मोफसलको सर्वाधिक लोकप्रिय राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वाञ्चल

Purwanchal National Daily

श्रीअन्तु प्रकाशन (प्रा.)लि.

◆ वर्ष : ३१ ◆ अङ्क : १३३ ◆ पृष्ठ ४ ◆ बिर्तामोड ◆ वि.सं. २०८२ चैत १८ गते बुधबार (Wednesday, 1 April. 2026) नेपाल सम्वत् ११४६ Web : www .purwanchaldaily.com ◆ मूल्य रु. : ५/- भारतमा भारु. : ४/-

सीडीओ पक्राउ

काठमाडौँ, चैत १७। काठमाडौँका पूर्वप्रमुख जिल्ला अधिकारी (सीडीओ) छवि रिजाललाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ। काठमाडौँ उपत्यका अपराध अनुसन्धान कार्यालयको टोलीले उनलाई मंगलवार बिहान कोटेश्वरको सुविधानगरबाट नियन्त्रणमा लिएको हो।

गत भदौ २३ र २४ गते भएको आन्दोलनको छानबिन गर्न गठित पूर्वन्यायाधीश गौरीबहादुर कार्की नेतृत्वको आयोगले उक्त आन्दोलनमा बल प्रयोग गर्न निर्देशन दिएको जनाउँदै तत्कालीन पूर्वप्रजिअ रिजाललाई कारबाही सिफारिस गरेको जनाइएको छ।

पक्राउ परेका पूर्वप्रजिअ रिजाललाई थप अनुसन्धानका

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

ओली पक्राउको बिरोधमा एमालेद्वारा थप आन्दोलन घोषणा

काठमाडौं, चैत १७। नेकपा एमालेले थप आन्दोलनको घोषणा गरेको छ।

पार्टी अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीलाई पक्राउ गरिएको बिरोधमा देशव्यापी प्रदर्शन गर्ने भएको हो। पार्टीको केन्द्रीय सचिवालय बैठकले देशव्यापी प्रदर्शन आयोजना गर्ने निर्णय गरेको छ।

मंगलवार बसेको बैठकले वडा, पालिका, प्रदेश हुँदै राजधानी केन्द्रित प्रदर्शनका कार्यक्रम गर्ने निर्णय भएको बताइएको छ। त्यस्तै चैत २४ गते सबै जिल्ला कमिटीले वृहत् कार्यकर्ता भेला आयोजना गर्नेछन्। त्यसपछि वैशाख १२ गते राजधानी काठमाडौँमा विरोध प्रदर्शन एवम् सभा आयोजना हुनेछ।

यस्ता छन् एमालेका निर्णय

पूर्वप्रधानमन्त्री एवम् पार्टी अध्यक्ष केपी शर्मा ओली तथा पूर्वगृहमन्त्री रमेश लेखकको प्रतिशोधपूर्ण र बदला-प्रेरित गिरफ्तारीविरुद्ध भएको शान्तिपूर्ण आन्दोलनमाथि सरकारले प्रहरीमार्फत गरेको दमनको घोर भर्त्सना गर्दै नेकपा (एमाले) सचिवालय बैठकले निम्न कार्यक्रमहरू तय गरेको छ।

कार्यक्रम अन्तर्गत चैत २५ गतेसम्म जिल्ला तहमा आन्दोलन केन्द्रित बृहत भेला गर्ने, चैत २८ गते सबै पालिकामा विरोध प्रदर्शन गर्ने, वैशाख ३ गते वडा तहमा भेला गर्ने, वैशाख ७ गते प्रदेश राजधानीहरूमा प्रदर्शन गर्ने, वैशाख १२ गते राजधानीमा विशाल विरोध प्रदर्शन गर्ने, सरकारद्वारा विद्यार्थी तथा पेशागत संगठनहरू सम्बन्धी गरिएका गतिविधिहरूका विषय समेत समेटेर सबै जनसंगठनहरूले आ-आफ्नो ढंगले आन्दोलनका कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै पार्टीद्वारा घोषित आन्दोलनलाई प्रभावकारी बनाउन सहयोग गर्ने साथै, आज ११ बजे जनसंगठन संयन्त्रको बैठक पार्टी कार्यालयमा बस्ने रहेको छ।

त्यस्तै सर्वपक्षीय नागरिक संवादका लागि उपाध्यक्ष रघुजी पन्त, उपमहासचिव योगेश भट्टराई र केन्द्रीय सदस्य मीनबहादुर शाहीलाई जिम्मेवारी दिइयो, संसदभित्र दलहरूसँग सहकार्य र प्रभावकारी प्रस्तुति गर्ने जिम्मेवारी उपाध्यक्ष रामबहादुर थापा बादल र सचिव पद्मा अर्याललाई दिइयो। साथै, आज ३ बजे संसदीय दलको बैठक पार्टी कार्यालयमा बस्ने, आन्दोलनका थप कार्यक्रम तय गर्न तत्कालै पार्टी केन्द्रीय कमिटीको बैठक बोलाउने निर्णय गरिएको छ।

शासकीय सुधारका लागि सरकारको कार्यसूची: एक महिनाभित्र बन्नेछन् यी समिति, कार्यदल र अध्ययन टोली

नतिजामुखी काममा ध्यान

काठमाडौँ, चैत १७। सरकारको कार्यसम्पादनलाई नतिजामुखी, प्रभावकारी, मापनयोग्य र जवाफदेही बनाउन मन्त्रिपरिषद्बाट स्वीकृत शासकीय सुधारसम्बन्धी एक सय कार्यसूची कार्यान्वयनका क्रममा एक महिनाभित्र विभिन्न समिति, कार्यदल र अध्ययन टोली गठन हुँदैछन्।

उक्त कार्यसूचीको बुँदा नं. ७मा गतभदौ २४ गते भएका घटनाको सत्यतथ्य छानबिन गर्न एक हप्ताभित्र एक उच्चस्तरीय छानबिन समिति गठन गरिने उल्लेख छ। उक्त समितिलाई घटनासम्बन्धी सम्पूर्ण विवरण सङ्कलन, विश्लेषण तथा जिम्मेवार पक्ष पहिचान गरी निश्चित समयसीमाभित्र प्रतिवेदन पेश गर्न कार्यादेश दिने तथा समितिको सिफारिसका आधारमा आवश्यक थप कारबाही प्रक्रिया अघि बढाउने सरकारको तयारी छ।

भ्रष्टाचार गर्ने, सम्पत्ति लुकाउने प्रवृत्ति तथा दण्डहीनताको अन्त्य गर्न प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयअन्तर्गत रहने गरी १५ दिनभित्र अधिकार सम्पन्न सम्पत्ति छानबिन समिति गठन गर्ने विषय कार्यसूचीमा समेटिएको छ।

उक्त समितिमा कानून, अर्थ, राजश्व तथा अनुसन्धान क्षेत्रका विज्ञ तथा सम्बन्धित निकायका प्रतिनिधि रहनेछन्। सोका लागि आवश्यक कानूनी तथा प्राविधिक संयन्त्र विकास गरी सम्पूर्ण प्रक्रिया पारदर्शी र नतिजामुखी हुने सुनिश्चित गरिने सूचीमा उल्लेख छ। उक्त समितिलाई आवश्यक कागजात, विवरण तथा अभिलेख सङ्कलन, विश्लेषण तथा सिफारिस गर्नेलगायतका अधिकार प्रदान गरिनेछ।

पहिलो चरणमा २०६२/०६३देखि २०८२/०८३ सम्म सार्वजनिक पदधारण गरेका प्रमुख

राजनीतिक पदाधिकारी तथा उच्चपदस्थ कर्मचारीहरूको सम्पत्ति विवरणको सङ्कलन तथा छानबिन गरिनेछ। समितिले दोस्रो चरणमा वि.सं. २०४८देखि २०६१/०६२सम्मको अवधिमा सार्वजनिक पदधारण गरेका सोही प्रकृतिका पदाधिकारी तथा कर्मचारीको सम्पत्ति छानबिन गर्नेछ।

छानबिन प्रक्रियालाई कानूनी मापदण्ड, प्रमाणमा आधारित तथा निष्पक्ष रूपमा सञ्चालन गर्ने तथा समितिले पेश गरेको प्रतिवेदन तथा सिफारिस सम्बन्धित निकायमार्फत कार्यान्वयन गर्ने व्यवस्था मिलाउने उल्लेख छ। अनुत्पादक, दोहोरो कार्यक्षेत्र भएका तथा वित्तीय भार सिर्जना गर्ने बोर्ड, समिति, आयोजना तथा संस्थागत संरचनाको समग्र मूल्याङ्कन गरी खारेज, एकीकरण वा पुनर्संरचना गर्न उच्चस्तरीय कार्यदल गठन गर्ने कार्यसूचीमा राखिएको छ।

प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय, अर्थ मन्त्रालय, उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालय र संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयका प्रतिनिधि रहेको सो कार्यदललाई एक महिनाभित्र स्पष्ट सिफारिससहितको प्रतिवेदन पेस गर्न कार्यादेश दिने उल्लेख छ।

यसैगरी, रुग्ण आयोजना, ठेक्का तोडिएका परियोजना र प्रतिफलविहीन लगानी भइरहने समस्या समाधान गर्न ३० दिनभित्र अध्ययन टोली गठन गरी उक्त टोलीले आयोजनाको औचित्य र सम्भाव्यता मूल्याङ्कन गरी निरन्तरता दिनुपर्ने वा नपर्ने अवस्थाको बारेमा सिफारिस गर्ने विषय कार्यसूचीमा समेटिएको छ।

लगानी बोर्ड नेपाल, व्यापार तथा निकासी प्रवर्द्धन केन्द्र, उद्योग विभागलगायतका निकायहरूबीच रहेको कार्य जिम्मेवारीको दोहोरोपन अन्त्य गर्न ३० दिनभित्र एकीकृत संरचनाको विस्तृत सङ्गठन तथा व्यवस्थापन सर्भेका लागि तत्काल एक कार्यदल गठन गर्ने कार्यसूचीमा उल्लेख छ।

उक्त कार्यदलले लगानी प्रवर्द्धन, निर्यात विस्तार तथा प्रवर्द्धन, उद्योग विकास, परियोजना संरचना तथा विकास वित्तसम्बन्धी कार्यहरूलाई एकीकृत रूपमा एकल विन्दु सेवा प्रणालीमा रूपान्तरण गर्न स्पष्ट रोडम्याप, कार्यात्मक संरचना तथा आवश्यक कानुनी व्यवस्थासहितको प्रतिवेदन पेश गर्नेछ। सो प्रतिवेदनका आधारमा आवश्यक संस्थागत तथा कानुनी सुधार प्रक्रिया तत्काल अगाडि बढाइनेछ।

अन्तर्राष्ट्रिय तथा क्षेत्रीय सङ्कटहरूको प्रभाव अध्ययन गर्न अन्तर-मन्त्रालय कार्यदल गठन गर्ने, सोको आधारमा आवश्यक नीति तथा रणनीति तयार गर्ने कार्य परराष्ट्र मन्त्रालयको संयोजकत्वमा ३० दिनभित्र सम्पन्न गर्ने शासकीय सुधारसमबन्धी कार्यसूचीमा उल्लेख छ।

मध्यपूर्वका देशहरूमा विकसित हुँदै गएको परिस्थितिका कारण नेपालमा आर्थिक, वैदेशिक रोजगारी, आपूर्ति श्रृंखला, ऊर्जा तथा सामाजिक क्षेत्रमा पर्नसक्ने बहुआयामिक प्रभावहरूको समयमै मूल्याङ्कन तथा व्यवस्थापन गर्न सम्बन्धित मन्त्रालयको प्रतिनिधित्व रहने गरी एक उच्चस्तरीय अन्तर-मन्त्रालय अध्ययन कार्यदल गठन गरिनेछ।

उक्त कार्यदलले विस्तृत अध्ययन गरी ७ (सात) दिनभित्र अल्पकालीन, मध्यकालीन तथा दीर्घकालीन नीतिगत तथा कार्यक्रमगत उपायहरूसहित प्रतिवेदन पेस गर्ने सो प्रतिवेदनका आधारमा आवश्यक निर्णय तथा कार्यान्वयन प्रक्रिया तत्काल अघि बढाउने कार्यसूचीमा जनाइएको छ।

संविधान संशोधन बहस-पत्र कार्यदल गठन

शासकीय सुधारसम्बन्धी कार्यसूचीको बुँदा नं ४ मा उल्लेखित विषय कार्यान्वयन गर्न सोमबारको मन्त्रिपरिषद्ले संविधान संशोधन बहसपत्र तयार गर्नका लागि प्रधानमन्त्री वालेन्द्र शाहका राजनीतिक सल्लाहकार असिम शाहको संयोजकत्वमा संसद्मा

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

विदेश जाने कामदारको स्वास्थ्य परीक्षण सरकारी अस्पतालमै

काठमाडौँ, चैत १७। श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालयले वैदेशिक रोजगारीमा जाने कामदारको स्वास्थ्य परीक्षण सरकारी मान्यता प्राप्त जुनसुकै अस्पतालबाट परीक्षण गर्न पाउने व्यवस्था गरेको छ।

मन्त्री दीपककुमार साहको नेतृत्वमा मंगलवार बसेको मन्त्रिस्तरीय बैठकले वैदेशिक रोजगारमा जाने कामदारको स्वास्थ्य परीक्षण गर्न चाहने स्वास्थ्य संस्थाका लागि सूचीकरण खुला गर्ने र स्वास्थ्य संस्था सूचीकरण, नवीकरण तथा अनुगमनसम्बन्धी कार्यविधि-२०७२को दफा ३को व्यवस्था बमोजिम आवश्यक प्रक्रिया अगाडि बढाउने निर्णय पनि गरेको छ।

नेपाल मेडिकल व्यवसायी सङ्घका महासचिव कृष्णप्रसाद बजगाँईले सरकारले कार्यविधिमा भएको व्यवस्था लागू गराउनु सकारात्मक देखिए पनि निजी क्षेत्रका स्वास्थ्य संस्था र व्यवसायीलाई व्यवस्थापन गर्नुपर्ने बताए।

श्रम तथा रोजगार मन्त्रालयको मापदण्डअनुसार हाल १९४ वटा स्वास्थ्य संस्थाले नवीकरण गरेका छन्। यिनै संस्थामार्फत वैदेशिक रोजगारीमा जाने श्रमिकको स्वास्थ्य परीक्षण हुँदै आएको थियो।

कहिले बन्छ सूर्योदयको दमकल ?

फिक्कल, चैत १७। इलामको सूर्योदय नगरपालिका पछिल्ला वर्षहरूमा आगलागीका घटनाले बारम्बार आक्रान्त हुँदै आएको छ।

तर, विडम्बना-आगलागी नियन्त्रणका लागि ल्याइएको दमकल भने प्रयोगबिहीन अवस्थामा ग्यारेज अगाडि थन्किएको छ। स्थानीय तहको प्राथमिकता र व्यवस्थापनमाथि प्रश्न उठाउने यो दृश्यले आफैंमा धेरै कुरा बोलिरहेको छ।

सूर्योदय नगरपालिका-९ निवासी प्रेमबहादुर लामाको घर गतफागुन ११ गते आगलागीमा परी खरानी भयो। त्यसअघि फागुन ५ गते सोही वडाका काजी लेप्चाको घर पनि जलेर नष्ट भयो। अझ पुस १४ गते वडा-९कै जंगलमा लागेको आगो नियन्त्रण गर्न स्थानीय र प्रहरीलाई हम्मे-हम्मे परेको थियो। यो नगरमा चालूआर्थिक वर्षमै मात्रै चार वटा आगलागीका घटना भइसकेका छन्।

स्थानीयका अनुसार पछिल्ला वर्षहरूमा आगलागीका घटना सामान्य जस्तै बन्दै गएका छन्। २०७४ सालयता नगरपालिकाभित्र ३१ वटा आगलागीका घटना भएको तथ्यांक छ, जसमध्ये आधाभन्दा बढीमा घरहरू पूर्ण रूपमा जलेर नष्ट भएका छन्। घर मात्र होइन, गोठ, भान्साघर, पसल, सवारी साधन र जंगलमा समेत आगलागी हुँदा करोडौंको क्षति भइसकेको छ।

यति ठूलो जोखिम हुँदाहुँदै पनि आगलागी

नियन्त्रणको प्रमुख साधन दमकल भने प्रभावकारी रूपमा प्रयोगमा आउन सकेको छैन। नगरपालिकाले २०७५ सालमा भारतीय दूतावासको सहयोगमा एउटा दमकल (वरुणयन्त्र) प्राप्त गरेको थियो। त्यसपछि करिब तीन वर्षअघि अर्को दमकल खरिद गरियो। तर, स्रोतका अनुसार दुई वटा दमकल सञ्चालनमा ल्याउन व्यवस्थापन चुनौति हुने भन्दै एउटा दमकल अन्यत्र सार्ने तयारी गरिएको हो।

अहिले भारतीय दूतावासको सहयोगमा प्राप्त गरिएको दमकल झापाको बिर्तामोडस्थित एक ग्यारेज अगाडि करिब एक वर्षदेखि थन्किएको छ। खुला आकाशमुनि लामो समय राखिँदा उक्त दमकल क्रमशः कवाडीमा परिणत हुँदै गएको स्थानीयको गुनासो छ।

बुट्टाबारीस्थित 'भाग्यरूपा ग्यारेज' अगाडि दमकल राखिएको भेटिएको छ। ग्यारेजका एक मिस्त्रीका अनुसार बिग्रिएको अवस्थामा ल्याइएको दमकल मर्मत गरिसकिएको भए पनि सम्बन्धित निकायले नलगेका कारण त्यहीँ थन्किएको हो। यो दमकल बनाइएको छ, तर लिन कोही आएन- उनले भने।

नगरपालिकाले भने उक्त दमकल पहाडी भू-भागमा उपयुक्त नभएको निष्कर्षसहित अर्जुनधारा नगरपालिकालाई हस्तान्तरण गर्ने प्रक्रिया अघि बढाएको जनाएको छ। प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत विज्ञान कोइरालाका अनुसार मर्मत खर्च कसले व्यहोर्ने भन्ने विषय टुंगो नलाग्दा प्रक्रिया ढिलाइ भएको हो। जेनजी आन्दोलन र त्यसपछि निर्वाचनका कारण पनि विषय अघि बढ्न सकेन- उनले भने- अब दुई हप्ताभित्र हस्तान्तरण गर्ने तयारीमा छौं।

तर, प्रश्न के उठ्छ भने- एकातिर नगरपालिकाभित्रै आगलागीका घटना दोहोरिँदैछन्,

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

महिलालाई जवरजस्ती गर्दा...

झापा, चैत १७। ४० वर्षीया महिलालाई जबरजस्ती करणी गरेको अभियोगमा प्रहरीले इलामबाट एक पुरुषलाई पक्राउ गरेको छ।

देउमाई नगरपालिका-३ सुर्के बस्ने ४० वर्षीय राजु बिकलाई पक्राउ गरिएको प्रहरीले जनाएको छ। उनलाई सोमबार दिउँसो प्रहरीले पक्राउ गरेको हो। राजुले ती महिलालाई जबरजस्ती करणी गरेको उजुरी परेपछि इलाका प्रहरी कार्यालय मंगलबारेबाट प्रहरी टोली खटिएको थियो। घटनाका सम्बन्धमा थप अनुसन्धान जारी रहेको प्रहरीले जनाएको छ।

बिर्तामोडको कर्मशियल भवन बिक्रीमा

झापाको बिर्तामोड-१ स्थित पश्चिम बस स्टेण्डमा होटल, हस्पिटल, कलेज, मार्ट, पार्टी प्यालेस लगायत सञ्चालन गर्नका लागि उपयुक्त १ कठ्ठा १० धुर जग्गामा बनेको तीन तले कर्मशियल भवन बिक्रीमा रहेको छ। इच्छुकले सिधा सम्पर्क गर्नुहोला।

सम्पर्क : ९७०७११९५५७ Whatsapp: ९८५२६७२५९६

कम्बोडियाबाट १२ नेपालीको उद्धार

काठमाडौं, चैत १७। विभिन्न प्रलोभनमा परी कम्बोडिया पुगेर अनलाइन ठगी (स्क्यामिङ) केन्द्र र क्यासिनोमा फसेका १२ जना नेपालीको उद्धार गरिएको छ।

बैंककस्थित नेपाली राजदूतावासको पहल, कम्बोडिया सरकारको सहयोग र गैरआवासीय नेपाली संघ (एनआरएनए) कम्बोडियाको सहजीकरणमा उनीहरूको उद्धार गरी स्वदेश फर्काइएको हो।

दूतावासले जारी गरेको प्रेस विज्ञप्ति अनुसार, मानव तस्करको प्रलोभनमा परी कम्बोडिया पुगेका उनीहरूलाई त्यहाँ अवैधरूपमा सञ्चालित अनलाइन स्क्यामिङ केन्द्र, क्यासिनो र अन्य गैरकानूनी काममा लगाइएको थियो।

बिना भिसा (ओभरस्टे) बसिरहेका ती नेपालीहरू चैत १६ गते कम्बोडियाबाट उडेर सोमबार काठमाडौंस्थित त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा अवतरण गरेका हुन्। दूतावासले अलपत्र परेका अन्य नेपालीहरूको समेत उद्धारको पहल भइरहेको जनाएको छ।

दूतावासका अनुसार कम्बोडियामा अझै पनि थुप्रै नेपालीहरू गैरकानुनी काममा लगाइएको र भिसा अवधि सकिएर अलपत्र परेको जानकारी प्राप्त भएको छ। स्क्यामिङ सेन्टरहरूले नेपाली कामदारको राहदानी (पासपोर्ट) जफत गरिदिने वा ट्रान्सफर हुँदा राहदानी हराउने गरेको व्यापक गुनासो आएको दूतावासले जनाएको छ।

यस्तो अवस्थामा स्वदेश फर्किन चाहने नेपालीलाई दूतावासले बिना शुल्क 'एकतर्फी यात्रा अनुमतिपत्र' (ट्राभल डकुमेन्ट) जारी गरिदिने व्यवस्था मिलाएको छ।

पछिल्लो समय भ्रमण (भिजिट) भिसामा कम्बोडिया जाने नेपालीको संख्या अस्वाभाविक रूपमा बढेको तथ्यांकले

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

पिनासका लक्षणहरू

- नाक बन्द हुनु, नाकबाट श्वास फेर्न गाह्रो हुनु र टाउको दुख्नु।
- आँखाको अगाडि र तलको भाग दुख्नु,
- नाकको छेउछाउ र अनुहार छोएपछि दुख्नु,
- विहानको समयमा टाउको बढी दुख्नु,
- सुघ्ने शक्ति कमजोर हुनु,
- नाकबाट बाक्लो, पहेंलो सिंगान बग्नु,
- थकान महशुस हुनु, टाउको भारी र शरीर आलस्य हुनु आदि।

लक्षण देखिएमा नजिकको स्वास्थ्य चौकीमा जाँच गराऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

Advance Pathology Lab

विश्वसनीय स्वास्थ्य परीक्षणको लागि तपाईंको आफ्नै ल्याब
हामीकहाँ आधुनिक प्रविधिबाट सुसज्जित प्रयोगशाला, अनुभवी प्राविधिक र छिटो तथा भरपर्दो रिपोर्टको व्यवस्था छ।

तपाईंको स्वास्थ्य, हाम्रो जिम्मेवारी।

- छिटो र भरपर्दो रिपोर्ट
- आधुनिक मेसिन र अनुभवी टेक्निसियन
- सबै प्रकारका रगत तथा पिसाब परीक्षण
- उचित शुल्कमा गुणस्तरीय सेवा

Advance Pathology Lab
ISO 15189 -2022 certified lab
Birtamode-1, Charpane, Jhapa
023-536070, 9817032003
Email:advancelab2010@gmail.com

कांग्रेस झापाद्वारा ध्यानाकर्षण

बिर्तामोड, चैत १७। नेपाली कांग्रेस झापाले दुई साता यता परेको बेमौसमी बर्षाका कारण किसानहरुले लगाएको अन्नबाली, फलफूल र घर-टहरामा पुगेको क्षतिप्रति गम्भीर ध्यानाकर्षण भएको जनाएको छ ।

नेपाली कांग्रेस झापाका सभापति देउकुमार थेवेले मंगलवार एक विज्ञप्ति जारी गर्दै ध्यानाकर्षण भएको जनाएका हुन् । बेमौसमी बर्षाका कारण मुख्यगरी झापा, बाह्रदशी, कचनकवल, गौरीगञ्ज गाउँपालिका र शिवसताक्षी नगरपालिकामा बढी क्षति पुगेको उल्लेख गर्दै बिज्ञप्तिमा भनिएको छ- 'किसानले लगाएको गहुँबाली उठाउनै नसकेको अवस्था छ भने मकैबालीमा असिना पानीका कारण पूर्ण रुपमा क्षति पुग्दा करोडौं लगानी डुब्ने अवस्था छ ।'

'हावाहुरी र बर्षाका कारण पुगेको क्षति न्यूनीकरणका उपाय अवलम्बन गर्दै हालसम्म भएको क्षतिको मूल्याङ्कन गरी किसानलाई राहत प्रदान गर्न स्थानीय, प्रदेश र संघीय सरकारसँग जोडदार माग गर्दछ'- विज्ञप्तिमा भनिएको छ । खेतीको समय नजिकिँदै गएकाले किसानहरुलाई उन्नत जातको वीऊ र रासायनिक मल समयमै उपलब्ध गराइदिन पनि सरकारसँग विज्ञप्तिमार्फत माग गरिएको छ ।

रातभर ट्रान्स पार्टी, विदेशीसहित १२ जना पक्राउ

काठमाडौं, चैत १७। पोखरामा विदेशीसँग मिलेर ट्रान्स पार्टी आयोजना गरेको आरोपमा १२ जना पक्राउ परेका छन् ।

अवैध रूपमा ट्रान्सपार्टी भइरहेको सूचना पाएपछि कास्की प्रहरीले छापा मारेको हो । पोखरा-१८मा बमेन्द्र पुनले भाडामा लिएको घरमा पार्टी सञ्चालन गरिएको हो । स्थानीय कृष्ण पराजुलीको पुरानो घर भाडामा लिइ बमेन्द्र लगायतको समूहले ट्रान्स पार्टी आयोजना गरेको प्रहरीको अनुसन्धानबाट खुलेको छ ।

लागूऔषधको खुला बिक्री वितरण तथा सेवन भइरहेको विशेष सूचना प्राप्त भएपछि प्रहरीले मध्यरातमा छापा मारेको कास्की प्रहरीका प्रवक्ता डीएसपी हरीबहादुर बस्नेतले जानकारी दिए । घटनास्थलबाट ९ प्रकारका लागूऔषध बरामद भएको छ भने विदेशीसहित १२ जना पक्राउ परेका छन् । पक्राउ परेकामध्ये ८ जनालाई लागूऔषध र ४ जनालाई अभद्र व्यवहारको मुद्दा चलाइएको उनले बताए ।

उक्त स्थानबाट एमडीएमए, चरेश, कोकिन, खात, आइस/एम्फेटामाइन, पोल्यान, म्याजिक मसरुम, पेपर एलएसडी, झोल एलएसडी बरामद भएका छन् । घटनामा संलग्न भएको आरोपमा २ जना भारतीयसहित ब्राजिलका १ जना पनि पक्राउ परेका छन् । भारतकी ३१ वर्षीया सृष्टि चन्द, ३५ वर्षका अनुभव शर्मा र ब्राजिलका ४८ वर्षका चार्ल्स गुवाईवा पक्राउ परेका हुन् ।

यस्तै पोखरा-६का ३२ वर्षीय बमेन्द्र पुन, २७ वर्षका विशाल परियार, पोखरा ५ का २५ वर्षीय आशीष दर्जी, दाङका २९ वर्षीय शौरभ महरा पक्राउ परेका छन् । काठमाडौंका २१ वर्षीय निकुञ्ज कार्की, ३१ वर्षका सक्षम कोइराला, रोशन अधिकारी, २८ वर्षका बिवेक परियार र २६ वर्षका लोकबहादुर घर्ती मगर पनि पक्राउ परेका छन् ।

उक्त पार्टी भारतीय अनुभव शर्मा र नेपालकै बमेन्द्रले आयोजना गरेका थिए ।

अर्थोकोन सम्मेलनको समीक्षा र सम्मान

झापा, चैत १७। नेपाल अर्थोपेडिक संघ मेचीले एक महिना अघि झापामा सम्पन्न गरेको अर्थोकोन सम्मेलनको समीक्षा गर्दै सम्मेलनमा सहयोग पुऱ्याउने झापाका सुरक्षा निकाय तथा संघ संस्थाहरुलाई धन्यवाद पत्र प्रदान गरेको छ ।

मेची च्याप्टर अध्यक्ष डाक्टर लक्ष्मीप्रसाद मैनालीको अध्यक्षतामा बिर्तामोडमा आयोजित कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि प्रमुख जिल्ला अधिकारी शिवराम गेलालको आतिथ्य रहेको थियो ।

कार्यक्रममा सहयोगी संस्था साहारा नेपाल बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाका कार्यकारी प्रमुख महेन्द्र गिरी २ लाख ५० हजार, केएमसी काठमाडौं मेडिकल हस्पिटल र नोवेल टिचिङ हस्पिटलका सञ्चालक डा. सुनिल शर्मा १ लाख ५० हजार, मनिस आइरन प्रालिका सञ्चालक मनिस साहेवाला ५० हजार, लिटल फ्लावर्स स्कुलका सञ्चालक राजेश खड्का ५० हजार, साना शहरी खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता संस्था बिर्तामोड अध्यक्ष मेघराज बास्तोलालाई कदर-पत्र प्रदान गरियो ।

त्यसैगरी कार्यक्रमलाई सम्पन्न गर्न उल्लेखनीय भूमिका निर्वाह गर्ने प्रमुख जिल्ला अधिकारी शिवराम गेलाल, साहयक प्रमुख जिल्ला अधिकारी द्वय तेजप्रसाद प्रसाई र अञ्जन न्यौपाने त्यसैगरी नेपाली सेना चारआलीका गणपति सरोज थापा, जनपथ जिल्ला प्रहरी प्रमुख एसपी बसुन्धारा खड्का, सशस्त्र प्रहरी बल नम्बर २ गण हेडक्वाटर झापाका प्रमुख सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक अम्बिकाप्रसाद जोशी, राष्ट्रिय अनुसन्धान कार्यालय झापा र नेपाल पत्रकार महासंघ झापाका अध्यक्ष एकराज गिरीलाई प्रशंसा पत्र प्रदान गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा अर्थोपेडिक संघका उपाध्यक्ष प्रेम बहादुर साहीले स्वागत गरेका थिए भने डाक्टर निराजन पराजुलीले औतिच्य माथि प्रकास पारेका थिए । प्रमुख अतिथि प्रमुख गेलाल र डाक्टर शरद भट्टराईले मन्तव्य राखेका थिए । कार्यक्रमको सञ्जालन श्रद्धा प्रसाईले गरेकी थिइन ।

'मास्टर्नी'को गुपचुप छायांकन गर्दै प्रियंका

वेब सिरिज 'जस्ट एनदर लभ स्टोरी' र सर्ट फिल्म 'टाँक'पछि अभिनेत्री प्रियंका कार्की अब फिचर फिल्म निर्माणमा होमिएकी छन् । उनले फिल्मको नाम 'मास्टर्नी' राखेर चैत १३ गतेबाट छायांकन शुरु गरिसकेकी छन् । तीन दिन कास्की जिल्लाको एक गाउँमा छायांकन गरेर फिल्मको टिम काठमाडौं फर्किसकेको जनाइएको छ । अब बाँकी छायांकन काठमाडौंमा हुनेछ ।

प्रियंका स्वयम्‌को मुख्य भूमिका रहेको यस फिल्ममा गौरी मल्ल, ऋचा शर्मा, आर्यन सिग्देल, अनुप विक्रम शाही, प्रमोद अग्रहरी लगायतका कलाकारहरूको पनि अभिनय रहनेछ । प्राप्त जानकारी अनुसार फिल्ममा प्रियंकाको जोडी अनुपसँग बाँधिएको छ । आयंका फिल्म्सको ब्यानरमा निर्माण भइरहेको 'मास्टर्नी'मा निर्देशकसहित धेरैजसो प्राविधिक टिम भारतीय रहेको जनाइएको छ ।

फिल्मको निर्देशकमा सुभेन्दु घोष रहेका छन् । बंगाली भाषी सुभेन्दु तिनै निर्देशक हुन्, जसले यस वर्ष अभिनेता जितु नेपाललाई लिएर फिल्म 'आइएम जितबहादुर' बनाएका थिए । यसमा प्रियंकाको पनि अभिनय रहेको छ । यही फिल्ममा काम गरेपछि उनले आफ्नो फिल्मको निर्देशनको जिम्मेवारी सुभेन्दुलाई सुम्पिने निर्णय गरेकी थिइन् ।

सुभेन्दु बंगाली फिल्मका अनुभवी निर्देशक मानिन्छन् । उनले सन् २००७ मा फिल्म 'अबेलय गरम भाट'बाट निर्देशकीय यात्रा सुरु गरेका थिए । यसपछि उनले 'भय', 'चेतोना' जस्ता बंगाली र 'चेज नो मर्सी टू क्राइम', 'मै मुलायम सिंह यादव' जस्ता हिन्दी फिल्म निर्देशन गरिसकेका छन् । उनले ९ वर्षअघि 'एभ्रिडे इज सनडे' नामक नेपाली फिल्म पनि बनाएका थिए ।

'हामी तीन भाइ' एक साता टिक्न पनि हम्मे

पछिल्लो समय नेपालमा कालजयी फिल्मको नाममा नयाँ फिल्म बनाउने 'ट्रेन्ड' नै चलेको छ । कुनै पनि फिल्म प्रदर्शन भएको १० वर्षपछि सोही नाममा अर्को फिल्म बनाउन पाउने कानूनी व्यवस्था छ ।

यसैले पहिला लोकप्रिय भएका फिल्मको नाम सापटी लिएर नयाँ कथावस्तुमा फिल्म निर्माण भइरहेका छन् । तर, कुनैले अघिल्लो फिल्मको साख जोगाउन सकेका छैनन् ।

गत पुषमा आएको 'मुगलान' होस् वा गत शुक्रबार (चैत १३ गते) प्रदर्शन भएको 'हामी तीन भाइ', जसले पुरानो फिल्मको नाम प्रयोग गरे पनि न त्यसको फाइदा उठाउन सके न अघिल्लो संस्करणको साख जोगाउन सफल भए । नयाँ 'मुगलान' हलमा एक साता पनि टिक्न सकेको थिएन । 'हामी तीन भाइ'को अवस्था पनि उस्तै छ । फिल्म हेर्न दर्शकले फिटिक्कै रुचि देखाएका छैनन् ।

२२ वर्षअघि प्रदर्शनमा आएको स्व. शिव रेग्मी निर्देशित 'हामी तीन भाइ' हलमा एक सय दिनभन्दा बढी समय चलेको थियो । यो तत्कालीन समयमा सर्वाधिक कमाउने फिल्म समेत हो । यसका संवाददेखि गीतसम्म दर्शकलाई अझै पनि कण्ठस्थ छ । तर, नयाँ 'हामी तीन भाइ'ले न हलमा अपेक्षित दर्शक पाएको छ, न पाएको दर्शकलाई सन्तुष्टि दिएको छ ।

फिल्म हेर्ने दर्शक नै नभएपछि धेरै हलहरूले शो हटाइसकेका छन् । पहिलो दिन देशव्यापी ५० हाराहारी शो पाएको फिल्मको मंगलबारसम्म आइपुग्दा ९५ प्रतिशत शो गुमिसकेको छ । बाँकी रहेका शोमा पनि टिकट बिक्री निकै दयनीय देखिन्छ । यही अवस्था रह्यो भने आगामी शनिबारसम्म पनि फिल्मलाई हलमा टिक्न मुस्किल पर्नेछ ।

'मुगलान' र 'हामी तीन भाइ'को नाममा बनेका नयाँ फिल्मको व्यापारिक हविगत हेर्दा एउटा कुरा के स्पष्ट हुन्छ भने कालजयी फिल्मको नाम प्रयोग गर्दैमा दर्शकले विश्वास गर्दैनन् । पुरानो फिल्मको नाम प्रयोग गर्नु झन् ठूलो जोखिम देखिन्छ । कम्तीमा यी दुई फिल्मबाट अब निर्माताहरूले पाठ सिक्न जरुरी छ । नभए पछि फुर्सदमा पछुताउनुबाहेक केही विकल्प रहँदैन ।

यातायात व्यवस्था कार्यालयबाट सात जना विचौला पक्राउ

काठमाडौँ, चैत १७। काठमाडौँ महानगरपालिका-१५ सानो भऱ्याङस्थित यातायात व्यवस्था कार्यालयबाट सात जना बिचौलिया पक्राउ परेका छन् ।

उक्त कार्यालयबाट सेवाग्राहीको सवारी दर्ता किताब (बिलबुक) नवीकरण गरिदिन्छु भनी सार्वजनिक सेवा प्रवाहमा अवरोध गरेको अभियोगमा प्रहरी वृत्त स्वयम्भूबाट परिचालन भएको प्रहरी टोलीले उनीहरुलाई नियन्त्रणमा लिएको हो ।

प्रहरीले रौतहटका ३६ वर्षीय बलबहादुर सुनार, रामेछापका ३९ वर्षीय विज्ञान राई, काठमाडौँका ३१ वर्षीय सञ्जय राजवाहक र ३६ वर्षीय बिमल तामाङ, रामेछापका ३५ वर्षीय रमेश कार्की, धादिङका ३६ वर्षीया कल्पना लम्साल र नुवाकोटका ३९ वर्षीय उद्धव खनाललाई पक्राउ गरेको हो । प्रहरीका अनुसार उनीहरुबाट रु. एक लाख २२ हजार नगद र ५३ थान बिलबुक समेत बरामद भएको छ ।

'धुरन्धर २' बन्यो सर्वाधिक कमाउने बलिउड फिल्म

बलिउड अभिनेता रणवीर सिंह अभिनीत फिल्म 'धुरन्धर : द रिभेन्ज'ले रिलिज भएको दिनदेखि नै कमाइमा नयाँ रेकर्ड बनाउँदै आएको छ । बलिउडको इतिहासमै सबैभन्दा ठूलो ओपनिङ गरेको यो फिल्मले पहिलो सातामा सर्वाधिक कमाउने हिन्दी फिल्मको कीर्तिमान बनाएको थियो । दोस्रो सातामा आइपुग्दा फिल्मले बलिउडको नाममा रहेको सबै रेकर्ड तोडेको छ ।

यो फिल्मले दोस्रो सोमबारसम्म भारतमा मात्रै ८७२ करोड नेट (१ हजार करोड ग्रस) कमाएको छ । योसँगै 'धुरन्धर २' भारतमा सबैभन्दा धेरै कमाउने बलिउड फिल्म बनेको छ । यसअघि बलिउडको सर्वाधिक कमाउने फिल्म 'धुरन्धर'को पहिलो भाग थियो, जसले ८४० करोड नेट कमाएको थियो । अब यो दोस्रो स्थानमा झरेको छ भने तेस्रो स्थानमा 'जवान' (६४० करोड) रहेको छ ।

'धुरन्धर २' विश्वव्यापी सर्वाधिक कमाउने तेस्रो बलिउड फिल्म समेत बनिसकेको छ । यसले १२ दिनमा १३९२ करोड कमाएको छ । यसमा ओभरसिजको योगदान ३५० करोड छ । अब यो फिल्मले आफ्नै अघिल्लो भागको १४२८ करोड र 'दंगल'को २०७० करोडको आँकडालाई उछिनेको खण्डमा विश्वव्यापी सर्वाधिक कमाउने बलिउड फिल्मको इतिहास रच्नेछ ।

'धुरन्धर २' बलिउडको सर्वाधिक कमाउने फिल्म बन्दै गर्दा यसले साउथमा पनि रेकर्ड बनाउने सम्भावना देखिएको छ । हालसम्म सबैभन्दा ठूलो नन-साउथ फिल्मको रेकर्ड हलिउडको 'अवतार २'को नाममा छ, जसले साउथका चार राज्यबाट २९७ करोड भारु कमाएको थियो । यो रेकर्ड पछ्याइरहेको 'धुरन्धर २'ले अहिलेसम्म साउथमा २२६ करोडभन्दा बढी कमाइसकेको छ ।

बदला र ग्याङवारको कथामा आधारित यस फिल्ममा रणवीरसहित अर्जुन रामपाल, सञ्जय दत्त, आर माधवन लगायतको मुख्य भूमिका रहेको छ । फिल्मलाई आदित्य धरले लेखन, निर्देशन तथा निर्माण गरेका हुन् ।

सीडीओ ...

लागि जिल्ला प्रहरी परिसर काठमाडौँ पठाउने तयारी भइरहेको अपराध अनुसन्धान कार्यालयका प्रहरी उपरीक्षक मनोहरप्रसाद भट्टले जानकारी दिए । अब जिल्ला अदालतबाट म्याद थप गरी उनीमाथि अनुसन्धान प्रक्रिया अघि बढ्नेछ ।

नतिजामुखी ...

प्रतिनिधित्व गरेका राजनीतिक दलको सहभागितामा कार्यदल गठन गर्ने निर्णय गरिसकेको छ ।

कार्यसूचीमा देशको दीर्घकालीन राजनीतिक तथा संस्थागत सुधार, निर्वाचन प्रणालीलगायत विषयमा संविधान संशोधनसम्बन्धी विषयहरूमा राष्ट्रिय सहमति निर्माण गर्न प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्‌को कार्यालयले सात दिनभित्र 'संविधान संशोधन बहस पत्र' तयार गर्न कार्यदल गठन गर्ने तथा उक्त बहस प्रक्रियालाई सहभागितामूलक, पारदर्शी र तथ्यमा आधारित बनाउने उल्लेख छ ।

कहिले ...

अर्कोतिर प्रयोग गर्न सकिने साधन व्यवस्थापनको अभावमा थन्किएको छ । स्थानीयवासी आगलागीबाट उठिबास भइरहँदा समेत उपलब्ध स्रोतको सदुपयोग हुन नसक्नु प्रशासनिक उदासीनताको संकेत भएको सरोकारवालाहरू बताउँछन् ।

स्रोतका अनुसार नगरपालिकाले आफैं प्रयोग नगर्ने भएपछि मर्मत खर्च किन व्यहोर्ने भन्ने विवादले पनि दमकल अलपत्र परेको हो । यसले समन्वय अभाव र निर्णय क्षमताको कमजोरी उजागर गरेको छ । आगलागी जस्तो बिपद् पूर्वतयारी र तत्परतामा भर पर्ने विषय हो । तर, सूर्योदय नगरपालिकाको सन्दर्भमा 'माल पाएर पनि चाल नपाएको' अवस्था देखिएको छ । जोखिम बढ्दो छ, क्षति दोहोरिँदोछ, तर समाधानका साधन भने प्रयोगविहीन छन् यो अवस्था कति समयसम्म रहने हो, त्यसको जवाफ अझै अनुत्तरित छ ।

कम्बोडियाबाट ...

देखाएको छ । कम्बोडियाको पर्यटनसम्बन्धी तथ्यांकअनुसार सन् २०२१मा जम्मा १०१ जना नेपाली त्यहाँ पुगेकोमा सन् २०२२मा १,९७७, सन् २०२३ मा २,९४०, सन् २०२४मा ६,४०४ र सन् २०२५ मा ९,६७६ जना नेपाली कम्बोडिया पुगेका छन् । यसरी भ्रमणको बहानामा गएका अधिकांश नेपाली अवैध रोजगारी र ठगी गिरोहको फन्दामा पर्ने गरेका छन् ।

छिटो र धेरै पैसा कमाउने लोभमा परेर कम्बोडिया, लाओस्, म्यानमार र थाइल्यान्ड लगायतका मुलुकमा भ्रमण भिसामा रोजगारीका लागि नजान दूतावासले आग्रह गरेको छ ।

भारतमा विशाल जनगणना शुरू

काठमाडौं, चैत १७। तीव्र रूपमा बढ्दो जनसंख्या र स्रोत व्यवस्थापनको दबावबीच भारतले बुधबारदेखि विश्वकै सबैभन्दा ठूलो जनगणना अभियान सुरु गर्ने तयारी गरेको छ ।

करिब ३० लाखभन्दा बढी कर्मचारी परिचालन गरिने यस अभ्यासलाई सरकारले 'राष्ट्रिय महत्वको विशाल अभियान' का रूपमा चित्रण गरेको छ, जसले समावेशी शासन र प्रमाणमा आधारित नीति निर्माणलाई मार्गदर्शन गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

करिब एक अर्ब ४० करोड जनसंख्या रहेको दक्षिण एशियाली मुलुक भारत अहिले आधारभूत आवश्यकताहरू–बिजुली, खाद्यान्न र आवास–व्यवस्थापनमा बढ्दो चुनौतिसँग जुधिरहेको छ । देशका ठूला महानगरहरू पानी अभाव, वायु तथा पानी प्रदूषण र अत्यधिक भीडभाडयुक्त बस्तीका समस्याले ग्रस्त छन्, जसले जनगणनाबाट प्राप्त हुने तथ्याङ्कको महत्त्व झन् बढाएको छ ।

यसपटकको जनगणनामा सबैभन्दा संवेदनशील मानिएको 'जात' सम्बन्धी विवरण पनि समेटिनेछ । हिन्दू समाजमा हजारौं वर्षदेखि कायम सामाजिक पदानुक्रमका आधारमा मानिसहरूको पेशा र सामाजिक स्थिति निर्धारण हुने भएकाले यस विषयलाई राजनीतिक रूपमा पनि जटिल मानिन्छ । सन् २०११ मा गरिएको जाति सर्वेक्षण सार्वजनिक नगरिएको इतिहास छ भने औपचारिक रूपमा विस्तृत जातीय तथ्याङ्क अन्तिमपटक सन् १९३१ मा ब्रिटिस शासनकालमा सङ्कलन गरिएको थियो ।

लजिस्टिक हिसाबले पनि यो अभियान अत्यन्त चुनौतिपूर्ण रहनेछ । भारतले सन् २०२४मा सम्पन्न गरेको आम चुनाव नै विश्वकै सबैभन्दा ठूलो लोकतान्त्रिक अभ्यास मानिएको थियो, जुन सात चरणमा छ हप्तासम्म चलेको थियो । त्यसभन्दा पनि व्यापक दायरामा फैलिएको जनगणना दुई चरणमा सञ्चालन गरिनेछ ।

पहिलो चरण बुधबारदेखि सेप्टेम्बरसम्म चल्नेछ, जसमा घरधुरी, आवासको अवस्था र आधारभूत सुविधाहरूको विवरण सङ्कलन गरिनेछ । यस क्रममा घर-घरमै पुगेर तथ्याङ्क सङ्कलन गरिनेछ भने नागरिकलाई अनलाइनमार्फत स्वगणना गर्ने विकल्प पनि दिइनेछ । स्याटेलाइट इमेजरीसँग जोडिएको डिजिटल नक्सा प्रणाली र १६ भाषामा उपलब्ध प्रविधिको प्रयोग गरिनेछ ।

दोस्रो चरणमा भने जनसांख्यिकीय, सामाजिक र आर्थिक अवस्थासँगै जातिसम्बन्धी विस्तृत विवरण सङ्कलन गरिनेछ । जाति अझै पनि भारतमा स्रोत, शिक्षा र अवसरको पहुँच निर्धारण गर्ने महत्वपूर्ण आधार भएकाले यसबाट प्राप्त तथ्याङ्कले नीति निर्माणमा गहिरो प्रभाव पार्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

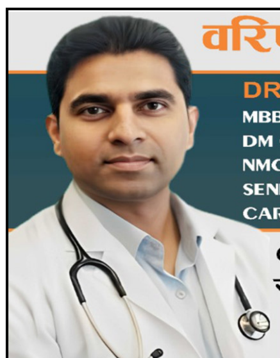
देशका अधिकांश क्षेत्रमा वास्तविक जनगणना सन् २०२७ मार्च १लाई सन्दर्भ मिति मानेर गरिनेछ । तर उच्च हिमाली क्षेत्रहरू-जम्मू-काश्मीरजस्ता स्थानहरू-मा कठोर मौसमका कारण यो प्रक्रिया अक्टोबर १, २०२६ अगावै सम्पन्न गरिनेछ ।

कोभिड-१९ महामारीका कारण सन् २०२१को जनगणना स्थगित भएपछि भारतले पछिल्लोपटक सन् २०११ मा मात्र यस्तो अभ्यास गरेको थियो, जसअनुसार त्यतिबेला जनसंख्या एक अर्ब २१ करोड थियो । संयुक्त राष्ट्रसंघका अनुसार सन् २०२३ सम्म आइपुग्दा भारत एक अर्ब ४२ करोडभन्दा बढी जनसंख्यासहित विश्वकै सबैभन्दा बढी जनसंख्या भएको देश बनेको छ ।

यस्तो परिवेशमा शुरु हुन लागेको नयाँ जनगणनाले भारतको सामाजिक संरचना, आर्थिक अवस्था र भविष्यका नीतिगत प्राथमिकताहरू निर्धारण गर्न महत्वपूर्ण आधार तयार गर्ने विश्वास गरिएको छ ।

भिटा बिक्रीमा
बिर्तामोड नगरपालिका–१ बाल्मीकि लिङ्कन कलेज दक्षिण डाक्टर कोलेनीसँगैको दक्षिण मोहडा भएको ११ धुर र ९.५ धुर भिटा अर्जेन्ट परेर तु–बिक्रीमा रहेकाले इच्छुकले मात्र सम्पर्क गर्नुहोला ।
मो. ९८०७९२२३०१

बिर्तामोडमा 4D भिडियो एक्स-रे र ल्याब सेवा
वरिष्ठ रेडियोलोजिष्ट डा. संजयकुमार गुप्ताद्वारा
निशा एडभान्स अल्ट्रासाउण्ड एण्ड डायग्नोष्टिक क्लिनिकमा
प्रत्येक दिन बिहान ६:०० बजेदेखि ८:३० बजे र बेलुका २:०० बजेदेखि ८:०० बजेसम्म
पश्चिम बस स्टेण्ड उत्तर, बिर्तामोड–५, झापा
हाम्रा सेवाहरु
- Fetal Echo, Fibro Scan Liver (फाइब्रोस्क्यान)
- विशेषज्ञद्वारा ओ.पी.डी. सेवा
- निःशुल्क परामर्श केन्द्र
- 12 Lead ECG
- सुपथ मूल्यको फार्मेसी सेवा
- अत्याधुनिक प्याथोलोजी ल्याब
- 4D भिडियो एक्स–रे
- Anomaly Scan, TVS
- रक्त नलिको Colour Doppler
- Advance CT Scan
सम्पर्क नं. : ०२३–५९०१९४, ९८०१५६६४७८, ९८१७९९४६४६

वरिष्ठ मुटु रोग विशेषज्ञ

DR. RAJESH KUMAR PANJIYAR
MBBS, MD INTERNAL MEDICINE,
DM CARDIOLOGY FAPSC (JAPAN)
NMC NO.: 8021
SENIOR CLINICAL & INTERVENTIONAL CARDIOLOGIST
CATH LAB Training (सहिद गंगालाल राष्ट्रिय हृदय केन्द्र, बाँसबारी, काठमाडौं)
प्रत्येक महिनाको तेस्रो शनिबार विराटनगरबाट
उपचार हुने रोगहरू
- उच्च रक्तचाप(Blood Pressure),कोलेस्ट्रोल
- छाती दुख्ने, चक्कर आउने, बेहोस हुने
- राति सुत्दा वा हिड्दा सास फेर्न गाह्रो हुने
- हात,खुट्टा सुन्निने, पसिना धेरै आउने, ढुकढुकी बढ्ने
- मुटुको कमजोरी (Heart Failure)
- हृदयघात (Heart Attack)
- पुरानो मुटु रोग सम्बन्धी समस्या
- ECG र मुटुको भिडियो एक्सरे (ECHO)सेवा
- मुटु सम्बन्धी अपरेसन गरेको तथा पेसमेकर राखेका बिरामीहरु का लागि नियमित परामर्श
आर. आर. पोलिक्लिनिक
अन्नपूर्ण चोक, भद्रपुररोड (भद्रपुर बस स्टेण्डसँगै), बिर्तामोड–४, झापा
०२३–५९११७४, ९८२०४९११७४

श्रीअन्तु प्रकाशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित – कार्यालय : बिर्तामोड–१, झापा ■ प्रकाशक : भरतलाल गिरी, ■ अध्यक्ष : टोरूप 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 : रूपा 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

सपना होइन, विपनाको युग अब

पूर्वाञ्चल

सम्पादकीय

प्रि-मनसुन कतै अनुकूल

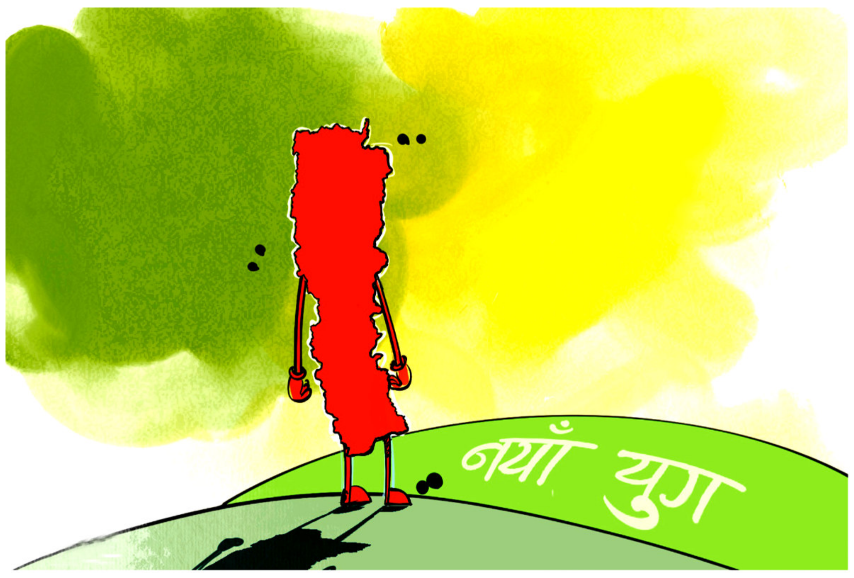
प्रत्येक वर्षको फागुन र चैतमा हावाहुरी, चट्याङ र वर्षाको प्रारम्भ हुन्छ । फागुनको अन्त्य र चैतको प्रारम्भमा हुने यो मौसमी चक्र प्रि-मनसुन समय हो । यही समय हुण्डरी तथा चट्याङजन्य विपद्को जोखिम व्यहोर्नुपर्छ । प्रि-मनसुनको समय भनिने यो अवधि कतिका लागि प्रतिकूलको हुन्छ भने कतै अनुकूल पनि हुन्छ । प्रतिकूल यसकारण कि हावाहुरीले घरको छाना उडाउँछ, बिजुलीको पोल ढल्छ र ज्यानको जोखिमदेखि विद्युत आपूर्ति नै विच्छेद हुन्छ । अझ कति ठाउँमा यसकै कारण भौतिक मात्रै होइन मानवीय क्षति नै हुने गरेको छ ।

मौसमविद्का अनुसार मनसुन भित्र्याउन सक्रिय स्थानीय वायुको विकास हुने क्रम तीव्र हुँदा बेगयुक्त हावा चल्छ र चट्याङ पर्ने सम्भावना रहन्छ । त्यसैले यस्तो बेला मौसमी सूचना लिन र त्यसै अनुसारको प्रतिरक्षाको उपाय अपनाउन आवश्यक हुन्छ । यस्तो अवस्था प्रकृतिको नियमितता भएका कारण सचेतता अपनाएर यस्ता प्राकृतिक प्रकोपबाट जोगिन प्रत्येक व्यक्तिको आ-आफ्नो जिम्मेवारी हो । यही बेला आगलागी र वन डढेलोको जेखिम पनि उच्च रहन्छ, त्यसका लागि सरकारले प्राकृतिक प्रकोपजन्य जोखिम व्यवस्थापनमा विशेष ध्यान दिनु पर्दछ । हामीकहाँ प्रत्येक वर्ष विपद्का ठूल्ठूला घटनाहरु भएका छन् । त्यसैले राज्यलाई खबरदारी गर्न हामी सबै चनाखो हुनुपर्छ ।

केही दिनदेखिको वर्षा, हावाहुरी र चट्याङले कतिपयलाई विपद् ल्याएको छ भने कति ठाउँमा अहिलेको वर्षा सहकालका आधार पनि बनिएको छ । खासगरी किसानका लागि प्रि-मनसुनको समय चैते धान खेती गर्न अनुकूल बनिएको छ । अहिलेको वर्षाले चैते धान रोप्न सहज भएको छ भने उत्पादन वृद्धि हुने अपेक्षासँगै किसानको आशा बढेको छ । यो समयको वर्षाले जमिनमा चिस्यान राख्ने भएकाले चैते धानका लागि निकै लाभदायक हुने जानकारहरुले बताएका छन् ।

नेपालमा प्रत्येक वर्ष एक लाख बीस हजार हेक्टर क्षेत्रफलमा चैते धान खेती हुने गरेको छ । प्रति वर्ष चैते धानको उत्पादन पाँच लाख मेट्रिक टनसम्म हुने गरेको छ । त्यसमा चैते धान उत्पादन हुने झापा, मोरङ, सुनसरी, सप्तरी, पर्सा, बर्दिया, कैलाली लगायतका करिब पच्चीस जिल्लामा चैते धान खेती गरिन्छ । यद्यपि यसले भारतबाट आयात हुने धानलाई रोक्न सकेको छैन, तर राज्य गम्भीर हुने हो भने परनिर्भरता कम गर्न भने सकिन्छ । त्यसका लागि राज्यले यान्त्रिकीकरणमा जोड दिनु पर्दछ, सिँचाइ सेवाको विस्तार, प्रभावकारी बजारीकरण, समयमै मूल्य निर्धारण तथा बजार सुनिश्चित गर्न सरकार नै अग्रसर हुनुपर्छ । अन्यथा किसानले अपेक्षित लाभ लिने अवस्था चुनौतीपूर्ण नै रहन्छ ।

अच्युतप्रसाद पौडेल 'चिन्तन'



अब सपना होइन, विपनाको युग शुरु गर्नुपर्नेछ। वर्षौंसम्म जरा गाडेर बसेको श्री ३ राज भत्किन १०४ वर्ष लागेको थियो। तर, पछिल्लो समय भने जनता जागेर तीन दशक बढीको सपनाको युग भत्काउन सफल भएका छन्। पुरानो मान्यतालाई विस्थापित गर्दै, डाँडाकाँडाले भरिएका सुन्दर पहाडहरुलाई भत्काउँदै बनेका भ्युटावरहरुको उधारो सपना अब देख्नुहुन्न। सेता टावरहरुले देशको गरिबी देखेन। बरु ग्रेलिस्ट देख्यो र यात्रु बिनाका विमानस्थलहरु बनिरहँदा अख्तियारमा मुद्दाका चाङ लागे। पछिल्लोपटक दोस्रो काण्ड भ्रष्टाचारको मुद्दा पोखरा विमानस्थललाई लिएर मुद्दा दर्ता भएको छ। कहिल्यै धन नचाहने पशुपतिनाथमा आफ्नै सुनको नाम त्यो पनि लुकेर लेखाउने श्रीहरुका कारण धर्म क्षेत्रको अग्रणी भनिएको विकास कोषका स्टाफहरु मुद्दामा परे। लेकतन्त्रलाई लुटतन्त्रमा परिणत गर्ने श्रीहरुको सर्वनाक हारमा देशले विजय पाएको छ, अहिले।

पंक्ति तयार भइरहँदा लिपुलेक, लिम्पियाधुरा, कालापानी नाकाबाट व्यापार गर्ने गरी भारत-चीन दुई देशका बीच व्यापारिक समझदारी भएको खबर आएको छ। यसै जुन १ देखि निष्क्रिय रहेको यो मार्ग पुनः सक्रिय हुने भनिएको छ। संविधान संशोधन गर्दै लोकतान्त्रिक हिमायतीहरुले देशको नयाँ नक्सा जारी गरे प्रयोगमा ल्याएनन्। मित्रराष्ट्रलाई कूटनीतिक नोट पठाएर झारा टार्ने काम गरे। उत्तरतिर गएर विरोध गरेजस्तो पनि गरे, दक्षिण बढी चिढियो। त्यसको समाधान पनि अहिलेकाका लागि चुनौतीपूर्ण कार्य हुनेछ, यसै पनि इन्धनको कमी भई जोर-बिजोर सवारी सडकमा चलाउने आलोपालोको कुरा आइरहँदा र रित्ता ग्यास सिलिन्डरहरुका कारण आम जनजीवन संकट परिरहेका बखत। बन्न नपाउँदै गल्ने सडक, पूर्वाधारहरु र पूँजीगत खर्च नै हुन नसक्ने र अधिक चालू खर्च, त्यो पनि ऋणबाट र विप्रेषणबाट चलाउनुपर्ने देशको अर्थचक्र मुट्ठीभर एक दर्जन व्यक्तिमा निहित छ।

युगको अब समाप्ति हुन जरुरी छ। घरघरै ग्यास पाइप लाइन, पर्याप्त सिँचाइ र रासायनिक मल, बीऊबीजन समयमै वितरण गर्ने भन्दै झुटको सपना देखाएर आफ्ना कार्यकर्तालाई कृषि अनुदान दिने र जुनसुकै काम वा ठेक्कापट्टा पनि आफ्नै कृपापात्रहरुलाई दिने युगको अन्त्य गर्नुपरेको छ अब। अब सपना बाँड्ने होइन, विपना देखाउने हो। यथार्थ काम गर्ने हो, सेवा गर्ने हो, राजनीतिबाट मेवा लिने होइन। नेता र उनीहरुका कृपापात्रहरुका लागि गरिँदै आएको राज्यकोषको अर्बौं खर्च अब रोकिनुपर्छ। सर्प पाल्ने, बाख्रा पाल्ने, मृगौला फेर्ने नाममा दिइने रकम बाटाघाटा, स्कूल, चौतारी, सार्वजनिक सवारीमा प्रयोग हुनुपर्छ।

नेपाल नक्सा अंकित बर्थ-डे केक, त्यो पनि हवाईजहाज चढाएर लगी पूर्वतिर पहाडमा काटेपछि नै देशलाई धेरै दशा लागेको हो। कोरोनाका नाममा लुटतन्त्र हाबी भएपछि देशलाई झनै दशा लागेको हो। जसले सिटामोल पाएन ऊ मर्‍यो। तर बैंकक, सिंगापुर, अमेरिकामा गएर भाइभारदार, कुरुवा समेत भन्दै परिवारैलाई जहाज टिकट मात्रै होइन, दैनिक भ्रमण भत्ता त्यो पनि विदेशी मुद्रा दिएरै बिरामी उपचार भनेपछि देशलाई दशा लागेको हो। आर्यघाटमा मलामीका रुपमा राजनीतिकर्मी कोही भेट्न आउँदा मुख्यमन्त्रीले एकै वर्ष दर्जन पटक दैनिक भ्रमण भत्ता लिएर ढुकुटी रित्याएदेखि नै देशलाई दशा लागेको हो।

जनतालाई एकमुठी शुद्ध पानी नदिने तर बालुवाटारको आलिसान महलमा विदेशी पानी र खानाले नपुगेर होलिवाइनमा रत हुन बालुवाटारबाट सोल्टी होटलमा डेरा सरेदेखि नै देशलाई दशा लागेको हो। परचक्रीले भन्यो भन्दैमा मौलिक राष्ट्रिय धर्मलाई पसलमा राखेदेखि नै दशा लागेको हो। काम माखो नमार्ने, गफले आकाश-पाताल हाँक्ने गरेदेखि नै देशलाई दशा लागेको हो। पुरुष सांसदहरुले सुत्केरी औषधि, बैंककदेखि यहाँका तारे होटलमा सांसद खरिद-बिक्री गरेर लोभतन्त्र बचाउन प्रयास गरेदेखि नै दशा लागेको थियो। सत्ता टिकाउनैका लागि एकैपटक चार दर्जन बढीको मन्त्रिमण्डल बनाउने कामदेखि त दशा लागेकै थियो, इँटाभट्टामा इँटा नपोलिएर मान्छे पोलिने अनि तिनलाई नै आम माफीदेखि भएभरका पुरस्कार दिइनाले र आफ्नै नातागोता भित्रकालाई समानुपातिकतिर सिट मिलाउनाले दशा लागेको हो।

साढे तीन दशकका कहालीलाग्दा दुर्गन्धहरुका चाङ छन्। आलेखहरुमा अभिव्यक्त छन्। पुनः दोहोर्‍याउनु भनेको समय खर्चिनु मात्रै हो। त्यसको प्रत्युत्तर फागुन २१ मा आइसकेकाले अबको सपना झुटको होइन, यथार्थका लागि हुनुपर्छ भन्ने आलेखको आशय हो। धूलो धूलो नै हो, फेरि पिँधिराख्नुपरेन। पिँध्नका लागि आयोगहरु बने तर आयोगका सिफारिसहरु बाहिर आउन सकेनन्। त्यसबाट स्पष्ट हुन्छ- आयोग होम डेलिभरीका लागि बनेको थियो, बाँकी काम त छ्यालीसदेखिकै अधुरो छ। राज्यको ढुकुटी रित्तिउन्जेल आयोग, नियोग, सयूयौं संयन्त्रहरु बनिरहे।

यति धेरै बने कि देशले पाल्नै नसक्ने भयो। अब कर्मचारी घटाइने कुरो छ, जायज पनि होला, तर त्यसभन्दा पहिले राजनीतिक नियुक्ति र आफन्तका लागि बनाइएका संयन्त्रहरु घटाइनुपर्छ। कर्मचारी त्यति धेरै छैनन्, बरु भएका दरबन्दी नै आधाआधी पूर्ति नै भएका छैनन्। अहिले पनि स्थानीय तहमा कर्मचारी आपूर्ति दरबन्दी अनुसार छैनन्। यति धेरै महालेखाको बेरुजु शायद देशले कहिल्यै बोकेको थिएन। यति धेरै व्यापारघाटा र पाँच वर्षमा यति ठूलो सार्वजनिक ऋण इतिहासले बोकेको थिएन। छ्याली सालअघिसम्मको ऋण ३० अर्ब, त्यसमा कति राजमार्ग र उद्योगधन्दा अनि रोजगारी थियो।

अहिले ३० खर्बको ऋणमा सबै युवाशक्ति वेरोजगार हुँदै खाडी पलायन छन्। पश्चिम एसियाको अहिलेको ताण्डव नृत्यमा २० लाखभन्दा बढी नेपालीको रोजगारीमा असर पर्दैछ। पेट्रोलियम पदार्थको समस्या त आम विश्वकै भएको छ। मध्यपूर्वमा गएका सबै नेपाली एकैपल्ट फर्किने भए भने कुन चार्टरले यहाँ ल्याउने र तिनलाई के काम दिने ? कुनै सपना देखेको छैन लोभतन्त्रले। यो तन्त्रले आफू र आफन्तलाई रोजगार बनायो, बाँकी सबैलाई कतै खेद्यो, विदेशमा धेरै खेद्यो।

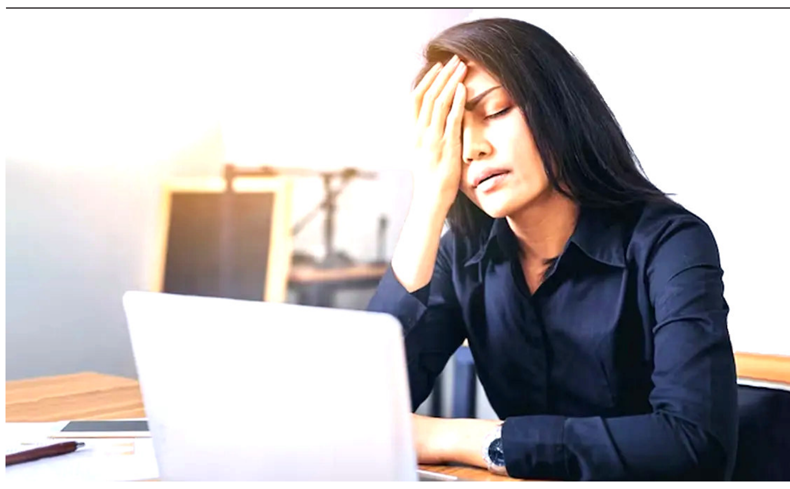
चीन हामीभन्दा गरीब थियो, भोकमरीमा थियो। भारत हामीसँगै स्वतन्त्र भएको हो। दुबै देशले गरेको प्रगति कस्तो छ अहिले ? युरोप, अमेरिकामा यिनले खाद्यान्न समेत निकासी गर्छन्, यत्रा जनसंख्यालाई खुवाएर। पूर्वाधारमा हेरौं, भारतको कोलकातामा धेरै सवारी आवागमन हुन्छ। हाउडाको पुल जसमा पिलर छैन, बनेको पनि ८३ वर्ष भयो, चलिरहेको छ अहिलेसम्म, कसरी ? हाम्रा पुलहरु बनाउनासाथ भत्कन्छन्, किन ? राजमार्गहरुले कति मान्छे खाए, हाम्रो लोभतन्त्रलाई ज्यानमारा किन नभन्ने ? कति मरेका छन्, सधैं प्राकृतिक प्रकोप र मानव दुर्घटनाहरुबाट। चन्द्र शमशेरलाई गाली गरियो तर काठमाडौंमा अनाज र लत्ताकपडा आपूर्ति गर्न, भोक टार्न अमलेखगन्ज-हेटौंडा हुँदै मातातीर्थसम्म र टेकु भन्सारमा वस्तु आपूर्ति गराउने रोप वे उनैले स्थापना गरेका हुन्। त्यसको अन्त्य यही लोभतन्त्रले गरेको हो।

यति मात्रै होइन, गोरखकाली रबर उद्योग, भृकुटी कागज कारखाना, बाँसबारी छालाजुत्ता लगायतका सयूयौं उद्योगधन्दाहरुको गला रेट्ने काम कसले गरेको ? हाम्रो लोभतन्त्रले नै त हो। उद्यमी, व्यापारीहरुलाई उद्योग व्यापार गर्न नदिई राजनीतिको झोला बोकाएर निजी क्षेत्रको मनोबल गिराउने काम हाम्रै भगौडाहरुले गरेका हुन्। जतिबेला देश संकटमा थियो, तुइन चढेर यी भाग्दै रहे। सिंहदरबार समेत बचेन, जल्यो, ढल्यो, घुम्टो ओढेर शिर निहुराई बसेको छ, इतिहासकै निर्लज्ज भएर। पुराना राणाहरुले बनाए, नयाँ राणाहरुले सिध्याए। सामाजिक सेवा दिवस भन्दै बिजुलीका पोल-पोलमा आफ्ना फोटाहरु झुन्ड्याउने काम गरेर देशमा वेरोजगारहरुको अखडा बनाउने अनि प्रदूषणमा अब्बल गराउने काम यिनैले गरे।

कूटनीतिक असन्तुलन त गरे नै, पञ्चशीलको असंलग्न परराष्ट्र नीतिको बर्खिलाप हुने गरी कसैलाई भित्र्याए, कसैलाई चिढ्याए। मानो रोपेर मुरी फलाइने कृषि उपजको गला मात्रै रेटेनन्, विदेशीको कोटामा अन्नलाई राखे र बिजुली निर्यात भन्दै अधिक आयात गर्दै रहे। संसारकै धनी पानीको देशमा संसारकै महँगो बिजुली बेचाए र ट्रंक डेडिकेटेड लाइन भन्दै ठूला व्यापारीहरुसँग राज्यले महसुल नै उठाएन। बालुवाटारबाटै वकालत र फैसला भयो। एनसेल, भुटानी शरणार्थी, टीकापुर जग्गा, बालुवाटार, ललित निवास, सेरा दरबार, गोकर्ण रिसोर्ट, राजाहरुका दरबार आदि जग्गामा के-के गरे-गरे ? हिसाबै भएन।

सबैभन्दा कमजोर सार्वजनिक प्रशासनयन्त्र रह्यो। सुशासनको सुगा रटाइ, भ्रष्ट शासन, भ्रष्टाचार अख्तियारमा मुद्दा नजाने कोही भएन। एयरपोर्ट काण्ड, सुनको थैला हराउने, कर्मचारीमा हात हालाहाल, नैतिकता र इमानदारिताको अभाव यी सबै बाहिर आएका विषय हुन्। निर्मलाहरुले कञ्चनपुरमा मात्रै होइन, हजारौं किशोरीहरुले न्याय पाएनन्। बलात्कारीको देश भनेर चिनियो। हत्या, हिंसा, उपद्रव, अमानवीय घटनाले सीमा नाघ्यो। गृह प्रशासन सबैभन्दा कमजोर रह्यो। खानेपानी समेत आपूर्ति राम्ररी भएन। अस्पताल सेवा पाइएन। बिमितहरुले दुःख पाए। राष्ट्रिय परिचयपत्र भन्दै हरेक क्षेत्रमा यसलाई अनिवार्य गराइयो।

परिचयपत्र बनाउन महिनौं सास्ती खेप्नुपर्‍यो। सकी नसकी अधिकांशले यस्तो कागजको खोस्टा बनाए, अब सरलीकरण भन्दै सरकार उफ्रँदै छ। लास बनुन्जेल कराउँदा कसैले सुनेन, अब यसमा भीड छैन, अब कुनै कागज नचाहिने भनेर के हुन्छ, हो यही नै हो लोकतन्त्रले बाटो बिराएको हामीले कराएको, भोकपछिको भोजन र मृत्यपछिको औषधिको के काम हुन्छ ? जति बेला अति दुःख दिइयो, क्वाँ-क्वाँ रुँदै लाइन बसेर यी काम भए, अन्ततः ६८ वर्ष उमेरका वृद्धहरुको खाइपाइ आएको भत्ता पनि खोसियो। पछिलो समय बिमाको रकम तिरिसकेको औषधि पाइएन अस्पतालहरुबाट। रेफरका केसहरु अझै जीवित छन्, जसले बिरामीहरुलाई भारी समस्या गराई नै रहेको छ। यी विभिन्न परिवेश र सास्तीहरु ओकल्न हजारौं आलेखहरु आवश्यक पर्न सक्छन्। सुन्नेलाई एउटै काफी हुन्छ। अब आएकाले सपनाका खोस्टा बाँड्ने होइन, विपना नै देखाउन सक्नुपर्‍यो। न्यूज अफ नेपाल



बारम्बार **थकान** महशुस किन हुन्छ ?

के तपाईंलाई बारम्बार थकान महशुस भइरहेको छ। यदि त्यस्तो भएको छ भने त्यो सामान्य कुरा होइन, यसका पछाडि विभिन्न शारीरिक वा मानसिक कारण हुन सक्छन्।

डाक्टर सन्देश शर्माका अनुसार तपाईंको जीवनशैली, पोषण वा स्वास्थ्यमा केही समस्या भएमा तपाईंलाई पटक-पटक थकानको महशुस भइरहेको हुन्छ भने त्यस्तो बेला बेवास्ता गर्नुहुँदैन। यो हेपाटाइटिस बी को शुरुआत पनि हुन सक्छ। यस रोगका लक्षण चिन्न त्यति सजिलो हुँदैन।

डा. शर्माका अनुसार थकान महशुस हुनुका अन्य कारणहरु यस्ता छन्।

पर्याप्त निद्रा नहुनु
दैनिक आठ घण्टा निन्द्रा नपुग्दा शरीर ऊर्जावान बन्न सक्दैन, राति ढिलो सुत्ने वा बारम्बार उठ्ने बानीले थकान बढाउँछ।

पोषणको कमी
शरीरमा आइरन, भिटामिनको कमी तथा विशेष गरी एनिमिया हुँदा कमजोरी र थकान हुन्छ।

मानसिक तनाव र चिन्ता
लगातार तनावले शरीर र दिमाग दुबै थाक्छ, चिन्ता वा डिप्रेसनले पनि ऊर्जा घटाउँछ।

शारीरिक गतिविधि कम हुनु
धेरै समय बसिरहने तथा नियमित व्यायाम नगर्दा शरीर सुस्त हुन्छ।

स्वास्थ्य समस्याहरू
थाइराइड, मधुमेह, मुटु रोग वा अन्य दीर्घरोगले शरीरको ऊर्जा उत्पादन घटाउँछन्।

क्याफिन र जङ्क फुड बढी सेवन
धेरै चिया कफीले केही समय ऊर्जा दिन्छ, तर पछि थकान बढाउँछ साथै असन्तुलित खानपानले पनि शरीर कमजोर बनाउँछ।

थकान हटाउने मुख्य उपायहरू

पर्याप्त पानी पिउने
डिहाइड्रेशनले थकान गराउँछ, त्यसैले प्रशस्त पानी वा तरल पदार्थ पिउनुहोस्।

स्वस्थ र सन्तुलित खाना
पोषिलो खानाले शरीरमा ऊर्जा दिन्छ, जब कि धेरै खानाले आलस्य बनाउन सक्छ।

नियमित व्यायाम
हल्का व्यायाम वा योगले शरीरमा अक्सिजन र सकारात्मक ऊर्जा बढाउँछ।

पर्याप्त निद्रा
राति सात-आठ घण्टाको नियमित निद्राले शरीरलाई पुनरुत्थान गर्छ। दिउँसो थकान लागेमा छोटो आराम लिन सकिन्छ।

ताजा हावा र उज्यालो
कोठाको झ्याल-ढोका खुला राखेर ताजा हावा र प्रकाश आउने वातावरण बनाउनुहोस्।

अदुवा-मरिच पानी वा चिया
अपचले पनि थकान निम्त्याउँछ, जसका लागि अदुवा-मरिच पानी उपयुक्त हुन्छ।

कुर्सीमा सिधा बस्ने
काम गर्दा सिधा बस्नाले मेरुदण्ड र शरीरलाई आराम मिल्छ।

ज्यो. पं. खेमप्रसाद पौडेल
फोन सम्पर्क नं. : ९८५११५४६९९

मेष (चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ)
समय सापेक्षित छ, जुनसुकै काम गरे पनि सिद्ध भएर जाने योग छ, नयाँ काममा साथीभाइले पूर्ण सहयोग गर्नेछन्, मन प्रशन्न रहला।

बृष (इ, उ, ए, ओ, बा, बि, बु, बे, बो)
स्वास्थ्य प्रतिकुल बन्नेछ, मन शान्त रहने छ, छोटो दूरीको रमाइलो यात्रा हुने सम्भावना रहेको छ, खानपानमा विशेष ध्यान दिनुहोला।

मिथुन (का, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, ह)
अधुरा रहेका कामहरू सिद्ध हुने दिन आएको छ, उच्च अधिकारीबाट साथ, सहयोग र हौशला मिल्नाले मन हर्षित हुनेछ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो)
उत्तरार्द्धपछि काम बन्ने योग छ, दिगो फाइदा हुने काम प्रारम्भ गर्ने समय रहेको छ, आफ्नो लाभांशप्रति अरूले दाबी गर्न सक्छन्।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे)
तपाईको आजको दिन मध्यम रहेको छ, बोलिको भरमा विशेष काम बन्ने योग छ, बोल्दा विचार पुर्‍याउनुहोला, स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्या देखिन सक्छ, अलिक सतर्क रहनुहोला।

कन्या (टो, प, पि, पु, ष, ण, ठ, पे, पो)
पराक्रम बढ्ने योग छ, दिगो फाइदा हुने कामहरूको शुरूवात हुनेछ, आयआर्जनको स्रोत बढ्नेछ, माया-प्रेमको डोरो कसीलो हुनेछ।

तुला (र, रि, रू, रे, रो, ता, ति, तु, ते)
समय सामान्य रहेको छ, खर्च घटेर जानेछ, सानै भए पनि काम सफलता हुँदा मन खुशी रहला, पेट सम्बन्धी समस्या हुने देखिएको छ, खानपानमा विशेष ध्यान दिनुहोला।

बृश्चिक (तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, यि, यु)
समय फलदायी रहेको छ, उपहार प्राप्तिको योग छ, छोटो दुरीको रोमान्टिक यात्रा हुनाले मन खुशी रहने छ।

धनु (ये, यो, भ, भि, भु, ध, फा, ढ, भे)
तपाईको मन शान्त र खुशी रहने छ, विशेष व्यक्तिसँग फाइदाजनक भेटघाट हुनेछ, शुभ कार्यको थालीन हुने योग छ।

मकर (भो, ज, जि, खि, खु, खे, खो, गा, गि)
रचनात्मक काम शुरू गर्ने समय आएको छ, पहिले गरिएको कामको हौशलाले थप उर्जा मिल्नेछ, राम्रो साथ दिने समय रहेको छ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सि, सु, से, सो, द)
आफ्नासँग रमाइलो जमघट हुने योग छ, आज नयाँ अवसरका बाटो खुल्नेछन्, धैर्यका साथ काममा अघि बढ्नुहोला।

मीन (दि, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, च, चि)
समय अनुकूल देखिन्छ, मिष्ठान्न भोजन मिल्नेछ, छोटो दुरीको यात्रा हुनेछ, विपरीत लिङ्गीको सहयोग प्राप्त हुनेछ।

मिति २०८२/१२/१७ मंगलबारको
सुनचाँदी मूल्य
छापावाला
सुन प्रति तोला
रु. २९०,२००।-
चाँदी
प्रति तोला
रु. ४,८४५।-

प्रेसर हर्न नियन्त्रणमा झापा ट्राफिक प्रहरी सक्रिय

बिर्तामोड, चैत १७। सवारीसाधनमा जडित प्रेसर हर्न हटाउने अभियानलाई तीव्रता दिँदै जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाले जिल्लाभर कारवाही र जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गरेको छ ।

अभियान अन्तर्गत जिल्लाका विभिन्न स्थानबाट ७३ वटा प्रेसर हर्न हटाइएको ट्राफिक प्रहरीले जनाएको छ । त्यस्तै ट्राफिक नियम उल्लंघन गर्ने ११ वटा सवारीसाधनलाई कानून अनुसार कारवाही गरिएको जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाका प्रहरी निरीक्षक सन्तोष राईले जानकारी दिए ।

प्रहरीका अनुसार प्रेसर हर्नबाट निस्कने अत्यधिक ठूलो आवाजले ध्वनि प्रदूषण बढाउने मात्र होइन, आम नागरिकको स्वास्थ्यमा समेत नकारात्मक असर पुऱ्याउने गर्दछ । यसलाई मध्यनजर गर्दै ट्राफिक प्रहरीले सवारी चालक तथा सर्वसाधारणलाई सचेत गराउने उद्देश्यले जनचेतनामूलक कार्यक्रम समेत सञ्चालन गरेको जनाएको छ । ट्राफिक प्रहरीले आगामी दिनमा पनि यस्ता अभियानलाई निरन्तरता दिने बताएको छ ।

प्रहरीका अनुसार प्रेसर हर्नबाट निस्कने कडा ध्वनिले केवल सडक अनुशासन भंग मात्र गर्दैन, यसले ध्वनि प्रदूषण बढाएर सर्वसाधारणको स्वास्थ्यमा समेत गम्भीर असर पुऱ्याउँछ । ट्राफिक प्रहरी निरीक्षक राईले भने- 'नियम उल्लंघन गर्ने, विशेषगरी प्रेसर हर्न जडान गर्ने र अनावश्यक ध्वनि प्रदूषण फैलाउने सवारी माथि अब निरन्तर र थप कडाइका साथ निगरानी र कारबाही गरिने छ ।' दुर्घटना न्यूनीकरणका लागि जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाले विभिन्न अभियानहरु सञ्चालन गरिरहेको छ ।

जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय झापाले सवारी नियम उल्लंघन गर्नेहरुलाई धमाधम कारवाही अभियान सञ्चालन गरेको प्रहरी निरीक्षक राईले जानकारी दिए । उनका अनुसार मादकपदार्थ सेवन गरी सवारी चलाउनेहरुलाई मापसे जाँच अन्तर्गत कारवाही अगाडि बढाइएको छ भने लागू पदार्थ सेवन गरेर सवारी सञ्चालन गर्नेहरु बिरुद्ध लापसे जाँच अगाडि बढाइएको छ । दुर्घटना न्यूनीकरणका लागि चालकका साथै यात्रु समेत सजग बन्नुपर्ने उनको भनाइ छ ।

झापामा दुर्घटना न्यूनीकरणका लागि जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालयले समय-समयमा चेक-जाँचलाई तीव्रता दिनुका साथै ग्रामिण क्षेत्रका सडकहरुमा समेत निगरानी बढाइएको छ । पूर्व-पश्चिम राजमार्ग अन्तर्गत निर्माणाधीन एसीयन हाइवे निर्माणाधीन अवस्थामा रहेकाले कतिपय स्थानमा सडकको दुरावस्थाका कारण दुर्घटनाको जोखिम रहेकाले त्यसतर्फ समेत सवारी चालक सजग बन्नुपर्ने तर्फ आफूहरुले सचेत गराएको प्रहरी निरीक्षक राईले जानकारी दिए ।

ढाका कपडा बुनाइ : सुनसरीको धरान उपमहानगरपालिका–३ स्थित चौबिसे ढाका स्टोरमा सञ्चालित ढाका कपडा बुनाइ तालिममा सहभागीहरु । स्टोरले ढाका कपडा बुनाइको तालिम सञ्चालन गर्नुका साथै ढाकाका विभिन्न कपडा, बुनाइ मेसिन तथा सामग्री समेत बिक्री गर्दै आएको छ । **तस्वीर : रासस**

'हाम्रो अर्जुनधारा' पाठ्यक्रमको प्रवोधिकरण तथा सुझाव संकलन

☐ **रन्जित परियार**

बुट्टाबारी, चैत १७। शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखा अर्जुनधारा नगरपालिकाको आयोजनामा स्थानीय पाठ्यक्रमको प्रवोधिकरण तथा सुझाव सकलन कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ ।

स्थानीय बिषय 'हाम्रो अर्जुनधारा' नयाँ पाठ्यक्रम बारे सरोकारवालाहरुलाई कक्षा १ देखि ८ मध्ये कक्षा ६ र ८ को पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक प्रकाशन गरी विद्यार्थी शिक्षकहरुको हातमा शैक्षिकसत्र २०८२ मा पुगिसकेको उक्त अवधिमा भएको समस्याप्रति सहजीकरण गर्दै त्यसमा सुधार गर्नुपर्ने विषयमा छलफल भएको बताइएको छ ।

त्यस्तै कक्षा १ देखि ५ को पाठ्यक्रम तयारी भई सोही अनुसार अध्यापन गराइरहेकाले पाठ्यपुस्तक प्रकाशन गर्न अघि सरोकारवाला निजी तथा सामुदायिक विद्यालयका शिक्षक र पाठ्यक्रम विज्ञबीच छलफल तथा सुझाव संकलन गरिएको शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखा अर्जुनधाराका प्रमुख हरिबहादुर कुँवरले बताए ।

नगरभित्र रहेको शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, साहित्य, मठमन्दिर, वन र खोलानालाको विषयमा सहजै ज्ञान दिन तयारी गरिएको स्थानीय विषय 'हाम्रो अर्जुनधारा' पुस्तक अध्ययनले आफ्नो स्थानीय क्षेत्रका बारेमा विद्यार्थीलाई जानकारी होस् भन्ने उद्देश्यले पाठ्यक्रम तयार गरिएको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अनोजकुमार घिमिरेले बताए ।

पुस्तकमा एकाइ र विषय क्षेत्र, पाठ्यवस्तु, सिकाइ उपलब्धि, विस्तृतिकरण, सिकाइ सहजीकरण सँगै सात खण्डमा विभाजन गरिएको छ । जसमा हाम्रो अर्जुनधारा, हाम्रो वातावरण, हाम्रो भाषा धर्म संस्कृती, हामीले गर्ने कार्य, हाम्रो समस्या, उपयोगी सिपहरु र हाम्रो स्थानीय सरकार रहेको पाठ्यक्रम लेखन तथा सम्पादन समूहका विज्ञ सूर्यप्रसाद सापकोटाले सहजीकरण गरेका थिए ।

कार्यक्रममा भानु माविका शिक्षक देवीप्रसाद गौतम, कालिस्थान माविका शिक्षक पुण्य बराल र होलिबेसी अंग्रेजी स्कूलका संस्थापक जमुना खड्का भण्डारीले स्थानीय विषय 'हाम्रो अर्जुनधारा' पुस्तक बारे अध्ययन गराउन प्रबोधिकरण एवम् सुझाव छलफल कार्यक्रम राखिएकोमा शिक्षा शाखा अन्तर्गत स्थानीय पाठ्यक्रम विकास समिति एवम् सम्पादन समूहलाई धन्यवाद दिए ।

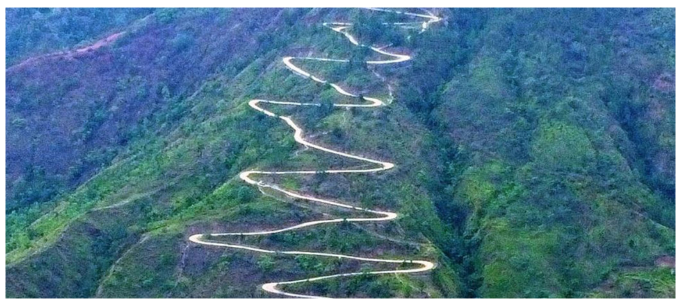
स्थानीय पाठ्यक्रम विकास समितिका अध्यक्ष बद्रीप्रसाद ओलीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा स्वागत तथा कार्यक्रमको औचित्यबारे शिक्षा शाखा प्रमुख हरिबहादुर कुँवरले गरेका थिए ।

भोजपुर-बेहेर नागबेली सडकको दृश्यले पर्यटकलाई आकर्षित गर्दै

भोजपुर, चैत १७। भोजपुर सदरमुकामबाट कोटडाँडा हुँदै पिखुवा खोला किनारको बेहेरे दोभानसम्म झर्ने नागबेली आकारको सडक यतिबेला आन्तरिक पर्यटकको रोजाइमा पर्दै गएको छ ।

हरियालीले ढाकिएको पहाडको काखैभरि सर्प बाङ्गोटिङ्गो रूपमा तल झर्दै गएको यो सडकको दृश्यले जो कोहीलाई पनि सहजै आकर्षित गर्ने गर्दछ ।

भोजपुर नगरपालिका-१२ मा पर्ने यो सडक करिब १३ किलोमिटर लामो रहेको छ । उकालो-ओरालोमा दर्जनौं घुम्ती पार गर्दै निर्माण गरिएको यो मार्गले दुर्गम बस्तीलाई सदरमुकामसँग जोड्नुका साथै यहाँको जनजीवनमा ठूलो परिवर्तन ल्याएको स्थानीय बताउँछन् ।



पहिले घण्टौं पैदल हिँड्नुपर्ने ठाउँमा अहिले सवारीसाधन पुग्न थालेपछि स्थानीयबासीको दैनिकी सहज बनेको छ । यो सडक भोजपुरलाई दक्षिणी क्षेत्रसँग जोडेको छ । यस सडकको सबैभन्दा विशेषता भनेकै यसको नागबेली आकृति हो । माथिबाट हेर्दा लामो सर्प जस्तै घुमाउरो देखिने यो सडक दृश्यले फोटोग्राफी तथा भिडियो खिच्न रुचाउनेका लागि आकर्षणको केन्द्र बनेको छ । पछिल्लो समय सामाजिक सञ्जालमा यस्ता तस्बिर तथा भिडियो व्यापक रूपमा साझा हुन थालेपछि यहाँ घुम्न आउने आन्तरिक पर्यटकको संख्या समेत बढेको स्थानीयको भनाइ छ ।

प्राकृतिक सौन्दर्यले भरिपूर्ण यस क्षेत्र वरिपरि फैलिएको हरियाली वन, डाँडाकाँडा र तल बगिरहेको पिखुवा खोलाको मनोरम दृश्यले यात्रालाई अझ रमणीय बनाउने गर्दछ । बिहानको कुहिरो र साँझपखको सुनौलो घामले सडकलाई झन आकर्षक बनाउने भएकाले यहाँ पुग्ने पर्यटकले समय मिलाएर दृश्यावलोकन गर्ने गरेका छन् ।

स्थानीयका अनुसार यो सडकले कृषि उत्पादन बजारसम्म पुऱ्याउन सहजता ल्याएको छ । आलु, मकै, अदुवा, फलफूल लगायत कृषिउपज ढुवानीमा सहज भएपछि किसानलाई प्रत्यक्ष लाभ पुगेको छ । सडक सञ्चालनमा आएपछि यहाँको व्यापार-व्यवसाय पनि विस्तार हुन थालेको छ ।

सडक छेउमा विश्रामस्थल, दृश्यावलोकन स्थल (भ्यू प्वाइन्ट) निर्माण, सूचना बोर्ड जडान गरिएमा यात्रु तथा पर्यटकलाई सहजता हुने स्थानीयको भनाइ छ । आवश्यक पूर्वाधार विकास र प्रभावकारी प्रचार गर्न सकिएमा भोजपुर-बेहेरे सडक केवल यातायात मार्गमा सीमित नरही प्राकृतिक सौन्दर्य अवलोकनका लागि देशकै एक आकर्षक गन्तव्यका रूपमा स्थापित हुनसक्ने स्थानीय जानकारहरुले बताउने गरेका छन् ।

सिलिङ्ग सम्बन्धीको सम्पूर्ण काम गर्नुपरेमा हामीलाई सम्झनुहोस्
यहाँ गुणस्तरीय सामानको प्रयोग गरी जिप्सन, फल्ससिलिङ, २x२ जिप्सन तथा २x२ सिमेन्ट बोर्ड सिलिङ्ग साथै पीभीसी सिलिङ्ग र सिमेन्ट बोर्ड पाटेसन सम्बन्धी सम्पूर्ण काम दक्ष प्राविधिकबाट गरिनुका साथै सिलिङ्ग सम्बन्धी सम्पूर्ण सामान होलसेल तथा खुद्रा मूल्यमा उपलब्ध छ । आजै सम्पर्क गर्नुहोस् मौकाको फाइदा लिनुहोस् ।
बिर्तामोड : झापा फल्स सिलिङ्ग हाउस ९८१७९९७२१२, ९८२५९१४४३०
उर्लाबारी : उर्लाबारी इन्टेरियर डेकोर फोन नं. : ९८११३४८२४३

कलर दोकानको रंगिन बहार
यहाँ इन्डीगो र के.एन.पी. ब्रान्डका सम्पूर्ण कलरहरु विगत १४ वर्षदेखि बिक्री गरी ग्राहकहरुलाई सेवा दिइरहेका छौं । साथै दक्ष पेन्टरद्वारा आफूले चाहे जस्तै कलरमा घरलाई आकर्षक बनाउन हामीलाई सम्झनुहोस् ।
कलर दोकान
बिर्तामोड नगरपालिका–४, भद्रपुररोड ने.वि.प्रा. गेट पूर्व
फोन नं. : ९८५२६७२२२०

उक्त सबै रोगहरूको तत्काल उपचार
तारा होमियो फार्मेसीमा सम्पूर्ण होमियोप्याथिक औषधि उपलब्ध हुनुका साथै डाक्टरको सेवा पनि उपलब्ध छ ।
पेटका रोगहरु: ग्यास्ट्रिक, पेट दुख्ने, पोल्ने, खाना नपच्ने, अरुचि, पाइल्स, फिस्टुला फिस्सर, मलद्वारमा मासु पलाउने, कब्जियत, जण्डीस
- लिभरका रोगहरु
- महिलाको महिनावारी गडबडी, सानो पेट दुख्ने, पोल्ने, सुन्निने, सेतोपानी जाने, ढाड दुख्ने, स्थनका गाठागुठी आदि ।
- अनुहारको चायाँ पोतो, डण्डिफोर, मुसा, खिल, अैजेरु, दम, खोकी, बाथ, मृगौलाको पत्थरी, टाउको दुख्ने, निद्रा नलाग्ने, रुघा लागिरहने, एलर्जी, नाक बन्द हुने, नाकमा मासु पलाउने, पिनास, जोर्नी दुख्ने, युरिक एसीड, थाइराइडको समस्या, स्त्री तथा पुरुषका विभिन्न गुप्तरोगहरु, सुगर, ब्लड प्रेसर, कपाल झर्ने, मोटोपन घटाउने आदि ।
तारा होमियो फार्मेसी
बिर्तामोड, झापा
फोन नं.:- ०२३-५३१२९८, ९८५२६७२३१६

वैदेशिक रोजगार
के तपाई विदेश जान चाहनुहुन्छ ? यदि सस्तो, भरपर्दो र विश्वासिलो मेनपावरको खोजीमा हुनुहुन्छ भने ब्रदर्श इन्टरनेशनल इम्प्लोइमेन्ट प्रालिलाई सम्झनुहोस् । हामी दुबई, कतार, कुवेत, मलेशिया, साउदी अरबमा डाइरेक्ट कम्पनीमा कामदारहरु पठाउने व्यवस्था गरिएको छ ।
सम्पर्क: ९८०१४०१३००, ९८०१४२७३०१, ९८०१४२७३०३
बिर्तामोड, झापा

हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्
सेक्युरिटीमा जागिर खानु परे वा सेक्युरिटी चाहिएमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । हामी तपाईहरुको आवश्यकता पूरा गर्नेछौं ।
नोट: सिबिल वा रिटायर जुनै भए पनि हुनेछ ।
सेभेन स्टार सेक्युरिटी सर्भिस प्रा. लि.
SEVEN STAR SECURITY SERVICE PVT. LTD.
फोन : ०२३-५९१०९५,
मो. ९८०१४१६८४०, ९८०१४१६८४१
मो. ९८०१४१६८४२, ९८०१४१६८४३

वैदेशिक रोजगार
यहाँबाट दुबई, कतार, कुवेत, मलेशिया, साउदी अरब लगायतका देशहरुमा भरपर्दो राम्रो कम्पनीमा कामदारहरु पठाउने व्यवस्था गरिएको छ । सम्पर्क गर्नुहोला ।
HK EMPLOYMENT SERVICES PRIVATE LIMITED
सम्पर्क: ९८४२६३४८७४, ९८१६०४९८७६, ०२३-५३५९७३
बिर्तामोड, झापा

वैदेशिक रोजगार
के तपाई विदेश जान चाहनुहुन्छ ? यदि भरपर्दो र विश्वासिलो मेनपावरको खोजीमा हुनुहुन्छ भने खगोल ओभरसिजलाई सम्झनुहोस् । यहाँबाट विभिन्न देशहरु दुबई, कतार, कुवेत, मलेशिया, साउदी अरबमा डाइरेक्ट कम्पनीमा नेपाली कामदारहरु पठाउने व्यवस्था गरिएको छ ।
सम्पर्क: ९८०१४०१३००, ९८०१४२७३०१, ९८०१४२७३०३
बिर्तामोड, झापा

वैदेशिक रोजगार
अब वैदेशिक रोजगारीका लागि भरपर्दो मेनपावर बिर्तामोडमा
हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । बिना झन्झट राम्रो तलब (सेलरी)मा तपाईलाई वैदेशिक रोजगारमा हामी पठाउँछौं ।
सम्पर्क :
GLOBAL RECRUIT EXPERTS
Branch Office: Birtamode, Jhapa
Near Aduwa Khola Behind Binayak hotel
Birtamode, jhapa, Nepal
Phone No. :
023-590528, 9702959640, 9702959641, 9702959642, 9702959643, 9806004031
email: globalrecruitexperts9@gmail.com

UNited International Group
UAE मा रोजगारीको अवसर
७ दिनमा भिषा आउने
कम्पनी: युनाइटेड इन्टरनेशन ग्रुप LT No . 309924
पद : मेसन, कार्पेन्टर, स्टील फिक्चर, हेल्पर
ASIA LINK SERVICES (P) LTD .
BRANCH OFFICE : BIRTAMOD, JHAPA
Tel: 023-535072 / 531287
Mob: 9852674809 / 9863714421
9807963795 / 9816015488
email:
asialinkjhapa@gmail.com
phagdhakgroup@gmail.com

SUNMAI SPRING
'थोपा-थोपामा जीवन छ'
HACCP ISO 9001:2015 CERTIFIED COMPANY स्वदेशी
स्वास्थ्य जीवनका लागि सुनमाई पानी पिउने बानी बसालौं ।
SUNMAI SPRING
Phone: 530335, 530234
Mob. No. 9801440344

कार्की ट्याक्सी सर्भिस
दमक-बिर्तामोड-दानाबारी-जितपुर-मंगलबारे दैनिक सेवा रिजर्भको लागि पनि हामीलाई सम्झनुहोस्
छुट्ने समय
दमकबाट : बिहान ६ बजे
बिर्तामोडबाट : बिहान ७ बजे
मंगलबारेबाट : दिउसो १२ बजे
सम्पर्क (चालक)
सन्तोष ९८०६०१८१७४ ९८४०३८७६७५
जीवन कार्की ९८१७९४०१७३
मे १ ज १६७०

ताप्लेजुङ -पाथीभरा सफल यात्रा
बिर्तामोडबाट फिदिम, ताप्लेजुङ हुँदै पाथीभरा मन्दिरसम्म साथै थेचम्बु, मेमेङसम्मको सफल यात्राका लागि हामीलाई सम्झनुहोस् ।
ताप्लेजुङ पाथीभरा काउन्टर
मो. : ९८०३२५०४७२, ९८०१३६४०९३

सेफ्टी ट्यांकी सफा गर्नु परेमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोला ।
झापा सेफ्टी ट्यांकी तथा ढल सफाई
बिर्तामोड सम्पर्क राजुकुमार श्रेष्ठ ९८५२६४६००५, ९८०६०१०४१० ९८४२६३४६२, ०२३-५४६००५
दमक सम्पर्क: देवी सिटौला ९८२४९७९१८५, ९८४२७६०२६५, ९८४२३३२४३०
झापामै सबैभन्दा ठूलो भ्याकुम सिस्टमको ट्यांकीबाट सफाई गरिन्छ ।

Ganapati Bakers
Finest Bakery in town
गणपति बेकरीका परिकारहरुका लागि हामीलाई सम्झनुहोस् ।
सम्पर्क नम्बर :
बिर्तामोड : ९८१०९४४५७७
काँकरभिट्टा : ९८२०५४४५७७
भद्रपुर : ९८२०१४४५७७

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 : ९८६६२४२४६६
Whatsp: ९८४२६५४४००/९८०४९५४४००
अर्जुनधारा नपा- ४, झापा

घर ढलान गर्नुछ ?
तपाईको सेवामा सधैं चन्द्र सूर्य आर.एम.सी.
झापा तथा इलाम जिल्लामा घर ढलान, बाटो, पुल-पुलेसाका तथा भौतिक संरचनामा उच्च गुणस्तर कंक्रिट ढलानका लागि आधुनिक रुपमा अनुभवी कामदारबाट काम गर्नुपरेमा सधैंसम्झनुहोस् ।
सेवामा २४सैं घण्टा उपलब्ध छौं ।
सम्पर्क : ९८०२३१३२९०, ९८२४०५७७०७, ९८०२३१३२९३

सेफ्टी ट्यांकी चाहिएमा
अब झापामा सेफ्टी ट्यांकी सफा गर्नु परेमा राम्रो सेफ्टी ट्यांकीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । सस्तो, भरपर्दो, छिटो र छरितो सेवा उपलब्ध छ ।
सम्पर्क: शिवसताक्षी, कन्काई, बिर्तामोड, धुलाबारी, अर्जुनधारा, बुधबारे
देवराज गिरी
९८१३६७६६२२/९८४२०७०५८६/९७०६१९६४०६

शुद्ध दूधको स्वस्थ उत्पादन
कोसेली
"सुखद् उत्सव होस वा पारिवारिक समारोहमा कोसेली सधैं तपाईहरुको साथमा'
दूध तथा दूधबाट बनेका सम्पूर्ण उत्पादनहरु बिर्तामोड एरियामा होम डेलिभरीसहित उपलब्ध छ । साथै क्याटरिङ्ग तथा पार्टी भोजका लागि चाहिने सम्पूर्ण दूध परिकार र मिनी रसवरी पनि उपलब्ध छ ।
कालिका डेरी,
कृषिथोक पूर्वगेट बिर्तामोड,
फोन नं.: ०२३-५३४१२९
९८५२६४४१२९, ९८०२३१३२७२

आयुर्वेद उपचार
यहाँ पाइल्स, फिस्टुला, फिसरको विशेषज्ञ डाक्टरद्वारा सफल उपचार गरिन्छ । साथै शरीरका सम्पूर्ण रोगहरुको पनि उपचार गरिन्छ ।
सुश्रुत आयुर्वेद अस्पताल प्रा.लि.
काँकरभिट्टा रोड, बोलबम पेट्रोलपम्पसँगै काली मन्दिर छेउ, बिर्तामोड
सम्पर्क: ९८१८७९३९८६, ९८५२६८८९८६

अब बिर्तामोडमा
डा. पितामबर ठाकुर
MBBS, MD(TU)
NMC NO. 1914
मेची अञ्चल अस्पतालका Ex-Superintendent वरिष्ठ फिजिसियन
के तपाईलाई तलका मध्ये कुनै समस्या छ ?
डाक्टर आउने समय : बिहान ११:०० बजेदेखि ५:०० बजेसम्म
(+977) 9817964771
(+977) 023-590008
THAKUR POLYCLINIC
Birtamode-1, Jhapa, Nepal
Opposite of Paschim Bus Stand

होटल समृद्धि सुरुङ्गा
एसी हल, एसी रुम, बर्थ डे हल, शान्त वातावरणमा खाना/बस्नसहितको विशेष सुविधा अब होटल समृद्धि सुरुङ्गामा ।
होटल समृद्धी
हरिकुल बोर्डिङ्ग छेउ, हाइवे उत्तर कनकाई नपा, सुरुङ्गा, झापा
सम्पर्क : ९८२२१९५२७३, ९८५२६७१४२२

DRISHTI Eye Care System
TRUSTED BY MORE THAN 1.1 MILLION+ PATIENTS
प्रत्येक दिन आँखाको शल्यक्रिया
१) मोतियाविन्दुको शल्यक्रिया
२) जलविन्दुको शल्यक्रिया
३) आँखाको पर्दा (रेटिना)को शल्यक्रिया
४) आँखाको डेढोपन (छड्के आँखा)को शल्यक्रिया
५) आँखाको नानी प्रत्यारोपण (शल्यक्रिया)
Visit our Website www.drishtieye.org
सबैका लागि दृष्टि सधैंका लागि दृष्टि

आरोग्य मल्टि-स्पेसियलिटी डेन्टल क्लिनिक
१५ वर्षको अनुभवसँग तपाईंको सेवामा :
हामीले प्रदान गर्ने सेवाहरु :
- दाँतका सम्पूर्ण समस्याको समाधान
- आर्थोडन्टिक उपचार (braces)
- दाँत सफा गर्ने (Scaling)
- ब्रिज, क्राउन र इम्प्लान्ट (implant)
- बालबालिका दाँत उपचार
नि:शुल्क चेक-अप र आर्थोडन्टिक परामर्श लिनुहोस् ! तपाईंको सेवामा !
हाम्रो स्थानहरू: बिर्तामोडमा हिकोला रोड, फोन नं. ९८६९१८३०४२
शनिश्चरेमा NIC एशिया बैंकको तल फोन नं. ९८१७०५६११८

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, डिस्क 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, ९८१४०३२६६२, ९७६२९००२८८)