म.जि. प्र. का. द.नं. : १०६/०६८, वर्ष १४ अंक ५३ शनिबार ५ असोज २०८१ ने. सं. ११४४ ञलागा 21 September 2024 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्य: रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

PEAK GRAND OPENING ERKE
असोज १ गतेबाट हजुरहरुमाझ
Peak & Erke authorised showroom
D next dress up
हेटौंडा-१०, राप्तीरोड
राजक शाही
मोबाइल नम्बर ९८५५०७०१५६

बागमतीमा लगानी गर्न पर्साका उद्यमीलाई मन्त्री काफ्लेको आग्रह

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ बागमती प्रदेशका आर्थिक मामिला तथा योजनामन्त्री कुन्दनराज काफ्लेले पर्साका उद्योगी व्यवसायीलाई बागमती प्रदेशमा उद्योग तथा कार खाना विस्तार गर्न आग्रह गरेका छन् । प्रदेशको राजधानी हेटौंडा र आसपासका क्षेत्रमा औद्योगिक प्रतिष्ठान स्थापना गर्दा धेरै कुराले सहज हुने बताएका छन् ।

वीरगञ्ज उद्योग वाणिज्य संघद्वारा आयोजित भेटघाट तथा छलफलमा मन्त्री काफ्लेले बागमती प्रदेशमा लगानीमैत्री वातावरण बनाउन प्रदेश सरकार तयार रहेको बताए । मुलुककै सबैभन्दा ठूलो हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्र र प्रस्ताबित मयुरधाप औद्योगिक क्षेत्रमा लगानी गर्न मन्त्री काफ्लेको आब्हानलाई संघका पदाधिकारीले सकारात्मक रुपमा लिएका छन् । 'बागमती प्रदेशमा लगानी गर्न के कस्ता पूर्वाधार आवश्यक पर्छन् । त्यसका लागि गर्नुपर्ने सबैखालको सहजीकरण गर्न प्रदेश सरकार तयार छ', उनले भने, 'बागमती प्रदेश सरकार उद्योग र कलकारखाना स्थापनाका लागि कानुनी र अन्य प्राविधिकरुपमा पनि सहजीकरण गरेर औद्योगिक लगानीको वातावरण बनाउन कटिबद्ध छ ।'

काठमाडौंको बालाजु, पाटन औद्योगिक क्षेत्रमा भन्दा हेटौंडाको मयुरधाप औद्योगिक क्षेत्रमा औद्योगिक प्रतिष्ठान स्थापना गर्न उपयुक्त हुने मन्त्री काफ्लेले बताएका छन् । मन्त्री काफ्लेले बागमती प्रदेश लगानीको प्रचुर सम्भावना बोकेको क्षेत्र भएकाले पनि सबै खालका सहयोग गर्न तयार रहेको प्रतिबद्धता व्यक्त गरे । 'पर्साका उद्योगी व्यवसायीले भोग्नुपरेका समस्या र जटिलता चिर्न बागमती प्रदेश सरकार तयार छ', उनले भने, 'मधेश प्रदेशको अर्थ नीतिमा बागमती प्रदेशको तर्फबाट गर्न सक्ने सहजीकरण र समन्वय गर्न पनि तयार छौं ।'

खहरे उकासको करिब २ सय बिघा जमिनमा स्थापना हुन लागेको मयुरधाप औद्योगिक क्षेत्रमा ६५ वटा उद्योग स्थापना गर्ने सरकारको तयारी छ । पूर्वमा मयुर धापको बस्ती, पश्चिममा कालापानी, उत्तरमा हेटौंडा-१६ र दक्षिणमा उत्तरपानी पर्ने चारकिल्लाभित्र रहेको चुरेक्षेत्रको उकास जमिनमा औद्योगक क्षेत्र स्थापना गर्न मन्त्रिपरिषद्ले निर्णय गरेको थियो । २०७२ चैत १ गतेको मन्त्रिपरिषद् बैठकले मयुरधापमा नयाँ औद्योगिक क्षेत्र बनाउने गर्ने निर्णय गरेको हो । मन्त्रिपरिषद्कै निर्णयले २०७३ साउन ६ गते औद्योगिक क्षेत्र स्थापना गर्ने जग्गाको लालपूर्जा मयुरधाप औद्योगिक क्षेत्रको नाममा नामसारी गरिएको थियो । औद्योगिक क्षेत्र तयार गर्नका लागि करिब साढे सात अर्ब रुपैयाँ खर्च लाग्ने अनुमान गरिएको छ । चारदेखि १४ रोपनीसम्मका गरी ६३ वटा प्लटमा विभाजित गरिएको छ ।

मन्त्री काफ्लेले अहिले मुलुकमा देखिएको आर्थिक समस्यालाई सबैले एकजुट भएर समाधानको बाटोतर्फ अघि बढ्नुपर्ने बताए । 'वीरगञ्ज भन्सार कार्यालयमा कम राजस्व संकलन हुँदा त्यसको असर बागमती प्रदेशमा पनि पर्छ', उनले भने, 'वीरगञ्ज आसपासको औद्योगिक क्षेत्रमा परेको समस्या समाधान गर्न आफ्नो ठाउँबाट

पहलकदमी गर्छौं ।' वीरगञ्ज उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष अनिलकुमार अग्रवालले मुलुकमा देखिएको अर्थतन्त्रको समस्या समाधान गर्न सरकार र निजीक्षेत्र हातेमालो गरेर अघि बढ्नुपर्ने बताएका थिए । 'अहिले मुलुकमा देखिएको आर्थिक मन्दीको कारणले जताततै निराशा छाइरहेको छ', उनले भने, 'सरकार र निजीक्षेत्र हातेमालो गरेर अघि बढेको खण्डमा मात्रै अहिलेको समस्या अन्त्य गर्न सकिन्छ ।'

वीरगञ्ज उद्योग वाणिज्य संघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष हरि गौतमले सरकारले राजस्वको दर मात्रै नभएर दायरा बढाउनेतर्फ अग्रसर हुनुपर्ने बताए । 'सरकारले राजस्वको दर मात्रै उठाएर राजस्व बढ्दैन', उनले भने, 'राजस्वको दर घटाएर दायरा बढाउनेतर्फ अग्रसर हुन जरुरी छ ।' संघका उपाध्यक्ष मनोज दासले बागमती प्रदेश सरकारले हटौंडा हुँदै काठमाडौं जाने छोटा रुटका तीनवटै सडकलाई कालोपत्रे गरेर व्यवस्थित गर्न जरुरी भएको बताए । बागमती प्रदेशका आर्थिक मामिला तथा योजना सचिव कृष्ण मैनालीले निजी क्षेत्रले उठाएका जायज मागलाई सम्बोधन गर्दै अघि बढ्नुपर्ने बताए ।

"स्थानीय उत्पादनबाट आर्थिक समृद्धि सम्भव"

बागमती प्रदेशका आर्थिक मामिला तथा योजनामन्त्री काफ्लेले मुलुक आर्थिक घाटामा गइरहेको बताउँदै स्थानीय उत्पादनबाट आर्थिक समृद्धि हासिल गर्न सकिने बताएका छन् ।

मन्त्री काफ्लेले स्थानीय उत्पादन संरक्षण तथा प्रवर्द्धन गर्न प्रदेश सरकार अग्रसर रहने बताएका छन् । काभ्रेको बनेपामा शुक्रबार बनेपा बोइज क्लब (बीसीसी)द्वारा आयोजित 'पाँचौं बनेपा महोत्सव-२०८१' लाई सम्बोधन गर्दै मन्त्री काफ्लेले स्थानीय उत्पादन संरक्षण तथा प्रवर्द्धन गर्न प्रदेश सरकार अग्रसर रहेको बताए । पछिल्लो समय देशमा सबै क्षेत्रमा आर्थिक अवस्था घाटामा गइरहेकोले स्थानीयस्तरमा उत्पादन भएका सामग्रीको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्नाले आर्थिक समृद्धि हुने अपेक्षा गरिएको उनको भनाइ थियो ।

कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै जिल्ला समन्वय समिति काभ्रेका प्रमुख दीपककुमार गौतमले यस प्रकारको मेला महोत्सवले स्थानीय उत्पादन तथा कलाको संरक्षण तथा प्रवर्द्धन हुने विश्वास व्यक्त गरे । असोज ४ देखि १९ गतेसम्म चल्ने बनेपा महोत्सव-२०८१मा आन्तरिक पर्यटनलाई आकर्षित गर्ने, विभिन्न कृषि, धार्मिक, सांस्कृतिक, औद्योगिक, हस्तकला प्रवर्द्धन गर्ने, खेलकुदको विकास, कला, संस्कृति, घरेलु उद्योग र व्यापारिक प्रवर्द्धन तथा प्रचार प्रसार गर्ने प्रमुख उद्देश्य रहेको बीबीसी अध्यक्ष महेशकुमार कर्माचार्यले जानकारी दिए ।

कर्माचार्यका अनुसार, कृषि, घरेलु सामग्रीलगायत १ सयभन्दा बढी व्यापारिक स्टल रहने महोत्सवमा बालबालिकाको मनोरञ्जनका लागि बालउद्यानको व्यवस्था गरिएको छ । प्रत्येक दिन राष्ट्रियस्तरका कलाकार सम्मिलित सांस्कृतिक कार्यक्रमका साथै जिल्लाभित्रका नवप्रतिभावान कलाकारलाई विशेष प्राथमिकता दिइनेछ । महोत्सवमा महिला भलिबल, युथ फुटबल, खुला नृत्य तथा गायन, मार्सलआर्ट र धिमेबाजा प्रतियोगितासमेत गरिने आयोजकले जनाएको छ ।

भेट्रान्स भलिबल प्रतियोगिताको सेमिफाइनल संस्करण पूरा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ हेटौंडाको हुप्रचौरमा जारी जिल्लास्तरीय भेट्रान्स भलिबल प्रतियोगिताको सेमिफाइनल संस्करण पूरा भएको छ । शुक्रबारको खेलसँगै सेमिफाइनल पुग्ने चारै टोलीको टुंगो लागेको हो ।

प्रतियोगिताको फाइनल प्रवेशको लागि मकवानपुरगढी गाउँपालिकाले नारायणी कलेजसँग र भीमफेदी गाउँपालिकाले हेटौंडा-१९ सँग प्रतिस्पर्धा गर्नेछ । शुक्रबार भएको राक्सिराङ गाउँपालिका र मकवानपुरगढी गाउँपालिकाबीचको क्वाटरफाइनल खेलमा मकवानपुर गढी गाउँपालिका विजयी भएको छ । राक्सिराङलाई २५-२१ र २५-२२ को सोझो सेटले पराजित गर्दै मकवानपुर गढी सेमिफाइनल प्रवेश गरेको हो ।

यसैगरी शुक्रबार नै भएको दोस्रो क्वाटरफाइनल खेलमा नारायणी कलेज विजयी भएको छ । बकैयाँ गाउँपालिकालाई २५-१० र २५-८ को सोझो सेटले पाखा लगाउँदै नारायणी कलेज सेमिफाइनल प्रवेश गरेको हो । तेस्रो खेलमा भीमफेदी गाउँपालिका विजयी भएको छ । थाहा नगरपालिकालाई २५-२३, २२-२५ र १५-८ को सेटमा पराजित गर्दै भीमफेदी गाउँपालिका सेमिफाइनल प्रवेश गरेको हो ।

शुक्रबारको अन्तिम क्वाटरफाइनल खेलमा हेटौंडा-१९ विजयी भएको थियो । छहारी युवासेवा समाजलाई २५-२३ र २५-२३ को सोझो सेटले पराजित गर्दै हेटौंडा-१९ सेमिफाइनल प्रवेश गरेको हो । प्रतियोगितामा म्यान अफ द डे भीमफेदी गाउँपालिकाको खेलाडी रञ्जन अमात्य घोषित भए ।

केशवलाल श्रेष्ठ स्मृति प्रतिष्ठान हेटौंडाको आयोजनामा भएको प्रतियोगितामा ११ वटा टिमले सहभागिता जनाएका थिए । प्रतियोगितामा प्रथम हुने टिमले नगद ३० हजार रुपैयाँ, दोस्रो हुने टिमले १५ हजार रुपैयाँसहित शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछन् । प्रतियोगितामा उत्कृष्ट स्पाइकर, सेटर र खेलाडीलाई पनि पुरस्कारको व्यवस्था गरिएको प्रतिष्ठानले जनाएको छ ।

HetaudaCityCollege.edu.np
ADMISSION OPEN

" First IT College In Makwanpur "
BSc.CSIT | BCA | BBS
Register Now
HETAUDA CITY COLLEGE (Affiliated to TU)
Hetauda - 5, Piple, Makwanpur
9855077417, 9855067435, 9855069444
Hetaudacitycollege@gmail.com

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 विशेषताहरु:
☞ अनलाइन फर्म भर्ने सुविधा ।
☞ रोड टेस्ट गराइन्छ ।
☞ दक्ष प्रशिक्षकहरुद्वारा प्रशिक्षण ।
☞ लाइसेन्स ट्रायलको प्राविधिक ज्ञान दिइन्छ ।
☞ गाडीको पार्टपुर्जासम्बन्धी सम्पूर्ण ज्ञान दिइन्छ ।

प्रबन्ध निर्देशक: टिका कुमारी दुलाल
के. के. ड्राइभिङ प्रशिक्षण केन्द्र
हेटौंडा-१. चौकीटोल (हिमालयन मोटर्स अगाडि)
सम्पर्क: ९८४५१७०४१५, ९८१७२८४६१४, ९८४५१२७०५७

सम्पूर्ण ब्राण्डका गाडी
एकै ठाउँमा सम्पूर्ण सेवासहित
☞ कार वास भित्र/बाहिर
☞ वायरिङ मर्मत
☞ मेशिनद्वारा A/C मर्मत तथा ग्याँस रिफिलिङ
☞ सेन्सरसम्बन्धी समस्या कम्प्युटरबाट जाँचिने
☞ डेन्ट, पेन्ट, प्लाष्टिक/ग्याँस/इलेक्ट्रिक वेल्डिङ
☞ टायर ब्यालेन्स, पन्चर र फेर्ने काम मेशिनबाट
☞ हेटौंडामै पहिलो पटक N_2 (Nitrogen) हावा टायरमा भरिने
☞ इन्जिनसम्बन्धी सबै काम
Himalayan Motors Pvt.Ltd.
हेटौंडा, चौकीटोल, सम्पर्क नं.: ०५७-५९०३३३

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

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

बढ्दैछ अन्तरिक्ष सयरको ट्रेण्ड, यस्तो छ खर्च र तयारीको हिसाबकिताब

दुईजना व्यक्ति । एक अर्बपति र अर्का इन्जिनियर । दुवैले गत सेप्टेम्बर १२ मा एलन मस्कको कम्पनी स्पेस एक्सको पोलारिस डन अन्तरिक्ष मिशनमार्फत अन्तरिक्षमा हिंडेर (स्पेसवाक) गरेर कीर्तिमान कायम गरे ।

ड्रयागन क्याप्सुलबाट पृथ्वीभन्दा ७३७ किलोमिटर माथि अन्तरिक्षमा पुगेर उनीहरू बाहिर निस्किए र पृथ्वीलाई अभिवादन गरे । व्यवसायिक अन्तरिक्षयात्री बाहेकले स्पेसवाक गरेको यो नै पहिलो घटना हो । र, त्यसरी कीर्तिमान कायम गर्ने व्यक्तिहरु हुन्, जारेड आइसाकम्यान र सारा गिलिस ।

जारेड आइसाकम्यान इलेक्ट्रोनिक पेमेन्ट कम्पनी 'फोर डट इन' का संस्थापक हुन् । सारा चाहिं स्पेसएक्स कम्पनीमा इन्जिनियरको रुपमा कार्यरत छिन् ।

अर्बपति आइज्याकम्यानले नै उक्त मिशनको सम्पूर्ण खर्च व्यहोरेका थिए । यात्राको सफल समापन भयो । उनीहरूले अन्तरिक्षमा सफलतापूर्वक स्पेसवाक गरे । स्पेसवाक गर्दै गर्दा जारेडले भनेका थिए, 'हामीलाई घर फर्केर धेरै काम गर्नुछ, तर जहाँ म छु, यहाँबाट पृथ्वी एक सुन्दर संसार देखिन्छ।'

यो सफलतासँगै अन्तरिक्षयात्रामा नयाँ युगको सुरुआत भएको छ र अब आगामी दिनमा अन्तरिक्ष पर्यटन झनै फस्टाउने देखिन्छ। यहाँनेर स्वभाविक रुपमा प्रश्न उठ्छ कि आखिर एकजना सर्वसाधारण कसरी अन्तरिक्षमा स्पेसवाक गर्न सक्छ र यस कामको लागि कति खर्च लाग्छ ?

स्पेसवाक गर्नका लागि अरबौं रुपैयाँ खर्च गर्नुपर्छ, किनकि यसमा धेरै कुराहरू सामेल हुन्छन् । तर, जहाँसम्म स्पेसएक्सको ड्रयागन क्याप्सुलको कुरा छ, यसको एउटा सिटको मूल्य करिब पाँच करोड ५० लाख डलर पर्छ ।

अन्तरिक्षमा यात्रा गर्ने र स्पेसवाक गर्ने काम यतिधेरै महँगो यसकारण छ कि यसमा प्रशिक्षण, शरीरअनुसार स्पेस सूट तयारी तथा शारीरिक क्षमता विकासलगायतमा हुने खर्च समेत समावेश छ ।

कसले जान सक्छ

सिर्फ त्यही व्यक्ति अन्तरिक्षमा जानका लागि पहलकदमी गर्न सक्छ, जसलाई नासा वा उसलाई लैजाने स्पेस कम्पनीले चयन गर्छ । तर, यसमा व्यक्तिको सीप, अनुभव र शारीरिक फिटनेसमा धेरै ध्यान दिइन्छ ।

नासा, स्पेसएक्स वा कुनै अन्य कम्पनीको अन्तरिक्षयानमा चढेर अन्तरिक्षयात्रामा जान सकिन्छ । रकेटको मद्दतले यानलाई अन्तरिक्षमा पठाइन्छ । त्यसपछि अन्तरिक्ष यात्रीहरू बाहिर निस्किएर स्पेसवाक गर्छन् । त्यसक्रममा उनीहरू क्याप्सुलसँग डोरीले बाँधिएका हुन्छन् । त्यही प्रक्रिया स्पेस स्टेशनमा पनि हुन्छ ।

प्रशिक्षणमा के हुन्छ ?

अन्तरिक्षका विषम परिस्थितिहरूलाई सामना गर्नका लागि कठोर शारीरिक प्रशिक्षण गराइन्छ र शारीरिक क्षमता सुधार गरिन्छ ।

स्पेसवाकसँग सम्बन्धित प्राविधिक र वैज्ञानिक प्रक्रियाहरूको ज्ञान दिइन्छ । त्यसक्रममा स्विमिङ पुलमा स्पेसवाकको प्रशिक्षण दिइन्छ । साथै, भर्चुअल रियालिटी कार्यक्रमहरू मार्फत पनि प्रशिक्षण हुन्छ। आकस्मिक अवस्थामा बाँच्नका लागि आपतकालीन प्रशिक्षण समेत गराइन्छ र मिशनको उद्देश्य पनि बुझाइन्छ ।

अन्तरिक्षको जस्तै वातावरण सिर्जना गरेर पनि सिमुलेसन गराइन्छ अर्थात दुरुस्त वातावरणामा स्पेसवाकको अभ्यास गराइन्छ ।

यात्रीहरुलाई उपकरणहरूको जाँच गर्ने तरिका सिकाइन्छ । टोलीका सदस्यहरूसँग राम्रो समन्वय र मिशन नियन्त्रणमा कामका बारेमा पनि प्रशिक्षण दिइन्छ ।

वास्तवमा अन्तरिक्षमा हिंड्नु भनेको एकदम जटिल र कठिन प्रक्रिया हो । यसमा सँगै गएको टोलीसँग राम्रो समन्वय आवश्यक त हुन्छ नै साथै, शारीरिक-मानसिक तन्दुरुस्ती र प्राविधिक ज्ञान पनि महत्वपूर्ण रहन्छ ।

स्वास्थ्य

महिनावारी हुने र सुक्ने समयमा किन परिवर्तन आउँदैछ ?

विगतमा किशोरावस्थामा पुगेपछि किशोरीमा महिनावारी सुरु हुन्थ्यो । तर अहिले यो उमेर घटेर ९-१० वर्षमा झरेको छ । अर्थात् उमेर नपुग्दै बालिकामा महिनावारी चक्र सुरु भएको छ । पछिल्लो समय महिनावारी हुने उमेर घट्नुका साथै रजोनिवृत्ति हुने उमेर पनि घटेको छ ।

धेरै महिलाको पहिलो महिनावारी उसको पारिवारिक पृष्ठभूमिको आधारमा पनि निर्धारण हुने गर्छ । आमा तथा हजुरआमाको पहिलो महिनावारी कुन उमेरमा भएको हो, त्यसको आधारमा पनि ती घरकी महिलाको महिनावारी मापन गर्न सकिन्छ, जुन आनुवंशिक कारणमध्येमा पर्ने स्त्री तथा प्रसूतिरोग विशेषज्ञ डा. जागृति खनाल बताउँछिन् ।

'पछिल्लो समय महिनावारी हुने उमेर धेरैमा घट्दो छ, त्यसको एउटा कारण बदल्दो जीवनशैली हो । पहिलेका बालिका शारीरिक रुपमा सक्रिय हुन्थे, त्यसैले पनि उनीहरूको महिनावारी हुने अलि ढिलो हुने गर्थ्यो' डा. खनाल भन्छिन्, 'अहिले जीवनशैली एकदमै निष्क्रिय भएको छ । पछिल्लो समय मोटोपनको कारण पनि महिनावारीको समस्या बढ्दै गएको छ ।'

अहिलेका बालबालिका पढाइ लगायत विभिन्न तनावमा पनि हुन्छन् । साथै थाइराइडको डिसअर्डर र जलवायु परिवर्तनले गर्दा पनि यस्तो समस्या देखिएको खनाल बताउँछिन् । नयाँ अनुसन्धानले संयुक्त राज्य अमेरिकामा किशोरीहरूमा कम उमेरमै महिनावारी सुरु हुन थालेको देखाएको छ । दूषित वायुलाई त्यसका लागि जिम्मेवार ठानिएको छ ।

छिटो महिनावारी सुक्ने कारण

४० वर्षमुनिका महिलामा महिनावारी सुक्नुलाई छिटो रजोनिवृत्ति भनिन्छ । रजोनिवृत्ति सामान्यतया ४५ देखि ५० वर्षको उमेरमा सुरु हुन्छ । तर कतिपय महिलामा चाँडै अर्थात् ४० देखि ४५ वा ४० भन्दा अघि पनि रजोनिवृत्ति सुरु हुन्छ । चाँडै रजोनिवृत्तिको कारण धेरै हुने डा. खनाल बताउँछिन् ।

'प्रकृतिले महिलालाई जन्मिने बित्तिकै निश्चित अण्डा दिएको हुन्छ । उमेर बढ्दै गएपछि महिनावारी चक्रपिच्छे अण्डा खर्चिंदै जान्छ र अण्डा सकिएपछि रजोनिवृत्ति हुन्छ । 'जस्तो १२ वर्षको उमेरभन्दा पहिले नै महिनावारी हुने महिलाहरूमा महिनावारी सुक्ने सम्भावना ४० देखि ४४ वर्षको उमेरबीच हुने गरेको पाइन्छ ।'

यदि आमाको चाँडै रजोनिवृत्ति भयो भने छोरीलाई पनि चाँडै रजोनिवृत्ति हुन्छ । यस बाहेक त्यहाँ केही अटोइम्युन अवस्था वा अटो इम्युन सिनड्रोम छन्, जुन महिलामा बढी सामान्य हुन्छन् जसको कारणले गर्दा समयभन्दा पहिले नै महिनावारी रोकिने खनालले बताइन् ।

'यदि पाठेघर सानै उमेरमा हटाइन्छ वा क्यान्सरको उपचार गराइरहेको छ र केमोथेरापी गराइरहेका छन् भने पनि महिनावारी समयभन्दा पहिले नै बन्द हुनसक्छ । प्रि-मेनोपजको अर्को कारण धुम्रपान पनि हो । धुम्रपान गर्ने धेरै महिलामा पनि रजोनिवृत्ति चाँडै हुन्छ,' उनी भन्छिन् । महिनावारी सुक्ने बेलामा धेरै महिलामा विभिन्न स्वास्थ्य समस्या देखा पर्छन् । यसको बारेमा पूर्ण ज्ञान अर्थात् जानकारीले समस्या सम्बन्धी चिन्ता र बोझ कम गर्न मद्दत गर्ने डा. खनाल बताउँछिन् ।

महिनावारी सुक्नेबेला देखा पर्ने लक्षण

महिनावारी रोकिएपछि महिलाको शरीरमा 'एस्ट्रोजोन' र 'प्रोजोस्ट्रोन' हर्मोनको कमी हुन्छ, जसले विभिन्न शारीरिक परिवर्तन देखा पर्छन् । हर्मोनको कमीले निद्रा नलाग्ने, खलखल पसिना आउने, एकदमै जाडो र गर्मी हुने जस्ता लक्षण देखा पर्ने स्त्री तथा प्रसूति र ोग विशेषज्ञ डा. खनाल बताउँछिन् ।

'यी हर्मोनले शरीरमा क्याल्सियम अवशोषित गर्ने काम पनि गर्छ । जसकारण हाडजोर्नी कमजोर भएर ढाड, कम्मर र जोर्नी दुख्नेजस्ता समस्या देखिन्छन्' उनी भन्छन्, 'कतिमा त मुटुमा नै समस्या देखिने पनि हुनसक्छ ।' हर्मोनको कमीले गर्दा भावनात्मक परिवर्तन देखा पर्छ । जसले गर्दा मुड परिवर्तन हुने, सानो सानो कुरामा रिस उठ्ने र झर्को लाग्ने पनि हुनसक्ने खनालले बताइन् ।

लक्षणलाई कम गर्ने उपाय

महिनावारी रोकिएपछि हर्मोनको कमीले शरीरमा विभिन्न परिवर्तन तथा समस्या देखा परेको छ भने त्यसको उपचार हर्मोनल रिप्लेसमेन्टबाट हुने डा. खनाल बताउँछिन् । 'कमी भएको हर्मोनलाई बाहिरबाट औषधि वा भजाइनामा लगाइने जेलको माध्यमबाट दिएर शरीरमा हर्मोनको मात्रा बढाइने गरिन्छ' उनी भन्छन्, 'बाहिरबाट दिएको त्यो हर्मोनल औषधिको प्रयोग डाक्टरको सल्लाहअनुसार गर्नुपर्छ । यसो गरेमा हर्मोनको कारणले शरीरमा भएको परिवर्तन र समस्या कम हुन्छ ।'

साहित्य

कविता

बाल दिवस

✍ मनस्वी चापागाईं
कक्षा-९, हेटौंडा एकेडेमी

दुइ हजार एकतिसबाट बाल दिवस आयो
भदौ उनन्तिस गते यसले दिन पो पायो
सबै बालबालिका खुसी छन् यो दिवसको दिन
लागे आज बालक बाल अधिकार लिन ।

वर्षदिनमा घुमिफिरी यस दिन आयो
देशमा यसले संस्कृतिलाई फेरी झुल्काई दियो
सबै स्कूल प्राङ्गणमा रमाइलाले छायो
वर्षायाम सकिएर बाल दिवस आयो ।

गीत, नाच कविताले सबको मन खुसी
अनाथ र असाहयमा बस्यो पिडा लुकी
सबैमा बराबरी कहिले हुने होला
सबैको ओठमा हाँसो स्कूल जाने बेला ।

कलम कापी हुने हातमा हँसिया पो छ रे
थाहा छैन साथीलाई के खाने हो भरे
नि:शुल्क शिक्षा भनि सरकारले भन्छ
तर विचरा बालक के जान्दछ बारी मात्र खन्छ ।

अधिकार लेखियो रे संविधानको पानामा
आँखै अघि आमा मरिन बाबा परे थानामा
पापी पेटमा भोक लाग्दा खानै पर्ने रहेछ
कस्ले दिन्छ खान मलाई पढ्न भनि गएछ ।

बालकलाई नारा होइन साहारा चाहिन्छ
बाल दिवस मनाउन सधैं कँहा पाइन्छ
सबै मिली मनाउ बालकको नाममा
यो बाल दिवसको सबैलाई शुभकामना ।

गजल

✍ रोज कार्की
कक्षा : ८, हेटौंडा एकेडेमी

बैगुनीलाई गुन ले मार्छु भन्दा सुख पाइन मैले
तिमी जित्नु म नै हार्छु भन्दा सुख पाइन मैले

कमलो छ मुटु सानो चोटमा पनि दुख्छ
बायाँ दुख्दा दायाँ सार्छु भन्दा सुख पाइन मैले

कतै मेरो भित्री मनले फेरि तिम्लाई खोज्यो भने
आनाकानी गर्दै टार्छु भन्दा सुख पाइन मैले

सधैँ भरी खुसी हुनु सधै भरी हाँसी रहनु
पीडा आफ्नै भागमा पार्छु भन्दा सुख पाइन मैले

अब रुन्न कहिल्यै पनि तिम्रा यादहरुलाई
सात समुन्द्र पारी तर्छु भन्दा सुख पाइन मैले

अब जान्न त्यो शहर दुख सुख गाउँमै गर्छु
एक हल गोरु किन्छु नार्छु भन्दा सुख पाइन मैले ।

लघुकथा

पुरस्कार खेती

✍ राजेन्द्र पहाडी

मोफसलबाट अमुक नामको साहित्यिक पुरस्कारको घोषणा भयो । स्वदेश तथा विदेशमा समेत नेपाली भाषा साहित्यको क्षेत्रमा उल्लेख्य योगदान पुऱ्याएका एक गिनेचुनेकै साहित्यकारले पुरस्कार पाउने भए । पुरस्कार संस्थापक संस्थाको तर्फबाट त्यसको हर्ताकर्ता भैटोपलेका व्यक्तिले पुरस्कृत गर्न छनोट गरिएका काठमाण्डौंबासी स्रष्टालाई फोन सम्पर्क गरेर समारोहको तिथिमिति स्मरण गराउँदै पुरस्कार ग्रहण गर्न आइदिनका लागि अनुरोध गरे ।

काठमाण्डौंबासी स्रष्टा पनि पुरस्कार प्राप्तीका लागि चयन भएकोमा हर्षित नहुने कुरै थिएन । उनले आफ्नो खुशी परिवारका सदस्यसहित साहित्यिक सर्कलका साथीभाइहरुलाई सुनाए । आजभन्दा उन्नाइस बीस बर्षअघि १० हजार राशीको पुरस्कार भनेको ठूलै इज्जतको पुरस्कार ठहरिन्थ्यो । त्यसमा पनि काठमाण्डौंदेखि २७२ किलोमिटर पश्चिममा पर्ने जिल्लाबाट आएको खबरबाट उत्साहित भएका पुरस्कृत स्रष्टाले बढो उमङ्गका साथ आफ्नी छोरी पनि साथ लिएर हवाइजहाजबाट पोखरा र त्यहाँदेखि पुरस्कार प्रदान गरिने स्थानसम्म ट्याक्सी रिजर्भ गरेर यात्रा तय गरे ।

पुरस्कार वितरण कार्यक्रम सम्पन्न भयो । पुरस्कृत स्रष्टालाई आयोजकको तर्फबाट गलामा खादा र हातमा सम्मानपत्रसहित पुरस्कार राशीको खाम थमाइयो । पुरस्कृत स्रष्टा अरुभन्दा बढि नै पुलकित देखिन्थे । आयोजकले उनलाई विदाईका हात हल्लाए । समारोहस्थलबाट बाहिरिएसँगै स्थानीय बजारको कुनै एक खाजाघरमा चियाखाजा खाएर पोखरातर्फ प्रस्थान गर्ने योजना बन्यो पुरस्कृत स्रष्टाका बाबुछोरीको ।

पुरस्कार प्रदानका लागि आयोजना गरिएको समारोहमा सामान्य बिस्कुट र चियाको मात्र प्रबन्ध गरिएकाले उनीहरुको भोक मरेको थिएन र लगभग ७२ किलोमिटरको यात्रा तय गरेर पोखरा पुग्नुपर्ने भएकाले पनि खाजा खाएरै हिँड्नु उपयुक्त ठाने उनीहरुले । खाजा खाइवरी पैसा तिर्ने बेलामा स्रष्टाले आफूले प्राप्त गरेको १० हजार राशी पुरस्कार भएको खामबाट केही रकम झिकेर बील तिर्ने मनशायले रकम राखिएको खाम खोलेर हेरे । उनी झसङ्ग भए किनभने खाममा त जम्मा एक हजारको नोट राखिएको थियो । उनी अन्यौलमा परे । कतै खाम राखेको झोलामा पो खस्यो कि भनेर यताउता हेरे । कतै खसेको वा हराएको होइन रहेछ । खाममा त जम्मा एक हजारको नोट भएको तथ्य नै सत्य थियो ।

आयोजकले झुक्किएर एक हजारको नोट राखिएको खाम थमाएका होलान्, १० हजार राशी भएको खाम भुलबश उनीहरुसँगै रहे होला भन्ने सोचेर आयोजकलाई फोन गरेर सोध्ने निधो गरे र निम्ता गर्ने व्यक्तिलाई अवस्थाका बारेमा जानकारी गराए र आफू भएको स्थानसम्म १० हजार रुपयाँ पुरस्कार भएको खाम ल्याइदिन वा कसैलाई पठाइदिन आग्रह बिसाए ।

परन्तु, आयोजक पक्षबाट भनिएको कुराले स्रष्टा नराम्रो गरी झस्किए । आयोजक जो आफूलाई पनि ठूलो साहित्यकार भन्थे, ले भनेछन्- 'खाम फरक परेको अरेको केही पनि होइन, पुरस्कार नै त्यही एक हजार रुपयाँ हो ।' पुरस्कृत स्रष्टाले आफूलाई त १० हजार राशीको पुरस्कार भनिएकाले मात्र पुरस्कार स्वीकार गरेको र काठमाण्डौंदेखि प्लेन चढेर तथा ट्याक्सी रिजर्भ गरेर पुरस्कार ग्रहण गर्न आएको व्यहोरा सम्झाए । तर आयोजकको स्वर थप कडा भयो- 'पुरस्कार राशी त १० हजार नै हो नी, सबै पैसा तपाईंलाई दिएर पुरस्कार वितरण समारोहको खर्चपर्च कसले व्यहोर्छ ? समारोहका लागि बनाएको ब्यानर, सहभागीलाई बाँडेको निम्ताकार्ड, हलभाडा, चिया बिस्कुट, तपाईंलाई दिएको सम्मानपत्र, लगाइदिएको खादा-मालाको खर्च पनि त्यसैबाट गरेको त हो नी, सबै खर्च कटाएर बाँकी रहेको एक हजार खाममा राखेर दिएकै छ त ।' यति भनेर आयोजकले ढ्याक्क फोन राखे । १० हजार राशीको पुरस्कार थाप्न काठमाण्डौंदेखि आएका स्रष्टा जिल्लाराम परे ।

कविता

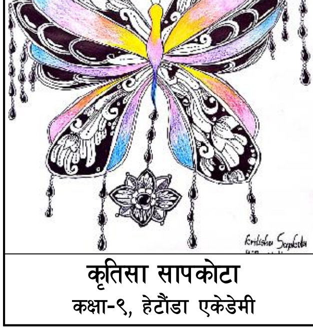
चुपचाप हिँडिरहनू

✍ राजु 'हिमांशु'

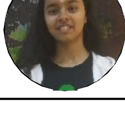
दुखेर जब पनि रुनु मनलाग्छ
एकान्तमा रुनू
मायाले जब पनि छुनु मनलाग्छ
एकान्तमा छुनू
मैला विचारका दागहरू
जब पनि धुनु मनलाग्छ
एकान्तमा धुनू
किनकि
समाजका आँखाहरू तिक्खर छन्
भीडमा तिमीलाई गिज्याउन
आफन्तका ओठहरू छुरा छन्
तिम्रै बदनामीहरू फिँजाउन
ईर्ष्याका हातहरू लामा छन्
उन्नतिको भऱ्याङ उक्लिरहेको बेला
खुट्टा तानी तिमीलाई गिराउन

आफन्तको भीडह्मा सबै साक्खे हुँदैन
कहिलेकाहीँ साक्खे पनि आफ्नो हुँदैन
तिमीलाई शर्तहीन साथ दिने
र
जागेर जब पनि केही गर्नु मनलाग्छ
चुपचाप गर्नू।
उठेर जब पनि हिँड्नु मनलाग्छ
एक्लै एक्लै हिँड्नू
ठ्याम्मै नबस्नू
लालसाको इशारामा नफस्नू
तिमीलाई सफलताले चुचुरोमा पर्खिरहेको हुनेछ
तिमीलाई स्वाभिमानले स्याबासी दिइरहेको हुनेछ
र
तिमी हिँड्नू
तिमी हिँड्नू
तिमी हिँड्नू
चुपचाप हिँडिरहनू
चुपचाप हिँडिरहनू ।

चित्रकला



कृतिसा सापकोटा
कक्षा-९, हेटौंडा एकेडेमी



दिपाशना थापा
जी.एस. निकेतन मा.वि. हेटौंडा

रवि विरुद्ध सहकारी ठगी र संगठित अपराधमा पूरक अभियोग लैजाँदै प्रहरी

काठमाडौं/सहकारी संस्था बचत रकम दुरुपयोग सम्बन्धी विशेष संसदीय छानबिन समितिले प्रतिवेदन बुझाएसँगै प्रहरीले रवि लामिछाने विरुद्ध पूरक अभियोग लैजाने तयारी गरेको छ ।

प्रहरी प्रधान कार्यालय उच्च स्रोतका अनुसार सांसद् सूर्य थापा नेतृत्वको विशेष छानबिन समितिले गोरखा मिडिया नेटवर्क प्रालिका तत्कालीन प्रबन्ध निर्देशक लामिछानेलाई कानून बमोजिम कारबाही गर्न गरेको सिफारिसका आधारमा पुरक अभियोग लैजाने तयारी थालिएको हो ।

छानबिन समितिले सहकारी संस्था बचत रकम दुरुपयोग सम्बन्धी विशेष छानबिनको प्रतिवेदन सोमबार संसद्मा बुझाएको थियो । लगत्तै सभामुख देवराज घिमिरेले कार्यान्वयनका लागि सरकारसमक्ष पठाउन सचिवालयलाई निर्देश गरेका थिए । मन्त्रिपरिषद्को बुधबार बसेको बैठकले प्रतिवेदन कार्यान्वयन गर्न सम्बन्धित मन्त्रालयमा पठाउने निर्णय गरेको थियो ।

गृह मन्त्रालयबाट प्राप्त निर्देशन अनुसार प्रहरीले गोर्खा मिडिया नेटवर्कका तत्कालीन प्रबन्ध निर्देशक लामिछाने र सञ्चालक छविलाल जोशीविरुद्ध पूरक अभियोग लैजाने तयारी गरेको प्रहरी उच्च स्रोतले संचारकर्मीसँग पुष्टि गरेको छ । प्रहरी प्रधान कार्यालयका एक उच्च अधिकृतले संचारकर्मीसँग कुरा गर्दै यसका लागि तयारी थाल्न जिल्ला प्रहरी कार्यालय कास्कीलाई निर्देशन दिइसकिएको बताए ।

ती अधिकृतका अनुसार, छानबिन समितिले किटान गरेका सञ्चालक समितिका अध्यक्ष गितेन्द्रबाबु राई र सदस्य कुमार रम्तेलविरुद्ध पहिल्यै मुद्दा चलिसकेकाले बाँकी रहेका लामिछाने र जोशीविरुद्ध पूरक अभियोग जान्छ ।

राईविरुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय अपराध प्रहरी संगठन (इन्टरपोल) मा रेड नोटिस जारी भएको छ भने मलेसियामा रहेका उनलाई फर्काउन प्रहरीले प्रयास गरिरहेको छ । रम्तेल पुर्पक्षका लागि थुनामा छन् । लामिछाने हाल राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा)का सभापति हुन् ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, कास्कीका एक अनुसन्धान अधिकृतका अनुसार, २२ माघमा लामिछानेसहित १८ जनाविरुद्ध २५ जना पीडितले पूरक जाहेरी दिएका थिए । त्यही जाहेरी र संसदीय समितिको प्रतिवेदनका आधारमा जिल्ला सरकारी वकिलसमक्ष रायसहितको प्रतिवेदन पठाउने गरी गृहकार्य भइरहेको छ ।

पुरक जाहेरीमा लामिछाने, पूर्वउपराष्ट्रपतिका छोरा दिपेश पुन, सूर्यदर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाका पूर्वअध्यक्ष ज्ञानबहादुर बम्जन, ऋणी नेत्रपाणि बाँस्तोला सहित १४ संस्थालाई प्रतिवादी बनाइएको छ ।

'त्यही जाहेरीका आधारमा समेत माननीय लामिछानेज्यूसहितका व्यक्तिहरुविरुद्ध मुद्दा जाने स्थिति थियो', ती अधिकृतले भने, 'छानबिन समितिको प्रतिवेदन आएपछि मुद्दा थप बलियो हुने भएको छ ।' पोखरा प्रहरी स्रोतका अनुसार, लामिछाने, छविसहितका पदाधिकारीविरुद्ध सहकारी ठगी र संगठित अपराधमा मुद्दा चलाउने तयारी छ ।

'संगठित अपराधमा मुद्दा नलैजाँदा विदेशमा भएका जीबी राईलाई फिर्ता ल्याउन कठिन भएको थियो', पोखरा प्रहरीका ती अधिकृतले भने, 'यसपटक पूरक अभियोग लैजाँदा संगठित अपराधको पनि माग दाबी गर्दैछौं, ताकि राईको राहदानी रद्द गर्न पनि सकियोस् ।' राहदानी ऐनको व्यवस्था अनुसार कुनै व्यक्तिविरुद्ध संगठित अपराधमा मुद्दा चले उसको राहदानी रोक्का गर्न सकिन्छ ।

पोखरा प्रहरीले काठमाडौंको शंखमूलमा रहेको पूर्वडीआईजी छविलाल जोशीको घरमा २४ माघ २०८० मा छापा मारेर जीबीले सञ्चालन गरेका सहकारीहरुका हार्डडिस्क बरामद गरेर लगेको थियो । जोशीको घरमा राईले सञ्चालन गरेको 'नेचर हब इन्टर नेशनल प्रा.लि.'को कार्यालय थियो । त्यहाँ फेला परेको सर्भरमा राईले सञ्चालन गरेको सहकारीहरुको सम्पूर्ण वित्तीय विवरण भेटिएको अनुसन्धानमा संलग्न अधिकृतहरु बताउँछन् ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पोखराका अनुसन्धान अधिकृतहरुका अनुसार, सर्भरबाट प्राप्त विवरणमा सूर्यदर्शन सहकारीबाट ५ करोड रुपैयाँ गोर्खा मिडिया नेटवर्कमा गएको देखिएको थियो ।

'पोखराको सूर्यदर्शनबाट गोर्खा मिडिया नेटवर्कमा गएको ५ करोड रुपैयाँ मात्र हो, त्योभन्दा बढी रकम अन्यत्रको सहकारीबाट गएको छ', अनुसन्धानमा संलग्न ती अधिकृतले भने, 'त्यसैले अनुसन्धान हुँदै जाँदा अन्य सहकारीको मामिलामा पनि लामिछानेविरुद्ध मुद्दा जाने अवस्था बन्छ ।'

संसदीय छानबिन समितिको प्रतिवेदनमा उल्लेख भएअनुसार, जीबी राई सञ्चालक रहेको ७ मध्ये पाँचवटा सहकारीबाट ६५ करोड रुपैयाँ रकम गोर्खा मिडिया नेटवर्कमा अपचलन भएको देखिन्छ । गोर्खा मिडियामा रकम गएको थप एउटा सहकारीमा भने कुमार रम्तेल सचिव छन् ।

सूर्यदर्शनबाहेक बुटवलको सुप्रिम बचत तथा ऋण सहकारी संस्था, काठमाडौंको स्वर्ण लक्ष्मी सहकारी संस्था, चितवनको साहारा चितवन बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था, वीरगञ्जको सानो पाइला बचत तथा ऋण सहकारी संस्था र नेपालगञ्जको समानता सहकारी (कुमार रम्तेल सचिव रहेको) बाट २२ करोड ४६ लाख ३० हजार रुपैयाँ गोर्खा मिडिया नेटवर्कमा गएको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ ।

थप ४३ करोड ७ लाख ७४ हजार ५३८ रुपैयाँ भने विभिन्न व्यक्तिका नाममा ऋण देखाएर गोर्खा मिडिया नेटवर्कमा रकम जम्मा गरिएको भनिएको छ । 'अहिले सबैको ध्यान पोखराको सूर्यदर्शन सहकारीमा मात्र छ, तर यहाँभन्दा बढी रकम अन्यत्रको सहकारीबाट अपचलन भएको छ', अनुसन्धानमा संलग्न एक अधिकृत भन्छन्, 'त्यसैले अन्यत्रका सहकारीबाट गोर्खा मिडिया नेटवर्कमा गएको रकमबारे पनि गम्भीर अनुसन्धान गर्न जरुरी छ ।' विशेष छानबिन समितिको प्रतिवेदनमा सहकारीका सञ्चालकहरुले आफ्नो शक्तिको गलत उपयोग गरेर अत्यधिक रुपमा लिएको ऋण कम्पनीलाई प्रवाह गरेर सहकारीको रकम अपलचन गरेको पुष्टि हुने निष्कर्ष निकालिएको छ ।

प्रतिवेदनमा उल्लेख भएअनुसार, १४ भदौ २०७७ मा कम्पनी रजिष्ट्रारको कार्यालयमा दर्ता हुँदा गोर्खा मिडिया नेटवर्कको संस्थापक शेयरधनी गितेन्द्रबाबु (जीबी) राई र छविलाल जोशी मात्र थिए । तर, २०७७ सालको अन्त्यतिर न्यूज२४ टिभी छाडेर रवि लामिछाने 'स्वेट शेयर'को रुपमा १५ प्रतिशत शेयर लिँदै सञ्चालकका रुपमा गोर्खा मिडिया नेटवर्कमा प्रवेश गरेका थिए ।

तर, छानबिन समितिले लामिछानेको स्वेट शेयरको विषयमा समेत प्रश्न उठाएको छ । 'रवि लामिछानेले आफूलाई स्वेट शेयर दिएको भनी बताएता पनि प्रथम: स्वेट शेयर सम्बन्धी कानूनी प्रबन्ध नेपालमा रहे वा भएको नदेखिएको तथा निज सञ्चालकहरुका बीचमा एकापसमा श्वेट शेयर लिने-दिने सम्बन्धमा कुनै सम्झौता भएको लिखत प्रमाण समेत रहे भएको अवस्था देखिँदैन', प्रतिवेदनमा भनिएको छ ।

पछि चुनाव लड्ने भन्दै लामिछानेले १ असार २०७० मा गोर्खा मिडिया नेटवर्कले सञ्चालन गरेको ग्यालेक्सी टिभी छाडेका थिए । त्यसपछि गोर्खा मिडिया नेटवर्कमा गितेन्द्रबाबु (जीबीं) राई, कुमार रम्तेल र जीबी ग्रुप अफ कम्पनिज प्रा.लि. सञ्चालक छन् । पूर्वडीआईजी जोशीले रविभन्दा एक वर्षअघि २०७८ मा गोर्खा मिडिया नेटवर्क छाडेको समितिको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

निश्चल भन्छन्, 'पहिला बिहेको जस्तै अहिले सन्तानको दबाब आउँछ'

काठमाडौं/निर्देशक निश्चल बस्नेत र अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्का विवाह बन्धनमा बाँधिएको ९ वर्ष भइसकेको छ । विवाह गर्ने बेला स्वस्तिमा २० वर्षमा भर्खर टेकेकी थिइन् । निश्चल भने पहिलो फिल्म 'लुट' बनाउँदाखेरि नै ३० वर्ष लागिसकेका थिए । यसैले निश्चललाई परिवार र आफन्तबाट बिहेको दबाब अलि ज्यादा थियो । जब विवाह भयो, त्यसपछि उनीहरूलाई अर्को दबाब सुरु भएको छ, सन्तानको ।

बिहीबार निश्चल र स्वस्तिमा दम्पतीको निर्माण तथा अभिनयमा बनेको फिल्म 'बेहुली फ्रम मेघौली'को ट्रेलर रिलिज कार्यक्रम विवाह र सन्तानकै विषयमा केन्द्रित रह्यो । यो प्रश्न अझ बढी निश्चलले सामना गरे । उनले पहिला विवाहको जस्तै केही वर्षयता सन्तानको विषयमा दबाब आउने गरेको बताए । यसैले आजकाल आफू पारिवारिक भेटघाटमा भन्दा घरमै बढी बस्ने गरेको उनी बताउँछन् ।

'पहिला विवाहको दबाब धेरै आउँथ्यो । अहिले सन्तानको दबाब आइरहेको हुन्छ । परिवार र आफन्त भेट्दा यो कुरा आउने गर्छ । त्यही भएर म घरमै धेरै बस्छु,' निश्चलले हाँस्दै भने । 'लुट' बनाउने ताका परिवार र आफन्तबाट विवाहको धेरै दबाब आएको पनि उनले स्मरण गरे । तर, त्यसबेला आफू फिल्म बनाउन एकोहोरो रुपमा लागेकाले अरु कुरामा धेरै ध्यान नदिएको उनी बताउँछन् ।

'विवाहको दबाब परिवार र आफन्तबाट धेरै आएको थियो । तर, त्यसबेला म यो कुरालाई लिएर गम्भीर थिइनँ । किनकि, म फिल्म बनाउने कुरामा एकोहोरो भएर लागेको थिएँ । मलाई अरु कुरामा त्यस्तो रुचि थिएन,' उनी भन्छन्, 'पहिलो फिल्म 'लुट' बनाउँदा म ३० वर्षको भइसकेको थिएँ । त्यसबेला जता गए पनि बिहेको कुरा गर्थे । एउटा समयपछि त आफन्तकोमा जानै बन्द गरेको थिएँ ।'

परिवारबाट पनि असाध्धै दबाब बढेपछि निश्चल विवाहको बारेमा सोच्न बाध्य भएका रहेछन् । 'एकातिर मलाई बिहेको कुराले दिक्क लागिसकेको थियो भने अर्कोतिर घरबाट पनि विवाह गर्नुपर्छ भनेपछि सोच्न बाध्य भइदो रैछ । त्यसपछि कोही राम्रो पायो भने गरम् न त भन्ने सोचमा पुगें । त्यही बेला मेरी भदैनी (सांसद विनिता कठायत)ले स्वस्तिमासँग कुरा अगाडि बढाइन्,' निश्चलले स्मरण गरे ।

उनले 'दिमाग खराब' रिलिज लगत्तै 'बेहुली फ्रम मेघौली'को निर्माण सुरु गरेका थिए । सुरुमा फिल्मका निर्देशकद्वय सजन काफ्ले र आकाश बरालले स्वस्तिमालाई अभिनयका लागि मात्र प्रस्ताव गरेका थिए । स्वस्तिमालाई स्क्रिप्ट मन परेपछि उनकै आग्रहमा निश्चल निर्माताको रुपमा जोडिए । जब स्क्रिप्ट पूर्ण रुपमा तयार भयो, त्यसपछि उनी आफैंले एउटा रोलमा काम गर्ने रुचि देखाएका थिए ।

निश्चल सम्झन्छन्, 'म पहिला निर्माताको रूपमा मात्र थिएँ । रोल के हुन्छ भन्ने थाहै थिएन । कसलाई लिने भन्ने कुरा भइरहँदा एउटा विन्दूमा यो रोल मैले गर्दा ठीक होला भनेर निर्देशकहरुलाई भनेको थिएँ । उनीहरुले पनि नाइँ भनेनन् ।' उनी आफूलाई स्क्रिप्ट मन नपरेसम्म फिल्म नबनाउने समेत बताउँछन् । निश्चलको प्रष्ट विचार छ, 'जुन चीज म आफैंले हेर्न सक्दिनँ भने त्यो बनाएर के गर्नु ?'

कमब्याक गर्न लागेका हमाल भन्छन्, 'आफैंलाई नयाँ कलाकार लाग्दैछ'

काठमाडौं/कुनै बेला नेपाली फिल्म क्षेत्रलाई नै डोर्‍याएर हिँडेका अभिनेता राजेश हमाल ठूलो पर्दामा नदेखिएको करिब ७ वर्ष भइसकेको छ । उनको पछिल्लो रिलिज फिल्म 'शकुन्तला' २०७३ सालमा प्रदर्शन भएको थियो । यसपछि उनले कमब्याकका लागि दुईवटा फिल्म सम्झौता नगरेका होइनन् । तर, ती निर्माण हुन सकेनन् । अब उनले ७ वर्षपछि फिल्म 'नरसिंहा: अवतार'बाट पुनरागमन गर्दैछन् ।

बिहीबार उनी आफूले खेलेको एक गीतको सार्वजनिक कार्यक्रममा सेतै फुलेको हल्का दाह्री-जुँगामा देखिएका थिए । लामो कपाल त उनको पहिचान नै भइहाल्यो । उनले कार्यक्रममा फिल्मकै लागि दाह्री पालेको बताए । पूरै गेटअपमा भने अझै काम गर्न बाँकी रहेको हमालको भनाई थियो । ७ वर्षपछि अभिनयमा फर्किन लागेकाले उनी फिल्मलाई लिएर एकदमै आशावादी देखिएका छन् ।

हमालले भने, 'भोलि फिल्म हेरेर दर्शकले कसरी लिनुहुन्छ, त्यो अर्को ठाउँमा छ । तर, म चाहिँ असाध्धै आशावादी छु । ७ वर्षपछि एउटा फिल्म गर्ने जमर्को गरेको छु । त्यसको छायांकन पनि दैलोमा आइसकेको छ । मेरो विचारमा ५/७ दिनमा त्यसको छायांकन सुरु हुन्छ । यो अलिअलि दाह्री पालेको 'नरसिंहा'कै लागि हो । यो सम्पूर्ण गेटअप त होइन, त्यसमा अलिअलि काम गर्न बाँकी छ ।'

लामो समयको अन्तरालपछि फिल्ममा आउन लागेकाले नयाँ चीजको सुरुवात गर्न लागेको जस्तो महसुस भैरहेको उनको भनाई छ । 'मलाई फेरि एउटा नयाँ चीजको सुरुवात गरेको जस्तो महसुस भैरहेको छ,' उनले अगाडि भने, '३०औं वर्ष फिल्ममा काम गरेको हुँ, त्यसमा अर्को फिल्म गर्दैछु भन्ने नभएर पहिलो फिल्म नै गर्न जाँदैछु र म पनि नयाँ कलाकार हो कि भन्ने महसुस भइरहेको छ ।'

दुई चरणमा छायांकन हुन लागेको फिल्ममा हमाल एक्सन भूमिकामा प्रस्तुत हुनेछन् । यसमा उनी दुई फरक लुक्समा देखिनेछन् । दीवाकर भट्टराईको निर्देशनमा बन्न लागेको फिल्ममा सरोज खनाल, नीति शाह, राज कटुवाल, प्रशान्त ताम्राकार, सनिसा भट्टराई, उषा खड्गी, राजिव जंग बस्नेत लगायतको पनि अभिनय रहनेछ । यही असोज ७ गतेबाट पहिलो चरणको छायांकन सुरु गरिँदैछ ।

लोकसेवा पास गर्न गुल्मी अब्बल, आवेदन दिनेमा सर्लाहीका धेरै

काठमाडौं/पछिल्लो वर्षमा निजामती सेवामा सबैभन्दा धेरै कर्मचारी गुल्मी जिल्लाबाट प्रवेश गरेका छन् । गत आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा १०४ जनाले लोकसेवा पास गरेर निजामतीमा स्थायी जागिर खाएका छन् । गुल्मीपछि स्याङ्जाबाट १०२, सर्लाहीबाट ९१, धनुषाबाट ७८ र कञ्चनपुरबाट ७३ जना निजामती सेवामा प्रवेश गरेका छन् ।

२०७९/८०मा पनि गुल्मी नै पहिलो स्थानमा थियो भने त्यसपछि स्याङ्जा, सर्लाही, जुम्ला र धनुषाका धेरै छन् । लोकसेवा आयोगकी प्रवक्ता तथा सहसचिव गीताकुमारी होमेगाइँका अनुसार आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ को अवधिमा निजामती सेवामा २ हजार ६८८ जना उम्मेदवार स्थायी नियुक्तिका लागि सिफारिस भएका थिए । जसमा ७४४ महिला र १ हजार ९ सय ४४ जना पुरूष थिए ।

गत वर्ष मनाङ र मुस्ताङ जिल्लाबाट कुनै पनि उम्मेदवार सिफारिस हुन सकेनन्रु भने अरु जिल्लाबाट कुनै न कुनै संख्यामा निजामती प्रवेश गर्नेहरु रहे । सिफारिस हुने उम्मेदवारको औसत उमेर २९ वर्ष रहेको प्रवक्ता होमेगाइँले जानकारी दिइन् । सिफारिस भएका कुल २ हजार ६८८ जनामध्ये आर्थिक वर्ष २०७८/०७९को विज्ञापनबाट ९०२ जना, २०७९/०८०को विज्ञापनबाट १ हजार ६०३ र ०८०/०८१ को विज्ञापनबाट १५३ जना उम्मेदवार सिफारिस भएका छन् ।

आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा विभिन्न ६ समावेशी समूहतर्फ कुल ९ सय ४७ पदका लागि विज्ञापन गरिएको थियो । आर्थिक वर्ष २०७८/०७९, २०७९/०८० र २०८०/०८१ मा भएका विज्ञापन समेतका परीक्षाबाट कुल १ हजार ६६ जना उम्मेदवार स्थायी नियुक्तिका लागि सिफारिस भएका थिए । महिलातर्फ २४१, आदिवासी/जनजातितर्फ २८२, मधेशीतर्फ २४८, दलिततर्फ १०४, अपांगतर्फ ४९ र पिछडिएको क्षेत्रतर्फ ४२ उम्मेदवार सिफारिस भएका थिए । आयोगका अनुसार विगत १७ वर्षमा सबै समावेशी समूहबाट गरी कुल २५ हजार २१८ उम्मेदवार स्थायी नियुक्तिका लागि सिफारिस भएका छन् ।

सर्लाहीका प्रतिस्पर्धी धेरै

एक वर्षको अवधिमा निजामती सेवातर्फ प्रकाशित आन्तरिक, खुला तथा समावेशी समूहका विज्ञापनमा ४ लाख ७३ हजार ४ सय ९० दरखास्त परेको थियो । यस अवधिमा मुलुकका सबै जिल्लाबाट दरखास्त परेको आयोगले जनाएको छ । सर्लाहीबाट सबैभन्दा धेरै १८ हजार ३२८ वटा दरखास्त परेको थियो । धनुषाबाट १६ हजार ६७३ र सप्तरीबाट १६ हजार ५१४, महोत्तरीबाट १५ हजार ८३५ र बाराबाट १५ हजार ४२३ वटा आवेदन परेको थियो । पाँच जिल्लाबाट मात्रै कुल ८२ हजार ७ सय ७३ (१७.४८ प्रतिशत) दरखास्त परेको आयोगको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ ।

केही जिल्लामा लोक सेवाको आकर्षण नै ज्यादै न्यून छ । मनाङबाट १०, मुस्ताङबाट ४९, र सुवाबाट ४५८, रुकुम पूर्वबाट ७३९ र डोल्पाबाट १ हजार २४ आवेदन परेको छ । यी ५ जिल्लाबाट कुल २ हजार २८० अर्थात्रु कुल दरखास्तको ०.४८ प्रतिशतमात्र दरखास्त परेका देखिन्छ ।

२४ विज्ञापनमा शून्य आवेदन

आयोगले गरेका कतिपय विज्ञापनमा आवेदन नै नपर्ने समस्या समेत छ । एक वर्षका बीचमा आयोगबाट प्रकाशित निजामती सेवातर्फका १ हजार ४ सय ५५ विज्ञापनमध्ये विभिन्न २४ वटा विज्ञापनमा कुनै पनि दरखास्त परेनन् ।

एक वर्षमा आयोगबाट निजामती सेवातर्फ सञ्चालित विभिन्न लिखित परीक्षाहरूमा ६२ हजार १५० महिला र ६० हजार ३ जना पुरुष कुल १ लाख २२ हजार १५३ उम्मेदवार सम्मिलित भएका थिए । परीक्षामा अनियमित कार्य गरेवापत निजामती सेवाको परीक्षा दिने ९ जना कारवाहीमा परेका छन् । सुरक्षा निकाय तथा संगठित संस्थातर्फ २९ जना कारबाहीमा परे । वर्षभरिमा लोकसेवाको आयोगको परीक्षा ३८ उम्मेदवारले कारबाही भोगको थिए ।

आयोगले एक वर्षको अवधिमा निजामती सेवातर्फ विभिन्न सेवा सञ्चालन गर्ने निकायबाट रिक्त पदपूर्तिका लागि माग भए अनुरूप बढुवाबाट ५ सय २६ जनाका लागि विज्ञापन तथा बढुवा सूचना प्रकाशन गरेको थियो । यस्तै आन्तरिक प्रतियोगितात्मक परीक्षाबाट १ सय २१, खुला प्रतियोगितात्मक परीक्षाबाट २ सय ६६ र विभिन्न समावेशी समूहबाट ५ सय ४२ गरी जम्मा १ हजार ४ सय ५५ वट विज्ञापन र बढुवा सूचनाहरु आएका थिए ।

बढुवातर्फ (आन्तरिक प्रतियोगिताबाहेक) १ हजार १२, आन्तरिक प्रतियोगितातर्फ ६२१, खुला प्रतियोगितातर्फ १ हजार ८० तथा महिला, आदिवासी/जनजाति, मधेसी, दलित, अपाङ्ग र पिछडिएको क्षेत्रका समावेशी प्रतियोगितातर्फ ९४७ गरी कुल ३ हजार ६६० रिक्त पदका लागि दरखास्त माग भएको थियो ।

प्रतिवेदन अवधिमा चार वटा सुरक्षा निकाय र २६ ओटा संगठित संस्थाका लागि १४ हजार ८५७ पदमा पदपूर्तिका लागि आयोगले सहमति दिएको थियो भने । यस अनुसार ७८५ वटा विज्ञापन प्रकाशन भएका थिए । प्रकाशित विज्ञापनमा कुल ४ लाख ५८ हजार ६७८ दरखास्त परेका थिए ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

दशैंको टीकाको उत्तम साइत ११ बजेर ३६ मिनेटमा

काठमाडौं/यस वर्षको दशैंको टीकाको उत्तम साइत असोज २६ गते बिहान ११:३६ बजे रहेको नेपाल पञ्चाङ्ग निर्णायक विकास समितिले जनाएको छ ।

२०८१ सालको दशैं असोज १७ गतेदेखि सुरु हुन्छ । असोज १७ गते घटस्थापना हो । बिहान ९ बजेर १६ मिनेटमा घटस्थापनाको साइत रहेको नेपाल पञ्चाङ्ग निर्णायक विकास समितिले शुक्रबार जारी गरेको सूचनामा उल्लेख छ । असोज १८ गते झण्डा फेर्ने साइत छ । यस दिन बिहान ९ बजेर १४ मिनेटमा पश्चिम फर्किएर झण्डा फेर्नुपर्ने समितिले जनाएको छ ।

असोज २२ गते पचली भैरव यात्रा र २४ गते फूलपाती छ । फूलपाती भित्राउने शुभसाइत बिहान ७ बजेर ११ मिनेटमा छ । स्थिरासन बिहान ८ बजेर ४३ मिनेटमा छ । यसै दिनलाई तुलजाभवानी यात्रा पनि भनिन्छ । असोज २४ गते फूलपातीको दिनदेखि सरकारी कार्यालयहरुमा दशैंको सार्वजनिक बिदा सुरु हुने भएकाले दशैंको चहलपहल पनि ह्वात्तै बढ्ने गर्द छ । असोज २५ गते महाअष्टमी, कालरात्रि र महानवमी एकै दिन परेको छ ।

यस्तै असोज २६ गते दशैंको मुख्य दिन टीका हो । यस दिन बिहान ८ बजेर ३३ मिनेटमा देवी विसर्जनको साइत छ । देवी विसर्जन गरिसकेपछि मान्यजनबाट टीका जमरा ग्रहण गरिन्छ । टीका लगाउने उत्तम साइत ११ बजेर ३६ मिनेटमा रहेको नेपाल पञ्चाङ्ग निर्णायक विकास समितिका अध्यक्ष प्रा. श्रीकृष्ण अधिकारीले जानकारी दिए । सो दिन टीका लगाइमाग्ने व्यक्ति पूर्व फर्किनुपर्ने छ । असोज ३० गते बुधबार कोजाग्रत पूर्णिमा छ । कोजाग्रत पूर्णिमादेखि दशैंको पनि सकिन्छ ।

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

जिल्लास्तरीय प्रधानाध्यापक गोष्ठी, शैक्षिक संस्थामा रेडक्रस अभियान चलाइने

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मकवानपुर शाखाको आयोजनामा जिल्लास्तरीय आधारभूत तथा माविका प्रधानाध्यापक गोष्ठी भएको छ ।

जिल्लाका संस्थागत तथा सामुदायिक गरी १०० विद्यालयका प्रधानाध्यापक सहभागी गोष्ठीले शैक्षिक संस्थामा रेडक्रसलाई अभियानको रुपमा संचालन गरी जुनियर/युवा सर्कल गठन तथा पुनर्गठन गर्ने, जिल्लास्तरीय जुनियर/युवा कोष निर्माणका लागि एक जुनियर/युवा १० रुपैयाँ सहयोग अभियान संचालन गर्ने, पालिकास्तरीय प्राथमिक उपचार तथा बिपद ब्यबस्थापन लगायत विभिन्न तालिम संचालन गर्ने निर्णय गरेको छ ।

जिल्लास्तरीय शिक्षक नायक गोष्ठी तथा शिक्षक भलिवल प्रतियोगिता संचालन गर्ने लगायत ६ वटा विषयमा महत्वपूर्ण छलफल भइ निर्णय गरिएको नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मकवानपुर जिल्ला शाखाका उपमन्त्री शिबहरि दाहालले जानकारी दिए । रेडक्रस मक्वानपुरका उपमन्त्री तथा जिल्ला जुनियर युवा समितिका संयोजक दाहालको अध्यक्षता तथा बागमती प्रदेशका स्वास्थ्यमन्त्री किरण थापाको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति प्रमुख ललित घलान एवम् नेरेसो बागमती प्रदेश अध्यक्ष भोला रुपाखेतीको बिशिष्ट आतिथ्यता रहेको थियो ।

मन्त्री थापाले रेडक्रसको विश्वव्यापी प्रभाव, नेपालमा यसको भूमिका र भविष्यको योजना र बिपत्तिको समयमा गरेको कामको बारे विस्तृत चर्चा गरे । विश्वका धेरै मुलुकमा रेडक्रस गठन भएको र यसमा असंख्य मानिस संलग्न रहेको कुरा उनले स्मरण गराए । मन्त्री थापाले प्रधानाध्यापक गोष्ठीले विद्यार्थीलाई सामाजिक कार्यमा संलग्न गराउन महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने बताए ।

'जहाँ दु:ख, त्यहाँ रेडक्रस' भन्ने आदर्श वाक्यलाई उल्लेख गर्दै, प्रमुखअतिथि मन्त्री थापाले रेडक्रसको भूमिका विपत्ति, प्राकृतिक विपद र द्वन्द्वका समयमा अत्यन्त महत्वपूर्ण हुने बताए । आफ्नो व्यक्तिगत अनुभव सम्झदै उनले भूकम्पको समयमा रेडक्रसको भक्तपुर शाखाको उपसभापतिको रुपमा गरेको कामको स्मरण गरे । रेडक्रसमा गरेको कामले आफूलाई जनप्रतिनिधि बन्न सघाउ पुगेको उनको भनाइ थियो ।

शिक्षालाई प्राथमिकता दिँदै गुणस्तर र आकर्षण बढाउनुपर्ने र त्यसपछि रेडक्रसलाई पनि प्राथमिकता दिनुपर्ने उनको सुझाव थियो । मन्त्री थापाले विद्यार्थीलाई समस्याग्रस्त क्षेत्रमा मानवीय उद्दार कार्यमा सहभागी हुन प्रोत्साहित गर्नु प्रधानाध्यापकको दायित्व हुने बताए । एम्बुलेन्स र रक्तदान सेवाका लागि रेडक्रस पहिलो रोजाइ हुनुपर्ने कुरामा जोड दिए । बागमती प्रदेशका १३ वटा जिल्लामा सरकारले नि:शुल्क ब्लड ब्याग उपलब्ध गराउने कार्य अगाडि बढेको जानकारी दिए ।

गोष्ठीमा मकवानपुर शाखा सभापति लालबहादुर थापाले बिपद्को समयमा स्वयम्सेवक युवादस्ताको अभाव हुन थालेको गुनासो गरे । शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाई मकवानपुरका प्रमुख सुदीप गिरीले विद्यालयमा हुने सबैखाले अतिरिक्त क्रियाकलापसँग जुनियर/युवा रेडक्रस सर्कल जोडिनु उपयुक्त हुने बताए । छलपलमा मकवानपुरका सामुदायिक माविहरुमा सबैभन्दा लामो समयदेखि प्रधानाध्यापकको जिम्मेवारी बहन गरिरहेका जनकल्याण मावि पालुङका प्रअ सानोभाइ कार्कीले रेडक्रसकर्मी र विद्यालयबीचमा सुमधुर समन्वय हुन जरुरी रहेको बताए ।

नेरेसो बागमती प्रदेशका सदस्य एवम् जिल्ला शाखाका उपसभापति खेमराज सापकोटा, प्याब्सन मकवानपुरका अध्यक्ष बिनोद सुबेदी, जिल्ला शाखाका मन्त्री सुमित्रा काफ्ले, कोषाध्यक्ष किशोर बर्तौला, उपकोकोषाध्यक्ष मंगल रखाल, सदस्य पिताम्बर बास्तोला, कृष्णबहादुर सापकोटा, नारायण तिमल्सिना, ईश्वर पन्डित, सुन्तलीमाया चेपाङ, कार्यालयप्रमुख लक्ष्मण भट्टराई, लेखाप्रमुख रामजी खतिवडा, जिल्ला जुनियर/युवा समितिका सदस्यहरु बालकुमार श्रेष्ठ, हिक्मत श्रेष्ठ, कृतिका लौडारी, बिष्णुहरि मिश्र, आमभन्ज्याङ उपशाखा सभापति नानिराम तिमल्सिनालगायतको उपस्थिति थियो ।

मकवानपुरका अधिकांश पालिकाले पठाएनन् सहकारीको विवरण

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ सहकारीको बचत अपचलन सम्बन्धमा छानबीन गर्न प्रतिनिधिसभाले गएको जेठ १५ गते संसदीय छानबीन विशेष समिति गठन गरेको थियो ।

समितिले संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय मार्फत देशभरका सबै स्थानीय तहलाई आफ्नो पालिकाभित्र रहेका सहकारीको विवरणमा मागेको थियो । यसबारे संघीय मामिला मन्त्रालयले सबै स्थानीय तहमा पत्राचार गरेर समितिलाई सहकारीको विवरण उपलब्ध गराउन निर्देशन दियो । तर, हालसम्म ७५३ स्थानीयमध्ये २०४ स्थानीय तहले मात्र विवरण दिएका छन् ।

बाँकी ५४९ स्थानीय तहले आफ्नो क्षेत्रभित्रका सहकारीको विवरण उपलब्ध गराएका छैनन् । बारम्बार विवरण माग्दा पनि ५४९ स्थानीय तहले छानबीन समितिलाई टेरेनन् । विवरण नपठाउनेमा मकवानपुरको १० मध्ये ९ स्थानीय तह छन् । मकवानपुरको हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले मात्र विवरण पठाएको छ । बाँकी ९ वटा पालिकाले भदौ अन्तिमसम्म विवरण नपठाएका हुन् ।

संघीय मामिला मन्त्रालयले पटकपटक स्थानीय तहलाई सहकारीको विवरण उपलब्ध गराउन निर्देशन पनि दिँदै आएको छ । तर, ती स्थानीय तहले समितिको आग्रहलाई पत्याएनन् । उनीहरुले विवरण नपठाएपछि फेरि समितिले संघीय मामिला मन्त्रालयमार्फत् स्थानीय तहसँग विवरण मागेको छ । समितिको कार्यावधि पनि असोज ५ गते सकिँदैछ । समय सकिन लाग्दा पनि विवरण नआएपछि समितिलाई संघीय मामिला मन्त्रालयलाई पत्र लेखेर सहकारीको विवरण उपलब्ध गराउन समन्वय गरीदिन आग्रह गरेको छ ।

'भाषा, संस्कृतिको संरक्षणमा बागमती सरकार गम्भीर'

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री बहादुर सिं लामाले प्रदेशमा बोलिने भाषा तथा संस्कृतिको संरक्षणमा सरकार गम्भीर रहेको बाएका छन् ।

भाषा आयोगले हेटौंडामा आयोजना गरेको सरकारी कामकाजमा मातृभाषा: वार्षिक शिक्षाको नमूना विकास सम्बन्धी सहजीकरण कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै मुख्यमन्त्री लामाले प्रदेशमा बोलिने सबै भाषालाई सन्तुलितरुपमा विकास र सम्वर्द्धन गर्नुपर्ने बताए । संघीयताको आलोचना भइरहेको बखतमा नागरिकको अपनत्व हुनेगरी प्रदेश सरकारले सरकारी कामकाजी भाषासम्बन्धी ऐन जारी गरेको बताए ।

सरकारले संविधानको व्यवस्था अनुसार सबै नागरिकको भाषासम्बन्धी अधिकारलाई सुनिश्चित गरेको उनको भनाई छ । संविधानको व्यवस्था अनुसार बहुसंख्यक नागरिक्ले बोल्ने भाषालाई सरकारी कामकाजमा प्रयोग गर्ने अधिकारलाई कार्यान्वयन गरेको उनले बताए । प्रदेश सरकारले बहुसंख्यक नागरिकले बोल्ने २ भाषालाई सरकारी कामकाजमा लागु गरेको भन्दै त्यसलाई क्रमश: सुधार गर्दै कार्यान्वयनमा अघि बढ्नुपर्ने लामाले बताए ।

कार्यक्रममा प्रदेशका संस्कृति पर्यटन तथा सहकारी मन्त्री विमल ठकुरीले भाषासम्बन्धी ऐन कार्यान्वयनमा प्रदेश सरकार प्रतिबद्ध रहेको बताए । प्रक्रियागतरुपमा प्रदेश सरकारले भाषासम्बन्धी ऐनका व्यवस्थालाई कार्यान्वयनमा अघि बढ्ने उनको भनाई छ । संघीयताको सबल पक्षको रुपमा रहेको भाषासम्बन्धी अधिकार आमनागरिकमा पुर्‍याउन प्रदेश सरकारले भूमिका खेल्ने उनले बताए ।

औद्योगिक क्षेत्रमा जस्तापाता उद्योग स्थापना

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ क्षेत्रफलका हिसाबले देशकै ठूलो हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्रभित्र थ्रीस्टार ग्रुप कम्पनीले जस्तापाता निर्माण गर्ने उद्योग स्थापना गरेको छ ।

जस्तापाता उद्योगको बागमती प्रदेशका कृषि तथा पशुपन्छी विकासमन्त्री प्रकाश श्रेष्ठले उद्घाटन गरेका छन् । मन्त्री श्रेष्ठले प्रदेश सरकारले ल्याएको खरको छाना विस्थापित गर्ने उद्देश्यलाई पनि अहिले यो ल्याएको आधुनिक जस्तापाताले केही राहत पुर्‍याउने र यसमा आफूले सहयोग गर्ने बताए ।

जस्तापातामा पनि दुई किसिमका ब्रान्ड रहेका छन् । एउटा किसान ब्राण्ड अर्को टप ब्रान्ड, जुनसुकै किसिमको क्रेताको लागि भनेर लिएको कम्पनीको प्रबन्धक निर्देशक विश्वास खतिवडाले जानकारी दिए । २०७२ सालमै खोलिएको कम्पनी कोरोनाका कारण बन्द भएपनि अहिले पूर्णरुपमा सञ्चालन गर्न लागिएको खतिवडाले बताए । यस कम्पनीले हाल ८०० देखि एक हजार मेट्रिकटनसम्म उत्पादन गर्ने सुरुवाती लक्ष्य राखेको छ ।

उद्योगको उत्पादन क्षमता भने वार्षिक ५ हजार मेट्रिकटन रहेको यस कम्पनीका अध्यक्ष लव थापाले बताए । कम्पनीमा चिनिया लगानीकर्ता पनि आकर्षित भएको थापाले जानकारी दिए । 'हाललाई यो उद्योग औद्योगिक क्षेत्र भित्र ४० वर्षलाई जमिन भाडामा लिएर सञ्चालन गर्दै आएका छौं । अहिले हाम्रो मार्केटिङको क्षेत्र भने दाङ, भैरवा, नारायणगढ मकवानपुर, काठमाडौं, काभ्रेमा डिलर सञ्चालन गरिँदैछ । हाल १० करोड रुपैयाँको लगानीमा उद्योगको सञ्चालन भइरहेको छ' थापाले भने ।

पाण्डेको स्मृतिमा 'स्मृतिका पानाहरु' सार्वजनिक

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ कौशल पाण्डे स्मृति ग्रन्थ 'स्मृतिका पानाहरु' पुस्तक विहीबार हेटौंडामा सार्वजनिक भएको छ । श्यामप्रसाद स्मृति प्रतिष्ठानका संस्थापक अध्यक्ष कौशल पाण्डेको स्मृतिमा प्रतिष्ठानले पुस्तक प्रकाशन गरेको हो ।

प्रतिष्ठानले बिहीबार एक कार्यक्रमबीच प्रगतिवादी साहित्यकार टिआर पोखरेलको प्रमुख आतिथ्यतामा स्मृति ग्रन्थ सार्वजनिक गरेको हो । मकवानपुरे साहित्यकार राजबाबु पहाडी र सूर्यप्रसाद शर्माले स्मृतिका पानाहरु ग्रन्थको समिक्षा गरेका थिए । स्मृति ग्रन्थमा पाण्डेलाई नजिकबाट चिन्ने, जान्ने र बुझने ३७ जना स्रष्टाले आफ्ना अनुभव, दृष्टिकोणहरु लेखमार्फत् प्रस्तूत गरेका छन् । साथै पाण्डेका केही रचनाहरु ग्रन्थमा समावेश गरिएको छ ।

कार्यक्रममा श्यामप्रसाद स्मृति प्रतिष्ठानका सदस्य पुरुषोत्तम आचार्य, कौशल पाण्डेको कान्छी बहिनी शान्ति ढुंगानाले कवितावाचन गरेका थिए । प्रतिष्ठानका कार्यवाहक अध्यक्ष इन्द्रप्रसाद नेपालको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा बागमती प्रदेशसभा सदस्य एकालाल श्रेष्ठ, प्रेमबहादुर पुलामी 'छिन्तु', जिल्ला समन्वय प्रमुख ललित घलान, शिक्षाविद् पुर नबहादुर जोशी, नेपाली काँग्रेस मकवानपुरका सचिव भीमसेन महत, नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुरका कार्यवाहक अध्यक्ष ध्रुब अधिकारी लगायतको आतिथ्यता रहेको थियो । साहित्यकार, पत्रकार, शिक्षक, एवम् राजनीतिज्ञ पाण्डेको २०७९ साल कार्तिक १० गते निधन भएको थियो ।

नगरस्तरीय डिजिटल हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ शिक्षा दिवसको अवसरमा थाहा नगरपालिका स्थित जनकल्याण माविले आयोजमा गरेको माविस्तरीय अन्तरविद्यालय डिजिटल हाजिरीजवाफ प्रतियोगितामा इअन एकेडेमी प्रथम भएको छ ।

प्रतियोगितामा पालुङ भ्याली हार्ट एकेडेमी द्धितीय, हिमालयन इङ्लिस सेकेन्डरी बोर्डिङ स्कुल तृतीय र कुन्छालस्थित सुनौला माविले सान्त्वना स्थान हासिल गरेको छ । प्रतिगोगिताका प्रथमलाई नगद ६ हजार, द्धितीयलाई ४ हजार ५ सय, तृतीयलाई ३ हजार र सान्त्वना १ हजार ५ सय, ट्रफी, मेडल तथा प्रमाणपत्र वितरण गरिएको थियो ।

प्रथम पुरस्कार पालुङ भ्याली हार्ट एकेडेमी, द्धितीय हिमालयन इङ्लिस सेकेन्डरी बोडिङ स्कुल, तृतीय पालुङ अंग्रेजी आवासीय माध्यमिक विद्यालय, सान्त्वना पालुङ मोडर्न इङ्लिस मिडियम स्कुल र ट्रफी हिमशिखर अपसेट प्रेसले सौजन्य गरेको हो । प्रतियोगितामा थाहानगरका १३ वटा विद्यालयको सहभागिता रहेको थियो । थाहानगरमा अन्तर विद्यालयस्तरीय डिजिटल हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता पहिलोपटक आयोजना भएको हो ।

जनकल्याण मावि व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष राजीव कुमार स्याङ्तानको अध्यक्षता तथा नगर शिक्षा शाखाप्रमुख माधवविक्रम मल्लको प्रमुख आतिथ्यतामा भएको पुरस्कार वितरण कार्यक्रममा प्याब्सन थाहानगरका अध्यक्ष सुरेन्द्रमान प्रधान, प्रमुख अतिथि मल्ल, प्रधानाध्यापक सानोभाइ कार्कीलगायतले बधाई तथा शुभकामना व्यक्त गरेका थिए ।

श्रीमती हत्याका आरोपित कैलाशका पाख्रिन पुगे कारागार

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, ४ असोज/ मकवानपुरमा बन्चरो प्रहार गरेर पत्नीको हत्या गरेको आरोपमा पक्राउ परेका युवालाई जिल्ला अदालतले पुर्पक्षाका लागि कारागार चलान गरेको छ ।

जिल्ला न्यायाधीश गीता श्रेष्ठको इजलाशले कैलाश गाउँपालिका-५ कालीखोलास्थित काफलडाँडाकी २२ वर्षीया लक्ष्मी पाख्रिनको हत्या गरेको आरोपमा २६ वर्षीय पति मंगलबहादुर पाख्रिनलाई पुर्पक्षका लागि थुनामा राख्ने आदेश दिएको हो । मंगलबहादुरले गत साउन ३० गते घरभित्रै पत्नीलाई बन्चरो प्रहार गरी हत्या गरेपश्चात कालीखोला सामुदायिक वनको जंगलमा गाडेका थिए । प्रहरीका अनुसार उनले आफू अपराधबाट बच्नका लागि पत्नीको शवलाई २ वटा बोरामा प्याक गरेर घरनजिकै जंगलमा खाल्टो खनेर गाडेको पाइएको थियो ।

पत्नीको कपडाहरु पनि शव गाडेको स्थान भन्दा केही पर बोरामा हालेर खाल्टोमा पुरेका थिए । हत्या गर्न प्रयोग गरिएको बन्चरोको बीड फुकालेर जंगलमै खाल्टो खनेर लुकाएका थिए । उनले पत्नीको हत्या गरेको कुरा छिमेकीले थाहा पाएपछि इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङलाई खबर गरिदिएका थिए । गाउँलेको सहयोगमा प्रहरीले अभियुक्तलाई पक्राउ गरेको थियो ।

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!

अब किन जानु पर्‍यो विदेश ?

हामी कहाँ आउनूस्
छानीछानी सुमो किनेर
आफैं साहु बन्नूस्

७०% बैंकिङ सुविधा

हामी कहाँ २००७ देखि २०१६ मोडलको सिस्नेरीको रुटमा चलिरहेको TATA SUMO बिक्रीका लागि उपलब्ध छन् ।

आजै सम्पर्क गर्नुहोस्

Singhababini Moto Corp Pvt. Ltd.

९८०२५३७८३१, ९८०२५३७७०८, ९८०२५३७७०५

सादर आमन्त्रण

जन्म: २००७-०१-१५

स्वर्गारोहण: २०८१-०५-२४

स्व. लिलाकुमारी पाठक

हाम्रा प्रात:स्मरणीय ममतामयी माता **लिलाकुमारी पाठक**को निधन भएकोमा उहाँको दिवंगत आत्माको चीरशान्तिको कामना गर्दै हार्दिक श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौं । शोकको यस घडीमा सागरमा पाल्नुहुने, समवेदना तथा सहयोग गर्नुहुने सम्पूर्ण इष्टमित्र तथा छरछिमेकीप्रति आभारी हुँदै १३ औं दिनको पुण्यतिथि निम्न मिति, समय र स्थानमा हुने भएकोले पितृप्रसाद ग्रहणका लागि उपस्थित भइदिनुहुनु सादर आमन्त्रण गर्दछौं ।

कार्यक्रम

मिति : २०८१-०६-०५ गते शनिबार

स्थान : निजी निवास (हेटौंडा-१०, डिभिजन सडक कार्यालय नजिक)

समय : दिउँसो ३:०० बजे

छोरा/बुहारी:	**छोरीहरू:**
रामकाजी/मिनाकुमारी पाठक	निर्मला पाठक चौहान
श्यामकुमार पाठक/उषा पौडेल	गीता पाठक महत

एवम्

समस्त पाठक परिवार

असोज ७ गतेबाट तपाईंको सेवामा

DFSK EC 36

" हाम्रो सुमो सेवाको नौलो प्रस्तुती "

हाम्रो ई.भी. सेवा

हेटौंडा-कुलेखानी-फाखेल-काठमाण्डौं-हेटौंडा-ठिङ्गन-सातदोबाटो

काठमाण्डौं काउन्टर:-०१-५४०४४४४,९८५५०७८४७८ हेटौंडा काउन्टर:- ०५७-५२१४२१, ९८५५०७८३७८

सानेपा पुरानो स्टार हस्पिटलसँगै बल्खु पुलपारी

मुख्य कार्यालय, हेटौंडा :-०५७-५९१०४०

पुरानो मकवानपुररोड

सुरक्षित एवं भरपर्दो यात्राको लागि हाम्रो ई.भी. सेवालाई सम्झनुहोस ।

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिकका लागि **सविन 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