म.जि. प्र.का. दर्त : १७६/०६८, वर्ष १२, अंक १३२ शनिबार ९ पुस २०७९ ने.सं १४४३ थिलागा 24 December, 2022 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्य: रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

लिङ्ग छनौट गरी गर्भपतन गर्नु अपराध हो ।

- लिङ्ग पहिचानको आधारमा छोरा र छोरीमा विभिद गरी सन्तान जन्माउने कार्य नगरौं , नगराऔं।
- प्रविधिको प्रयोग गरी लिङ्ग पहिचान गर्ने र गर्भपतन गराउने कार्य अपराध हो । त्यस्ता कार्य गर्नु वा गराउनु हुँदैन ।
- चिकित्सकले समेत त्यस्ता कार्यलाई निरुत्साहित गरी चिकित्सा पेसालाई मर्यादित बनाऔं ।
- विभेदसहित समाजको निर्माण गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

विवादै विवाद बोकेर बाहिरिए मुख्यमन्त्री पाण्डे

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/ बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री राजेन्द्र प्रसाद पाण्डेले पदबाट राजीनामा दिएका छन् ।

बिहिबार प्रतिनिसभा सदस्यको शपथग्रहण गरेका पाण्डेले शुक्रबार प्रदेशको मुख्यमन्त्री पदबाट राजिनामा दिएका हुन् । ०७४ को निर्वाचनमा बागमती प्रदेशसभामा निर्वाचित भएका पाण्डे ४ मंसिरमा भएको निर्वाचनमा धादिङ-१ बाट प्रतिनिधिसभा सदस्यमा निर्वाचित भएका थिए । पाण्डेले ०७८ कात्तिक ११ गते प्रदेशको तेस्रो मुख्यमन्त्रीको रुपमा जिम्मेवारी सम्हालेका थिए । नेकपा एकिकृत समाजवादीको केंन्द्रिय उपाध्यक्षसमेत रहेका उनी सत्तारुढ गठबन्धनमा रहेको नेकपा माओवादी केन्द्र र नेपाली कांग्रेसको समर्थनमा मुख्यमन्त्री बनेका थिए । यसअघि नेकपा एमालेको डोरमणी पौडेल र अष्टलक्ष्मी शाक्यले प्रदेश सरकारको नेतृत्व गरेका थिए । पौडेलले साढे तीन वर्ष सरकारको नेतृत्व गरेका थिए भने शाक्यले ७२ दिन मात्रै नेतृत्व गरेको थिइन् ।

शुक्रबार मुख्यमन्त्री पाण्डेले राजिनामा दिएसँगै बागमती प्रदेशको पहिलो पाँच वर्षको कार्यकालको सरकार फेरबदल क्रम पनि सकिएको छ । पाँच वर्षको अवधिमा बागमती प्रदेशमा ३ जना मुख्यमन्त्री र ४०/४५ जना मन्त्री बने । बागमती प्रदेशको पहिलो कार्यकाल लोकप्रिय बन्न सकेन । बहु विभिन्न विवादास्पद कार्यहरुले गर्दा आलोचित बन्न मात्रै पुग्यो । उसो त, बागमती प्रदेशको मुख्यमन्त्री पदबाट राजिनामा निर्दिई बिहिबार संघीय सांसदको शपथग्रहण गरेको भन्दै उनको सर्वत्र आलोचना भएको थियो । चारैतीर विरोध भएपछि पाण्डेले शुक्रबार मुख्यमन्त्री पदबाट राजिनामा दिएका हुन् । प्रदेश सरकारको नेतृत्व सम्हालेदेखि नै विवादित बनेका पाण्डे सरकारबाट बाहिरिँदा पनि विवादित नै बनेर बाहिरिएका छन् । बागमती प्रदेशको छवि सरकारको नेतृत्व पाण्डेले सम्हालेदेखि नै धेरै बिग्रिन थालेको हो । पाण्डे अघि पूर्वमुख्यमन्त्री डोरमणी पौडेल र अष्टलक्ष्मी शाक्यको कार्यकाल पनि विवादरित नभएपनि पाण्डेको कार्यकाल सबैभन्दा विवादित बन्यो । १४ महिना सरकारको नेतृत्व गर्दा पाण्डेले झर्रै हिड्न थालेको प्रदेशको छवि नै बिगारेर सरकारको नेतृत्वबाट बाहिरिएका छन् ।

पाण्डेले बागमती प्रदेश सरकारको नेतृत्व सम्हालेबितिक्कै सबैभन्दा बढि विवादित बनेको जम्बो मन्त्रिमण्डल हो । साढे ३ वर्षसम्म ७ वटा मन्त्रालयबाट चलेको बागमती प्रदेशमा पाण्डेको नेतृत्वको सरकार बनेसँगै मन्त्रिमण्डलले जम्बो रुप लिएको थियो । सत्ता गठबन्धनबाट मुख्यमन्त्री बनेका पाण्डेले गठबन्धन घटक दलहरुमा भागवण्डा पुर्याउनको लागि ७ वटा मन्त्रालय विभाजन गर्दै १४ वटा पुर्याएका थिए भने १८ जना मन्त्री नियुक्त गरेका थिए । भौतिक संरचनाको अभावको बीचमा विभाजित मन्त्रालयहरु राख्ने स्थान नहुँदा यो विषय थप विवादित बन्न पुगेको थियो । एउटै भवनको झ्युलैभरि पाँचवटा मन्त्रालय राखेको भन्दै बागमती प्रदेशको नेपारभरि नै विरोध मात्रै भएन प्रदेशको नकारात्मक छवि बन्यो । जसले आमजनतामा मात्रै होइन प्रदेशसभा सदस्यहरुमा पनि निराशा छायो । भागवण्डा मिलाउन मन्त्रालय विभाजन गरेर राज्यको ढुकुटीको अनावश्यक खर्च गरेको भन्दै प्रदेश संरचनाको औचित्यमाथि नै प्रश्न उठ्यो । संघीयता कार्यान्वयनमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने प्रदेश संरचना खारिज गर्नुपर्ने आवाजहरु संसदमा नै उठे । मन्त्रालयहरु धेरै बनाएको भन्दै सर्वत्र विरोध भएपछि मन्त्रालयहरुको आवश्यकता र औचित्यको बारेमा मुख्यमन्त्री पाण्डेले अध्ययन पनि गरेका थिए । समिति गठन गरेर मन्त्रालयहरुको आवश्यकताको बारेमा अध्ययन गरिएको भएपनि त्यसको प्रतिवेदन हालसम्म कसैले फेला पार्न सकेको छैन । गठबन्धनको घटक नेकपा एकिकृत समाजवादीको केंन्द्रिय उपाध्यक्षसमेत रहेका पाण्डेले राजिनामा दिनुअघि धाहाखबरसँगको कुराकानीमा प्रदेशको मन्त्रालयहरुको संख्या नघट्ने संकेत गरेका थिए । आफूले विभाजन गरेर बनाएको सबै मन्त्रालयहरु महत्वपूर्ण रहेको उनको दावी थियो । उनको अभिव्यक्ति अनुसार प्रदेशमा अब बन्ने गठबन्धनको नयाँ सरकारले पनि मन्त्रालयको संख्या घटाउने सम्भावना छैन । नयाँ सरकारले पनि पाण्डेले बसालेको जम्बो मन्त्रिमण्डलको छविलाई निरन्तरता दिने उनको संकेत थियो ।

कार्यकर्ता पोस्नको लागि मुख्यमन्त्री पाण्डेले आर्थिक वर्षको अन्त्यतीर बजेट रकमान्तर गर्दै टुक्रे योजनामा बाडेका थिए । कार्यकर्ता पोस्नैको लागि वडास्तरका २३ सय टुक्रे योजनाहरुलाई पाँचलाखदेखी २० लाखको दरले पाण्डेले बजेट वितरण गरेका थिए । प्रदेश सरकारले वडास्तरको योजनाको लागि बजेट छरेको भन्दै सरकार विवादित बन्न पुगेको थियो । यही विषयलाई लिएर संसदमा सरकारको विरोध मात्रै भएन केहि समय संसद अवरुद्ध समेत बनेको थियो । यसरी वितरण गरिएको अधिकांश योजनाहरु कार्यान्वयन समेत हुन सकेनन् । बजेट सक्नैको लागि केहि योजनाहरु रातारात बने । कतिपय योजनाहरु कार्यान्वयन हुन नसक्दा बजेट फ्रिज हुन पुग्यो । जसले गर्दा बागमती प्रदेशको छविमा अर्को नकारात्म छाप लाग्न पुग्यो ।

बागमती प्रदेशको पाँच वर्षको पहिलो कार्यकालमा पाण्डेले करिब १४ महिना नेतृत्व गरे । उनले ०७८ कात्तिक ११ गते मुख्यमन्त्रीको जिम्मेवारी सम्हालेका थिए । पाण्डेले मुख्यमन्त्रीको जिम्मेवारी सम्हाल्दासम्म प्रदेशमा ४ वटा बवेट आइसकेको थियो । प्रदेश सरकारको ४ वटा बजेटमा निरन्तर रुपमा प्राथमिकताको साथ पर्दै आएका प्रदेश गौरवको आयोजनाहरु उनले सरकारको नेतृत्व सम्हालेपछि गायव भए । साढे ३ वर्षसम्म प्रदेश सरकारले प्राथमिकताको साथ गौरवको योजनामा राखेको भीमफेदी-कुलेखानी सुरुङमार्ग, विद्युतीय बस खरिद लगायतको महत्वपूर्ण योजनाहरु पाण्डेले राकिदिए । जसले गर्दा पाण्डे नेतृत्वको प्रदेश सरकारप्रति प्रतिपक्षी दलहरु मात्रै आमनागरिक पनि असन्तुष्ट बनेका थिए । पाण्डेले डेढ करोड खर्चिएर डिपिआर तयार भएको भीमफेदी-कुलेखानी सुरुङमार्ग रोकेर अर्को ३ वटा सुरुङमार्गको योजना ल्याए । यसले प्रदेश सरकारलाई थप विवादित बनाएको थियो । मुख्यमन्त्री पाण्डेको पटक पटकको हप्तक्षेपको कारण बागमती प्रदेशमा ७० अंक ल्याए लाइसेन्सको ट्रायल पास हुने व्यवस्था कार्यान्वयन हुन सकेन ।

विभिन्न प्रदेशमा लागू भइसकेको ७० अंक ल्याए लाइसेन्सको ट्रायल पास हुने व्यवस्था बागमतीमा लागू गर्न नहुने भन्दै पाण्डेले गरेको हप्तक्षेपको कारण सो व्यवस्था कार्यान्वयन हुन नसकेको हो । यो व्यवस्था लागू गर्ने सम्बन्धमा प्रदेशको यात्रायात मन्त्री र मुख्यमन्त्री पाण्डेबीच टकराव नै भयो । पाँच महिनाअघि प्रदेशका सबै यातायात कार्यालयमा प्रदेश यातायातमन्त्रीस्तरीय बैठकले अंक प्रणाली लागू गर्ने निर्णय गरेको थियो । निर्देशिका जारी भएको करिब दुई वर्षपछि लाइसेन्समा अंक प्रणाली लागू गर्न खोज्दा पनि मुख्यमन्त्रीले पटक-पटक अवरोध गर्नुले ट्रायल सेन्टरसँगको मिलेमतो रहेको भन्दै पाण्डेको विरोध भएको थियो ।

प्रदेश सरकारको नेतृत्वबाट बाहिरिनु दुईदिन अघि मुख्यमन्त्री पाण्डेले २५ करोडको योजना अघि बढाउन समिति गठन गरेका छन् । काम चलाउ सरकारको नेतृत्व गरिरहेका पाण्डेले संवैधानिक व्यवस्थाभन्दा बाहिर गएर २५ करोडको योजना अघि बढाउने गरि समिती गठन गरेका हुन् । मन्त्रिपरिषदको बुधबार बसेको बैठकबाट मुख्यमन्त्री पाण्डेले वडा समाजवादी कार्यक्रम कार्यान्वयनका लागि समिति गठन गरेका थिए । मन्त्रिपरिषद बैठकले ११९ वटै वडामा वडा समाजवादी कार्यक्रम कार्यान्वयनका लागि ३ सदस्यीय समिति गठन गर्ने निर्णय गरेको थियो । समितिको संयोजकमा सरकारका प्रवक्ता एवं प्रदेशका आन्तरिक मामिला तथा कानुनमन्त्री कृष्णप्रसाद शर्मा खनाल रहेका छन् भने सदस्यमा वन तथा वातावरण मन्त्री विशाल खड्का र उद्योग वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्री मिलनबाबु श्रेष्ठ रहेका छन् । प्रदेशका ११९ वटै पालिकाका १/१ वडामा सरकारले हाल २५ करोड रूपैयाँ विनियोजन गरेको र एउटा वडालाई कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्न १ करोड रूपैयाँ विनियोजन गरिने निर्णय मुख्यमन्त्री पाण्डेले गरेका थिए ।

उपमहानगरको कार्यपालिका बैठकद्वारा दुईवटा विधेयक स्वीकृत

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको कार्यपालिका बैठकले दुईवटा विधेयक स्वीकृत गरेको छ ।

शुक्रबार बसेको उपमहानगरको कार्यपालिका बैठकले हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको जनस्वास्थ सेवा विधेयक,२०७९ र हेटौंडा उपमहानगरपालिका प्रज्ञा प्रतिष्ठान विधेयक, २०७९ स्वीकृत गरेको हो ।

उपमहानगरका प्रवक्ता सविन न्यौपानेका अनुसार जनस्वास्थ सेवा विधेयकले उपमहानगरअन्तर्गत बन्ने अस्पताल तथा स्वास्थ्य संस्थाको सेवालाई प्रभावकारी बनाई समस्याहरु समाधान गर्ने र प्रतिष्ठान विधेयकले प्रज्ञा प्रतिष्ठान स्थापना गरि भाषा, संस्कृति तथा कलाको क्षेत्रमा काम गर्ने जानकारी दिए । त्यस्तै हेटौंडा उपमहानगरपालिका बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७७ को पहिलो संशोधन विधेयक २०७९, नगर शिक्षा ऐन, २०७४ पहिलो संशोधन विधेयक २०७९, खेलकूद विकास ऐन, २०७७ को पहिलो संशोधन विधेयक २०७९ कार्यपालिका बैठकमा स्वीकृत गरेको छ ।

बैठकले हेटौंडा उपमहानगरपालिका नगर अस्पताल सञ्चालन तथा व्यवस्थापन कार्यविधि पनि स्वीकृत गरेको प्रवक्ता न्यौपानेले जानकारी दिए । स्वीकृत विधेयक, ऐन तथा कार्यविधि आगामी पुस १४ गते हुने नगरसभामा पारितको लागि पेश गरिनेछ ।

प्रवक्ता न्यौपानेको अनुसार ४ मंसिरमा सम्पन्न निर्वाचनको मतगणना गर्ने क्रममा हेटौंडा-२ स्थित सिद्धार्थ माविमा भएको टुटफुट, मर्मत र रंगरोगन गरेवापत एक लाख ३२ हजार ८ सय ४८ रुपैयाँ खर्च भुक्तानी गर्ने निर्णय पनि कार्यपालिका बैठकले गरेको छ । बैठकले हेटौंडा उपमहानगरपालिकाकी मेयर मीना कुमारी लामा नेपाल नगरपालिका संघको सहकोषाध्यक्ष पदमा चयन भएकोमा बधाई ज्ञापन गर्ने निर्णय गरेको छ ।

बागमती प्रदेशसभा सदस्यको शपथ १४ गते हुने

हेटौंडा, ८ पुस/बागमती प्रदेशसभा सदस्यको शपथ ग्रहण पुस १४ गते बिहीबार हुने भएको छ ।

४ मंसिरमा भएको निर्वाचनबाट बागमती प्रदेशसभाको दोस्रो कार्यालको लागि निर्वाचित सांसदहरुको शपथ ग्रहण पुस १४ गते बिहीबार हुने भएको हो । शुक्रबार प्रदेशसभा सचिवालयमा बसेको सर्वदलीय बैठकले पुस १३ गते २ बजे प्रदेशसभाका ज्येष्ठ सदस्यको शपथ ग्रहण र १४ गते २ बजे अन्य सदस्यको शपथको मिति तय गरेको कांग्रेस सांसद प्रभात तामाडले जानकारी दिए । नेकपा माओवादी केन्द्रका सांसद रामप्रसाद ढुंगानाले सांसदहरुलाई शपथ गराउनेछन् ।

प्रदेशसभाका ११० सांसदमध्ये ज्येष्ठ सदस्यका आधारमा उनलाई प्रदेश प्रमुखले सपथ गराउनेछन् । उनले बाँकी सांसदलाई शपथ ग्रहण गराएर आगामी अधिवेशनको सुरुवात गर्नेछन् । ढुंगानाको अध्यक्षतामा प्रदेशसभाको नयाँ अधिवेशन सञ्चालन हुनेछ ।

संवैधानिक व्यवस्था अनुसार प्रदेशसभामा सभामुख निर्वाचित नहुँदासम्म ज्येष्ठ सदस्यले सभाको अध्यक्षता गर्ने व्यवस्था रहेको छ । सोहीअनुसार नुवाकोट निर्वाचन क्षेत्र २ (१) बाट प्रदेशसभामा निर्वाचित ढुंगानाले प्रदेशसभाको आगामी अधिवेशनको बैठक सञ्चालन गर्नेछन् ।

निर्वाचन आयोगले प्रदेशसभा सचिवालय र प्रदेश प्रमुख कार्यालयलाई उपलब्ध गराएको तथ्यांकअनुसार उनी ७२ वर्षीया हुन् । उनको जन्म २००६ साल असोज २ गते भएको थियो । त्यस्तैगरि बागमती प्रदेशभाको दोस्रो कार्यकालको पहिलो बैठक १७ गते बस्ने सहमती सर्वदलीय बैठकले गरेको छ ।

व्यापारिक मार्ट बिक्रीमा

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-४ पारिजातपथ स्थित व्यापारिक मार्ट विशेष कारण वश बिक्रीमा रहेकोले खरिद गर्न इच्छुक महानुभावहरुले निम्न सम्पर्क नम्बरमा सम्पर्क गर्नुहुन अनुरोध गरिन्छ ।

सम्पर्क नम्बर: ९८४५०२७०६४/९८५५०६८०३८

मकवानपुरे खेलाडी अन्जन विष्ट सम्मानित

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/नेपाली राष्ट्रिय फुटबल टोलीका सदस्य मकवानपुरे खेलाडी अन्जन विष्ट सम्मानित भएका छन् ।

विष्टलाई शुक्रबार काठमाडौंमा आयोजित एक कार्यक्रममा छत्रबहादुर थापा स्मृति स्ट्रस्टले सम्मान गरेको हो । उनलाई मुख्य अतिथी नेपाली सेनाका प्रधानसेनापति महारथी प्रभुराम शर्माले सम्मान गरेका थिए । विष्टले सम्मानसहित ५० हजार प्राप्त गरे । तत्कालीन शाही नेपाली सेनाका महासेनानी स्व. छत्रबहादुर थापाको स्मृतिमा चौथो पटक सम्मान कार्यक्रम आयोजना भएको हो । यस अघि नेपाली राष्ट्रिय टोलीका सदस्य नवयुग श्रेष्ठ छत्रबहादुर स्मृतिबाट सम्मानित भएका थिए ।

नेपाली राष्ट्रिय टोलीमा नियमित सदस्य अन्जनले हालसम्म ११ गोल गरिसकेका छन् । एन्फा एकेडेमीका अन्जनले बंगलादेशसँग असोजमा भएको मैत्रीपूर्ण खेलमा हयाट्रिक गरेका थिए ।

१२औं दशौं दक्षिण एसियाली खेलकूद (साग), बंगबन्धु कप र एएफसी सोलिडारिटी कप नेपालले जित्दा अन्जन मुख्य खेलाडी थिए । यसैगरी कमलले सन् २००६ कोलम्बोमा आयोजना भएको दशौं सागमा नेपाललाई स्वर्ण पदक जितेका थिए ।

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.: ०५७-५९०३३३

खुसीको खबर ! खुसीको खबर !! खुसीको खबर !!!

यात्रु महानुभावहरूलाई खुसीको खबर !

२०७९ पौष १ देखि

- हेटौंडाबाट ठिंगान हुँदै काठमाडौंसम्म दैनिक दिवा सेवा बिहान ६ बजे र ७ बजे
- कलंकी बसपार्क काठमाडौंबाट १ बजे र २ बजे दिउँसो लगानखेल ठिंगान हुँदै हेटौंडा सम्म

सम्पर्क:
९८५५०६७६५५, ९८५५०७१६२५, ९८५५०७०५६०

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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

'स्वर्गमा भगवान हेर्न' साढे १ लाख रूपैयाँ शुल्क

दक्षिण अफ्रिकाका पास्टरले स्वर्गमा परमेश्वर हेर्नका लागि मानिसहरुबाट मोटो रकम असुल्ने गरेको खुलासा भएको छ ।

अफ्नो जीवन अन्त्य नगरी नै आफ्नो सृष्टिकर्ता हेर्न चाहनुहुन्छ भने अफ्रिकाका पास्टर एमएस बुडेलीले तपाईंलाई सहयोग गर्ने दाबी गर्छन्, तर यसका लागि तपाईंले शुल्क भने तिर्नुपर्छ । सोसल मिडियामा भाइरल भइरहेको उनको विज्ञापनको पोस्टर अनुसार एमएस बुडेलीसँग मानिसहरुलाई स्मार्टफोनमा भविष्य देखाउने शक्ति छ, आर्थिक ऋणबाट मुक्त गर्ने पनि सामर्थ्य उनीमा छ । यसका लागि तपाईंले के गर्नु पर्छ भने उनको 'वर्सिप कन्फरेन्स' मा भाग लिने र विशेष प्रार्थनाका लागि शुल्क तिर्ने ।

अडिटी सेन्ट्रलका अनुसार आउँदो डिसेम्बर २५ मा पास्टर एमएस बुडेलीले आफ्नो 'वर्सिप कन्फरेन्स' को आयोजना गर्दैछन् जहाँ मानिसहरुले उनको प्रार्थना सुन्न पाउनेछन् र साँच्चै नै विशेष प्रार्थनामा भागसमेत लिन पाउनेछन् । यहाँ एउटै समस्या के छ भने, विशेष प्रार्थना सस्तो भने छैनन् ।

उदाहरणका लागि 'स्वर्गमा भगवान् हेर्न' मानिसले २०,००० रान्ड्स (१,१६० डलर) अर्थात् साढे एक लाख रुपैयाँ तिनुपर्नेछ । यसका साथै, सबै ऋणबाट मुक्त हुन उनीहरुले ५,००० रान्ड्स (३८ हजार रुपैयाँ) दिनुपर्नेछ । यसका साथै भोलिपल्टै विवाह गर्नका लागि १०,००० रान्ड्स (५८० डलर) अर्थात् ७६ हजार रुपैयाँ तोकिएको छ । आफ्नो भविष्य स्मार्टफोनमा हेर्न २०,००० रान्ड्स (१,१६० डलर) अर्थात् १ लाख ५३ हजार रुपैयाँ दिनुपर्नेछ । यहाँ केही चकित पारिदिने खालका दाबीसमेत गरिएको छ । जुवा खेलमा जित्न चाहनेले स्वर्गमा भगवान हेर्न चाहनेभन्दा १५ गुणा बढी रकम तिर्नुपर्नेछ । एमएस बुडेलीले एभिएटर गेम जित्नका लागि ३,००,००० रान्ड्स (१७,४०० डलर) अर्थात् लगभग २३ लाख रुपैयाँ शुल्क तोकेका छन् । यो भगवान हेर्नुभन्दा १५ गुणा बढी मूल्य हो ।

'यो बकवासमा सहभागी हुन जाने सबैलाई शुभकामना, एमएस बुडेलीको वर्सिप कन्फरेन्सबारे जानकारी दिइएको तस्विरमा एकजनाले कमेन्ट गरे । एजेन्सी

स्वास्थ्य/जीवनशैली

कस्तो अवस्थामा पीडादायी हुन्छ यौन सम्बन्ध ?

दाम्पत्य सुखसँग जोडिएको हुन्छ, यौन पनि । भनिन्छ, सक्रिय यौन जीवनले दम्पतीबीचको सम्बन्ध थप प्रगाढ बनाउन मद्दत गर्छ । यद्यपि सबैको हकमा यस्तो हुँदैन ।

कतिपय दम्पतीले भरपुर यौन सुख प्राप्त गर्न सक्दैनन् । यस्तो स्थितिमा दम्पती बीच आशंका, वैमनश्यता बढ्न सक्छ । अन्तत: यसै कारण उनीहरुमा कलह निम्तिन सक्छ । जबकि कतिपय महिलालाई यौन सम्बन्ध निकै पीडादायी हुने गर्छ । खासगरी प्रजनन् स्वास्थ्यमा हुने विभिन्न समस्याले गर्दा उनीहरु यौनमा उदासीन हुन सक्छन् ।

जब पाठेघरको समस्या हुन्छ

प्रजनन् स्वास्थ्यमा कुनै समस्या भएका महिलालाई यौन सम्बन्धको क्रममा धेरै पीडा हुन सक्छ । विशेषगरी पाठेघरमा कुनै संक्रमण भएको छ वा पाठेघर सुन्निएको छ भने यौन सम्बन्धको क्रममा पीडा हुन्छ ।

पाठेघरमा 'शिष्ट'हरू अर्थात् पानी र रगतको फोका पलाउने समस्या धेरै महिलामा हुन्छ । यस्तो भएमा पाठेघर सुन्निन सक्छ । यसैगरी पाठेघरको संक्रमण वा मासु पलाएको स्थिति हुन सक्छ ।

महिलाहरुमा बढीजसो देखिने समस्या यौनाङ्गको संक्रमण हो । यस्तो भएमा सेतो पानी बग्ने हुन्छ । कहिलेकाहीं रगत पनि आउन सक्छ । यी स्थितिमा यौन सम्बन्ध बनाउँदा महिलाहरुलाई पीडा हुन्छ । पीडादायक स्थितिमा पनि सम्बन्ध बनाइराख्दा पीडा धेरै बढेर 'ट्रमा' नै हुने हुन्छ । यस्तो अवस्थामाधेरै सेतो पानी बग्ने समस्या हुन सक्छ । कालान्तरमा बच्चा बस्न नै गाह्रो हुने पनि हुन्छ ।

असुरक्षित यौनले संक्रमण

महिलाहरूमा देखिने धेरै प्रजनन् समस्या असुरक्षित यौन सम्पर्कका कारण नै हुने गर्छ । असुरक्षित यौन सम्बन्ध बनाउँदा त्यो संक्रमण पाठेघरमा र पाठेघरको ट्युबसम्म पनि पुग्छ ।

पाठेघरसम्म संक्रमण पुगेपछि पीडा अरु बढ्ने र पाठेघरसम्बन्धी अन्य समस्या पनि देखा पर्न सक्छ । असुरक्षित यौनका कारण पार्टनरमा संक्रमण सर्ने सम्भावना हुन्छ ।

समाधान के त ?

सबैभन्दा पहिले त के कारणले यौन सम्बन्धका क्रममा पीडा भएको हो त्यो कारण पत्ता लगाएर त्यसको उपचार गर्नुपर्छ । त्यसैले वर्षमा एकपटक महिलाले आफ्नो प्रजनन् अंगको जाँच गर्नुपर्छ । संक्रमण नहोस् भनेर सुरक्षित सम्बन्ध बनाउनुपर्छ । कण्डमको प्रयोग सबैभन्दा उपयोगी हुन सक्छ । यौन पीडा अत्यधिक र सधैं भएमा चिकित्सकको सल्लाह आवश्यक हुन्छ ।

ग्यास्ट्रिकबाट यसरी बचौं

प्राय: नेपालीमा ग्यास्ट्रिक हुन्छ । खाना र व्यायाममा ध्यान नदिंदा ग्यास्ट्रिकको शिकार बन्न पुगिन्छ । बजारमा उपलब्ध विभिन्न तयारी खाद्यपदार्थ, रेस्टुरेन्ट आइटमको अत्यधिक प्रयोगले पनि ग्यास्ट्रिक बनाउँछ । शारीरिक श्रम कम गर्ने र अस्वस्थ जीवनशैली ग्यास्ट्रिकको मुख्य कारण हो ।

ग्यास्ट्रिकका लक्षण

ग्यास्ट्रिकलाई मानिसले सामान्य ढंगले लिन्छन् । तर, यसले स्वास्थ्यमा दीर्घकालीन असर पुऱ्याउँछ । ग्यास्ट्रिकले रिंगटा लाग्ने, वाकवाक हुने, पेट फुल्ने, भोक नलाग्ने, खान मन नलाग्ने, मुटुवरिपरिको क्षेत्र दुखेको अनुभव हुनेलगायतको लक्षण देखाउँछ ।

ग्यास्ट्रिकबाट बच्ने उपाय

ग्यास्ट्रिकबाट बचनका लागि रहनसहन र खानपिनले ठूलो भूमिका खेल्छ । बिहान उठ्नेबित्तिकै पानी पिउने बानीले ग्यास्ट्रिक नहुन सक्छ । रातको समय लगातार ७-८ घण्टाको सुताइले शरीरमा पानीको अभाव हुन जान्छ । त्यसैले बिहान उठ्नासाथ पानी पिउन आवश्यक हुन्छ । तर, उठ्नेबित्तिकै जुसको भने प्रयोग गर्नु हुँदैन । खाली पेटमा यस्ता पेय पदार्थ खाँदा पेटमा ग्यास भरिन जान्छ ।

ग्यास्ट्रिक भएमा समय-समयमा खाना खाइरहनुपर्छ । खाली पेट बस्ने भूल गर्नु हुँदैन । यसरी खाली पेट बस्दा ग्यास्ट्रिकको मात्रा बढ्दै जान्छ । तारेको र भुटेका खाद्यपदार्थ निकै कम प्रयोग गर्नुपर्दछ । यस्ता खाद्यपदार्थको नियमित प्रयोगले पाचन प्रक्रियामा समस्या सिर्जना गर्छ र ग्यास्ट्रिक बढ्न जान्छ ।

ग्यास्ट्रिक हुनेहरु अल्कोहलबाट टाढै रहनुपर्छ । व्यस्तता, मानसिक तनाव, भय, चिन्ता, शोक, अनिद्राले पनि ग्यास्ट्रिक बढाउन सक्छ । यस्तो कुरामा सचेत हुनुपर्छ । शारीरिक श्रम र व्यायाम नगर्नेहरुलाई पनि ग्यास्ट्रिक हुन्छ ।

धुमपान, चिया-कफी बढी पिउँदा पनि ग्यास्ट्रिक बढ्छ । ग्यास्ट्रिक हुनेले निकै कम मात्रामा चिया पिउनुपर्छ ।

योग गरेमा ग्यास्ट्रिक हुन सक्छ

नियमित योग गर्दा पनि ग्यास्ट्रिकर हीत बन्न सहयोग पुग्छ । ग्यास्ट्रिक निको पार्न गरिने योगका आफ्नै नियम छन् । त्यसका लागि पहिले ढाड र गर्दनलाई सीधा राखेर बस्नुपर्छ । त्यसपछि जोडसँग श्वास लिएर फुर्याँनुपर्छ । यस्तो क्रियाकलाप पटक-पटक गर्न जरुरी हुन्छ । तर, यस्तो योग खाली पेटमा भने गर्नु हुँदैन ।

ग्यास्ट्रिकबाट बच्न अर्को तरिकाले पनि योग गर्न सकिन्छ । त्यसका लागि दुबै खुट्टा जोडेर घोप्टो परी सुत्नुपर्छ । त्यसपछि दुई हत्केलाले भुइँ टेकेर आकाशतर्फ हेर्नुपर्छ । त्यसपछि बिस्तारै श्वास लिंदै छाती फुलाउनुपर्छ । त्यसपछि केहीछिन श्वासलाई रोक्ने कोशिस गर्नुपर्छ । त्यसपछि श्वास छाडेर पहिलेकै अवस्थामा फर्कनुपर्छ । नाडीशोधन योग गरेर पनि ग्यास्ट्रिक निर्मूल पार्न सकिन्छ ।

साहित्य

प्रकृति

सृष्टि बोम्जन

कक्षा १२, हेटौंडा स्कूल अफ म्यानेजमेन्ट

खुल्ला आकाशको स्पर्श
सुस्त हावाको वेग
हरियाली वनजंगल,
आहा ! कति सुन्दर छ यो प्रकृति
कति निश्चल छ यसको भाव
जहाँ त्यहीं मिल्ने,
प्रकृति तिमी, यतिसम्म
निस्वार्थ छौ कि
हामी मानिसले तिमीलाई
गरेका दुष्ट क्रियाकलाप पनि
तिमी सहजै लिंदै छौ,
तर तिमी पनि अलि बदलिंदै छौ,
कारण बस मनुष्य
तर तिमी आनो कर्तव्य पूरा गर्न
कहिल्यै पछि सरेनौ,
केवल तिमी एक सच्चा उदाहरण हौ,
यो लोभी संसारलाईरु राज गर्दै
आइरहेका मनुष्य माझ,
तर के थाहा ?
हामी बिच केही
हुँदै छ कि ? नारी विहिन भई
नारीले नदेख्ने कुरा,
देख्न नसकिने,
सुन्न नसकिने,
आभास नहुने,
तर त्यो मनुष्यले देख्दैन,
तर के थाहा ?
के छ भनेर ? के हुँदैछ ?
यो समयमा,
प्रकृति तिमीलाई नि दुख्छ होला,
गाह्रो हुन्छ होला तर तिमी जहिल्यै
निस्वार्थ भई अघि बढ्यौ र बढ्दै छौ
र आनो कर्तव्य पूरा गर्दै छौ,
यो पृथ्वीमा भएका
हामी मानव जाति साथै
यहाँ भएका हरेक जीव सजीवका
पहिलो आमा हौ तिमी 'प्रकृति'
हाम्रो रचनाकार नि तिमी नै हौ
र हाम्रा विनासकार नि तिमीनै।

रातो रगत

आर्शिया बर्तौला

कक्षा : ६, नवोदय शिशु सदन

महिनाको ४ दिन भोग्नुपर्ने पीडा
रात बित्यो, दिन बित्यो हरेक समय रुँदा
ज्यानबाट बगिराछ्र रातो रगत
रुँदा रुँदै सकिसक्यो मेरो सबै रगत

सजाय हामीलाई दिइरहेका छौ
गल्ती के गऱ्यौं र हामीले
पर सरिस् तँ भनेर
दाजुभाइलाई नछोउ भन्नुहुन्छ ममीले
भनिन्छ महिनावारीले
महिलालाई आमा बन्न योग्य बनाउँछ
किन कलिलो उमेरमा
धेरै सजाय पाउँछौं ?

निधारमा पनि हामी टीका
शुद्ध भन्छौं रातै लगाउँछौं
महिलाबाट बग्ने रातो रगतलाई
किन अशुद्ध मान्छौं
अझैं पनि ज्यानबाट
बग्दैछ रातो रगत
बच्चा जन्मँदा
सकिन्छ सारा तागत

जीवन

सक्षम कुमार झा

कक्षा : ८, नवोदय शिशु सदन

जीवन हाम्रो दु:ख र सुख गर्दा नै बितिन्छ
नराम्रो काम गर्दा त हाम्रो जीवन सकिन्छ
सुख र दु:खमा आफू सहज हुनुपर्छ
जीवनको यो खेलमा आफू सफल हुनुपर्छ

सफलता पाउन छ धेरै कठीन
यो कार्य गर्नेको जीवन हुन्छ रङ्गीन
आफ्नो कार्य हामीले आफैं गर्नु पर्छ
खुसीले कार्य गरेपछि मनपनि घसिन्छ

हितको कार्य गर्ने मान्छे कहिल्यै मर्दैन
शरीर नभएपनि त्यो मानिस मनबाट हट्दैन
एकदिन त पक्कै हाम्रो जीवन पनि सकिन्छ
राम्रो कार्य गरेर चाँदीलो बन्नु पर्छ

हाम्रो जीवन कस्तो हुन्छ थाहा हुँदैन
भविष्यको चिन्ता गर्नु हुँदैन
हाम्रो जीवनको केही लक्ष्य हुनुपर्छ
सफल असफल दुवै हुन सकिन्छ

अब हामीले मिहिनेत गर्नुपर्छ
सफलता पाउन लागिरहनु पर्छ
समयको पालनाले अटल बन्नुपर्छ
आफ्नो जीवनको लक्ष्य पूरा गर्नुपर्छ

गणतन्त्र र भविष्य

अग्रिम लम्साल

कक्षा : ८, नवोदय शिशु सदन

गण र तन्त्र मिलेर बनेको गणतन्त्र
जनतामाझ गरेछ यसले जादु मन्त्र

भविष्य भनेको नै पछि आउने बेला
पछि आउने बेलामा होस् गणतन्त्रको मेला

स्वतन्त्र जीवन जिउँदै छन् देशको जनता
नेताहरु भने मार्दैनन् गाउँको फन्का

गणको राज्य जनता नै ईश्वर
उन्नती भएपछि आवश्यक पर्दैन परमेश्वर

१०४ वर्षसम्म गरे शासन राणाले
नराम्रो कामको बदलामा हाने हाम्रा जनताले

यसरी भयो नराम्रो कामको पतन
जनताले गर्न थाले आफ्नो देशको जतन

बदाम सेवनका चकित पारिदिने फाइदै फाइदा

बदाम खानु स्वास्थ्यका लागि निकै फाइदाजनक छ । आउनुहोस्, बदामका चकित पारिदिने फाइदाबारे जानकारी लिऔं :

तौल कम गर्छ:

बदामले तौल कम गर्न निकै मद्दत गर्छ । बदाम खाएको लामो समयसम्म भोक लागेको महसुस हुँदैन । त्यसकारण तपाईंको आहारमा कमी आउँछ र तौल कम गर्न निकै सहज हुन्छ ।

एन्टिबक्सिडेन्ट र भिनरल्सले भरपुर:

बदाममा एन्टिक्सिडेन्ट र मिनरल्स पर्याप्त मात्रामा हुने भएकाले स्ट्रोक र मुटुसम्बन्धी समस्याको खतरालाई कम गर्छ । बदाममा पाइने ट्रिप्टोफेनले डिप्रेशनको समस्यालाई पनि टाढा राख्न मद्दत गर्छ ।

फाइटोस्टेरोलको मात्रा अत्यधिक:

बदाममा बिटा-सिटोस्टेरोल भनिने फाइटोस्टेरोलको मात्रा अत्यधिक हुने भएकाले यसले फाइटोस्टेरोल क्यान्सर लाग्नबाट जोगाउँछ । अमेरिकामा भएको एक अनुसन्धानअनुसार हप्तामा कम्तीमा दुईपटक बदामको सेवन गर्ने महिलामा पेटको क्यान्सरको खतरा ५८ प्रतिशत कम र पुरुषमा २७ प्रतिशत कम भएको पाइयो ।

मेग्निजका साथै भिनरल्स पनि पाइन्छ:

बदाममा मेग्निजका साथै भिनरल्स पनि पाइन्छ । यो भिनरल्सले फ्याट, कार्बोहाइड्रेट, मेटाबोलिजम, क्याल्सियम एब्जोर्प्सन र ब्लड सुगरलाई नियन्त्रण गर्ने गर्छ । विभिन्न शोधको रिपोर्टअनुसार बदामको सेवनले मधुमेहको खतरा २१ प्रतिशत कम हुने गर्छ । यदि तपाईंलाई मधुमेह छ भने तपाईंले आफ्नो डाक्टरको सल्लाह लिएर बदाम खान सक्नुहुन्छ ।

मोनोसेचुरेटेड र पोलिअनसेचुरेटेड फ्याट पाइन्छ:

बदाममा मोनोसेचुरेटेड र पोलिअनसेचुरेटेड फ्याट भरपुर मात्रामा पाइन्छ । विशेषगरी बदाममा पाइने फोलिक एसिडले रगतमा ब्याड कोलेस्ट्रोललाई कम गर्दै गुड कोलेस्ट्रोलको स्तर बढाउने गर्छ । यसले शरीरमा कोलेस्ट्रोलका स्तरलाई पनि ब्यालेन्स गर्नुका साथै कोरोनरी आर्टरी डिजिजबाट शरीरलाई सुरक्षित राख्ने गर्छ ।

फोलिक एसिडको स्रोत:

बदाममा अत्यधिक मात्रामा फोलिक एसिड पाइन्छ, जसले महिलाको प्रजनन क्षमतालाई वृद्धि गर्छ । यसबाहेक शिशुको स्वास्थ्यलाई पनि सकारात्मक असर पुग्ने गर्छ । यदि तपाईं गर्भावस्थाको सुरुवाती दिनमा हुनुहुन्छ भने बदाम खान सुरु गरिहाल्नुहोस् । यसले शिशुको स्वास्थ्य राम्रो बनाउन सहयोग गर्छ ।

बन्य हाइड्रेड:

विभिन्न अनुसन्धानमा यदि महिलाले गर्भावस्था अघि र गर्भावस्थामा कम्तीमा चार सय ग्राम बदामको सेवन गर्छिन् भने उनको बच्चा जन्मँदा कुनै प्रकारको कमी नहुने पुष्टि भइसकेको छ । यसबाहेक बदामको सेवनले शिशुमा दम हुने खतरा पनि कम हुन्छ ।

बदाम स्वास्थ्यका साथै छालाका लागि पनि निकै फाइदाजनक हुन्छ । बदाममा हुने मोनोसेचुरेटेड एसिडले छाला लाई हाइड्रेट गर्नुका साथै चम्किलो पनि बनाउँछ ।

बदाममा भिटामिन सी भरपुर मात्रामा पाइन्छ, जसले रुघा, खोकीजस्ता समस्याबाट सुरक्षा प्रदान गर्छ ।

विहान लामो श्वास लिनुका फाइदै फाइदा

जीवनका लागि स्वास्व सबैभन्दा महत्वपूर्ण विषय हो । श्वासप्रश्वासमा अवरोध हुँदा मानिसको ज्यान नै जान्छ । श्वासप्रश्वास एउटा नियमित प्रक्रिया हो । श्वास फेर्न हामीलाई कुनै थप ऊर्जा खर्च गर्नु पर्दैन । श्वासप्रश्वास मानव शरीरको स्वचालित प्रक्रिया हो ।

श्वासप्रश्वासलाई मिलाएर लिएमा यसले मानिसलाई दीर्घजीवन दिन्छ । योग विज्ञानले पनि श्वासप्रश्वासलाई निकै महत्व दिएको छ । प्राणायामले मानिसलाई स्वस्थ राख्न र दीर्घजीवनलाई सहयोग पुग्छ । त्यसैले लामो र मिलाएर श्वास लिनु आवश्यक हुन्छ ।

त्यसका लागि बिहानको समयमा केही समय लामो श्वास लिने र छोड्ने गर्नुपर्छ । यसो गर्दाले शरीरमा निकै फाइदा पुग्छ र दिनभर नै यसले ऊर्जाशील बनाउँछ ।

विहान केहीबेर लामो श्वास लिने र छोड्ने गर्दा पुरने फाइदा यस्ता छन् ।

मस्तिष्कलाई शान्त बनाउँछ- अत्याधिक तनाब र चिन्ताले विभिन्न स्वास्थ्य समस्या उत्पन्न हुन्छ । गहिरो श्वास लिंदा दिमागमा अक्सिजनको आपूर्ति बढाउँछ र चिन्ताको मात्रा घट्नुका साथै शरीरलाई आनन्द र प्रफुल्ल बनाउँछ ।

शरीरको विष फालिदिन्छ- श्वासप्रश्वासबाट मानिसको शरीरबाट ७० प्रतिशतभन्दा बढी खराब तत्व निस्कासन गरिदिन्छ ।

तनावमुक्त बनाउँछ- गहिरो श्वासले शरीरमा अक्सिजनको प्रवाह बढाउँछ र तनाब, चिन्ता र त्रास घटाउँछ ।

बन्य बंगलाई पनि सहयोग- गहिरो श्वासप्रश्वासको व्यायामले मुटु, पेट, लिभर, साना आन्द्रालाई मसाज गरिदिन्छ र ती अंगमा रक्तप्रवाह हुन्छ ।

नेपाल टी-२० लिगमाथि राखेपकै शंशय

काठमाडौं/नेपाली क्रिकेट इतिहासकै सबैभन्दा ठूलो फ्रेन्चाइज प्रतियोगिता नेपाल टी-२० लिग शनिबारदेखि सुरु हुने भनिएको छ । तर यसको महशुस खेलाडी र समर्थकमात्र होइन, नेपाल क्रिकेट संघ (क्यान)कै पदाधिकारीहरुले गर्न सकिरहेका छैनन् । किनकी दुई वर्षदेखि चर्चामा रहेको प्रतियोगिताले विश्वसनीयता गुमाइसकेको छ ।

विवादित सेभेन थ्री स्पोर्टसले यो प्रतियोगिताका लागि क्यानसँग कमर्सियल र स्ट्रेजिक साझेदारीको सम्झौता गरेको छ । पछिल्लोपल्ट शुक्रबारका लागि निर्धारित प्रतियोगिता एक दिन सारेर क्यानले पुरस्कार राशी, स्थानीय ब्रोडकास्टरबारे निर्णय गर्यौं, शुक्रबार दिउँसो पत्रकार सम्मेलन गरी शनिबार खेल सुरु हुने बतायो ।

तर अहिलेसम्म राष्ट्रिय खेलकूद परिषद् (राखेप) ले अहिलेसम्म नेपाल टी-२० लिग खेल्ने विदेशी खेलाडीका लागि श्रम स्वीकृतिका लागि सिफारिस पत्र दिएको छैन ।

एक सातादेखि क्यान कार्यवाहक सचिव प्रशान्तविक्रम मल्लसहितको एउटा टिम विदेशी खेलाडीको श्रम स्वीकृतिका लागि सिफारिस लिन राखेप मुख्यालय विपुरेश्वर धाइरहेका छन् । तर सिफारिसका लागि स्वीकृति पाएको छैन ।

स्रोतका अनुसार सेभेन थ्री स्पोर्टसको पृष्ठभूमि र घरेलू क्रिकेटको सबभन्दा प्रतिष्ठित प्रतियोगिता सम्भावित फिक्सिङ र बेटिङको जालोमा फस्नसक्ने आशंकाले पनि काम गरेको छ ।

प्रतियोगिता शंकाको घेरामा देखिएपछि प्रतियोगिता सन्चालनपूर्व नै सबै कागजपत्र पूरा गर्न भनेका छौं ।'

राखेपको नियामक जिम्मेवारीअनुसार क्यानसँग आवश्यक सम्पूर्ण कागजात माँगिएको राखेप सदस्य सचिव टंकलाल घिसिङ बताउँछन् । 'प्रतियोगिता आयोजनाका लागि हामीले अघिल्लो साता नै स्वीकृति दिइसकेका छौं' उनले भने, 'अहिले श्रम स्वीकृति लगायतका प्रक्रियाका लागि आवश्यक कागजात नपुगेका कारण सिफारिस गर्न सकेनौं । प्रतियोगितापूर्व प्रक्रिया पूरा गर्न भनेका छौं ।'

क्रिकेट संघले सेभेन थ्री स्पोर्टससँग १० वर्षका लागि पहिलो सम्झौता गरेको थियो । कार्यसमिति भित्रैबाट विरोध सुरु भएपछि परिमार्जन गरी पुनः सम्झौता गरियो, जहाँ ८ वर्षका लागि सेभेन थ्री स्पोर्टसले सन्चालन अधिकार दिइको छ । त्यसबापत उसले ३३ करोड रुपैयाँ क्यानलाई बुझाउनुपर्ने भयो ।

बेटिङको चिन्ता !

नेपाल टी-२० लिगको आयोजक क्यान भएपनि आयोजना सम्बन्धी सम्पूर्ण काम सेभेन थ्री स्पोर्टसले गरिरहेको छ । फ्रेन्चाइज टिम, ब्रोडकास्ट, मुख्य प्रायोजक ल्याउनेदेखि पुरस्कार तोक्ने लगायत सम्पूर्ण काम उसैले गरिरहेको छ ।

यति ठूलो बजेटको प्रतियोगिताका लागि प्रायोजकहरुको संख्या अत्यन्तै न्यून छ । त्यसमाथि बेटिङ जोडिएको छ ।

सेभेन थ्री स्पोर्टसले नेपालमा कम्पनी स्थापना गर्नुअघि आफ्नो प्रवन्ध पत्रमा बेटिङसँग जोडिएको विषय उल्लेख गरेको थियो, जसमा भारत लगायत विदेशमा सट्टेबाजी घरहरु सञ्चालन गर्ने उल्लेख गरिएको छ ।

यसका साथै लिगका टिम ओनर र टिमको कप्तान छनोट पनि लिगमा बेटिङको आशंकालाई बल दिएको छ ।

लिगको फ्रान्चाइज टिम विराटनगर सुपर किंग्सको मार्की खेलाडी रोहित पौडेल छन्, जो नेपाल टिमकै कप्तान हुन् । जिम्बावेका सिक्नदर राजा पनि टिममा छन्, तर वेष्ट इन्डिजका आन्द्रे म्याककार्थीलाई कप्तान बनाएको छ । यस्तै सोमपाल कामी मार्की रहेको जनकपुरले पनि वेष्ट इन्डिजकै ट्रेभोन ग्रिफिथलाई कप्तान नियुक्त गरेको छ ।

अरू टिमको मालिक सेभेन थ्री स्पोर्टसकै टिमसँग जोडिएको छ । यसले पनि यो प्रतियोगिता बेटिङमा जोडिने त होइन भन्ने शंका छ ।

शुक्रबार आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा सेभेन थ्री स्पोर्टसका अध्यक्ष जतिन आहलुवालियाले भने लिगमा बेटिङ र फिक्सिङ नहुने दाबी गरे । लिगको मुख्य प्रायोजक वान एक्स ब्याटबारे उनले भनेका छन्, 'यो आईसीसीबाट मान्यता पाएको कम्पनी हो । लंका प्रिमियर लिग (एलपीएल)को स्पोनसर छ ।'

क्यानका अध्यक्ष चतुर बहादुर चन्दले फिक्सिङ हुँदैछ भनेर पहिले भन्न नमिल्ने भन्दै लिगलाई राम्रोसँग सञ्चालन गर्नका लागि एन्टी करप्सन युनिट राख्नेको बताएका छन् ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

करण राई बने भ्वाइस अफ नेपाल सिजन ४ को विजेता

काठमाडौं/करण राई 'द भ्वाइस अफ नेपाल'को चौथो सिजनका विजेता बनेका छन् । शुक्रबार भएको ग्राण्ड फिनालेमा उनले नगद २५ लाख रुपैयाँसहित पुरस्कार प्राप्त गरे ।

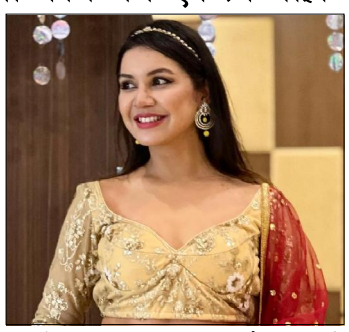
करणले टिम राजुबाट प्रतिस्पर्धा गरेका थिए । टिम राजेश समूहबाट सविना योङहाङ लिम्बू फस्ट रनरअप घोषित भइन् ।

टिम प्रमोदबाट योगेश मगर सेकेण्ड रनरअप घोषित भए । टिम प्रविशाबाट शाइल लिम्बू थर्ड रनरअप बने । दर्शकको भोटको आधारमा विजेता घोषित गरिएको जनाइएको छ ।

विजेता बनेका करणले नगद २५ लाखसहित पल्सर एन१६० मोटरसाइकल, साढे दुई तोला सुनको सिक्री, र्‍यालेक्सी जेड फोल्ड फोन पुरस्कार प्राप्त गरे । ग्राण्ड फिनाले भव्य र रोचक बनेको थियो जहाँ अन्तिम ११ मा पर्न सफल ट्यालेन्टले गाथकी प्रस्तुत गरेका थिए । जित हासिल गरेपछि करणले सांगीतिक करिअरलाई निरन्तरता दिने अझै मिहिनेत गर्ने बताए ।

बेनिशाको अनुभव- 'हरर जनरामा काम गर्न एकदमै गाह्रो'

काठमाडौं/नेपालमा रिक्स जनरा मानिन्छ, हरर । यो जनरामाथि नेपाली फिल्मको इतिहास पल्टाएर हेर्ने हो भने नतिजा सुखद छैन । यसको पछाडि विभिन्न कारण छन् । 'हाँ हुँ'को ब्याकग्राउन्ड स्कोर, पात्रको अनुहारमा कालो र सेतो रंग पोतेर सेतो पहिरन लगाइदिएपछि दर्शक तर्सिन्छन् भन्ने मानसिकतासे नेपालमा हरर फिल्म असफल हुँदै आएका छन् । यद्यपि, हरर फिल्म बन्न भने रोकिएको छैन ।



हरर जनरामाथि फिल्म बनाउन निर्माताले त खासै आँट गर्दैनन् नै, कलाकारहरुको पनि उत्ति रुचिमा पर्दैन । तर, अभिनेत्री बेनिशा हमालको रोजाईमा भने हर र जनरा परिरहेको छ । पछिल्लो पटक हरर फिल्म 'घर'मा अभिनय गरेकी उनको नयाँ फिल्म 'चि मुसी चि' पुष २२ गतेबाट प्रदर्शन हुँदैछ । फिल्ममा उनीसँगै ऋचा शर्मा, प्रियंका कार्की, आयुष्मान देशराज जोशीको पनि अभिनय छ ।

लगातार हरर फिल्म गर्नुको कारण बेनिशालाई आफूले दर्शक तर्साउन सक्छु भन्ने विश्वास हो वा सौखको जनरा हो ? मंगलवार एक कार्यक्रममा पत्रकारले सोधेको प्रश्नमा उनले भनिन्, 'कलाकार भएपछि 'एक्सपेरिमेन्ट' गर्न मन लाग्छ । एकैखाले फिल्म गरिराखेको बेला फरक जनराबाट अफर आउँदा यो चाहिँ किन नगर्ने त भन्ने हुँदो रहेछ । किनकि, हरेक फिल्मले केही न केही सिकाउँछ ।'

अरु जनराभन्दा हरर फिल्ममा काम गर्न गाह्रो हुने उनको अनुभव छ । 'मैले अनुभवका लागि 'घर' गरेको थिएँ । त्यसबेला महसुस भयो कि अरु फिल्मभन्दा काम गर्न हरर जनरामा एकदमै गाह्रो रहेछ,' उनले सुनाइन्, 'तर्साउने उद्देश्यभन्दा पनि क्यारेक्टरले के महसुस गरेको छ भन्ने महत्वपूर्ण हुने रैछ । त्यसैले हरर फिल्म गर्दा क्यारेक्टरमा बसेर कसरी राम्रो काम गर्ने भन्ने मात्र सोचिन्छ ।'

वुस्टर लगाउने निर्णय गरेको सरकारसँग छैन खोप

काठमाडौं/शुक्रराज टुपिकल तथा सरुवा रोग अस्पताल, टेकुमा कोरोनाविरुद्धको खोप लगाउन पुग्नेहरुको संख्या बढ्दो छ । केही समयअघि दैनिक १०-१५ जनाले लगाउने गरेकोमा आजभोलि संख्या करिब सय जना पुगिसकेको छ ।

'चीनमा संक्रमण फैलिएसँगै अहिले खोप लगाउने संख्यामा पनि विस्तारै चाप बढ्दै गएको छ,' टेकु अस्पतालका सूचना अधिकारी नवराज गौतम भन्छन् ।

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले पनि जेष्ठ नागरिक, दीर्घरोगी र जोखिममा भएका व्यक्तिलाई चौथो डोज दिने निर्णय गरेको छ । राष्ट्रिय खोप सल्लाहकार समितिको सिफारिसमा मन्त्रालयले १७ कात्तिकमै दोस्रो बुस्टर डोज दिने मन्त्रीस्तरीय निर्णय गरेको थियो । त्यसअनुसार परिवार कल्याण महाशाखाले प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालय र स्वास्थ्य कार्यालयहरुलाई परिपत्र गरेको छ । राष्ट्रिय खोप सल्लाहकार समितिका अध्यक्ष डा. रमेशकान्त अधिकारी भन्छन्, 'अन्य देशमा पनि संक्रमण बढ्दै गएकाले सबैले बुस्टर डोज लगाउनुपर्ने देखिन्छ ।'

सरकारसँग भने पर्याप्त खोप छैन । भएको ४० लाख डोज सिनोफार्मको खोप भने व्यवस्थापकीय कमजोरीका कारण प्रयोग नै गर्न नमिल्ने अवस्थामा छ ।

सरकारसँग केन्द्रीय भण्डारण केन्द्र, प्रदेश, जिल्ला स्थानीय खोप केन्द्रसम्म ४७ लाख ६८ हजार खोप भण्डारणमा रहेको स्वास्थ्य सेवा विभाग अन्तरगतको व्यवस्थापन महाशाखाको तथ्यांक छ । जसमध्ये ४० लाख सिनोफार्म, २ लाख ८० हजार भेरोसेल, फाइजर ४ लाख ८० (बालबालिका लागि) छ । सरकारसँग सबभन्दा धेरै स्टक भएको सिनोफार्म खोप प्रयोग गर्न नसक्ने अवस्था छ । नेपालमा खोप लगाउने योग्य सबैजसो नागरिकले पहिलो डोज लगाइसकेका छन् ।

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको तथ्यांक अनुसार लक्षित जनसंख्याको २ करोड २३ लाख ८ हजार ४८३ एक मात्रा, २ करोड २३ लाख २४ हजार ९३३ पूर्ण मात्रा र ७९ लाख ७२ हजार ७९१ ले बुस्टर डोज लगाएका छन् । उनीहरुमध्ये कसैले पनि सिनोफार्मकै खोप नलगाएकाले अहिले बुस्टरका रुपमा दिन सक्ने अवस्था छैन । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयका सहप्रवक्ता डा. समीरकुमार अधिकारी भन्छन्, 'पहिलो-दोस्रो डोज सिनोफार्मकै खोप लगाएकाहरुलाई बुस्टर डोजको रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

तर हामी कहाँ यो खोप प्रयोग नै नभएकाले बुस्ट डोजका रुपमा प्रयोग सकिएन ।' राष्ट्रिय खोप सल्लाहकार समितिका अध्यक्ष डा. रमेशकान्त अधिकारीका अनुसार अन्य खोपभन्दा सिनोफार्म कम प्रभावकारिता भएको पाइएको छ । 'अहिलेसम्मको अध्ययन, अनुसन्धानको रिर्पोट हेर्दा अन्य खोप लगाएका मानिसले बुस्टरको रूपमा प्रयोग नगर्न भनिएको छ,' डा. अधिकारी भन्छन् । स्वास्थ्य मन्त्रालयका एक अधिकारीका अनुसार सिनोफार्म खोप ल्याउने बेलामा नै उपयोग हुन नसक्ने जानकारी गराइएको थियो । तर शेरबहादुर देउवा प्रधानमन्त्री भए लगतै घोषणा गरेको सहयोग भन्दै सरकारले स्वीकार गर्न दबाव थियो । 'नेपालमा सिनोफाम खोप आवश्यक छैन भनेर पटक पटक जवाफ पठायौं । तर राजनीतिक दबाव थेग्न सकिएन,' ती अधिकारी भन्छन् ।

खोप ल्याएपछि पनि विवरण प्रणाली व्यवस्थित बनाउन नसक्दा प्रयोग नभएको विभागकै कर्मचारी बताउँछन् । 'हामीलाई कुन खोप कति चाहिन्छ ? कुन खोपको प्रभावकारी कस्तो छ ? कसरी खपत गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा कुनै योजना बन्न सकेन,' ती कर्मचारीले भने, 'मनलादी रूपमा खोप लिँदा प्रयोग गर्न सकिएन ।'

स्वास्थ्य सेवा विभागको आपूर्ति शाखाका प्रमुख डा.सुरेन्द्र चौरासिया भने आवश्यकता हेरेरै खोपको लिइएको दाबी गर्छन् । 'त्यसबेला खोपको लगाउने मानिसको चाप बढी थियो । तर कोभिसिल्ड, एष्टेजेनिका, मार्डना खोपको म्याद कम रहेकाले पहिला प्रयोग गरियो,' भन्छन्, 'प्रभावकारिताको हिसाबले मानिसले कोभिडसिल्ड, मोर्डना जस्ता खोप लगाउन थालेपछि सिनोफार्मको खपत हुन सकेन ।'

श्रीमानको साथमा अमेरिका उडिन् 'मैयाँ'

काठमाडौं/ब्लकबस्टर फिल्म 'कबड्डी'मा 'मैयाँ'को भूमिका निर्वाह गरेपछि चर्चामा आएकी अभिनेत्री रिश्मा गुरुङले २०७६ साल फागुन ४ गते प्रेमी सन्दिप गुरुङसँग लगनगाँठो कसेकी थिइन् ।

अमेरिकाको एयर फोर्स आर्मी रहेका श्रीमानसँग रिश्मा विवाह लगत्तै अमेरिका जाने योजनामा थिइन् । तर, कोरोना महामारीका कारण भिसा प्रक्रियामा ढिलाई भएपछि उनी अमेरिका उड्न पाएकी थिइनन् ।

अन्ततः रिश्मा शुक्रवार श्रीमानको साथमा अमेरिका प्रस्थान गर्दैछिन् । उनले गुरुङ भाषीको मौलिक पहिरनमा श्रीमानसँग खिचेका दुई तस्विर फेसबुकमा पोस्ट गर्दै लेखेकी छन्, 'लाहुरै चलियो लाहुरेसँग । फेरी भेटौंला । बाई बाई नेपाल ।' उनको अमेरिका बसाई कति लामो हुन्छ र अब नेपाल फर्केर फेरि अभिनयमा सक्रिय हुन्छिन् वा हुँदिनन् भन्ने चासो उनका प्रशंसकहरुमा उब्जिएको छ ।

रिश्मा पछिल्लो पटक फिल्म 'कबड्डी ३'मा देखिएकी थिइन् भने लकडाउनको समयमा फिल्म 'क्रसरोड्स-कथा तिम्रो र मेरो'मा अभिनय गरेकी थिइन् । 'कबड्डी ३'मा केंभियो भूमिकामा देखिएकी उनले 'कबड्डी ४'मा आफूलाई नलिएपछि चित्त दुखाएकी थिइन् । 'कबड्डी ४'मा मुख्य भूमिका रहने सहमतिमा नै आफूले 'कबड्डी ३'मा सानै भूमिका भए पनि काम गरेको रिश्माको भनाई थियो ।

'कबड्डी २'पछि रिश्मा लामो समय फिल्मबाट टाढा बसेकी थिइन् । यसबारेमा उनले केही समय अगाडि एक अन्तर्वार्तामा भनेकी थिइन्, 'पहिलो कारण त मास्टर्स पूरा गर्न फिल्मबाट टाढा बसें । अनि, 'मैयाँ' खालकै क्यारेक्टरहरु बढी आए । पहिला फिल्म पाए गर्छु भन्ने लाग्दो रहेछ । तर, पछि अलग-अलग क्यारेक्टर गर्ने लोभ पलाउँदो रहेछ । त्यसैले गर्दा फिल्म अफर हुँदा पनि गरिनँ ।'

(स्रोत: फिल्मीखबर)

बागमती प्रदेश सरकार
भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय
शहरी विकास तथा भवन कार्यालय
हेटौंडा, मकवानपुर, नेपाल

सब-ईन्जिनियर सेवा करारमा लिने सम्बन्धी सूचना

(प्रथम पटक सूचना प्रकाशित मिति २०७९।०९।०९ गते)

बागमती प्रदेश सरकार, भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय, शहरी विकास तथा भवन कार्यालय, हेटौंडा, मकवानपुरको लागि आ.व.२०७९/०८० को लागि स्वीकृत कार्यक्रमहरुको कार्यान्वयनको लागि तपसिल बमोजिम सब-ईन्जिनियर सेवा २०८० असार मसान्त सम्मको लागि करारमा लिनु पर्ने भएकोले प्रदेश लोकसेवा आयोग, बागमती प्रदेश वा संघीय लोकसेवा आयोगको सोही पदमा आ.व.२०७८/२०७९ र २०७९/०८० को विज्ञापनमा बैकल्पिक वा अस्थायी सूचीमा परेका तथा इच्छुक नेपाली नागरिकहरुबाट रु १० को टिकट टाँसी आवेदन साथ संलग्न गर्नुपर्ने कागजात सहित यो सूचना प्रकाशन भएको मितिले १५ दिन भित्र आवेदन दिन हुन यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । यो सूचना र यस सम्बन्धी आवेदन फारमको ढाँचा यस कार्यालय र भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय, बागमती प्रदेश, हेटौंडाको सूचनापाटी र वेभसाइट https://mopid.bagamati.gov.np/ मा राखिएको छ ।

तपसिल :

विज्ञापन नं	पद	तह	सेवा	समूह	माग पद संख्या	कैफियत
१/२०७९-८०	सब-ईन्जिनियर	सहायक स्तर पाँचौं	ईन्जिनियरिङ	सिभिल	१२	

छनौटको आधार :-
१. संघीय लोकसेवा आयोग तथा लोकसेवा आयोग बागमती प्रदेशको सोही पदको आ.व.२०७८/०७९ र २०७९/०८० को विज्ञापनको बैकल्पिक सूची तथा अस्थाई सूचीमा रहेकाको हकमा माग पद संख्या र योग्यता क्रमको सूची अनुसार सोझै करार सम्झौता गरिनेछ ।
२. बुँदा नं १ बमोजिम दरखास्त अपर्याप्त भएमा छनौट विधि सम्पर्क मितिमा तय गरिनेछ ।

उम्मेद्वारको उमेर हद :- १८ वर्ष पुरा भइ ३५ वर्ष ननाघेको
उम्मेद्वारले काम गर्नु पर्ने कार्यालय :- शहरी विकास तथा भवन कार्यालय, हेटौंडा, मकवानपुर ।
कार्य क्षेत्र :- चितवन र मकवानपुर जिल्ला
आवश्यक न्यूनतम शैक्षिक योग्यता :- मान्यता प्राप्त शैक्षिक संस्थाबाट न्यूनतम Civil Engineering विषयमा प्रविणता प्रमाणपत्र तह (Proficiency Certificate Level) वा डिप्लोमा पास ।
तलब सुविधा :- बागमती प्रदेश सरकारको समान तहको शुरु तलब मात्र ।
सेवा सुविधा तथा गर्नु पर्ने काम :- सम्झौतामा तोकिएको शर्त र कार्य विवरण बमोजिम ।
आवेदन साथ संलग्न गर्नुपर्ने कागजातहरु:-
१. बैकल्पिक र अस्थायी योग्यताक्रमको सूचीमा रहेकाको हकमा नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी र प्रवेश पत्रको प्रतिलिपी ।
२. अन्यको हकमा -(क) न्यूनतम तथा माथिल्लो शैक्षिक योग्यताको प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपी (ख) नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपी (ग) विदेशी शैक्षिक संस्थाबाट अध्ययन गरेको हकमा समकक्षता (इक्विभेलेन्स) प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपी (घ)कार्य अनुभवको कागजात भए सोको प्रमाणित प्रतिलिपी

नोट - प्रतिलिपीहरु नोटरी पब्लिकबाट प्रमाणित भएको हुनु पर्नेछ

आवेदन फारम :- मन्त्रालयको वेभ साइटबाट डाउनलोड तथा कार्यालयबाट उपलब्ध गराइने छ ।
आवेदन बुझाउने स्थान :- कार्यालय समय भित्र शहरी विकास तथा भवन कार्यालय, मकवानपुर, हेटौंडा, मकवानपुर ।
सम्पर्क मिति :- २०७९पौष२४ गते ,
सम्पर्क नं. :- ०५७-५२०३४४/०५७-५२१२८४/९८५५०१५२७५, ९८५५०७०९३८/९८५८४२२८६४

निमित्त कार्यालय प्रमुख

साझाकुरा

"तपाईं, हामी सबैको कुरा"

कोरोना महामारीले समस्याग्रस्त अवस्थामा पनि हाम्रो प्रकाशन रोकिएको छैन, निरन्तर जारी छ ।

हामी तपाईंहरुकै माझमा छौं,
पाठकको चाहनालाई मध्यनजर गर्दै
परिष्कृत ढंगले अघि बढ्दैछौं ।

वेवसाइडमा: *www.sajhakuranews.com*
सर्च गर्न नभुल्नुहोला ।
साझाकुरा वेवसाइटमा सजिलै पढ्न सकिने छ ।

प्रदेश सरकारले पोल्ट्री दिवस सप्ताहव्यापी रुपमा मनाउने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/बागमती प्रदेश सरकारको कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयले १० औं राष्ट्रिय पोल्ट्री दिवस सप्ताहव्यापी रुपमा मनाउने भएको छ ।

शुक्रबार पत्रकार सम्मेलन गर्दै मन्त्रालयले पहिलोपटक १० औं राष्ट्रिय पोल्ट्री दिवस सप्ताहव्यापी रुपमा मनाउने जानकारी दिएको हो । मन्त्रालयले मातहतका निकाय मार्फत् सरोकारवाला संस्थाहरुसंगको सहकार्यमा दिवस मनाउने तयारी गरेको जनाएको छ ।

'पोल्ट्री सोको विकासमा सर्वपक्षीय सहभागिता, खाद्य र पोषण सुधार हाम्रो प्रविद्धता' नारा सहित मन्त्रालयले पहिलो पटक यस दिवस मनाउने तयारी मन्त्रालयको छ । मन्त्रालयका सचिव शरणकुमार पाण्डेले राष्ट्रिय पोल्ट्री दिवस सप्ताहव्यापी रुपमा मनाउने कार्ययोजना समेत निर्माण गरी पुस ८ गतेदेखि १७ गतेसम्म विभिन्न कार्यक्रम आयोजना गरि दिवस मनाउने तयारी गरेको बताए ।

प्रदेशभित्रका विभिन्न स्थानमा सञ्चालित पोल्ट्री व्यवसायले मुलुकको कुल मासु तथा अण्डा उत्पादनमा क्रमशः करिब २२ र ६० प्रतिशत योगदान दिदै आएको उनले बताए ।

सरकारी स्तरबाट बारा जिल्लाको परवानीपुरमा निर्मित सेन्ट्रल ह्याचरीको समुद्घाटन २०१७ साल पौष १७ गते भएको सन्दर्भमा आधार मानेर उक्त दिनको ऐतिहासिक महत्वलाई दृष्टिगत गरी २०७० सालबाट हरेक वर्ष पौष १७ गतेलाई राष्ट्रिय पोल्ट्री दिवसको रुपमा मुलुकभर विभिन्न कार्यक्रम सहित आयोजना गर्न थालिएको उनले बताए । बागमती प्रदेशको

अर्थतन्त्रमा विशिष्ट योगदान दिँदै आएको पोल्ट्री क्षेत्रको उचित सम्मान र सम्बोधन गर्दै राष्ट्रिय पोल्ट्री दिवस विभिन्न कार्यक्रमहरु सञ्चालन गरी सप्ताहव्यापी रुपमा सफलताका साथ सम्पन्न गर्न मन्त्रालयले कार्ययोजना तयार गरेको उनको भनाई छ ।

पोल्ट्री व्यवसाय वर्तमान अवस्थाको बारेमा समिक्षा गर्ने, पोल्ट्रीजन्य उत्पादनको उपभोग प्रवर्द्धन गर्ने, पोल्ट्रीजन्य उत्पादको पोष्टिक महत्वको बारेमा आम उपभोक्तालाई जानकारी गराई दैनिक उपभोगको लागि आकर्षित गर्ने, राष्ट्रिय पोल्ट्री दिवस सफलताका साथ सम्पन्न गर्ने मन्त्रालयको लक्ष्य रहेको छ ।

दवसको पहिलो दिन पुस ८ गते दशौं राष्ट्रिय पोल्ट्री दिवस सम्बन्धी मन्त्रालयमा पत्रकार सम्मेलन गर्ने, पुस ११ गते १३ वटै जिल्लाका भेटेरिनरी अस्पताल तथा विज्ञ केन्द्रहरुमा दिवसको विषयमा पत्रकार सम्मेलन गर्ने, सोही दिन कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रीबाट मन्त्रालयमा दिवसको कार्यक्रम समुद्घाटन गर्ने, पशुपन्छी तथा मत्स्य विकास निर्देशनालयमा पोल्ट्रीसँग सम्बन्धित संघ संस्थाहरुसँगको अन्तरक्रिया कार्यक्रम आयोजना गर्ने, पोल्ट्री क्षेत्र सम्बन्धी पम्पलेट तथा ब्रोसर लगायतका प्रसार सामग्री तयारी तथा वितरण गर्ने, पत्रपत्रिका लगायत विभिन्न मिडियाबाट प्रचार प्रसार गर्ने कार्यक्रम रहेको छ ।

पुस १२ गते स्थानीय तह तथा पोल्ट्रीसँग सम्बन्धित संघसंस्थाको समन्वयमा भेटेरिनरी अस्पताल तथा पशु सेवा विज्ञ केन्द्र मार्फत् सामुदायिक विद्यालयमा अण्डा तथा मासु उपभोगको महत्व बारेमा स्कुल शिक्षा कार्यक्रम सहित अण्डा खुवाउने कार्यक्रम आयोजना गर्ने, पुस १३ गते गर्भवती महिला, कुपोषण र पुड्कोपना भएका बालबालिकाहरुलाई अण्डा वितरण कार्यक्रम आयोजना गर्ने, नेपाल भेटेरिनरी एशोसियसनको समन्वयमा भेटेरिनरी अस्पताल तथा पशु सेवा विज्ञ केन्द्रबाट पुस १४ गते पोल्ट्री कृषकहरुलाई पोल्ट्री व्यवसाय सम्बन्धी सचेतना कार्यक्रम, पुस १५ गते पोल्ट्री क्षेत्रसँग सम्बन्धित र सान्दर्भिक लेख रचना पत्रपत्रिकाहरुमा प्रकाशन गर्ने, १६ गते श्रमिक बजारमा श्रमिकहरुलाई अण्डाको परिकार वितरण गर्ने र पुस समापन कार्यक्रम आयोजना गर्ने मन्त्रालयले जनाएको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरको हिरासत कक्षमा स्मार्ट टिभी जडान गरिएको छ । हेटौंडा उपमहानगरपालिका कार्यालयबाट सहयोग गरिएको एक थान स्मार्ट टिभी जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरको हिरासत कक्षमा रहेका थुनुवाहरुको लागि जडान गरिएको मकवानपुरका प्रहरी नायब उपरीक्षक टेकबहादुर कार्कीले जानकारी दिए । उनका अनुसार हाल हिरासत कक्षमा २७ जना पुरुष र ३ जना महिला थुनुवाहरु रहेका छन् ।

तस्विर: जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुर ।

दोस्रो प्रदेश खेलकुद चैत २४ देखि हुने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/दोस्रो संस्कणको बृहत बागमती प्रदेश खेलकुद चैत २४ देखि ३० गतेसम्म हुने भएको छ ।

बागमती प्रदेश खेलकुद परिषदले आयोजना गर्ने दोस्रो संस्कणको बृहत प्रदेश खेलकुद चैत २४ देखि ३० गतेसम्म हुने भएको हो ।

बिहिबार बसेको विज्ञहरुसहितको परिषद बोर्ड बैठकले प्रदेश खेलकुदको मिति निर्धारण हो । परिषद्का सदस्यसचिव सूर्यलाल भण्डारीले दोस्रो सस्करणको प्रतियोगितामा पहिलो संस्करणको तुलनामा बढि खेलहरु समावेश गरिने जानकारी दिए ।

भण्डारीको अनुसार दोस्रो संस्करणका लागि उसु, जुडो, आईटीएफ तेक्वान्दो र पौडी खेल पनि समावेश भएका छन् । पौडीको जिल्लागत प्रतिस्पर्धा नगराइ सिधै प्रतियोगितामा खुला स्पर्धा गराइने सदस्य सचिव भण्डारीले बताए ।

अघिल्लो वर्ष फागुन २८ गतेदेखि १० दिनसम्म चलेको प्रतियोगितामा ८ खेल समावेश भएका थिए । त्यतिबेला खेलाइएको तेक्वान्दो, एथलेटिक्स, करांति, बक्सिङ, फुटबल, क्रिकेट, ब्याडमिन्टन र भलिबललाई यसपटक पनि निरन्तरता दिइएको छ ।

परिषदले गत असोज/कात्तिकमा गण्डकी प्रदेशमा आयोजित नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका पदक विजेता बागमती प्रदेशका खेलाडी, प्रशिक्षक र व्यवस्थापकलाई नगद पुरस्कारसहित सम्मान गर्ने निर्णय गरेको छ ।

बागमती प्रदेशले सरकारी ग्रासरुट कार्यक्रम राष्ट्रपति रनिङ शिल्डको केन्द्रीय प्रतियोगिता हुने १५ दिन अघि नै प्रदेश छनोट सम्पन्न गरिसक्ने निर्णय गरेको छ । राष्ट्रपति रानिङ शिल्डको स्थानीय र जिल्लास्तरीय प्रतियोगितामा सबै विद्यालयको सहभागिता गराउने पनि परिषदको निर्णय छ ।

हराएका दुईसय ३३ मानिस फेला पारी आफन्तको जिम्मा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले दुईसय ३३ जना हराएका मानिस फेला पारी सम्बन्धित आफन्तलाई जिम्मा लगाएको छ ।

हराएका मानिसहरुको खोजी गर्न सञ्चालन गरेको 'गो होम' अभियानअन्तर्गत् दुईसय ३३ जना हराएका मानिस फेला पारी सम्बन्धित आफन्तलाई जिम्मा लगाइएको हो । गत असोज ५ गतेबाट प्रदेश प्रहरी कार्यालय मातहतका १० जिल्लाहरुमा सञ्चालन गरिएको उक्त अभियानअन्तर्गत् मंसिरसम्ममा दुईसय ३३ जना हराएका मानिस फेला परी सम्बन्धित आफन्तलाई जिम्मा लगाइएको जनाइएको छ ।

हराएका मानिसको संख्या तथा फेला पर्ने मानिसहरुको संख्याको आधारमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय दोलखा पहिलो नम्बरमा रहेको छ । दोलखाले हालसम्म ५८ जना मानिस

फेला पारेको छ भने मकवानपुरले ४५ जना, सिन्धुलीले ४१ जना र चितवनले २५ जना मानिस फेला पारेको छ ।

काभ्रेले १५ जना, सिन्धुपाल्चोकले १३ जना, धादिङले ११ जना रसुवा र रामेछापले ९/९ जना तथा नुवाकोटले ७ जना मानिस यस अभियानअन्तर्गत् खोजी गर्दा भेट्टाएको छ । अभियान सुरु हुनुअघि आठसय २३ जना हराएका मानिसहरू फेला पर्न बाँकी रहेकोमा अभियान सुरु भएपछि प्रहरी गस्ती, प्रहरी र आफन्तको संयुक्त प्रयासबाट दुईसय ३३ जना हराएका मानिसहरूलाई फेला पारिएको हो । प्रदेश प्रहरी कार्यालय मातहतका जिल्लाबाट हराएका मानिसको संख्या अझै पाँचसय ९० रहेको र उनीहरूको खोजी भइरहेको प्रहरी वरिष्ठ उपरीक्षक दीपक रेग्मीले जानकारी दिए ।

वैदेशिक रोजगारीबाट फर्केका व्यक्तिहरुको एकीकरणबारे छलफल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/हेटौंडा उपमहानगरपालिले वैदेशिक रोजगारीबाट फर्केका व्यक्तिहरुको एकीकरण कार्यक्रमको लागि सरोकार वालाहरुसँग छलफल गरेको छ ।

उपमहानगरले वैदेशिक रोजगारीबाट फर्केका व्यक्तिहरुलाई आवश्यक योजना तथा कार्यक्रमको विषयमा छलफल सरोकार वालाहरुसँग छलफल गरेको हो । कार्यक्रममा हेटौंडा उपमहानगर पालिका भित्रका १९ वटै वडाका ३५ जनाको सहभागिता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा हेटौंडा उपमहा नगरपालिकाका सामाजिक विकास महाशाखा प्रमुख भीम प्रसाद तिमल्सिनाले कार्यपत्र प्रस्तुत गरेका थिए । कार्यक्रममा सहभागीहरुले सहज रुपमा ऋण पाउने व्यवस्था, व्यवसाय संचालनको लागि सहज वातावरण र सीपको आवश्यक रहेको औल्याएका थिए ।

विद्यालयलाई कपडा र खेलकुद सामग्री सहयोग

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/रोटर्याक्ट क्लब अफ हेटौंडाले एक विद्यालयलाई न्यानो कपडा र खेलकुद सामग्री सहयोग गरेको छ ।

शुक्रबार क्लबले हेटौंडा-६ गौरिटारमा रहेको श्री शान्ति बहिरा तथा सुस्त श्रवण आवासीय निम्न माध्यमिक विद्यालयमा अध्ययनरत छात्रछात्राहरुलाई न्यानो कपडा र खेलकुद सामग्री सहयोग गरेको हो ।

क्लबको कार्यक्रम संयोजक जुना धितालले स्वीटर, फुटबल, क्रिकेट, लुडो, ब्याडमिन्टन लगायतका खेल सामग्री सहयोग गरिएको जानकारी दिइन् । रोटरी क्लब अफ हेटौंडा र हेटौंडा हाइकर्ससङ्को सहकार्यमा सहयोग गरिएको कार्यक्रम संयोजक धितालले बताइन् । कक्षा १ देखि कक्षा ७ सम्म अध्ययन हुने विद्यालयमा ४१ जना विद्यार्थी रहेको विद्यालयको प्रध्यानाध्यापक शर्मिला खतिवडाले बताइन् ।

कार्यक्रममा रोटरी क्लब अफ हेटौंडाका अध्यक्ष सुयस राज पराजुली, पुर्व अध्यक्ष धिरज कार्की, रोटर्याक्ट क्लब अफ मकवानपुरका अध्यक्ष प्रदिप कुमार राई, हेटौंडा हाइकर्सका अध्यक्ष कमल पुडासैनी लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

सवारी दुर्घटनामा परी एकसय ४२ जनाको ज्यान गयो

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/बागमती प्रदेशमा सवारी दुर्घटनामा परी पाँच महिनामा एकसय ४२ जनाको ज्यान गएको छ ।

प्रदेशको उपत्यकाका काठमाडौं, भक्तपुर र ललितपुरबाहेक १० जिल्लामा पाँच महिनामा भएको छ सय ३९ वटा सवारी दुर्घटनामा परी एकसय ४२ जनाको ज्यान गएको हो ।

विहीबार चालु आर्थिक वर्षको साउनदेखि मंसिरसम्मको अवधिमा भएको घटना विवरण सार्वजनिक गर्दै बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाका सूचना अधिकारी तथा वरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक दीपक रेग्मीले दुर्घटनामा एकहजार ४ सय २३ जना मानिस घाइते भएको जानकारी दिए ।

उनका अनुसार गत आर्थिक वर्ष २०७८/७९ मा एकहजार सातसय ९८ वटा दुर्घटना हुँदा चारसय १३ जनाको मृत्यु भएको थियो । यस्तै, आर्थिक वर्ष २०७६/७७ मा सातसय ९३ वटा दुर्घटना हुँदा चारसय चार जनाको मृत्यु र आर्थिक वर्ष २०७७/७८ मा एकहजार पाँच सय १२ वटा दुर्घटना हुँदा तीन सय ३५ जनाको मृत्यु भएको थियो ।

आर्थिक वर्ष २०७८/७९ मा एक हजार एकसय १४ दुर्घटना मानवीय लापरवाहीका कारण, छसय १० सडकको कारण र ६७ यान्त्रिक कारणले दुर्घटना भएको रेग्मीले जानकारी दिए ।

भार्तामा विशेषज्ञ स्वास्थ्य शिविर

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/कैलाश गाउँपालिका-८ भार्तामा विशेषज्ञ स्वास्थ्य शिविर भएको छ ।

कैलाश गाउँपालिकाको आयोजनामा शुक्रबार भार्तामा विशेषज्ञ स्वास्थ्य शिविर भएको हो । शिविरबाट ४३० जना लाभान्वित भएको गाउँपालिकाका अध्यक्ष लोकबहादुर मुक्तानले जानकारी दिए । शिविरमा ५ जना विशेषज्ञ डाक्टर हस्ले स्थानीयको स्वास्थ्य परिक्षण गरि निःशुल्क औषधी र परामर्श उपलब्ध गराएका थिए ।

शिविरका लागि वाल रोग विशेषज्ञ, स्त्री रोग विशेषज्ञ, दन्त रोग विशेषज्ञ, जनरल फिजिसियन र आयुर्वेदिक चिकित्सकले सेवा उपलब्ध गराएको अध्यक्ष मुक्तानले जानकारी दिए । स्वास्थ्य सेवाको पहुँच नपुगेका कैलाशका विकट गाउँहरु आवश्यकता अनुसार स्वास्थ्य शिविरको माध्यमबाट विशेषज्ञ सेवा उपलब्ध गराइने अध्यक्ष मुक्तानले बताए ।

स्वास्थ्य शिविरमा आइपुगेका धेरैजसो सर्वसाधारणमा दाँतको समस्या, कुपोषण, कानको समस्या, निमोनिया जस्ता विरामीहरु फेला परेका पालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख जगन्नाथ साहले बताए ।

सन्तनेता भट्टराईको जन्मजयन्तीमा दिप प्रज्वलन

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ८ पुस/नेपाली कांग्रेसका संस्थापक नेता एवम् पुर्व प्रधानमन्त्री कृष्णप्रसाद भट्टराईको ९९ औं जन्मजयन्तीको अवसरमा शुक्रबार हेटौंडामा दिप प्रज्वलन गरिएको छ ।

सन्तनेता कृष्णप्रसाद भट्टराई स्मृति केन्द्र हेटौंडाले सन्त नेता भट्टराईको जन्मजयन्तीको अवसर पारेर शुक्रबार हेटौंडा-२ स्थित कांग्रेस चोकमा दिप प्रज्वलन गरिएको हो । केन्द्रका अध्यक्ष बिजेन्द्र अग्रवालको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा संस्थाका सल्लाहाकार एवं नेपाली कांग्रेस मकवानपुरका पूर्व सभापति रामचन्द्र अर्याल माइकल, पूर्व कार्यवाहक सभापति विष्णुप्रसाद लामिछाने, सल्लाहाकार कृष्णप्रसाद दाहाल, नेपाली कांग्रेस मकवानपुरका जिल्ला सदस्य शर्मिला श्रेष्ठ, हेटौंडा वडा नम्बर ९ का संयोजक छवि अर्याल, केन्द्रका उपाध्यक्ष शुभाषचन्द्र अधिकारी, लगाएतको उपस्थिति रहेको थियो ।

त्रिभुवन विमानस्थलबाट साढे १९ केजी सुनसहित १ जना पक्राउ

काठमाडौं/प्रहरीले त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाट साढे १९ केजी सुन बरामद गरेको छ । फ्लाई दुबईको उडानबाट आएका सुडानी नागरिकको साथबाट साढे १९ किलो तरल सुन (लिक्विड गोल्ड) बरामद भएको विमानस्थलका डीआईजी श्याम ज्ञवालीले बताए । विमानस्थलको भन्सारमा नियमित जाँचकै क्रममा सुन फेला परेको उनले बताए । प्रहरीले सुन लिएर आउने सुडानी नागरिकलाई पक्राउ गरि आवश्यक अनुसन्धा भइरहेको जनाएको छ ।

उपमहानगरको कानुनी सल्लाहकारमा ढकाल

हेटौंडा, ८ पुस/हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको कानुनी सल्लाहकारमा ईश्वरराज ढकाल नियुक्त भएका छन् ।

शुक्रबार बसेको उपमहानगरपालिकाको कार्यपालिकाको बैठकले सर्वसम्मत रुपमा ढकाललाई कानुनी सल्लाहकारमा नियुक्त गर्ने निर्णय गरेको हो । ढकालले उपमहानगरको काम कारवाहीमा देखिने कानुनी जटिलतामा आवश्यक सल्लाह सुझाव दिने हेटौंडा उपमहा नगरपालिकाका प्रवक्ता सचिन न्यौपाने जानकारी दिए ।

रेष्टुरेन्ट बिक्रीमा

हेटौंडाको मेनरोडमा चालु अवस्थामा रहेको रेष्टुरेन्ट विशेष कारणले बिक्री गर्नुपर्ने भएकोले इच्छुक व्यक्तिले सम्पर्क गर्नुहोला ।

सम्पर्क नं.:
९८४५२९०३९१, ९८५५०८५३९१

थप सुविधाका साथ हाम्रा सेवाहरु

विगत एक दशकभन्दा लामो समयदेखि निरन्तर बिरामीहरुको सेवामा समर्पित यस अस्पतालमा विशिष्ट विशेषज्ञ डाक्टरहरुको समूहद्वारा सबै किसिमको रोगहरुको उपचार गर्ने उद्देश्यका साथ दैनिक उपचार जांच भइरहेको जानकारी गराउंदछौं ।

कार्यरत विशेषज्ञ डाक्टरहरु :
- हाड्जोर्नि तथा नशा रोग विशेषज्ञ डा.बसन्तमान श्रेष्ठ तथा डा.आभाष तिवारी
- जनरल फिजिसियन तथा मृगौला रोग विशेषज्ञ डा. दिनेश्वरी श्रेष्ठ
- नाक, कान, घांटी रोग विशेषज्ञ डा.अनुप सञ्जेल र डा.इन्क्लाम ढुंगाना
- जनरल सर्जन डा.साजिद अन्सारी तथा डा.सरोज प्रधान
- छाला रोग विशेषज्ञ तथा यौनरोग डा.प्रमोद चौरसीया
- रेडियोलोजिष्ट डा.गेहेन्द्र भुसाल
- एनेस्थेसिया डा.सुवास लामिछाने
- दन्तरोग विशेषज्ञ डा.रञ्जना शाह
- फिजियोथेरापिस्ट डा.रवि गुरुङद्वारा दैनिक उपचार तथा जांच हुनेछ ।

साथै हामी कहा OPD सेवा, बिरामी भर्ना सेवा अत्याधुनिक मेशिनद्वारा अपरेशन, ल्याप्टर सेवा २४ सै घण्टा अत्याधुनिक मेशिनद्वारा रगत, दिसा, पिसाबको जांच सेवा एक्स-रे सेवा, भिडियो एक्सरे सि.टि.स्क्यान सेवा फार्मेसी सेवाहरु उपलब्ध छ ।

हेटौंडा मोडेल अस्पताल
हेटौंडा-१ स्वर्गद्वारी मन्दिरचोक, जस्वा टोल, हेटौंडा ।
मो.नं. ९७४५३२१६४८ फोन नं.: ०५७-५२२७५६

थापाथली प्रसुति गृहका वरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुति रोग विशेषज्ञ डा.प्रशान्त शर्मा
अब प्रत्येक दिन हेटौंडा सिटी हस्पिटलमा

तसर्थ महिलाहरुमा हुने विभिन्न समस्याहरु जस्तै :
- गर्भवती महिलाका सम्पूर्ण चेक जाँच तथा डेलिभरी सेवा
- सेतो पानी बरने समस्या
- महिनावारी गडबडी हुने
- पाठेघर तथा तल्लो पेटको समस्याहरु
- स्तनका विभिन्न समस्याहरु
- महिला प्रजनन प्रणाली तथा निसन्तानपन सम्बन्धि समस्या

लगायत महिलाहरुमा हुने सम्पुर्ण समस्याहरुको चेक-जाँच, उपचार तथा परामर्शका लागि हामीलाई सम्झनुहोस् र स्वास्थ्य लाभ लिनु होला ।

साथै हरेक दिन HD Quality को इण्डोस्कोपि सेवा प्रदान गारिन्छ ।

थप जानकारीको लागि
हेटौंडा सिटी हस्पिटल प्रा.लि.
फोन न.:०५७-५२०३१५

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