



# पूर्वांचल

Purwanchal National Daily

◆ वर्ष : २४ ◆ अंक : ३०२ ◆ पृष्ठ ६ ◆ वित्तमोड़ ◆ वि.सं. २०७६ असोज १ गते बुधवार (Wednesday, September 18, 2019) नेपाल सम्बत् ११२९ Web : www.purwanchaldaily.com ◆ मूल रु. : ५/- भारतमा भास. : ४/-

## चन्द समूहका द कार्यकर्ता सार्वजनिक



भाषा, भद्रौ ३। गत फाग्न २८ गतेको मन्त्री परिषद वैठकबाट नेपाल कर्मसून पार्टी (नेकपा) नेत्र विक्रम चन्द विल्पन समूहलाई सरकारले प्रतिवन्ध लगाएसँै प्रहरीले चन्द समूकका कार्यकर्ताहरूलाई देखभार नै पकाउ गरिरहेको छ ।

हिंसात्मक गतिशील गरेको भन्नै चन्द समूहलाई सरकारले प्रतिवन्ध लगाएपछि पाठिल्लो समय भाषामा पकाउ परेका आठ जनालाई प्रहरीले सार्वजनिक गरेको छ । चन्द समूहका जिल्ला सेकेटरी प्रविण मिश्र मनिषसहित आठ जनालाई जिल्ला प्रहरी कार्यालय भाषामा प्रहरीले गरेको हो ।

पकाउ परेका आठ जनालाई प्रहरीले सार्वजनिक गरेको हो । विल्पन समूहका कार्यकर्ताहरूलाई चन्द विल्पन वैठकबाट नेपाल कर्मसून पार्टी (नेकपा) नेत्र विक्रम चन्द विल्पन समूहलाई सरकारले प्रतिवन्ध लगाएपछि पाठिल्लो समय भाषामा पकाउ परेका आठ जनालाई प्रहरीले सार्वजनिक गरेको छ । चन्द समूहका जिल्ला सेकेटरी प्रविण मिश्र मनिषसहित आठ जनालाई जिल्ला प्रहरी कार्यालय भाषामा प्रहरीले गरेको हो ।

उनीहरूलाई जिल्लामा श्रीखलाबढु बम विस्कोट गराएपछि आरोपमा प्रहरीले पकाउ पछि सार्वजनिक गरेको हो । विल्पन समूहका कार्यकर्तासँग बरामद गरिएका हातहातीयार, चन्द रसिद, पार्टीका दस्तावेज

लागतका सामग्री समेत प्रहरीले पत्रकार सम्मेलनमा सार्वजनिक गरेको थिए ।

पछिल्लो समयमा भाषाका विभिन्न पालिकामा श्रीखलाबढु रूपमा बम विष्फोट गराएर जनजीवन विराटनगर र जिल्ला प्रहरी कार्यालय भाषामा सेयुक टोलीले विल्पन समूहका नेता तथा कार्यकर्तालाई पकाउ गरेको हो ।

पकाउ परेका भाषा जिल्ला सेकेटरी इलाम माइसेबुड गाउँपालिका-१ निवासी ३४ वर्षीय प्रविण मिश्र (मनिष), जिल्ला सदस्य भाषा हानिदारी गाउँपालिका-५ निवासी ४४ वर्षीय टीका पोखरेल र मकवानपुर भीमफेदी गाउँपालिका-२ निवासी २६ वर्षीय अनुल सारु मगर रहेको छन् ।

वित्तमोड़मा डेरा गरी बस्तै आएका सेकेटरी मनिष, जिल्ला सदस्य पोखरेल सडक विभागको ठेकेदारको

काम र मगरले जापनिज भाषा सिक्कन बमेको भन्नै डेरामा बन्ने गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय भाषामा प्रहरी प्रमुख दिनेशराज मैनालीले पत्रकार सम्मेलनमा जानकारी दिए ।

प्रहरीले तीनै जनालाई विशेष सूचनाको आधारमा सोमवार वित्तमोड़बाट पकाउ गरेको थिए । सेकेटरी मनिष र सदस्य पोखरेल सोमवार विहान पकाउ परेका थिए भने मगरलाई दुई थान कटुवा पेस्टोल, त्यसमा लाग्ने गोली, चन्दा रसिद, पार्टीका दस्तावेजसहित प्रहरीले सोमवार सार्फ उनकै डेराबाट पकाउ गरेको प्रहरी नायव उपरीकक महेन्द्रकुमार श्रेष्ठले पत्रकार सम्मेलनमा जानकारी दिए ।

पकाउ परेका मगर बम बनाउने काममा सक्रिय रहेको अनुसन्धानको क्रममा खुलेको श्रेष्ठको भनाहुँ छ । उनीहरूले भद्रौ २२ गते वित्तमोड़ र गौरादहमा

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

### जनप्रतिनिधिलाई पकाउ पुर्जी

भाषा, भद्रौ ३। जिल्ला प्रहरी कार्यालय भाषाले किरै तथा अनियमिता गरी नायरिकता बनाउने कार्यमा संलग्न भएको भन्नै पाँच जनाको नाम सार्वजनिक गरिरहँदा जनप्रतिनिधिलाईको नाममा भने पकाउ पुर्जी तै जारी भएको छ ।

गैर नेपालीलाई नायरिकता दिनका लागि सिकारीर गरेको आरोपमा वित्तमोड़ नायरपालिका-८का वडाध्यक्ष अजय कार्की र भद्रपुर नगरपालिका-९का वडा अध्यक्ष शनिलाल राजवेशी सहितलाई जिल्ला प्रहरी कार्यालय भाषाले पकाउ पुर्जी काटेको हो । जनप्रतिनिधिलाईको भिलेमतीमा १६ जन गैरनेपालीलाई नेपाली नायरिकता दिएको आरोपमा प्रहरीले यसअधि पाँच जनालाई पकाउ गरेको थिए ।

गैरनेपालीलाई नेपाली नायरिकता दिने कार्यमा ४६ जना संलग्न रहेको बताइए पनि प्रहरीले दुई

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

### प्रोभिडेन्स कलेज अफ म्यानेजमेन्ट बित्तमोडको विद्यार्थी भर्ना सम्बन्धी सूचना

त्रिभुवन विश्वविद्यालयबाट सम्बन्धित प्राप्त यस प्रोभिडेन्स कलेज अफ म्यानेजमेन्ट बित्तमोडमा न्यातक तह व्यवस्थापन संकायतर्फ चार बर्ष बीबीएस प्रथम (4 yrs BBS First Year) वर्षमा विद्यार्थी भर्ना खुलेको सम्पूर्ण विद्यार्थी तथा अभिभावकहरूमा जानकारी गराउँदछौं ।

विद्यार्थी भर्ना आवेदन फारम कलेज प्रशासनबाट वितरण भइरहेको छ ।

### सम्पर्क: प्रोभिडेन्स कलेज अफ म्यानेजमेन्ट

बित्तमोड-१, भाषा (फोन नं. ०२३-५४०४४३, ५४०९५)

### सुश्रुत आयुर्वेदमा विशेष डाक्टर आउने बारेको सूचना

#### डा. जितेन्द्र मण्डल

MS (AY) IMMS, BHU, Selsi (India)

Consultant Surgeon of proctologist, Specialist No. 5

यही मिति २०७६ साल असोज ३ र ४ गते पाइल्स फिस्टुला रोग विशेषज्ञ डाक्टर राधिका आयुर्वेद अनुसन्धान केन्द्र किरीपुर (काठमाडौं) बाट आउद्दुहुँल । दिसा गर्व दुले, पोले, मासु पलाएको, पिले जस्तो घाउ आएको, रात बाने र मल्द्वार चिलाउने जस्ता विरामीले यथाशीघ्र तत्त्वको ठेगानामा सम्पर्क राख्नुहोला ।

नोट: फोनबाट पनि नाम टिपाउन सबनुहोल ।

### सम्पर्क: सुश्रुत आयुर्वेद अस्पताल प्रा.लि.

काँकरमिट्टी रोड, बोल्दम येद्वलपम्पस्तै, बित्तमोड, भाषा

फोन नं. ०२३-५४०९११, ९८५२६८८८८६

## आयो मेरो प्लान !

तपाईंको आवश्यकता अनुसारको डाटा प्याक, प्याक सकिएपछि मेन ब्यालेन्स नकाटी आफै डाटा बन्द हुने सुविधा र सस्तो कल रेटका साथ

प्लान शुल्क  
(प्रति महिना)

रु. १९९  
रु. २९९  
रु. ४९९  
रु. ६९९  
रु. ९९९

डाटा

१ GB  
३ GB  
६ GB  
१५ GB  
२५ GB

एनसेलबाट एनसेल  
कल शुल्क (प्रति मिनेट)

रु. १  
रु. ०.९  
रु. ०.८  
रु. ०.६  
रु. ०.५

शुल्कमुक्त कर बाहेक हुन । सबै प्याक ३० दिनका लागि जालज हुनेछ ।

मेरो प्लान लिन  
\*३०२#



Ncell  
आज, भोलि, सधै सँगै ।





## दुर्योगविरुद्ध आमाहरु

जीवन अमृत्यु र सुन्दर छ । वैदिक संस्कृतिले पनि मानव जीवन अमृत्यु छ किनकि बारबार मानव भएर जन्मिन पाइँदैन भलेको छ । अर्थात् चौरासी लाख जुनीमध्ये एउटा मात्र मानव जुनी हुन्छ । त्यसैले एकपटक प्राप्त गरेको मानव जुनीलाई चिन्ह, बुझेर सुन्दर, अमर र अविस्मरणीय बनाउनपर्छ । हाम्रो धर्म, संस्कृति र परम्परागत मूल्य र मान्यताले निर्दिष्ट गरेको जीवन यात्राबाटै त्यस्तो परमानन्द र चिर सुख पाइन सक्छ । तरस्थ, क्षणिकता, आवेश, आवेग र मनोरुच्जनका नाममा हुने हिजोआजका जीवन भोगाङ्गाबाट जोगिएर शाश्वत आनन्दको खोजी गर्नुलाई जीवनको सारथकता ठानु पर्दछ ।

अहिले खोज, आविष्कार, प्रयोग र उपलब्धिले मानिसलाई सुखको भोगी बनाउँदै लगेको छ । खासगरी युवापुस्त क्षणिक आनन्दको खोजीमा लगेर लाग्नपदार्थको कुलतमा फस्तै गएको छ । किशोरावस्थादेखि नै उचित निर्देशन, संरक्षण र अभिभावकत्वविहीन हुन थालेको वर्तमान सामाजिक संरचनाले लाग्नपदार्थको सेवन संस्कृति जस्तै बनिएको छ । जीवलाई कर्तव्य र आनन्दको संगम भल्ने बुझ्न नसकदा देशको भविष्य भनिने युवाहरू नै विकृतिको दलदलमा भासिएदैछन् । विलासिताको जीवन बाँच्ने लालसा र सरकारको अनुत्तरदायी नीतिका कारण लाई युवा पलायन छन् । त्यसैले समेत बालबालिका, किशोरकिशोरीहस्ताई गलत संगत, गलत बाटो र गलत वस्तुको सेवनमा प्रेरित गरिरहेको छ ।

युवा पुस्ता परिवार, समाज र राष्ट्रको भविष्य र समुन्नतिको आधार हो । त्यही पुस्ता मन, मस्तिष्कलाई ठप्प पार्ने वस्तुको सेवनको दुर्व्यसनमा फस्तु नेपाली समाज र नेपालको दुर्भाग्य हो । हामीकहाँ गाँजा, चरेस, द्वाउन सुगर, लुपिजेसिक, फेनारागन, डाइजेपाम लगायतका वस्तु लाग्नपदार्थका नाममा परिचित छन् । प्रयोग वस्तुमा गुण र दोष दुवै हुन्छ, केवल उपयोगको तरिका र मात्राले अमृत र विष छुट्याउँदूँ । अमृत र विष छुट्याउन नसकदा आज विश्व समाज आकान्त छ । भित्र-भित्रसम्म पुगेको दुर्व्यसनको जराले शान्ति, सुरक्षा र सामाजिक सद्बावमा खल्ल पूचाइरहेको छ ।

लाग्नपदार्थको दुर्व्यसनले भापाका ग्रामीण क्षेत्र पनि प्रभावित हुँदै गएको छन् । यहाँका भद्रपुर, काँकरभट्टा, विरामोड, दमक जस्ता शहरको रूप लिन थालेको बजार हुँ वा राजमार्ग उत्तरका ग्रामीण क्षेत्रहरूमा दुर्व्यसनले महामारीको रूप लिएदैछ । भापा प्रहरीले परिष्ठिलो तथ्याङ्क दिँदै दुर्व्यसनमा फसेका दुई सय जनालाई पक्राउ गरिएको जनाएको छ । ती मध्ये चौधे युवती छन् र त्यसमा पनि एक सय सत्ताउन्न जनालाई पुरुषका लाग्नी थुनामा पठाएको जनाइएको छ । यही समस्या र विसंगतिका बीच सतारीधान नगरपालिकास्थित शिवसताकी आमाहर यसको दुरुपयोग तथा ओसारपसारविरुद्ध संगठित भएका छन् । आमा समूह हुँडामारीकी अध्यक्ष दुपदा बस्तेतको नेतृत्वमा स्थानीय प्रहरी, संघ-संस्था तथा स्थानीयबासीको समेत सहभागितामा समूहले च्याली प्रदर्शन गर्दै स्वरूप त्यसमाज, स्वस्थ समाज र सबल राष्ट्र निर्माणको अभियान प्रारम्भ गरेको छ ।

स्थानीय प्रशासनले 'ब्ल्याक एसिया' किटान गरेको सन्दर्भमा आमा समूहको अग्रसरता प्रशंसन्योग्य छ । बालबालिकाको पहिलो शिक्षक नै आमा हुँ त्यसैले आमाहरहोको यो चेतना र अग्रसरताले अपेक्षित उपलब्धिप्राप्त हुने आशा गर्न सकिन्दै । बालबालिकालाई दिँदै उचित शिक्षाले किशोर र युवावस्था निर्देशित हुन्छ । त्यसैले पनि लागूजौधको दुर्व्यसनलाई निर्सेतज बनाउन सबै आमा, बुवा, सामाजिक अग्रवा, संघ-संस्था र स्थानीय सरकारले समान अग्रसरता देखाउन पर्दै । यसको व्यसनले सामाजिक अपराध ढाँडैदूँ, विक्रिति, विसंगतिरुका माध्यमबाट देशको सामाजिक, अर्थिक एवम् राजनीतिक अवस्थालाई नै बेकम्मा बनाउँदूँ । त्यसैले यसको नकारात्मकालाई अन्त्य गर्न एकीकृत कार्यक्रम ल्याइनु जस्ती छ । यसका लागि आमा समूहको सचेतना सहायक सिद्ध हुनेको छ ।





# भुटानी शरणार्थी बालबालिकालाई दमक नगरपालिकाले पढाउने

**दमक, भद्रौ ३१।** भाषापाको दमकस्थित बेलडारी शिवरमा रहेका भुटानी शरणार्थी बालबालिकाहरूको पठनपाठनको जिम्मा दमक नगरपालिकाले लिने भएको छ।

यस विषयमा शरणार्थीलाई सहयोग प्रयाउँदै आएको राष्ट्रसंघको शरणार्थी उच्चायुक्त कार्यालय (युएनएचसिआर) र दमक नगरपालिकालाई दुईपक्षीय सम्झौते भएको छ, दमक नगरपालिकाले पढाउने जिम्मा लिएको हो।

अधिकारी भुटानी शरणार्थीहरू तेश्रो पुनर्वास भएको र पाच हजारसम्म बढी शरणार्थी शिवरमा रहेको उनिहरूका बालबालिकाहरू पठनपाठनको जिम्मा नगरपालिकाले लिएको हो। फण्डै दुईदशक अधिरेख भुटानी शरणार्थी बालबालिकाहरूको पठनपाठनको जिम्मा क्यारितास लगायतका बाट निकायहरूले गर्दै आएका थिए।

सन् २०२० देखि बाट निकायहरू यत्यावाट बाहिरिने भएर्थांदै यस विषयमा लामो समयदेखि छलफल भएको थियो। दमक नगरपालिकाका शिक्षा अधिकारी एवम् उपसचिव दिनेस न्यौपानेले शरणार्थी पढाउने

जिम्मा लिएको पृष्ठी गरे। उनका अनुसार युएनएचसिआर र नगरपालिकालाई सहमति पालना भएमा आउँदौ शैक्षिक शत्रदेखि उनीहरूको पठनपाठनको जिम्मा नगरपालिकाले लिनेछ।

नौ सय विद्यार्थीहरू रहेको र उनीहरूको पठनपाठनका लागि दुकरपाणी मार्विमा आठ कोठे र चुलाचुली मार्विमा चार कोठे पक्की भवन युएनएचसिआरले बनाइ दिने सहमति भएको न्यौपानेले बताए। विद्यार्थीको सख्ताको आधारमा विद्यार्थी पठनपाठनका लागि दुर्बल वर्द्धनी सिर्जनासहितको खर्चका लागि वार्षिक दुई सार्वयोगी वर्द्धन विद्यार्थीको भवन युएनएचसिआरले बनाइ दिने सहमति भएको न्यौपानेले बताए।

भुटानी शरणार्थीहरूलाई यहां अत्यापन गराउँदा थप आवश्यक पर्ने शिक्षक दरवारी र अन्य खर्चको विषयमा शिक्षा मन्त्रालय तथा शरणार्थी हेनेने निकायहरूसँग समेत छलफल गरेर यस्तो सहमति गरिएको पनि बताइएको छ। कोही पनि बालबालिकाहरू पठनपाठनबाट विज्ञान भन्ने हो।

त्यसैले हामीले यो निर्णय लिन पुरोका हैँ - न्यौपानेले भने- 'सहयोग गर्दै आएको दातृ निकाय यहावाट हिँडेपछि विचलिको अवस्था आउन नदिन लागेका हैँ।'

दमक नगरपालिकाको उप्रमुख तथा नगरपालिकाले रहेको र उनीहरूको पठनपाठनका लागि दुकरपाणी मार्विमा आठ कोठे र चुलाचुली मार्विमा चार कोठे पक्की भवन युएनएचसिआरसँग भएको सम्झौतालाई दमक नगरपालिकाको कार्यालयका बोर्ड वैठकले अनुमोदन गरेको छ। अब पठनपाठन गर्ने विवरणमा लिलाउन जिम्मेवारी नगरपालिकाको भावको छ-उनले भनिन् यस विषयमा आवश्यक कार्यविधि तथा मापदण्डहरू बनाउने कार्य अधिक बढाइने उनले बताइन्।

भाषा र मोर्डुका शिवरमा सात वटा मात्र र ३२ वटा सेक्टर स्कूल रहेकामा सबै बन्द भइसकेका छन्। अहिले शिवरमा सञ्चालिक एक मात्र पचासीती आधारभूत विद्यालय पनि आगामी वर्षदेखि वर्द्ध हुँदै। अहिले पनि माध्यमिक तहमा अध्ययन गर्ने भुटानी शरणार्थी विद्यार्थीहरू नजिकको सामुदायिक विद्यालयमा भन्ना भएको छन्।

## सहकारीले सिकायो जिउने कला

### सत्त्ववाहादुर बस्ते

**बिर्मोड, भद्रौ ३१।** भाषापाको वितामोड नगरपालिका-१० सैनिकवार्जारस्थित बसन्त वचत तथा ऋण सहकारी तथा विश्वालय कार्यपालिका को उपरामुख विषयमा ४४ जिल्लाका सबै सम्पुद्धायका सहायतावाहीन बालबालिकाका अध्ययन गर्ने कार्यशाला गोप्ता सम्पन्न भएको छ।

बालाले अभिनारायण मैनालीको संयोजकत्वमा विश्व थापा, गोपीराज मैनाली, चक्रवाहादुर लिम्बू, हारिप्रसाद धिमिरे सदस्य रहेको सल्लाहकार समिति समेत गठन गरेको छ।

कार्यक्रममा नगर परिषद् सदस्य लाल मोहम्मद

मिया, कार्यपालिका सदस्य विन्दा प्रसाई र बडा अध्यक्ष शंकरप्रसाद पोखरेले टोल विकास समितिको काम, कर्तव्यका बारेमा प्रकाश पारेका थिए।

कृपू वैज्ञानिक राईले देशका एक-दुई जना पहुँचावाला व्यक्तिको उन्तत प्रगतिवाट मात्र देशको विकास हुन नसक्ने भएकाले आफूले विभिन्न सम्बन्धिका उपेक्षित बालबालिकालाई

व्यवसायिक तथा प्राविधिक शिक्षा दिएर योग्य बनाउने प्रयास गरेको बताए। उनको खोटाड जिल्लामा सञ्चालित सुभद्रा मदन फाउँडेशन वर्द्धन विद्यालय कार्यपालिका को उपरामुख १२ वटा प्राविधिक विषयमा ४४ जिल्लाका सबै सम्पुद्धायका सहायतावाहीन बालबालिकाका अध्ययन गर्ने कार्यशाला गोप्ता सम्पन्न भएको छ।

उनले मानिस जन्मले नभई कर्मले ठूलो हुने भएकाले जीवनोपयोगी सीपयुक्त प्राविधिक शिक्षा दिएर मानिसको जन्म सार्थक बनाउनुपर्नेमा जोड दिए। जिम्मेवारीहिन र ठालू बन्ने प्रवृत्तिका कारण देशपछि परेको उनले दावी गरे।

फाउँडेशनको माध्यमवाट विद्यालय तहावाटे शुरू गरिएको आधिनिक कृपि सम्बन्धी श्रव्यदृश्य समाग्रीसँग सहायतावाहीन एक बालिकाको मार्मांकका कथा प्रस्तुत गरिएको कार्यक्रममा निरोगी रहने उपायबाटे जानकारी गराइएको थियो।

कार्यक्रममा संयोजक विद्यालयमा रसिकले

जातीय विदेव अन्य गर्दै सबै जातिको उत्त्यानका लागि आफूले वितामोडवाट कीही प्रयास गरेको विद्यालय गर्दै साहित्यको सेवासँगै त्यस्तरक लागि रहने बताए।

कार्यक्रमका सभापति मुख्यालयमा विभिन्न जात सम्पुद्धायक विष्णु वालबालिकालाई 'गर्दै सिकौ' भन्ने विचारावाही आत्मसाध गर्दै प्राविधिक तथा व्यवसायिक शिक्षा प्रदान गरेर देश विकासमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउँदै आएका कृपि विज्ञ राईको जान, सीप, अनुभव असुसम्म पुऱ्याउन कार्यक्रमको आयोजना गरिएको बताए।

कृपि व्यवसायी विद्यालय राईको सेवायेन रहेको कार्यक्रमका फाउँडेशनका विद्यार्थी सदन राईले गीत तथा क्वारिकेर प्रस्तुत गरेर मनोज्जन प्रदान गरेको थिए। विद्यालय कृपि सहकारी संस्थाविकार सञ्चित सचिव सन्तोषकुमार राईले स्वागत गरेको कार्यक्रमको सञ्चालन विश्वाल विद्यालय कृपि सहकारीका अध्यक्ष पृथ्वी वस्तुले गरेको हेमराज खनालले जानकारी दिए।

## कागतीका वामत्कारिक फाइदा

कागती स्वास्थ्यका लागि निकै लाभदायी फल हो। स्वास्थ्यमा यसले यार्ने फाइदा र विशेष खालको स्वादक कारण कागती विभिन्न प्रकारका भोजनमा प्रयोग गरिन्छ। यसले तौल नियन्त्रण गर्नेको छ।

प्रहरी प्रधान कार्यालयका अनुसार २०७६ वैशाख १ देखि भद्रौ २९ तारे सम्ममा विपदमा परी सो संख्यामा मृत्यु भएको हो। त्यसैले छ, सय ४६ घाइते भएका छन् भने सात सय ६७ व्यक्ति विस्थापित भएका छन्।

घटानामा परी एक हजार ६३ चौपाया मरेका छन्। चार हजार ८३ सय सात घर दुवानमा परेको प्रहरी प्रधान कार्यालयले जनाएको छ। नेपाल प्रहरीका केन्द्रीय सहप्रवर्तन उमेराशराज जोखीले विपदका घटानामा लोकप्रिय छ। यसमा व्यालोरी, कार्बोहाइड्रेट र चिलोलापदार्थ निकै कममात्रामा पाइन्छ। एउटा ६७ ग्रामको कागतीमा २० व्यालोरीमा पाइन्छ। यसमा व्यालोरीमा पाइन्छ। एउटा ६७ ग्रामको कागतीमा २० व्यालोरीमा पाइन्छ। यसमा व्यालोरीमा पाइन्छ।

प्रहरीले जानेको छ।

**स्यास्थ्यमा हुने फाइदा**

**मुद रोगबाट रोगबाट गर्ने** : कागतीमा पाइने बुलनेली फाइबर र लिमोनिनले रक्तवाप घटानेल भएका छ। यसले रक्त धमनीको सूजनबाट बचाई मुटु रोग लाग्न दिँदैन।

यसमा पाइने पोटसियम र म्यानेसियमले रक्त सञ्चारमा सुधार गर्दै र मुटुको समग्र स्वास्थ्यमा बुद्धि गर्दै।

**स्ट्रोक द्वारा दिँदैन** : कागतीमा रक्त र बोक्रामा पाइने बुलनेली फाइबर र लिमोनिनले रक्तवाप घटानेल भएका छ। यसले रक्त धमनीको सूजनबाट बचाई मुटु रोग लाग्न दिँदैन।

**कोलेस्टोरोल कम गर्ने** : कागतीमा पाइने फ्लामोनोइड हेस्पेरिडिनले खराका कोलेस्टोरोल र ट्राइग्लिसेरिडका कम गर्न भएका छ।

**स्थानस लाग्न दिँदैन** : कागतीमा पाइने एन्टी अक्सिडेन्टहितका फोटोकेमिकलसहरू जस्तै फ्लामोनोइड, फ्लामोस, ट्रिर्पेनोइड र लाइमोनोइडमा क्यान्प्रसारसँग लड्ने क्षमता हुँच्न। यी तत्त्वले कोलेन, स्तन, प्रोस्टेट, याकियाटिक, पेट, फोकस, मिर्गीला र रक्त क्यान्प्रसारका कोषहरू बढान्वाट रोक्छ।

**तौल नियन्त्रण गर्ने** : कागतीमा पाइने विशेषखालोको तेलले तौल घटाउका साथे खानाको उपभोग नियन्त्रण गर्दै। साथ्रिक परिस्तिहासिक रहने एन्टी अक्सिडेन्टहितका फोटोकेमिकलसहरू जस्तै डण्डीफोर, दाग हटाउँछ। धाम, धूपो र प्रदूषको कारण हुँदै छालाको क्षमता बोक्सो