मोफसलको सर्वाधिक लोकप्रिय राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वाञ्चल

श्रीअन्नु प्रकाशन (प्रा.)लि.

Purwanchal National Daily

◆ वर्ष : २९ ◆ अङ्क : १५७ ◆ पृष्ठ ४ ◆ बिर्तामोड ◆ वि.सं. २०८१ वैशाख १३ गते बिहीवार (Thursday, 25 April. 2024) नेपाल सम्वत् ११४४ Web : www.purwanchaldaily.com ◆ मूल्य रु. : ५/- भारतमा भारु. : ४/-

'लु'बाट बच्न आग्रह

काठमाडौँ, वैशाख १२। स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले तातो हावा 'लू'बाट बच्न सर्वसाधारणलाई आग्रह गरेको छ ।

मन्त्रालयले तराईमा तातो हावासँगै 'लू' चलेकाले सबैलाई बच्न आग्रह गरेको हो । 'लू'ले गर्दा मुटुको चाल तीव्र हुने, श्वासप्रश्वासमा समस्या हुने, रक्तचाप घट्ने, पसिना निस्कने, टाउको अत्यधिक दुख्ने, चक्कर लाग्ने, ज्वरो आउने जस्ता समस्या देखिने गर्दछ ।

शुक्रराज ट्रपिकल तथा सरुवा रोग अस्पतालका प्रमुख कन्सल्ट्यान्ट फिजिसियन डा. विमल चालिसेले गर्मी बढेसँगै तराईमा तातो हावा चलेर 'लू' लाग्ने गरेको

खोला कटान नियन्त्रण : मोरङको बेलबारीस्थित लोहन्द्रा खोलामा बाँस प्रयोग गरि पर्कुपाईन विधिबाट कटान नियन्त्रण गर्न निर्माण गरिएको संरचना । *तस्वीर : रासस*

कतारका अमिरको नेपाल भ्रमण कति उपलब्धि मूलक ?

काठमाडौँ, वैशाख १२। कतारका अमिर शेख तमिम विन हमाद अल थानीले यही वैशाख ११ र १२ गते नेपालको राजकीय भ्रमण गरेका छन् ।

मध्यपूर्वको क्षेत्रफलमा सानो तथा प्रभावशाली र धनी देश कतारका अमिरको नेपाल भ्रमणका क्रममा विभिन्न आठ विषयका सम्झौता र समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर भएको छ । कतारका अमिर अल थानी र प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड'बीच बुधवार सोल्टी होटलमा भएको द्विपक्षीय भेटवार्तापछि ती सम्झौता र समझदारीमा हस्ताक्षर भएको हो ।

सो अवसरमा नेपाल र कतारबीच कला संस्कृति, शिक्षा, सञ्चार, युवा तथा खेलकुद, कानूनी सहायता र उद्योग वाणिज्य क्षेत्रमा सहकार्य गर्नेसम्बन्धी समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर भएको छ । त्यस्तै नेपाल र कतारका सरकारी समाचार एजेन्सीबीच समाचार आदानप्रदान सम्झौता तथा कला र संस्कृतिका क्षेत्रमा सहकार्य, शिक्षाका क्षेत्रमा सहयोग आदानप्रदान सम्बन्धी समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर भएको छ ।

यसैगरी युवा तथा खेलकुद, दुवै देशका महान्यायाधीवक्ता कार्यालयस्तरीय, कूटनीतिक तालिम र शिक्षासम्बन्धी समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर भएको परराष्ट्र मन्त्रालयले जनाएको छ । सरकारीस्तरमा भएका समझदारी पत्रमा नेपालका तर्फबाट कानून, न्याय तथा संसदीय मामिला मन्त्री पदम गिरी र कतारका तर्फबाट विदेश राज्यमन्त्री सुल्तान विन साद अल मुराइखीले हस्ताक्षर गरेका थिए । यसैगरी निजी क्षेत्रका तर्फबाट नेपाल उद्योग वाणिज्य महासङ्घ र कतार चेम्बर अफ कमर्शका बीचमा पनि लगानी आदानप्रदानसम्बन्धी समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर भएको छ । सो समझदारीपत्रमा नेपालका तर्फबाट महासङ्घका अध्यक्ष चन्द्रप्रसाद ढकाल र कतार चेम्बरका तर्फबाट शेख खालिफ विन जसिम अल थानीले हस्ताक्षर गरेका छन् । मध्यपूर्व एसियाबाट नेपालमा पहिलो पटक यो उच्चस्तरको भ्रमण भएको हो । सरकारले उनको भ्रमणका अवसरमा वैशाख ११ गते नेपालभर सार्वजनिक बिदा दिएको थियो । कतारी अमिर थानी बुधवार दिउँसो काठमाडौँबाट प्रस्थान गरिसकेका छन् ।

कतारका अमिरका लागि प्रधानमन्त्री दाहालले बुधबार दिउँसो द्वारिका होटलमा दिवाभोजको आयोजना गरेका थिए । कतारका अमिर अल थानी राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलको निमन्त्रणामा वैशाख ११ गते अपराह्न यहाँ आएका थिए । कतारी अमिरले मङ्गलबार नै राष्ट्रपति पौडेलसँग राष्ट्रपति कार्यालय शितल निवासमा भेटवार्ता गरेका थिए । राष्ट्रपति पौडेलले उनको सम्मानमा सोही साँझ राजकीय भोजको आयोजना गरेका थिए । कतारका अमिरलाई त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा राष्ट्रपति पौडेलले स्वागत तथा बिदाइ गरेका थिए ।

भ्रमणका क्रममा नेपाल र कतारबीच लगानी एवम् सहकार्यका विविध क्षेत्रमा सहजीकरण गर्नका लागि दुवै देशका तर्फबाट 'कार्यसमूह' गठन गर्ने समझदारी भएको छ । नेपाल र कतारबीच सन् २००५ मार्च २१ मा नेपाली जनशक्ति रोजगारीसम्बन्धी द्विपक्षीय सम्झौता र त्यसको अतिरिक्त प्रोटोकल (२० जनवरी २००८ मा हस्ताक्षर भएको) थियो । त्यसयता कतारमा नेपाली कामदारको संख्या बढ्दै गएको छ । हाल कतारमा रहेका झण्डै चार लाख नेपाली श्रमिकहरुको हक हित तथा रोजगारी सुरक्षाका विषयमा समेत सो कार्यसमूहले आवश्यक काम गर्नेछ । जसबाट त्यहाँ कार्यरत श्रमिकहरुको विद्यमान समस्या समाधान हुने अपेक्षा गरिएको छ । साथै लगानी सम्मेलनको सम्मुखमा भएको कतारका अमिरको भ्रमणले अन्तर्राष्ट्रिय जगतमा लगानीका दृष्टिले नेपालबारे सकारात्मक सन्देश प्रवाह भएको छ ।

नेपाल र कतारले सन् १९७७ जनवरी २१ मा कूटनीतिक सम्बन्ध स्थापना गरेका थिए । त्यस समयदेखि नै दुई देशबीचको सम्बन्ध आपसी विश्वास, सम्मान, समझदारी र सहयोगमा आधारित सौहार्दपूर्ण र मैत्रीपूर्ण रहँदै आएको छ । नेपाल र कतारले धेरै अन्तर्राष्ट्रिय एजेन्डा र मुद्दाहरूमा समान धारणा राख्ने भएकाले संयुक्त राष्ट्र सङ्घ, असंलग्न आन्दोलन र अन्य अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा दुवै देशले विश्व शान्ति, सुरक्षा र विकासका लागि सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्दै आएका छन् ।

नेपालका तत्कालीन परराष्ट्रमन्त्री रमेशनाथ पाण्डेले सन् २००५ मार्च २१ मा कतारको भ्रमण गरी नेपाली जनशक्ति रोजगारीसम्बन्धी द्विपक्षीय सम्झौतामा हस्ताक्षर गरेका थिए । त्यस्तै कतार पक्षबाट कतारका महान्यायाधीवक्ता डा. अल बिन फेताइस अल-मरीले सन् २०१४ जुलाई १७ र १८ मा नेपालको भ्रमण गरेका थिए ।

दुवै देश प्राकृतिक स्रोतसाधनले सम्पन्न भएकाले व्यापार, लगानी, कृषि, पर्यटन तथा जनशक्ति उपयोगका क्षेत्रमा सहयोग प्रवर्द्धन गर्ने प्रशस्त सम्भावना रहेको छ । साथै, नेपाल पर्यटन, व्यापार र लगानीको अवसरको गन्तव्यको रूपमा मनपर्ने देश भएकोले नेपाल र कतार दुवैले तुलनात्मक लाभ हुने क्षेत्रमा आर्थिक सम्बन्धलाई बढावा दिनुपर्छ । नेपाल र कतारबीच सहकार्य गर्ने महत्वपूर्ण क्षेत्र पर्यटन हो ।

भारतीय कस्टमले छाड्यो चियाका ट्रकहरु

काँकरभिट्टा, वैशाख १२। पूर्वका चिया उद्योगीहरूले प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल (प्रचण्ड) लाई भेटेर चियाको समस्या बारेमा ध्यानाकर्षण गराएकै दिन काँकरभिट्टा-पानीट्यांकी बोर्डरमा रोकेर राखेका २४ वटा चिया बोकेका ट्रक भारतीय कस्टमले छाडेको छ ।

माथिल्लो निकायबाट राजनीतिक दबाब आएको भन्दै पानीट्यांकी कस्टम अफिसले मंगलबार राति २४ वटै ट्रक छाडेको चिया निकासीकर्ता रोशन अग्रवालले जानकारी दिए ।

गत बुधवारदेखि त्यहाँको भन्सारले गुणस्तर परीक्षण गर्नुपर्ने बहानामा सीटीसी र अर्थोडक्स चिया बोकेका ट्रकहरू बोर्डरमा रोकेर राखेको थियो । गुणस्तर परीक्षणबिनै पानीट्यांकी भन्सारले सात दिनपछि ट्रकहरूलाई गन्तव्यतर्फ जान दिएको चिया निकासीकर्ता अग्रवालले बताए ।

चिया बोकेका केही ट्रकहरू पश्चिम बङ्गालको शिलगढी पुगिसकेको र केही कोलकातातर्फ हिँडेको उनले बताए । हिजो राजनीतिक दबाब परेर ट्रकहरू छाडिएको जानकारी आयो - उनले भने - भोलिका दिनमा के हुन्छ त्यो थाहा

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

हात्तीपाइले विरूद्धको औषधि नखाने सुविधाबाट बञ्चित

सुरुङ्गा, वैशाख १२। झापाको कनकाई नगरपालिकाका नगर प्रमुख राजेन्द्रकुमार पोखरेलले हात्तीपाइलेको औषधि नखानेलाई नगरको सेवा सुबिधाबाट बञ्चित गरिने बताएका छन् ।

कनकाई नगरले नगरवासीको सबै दुःख सुखमा साथ र सहयोग गरेको बताउँदै नगरवासीको स्वास्थ्यलाई ध्यानमा राखेर यस बर्ष नगरले त्यस्तो निर्णय गरेको नगर प्रमुख पोखरेलले बताए । उनले नगरले नगरवासी सर्वसाधारणकै स्वास्थ्यका लागि कार्डको ब्यवस्था गरेको बताउँदै हात्तीपाइलेको औषधि नखानेलाई नगर र वडाबाट पाउने सेवासुबिधाबाट बञ्चित गरिने बताए ।

कनकाई नगर हरेक क्षेत्रमा पहिलो हुँदै गएपनि हात्तीपाइले औषधि सेवनमा पछि परेकाले नगरबासी सम्पूर्णलाई यस बर्षको हात्तीपाइले रोगको औषधि सेवन गरेर हात्तीपाइले रोग पूर्ण रुपमा मुक्त गर्न आग्रह गरेका छन् । नगर प्रमुख पोखरेले यस बर्षदेखि कनकाई नगर

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

लागूऔषधसहित १४ जना पक्राउ

भद्रपुर, बैशाख १२। सशस्त्र प्रहरीले अन्दाजी ५ लाख मूल्य बराबरको लागूऔषध ब्राउन सुगरसहित दुई भारतीय नागरिकलाई पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेहरूमा भारत विहार किसनगञ्ज जिल्ला सिंहिमारी ग्राम पञ्चायत-८ निवासी ५५ वर्षीय अजुमुद्दिन आलम र सोही जिल्ला कदुभिट्टा ग्राम पञ्चायत - २ निवासी २६ वर्षीय मस्ताहक आलम रहेको सशस्त्र प्रहरी नेपाल २ नम्बर गण झापाका प्रवक्ता दिनेश कुटवालले जानकारी दिए ।

सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल बोर्डर आउट पोस्ट टाघनडुब्बाको टोलीले बुधवार दिउँसो १:५० बजेको समयमा झापा गाउँपालिका -१ सितुमारी कार्कीचौकबाट भारतबाट नेपालतर्फ पैदल हिँडेर आइरहेका उनीहरूलाई उक्त वस्तुसहित पक्राउ गरेको हो ।

उनीहरूले सशस्त्रलाई देखेपछि बाटो नजिकै काँशघारीमा लुकाउँदै गरेको अवस्थामा एक सय ग्राम ब्राउन सुगर फेला परेको थियो । ब्राउन सुगरसहित पक्राउ परेका दुवै जनालाई आवश्यक कारबाहीको लागि इलाका प्रहरी कार्यालय कुमरखोदमा बुझाइसकेको जनाइएको छ । भारतमा प्रति ग्राम १५०० भारतीय रुपैयाँमा पाइने ब्राउन सुगर झापा जिल्ला ल्याएपछि ५ हजार नेपाली रुपैयाँ पर्ने बताइएको छ । बरामद गरिएको एक सय ग्रामको नेपाली बजार मूल्य करिव ५ लाख हुन्छ ।

उता मेचीनगर नगरपालिका-६ पुरानो मेचीपुलबाट अवैध लागूऔषध खैरो हेरोइन जस्तो देखिने पदार्थ १ ग्राम ५ सय मिलिग्रामसहित कमल गाउँपालिका-५ बस्ने २० वर्षीय मनिष मगरलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । लागूऔषध नियन्त्रण व्यूरो काँकरभिट्टा र इलाका प्रहरी कार्यालय काँकरभिट्टाबाट खटिएको प्रहरीले मंगलवार राति भारतबाट नेपालतर्फ आउँदै गरेका उनलाई उक्त पदार्थसहित पक्राउ गरेको हो ।

यसैगरी दमक नगरपालिका-९ क्याम्पस मोडबाट अवैध लागूऔषध ब्राउनसुगर जस्तो देखिने पदार्थ ८ ग्रामसहित सोही ठाउँ डेरा गरी बस्ने मोरङ उर्लाबारी नगरपालिका-९ घर भएका २४ वर्षीय सुजन दाहालसमेत २ जनालाई मंगलबार साँझ प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । इलाका प्रहरी कार्यालय दमकबाट खटिएको प्रहरीले सुजनको कोठा चेकजाँच गर्ने क्रममा उक्त पदार्थ फेला पारी उनीहरूलाई पक्राउ गरेको हो ।

त्यस्तै दमक नगरपालिका-१ हिमालय टोलबाट अवैध लागूऔषध ब्राउन सुगर जस्तो देखिने पदार्थ १ ग्राम ८ सय मिलिग्रामसहित सोही ठाउँ बस्ने ३१ वर्षीय हर्कबहादुर कुमालसहित ६ जनालाई

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

डढेलो बस्तीमा फैलिँदा पाँच घर जले

बिर्तामोड, वैशाख १२। सोलुखुम्बूको नेचासल्यान गाउँपालिका-२ देउपुजेको जङ्गलमा लागेको डढेलो बस्तीमा फैलिँदा पाँच घर जलेका छन् ।

गाईखर्क सामुदायिक वनमा मङ्गलबार लागेको डढेलो बस्तीमा छिर्दा पाँचवटा घर जलेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सोलुखुम्बूले जनाएको हो । प्रहरी निरीक्षक रामचन्द्र साहका अनुसार स्थानीय धनेश्वर राई, केशव राई, शक्ति राई, धनशेर राई र कविर राईको एक/एक वटा घर आगोले जलेर नष्ट भएको हो ।

आगलागीबाट रु. ५३ लाख बराबरको क्षति भएको प्रहरीको प्रारम्भिक अनुमान छ । धनेश्वर राई र निजका छोरा शक्ति राईको छुट्टाछुट्टै घर जल्दा उनीहरूको तीन तोला सुन, १५ तोला चाँदी नष्ट हुँदा रु. २३ लाख, केशव राई र मकरबहादुर राईको नगद रु. एक लाख ८० हजार नगदसहित अन्य सामग्री जल्दा रु. २० लाख र कविर राईको घर र त्यहाँ रहेको सबै सामान जल्दा रु. १० लाख बराबरको क्षति भएको प्रहरी निरीक्षक साहले बताए ।

उनले भने -खरबारीबाट सल्किएको आगो जङ्गलमा प्रवेश गरेको रहेछ, प्रहरी र स्थानीयले निभाउने प्रयत्न गर्दा नजिकैको बस्तीमा प्रवेश गरेर घटना हुन पुग्यो, कतिपय घर खरको छानो भएकाले आगो निभाउन कठिनाइ भयो, अन्ततः बस्तीको आगो निभाइयो तर वनको आगो निभाउन सकिएको छैन ।

स्थानीयको खरबारीमा सल्किएको आगो वन क्षेत्रमा फैलिएको प्रहरीले जनाएको छ । वनमा लागेको डढेलो नियन्त्रणको प्रयास हुँदाहुँदै हावाको वेगका कारण एक्कासी बस्तीमा आगो सल्किएको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रमुख प्रहरी नायब उपरीक्षक द्वारिकाप्रसाद घिमिरेले बताए । घरमा लागेको आगो स्थानीय, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाली सेना, सोलु दूधकुण्ड नगरपालिकाको दमकल र नगर प्रहरीलगायतको प्रयासमा निभाइएको उनले जानकारी दिए ।

विहे घरमा आगलागी

यता सर्लाहीको बलरा नगरपालिकास्थित मिर्जापुरको बिहे घरमा आगलागी हुँदा रु. छ लाख बराबरको क्षति हुनुका साथै दुई जना घाइते भएका छन् ।

बलरा नगरपालिका-६, मिर्जापुरका रामचन्द्र महतोको खपडाले छाएको घरमा गएराति आगलागी हुँदा उक्त क्षति भएको हो । आगलागीबाट छोरीको विवाहका लागि राखिएका लत्ता कपडालगायत सामग्री जल्दा रु. छ लाख बराबरको क्षति भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रवक्ता दीपक श्रेष्ठले जानकारी दिए ।

घरमा आगो लागेपछि सामान निकाल्न खोज्दा घरधनी महतोसहित दुई जना घाइते भएका छन् । घाइतेको दुवै हात र खुट्टा जलेका प्रहरीले जनाएको छ । अर्का स्थानीय २३ वर्षीय राज मङ्गलको दाहिने हात जलेको छ । उनीहरुको स्थानीय स्वास्थ्य संस्थामा उपचार भइरहेको छ ।

यसैबीच, जिल्लाको कविलासी नगरपालिका-२, पिपरियामा भएको आगलागीबाट स्थानीयको ८० हजार मूल्य बराबरको परालको कुन्यू नष्ट भएको छ । आगलागीबाट सोही स्थानका वारिस शेख, ह्दय राय, बहादुर राय र विजिन्दर पासवानको परालको कुन्यू जलेको हो ।

दुवै स्थानमा लागेको आगो स्थानीय, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी बल र वारुणयन्त्रको सहायतामा निभाइएको थियो ।

एउटै मोटरसाइकलमा सवार तीन जनाको मृत्यु

झापा, वैशाख १२। झापाको शिवसताक्षीमा एउटै मोटरसाइकलमा सवार तीनै जनाको दुर्घटनामा मृत्यु भएको छ ।

पूर्वपश्चिम महेन्द्र राजमार्ग अन्तरगत शिवसताक्षी-८ स्थित झिलझिलेमा बुधवार बिहान साढे ५ बजेको समयमा दमकबाट सुरुङ्गातर्फ आउँदै गरेको मे ३ प ५००१ नम्बरको १५० सीसीको मोटरसाइकल र विपरीत दिशातर्फ जाँदै गरेको प्र १-०१-००१ च ९३२९ नम्बरको बोलेरो गाडी एक आपस ठोक्किँदा दुर्घटना भएको थियो ।

मोटरसाइकलमा सवार दुई जनाको घटनास्थलमै र एक जनालाई बीएण्डसी हस्पिटल बिर्तामोड लैजाँदै गर्दा मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाका डीएसपी कृष्णकुमार चन्दले जानकारी दिए । मृत्यु हुनेमा कमल गाउँपालिका-४ बस्ने वर्ष २० का युनिश भण्डारी, सोही स्थानका १७ वर्षीय सरोज रेग्मी र मोटरसाइकल चालक २५ वर्षीय मौसम राई रहेको जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाले जनाएको छ ।

दुवै सवारीसाधनसहित बोलेरो चालक मेचीनगर नगरपालिका- ६ का ४५ वर्षीय ऋषिराज गिरीलाई इलाका प्रहरी कार्यालय झिलझिलेको नियन्त्रणमा लिएको छ ।

पारिवारिक बचतकर्तालाई दश लाख बीमा रकम

बिर्तामोड, वैशाख १३। कुमारी बैंक बिर्तामोड शाखाले सवारी दुर्घटनामा परेर निधन भएका कनकाई -८ लक्ष्मीपुरका उप्रेती परिवारलाई दश लाख रुपैयाँको दुर्घटना बीमा रकम प्रदान गरेको छ ।

गत पुस २१ गते झापाको बिर्तामोड -२ स्थित चारपाने चोकमा भएको सवारी दुर्घटनामा परी झापा कन्काई -८ का ४४ वर्षीय तोयानाथ उप्रेतीको मृत्यु भएको थियो । उप्रतीकी श्रीमती रीता उप्रेतीले कुमारी बैंक बिर्तामोड शाखामा कुमारी परिवार सुरक्षा बचत खाता खोलेकी थिइन् । उनले खाता खोलेको १३ दिनमै सवारी दुर्घटनामा परेर उनका श्रीमान तोयानाथको मृत्यु भएको थियो । कुमारी बैंकले सञ्चालन गरेको 'कुमारी परिवार सुरक्षा बचत खाता' योजना अन्तरर्गत उप्रेती परिवारलाई उक्त रकम प्रदान गरेको बिर्तामोड शाखाका कर्मचारी महेश घिमिरेले जानकारी दिए ।

बैंकको बिर्तामोड शाखामा आयोजित कार्यक्रममा बैंकका प्रदेश कार्य सञ्चालन बिभाग प्रमुख दिवाकर कट्टेल, प्रदेश कर्मचारी देवराज नेपाल, बिर्तामोड शाखाका कर्मचारी घिमिरे, श्रद्धा श्रेष्ठ, भावना पाठक लगायतले उप्रेतीकी श्रीमती रीता र छोरी रितिका उप्रेतीलाई दश लाख रुपैयाँको चेक हस्तान्तरण गरेका थिए । उक्त रकम पाएपछि रीताले आफ्ना छोरीहरुको शिक्षामा उक्त रकम खर्च गर्ने बताइन् ।

उक्त खाताको परिवारका एक सदस्यको बचतले चार जनाको वीमा हुने प्रावधान राखिएको छ । परिवारमा बुबा वा आमाको नाममा बचत खाता खोल्दा परिवारका चार सदस्य आमा वा बुबा आफैं तथा दुई सन्तानको स्वतः बीमा हुने बैंकले जनाएको छ ।

यो बचत खातामा न्यूनतम् १० हजार मौजदात हुनु पर्छ भने वार्षिक ६ दशमलव ५ प्रतिशत ब्याज पाउनेछन् । साथै दम्पत्तीलाई रु. १०/१० लाखका दरले रू. २० लाखसम्म आकस्मिक दुर्घटना वीमा साथै पूर्ण शारीरिक अशक्तता बीमा समावेश गरिएको छ । परिवारका चारै सदस्यले १० घातक रोगहरुका लागि रू. ५ लाखसम्मको बीमाको सुविधा पनि पाउनेछन् ।

यसैगरी परिवारका अस्पताल भर्ना हुनुपर्ने खण्डमा औषधोपचारको रुपमा रू. १ लाखसम्मको बीमा सुविधा पनि उपलब्ध गराउने बैंकले जनाएको छ । यस बचत खातामा जम्मा गरी कूल २६ लाखसम्मको वीमा सुविधा उपलब्ध गराएको छ । उक्त योजनामा १८ वर्षदेखि ६५ वर्ष उमेरका व्यक्तिहरु सहभागी हुन पाउने बैंकले जनाएको छ भने हाल खाता खोलिसकेका खातावालले उक्त योजनाका लागि अर्को फर्म भरेर बीमा योजनामा सामेल हुनसक्ने बैंकका प्रमुख प्रदेश कार्य सञ्चालन बिभाग प्रमुख कट्टेलले जानकारी दिए ।

यस खातामा इन्टरनेट बैंकिङ्ग - निःशुल्क, मोबाइल बैंकिङ्ग - पहिलो वर्ष निःशुल्क र दोस्रो वर्षदेखि न्यूनतम् शुल्क र साथै भिजा डेबिट कार्ड - पहिलो वर्ष निःशुल्क र दोस्रो वर्षदेखि न्यूनतम् शुल्क लागू हुने बैंकले जनाएको छ । कुमारी बैंक लिमिटेडले हरेक वर्गका ग्राहकका लागि उच्च सुविधायुक्त सेवाहरू प्रदान गर्दै आइरहेको छ । यस खाताका बारेमा विस्तृत जानकारी हासिल गर्नका लागि नजिकैको कुमारी बैंकको शाखामा सम्पर्क गर्न ग्राहकहरूलाई उनले आग्रह गरेका छन् ।

भारतीय...

भएन, यस्तै समस्या रहिरहने हो कि समाधान भयो, त्यो अरू ट्रक पठाएपछि मात्र थाहा हुन्छ ।

पूर्व प्रधानमन्त्री झलनाथ खनालसहित पुगेका चिया उद्योगीहरूले प्रधानमन्त्री दाहाललाई भेटेर पटक -पटक भारतीय बजारमा नेपाली चियाले भोग्दै आएको समस्याको बारेमा अवगत गराएको नेपाल चिया उत्पादक संघका अध्यक्ष आदित्य पराजुलीले बताए । प्रधानमन्त्रीलाई भेटेर गुनासो पोखेकै दिन भारतीय कस्टमले रोकेर राखेका ट्रकहरू छाडिएको रहेछ,- अध्यक्ष पराजुलीले भने -प्रधानमन्त्रीसँग भेटमा उहाँले तत्काल समस्याको समाधान गर्ने आश्वास दिनुभएको थियो, उहाँकै कारण चियाका ट्रकहरू छाडिए । भारतको लोकसभा निर्वाचनका कारण काँकरभिट्टा बोर्डर सिल छ । बोर्डर खुला भएपछि फेरि चियाका ट्रकहरू पठाउँछौं, त्यसपछि मात्र अवरोध हटेको वा नहटेको यकिन हुन्छ - उनले भने ।

नेपाली चियामा भारतीय पक्षको पटक-पटकको अवरोध कायमै छ । भारतले विभिन्न बहाना बनाएर नेपाली चिया निर्यातमाथि अङ्कुश लगाउन खोजेको छ ।

भारतीय पक्षको अवरोध नहटे हामी उद्योगहरू बन्द गरी ताला चाबी ल्याएर बुझाउने प्रधानमन्त्रीलाई भनेका थियौं । प्रधानमन्त्रीले त्यसलाई सकारात्मक रुपमा लिँदै भारतस्थित नेपाली राजदूत वा भारतीय पक्षसँग सोझै कुराकानी गरेर उत्पन्न समस्याको समाधान गर्ने विश्वास दिलाउनु भएको थियो- अध्यक्ष पराजुलीले भने ।

भारतले यही अप्रिल १० तारिखदेखि नेपाली चियामाथि अङ्कुश लगाउन फेरि नयाँ नियम लागू गरेको छ । नेपाली चिया बोकेका प्रत्येक ट्रकमा रहेको चियाको गुणस्तर परीक्षण हुनुपर्ने नियम लगाएको छ । त्यो नियम लागू गरेपछि यहाँका उद्योगीहरूलाई चियाको गुणस्तर परीक्षणका लागि कोलकाताको खाद्य प्रयोगशालामा पठाउनु पर्ने भयो ।

त्यहाँबाट प्रोसिसङ गर्दा र परीक्षणको रिपोर्ट ल्याएर पानीट्यांकी भन्सारमा बुझाउँदासम्म १५ दिनको समय लाग्ने भयो । साथै एक पटक चिया परीक्षण गराउँदा ५० हजार भारतीय रुपैयाँ अतिरिक्त खर्च भार पनि थपिने भयो । वेयरहाउस र पार्किङ सुविधा नहुँदा लामो समयसम्म बाटोमै ट्रक राख्दा भारतीय पक्षले प्रति दिन ३ हजार भारतीय रुपैयाँ डिटेन्सन शुल्क समेत छुट्टै असुल गर्दा यहाँका उद्योगी थप मारमा पर्ने देखिन्छ ।

लागूऔषध...

मंगलबार राति प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । अस्थायी प्रहरी पोष्ट फाल्गुनन्दबाट खटिएको प्रहरीले उनीहरूलाई उक्त पदार्थसहित पक्राउ गरेको हो ।

उता सुर्खेत, वीरेन्द्रनगर नगरपालिका-४ बस्ने ३० वर्षीय हेमन्त विकलाई अवैध लागूऔषध ब्राउनसुगर जस्तो देखिने पदार्थ करिब १ सय ४० मिलिग्राम, २ थान मोबाइल, १ थान कैंचीसहित प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । लागूऔषध नियन्त्रण व्यूरो शाखा सुर्खेतबाट खटिएको प्रहरीले उनको घर चेकजाँच गर्दा उक्त पदार्थसहित फेला पारी उनलाई पक्राउ गरेको हो ।

त्यसैगरी बर्दिया, बढैयाताल गाउँपालिका-७ तातिगाँउबाट अवैध लागूऔषध खैरो हेरोइन जस्तो दखिने पदार्थ २ ग्राम ४ सय ६० मिलिग्रामसहित मधुवन नगरपालिका-९ बस्ने ३० वर्षीय ईश्वर नेपाली समेत २ जनालाई मंगलबार राति प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । इलाका प्रहरी कार्यालय मैनापोखरबाट खटिएको प्रहरीले उनीहरूलाई उक्त पदार्थसहित पक्राउ गरेको हो ।

हात्तीपाइले...

हात्तीपाइले रोगमुक्त नगर बनाउन सबैलाई औषधि सेवन गर्न आग्रह गरेका छन् ।

राष्ट्रिय हात्तीपाइले रोग निवारण अभियान आम औषधि वितरण कार्यक्रम अन्तरगत कनकाई नगरमा बुधवार प्राधाध्यापक तथा शिक्षकहरुसँगको पालिकास्तरीय अभिमुखीकरण कार्यक्रममा नगर प्रमुख पोखरेलले त्यस्तो बताएका हुन् ।

कनकाई नगरको स्वास्थ्य शाखाको आयोजना तथा सहयोगी संस्था सहारा नेपालको विश्वास परियोजना अन्तरगतको फेयरमेड फाउण्डेशन नेपालको सहयोगमा अभिमुखीकरण भएको हो ।

निमित्त प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत जमुना कटुवालको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा नगर उपप्रमुख आशा शर्मा शिवाकोटी, स्वास्थ्य निर्देशनालय धनकुटाकी सुरक्षा खत्रीलगायतले आ-आफ्नो भनाइ प्रस्तुत गरेका थिए ।

विश्वका ७२ देश मध्ये ७१ वटा देशमा हात्तीपाइलेको औषधि खुवाँइदै गरेको र नेपालका ५७ जिल्लामा उक्त औषधि खुवाइने अभियान सम्पन्न भइसकेको र ७ वटा जिल्लामा मात्र यस बर्ष औषधि सेवन गराइँदै गरेको कनकाई स्वास्थ्य शाखाका खगेन्द्र दंगालले जानकारी दिए । उनका अनुसार कोशी प्रदेशको झापा जिल्ला बाहेक सबै जिल्ला हात्तीपाइले रोगमुक्त भइसकेको छ । नगरका जनस्वास्थ्य निरीक्षक नारायण अधिकारीले स्वागत गरेको कार्यक्रमको सहजीकरण कनकाई स्वास्थ्य शाखाका दंगालले गरेका थिए । प्रस्तुतिकै क्रममा दंगालले हात्तीपाइलेको औषधि नखाने बैदेशिक रोजगारीमा गएका फर्केर आएकाकोसमेत तथ्याङ्क सार्वजनिक गरेका थिए । उनले कनकाई नगरको जनसंख्या करिव ५३ हजार रहेको र त्योमध्ये यस बर्ष ५१ हजारलाई औषधि सेवन गराइने बताए । कनकाई नगरसहित झापा जिल्लाभर बैशाख १६ देखि २२ गतेसम्म राष्ट्रिय हात्तीपाइले रोग निवारण अभियान अन्तरगत आम औषधि वितरण कार्यक्रम सञ्चालन गरिने कनकाई स्वास्थ्य शाखाकी सिनियर अनमी टीका दवाडीले जानकारी दिइन् ।

कनकाई नगरमा १४ वटा सामुदायिक र २३ वटा संस्थागत बिद्यालयमा अध्ययनरत करिव १४ हजार बिद्यार्थीलाईसमेत औषधि खुवाइने कनकाई नगर शिक्षा शाखा प्राविधिक रोहित पौडेलले जानकारी दिए ।

अभिमुखीकरण कार्यक्रममा सहभागीहरुले औषधि सेवनमा हुने समस्या र समाधानका बिषयमा आ-आफ्नो जिज्ञासा राखेका थिए । औषधि सेवनका लागि नगर र वडाले बिबिध कार्यक्रम गरिरहेको समेत कार्यक्रममा बताइएको थियो । कार्यक्रममा विश्वास परियोजनाकी सामाजिक स्वास्थ्य सहजकर्ता कोपिला अधिकारी, नगरका सामुदायिक तथा संस्थागत बिद्यालयका प्रमुख तथा प्रतिनिधि, सरोकारवाला लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

'लु'बाट...

बताए । उनले धेरै तातो हावाले मस्तिष्कमा असर गर्ने भएकाले तातो हावा चलेका बेला दिउँसो घर बाहिर ननिस्कन आग्रह गरेका छन् ।

धेरै तातो हावा चल्यो भने मस्तिष्कलाई असर गर्दछ, मानिसलाई बेचैन बनाउँछ - उनले भने -शरीरमा पानीको मात्रा कम हुँदा मिर्गौला र मुटमासमेत असर गर्दछ ।

बच्न के गर्ने ?

लूबाट बच्न धेरै पानी पिउने, चिसो पानीले नुहाउने, बाहिर निस्कनै परे छाता ओढ्ने वा पातलो कपडाले टाउको छोप्ने, हल्का खालको शीतल हुने कपडा लगाउने गर्नु पर्छ । घर बाहिरको काम बिहान वा बेलुका मात्र गर्ने, कागती पानी, नरिवल पानी तथा फलफूलको रस पिउने, फलफूल, काँक्रोजस्ता ताजा खानेकुरा खाने गर्नुपर्दछ ।

गर्नु नहुने कार्य

दिउँसो सकभर घर बाहिर ननिस्कन, भान्सामा धेरै समय नबस्न, बस्नै परेमा प्रशस्त मात्रामा पानी पिउन, धुम्रपान तथा मदिरा सेवन नगर्न, क्याफिनले धेरै पिसाब आउने हुँदा चिया, कफी, सोडा जस्तो पेयपदार्थ नपिउन आग्रह गरिएको छ ।

सच्याइएको सूचना

पूर्वाञ्चल राष्ट्रिय दैनिक पत्रिकामा मिति २०८१।०१।१० गतेको प्रकाशित सूचनामा सिरिस तथा बोटधँगेरो दाउरा १.५० चट्टा भुलबस हुन गएकोमो सो दाउरा १.०० चट्टा हुनुपर्ने भएकाले सच्याइएको छ ।

छपाईका लागि हामीलाई सम्झनुहोस

नयाँ वर्षका क्यालेण्डर तथा स्कूलका डायरी छपाई गर्नु परेमा घिमिरे अफसेट प्रेसलाई सम्झनुहोस ।

७ बार १२ महिना सञ्चालनमा

घिमिरे अफसेट प्रेस

अतिथिसदन रोड, बिर्तामोड - १, झापा

९७४५२६४४४४ - अफिस

९८४२६२५३५३/९८१४०३६३४४

कनकाई नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
जामनुवारी, झापा
कोशी प्रदेश, नेपाल

बौद्धिक अपाङ्गता तथा अटिज्म भएका बालबालिकाका लागि संस्थागत अनुदान कार्यक्रमको प्रस्ताव आह्वान सम्बन्धी सूचना

दोस्रो पटक प्रकाशित मिति २०८१।०१।१३

यस कनकाई नगरपालिकामा कोशी प्रदेश सरकारमार्फत आ.व.२०८०।८१ को स्वीकृत वार्षिक कार्यक्रम शसर्त अनुदान तर्फ बौद्धिक अपाङ्गता तथा अटिज्म भएका बालबालिकाहरुका लागि संस्थागत अनुदान कार्यक्रम सञ्चालनका लागि रु.४,००,०००।- अक्षरेपी चार लाख रुपैयाँ मात्र विनियोजित भएको हुँदा प्रचलित कानून बमोजिम दर्ता भई सामाजिक विकास मन्त्रालय, कोशी प्रदेशबाट स्थानीय तहमा वित्तीय हस्तान्तरण गरिएका अनुदानहरुसाग सम्बन्धित कार्यक्रम कार्यान्वयन पुस्तिका २०८०/०८१ मार्फत निर्देशित देहाय बमोजिमको कागजात संलग्न गरी कनकाई नगरपालिकाको क्षेत्रभित्र सञ्चालनमा रहेका बौद्धिक अपाङ्गता तथा अटिज्म भएका बालबालिकाहरुका क्षेत्रमा कार्य गरिरहेका इच्छुक संस्थाहरुलाई यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ७ दिनभित्र प्रस्ताव पेश गर्न हुन सम्बन्धित सबैको जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

संलग्न गर्नुपर्ने कागजातहरु

१. संस्था दर्ता र नवीकरण प्रमाणपत्र तथा विधानको प्रतिलिपि,
२. आवासीय बालगृह सञ्चालनका लागि राष्ट्रिय बाल अधिकार परिषदको अनुमति पत्र,
३. सामाजिक विकास मन्त्रालय, कोशी प्रदेशमा सुचिकृत भएको पत्रको प्रतिलिपि,
४. स्थायी लेखा नं. प्रमाण-पत्रको प्रतिलिपि,
५. आ.व. २०७९।८० को करचुक्ता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि,
६. अनुदान रकम मागका लागि संस्थाबाट कार्यक्रमको प्रस्ताव सहितको पत्र,
७. अनुदान माग सम्बन्धी संस्थाको कार्यसमितिको निर्णयको प्रतिलिपि ।

नोटः- अनुदान प्राप्त गर्ने संस्थाको विधानमा बौद्धिक अपाङ्गता तथा अटिजम भएका बालबालिकासँग सम्बन्धित कार्य गर्ने उद्देश्य स्पष्ट रुपमा उल्लेख भएको हुनु पर्नेछ ।

एउटा सृष्टि विधान रचेर अहिले जाँदा यहाँ कष्ट भो, रोजी फूल थियो झर्‍यो नियतिले संहार भो नष्ट भो
हामीलाई देखाइ मार्ग पथको यात्रा सिकाइ दियौ, हामीबाट कसोरी झट्ट अहिले विदा नमागी गयौ ।

हार्दिक कृतज्ञता/निमन्त्रणा

जन्म : २०३६।०६।१२

निधन : २०८१।०१।०१

स्व. मालादेवी सापकोटा अधिकारी

हाम्रो यस घरकी गृहलक्ष्मी, मेरी धर्मपत्नी/हाम्री ममतामयी माता/भाइबुहारी/देउरानी/आमाजु दिदी/माइजु **मालादेवी सापकोटा अधिकारी**को यही मिति २०८१/०१/०१ गते साँझ ७:१० बजे भएको अकल्पनीय चिरवियोग तथा महाप्रस्थानको संवेदनशील क्षणमा सहज बैकुण्ठबासको कामनासहित आज १३औं दिनको पुण्यतिथिमा भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौं ।

साथै हाम्रो परिवारको धरोहर सदस्य वियोगको अवस्थामा हामीलाई समवेदनाका शब्दसहित साथ र सहयोग गर्नुहुने आफन्तजन, छरछिमेक, कुलकुटुम्ब, बन्धुबान्धव, संघ-संस्था, मलामीजन, गुरु-पण्डित लगायत सम्पूर्णमा आभारसहित हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दछौं ।

यस्तैगरी यही मिति २०८१ बैशाख १३ गतेका दिन पर्न गएको १३औं शुद्धिशान्ति कार्यक्रममा उपस्थित भई पितृप्रसाद ग्रहण गरी यहाँहरु सम्पूर्णले हामीलाई शुद्ध तुल्याइदिनुहुन समेत हार्दिक निमन्त्रणा गर्दछौं ।

श्रीमान : **गोकुलप्रसाद अधिकारी**

छोरा-छोरी :
अभिषेकप्रताप अधिकारी
अस्मिता अधिकारी
जेठाजु-जठानी दिदी :
केशवप्रसाद-हरिमाया अधिकारी
भतिज-भतिजी :
इन्दु, भाष्करप्रताप र आदित्यप्रताप अधिकारी

आमाजु दिदी-भिनाजु :
गीतादेवी-ओमनाथ खतिवडा
नन्द-नन्दज्वाईं :
दुर्गा शर्मा, पवित्रादेवी-केदारनाथ कोइराला

भान्जा-भान्जेबुहारी :
बिनोद-निलम खतिवडा,
चन्द्रप्रसाद-पुनम खतिवडा
मोहन-सुवित्रा खतिवडा
रबिन-विनिशा कोइराला,
रबिना, अश्लघेषा, अशिम, एनी कोइराला
भान्जी-भान्जीज्वाईं :
मीना-कृष्ण निरौला

एवम् **सम्पूर्ण अधिकारी परिवार**

बिर्तामोड-४, एक कि.मि. देवशान्ति टोल, झापा

श्रीअन्तु प्रकाशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित - कार्यालय : बिर्तामोड-१, झापा ■ प्रकाशक : भरतलाल गिरी, ■ अध्यक्ष : टोरुप प्रसाई, ■ व्यवस्थापक : चन्द्रकान्त ढकाल (९८४४६४२०९५/ ९८१७९९०२९९) ■ प्रकाशन सहयोगी : भानुप्रसाद शिवाकोटी ■ सम्पादक : एकराज गिरी
■ कार्यकारी व्यवस्थापक : होमप्रकाश अधिकारी (९८४२६३४७४०) ■ अनलाइन संयोजक : नरेन्द्र ढकाल ■ सह-सम्पादक : सुरेन्द्र भण्डारी ■ डेस्क सम्पादक : लक्ष्मण ढकाल ■ लेखा : सोमनाथ भण्डारी ■ बजार व्यवस्थापक : लीला आचार्य (९८१४०१८५७१) ■ कम्प्युटर : रुपा मुखिया/ सन्तोष अधिकारी
■ बिर्तामोड प्रतिनिधि: गोपाल अधिकारी-९८०७९१०२२२/सञ्जय श्रेष्ठ ९८०६०३३१५३ ■ प्रोसेसिङ : गोपाल मण्डल ■ प्राविधिक : बद्री महतारा (कार्यालय फोन : ०२३-५३१००२/प्रशासन/विज्ञापन : ०२३-५३००४४) Email: purwanchal2052@gmail.com

पूर्वाञ्चल

सम्पादकीय

यथार्थको पक्षमा इलामेली

अहिले नेपालको राजनीति पूर्वी नेपालको सूर्योदयको जिल्ला भनिने इलाममा केन्द्रित भएको छ । इलामको २ नम्बर निर्वाचन क्षेत्रका सांसद सुवासचन्द नेम्वाङको निधन भएपछि सो ठाउँमा हुन लागेको उपनिर्वाचनका कारण इलाम नेपाली राजनीतिको केन्द्रमा परेको हो । इलामको उक्त क्षेत्रमा लगातार निर्वाचन जित्दै आएका एमालेका नेम्वाङको रिक्तता पूर्ति गर्न एमालेले उनकै छोरा सुहाङलाई उम्मेदवार बनाएर इलामेलीको सहानुभूति बटुल्ने रणनीति बनाएको छ । तर, पछिल्लो समय मतदाता भावनात्मकभन्दा पनि कार्य, भूमिका र योगदानमा आधारित प्रतिनिधि चयन गर्ने पक्षमा देखिएका छन् । यही बैशाख १५ गते हुन लागेको उपनिर्वाचनको मौन अवधि बुधबार राति बाह्र बजेबाट लागू हुँदैछ । त्यसउसले त्यसअघिसम्म मात्र उम्मेदवार तथा नेता कर्याकर्ताले सभा गर्न पाउने छन् ।

कूल एक लाख १६ हजार आठ सय ८९ मतदाता रहेको इलाम २ मा दल र स्वतन्त्र गरी १९ जना उम्मेदवार छन् । त्यसमा पनि विगत लामो समयदेखि कांग्रेस र एमालेकै मुख्य प्रतिष्पर्धा रहिआएको छ । तर, यस पटक भने नयाँ जन्मिएर एकैचोटी सत्ताको धुरीमा पुगेको राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीले यी दुबै दललाई चुनौती दिइरहेको छ भने पहिचानको मुद्दा लिएर स्वतन्त्र उम्मेदवार बनेका डकेन्द्र सिंह लिम्बू पनि ठूला दुईवटै दलका लागि चुनौती बनेका छन् । तीन दशकदेखि एक छत्र जित्दै आएको एमाले र ठूलो जनाधार भएको नेपाली कांग्रेस मुख्य प्रतिष्पर्धी रहेको अघिल्लो निर्वाचनमा कांग्रेसका डम्बर खड्का झिनो मतले मात्र पराजीत भएका थिए । यसपटक भने इलाम कांग्रेस आफ्नो इतिहास कायम गर्ने अभियानमा छ । त्यसका लागि पार्टीका महामन्त्री, उपसभापति लगायतका केन्द्रीय नेताहरु समेत खड्काको पक्षमा निर्वाचन क्षेत्रमा खटिएका छन् ।

त्यसो त सहानुभूतिको मत पाउने आशा नेपालको परम्परा जस्तै हो । विगतमा यस्तो अभ्यास गरिएकै हो, तर इलामेली जनता भावनाभन्दा पनि समृद्धि र विकासको पक्षमा देखिएका छन् । आफ्नो सुख-दुःख, अर्म-पर्म र गाह्रो-अप्ठ्यारोमा साथ रहने प्रतिनिधि चयन गर्न आतुर देखिन्छन् । एकातिर पहिचानको मुद्दा कोशी प्रदेशको लागि सबैभन्दा ठूलो समस्या भएको छ, जहाँ पहिचान खोज्नेहरुकै बसोबास अधिक छ भने अर्कातिर विकास र समृद्धि यहाँका जनताको प्राथमिक आवश्यकता हो । यस्तोमा चुनावी एजेन्डालाई केन्द्रमा राखेर प्रतिनिधि चयन गर्न, मतदान गर्न र इलामलाई आर्थिक दृष्टिले समेत अग्रणी बनाउने तर्फ मतदाता गम्भीर हुनुपर्छ र हुन्छन् । कृषि, सडक, खानेपानी, बजारीकरण लगायतका पूर्वाधार तयार गर्न समेत योग्य पात्र चयन गर्न इलामेलीहरु सचेत र सजग पनि छन् ।

आर्थिक वृद्धिका रणनीति

गोपीनाथ मैनाली

इयानी रोड्रिक र जोसेफ स्टिग्लिजले विकासशील मुलुकको आर्थिक स्थितिको विश्लेषण गरेर गत जनबरीमा एउटा लेख प्रकाशित गरी आर्थिक वृद्धिको नयाँ रणनीति सुझाएका छन् । उनीहरूका अनुसार विगतका आर्थिक घटनाक्रमले आर्थिक वृद्धिको पारम्परिक रणनीतिमा परिवर्तनको माग भइरहेको छ । पूर्वी एसियाली मुलुकले अपनाउँदै आएको निर्यातमूलक वृद्धि ढाँचा अब काम नलाग्ने भएको छ । बढ्दो आप्रवासन, जलवायु परिवर्तन र कार्बन फुटप्रिन्ट, प्रविधिको परिवर्तन र विश्वव्यापीकरणका प्रक्रियाले आर्थिक वृद्धिका लागि नयाँ रणनीतिको सख्त माग गरेको छ । तर, नीतिनिर्माताहरू परम्परागत ढाँचा, सिद्धान्त र सूत्रमा रमाएका छन्, जसले गहिरिँदो आर्थिक अस्थिरता, निमानवीकृत विकास र पुँजी प्रवाहको अस्मेललाई कत्ति पनि सम्बोधन गर्ने ल्याकत राख्दैन ।

नेपाल लगायत अल्पविकसित मुलुकहरू लामो समयदेखि अर्थतन्त्रका संरचनात्मक अवरोध र व्यावहारिक समस्या भोगिरहेका छन् । न्यून प्रतिव्यक्ति आय, आर्थिक द्वैधता, न्यून आर्थिक वृद्धि, न्यून क्षमताको मानव साधन, परम्परागत प्रविधि, सानो पुँजी बजार, उच्च वेरोजगारी, तीव्र मूल्य वृद्धि र अनुपयुक्त संस्थाहरू यी मुलुकका साझा समस्या हुन् । यी मुलुकमा रहेको सामाजिक तहसोपान र आर्थिक अनुशासनहीनताले आर्थिक वृद्धिलाई नकारात्मक प्रभाव पारिरहेका छन् । पर्याप्त सम्भावना भएर पनि उपलब्ध स्रोतसाधनको उपयोग गर्ने संस्थागत परिपाटी नहुँदा मुलुक समस्यामा जेलिँदै गएका हुन् । अफ्रिकी सब सहारा मुलुकमा रहेको यस्ता समस्यालाई जनाउन सत्तरीको दशकमा सुशासनको अभाव शब्द प्रयोगमा ल्याइएको थियो । याने कि अविकासको कारण कुशासन हो, सुशासनबाट मात्र विकास सम्भव छ । तर, सुशासनलाई आजभोलि यति सामान्यीकरण गरिँदै छ कि जसले जुन अर्थमा प्रयोग गरे पनि हुने भएको छ ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय विकास नीति समिति (सिडिपी) ले अतिकम विकसित मुलुक निर्धारणका लागि तीन आधार आर्थिक जोखिम, न्यून प्रतिव्यक्ति आय र मानव संशाधन सूचकलाई लिएको छ । प्रतिव्यक्ति आय वार्षिक औषत १,२३० अमेरिकी डलर र मानव संशाधन सूचक ६६ भन्दा माथि र आर्थिक जोखिम सूचक ३२ भन्दा तल भएमा मुलुकहरू अतिकम विकसितबाट विकासशील मानिन्छन् । यी तीन परिसूचक सुधार्न सकिने विषय हुन् । आर्थिक गतिविधि विस्तार गरेर राष्ट्रिय आय (प्रतिव्यक्ति आय) बढाउन सकिन्छ ।

शैक्षिक व्यावसायिक प्रतिष्ठानलाई उपयोग अनि दह्विलो स्वास्थ्य प्रणाली विकास गरेर मानव संशाधनलाई क्षमतावान् बनाउन सकिन्छ । असल नीति र कठोर कार्यान्वयनबाट आर्थिक जोखिम घटाउन सकिन्छ । यी कुरा केही वर्षमै गर्न सकिन्छ । किनकि अल्पविकसित मुलुकसँग पर्याप्त प्राकृतिक स्रोत उपलब्ध छन्, तिनलाई उपयोग गरेर आर्थिक वृद्धिको आधार बनाउन सकिन्छ । सस्तो र पर्याप्त श्रमशक्ति छ । यी साधन उपयोगमा मात्र होइन, लगानी र उत्पादनमा पनि यी मुलुक चोखा छन् । जैविक विविधता, सस्तो श्रम, उपयुक्त जलवायुलाई सबैले वृद्धि र विकासका सम्भावना देखाइरहेका छन् । नेपालका लागि त अवस्थितिको फाइदा पनि छ । आवश्यकता उपयुक्त नीति व्यवहारको हो ।

अल्पविकसित मुलुकले प्रतीक्षा गरिरहेको समृद्धिका लागि उपयुक्त रणनीति पहिलो सर्त हो । रणनीति निर्धारणमा सीमित विकल्प छन् । तिनलाई ठम्याएर मात्र आर्थिक वृद्धि प्राप्त गर्न सकिन्छ । अल्पविकसित मुलुकले लिएका रणनीति कि त आयातित छन् वा

सामान्यीकृत । नीति आपूर्तिकर्ताका रूपमा रहेका विश्व संस्थाहरूले सामान्यीकृत ढाँचामा सिफारिस गरेका नीति रणनीतिहरू नमूना मात्र हुन्, वास्तविक होइनन् । अर्थशास्त्रीय सिद्धान्त तथा सूत्र पनि खास अवस्थामा मात्र लागू गर्न सकिन्छ, न कि सबै मुलुकमा समान तरिकाले । यी मुलुकका नीति निर्माणमा वर्चस्व राख्ने व्यक्तिको सामान्यीकृत तथा सजिलो सैद्धान्तिकताका कारण निर्मित रणनीतिले वास्तविक धरातल पाउँदैनन् । राजनीतिक तह दृष्टिविहीन असल सोच राख्छन्, ती पनि बारम्बार बदलिने लचकदार चरित्रमा रहँदै आएका छन् । परिणामतः समृद्धि (वृद्धि र रोजगारी)को यात्रा सधैँ अलमलमा छ ।

यी मुलुकले चाहेको आर्थिक वृद्धिका लागि दुई प्रकारका रणनीति चाहिन्छ । पहिलो अल्पकालीन र दोस्रो दीर्घकालीन । वृद्धिका अल्पकालीन रणनीतिले तत्काल नतिजा देखाउने, आशा जगाउने र दीर्घकालीन वृद्धिको जग बढाउने गर्नुपर्छ । उत्पादन बढाउने, श्रमशक्तिलाई रोजगारी दिने, लगानीकर्तालाई सहयोग गर्ने र स-साना आर्थिक गतिविधिलाई घरपरिवार तहदेखि संस्थागत गर्ने प्रत्यक्ष हस्तक्षेपकारी कार्यक्रमलाई अल्पकालीन रणनीतिले बोक्नु पर्छ । यसको अगुवाइ सरकारले गर्नुपर्छ । उपयुक्त नीति कार्यक्रम छनोट, छनोटपूर्ण अनुदान, लक्षित रोजगारी र अनुदानका वित्तीय तथा मौद्रिक उपाय यस चरणमा आवश्यक हुन्छन् । नेपालको सन्दर्भमा रोजगारीकेन्द्रित तत्काल नतिजा दिने छनोटपूर्ण कार्यक्रम जरुरी छ । युवामा थोरै भए पनि आशा जगाउन यस्ता कार्यक्रम सफल हुनु पर्छ । विगतमा अभ्यासमा लिइएका सस्तो राजनीतिक लोकप्रियताका प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रम, प्रधानमन्त्री कृषि कार्यक्रम पुनर्संरचना गरेर मात्र स्थानीयकरण गरिनु पर्छ ।

उपयुक्त अल्पकालीन रणनीतिले जगाएको आशामाथि दीर्घकालीन रणनीति लिनु पर्छ । यस अन्तर्गत अर्थतन्त्रलाई आन्तरिक रूपमा सबल बनाउने कार्यक्रम चयन, विस्तृततामा आधारित, उच्च आर्थिक वृद्धि हुने, राष्ट्रिय अर्थतन्त्रको विकासका साथै अन्तर्राष्ट्रिय मूल्य आबद्धता (ग्लोबल भ्यालुचेन)मा गासिने, इकोनोमिक डबल टायम घटाउने, अर्थतन्त्रको लागत संरचना घटाउने नीति कार्यक्रम लिइनु पर्छ । यस प्रकारका नीतिको चरित्र नीति संयमता राख्ने खालका हुन्छन् । सस्तो लोकप्रियताका दृष्टिकोण राखिनु हुन्न । उत्पादनका नवप्रवर्तन क्षेत्र, बजार तथा वस्तु विविधीकरण, स्थानीय-राष्ट्रिय-वैश्विक आबद्धता दीर्घकालीन रणनीतिका साझा चरित्र हुनु पर्छ । सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा राजनीतिक तहले 'गुड फर बजेट, ब्याड फर इकोनोमी'को प्रवृत्ति लिनै हुँदैन । आर्थिक वृद्धिलाई प्रोत्साहन गरिराख्ने माग पक्षीय र पूर्ति पक्षीय सजगता लिनु पर्छ । आर्थिक नीतिका चार स्तम्भ वित्तीय नीति, मौद्रिक नीति, बाह्य क्षेत्र नीति र आर्थिक समायोजन कार्यक्रममा जोड दिनु पर्छ ।

अल्पविकसित मुलुकका अर्थतन्त्र त्यसै पनि कमजोर नीति आधारमा रहँदै आएका छन् । पछिल्ला वर्षमा थप चुनौती आएका छन्, जसलाई सम्बोधन गर्ने नीतिशिल्पको माग बढ्दै गएको छ । नेपाल जस्ता मुलुकमा तत्काल रोजगारी सिर्जना नगरे वृद्धि मूलक आशा निर्माण गर्न सकिँदैन । नेपालमा केही हुँदैन, कसैले केही गर्दैनन् भन्ने भाष्य परिवर्तन गर्ने नागरिक शिक्षा, डिग्री होइन, सिप भन्ने संस्कार र शिक्षालाई उत्पादनमा जोड्ने अभियान चाहिन्छ ।

विश्वव्यापी मौन सङ्कट बनेको जलवायु परिवर्तनको मार पनि नेपाल जस्ता मुलुकले बढी नै बेहोरिरहेका छन् । जलवायु परिवर्तनका नकारात्मक असरबाट अल्पविकसित मुलुकका आर्थिक नीतिहरू प्रभावित भएका छन् । अनुकूल क्षमताको लागत बढ्दो छ र लामो समयसम्म यो रहिरहने सङ्केत देखिएको छ । विकास नीति र आर्थिक उत्पादनका कार्यक्रम जलवायु परिवर्तनमैत्री बनाउनुपर्ने बाध्यात्मक विकल्प मात्र बाँकी छ । साथै सनातनी खैरो वृद्धिबाट हरितवृद्धि तर्फको सङ्क्रमणको लागत समायोजन सामर्थ्यको माग पनि छ । तर, साठीको दशकमा जन्मेर असीको दशकमा दीक्षित भएका अर्थशास्त्री र नीति निर्माताहरू सनातनी सोचमा सामान्यीकृत भएर आफ्नै सन्ततिप्रति समेत न्याय गरिरहेका छैनन् । नीति पकड उनीहरूकै छ । उच्च, फराकिलो, समावेशी तथा दिगो आर्थिक वृद्धिको बाधक बन्ने यो स्थिति हटाउनु झनै जरुरी छ ।

विज्ञान र प्रविधिसँग सचेत सावधानी नहुँदा आर्थिक वृद्धिको दिगो आधारप्रति खेलाँची भइरहेको छ । प्रवर्तन, प्रसार र उपयोग गर्ने क्षमता विकास नहुँदा प्रविधिका चुनौतीले कमजोर अर्थतन्त्रलाई निरन्तर सीमान्तीकरणतर्फ धकेलेको छ । मुलुकका रैथाने स्वभाव र सिपलाई नवीन आवश्यकतामा अनुकूलित हुँदै उपयोग हुने स्थानीय क्षमताको प्रखर माग छ । विपन्न मुलुकका गतावधिक नेताहरू आफूले बुझेको राजनीतिलाई सर्वस्व मानिरहेका छन् । सम्पन्नतातर्फ गइरहेका मुलुक प्रविधिको मातमा उत्ताउलिएका छन् । क्लाउड सेडिङ, डिजिटल फ्युडालिज्म, इन्फोटेक वार, फिन्टेक विसङ्गति, अन्तरिक्ष अतिक्रमण जस्ता यस शताब्दीका नव चुनौतीले अग्रतामुखी स्वयम् सूचित अर्थ शिल्पकारिताको माग गरेको छ । यसर्थ स्थानीय सामाजिक आवश्यकता र वैश्विक सन्दर्भलाई सन्तुलनमा ल्याएर नै आर्थिक वृद्धिको अभिष्ट पूरा गर्न सकिन्छ । *गोप*

गर्मीयाममा कस्तो पेय पदार्थ पिउने त ?

गर्मीयाम शुरु भएसँगै तीर्खा मेट्नका लागि विभिन्न चिसो पेय पदार्थ (कोल्डड्रिंग्स)को खपत बढ्ने गर्दछ । अहिले धेरै मानिसहरु स्वस्थकर तथा पोषिला स्थानीय पेय पदार्थको सट्टा बजारिया पेय पदार्थको स्वादमा लट्ठ पारिरहेका छन् । मानिसहरुले दूध, दही जस्ता पोषिला पेय पदार्थ बेचेर विभिन्न ब्राण्डका पेय पदार्थ सेवन गरिरहेको देखिन्छ । चिसो पेय पदार्थहरु अहिले गाउँघरमा छ्यापछ्याप्ती छन् । यस्ता वस्तुहरु अहिले शान, मान र सगुन सामग्री नै बनिसकेको देखिन्छ । यी पेय पदार्थहरुले मोही, सर्वत जस्ता नेपाली शैलीका कैयौँ पेय पदार्थलाई विस्थापन गर्दै लगिरहेका पनि छन् ।

अति गुलिया र रसायन मिसिएका यी पदार्थका कारण भविष्यमा उपभोक्ताहरुको दाँत, पेट, हाडजोर्नी लगायत शरीरका अन्य अङ्गहरुमा रोगहरुले घर बनाउँछ । यी पेयहरुले मोटोपनको समस्या निम्त्याउँछ । जति-जति यी पेयहरुको उपभोग बढ्दै जान्छ, त्यति नै तिनीहरुको सेवनबाट हुने स्वास्थ्य समस्याहरु पनि थपिँदै गएको छ । तर, उपभोक्ताहरु के कारणले आफूलाई स्वास्थ्य समस्या भइरहेको छ भन्ने कुरा खुट्याउन सकिरहेका हुँदैनन् ।

रेडियो, टेलिभिजन र ठाउँ-ठाउँमा राखिएका विज्ञापन बोर्डहरुमा गरिएका भ्रम पार्ने विज्ञापनहरुका कारण उनीहरु त्यस्ता पेयले आफूलाई राम्रै गरिरहेको होला भन्ने विश्वास हुन्छन् । यसरी पिउँदापिउँदै कतिपयलाई त नशालु पदार्थ जस्तै लत नै लागिसकेको हुन्छ । प्रसिद्ध खेलाडीले आफ्नो सफलतापछि विभिन्न ब्राण्डका पेय पदार्थ घ्वाटघ्वाट पिएर आनन्द लिएको देखाउने टेलिभिजनको आकर्षक विज्ञापनले युवायुवतीलाई हरेक खुशीमा यसै गर्न प्रेरित गरिरहेको हुन्छ । अर्द्धनग्न नर्तकीले डान्सवार वा डिस्को थेकमा पसिना पुछ्दै बोतलबाट हल्का पेय पिइरहेको देखेपछि यो पिउनै पर्ने पेय पदार्थ रहेछ भन्ने युवा मस्तिष्कमा छाप बस्छ । वास्तवमा उपभोक्तालाई आकर्षित गर्ने यस्ता चिसो पेयको विज्ञापनले धेरैलाई झुक्याइरहेको छ ।

बजारमा जताततै पाइने चिसो पेय अहिले नेपालका त्यस्ता दुर्गम स्थानहरुमा पनि पुगेका छन्, जहाँ दूधका पाकेट र औषधिहरु पनि पुग्न सकेका छैनन् । यी वस्तुहरुको तडकभडकयुक्त प्रचारप्रसार र पहुँचका कारण दुर्गम ग्रामीण क्षेत्रका मानिसले पनि अहिले यी वस्तुहरुलाई फेसन र आधुनिकताको प्रतीकका रुपमा स्वीकार गरिरहेका छन् । अधिकांश उपभोक्तालाई ती चिसो झोलमा भएका तत्वहरु र तिनीहरुले शरीरलाई पार्ने हानी बारे कुनै जानकारी नै भएको हुँदैन । वास्तवमा यी पेय पदार्थहरु रङ्ग, बास्ना, गुलियो अमिलो स्वाद घोलेर फिँज उठ्ने बनाई आकर्षक बोतलमा बन्द गरिएका चिसो पेय हुन्, जुन धेरै महङ्गा र हानिकारक हुन्छन् ।

यस्ता चिसो पेयमा चिनीको मात्र अति नै बढी हुन्छ । भविष्यमा विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कारण पनि बन्न सक्छन् । ती तत्वहरुले मानिसको हाड कमजोर हुने, शरीर मोटो पार्ने, दाँत खियाउने, र क्यान्सर जस्ता रोगहरु लगाउन सक्छन् । अमेरिकन डायविटिक एसोसिएसन र अमेरिकन हार्ट एसोसिएसनले चिनी भएको सोडाको हाल भइरहेको उपभोग घटाउन आग्रह गरेका छन् । अमेरिकन डायबिटिज एसोसिएसनले डायबिटिजको सन्दर्भमा सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा खाना नै हो । साथै, शरीरको तौल बढाउन र रगतमा ग्लुकोजको मात्रा बढाउनका लागि पेय पदार्थको भूमिका उत्तिकै हुन्छ । सो एसोसिएसनले यदि डायविटिज भइसकेको छ वा हुने जोखिम छ भने पिउनका लागि पानी, बिना चिनीको चिया, कफी वा अरु कुनै कम क्यालोरी भएको पेय पदार्थ वा कागती पानी मात्र पिउन सुझाव दिएको छ ।

कोल्डड्रिंगसमा हुने हानीकारकतत्वहरु

चिसो पेय पदार्थहरुमा स्वास्थ्यलाई हानि गर्ने विभिन्न तत्वहरु पाइएका छन् । यी पेयहरुमा एकक्षणका लागि मात्र स्फूर्ति दिने र लत बसाउने तत्वहरु पनि हुन्छन् । ती तत्वहरुले हाम्रो स्वास्थ्यमा दीर्घकालीन रुपमा विभिन्न असरहरु पार्छन् । केटाकेटीहरुलाई यस्तो पेय पदार्थ दिँदा यी झोलहरुमा हुने चिनीले मोटो बनाउँछ । चिसो झोलमा फोस्फोरिक अम्ल धेरै मात्रामा हुन्छ र यस अम्लले केटाकेटीको हाडलाई कमजोर पार्छ । चिसो पेय पदार्थमा पाइने क्याफिन केन्द्रीय स्नायु प्रणालीलाई उत्तेजित

गराउने र लत लगाउने तत्व हो । यसले कृत्रिम रुपमा शरीरलाई उत्तेजित गराउँछ र हृदयगती बढाउँछ । यस्तो उत्तेजित अवस्थामा स्मरण शक्ति बढेको, स्फूर्ति बढेको, र थकाई मेटिएको अनुभव हुन्छ । तर, यस्तो अवस्था क्षणिक हुन्छ । यतिमात्र होइन, चिसो पेय पदार्थमा हुने क्याफिन र चिनी दुबैले क्याल्सियम नष्ट गर्ने र हाड खियाउने गर्दछन् ।

चिसो पेयहरुलाई ताजा राख्न र स्वादिलो बनाउन साइटिक एसिड, फोस्फरिक एसिड र कहिलेकाहीँ म्यालिक र टारटारिक अम्लहरु राख्ने गरिन्छ । यी अम्लहरुले झोललाई सड्नबाट रोक्दछन् र मिठासलाई सन्तुलनमा राख्ने मद्दत गर्छ । अम्लहरुको कारणले नै चिसो पेय पिउँदा तिर्खा मेटिएको महशुस हुन्छ । चिसो पेय पिउँदा माथि तैरिएका फोका तथा फिँजले नै आनन्द दिन्छ । यी फोका र फिँज फोस्फोरिक अम्ल र कार्वन डाइअक्साइडबीचको प्रतिक्रिया भएर बन्दछन् । यी तत्वहरुका कारणले पेट पोल्ने र घाउ हुने गर्दछ । फोस्फोरिक अम्ललाई क्रोम धातुको खिया र मोटरको ब्यार्टी सफा गर्न प्रयोग गरिन्छ । यो कुराले नै यो अम्ल निकै पोल्ने खालको छ भन्ने स्पष्ट गर्दछ । धातुको खिया पखाल्ने अम्लले हाम्रो शरीरको मासुलाई सजिलै पोल्न सक्दछ ।

कोल्डड्रिंगसको सट्टा कागती पानी

गर्मीयाममा तीर्खा मेट्नका लागि बजारिया चिसो पेय पदार्थ नै सेवन गर्नुपर्छ भन्ने छैन, वर्षैभरि पाइने कागती गर्मीमा वा जाडो जुनसुकै बेलामा, तातो वा चिसो जे पदार्थमा मिलाएर खान सकिन्छ । स्वाद र स्वास्थ दृष्टिकोणले पनि यो अति राम्रो तत्व हो । म व्यक्तिगत रुपमा कागतीलाई 'औषधिको डल्लो' भन्छु । बिहान उठ्ने बित्तिकै चिनी नहालेको कागती चिया खान्छु । दालमा मिलाएर खान्छु । यसैले मैले कहिले पनि भिटामिन 'सी' को गोली त खानै परेको छैन । कागतीमा पाइने एउटा महत्वपूर्ण तत्व हो भिटामिन 'सी' । भिटामिन 'सी'को महत्वको बारेमा अहिले त धेरै जनाले थाहा पाइसकेका छन् । विज्ञानले पुष्टि गरेको छ कि भिटामिन 'सी'ले रोगसँग लड्नसक्ने प्रतिरोधात्मक शक्ति प्रदान गर्छ ।

हाम्रो भान्छामा खाइने अचार पनि भिटामीन 'सी'ले युक्त हुन्छ । गर्मी शुरु हुने बेलामा अक्षय तृतीयामा सान्है कागतीको सर्बत र जौको सातु खान दिने हाम्रा पुर्खाहरुले चलाएका चलन पनि कागतीको महत्व बुझेर नै होला । गर्मीको बेलामा कागतीसँग सातु पिउँदा पेट भरिन्छ र गर्मीको बेलामा हुने विभिन्न पेटको गडबडीबाट बच्न सकिन्छ । गर्मीमा शरीरलाई चाहिने ऊर्जा पनि पर्याप्त हुन्छ । सातु र कागती सर्बत पिउने प्रचलन हराउँदै गएर आजकाल त अक्षय तृतीयको दिनदेखि जन्म दिनमा पनि प्याकेटका फलफूलको महँगो तर स्वास्थ्यलाई हानी गर्ने फलफूलको नक्कली रस, चिसो पेय पदार्थहरु खाइन्छ ।

नेपालमा महिलाहरूलाई रगतको कमी भयो भनेर अनेक औषधि दिइन्छ । तर, कागतीमा रहेको भिटामिन 'सी'ले भोजनमा रहेको लौह तत्वलाई शोषण गर्नमा मद्दत गर्छ भन्ने कुरा प्रचार भएको छैन । कतिपय स्वास्थ्यकर्मीहरुले रक्तअल्पता भएका महिलालाई भिटामिन 'सी'को चक्की दिन्छन् र खानासँग खानु भन्छन् । सायदै कुनै स्वास्थकर्मीले कागतीको रस भोजनसँग मिसाएर खानु भन्ने गर्छन् । 'कागतीको रस मिसाएर' भोजन खाउभन्दा औषधि कम्पनीहरुको फाइदा हुँदैन र त्यसैले यस्तो जानकारीलाई बढावा दिने चलन छैन । तर, मासको वा कुनै दालसँग कागतीको रस वा गोलभेडाको अचार खाँदा दालमा रहेको लौहतत्व राम्रोसँग सोसिन्छ । फलामको भाँडोमा पकाएको कुनै पनि दाल, तरकारीमा कागतीको रस मिसाएर खाँदा गर्भवती महिलालाई रगतको कमीबाट रोक्न प्रोटिन प्राप्त हुन्छ ।

साइट्रिक एसिड विभिन्न फलफूलमा पाइन्छ भन्ने जानकारी वैज्ञानिकहरुले १७औं शताब्दीमा पत्ता लगाएका हुन् । शरीरको अतिरिक्त क्रियाकलापहरुलाई सञ्चालन गर्न यो एसिडको महत्व छ र कागतीमा यो सहजै पाइन्छ । आजकल कागतीको रस हालेर चिया, सर्वत खान वा पाहुनालाई सत्कार गर्ने चलन बढेको छ । गर्मीको बेलामा पनि स्वास्थ्यकर कागतीको सर्बत हामी दिन हिच्किचाउनु पर्दैन । बालबालिकालाई पनि बट्टाको 'जुस' होइन कागतीको सर्बत दिनुपर्छ ।

हात्तीपाइले रोग निवारण गर्न अन्तरक्रिया

An error occurred while printing this page.
Error: **typecheck** Offending Command: **setcolor**
Suggestions:
Restart your printer and send document again. Try proof print or moving some of the non-printing elements off the page.

ताप्लेजुङ -पाथीभरा सफल यात्रा

बिर्तामोडबाट फिदिम, ताप्लेजुङ हुँदै पाथीभरा मन्दिरसम्म साथै थेचम्बू, मेमेङसम्मको सफल यात्राका लागि हामीलाई सम्झनुहोस् ।

ताप्लेजुङ पाथीभरा काउन्टर
मो. ९८०३२५०४७२, ९८०१३६४०९३

उच्च गुणस्तर सुलभ मूल्य
सयपत्री बालुवा प्रशोधन उद्योग

यहाँ आधुनिक प्रविधिद्वारा प्रशोधित बालुवा, गिटी आदि निर्माणजन्य सामग्री सुपथ मूल्यमा पाइनुका साथै तुरुन्त डेलिभरी समेत गरिन्छ ।

सम्पर्क :
९८०४९५४४००, ९८६६२४२४६६
अर्जुनधारा नगरपालिका– ४, झापा

बराल ट्याक्सी सर्भिस

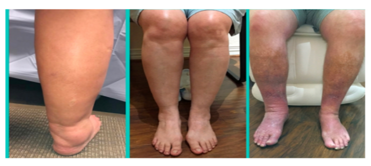
दमक-बिर्तामोड-जितपुर-मंगलबारे
दैनिक सेवा
रिजर्वको लागि पनि हामीलाई सम्झनुहोस्

छुट्ने समय		सम्पर्क (चालक)	
दमकबाट	बिहान ६ बजे	सन्तोष	जीवन कार्की
बिर्तामोडबाट	बिहान ७ बजे	९८०६०१८१७४	९८१६९४०१७३
मंगलबारेबाट	दिउसो १२ बजे	९८४०३८७६७५	मे १ ज १६७०

हात्तीपाइले रोग विरुद्धको औषधी खुवाउने बारे बिर्तामोड नगरपालिकाको अत्यन्त जरुरी सूचना

यस बिर्तामोड नगरपालिका अन्तर्गतका १० वटै वडाहरूमा यही मिति २०८१ साल वैशाख १६ गतेदेखि हात्तीपाइले रोग विरुद्धको औषधी तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीद्वारा सेवन गराइने व्यहोरा सम्पूर्ण नगरबासीहरूमा जानकारी गराइन्छ । यो अभियान २०८१ वैशाख २५ गतेसम्म सञ्चालन हुने भएकोले उक्त औषधी आफूले सेवन गरी आफ्नो परिवारलाई समेत सेवन गराई जनस्वास्थ्य समस्याको रूपमा रहेको हात्तीपाइले रोगबाट हुने अपाङ्गताबाट बच्न तथा बचाउनु हुन सबैमा हार्दिक अनुरोध छ ।

हात्तीपाइले रोगका लक्षणहरू



- ज्वरो आउने
- शरीरमा कम्पन हुने
- लिम्फनलीहरू सुन्निने र रातो भई दुख्ने
- हातखुट्टामा निला धर्साहरू देखिने
- शरीरका विभिन्न भागमा गिर्खाहरू बढ्ने तथा पुरूषको अण्डकोष वरपर नसाहरू फुल्ने
- पुरूषमा अण्डकोष ठुलो भई हाइड्रोसिल हुने
- महिलामा यौनाङ्ग तथा स्तन सुनिने र दुख्ने
- खुट्टाहरू सुन्निएर हात्तीपाइले हुने
- पिसाब सेतो वा रातो आउने
- लामो समयसम्म सुख्खा खोकी लागिरहने
- दम बढ्ने तथा रगतमा इसिनोफिलिया बढ्ने आदि ।

दुई वर्ष मुनिका बालबालिकाहरू, गर्भवती महिला तथा सात दिनभित्रका सुत्केरीहरू र ओच्छ्यान लागेका सिकिस्त बिरामीहरूबाहेक सबैले यस रोगबाट उत्पन्न हुने समस्याहरूबाट छुटकारा पाउन अनिवार्य रूपमा यो औषधी सेवन गर्न सकिने कुरा जानकारी गराइन्छ ।

बिर्तामोड नगरपालिका
स्वास्थ्य शाखा
झापा, कोशी प्रदेश, नेपाल

सेफ्टी ट्यांकी चाहिएमा

अब झापामा सेफ्टी ट्यांकी सफा गर्नु परेमा **राम्रो सेफ्टी ट्यांकी**लाई सम्पर्क गर्नुहोस् । *सस्तो, भरपर्दो, छिटो र छरितो सेवा उपलब्ध छ ।*

सम्पर्क : ९८१४९१७७११ /९८४२७३३६१२ /९८४२०७०५८६ /९७४२३१०३२८

हाडजोर्नी तथा नसाका समस्याहरूको सफल उपचार

पूर्वाञ्चलकै पहिलो तथा एकमात्र फरक चिकित्साको उपचार स्पार्क पूर्वाञ्चल अस्पताल बिर्तामोड झापामा हाडजोर्नी तथा नसाका बिरामीहरुको सफल उपचार ।

जाँच तथा उपचार हुने समस्याहरु
- गर्धन, ढाड, कम्मर दुख्ने, डिस्स प्रोल्याप्स, नसा च्यापिएको, हड्डी खिइएको
- बाथ रोग, युरिक एसिड बढेको, आर्थराइटिस, जोर्नी दुख्ने, जोर्नी जाम भएको
- शरीर झमझमाउने, पोल्ने, लाटो हुने, काम्ने,
- प्यारालाइसीस तथा हिंड्न गाह्रो हुने शरीरको एक वा दुबै भाग नचल्ने, मुख बाङ्गिएको बिरामीलाई भर्ना गरी विशेष उपचार गरिन्छ ।
- प्लाराइसीस भएका तथा हिंड्न नसक्ने बिरामीका लागि अस्पतालमा भर्ना गरी विशेष उपचार गरिन्छ ।

स्पार्क पूर्वाञ्चल अस्पताल, कनकाई रोड
नेपाल टेलिकम पूर्व बिर्तामोड, झापा (फोन : ०२३–५३०१२३, ९८०३१५४६१९)

ज्यो. पं. खेमप्रसाद पौडेल
फोन सम्पर्क ९८५११५४६९९

मेष (चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ) - विपरीत लिङ्गीसाथीबाट साथ र सहयोग प्राप्त हुनेछ, पराक्रममा वृद्धि हुनेछ, तपाईको समय उत्तमसिद्धी रहेको छ ।

बृष (इ, उ, ए, ओ, बा, बि, बु, बे, बो) - मनमा खटपटी पैदा हुनेछ, कार्यसिद्धीमा बाधा अड्चन आउने छ, घाटाको सामना गर्नुपर्ला, स्वास्थ्यमा विचार पुऱ्याउनुहोला ।

मिथुन (का, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, ह) - मिश्रित फलको समय छ, काममा उतारचढाव आउन सक्छ, खानपानमा ध्यान दिनुहोला, स्वास्थ्य त्यति राम्रो हुने छैन ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो) - मन अशान्त रहन सक्छ, पारिवारिक कारणले मनमा चिन्ता बढ्नेछ, व्यर्थको यात्रा गर्नुपर्नेछ, खर्चिलो योग रहेको छ ।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे) - बुद्धिको उपयोगले विद्या तथा धन आर्जन गर्ने समय रहेको छ, आफ्नो विचारले धेरैलाई प्रभावित बनाउन सकिने छ, शुभ खबर सुन्न पाइने छ ।

कन्या (टो, प, पि, पु, ष, ण, ठ, पे, पो) - समय अनुकूल रहेको छ, नयाँ कामको प्रश्ताव आउने छ, बोलिको भरमा अधुरो कामहरू फत्ते भएर जानेछ, मन प्रसन्न रहला ।

तुला (र, रि, रू, रे, रो, ता, ति, तु, ते) - मनमा सन्ताप बढेर जानेछ, क्रोधलाई नियन्त्रणमा राख्नुहोला, अधिक खर्च हुने समय छ, मावली पक्षबाट अशुभ समाचारको योग छ ।

बृश्चिक (तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, यि, यु) - तपाईको लागि आजको दिन मिश्रित फलदायी रहेको छ, परिवारजनमा बेमेलको स्थिति रहला, धैर्य रहनुहोला ।

धनु (ये, यो, भ, भि, भु, ध, फा, ढ, भे) - आजको दिन समयले साथ दिएको छैन, नचिताएको ठाउँमा धन खर्च गर्नुपर्दा मन खिन्न भएर जानेछ, परिवारजन बिमुख हुने छन् ।

मकर (भो, ज, जि, खि, खु, खे, खो, गा, गि) - समय शुभ फलदायी रहेको छ, मान प्रतिष्ठा बढेर जानेछ, लेनदेनमा विचार पुऱ्याउनुहोला, धार्मिक गतिविधि बढेर जानेछ ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सि, सु, से, सो, द) - समय सापेक्षित छ, जुनसुकै काम गरे पनि सिद्ध भएर जाने योग छ, साथीभाइले पूर्ण सहयोग गर्नेछन्, मन प्रशन्न रहला ।

मीन (दि, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, च, चि) - बोलिको प्रभावले आयआर्जनमा पछि परिएला, आज प्रियजनसँग भेट हुने समय रहेको छ, भैपरि आउने खर्चले चिन्ता बढाउन सक्छ ।