



# पूर्वांचल

Purwanchal National Daily

◆ वर्ष : २८ ◆ अंडक : ७७ ◆ पृष्ठ ४ ◆ बित्तिमोड़ ◆ विसं. २०७९ माघ २० गते शुक्रबार (Friday, February 3, 2023) नेपाल सम्वत् १९४२ Web : www.purwanchaldaily.com ◆ मूल्य रु : ५/- भारतमा भार : ४/-

भद्रपुर-सलकपुर  
सडक ६% कालोपत्रे



भाषा, माघ १४। भाषापाको भद्रपुरदेखि इलामको सलकपुरसम्म जोड्ने सडक डेढ वर्षमा तीन किलोमिटर मात्र कालोपत्र भएको छ।

कनकाई मोती जेमी काठमाडौंले २०७८ भद्रौमा दुई वर्षीयभन्न कालोपत्र गर्ने गरी टेक्का सम्झौता गरेको थिए। हालसम्म तीन दशमलव छ किलोमिटर मात्र कालोपत्र गरिएको छ।

पूर्वांचल विकास कार्यालय भाषापाको इन्जिनियर दीपेन्द्रकुमार साहका अनुसार प्रदेश नं. १ को भौतिक पूर्वांचल विकास मन्त्रालयको रु. २६ करोड ६९ लाख लागतमा भद्रपुर-सलकपुर सडक कालोपत्र गर्न थालिएको हो। सडकको हालसम्मको वित्तीय प्रगति छ प्रतिशतमात्र भएको छ, साहाले भने।

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

## सामाजिक सुरक्षा योजनामा चार लाख श्रमिक

काठमाडौं, माघ १४। योगदानमा आधारित सामाजिक सुरक्षा योजनामा भएको विभिन्न सुरक्षा योजना अन्तर्गत सुविधा दिन थाले को थियो। कोषले योगदानकर्तालाई औषधि उपचार, स्वास्थ्य तथा मातृत्व सुरक्षा, दृष्टिना तथा अशक्ता सुरक्षा, अधिकृत परिवार सुरक्षा र वृद्धावस्था सुरक्षा योजना सञ्चालन गर्ने आएको छ।

कोषमा सबै बन्दा बहुपाली बागमती प्रदेशवाट दुई लाख ९९ हजार आठ सय ३५, प्रदेश नं १ बाट ३८ हजार आठ सय ४९, मधेशबाट २१ हजार ५६, गण्डकीवाट १४ हजार आठ सय ९३, लुम्बिनीवाट १३ हजार नौ सय ६७, सुदूरपश्चिमवाट एक हजार पाँच सय तीन र कार्यालयावाट एक हजार एक सय ८५ श्रमिक सूचीकृत भएको छ।

कोषले हालसम्म रु. १०० लाख ९९ हजार आठ सय ३५, प्रदेश नं १ बाट ३८ हजार आठ सय ४९, मधेशबाट २१ हजार ५६, गण्डकीवाट १४ हजार आठ सय ९३, लुम्बिनीवाट १३ हजार नौ सय ६७, सुदूरपश्चिमवाट एक हजार पाँच सय तीन र कार्यालयावाट एक हजार एक सय ८५ श्रमिक सूचीकृत भएको छ।

कोषले हालसम्म २९ अर्ब १२ करोड योगदान रकम सङ्कलन गरेको छ। सरकारले २०७५ मसीन ११ गते योगदानमा आधारित सामाजिक सुरक्षा योजना शुभारम्भ गरेको थिए। कोषले २०७६ साउनेवें योगदान रकम सङ्कलन गर्न थालेको थिए।

योगदान रकम सङ्कलन गरेको तीन महिनापछि, कोषले योगदानकर्तालाई

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

कुवेतमा बेचिएकी महिलाको पीडा

## १८ घण्टा काम, चरम यातना

भाषा, माघ १४। आकर्षक तलबको लोभ देखाएर एक महिलालाई कुवेत पुऱ्याई १८ घण्टासम्म काममा लागाएर मानसिक र शारीरिक यातना दिएको पाइएको छ।

प्रहरीको मानव बेचिबिधन अनुसन्धान व्यारोका अनुसार पीडित महिलाले दिएको सूचनाका आधारमा उनलाई कुवेतवाट उद्धार गरिएको छ भने आरोपीमध्ये दुई जनालाई पकाउ गरिएको छ। व्यारोका प्रहरी उपरीकाक दानबहादुर मल्लले पीडितको जाहेरीपछि पकाउ परेण्या उदयपुरका ४४ वर्षीय राज थापा मगर भन्ने लालबहादुर मगर र इलामको डम्बर मगर भन्ने डम्बरबहादुर दुर्लभी रहेका जानकारी दिए। केही आरोपी कुवेतमै रहेको र केही फरार रहेकाले खोजी जारी रहेको उनले बताए।

व्यारोका प्राप्त विवरण अनुसार तीव्रकृति रुपमा कुवेतमा रहेको रेप्युरेन्टमा वेट्रेसको काममा मार्सिक आकर्षक तलब दिने र व्याहाई रायो काम गरेपछि पोर्चगल र अमेरिकाका रेप्युरेन्टमा समेत पठाइदिने लोभ देखाएर गएको मंसीरमा विभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाट



भ्रमण भिसामा युएई हैंडे कुवेत पुऱ्याका थिए। कुवेत पुरोपछि उनलाई अन्य एजेन्टमाफत एक हजार तीन सय दिनारमा विक्री रहेको खुलेको छ। त्यसपछि उनलाई दैनिक १८ घण्टासम्म श्रम शोषण गरी मानसिक र शारीरिक यातना दिएको महिलाले दिएको आधारमा उल्लेख छ।

आफूले यातना पाएको भनी उनले दिएको सूचनाका

आधारमा परिवारले व्यूरोमा उजुरी दिएका थिए। व्यूरोले कुवेतस्थित नेपाली राजदूतावाससंगको समन्वयमा उलाई यही माघ ४ गते उद्धार गरी नेपाल फर्काएको थियो। पीडित महिलाले मानव बेचिबिधन तथा ओसारपसार नियन्त्रण ऐन २०६४ वर्षमोजिम हैदैसम्मको कारबाही गरी पाउँ भनी माघ १० गते जाहेरी दिएकी थिएन। हाल कुवेतमै रहेका एक आरोपीले पीडितको मोबाइल नियन्त्रणमा लिई उनको फेसबुकबाट विभिन्न व्यक्तिलाई अश्लील कुराकानी गर्ने र सो कुराको रेकर्ड पीडितका श्रीमान लगावतका आफ्नतलाई पठाइ धम्की दिने गरेको खुल्न आएको छ।

उनीहरूले पीडित महिलालाई धम्की दिई कुवेतमा आफूखुशी आएको र बेचिबिधनमा परेको खोइन, नेपाल गण्डकी यस विषयमा उजुरी गर्ने छैन भन्ने व्यवेषको कागज गराइ भिडियोसमत बनाएको खुल्न आएको छ। उक्त घटनामा संलग्न रहेका अन्य फरार व्यक्तिको खोजी जारी रहेको व्यूरोले जानकारी दिएको छ।

सन्दीपलाई  
थुमामै राख्न माग



काठमाडौं, माघ १४। बलात्कारको आरोप लागेका सन्दीप लामिछानेलाई धरौटीमा छाइने उच्च अदालत पाटनको आदेशलाई बढ़त थाथा थुमामै राख्ने मुद्दा पूर्ण गर्नुपर्ने मागसहित सर्वोच्च अदालतमा विहीवार निवेदन दर्ता भएको छ।

नेपाल सरकारको तर्फबाट नायव महान्यायिकवाटाद्वारा दायर निवेदनमा गत पुस २८मा भएको आदेशलाई उच्च अदालत पाटनको गत पुस २८मा भएको आदेशलाई लामिछानेलाई थुमामै राख्नी मुद्दा पूर्ण गर्नुपर्ने उल्लेख छ। लामिछानेलाई उच्च अदालत पाटनले शार्पमात्रित रु. २० लाख नगद धरौटी वाँकै जमानत लिई तारेखमा रालन आदेश दिएको थियो। निवेदनमा लामिछानेले प्रमाण नपर्न गर्न सक्ने पनि आशङ्काका व्यक्त गरिएको छ।

## सिमसार: आन्तरिक आयको स्रोत

मोरेड, माघ १४। नेपालमा विश्व रामसार सूचीमा रहेको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो। कोषले योगदानकर्तालाई औषधि उपचार, स्वास्थ्य तथा मातृत्व सुरक्षा, अधिकृत परिवार सुरक्षा र वृद्धावस्था सुरक्षा योजना सञ्चालन गर्ने आएको छ।

कोषले हालसम्म रु. १०० लाख ३१ करोड दावी भुक्तानी रहेको छ। कोषमा आबद्ध भएकमध्ये ६० हजार छ सय १६ जनाले लाभ लिएको छ। औषधि उपचार, स्वास्थ्य तथा मातृत्व योजनावापत रु. ३७ करोड ३१ लाख ८६ हजार, दृष्टिना तथा अशक्ता सुरक्षा योजनावापत रु. ४४ करोड २१ लाख १५ हजार, अधिकृत परिवार सुरक्षा योजनावापत रु. ५८ करोड ५४ लाख ४८ हजार र वृद्धावस्था सुरक्षा योजनावापत रु. ८८ करोड ४४ लाख ४५ हजार र कार्यालयावापत रु. १०८ करोड ४४ लाख ४५ हजार र आपाली भुक्तानी रहेको छ।

पूर्वी मोरेडको उल्लासीमा विभिन्न सुविधाको वित्तीय विवरण अनुसार नगरपालिकाको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो। विभिन्न सुविधाको वित्तीय विवरण अनुसार नगरपालिकाको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो। विभिन्न सुविधाको वित्तीय विवरण अनुसार नगरपालिकाको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो।

विभिन्न सुविधाको वित्तीय विवरण अनुसार नगरपालिकाको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो। विभिन्न सुविधाको वित्तीय विवरण अनुसार नगरपालिकाको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो। विभिन्न सुविधाको वित्तीय विवरण अनुसार नगरपालिकाको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो।

समयमा वनभोज खान त अन्य समयमा धुम्न आउने मानिसको भीड लाग्ने रहेको छ।

सो सिमसार क्षेत्रलाई विभिन्न सम्बन्धित उपभोक्ता सम्मूलके सरक्षण गर्दै आएको छ। सामुदायिक वनको आम्दानीको मुख्य आयस्रोत वनपौदावर भए तापनि सिमसार क्षेत्रको विकाससंगै वनको आम्दानीको मुख्य आयस्रोत वनपौदावर रहेको उल्लासीमा उल्लेख भूमिका वनका अध्ययन क्षमता दिएको छ।

सिमसार क्षेत्रको अवधिकृत उल्लासीमा विभिन्न सुविधाको वित्तीय विवरण अनुसार नगरपालिकाको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो। विभिन्न सुविधाको वित्तीय विवरण अनुसार नगरपालिकाको विभिन्न सुविधा दिन थाले को थियो।

समयमा वनभोज खान त अन्य समयमा धुम्न आउने मानिसको भीड लाग्ने रहेको छ।

सो सिमसार क्षेत्रलाई विभिन्न सम्बन्धित उपभोक्ता सम्मूलके सरक्षण गर्दै आएको छ। सामुदायिक वनको आम्दानीको मुख्य आयस्रोत वनपौदावर भए तापनि सिमसार क्षेत्रको विकाससंगै वनको आम्दानीको मुख्य आयस्रोत वनपौदावर रहेको उल्लासीमा उल्लेख भूमिका वनका अ





## आयोडिनथुक नुनको उचित प्रयोग गराएँ

अंग्रेजी सम्बन्धित को फेब्रुअरी महिनालाई 'आयोडिन मन्थ' का रूपमा मनाउन थालिएको छ। आयोडिनथुक नुनको थप प्रवर्द्धन तथा जनचेतना बढाउने उद्देश्यले विभिन्न कार्यक्रमका साथ आयोडिन मन्थ मनाउन थालिएको हो। नेपाल युनिभर्सल सल्ट आयोडाइजेशनको सदस्य देश भएका कारण नेपालमा सन् १४८८८ देखि मनाउन थालिएको यो दिवस आयोडिनको कमीका कारण जनस्वास्थ्यमा पर्ने प्रभाव कम गर्न सहायक हुने विश्वास गरिएको छ। आयोडिनको कमीका कारण मानिसमा गलगांड सबैभन्दा मुख्य समस्या हो। आयोडिनथुक नुनको प्रवर्द्धन तथा जनचेतना प्रवाह गर्ने कार्यक्रमले यो समस्या नियन्त्रकै कम भइसकेको सम्बद्ध अधिकारीहरूले बताएका छन्। आयोडिनको महत्व र आवश्यकताका सम्बन्धमा गरिएको व्यापक प्रचारप्रसार तथा चेतना अभिवृद्धिका कारण अहिंसा नेपाली भाषाको एकान्ब्रे प्रतिशतले आयोडिन भएको नुनको प्रयोग गरिरहेको साल्ट ट्रेडिङ कर्पोरेशनले जनाएको छ।

'नुन खाऊं तर सही मात्रामा आयोडिन भएको दुई बालबालिका चिन्ह भएको प्याकेटको नुन मात्र खाऊं' भन्ने मूल नाराका साथ मनाइने यो महिनालाई 'आयोडिन महिना' भन्ने गरिएको छ। नेपालीले परम्परागत रूपमा प्रयोग गर्दै आएको ढिके नुनमा आयोडिनको कमी हुने र त्यसले शारीरिक तथा मानसिक रूपमा असर गर्ने विज्ञहरूले बताएका छन्। नुनतत्व शरीरका लागि अति आवश्यक पोषकतत्व हो। शरीरमा पालीको मात्रा नियन्त्रण गर्न तथा रक्तचाप सन्तुलनमा राख्न सोडियमको आवश्यकता हुन्छ। उत्क सोडियनको मूल स्रोत भनेकै नुन हो। शरीर र दिमागलाई सक्रिय बनाउन, सुचना आदान-प्रदान गर्न र सोडियम पोटासियम पठाउन पनि सोडियम नै चाहिन्छ। त्यसै भावमा रिडाटा लाग्ने, रक्तचाप कम हुने, बाउँडिने जस्ता समस्या आउँछन्।

विश्व स्वास्थ्य संगठनले एक जनाले प्रतिदिन पाँच ग्राम नुन खानु पर्ने उल्लेख गरेको छ। तर, नेपालमा दश ग्रामसम्म नुन खाने गरेको नेपाल स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषदले जनाएको छ। त्यसैले सचेतना विस्तारको माध्यमबाट यस्तो लतलाई बदल जरुरी छ। किनकि आवश्यकताभन्दा बढी नुनको प्रयोगले स्वास्थ्यमा प्रतिकूलता बढाउँछ। त्यसैले नेपालमा आयोडिन (नुन उत्पादन तथा बिक्रीवितरण) ऐन २०४५ लागू गरिएको छ। जसको उद्देश्य आयोडिनको कमीबाट जनस्वास्थ्यमा पर्ने असरलाई कम गर्दै यसको उचित उत्पादन, वितरण, आपूर्ति, उपयोग तथा नुनमा आयोडिन मिश्रण गर्ने व्यवस्था गर्ने रहेको छ। त्यसै अनुसार मनाइने गरेको सचेतनाको यो महिनाले आम उपभोक्तालाई नुनको प्रयोग छनौट तथा रखाइका बारेमा खबरदारी गरोस्।

# उत्पादन र बजार प्रवर्द्धन गर्ने विद्याको राष्ट्रिय रणनीति

नियांत्रितयोग्य वस्तुका रूपमा रहेको स्वदेशी चियाको उत्पादन र बजारीकरण गर्ने राष्ट्रिय चिया रणनीति तयार गर्न लाग्नेको छ। उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालय र राष्ट्रिय चिया तथा कफी विकास बोर्डले संयुक्तरूपमा चियाको राष्ट्रिय रणनीति बनाउन लाग्नेका हुन्। चियाको उत्पादन वृद्धि गरी अन्तर्राष्ट्रीय बजारमा नियांत्रित प्रवर्द्धन गर्ने गरी रणनीति बनाउन लाग्नेको हो। तुलनात्मक लाभ भएका वस्तुका रूपमा रहेको चियाको उत्पादन दीर्घकालीन रूपमा वृद्धि गरी राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय बजार प्रवर्द्धन गर्ने रणनीति बनाउन लाग्नेको हो।

राष्ट्रिय चिया तथा कफी विकास बोर्डका कार्यकारी नियंत्रणका डा. विष्णुप्रसाद भट्टार्कीले चियाको उत्पादनसंग बजारीकरण गर्ने रणनीति तयार गर्न लाग्नेको जानकारी दिए। विश्व बजारमा स्वदेशी चियाको माग उच्च भए पनि नियांत्रित गर्न सकिएको छैन, गुणस्तरयुक्त चिया उत्पादन गर्ने विद्याको छैन।

चियाको उत्पादन, प्रवर्द्धन बजारीकरण गर्ने छुटै रणनीति नभएकाले पहिलो पटक तयार गर्न लागेका छौं। यसले स्वदेशी चियाको उत्पादन बढाएर आन्तरिकसंसै विश्व बजारमा प्रवर्द्धन गर्न सघाउ पुने विश्वास छ' -उन्नेसे भने।

नियांत्रितको प्रयोगात सम्भावना हुँदूहुँदै पनि रणनीति नहुँदा नियांत्रित बढाउन नसकिएको उनको भनाइ छ। अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा स्वदेशी चियाको माग बढै गए पनि पर्याप्त उत्पादन नहुँदा माग अनुसार नियांत्रित गर्ने नसकिएको बोर्डले जनाएको छ।



चिया क्षेत्रमा कसरी लाग्नाई बढाउने र बजारीकरण गर्ने विषयलाई रणनीतिमा जोड दिनेछ। आगामी पाँच वर्षमा चियाको उत्पादन र नियांत्रित कर्ति गर्ने भनेर रणनीतिमा समावेश गरिने भट्टार्कीले जानकारी दिए। उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालयले बनाएको नेपाल एकीकृत व्यापार रणनीति (एनटीआईएसमा)मा तुलनात्मक लाभ भएका वस्तुमा चियालाई समेत रोखिएको छ।

**३ महिनामा साढे दुई अर्बको नियांत्रित भन्नार विभागको तथ्याङ्क अनुसार चालू आर्थिक तथा विद्याको साउनदेखि पुससम्म दुई अर्ब ५१ करोड ६० लाख ६६ हजार रुपैयाँको ११ हजार पाँच सय ४६ मेट्रिक टन चिया नियांत्रित भएको छ। आ.व.**

**२०७८/०७९, तीन अर्ब ४३ करोड ४३ लाख ५० हजार रुपैयाँ बराबरको १२ हजार चार सय ९४ मेट्रिक टन चिया नियांत्रित भएको छियो।**

**आ.व. २०७७/०७८, तीन अर्ब ७९ करोड ७९ लाख ६६ हजार रुपैयाँको ११ हजार नौ सय २० मेट्रिक टन चिया नियांत्रित भएको छ। त्यसै भोजपुर, संखुवासभा, मारड, उदयपुर, ओखलढुङ्गा, खोटाड, सिन्धुपाल्चोक, नुवाकोट, ललितपुर, रामेश्वर, दोलखा, सिन्धुली, काभ्रे, धाइदू, चितवन, कास्की, लमजुङ, म्यादी, गोरखा, पर्वतमा चिया खेती हुने गर्छ। शुरूमा पूर्वी जिल्लामा हुने चियाखेती पाल्चिल्लो समय अन्य जिल्लामा विस्तार हुँगै गएको छ। नेपालमा अर्थोडक्स र सीटीसी चिया उत्पादन हुने गर्छ।**

बजारको ११ हजार एक सय ८५ मेट्रिक टन चिया नियांत्रित भएको थियो। अमेरिका, स्विजल्यान्ड, अस्ट्रेलिया, क्यानडा, इटाली, फ्रान्स, जर्मनी, हड्डन, इटाली, जापान, कोरिया, न्युजिल्यान्ड, साउथ अफ्रिका, स्पेनलायबतका देशमा स्वदेशी चिया नियांत्रित हुने गर्छ।

**१७ हजार हेक्टरमा चिया खेती**

बोर्डका अनुसार आ.व. २०७७/०७८ मा १६ हजार एक सय १७ हेक्टर क्षेत्रफलमा २३ हजार सात सय ४५ मेट्रिक टन चिया उत्पादन भएको थियो। आर्थिक वर्ष २०७६/०७७ मा १६ हजार नौ सय पाँच हेक्टर क्षेत्रफलमा २४ हजार एक सय १८ मेट्रिक टन चिया उत्पादन भएको थियो।

यस व्यवसायमा १६ हजारभन्दा बढी चिया कृषक र ६० हजारभन्दा बढी श्रमिक चियाको मूल्य शुखलामा संलग्न छन्। आर्थिक बजारसँगै अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा खातै बढै गएपछि व्यवसायिक रूपमा चिया खेती बढै गएपछि

पूर्वी नेपालका भाषा, इलाम, पाँचथर, धनकुटा, तेजुलुम, भोजपुर लगायतका जिल्लामा दूलो क्षेत्रफलमा चियाखेती हुने गएको छ। त्यसै भोजपुर, संखुवासभा, मारड, उदयपुर, ओखलढुङ्गा, खोटाड, सिन्धुपाल्चोक, नुवाकोट, ललितपुर, रामेश्वर, दोलखा, सिन्धुली, काभ्रे, धाइदू, चितवन, कास्की, लमजुङ, म्यादी, गोरखा, पर्वतमा चिया खेती हुने गर्छ। शुरूमा पूर्वी जिल्लामा हुने चियाखेती पाल्चिल्लो समय अन्य जिल्लामा विस्तार हुँगै गएको छ। नेपालमा अर्थोडक्स र सीटीसी चिया उत्पादन हुने गर्छ।

## तनावमुक्त हुने उपाय



**त**नावबाट मुक्त, आत्मविश्वास रहनु, खुशी हुन, दैनिक बाधा-अव्याधि, हाँसीखेली सामना गर्ने हिम्मत राख्नुलाई सामान्यतया स्वस्थ मानसिकता अथवा मानसिक स्वास्थ्य राम्रो भएको भनाइ छ। शारीरिक स्वास्थ्य जीत्तै तपाईंले आफ्नो मानसिक स्वास्थ्यमा व्याप्त दिनु पनि उत्तिकै जरुरी हुन्छ। त्यसैले आफ्नो मानसिकता कसरी स्वस्थ राख्ने र सुन्दर

जीवनयापन कसरी गर्ने? आउनुहोस हामी तपाईंलाई केही उपाय सुझाउँदैं। ती उपायहरु यसप्रकार छन्:

### ब्यक्तिगत सम्बन्ध :

तपाईंको जीवनमा साथ दिने सहयोग गर्ने मानसिकहरूसंग राम्रो र स्वस्थ व्यक्तिगत सम्बन्ध राख्नुहोस। मानसिक स्वास्थ्यमा व्यक्तिगत सम्बन्धको धेरै ठूलो भूमिका हुन्छ।

### मनोरञ्जनलाई समय दिनहोस :

आफ्नो दैनिक कार्यमा तपाईंले भित्रबाटे गर्न मन पराउने क्रियाकलाप नाचगान खेल आदिको लागि समय निकाल्नु अत्यन्त जरुरी हुन्छ।

### समूहमा सहभागी :

आफ्नो जस्ते रुची भएका व्यक्तिहरूको समूहमा सहभागी हुने र रुचीका विषयमा कुराकानी र भावना विचार आदानप्रदान गर्ने

## त्रिदेव क्याम्पसमा सेन्सर डर्स्टिविन

