मोफसलको सर्वाधिक लोकप्रिय राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वाञ्चल

Purwanchal National Daily

श्रीअन्तु प्रकाशन (प्रा.)लि.

◆ वर्ष : २९ ◆ अङ्क : २२५ ◆ पृष्ठ ४ ◆ बिर्तामोड ◆ वि.सं. २०८१ असार १७ गते सोमबार (Monday, 1 July 2024) नेपाल सम्वत् ११४४ Web : www .purwanchaldaily .com ◆ मूल्य रु. : ५/- भारतमा भारु. : ४/-

सर्पले डसेमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

- सर्पले डसेका व्यक्ति आत्तिन सक्छन्, सान्त्वना दिऔं,
- आफ्नो नजिक सर्पदंश उपचार केन्द्र कहाँ छ ? जानकारी राखौं ।
- सर्पले डसेका व्यक्तिलाई तुरुन्त अस्पताल वा सर्पदंश उपचार केन्द्र पुर्‍याऔं,
- सवारीसाधनमा घाइतेलाई बसाएर सर्पले टोकेको ठाउँलाई मिलेसम्म मुटुको सतहभन्दा तल पारी लैजाऔं,
- झारफूक लगायतका गलत परम्परागत उपचार विधितिर नलागौं,

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सर्बियामा बन्धक बनाएर परिवारसँग फिरौती माग

बिर्तामोड, असार १५। बैदेशिक रोजगारीका लागि सर्बिया पुगेका दुई युवालाई बन्धक बनाएर परिवारसँग फिरौती रकम माग गरिएको घटना सार्वजनिक भएको छ ।

बिर्तामोड-२का ४५ वर्षीय आमाशु राजवंशी र २५ वर्षीय पशुपति राजवंशी मध्य-दक्षिण-पूर्वी युरोपमा पर्ने सर्बियाको जंगलमा बन्धक बनाइएको उनीहरुका आफन्तले बताएका छन् । सर्बियामा बन्धक बनाइएको खबर पाएपछि परिवारले उद्धारका लागि आग्रह गरेका छन् । योसँगै उनीहरुका आफन्त तथा बिर्तामोड नगरपालिकाकी कार्यपालिका सदस्य शर्मिला राजवंशीले प्रहरीलाई जानकारी गराएकी छिन् ।

उनीहरु मेचीनगर इँटाभट्टाकी सपना राजवंशीमार्फत काठमाडौंका विज्ञान खरेलको सम्पर्कमा पुगेको र खरेलले नै उनीहरुलाई विदेश पठाएको पारिवारिक स्रोतले जनाएको छ । सपनाका पति नरेश राजवंशी रोमानियामा छन् । उनीमार्फत राजवंशीद्वय गएको बताइएको छ ।

बन्धक बनाएको खबरपछि घरका सबै सदस्य चिन्तित बनेको बताउँदै एजेन्ट सपनालाई घरमा बोलाएको कार्यपालिका

सदस्य शर्मिलाले जानकारी दिइन् । बन्धकमा परेका उनीहरुलाई ज्यान मार्ने धम्की दिएपछि राजवंशी परिवार तनावमा परेको छ । लगातार टेलिफोन गरेर त्यस्तो धम्की दिएको परिवारले जनाएका छन् ।

बन्धक बनाएको भनिएका आमाशु शर्मिलाका काका र पशुपति काकाका छोरा हुन् । आमाशु गत चैतको अन्तिम र पशुपति बैशाखको पहिलो साता विदेश गएका थिए । उनीहरु साढे ६ लाख रुपैयाँ खर्चिएर इजिप्टका लागि गएका थिए । मानव तस्करले राजवंशीसहित ११ जनालाई सर्बिया पुर्‍याइएको थियो । अन्यको बारेमा खुलेको छैन ।

फोनबाट आफन्तहरुलाई जनही ३ लाख रुपैयाँ पठाइदिन अनुरोध गरेको शर्मिलाले बताइन् । उनले भनिन्- 'पैसा नदिए मार्ने धम्की बिहानदेखि रातिसम्म लगातार फोनबाट आइरहेको छ, घरी हिन्दी बोल्छन् घरी अरु भाषा ।' उनले फिरौती रकम बढाउँदै लगेको जानकारी दिइन् ।

११ जनालाई सर्बियाको जंगलमा हातखुट्टा बाँधेर बन्धक बनाइएको खबर आएको शर्मिलाले सुनाइन् । रकम पठाउन एकाउन्ट नम्बर पनि पठाइएको र राजवंशी परिवारले पैसा पठाउन खोज्दा एकाउन्ट नम्बर भने नमिलेको बताइएको छ । आफन्त समस्या परेको कुरा शर्मिलाले इलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनी, जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापा र सामी परियोजनामा जानकारी गराएको बताइन् ।

इलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनीका डीएसपी प्रकाश विष्टले नेपाली बन्धक भएको खबर परिवारमार्फत आएको र बन्धक भएकै आधारमा उनीहरुको उद्धारका लागि सम्बद्ध निकायसँग समन्वय गरिएको बताए ।

लालीगुराँसका अध्यक्ष र सीईओसहित ४ जना पक्राउ

काठमाडौं, असार १६। नेपाल प्रहरीले लालीगुराँस सहकारी संस्थाका अध्यक्षसहित चार जनालाई पक्राउ गरेको छ । काठमाडौं उपत्यका अपराध अनुसन्धान कार्यालयले उनीहरुलाई उपत्यकाका विभिन्न स्थानबाट पक्राउ गरी आइतबार सार्वजनिक गरेको हो ।

पक्राउ पर्नेमा अध्यक्ष अमरदास श्रेष्ठ, प्रमुख कार्यकारी अधिकृत सुरेन्द्र भण्डारी, कोषाध्यक्ष अमृतकुमार अर्याल र सदस्य कदमबाबा जोशी प्रधान छन् । ललितपुरको पुल्चोकमा रहेको उक्त सहकारीले सर्वसाधारणलाई आकर्षक ब्याज र चाहिएको बेला रकम झिक्न दिने भनी सञ्चालकलाई लाभ र बचतकर्तालाई हानी पुर्‍याएको प्रहरीको आरोप छ ।

साथै बचतकर्ताको निक्षेप समेत अपचलन गरी ठगी गरेको प्रहरीले जनाएको छ । उनीहरुबिरुद्ध गत चैत १ मा जिल्ला प्रहरी परिसर ललितपुरमा ठगी मुद्दा दर्ता भएको थियो । सोसँगै प्रहरीले अनुसन्धान शुरु गरेपछि चारै जना फरार थिए । गत शुक्रबार उनीहरुलाई पक्राउ गरेर प्रहरी परिसर ललितपुर पठाइएको प्रहरीले जनाएको छ ।

को हुन् अध्यक्ष श्रेष्ठ ?

७६ वर्षीय अध्यक्ष अमरदास श्रेष्ठ ३१ वर्ष नेपाल बैंकको मुख्य कार्यालय न्युरोडमा प्रमुख प्रबन्धक भई काम गरेका व्यक्ति हुन् । ०६१ सालमा सहकारीको सचिवको रुपमा उनले २ वर्ष काम गरेको प्रहरीले जनाएको छ । ०६४ सालमा सहकारीको उपाध्यक्ष भएका उनले

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

पहिरोले गाईघाट-दिक्तेल सडक अवरुद्ध

उदयपुर, असार १६। त्रियुगा नगरपालिका-१४ स्थित साउनेको हाडेथुम्कास्थित गाईघाट-दिक्तेल सडक शनिवारराति खसेको पहिरोका कारण आइतवार बिहानदेखि अवरुद्ध भएको छ ।

त्रियुगा-१४का वडाध्यक्ष हेमराज मगरका अनुसार साउनेको गाईघाट-दिक्तेल सडक अन्तर्गत हाडेथुम्काको डाँडाबाट पहिरो खसेका कारण सडक पुरिएपछि अवरुद्ध भएको हो । सडक अवरुद्ध हुँदा सदरमुकाम गाईघाट भएर खोटाङको दिक्तेललगायत पहाडी क्षेत्रतर्फ हिँडेका सवारी साधन रोकिएका छन् ।

यस्तै, खोटाङबाट उदयपुरको गाईघाट हुँदै विराटनगर, धरान, इलाम धनकुट्टा हिँडेका सवारी साधन पनि सडक अवरुद्ध भएपछि रोकिएका छन् । उदयपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी हरिप्रसाद घिमिरेले अवरुद्ध सडक खुलाउनका लागि

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

व्यवसायीको हितमा काम गर्न सुझाव

झापा, असार १६ । बिर्तामोडका ब्यवसायीहरुले स्थानीय सरकारले व्यावसायीहरुको हितमा काम गर्नु पर्ने आवाज उठाएका छन् ।

बिर्तामोड उद्योग वाणिज्य संघले आयोजना गरेको 'मेयरसँग व्यावसायी' विषयक कार्यक्रमका सहभागीहरुले यस्तो आवाज उठाएका हुन् । उनीहरुले स्थानीय सरकारले व्यावसायीको संरक्षण गर्नु पर्ने र आफूहरुको हितमा कार्यक्रम ल्याउनु पर्ने मागसमेत गरे । राज्यलाई सबैभन्दा धरै कर व्यावसायीले तिर्ने गरेको तर व्यवसायीको हितमा स्थानीय सरकारले कार्यक्रम ल्याउन नसकेको भन्दै उनीहरुले दुखेसो पोखे ।

कार्यक्रममा बोल्दै अलैंची व्यावसायी महासंघका केन्द्रीय अध्यक्ष निर्मल भट्टराईले कृषिजन्य बस्तुमा संघीय सरकारले छुट दिएपनि स्थानीय सरकारले कृषिजन्य बस्तु निर्यातमा

कर लिएको र त्यसलाई हटाइनु पर्ने माग राखे । महिला उद्यमी पार्वता खरेल विमलीले बिर्तामोडलाई प्लाष्टिकमुक्त बनाइनु पर्ने र महिला व्यावसायीलाई स्थानीय सरकारले उद्यमशीलतामा जोड्दै लानु पर्ने धारणा राखिन् ।

झापा गोल्डकपका अध्यक्ष विनोद बस्नेतले व्यावसायीको संरक्षण गर्दै उनीहरुको सुरक्षाका लागि सडक किनारमा सडक बत्ती जडान गर्नु पर्ने बताए । त्यस्तै अग्रसेन भवन बिर्तामोडका अध्यक्ष मोहन मित्तलले करका क्षेत्रमा नगरपालिका लचिलो बन्नु पर्ने र सबै व्यावसायीलाई करको दायरमा ल्याउनु पर्ने बताए । कर तिर्ने व्यावसायीलाई स्थानीय सरकारले सम्मानजनक व्यवहार गर्नु पर्ने उनको धारणा थियो ।

बिर्तामोड उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष राजु न्यौपानेको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा औचित्यमाथि प्रकाश पार्दै उनले भने- बिर्तामोड नगरपालिकाले व्यावसायीको हित हुने गरीका कार्यक्रम ल्याउन म

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

निकुञ्जका कर्मचारी मृत भेटिए

संखुवासभा, असार १६। मकालु वरुण राष्ट्रिय निकुञ्जका एक कर्मचारी मृत भेटिएका छन् ।

संखुवासभाको मकालु गाउँपालिका-३ हेदाङ्नागढीमा मकालु वरुण राष्ट्रिय निकुञ्जका प्रथ प्रदर्शक ५० वर्षीय केशरबहादुर कार्की मृत भेटिएका जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रहरी नायव उपरीक्षक घनश्याम श्रेष्ठले जानकारी दिए । उनलाई निकुञ्ज कार्यालयदेखि झण्डै तीन सय मिटरको दूरीमा स्थानीयले मृत फेला पारेपछि प्रहरीलाई खवर गरेका थिए ।

कार्की शनिबारसाँझ निकुञ्ज कार्यालयबाट बाहिर निस्किएका थिए । घटनाबारे अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

कृषक बस्नेतलाई उत्कृष्ट उद्यमी राष्ट्र पुरस्कार

बिर्तामोड, असार १६ । झापाको झापा गाउँपालिका रंगपुरका केरा कृषक चन्द्रप्रसाद बस्नेतलाई श्रम रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालयले सम्मान गरेको छ ।

वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएर नेपालमा उद्यम गर्नेहरुमध्ये झापा -३ रंगपुरका ३५ वर्षीय बस्नेतलाई सम्मान गरेको हो । आइतवार मन्त्रालयमा आयोजित कार्यक्रमका बीच एग्री सेन्टर झापाका सञ्चालक बस्नेतलाई नगद एक लाख ५० रुपैयाँसहित उत्कृष्ट

उद्यमी राष्ट्र पुरस्कारले सम्मान गरिएको हो ।

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

सशस्त्र प्रहरीको हेलमेट प्रहारबाट स्थानीय घाइते

बिर्तामोड, असार १६। सशस्त्र प्रहरीको हेलमेट प्रहारबाट झापा गाउँपालिकामा एक व्यक्ति घाइते भएका छन् ।

हेल्मेट प्रहारबाट झापा -४ भामटोलीका ५० वर्षीय हबिबुल्लाहको नाक र मुखमा चोट लागेको छ । नाक र मुख फुटेर रगताम्य भएका उनको बिर्तासिटी अस्पताल बिर्तामोडमा उपचार भइरहेको छ । आइतवार दिउँसो पन्थापाडा र सुकुमबासी बस्तीको बीचमा सशस्त्र प्रहरी जवानले हबिबुल्लाहलाई धकेल्दै हेल्मेट प्रहार गरेका थिए ।

झापा -४ का वडा अध्यक्ष मोहमद ताहिरकै अगाडि उनले हेल्मेट प्रहार गरेका बताइएको छ । वडा अध्यक्ष ताहिरका अनुसार हबिबुल्लाहका

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

व्यावसायिक बेसारखेती

वार्षिक ४५ करोडभन्दा बढीको बिक्री

धरान, असार १६। धरान उपमहानगरपालिका-२०का कृषक व्यावसायिक बेसारखेतीतर्फ आकर्षित भएका छन् । व्यावसायिकरूपमा बेसारखेतीमा लागेका धरान उपमहानगरपालिका-२० विष्णुपादुकाका तुलसिङ राईले बेसारखेतीबाट राम्रै आम्दानी गरिरहेको बताए ।

उनले २०४५ सालदेखि बेसारको खेती गर्दै आएका छन् । गतवर्षको तुलनामा यस वर्ष बेसारको राम्रै मूल्य रहेकाले आम्दानी पनि राम्रै भइरहेको उनी सुनाउँछन् । उनले वर्षमा चारदेखि पाँच क्वीन्टलसम्म बेसार उत्पादन गर्दै आएका छन् । जसबाट वार्षिक रु. दुई लाखदेखि तीन लाखसम्म आम्दानी हुने गरेको छ । अहिले बजारमा बेसार खुद्रा मूल्य प्रतिकेजी रु. दुई सय ८० देखि तीन सयसम्ममा बिक्री हुने गरेको छ ।

बेसार उत्पादक तुलसिङले भने- मैले चार कठ्ठा जग्गामा बेसारखेती गरेको छु, तीन/चार पटक गोडमेल गर्नुपर्छ, मेहनत अनुसारको आम्दानी पाएकाले खुसी छु । यहाँ उत्पादित बेसार धरान-१७ को मङ्गलबारे बजार, धरान कृषि बजारदेखि पोखरा, काठमाडौं, लहान तथा छिमेकी मुलुक भारतलगायतका ठाउँहरुमा जाने गरेको छ ।

व्यावसायिक रूपमा बेसारखेती गर्दै आएका अर्का किसान धरान उपमहानगरपालिका-२० का तिलक राई मौसमले साथ दिएको अवस्थामा बेसारखेतीबाट राम्रै आम्दानी हुने गरेको बताउँछन् । चार/पाँचकठ्ठा जमिनमा बेसारखेती गर्दै आएको छु, वार्षिक चार क्वीन्टलभन्दा बढी बेसार उत्पादन हुने गरेको छ, यसबाट रु. तीन लाखभन्दा बढी आम्दानी हुन्छ- उनले भने ।

धरानको विष्णुपादुकामा यस क्षेत्रमै सबैभन्दा धेरै बेसारखेती हुन्छ । ४१ वर्षदेखि बेसारखेती गर्दै आएका राईले भने- बेसार उत्पादन गर्दा मेहनत धेरै लाग्छ, हलोले जोत्न मिल्दैन, आफैंले कुटो, कोदालो लगाएर खन्नुपर्ने हुन्छ । पहाड जस्तो ठाउँमा गिटी, ढुङ्गा र बालुवा मात्र हुन्छ, खन्न निकै साह्रो हुन्छ, तर मेहनतअनुसार मूल्य राम्रै भएकाले दुःख बिर्सन्छु, खुशी हुन्छु ।

सोही ठाउँका अर्का किसान पदम राईले पनि बेसारखेती गरिरहेका छन् । यस क्षेत्रका उनी पुराना किसान हुन् । उनी पनि वार्षिक रु. तीनदेखि चार लाख यसै खेतीबाट आम्दानी गर्न सफल भएका छन् । बढीमा १० क्वीन्टल बेसार उत्पादन गरेर उपभोक्ताको घरसम्म बेसार पुर्‍याउने काम सजिलो छैन, यो मेरो पुर्ख्यौली खेती हो- उनले भने ।

विष्णुपादुकामा उत्पादित बेसार बजारीकरणका लागि धरानको कृषि बजारलाई दिएको र त्यहाँबाट भारतसम्म निर्यात हुने गरेको धरान उपमहानगरपालिका-२० का वडाध्यक्ष पदम लिम्बूले बताए । अध्यक्ष लिम्बूका अनुसार हाल

वडा कार्यालयद्वारा विद्यार्थीलाई पोशाक

अर्जुनधारा, असार १६। झापाको अर्जुनधारा–७ नं. वडा कार्यालयले स्थानीय अरुणोदय आधारभूत विद्यालयका विद्यार्थीहरुलाई आइतबार एक कार्यक्रमकाबीच विद्यालय पोशाक वितरण गरेको छ ।

पोशाकका कारण कोही पनि बिद्यार्थी विद्यालय आउनबाट बञ्चित नहुन् भन्ने उद्देश्यले वडा समितिको निर्णय अनुसार कार्यालयले उनीहरुलाई पोशाक वितरण गरेको वडाध्यक्ष गोविन्द खतिवडाले बताए । वडास्तरीय योजना शैक्षिक गुणस्तर सुधार कार्यक्रम र कार्यालय सञ्चालनबाट बचत भएको संयुक्त रकमलाई जोडेर केही ठोस कार्य सम्पन्न गर्न आफूहरुले विद्यालय पोशाक वितरण कार्यक्रमलाई छनौट गरेको वडाध्यक्ष खतिवडाले जानकारी दिए । नियमित विद्यालय आउने जम्मा ९२ जना बिद्यार्थीमध्ये पहिलो चरणमा २३ जनालाई पोशाक वितरण गरिएको छ । हामी केही दिनभित्र बाँकी रहेका विद्यार्थीलाई पनि पोशाक वितरण गर्नेछौं–उनले भने ।

प्रधानाध्यापक उमादेवी खनालको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि वडाध्यक्ष खतिवडा, वडा सदस्यहरु जानुका विश्वकर्मा, पार्वतादेवी न्यौपाने र हरिबहादुर कटुवालले विद्यार्थीहरुलाई पोशाक हस्तान्तरण गरेका थिए । वडाध्यक्ष खतिवडाले कार्यक्रमको औचित्यमाथि प्रकाश पारेको उक्त कार्यक्रमको सञ्चालन वडा सदस्य कटुवालले गरेका थिए ।

'तराई–मधेसका लागि चुरे क्षेत्र बाँच्ने आधार'

मोरङ, असार १६। कोशी प्रदेशका मुख्यमन्त्री हिक्मतकुमार कार्कीले तराई मधेसका लागि चुरे क्षेत्र जीवनको बाँच्ने आधार भएको बताएका छन् ।

राष्ट्रपति चुरे तराई मधेश संरक्षण विकास समिति कार्यक्रम कार्यान्वयन एकाइ, सलकपुर मोरङद्वारा आइतवार विराटनगरमा आयोजित चुरे संरक्षण प्रदेशस्तरीय स्रोत परिचालन तथा समन्वय समितिको प्रथम संयुक्त बैठकको उद्घाटन गर्दै मुख्यमन्त्री कार्कीले चुरे क्षेत्रमा रहेका खोला, नदीका ढुङ्गागिट्टी जथाभावी निकासी भइरहेकामा त्यसको रोकथाम गरी जलवायु, वातावरणमा पर्ने असरलाई न्यूनीकरण गर्नुपर्नेमा जोड दिए ।

चुरे क्षेत्रको विनाशबाट समाज एवम् समुदायमा पर्ने असरका सम्बन्धमा तराई क्षेत्रका नागरिकलाई सचेत गर्न जरुरी छ– उनले भने । प्रदेश र स्थानीय तहले खोला र नदीको अनुगमन गर्न आवश्यक भएकामा मुख्यमन्त्री कार्कीले जोड दिए । कानून बनाएर जिल्ला समन्वय समितिलाई चुरे क्षेत्रको संरक्षणको जिम्मा दिनुपर्ने उनले सुझाव दिए । मुख्यमन्त्री कार्कीले 'चुरेको माटो चुरेलाई, चुरेको पानी तराईलाई' भनाइ चरितार्थ गर्न सबैको दायित्व तथा कर्तव्य भएको उल्लेख गरे ।

पर्यटन, वन तथा वतावरणमन्त्री एवम् चुरे संरक्षण प्रदेश स्रोत परिचालन समितिका संयोजक नारायण मगर (बुर्जा)ले खोला नदीको खनिज पदार्थको अवैध चोरी–निकासी नियन्त्रण गरी तराई मधेसलाई मरभूमि हुनबाट जोगाउनुपर्ने बताए ।

सो अवसरमा राष्ट्रपति चुरे तराई मधेस संरक्षण विकास समितिका अध्यक्ष डा. किरण पौडेलले चुरे संरक्षणमा तीन तहबीच समन्वय तथा सहकार्यको आवश्यकता, चुरे संरक्षण प्रदेश स्रोत परिचालन समितिकी सहसंयोजक डा. सुस्मिता ढकालले चुरे संरक्षणसम्बन्धी विधेयकको मस्यौदा र कार्यक्रम कार्यान्वयन इकाइ सलकपुर मोरङका निमित्त कार्यालय प्रमुख काशी यादवले 'नेपालमा चुरे क्षेत्रको विद्यमान अवस्था र संरक्षणका प्रयासहरु' विषयक प्रस्तुति प्रस्तुत गरेका थिए ।

बैठकमा मोरङ, सुनसरी, इलाम, सिरहा, सप्तरी, झापा र उदयपुरका जिल्ला समन्वय समितिका प्रमुख तथा उपप्रमुख, डिभिजन वन कार्यालयका प्रमुखहरु र स्थानीय तहका प्रमुखको सहभागिता रहेको छ ।

बक्स अफिसमा 'कल्की'को सुनामी

सन् २०२४ शुरु भएयता बलिउड फिल्मले बक्स अफिसमा सुनामी व्यापार गर्न सकेका थिएनन् । केही फिल्मले लगानी सुरक्षित गरे पनि व्यापारमा रेकर्ड बन्न सकेन । यही शुक्रबारदेखि प्रदर्शनमा आएको सुपरस्टार प्रभास अभिनित फिल्म 'कल्की'ले भने राम्रो शुरुवात गरेको छ । पहिलो दिन नै विश्वव्यापी १ सय ९१ करोड कमाएको फिल्मले दोस्रो दिन पनि व्यापारमा आफ्नो लय गुमाएन ।

फिल्मले दोस्रो दिन विश्वभर १ सय ७ करोडमाथि कमाई गरेको छ । दुई दिनमै २ सय ९८ करोडमाथि व्यापार पुगेको निर्माण कम्पनी वैजयन्ती मुभिजले जनाएको छ । फिल्मले हिन्दी भर्सनमा मात्र दुई दिन (पहिलो दिन २२ करोड ५० लाख र दोस्रो दिन २३ करोड २५ लाख)मा ४५ करोड ७५ लाख कमाएको व्यापार विश्लेषक तरण आदर्शले सामाजिक सञ्जालमा उल्लेख गरेका छन् ।

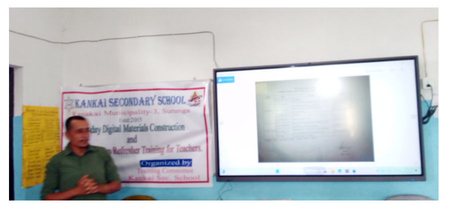
चार दिनमा हिन्दी भर्सनको व्यापार एक सय करोड नाघ्ने तरणको प्रक्षेपण छ । उनी लेख्छन्, – 'दोस्रो दिनको व्यापारमा गिरावट छैन । तेस्रो दिनको व्यापार अझ बढ्न सक्नेछ । तथापि, भारत र साउथ अफ्रिकाको खेलको असर फिल्मको व्यापारमा भने पर्न सक्ने सम्भावना छ । तर, चौंथो दिन फिल्मको व्यापारमा ठूलो उछाल आउने निश्चित छ । र, चार दिनमा सय करोड व्यापार नाघ्नसक्छ ।'

नाग अश्विनको निर्देशनमा तयार भएको 'कल्की'ले समीक्षा पनि राम्रो पाएको छ । विशेषगरी क्लाइमेक्सको प्रशंसा भइरहेको छ भने अभिनेता अमिताभ बच्चनको भूमिका (अश्वत्था) र अभिनय सर्वाधिक रुचाइएको छ ।

डिजिटल सामग्री उत्पादन सम्बन्धी तालिम

सुरुङ्गा, असार १६। कन्काई माध्यमिक विद्यालय तालिम समितिको आयोजनामा दुई दिने डिजिटल सामग्री निर्माण तथा मूल्याङ्कन पद्धति पुनर्ताजगी तालिम शुरु भएको छ ।

तालिम समितिका संयोजक एवम् पूर्वप्रधानाध्यापक गोपीकृष्ण भट्टराईको अध्यक्षतामा भएको उद्घाटन कार्यक्रममा विद्यालयका सल्लाहकार शम्भु ढकाल सुस्केरा, विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष चन्द्रप्रसाद प्रसाईं, प्रधानाध्यापक कर्णबहादुर डाँगी,



अभिभावक नन्दमनि चुडाल, नगर शिक्षा शाखाका निमित्त प्रमुख रोहित पौडेल, स्रोतव्यक्ति मेदनीप्रसाद पाठक लगायतको आतिथ्य रहेको थियो ।

तालिममा कृष्णाश्रम मावि इलामका विज्ञान शिक्षक माधव भट्टराई, कन्काई माविका विज्ञान कार्यक्रम संयोजक साजनकुमार लिम्बू, शिशु साक्षर आधारभूत विद्यालय मेचीनगरका शिक्षक लोकनाथ ढकालले सहजीकरण गरिरहेका छन् ।

शिक्षक प्रतिनिधि दिलीपकुमार खतिवडा, सहायक प्रअहरू हरिप्रसाद तिम्सिना, चन्द्रप्रसाद शिवाकोटी, तीर्थराज खरेल, आधारभूत संयोजक अम्बिकाप्रसाद रिजाल लगायतको उपस्थिति रहेको कार्यक्रमको सञ्चालन विद्यालयका आधारभूत तह संयोजक खेमराज भट्टराईले गरेका थिए ।

आफ्नै फार्मेसी सञ्चालनमा निजी अस्पतालको आनाकानी

काठमाडौँ, असार १६। काठमाडौँ महानगरपालिकाले करिब एक महिना अघि निजी अस्पताललाई आफ्नै फार्मेसी सञ्चालन गर्न दिएको निर्देशन पालनामा अस्पतालहरुले आनाकानी गरेका छन् ।

महानगरले गत जेठ २३ गते आफू मातहतमा सञ्चालनमा रहेका ५२ वटै निजी अस्पताललाई आफ्नै फार्मेसी सञ्चालनका लागि निर्देशन दिएको थियो । उक्त निर्देशनको पालना गरी अहिलेसम्म कुनै पनि अस्पताल महानगरको स्वस्थ्य विभागमा नआएको विभागका निमित्त प्रमुख सजिना महर्जनले जानकारी दिइन् । महर्जनका अनुसार केही अस्पतालले भने आफ्नै फार्मेसी सञ्चालनका लागि कामपाले दिएको समय सीमा अपुग भएको भन्दै आगामी साउनदेखि शुरु गर्ने जानकारी गराएका छन् ।

अस्पतालले नै फार्मेसी सञ्चालन गर्दा बिरामीहरुलाई उचित मूल्यमा सही औषधि प्राप्त गर्न र विपन्न नागरिकलाई शुपथ मूल्यमा औषधि खरिद गर्न पाउने अधिकार पनि कार्यान्वयनमा सहज हुने महानगरको भनाइ छ । हाल ५२ अस्पतालमध्ये १६ अस्पतालले मात्रै आफ्नो फार्मेसी सञ्चालन गरेका छन् ।

त्यसैगरी अस्पताल एक व्यक्तिका नाममा र फार्मेसी अर्को व्यक्तिका नाममा सञ्चालन भएका अस्पतालहरुको संख्या २८ छ । अन्य बाँकी केहीले फार्मेसी नै सञ्चालन गरेका छैनन् । महानगरले गत जेठ २३ गते सार्वजनिक सूचना जारी गर्दै अस्पतालहरुलाई १५ दिनभित्र अनिवार्य रुपमा फार्मेसी सञ्चालन गर्न निर्देशन दिएको थियो ।

अस्पतालहरुले अन्य व्यक्तिहरुलाई औषधि पसल सञ्चालन गर्न अनुमति दिँदा उपभोक्ताहरु गुणस्तरीय फार्मेसी सेवाबाट बञ्चित भइरहेको भन्दै महानगरले सम्बन्धित अस्पताललाई नै फार्मेसी सञ्चालन गर्न निर्देशन दिएको हो ।

पहिरोले ...

गाईघाट–दिक्तेल सडक कार्यालय र त्रियुगा नगरपालिकासँग समन्वय गर्ने कार्य भइरहेको बताएका छन् । नगर प्रमुख वसन्त बस्नेतका अनुसार पहिरो खसेको खबर पाउने बित्तिकै नगरपालिकाका प्राविधिक र डोजर अवरुद्ध सडक खुलाउन त्यसतर्फ परिचालन गरिसकिएको छ ।

व्यवसायीको ...

नगरप्रमुखलाई अनुरोध गर्छु । संघको तर्फबाट गर्नुपर्ने सहयोग गर्न आफू प्रतिवद्ध रहको उनले बताए ।

कार्यक्रमकी प्रमुख अतिथिसमेत रहेकी बिर्तामोड नगरपालिका प्रमुख पवित्रादेवी महतरा प्रसाईले व्यावसायीले उठाएका प्रश्नको जवाफ दिँदै व्यावसायीहरुका उचित मागलाई सम्बोधन गर्ने बताएकी थिइन् । बिर्तामोड उद्योग वाणिज्य संघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष राजकुमार घिमिरे राजुले स्वागत गरेको कार्यक्रमको सञ्चालन महासचिव कुशल खतिवडाले गरेका थिए ।

कार्यक्रममा संघका पूर्व अध्यक्ष राजेन्द्रकुमार थापा, बलराम कार्की, व्यावसायी गणेश पौडेल, ओमकृष्ण बिमली लगायतले आ- आफ्नो धारणा राखेका थिए ।

विराजको '१२ गाउँ' दशैंमा

'एक्सन स्टार'को रुपमा चिनिएका विराज भट्टको निर्देशनमा तयार भइरहेको फिल्म '१२ गाउँ' यस वर्षको दशैंमा प्रदर्शन हुने निश्चित भएको छ ।

आइतबार फस्टलुक पोस्टर सार्वजनिक गर्दै दशैंमा फिल्म प्रदर्शन हुने जानकारी गराइएको हो । तर, प्रदर्शन मिति भने तोकिएको छैन । तथापि, दशैंको टीका (असोज २६) वा घटस्थापना (असोज १७) मध्ये एउटा मितिमा फिल्म रिलिज हुन सक्नेछ ।

पोस्टरमा विराजका छोरा समीर भट्ट रिसाहा भावमा देखिएका छन् । रगताम्मे खुकुरी लिएर उनले कसैमाथि प्रहार गर्न खोजिरहेका छन् । पृष्ठभूमिमा भने एउटा गाउँ देखिन्छ । फिल्ममा समीर एक्सन भूमिकामा देखिन लागेको पोस्टरले बुझाउँछ । यही फिल्मबाट उनले अभिनेताको रुपमा डेब्यु गर्न लागेका हुन् । अब समीर निर्माता सन्तोष सेनको फिल्म 'बलिदान'मा काम गर्ने तयारीमा छन् ।

विराजले अबको १० दिनमा फिल्मको छायांकन सकिने जानकारी दिए । फिल्मको एउटा एक्सन दृश्य मुम्बईमा खिच्ने तयारी रहेको उनको भनाइ छ । '१२ गाउँ'ले नेपाली फिल्मको एक्सनलाई अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा लैजाने उनको विश्वास छ ।

'१२ गाउँ'बाट पूर्वमिस नेपाल इन्टरनेशनल न्यान्सी खड्का र मोडल सनिशा भट्टराईको पनि डेब्यु हुँदैछ भने मुरलीधर, दीया मास्के, अर्जुनजंग शाही, कनिज कोइराला, नरेन खड्का, कृष्ण भट्ट, सोनु चन्द्रपाल, कालु राना, भीष्म जोशी, शुलेमान शंकर (इकु), तारा शर्मा, किशोर भट्ट, सन्तोष सरकार र स्टन्ट सिल्भा (साउथ फिल्मका कलाकार तथा स्टन्ट निर्देशक) लगायतको पनि अभिनय रहेको छ ।

यसमा अर्जुन पोखरेल र निरजको संगीत, रामजी लामिछाने, सुनिल क्षेत्री र कविराज गहतराजको कोरियोग्राफी तथा प्रवीन केएल र भुपेन्द्र अधिकारीको सम्पादन रहनेछ भने विराज स्वयम्‌को कथा र सन्तोष सरकारको पटकथा तथा संवाद लेखन छ । यो फिल्ममा साउथका स्टन्ट सिल्भाको द्वन्द्व निर्देशन छ । उनलाई शंकर महर्जनले सघाएका छन् । यसमा महेश पौडेल भने छायाँकारमा छन् ।

वार्षिक ...

विष्णुपादुकामा बेसारखेती गर्ने दुई सयको हाराहारीमा किसान छन् । उनीहरुले गर्ने बेसार, अदुवाखेतीमा किरा लाग्ने, कुहिने समस्या देखापर्न थालेपछि त्यसको समाधानका लागि कृषि विज्ञको सल्लाह अनुसारको कीरा र रोग नियन्त्रण गर्ने औषधि किसानलाई प्रदान गरिँदै आएको जानकारी दिए । विष्णुपादुकाबाट धरान बजार पुग्न केही समय लाग्ने भएकाले विष्णुपादुका नजिकै रहेको बजार भञ्ज्याङ भन्ने ठाउँमा बजारको व्यवस्था गरेर किसानको सहजताका लागि छिट्टै शुरु गरिने वडाध्यक्ष लिम्बूको भनाइ छ ।

विगतको तुलनामा चालू आर्थिक वर्षमा बेसारको मूल्य बढेको धरान कृषिउपज बजार व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष लक्ष्मण भट्टराईले बताए । उनले भने– विशेषगरी बेसार धरान उपमहानगरपालिका–२० बाट धेरै आउने गरेको छ भने पहाडी जिल्ला तेह्रथुम, पाँचथर, खोटाङ, धनकुटा लगायतबाट पनि बेसार बोकेर किसान आउने गरेका छन् । बेसार चैत, वैशाखमा हुने भएकाले त्यो समयमा धेरै आउने र यही सिजनमा वार्षिक दुई हजार चार सय मेट्रिकटनसम्म बेसार बिक्री हुने गरेको तथ्याङ्क छ ।

वि.सं. २०८० असार मसान्तदेखि गत जेठ सम्ममा धरान उपमहानगरपालिका–१३ कृषि बजारबाट जम्मा रु. ४५ करोडको बेसार बिक्री भएको अध्यक्ष भट्टराईले भन्दै यसको निर्यातमा सरकारको सहयोगको आवश्यकता रहेको बताए । पछिल्लो समयमा बेसार भान्सामा मात्र सीमित नरहेर सौन्दर्यकरण, बिहेमा लगाउने कार्यक्रममा पनि खपत भइरहेको पाइएको छ ।

सशस्त्र ...

भाइ विदेश जाने भएपछि आफ्नो कपडा पसल स्थानीय व्यापारी निर्मल मर्डीलाई बिक्री गरेका थिए । मर्डी सोही पसलका कपडा लिएर मोटरसाइलमा रहेका बेला सशस्त्र प्रहरीले रोकेर सोधपुछ गरेका थिए ।

मर्डीले कपडाका बारेमा विस्तृत बताए पनि प्रहरीले बिल मागेपछि वडा अध्यक्ष ताहिर र हबिबुल्लाहलाई बोलाएका थिए । हबिबुल्लाहले कपडाको बिल देखाए पनि प्रहरीले मानेनन् । बरु उल्टै वडा अध्यक्ष ताहिरलाई 'तिमी को हो, समान छोड् देऊ' भन्ने भन्दै हप्काउन खोजेको बताए । त्यही बेला सशस्त्र प्रहरी जवानले हबिबुल्लाहलाई धकेलेका थिए । प्रतिक्रिया स्वरुप हबिबुल्लाहले पनि प्रहरीलाई धकेलेका थिए । त्यस क्रममा हबिबुल्लाहमाथि हेल्मेट प्रहार भएको वडा अध्यक्ष ताहिरले जानकारी दिए ।

कृषक ...

बस्नेतलाई श्रममन्त्री डोलप्रसाद अर्याल, सचिव घनश्याम उपाध्यायलगायतले नगद र सम्मानपत्र प्रदान गरका थिए । बस्नेत यसअघि युथ एग्री अवार्ड २०७९ बाट नगद एक लाखसहित सम्मानित भएका थिए ।

२०७४/०७५ मा साना किसान विकास लघुवित्त वित्तीय संस्था र इजरायल सरकारबीच भएको सम्झौताअनुसार 'लर्न एन्ड अर्न' (सिक्दै कमाउँदै) कार्यक्रम अन्तर्गत टाघनडुब्बा सामुदायिक साना किसान कृषि सहकारी संस्थाबाट तालिम लिएर आएका उनले २०७६ सालमा एग्री सेन्टर झापा नामको कम्पनी दर्ता गरेर केरा खेती शुरु गरेका छन् ।

इजरायलबाट फर्किनासाथ १० कट्ठा धान खेत मासेर एक हजार केराका बोट रोपेका उनले अहिले २५ बिगाहमा खेती गरेका छन् । केरा खेतीका लागि उनले थोरै जग्गा आफ्नो र धेरै भाडामा लिएका छन् । उनको केरा खेतीमा वर्षमा लगभग ५० हजार घरी केरा उत्पादन हुन्छ । यसै वर्षदेखि थप २० बिगाहमा खेती बिस्तार गर्न लागेको बस्नेतले जानकारी दिए ।

लालीगुराँस ...

सोही हैसियतमा ८ वर्ष काम गरेका थिए । ०७४ सालदेखि हालसम्म उनी अध्यक्षको भूमिकामा छन् ।

यता सीईओ सुरेन्द्र भण्डारी उक्त सहकारीमा २०५६ सालदेखि विभिन्न भूमिकामा रहँदै आएका व्यक्ति हुन् । उनी २०५६मा प्रबन्धकको भूमिकामा सहकारीमा प्रवेश गरेका थिए । त्यसपछि सीईओ, सञ्चालक हुँदै सीईओ तथा सचिव पदमा कार्यरत रहेका छन् ।

२०६६ र २०७६मा गरी उनी सहकारी राष्ट्रिय विकास बोर्डको सञ्चालक पदमा समेत रहिसकेका व्यक्ति हुन् । यसबाहेक राष्ट्रिय सहकारी महासंघमा वरिष्ठ सञ्चालकमा रहेर उनले करिब ६ वर्ष (०७२ देखि ०७७)सम्म काम गरेका थिए । लालीगुराँस सहकारीमा २२ हजार जना बचतकर्ताले पैसा जम्मा गरेका छन् । सबै बचतकर्ताको कूल ६ अर्ब ३० करोड यो सहकारीमा बचत छ ।

मेचीनगर नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इटाभट्टा, झापा
कोशी प्रदेश, नेपाल

घर नक्सा पासका लागि साँध-सँधियारका नाममा जारी गरिएको १५ दिने सूचना

मेचीनगर नगरपालिका वडा नं. १० बस्ने श्री जैन श्वेताम्बर तेरापथी सभाले निजको नाममा दर्ता रहेको साविक मेनपा–१ हाल मेचीनगर–१०स्थित हनुमान टोल कालोपत्रे मार्गमा पर्ने कि.नं. ८८ क्षेत्रफल ३३४.४८ वर्गफिट जग्गामा तपशिलमा उल्लेख भए बमोजिम पूर्व/पश्चिम तर्फका सँधियार श्री पवित्रा दंगाल मिति २०८०/११/२२ मा साँध–सँधियारको नाममा १५ दिने सूचना टाँस गर्न जाँदा नभेटिनु भएको हुँदा जारी मितिबाट १५ दिनभित्र साँध–सधियार, बाटो, नदिनाला, सार्वजनिक जग्गा, मठमन्दिर आदि कसैलाई असर पर्ने भए उजुरी गर्न यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । तोकिएको मितिमा कुनै किसिमको उजुर बाजुर पर्न नआएको खण्डमा तपशिलमा उल्लेख भए बमोजिमको घर नक्सा पास भई जाने व्यहोरा सबैमा जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

तपशिल

सि.नं.	जग्गाको विवरण	घरको विवरण	घर जग्गा धनीका सधियारहरु
१	साविक मेनपा–१ हाल मेचीनगर–१० कि.नं. ८८ क्षेत्रफल ३३४.४८ व.फि.	लम्बाई २४.३ मिटर चौडाई ३.४७ मिटर उचाई ३.२ मिटर क्षेत्रफल ४६०.४८ मिटर	पूर्व श्री पवित्रा दंगाल पश्चिम श्री टुमन राय उत्तर श्री पिच सडक दक्षिण श्री विशेश्वर कामत, मनोज कामत

बिमालेख हरायो

बिर्तामोडबाट सुरुङ्गा जाने क्रममा यही मिति २०८१/०१/१६ गते मेरो निम्न व्यहोराको रिलायबल लाइफ इन्स्योरेन्स लिमिटेडको पोलेसी हराएको हुँदा भेट्नु हुने महानुभावले नजिकको प्रहरी कार्यालय वा तलको ठेगानामा सम्पर्क गरिदिनुहुन अनुरोध गर्दछु ।

नाम:- सविता निरौला
ठेगाना:- कनकाई –३, झापा
पोलेसी नं.:- २०१०००००१४६
कम्पनीको नाम: रिलायबल लाइफ इन्स्योरेन्स लिमिटेड
सम्पर्क: ९८६३६११५२०

भूमिगत जलभण्डारको संरक्षण गरौं

- अव्यवस्थित शहरीकरण र औद्योगीकरणले जमिनमुनिको पानीको सतह घटिरहेको,
- स्वच्छ पिउने पानीको अभाव र वातावरण प्रदुषण बढेको,
- खेतीयोग्य जमिनमा सिँचाई हुन नसकेको र कृषि उत्पादन घटेकोले :

भूमिगत जलस्रोतको पुनर्भरणका लागि :

- जलाधार क्षेत्रको संरक्षण गरौं,
- ग्रामीण भेगमा आहाल, पोखरी र तालतलैयाको निर्माण गरौं,
- शहरी क्षेत्रमा वर्षातको पानीमार्फत पुनर्भरणको विकल्प सहितका पूर्वाधार निर्माण गरौं,
- पानी पुनर्भरणमा सहयोग गर्ने प्रजातिका बोटबिरुवा रोपौं,
- द्रूत जलप्रवाह हुने स्थानमा चेक ड्याम लगायतका नवीन प्रविधिको प्रयोग गरौं,

भूमिगत पानीको पुनर्भरण कार्यलाई प्रोत्साहन गरी जल भण्डारणमा वृद्धि गरौं । दिगो विकासमा योगदान गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

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) ■ सह–सम्पादक : सुरेन्द्र भण्डारी ■ अनलाइन संयोजक : नरेन्द्र ढकाल ■ 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

शिक्षा प्रणालीमाथि समीक्षाको खाँचो

यस पटक प्रकाशित एसइई परीक्षाको नतिजाले शिक्षामा तरङ्ग ल्याएको छ । कक्षा १२ लाई विद्यालय शिक्षाको अन्तिम तह मानिएको शिक्षा नीतिका बीच पुरानै ढाँचामा कक्षा दशको परीक्षा र नतिजालाई लिइँदा विद्यार्थी त अलमलमा छन् नै सँगै शिक्षण संस्थाहरु र सरोकारवाला निकाय पनि असन्तुष्ट रहने गरेका छन् । राष्ट्रिय परीक्षा बोर्डले २०८० सालको माध्यमिक शिक्षा परीक्षा (एसइई) सञ्चालन गर्छ र उसैले नतिजा पनि प्रकाशित गर्छ । यस वर्ष चार लाख ६४ हजार सात सय ८५ विद्यार्थी सो परीक्षामा सामेल भएका थिए । जसमा आधाभन्दा बढी असफल भए । अर्थात् कूल विद्यार्थी संख्याको ४८ प्रतिशत उत्तीर्ण र ५२ प्रतिशत अनुत्तीर्ण भएका छन् । नयाँ लेटर ग्रेडिङ निर्देशिका अनुसार गरिएको परीक्षा तथा नतिजामा ठूलो संख्यामा विद्यार्थी अनुत्तीर्ण हुँदा यसको सम्बन्धमा व्यापक टीका–टिप्पणी भइरहेको छ ।

एसइईको नतिजाको विश्लेषण गर्दै शिक्षाविद्हरुले अहिलेको शिक्षा परिपाटी र कमजोर शिक्षा प्रणालीको प्रतिफल भनी आलोचना गरेका छन् । पढाइ, सिकाइ, बुझाइका सम्बन्धमा विश्लेषण नगरिएको परिणाम यस पटकको नतिजामा देखिएको उनीहरुको तर्क छ । त्यसो त शिक्षा प्रणाली मात्र सम्पूर्ण रुपले दोषी हुन सक्दैन । त्यसका लागि शिक्षण क्रियाकलाप, गुणस्तर र सिकाइलाई पनि मूल्याङ्कनको घेरामा राख्नु पर्दछ । साना बालबालिकाको मनमस्तिष्कमा रहनुपर्ने शिक्षकहरु कुनै अमुक दलको झोला बोकेर हिंडेका छन् । कक्षा कोठामा नभेटिने शिक्षकहरुबाट शिक्षामा गुणस्तर खोज्नु निरर्थक नै हुन्छ । उनीहरु आफूलाई दलको झण्डामुनि सुरक्षित ठान्छन् र दलहरुले पनि विचारको बर्कोभित्र राखेर उनीहरुका कमजोरीलाई लुकाउँछन् ।

त्यसो त नतिजा राम्रो पार्न वातावरणको पनि भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ । विषयगत शिक्षकको व्यवस्थापन, विद्यार्थी र विषय अनुपातको शिक्षक, कक्षाकोठाको पूर्वाधार र वातावरण लगायतका विषयले नतिजामा प्रभाव पार्दछ । अहिले पनि कति विद्यालयमा यसको अभाव छ, विषयगत शिक्षक छैनन्, तहगत शिक्षकको व्यवस्थापन भएको छैन, सिकाइ कमजोर छ, यस्तोमा आउने नतिजा यो भन्दा भिन्न हुन सक्दैन । शिक्षा विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयका सचिव डा. दीपक काफ्लेले पनि यो नतिजाले शिक्षा पद्धतिमा सुधार गर्नुपर्ने देखाएको बताएका छन् । यो नतिजाले कक्षा ११–१२ सञ्चालनमा समेत चुनौति थपिएको छ । सामुदायिक विद्यालयमाथिको लगानीमा पनि प्रश्न खडा भएको छ । थोरै सामुदायिक विद्यालयले अंग्रेजी माध्यम र उच्च शिक्षा पाउने अवसर जस्तो प्रलोभन देखाएर निजी विद्यालयका विद्यार्थी भर्ना गरेकाले नतिजा सुधार भएको देखिएको हुनसक्छ । आफ्नै उत्पादनका कति उत्तीर्ण भए यसले वास्तविक तस्विर देखाउँछ । तसर्थ, शिक्षा माथिको राज्यको लगानी खेर जान नदिन सरकार गम्भीर होस् र प्रणाली, परिपाटीको समीक्षा गरियोस्, अन्यथा नतिजामा सुधार सम्भव छैन ।

नौ वर्षपछि शिक्षाकर्मी लक्ष्मण सुवेदीलाई सम्झँदा

तीर्थराज खरेल

२०७२ सालको असार १९ गते भारत चेन्नईको ग्लोबल हस्पिटलमा क्यान्सरले कनकाई नगर क्षेत्रका एक अब्बल शिक्षाकर्मी लक्ष्मण सुवेदीको जीवनलीला समाप्त पाऱ्यो । तिथिले केही दिनअघि उनको स्मृति दिवस भए पनि आम शुभचिन्तकका लागि असार १९ नै स्मृति दिवस हो । हुन त अमर र अजम्मरी संसारमा कोही छैन । हाम्रो शरीर अविनाशी छैन । यो सबैले स्वीकार गरेको यथार्थ भए पनि हाम्रा आफ्ना आफन्त र नातेदारले यो धरती छोड्दा हामी भावविव्हल हुन्छौं, शोकाकुल हुन्छौं र निराश हुन्छौं । यो नश्वर चोला माटोमा मिल्छ वा खरानी भई फुङ्ग उड्छ भन्ने सच्चाइलाई केही क्षणका लागि भए पनि भुल्छौं हामी । मानिस यस धरामा आउने र यहाँबाट बिदा भएर जाने क्रममा कनकाई नगर क्षेत्रका शिक्षाका ज्योति लक्ष्मण सुबेदीको हकमा पनि यही कुरा लागू भइसकेको छ । जन्म र मृत्यु वीचको समयावधि मात्र जीवन हो । मृत्युलाई न सम्राटले रोक्न सक्छन्, न कुनै तानाशाहले ।

असार १९ गते स्वर्गीय लक्ष्मण सुवेदीले धराधाम त्यागी दैहिक स्वरुप र सांसारिक मायाजालबाट मुक्त भएको नौ वर्ष पुगेको छ । हामीसामु भौतिक रूपमा उनी छैनन् । तर, उनीसँगका सहकार्यका दिनहरू स्मरणमा छन् । लक्ष्मण सरसँग बिताएका हर क्षण सिनेमाको रिलझैं आइरहेका छन् यतिबेला । सफलतामा हौस्सिँदै सँगै रमाएका र विफलतामा हस्रक्क परेर दुःखी भएका स्मृतिका छालहरू उर्लिरहेका छन् मनमस्तिष्कभरि । पृथ्वीमा अजर र अमर कुनै प्राणी र वनस्पति छैन, चीरस्थायी कुनै भौतिक वस्तु छैन, तर के गर्नु जीवन रहेसम्म सम्झनाहरु रहिरहने रहेछन्, यादहरु सल्बलाइरहने रहेछन् । भनिन्छ- स्मृति ताजा रहेसम्म सम्बन्धित मानिसका लागि कुनै आफन्त मर्दैनन् ।

लक्ष्मण सरसँग मैले कुनै विद्यालय वा कलेजका औपचारिक कक्षाहरू लिइन, तर उनी मेरा लागि एक आदरणीय सर थिए, एक आदरणीय दाजु थिए, अग्रज र पथप्रदर्शक थिए । धर्मशास्त्रको मान्यतामा विश्वास वा अविश्वास जे गरे पनि शरीर त्यागी इहलोक छोड्नेले मायारूपी मोहजालबाट छुट्कारा पाउँदा हुन्, तर बाँच्नेका लागि स्मृतिले काम गरेसम्म रेलका डिब्बा झैं एकपछि अर्का सम्झनाका लहरहरु ताँतीका ताँती उपस्थित हुन्छन् मस्तिष्कभरि । हृदयका पानामा कहिले स्पष्ट त कहिले धुमैला अक्षरहरु कोर्दै स्मरणका लहरहरु लहरिन्छन् । स्मृति हृदयमा हुन्छ कि मस्तिष्कमा ? यो त धर्मवेत्ता, तर्कवेत्ता र मनोवैज्ञानिकहरु नै जानून् । तर, लक्ष्मण सर यतिबेला मेरो हृदयमा पनि छन्, मस्तिष्कमा पनि छन् ।

लक्ष्मण सरसँग पुगनपुग दुई वर्ष पशुपति अंग्रेजी माध्यमिक विद्यालय सुरुङ्गामा र २०५९ सालदेखि २०७२ सालसम्म कनकाई बहुमुखी क्याम्पस सुरुङ्गामा सहकर्मीको रुपमा काम गर्ने अवसर मिल्यो । सँगसँगै काम गर्दा केही तलमाथि हुन सक्छ, सोच र दृष्टिकोणमा समानता भए पनि कार्यशैलीको फरकले फरक मत हुन सक्छन्, तर उनीसँग काम गर्दाका तीता, टर्रा र तम्तमाइला कुनै सम्झनाहरु छैनन् । उनीसँगका बिझाउने कुनै घटना कहिल्यै भएनन् । उनी सदैव हौसला र मेहेनतका साथ काममा लाग्थे र सोचेको कुरा पूरा गरेरै छोड्ने उनको बानी थियो । वास्तवमा उनी सफल योजनाकार थिए, समन्वयकर्ता थिए र सदैव उत्साह तथा उमँगका पर्याय थिए । उनले राजनीतिक आस्थाका आधारमा कहिल्यै कसैसँग पक्षपाती व्यवहार गरेको मलाई सम्झना छैन । काम गर्ने सिलसिलामा कतिपय सबालमा विमति भए पनि विशेषतः क्याम्पसको वृहत्तर हित र समयको माग अनुरुप शिक्षा क्षेत्रमा आएका परिवर्तनलाई आत्मसात गरेर अघि बढ्ने कुरामा मतैक्य रहने गर्थ्यो हामीबीचमा । उनी शिक्षामा युगको माग अनुरुप परिवर्तनलाई ग्रहण गरेर अघि बढ्नुपर्छ भन्ने मत राख्थे ।

कनकाई क्याम्पस सुरुङ्गामा प्राविधिक शिक्षा शुरु गर्नुपर्छ र बदलिँदो परिवेश अनुरुप नयाँ विषयहरु ल्याउनुपर्छ भन्ने उनको स्पष्ट धारणा थियो । उनको भावना अनुरुप प्रतिवेदन तथा दस्तावेज लेखनमा मैले क्याम्पसमा कम्प्युटर, पत्रकारिता लगायतका प्राविधिक विषयको पठनपाठन शुरु गर्नुपर्छ भनेर समावेश गरेको पनि छु । प्रमाणका लागि क्याम्पसका अघिल्ला वर्षहरुका प्रतिवेदनहरुलाई हेर्न सकिन्छ । क्याम्पसका औपचारिक सभामा ती प्रतिवेदनहरु वाचन पनि गरिए, तर व्यवहारमा आजपर्यन्त लागू हुन सकेन । आर्थिक, शैक्षिक, राजनीतिक वा अन्य कुनै प्रतिष्ठान वा संस्थाले समयको स्पन्दनलाई बुझेर मूलधारमा हिँड्न नसके समयको छालले हुत्याइदिन्छ किनारातिर । यतिबेला लक्ष्मण सरको अबको युग प्राविधिक युग हो भनेको आज जस्तो लाग्छ मलाई ।

दुःख र अभावका संघर्षमय दिनहरुमा समेत उनीसँग लामो समयदेखि सहकार्य गर्ने अंग्रेजी भाषाका प्रशिक्षक टीकाप्रसाद लामिछानेको विचारमा स्व. सुबेदी अभावहरुका बीचबाट व्यक्तित्व निर्माण गर्न सफल शिक्षाकर्मी थिए । स्व. सुबेदी पारिवारिक कठिनाइका बाबजुद पनि उच्च शिक्षाका लागि समर्पित हुँदै चुनौतिहरुसँग खेल्दै अवसरको खोजी गर्ने, समयको माग र अभिभावकको चाहनालाई बुझ्ने सक्षम शिक्षक र सञ्चालक भएको लामिछानेको भनाइ छ । कन्काई माध्यमिक विद्यालय सुरुङ्गाकी सेवानिवृत्त शिक्षक एवम् स्व. सुबेदीकी धर्मपत्नी चम्पा खनाल (सुबेदी)ले लक्ष्मण सरलाई प्रष्टवक्ता, द्रुत निर्णय क्षमता भएका, तार्किक, सबैलाई समेट्न चाहने, पारिवारिक एकता चाहने, परिवार तथा गाउँ समाजका सबैले असल गोरेटोमा हिँड्न् भन्ने चाहने एक शिक्षाप्रेमी, विकासप्रेमी व्यक्तित्वको रुपमा स्मरण गरेकी छन् । असल कर्ममा विश्वास गर्ने, उदार दिल भएका र धर्मप्रति अगाध आस्था भएका एक असल, सहयोगी र जस्तासुकै दुःख र कठिन परिस्थितिमा पनि नहड्बडाउने संघर्षशील मानिसको रुपमा स्व.सुबेदी रहेको चम्पा मेडमको भनाइ छ ।

२०१९ साल बैशाख २७ गते झापाको पूर्वोत्तर गाविस बाहुनडाँगीको निन्दासिरानमा पण्डित त्रिलोचन सुबेदी र मेनका सुबेदीका सात भाइ छोरा र एक बहिनी छोरीमध्ये तेस्रो सन्तानका रूपमा जन्मेका स्व. सुबेदीले २०३८ सालमा कनकाई माध्यमिक विद्यालय सुरुङ्गाबाट तेस्रो ब्याचको विद्यार्थी भई एसएलसी गरेका थिए भने धनकुटा बहुमुखी क्याम्पसबाट आई.एड.र बी.एड्. तथा त्रिभुवन विश्वविद्यालय केन्द्रीय क्याम्पसबाट अंग्रेजी मुख्य विषय लिई एम.एड्. गरेका थिए । इलामको चिसापानीमा केही वर्षको शिक्षण अनुभव सँगाली झापा डाँगीबारीको लाफादीस्थित पशुपति प्रा.वि.मा २०४३ सालको शिक्षा आयोगबाट स्थायी भई शिक्षण शुरु गरेका थिए । उनको उच्च शिक्षाप्रतिको मोह अति नै थियो । इलामबाट सुरुङ्गाकै मित्र भानुभक्त कटुवाललाई आफ्नो दरबन्दीमा सरुवाको व्यवस्था मिलाई उच्च अध्ययनका लागि उनी हानिएका थिए कीर्तिपुर काठमाडौंतिर । उनी मृदुभाषी, मिलनसार, दूरदृष्टि भएका र परिवर्तनलाई सदैव आत्मसात गर्न तत्पर शिक्षाकर्मी थिए । उनी शिक्षा क्षेत्रमा शिक्षक र प्राध्यापक मात्र होइन, कुशल व्यवस्थापक र जिम्मेवार सञ्चालक पनि थिए । कनकाई नगर क्षेत्रकै सबभन्दा ठूलो र पुरानो अंग्रेजी माध्यमिक विद्यालयमा उनले सञ्चालक र प्रिन्सिपल भएर काम गरेका थिए ।

पछि २०६४ सालमा उनले एकल लगानीमा सुरुङ्गामै माध्यमिक तहसम्म अध्यापन हुने प्यारागन एकाडेमी सञ्चालनमा ल्याए । अंग्रेजी शिक्षाप्रतिको नगरवासीको मोहलाई आत्मसात गर्दै युग अनुरुप गुणस्तरीय शिक्षा दिनुपर्नेमा उनी कटिबद्ध थिए । उनी प्याब्सन झापाका उपाध्यक्ष र पछि सल्लाहकारको रुपमा सक्रिय थिए । विश्वव्यापी सञ्जाल रहेको लायन्स क्लव इन्टरनेशनलको स्थानीय शाखा लायन्स क्लव अफ कनकाई सुरुङ्गाको डाइरेक्टरको रूपमा उनी निधन हुनु अघिसम्म पनि क्रियाशील थिए । अंग्रेजी भाषापछिको संसारका धेरै मुलुकमा प्रयोग गरिने अन्तर्राष्ट्रिय भाषाको रुपमा प्रतिष्ठित एस्पेरान्तो भाषाको विस्तार र व्यवस्थित पठनपाठन शुरु गर्न स्थापना गरिएको मेची एस्पेरान्तो सोसाइतोका उनी संस्थापक उपाध्यक्ष थिए । नवीनतम् चिन्तन र प्रविधिलाई आत्मसात गर्न उनी सदैव अग्र पंक्तिमा हुन्थे । उनलाई म एक समन्वयकारी व्यक्तित्वको रुपमा सम्झन्छु ।

कनकाई बहुमुखी क्याम्पसमा समयक्रममा भएका अप्ठ्यारा परिस्थितिमा पनि प्राध्यापक संघको सभापतिको हैसियतले सन्तुलनकारी भूमिका खेल्दै क्याम्पसलाई आफ्नो गोरेटोमा हिँडाउन उनको ठूलो योगदान थियो । अंग्रेजी विभागको प्रमुख र अभ्यास शिक्षण समितिको अध्यक्षको भूमिकामा रही क्याम्पसमा उनले दिएको देनलाई बिर्सन सकिन्न । पब्लिक क्याम्पस प्राध्यापक संघ झापा जिल्ला कार्यसमितिको अध्यक्ष समेत रहेका स्व. सुबेदीको नेतृत्वदायी कार्यक्षमताका कारण प्राध्यापक संघ झापाको कार्यसमिति उनलाई आदरका साथ स्मरण गरिरहेको छ । दीर्घकालीन सोच भएका, शैक्षिक तथा सामाजिक काममा अत्यन्तै चासो राख्ने, हँसिलो मुस्कानपछि मात्र केही कुराको तर्कपूर्ण उत्तर दिने आदरणीय व्यक्तिको रुपमा सम्झँदै स्व. सुबेदीका देनलाई नभुल्न र उनका योगदानलाई चीरस्थायी बनाउन सबै लाग्नुपर्ने विचार छ युनिक बहुमुखी क्याम्पस सुरुङ्गाका सहायक प्राध्यापक गुरुप्रसाद पौडयालको । उनको विचारमा स्व. सुवेदी एक अभिभावक र प्रेरणाको स्रोत रहेका थिए उनका लागि । अहिले उनको अभाव खड्किरहेको छ सबैका लागि । शिक्षा क्षेत्रमा उनले रोपेका बिरुवाहरु जुगजुगसम्म नयाँ पालुवा हाल्दै हुर्किरहनेछन् र सन्तानदरसन्तानका लागि शीतलता प्रदान गरिरहनेछन् ।

स्व. सुबेदीसँग लामो समयसम्म एउटै विद्यालयमा सहकर्मीका रुपमा काम गरेका प्याब्सन केन्द्रीय सदस्य एवम् पशुपति अंग्रेजी माविका प्रिन्सिपल एलपी उप्रेतीको विचारमा लक्ष्मण सर मिलनसार मित्र, कर्तव्यनिष्ठ शिक्षाकर्मी र संगठनको ध्येय र उद्देश्यप्रति प्रतिबद्ध व्यक्ति रहेका थिए । निधन हुनु ठीक अघिसम्म पनि जिल्ला सल्लाहकारको रूपमा प्याब्सनमा क्रियाशील रहेको र उनको निधनले संगठनले ठूलो क्षति आजसम्म पनि महशुस गरिरहेको उप्रेतीले बताए । कसैले कहिल्यै जित्न नसक्ने मृत्युले पनि शिक्षा क्षेत्रमा उनले गरेका योगदानलाई हल्लाउन सकेको छैन । सयौं हजारौं विद्यार्थी, अभिभावक, शुभचिन्तक र आत्मीय मित्रहरुका मुटुभरि र कनकाई नगरवासीका हृदयमा उनी जिवित छन् । कनकाई बहुमुखी क्याम्पसका बैठक पुस्तिकाका पानाहरूमा रहेका उनका हस्ताक्षरहरू रहिरहने छन् सदैव । उनी वाकपटुता र मौकामा तत्काल युक्तिसंगत उत्तर दिनसक्ने खुबी प्रत्युत्पन्नमतिमा अब्बल थिए । नजिकिँदै गरेको नवौं वार्षिक स्मृति दिवसको यो क्षणमा लक्ष्मण सरलाई हार्दिक सम्मान एवम् श्रद्धाञ्जली !

गर्मीमा कुन फलफूल कति खाने ?

गर्मीको बेला शरीरमा पानीको मात्रा पूरा गर्न प्रशस्त तरल पदार्थ खानुपर्छ । चर्को घाम र वातावरणको तातोले पनि विभिन्न रोगको जोखिम बढाउँछ जसले शरीरमा आलस्य र कमजोरी ल्याउँछ । गर्मीमा यस्ता धेरै फलफूल पनि पाइन्छ ।

जसलाई खाएपछि शरीरमा पानीको कमीलाई पूरा गर्नुका साथै गर्मीमा हुने धेरै रोगबाट बचाउन मद्दत गर्छ । त्यसैले मौसम अनुसार विभिन्न प्रकारका फलफूल खाएर स्वस्थ रहन सकिन्छ । गर्मीमा आँप, लिची, खरबुजा, आरु, आल्चा लगायतका फलफूल धेरै पाइन्छ । यी फलफूलमा भिटामिन, मिनरल, रेशा लगायतका पोषण तत्त्व धेरै पाइन्छ जसले शरीरको पाचन प्रणालीलाई मद्दत गर्दछ ।

आँप : आँपलाई फलको राजा मानिन्छ । आँपमा कार्बोहाइड्रेट र चिनीको मात्रा धेरै हुन्छ । आँपमा भिटामिन ए, बी, सी, ई, पोटासियम, म्याग्नेसियम लगायतका तत्व अन्य फलफूलभन्दा धेरै पाइन्छ । यी भिटामिनले रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउँछ । आँपमा भएको रेशाले ठूलो आन्द्राको क्यान्सरको जोखिम पनि कम गर्छ । आँप खाँदा मुटुलाई पनि फाइदा पुऱ्याउँछ । दैनिक एक पटकमा एक सयदेखि एक सय ५० ग्रामसम्मको आँप खान सकिन्छ । अर्थात् एक चिया कप बराबर आँप खान उपयुक्त हुन्छ ।

खरबुजा : खरबुजा गर्मीको समयमा सबैभन्दा लोकप्रिय फल हो । यसमा झन्डै ९० प्रतिशत पानी हुन्छ । जसले शरीरलाई पानीको मात्रा कायम राख्न मद्दत गर्छ । खरबुजामा भिटामिन ए, सी, बी ६ र रेशा पनि प्रचुर मात्रामा पाइन्छ, जसले ताजगी र ऊर्जा प्रदान गर्छ । खरबुजामा आइरन पनि प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ । एक पटकमा एक सय ५० ग्रामदेखि दुई सय ग्रामसम्म खरबुजा खान मिल्छ ।

लिची : लिची पनि स्वादिष्ट र पानीको मात्रा राम्रो भएको फल हो जसले शरीरलाई चिसो र ताजगी महशुस गराउँछ । यसमा भिटामिन बी, सी, म्याग्नेसियम र रेशा पाइन्छ जसले प्रतिरक्षा प्रणालीलाई मजबुत बनाउँछ । आँप जस्तै लिचीमा पनि चिनीको मात्रा धेरै हुन्छ । लिची एक चोटीमा एक सयदेखि एक सय ५० ग्रामसम्म खान मिल्छ, अर्थात् पाँच/छ वटासम्म खान मिल्छ ।

आल्चा : पाकेको आल्चा कलेजी रङ्गको हुन्छ । यसको विशेषता यसको रङ्गसँगै जोडिएको छ । आल्चामा अरू फलभन्दा भिन्न पोषकतत्व पाइन्छ । आल्चाको रङ्गमा फाइटोकेमिकल हुन्छ । जसले धेरै पोषकतत्व प्रदान गर्छ । यसमा 'एन्टिअक्सिडेन्ट' पनि हुनाले शरीरको रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउँछ । भिटामिन सी र रेशा पनि यसमा पाइन्छ । ठूलो भए चार वटा र सानो भएमा आठ वटासम्म आल्चा खान उपयुक्त हुन्छ ।

आरु : आरुमा पनि भिटामिन सी को मात्रा धेरै हुन्छ । रेसा बढी हुन्छ । पाकेको आरुमा पनि फाइटोकेमिकल हुन्छ । एकपटकमा ठूलो आरु दुई वटा र सानो आरु पाँच वटासम्म खान मिल्छ ।

भुइँकटहर : भुइँकटहरमा प्रशस्त मात्रामा भिटामिन सी हुन्छ यसले गर्दा रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउँछ । यसमा पाइने रेशाले आन्द्रा र स्तन क्यान्सरको सम्भावना घटाउँछ । पोटासियम, म्याग्नेसियम जस्ता खनिजले उच्च रक्तचापको समस्या घटाउन मद्दत गर्छ । एक पटकमा ७० देखि एक सय ५० ग्रामसम्म भुइँकटहर खान उपयुक्त हुन्छ ।

नास्पाती : नास्पातीमा फाइबर र भिटामिन सी प्रचुर मात्रामा पाइन्छ । यसले पाचन प्रणालीलाई सुधार गर्न मद्दत गर्छ र शरीरमा पानीको मात्रा बनाइ राख्छ । एकपटकमा नास्पाती एक सय ग्रामसम्म खान मिल्छ । एकैपटक धेरै फलफूल खाएमा पोट दुख्ने वा पाचन प्रणालीमा असर पर्छ । धेरै फलफूल खाएमा शरीरमा चिनीको मात्रा बढ्छ । मौसमी फल दैनिक दुईदेखि तीन पटकसम्म खान सकिन्छ । तर, एक पटकमा एक सय ५० ग्रामभन्दा बढी खानु हुँदैन ।

कस्तो फल खाने ?

काँचो फल खाँदा पाचन प्रक्रियामा असर पार्न सक्छ जसले गर्दा पेट दुख्ने, पेटमा हावा भरिने जस्ता समस्या हुन सक्छन् । मौसमभन्दा छिटो फल पकाउन विभिन्न रसायन प्रयोग गरिएको हुन सक्छ । हानिकारक रसायनबाट बच्नका लागि फललाई कम्तीमा आधा घण्टा चिसो पानीमा भिजाएर राख्नुपर्छ जसले फलको बोक्रामा लागेको विषादीलाई घटाउन मद्दत गर्छ ।

मौसमी फलमा प्राकृतिक मिठास हुने भएकाले यी फलको सेवनले कृत्रिम चिनीको आवश्यकता कम गर्छ । यसले मधुमेह जस्ता समस्याबाट बच्न मद्दत गर्दछ । प्राकृतिक रूपमा पाइने मिठासले शरीरलाई ऊर्जा प्रदान गर्छ । मौसमी फलमा फाइबरको मात्रा उच्च हुने भएकाले पाचन प्रणालीलाई सुधार गर्न मद्दत गर्दछ । नियमित मौसमी फल खाने व्यक्तिमा कब्जियत र पेट सम्बन्धी समस्या कम हुने गर्छ । पाचन प्रणालीलाई स्वस्थ राख्न फाइबरयुक्त फलको सेवन गर्नु आवश्यक छ ।

साना मझौलाले स्थापना दिवस मनायो

बिर्तामोड, असार १६। बिर्तामोडमा मुख्य कार्यालय रहेको साना मझौला सहकारी संस्थाको १४औं स्थापना दिवसका अवसरमा विद्यालय केन्द्रीत कार्यक्रम गरी मनाइएको छ ।

संस्थाले आफ्नो स्थापना दिवसको अवसरमा बिर्तामोड नगरपालिका–२ स्थित साङ्गवेद संस्कृत विद्यालय तथा कनकाई नगरपालिकास्थित लक्ष्मीपुरमा रहेको हिमाली माविमा विशेष कार्यक्रम गरी मनाएको हो । हिमाली मावि लक्ष्मीपुरको विशेष कक्षामा अध्ययनरत् विशेष क्षमताहरुलाई खेलकुदका सामग्रीहरु फुटबल, भलिबल, चेस, क्रिकेट लगायतका खेलकुद सामग्री, विद्यार्थी, शिक्षकहरुमा फलफूल तथा खाद्य सामग्री समेत वितरण गरेको थियो ।

साना मझौला सहकारी संस्थाकी अध्यक्ष देविका निरौला बस्नेतको अध्यक्षता तथा हिमाली माविका प्रधानाध्यापक घनश्याम निरौलाको प्रमुख आतिथ्य तथा स्रोत शिक्षक हरिप्रसाद अधिकारीको विशेष आतिथ्यमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको हो । संस्थाका सल्लाहकार समिति संयोजक राजेन्द्र उप्रेतीले स्वागत गरेको कार्यक्रममा संस्थाका उपाध्यक्ष देवीप्रसाद अधिकारी, सहसचिव प्रेम अधिकारी, सदस्य कृपा खड्का, सहप्रधानाध्यापक खड्गराज कार्की, शिक्षाप्रेमी पूर्व शिक्षक चन्द्रमणि हुमागाँई लगायत संस्थाका पदाधिकारीहरुको सक्रिय उपस्थिति रहेको कार्यक्रमको सञ्चालन सचिव चन्द्रकुमार भट्टराईले गरेका थिए ।

त्यसैगरी विवेकाश्रम साङ्गवेद संस्कृत पाठशालामा भएको छुट्टै कार्यक्रमको सभापतित्व अध्यक्ष निरौला बस्नेतले गरेकी थिइन् भने प्रमुख अतिथिका रुपमा पाठशाला व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष पण्डित छन्दुराम भण्डारी साथै विशिष्ट अतिथिका रुपमा प्रधानाध्यापक कविराज रेग्मी रहेका थिए ।

संस्थाका उपाध्यक्ष देवीप्रसाद अधिकारीले गरेको कार्यक्रममा साङ्गवेद संस्कृत पाठशालाको अक्षयकोषमा एकलाखको कोष स्थापना पुऱ्याउने प्रतिबद्धता बमोजिम गतवर्ष देखि शुरु कोषमा ४० हजार रुपैयाँ हस्तान्तरण गरेको बताइएको छ । संस्थाले स्थापना दिवसकै अवसर पारेर विर्तामोडस्थित परोपकार अनुसन्धान केन्द्रमा आश्रित वृद्धवृद्धालाई सामुहिक भोजन समेत गराएको संस्थाका सचिव भट्टराईले जानकारी दिए ।

पुटानी बेंसीमा धान दिवस

– युद्धबहादुर बोहोरा

पाँचथर, असार १६। धेरै धान फलाउने कृषकलाई पुरस्कृत गरेर देश विदेशमा समेत चर्चित बनेको फाल्गुनन्द गाउँपालिकाले २१औं धान दिवस मनाएको छ ।

किसानलाई हौसला दिँदै बाँझो जमिनलाई प्रयोगमा ल्याउने, उत्पादन बढाउन साथै उनीहरुलाई प्रोत्साहनसहित पुरस्कृत गर्ने उद्देश्यले धान दिवस मनाएको जनाएको छ । यसअघि १ नम्बर वडाको नवमी डाँडामा धान दिवस मनाउँदै ५० मुरी भन्दा बढी धान फलाउनेलाई ३० हजार र एक सय मुरी बढी फलाउनेलाई ५० हजार पुरस्कारको घोषणा गरेसँगै दिवस मनाउन शुरु गरेको हो ।

मापदण्ड पुगेका किसानलाई पालिकाले भव्य समारोहको आयोजना गरेर पालिका परिसरमा नौमती बाजासहित २९ जनालाई सम्मान गरेको थियो । सोही कार्यलाई निरन्तरता दिँदै यस वर्ष पनि ५ नम्बर वडास्थित घुमाउनेटा छुको पुटानी बेंसीमा भव्यताका साथ दिवस मनाएको छ । स्थानीयबासीको बाक्लो उपस्थित रहेको रोपाईमा बच्चादेखि बुढापाका समेत हेर्न र काम गर्न

आएका थिए ।

कृषि ज्ञान केन्द्र पाँचथरका प्रमुख महेशकुमार चौधारी समेतको उपस्थितिमा पालिका अध्यक्ष बृजहाङ आङ्देम्बे, उपाध्यक्ष ठाकुरसिंह नेम्वाङ, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत निर्मल तुम्रोक, वडाध्यक्ष बिष्णुकुमार चेम्जोङ, नारायणप्रसाद आङ्देम्बे, योजना शाखा प्रमुख निर्मल अधिकारी लगायत पालिकाका सबै शाखाका कर्मचारीको सहभागिता रहेको थियो ।

यसैबीच ज्ञान केन्द्रका प्रमुख चौधारीले पालिकाका जनप्रतिनिधिलाई कोदाली र फ्याउरी हस्तान्तरण गरेका थिए भने अध्यक्ष आङ्देम्बे र उपाध्यक्ष नेम्वाङले रोपारलाई धानको बीऊ प्रधान गर्दै रोपाइँ कार्यक्रमको उद्घाटन गरिएको कार्यक्रम सञ्चालक गोपाल घिमिरेले जानकारी दिए ।

लोकसागर प्रथम

पथरीशनिश्चरे, असार १६। नगरस्तरीय खुल्ला कविता प्रतियोगितामा लोक सागर साम्बा प्रथम भएका छन् ।

प्रतियोगितामा रेडस्टार माविकी छात्रा प्रसुना तिम्सिना द्वितीय, लाजिमा सुन्दास तृतीय र पवित्रा खनाल सान्त्वना भएका छन् । प्रतियोगिताको प्रथम, द्वितीय, तृतीय र सान्त्वना हुनेहरूलाई क्रमशः १५ हजार, १० हजार, पाँच हजार र दुई हजार तथा प्रमाणपत्रले सम्मान गरिएको हो ।

कला साहित्य प्रवर्द्धन समितिले आयोजना गरेको सो प्रतियोगितामा समितिले पथरीशनिश्चरे नगरकै पहिलो मुर्तिकार श्री कृष्ण भक्त गजमेरलाई दोसल्ला, सम्मानपत्रसहित नगद २५ हजारले सम्मान गरेको हो ।

प्रतियोगिताको पहिलो चरणमा असार ८ गते २२ जना प्रतियोगीमध्ये १० जना छानिएका थिए । उक्त १० प्रतियोगीहरूले कविता वाचन गरिसकेपछि टप ४ प्रतिष्पर्धी छानिएको थियो । टप ४ प्रतिस्पर्धीहरूले 'झरीसँग प्रेम' शीर्षकमा ३० मिनेटभित्रै कविता लेखेर वाचन गरेका थिए ।

त्यस्तै दोस्रो चरणका आधारमा प्रथम, द्वितीय, तृतीय र सान्त्वना छानिएका थिए । कार्यक्रममा जीवन बरालद्वारा निर्देशित 'स्कूल' नाटक प्रदर्शनसहित विविध सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रदर्शन गरिएको थियो ।

कार्यक्रम एभरेष्ट आवसीय माध्यमिक विद्यालयको कार्यक्रम हलमा भएको थियो । प्रमुख अतिथिका रुपमा पूर्व नगर प्रमुख दिलिप कुमार राई, वडा नं. ८ का अध्यक्ष नवीनजंग कार्की, वडा नं. २ का अध्यक्ष नैना राई लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

बराल ट्याक्सी सर्भिस

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

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

हाडजोर्नी तथा नसाका समस्याहरुको 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)

राष्ट्रिय बीमा कम्पनी लिमिटेड

शाखा कार्यालय बिर्तामोड, झापा

कार्यालयको लागि घर भाडामा लिने बारे सूचना

(प्रथम पटक सूचना प्रकाशित भएको मितिः २०८१/०३/१७ गते)

यस कम्पनीको चारआली झापास्थित एक्सटेन्सन काउण्टर सञ्चालनको लागि निम्न लिखित स्थानमा घर भाडामा लिन आवश्यक भएको हुँदा यो सूचना प्रथमपटक प्रकाशित भएको मितिले ७ दिनभित्र घर भाडामा दिन इच्छुक घर धनी व्यक्ति/संस्था/कम्पनीले यस कम्पनीको शाखा कार्यालय बिर्तामोडमा प्राप्त हुने गरी शिलबन्दी प्रस्ताव पेश गर्न हुन आह्वान गरिन्छ ।

१. **घर आवश्यक क्षेत्रः** नेपाल आयल निगमको कार्यालयदेखि २०० मिटरसम्मको उत्तर दिशामा मुख्य सडकसँगै जोडिएको ।

२. **भाडामा लिनखोजेको घरको प्रकृति, क्षेत्रफल र अन्य आवश्यक विवरणः**
(क) कार्यालय रहने उपयुक्त वातावरण/परिसर भएको हुनु पर्नेछ ।
(ख) घर कम्तिमा २ कोठा, फ्ल्याट वा आवश्यकता अनुसार पार्टेशन गर्न मिल्ने भुइँ वा पहिलो तल्लाको हुनु पर्नेछ ।
(ग) घरसम्म जाने मोटर बाटो हुनु पर्नेछ ।
(घ) घर परिसरमा मोटरहरू पार्किङ गर्न सकिने पर्याप्त पार्किङ क्षमता तथा व्यवस्था भएको हुनु पर्नेछ ।
(ङ) पानी तथा ढल, बिजुली आदिको पर्याप्त व्यवस्था भएको हुनु पर्नेछ ।

३. **प्रस्ताव पेश गर्ने तरिका र पेश गर्नुपर्ने न्यूनतम विवरणः** घर रहेको जग्गाको जग्गाधनि प्रमाणपूर्जा, तिरो तिरेको रसिद र नक्सापासको फोटोकपीसहित भाडामा दिनचाहेको मासिक भाडादर अङ्क र अक्षरमा समेत खुलाई घर जग्गाधनीको नाम, ठेगाना, सम्पर्क नम्बर समेत उल्लेख गरी सिलबन्दी दरखास्त (प्रस्ताव) दिनु पर्नेछ ।

४. **घर भाडा भुक्तानी सर्तहरू र करकट्टी विवरण :** मासिकरूपमा भाडा रकम भुक्तानी गरिने र भाडा भुक्तानी गर्दा नियमानुसार अग्रिम करकट्टी गरी भुक्तानी गरिनेछ ।

५. तोकिएको म्याद नाघी आएका वा रितपूर्वक नआएका दरखास्त उपर कुनै कारवाही गरिने छैन । घर भाडामा लिने वा नलिने सम्पूर्ण अधिकार कम्पनीमा निहित रहनेछ ।

विस्तृत जानकारीका लागिः
राष्ट्रिय बीमा कम्पनी लि., शाखा कार्यालय, बिर्तामोड
फोन नं.: ०२३–५३०२१०, ०२३–५३६५१८

ताप्लेजुङ -पाथीभरा सफल यात्रा

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

ताप्लेजुङ पाथीभरा काउन्टर
मो. ९८०३२५०४७२
९८०१३६४०९३

सेफ्टी ट्यांकी चाहिएमा

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

सम्पर्कः दमक, सुरुङ्गा, बिर्तामोड, काँकरभिट्टा, भद्रपुर

देवराज गिरी	विशाल हरिजन
९७०६१९६४०६	९८१४९१७७११
९८४२०७०५८६	९८४२७३३६१२

नेपालीहरुको लागि भरपर्दो सेवा
निशान्त मोटरसाइकल पार्ट्स एण्ड सर्भिसिङ्ग सेन्टर

Royal Enfield को आधिकारिक बिक्रेता (डिलर) भएकाले Royal Enfield को पार्ट्सहरु विशेष छुटमा बिक्री गरिँदैछ ।

यहाँ जुनसुकै कम्पनीको मोटसाइकल, स्कुटरका सम्पूर्ण पाट्स पाउनुका साथै सर्भिसिङ पनि गरिन्छ ।

पानीटंकीको पहिलो गल्ली बायाँ साइड सम्पर्क : **निशान्त–** ८३७२०७८४५४/८३४८४७३७१७ (इण्डिया), ९८४०१६४४५३ (नेपाल)

नोटः यहाँबाट निःशुल्क ज्योतिष सेवा उपलब्ध गराइन्छ ।
Youtube Channel : Nishat M jotic kendra

श्री भूमिसुधार तथा मालपोत कार्यालय भद्रपुर झापाबाट साविक बुद्धशान्ति–१ स्व. पंचमाया काममी शेषपछिका हकदारको नाममा जारी गरिएको

नामसारी हकदाबी सम्बन्धी ३५ दिने सार्वजनिक सूचना

यस जिल्ला झापा बुद्धशान्ति–१ बस्ने निवेदक मन बहादुर खाती र कुमार खातीले स्व. आमा पंच माया कामीको मिति २०५५।०३।०५ मा मृत्यु भएको र बाबु लक्ष्मण कामीको पनि २०२४ सालमा मृत्यु भएको मृतक बाबु आमाका हामी ३ भाइ छोराहरु मध्ये जेठाको नाम थाहा नभएको (बा भन्ने गरिएको) बाल्य अवस्थादेखि नै बेपत्ता भई हालसम्म सम्पर्कमा नभएको, माहिला भक्त बहादुर कामीको २०४० सालदेखि बेपत्ता भएको, भक्त बहादुरकी श्रीमती सावित्रा खाती दोस्रो विवाह गरी अन्यत्र गएको निजबाट एक छोरा कुमार खातीको जन्म भएको र मृतक पंचमाया कामीको कान्छा छोरा मन बहादुर खातीको जन्म भएको र मृतक पंचमाया कामीको कान्छा छोरा मन बहादुर कामी(बोली नआउने) भएकोले मृतक पंचमायाको नाम दर्ता बुझबारे ३ क कि.नं. ७५६ ज.वि. ०–४–० जग्गा मृतक पंच मायाका कान्छा छोरा मन बहादुर खाती र नाति कुमार खातीको संयुक्त नाममा नामसारी गरी पाउँ पनि बुद्धशान्ति गाउँपालिका–१ नं. वडा कार्यालको च.नं. ३०७० मिति २०८०।१२।१९ को सिफारिस संलग्न गरी माग निवेदन गरेकोले उक्त जग्गामा कसैका हकदाबी भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ३५ दिनभित्र स–प्रमाण हकदाबीको निवेदन पेश गर्नु होला अन्यथा कानून बमोजिम भई जाने व्यहोरा यसै सूचनाबाट जानकारी गराइन्छ ।

नारी सञ्चार गृह झापाको

सदस्यता नविकरण तथा नयाँ सदस्यता आवेदन बारेको सूचना

प्रकाशित मिति २०८१ साल असार १५ गते

नारी सञ्चार गृह झापाको विधानको व्यवस्था अनुसार प्रत्येक आर्थिक वर्षको असार मसान्तसम्ममा चालु आर्थिक वर्ष अर्थात् (२०८०/०८१) सदस्यता नविकरण गर्न बाँकी रहनु भएको सदस्यहरुमा सदस्यता नविकरणका लागि सार्वजनिक सूचना गरिएको छ । साथै कार्यसमितिको २०८१ साल असार ६ गते बसेको बैठकले सोही समयावधिमा नयाँ सदस्यता प्राप्तीका लागि फाराम खुल्ला गर्ने निर्णय गरेअनुसार यस संस्थाको सदस्यता लिन इच्छुक सञ्चारक्षेत्रमा क्रियाशील महिला पत्रकारहरुका लागि सदस्यता फाराम खुल्ला गरिएको सूचना गरिन्छ ।

आवश्यक कागजात

नविकरणका लागिः सदस्यता नविकरण फाराम भरी दुईप्रति पासपोर्ट साइजको फोटो, सदस्यता नविकरण शुल्कवापत

नयाा सदस्यताका लागि : कम्तीमा एकवर्षदेखि पत्रकारितामा क्रियाशील रहेको प्रमाण, नागरिकताको फोटोकपी, न्यूनतम कक्षा १२ उर्त्तिण गरेको शैक्षिक योग्यताको प्रमाणपत्रको फोटोकपी, दुईप्रति पासपोर्ट साइजको फोटो नविकरण नयाँ सदस्यता वापत शुल्क रु.२००/-मात्र

सम्पर्क व्यक्तिहरुः
सञ्जु शिवाकोटी ९८४४६५०६४४, **बिनिसा शर्मा** ९८६४१४२५६१, **इशा प्रधान** ९८४२६३७०६९, **मिना विश्वकर्मा** ९८५२६२७६६०

नोटः नविकरण तथा नयाँ सदस्यका लागि आवेदन गर्ने अन्तिम मिति : २०८१ असार ३० गते दिउसो ४ बजेसम्म । संस्थाले तोकेका व्यक्ति वा संस्थाको कार्यालयमा सम्पर्क गरी आफैं उपस्थित भएर आवेदन गर्न सक्नु हुनेछ ।

संयोजक
मायामितु न्यौपाने
नविकरण तथा नयाँ सदस्यता वितरण समिति

भोलेबाबा लिकर्स प्रा. लि.

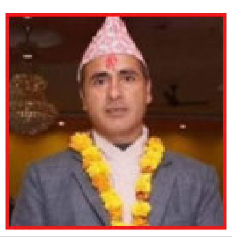
शिवसताक्षी–५, झापा

मूल्य सूची

आ.व. २०८०/०८१ को (२०८१ आषढ १७ गतेदेखि) तथा आ.व. २०८१/०८२ को लागि यस उद्योगद्वारा उत्पादित मदिराहरु नेपाल अधिराज्यभरी बिक्रीवितरण गर्ने मिति २०८१ आषाढ १७ गतेदेखि लागू हुने गरी निम्न अनुसारको मूल्य कायम गरिएको हुँदा सम्बन्धित सबैको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

क्र.सं.	ब्राण्डको नाम	मि.ल.	यु.पी.	नेशनल डिष्ट्री ब्युटर	नेशनल डिष्ट्रीब्युटर कमिसन	डिलर मूल्य	डिलर कमिसन	होलसेल मूल्य	होलसेल कमिसन	खुद्रा मूल्य	खुद्रा कमिसन	उपभोक्ता मूल्य: प्रति कार्टुन	उपभोक्ता मूल्य: प्रति बोतल
१.	मेची गोल्ड	१८०	५० युपी	५६५०	१००	५७५०	१५०	५९००	२८०	६१८०	३००	६४८०	१३५
२.	माही किङ्ग	१८०	५० युपी	५६५०	१००	५७५०	१५०	५९००	२८०	६१८०	३००	६४८०	१३५
३.	चूलबूल	३००	७०	९५०	५	९५५	१५	९७०	१५	९८५	२७५	१२६०	४२
४.	बाबा रेप्शी सौरफ	३००	७०	९४०	५	९४५	१५	९६०	१५	९७५	२५५	१२३०	४१
५.	रोशी सेतो	३००	७०	९६०	५	९६५	१५	९८०	१५	९९५	३५५	१३५०	४५

माथि उल्लेखित मूल्य सूचिमा ७० यु.पी. मदीरामा मु.अ.कर तथा अन्तःशुल्क र अन्य कर समावेश गरिएको छ । यस उद्योगसँग आर्थिक कारोबार गर्दा यस उद्योगको बैंक खाता बाहेक अन्य कसैसँग आर्थिक कारोबार गर्दा यस उद्योगलाई मान्य नहुने जानकारी गराइन्छ ।



ज्यो. पं. खेमप्रसाद पौडेल
फोन सम्पर्क ९८५११५४६९९

मेष (चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ) - स्वास्थ्यले साथ दिने छैन, शरीरमा आलश्यता पैदा हुनेछ, अनावश्यक चिन्तनले शरीर गलेर जानाले मन खिन्न रहला ।

बृष (इ, उ, ए, ओ, बा, बि, बु, बे, बो) - पती, पत्नीबीच थोरै वादविवाद बढ्न सक्छ, समयमै विचार पुऱ्याउनुहोला, सन्तान पक्षबाट सुख मिल्नेछ, सतर्क रहनुहोला ।

मिथुन (का, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, ह) - तपाईको लागि आजको दिन मिश्रित फलदायी रहेको छ, परिवारजनमा बेमेलको स्थिति रहला, कुरा काट्नेहरू बढेर जानेछन्, सजग रहनुहोला ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो) - व्यापार-व्यवसायमा फाइदाजनक योग रहेको छ, साथीभाइसँग मिष्ठान्न भोजन हुनाले मन प्रशन्न रहला ।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे) - मनमा खटपटी पैदा हुने समय रहेको छ, कार्यसिद्धीमा बाधा अड्चन आउने छ, घाटाको सामना गर्नुपर्ला, स्वास्थ्यमा विचार पुऱ्याउनुहोला ।

कन्या (टो, प, पि, पु, ष, ण, ठ, पे, पो) - समय मिश्रित फलदायी रहेको छ, टाउको तथा आँखा सम्बन्धी समस्याले सताउन सक्छ, सन्तान पक्षबाट सहयोग प्राप्त हुनेछ ।

तुला (र, रि, रू, रे, रो, ता, ति, तु, ते) - कार्यसिद्धिहुने दिन छ, मान-सम्मानमा वृद्धि हुने, स्वास्थ्यले, भाग्यले साथ दिनेछ, पारिवारिक झमेला व्यहोर्नुपर्नेछ ।

बृश्चिक (तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, यि, यु) - समय सामान्य रहनेछ, धार्मिक अभिरूची बढेर जानेछ, पैतृक सम्पत्तिमा वादविवादको योग रहेको छ, सतर्क रहनुहोला ।

धनु (ये, यो, भ, भि, भु, ध, फा, ढ, भे) - धार्मिक कार्यमा सहभागी हुने दिन रहेको छ, साथीभाइसँग बोल्दा विचार पुऱ्याउनुहोला, बेलुकीपख घुँडा तथा ढाडमा समस्या हुन सक्छ ।

मकर (भो, ज, जि, खि, खु, खे, खो, गा, गि) - अनावश्यक खर्च गर्नुपर्दा मन अशान्त रहन्छ, अवसरका निम्ति निक्कै दौडधुप गर्नुपर्छ, पेट सम्बन्धी समस्याले सताउन सक्छ, खानपानमा ध्यान पुऱ्याउनुहोला ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सि, सु, से, सो, द) - आजको दिन शुभ फलदायी रहेको छ, मान-प्रतिष्ठा बढेर जानेछ, लेनदेनमा विचार पुऱ्याउनुहोला, धार्मिक गतिविधि बढेर जानेछ ।

मीन (दि, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, च, चि) - [redacted]त लिङ्गिसाथीबाट साथ र सहयोग प्राप्त हुनेछ, [redacted]ममा वृद्धि हुनेछ, तपाईंको समय उत्तमसिद्धि रहेको छ ।