसरमा गत चैत १४ गते पत्रकार सम्मेलन गरी यातायातमन्त्री घनश्याम दाहालले प्रदेशभित्र सञ्चालन हुने यात्रुवाहक सवारीसाधनमा विद्युतीय माध्यमबाट भाडा भुक्तानी हुने व्यवस्था गर्न सेवा प्रदायक छनोट प्रक्रिया अगाडि बढाइएको बताएका थिए ।

तर, पाँच महिना पूरा हुँदासमेत मन्त्रालयले डिजिटल सेवा प्रदायक संस्था छनौट गर्न सकेको छैन । प्रदेश सरकारले एक वर्षअघि बनाएको प्रदेश भाडा निर्धारण/समायोजन तथा विद्युतीय माध्यमबाट भाडा भुक्तानी नियमावली, २०७८ मा व्यवस्था भएअनुसार सेवा प्रदायक छनौट गर्न मन्त्रालयले दुईपटक प्रस्ताव माग गरिसकेको छ ।

यात्रुहरूले सार्वजनिक यात्रुवाहक सवारी उपयोग गरेवापत प्रदेश सरकारले निर्धारण गरेको भाडा रकम कार्ड वा विद्युतीय माध्यमबाट नगदरहित तरिकाले भुक्तानी गर्ने उद्देश्यले प्रणाली कार्यान्वयन गर्न लागिएको हो ।

श्रम, रोजगार तथा यातायात मन्त्रालयका प्रवक्ता हरिहर पोखेलले सार्वजनिक सवारीसाधनको भाडा यात्राको दूरीका आधारमा कार्ड वा विद्युतीय माध्यमबाट भुक्तानी गर्न यो प्रणाली लागू गर्न लागेको जानकारी दिँदै यो प्रणाली लागू भएपछि प्रदेश सरकारले तोकेको भाडादर कार्यान्वयनमा आउने र बढी भाडा सवारी धनीले लिए भन्ने गुनासो हट्ने बताए । उनका अनुसार छिटो पैसा, खल्ती, फिनटेकलगायत सेवा प्रदायकको पाँचवटा प्राविधिक प्रस्ताव परेकामा दुईवटा प्रस्ताव दुई/दुई कम्पनीले संयुक्तरूपमा दर्ता गरेका छन् ।

मन्त्रालयले प्रिपेड कार्डबाट भाडा भुक्तानी गर्ने प्रणाली लागू गर्न सेवा प्रदायक संस्था छनोट गरी सम्झौता भएपछि मन्त्रालयले तोकेको अवधिभित्र सवारी धनी वा व्यवस्थापकले आफ्नो सवारीसाधनमा प्रणाली जडान गर्नुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ । प्रणाली जडान नगर्ने सवारीसाधनलाई मन्त्रालयले प्रणाली जडान नगरेसम्म सञ्चालनमा रोक लगाउन सक्नेछ ।

गत चैत ९ गते नगदरहित विद्युतीय भुक्तानी प्रणाली लागू गर्नका लागि प्रस्तावक छनौट गर्न ३० दिने सूचना जारी गरेको श्रम, रोजगार तथा यातायात मन्त्रालयले पछि उक्त सूचना रद्द गरेको थियो ।

मन्त्रालयले प्रिपेड कार्डबाट भाडा भुक्तानी गर्ने प्रणाली लागू गर्न प्रस्ताव माग गरिएकामा प्रस्तावमा उल्लेख भएको सर्त र व्यवस्था अपुग भएको भन्दै विरोध भएको थियो ।

मन्त्रालयले उक्त विषयमा थप अध्ययन, अनुसन्धान, परामर्श र तयारीका लागि भन्दै गत वैशाखमा रद्द गरी पछिल्लो पटक गत साउन १० गते प्रस्ताव माग गर्दै १५ दिने सूचना जारी गरेको थियो ।

सेवा प्रदायकको प्राविधिक प्रस्तावमाथि छलफल भइरहेको र प्रस्ताव स्वीकृतिपछि आर्थिक प्रस्ताव आह्वान गर्ने बताउँदै प्रवक्ता पोखरेलले भने, 'प्राविधिक विषय भएकाले कार्यान्वयनमा ढिलाइ भएको हो ।' मन्त्रालयले पछिल्लोपटक सर्तहरू थप गरी प्राविधिक प्रस्ताव आह्वान गरेको थियो । चालू आर्थिक वर्ष २०७९/८० को बजेटमा समेत सवारी भाडा विद्युतीय माध्यमबाट भुक्तानी गर्ने व्यवस्था मिलाइनेछ भन्ने उल्लेख छ ।

शैक्षिक सुधार कार्यक्रममा १७ विद्यालय

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ मकवानपुरका १७ वटा सामुदायिक विद्यालय राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रमका लागि छनौटमा परेका छन् ।

चालू आर्थिक वर्ष २०७९/०८० का लागि शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयले सार्वजनिक गरेको विवरणमा जिल्लाका १७ वटा विद्यालय परेका हुन् । १४ वटा विद्यालयले सूचना प्रविधि प्रयोगशाला (आईसीटी) निर्माण गर्न ६ लाख ५० हजारका दरले अनुदान प्राप्त गर्नेछन् । ३ वटा विद्यालयले चार कोठे भवन निर्माणका लागि ४५ लाखका दरले अनुदान प्राप्त गर्ने जनाइएको छ । छनौटमा पर्ने सबैभन्दा बढी हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको चार वटा विद्यालय छन् ।

त्रिभुवन माध्यमिक, राजदेवी माध्यमिक, शंकरज्योती आधारभूत, अरनिको आधारभूत र आधारभूत विद्यालय कमाने भोर्ले छनौटमा परेका छन् । बकैयाको जनक माध्यमिक र बाघभैरव आधारभूत, राक्सिराङको कालिका र देविका आधारभूत, बागमतीको विष्णु र चौरा आधारभूत, मकवानपुरगढीको रानिसेरा र चडिण्का माध्यमिक, इन्द्रसरोबरको बत्सलादेवि माध्यमिक, भीमफेदीको बाराही माध्यमिक विद्यालय र मनहरीको जन ज्योती आधारभूत र जनजीवनज्योती मावि छनौट भएका हुन् । मन्त्रालयले राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रमका लागि हरेक वर्ष विद्यालयलाई अनुदान दिँदै आएको छ ।

उद्योग वाणिज्य महासंघले नेपाली युवालाई कोरिया र इजरायल पठाउने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघले कृषिसम्बन्धी ज्ञान आर्जनका लागि दक्षिण कोरिया र इजरायलमा नेपाली युवाहरुलाई पठाउने भएको छ ।

जिल्ला नगर उद्योग वाणिज्य संघहरुलाई बलियो बनाउन उनीहरुकै सिफारिसमा महासंघले ६ सय जनालाई कोरिया र इजरायल पठाउन लागेको हो । महासंघ अन्तर्गत्को कृषि उद्यम केन्द्रका सभापति अरुणराज सुमार्गीले कोरियामा ५ सय जना र इजरायलमा एक सय जना गरी ६ सय जना कृषि प्रशिक्षार्थी पठाउन लागिएको जानकारी दिए ।

कोरिया र इजरायल जाने कृषि प्रशिक्षार्थी जिल्ला उद्योग वाणिज्य संघले नै छनोट गर्ने गरी छनोटको विधि प्रस्ताव गरिएको उनको भनाइ छ । छनोटका क्रममा जाने प्रशिक्षार्थीले बुझाउने दस्तुर मध्ये केही रकम जिल्ला नगरलाई नै दिएर आर्थिकरुपमा जिल्ला नगर उद्योग वाणिज्य संघलाई बलियो बनाउने योजना रहेको सुमार्गीले बताए ।

छनौट भएका प्रशिक्षार्थीलाई आधारभूत तालिम यहीँ प्रदान गरिनेछ । यस्ता प्रशिक्षार्थीले ५ महिनाको भिसा पाउनेछन् । हवाइ भाडा, बीमा, स्वास्थ्य परीक्षण र बायोमेट्रिक गरी जम्मा २ लाख ५० हजारको हाराहारीमा खर्च हुनेछ । हप्तामा ५ दिन प्रतिदिन ८ घण्टाका दरले काम गर्नुपर्नेछ । प्रतिमहिना १९ सय डलर तलब पाउनेछन् । हरेक दिन बिहान र बेलुका २/२ घण्टा ओभरटाइम काम गर्ने र सो वापत भत्ता पाउने गरी सम्झौता हुन लागेको सुमार्गीले जनाए । ओभर टाइम गर्दा प्रतिघण्टा ८ डलरका दरले भत्ता पाइनेछ ।

त्यस्तै, बिदा हुने शनिबार र आइतबार पनि काम गर्ने छुट रहेको र उक्त दिन काम गर्दा ओभरटाइम सरह भत्ताको प्रबन्ध रहेको सुमार्गी बताउँछन् । '३० वर्षदेखि ५५ वर्ष सम्मका व्यक्तिहरु पठाउने गरी उताबाट प्रस्तावमा अन्तिम सहमति हुनेवाला छ, तर यहाँ नेपाली युवाहरुले २५ वर्षमाथि उमेर भएकाले जान पाउने गरी प्रस्ताव गर्न अनुरोध गर्नुभएको छ, हामी अब २५ वर्ष माथिका युवाहरु जान पाउने गरी अर्को प्रस्ताव पनि गर्दैछौँ' उनले भने ।

सुमार्गीका अनुसार प्रतिमहिना ३ लाख रुपैयाँ जोगाएर ५ महिनामा १५ लाख रुपैयाँ लिएर फर्किन सक्ने गरी पहिलोपटक महासंघ र कृषि उद्यम केन्द्रले पहल गरेर नेपाली युवालाई कोरिया र इजरायलमा कृषि प्रशिक्षार्थीका रुपमा पठाउन लागेको हो । तलब वापतको १९ सय डलर अनुसार नेपाली २ लाख ४५ हजार, हरेक दिन बिहान २ घण्टा र बेलुका २ घण्टा गरी महिनामा २५ दिनको १ सय घण्टा ओभरटाइमको १ लाख ३ हजार र बिदाको दिन (शनिबार र आइतबार) प्रतिदिन ८ घण्टामात्रै काम गर्दा मासिक ६४ घण्टाको ६६ हजार गरी कूल ४ लाख ११ हजार आम्दानी हुने र खर्च गरेर पनि ३ लाख जोगाउने गरी प्रबन्ध मिलाइएको सुमार्गीको दाबी छ ।

युवा नेतृत्व विकासको लागि तालिम

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ सहयोगी युवा समाज हेटौंडाको आयोजनामा युवाहरुका लागि नेतृत्व विकाससम्बन्धी एक दिने तालिम हेटौंडामा सम्पन्न भएको छ ।

युवा नेतृत्वमा हुनुपर्ने गुणहरु, कानुनीरुपमा युवाहरु नेतृत्व गर्दै अगाडि बढ्दै जाँदा आर्थिक अपचलन, यौन दुर्व्यसन, लागूऔषध जस्ता जघन्य अपराधमा युवा समूह किन फस्छन् ? यस्का सम्भावना र न्यूनीकरणको विषयमा अधिवक्ता अमृतकुमार लामा र नेतृत्वमा हुनुपर्ने गुणहरुको बारेमा प्रशिक्षक मिरा स्याङ्तानले सहजीकरण गरेका थिए ।

कार्यक्रम हेटौंडा उपमहानगरपालिकाका प्रवक्ता सविन न्यौपानेको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न भएको हो । प्रमुख अतिथि न्यौपानेले सरकारी निकायको आँखा पुग्न नसकेको क्षेत्रमा गतिविधि गर्दै आएकोमा सामाजिक संघ/संस्थाप्रति खुशी व्यक्त गर्दै आवश्यक पर्दा संस्थाले गर्ने समाज र जनताको सकारात्मक कार्यमा पूर्ण सहयोग गर्ने बिचार व्यक्त गरेका थिए । संस्थाका संरक्षक हर्करत्न लामाले संस्थाको योजना, कार्यक्रमको उद्देश्य बारेमा जानकारी गर्दै स्वागत गरेका थिए । संस्थाका कार्यक्रम संयोजक सानुकान्छा दोङले सञ्चालन र सभाअध्यक्ष संस्थाकी अध्यक्ष शान्ति स्याङ्बोले गरेका थिए ।

संस्थाले शिक्षा स्वास्थ्य, रोजगार र लागूऔषध दुर्व्यसन सम्बन्धी वार्षिक कार्ययोजना बनाई संस्थाले आफ्नो गतिविधि अगाडि बढाइरहेको छ ।

सकियो क्षमता र उद्यम विकास तालिम

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नं. १ मा सञ्चालित महिलाहरुको नेतृत्व क्षमता विकास र उद्यम विकाससम्बन्धी पाँच दिने तालिम तथा सचेतना कार्यक्रम शुक्रबार सकिएको छ ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको आयोजना तथा नगरस्तरीय महिला जागरण समूहको संयोजनमा भएको तालिम समापन गर्दै वडा नं. १ का अध्यक्ष सविन न्यौपानेले तालिममा सिकेका कुरालाई व्यवहारमा लागू गर्न सके महिलाहरुले थोरै पैसाको लागि परिवारको भर पर्नु नपर्ने बताए ।

तालिमपछि महिलाहरुले ब्यूटीपार्लर, पशुपालन, कृषि, होटल व्यवसाय र ढाकाको कपडाबाट विभिन्न सामग्री बनाउने पेशा छनौट गरेकोमा खुशी व्यक्त गर्दै अध्यक्ष न्यौपानेले आफूलाई इच्छा भएको व्यवसायमा लगानी गरेर निरन्तरता दिन सके सफलता टाढा नभएको बताए ।

नगरस्तरीय महिला जागरण समूहका अध्यक्ष तारा ढुंगानाको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा हेटौंडा उपमहानगर कार्यपालिका सदस्य ईश्वरी रसाईली, वडा सदस्य रामकृष्ण अधिकारी र मनु दाहाल, टोल विकास संस्था नगर समन्वय समितिका उपाध्यक्ष बेगम बराललगायतले तालिमको उपलब्धिका बारेमा धारणा राखेका थिए । तालिममा सहभागीहरुलाई कार्यक्रमका विशेष अतिथि वडाध्यक्ष न्यौपानेले प्रमाणपत्र वितरण गरेका थिए ।

हेटौँडा र मनहरीमा रोटरीको विभिन्न कार्यक्रम

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ रोटरी क्लब अफ हेटौँडाले शुक्रबार मकवानपुरको हेटौँडा र मनहरीमा विभिन्न सामाजिक कामहरुको थालनी गरेको छ ।

क्लबले बिहान हेटौँडा स्थित क्लब सचिवालय भवनबाट असक्त व्यक्तिहरुका लागि ह्वील चेयर वितरणको कार्यको शुभारम्भ गरेको छ । नेपालका सुप्रसिद्ध नेत्ररोग विशेषज्ञ डा. सन्दुक रुइतबाट क्लबले ह्वील चेयर वितरणको शुभारम्भ गरेको हो । क्लबले हेटौँडा ५ का विशाल थापा मगरलाई ह्वील चेयर वितरण गरी नगरका विभिन्न १० शारीरिक रुपमा असक्त व्यक्तिहरुका लागि ह्वीलचेयर उपलब्ध गराउने भएको हो ।

त्यस्तै क्लबले मकवानपुरको मनहरी स्थित राष्ट्रिय रोटरी माध्यमिक विद्यालयका कक्षा १ र २ का विद्यार्थीहरुलाई १०० थान स्कुल ब्यागको वितरण गरेको छ । साथै क्लबले उच्च शिक्षा अध्ययनका लागि उक्त विद्यालयका कक्षा ११ र १२ का ८ जना विद्यार्थीहरुलाई बार्षिक रुपमा क्षात्रबृत्ति वितरण गर्ने गरी बार्षिक क्षात्रबृत्तिको कार्यक्रम घोषणा गरेको छ ।

शुक्रबार उक्त विद्यालयमा भएको हस्ताक्षर समारोहमा रोटरी क्लब अफ हेटौँडाका अध्यक्ष सुयशराज पराजुली र विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष शालिकराम बानियाँले समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर गर्नु भएको छ । समझदारी अनुरुप रोटरी क्लबले प्रत्येक वर्ष ८ जना विद्यार्थीहरुलाई क्षत्रबृत्ति वितरण गर्ने र निजहरुले मकवानपुर जिल्लामा थप अध्ययन गर्न चाहे स्नातकोत्तरसम्म नै निशुल्क शिक्षाको अवसर दिने क्लबका पूर्व अध्यक्ष धिरज कार्कीले जानकारी दिए । त्यस्तै शुक्रबारनै क्लबले रोटरी डिस्ट्रिक ३२९२, स्पोर्ट्स सव कमिटीका राष्ट्रिय अध्यक्ष धिरज कार्की मार्फत रोटरी विद्यालय र बालज्योति आधारभूत विद्यालयमा १६ थान फुटबल समेत वितरण गरेको छ । शुक्रबारै राष्ट्रिय रोटरी माध्यमिक विद्यालयमा रोट्याक्ट क्लब अफ हेटौँडाद्वारा स्वच्छता अभियानमा सहयोग स्वरुप हातधुने संयन्त्र र साबुनहरु समेत उपलब्ध गराएको क्लबका अध्यक्ष मिलन ढकालले जनाए ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई निर्वाचनमा सहज मतदानको माग

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुलाई निर्वाचनमा सहज मतदानको माग गर्दै अपाङ्ग स्वाबलम्बन जीवन पद्धति केन्द्र मकवानपुरले निर्वाचन आयोगमा ज्ञापनपत्र बुझाएको छ ।

आगामी मंसिर ४ गते हुने प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभाको निर्वाचनमा सहज वातावरण मिलाउन माग गर्दै केन्द्रले ज्ञापनपत्र बुझाएको हो । प्रदेश निर्वाचन आयोग कार्यालय बागमती प्रदेश प्रमुख लुम्बनाथ पोखरेललाई शुक्रबार ज्ञापनपत्र बुझाउदै केन्द्र मकवानपुरका अध्यक्ष दिल बहादुर स्याङ्बोले आगामी निर्वाचनमा सबै मतदान केन्द्रमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई अवरोधमुक्त वातावरण सिर्जना गर्न आग्रह गरे । चुनावमा परम्परागत प्रणाली हटाएर प्रविधिको सहयोग लिई विद्युतीय मतदान प्रणालीसमेत अपनाउन सकिने ज्ञापनपत्रमा उल्लेख गरिएको छ । परम्परागत मतदानले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुले आफ्नो मत जाहेर गर्ने अधिकार गुमाउँदै आएको उल्लेख गर्दै आगामी निर्वाचनमा प्रविधियुक्त मतदान स्थलको व्यवस्थापन गरी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको मतदान गर्ने अधिकारको सुनिश्चितताको लागि अपिल गरिएको छ । ज्ञापनपत्र बुझ्दै प्रदेश निर्वाचन आयोग कार्यालय बागमती प्रदेशका प्रमुख पोखरेलले मतदान गर्ने सबै नागरिकको नैसर्गिक अधिकार भएकाले कार्यान्वयन गरिने बताए ।

बालजागृतिको विद्यार्थीहरुले गरे विज्ञान सामाग्री प्रदर्शन

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ३१ भदौ/ हेटौंडा उपमहानगरपालिका-२ स्थित बालजागृति इङ्लिस सेकेण्डरी स्कुलको विद्यार्थीहरुले विज्ञान सामाग्री प्रदर्शन गरेका छन् ।

राष्ट्रिय विज्ञान दिवसको अवसरमा विद्यार्थीहरुले विज्ञान र प्रविधिमा लगानीको विस्तार: समुन्नती र समृद्धीको आधार भन्ने राष्ट्रिय नाराको साथमा विवत्रान शैक्षिक सामाग्री प्रदर्शनी गरेका हुन् । विद्यालयको कक्षा १ देखी १० सम्म अध्ययनरत करिव ४ सय ५० विद्यार्थीले आफूले तयार गरेको विज्ञानसम्बन्धी सामाग्रीहरुलाई प्रदर्शनमा राखेका थिए । विद्यालयको हल, कक्षा कोठा लगायतका स्थानमा गरेर ८० वटा सामाग्री प्रदर्शनीमा राखिएको थियो । विद्यार्थीलाई समूहमा बसेर काम गर्ने क्षमताको विकास गर्न, खोज अनुसन्धान गर्न, अभिवृद्धि कलाको विकास गर्ने जस्ता उद्देश्यले कार्यक्रमको आयोजना गरिएको विद्यालयका प्रधानध्यापक विनोद सुवेदीले बताए । उनले विद्यार्थीहरुलाई सिर्जनशील बनाउनको लागि विद्यालयले आफ्नै खर्चमा विद्यार्थीहरुलाई विज्ञानसँग सम्बन्धित सामाग्री बनाउन लगाएको बताए । सुवेदीले विद्यार्थीहरुले तयार पारेको शैक्षिक सामाग्रीको लागि विद्यालयले करिब एक लाख रुपैयाँ खर्च गरेको समेत बताए । प्रदर्शनीमा विद्यार्थीहरुले स्मार्ट सिटी, हाइड्रोलिक, स्मार्ट डस्विन, फोक्सोको मोडल लगायतका विषयमा सामाग्री तयार पारेर प्रदर्शन गरेका थिए ।

विद्यार्थीले प्रदर्शनीमा पुगेका आफ्ना अभिभावक, शिक्षक तथा अन्य दर्शकहरुलाई आफूले तयार पारेको सामाग्रीको विषयमा जानकारी समेत गराएका थिए ।

बालजागृतिले अन्य समयमा पनि आफ्नो विद्यालयको बालबालिकाहरुलाई पठनपाठनसँगै अन्य अतिरिक्त क्रियाकलापमा पनि सहभागी गराउदै आएको छ ।

पसल बिक्रीमा

स्कुलरोडमा चालु अवस्थामा रहेको अति व्यस्त कपडा पसल विशेष कारणले बिक्रीमा ।

फोन नं.: ९८४५४८७२३२

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

प्रोपाईटर: बिनोद शाही ☎ ९८४५०२२५३१, ९८१७२२४३६२

विक्की फ्रेस मिट शप

हेटौंडा-२, चौकीटोल

हामीकहाँ लोकल तथा ब्रोइलर कुखुराको मासु, खसीको मासु, बंगुरको मासु, राँगाको मासु पाउनुको साथै जीउँदो माछा पनि पाईन्छ ।

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	Negotiable	PCL/NHPC registered
2	CMA/ANM	Few	Negotiable	TSLC
3	Receptionist	Few	Negotiable	+2 completed

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.

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