मोफसलको सर्वाधिक लोकप्रिय राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वाञ्चल

Purwanchal National Daily

श्रीअन्नु प्रकाशन (प्रा.)लि.

◆ वर्ष : ३२ ◆ अङ्क : ११२ ◆ पृष्ठ ४ ◆ बिर्तामोड ◆ वि.सं. २०८२ फागुन २७ गते बुधबार (Wednesday, 11 March. 2026) नेपाल सम्वत् ११४६ Web : www .purwanchaldaily.com ◆ मूल्य रु. : ५/- भारतमा भारु. : ४/-

मोबाइल चार्ज गर्दा...

झापा, फागुन २६। सप्तरीको राजगढ गाउँपालिका-५ मलेखपुर बस्ने २७ वर्षीया पञ्चाङ सदाको करेन्ट लागेर मृत्यु भएको छ ।

मोबाइल चार्ज गर्ने क्रममा करेन्ट लागेर गम्भीर घाइते भएकी उनको गजेन्द्र नारायणसिंह अस्पताल राजबिराजमा उपचारको क्रममा मृत्यु भएको हो । यस सम्बन्धमा आवश्यक अनुसन्धान गरिरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

संसदमा अधिकांश नयाँ अनुहार

काठमाडौँ, फागुन २६। मुलुकको विशिष्ट परिस्थितिमा सम्पन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनमा पहिलो हुने निर्वाचित हुने (प्रत्यक्ष) निर्वाचन प्रणालीतर्फ अधिकांश नयाँ अनुहार निर्वाचित भएका छन् ।

सोमबार सम्पन्न उक्त प्रणालीतर्फको मतगणना परिणामअनुसार सरकार बनाउने हैसियतमा पुगेको राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीबाट मात्रै १२५ सदस्य निर्वाचित भएका छन् । यसअघिको संसद्मा उक्त दलको २१ सदस्य रहेकामा तीमध्ये १२ जना दोहोरिएका छन् भने यसपटक निर्वाचितमध्ये ११३ जना नयाँ छन् ।

प्रत्यक्षतर्फको १६५ निर्वाचन क्षेत्रमा रास्वपाले १२५, नेपाली कांग्रेसले १८, नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (एमाले)ले नौ, नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीले आठ, श्रम संस्कृति पार्टीले तीन र राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीले एक स्थानमा जित हासिल गरेको छ । एक स्थानमा स्वतन्त्र उम्मेदवार बिजयी भए ।

अधिकांश नयाँ अनुहार जितेको रास्वपाबाट झापा निर्वाचन क्षेत्र नं. १बाट निशा डाँगी, क्षेत्र नं. २ बाट इन्दिरा राना मगर, क्षेत्र नं ३ बाट प्रकाश पाठक, क्षेत्र नं ४ बाट शम्भुप्रसाद ढकाल र क्षेत्र नं. ५बाट बालेन्द्र शाह निर्वाचित भएका छन् । मोरङ क्षेत्र नं. १ बाट यज्ञमणि न्यौपाने, क्षेत्र नं २ बाट कृष्णकुमार कार्की, क्षेत्र नं ३ बाट गणेश कार्की, क्षेत्र नं ४ बाट सन्तोष राजवंशी, क्षेत्र नं ५ बाट आशा झा र क्षेत्र नं ६ बाट रुबिना आचार्य निर्वाचित भएको निर्वाचन आयोगले जनाएको छ ।

सुनसरी निर्वाचन क्षेत्र नं. २बाट लालविक्रम थापा, क्षेत्र नं ३ बाट अशोककुमार चौधरी, क्षेत्र नं ४ बाट दीपककुमार साह, ओखलढुङ्गा क्षेत्र नं १ विश्वराज पोखरेल, उदयपुर क्षेत्र नं. १ बाट पारशमणि गेलाल र क्षेत्र नं. २ बाट सूर्यबहादुर तामाङ लगायत निर्वाचित भएका छन् ।

नेपाली कांग्रेसबाट प्रत्यक्षमा निर्वाचित १८मध्ये चार जनाबाहेक सबै नयाँ अनुहार छन् । सो पार्टीबाट पाँचथर क्षेत्र नं १ मा नरेन्द्रकुमार केरुङ, इलाम क्षेत्र नं १मा निश्कल राई, तेह्रथुम क्षेत्र नं १मा सन्तोष सुब्बा, सोलुखुम्बु क्षेत्र नं. १मा प्रकाश सिंह कार्की लगायत निर्वाचित भएका छन् ।

नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (एमाले) तर्फबाट विजयी नौ मध्ये तीन जना नयाँ अनुहार छन् । सो पार्टीबाट निर्वाचित प्रत्यक्षतर्फको सांसद सदस्यमा ताप्लेजुङ क्षेत्र नं. १मा क्षितिज थेबे, इलाम क्षेत्र नं २ मा सुहाङ नेम्वाङ, संखुवासभा क्षेत्र नं. १मा अर्जुनकुमार कार्की, धनकुटा क्षेत्र नं. १मा राजेन्द्रकुमार राई लगायत विजयी भएको आयोगले जनाएको छ ।

नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीबाट निर्वाचित आठमध्ये तीन जना संघीय संसद्मा नयाँ अनुहार छन् । सो पार्टीबाट धनुषा क्षेत्र नं. १मा मातृकाप्रसाद यादव, सिन्धुपाल्चोक क्षेत्र नं २मा युवराज दुलाल, रुकुम (पूर्व) क्षेत्र नं १ बाट पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड', रोल्पा क्षेत्र नं १ बाट वर्षमान पुन, सल्यान क्षेत्र नं १ बाट रमेशकुमार मल्ल, डोल्पा क्षेत्र नं. १ बाट धनबहादुर बुढा, कालिकोट क्षेत्र नं. १ बाट महेन्द्रबहादुर शाही र रुकुम (पश्चिम) क्षेत्र नं १ बाट गोपाल शर्मा बिजयी भएका छन् ।

यस निर्वाचनदेखि उदाएको श्रम संस्कृति पार्टीबाट विजयी तीनै जना नयाँ अनुहार छन् । सो पार्टीबाट भोजपुर क्षेत्र नं. १मा ध्रुवराज राई, सुनसरी क्षेत्र नं १ बाट हर्कराज राई र खोटाङ क्षेत्र नं. १ बाट आरेन राई, राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीबाट जुम्ला क्षेत्र नं. १मा ज्ञानबहादुर शाही पुरानै सांसद निर्वाचित भएका छन् । म्याग्दी क्षेत्र नं. १ बाट स्वतन्त्र उम्मेदवार महावीर पुन नयाँ अनुहारका रुपमा संसदीय यात्रामा प्रवेश गरेका छन् ।

झापामा १८ हजारभन्दा बढी मत बदर

झापा, फागुन २६। गतफागुन २१ गते सम्पन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनमा झापामा ६४ दशमलव ११ प्रतिशत मतदान भएको छ । कूल ७ लाख १३ हजार ५३७ मतदातामध्ये ४ लाख ५७ हजार ४ सय ३५ जनाले मतदान गरेका थिए । तीमध्ये १८ हजार ६१३ मत बदर भएको जिल्ला निर्वाचन कार्यालय झापाले जनाएको छ ।

जिल्ला निर्वाचन कार्यालय झापाका प्रमुख तुलसीकुमार नेपालका अनुसार पाँचवटै निर्वाचन क्षेत्रमा बदर मतको संख्या उल्लेख्य देखिएको छ । विशेषगरी झापा क्षेत्र नम्बर ३मा सबैभन्दा धेरै ५ हजार ६२९ मत बदर भएको छ ।

त्यसैगरी झापा १मा ४ हजार २९६, झापा २मा ४ हजार ४६९, झापा ४मा ४ हजार ७६८ र झापा ५मा ४ हजार २१९ मत बदर भएको कार्यालयले जनाएको छ । बदर मतको यो संख्या हेर्दा मतदातामा मतपत्र प्रयोगसम्बन्धी अन्योल अझै कायम रहेको देखिएको हो । मतदानको अवस्थालाई हेर्दा झापा क्षेत्र नम्बर १मा १ लाख ३१ हजार ६७ मतदातामध्ये ८२ हजार ५६० मत खसेको थियो । तीमध्ये ७८ हजार २९१ मत सदर भएको छ ।

झापा क्षेत्र नम्बर २मा १ लाख ४७ हजार ५२२ मतदातामध्ये ९५ हजार ७९२ जनाले मतदान गरेमा पनि ९१ हजार ३२३ मत मात्र सदर भएको थियो ।

त्यस्तै झापा क्षेत्र नम्बर ३मा १ लाख ४० हजार ८५७ मतदाता रहेकोमा ८८ हजार १३५ मत खसेको थियो । त्यसमध्ये ८२ हजार ५०६ मत सदर भएको निर्वाचन कार्यालयले जनाएको छ ।

झापा क्षेत्र नम्बर ४मा १ लाख ३० हजार ७१२ मतदातामध्ये ८१ हजार ८२२ जनाले मतदान गरेका थिए । तीमध्ये ७७ हजार ०५७ मत सदर भएको छ ।

यता झापा क्षेत्र नम्बर ५मा भने सबैभन्दा धेरै मतदाताले मतदानमा सहभागिता जनाएका छन् । १ लाख ६३ हजार ३७९ मतदाता रहेको उक्त क्षेत्रमा १ लाख २ हजार ३३८ मत सदर भएको छ । झापा ५ लाई देशकै सबैभन्दा बढी राजनीतिक चासोको क्षेत्रका रूपमा पनि हेरिएको थियो ।

निर्वाचनमा झापाबाट प्रतिनिधिसभा सदस्य पदका लागि ९० जनाले उम्मेदवारी दिएका थिए । तीमध्ये सात

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

'कांग्रेस सुधारको बाटोमा लाग्नुपर्छ, सभापतिले राजीनामा दिनुहुन्नँ'

झापा, फागुन २६। नेपाली कांग्रेसका कोशी प्रदेश सभापति उद्धव थापाले हालै सम्पन्न प्रतिनिधिसभा सदस्यको निर्वाचनको परिणामलाई नेपाली कांग्रेसले संयमित रूपमा स्वीकार गरेको बताएका छन् ।

झापाको बिर्तामोडमा आयोजित कार्यक्रममा बोल्दै उनले जनताले दिएको निर्णयको पक्षमा नेपाली कांग्रेस उभिएको स्पष्ट पार्दै निर्वाचनको परिणाम जस्तोसुकै आए पनि लोकतान्त्रिक रूपमा स्वीकार गर्नुपर्ने बताए ।

कोशी प्रदेश सरकारका पूर्व मुख्यमन्त्री समेत रहेका सभापति थापाले जनताले परिवर्तन चाहेको संकेत निर्वाचन परिणामबाट स्पष्ट भएको उल्लेख गर्दै त्यस परिवर्तनलाई सम्मान गर्दै आभार व्यक्त गर्नुपर्ने बताए । उनले भने- जनताले परिवर्तन चाहेका रहेछन्, त्यो जनताले पाएका छन् । त्यसका लागि हामी आभार व्यक्त गर्न चाहन्छौं । उनका अनुसार अब नयाँ सरकार निर्माण हुने प्रक्रिया अघि बढिरहेको छ र त्यस सरकारले आगामी दिनमा के काम गर्छ भन्ने कुरा हेर्न बाँकी रहेको छ ।

निर्वाचन परिणामपछि कांग्रेस कार्यकर्तालाई बिचलित नहुन आग्रह गर्दै उनले पार्टीभित्र एकता कायम राखेर अघि बढ्नुपर्नेमा जोड दिए । कांग्रेसलाई पुनः जनताको पार्टी बनाउने दिशामा लाग्नुपर्ने उनको भनाइ थियो ।

सभापति थापाले निर्वाचित उम्मेदवारहरूलाई बधाई दिँदै लोकतान्त्रिक अभ्यासमा परिणामलाई शान्त र संयमित रूपमा स्वीकार गर्नुपर्ने बताए ।

पार्टीका सभापति गगनकुमार थापाको राजीनामाको चर्चा चलिरहेको सन्दर्भमा उनले अहिलेको परिस्थितिमा सभापतिले पद त्याग्नु समाधान नभएको धारणा राखे ।

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

मेयरमाथि हातपात घटनाको एमालेद्वारा छानबिनको माग

झापा, फागुन २६। झापाको गौरादह नगरपालिकाका प्रमुख छत्रपति सुवेदीमाथि निवासमै पुगेर हातपात भएको घटनाप्रति नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (एमाले)ले गम्भीर ध्यानाकर्षण भएको जनाउँदै निष्पक्ष छानबिन गरी दोषीलाई कारबाही गर्न माग गरेको छ ।

प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचन सम्पन्न भएको भोलिपल्ट फागुन २४ गते साँझ पार्टीका कोशी प्रदेश सल्लाहकारसमेत रहेका सुवेदीको निवासमा पुगेर हातपात गरिएको भन्दै एमालेले उक्त घटनालाई गम्भीर रूपमा लिएको जनाएको छ ।

पार्टीका सचिव तुलसी कार्कीले मंगलवार जारी गरेको विज्ञप्तिमा समाजमा अराजक र उच्छृंखल प्रवृत्तिका व्यक्तिहरू अझै पनि छद्म रूपमा सक्रिय भई जनतामा त्रास फैलाउने प्रयास भइरहेको उल्लेख गरिएको छ । घटनाबारे निष्पक्ष छानबिन गरी यो नियोजित हो वा आकस्मिक भन्ने स्पष्ट पार्न र संलग्नलाई कडा कारबाही गर्न माग गरिएको विज्ञप्तिमा जनाइएको छ । एमालेले नागरिकको शान्तिपूर्वक बाँच्न पाउने अधिकारको संरक्षणका लागि सम्बन्धित निकायलाई आवश्यक कदम

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

भिटा बिक्रीमा

बिर्तामोड नगरपालिका-१ बाल्मीकि लिङ्कन कलेज दक्षिण डाक्टर कोलेनीसंगैको दक्षिण मोहडा भएको ११ धुर भिटा तु-बिक्रीमा रहेकाले इच्छुकले मात्र सम्पर्क गर्नुहोला ।

मो. ९८०७९२२३०१

कोशीमा ३९९ जनाको जमानत जफत

झापा, फागुन २६। कोशी प्रदेशका २८ वटा निर्वाचन क्षेत्रमा कूल ४९५ जना उम्मेदवारहरू चुनावी मैदानमा उत्रिएका थिए । जसमध्ये ३९९ जना उम्मेदवारको जमानत जफत भएको छ ।

क्षेत्रगत रूपमा हेर्दा सुनसरी क्षेत्र नम्बर ४मा सबैभन्दा धेरै ३० जना उम्मेदवारको धरौटी जफत भएको छ । त्यसैगरी सुनसरीकै क्षेत्र नम्बर २मा २६ जना र क्षेत्र नम्बर १मा २४ जनाको जमानत जफत भएको प्रदेश निर्वाचन कार्यालय विराटनगरले जनाएको छ । झापा क्षेत्र नम्बर ५मा पनि २२ जना उम्मेदवारले आफ्नो धरौटी गुमाएका छन् ।

सबैभन्दा कम उम्मेदवारको जमानत जफत भएको क्षेत्र भोजपुर १ र उदयपुर २ हुन्, जहाँ समान ७-७ जनाको धरौटी जफत भएको छ । मोरङका ६ वटा निर्वाचन क्षेत्रमा मात्रै कूल ९१ जना उम्मेदवारको जमानत जफत भएको देखिन्छ ।

समग्रमा कोशी प्रदेशमा चुनाव लड्ने ठूलो संख्याका उम्मेदवारहरूले कानूनी रूपमा तोकिएको न्यूनतम् मत प्राप्त गर्न नसक्दा उनीहरूको धरौटी रकम राज्यकोषमा जम्मा भएको प्रदेश निर्वाचन कार्यालयका प्रमुख चोलाराज दंगालले जानकारी दिए ।

ताप्लेजुङ, सोलुखुम्बू र धनकुटा जस्ता एक मात्र निर्वाचन क्षेत्र भएका जिल्लाहरूमा क्रमशः ९, ९ र १३ जना उम्मेदवारको धरौटी जफत भएको छ । इलाम क्षेत्र नं. १मा ८ जना र क्षेत्र नं. २मा १० जना, पाँचथरमा ११ जना, संखुवासभामा १२ जना, ओखलढुंगा र खोटाङमा समान ११-११ जनाको जमानत गुमेको हो ।

साधुटारमा अन्तर्राष्ट्रिय साहित्यिक पर्यटन महोत्सव

झापा, फागुन २६। झापाको अर्जुनधारा-१ स्थित शंकराचार्यपीठ साधुटारमा आयोजना गरिएको त्रिदिवसीय अन्तर्राष्ट्रिय साहित्यिक पर्यटन महोत्सवको तयारी पूरा भएको छ ।

शंकराचार्यपीठ वेदवेदाङ्ग संस्कृत पाठशालाको स्वर्ण महोत्सव वर्षका अवसरमा फागुन २८, २९ र ३० गते आयोजना गरिएको महोत्सवको तयारी पूरा भएको शंकराचार्यपीठका आचार्य पण्डित लक्ष्मीप्रसाद आचार्यले जानकारी दिए । संस्थाले २०८२ माघ १देखि २०८३ माघ १५ सम्म विभिन्न कार्यक्रममार्फत स्वर्ण महोत्सव मनाउने निर्णय गरेको थियो । सोही बमोजिम फागुन २८देखि त्रिदिवसीय अन्तर्राष्ट्रिय साहित्यिक पर्यटन महोत्सव आयोजना गरिएको मंगलवार बिर्तामोडमा पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गरी जानकारी दिइयो ।

कोशी प्रदेश पर्यटन वर्ष २०८२को सन्दर्भमा आयोजना हुने महोत्सव पर्यटन, वन तथा वातावरण मन्त्रालय कोशी प्रदेशको संरक्षण तथा नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान र नेपाल पर्यटन बोर्डको सहकार्यमा हुने डा. गोपीकृष्ण खतिवडाले जानकारी दिए ।

महोत्सवमा भारतबाट २० जना तथा नेपालका विभिन्न जिल्लाबाट करिब ५० जना स्रष्टा सहभागी हुने आयोजकले जनाएको छ ।

कार्यक्रममा प्राध्यापक टंकप्रसाद न्यौपाने, देवी नेपाल, नारायण गड्तौला, डा. कर्णाखर खतिवडा, डा. दीपकप्रसाद न्यौपाने, सह-प्राध्यापक महेश पौडेल र शिव रेग्मी विषय विज्ञका रूपमा सहभागी हुनेछन् ।

यस्तै भजन गायक जुनियर अनुप जलोटा, गजलकार सुमन स्मारिका, अनन्त अनुराग, रोहित पराई, राधा पाण्डे तथा छन्दकवि टीका आत्रेय र छवि वैरागीलगायतका स्रष्टाको प्रस्तुति रहने जनाइएको छ । मिस कस्मो २०८२की बिजेता दीपशिखा नेपालको पनि विशेष प्रस्तुति रहने छ । महोत्सवको मूल समारोहमा कोशी प्रदेशका पर्यटन, वन तथा वातावरण मन्त्री भीम पराजुली प्रमुख अतिथि रहने कार्यक्रम छ ।

महोत्सवमार्फत शंकराचार्यपीठ साधुटार क्षेत्रलाई धार्मिक पर्यटकीय गन्तव्यका रूपमा चिनाउने, पूर्वीय दर्शन वेद र उपनिषदमा आधारित साहित्यिक विमर्शमार्फत वैदिक पर्यटन प्रवर्द्धन गर्ने तथा नेपाल-भारतलगायत देशका विद्वान सन्त, महन्त र साहित्यकारबीच वैचारिक तथा सांस्कृतिक आदानप्रदान गर्ने उद्देश्य राखिएको छ । साथै साधुटार क्षेत्रको भौतिक तथा आध्यात्मिक पूर्वाधार विकासमा ध्यानाकर्षण गराउने र कोशी प्रदेश पर्यटन वर्ष २०८२ लाई प्रभावकारी बनाउने लक्ष्य पनि रहेको छ ।

महोत्सव अन्तर्गत फागुन २८ गते साँझ सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजना गरिनेछ । फागुन २९ गते बिहान गुरुकुलमा अध्ययनरत् विद्यार्थीलाई छन्द तथा गद्य कविता लेखन प्रशिक्षण दिइने र बेलुका भजन तथा गजल कार्यक्रम आयोजना

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

तनाव व्यवस्थापन तरिका

- नियमित रुपमा ध्यान, रोग र व्यायाम गरौं ।
- परिवार र आफ्नो विश्वासिलो साथीसंग खुलेर कुरा गरौं ।
- पर्याप्त निन्द्रा र आराम गरौं ।
- स्वस्थ र सन्तुलित खाना खाने गरौं ।
- आफ्नो रुचीका गतिविधिमा संलग्न हुने गरौं ।
- काम र विश्रामबीचको सन्तुलन राख्ने गरौं ।

तनाव व्यवस्थापन गरौं, स्वस्थ्य जीवन बाँचौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

रवि चुडालमाथि अनुसन्धान

झापा, फागुन २६। झापाको चुनावी नतिजा सार्वजनिक भएपश्चात त्यहाँका स्थानीय बासिन्दालाई लक्षित गरी सामाजिक सञ्जालमा घृणास्पद र आपत्तिजनक भिडियो बनाएका रवि चुडाल विवादमा तानिएका छन् ।

यसअघि राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) का वरिष्ठ नेता बालेन शाहले चुनाव जितेमा उनको 'दिसा खाने' जस्ता फोहोरी अभिव्यक्ति दिएर चर्चामा आएका उनी यसपटक झापावासीको आत्मसम्मानमै ठेस पुग्ने गरी गालीगलौजमा उत्रिएका हुन् । उनले सार्वजनिक गरेको भिडियोमा झापालीलाई 'चोर', 'अपराधी', 'दुष्ट' र 'देश बेच्ने' जस्ता अपमानजनक शब्द प्रयोग गरेका छन् । भिडियोमार्फत चुडालले विशेष गरी दमकका बासिन्दाहरूलाई लक्षित गर्दै 'विकास धेरै भएर मत परिवर्तन गरेको' भन्दै आक्रोश पोखेका छन् ।

उक्त भिडियो सार्वजनिक भएलगत्तै सामाजिक सञ्जाल प्रयोगकर्ताले आक्रोश व्यक्त गर्दै यसलाई जनमतको अपमान र नागरिकको अस्मितामाथिको प्रहार भनेका छन् । घृणात्मक अभिव्यक्ति फैलाएको भन्दै धेरै प्रयोगकर्ताले नेपाल प्रहरी र साइबर व्युरोलाई सामाजिक सञ्जालमा मेन्सन गर्दै चुडालमाथि तत्काल कानूनी कारबाही अगाडि बढाउन माग गरेका छन् ।

'नीरज दाहाल' नामका फेसबुक प्रयोगकर्ताले नेपाल प्रहरीको मेसेन्जरमा उजुरी पठाएको स्क्रिनसट नै सार्वजनिक गरेका छन् । उन लेखेका छन्- यस भिडियोमा बोलिएका शब्दहरूले आम झापावासीको आत्मसम्मानमा ठेस पुगेको छ ।

तसर्थ यस व्यक्तिउपर आवश्यक छानबिन र कारबाहीको माग गर्दछु । उनले अन्य प्रयोगकर्ताहरूलाई पनि प्रहरीमा उजुरी गर्न आग्रह गरेका छन् भने 'इराजन बस्नेत' लगायतका अन्य प्रयोगकर्ताले पनि कारबाहीका लागि प्रहरीलाई मेसेज पठाएको स्क्रिनसट राखेका छन् ।

यद्यपि, सामाजिक सञ्जालमा व्यापक विरोध भइरहे पनि आधिकारिक रूपमा भने हालसम्म उजुरी नपरेको बताइएको छ ।

मेयरमाथि ...

चाल्न पनि आग्रह गरेको छ ।

नगरप्रमुख सुवेदीमाथि गौरादह नगरपालिका-५ राजपति चोक निवासी ३४ वर्षीय भीष्म सिटौलाले मादक पदार्थ सेवन गरी निवासमै पुगेर गालामा मुक्का प्रहार गरेको बताइएको छ । उक्त घटनामा संलग्न सिटौलालाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएर थप अनुसन्धान शुरु गरेको प्रहरीले जनाएको छ ।

झापामा ...

जनाले मात्र जमानत जोगाएका छन् भने ७८ जनाको जमानत जफत भएको जिल्ला निर्वाचन कार्यालयले जनाएको छ ।

जिल्लामा बदर मतको संख्या उच्च देखिएको, ठूलो संख्यामा उम्मेदवार मैदानमा उत्रिएको तथा धेरै उम्मेदवारले जमानत जोगाउन नसकेको देखिएको छ । यो निर्वाचनमा पुराना दललाई पाखा लगाउँदै राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीले पाँच बटै निर्वाचन क्षेत्रमा जित निकालेको हो ।

साधुटारमा ...

गरिने छ ।

फागुन ३० गते मूल समारोह आयोजना गरी साहित्य तथा पर्यटनसम्बन्धी तीनवटा कार्यपत्र प्रस्तुत गरिने कार्यक्रम छ । महोत्सव अवधिभर पुस्तक प्रदर्शनी, जनचेतनामूलक कार्यक्रम तथा त्रिदिवसीय योग शिविर पनि सञ्चालन गरिने आयोजकले जनाएको छ ।

महोत्सवलाई सफल बनाउन सबै पक्षको साथ, सहयोग र सहभागिताको अपेक्षा गरिएको त्रिदिवसीय अन्तर्राष्ट्रिय साहित्यिक पर्यटन महोत्सव २०८२का संयोजक खतिवडाले बताए । महोत्सव सम्पन्न गर्न करिव १२ लाख रुपैयाँ खर्च लाग्ने अनुमान गरिएको बताइएको छ ।

कांग्रेस ...

यो विषम परिस्थितिमा सभापतिले राजीनामा दिएर पार्टीलाई विटुङ्गो बनाउने होइन, थप जिम्मेवारी र क्रियाशीलताका साथ काम गर्नुपर्छ- उनले भने । उनले अहिलेको आवश्यकता नेतृत्व परिवर्तन होइन, बरु पार्टीलाई थप मजबुत बनाउँदै अगाडि बढ्नु भएको बताए ।

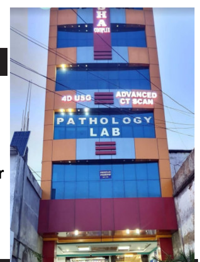
सभापति थापाले नेपाली कांग्रेसलाई सुधार (रिफर्म) गर्नु अत्यन्त आवश्यक रहेको उल्लेख गर्दै विशेष महाधिवेशनमार्फत पार्टीलाई परिवर्तन गर्ने भनिए पनि अपेक्षित सुधार हुन नसकेको स्वीकार गरे । अब बदलिने समय आएको छ । निर्वाचनको परिणामले नेपाली कांग्रेसलाई बदल्ने बाटो खोलिदिएको छ । अब पार्टीलाई नयाँ ढंगले सुधार गरेर अघि बढ्नुपर्छ- उनले भने ।

बिर्तामोडमा 4D भिडियो एक्स-रे र ल्याव सेवा

वरिष्ठ रेडियोलोजिष्ट **डा. संजयकुमार गुप्ता**द्वारा

निशा एडभान्स अल्टासाउण्ड 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 (पहिलोपल्ट)
- विशेषज्ञद्वारा ओ.पी.डी. सेवा
- निसन्तान परामर्श केन्द्र
- 12 Lead ECG,
- सुपथ मूल्यको फार्मेसी सेवा
- अत्याधुनिक प्याथोलोजी ल्याव
- 4D भिडियो एक्स-रे
- Anomaly Scan, TVS
- रक्त नलिको Colour Doppler
- Advance CT Scan

सम्पर्क नं. : ०२३-५९०१९४, ९८०१५६६४७८, ९८१७९८४६४६

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

कर्मचारी आवश्यकता

यस द एभरेष्ट बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.को सञ्चालक समितिको निर्णय अनुसार संस्थाको बिर्तामोड सेवाकेन्द्रका लागि केही कर्मचारी आवश्यकता परेको हुँदा इच्छुक नेपाली नागरिकहरुबाट दरखास्त आव्हान गरिन्छ ।

पद : कर्जा सहायक
संख्या: १ जना
शैक्षिक योग्यता: प्लस टु उत्तीर्ण
पद : बजार प्रतिनिधि
संख्या : केही
शैक्षिक योग्यता : एस.एल.सी, एस.ई.ई वा सो सरह
अन्य योग्यता : आधारभूत कम्प्युटरको ज्ञान भएको, मोटरसाइकल स्कुटरको लाइसेन्स भएको, सहकारी क्षेत्रमा अनुभवी र स्थानीयलाई प्राथमिकता
उमेर : १८ वर्ष पूरा भई ३५ वर्ष ननाघेको
नियुक्तिको किसिम : अस्थायी
दरखास्त दिने अवधि : २०८२ फागुन २७ गतेदेखि चैत्र ३ गतेसम्म
दरखास्त दिने स्थान : बिर्तामोड सेवाकेन्द्र
तलब स्केल : संस्थाको नियमानुसार
अन्य सुबिधा : कर्मचारी सञ्चय कोष, पोशाक, खाजा, इन्धन खर्च, वार्षिक बोनस, पर्व खर्च तथा अन्य सुबिधा
आवश्यक कागजातहरु: हस्तलिखित निवेदन, नेपाली नागरिकताको प्रमाण-पत्रको प्रतिलिपि, बिज्ञापनमा भएको पदको लागि तोकिएको न्यूनतम् शैक्षिक योग्यताको प्रमाण-पत्र, चारित्रिक प्रमाण-पत्रको प्रतिलिपि र तालिम अनुभव सम्बन्धी प्रमाण-पत्रको प्रतिलिपि ।
परिक्षाको किसिम : लिखित, मौखिक, प्रयोगात्मक
सम्पर्क नं. ९८५२६७६८०२, ९८०१४१७२७४

पदपूर्ति उपसमिति
द एभरेष्ट साकोस, दमक-५

सहारा नेपाल (SAHARA NEPAL)
केन्द्रीय कार्यालय: झापा

बोलपत्र आव्हानको सूचना

बोलपत्र आव्हानको सूचना नं.: 03/SN/CHP/KR/2082/083

सहारा नेपाल तथा ह्यावीट्याट नेपालको आर्थिक तथा प्राविधिक सहयोगमा सञ्चालीत "Safe Housing Project" अन्तर्गत आवास निर्माणका लागि विभिन्न किसिमका निर्माण सामाग्रीहरु खरिद गर्नुपर्ने भएकाले नेपाल सरकारबाट इजाजत प्राप्त सप्लायर्सहरुबाट तपशिलमा उल्लेखित शर्तहरुको अधिनमा रही यस शिलबन्दी बोलपत्र आव्हान गरिन्छ, सार्वजनिक खरिद ऐन, २०६३को दफा ८ तथा सार्वजनिक खरिद निमावली, २०६४ को नियम ३१ बमोजिम राष्ट्रियस्तरको खुल्ला वोलपत्रका माध्यमबाट खरिद गर्नुपर्ने भएकोले योग्य फर्म वा संस्थालाई यो वोलपत्र आव्हानको सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

प्रथमपटक सूचना प्रकाशित मिति: २०८२/११/२७

बोलपत्रको विवरण

क्र.स.	सामाग्री विवरण	परिमाण	बोलपत्र जमानत रकम रु.	बोलपत्र फारम दस्तुर रु.	बोलपत्र मान्य हुने अवधि	बोलपत्र खरिद र दर्ता गर्ने अन्तिम मिति र समय	बोलपत्र खोल्ने मिति र समय
१	आवास निर्माणमा आवश्क सामाग्रीहरु जस्तै: सिमेन्ट, नट, बोल्ट, जस्ता पाता, चिकन मेस, रिबार इत्यादि)	कानेपोखरी गाउँपालिकामा निर्माणाधीन ४५ घर धुरी	रु १,२९,७५०/-(एक लाख उन्तीस हजार सात सय पचास रुपैयाँ मात्र ।)	५०० (पाँच सय रुपैयाँ मात्र ।)	९० दिन	**बोलपत्र खरिद :** २०८२/१२/१० गते कार्यालय समयभित्र **बोलपत्र दर्ता गर्ने:** २०८२/१२/११ गते दिनको १२ बजेभित्र	२०८२/१२/११ गते दिनको २ बजे
२	आवास निर्माणमा आवश्यक सामाग्रीहरु जस्तै: ढोकाको चौकस, झ्यालको चौकस, ढोकाको पल्ला, झ्यालको पल्ला, कुकाठ इत्यादी	कानेपोखरी गाउँपालिकामा निर्माणाधीन ४५ घर धुरी	रु २५,१५५/- पच्चीस हजार एक सय पचपन्न रुपैयाँ मात्र ।)	५०० (पाँच सय रुपैयाँ मात्र ।)	९० दिन	**बोलपत्र खरिद :** २०८२/१२/१० गते कार्यालय समयभित्र **बोलपत्र दर्ता गर्ने:** २०८२/१२/११ गते दिनको १२ बजेभित्र	२०८२/१२/११ गते दिनको २ बजे
३	आवास निर्माणमा आवश्यक सामाग्रीहरु जस्तै: (रंग, ईनामेल, प्राईमर इत्यादी)	कानेपोखरी गाउँपालिकामा निर्माणाधीनन ४५ घर धुरी	रु ५२,००९/- बाउन्न हजार नौ रुपैयाँ मात्र ।)	५०० (पाँच सय रुपैयाँ मात्र ।)	९० दिन	**बोलपत्र खरिद :** २०८२/१२/१० गते कार्यालय समयभित्र **बोलपत्र दर्ता गर्ने:** २०८२/१२/११ गते दिनको १२ बजेभित्र	२०८२/१२/११ गते दिनको २ बजे

- बोलपत्र खरिद गर्न चाहने इच्छुक योग्य बोलपत्रदाताहरुले बोलपत्र सम्बन्धी कागजात यस सहारा नेपाल को केन्द्रीय कार्यलय विर्तामोड-२, चारपाने, झापामा लिखित निवेदन पेशगरी मिति २०८२/१२/१० गते कार्यालय समयभित्र प्राप्त गर्न सक्नेछ । निबेदनको साथमा कम्पनी/फर्म/व्यवसाय दर्ता, पान नम्वर वा भ्याट नम्वर, करचुक्ता प्रमाणपत्र आ व २०८१/०८२को प्रतिलिपि र बोलपत्र सम्बन्धी कागजातको दस्तुर पेश गनुपर्ने छ ।
- बोलपत्र फारम दस्तुर तपशिल बैंक खातामा जम्मा गरेको सक्कल बैंक भौचर पेश गरी, बोलपत्र खरिद गर्न सकिने छ ।
- बोलपत्र सम्बन्धी कागजात केन्द्रिय कार्यालय बिर्तामोड-२, झापामा मात्र संकलन गरिनेछ ।
- बोलपत्रको साथमा, बोलपत्र जमानत (बैंक ग्यारेन्टी) उपलब्ध गराउनुपर्ने छ, जमानतको मान्य अबधि बोलपत्र खोलेको मितिबाट कम्तीमा पनि १२० दिन हुनुपर्ने छ वा सो बराबरको रकम तपशिल बैंक खातामा जम्मा गरी सक्कल बैंक भौचर संलग्न गरी बोलपत्रको साथ पेश गर्नुपर्नेछ ।
- तोकिएको समयभित्र पेश भएका बोलपत्रहरु उपस्थित हुन चाहने बोलपत्रदाता वा निजको प्रतिनिधिको रोहबरमा सहारा नेपालको केन्द्रीय कार्यालय विर्तामोड-२, झापामा मिति २०८२/१२/११ गते दिनको २ बजे खोलिनेछ । बोलपत्रदाता वा निजको प्रतिनिधि उपस्थित नभएमा बोलपत्र खोल्न बाधा पर्ने छैन ।
- बोलपत्र खरिद गर्ने, पेश गर्ने, खोल्ने अन्तिम दिन सार्वजनिक विदा परेमा त्यसको भोलिपल्ट कार्यालय, खुल्ने दिन अन्तिम दिन कायम हुनेछ । त्यस्तो अवस्थामा बोलपत्र र बोलपत्रको जमानतको मान्य अवधि भने साविकै मिति देखी गणना गरिने छ ।
- बोलपत्र स्वीकृत गर्ने, रद्द गर्ने, आंशिक रुपमा स्वीकृत गर्ने वा नगर्ने सम्पूर्ण अधिकार यस सहारा नेपाल मा सुरक्षीत रहने छ ।
- बोलपत्र सम्बन्धि अन्य शर्तहरु बोलपत्र फारममा उल्लेख गरिए बमोजिम हुनेछ ।

सहारा नेपाल, नेपाल बैंक लिमिटेड,
विर्तामोड शाखा, खाता नं. ०८८००१००४३१६३५००००01
बोलपत्र सम्बन्धि अन्य जानकारीका लागि सहारा नेपाल को कार्यालय, वा सम्पर्क नं. फोन नं.०२३-५३११९८
saharanepal@ntc.net.np मा सम्पर्क गर्न सकिने छ ।

श्री लक्ष्मी बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेड, बिर्तामोड - ०४, झापाको

कर्जा चुक्ता गर्न आउने बारे ३५ दिने अत्यन्त जरुरी सूचना

प्रकाशित मिति २०८२/११/२७

यस संस्थाबाट तपसिलमा उल्लेखित ऋणी सदस्यहरुले ब्यावसायिक तथा घरायसी प्रयोजनका लागि लिएको कर्जाको संस्थासाग गरेको सम्झौता बमोजिम समय समयमा बुझाउनुपर्ने साँवा, ब्याज र अन्य दस्तुर नतिरेको र सम्पूर्ण कर्जाको भाका समेत नाघी कर्जा सम्बन्धी शर्त बन्देजहरु उल्लंघन गरेको हुँदा ऋण तथा जमानि सदस्यहरुलाई सम्पूर्ण कर्जा रकम चुक्ता गर्न पटक-पटक मौखिक तथा लिखीत रुपमा ताकेता गरेको र सो गर्दा समेत संस्थाको कर्जातर्फ कुनै चासो नदेखाई बेवास्ता गरेको हुँदा तपसिल विवरणमा उल्लेखित ऋणीहरुको नाममा कर्जा चुक्तागर्न आउनु भनी यो ३५ दिने सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ३५ दिनभित्रमा यस संस्थामा सम्पर्क राखी लिएको कर्जाको साँवा ब्याज तथा अन्य दस्तुर समेत चुक्ता गर्नु होला । अन्यथा यस संस्थाको ऋण लगानी तथा असुली सम्बन्धी नियमावली, संस्थाको बिनियम तथा सहकारी ऐन २०७४, नियमावली २०७५ले दिएको अधिकार प्रयोग गरी सम्पूर्ण कर्जा रकम असुलउपर प्रकृया अगाडि बढाइने ब्यहोरा जानकारी गराइन्छ ।

क्र.सं.	ऋणीको नाम थर	ठेगाना	तिनपुस्ते बिवरण	न. प्र. नं. जारी मिति	ऋण लिएको मिति	जग्गाधनीको बिवरण	जग्गाको ठेगाना	कित्ता नम्बर	क्षेत्रफल
१.	कोपिला पाण्डे	बिर्तामोड-५	बुवा :- हरि बहादुर श्रेष्ठ हजुरबुवा:- हस्त नारायण श्रेष्ठ	३११८०४४२७ जारी मिति :- २०५२/१०/०३	२०७८/०६/०६	नाम :- कोपिला पाण्डे । बुवा :- हरि बहादुर श्रेष्ठ पति :- राम कुमार पाण्डे	साबिक शनिशचरे-५	१७१७/ १७१५	२०३.१६/ १३५.४४
२.	भुवनलाल राजवंशी	बिर्तामोड- ४	बुवा :- पुरन राजवंशी हजुरबुवा :- कस्टु राजवंशी	७६१५१६४० जारी मिति- २०५४/०५/३१	२०७८/०६/०१	नाम :- भुवनलाल राजवंशी । बुवा :- पुरन राजवंशी हजुरबुवा :- कस्टु राजवंशी नाम :- मेनुका राजवंशी । बुवा :- मोटा सिंह राजवंशी पति:- भुवनलाल राजवंशी	साबिक अनारमनी -४	१४२८	३३८.६३
३.	सुक माया योञ्जन	बिर्तामोड- १	बुवा :- हर्क बहादुर घिसिङ पति :- पेमा योञ्जन	२४३४० जारी मिति :- २०५१/१०/०३	२०७३/०५/३०	नाम :- सुक माया योञ्जन । बुवा :- हर्क बहादुर घिसिङ पति :- पेमा योञ्जन	साबिक पाराखोपी -८	३६९६	१६९.३२
४.	निरमन राजवंशी	राजगढ-४	बुवा:-माधीलाल राजवंशी हजुरबुवा:- सिलु राजवंशी पति:- पुरन राजवंशी	७६१५२२७० जारी मिति: - २०४५/०१/०८	२०८१/०३/२४	बुवा:- माधीलाल राजवंशी पति:- पुरन राजवंशी	साबिक राजगढ-४	१३५१	३३२५.००

श्री लक्ष्मी बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेड, बिर्तामोड - ०४, झापाको

तपसिल बमोजिमका ऋणी सदस्य तथा जमानतकर्तालाई धितो लिलामी सम्बन्धी ३५ दिने सार्बजनिक सूचना

प्रकाशित मिति २०८२/११/२७

यस संस्थाबाट तपसिल बमोजिम शीर्षक अन्तरगत कर्जा लिनुभएका तपसिलका ऋणी सदस्यले संस्थासँग भएको सम्झौता तथा कर्जा भुक्तानी तालिका बमोजिम कर्जाको साँवा, ब्याज र अन्य दस्तुर नतिरी नबुझाई बाँकी राख्नुभएको तथा निजहरुलाई संस्थाको तर्फबाट पटक-पटक लिखित तथा मौखिक ताकेता गर्दा र पूर्वाञ्चल दैनिक पत्रिकामा कर्जा चुक्ता सम्बन्धी ३५, १५ र ७ दिने सार्बजनिक सूचना प्रकाशित गर्दा समेत पनि तपाई ऋणीहरुले संस्थालाई तिर्नु पर्ने साँवा, ब्याज तथा हर्जना लगायतका अन्य दस्तुर चुक्ता गर्नेतर्फ कुनै चासो नदेखाई बेवास्ता गरी बसेको हुनाले धितो सुरक्षण रहेको तपसिलमा [redacted] घर जग्गा तथा अन्य निर्माण कार्यहरु लगायतका सम्पूर्ण लिगलगापातहरु जे जस्तो अवस्थामा छ, सोही अवस्थामा लिलाम बिक्री गर्ने सहकारी नियमावली २०७५ को नियम ३० को उपनियम १(ख) बमोजिम यो सूचना [redacted] । यस सूचनामा उल्लेखित म्यादभित्रमा पनि कर्जा चुक्ता नगरेमा कर्जा सुरक्षणार्थ लेखिएको यस संस्थामा धितो सुरक्षण वापत रहेको अचल सम्पत्ति सहकारी ऐन २०७४ को दफा ७९, सहकारी नियमावली २०७५ को [redacted] कर्जा लगानी तथा असुली आन्तरिक कार्यविधि तथा अन्य प्रचलित नियम बमोजिम लिलाम बिक्री गर्ने भएकोले निम्नानुसारको साँवा, ब्याज, हर्जाना तथा अन्य दस्तुरहरु समेतको रकमहरु लिलामी हुने दिन सम्मको ब्याज [redacted] यस संस्थालाई सुरक्षण बापत लेखिदिएको तपसिलमा उल्लेख भएको घर जग्गा यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ३५ औ दिनमा यस संस्थाको केन्द्रीय कार्यलय बिर्तामोडमा बिहान १० बजे देखि ४ बजेसम्म लिलामी [redacted] बमोजिमको जग्गा र सो जग्गाले चर्चेको सम्पूर्ण लिगलगापात समेत यथास्थितिमा लिलाम बडाबड गर्न आउनुहुन यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । लिलाम प्रक्रिया सम्बन्धमा अन्य कुराको जानकारी चाहिएमा यस संस्थामा [redacted] । सम्बन्धित ऋणीहरुको प्रतिनिधिहरुलाई समेत इच्छा भएमा लिलामी हुने मिति, स्थान र समयमा उपस्थित हुन समेत यसै सूचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ ।

तपसिल

क्र.सं.	ऋणीको नाम थर	ठेगाना	तीनपुस्ते बिवरण	न. प्र. नं. जारी मिति	ऋण लिएको मिति	[redacted]	जग्गाको ठेगाना	कित्ता नम्बर	क्षेत्रफल
१.	घनेन्द्र कुमार पाण्डे	बिर्तामोड-८	बुबा :-खड्ग प्रसाद पाण्डे हजुरबुबा :- भानु प्रसाद पाण्डे	३५७४२३५४ जारी मितिः- २०५४/०८/११	२०७८/०५/१९	[redacted] राउत [redacted] राउत [redacted] पाण्डे	चन्द्रगढी - ०६	४०८८	६७७.२६
२.	मदन बहादुर बुढाथोकी	शनिश्चरे-८	बुबा :- दिल बहादुर बुढाथोकी हजुरबुबा:- विरध्वजसिंह बुढाथोकी	६९७१२२७४ जारी मिति :- २०४३/११/०६	२०८०/०३/३१	[redacted] बुढाथोकी [redacted] बुढाथोकी [redacted] बुढाथोकी	शनिश्चरे - ०८	६९१६/ ६९१७	२११.६५/१४३.९२

लिलाम हुने मितिः- २०८३/०१/०२ गते बुधबार
समय बिहान १० बजे देखि ४ बजे सम्म्

पुनश्च : उपरोक्त व्यहोरा अवगतार्थ अनुरोध गर्दै यस लिलामी सुचनाको म्यादभित्र शिघ्र कर्जा चुक्ता गरी आफ्नो सम्पत्तिको उचित संरक्षण गर्नहुन पुनः अनुरोध गरिएको छ । अन्यथा तोकिएका दिन धितो लिलामीका सर्तहरु बमोजिम लिलाम बिक्रीको कार्य हुने भएकोले उक्त दिन स्वयम् उपस्थित भई लिलामबाट कायम हुने धितो सम्पत्तिको मूल्य घटी वा बढी हुने प्रक्रियामा समेत प्रत्यक्ष अवलोकनका लागि सूचित गरिन्छ । उल्लेखित धितो सम्पत्ति लिलाम बिक्री गरी वा संस्था आफैले सकार गर्दा साबिकमा संस्थाबाट भएको मूल्यांकनभन्दा कम मूल्यमा लिलाम बिक्री भएमा वा संस्था आफैले सकार गरी लिएमा पछि हाम्रो सम्पत्तिको उचित मूल्यांकन प्राप्त नभइ कम मूल्यमा विक्री भएको वा संस्था आफैले सकार गरी लियो भनी कहीं कतै उजुर-बाजुर दावी बिरोध गर्न पाउनु हुने छैन । उक्त सम्पत्ति लिलाम विक्री गर्दा वा पुनःमूल्यांकन गरी वा नगरी संस्था आफैले सकार गर्दा समेत संस्थाको सम्पूर्ण लेना रकम असुल उपर नभई बाँकी रहेको ऋण तथा ब्यक्तिगत जमानी दिनेको अन्य श्री सम्पत्तिबाट असुल उपर गरिने ब्यहोरा समेत यसै सूचनाद्वारा थप जानकारी गराइएको छ ।

लिलाम सम्बन्धी शर्तहरु

१) लिलाम बढाबढ [redacted] गर्ने व्यक्तिले आफूले बोलेको कूल रकमको १०% ले हुन आउने रकम नगद धरौटी वापत तुरुन्त यस [redacted] बाँकी ९०% लिलाम सकार गरेको मितिले ७ दिनभित्रमा बुझाइ सक्नुपर्ने छ। सो म्यादभित्र बाँकी रकम [redacted] राखेको रकम जफत हुने छ।
२) लिलाम सकार गरेको [redacted] गर्दा लाग्ने सरकारी दस्तुर, राजश्व तथा अन्य शुल्क सकार गर्ने व्यक्ति आफैले व्यहोर्नु पर्ने छ ।
३) लिलाम तोकिएकै दिन [redacted] बिदा परेमा त्यसको लगत्तै कार्यालय खुलेको दिन खोलिने छ ।
४) लिलाम बढाबढ गर्दा [redacted] ब्यक्तिलाई धितो सुरक्षणको अचल सम्पत्ति दिने वा नदिने सम्पूर्ण अधिकार संस्थामा सुरक्षित रहनेछ ।
५) लिलाम हुने धितोको [redacted] अन्य आवश्यक कुराहरु बुझ्न चाहने व्यक्तिले कार्यालय समयभित्र संस्थामा आई बुझ्न सक्नेछ ।
६) सहकारी नियमावली [redacted] लिलाम विक्री गर्नुपर्ने जायजेथा लिलाम गर्दा कसैले नसकारेमा उक्त सम्पत्तिको स्वामित्व [redacted] छ ।

श्रीअन्तु प्रकाशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित - कार्यालय : बिर्तामोड-१, झापा ■ प्रकाशक : भरतलाल गिरी, ■ अध्यक्ष : टोरूप प्रसाई, ■ व्यवस्थापक : चन्द्रकान्त ढकाल (९८४४६४२०९५/ [redacted] ■ सम्पादक : एकराज गिरी
■ कार्यकारी व्यवस्थापक : होमप्रकाश अधिकारी (९८४२६३४७४०) ■ सह-सम्पादक : सुरेन्द्र भण्डारी ■ अनलाइन संयोजक : नरेन्द्र ढकाल ■ डेस्क सम्पादक : लक्ष्मण ढकाल ■ लेखा : सोमनाथ भण्डारी ■ [redacted] (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/ [redacted]) Email: purwanchal2052@gmail .com

पूर्वाञ्चल

सम्पादकीय

अबको सरकारको चुनौती

जेन–जी विद्रोहको परिणतिले भर्खरै सम्पन्न निर्वाचनले ऐतिहासिक रेकर्ड बनाएको छ । संविधानको व्यवस्था अनुसार दलले प्राप्त गरेको मतका आधारमा करिब चार वर्षको रास्वपाले दुई तिहाइ पुऱ्याउने लगभग निश्चित भएको अवस्थाले नेपालको इतिहासमा नयाँ रेकर्ड बनाउने भएको छ । समानुपातिक तर्फको मत पचास लाख कटाएको र प्रत्यक्षतर्फ पनि सर्वाधिक एक सय पच्चीस सिट जितेको राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी रास्वपाले विद्यमान विसंगतिको अन्त्य गर्नु अब उसका लागि चुनौतीको विषय भएको छ । सम्पन्न निर्वाचनको मतपेटिकामा रहेका मत रास्वपाका लागि मतदाताको अपेक्षा हो र जनादेश पनि ।

दशक–दशकदेखि उही र उस्तै चरित्रका दलहरुबाट दिक्क भएका नेपाली नागरिकले खोजेको परिवर्तनका चाहनालाई आत्मसात गर्दै जनताको विश्वासलाई टुट्न नदिन अब बन्ने सरकार गम्भीर हुनुपर्छ । सत्ता र राजनीतिलाई बपौती ठान्ने पुराना दलका मनस्थिति, मानसिकता, चरित्र र व्यवहारका बिरुद्ध मत प्रकट गरेका मतदाताले नवीनताको चाहना प्रकट गरेका हुन् । त्यसैले जनादेश र जनमतको सम्मान गर्दै बिना कुनै सर्त र सम्झौता परम्परागत ढाँचामा आमूल परिवर्तन गरिनु पर्दछ । सरकार परम्पराकै निरन्तरता मात्र होइन यो देश र जनताको समृद्धिको आधार पनि हो भन्ने चित्रले स्पष्ट देखिनु पर्दछ । हिजोसम्म सत्ता र शक्तिको केन्द्रमा रहेका काग्रेस, एमाले र तत्कालका माओवादीको आलोपालो गठबन्धनले विसंगतिको पहाड ठडिएको थियो । जाति, क्षेत्र वा भूगोलका नाममा राजनीतिलाई व्यवसाय बनाउँदै आएका दलहरु जनताबाट अनुमोदित नभएका मात्र होइन ती दल र तिनका नेतृत्वलाई भद्र अवज्ञा, अस्वीकार पनि हो । अबको सरकारको कार्यकाल हिजो जस्तो व्यक्ति स्वार्थको पञ्जाबाट मुक्त भएको छ त्यसैले यो अवसरलाई नयाँ सरकारले निष्ठापूर्वक संयमीत भएर, निर्धक्क र योजनाबद्ध ढंगले अघि बढाउने तर्फ अग्रसर हुनुपर्छ ।

अबको सरकारले कुनै बहाना बनाउन वा कारण देखाउन पाउँदैन । परिवर्तनकै नाममा हिजो उदाएका दलहरु त्यसकै नाममा बेथिति, कुशासन र भ्रष्टाचारमा लिप्त हुँदा बढेको गरिबी, परनिर्भरता र असफलतामा डुबेपछिको नयाँ जनादेश समृद्ध नेपाल निर्माणको सन्देश हो । त्यसैले अब बन्ने सरकारले आफ्ना पाइला सोचेर, सम्झिएर, निष्ठा र धैर्यको माध्यमबाट अघि बढाउनुपर्छ । यसका लागि हिजोका गल्ती र नेतृत्वका अहंकार, दम्भ र सर्वज्ञ ठान्ने मानसिकताको परिणामको आत्मबोध गर्दै सदाचार, हार्दिकता र भाइचाराको सम्बन्ध विस्तार गर्न र परिणाममुखी तथा जनपेक्षित कर्म गर्न सरकार समर्पित हुनुपर्छ ।

वित्तीय संघीयताका आयाम

जुद्धबहादुर गुरुङ

वि.सं. २०७२ मा नेपालको संविधान जारी भएसँगै सङ्घीयता कार्यान्वयनमा आएको हो । सङ्घीयताका मुख्य तीन आयाम हुन्छन्, राजनीतिक, प्रशासनिक र वित्तीय । सामान्यतयाः राजनीतिक सङ्घीयताले पालिकाहरूको भौगोलिक सीमा निर्धारण र निर्वाचित पदाधिकारीलाई बुझाउँछ भने प्रशासनिक सङ्घीयताले कर्मचारी तन्त्रीय व्यवस्थापकीय पक्षलाई जनाउँछ । राजनीतिक सङ्घीयताले नीति तथा योजना तर्जुमा गर्छ भने प्रशासनिक सङ्घीयताले ती योजनालाई कार्यान्वयन गर्ने जिम्मेवारी बहन गर्छ । यसरी कार्य र कार्यसम्पादनको व्यवस्थापनपछि आवश्यक पर्ने स्रोतको व्यवस्थापन वित्तीय सङ्घीयताले गर्छ ।

संवैधानिक व्यवस्था अनुसार नेपालको वित्तीय सङ्घीयताको संरक्षकका रूपमा राष्ट्रिय प्राकृतिक स्रोत तथा वित्त आयोगलाई तोकिएको छ । संविधानको धारा २५० मा आयोगको गठन र धारा २५१ मा यसको काम, कर्तव्य र अधिकार क्षेत्र उल्लेख गरिएको छ । संविधानका अतिरिक्त राष्ट्रिय प्राकृतिक स्रोत तथा वित्त आयोग ऐन २०७४, अन्तरसरकारी वित्त व्यवस्थापन ऐन २०७४ लगायतका कानूनी आधारले आयोगलाई निर्देशित गरेका छन् । संविधानले आयोगलाई प्राकृतिक स्रोत, राजस्व, वित्तीय हस्तान्तरण र आन्तरिक ऋणको सीमा निर्धारण गर्ने क्षेत्रमा अध्ययन, अनुसन्धान, सिफारिस, सुझाव र सहजीकरण जस्ता प्रमुख कार्य तोकेको छ । आयोगले प्राकृतिक स्रोतको रोयल्टी र राजस्वको हिस्सा सिफारिस गर्नुका साथै वित्तीय हस्तान्तरण अन्तर्गत वित्तीय समानीकरण अनुदानको परिमाण र सशर्त अनुदानका आधार सिफारिस गर्दै आएको छ ।

नेपालको संवैधानिक व्यवस्था अनुसार धारा ६० को उपधारा (३), (४) र (६) तथा धारा २५१ को उपधारा (१) को खण्ड (घ) बमोजिम आयोगले सङ्घीय सरकारलाई नेपालका सङ्घीय एकाइका लागि वित्तीय समानीकरण अनुदान प्रदान गर्न सिफारिस गर्छ । साथै राष्ट्रिय प्राकृतिक स्रोत तथा वित्त आयोग ऐन, २०७४ को दफा ३ को उपदफा (१) को खण्ड (घ) एवम् दफा १६ को उपदफा (१) र (२) तथा अन्तरसरकारी वित्त व्यवस्थापन ऐन, २०७४ को दफा ८ को उपदफा (१), दफा १८ को उपदफा (२) र दफा २८ मा आधारित भई नेपाल सरकारले प्रदेश र स्थानीय सरकारलाई हस्तान्तरण गर्ने वित्तीय समानीकरण अनुदान आयोगकै सिफारिसमा हुने गर्छ ।

सङ्घीय एकाइका लागि प्रत्येक आर्थिक वर्षको वित्तीय समानीकरण अनुदान सिफारिस गर्दा ऐनमा व्यवस्था भए अनुसार न्यूनतम, सूत्रमा आधारित र कार्यसम्पादन सूचकको मूल्याङ्कन गरी तीन वटा आधार लिने गरिन्छ । यी मध्ये न्यूनतम् (भूगोल र जनसंख्या) र सूत्रमा आधारित (पूर्वाधारको अवस्था)लाई मुख्य आधार मानिन्छ । यसका लागि आवश्यक तथ्याङ्क सरकारका सम्बन्धित निकायबाट सङ्कलन गरिन्छ, तर कार्यसम्पादन सूचकको मूल्याङ्कनका लागि भने सम्बन्धित प्रदेश र स्थानीय सरकारबाटै विवरण सङ्कलन गर्ने व्यवस्था छ । चालू आ.व. २०८२/०८३ का लागि वित्तीय समानीकरणका लागि छुट्याइएको कुल बजेटको करिब ३४.५ प्रतिशत हिस्सा न्यूनतममा, ६१.५ प्रतिशत हिस्सा सूत्रमा आधारित र चार प्रतिशत हिस्सा कार्यसम्पादन सूचक मूल्याङ्कनका लागि छुट्याइएको छ ।

आयोगले पालिकाको कार्यसम्पादन मूल्याङ्कनका सूचक तयार गर्दा दिगो विकास लक्ष्य, १५औं पञ्च वर्षीय योजनाले तय गरेको राष्ट्रिय लक्ष्य, राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धता लगायत स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४, राष्ट्रिय प्राकृतिक स्रोत तथा वित्त आयोग ऐन, २०७४ र अन्तर सरकारी वित्त व्यवस्थापन ऐन २०७४ लाई आधार मानेको छ ।

> आयोगले कमजोर कार्यसम्पादन भएका पालिकाको सूची तयार गरी क्षमता विकासका कार्यक्रम अगाडि बढाएको छ । सबै पक्षको एकीकृत प्रयासबाट मात्र संविधानले परिकल्पना गरेको वित्तीय सङ्घीयताको लक्ष्य हासिल गर्न सकिन्छ ।

यस अनुसार प्रदेशका लागि ११ र स्थानीय पालिकाका लागि १७ वटा सूचक तयार गरी मूल्याङ्कन कार्यविधि बनाइएको छ । स्थानीय सरकारका लागि तयार गरिएका सूचक मध्ये १४ वटा सूचकले गत आवको कार्यसम्पादनलाई मूल्याङ्कन गर्छन् भने बाँकी तीन वटा सूचक चालू आवको पुस मसान्तभित्र सम्पन्न गर्नुपर्ने कार्यसँग सम्बन्धित छन् ।

यसका लागि चालू आवको प्रथम त्रैमासिक (भदौ १५ गते)भित्र प्रत्येक पालिकालाई आयोगले गत आवको कार्यसम्पादन सूचकहरू सम्पन्न भए/नभएको विवरण सार्वजनिक सूचना मार्फत जानकारी गराएको थियो । यसका अतिरिक्त आयोगले प्रत्येक पालिकालाई इमेल मार्फत कार्यसम्पादन सूचक मूल्याङ्कन प्रतिवेदन पठाउन सूचित गरेको थियो । त्यसपछि कात्तिक महिनामा पुनः अर्को सूचनाद्वारा सम्पूर्ण पालिकालाई जानकारी गराइएको थियो । यस अवधिमा केही पालिकाले आयोगको पत्राचारलाई उचित समयमा सम्बोधन गरे । विवरण प्राप्त नभएका पालिकालाई आयोगको सम्बन्धित शाखाका कर्मचारीले पुस महिनाभर टेलिफोन मार्फत निरन्तर ताकिता गर्दै पालिका अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत तथा सूचना अधिकारीलाई जानकारी गराएका थिए ।

आ.व. २०८२/०८३ को माघ १५ गतेसम्म आयोगले ४४७ (५९.४ प्रतिशत) वटा पालिकाबाट कार्यसम्पादन मूल्याङ्कनका लागि सूचकको विवरण प्राप्त गरेको थियो । प्राप्त विवरणलाई प्रदेशगत रूपमा विश्लेषण गर्दा सबैभन्दा बढी गण्डकी प्रदेश (७८.८ प्रतिशत) र सबैभन्दा कम मधेश प्रदेश (२५.७ प्रतिशत) का पालिका सहभागी भएका थिए । अन्य प्रदेशमा लुम्बिनी (७४.३ प्रतिशत), बागमती (६३.८ प्रतिशत), सुदूरपश्चिम (६२.५ प्रतिशत), कर्णाली (६२ प्रतिशत) र कोशी (६१.३ प्रतिशत) रहेका छन् । यस तथ्याङ्कले गण्डकी प्रदेशका पालिकामा संवैधानिक दायित्वप्रति बढी सचेतता र मधेश प्रदेशका पालिकामा कम चासो रहेको देखिन्छ ।

आयोगले कार्यसम्पादन मूल्याङ्कन सूचक सङ्कलनका लागि सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय, अर्थ मन्त्रालय, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय लगायतका निकाय र पालिकाको वेबसाइटको समेत सहयोग लिएको थियो । यसै क्रममा चालू आ.व. २०८२/०८३ को प्रारम्भिक नतिजा माघ मसान्तभित्र आयोगको वेबसाइटमा राखिएको थियो । यो नतिजा विभिन्न सञ्चारमाध्यममा प्रमुख समाचारका रूपमा प्रकाशित भयो भने सामाजिक सञ्जालमा पनि व्यापक चर्चा भयो । साथै छुट भएका सूचक पुनर्मूल्याङ्कनका लागि दाबी गर्न एक हप्ताको म्याद दिई सूचना प्रकाशित गरिएको थियो ।

आयोगले दिएको एक हप्ताको अवधिमा १७५ (२३.२ प्रतिशत) पालिकाले पुनर्मूल्याङ्कनका लागि निवेदन दिएका थिए । ती मध्ये सबैभन्दा बढी गण्डकी प्रदेश (४५.९ प्रतिशत)का पालिकाले दाबी पेस गरे । पुनर्मूल्याङ्कनको निवेदन दिने विषयमा पनि गण्डकी प्रदेशकै पालिकाहरू अग्रस्थानमा रहनुले त्यहाँका जनप्रतिनिधिमा राजनीतिक चेतना र जनताप्रतिको उत्तरदायित्व उच्च रहेको पुष्टि गर्छ । यस प्रकारको दाबीले आयोगको मूल्याङ्कन प्रक्रियालाई थप पारदर्शी र न्यायोचित बनाउन सहयोग पुग्ने विश्वास गरिएको छ ।

प्राप्त १७५ निवेदनको विश्लेषण गर्दा ११२ (६४ प्रतिशत) पालिकाको दाबी सही ठहरियो । दाबी पुग्ने पालिकामा बागमती प्रदेश (८४.६ प्रतिशत) अग्रस्थानमा रह्यो भने कर्णाली (८३.३ प्रतिशत), सुदूरपश्चिम (७५ प्रतिशत), गण्डकी (६४.१ प्रतिशत), कोशी (५८ प्रतिशत), लुम्बिनी (५४.५ प्रतिशत) र मधेश (२८.५ प्रतिशत) रहेका छन् । यस प्रक्रियाले पालिकालाई आफ्नो जिम्मेवारी र उत्तरदायित्वप्रति सचेत गराउनुका साथै उनीहरूको क्षमता अभिवृद्धिमा पनि सहयोग पुऱ्याएको छ ।

माथिको तथ्याङ्कले करिब ५९.४ प्रतिशत स्थानीय सरकार मात्र आफ्नो संवैधानिक जिम्मेवारीप्रति पूर्ण उत्तरदायी रहेको सङ्केत गर्छ । बाँकी पालिकाको न्यून सहभागिताले उनीहरूमा वित्तीय सङ्घीयताबारे कम जानकारी वा कम चासो रहेको देखिन्छ । केही पालिका अध्यक्षले त 'चार वर्षको अवधिमा कार्यसम्पादन सूचकबारे आज मात्र थाहा पाएँ' भन्नेसम्मको प्रतिक्रिया दिएका थिए ।

यस अवस्थालाई ध्यान दिँदा आयोगले कार्यसम्पादन कमजोर भएका पालिका छनोट गरी प्रशिक्षण कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेको छ । वि.सं. २०८२ असारमा विगत तीन वर्षदेखि कमजोर नतिजा ल्याएका मधेश प्रदेशका १६ वटा पालिकामा प्रशिक्षण तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको थियो । साथै उत्कृष्ट अङ्क ल्याउने पालिकाको स्थलगत अनुगमन समेत गरिएको छ । वि.सं. २०७९ को स्थानीय निर्वाचनपछि सातै प्रदेशका १८० पालिकामा वित्तीय सङ्घीयता र स्थानीय योजना तर्जुमा सम्बन्धी प्रशिक्षण दिइएको थियो । सहभागीले यस्तो प्रशिक्षण निर्वाचनको पहिलो वर्षमै पाएको भए अझ प्रभावकारी हुने प्रतिक्रिया दिएका थिए ।

निष्कर्षमा वित्तीय सङ्घीयताको सफल कार्यान्वयनका लागि सम्बन्धित सरोकारवाला निकाय समयमै सचेत हुन आवश्यक छ । आयोगले कमजोर कार्यसम्पादन भएका पालिकाको सूची तयार गरी क्षमता विकासका कार्यक्रम अगाडि बढाएको छ । सबै पक्षको एकीकृत प्रयासबाट मात्र संविधानले परिकल्पना गरेको वित्तीय सङ्घीयताको लक्ष्य हासिल गर्न सकिन्छ । वि.सं. २०८४ को स्थानीय निर्वाचनपछि सबै निर्वाचित पदाधिकारीका लागि वित्तीय सङ्घीयता र स्थानीय योजना सम्बन्धी अनिवार्य अभिमुखीकरण कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने कानूनी व्यवस्था मिलाउन सके यसको कार्यान्वयन अझ प्रभावकारी हुने विश्वास गर्न सकिन्छ । गोप

वायु प्रदूषणबाट कसरी बच्ने ?

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले वायु प्रदूषणबाट बच्न सबैलाई आग्रह गरेको छ । मन्त्रालयका प्रवक्ता डा. प्रकाश बुढाथोकीले वायु प्रदूषण बढेकाले त्यसबाट बच्न सबैलाई आग्रह गरे । उनले वायु प्रदूषणबाट मुटु, रक्तनली, फोक्सो, दम, क्यान्सर, आँखा, मृगौला लगायतमा समस्या देखिने भएकाले सचेत रहन आग्रह गरे ।

मन्त्रालयका प्रवक्ता बुढाथोकीले दीर्घरोगी र गर्भवती महिलालाई समेत वायु प्रदूषणले असर गर्ने भएकाले त्यस्ता समूह सकभर बाहिर ननिस्कन समेत अनुरोध गरे । वायु प्रदूषणले बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक एवम् दम खोकी जस्ता श्वासप्रश्वास सम्बन्धी दीर्घरोगीलाई बढी असर गर्ने भएकाले विशेष सावधानी अपनाउन समेत मन्त्रालयले आग्रह गरेको छ । मन्त्रालयले सबैलाई बिहान र बेलुका बाहिर ननिस्कन र बाहिर निस्कन परे मास्क लगाउन आग्रह गरेको छ । पुराना गाडीले वायु प्रदूपण बढाउने, वनमा डढेलो, उद्योगधन्दा र विभिन्न निर्माण सामग्रीमा भएका धुलोधुँवाका कारणले प्रदूषण बढेको उहाँको भनाइ छ ।

अझै एक हप्ता काठमाडौंमा प्रदूषण रहने मन्त्रालयले जनाएको छ । वायु प्रदूषणको कारण काठमाडौं उपत्यकाको आकाश धुम्म छ र घाम लाग्न सकेको छैन । वातावरण विभागका अनुसार केही दिनमा मौसमी प्रतिकूलताका कारण देशका विभिन्न भागमा प्रदूषणको स्तर बढ्दै गइरहेको छ । विशेषगरी काठमाडौं, पोखरा लगायत देशका ठूला सहरमा मसिना कणहरु बढेको जनाइएको छ । प्रदूषणका कारण मान्छेमा अनेकौं समस्या देखिरहेका छन् । सास फेर्न समस्या, एलर्जी, दम, मुटु सम्बन्धी रोग आदिका बिरामी बढिरहेका छन् । बढ्दे प्रदूषणबाट बच्नका लागि केही उपाय गर्न निकै जरुरी छ ।

मास्कको प्रयोग

प्रदूषणबाट बच्न एन ९५ वा पी १०० मास्क प्रयोग गर्नुहोस् । यो मास्कले हानिकारक कणहरू र प्रदूषकहरूलाई शरीरमा प्रवेश गर्नबाट रोक्न मद्दत गर्दछ । विशेषगरी बाहिर निस्कँदा मास्कको प्रयोग अनिवार्य गर्नुहोस् ।

घरमा एयर प्युरिफायरको प्रयोग

घरभित्र पनि हावाको गुणस्तर कायम राख्न एयर प्युरिफायरको प्रयोग गर्नुहोस् । प्युरिफायरले हावामा रहेका हानिकारक कणहरूलाई फिल्टर गर्छ र घरभित्र शुद्ध हावा प्रवाहमा सघाउँछ ।

हराभरा ठाउमा समय बिताउनुहोस्

सकेसम्म, सम्भव भएसम्म पार्क र बगैंचा जस्ता हराभरा ठाउँहरूमा समय बिताउनुहोस् । यी ठाउँहरू तुलनात्मक रूपमा कम प्रदूषित हुन्छन् र यहाँको हावा अलि सफा हुन्छ ।

घरभित्रै गर्नुहोस् शारीरिक गतिविधि

प्रदूषण बढेको समयमा बिहान सबेरै वा बेलुका घरबाहिरको सट्टा घरभित्रै व्यायाम गर्नुहोस् । प्रदूषक कणहरू साससँगै शरीरमा प्रवेश गर्न सक्ने भएकोले बाहिर हिँडडुल सकेसम्म कम नगर्नुहोस् ।

रूख रोप्नुहोस्

रुख रोप्नु दीर्घकालीन समाधान हो । सकेसम्म धेरै रूखहरू रोप्नुहोस् र आफ्नो वरपरको क्षेत्रमा हरियाली बढाउने प्रयास गर्नुहोस् । यसले प्रदूषण नियन्त्रण त गर्छ नै वातावरणलाई पनि हरियाली बनाउँछ ।

सवारीसाधनको प्रयोग घटाउने

प्रदूषण कम गर्न सार्वजनिक यातायातको बढी प्रयोग गर्नुहोस् । हिँड्दा वा साइकल चलाउँदा प्रदूषण कम गर्न मद्दत गर्छ । विद्युतीय सवारीसाधनको प्रयोग पनि राम्रो विकल्प हो ।

झ्याल र ढोका बन्द राख्नुहोस्

वायु गुणस्तर सूचकांक (एक्यूआई) धेरै भएको समयमा घरमा पनि झ्याल र ढोका बन्द गरेर राख्नुहोस् ताकि बाहिरबाट प्रदूषित हावा घर भित्र आउन नसकोस् ।

प्राकृतिक वायु शुद्धीकरण प्लान्ट

घरमा नीम, तुलसी, एलोभेरा र मनी प्लान्ट जस्ता बिरुवाहरू रोप्नुहोस् । यस्ता बोटबिरुवाले पनि प्राकृतिक रूपमा हावाको गुणस्तर सुधार्न मद्दत गर्छ ।

आफ्नो आहारको ख्याल राख्नुहोस्

शरीरमा प्रदूषणको प्रभाव कम गर्न एन्टि अक्सिडेन्टयुक्त खानेकुराको सेवन गर्नुपर्छ । भिटामिन सी र ओमेगा-३ फ्याटी एसिडको सेवनले शरीरलाई प्रदूषणसँग लड्ने क्षमता प्रदान गर्छ । पर्याप्त मात्रामा पानी पिउनुहोस् ताकि शरीरबाट विषाक्त पदार्थ बाहिर निकाल्न सकियोस् ।

निर्देशिकाहरू पालना गर्नुस्

प्रदूषण कम गर्न सरकारले जारी गरेको निर्देशन र नियमको पालना गर्नुहोस् । फोहोरलाई नजलाउनुहोस् ।

प्रदूषण रोकथाम गर्न व्यक्तिगत जिम्मेवारीका साथै सामुदायिक सहयोग पनि चाहिन्छ । वातावरणलाई स्वच्छ बनाउन समुदायका हरेक व्यक्तिको योगदान आवश्यक छ । तर माथि बताइएका यी उपायहरू अपनाएर हामी यो गम्भीर समस्यालाई रोक्न र राम्रो वातावरण सिर्जना गर्न सक्छौं ।

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

मेष (चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ) बुद्धिको उपयोगले धन आर्जन गर्ने समय रहेको छ, आफ्नो विचारले धेरैलाई प्रभावित बनाउन सकिनेछ, शुभ खबर सुन्न पाइने छ ।

बृष (इ, उ, ए, ओ, बा, बि, बु, बे, बो) दिन मध्यम छ, शरीरमा स्फूर्ति पैदा हुनेछ, अनावश्यक चिन्ता हटेर जानेछ, अचानक यात्रा तथा खर्च हुने योग छ सतर्क रहनुहोला ।

मिथुन (का, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, ह) धार्मिक तिर्थयात्रा हुनेछ, यो समयमा साथीभाइको पूर्ण सहयोग पाइने छ, शत्रुमाथि विजय हुने योग छ ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो) लामो समयदेखि भएको स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्या हटेर जानेछ, पशुचौपायाबाट यथेश्ठ लाभ मिल्नाले मन हर्षित रहला ।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे) दिन मध्यम छ, बोलिको भरमा काम बन्नेछ, राम्रै बोल्दा पनि नराम्रो सुनीन सक्छ, स्वास्थ्यमा समस्या देखिने छ ।

कन्या (टो, प, पि, पु, ष, ण, ठ, पे, पो) दिन मध्यम रहेको छ, चोटपटकको सम्भावना छ, लामो यात्रा नगर्नुहोला, पारिवारिक सहयोग मिल्नाले आनन्द पैदा हुनेछ ।

तुला (र, रि, रू, रे, रो, ता, ति, तु, ते) विपरीत लिङ्गिसाथीबाट साथ र सहयोग प्राप्त हुनेछ, पराक्रममा वृद्धि हुनेछ, तपाईको समय उत्तमसिद्धी रहेको छ ।

बृश्चिक (तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, यि, यु) समय बलवान रहेको छ, यो अवधिमा नयाँ कामको थालनी गर्नुभएमा तपाईको लागि लाभदायक हुनेछ, प्रेम सम्बन्ध सुमधुर रहला ।

धनु (ये, यो, भ, भि, भु, ध, फा, ढ, भे) स्वास्थ्य प्रतिकुल बनेर जानेछ, अनावश्यक झमेलामा फसिने योग रहेको छ, यो अवधिभर कसैसँग वादविवाद नगर्नुहोला ।

मकर (भो, ज, जि, खि, खु, खे, खो, गा, गि) पराक्रम बढेर जानेछ, बिग्रन लागेको काम बनिनाले हौशला बढ्ने छ, छोटो दुरीको यात्रा हुनेछ, मन हर्षित रहला ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सि, सु, से, सो, द) समय 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) लामो दुरीको यात्रा हुनेछ, भाग्यले साथ दिनेछ, कार्यसिद्धिको योग परेको छ, टाढिएका मित्रजनसँग भेटघाट हुने समय रहेको छ ।

मिति २०८२/११/२६ सोमबारको
सुनचाँदी मूल्य
छापावाला
सुन प्रति तोला
रु. ३,१७,०००/-
चाँदी
प्रति तोला
रु. ५७२०/-

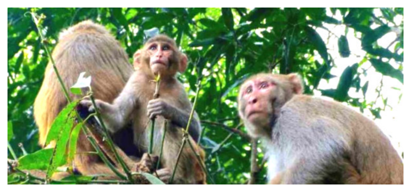
पोखरीमा घोंगी टिप्दै सुनसरीको भोक्राहा नरसिंह गाउँपालिका-८ स्थित पोखरीमा घोंगी टिप्दै स्थानीय। घोंगीमा प्रशस्त प्रोटिनको मात्रा हुने, फ्याट र क्यालोरी कम हुने, वजन नियन्त्रण गर्न तथा मधुमेहका बिरामीलाई फाइदाजनक हुने चिकित्सक बताउँछन्। **तस्वीर : रासस**

बाँदर आतङ्कले जमिन बाँझिँदै

भोजपुर, फागुन २६। भोजपुरमा पछिल्लो समय बढ्दो बाँदर आतङ्कका कारण खेतीयोग्य जमिन बर्सेनि बाँझिँदै गएको छ। अन्नबाली जोगाउन नसक्ने अवस्था सिर्जना भएपछि किसान खेतीपाती छाड्न बाध्य भएका छन् भने कतिपय परिवारले वैकल्पिक रोजगारी र सुरक्षित बसोबासको खोजीमा बसाइँसराइ रोजेका छन्। बाँदरको निरन्तर उपद्रोका कारण ग्रामीण बस्ती क्रमशः सुनसान बन्दै गएका छन्।

स्थानीय कृषकका अनुसार बाँदर समूहमा आउने र पाक्नै लागेको बाली लक्षित गरी आक्रमण गर्ने गर्छन्। खेत वरिपरि कराउँदै हल्ला गरे पनि केही समयपछि पुनः फर्किने भएकाले नियन्त्रण गर्न झन कठिन भएको छ। कतिपयले डर देखाउने आकृति बनाएका छन्। खेतबारीको डिलमा कटेरा बनाएर पालैपालो खेत कुर्ने प्रयास गरे पनि दीर्घकालीन समाधान हुन सकेको छैन।

मानेभञ्ज्याङ क्षेत्र अन्तर्गत पर्ने रामप्रसादराई गाउँपालिका-५ (साविक वडा नं. ८ र ९) मा समस्या गम्भीर देखिएको छ। स्थानीय जगतबहादुर तामाङका अनुसार यस क्षेत्रका करिब ९८ प्रतिशत बासिन्दा बसाइँ सरेपछि गाउँ प्रायः रित्तिएको छ।



अर्चले, भोर्लेनी, दमाईंछाँप, गुराँसे राणा गाउँ, थाक्ले र मोहोरिया लगायत बस्तीमा अहिले अधिकांश घर जीर्ण र खाली अवस्थामा छन्। एक समय हराभरा देखिने खेतबारी बाँझै छाडिएका छन्। खेतका कान्ला र पाखा झाडीले ढाक्न थालेका छन् भने कतिपय स्थानमा बारी नै जङ्गलमा परिणत हुन थालेको छ। उत्पादनमुखी जमिन उपयोगविहीन बन्दै जाँदा स्थानीय अर्थतन्त्रमा प्रत्यक्ष असर परेको छ। किसानका अनुसार मकै, कोदो, फापर, गहुँ, आलु तथा तरकारीजस्ता अन्नबाली बाँदरले नष्ट गरिदिने गरेको छ।

जिल्लाका अन्य स्थानीय तहमा पनि बाँदर समस्या उस्तै गम्भीर रहेको कृषकको गुनासो छ। कृषि नै मुख्य आम्दानीको स्रोत रहेको ग्रामीण परिवार आर्थिक रूपमा मारमा परेका छन्। युवापुस्ता रोजगारीका लागि बाहिरिएपछि बचेका ज्येष्ठ नागरिक र महिलामाथि खेतबारीको जिम्मेवारी थपिएको छ, तर बाँदर आतङ्कका कारण उनीहरू पनि निरुत्साहित भएका छन्।

स्थानीय सरोकार भएका निकायका अनुसार वनक्षेत्र नजिकका बस्तीमा समस्या बढी छ। मानवीय बस्ती घट्दै जाँदा बाँकी रहेका बाँदर बस्ती केन्द्रित बनेका छन्। दीर्घकालीन रूपमा समस्या समाधान नगरे गाउँ रित्तिँदै जाने तथा खेतीयोग्य जमिन पूर्णरूपमा बाँझिने खतरा बढ्दै गएको किसानको भनाइ छ।

बाँदर नियन्त्रणका लागि प्रभावकारी नीतिनिर्माण, वैज्ञानिक व्यवस्थापन, सामुहिक बाली सुरक्षा प्रणाली, क्षतिपूर्ति व्यवस्था तथा वैकल्पिक खेती प्रविधिको विकास आवश्यक रहेको स्थानीयको भनाइ छ। साथै, स्थानीय तह र सम्बन्धित निकायबीच समन्वय गरी ठोस कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्ने किसानको माग छ।

समयमै प्रभावकारी पहल नभए कृषिमा आधारित जीविकोपार्जन सङ्कटमा पर्ने स्थानीय जानकारहरुले बताउने गरेका छन्। बाँदरका कारण ग्रामीण बस्तीको सामाजिक संरचनामै दीर्घकालीन असर पर्ने देखिएको छ।

पतञ्जलिको वार्षिकोत्सव

कमल, फागुन २६। पतञ्जलि योग कमल गाउँ समितिको ११औं वार्षिकोत्सव सम्पन्न भएको छ ।

कमल-३ मा भएको वार्षिकोत्सव कार्यक्रमको उद्घाटन महिला पतञ्जलि योग समिति झापाकी अध्यक्ष प्रेमकला निरौलाले गरेकी थिइन्।

कार्यक्रमको पूर्व सन्ध्यामा आयोजित हाजिरी जवाफ प्रतियोगितामा कमल गाउँपालिकाभित्र सञ्चालनमा रहेका विभिन्न योग साधना केन्द्रबाट सहभागी रहेका थिए।

सहभागी टिममध्ये प्रथम पञ्चदेव साधना केन्द्र कमल-७, द्वितीय सन्तानेश्वर साधना केन्द्र कमल-६ र तृतीय सिंहदेवी साधना केन्द्र कमल-३ रहेको आयोजकले जनाएको छ। कमल गाउँपालिका भित्र सञ्चालनमा रहेका विभिन्न साधना केन्द्रमा नियमित उपस्थित हुने साधक साधिकालाई समेत पुरस्कृत गरिएको थियो ।

पुरस्कृत हुनेहरुमा मन्दिरा कटुवाल, गोमा दंगाल, लोकबहादुर अधिकारी, लीला शाही, देवीकुमारी संग्रौला, सुमित्रा पौडेल, होमादेबी भट्टराई, चन्द्रकला गुरागाँई रहेको महिला पतञ्जलि योग समिति कमलकी अध्यक्ष मीना ओझाले बताइन्।

पतञ्जलि योग कमल गाउँसमितिका अध्यक्ष तिलोचन गौतमको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा पतन्जलि योग कोशी प्रदेश समितिका महामन्त्री लक्ष्मीप्रसाद काफ्ले, महिला पतञ्जलि योग झापा जिल्ला समिति अध्यक्ष प्रेमकला निरौला, सदस्य घनश्याम प्याकुरेल, दमक नगर महिला समिति अध्यक्ष उमा पाठक, सिंहदेवी मन्दिर व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष धनराज गिरी लगायतले योगले मानव जीवनमा पुर्‍याएको फाइदाका बारेमा चर्चा गर्दै वार्षिकोत्सव सफलताको शुभकामना दिएका थिए।

उपाध्यक्ष प्रेम विमलीले स्वागत गरेको कार्यक्रमको सञ्चालन महामन्त्री मोहनलाल खनालले गरेका थिए। पछिल्लो समय कमल गाउँपालिकामा योग साधनातर्फ सर्वसाधारणको आकर्षण बढ्दै गएको पाइएको छ।

प्रेस क्लव दमकमा लामा

दमक, फागुन २६। दमकलाई वेश बनाएर सक्रीय पत्रकारिता गरिरहेका सञ्चारकर्मीहरु 'प्रेस क्लव दमक'मा संगठित भएका छन्।

दमकमा भएको पत्रकारहरुको भेलाले 'प्रेस क्लव दमक' गठन गरेको हो। भेलाले तत्काललाई नौ सदस्यीय कार्यसमिति चयन गरेको छ। 'प्रेस क्लव दमक' नाम दिएको सो संस्थामा अध्यक्ष डिकेश लामा रहेका छन्। जसमा उपाध्यक्ष विष्णुप्रसाद पौडेल, सचिव मिलन आचार्य, कोषाध्यक्ष रीना बुढाथोकी, सहसचिव सुजन गौतम रहेका छन्।

कार्यसमिति सदस्यहरुमा ह्यारी राजवंशी, कृतिका कट्टेल, मनिश बराल र रोजिना भण्डारी रहेका छन्। नवगठित समितिले तत्कालिन र दीर्घकालिन कार्यसूची बनाएर गतिविधि बढाउने भएको छ। कार्यसमितिको तत्कालिन कार्यक्रममा संस्था दर्ता, विधान निर्माण, संस्थाको गतिविधि र नवपुस्ताका पत्रकारहरुलाई तालिम गराउने जस्ता कार्य सम्पादन गर्ने निर्णय गरेको अध्यक्ष लामाले जानकारी दिए।

नव गठित क्लवमा झापाको माईपश्चिम र इलामको दक्षिणी क्षेत्रका सञ्चारकर्मीहरु समेटिने संस्थाका सचिव मिलन आचार्यले जानकारी दिए। उनका अनुसार 'प्रेस क्लव दमक'को कार्यसमितिले तत्काललाई पाँच सदस्यीय सल्लाहकार समिति समेत निर्माण गरेको छ, जसको संयोजक गिरीराज भट्टराई रहेका छन्।

व्यावसायिक फलफूल खेतीतर्फ भुल्केका किसानको आकर्षण

भोजपुर, फागुन २६। भोजपुरको रामप्रसादराई गाउँपालिका-३ भुल्के क्षेत्रका किसान पछिल्लो समय व्यावसायिक फलफूल खेतीतर्फ आकर्षित भएका छन्।

स्थानीय तहबाट आवश्यक आर्थिक, प्राविधिक तथा सामग्री सहयोग प्राप्त हुन थालेपछि परम्परागत निर्वाहमुखी खेती प्रणालीलाई विस्तार गर्दै किसान व्यावसायिक कृषि प्रणालीमा उन्मुख भएका हुन्।

भोजपुरका किसानले हाल सुन्तला, एभोकाडो, कागती, जुनार लगायत फलफूलको व्यावसायिक खेती शुरु गरेका छन्। केही किसानले मिश्रित खेती प्रणाली अपनाउँदै फलफूलसँगै मौसमी तरकारी उत्पादन समेत गर्दै आएका छन्। अनुकूल हावापानी, उर्वर माटो र उपयुक्त भूगोलका कारण भुल्के क्षेत्र फलफूलखेतीका लागि सम्भावनायुक्त मानिएको छ।

स्थानीय कृषक सीता खड्काका अनुसार वडा र गाउँपालिकाबाट प्राप्त सहयोगले खेतीप्रति उत्साह बढाएको छ। 'पहिले सामान्य किसिमले खेती गर्थ्यौं, उत्पादन पनि सीमित हुन्थ्यो' -उनले भनिन्। उनका अनुसार व्यावसायिक खेतीबाट आम्दानी बढ्ने अपेक्षा गरिएको छ, जसले परिवारको आर्थिक अवस्था सुधार गर्न सहयोग पुग्ने विश्वास गरिएको छ।

वडा कार्यालयका अनुसार कृषिलाई आयआर्जनको दिगो माध्यम बनाउने लक्ष्यसहित योजनाबद्ध रूपमा कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ।

किसानको माग र व्यावसायिक योजनाका आधारमा विभिन्न जातका फलफूलका बिरुवा, मल, बीउबिजन वितरण गरिँदै आएको छ। साथै प्राविधिक जनशक्ति मार्फत बाली व्यवस्थापन, रोग नियन्त्रण र आधुनिक खेती प्रविधिबारे तालिम समेत प्रदान गरिँदै आएको जनाइएको छ।

भूगोल र माटो सुहाउँदो खेती प्रणालीमा विशेष जोड दिइएको वडाध्यक्ष रामु थापा मगरले बताए। फलफूल तथा तरकारीखेतीलाई प्रोत्साहन गर्न 'एक घर-एक टनेल' कार्यक्रम अघि बढाइएको छ भने सिँचाइ सुविधा विस्तारका लागि सिँचाइ पोखरी निर्माणको काम समेत भइरहेको छ।

उत्पादन वृद्धि भएसँगै बजारीकरणमा समस्या नआओस् भनेर बजार व्यवस्थापनका विषयमा पनि योजना बनाइएको वडाले जनाएको छ। उत्पादन हुने अवस्थामा सङ्कलन केन्द्र स्थापना र ढुवानी व्यवस्थापनमा सहयोग गर्ने तयारी रहेको बताइएको छ।

स्थानीय सरकारको पहल, प्राविधिक सहयोग र किसानको मेहनतले भुल्के क्षेत्रलाई फलफूल उत्पादनको उदीयमान केन्द्रका रूपमा विकास गर्ने सम्भावना देखिएको छ। व्यावसायिक खेती विस्तारसँगै रोजगारी सृजना, आयवृद्धि र ग्रामीण अर्थतन्त्र सुदृढ हुने स्थानीय जानकारहरूको भनाइ छ।

भरुवा बन्दुकसहित एकजना पक्राउ

संखुवासभा, फागुन २६। संखुवासभाको भोटखोला गाउँपालिका-४ बाट एक नाल भरुवा बन्दुकसहित एक जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ।

पक्राउ पर्नेमा सोही स्थानका धनमान विश्वकर्मा रहेका छन्। विश्वकर्माले घरमा भरुवा बन्दुक लुकाई छिपाई राखेको छ भन्ने विशेष सूचनाको आधारमा इलाका प्रहरी कार्यालय हेदाङनाबाट खटिएको प्रहरी टोलीले उनलाई पक्राउ गरेको हो।

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 क्याटरिङ तथा पार्टी भोजका लागि चाहिने सम्पूर्ण दूग्ध 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
सम्पर्कः ९८१८७९३९८६, ९८५२६८८९८६

हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्
सेक्युरिटीमा जागिर खानु परे वा सेक्युरिटी चाहिएमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। हामी तपाईहरुको आवश्यकता पूरा गर्नेछौं।
नोटः 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

कार्की ट्याक्सी सर्भिस
दमक-बिर्तामोड-दानाबारी-जितपुर-मंगलबारे दैनिक सेवा रिजर्वको 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

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 लागी दृष्टि सधैंका लागी दृष्टि

अब बिर्तामोडमा
डा. पितामबर ठाकुर
MBBS. MD(TU)
NMC NO. 1914
मेची अञ्चल अस्पतालका Ex-Superintendent वरिष्ठ फिजिसियन
हरेक दिन बिहान ११:०० देखि १:०० र दिउसो ३:०० देखि ५:०० बजेसम्म
के तपाईलाई तलका मध्ये कुनै समस्या छ ?
पेट सम्बन्धी समस्या, मुटु सम्बन्धी समस्या, राति निद्रा नलाग्ने, छाती दुख्ने, फोक्सो सम्बन्धी समस्या, बाथ, थाईराईड, रक्तचाप, मधुमेह
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

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

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

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 गर्नु परेमा सधैं सम्झनुहोस्।
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।*
सम्पर्कः शिवसताक्षी, कन्काई, बिर्तामोड, धुलाबारी, अर्जुनधारा, बुधबारे
देवराज गिरी
९८१३६७६६२२/९८४२०७०५८६/९७०६१९६४०६

विशेषज्ञ डाक्टरहरूको सेवा अब
कान्तिपुर मेडिसीन सेन्टर
उपचार हुने रोगहरू :
- उच्च रक्तचाप (Blood pressure)
- सुगर, हर्मोन, थाइराइड विशेषज्ञ
- वरिष्ठ मानसिक रोग विशेषज्ञ
- वरिष्ठ छाला, यौन रोग विशेषज्ञ
- वरिष्ठ बाल रोग विशेषज्ञ
- स्त्री तथा प्रसुति रोग विशेषज्ञ
यहाँ रेबिजबिरुद्धको भ्याक्सीन लगाइन्छ। साथै प्याथोलोजी सेवा पनि उपलब्ध छ।
अदुवा पुल छेउ गणेश पेट्रोल पम्पसँगै बिर्तामोड, झापा (फोनः ०२३-५३२८४५)

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

UNited International Group
UAE मा रोजगारीको अवसर
७ दिनमा भिषा आउने
कम्पनीः 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

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।**
सम्पर्कः ९८०१४०१३००, ९८०१४२७३०१, ९८०१४२७३०३
बिर्तामोड, झापा

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

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

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

हाडजोर्नी तथा नसाका समस्याहरूको सफल उपचार
पूर्वाञ्चलकै पहिलो तथा एकमात्र फरक चिकित्साको उपचार स्पार्क पूर्वाञ्चल अस्पताल बिर्तामोड झापामा हाडजोर्नी तथा नसाका बिरामीहरुको सफल उपचार ।
जाँच तथा उपचार हुने समस्याहरु
- गर्धन, ढाड, कम्मर दुख्ने, डिस्स प्रोल्याप्स, नसा च्यापिएको, हड्डी खिइएको
- बाथ रोग, युरिक एसिड बढेको, आर्थराइटिस, जोर्नी दुख्ने, जोर्नी जाम भएको
- शरीर झमझमाउने, पोल्ने, लाटो हुने, काम्ने,
- प्यारालाइसीस तथा हिंड्न गाह्रो हुने शरीरको एक वा दुबै भाग नचल्ने, मुख बाङ्गिएको बिरामीलाई भर्ना गरी विशेष उपचार गरिन्छ ।
- प्लाराइसीस भएका तथा हिंड्न नसक्ने बिरामीका लागि अस्पतालमा भर्ना गरी विशेष उपचार गरिन्छ।
स्पार्क पूर्वाञ्चल अस्पताल, कनकाई रोड
नेपाल टेलिकम पूर्व बिर्तामोड, झापा
(फोन : ०२३-५३०१२३, ९८०३१५४६१९, ९८१४०३२६६२, ९७६२९००२८८)