मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

मकवानपुरमा नक्कली नोटसहित ५ जना पक्राउ

हेटौंडा, २८ वैशाख/जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले नक्कली नेपाली नोटसहित पाँचजनालाई पक्राउ गरेको छ । प्रहरीचौकी नामटारले बुधबार र बिहीबार गरी एक हजार दरका ५५ वटा नक्कली नोटसहित उनीहरुलाई नियन्त्रणमा लिएको हो । प्रहरीले कैलाश गाउँपालिका-९ बाट सोही स्थानका १८ वर्षीय सीताराम थिङ, हेटौंडा-१४ का ३७ वर्षीय सुनील ढुंगाना र १८ वर्षीय रोजल ढुंगाना, मकवानपुगढी-४ का २० वर्षीय सोमराज थोकर र रामेश्वर अर्याललाई पक्राउ गरेको हो । प्रहरीले सीतारामको साथबाट १२ हजार, सुनील साथबाट ४२ हजार रुपैयाँ र रोजलको साथबाट एक हजार रुपैयाँको नक्कली नोट बरामद गरेको हो । प्रहरीले अनुसन्धानपश्चात् नक्कली नोटको कारोबारमा संलग्न रहेको देखिएपछि सोमराज र रामेश्वरलाई पक्राउ गरेको हो । जिल्ला प्रहरी कार्यालयका अनुसार सुनील र रोजल बाबु/छोरा हुन् ।

हेटौंडामा प्रदेश युवा सम्मेलन सुरु, २०० युवा जुटे

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ हेटौंडामा शुक्रबारबाट बागमती प्रदेशस्तरीय युवा सम्मेलन सुरु भएको छ । सम्मेलनमा प्रदेशभरका २०० बढी युवा जुटेका छन् ।

सम्मेलनको बागमतीका मुख्यमन्त्री शालिकराम जम्मकट्टेलले उद्घाटन गरेका छन् । हेटौंडाको बुद्धचोकबाट बाजा र झाँकीसहितको र्‍यालीले बजार परिक्रमा गरेको थियो । सम्मेलन यही बैशाख ३० गतेसम्म चल्नेछ । मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले युवामा लगानी गर्नसके देशमा समृद्धि आउने बताए । नेपालको शिक्षा प्रणाली प्रयोगात्मक नभएकाले अव्यवहारिक भएको उनले बताए ।

सैद्धान्तिक शिक्षा भन्दा व्यवहारिक शिक्षामा जोड दिनसके उद्यमशीलताको विकास हुने मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले विश्वास लिए । कृषि पेशालाई उद्यमशीलतामा लैजानसके युवालाई विदेश जानबाट रोक्न सकिने उनको भनाई छ । उद्यमशीलताको पहिलो आधार कृषिपेशा रहेकाले यसमा जोड दिन तीनै तहका सरकारले ध्यान दिनुपर्ने जम्कट्टेल बताउँछन् । देशमै कृषि, पर्यटन, उर्जा र आईटी क्षेत्रमा उद्यमशीलताको सम्भावना रहेको जम्कट्टेलले बताए ।

सम्मेलनमा बागमती प्रदेशका पूर्वमुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेलले युवालाई अवसर र प्रदेशको राजधानीसँग जोड्न सम्मेलनले भूमिका खेल्नेमा विश्वास व्यक्त गरे । प्रदेश सरकारले युवाको वृहतहितका लागि सम्मेलन गरेको बताउँदै पौडेलले युवामा लगानी गर्नसके देशमा समृद्धि आउने बताए ।

सामाजिक विकास मन्त्रालयअन्तर्गतको प्रदेश युवा परिषद् कार्यालयको आयोजनामा तीनदिने दोस्रो प्रदेश युवा सम्मेलन सुरु भएको हो । सम्मेलनमा प्रदेशका १३ जिल्लाका २०० बढी युवाको सहभागिता रहेको प्रदेश युवा परिषद् बागमती प्रदेशका कार्यकारी उपाध्यक्ष सन्तोष चौलागाईले जानकारी दिए । १६ वर्षदेखि ३० वर्ष उमेर समूहका युवाको सहभागिता छ । सम्मेलनको नारा 'सिर्जनशीलता र उद्यमशीलता प्रवर्द्धन: बागमतीमा युवा सशक्तीकरण' रहेको छ ।

सम्मेलनमा सहभागीले अनलाइनमार्फत् मात्रै आवेदन दिने व्यवस्था मिलाइएको थियो । सम्मेलनमा सहभागी हुन चाहने ५३७ जनाले अनलाइनमार्फत् आवेदन दिएका थिए । आवेदन दिएकामध्ये २०० जनालाई पूर्णसमावेशी अवधारणामा छनोट गरिएको उपाध्यक्ष चौलागाईंले जनाए । २०० जना बागमती प्रदेशको ११९ पालिकामध्ये ८९ पालिकाका युवा छानिएको उपाध्यक्ष चौलागाईंले बताए ।

युवा सम्मेलनमा जिल्लाका सामुदायिक क्याम्पसका उत्कृष्ट विद्यार्थी, आदिवासी जनजाति, दलित, सीमान्तकृत समुदायलाई प्राथमिकता दिएर महिलालाई सहभागी गराइएको परिषद्ले उल्लेख गरेको छ । सम्मेलनमा शिक्षा, सीप, नवप्रवर्तन, रोजगारी र नीतिगत सुधारका क्षेत्रमा गरेर ५ वटा विषयमा छलफल तथा अन्तरक्रिया हुनेछ । यी सत्रमा उठान भएका मुद्दामा छलफलका लागि युवा सम्मेलनको अन्तिम दिन अर्थात् २९ वैशाखमा मुख्यमन्त्रीसँग युवा कार्यक्रम गर्ने तयारी परिषद्को छ ।

सम्मेलनमा युवाको ज्ञानसीप, सृजना र क्षमता अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले विविध कार्यक्रम आयोजना गर्न लागिएको कार्यकारी उपाध्यक्ष चौलागाईले बताए । युवा सम्मेलनमा शिक्षामा कहाँ छ समस्या ?, नीति, राजनीति र समृद्धि, डिजिटल साक्षरता: प्रविधि, अवसर र सम्भावना, नवप्रवर्तन र उद्यमशीलता: नीति र निरन्तरता, विदेशमा आर्जित ज्ञान र सीप: देशमा लगानीको सम्भावना र मुख्यमन्त्रीसँग कुरालगायत विषय वस्तुमाथि छलफल हुने परिषद्ले जनाएको छ ।

युवा सम्मेलन पश्चात् २०८१ लाई 'युवा सीप वर्ष' घोषणा गर्ने तयारी गरिएको उपाध्यक्ष चौलागाईं बताउँछन् । प्रदेशका ५ हजार युवालाई सीपमूलक तालिम प्रदान गरी उद्यमशीलतातर्फ अग्रसर गराउने तयारी रहेको उनले जनाए । ३९० घण्टाको सीपमूलक नि:शुल्क मण्टेश्वरी तालिम आयोजना सुरु भइसकेको उनको भनाई छ । परिषद्ले १० वटा क्षेत्रमा १०० पेशाका सीप सिकाइ, सीपपरीक्षण पश्चात् टेवा पुँजी प्रदान गर्ने गरी कार्यक्रम तयार पारेको छ ।

१० हजार बढी युवाबाट तालिमका लागि प्रस्ताव आएको परिषद्ले जनाएको छ । अधिकांशले ट्रेन्डिङकै तालिम माग गरेका छन् । सिलाईबुनाइ, ब्युटीपार्लर लगायतका माग बढी आएको उपाध्यक्ष चौलागाईंले जानकारी दिए । सीपपरीक्षण नहुने र पाठ्यक्रम नभएकाले फरक र आवश्यकता अनुसारको तालिम सञ्चालन गर्न कठिन रहेको उनको भनाई छ । सूचनाप्रविधिको क्षेत्रका केही विषयमा तालिम सञ्चालन गर्ने तयारीमा परिषद् छ ।

युवा सम्मेलनका लागि १५ लाख बजेट विनियोजन गरिएको परिषद्ले जनाएको छ । कुल १२ करोड रुपैयाँ बजेटमध्ये ५ करोड रुपैयाँ तालिम र सीप परीक्षणमा खर्च गर्ने योजनामा परिषद् रहेको उपाध्यक्ष चौलागाईले बताए । बाँकी बजेट रकम उद्यमशीलताका लागि टेवा पुँजीमा प्रयोग गर्ने गरी अघि बढेको उनले बताए ।

परिषद्ले प्रदेश युवानीति-२०७९ तयार पारेर काम गरिरहेको जनाएको छ । परिषद्ले गतवर्ष आयोजना गरेको युवा सम्मेलनबाट चालू आर्थिक वर्ष २०८०/८१ का लागि आवश्यक बजेट बिनियोजन भएको थियो । पहिलो प्रदेश युवा सम्मेलनले तयार गरेको ११ बुँदे घोषणापत्रमा ७ वटा विषयलाई प्रदेश सरकारले चालू आवबाट कार्यान्वयन गरेको उपाध्यक्ष चौलागाईले दाबी गरे ।

युवा परिषद्का कार्यकारी उपाध्यक्ष सन्तोष चौलागाईको सभाध्यक्षतामा भएको सम्मेलन उद्घाटन् कार्यक्रममा बागमती प्रदेशका पूर्वमुख्यमन्त्री पौडेल, वन तथा वातावरण मन्त्री केशवप्रसाद पोखेल, सामाजिक विकासमन्त्री कुमारी मुक्तान, खानेपानी, उर्जा तथा सिंचाइमन्त्री एकालाल श्रेष्ठ, श्रम, रोजगार तथा यातायातमन्त्री लक्ष्मण लम्साललगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

पूर्वबजेटमाथि व्यवस्थापन संघ र प्रदेश सरकारबीच छलफल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ बागमती प्रदेश सरकार र नेपाल व्यवस्थापन संघ, बागमती प्रदेश व्यवस्थापन समितिबीच प्रदेशको आगामी बजेटबारे छलफल भएको छ ।

हेटौंडामा बागमती प्रदेशको आगामी आर्थिक वर्ष २०८१/८२ मा ल्याउन लागेको बजेटमाथि व्यवस्थापन संघले सुझाव प्रदान गरेको छ । बजेटमाथि सहरी योजना तथा पूर्वाधारविज्ञ बिके महर्जन र उद्योग संघ मकवानपुरका निवर्तमान अध्यक्ष तथा उद्योग परिसंघका बागमती प्रदेश उपाध्यक्ष स्वागतराज प्याकुरेलले कार्यपत्र प्रस्तुत गरेका थिए । उनीहरुले बजेटमा भएका कमजोरी र आगामी बजेटमा समेट्नु पर्ने विषय उठाएका थिए ।

महर्जनले कुल ग्राहस्थ उत्पादनमा बागमती प्रदेशको योगदान, सरकारी बजेट निर्माणको अवस्था र यसको प्रभाव बारे आफ्नो प्रस्तुती दिएका थिए । प्याकुरेलले उद्योगीका समस्या सुनाउदा सुनाउदा दिक्क लागेको बताउँदै औद्योगिक क्षेत्रका जमिनहरु ९९ वर्षको लिजमा दिने अवधारणा ल्याउन सुझाव दिए । नेपाली युवालाई प्रविधि हस्तान्तरण गर्न निकै ढिलाई भईसकेकोले प्लसटु पास गरेका युवालाई नेपालमा टिकाई राख्ने व्यवस्था मिलाउन आगामी बजेटमा सम्बोधन गर्न उनले आग्रह गरे । कार्यक्रममा सहभागीले आगामी बजेटका लागि सुझाव दिएका थिए ।

बागमती प्रदेश व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष सुदर्शनप्रसाद अधिकारीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा बागमती प्रदेशका आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्री जगन्नाथ थपलियाको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो । मन्त्री थपलियाले आगामी बजेटमा ग्रामीण भेगको ससाना योजना समावेश गर्नु बाध्यता भएको बताए । यसअघि प्रदेश सरकारले ससाना योजनामा लगानी गरेको भन्दै आलोचना खेपीरहेको सन्दर्भमा स्पष्ट पार्दै प्रदेशभित्रको एउटा गाउँमा ५ लाखको खानेपानी योजनाले त्यस क्षेत्रमा जनताले सुविधा पाउँछन् भने प्रदेशले किन काम नगर्ने भन्दै उनले प्रतिप्रश्न समेत गरेका थिए ।

मन्त्री थपलियाले युवा पलायन हुने विषयले धेरै अघिदेखि व्यापक चर्चा चल्दै गर्दा आगामी वर्षको बजेटमा युवा पलायन रोक्ने खालका योजनामा काम गरिने बताउँदै युवालाई स्वरोजगार बनाउने र त्यसपछि ससाना घरेलु उद्योगमा सहभागी गराउने खालका योजना प्राथमिकतामा राखिने बताए । कार्यक्रममा बागमती प्रदेश खानेपानी, उर्जा तथा सिंचाइ मन्त्री एकालाल श्रेष्ठ, मदन भण्डारी स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका उपकुलपति प्रा.डा.विश्वराज जोशी तथा वरिष्ठ अर्थशास्त्री केशव आचार्य लगायतको आतिथ्यता थियो ।

बागमतीमा फोहोर व्यवस्थापन सामग्री सहयोग

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ मकवानपुरको पूर्वीक्षेत्रस्थित बागमती गाउँपालिका-८, फापरबारीमा कुहिने र नकुहिने फोहोर व्यवस्थापन सामग्री वितरण गरिएको छ ।

सामुदायिक महिला विकास केन्द्रले फोहोर व्यवस्थापन सामग्री सहयोग गरेको हो । कार्यक्रममा खानेपानी तथा सरसफाई डिभिजन नम्बर १ कार्यालय, मकवानपुरले सहयोग पुऱ्याएको छ ।

कार्यक्रमको प्रमुख अतिथि बागमती प्रदेश सांसद लक्ष्मी श्रेष्ठले फोहोर व्यवस्थापनमा स्थानीयस्तरमा सक्रिय हुनुपर्ने धारणा राखिन् । स्वास्थ्यहितका लागि पनि गाउँबस्तीलाई संधै सफा राख्नुपर्ने श्रेष्ठको भनाई थियो ।

कार्यक्रममा सरसफाई, फोहोर व्यवस्थापन, स्थानीय सरकार र स्थानीयबासीको फोहोर व्यवस्थापनमा भूमिका बारे अन्तरक्रियासमेत गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा वडाअध्यक्ष इन्द्रमणि तिमल्सिना, जनता माविका प्रधानाध्यापक दिनेश माझी, विद्यालय व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष शेरबहादुर रानामगर (क्षीतिज), नेपाली कांग्रेस क्षेत्र नम्बर १ को (क)का सचिव शंकरकुमार पराजुली, संस्थाकी संयोजक उषा घिमिरे पौडेल लगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

साइबर अपराधसम्बन्धी सचेतना

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ टोल विकास संस्था नगरसमन्वय समिति, हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको आयोजनामा हेटौंडा-१९ मा आयोजित साइबर अपराध, आत्महत्या दुरुत्साहन तथा लागुऔषध दुर्व्यशनसम्बन्धी सचेतना कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा विभिन्न टोलविकास संस्था र विद्यालयका ७० जनाको उपस्थिति थियो । टोल विकास संस्था नगर समन्वय समिति अध्यक्ष ध्रुव अधिकारीको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा वडासदस्य रमा गोले, निर्मल बहुमुखी क्याम्पस प्रमुख प्रबोध बिडारी, प्रहरीनिरीक्षक ओमप्रकाश पण्डित, प्रहरी सहायक निरीक्षक संगीता लामा, सियान पुनर्स्थापन केन्द्रका सौजन डीसी, सामुदायिक प्रहरी सेवाकेन्द्र हेटौंडा-१० का अध्यक्ष प्रदीप कँडेल, चनौटा सामुदायिक वन अध्यक्ष हरिशरण पौडेल, सामुदायिक प्रहरी सेवाकेन्द्र, हेटौंडा-११ का अध्यक्ष एवम् नगरसमन्वय समितिका उपमहासचिव देवकुमार श्रेष्ठलगायतको उपस्थिति थियो ।

सम्पूर्ण ब्राण्डका गाडी
एकै ठाउँमा सम्पूर्ण सेवासहित
☞ कार वास भित्र/बाहिर
☞ वायरिङ 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

Education is the real treasure
ADMISSIONS OPEN FOR 2081
From Nursery to Grade 9
Scholarships
a feature of socially responsible institution ....
Madhav Raj Sumargi Memorial Scholarship based on Entrance Tests 189+Seats
Rup Chandra Bista "Thaha" Memorial Scholarship based on Students' Talent 108+Seats
Bishwakanti Kalawati Sumargi Scholarship based on Students' Rank 39+Seats
Hurry Up !
Seats are limited
Book your seat on time
HETAUDA ACADEMY
Residential Secondary School
Shahid Smarak, Nawalpur, Hetauda, Nepal
☎057-525548 ☎057-525547 ☎057-523547
www.hetaudaacademy.edu.np | info@hetaudaacademy.edu.np

ड्राइभिङ सिक्ने तयारीमा हुनुहुन्छ ?
अब निराश नहुनुहोस्...
हामी कहाँ जतिसुकै नजान्ने भएपनि दक्ष तथा अनुभवी प्रशिक्षकद्वारा गाडी सिकाइनुका साथै लाइसेन्स परीक्षा र ट्रायल सहजै पास गर्न सक्ने गरी ड्राइभिङ प्रशिक्षण दिइन्छ ।
हाम्रा विशेषताहरू:
☞ अनलाइन फर्म भर्ने सुविधा ।
☞ रोड टेस्ट गराइन्छ ।
☞ दक्ष प्रशिक्षकहरुद्वारा प्रशिक्षण ।
☞ लाइसेन्स ट्रायलको प्राविधिक ज्ञान दिइन्छ ।
☞ गाडीको पार्टपूर्जासम्बन्धी सम्पूर्ण ज्ञान दिइन्छ ।
सम्पर्क कार्यालय: सितलमहल चोकबाट ॐ हल जाने बाटोमा
प्रबन्ध निर्देशक: टिका कुमारी दुलाल
के. के. ड्राइभिङ प्रशिक्षण केन्द्र
हेटौंडा-५, पिप्ले, मकवानपुर
सम्पर्क: ९८४५१७९४१५, ९८१७२८४६१४, ९८४५९२७०५७

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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

गुगललाई टक्कर दिन आउँदैछ च्याट जिपिटी सर्च इन्जिन

लोकप्रिय एआई च्याट टूल च्याट जिपिटी निर्माता कम्पनी ओपन एआईले आफ्नो सर्च इन्जिन ल्याउने तयारी गरिरहेको छ । उक्त सर्च इन्जिनको नाम च्याट जिपिटी सर्च इन्जिन हुने बताइएको छ।

वाइ कम्बिनेटरके ह्याकर न्यूज कम्युनिटीका अनुसार ओपनएआईले एउटा प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नुका साथै एउथा नयाँ डोमेन नाम search.chatgpt.com पनि दर्ता गरेको छ ।

डोमेनको वर्तमान स्थितिबाट धेरै कुरा पत्ता नलागेपनि च्याट जिपिटी सर्च इन्जिन अब छिटै नै एक वास्तविकता बन्न सक्ने अनुमान गरिएको छ । एआई इन्फ्लुएन्सर पिट हुआंगले मे ९ तारेखमै च्याट जिपिटी सर्च इन्जिन सार्वजनिक हुनसक्ने यसअघि नै बताएका थिए।

इदि च्याट जिपिटी सर्च इन्जिन वास्तविकतामा परिणत भयो भने त्यो ससक्त प्लाटफर्म बन्ने पक्का छ । यसले गुगल जस्ता पारम्परिक वेब सर्च इन्जिनको कार्यक्षमतालाई च्याट जिपिटी जस्तो जेनेरेटिभ एआइको क्षमतासँग जोड्नेछ।

यो सर्च इन्जिनमा कुनैपनि विषयका बारेमा सर्च गर्दा प्रयोगकर्ताहरुले सान्दर्भिक वेबपेज सँगै एआई सिर्जित सामाग्रीहरुको संयोजन हुनेछ । अर्थात् प्रयोगकर्ताले सम्बन्धित जानकारीको एआई सारांश सँगै थप गहन विवरणका लागि प्रत्यक्ष श्रोत दुवै प्राप्त गर्न सक्दछन् ।

हल इन्टरनेट सर्च इन्जिन बजारमा ९० प्रतिशत हिस्सा ओगटिरहेको गुगलका लागि च्याट जिपिटी सर्च इन्जिनको आगमन खतराको घण्टी हुनसक्ने विश्लेषण पनि नगरिएको छ ।

गुगल पश्चात् सर्च इन्जिनको बजारमा माइक्रोसफ्ट बिङ्ग रहेको छ ।

च्याट जिपिटी जस्ता जेनेरिक एआई सञ्चालित च्याटबट भन्दा फरक एउटा सर्च इनिजनले विज्ञापनहरुलाई एकीकृत गर्नसक्छ ।

च्याट जिपिटी सर्च इन्जिनको युजर इन्टरफेस सबै डिभाइसमा फरक फरक हुने आँकलन गरिएको छ । डेस्कटपमा वेब रिजल्ट्स र एआई सारांश एकसाथ देखाइनेछ भने स्मार्टफोनमा त्यो एकपछि अर्को गरेर देखिनेछ ।

यौन स्वास्थ्य

यसो गर्दा महिलाहरुलाई छिटो यौन सन्तुष्टि मिल्छ

अमेरिकी समाज सेक्सप्रति उदार छ । सेक्सका कुरा खुल्लेआम हुन्छ त्यहां । यो विषयमा धेरै अध्ययन अनुसन्धन र विचारविमर्श पनि हुने गर्छ । अमेरिकी गाइनोकोलोजिस्टहरु पुरुष र महिलाले के गर्दा बढी सेक्स आनन्द मिल्छ भनेर सार्वजनिक रुपमै बताइदिन्छन् । अमेरिकी गाइनोकोलोजिस्टहरु महिलालाई बढी सेक्स आनन्द कसरी पुग्छ भनेर खुलस्त छन् ।

पहिलो पटक यौनसम्पर्क गर्ने उचित उमेर कुन हो ?

यौनका कुरा गर्दा किन घ्यू झैं पग्लिन्छन् महिलाहरु ? पुरुषका अनौठा कुरा ! यौन विज्ञहरु भन्छन्-जुन पुरुषले सेक्स गर्दा युवतीको योनीभित्र रहेको सानो भागमा धक्का दिन्छ, त्यहीबाट महिलाहरू सेक्सबाट चरम आनन्द लिन्छन् । यद्यपी महिलाहरू पुरुषको तुलनामा ज्यादा लजालु हुने भएकाले आफ्नो पार्टनरलाई खुसी राख्नको लागि नै उनीहरू सेक्स गर्न राजी हुन्छन् । विभिन्न अध्ययनहरूले सेक्ससम्बन्ध राख्दा महिलाहरू आफ्नोभन्दा पुरुषको धेरै चिन्ता लिन्छन् र उनीहरू आफू सन्तुष्टि लिनभन्दा आफ्नो पार्टनर सन्तुष्ट पार्न हरसम्भव प्रयास गर्छन् भनेर औल्याएको छ ।

यसैले पनि अधिकांश सेक्सबाट महिलाहरूले भने जति सन्तुष्टि लिन सक्दैनन् । चरम उत्कर्षमा आउनुअगावै पुरुष थाकिसकेको वा उसले सन्तुष्टि लिइसक्ने भएकोले पनि महिलाहरू सेक्सको मामलामा सधै ठगिन्छन । यद्यपी महिलाहरू पनि सेक्सबाट सकेसम्म आनन्द लिने प्रयास नगर्ने होइनन । र पनि महिलाहरू कसरी चरम उत्कर्षमा पुग्छन् र यौनसन्तुष्टि प्राप्त गर्छन् भन्ने ज्ञान सेक्स गर्ने पुरुषलाई पनि थाहा नहंदा समस्या देखिन्छ । युवतीको योनीभित्र रहेको सानो भाग हुन्छ र त्यो ठाउँमा पुरुषको लिंगले धक्का दिँदा उनीहरूले ज्यादै सन्तुष्टि पाउँछन् ।

यौन क्षमता बढाउने काइदा

धेरै दम्पती जोडहिरु सेक्स आनन्द नपाएर छुटेका छन् । यौन सखको लागि धेरै भौतारिएका पनि छन् । यौन सख पाउनको लागि सामानय विधि छन् । जुन सरल र लाभदायक पनि छन् । ति निम्न अनुसार छन् ।

नाइट डेटिङमा जानुस्

सातामा कुनै दिन सेक्स गर्नु हुन्छ भने यसमा थोरै बदलाव ल्याउनुस् । रोमान्टिक फिल्म हेर्दै सेक्स गर्ने गर्नुभएको छ भने केही समयपछि यो पट्यारलाग्दो बन्न जान्छ । यसलाई छोडेर बिहेअघिजस्तै नाइट डेटिङमा जाने गर्नुस् । सिनेमाको नाइट शो हेर्न, डिनर गर्न अथवा रात अन्तै कतै बिताउनेगरी जानुहोस् ।

गर्भनिरोधक औषधि बदलिरहनुस्

शरीरमा हुने हर्मोनको मात्रा परिवर्तनले सेक्सप्रतिको उत्सुकता र लगावमा परिवर्तन ल्याउँछ । लामो समयसम्म एउटै किसिमको गर्भनिरोधक औषधि सेवन गर्नाले शरीरमा एस्ट्रोजेन र टेस्टोस्टेरोन हर्मोनको मात्रा घट्न पुग्छ । जसले मानिसको सेक्सप्रतिको रुचि घटाउँछ । त्यसैले गर्भनिरोधक औषधि र विधिमा परिवर्तन गरिरहनुपर्छ ।

अन्य औषधि परिवर्तन

गर्भनिरोधक औषधिमात्र होइन, रक्तचाप, पेटसम्बन्धी रोग, एन्जाइटी, डिप्रेसनलगायत लामो समयसम्म औषधि खानुपर्ने समस्या भएका मानिसले स्वस्थ यौनजीवनका लागि चिकित्सकको सल्लाहमा बेलाबेलामा औषधिको ब्रान्ड परिवर्तन गर्नुपर्छ । एउटै ब्रान्डको औषधि लामो समय खानाले शरीरमा सेक्स हर्मोनको उत्सर्जनमा कमी आउँछ ।

घरको काम बाँड्नुस्

राती भान्साको काम श्रीमान्-श्रीमती मिलेर गर्नुस् । यसो गर्दा आत्मीयता बढ्छ । रातको समयमा निकट रहेर काम गर्दा रतिरागात्मक भाव पनि उत्पन्न हुन्छ ।

ढोका बन्द गर्नुस्

सुत्ने बेलामा कोठाको चुकुल लगाउने गर्नुस् । कहिलेकाहीँ नराम्रो सपना देखेर छोराछोरी तर्सिंदा सीधै तपाईंको कोठामा आउन सक्छन् । ढोका खुला हुँदा घरमा पालेका बिरालो वा कुकुर तपाईंको कोठामा छिर्न सक्छन् । जसले गर्दा तपाईंको सेक्स मुड बिग्रिन सक्छ ।

सेक्सलाई रुटिनमा राख्नुस्

दैनिक क्रियाकलापको सूचिमा सेक्सलाई पनि थप्नुहोस् । यसरी सूचिमा राख्दा दिउँसोदेखि नै तपाईंको मुड सेक्सका निम्ति तयार हुँदै जान्छ ।

लुब्रिकेन्ट जगडा राख्नुस्

प्राक्क्रीडामा पर्याप्त समय नदिँदा अथवा अन्य कारणले योनि सुक्खा भयो भने महिलाले सेक्सप्रति रुचि देखाउँदैनन् । उनीहरूको कुरा बुझेर लुब्रिकेन्ट अथवा योनि म्वइस्चराइजर को व्यवस्था गर्नुहोस् ।

सेक्सअघि तनावरहित हुनुस्

तनाव भुलाउन सेक्स गर्ने होइन, सेक्स गर्नुअघि तनाव विसर्जन गर्ने गर्नुस् । जागिर, व्यापार, घरायसीलगायत विभिन्न कुरा मनमा खेलाएर सेक्समा डुब्न सक्नुहुन्न । तनाव लिँदा शरीरमा कोर्टिसोलजस्ता हर्मोन उत्सर्जन हुन्छ, जसले यौन हर्मोनलाई निस्तेज गरिदिन्छ र यौनक्रीडा चाहेजस्तो हुँदैन ।

चिल्लो कम खानुस्

चिल्लोचाप्लो खाने कुरा खाने गर्दा शरीरमा कोलेस्ट्रोलको मात्रा बढ्छ । जर्नल अफ मेडिकल साइन्समा प्रकाशित एउटा अनुसन्धान रिपोर्टअनुसार शरीरमा कोलेस्ट्रोलको मात्रा बढ्यो भने यसले यौनांग वरपर हुने रक्तसञ्चारलाई निस्तेज गरिदिन्छ । जसले गर्दा कामोत्तेजना जाग्दैन । कोलेस्ट्रोलले महिलालाई चरमोत्कर्षमा पुग्न दिँदैन । त्यसैले शरीरमा कोलेस्ट्रोलको मात्रा घटाएर यौन जीवन सुखमय बनाउन फलफूल र तरकारी बढी खाने गर्नुस् ।

यौनवर्द्धक खाना खानुस्

एभोकाडो, बदाम, स्ट्रबेरी, कुरिलो, खर्बुजा, कालो चकलेटलगायत यौनवर्द्धक खानेकुरामध्ये कुनै एक अथवा एकभन्दा बढीलाई दिनहुँ खानुहोस् । यी खानेकुराले तपाईंलाई स्वस्थ यौन जीवन प्रदान गर्छन् ।

सम्बन्धको निरीक्षण गर्नुस्

बेडरुमभित्रको सम्बन्धलाई बेडरुम बाहिरको सम्बन्धले धेरै हदसम्म प्रभावित गर्छ । एउटा फोन कल, सञ्चोबिसञ्चो सोध्ने बानीजस्ता स-साना कुराले दाम्पत्य जीवनमा ठूलो अर्थ राख्छन् ।

व्यायाम गर्नुस्

व्यायामले यौन जीवनलाई सुखद बनाउन मद्दत गर्छ । महिलाको यौन जीवन भव्य बनाउन व्यायामले अझै बढी मद्दत गर्छ । व्यायाम पार्टनरसँग गर्दा राम्रो हुन्छ । हरेक साता आधा घण्टासम्म पसिना निस्किनेगरी व्यायाम गर्नाले यौन चाहना र सन्तुष्टि बढ्ने एक अनुसन्धानले देखाएको छ ।

स्वास्थ्यबारे सचेत रहनुस्

छाला तथा योनि सुक्खा हुने, कपाल झर्ने, आलस्य महसुस हुने, निद्रालगायत समस्या देखिँदा चिकित्सकलाई सम्पर्क गरिहाल्नुस् । किनकि, यो थाइराइडको लक्षण पनि हुन सक्छ । यो रोगले यौनेच्छामा कमी र गर्भक्षमतामा ह्रास ल्याउने गर्छ । रक्त परीक्षणले थाइराइड लागेको वा नलागेको थाहा पाई उपचार गर्न सकिन्छ ।

यौन चिकित्सकलाई भेट्नुस्

अमेरिकाको स्ट्यानफोर्ड हस्पिटल एन्ड क्लिनिकको महिला यौन उपचार संकायका वरिष्ठ डाक्टर लिह मिलहेइजरका अनुसार माथि उल्लिखित जीवनशैली अपनाउँदा पनि यौन क्षमता बढेन भने चिकित्सकको परामर्श लिनुपर्छ । सेक्स हर्मोन उत्सर्जन बढाउने औषधि चिकित्सकको सल्लाहमा खाएर यौन जीवन सुखमय बनाउन सकिन्छ ।

साहित्य

कविता

के हो यो ?

✍दर्शन अधिकारी

कक्षा १०, नवोदय शिशु सदन

के हो यो ?
कस्ता हुन् यी
हाम्रो देशका नेताहरु ?

सुन्दरताले विश्वको अनुहारमा
हासो ल्याउँछ
प्रकृति भन्ने बित्तिकै
नेपालकै नाम याद आउँछ
त्यो प्रकृति बिनाश भैसक्यो
गोर्खालीको देशमा
साह्रै भ्रस्टाचार छाइसक्यो

फैलाउनु परेको छ हात
अरु मुलुकको आगाडि
वीर गोर्खालीका सन्तानहरु
किन भए यस्तो पछाडि ?
हाम्रा नेताहरु
एउटा कुर्चीका लागि
लडेर बस्छन् यहाँ
जनता सबै कुरा भोगेर बस्छन्

के हो यो?
कस्ता हुन् यी
हाम्रो देशका नेताहरु?

हाम्रो नेपाल जस्तो देशलाई
यस्तै भ्रस्टाचारीहरुले बिगारे
चुनाब आउनुभन्दा आगाडि
जनताको मनलाई पगाले,
चुनाब सक्केपछि
सबै गरेका कुराहरु हराए

भन्छन् कि रारा जस्तो ठाउँमा
बनाउँदै छन् एक अर्बको रिसोर्ट
रारासम्म जाने बाटोचाहिँ
भएकोछ बिजोग

पहिला भन्ने छन् कि
गरिबी हटाउँछु बरु
पछि भन्छन् म के गरुँ
गफ लगाउन त
हामीलाई पनि आउँछ सरकार
बरु गफभन्दा काम
गरेर देखाउनुस् तत्काल

केही सोच्नु जरुरी छैन

✍श्याम रिमाल

जिन्दगी चलिरहन्छ
जसरी पनि चल्छ, चल्दै जान्छ ।

केही सोच्नु जरुरी छैन जीवनमा
मात्र दिमाग खराब होइजान्छ
जब थालिन्छ सोच्न
तब रोकिन्छ जीवनको गति
बग्न देऊ, उड्न देऊ, गुड्न देऊ
हिँडिरहन्छ आफ्नै रफ्तारमा ।

चल्ते चलाते जिन्दगीमा
किन अवरोध गर्नु बित्थामा
बरु गीत-गजल-मुक्तक लेख
एलाक, बाछिटा, हाइकु वा तान्का, सेन्यु कोर
कथा, निबन्ध, नियात्रा थाल
आफैँलाई उपन्यास वा आत्मजीवनीमा ढाल ।

सोच्नुपर्दैन जीवन
हिँडिरहन्छ
चलिरहन्छ
कुदिरहन्छ
साइकलजस्तै, मोटरजस्तै, रेलजस्तै
चराजस्तै, हावाजस्तै, हवाइजहाजजस्तै ।

केही सोच्नुपर्दैन जिन्दगीमा
सोच्नु भनेको टक्क रोकिनुजस्तै हो
सोच्नु भनेको अलमलिनु मात्र हो
सोच्नु भनेको इन्द्रिय नास्नुझैँ हो ।

हिँड्न देऊ, चल्न देऊ,
गुड्न देऊ, बग्न देऊ, उड्न देऊ
बित्थामा केही सोच्नु जरुरी छैन
भनेको मान, अडिनु हुँदैन, पर्खनु हुँदैन ।

चलाइरहने हो जिन्दगी
हिँडिरहने हो जिन्दगी
बिताइरहने हो जिन्दगी ।

कविता

त्यही चौतारी

✍राकेश कार्की

त्यही चौतारी
त्यही शीतल छहारी

कति प्रेमीहरू भेटिए
एक अर्काको हात समाए
कति कति वाचाहरू गरे
कति कति मीठा संवाद भए
इच्छा, रहर, यौवन पलाए
रङ्गिला सपनाहरू सजाए
दिलका रसिला प्यास बुझाए

त्यो संगम
त्यो मिलन
कहिले रमाउँदै पुग्थ्यो
हिउँका डल्लाले एक अर्कालाई
हिर्काउँदै जिस्काउँदै
सगरमाथाको चुचुरोसम्म
कहिले खुसी हुँदै पुग्थ्यो
लहरहरू बनेर सँगसँगै
डुबुल्की मार्दै पौडँदै
सागरको गहिराइसम्म

यसरी मनसँग मन नजिक
झन् नजिक हुँदै
माया फुल्थ्यो कसैको
हाँसो र आनन्द छाउँथ्यो
त्यही चौतारीमा

तर कसैको मनसँग मन टाढा
झन् टाढा हुँदै
माया मुर्झाउथ्यो कसैको
रसाएर गह परेलीले पुछ्दै
त्यही चौतारीमा

त्यो चौतारीबाट जाँदा
कोही हात समातेर गए
कहिले नछुट्टिने वाचा गरेर
मुस्काउँदै गुनगुनाउँदै आनन्दले
सँगै जीवन बिताउने प्रण गरेर

त्यही चौतारीबाट जाँदा
कोही हात छोडाएर गए
अन्योल शून्यतामा अलमलिएर
आँसु बगाउँदै पर पर लाग्दै
राप्ती नदीको दुई किनारा भएर

त्यही चौतारी
कसैको लागि प्रेम चौतारी भए
त्यही चौतारी
कसैको लागि बिछोड चौतारी भए

त्यही चौतारी
त्यही शीतल छहारी

कविता

गोरेटो र आइमाई

✍विवश वस्ती

गोरेटोमा एक्लै हिँडिरहेकी आइमाईसँग
हुँदैनन् केही पनि ।

बस,
आफ्नै पाइलासँग गर्छिन्
हरेक पदचापपिच्छे सम्वाद
जसबाट सुख-दु:खका अनगिन्ती पाप्रा
उप्किँदै आउँछन्-
हिउँदको सुक्खा खहरेका ढुंगाहरूबाट
उप्किएका मरन्च्याँसे लेउहरूझैँ ।

जुधाउँछिन् आफ्नै नजरसँग आफ्नो नजर
फ्याँक्छिन् आफ्नै मुस्कानसँग आफ्नो मुस्कान
फिँजाउँछिन् आफ्नै उद्विग्न केशराशी
अल्झिएको आफ्नै कपालसँग ।

हुँदैनन् केही पनि गोरेटोमा हिँडिरहेकी आइमाईसँग
हुन्छ त केवल !
गोरेटोसँगको अथाह प्रेम र भरोसा मात्र ।

गजल

✍बालकृष्ण गजुरेल

सन्तान जन्माउन आमाले पटक-पटक मर्नु पर्छ बाँच्नु पर्छ
आमालाई मात्र थाहा छ ती प्रसव पीडा टर्नु पर्छ बाँच्नु पर्छ

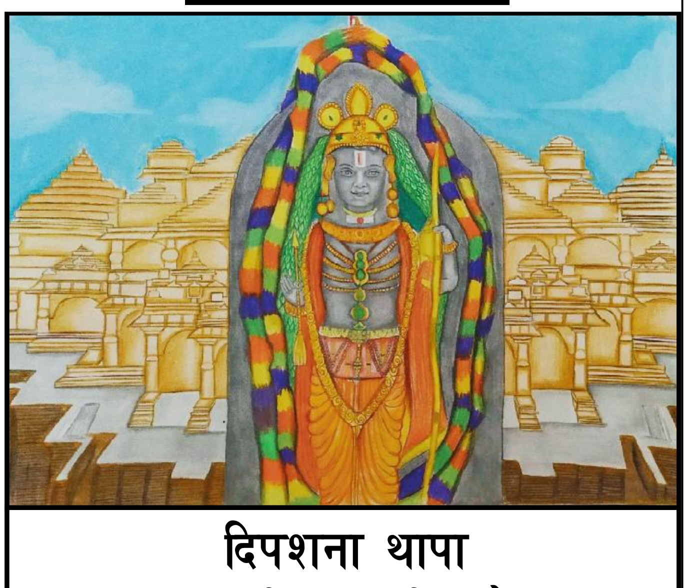
खोजेर हेर आमाको ममता भन्दा ठुलो केही हुन्न संसारमा
आमा हुन आमाले नै यस संसारमा केही गर्नु पर्छ बाँच्नु पर्छ

आमा खोज्ने हरेक बाहरू जन्ती लिएर जान्छन् बेहुली लिन
आमा एक्लै आउँछिन् सभ्यता बसाल्न डर्नुपर्छ बाँच्नु पर्छ

आमा नबनेका नारीहरू चिच्याउँछन् कराउँछन् रे सडकमा
आमा बनेर हेर सन्तानको लागि बैतर्नी तर्नु पर्छ बाँच्नु पर्छ

आमा भन्दा महान् न कुनै राम, जिशश, अल्लाह, बुद्ध छन्
नजन्मी कुनै भगवान् चिनिन्न मानापाथी भर्नु पर्छ बाँच्नु पर्छ

चित्रकला



दिपशना थापा

जी.एस. निकेतन मा.वि. हेटौंडा

बालमन्दिरको पैसाबाट सचिवलाई निजी गाडी, पार्टीलाई चन्दा

काठमाडौं/ नक्सालस्थित नेपाल बाल संगठनका पदाधिकारीहरुले सरकारी जग्गा अनियमित रुपमा लिजमा दिने मात्र होइन, बालबालिकाको रेखदेख र पालनमा खर्च गर्नुपर्ने पैसा समेत दुरुपयोग गरेको फेला परेको छ । बाल संगठनले २२ कात्तिक २०७७ मा जारी गरेको श्वेतपत्र अनुसार टिनको जस्ता पाता भएको बालगृह बर्खामा पानी चुहिएर हिलाम्ये हुने स्थितिमा छ । कर्मचारीहरुको दाबीमा, संगठनलाई अधिवेशन गर्न समेत पैसा छैन । तर, संगठनका पदाधिकारीले भने आफूखुशी सुविधा लिने र जथाभावी संगठनको पैसा वितरण गर्ने गरेको भेटिएको छ ।

बाल संगठनको सञ्चालक समितिको १२ फागुन २०७१ मा बसेको बैठकले उपकोषाध्यक्ष दिपकदास श्रेष्ठलाई काजकिरिया वापत सहयोग भन्दै ५० हजार रुपैयाँ दिने निर्णय गरेको भेटिएको छ भने सञ्चालक समितिको यही बैठकले जैन समुदायबाट महाश्रवणाको स्वागतका लागि भएको खर्चमा सहयोग भन्दै ७५ हजार रुपैयाँ चन्दा दिने निर्णय पनि भएको छ । केन्द्रीय समिति बैठकले २५ असार २०७४ मा बाल संगठन, भोजपुरकी सभापति युरी राईको छोरीको स्वास्थ्य उपचारका लागि भन्दै १५ हजार रुपैयाँ सहयोग दिने निर्णय गरेको समेत पाइएको छ ।

संगठनको ८ फागुन २०७० मा बसेको पदाधिकारी बैठकले अध्यक्ष रिता सिंहलाई मासिक ९० लिटर इन्धन र प्रत्येक चौमासिकमा गाडी मर्मतवापत ४ हजार रुपैयाँ गरेर १ लाख ५८ हजार ४ सय रुपैयाँ दिने निर्णय भएको देखिन्छ । १२ फागुन २०७१ मा फेरि सिंहलाई मासिक ३० हजार र १५० लिटर पेट्रोल सुविधा उपलब्ध गराउने निर्णय भएको फेला परेको छ । यही बैठकले तत्कालीन महासचिव सुवासकुमार पोखरेललाई वार्षिक १२ सय लिटर पेट्रोल र गाडी मर्मतवापत वार्षिक २० हजार रुपैयाँ दिने निर्णय गरेको छ ।

काठमाडौं-खोटाङ मासिक दुई पटक दोहोरो विमान भाडा उपलब्ध गराउने निर्णय पनि भएको देखिन्छ । त्यसवापत २०७५ चैत मसान्तसम्म १३ लाख २८ हजार रुपैयाँ वितरण गरेको देखिन्छ । बाल संगठनको विधान अनुसारको आर्थिक नियमावली र कार्यविधिमा केन्द्रीय र जिल्ला कार्य समितिले पदाधिकारी, सदस्य र सल्लाहकारहरुले संगठनको सेवा सुविधाबारे कुनै प्रावधान छैन । यस्तोमा पदाधिकारीले आफूखुशी सुविधा तोकेर जथाभावी रकम लिएको समेत विवरण पुनरावेदन अदालतका पूर्वमुख्य न्यायाधीश हरिबाबु भट्टराईको नेतृत्वमा गठित जाँचबुझ आयोगको प्रतिवेदन उल्लेख छ ।

तर, भट्टराई आयोगले २०७७ जेठमा महिला, बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक मन्त्रालयलाई बुझाएको प्रतिवेदन हालसम्म मन्त्रालयको दराजमा थन्क्याइएको छ ।

संगठनका सचिव अध्यक्ष भएको ढल समितिलाई २ लाख ऋण !

मन्त्रालय स्रोतबाट संचार कर्मीलाई उपलब्ध केही कागजात अनुसार, बाल संगठनका पदाधिकारीले संस्थाको रकम नेपाली कांग्रेसको कार्यक्रम सञ्चालनदेखि भातृ संगठन नेविसंघलाई चन्दा दिन समेत खर्च गरेको भेटिएको छ । बाल संगठनको केन्द्रीय समितिमा २०४६ सालदेखि १२ साउन २०७७ सम्म रिता सिंह वैद्य नेतृत्वमा थिइन् । उनी कांग्रेस नेता प्रकाशमान सिंहकी दिदी हुन् । राजनीतिक पहुँचका आधारमा उनी झण्डै तीन दशकदेखि बाल संगठनको नेतृत्वमा बसेकी थिइन् ।

प्राप्त विवरण अनुसार, बाल संगठनको काठमाडौं जिल्ला कार्यसमितिले २० चैत २०६९ मा नेपाली कांग्रेस, नवलपरासीले आयोजना गरेको पोशाक वितरण कार्यक्रमलाई चन्दा दिने निर्णय गरेको फेला परेको छ । काठमाडौं समितिले निर्णय नं. १ र २ बाट कांग्रेस नवलपरासीलाई ३० हजार रुपैयाँ दिएको भेटिएको हो । काठमाडौं शाखाले नै २८ असार २०७० मा जितपुरको युनेस्को क्लबको एसएलसी सम्मान कार्यक्रमलाई ४ हजार रुपैयाँ सहयोग गर्ने निर्णय गरेको छ ।

१९ चैत २०७० मा सभापतिको परिवारका सदस्य विरामी भएको भन्दै औषधि उपचार खर्च वापत ३० हजार रुपैयाँ सहयोग गर्ने निर्णय गरेको देखिन्छ । बाल संगठनको पैसाबाट ८ वैशाख २०७१ मा सुन्दरी जल युवा जनजागरण अभियान समूहको मुटु रोग शिविर लाई सहयोग भन्दै १४ हजार ५ सय रुपैयाँ दिएको भेटिएको पनि छ । २३ माघ २०७१ मा चो गाउँ तामाङ समाजलाई ल्होसार बनाउन सहयोग भन्दै १० हजार रुपैयाँ दिने निर्णय गरेको फेला परेको छ । रोचक त ११ चैत २०७१ मा बाल संगठनको काठमाडौं शाखा सचिव रहेका र जिेन्द्रकुमार श्रेष्ठ अध्यक्ष रहेको ढल निर्माण उपभोक्ता समितिलाई २ लाख १० हजार रुपैयाँ ऋण दिने निर्णय भएको देखिन्छ । जबकि, केन्द्रीय कार्यसमितिले बजेट नभएको भन्दै वर्षमा एकपटक गर्नुपर्ने अधिवेशन पनि गरिरहेको थिएन ।

गोकर्णेश्वर -४ मा रहेको आशदिप संस्थामा रहेका मानसिक रोगीहरुलाई मण्डी वितरण गर्ने भन्दै १ फागुन २०७२ मा ४७ हजार १८० रुपैयाँ खर्च गरिएको छ । १८ भदौ २०७३ मा धावक रामसुन्दर कार्कीलाई सहयोग स्वरुप १५ हजार रुपैयाँ दिने निर्णय भएको छ । १५ मंसिर २०७३ मा सभापतिको बुबाआमाको दोस्रो देवरथारोहणका लागि अभिनन्दन र दोसल्लामा सहयोग भन्दै १३ हजार रुपैयाँ दिने निर्णय भएको देखिन्छ । ३० माघ २०७४ मा भुवनहेरा शाक्य अध्यक्ष रहेको इटुम्बहाल मिस:पुच: को बेल विवाह कार्यक्रम आयोजना गर्न ५ हजार रुपैयाँ सहयोग गरेको देखिन्छ । १५ भदौ २०७५ मा होमप्रसाद खड्गीको छोरीको उपचार १० हजार रुपैयाँ बराबरको उपचार दिने निर्णय भएको देखिन्छ ।

गणेशमान सिंह प्रतिष्ठानको कार्यक्रममा टिकट किन्न २६ हजार

ललितपुरमा त बाल संगठनको पैसाले नेपाली कांग्रेस निकट नेपाल विद्यार्थी संघलाई सहयोग गरेको समेत भेटिएको छ । २२ असार २०६४ मा संगठनले रामकृष्ण चित्रकार अध्यक्ष उठेको नेपाल विद्यार्थी संघ (नेविसंघ) लाई १५ हजार रुपैयाँ सहयोग दिएको भेटिएको छ । ३१ भदौ २०७१ मा बाल दिवस र गणेशमान सिंह प्रतिष्ठानको कार्यक्रमका लागि टिकट खरिद गर्न भन्दै २६ हजार २५० रुपैयाँ दिने निर्णय भएको देखिन्छ । कतिसम्म भने २९ असोज २०७६ मा पाले जयनारायण घिमिरेलाई सेवा वापत विदाइ गर्न भन्दै १ लाख रुपैयाँ निकासा गर्ने निर्णय भएको छ ।

बाल संगठनको काठमाडौं जिल्ला समितिले सभापतिले प्रयोग गर्ने आईप्याड खरिद गर्ने निर्णय २२ माघ २०६९ मा गरेको देखिन्छ भने १ फागुन २०७३ मा जिल्ला भ्रमण खर्च भन्दै १ लाख ६३ हजार ४५० रुपैयाँ खर्च गरेको पनि देखिएको छ ।

कतिसम्म भने ४ भदौ २०७२ मा बाल संगठनको पैसाबाट राजेन्द्र श्रेष्ठको नाममा अल्टो ८०० एलएक्सआई गाडी खरिद गर्ने निर्णय भएको समेत देखिन्छ । त्यसबेला जिल्ला कार्यसमितिमा सचिव रहेका श्रेष्ठको व्यक्तिगत नाममा गाडी किन्न बाल संगठनको जिल्ला कार्यसमितिले किस्ताबन्दीमा पैसा दिने निर्णय गरेको भेटिएको छ ।

गाडी खरिदका लागि ऋण प्रदान गर्ने नयाँ पाटी बचत तथा ऋण सहकारी संस्थामा ऋण चुक्ता गर्न लगेको ६ लाख ८० हजार रुपैयाँ पनि नतिरी व्यक्तिगत रुपमा प्रयोग गरेको देखिएको भट्टराई आयोगले समेत औंल्याएको मन्त्रालयका एक अधिकारी बताउँछन् । उनका अनुसार, प्रतिवेदनमा गाडी खरिद गर्ने विषयलाई पर्याप्त औचित्यता र कारणविनै संगठनको उद्देश्य विपरित गरिएको काम भनिएको छ ।

पदाधिकारीले जथाभावी खर्च गरिरहँदा २०७७ मा नयाँ नेतृत्व आएपछि जारी श्वेतपत्रमा पूर्वकार्यसमितिका कारण संगठन करोडौंको ऋणमा डुबेको उल्लेख छ । 'विद्यालयको लाखौं तिर्न बाँकी छ, खाद्यान्न र तरकारी लगायतको पनि तिर्न बाँकी छ, कर्मचारीलाई महिनौंको तलब दिन बाँकी छ', श्वेतपत्रमा भनिएको छ, 'संगठन थुप्रै विकृति र ऋणको टुप्पोमा बसेको छ ।'

(स्रोत: अनलाइनखबर)

'लण्डन टू पेरिस' टिजरमा साम्राज्ञी र निश्चलको प्रेम-विछोड

काठमाडौं/आगामी जेठ २५ गतेदेखि प्रदर्शन हुन लागेको फिल्म 'लण्डन टू पेरिस'को टिजर सार्वजनिक गरिएको छ । शुक्रबार सार्वजनिक १ मिनेट ५७ सेकेण्ड लम्बाईको टिजर अभिनेत्री साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाह र नव-अभिनेता निश्चल खड्काबीचको प्रेम र विछोडको वरिपरि घुमेको छ । प्रेमप्रति दुई पात्रको बुझाई र सोचाई अलग छ । त्यसले सम्बन्धमा ल्याउने दरारलाई टिजर मा देखाइएको छ ।

साम्राज्ञी र निश्चलबीच लिपलक (चुम्बन) दृश्यदेखि अन्तरंग दृश्यसम्म समावेश छ । साम्राज्ञी विकिनी अवतारमा पनि देखिएकी छिन् । फिल्मका अर्का प्रेमजोडी कवीर खड्का र गरिमा शर्माबीचको सम्बन्धलाई पनि टिजरमा देखाइएको छ । तर, उनीहरुको संवाद राखिएको छैन । फिल्मले लण्डन र पेरिस बस्ने पात्रहरुबीचको सम्बन्धको आयामलाई कथाको मियो बनाएको टिजरले संकेत गर्छ ।

घनश्याम लामिछानेको निर्देशन तथा प्रदीप भारद्वाजको लेखन रहेको फिल्ममा रुष्मा थापा, लोकविक्रम मल्ल, मनीष गान्धी, मनीष श्रेष्ठ लगायतको पनि अभिनय छ । अमित बस्नेत निर्माता रहेको फिल्ममा आरोन बस्नेत, एरियाना बस्नेत र परी राना निर्मातामा छन् । एबी इन्टरनेशनलको प्रस्तुति रहेको फिल्ममा गौतम प्रोडक्शन र अर्चिड भेस फिल्म्स लिमिटेडले निर्माणमा सहकार्य गरेका छन् ।

'लण्डन टू पेरिस'मा अभेद परव र कुनाल कदमको छायांकन, हर्कुलश बस्नेत, एसडी योगी, बियोण्ड र सलिन मगरको संगीत, सजु चन्द्रनको सम्पादन, सुजिल कर्माचार्यको पार्श्व संगीत र लङ्नेस फर्नान्डेजको नृत्य निर्देशन छ ।

सनिश खकुरेल र अजित केआर थापा सह-निर्माता तथा अंकित गौतम, सुरज कुँवर र विजय भण्डारी कार्यकारी निर्माता रहेको फिल्मलाई लण्डनमा खिचिएको हो ।

'खजुरे ब्रो' हलमा, नीतिको परीक्षा

काठमाडौं/पूर्वमिस इन्टरनेशनल नेपाल नीति शाहको फिल्मी करिअरको परीक्षा सुरु भएको छ । उनको पहिलो फिल्म 'खजुरे ब्रो'ले शुक्रबारबाट प्रदर्शन थालेको छ । यो फिल्मको नतिजाले उनको करिअरमा निकै ठूलो अर्थ राख्नेछ । व्यावसायिक सफलता या अभिनयको प्रशंसामध्ये कुनै एउटा मात्रै भए पनि उनको आगामी यात्रा सहज हुनेछ । उनकै कारण यो फिल्मप्रति धेरैमा चासो छ ।

फिल्मले मल्टीप्लेक्सहरुमा न्यून शोज पाएको छ । यद्यपि, केही शोजहरुमा अकुपेन्सी राम्रो देखिन्छ । अब 'वर्ड अफ माउथ' कस्तो र हनेछ, त्यसले फिल्मको भविष्य निर्धारण गर्नेछ । प्रदर्शनअघि काठमाडौं र धरानमा फिल्मको प्रिमियर गरिएको थियो । फिल्मले धरानमा बस्ने दुई अल्लारे युवा (साथी)को विन्दास जीवन र पैसाका लागि गरेको संघर्षको कथा भन्छ । यो कमेडी ड्रामा फिल्म हो ।

सुरज सुनुवारको निर्देशन बनेको फिल्ममा नीतिसहित रेअर राई, महेश त्रिपाठी, नविन मानन्धर, विनिता थापा मगर, पुस्कर कार्की, प्रकाश भुजेल, मनिष राउत, प्रेम सुब्बा, सुजाता राई लगायतको पनि अभिनय छ । नविन मानन्धर तथा निर्देशक सुनवार निर्माता रहेको फिल्मको सह-निर्मातामा सुनील श्रेष्ठ, अनिल मानन्धर र पिकेश मानन्धर छन् । डायमण्ड उप्रेती भने कार्यकारी निर्माता हुन् ।

अनमोल गुरुङको संगीत रहेको फिल्ममा शिशिर विशंखेको छायाङ्कन र मित्र डि गुरुङको सम्पादन छ । कुनै समय धरानमा निकै चर्चित मानिएका खजुरे अर्थात् अनिल सिंहबाट प्रभावित भएर फिल्म बनेको हो, जसको केही वर्षअघि निधन भइसकेको छ । त्यो पात्रमा रेअरले अभिनय गरेका छन् । नीति भने काठमाडौंबाट विरामी बुबा भेट्नका लागि धरान गएकी युवतीको भूमिकामा छिन् ।

संसद्मा सुहाङको पहिलो दिन

काठमाडौं/पहिलो संविधानसभा भर्खरै गठन भएको थियो । संविधानसभा अध्यक्ष तथा व्यवस्थापिका संसदका सभामुख सुवास नेम्बाङको पछि लागेर सुहाङ नेम्बाङ नयाँ बानेश्वर पुगेका थिए ।

दर्शकदीर्घामा बसेर उनले सभासद्हरुले गरेका समर्थन-विरोधका नाराबाजी, रोष्ट्रम घेराउ, भनाभन खुब हेरे । अवरुद्ध सदनको बैठक सकिएपछि घरमा बुवालाई सोधेका थिए, 'सदनमा सधैं यस्तै हुन्छ ?' सुवासले भने, 'हुँदैन । छलफल, रोचक कुराहरु पनि हुन्छ । समितिका बैठकहरुमा धेरै महत्वपूर्ण विषयमा सभासद्हरुले भाग लिने गर्छन् ।'

सुहाङले टिभी र इन्टर नेटमा पनि त्यसपछि संसद बैठक हेर्ने गर्थे । उमेर धेरै छिप्पिइनसके पनि संसदमा जनप्रतिनिधिको भूमिका कस्तो हुनुपर्छ भन्ने बारेमा उनका निश्चित बुझाइहरु विकास हुँदै थिए ।

पिता सुवासलाई उनले कहिले सभामुख, कहिले संसदीय दलको उपनेता लगायत विभिन्न रुपमा देख्ने गरेका थिए । ०७९ मंसिरमा इलाम २ बाट पाँचौपल्ट अविच्छिन्न निर्वाचित पिता सुवासको पोहोर भदौमा देहावसानसँगै सुहाङ पितावीहीन भए, इलामको उक्त निर्वाचन क्षेत्र नेताविहीन भयो ।

उनै सुहाङलाई एमालेले इलाम २ मा प्रत्याशी बनाएर पठायो । एमाले अध्यक्ष केपी ओलीले वैशाख पहिलो साता इलामको चुलाचुली पुगेर भनेका थिए, 'अब सुहाङसँग संसदमै भेटौंला ।'

वैशाख १५ को उपचुनावबाट सुहाङ फराकिलो मतान्तरसहित विजयी बनेर आए । नभन्दै ओलीसँग आज शुक्रबार संसदमै उनको भेट भयो । ओली र अरु सांसदले उनलाई बानेश्वरमै एमाले संसदीय दलको बैठकमा स्वागत गरे, बधाई साटे । अध्यक्ष तथा संसदीय दल नेता केपी ओलीले पछिल्लो राजनीतिक परिघटना र पार्टीले लिनुपर्ने रणनीतिबारे आफ्नो निष्कर्ष सुनाए ।

'अध्यक्षज्यूले एकदमै सारगर्भित ढंगले अहिले चलिरहेको राजनीतिक समस्याबारे व्याख्या गर्नुभएको थियो, जसमा हामीले पनि भाग लियौं,' सुहाङले भने, 'त्यसपछि संसदको औपचारिक अधिवेशनतर्फ लागियो ।'

बुवा सुवास नयाँ बानेश्वरको संसद भवनमा पहिलो पंक्तिमा बस्ने गर्थे । सुहाङलाई प्रमुख सचेतक महेश बर्तौलाले बीचतिरको वरीयता देखाए । खैरो दौरासुरूवाल र कोटमा संसदको लोगो लगाएर पसेका सुहाङले आफ्नो पहिलो दिनको जिम्मेवारी निभाउने क्रममा १६ वर्षअघि दर्शकदीर्घाबाट संसदको कारबाही चलेको दृश्य सम्झना गरे ।

'त्यो बेला पनि नाराजुलुस भएको थियो, आज पनि त्यस्तै भयो,' सुहाङले संचारकर्मीसँग भने, 'तर संविधान निर्माणको बेला उठेको मुद्दा र अहिलेको मुद्दा अनि परिस्थिति फरक छ ।'

संसदको बजेट अधिवेशन सुरु भएको पहिलो दिन पनि अघिल्लो अधिवेशनझैं अवरोधबाटै सुरु भयो, जसको प्रत्यक्षदर्शी बन्न पुगे सुहाङ । गृहमन्त्री रवि लामिछाने सहकारी ठगी प्रकरणमा जोडिएको भन्दै प्रतिपक्षी कांग्रेसले संसद अवरोध गरेको थियो । सदन कसरी चलाउने भन्ने प्रक्रियामा सभामुख देवराज घिमिरेले कार्यव्यवस्था समितिको बैठक राखेर दलका नेताहरुसँग परामर्श पनि गरेका थिए ।

तर, सदनको अवरोध खोल्न त्यो छलफल पर्याप्त बन्न सकेन । सुहाङले पहिलो दिनको संसदमा रचनात्मक बहसभन्दा अवरोध नै देख्न पुगे । यद्यपि आफ्नो पहिलो दिनको अनुभूतिका आधारमा संसदको कामकारबाहीबारे समग्र टिप्पणी गर्नु उचित नहुने उनी ठान्छन् ।

'सदनमा घेराउ गर्नु, अवरोध गर्नु पनि विपक्षीको अधिकार नै हो, संसदीय अभ्यासमा यो सामान्य पनि हो,' उनी भन्छन्, 'तर बजेट अधिवेशन भएकाले हाम्रो प्राथमिकता विकास, निर्माण तथा जनताको लागि योजना निर्माणमै केन्द्रित हुनुपर्छ । समय धेरै छैन, नेतृत्व र जनप्रतिनिधिमाथि जनताको अपेक्षा एकदमै बढी छ भन्ने हामीले बुझ्नुपर्छ ।'

(स्रोत: अनलाइनखबर)

सेयर बजारमा 'सेक्टर रोटेसन', यो साता होटलमा देखियो आकर्षण

काठमाडौं/गत साता १९९८ अंकमा बन्द भएको सेयर बजार यो साता १९६६ अंकमा बन्द भयो । यो साता नेप्से परिसूचक ३२ अंक अर्थात् १.६ प्रतिशत घट्यो ।

गत साता नेप्से ३३ अंक बढेको थियो । बजारमा केही सातायता उतारचढाव कम देखिएको छ । यो साता पाँचै दिन बजार खुल्यो । साताको पहिलो दिन आइतबार २४.५८ अंक घटेको बजार सोमबार थप १५.६२ अंक घट्यो । मंगलबार जम्मा २ अंक बढ्दा बुधबार ०.२१ अंक घट्यो भने बिहीबार ५.६३ अंक बढ्यो ।

नेप्से परिसूचक सामान्य दरमा घटे पनि कारोबार रकम बढ्न सकेको छैन । आइतबार ३ अर्ब ७९ करोडको कारोबार भएको थियो । सोमबार २ अर्ब ८९ करोड, मंगलबार २ अर्ब १४ करोड, बुधबार २ अर्ब १४ करोड र बिहीबार ३ अर्ब १२ करोडको कारोबार भयो ।

बजारमा सूचीकृत कम्पनीहरुले वैशाख महिनामा धमाधम तेस्रो त्रैमासिक वित्तीय विवरण सार्वजनिक गरिरहेका छन् । सार्वजनिक वित्तीय विवरणले पनि कम्पनीहरुको मूल्यमा उतार चढाव ल्याएको छ ।

बैंक, विकास बैंक र फाइनान्स कम्पनीहरुको वित्तीय विवरण सार्वजनिक भइसकेको छ भने माइक्रोफाइनान्स, हाइड्रोपावर, बीमा, होटल, उत्पादनमूलक कम्पनी तथा अन्य समूहका कम्पनीहरुले वैशाख मसान्तसम्म वित्तीय विवरण सार्वजनिक गर्नेछन् । तीमध्ये केहीले सार्वजनिक गरिसकेका छन् ।

बजारमा "सेक्टर रोटेसन"

बजारमा केही सातादेखि 'सेक्टर रोटेसन' देखिएको छ । केही दिन एउटा समूहको सूचक बढ्दा अरू दिन अर्को समूहका सूचक बढेको देखिन्छ । समग्रमा गत साता विकास बैंक, फाइनान्स र माइक्रोफाइनानस समूह उच्च दरले बढे ।

गत साता विकास बैंक ६.८, फाइनान्स समूह ६.५२ प्रतिशत तथा माइक्रोफाइनान्स समूह ६.३७ प्रतिशत बढेका थिए । यो साता भने होटल तथा पर्यटन समूह सबैभन्दा धेरै ४.४ प्रतिशत बढ्यो । यद्यपि माइक्रोफाइनान्स समूहको वृद्धिमा निरन्तरता देखिएको छ ।

यो साता होटल तथा पर्यटन समूहमा लगानीकर्ता आकर्षण हुनुको मुख्य कारण राम्रो वित्तीय विवरण आउने अनुमान हो । पर्यटकीय व्यवसायमा आएको वृद्धिले होटल क्षेत्रका कम्पनीको आम्दानी बढ्न जान्छ ।

बजारमा सूचीकृत यस समूहका ६ कम्पनी (सोल्टी, तारागाउँ, ओरियन्टल, चन्द्रागिरि, कालिन्चोक र सिटी) छन् । यीमध्ये २ कम्पनी तारागाउँ रिजेन्सी र सोल्टी होटलले तेस्रो त्रैमासिक वित्तीय विवरण सार्वजनिक गरि सकेका छन् ।

सार्वजनिक वित्तीय विवरणअनुसार दुबै होटलको नाफा उल्लेख्य बढेको छ । समूहका अरु कम्पनीको पनि राम्रो वित्तीय विवरण आउने अपेक्षाले यो साता होटल तथा पर्यटन समूह बजारमा उच्च दरले बढेको हो । यो साता धेरै मूल्य बढेका कम्पनीहरुमा भने अधिकांश माइक्रोफाइनान्स समूहका कम्पनी रहे ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

'मनसरा'ले एक हप्तामा कमायो ३ करोड २० लाख, विशेष शोमा प्रशंसा

काठमाडौं/उपेन्द्र सुब्बाको दोस्रो निर्देशकीय फिल्म 'मनसरा'ले बक्स अफिसमा अपेक्षाकृत व्यापार गर्न सकेको छैन । रिलिजपूर्व १० करोडको आँकडा नघाउने प्रक्षेपण गरिएको फिल्मको व्यापार कछुवाको गतिमा छ । यद्यपि, पहिलो हप्ता फिल्मले सुखद अंक जोडेको छ । एक हप्तामा फिल्मले ३ करोड २० लाख कमाएको निर्माण टिमको दाबी छ । 'वर्ड अफ माउथ' अब्बल प्राप्त भएकाले व्यापार बढ्ने विश्वास अझै निर्मातामा देखिएको छ ।

दोस्रो साता प्रवेशको पूर्वसन्ध्यामा बिहीबार फिल्मको विशेष शो आयोजना गरिएको थियो । राप्रपा अध्यक्ष तथा पूर्व उपप्रधानमन्त्री राजेन्द्र लिङ्देन, गायक तथा अभिनेता प्रकाश सपूत, पूर्वमिस नेपाल उषा खड्गी, अभिनेत्रीद्वय रेजिना उप्रेती र लुनिभा तुलाधरसहित नेपाल प्रहरीका उच्चपदस्थ कर्मचारी र फुटबल खेलाडी लगायतले फिल्म हेरेका थिए ।

राप्रपा अध्यक्ष लिङ्देनले फिल्म हेर्नलायक बनेको प्रतिक्रिया दिँदै नेपालको जातीय र सांस्कृतिक विविधता जोड्ने कोशिस फिल्मले गरेको बताए । 'समाजको एउटा तहको राम्रोसँग प्रतिनिधित्व गरेको छ । भविष्यमा समाजमा कुन प्रकारका जातीय, सांस्कृतिक अनि हाम्रो प्रचलनहरु थिए भन्ने कुरा फिल्मले बुझाउन मदत गरेको छ,' उनले भने ।

गायक सपूतले भने 'मनसरा' हेर्दा राम्रो किताब पढेको जस्तो महसुस भएको अनुभव सुनाए । 'फिल्म एकदमै राम्रो लाग्यो । एकदमै सरल छ । एउटा राम्रो किताब पढेको जस्तो महसुस भयो,' उनले भने । यस्ता फिल्मले जीवनसँग नजिक जोड्नका लागि मद्दत गर्ने उनको धारणा थियो । उनी भन्छन्, 'प्रेम, जीवन र संघर्षका आयामहरु देखाउन यस्ता फिल्मले मद्दत गर्छ ।'

रेजिना उप्रेती पनि फिल्मको प्रशंसा गरेर थाकिनन् । उनी प्रवीण खतिवडाको फ्यान नै भएछिन् । 'फिल्म एकदमै राम्रो छ । समाजकै कथालाई उठाइएको छ । एउटा विषयमा साह्रै राम्रोसँग कथा भनिएको छ,' उनले भनिन्, 'सबैभन्दा बढी मन परेको चाहिँ प्रवीण खतिवडाको अभिनय हो । म त उहाँको फ्यान भएँ ।' पूर्वमिस नेपाल खड्गीले पनि फिल्म राम्रो लागेको प्रतिक्रिया दिइन् । उनले फिल्मलाई 'अनपेक्षित' भनेकी छन् ।

फिल्ममा दयाहाङ, मिरुना मिरुना मगर, प्रविण खतिवडा, मेनुका प्रधान, हेमन्त बुढाथोकी, शान्ति गिरी, नेनहान राई लगायतको अभिनय छ । निर्देशक सुब्बाकै लेखन रहेको फिल्मका निर्माता तथा छायाँकार शैलेन्द्र ध्वज कार्की हुन् । काँठ क्षेत्रमा बस्ने गरिखाने वर्गको संघर्ष र फरक जातीय पृष्ठभूमिका दुई छिमेकीबीचको सम्बन्धको आयामलाई मियो बनाएर फिल्मले कथावाचन गरेको छ ।

के तपाई फोटो कपी प्रिन्टर मेसिन किन्दै हुनुहुन्छ ?

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

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

Printer Shop

The complete office solution

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

tonerhouse_htd@yahoo.com

भीमफेदीमा प्रभावकारी बन्दै पीजीएस प्रणाली

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ भीमफेदी गाउँपालिकाका किसानले अवलम्वन गरेको स्वच्छ उत्पादनको लागि सहभागितामूलक सुनिश्चितता प्रणाली (पीजीएस) को अभ्यासबारे समीक्षा गर्दै अब कार्यदिशाबारे छलफल गरिएको छ ।

भीमफेदी-५ सुपिङस्थित शिवशक्ति कृषि सहकारी संस्थाको आयोजनामा स्थानीय जनप्रतिनिधि, राष्ट्रिय कृषक समूह महासंघ, साना किसान समूह तथा कृषि सहकारीका अध्यक्ष एवम् प्रतिनिधि तथा कृषकको उपस्थितिमा पीजीएसको कार्यान्वयनको अवस्था र त्यसको प्रभावलगायत विषयमा समीक्षा गरिएको हो ।

कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै भीमफेदी गाउँपालिका अध्यक्ष हिदम लामाले कृषकलाई जैविकखेतीतर्फ उन्मुख गराउने उद्देश्यका सञ्चालित पीजीएस कार्यक्रमबाट किसानमात्रै नभई आम उपभोक्ता लाभान्वित भइरहेको बताए । उनले भीमफेदीलाई अर्गानिक उत्पादनको हब बनाउन पीजीएस कार्यक्रम प्रभावकारी मानिएको भन्दै किसानलाई जैविकखेतीतर्फ लाग्न आह्वान गरे । उनले कृषिउत्पादनको क्षेत्रमा गाउँपालिकाले कृषकसँग सहकार्य गर्दै आवश्यक सहयोग गर्न तयार रहेको बताए ।

उपाध्यक्ष सञ्जीव श्रेष्ठले पछिल्लो समय कृषिउत्पादनमा विषादिको बढ्दो प्रयोगले मानवस्वास्थ्यमा गम्भिर असर पुगिरहेकोतर्फ चिन्ता व्यक्त गर्दै जैविकखेतीको माध्ययमबाट कृषिउद्यमशीलता विकास गर्न सुझाव दिए । उनले गाउँपालिकाबाट पीजीएस कार्यक्रमको लोगो प्रमाणित गर्ने कार्य अन्तिम चरणमा पुगेको बताए । कार्यक्रममा राष्ट्रिय कृषक समूह महासंघका अध्यक्ष पञ्चकाजी श्रेष्ठ र भीमफेदी-५ का वडाअध्यक्ष जहारसिं लामाले कृषि क्षेत्रको प्रवर्द्धनका लागि थुप्रै रचनात्मक कार्यक्रममा सहकार्य गर्न तयार रहेको बताए ।

कार्यक्रममा वक्ताहरुले पीजीएस कार्यक्रमबारे कृषकलार्य थप प्रष्ट पार्दै कृषिउत्पादन संकलन केन्द्रको स्थापना गर्नुपर्ने, बाँझो जमिन राख्न नहुने, विषादिको प्रयोग घटाउँदै लैजानुपर्ने विषयमा जोड दिएका थिए । शिवशक्ति कृषि सहकारीले २०२३ को जनवरीबाट २०२४ मार्चसम्ममा पोखरा, सिन्धुली, काठमाडौं र मकवानपुरलगायत क्षेत्रमा २४ पटक किसान चौतारी कार्यक्रम सञ्चालन गरी कृषकलाई पर्यावरणमैत्री कृषि अभ्यासद्वारा स्वच्छ उत्पादनको व्यवहारिक अभ्यास गराउन मद्दत पुर्‍याएको थियो ।

यो अवधिमा पीजीएस प्रणालीलाई पालिकास्तरमा नीतिगत र व्यवहारिकरुपमा अवलम्वन गराउन सफल भएको र स्वच्छ उत्पादनको बजारीकरणमार्फत् उद्यमशीलता प्रवर्द्धन गरिएको सहकारीका अध्यक्ष गिरिराज पुडासैनीले बताए । नेपाल फलफूल तथा तरकारी व्यवसायी संघका पूर्वअध्यक्ष खड्गबहादुर मुक्तान, जिल्ला समन्वय समिति पूर्वउपसभापति भगवती पुडासैनी, प्रहरीनिरीक्षक सचिता थापा, सहकारीका सचिव प्रल्हाद पुडासैनीलगायतले धारणा प्रस्तुत गरेका थिए ।

कृषकहरुले उत्साहका साथ पीजीएस प्रणालीलाई निरन्तरता दिइने प्रतिक्रिया दिए । कार्यक्रममा खैंजडी भजन तथा दोहोरीमार्फत् कृषकलाई कृषिसँग सम्बन्धित विभिन्न विषयमा जानकारी गराइएको थियो ।

सप्ताहव्यापी पशुआहार अभियान समापन

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ जिल्ला दुग्ध उत्पादक सहकारी संघ मकवानपुरको समन्वय तथा प्रदेश दुग्ध विकास बोर्ड बागमती प्रदेशको आयोजनामा भएको सप्ताहव्यापी पशुआहार अभियान समापन भएको हो ।

अभियानको एक सातामा मकवानपुरको ६३ वटा सहकारीको २२५ जना सहभागीलाई विभिन्न ८ स्थानमा प्रशिक्षण गराइएको थियो । किसानलाई दाना उत्पादन, युरिया, मोलासेस, मिनरल ब्लक, परालमा युरिया उपचार, साईलेज बनाउने प्रविधि जस्ता विषयमा प्रशिक्षण गराइएको थियो ।

सैद्धान्तिक भन्दा प्रयोगात्मक सिकाइ गर्दा व्यवहारमा परिवर्तन गर्न प्रयास गरेको प्रदेश दुग्ध विकास बोर्ड निमित्त निर्देशक सजिता ज्ञवालीले बताइन् । पशुस्वास्थ्य, पशुआहार, नश्ल सुधार, बजारलाई व्यवस्थापन गर्न बोर्ड लागि परेको उनले बताइन् । पशु व्यवसायलाई बजारमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्षम बनाउन बोर्डले ध्यान दिएको उनले बताइन् । सिकेको सीप छिमेकी किसान र सहकारीका सदस्यबीचमा समेत हस्तान्तरण गर्न उनले सहभागीलाई आग्रह गरिन् ।

गाउँ र पाखामा प्राप्त हुने मौसम घाँसलाई सन्चित गरेर सन्तुलित पशुआहार बनाउने साप्ताहव्यापी कार्यक्रम गरिएको जिल्ला दुग्ध उत्पादक सहकारी संघ अध्यक्ष हरिप्रसाद कंडेलले बताए । आहार सन्तुलित भएमा थोरै लगानीबाट पनि धेरै नाफा लिन सकिने अध्यक्ष कंडेलले बताए । एकातिर दूध नबिकेर हैरानी अर्कोतिर पशुआहारको मूल्यवृद्धि भएका कारण आजित किसानलाई यस्तो तालिम उपलब्धिपूर्ण भएको कंडेलले बताए । किसानले आफैंले घरैमा दाना उत्पादन गर्न सक्यो भने बजारबाट दाना किन्न गर्नुपर्ने लगानी घटाउन सकिने र दुधको पैसा नउठ्दाको पीडा कम गर्न राहत मिल्ने उनले बताए ।

दाना किन्नुपर्ने बाध्यता र लागत घटाएर दाना बनाउन र सन्तुलन दाना बनाउन, खुवाउन सकिने बारे सिकाइ भएको मनकामना दुग्ध उत्पादक सहकारी संस्था अध्यक्ष अर्जुन दाहालले बताए । सहकारीको प्रतिनिधि सहभागीभन्दा व्यावसायिक किसानलाई यस्तो तालिम आवश्यक भएको दाहालले बताए । किसान केन्द्रित भएर बोर्डले काम गर्नुपर्ने उनले बताए । पाखोबारीमा पोषिलो घाँस रोप्ने सन्तुलन आहार निर्माण गर्न पनि प्रेरणा मिलेको दाहालले बताए ।

पशुआहारा कसरी खुवाउने, आर्थिक लगानी र उपार्जनमा राहत कसरी लिने ? भन्ने सिकाइ र बुझाई भएको मनहरी साना किसान कृषि सहकारी अध्यक्ष बिमला कार्कीले बताइन् । सहभागीलाई डा. सन्तोष घिमिरे, शिवहरि घिमिरे, शत्रुघन साहले सहजीकरण गरेको बोर्डका पशुसेवा प्राविधिक प्रदीप सापकोटाले बताए ।

युनिलिभर नेपालको नाफा ३० प्रतिशत बृद्धि

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ हेटौंडा-३ बसामाडीमा रहेको बहुर्राष्ट्रिय कम्पनी युनिलिभर नेपाल लिमिटेडले चालु आर्थिक वर्ष २०८०/८१ को ९ महिनामा ४८ करोड ६१ लाख रुपैयाँ खुदनाफा आर्जन गरेको छ । जुन अघिल्लो आवको यो अवधिको तुलनामा ३०.४६ प्रतिशतले धेरै हो ।

गत आवको दोस्रो त्रैमाससम्म कम्पनीले ३७ करोड २६ लाख रुपैयाँ खुदनाफा कमाएको थियो । समीक्षा अवधिमा कम्पनीको बिक्रीआय बढेर खर्च घट्दा नाफा बढेको हो । गर्मी लागेसँगै उपभोक्ताको मागमा बढ्दै जाँदा सौन्दर्य सामग्रीको दैनिक उपभोग बढेपछि कम्पनीको ब्यापार बढेको छ । चैतसम्ममा कम्पनीको कुल आय २ अर्ब २ करोड ३० लाखबाट २.२६% बढेर २ अर्ब ६ करोड ८७ लाख रुपैयाँ कायम भएको छ ।

कम्पनीको बिक्री आम्दानी पनि १.५२% प्रतिशतले बढेर १ अर्ब ९९ करोड ५५ लाख रुपैयाँमा पुगेको छ । गत आवको सोही अवधिमा कम्पनीले १ अर्ब ९६ करोड ५७ लाख आम्दानी गरेको थियो । अघिल्लो आवको तेस्रो त्रैमाससम्म ५ करोड ७२ लाख रुपैयाँ अन्य आम्दानी गरेको कम्पनीको चालु आवको यसै अवधिमा २८ प्रतिशत बढेर ७ करोड ३२ लाख रुपैयाँ पुगेको छ ।

चुक्ता पुँजी ९ करोड २१ लाख रहेको कम्पनीको रिटेन्ड अर्निङ १४.९० प्रतिशतले बढेर ४ अर्ब २६ करोड रुपैयाँ पुगेको छ । गत आवको यसै अवधिमा ३ अर्ब ७० करोड ७७ लाख रुपैयाँ थियो । समीक्षा अवधिसम्म कम्पनीको वार्षिक प्रतिसेयर आम्दानी ७०३ रुपैयाँ ७३ पैसा छ । अघिल्लो आवको यो अवधिमा कम्पनीको ईपीएस ५३९ रुपैयाँ ४१ पैसा थियो । त्यस्तै कम्पनीको प्रतिसेयर नेटवर्थ ४१२५ रुपैयाँबाट बढेर ४७२५ रुपैयाँ पुगेको छ ।

युनिलिभर नेपाली सेयर बजारमा सुचीकृत कम्पनीमध्ये सबैभन्दा धेरै सेयरमूलय भएको कम्पनी हो । चालु आवको तेस्रो त्रैमासमा कम्पनीको अन्तिम मूल्य ४० हजार ४५० रुपैयाँ रहेको छ भने अधिकतम सेयर मूल्य ४२ हजार ३०० रुपैयाँ पुगेको थियो । चालु आवको तेस्रो त्रैमासमा कम्पनीका अधिकांश शीर्षकको आम्दानी बढेको छ भने खर्चमा कमी आएको छ । समीक्षा अवधिमा कम्पनीले मुद्दती निक्षेपमा १४९ प्रतिशतले लगानी बढाएर १ अर्ब ५७ करोड ९२ लाख रुपैयाँ लगानी गरेको छ भने नगद मौज्दातमा ८७ करोड १४ रुपैयाँ राखेको छ ।

यस्तै कम्पनीको कुल खर्च पनि ६.११ प्रतिशतले घटेर १ अर्ब ४५ करोड ३८ लाख रुपैयाँमा सीमित भएको छ । गत आवको यो अवधिमा कम्पनीको खर्च १ अर्ब ५४ करोड ८४ हजार रुपैयाँ थियो । युनिलिभरले लक्स, लाइफब्वाय, रिन, हृवील, पोन्ड्स, भ्यासलिन, सनसिल्क, ल्याक्मे, क्लिनिक प्लस, पेप्सोडेण्ट, क्लोजअप लगायत ब्राण्डको उत्पादन तथा बिक्री गर्दै आएको छ ।

लन्डनमा मुख्यालय रहेको कम्पनी युनिलिभरले नेपालमा युनिलिभर इन्डियामार्फत ८० प्रतिशत सेयर लगानी गरेको छ । युनिलिभरले लगानीकर्तालाई आकर्षक लाभांश पनि दिँदै आइरहेको छ । कम्पनीमा हिन्दुस्थान युनिलिभर मुम्बईको ७ लाख ३६ हजार ५६० कित्ता, सिवक्रिम होल्डिङ प्रालि नेपालको ४६ हजार ३५ कित्ता र सर्वसाधारणमा १ लाख ३८ हजार १०५ कित्ता सेयर रहेको छ । कम्पनीले गत आव २०७९/८० को मुनाफाबाट सेयरधनीलाई हालसम्मकै उच्चदरमा लाभांश वितरण गर्ने घोषणा गरेको थियो । प्रतिसेयर १ हजार ५८० रुपैयाँका दरले नगद लाभांश वितरण गरेको थियो ।

प्रदेश प्रमुखद्वारा बागमतीमा बजेट अधिवेशन आह्वान

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ बागमती प्रदेशसभाको बर्खेसमेत भनिने बजेट अधिवेशन यही वैशाख ३१ गते दिउँसो १ बजेका लागि आह्वान गरिएको छ ।

प्रदेश प्रमुख यादवचन्द्र शर्माले नेपालको संविधानको धारा १८३ को उपधारा १ बमोजिम बागमती प्रदेश सरकार मन्त्रिपरिषद्को निर्णय र सिफारिस बमोजिम प्रदेशसभाको बर्खे अधिवेशन आह्वान गरेका हुन् । बिहीवार बसेको मन्त्रिपरिषद् बैठकले अधिवेशन आह्वानका लागि प्रदेशप्रमुख शर्माले सिफारिस गर्ने निर्णय गरेको थियो ।

बागमती प्रदेशसभाका सभामुख भुवनकुमार पाठकले आगामी जेठ ४ गते प्रदेशसभाअन्तर्गतका विभिन्न पाँच वटा समितिको सभापति पदको निर्वाचन गर्ने विषयमा सबै दलबीच सहमति भएको बताए । सभामुख पाठकले जेठ ४ गतेसम्म सहमतिको प्रयास गर्ने र सम्भव नभए निर्वाचन मार्फत सभापतिको चयन गर्ने जानकारी दिए । प्रदेशसभाको नियमावली २०७४ अनुसार प्रदेशसभामा पाँचवटा विभिन्न समितिहरु रहने व्यवस्था छ । प्रदेशसभामा अहिले प्रदेश मामिला समिति, सार्वजनिक लेखा समिति, कृषि, स्वास्थ्य तथा शिक्षा समिति, पर्यटन, उद्योग तथा वाणिज्य समिति, र भूमि तथा सहकारी व्यवस्था समिति छन् ।

कागजको बिटो दिएर ५ लाख ठगी गर्ने मकवानपुरकी युवती पक्राउ

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ अमेरिकन डलर भन्दै कागजको बिटो दिएर पाँच लाख रुपैयाँ ठगी गरेको आरोपमा प्रहरीले मकवानपुरकी एक युवतीसहित पाँचजनालाई पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्नेहरुमा सिन्धुपाल्चोकको बाह्रबिसे नगरपालिका-२ घर भएका ३५ वर्षीय धनकृष्ण शिवभक्ती, सोही ठाउँका ५६ वर्षीय दातेम्बा शेर्पा, बाह्रबिसे-३ का ४० वर्षीय हरेराम भुजेल, सोलुखुम्बुको लिखुपिके गाउँपालिका-३ का ४१ वर्षीय गणेशबहादुर विक र मकवानपुरको इन्द्रसरोबर गाउँपालिका-३ कि ५५ वर्षीया मीना तामाङ छन् ।

उनीहरुलाई काठमाडौं उपत्यका अपराध अनुसन्धान कार्यालयको टोलीले बिहीबार काठमाडौंको तार्केश्वरस्थित डाँडागाउँबाट पक्राउ गरेको हो । उनीहरुले दोलखाको मेलुङ गाउँपालिका-१ घरभई ललितपुरको महालक्ष्मी नगरपालिका-७ चाँगाथलीमा फर्निचर व्यवसाय गरी बस्ने ३१ वर्षीय रवीन्द्र कोइरालालाई सस्तोमा डलर साटिदिने भन्दै ठगी गरेको आरोप छ ।

गत चैतदेखि निरन्तर फलो गर्दै आफूहरु साँढे १५ लाख डलर रहेको र सस्तोमा साटिदिने भन्दै कागजको बिटो दिएर पाँच लाख ठगी गरेको आरोप छ । डलर साटिदिने भन्दै भक्तपुरको ठिमी नगरपालिका-४ स्थित कोरियन अस्पताल पछाडि लगेर वैशाख ६ गते पाँच लाख रुपैयाँ ठगी गरेको खुलेको अपराध अनुसन्धान कार्यालयका एसपी तथा प्रवक्ता रवीन्द्र रेग्मीले बताए ।

गढीको १ नम्बर वडा अनिवार्य तथा नि:शुल्क शिक्षाको घोषणा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, २८ वैशाख/ मकवानपुरगढी गाउँपालिका-१ लाई अनिवार्य तथा नि:शुल्क शिक्षा लागु भएको वडा घोषणा गरिएको छ । गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष मानकुमारी पाख्रिन (नेपाली) ले यो वडालाई अनिवार्य तथा नि:शुल्क शिक्षा लागु भएको वडा घोषणा गरिन् ।

घोषणा कार्यक्रममा बोल्दै उपाध्यक्ष पाखिनले आम वडाबासीलाई साक्षी राखेर यस्तो कार्यक्रमको घोषणा गर्न पाएकोमा खुशी व्यक्त गरेकी छन् । पाख्रिनले वडाभित्र बसोवास गर्दै आएका विद्यालय जाने उमेरका कुनैपनि बालबालिका विद्यालय बाहिर नरहेका पाइएकाले वडालाई अनिवार्य तथा नि:शुल्क शिक्षा कार्यान्वयन वडा घोषणा गरिएको बताइन् । पाख्रिनले संविधानमा भएको व्यवस्था लागु गर्न नेपाल सरकारले सुरु गरेको अभियानमा स्थानीय तहले साथ दिएको बताएकी छन् ।

साथ-साथै आजकै मितिदेखि कुनै पनि विद्यालयलाई कुनै पनि शीर्षकमा पैसा नलिनको लागि पनि पाख्रिनले अनुरोध गरिन् । मकवानपुरगढी गाउँपालिका-१ का वडाध्यक्ष एवम् वडा शिक्षा समितिका अध्यक्ष आइतसिंह लोको सभाध्यक्षता एवम मकवानपुरगढी गाउँपालिका उपाध्यक्ष पाख्रिन (नेपाली) को प्रमुख आतिथ्यतामा भएको कार्यक्रममा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत राजेन्द्र कार्कीको विशेष आतिथ्यता रहेको थियो ।

घोषणामा शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखाप्रमुख रामबहादुर घलान, गाउँपालिका प्रशासन प्रमुख रघुनाथ हुमागाई, एमआईएस अपरेटर मनोज देवकोटा, वडाका सामुदायिक विद्यालयका अध्यक्षहरु, प्रअहरु, शिक्षक, बालसमूह, किशोरी समूह, राजनीतिक दल, टोल विकास सस्था, आमा समूह, जनप्रतिनिधि, वन समूहलगायत संस्थाका प्रमुख एवम् प्रतिनिधिको उपस्थिति रहेको थियो ।

नि:शुल्क शिक्षा लागु भएको वडा घोषणा कार्यक्रमलाई निरन्तर रुपमा अगाडि बढाई जेठ मसान्तभित्र मकवानपुरगढी गाउँपालिकालाई नै अनिवार्य तथा नि:शुल्क शिक्षा लागू भएको गाउँपालिका घोषणा गर्ने कार्यक्रम रहेको शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखाप्रमुख घलानले बताए ।

शिक्षक आवश्यकता

उपरोक्त सम्बन्धमा शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाई मकवानपुर, हेटौंडा मिति २०८१/०१/२३ च.नं. १६७६ को प्राप्त पदपूर्ति अनुमतिपत्र र विद्यालय व्यवस्थापन समितिको मिति २०८१/०१/२८ को बैठकको निर्णयअनुसार यस विद्यालयलाई तपशील बमोजिमको शिक्षक आवश्यक परेको हुँदा पदपूर्तिको लागि इच्छुक नेपाली नागरिकबाट दरखास्त आह्वान सहित विज्ञापन प्रकाशित गरिएको छ ।

क्र.सं.	विज्ञापन नं.	तह/पद	प्रकार	संख्या	कैफियत
१	०२	प्रा.शि.	राहत (करार)	१	

२. शैक्षिक योग्यता: प्रवीणता प्रमाणपत्र तह वा सोसरह उत्तीर्ण ।
३. उमेर : १८ वर्ष पूराभई ४० वर्ष ननाघेको ।
४. परीक्षाको किसिम : लिखित, अन्तरवार्ता र कक्षा अवलोकन ।
५. तलब भत्ता : नेपाल सरकारको राहत कोटाको लागि ताकिए बमोजिम ।
६. दरखास्त दस्तुर : नगद रु १०००।- (एक हजार मात्र) निवेदन साथ पेश गर्नुपर्ने ।
७. दरखास्त दिने अन्तिम मिति: २०८१/०२/०४ गते करारको लागि
: २०८१/०२/१३ गते खुल्लाको लागि
९. सम्पर्क मिति : २०८१/०२/१४ गते
१०. परीक्षा मिति : सम्पर्क मितिमा तोकिनेछ ।
११. आवश्यक कागजात
क) हस्तलिखित निवेदन १ प्रति ।
ख) शैक्षिक योग्यताको र चारित्रिक प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि २ प्रति ।
ग) नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि २ प्रति ।
घ) स्थायी अध्यापन अनुमतिपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि २ प्रति ।

नोट: शिक्षक सेवा आयोगको करार सूचीमा परेकाहरुको हकमा योग्यता क्रमको आधारमा विज्ञापन भएको ७ दिनभित्र मात्र दरखास्त दर्ता गरी नियमअनुसार नियुक्ति गरिनेछ । ७ दिनभित्र करार सूचिका उम्मेदवारको दरखास्त दर्ता नभएमा खुल्ला उम्मेदवारको लागि शिक्षा नियमावली २०५९ को नियम ९७ सहितको प्रक्रिया पूरा गरी नियुक्ति गरिनेछ ।

श्री ऋषेश्वर बालजागृति प्राथमिक विद्यालय
मनहरी-९, ज्यामिरे, मकवानपुर
सम्पर्क नं. : ९८४५०७१८२०(प्र.अ.), ९८६३८०२५०८ (विव्यस अध्यक्ष)

बागमती प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
जनस्वास्थ्य कार्यालय, मकवानपुर

जनहितमा जारी सन्देश !

बालबालिकाहरुलाई विभिन्न रोगहरुबाट बचाउन जन्मेदेखि १५ महिना सम्मको उमेरमा १३ वटा रोगहरु विरुद्धका खोपहरु नेपाल सरकारबाट नि:शुल्क उपलब्ध हुन्छ । बालबालिकालाई उमेर अनुसार लगाउनु पर्ने सबै खोपहरु पुरा गराए मात्र बालबालिकालाई स्वास्थ्य राख्न तथा संक्रामक रोगहरुबाट बचाउन सकिन्छ ।

तसर्थ, १५ महिना उमेर भित्रमा लगाउनु पर्ने सबै खोपहरु समयमै पुरा गराऔं । १५ महिनामा लगानुपर्ने दादुरा रुवेला दोस्रो मात्रा र टाईफाइड लगायतका खोपहरु छुट भएको भए नजिकको खोप केन्द्रमा लगि सबै खोपहरु तोकिएको उमेरमा पूरा गराऔं । पूर्ण खोप लिएमा मात्र बालबालिकालाई रोगहरुबाट सुरक्षित राख्न सकिन्छ ।

खोपहरु लगाए पनि सधैं सरसफाईका सबै व्यवहारहरुको पालना गरौं । खोप सम्बन्धी कुनै जानकारी आवश्यक परेमा नजिककै स्वास्थ्य संस्था, स्वास्थ्यकर्मी, म.स्वा.स्वय.से.वा नि:शुल्क कल सेन्टर १११५ मा सम्पर्क गरौं याद गर्नुहोस । जन्मे देखि १५ महिना सम्मको उमेरमा लगाउनुपर्ने सबै खोपहरु पूरा गराए मात्र बालबालिकालाई स्वास्थ्य राख्न तथा सक्रामक रोगबाट बचाउन सकिन्छ ।

जिल्ला खोप समन्वय समिति तथा जनस्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुर

हेटौंडामै उत्पादित

सुदिन ड्राइमिट

Ready To Eat

हाम्रा विशेषताहरू:

- ग्याँस ओभनबाट उत्पादन गरिने ।
- हानिकारक धुवाँको असर नहुने ।
- १२ प्रकारका घरायसी मसलायुक्त ।
- तत्काल खान मिल्ने ।
- खाद्य सुरक्षणको लागि केमिकल (Preservative) प्रयोग नभएको ।

सुदिन प्याकेजिङ्ग उद्योग
हेटौंडा-४, मकवानपुर
९८४५२६२५२२, ९८५५०७२६२३

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