मोफसलको सर्वाधिक लोकप्रिय राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वाञ्चल

श्रीअन्नु प्रकाशन (प्रा.)लि.

Purwanchal National Daily

◆ वर्ष : ३१ ◆ अङ्क : ८० ◆ पृष्ठ ४ ◆ बिर्तामोड ◆ वि.सं. २०८२ माघ २२ गते बिहीबार (Thursday, 5 February. 2026) नेपाल सम्वत् ११४६ Web : www .purwanchaldaily.com ◆ मूल्य रु. : ५/- भारतमा भारु. : ४/-

जर्जिया पठाइदिन्छु भन्दै ठगी

काठमाडौं, माघ २१। वैदेशिक रोजगारीमा आकर्षक तलबको प्रलोभनमा पारी जर्जिया पठाइदिन्छु भन्दै रकम ठगी गरेको अभियोगमा कागेश्वरी मनोहरा नगरपालिका-६ बस्ने काभ्रे महाभारत गाउँपालिका-६ घर भएका ५२ वर्षीय पूर्णबहादुर वाईवालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ।

पुर्ण बहादुरले जर्जिया पठाइदिन्छु भन्दै एक जनाबाट ६ लाख ५० हजार रूपैयाँ लिई सम्पर्कविहीन भएको भन्ने उजुरीको आधारमा काठमाडौं उपत्यका

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

कांग्रेसले भन्यो

झापा ५मा कसैसँग गठबन्धन हुँदैन

झापा, माघ २१। नेपाली कांग्रेसले झापा-५मा गठबन्धनको हल्ला चलाइएको भन्दै खण्डन गरेको छ। कांग्रेस झापा-५ क्षेत्रीय समितिले कुनै पार्टीसँग गठबन्धन गर्ने विषयमा छलफल नभएको भन्दै त्यस्ता भ्रामक र कपोकल्पित हल्लाका पछि नलाग्न आग्रह गरेको हो।

क्षेत्रीय सभापति ढुण्डीराज भण्डारीले बिज्ञप्ति जारी गर्दै निर्वाचनको समयमा केही व्यक्तिहरूले सामाजिक सञ्जालमार्फत कपोकल्पित समाचार फैलाएर कार्यकर्ता र मतदातामा भ्रम सिर्जना गर्न खोजेको प्रति पार्टीको ध्यानाकर्षण भएको उल्लेख गरेका छन्। उनले भनेका छन्- नेपाली कांग्रेसका केन्द्रीय सभापति गगन थापाले निर्वाचन अगाडि कुनै अर्को दलसँग गठबन्धन नहुने स्पष्ट पारिसक्नुभएको छ। कांग्रेस आफ्नो प्रतिबद्धतामा अडिग छ। शुभचिन्तक र कार्यकर्ताहरूलाई कुनै पनि भ्रम वा अफवाहको पछि नलाग्न अनुरोध छ।

विज्ञप्तिमा आगामी २०८२ साल फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा सदस्यको निर्वाचनमा पार्टीका उम्मेदवार मन्धरा चिमरिया पौड्यालालाई अत्यधिक मतले बिजयी गराउन सम्पूर्ण कार्यकर्तालाई निर्वाचन केन्द्रित कार्यक्रममा एकजुट हुन आह्वान गरिएको छ। पार्टीले आम मतदाताहरूलाई कांग्रेसको चुनाव चिन्ह रूखमा मतदान गर्न र भ्रामक हल्लाको पछि नलाग्न आग्रह गरेको छ।

सभापति भण्डारीले सबै गतिविधिको पार्टीले सूक्षम मूल्यांकन गरेर रेकर्डमा राखिने बताउँदै निर्वाचनको संबेदनशील घडीमा कांग्रेसका उम्मेदवारलाई प्रतिकूल असर पर्ने कुनै गतिबिधिबाट सचेत रहन समेत नेता कार्यकर्तालाई आग्रह गरेको छ। झापा-५मा नेकपा एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा ओली र रास्वपा वरिष्ठ

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

पलायन हुँदै पहिचानबादीहरु

प्रभाव बढाउँदै नयाँ, प्रतिस्पर्धा पुरानाकै

पाँचथर, माघ २। पछिल्लो समय पहिचानवादी नेता कार्यकर्ता पलायन हुँदै गएको पाइएको छ। पहिचानवादीहरुको गढमा नयाँ भनिएका शक्तिहरुले प्रभाव जमाउँदै गएका छन्।

कुनैबेला पाँचथर जिल्ला लिम्बुवान आन्दोलनको गढ मानिन्थ्यो। २०६२-०६३को जनआन्दोलन पश्चात अरुण पूर्वका ९ जिल्लालाई लिम्बुवान स्वायत्त राज्य घोषणा गर्न माग गर्दै आन्दोलन गरेका दल र दबाब समूह पाँचथरमै भेला भएर रणनीति बनाउने गर्थे।

२०६४ सालको निर्वाचन पूर्व निकै संघठित रुपमा अगाडि बढेको संघीय लिम्बुवान राज्य परिषद् पहिलो संविधान सभाको निर्वाचनसम्ममा २ चिरा भयो। सञ्जुहाङ पालुङ्वा नेतृत्वमा रहँदा असहमति राख्दै बाहिरिएका कुमार लिङ्देन र त्यसपछि छुट्टै दबाव समूह- (लिम्बुवान क्रान्तिकारी)गठन गरेका मिसेकहाङ थाम्सुहाङ बेग्लाबेग्लै समूहमा गतिविधि गरिरहँदा पनि उनीहरुको मुद्दा साझा थियो।

२०६४ र २०७० सालको निर्वाचनमा यी समूह कहिले निर्वाचनमा जाने त कहिले बहिष्कार गर्न उद्वत रहे। २०७४ सालको निर्वाचनमा साविक १ नम्बर प्रदेशबाट कुमार लिङ्देन नेतृत्वको संघीय लिम्बुवान राज्य परिषद्ले कोशी प्रदेशसभामा समानुपातिक तर्फबाट एकसिट जितेको पनि थियो।

यद्यपि २०७९ सालसम्म आइपुग्दा लिम्बुवानजन्य दलले प्रत्यक्षतर्फ एकसिट पनि जितेनन्। त्यो बेलासम्म तत्कालीन एक नम्वर प्रदेशमा पर्ने अरुण पूर्वका ९ जिल्लालाई ऐतिहासिक पृष्ठभूमिका आधारर्मा लिम्बुवान राज्य नामकरण गरिनुपर्छ भन्दै आन्दोलन गर्न पहिचानवादीहरु एक भएर लागीपरेका थिए।

तस्वीरः इन्टरनेट

तर, पहिचानबादी दलका तर्फबाट सदनमा उपस्थितिसम्म नहुँदा नीतिगत निर्णयमा कमजोरी हुनु स्वभाविक हो। त्यही बेला प्रदेशसभाबाट एक नम्बर प्रदेशलाई 'कोशी' नामकरण गरियो। त्यसपछि कहिले एक नम्वर प्रदेश पुनः नामाङ्कन त कहिले मुक्कुम्लुङ बचाऊ अभियानका नाममा आन्दोलन गरेपछि ती दुवै निष्कर्षमा पुगेका छैनन्।

पछिल्लो समय पहिचानबादी मोर्चाका संयोजक डकेन्द्रसिंह थेगिम नै उज्यालो पार्टी नेपालमा प्रवेश गरेपछि उनी पहिचानवादी नेता कार्यकर्ताबाटै आलोचित बनेका छन्। चुनाब नजिकिँदै जाँदा पहिचानबादी नेता कार्यकर्ता तितर वितर भएका छन्।

कुनैबेला मञ्च सम्बद्व संघीय लिम्बुवान राज्य परिषद्को जिल्ला अध्यक्ष हुँदै केन्द्रीय उपाध्यक्षसम्म बनेका पाँचथरका लावाहाङ चेम्जोङ पछिल्लोपटक हर्क साम्पाङ नेतृत्वको श्रम संस्कृति पार्टीमा सक्रिय छन्। लिम्वुवान राज्य परिषद्को सचिव हुँदै अध्यक्षसम्म बनेका कमलराज नेम्वाङ अहिले जनता समाजबादी पार्टीमा छन् भने लिम्वुवान र लोकतान्त्रिक राष्ट्रिय मञ्चमा लामो समय काम गरेका दिलेन्द्र सुव्वा सहितका नेताहरु उज्यालो पार्टीमा पुगेका छन्।

कतिपय कांग्रेस, एमाले र नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीमा प्रवेश गरिसकेका छन्। विचार र उद्देश्य एउटै भए पनि फुट्ने क्रम जारी रहेकाले लिम्बुवान राज्य प्राप्ति तत्काल सम्भव नभएको निष्कर्ष निकाल्दै आफूले दल परित्याग गरेको नेता लावाहाङ चेम्जोङ बताउँछन्। साविक १ नम्बर प्रदेशलाई कोशी प्रदेश नामकरण गरेपछि पहिचानवादी मोर्चाका नामबाट आन्दोलन गरेका नेता कार्यकर्ताले पनि लिम्बुवानजन्य संगठन छोड्न थालेका छन्।

अधिकांशले समयसँगै राजनीतिक परिवेश परिवर्तन भएको भन्दै आफ्नो थातथलो छोडेको बताएका छन्। धेरैजसो लिम्वुवान, पहिचानवादी मोर्चा र जनता समाजवादी पार्टीका अधिकांश कार्यकर्ता अन्यौलमा छन्।

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

वैदेशिक रोजगार र बैंकिङ कसूरमा पक्राउ

झापा, माघ २१। बैदेशिक रोजगार र बैंकिङ कसूरसम्बन्धी छुट्टाछुटै मुद्दामा शिवसताक्षी नगरपालिकाबाट दुई जना पक्राउ परेका छन्।

वैदेशिक रोजगार विभाग, ताहाचल काठमाडौंमा वैदेशिक रोजगार सम्बन्धी कसूरमा फरार प्रतिवादी कमल पनेरु (३८, शिवसताक्षी-४) लाई इलाका प्रहरी कार्यालय शिवगञ्जको टोलीले पक्राउ गरेको हो। उनलाई वैदेशिक रोजगार विभाग, ताहाचल काठमाडौंमा लगिएको छ।

त्यस्तै मंगलवार दिउँसो करिब ४ बजे बैंकिङ कसूर

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

क्यान्सरको जोखिम बढ्दो

भद्रपुर, माघ २१। झापाको बिर्तामोड-४की सावित्री राजवंशीको ५६ वर्षको उमेरमा स्तन (ब्रेस्ट) क्यान्सरका कारण निधन भयो। क्यान्सर लागेको थाहा पाउँदा उनको रोग चौथो स्टेजमा पुगेको थियो।

अस्पतालमा जाँच गर्दा ढिलो भइसकेको भन्दै चिकित्सकले उपचार शुरु गरे पनि चार वर्षसम्म निरन्तर उपचाररत् रहँदै उनले संसार त्यागिन्। परिवारले सक्दो प्रयास र सहयोग गरे पनि समयमै रोग पहिचान नहुँदा उनको ज्यान जोगाउन सकिएन।

त्यस्तै भद्रपुर नगरपालिका-८का देवेन्द्रकिशोर ढुङ्गाना भने क्यान्सरलाई जितेर अहिले सामान्य जीवन बिताइरहेका छन्। हाल ६५ वर्ष पुगेका ढुङ्गानाको १० वर्षअघि एक्कासी स्वर कम हुन थालेपछि शङ्का लागि विभिन्न अस्पतालमा जाँच गर्दा दोस्रो स्टेजको क्यान्सर पत्ता लागेको थियो।

चिकित्सकको सल्लाह अनुसार समयमै उपचार शुरु गरेपछि उनी पूर्ण रूपमा स्वस्थ रहेका छन् र दैनिक जीवनमा सक्रिय छन्। यी दुई फरक-फरक अनुभवले देखाउँछन् कि क्यान्सर समयमै पत्ता लागेमा पूर्ण रूपमा निको पार्न सकिन्छ तर ढिलो पहिचान हुँदा जीवन नै जोखिममा पर्न सक्छ।

चिकित्सकहरूले क्यान्सर डराउनुपर्ने रोग नभई प्रारम्भिक लक्षणलाई सामान्य ठानेर ढिला गर्दा उपचार जटिल हुँदै जाने र रोग फैलिने जोखिम बढ्ने बताएका छन्। त्यसैले नियमित स्वास्थ्य जाँच, लक्षणप्रति सचेत रहनु र चिकित्सकको सल्लाह अनुसार परीक्षण गराउनु अत्यन्तै आवश्यक रहेको विशेषज्ञहरूको भनाइ छ। प्रारम्भिक पहिचानले उपचार सहज र प्रभावकारी बनाउँछ भने ढिला गरिएको उपचारले जटिलता, लामो समयको

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

देशभर सेना परिचालन

काठमाडौं, माघ २२। आगामी फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनको सुरक्षा प्रयोजनका बुधवारदेखि नेपाली सेना परिचालित भएको छ।

देशभरका १६५ वटै क्षेत्रको निर्वाचनलाई स्वच्छ, स्वतन्त्र, निष्पक्ष र भयरहीत वातावरण बनाउन एकीकृत सुरक्षा योजना-२०८२ अनुरूप नेपाली सेनाको संयोजनमा चारवटै सुरक्षा निकाय परिचालित भएका हुन्।

सुरक्षा प्रबन्धलाई चुस्त, दुरुस्त र प्रभावकारी बनाउने योजनाअनुसार नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल र राष्ट्रिय अनुसन्धान विभाग एकीकृतरूपमा परिचालित भएका हुन्। सुरक्षा योजना अन्तर्गत निर्वाचन प्रहरी (म्यादी

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

सहारा शिक्षा सदनको वार्षिकोत्सव

झापा, माघ २१। सहारा साकोस शिक्षा सदन, बिर्तामोड-२ झापाको आठौं वार्षिकोत्सव कार्यक्रम विविध शैक्षिक तथा सांस्कृतिक गतिविधिसहित सम्पन्न भएको छ ।

विद्यालय व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष विन्दू श्रेष्ठको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा बिर्तामोड नगरपालिका शिक्षा शाखा प्रमुख तिललचन भण्डारी प्रमुख अतिथि रहेका थिए ।

कार्यक्रममा सहारा नेपाल शिक्षा सदनका सञ्चालक तथा सहारा नेपाल साकोसका कार्यकारी निर्देशक एवम् राष्ट्रिय सहकारी बैंकका अध्यक्ष महेन्द्रकुमार गिरीले विद्यालयको दीर्घकालीन शैक्षिक तथा भौतिक विकास सम्बन्धी आगामी योजना सार्वजनिक गर्दै विद्यालयको पूर्वाधार विकासका लागि पाँच विगाह जमिन व्यवस्थापन भइसकेको जानकारी दिए । उनले चारपाने आसपासको सोही स्थानमा आधुनिक भौतिक संरचना निर्माण गरिने बताए ।

विद्यालयलाई नेपालीपन झल्कने नमूना विद्यालयका रूपमा विकास बताएका गिरीले बिद्यार्थीका लागि नेपाली पोशाक अनिवार्य गरिने, नेपाली संस्कार र संस्कृति झल्कने शिक्षामा जोड दिइने तथा जापानको शैक्षिक मोडललाई आधार मानेर स्तरोन्नति गरिने योजना अघि सारिएको कार्यक्रममा उपस्थित आम अभिभावकलाई जानकारी गराए ।

मौलिक जीवनशैलीसँग जोडिएको अध्यापन, गुणस्तरीय र प्रविधिमैत्री सिकाइ, व्यवहारिक तथा संस्कारयुक्त शिक्षा प्रदान गर्ने लक्ष्य विद्यालयले लिएको उनको भनाइ थियो ।

कार्यक्रममा 'पढ्दै कमाउँदै' कार्यक्रम लागू गर्ने योजना पनि सार्वजनिक गरिएको थियो । यस कार्यक्रममार्फत बिद्यार्थीलाई आत्मनिर्भर बनाउने वातावरण विद्यालयले नै सिर्जना गर्ने छ- विद्यालयका सञ्चालक गिरीले भने- आठ वर्ष अघिबाट शुरु भएको यो विद्यालयलाई नेपालकै नमूना विद्यालय बनाउने लक्ष्य हामीले लिएका छौं, सम्पूर्ण विद्यार्थी र तपाई आम अभिभावकको साथ हामीलाई चाहिएको छ ।

यस वर्षदेखि कक्षा थप गर्दै क्रमश: कक्षा १२ सम्म अध्ययन गराउने व्यवस्थापन मिलाइने, इसिए गतिविधि विस्तार गरिने र विद्यार्थीलाई प्रोजेक्ट वर्कमा जोड दिइने योजना समेत विद्यालयले अघि सारेको उनको भनाई थियो । विद्यालयका शैक्षिक गतिविधिमाथि प्रकाश पार्दै प्रिन्सिपल विष्णु सिंहलले वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका थिए ।

सहारा साकोस शिक्षा सदन २०७४ सालमा स्थापना भएको जानकारी गराउँदै उनले प्रारम्भमा सात जना विद्यार्थी, दुई जना शिक्षक एक जना सवारी चालकबाट शुरु भएको यस विद्यालयमा हाल ७०० बिद्यार्थी अध्ययनरत् रहेको कार्यक्रममा बताए ।

हाल बिद्यालयमा ४२ शिक्षक, ६ सवारी चालक, १९ आया, एक भान्से, पाँच गार्ड, एक हेल्पर, एक सुपरभाइजर तथा पाँच अतिरिक्त शिक्षक गरी ७३ कर्मचारी कार्यरत रहेको उनको भनाइ थियो ।

नर्सरी, एलकेजी, युकेजी र कक्षा एकमा तीन-तीनवटा सेक्सन सञ्चालन भइरहेको जानकारी गराएका प्रिन्सिपल सिंहलले प्रत्येक वर्ष कक्षा थप हुँदै आएको विद्यालयले आगामी शैक्षिक सत्रमा कक्षा ९ सञ्चालन गर्ने प्रक्रिया अघि बढाइसकेको बताए । विद्यालयले चौमासिक र मासिक परीक्षा सञ्चालन गर्दै आएको, निरन्तर विद्यार्थी मूल्याङ्कन प्रणाली लागू गरिएको, कमजोर विद्यार्थीका लागि बिहान र बेलुकी विशेष कक्षा सञ्चालन गरिएको जानकारी दिए ।

बिद्यार्थीको भाषिक, नेतृत्व तथा शारीरिक विकासका लागि बिहानको प्रार्थना सभा, खेलकुद प्रतियोगिता र हरेक बुधबार अतिरिक्त क्रियाकलाप सञ्चालन हुँदै आएको र धर्म-संस्कृतिको संरक्षणका लागि पर्व विशेष कार्यक्रमहरू पनि नियमित रूपमा आयोजना गरिँदै आएको जानकारी दिइएको थियो ।

यसैबीच वार्षिकोत्सव कार्यक्रममा शैक्षिक सत्र २०८१ का उत्कृष्ट विद्यार्थीलाई सम्मान गरिएको थियो । बिद्यार्थी जेनिस तिवासी र बिराज आचार्यले कविता वाचन गरेका थिए भने स्वरस्वती वन्दना, गुरु वन्दना र कराते प्रदर्शन प्रस्तुत गर्दा अभिभावक भावुक देखिएका थिए । प्रसुन भण्डारीको एकल गीत प्रस्तुतिले कार्यक्रमस्थलमा उत्साह थपेको थियो ।

सांस्कृतिक कार्यक्रम अन्तर्गत 'हिल्स अन द बस', तामाङ सेलो, 'आई एम सो ह्याप्पी', 'रेशम फिरिरी', 'नाच्न पनि आउँछ मलाई', महाकाल नृत्य, 'खिले फूल बनी', 'हिजो राति सपनी', कप्तान नृत्य, थारु नृत्य, मयूर नृत्य, मारुनी नृत्य, साकेला, नेवारी नृत्य, कालोटोपी, बुमबुम तथा 'छिटको सारी मखमली चोरी' बोलको गीतमा विद्यार्थीहरूले प्रस्तुत गरेको नृत्यले अभिभावक र अतिथिहरू मन्त्रमुग्ध देखिन्थे ।

कार्यक्रममा स्वागत मन्तव्य बिद्यार्थी सृष्टि खतिवडाले प्रस्तुत गरेकी थिइन् । कार्यक्रमको सञ्चालन समेत शिक्षकको सहयोगमा बिद्यार्थीहरुले नै भने अध्यक्ष बिन्दू श्रेष्ठले धन्यवाद ज्ञापन गर्दै विद्यालयको शैक्षिक यात्रामा अभिभावक, शिक्षक र कर्मचारीको निरन्तर सहयोगले नै प्रगति सम्भव भएको उल्लेख गरिन् । आठ वर्षको यात्रामा सहारा साकोस शिक्षा सदनले न्यून शुल्क तथा नि:शुल्क छात्रवृत्तिमार्फत आर्थिक रूपमा कमजोर तथा असहाय बालबालिकालाई गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्दै आएको विद्यालयले जनाएको छ ।

आगामी दिनमा पनि समयसापेक्ष शिक्षा, व्यवहारिक सिकाइ र संस्कारयुक्त अध्यापनलाई निरन्तरता दिने प्रतिबद्धता विद्यालयले आम अभिभावक माझमा व्यक्त गरेको छ ।

स्थिर सरकार माग गर्दै मेची–महाकाली पैदलयात्रा

झापा, माघ २१। 'स्थिर सरकार-युगको आवश्यकता' माथि बहस सिर्जना गर्दै लोकतन्त्रको सुदृढीकरण र नागरिकको जनमतको सम्मानका लागि मेची-महाकाली पैदलयात्रा शुरु गरिएको छ ।

कुनै पनि राजनीतिक दल, पार्टी वा उम्मेदवारको समर्थनमा नभई नागरिकको आवाज राज्यसम्म पुऱ्याउने उद्देश्यसहित अभियन्ता बिजयकुमार शर्माले यात्राको थालनी गरेका हुन् ।

रुकुम स्थायी घर भइ हाल दाङको तुलसीपुरमा बसोबास गर्दै आएका शर्मा पेशाले पशुपालक व्यवसायी हुन् । उनी 'आधा सपना' पुस्तकका लेखक समेत हुन् । निर्वाचनप्रति जनताको विश्वास क्रमश: कमजोर बन्दै गएको अवस्थालाई ध्यानमा राख्दै स्थिर सरकार निर्माणको आवश्यकता उम्मेदवारसम्म पुऱ्याउन यो यात्रा थालिएको शर्माले बताए ।

यात्राको मुख्य उद्देश्य झापादेखि कञ्चनपुरसम्मका उम्मेदवारलाई स्थिर सरकार निर्माणप्रति प्रतिबद्ध हुन प्रेरित गर्नु र नागरिकको आवाज प्रत्यक्ष रूपमा सुनाउनु हो- यात्रा शुभारम्भका क्रममा उनले भने । लोकतान्त्रिक अभ्यासलाई बलियो बनाउने र जनमतको सम्मान गर्ने वातावरण सिर्जना गर्न पैदलयात्रा प्रभावकारी माध्यम हुने उनले विश्वास व्यक्त गरे ।

अभियान अन्तर्गत शर्मा दैनिक करिब ४० किलोमिटर पैदल यात्रा गर्नेछन् । पाँच दिन निरन्तर पैदल हिँड्ने र छैटौं दिन मौन रूपमा दौड्ने कार्यक्रम तय गरिएको छ । छैटौं दिनको दौड १०० किलोमिटरको हुने जनाइएको छ । समग्र यात्रामा करिब ६०० किलोमिटर पैदल र ५ सय किलोमिटर दौड पूरा गरिनेछ ।

यात्राको समापन २१ दिनमा कञ्चनपुरस्थित महाकाली पुगेर गरिने कार्यक्रम रहेको छ । मेची-महाकाली पैदलयात्राको औपचारिक शुभारम्भ झापा स्थित मेचीपुलबाट गरिएको हो । उद्घाटन समारोहमा झापा क्षेत्र नम्बर-२की उम्मेदवार तथा निर्वतमान उपसभामुख इन्दिरा राना मगर, नेकपा एमालेका तर्फबाट झापा क्षेत्र नम्बर-१का उम्मेदवार रामचन्द्र उप्रेती, नेपाली कांग्रेसका उम्मेदवार केशवराज पाण्डे, इलाका प्रहरी कार्यालय काँकरभिट्टाका प्रहरी नायव उपरीक्षक निशेष चापागाँईंलगायत स्थानीयवासीको उल्लेख्य उपस्थिति रहेको थियो ।

उद्घाटनका क्रममा दीप प्रज्ज्वलन गर्दै यात्राप्रति ऐक्यबद्धता जनाइएको थियो । सहभागीहरूले लोकतन्त्र मजबुत बनाउन नागरिकस्तरबाट हुने यस्ता शान्तिपूर्ण अभियानले सकारात्मक सन्देश दिने विश्वास व्यक्त गरेका थिए ।

अभियन्ता शर्माले यात्राका क्रममा विभिन्न स्थानमा नागरिकसँग संवाद गर्ने, उनीहरूको अपेक्षा संकलन गर्ने र ती आवाज उम्मेदवार तथा सरोकारवाला निकायसम्म पुऱ्याउने बताए । स्थिर सरकार बिनाको राजनीतिक अस्थिरताले विकास र सुशासनमा असर पारेकाले नागरिक सचेतनाका लागि पनि यो यात्रा महत्वपूर्ण हुने उनको भनाइ छ ।

यसैबीच यात्रा सफलताको शुभकामना दिँदै नेपाल पत्रकार महासंघ झापाका अध्यक्ष एकराज गिरीले नागरिकस्तरबाट गरिएको यो अभियान प्रभावकारी हुने बताए । उनले निष्पक्ष निर्वाचन, स्थिर सरकारको आवाजलाई यस यात्राले बुलन्द बनाउन सचेतना फैलाउने विश्वास व्यक्त गरे ।

सुन जस्तो देखिने धातु बोक्दा...

काठमाडौं, माघ २१। सुन जस्तो देखिन धातुसहित भारतीय नागरिक पक्राउ पक्राउ परेका छन् ।

त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलको अन्तर्राष्ट्रिय उडानतर्फको आगमन टनेल गेटबाट अवैध रूपमा भन्सार छली लुकाइछिपाइलैजान लागेको करिब १ सय ग्राम तौलको सुन जस्तो देखिने धातु १ थान सहित भारतीय नागरिक ४९ वर्षीय अबु बर्कत कुदरते खोडाकाजीलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको हो ।

त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल सुरक्षा कार्यालय समेतबाट खटिएको प्रहरीले फ्लाई दुबाईको उडानद्वारा काठमाडौं आएका उनलाई जाँच गर्दा उनको साथबाट उक्त धातु फेला पारी पक्राउ गरेको हो ।

क्यान्सरको ...

उपचार र आर्थिक बोझ बढाउन सक्छ ।

पूर्वाञ्चल क्यान्सर अस्पताल बिर्तामोड झापाका निर्देशक डा. वीरेन्द्र यादवका अनुसार, क्यान्सर शरीरका कोशिकाहरू अनियन्त्रित रूपमा वृद्धि हुने गम्भीर रोग हो । सामान्य अवस्थामा शरीरका कोशिकाहरू नियन्त्रित रूपमा बढ्ने र निश्चित समयपछि नष्ट हुने प्रक्रिया हुन्छ । तर क्यान्सरमा कोशिकाहरू नियन्त्रण बाहिर बढ्दै जान्छन् र क्रमश: शरीरका अन्य अङ्गमा समेत फैलिन सक्छन् । यही कारण क्यान्सरलाई जटिल र घातक रोगका रूपमा लिइन्छ । डा. यादवका अनुसार क्यान्सर पहिलो र दोस्रो स्टेजमै पत्ता लागेमा पूर्ण रूपमा निको पार्न सकिने सम्भावना अत्यन्त उच्च हुन्छ । 'पहिलो स्टेजको क्यान्सर करिब ९० प्रतिशतसम्म निको हुन्छ । दोस्रो स्टेजमा ८०-८५ प्रतिशतसम्म उपचार सफल हुन्छ'- उनले भने- 'तर, व्यवहारमा अधिकांश बिरामी ढिलो गरी अस्पताल पुग्ने गरेका छन् ।'

पूर्वाञ्चल क्यान्सर अस्पतालमा उपचारका लागि आउने बिरामीमध्ये करिब ७० प्रतिशत तेस्रो र चौथो स्टेजमा मात्रै आइपुग्ने गरेको डा. यादवको भनाइ छ । 'तीमध्ये करिब ५० प्रतिशत बिरामी अन्तिम अर्थात् चौथो स्टेजमा अस्पताल आउँछन्'- उनले भने । शुरुवाती चरण अर्थात् पहिलो स्टेजमा आउने बिरामीको प्रतिशत १२-१३ मात्र रहेको छ भने दोस्रो स्टेजमा आउने बिरामी १६-१७ प्रतिशत रहेको उनले जानकारी दिए ।

क्यान्सरको उपचार सम्भावना स्टेज अनुसार फरक-फरक हुने गरेको डा. यादव बताउँछन् । उनका अनुसार पहिलो स्टेजमा उपचार सफलताको दर ९० प्रतिशतसम्म रहने गरेको छ, दोस्रो स्टेजमा ८०-८५ प्रतिशत, तेस्रो स्टेजमा करिब ७० प्रतिशत र चौथो स्टेजमा झरेर करिब २० प्रतिशतमा सीमित हुन्छ । यस्तै अस्पतालको तथ्याङ्क अनुसार चौथो स्टेजका बिरामीमध्ये अधिकांश चार-पाँच वर्षसम्म मात्र बाँच्ने गरेका छन् ।

धुम्रपान, मद्यपान, सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन, अस्वस्थ खानपान, शारीरिक निष्क्रियता, बढ्दो शहरीकरण र बदलिँदो जीवनशैली क्यान्सरका प्रमुख कारण रहेको डा. यादव बताउँछन् । 'क्यान्सरको सबैभन्दा ठूलो कारण धुम्रपान हो'- डा. यादवले स्पष्ट पारे । उनका अनुसार युवावस्थादेखि नै अपनाइने गलत जीवनशैलीले पछि गएर क्यान्सरको जोखिम उल्लेखनीय रूपमा बढाउँछ ।

साथै, अत्यधिक मांशाहारी, प्रशोधित खाना, बढी चिनी र बोसोयुक्त पदार्थको सेवन, पर्याप्त निद्रा नपाउनु र तनावपूर्ण जीवनशैलीले पनि क्यान्सरको सम्भावना बढाएको हुन्छ । डा. यादवका अनुसार जीवनशैली सुधार, नियमित व्यायाम, सन्तुलित आहार, धूम्रपान र मद्यपानबाट टाढा रहनु, साथै समय समयमा स्वास्थ्य जाँच गराउनु क्यान्सर रोकथाम र प्रारम्भिक उपचारका लागि अत्यन्तै आवश्यक छ ।

महिलामा हाल सबैभन्दा धेरै देखिने स्तन क्यान्सर हो भने त्यसपछि पाठेघरको क्यान्सर रहेको छ । पहिले पाठेघरको क्यान्सर बढी देखिन्थ्यो, तर पछिल्लो समय सेनेटरी प्याडको प्रयोग, व्यक्तिगत स्वच्छतामा ध्यान र स्वास्थ्य सचेतना बढ्दै गएको कारण यसको दर केही घटेको डा. यादवले बताए ।

पुरुषमा मुख्य रूपमा फोक्सो, मुख तथा घाँटीको क्यान्सर देखिन्छ । महिला र पुरुष दुवैमा फोक्सोको क्यान्सर सबैभन्दा धेरै देखिने र क्यान्सरजन्य मृत्युको प्रमुख कारण बनेको उनको भनाइ छ ।

पूर्वाञ्चल क्यान्सर अस्पतालको तथ्याङ्क अनुसार पछिल्लो छ वर्षमा करिब आठ हजार क्यान्सरका बिरामी पत्ता लागेका छन् । वार्षिक रूपमा करिब एक हजार ८ सय बिरामीले ओपीडी सेवा लिएका छन् । यसले क्यान्सरका बिरामीको संख्या बढ्दो क्रममा रहेको सङ्केत गर्छ भने समयमै रोकथाम र जाँचको आवश्यकता अझै बढ्दै गएको देखाउँछ ।

क्यान्सर समयमै पत्ता नलाग्नुका मुख्य कारणमा जनचेतनाको अभाव, जाँच गराउने केन्द्रबारे पर्याप्त जानकारी नहुनु, अस्पतालसम्म पुग्ने यातायातको सीमितता र आर्थिक समस्या रहेको डा. यादवले बताए । 'धेरै बिरामी आर्थिक अभावकै कारण ढिला उपचारमा आउँछन्'- उनले भने ।

डा. यादवका अनुसार ग्रामीण तथा दुर्गम क्षेत्रका नागरिक अझ बढी प्रभावित हुने गर्छन्, जहाँ स्वास्थ्य सेवा पहुँचमा कठिनाइ, पर्याप्त स्वास्थ्य उपकरण र विशेषज्ञको कमीले प्रारम्भिक पहिचानमा बाधा पुऱ्याउँछ ।

साथै, केही बिरामीहरू परम्परागत वा वैकल्पिक उपचारतिर जाने प्रवृत्ति राख्दा पनि क्यान्सर ढिला पत्ता लाग्ने र उपचार जटिल हुने जोखिम बढ्ने डा. यादवले उल्लेख गरे ।

डा. यादव सबै नागरिकलाई समयमै स्वास्थ्य जाँच गराउन, लक्षण देखिनासाथ विशेषज्ञसँग सल्लाह लिन र क्यान्सर रोकथामका उपाय अपनाउन सचेत हुन सुझाउँछन् ।

नेपाल सरकारले क्यान्सरलाई जटिल रोगको सूचीमा राखेको छ । यस अन्तर्गत क्यान्सरका बिरामीलाई एक लाखसम्मको उपचार अनुदान उपलब्ध गराइएको छ । साथै, स्थानीय तहबाट मासिक पाँच हजार सहयोग दिने व्यवस्था पनि छ । तर, यो व्यवस्था व्यावहारिक नभएको डा. यादवको धारणा छ ।

'पूर्ण रूपमा निको भइसकेका बिरामीले मासिक पाँच हजार रुपैयाँ पाउँछन् तर जटिल अवस्थामा पुगेका बिरामी आर्थिक अभावकै कारण उपचारबाट वञ्चित छन्'- उनले भने । डा. यादवका अनुसार मासिक सहयोगको सट्टा जटिल स्टेजमा पुगेका बिरामीलाई आवश्यकता अनुसार एकमुष्ठ रकम उपलब्ध गराए प्रभावकारी हुनेछ ।

'विपन्न नागरिक औषधोपचार कोष निर्देशिका २०७५' अनुसार विपन्न नागरिकले वडा कार्यालयको सिफारिस, चिकित्सकको प्रेस्क्रिप्सन, नागरिकताको प्रतिलिपि र अन्य आवश्यक कागजात बुझाएपछि उपचार सहुलियत पाउन सक्छन् । तर, प्रक्रिया झञ्झटिलो भएकाले धेरै बिरामीले समयमै सुविधा लिन नसक्ने अवस्था रहेको डा. यादव बताउँछन् । डा. यादवले क्यान्सर बिरामीका लागि छुट्टै दीर्घकालीन कोष स्थापना गर्नुपर्ने औंल्याए ।

साथै, स्वास्थ्य बिमामा रहेको तीन महिना पर्खनुपर्ने व्यवस्था हटाएर बिमा शुरु भएको मितिबाटै उपचार सुविधा लागू गरिनुपर्ने उनको सुझाव छ ।

यसले आर्थिक अभावका कारण उपचारबाट बञ्चित हुनुपर्ने अवस्थालाई कम गर्न सक्छ र बिरामीलाई समयमै उपचार सुनिश्चित गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ । 'सरकार र स्वास्थ्य संस्थाले सहुलियतको पहुँच बढाउन, अनुदान र बिमा दुवैलाई सहज र प्रभावकारी बनाउनु जरुरी छ, ताकि जटिल अवस्थाका बिरामीलाई ढिला नहोस् र जीवन रक्षा सुनिश्चित होस्'- डा. यादवले भने ।

विश्व क्यान्सर दिवसको सन्दर्भमा चिकित्सकहरूले समयमै स्वास्थ्य परीक्षण, स्वस्थ जीवनशैली अपनाउने, धुम्रपान र मद्यपान त्याग्ने र व्यापक जनचेतनामा जोड दिने आग्रह गरेका छन् । ढिला उपचार गर्दा जीवन जोखिममा पर्न सक्ने भए पनि, समयमै पहिचान र उपचार गरेमा क्यान्सर पूर्ण रूपमा निको पार्न सकिने रोग भएको उनीहरूको निष्कर्ष छ ।

पलायन ...

पुराना दलमा रहेका नेता कार्यकर्ताले खासै पार्टी परिवर्तन नगरेपनि लिम्बुवान, पहिचानबादी मोर्चा र पहिचान पक्षधरहरु झनै तितरवितर हुनुका साथै नेता पिच्छे जस्तो नया दल दर्ता भएकाले अझै पनि लिम्बुवान राज्य सुनिश्चितताको आधार नबनेको स्वयम् नेताहरु बताउन थालेका छन् । आफ्नो मुद्दा स्थापित नहुने भएपछि धेरैजसो नेता कार्यकर्ता अस्थिर बनेको पाँचथर बहुमुखी क्याम्पसमा प्राध्यापनरत् पहिचानबादी नेता डाक्टर मधुराज केरुङ टिप्पणी गर्छन् ।

अन्तत: यसपटकको चुनावमा पहिचानबादी शक्तिहरुले उम्मेदवार उठाए पनि उनीहरुको प्रभाव शून्य प्राय: छ । राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी, परिवर्तन पार्टी र श्रम संस्कृति पार्टी लगायतका नयाँ संगठनहरुले प्रभाव वढाइरहे पनि पाँचथर, इलाम, तेह्रथुम र ताप्लेजुङ लगायतका जिल्लामा मुख्य प्रतिस्पर्धा भने कांग्रेस एमाले र नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी र रास्वपाकै हुने देखिएको छ ।

२०४४ सालमा निर्माण गरिएको गेटलाई २०६२।०६३ को जनआन्दोलन पश्चात पहिचान पक्षधर नेता कार्यकर्ताले लिम्बुवान गेट नामकरण गरेका थिए । २०८० सालमा सडक विस्तार गर्दा यो गेट भत्काइएको छ भने यही ठाउँमा नयाँ गेट निर्माणका लागि नगरपालिकाले प्रयत्न गरिरहेको छ ।

बैदेशिक ...

मुद्दामा रामप्रसाद चापागाँई (६०, शिवसताक्षी-३) पक्राउ परेका छन् ।

बिर्तामोड-५ कन्काई रोडमा हिँडिरहेको अवस्थामा उनलाई इलाका प्रहरी कार्यालय बिर्तामोडबाट खटिएको टोलीले नियन्त्रणमा लिएको हो । जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाका अनुसार दुवै घटनामा आवश्यक अनुसन्धान र कानूनी प्रक्रिया अघि बढाइएको छ ।

झापा ५मा ...

नेता बालेन्द्र शाह उम्मेदवार रहेका छन् ।

यसैबीच नेपाली कांग्रेसका नेताहरूले झापा-५को निर्वाचनलाई लिएर केही सञ्चारमाध्यम तथा सामाजिक सञ्जालमार्फत बाहिर आएका सामग्रीप्रति गम्भीर आपत्ति जनाउँदै निष्पक्ष पत्रकारितामाथि प्रश्न उठाएका छन् । फेसबुकलगायत सामाजिक सञ्जालमा फैलाइएका झुटा, तथ्यहीन र भ्रामक प्रचारले नागरिकको सही सूचना पाउने अधिकार हनन् भएको उनीहरूको दाबी छ ।

कांग्रेस झापा-५ निर्वाचन क्षेत्रको चुनाव प्रचार-प्रसार अन्तर्गतको सूचना सञ्जाल समन्वय समितिको आयोजनामा दमकमा आयोजित पत्रकार अन्तरक्रियामा नेताहरूले पत्रकारिताका आधारभूत मूल्य-मान्यता, सिद्धान्त र निर्वाचन आचारसंहिता विपरीत सामग्री प्रकाशित-प्रशारित भइरहेको उल्लेख गरे ।

कांग्रेसबाट झापा-५की प्रत्यासी उम्मेदवार मन्धरा चिमरिया पौडेलको उपस्थितिमा सम्पन्न कार्यक्रममा नेताहरूले बिघटित संसदको सबैभन्दा ठूलो दल कांग्रेस भएको र अघिल्लो निर्वाचनमा पनि झापा-५ मा निकटतम् प्रतिस्पर्धी दलको हैसियत बनाएको स्मरण गराए । तर, केही सञ्चारमाध्यमले दल र उम्मेदवारको मर्यादा विपरीत सामग्री प्रस्तुत गर्दै चौथो-पाँचौं स्थानमा रहेका दलका उम्मेदवारलाई प्राथमिकतामा राखेर पत्रकारिताको मर्ममाथि प्रहार गरेको उनीहरूको आरोप थियो ।

कांग्रेस केन्द्रीय सदस्य सुरेश सुब्बाले सर्लाही र झापाका विषयलाई जोडेर प्रविधिको दुरुपयोग गर्दै सामाजिक सञ्जालमार्फत फैलाइएका प्रचारमा कुनै सत्यता नरहेको बताए । यस किसिमका गतिविधिले सञ्चार जगतको विश्वसनीयतामाथि नै प्रश्नचिह्न खडा भएको उनको टिप्पणी थियो ।

कसैको स्वार्थपूर्तिका लागि कल्पनाका आधारमा तयार गरिएका सूचना सामग्री सार्वजनिक गर्नु अघि सञ्चारकर्मी तथा सामग्री प्रवाहकर्ताले आफ्नो जिम्मेवारी र कर्तव्यको ख्याल गर्नुपर्ने सुब्बाको सुझाव छ । तालमेल, गठबन्धनलगायत विषयमा भ्रम फैलाएर आफ्नो स्वार्थसिद्ध गर्न खोज्ने र कांग्रेसप्रति नकारात्मक धारणा निर्माण गर्न भूमिका खेल्ने तत्वहरूको पहिचान भइसकेको भन्दै उनले कानूनी उपचार खोजिने चेतावनी दिए ।

कांग्रेस झापाका कार्यवाहक सभापति शेरबहादुर भट्टराईले झापा-५को विषयमा देश-विदेशबाटै भ्रम फैलाउने प्रयास भइरहेको बताए । नागरिकहरू त्यसप्रति सचेत हुनुपर्ने उनको आग्रह छ । कांग्रेसभित्र उम्मेदवारीका विषयमा कुनै मतभेद नरहेको र पार्टी एक ढिक्का भएर निर्वाचनमा होमिएको उल्लेख गर्दै उनले मतदाताबाट सकारात्मक परिणामको अपेक्षा गरिएको बताए ।

कांग्रेस झापा-५का सभापति ढुण्डीराज भण्डारीले यसपटक झापा-५मा गुमेको कांग्रेसको बिरासत फर्काउने दृढ संकल्पसहित नेता तथा कार्यकर्ता चुनावी अभियानमा जुटेको बताए । सबै किसिमका तथ्यहीन र भ्रामक प्रचारको पार्टीले एकताबद्ध रूपमा प्रतिवाद गरिरहेको उनको भनाइ छ ।

बिपक्षी दलहरू कांग्रेस निर्वाचन जितको नजिक पुगेको देखेपछि अत्तालिएर सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग गर्ने, मतदाताको गोपनीयता भंग गर्ने जस्ता गैरजिम्मेवार क्रियाकलापमा संलग्न भएको भण्डारीको आरोप छ ।

सञ्चारमाध्यमले निष्पक्ष र स्वतन्त्र पत्रकारिताको अभ्यास गर्दै मूल्य-मान्यता र सिद्धान्त अनुसार सबै दल र उम्मेदवारप्रति समान व्यवहार गरे मात्र लोकतन्त्र सुदृढ हुने र नागरिकको सर्वोच्चता कायम रहने कांग्रेस नेताहरूको निष्कर्ष छ ।

जर्जिया ...

अपराध अनुसन्धान कार्यालय टेकूबाट खटिएको प्रहरीले उनलाई काठमाडौं कागेश्वरी मनोहरा नगरपालिका-६बाट पक्राउ गरेको हो । उनलाई आवश्यक अनुसन्धान तथा कारवाहीको लागि वैदेशिक रोजगार विभाग ताहाचल काठमाडौं पठाइएको छ ।

देशभर ...

प्रहरी) पनि निर्वाचन सुरक्षामा खटिनेछन् ।

सुरक्षा योजना अन्तर्गत नेपाल प्रहरी र निर्वाचन प्रहरी मतदानस्थलको भित्री घेराको सुरक्षामा खटिनेछन् । दोस्रो तहको सुरक्षा घेरामा सशस्त्र प्रहरी बल तथा बाहिरी घेरामा नेपाली सेनाले सुरक्षा दिनेछ ।

गतमंसीर ११ गतेको मन्त्रिपरिषद बैठकको सिफारिसमा राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलले निर्वाचन सुरक्षा व्यवस्थाका लागि नेपाली सेना परिचालन गर्ने स्वीकृति प्रदान गरेका थिए । निर्वाचन सुरक्षालाई केन्द्रित गरी आवश्यकता अनुसार सेनाको 'वेस' खडा हुने र आवश्यकताका आधारमा संयुक्त गस्ती हुने सेनाका प्रवक्ता एवम् सहायक रथी राजाराम बस्नेतले जानकारी दिए । नेपाली सेनाले प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि ८० हजार जनशक्ति परिचालन गर्नेछ ।

BIRTAMODE EYE HOSPITAL
अब नाक, कान, घाँटी तथा दन्त उपचारसहित
उच्च गुणस्तरिय, सुलभ र भरपर्दो आँखा उपचार सेवामा समर्पित
CONTACT :
Birtamode Eye Hospital
CHARPANE, JHAPA, MECHI, NEPAL
PHONE NO: 023-530476 / Email: mnec.beh@gmail.com I
Web: birtamodeeyehospital.org

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, थकान धेरै हुने
- राति सुत्दा वा हिड्दा साँस 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 स्टेण्डसगै), 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 : रुपा मुखिया/ सन्तोष अधिकारी
■ बिर्तामोड प्रतिनिधि: गोपाल अधिकारी-९८०७९१०२२२/सञ्जय श्रेष्ठ ९८०६०३३१५३ ■ प्रोसेसिङ : गोपाल मण्डल ■ प्राविधिक : बद्री महतारा (कार्यालय फोन : ०२३-५३१००२/प्रशासन/विज्ञापन : ०२३-५३००४४) Email: purwanchal2052@gmail .com

पूर्वाञ्चल

सम्पादकीय

सद्भाव नबिथोलौं

मुलुक यतिबेला निर्वाचनमय भइसकेको छ । निर्वाचनको जिम्मेवारी लिएको निर्वाचन आयोगले आफ्नो तयारी तीव्र गतिमा सञ्चालन गरिरहेका बेला ठूला भनिने केही दलका नेताहरु निर्धारित मितिमा निर्वाचन हुनेमा आशंका व्यक्त गरिरहेका छन् । यद्यपि आशंका प्रकट गर्नेहरु पनि निर्वाचनका गतिविधिमा सक्रिय छन् । तथापि नतिजा अनपेक्षित आउन सक्ने भयले संसद पुनर्स्थापनाको मागसहित अभिव्यक्तिलाई असभ्य, अभद्र र अमर्यादित बनाउन होड गर्दैछन् । भनिन्छ– कलको बीऊ कुरा हो अर्थात् नेता र नेतृत्वकै अरुलाई व्यङ्ग्य, कटाक्ष र मर्यादाहीन आक्षेप लगाउँदै शान्ति सुरक्षामा चुनौती थप्दैछन् ।

नेतृत्व र नेताहरुका यस्ता अभिव्यक्तिले सामाजिक, सांस्कृतिक र जातीय सद्भाव बिथोल्न सक्ने परिस्थितिलाई अनुभूत गर्दै राष्ट्रिय मानवअधिकार आयोगले घृणाजन्य अभिव्यक्ति बन्द गर्न आग्रह गरेको छ । त्यस्ता अभिव्यक्तिले निर्वाचन र शान्तिसुरक्षामा असर पर्ने भन्दै घृणास्पद अभिव्यक्ति बन्द गर्नु र सरकारलाई शान्तिसुरक्षाको अवस्थालाई मजबुत बनाउन सल्लाह दिएको छ । घृणाजन्य अभिव्यक्तिले अराजकतालाई प्रश्रय दिने भएकाले वाक तथा विचार स्वतन्त्रताको सवैधानिक अधिकार दुरुपयोग हुन्छ । यस्तो दुरुपयोग स्वतन्त्रताको पनि बर्खिलाप हुन्छ ।

आमचुनावको पूर्वसन्ध्यामा नेता, उम्मेदवारहरुले सार्वजनिक मञ्चमा दिने अभिव्यक्ति, विषय, भाषा र प्रस्तुतिको मुख्य आकर्षण हुन्छ । त्यस्तो अभिव्यक्ति वा भाषा र टिप्पणी कुनै पनि धर्म, संस्कृति र व्यक्ति लक्षित विरोधी भयो भने विद्यमान सद्भाव भङ्ग हुन सक्छ । नेपाल बहुधार्मिक, बहुसांस्कृतिक, बहुभाषिक तथा बहुभूबनौट भएको देश हो जहाँ अनेक विविधताका बीच एकता र सद्भाव रहँदै आएको छ ।

निर्वाचनकै मुखमा पूर्व प्रधानमन्त्री तथा एमाले अध्यक्ष केपी ओली र एमालेकै नेता महेश बस्नेतको विपक्षी दलका उम्मेदवार प्रति लक्षित अराजक र अमर्यादित भनाइको सर्वत्र आलोचना भयो । बोलीमा लगाम लगाइएन भने त्यस्ता कटाक्ष, टिप्पणी र अभिव्यक्तिले अनपेक्षित परिणाम दिन सक्छ । यतिखेर घृणा, हिंसा र विभाजन होइन स्वतन्त्र र भयरहीत निर्वाचनको खाँचो छ । नेपाल र नेपालीको शदीयौंदेखिको एकता, सहिष्णुता र सद्भावलाई अक्षुण्ण राख्ने कुरामा सबै सचेत हुनुपर्छ ।

निर्वाचन घोषणापत्रको मर्म

यज्ञप्रसाद भट्टराई

फागुन २१ गते प्रतिनिधि सभा सदस्य निर्वाचनका लागि मतदान हुँदैछ। निर्वाचन आयोगमा हाल दर्ता कायम रहेका राजनीतिक दल १३६ रहेका छन्, जसमध्ये १०७ निर्वाचन चिह्नमा ११४ दलले निर्वाचन प्रयोजनका लागि दल दर्ता गराएको देखिन्छ। समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीतर्फको निर्वाचनमा भाग लिन भनी ९३ निर्वाचन चिह्नमा सय वटा दलले निवेदन पेस गरेका थिए। समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीतर्फ ५७ वटा बन्दसूची ६३ दलले पेस गरेका छन् भने पहिलो हुने निर्वाचित हुने निर्वाचन प्रणालीतर्फ ६५ दलको तर्फबाट तीन हजार चार सय छ जना उम्मेदवारको मनोनयन दर्ता भइसकेको छ।

समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीतर्फ दलहरूको तर्फबाट ५७ वटा बन्दसूचीमा तीन हजार दुई सय १३ जना उम्मेदवारको मनोनयन पेस भइसकेको छ। मतदानको दिनभन्दा १७ दिनअघिदेखि अर्थात् फागुन ४ गतेदेखि दलहरूले चुनावी सभा एवम् प्रचारप्रसार लगायत कार्यक्रम गर्न पाउने व्यवस्था निर्वाचन आचारसंहिता २०८२ ले गरेको छ। उम्मेदवारको अन्तिम नामावली प्रकाशित भएपछि फागुन ४ गतेसम्मको अवधि भनेको दल तथा उम्मेदवारले आफ्नो चुनावी घोषणापत्र अर्थात् निर्वाचन घोषणापत्र तयार गर्ने र उक्त घोषणापत्र सार्वजनिक गरी दलले निर्वाचन आयोगमा र उम्मेदवारले सम्बन्धित निर्वाचन कार्यालयमा पेस गर्ने समय हो। घोषणापत्रका आधारमा मात्र निर्वाचन प्रचारप्रसार गर्ने गरी समय निर्धारण गरिएको छ।

निर्वाचन घोषणापत्र भनेको कुनै दल वा उम्मेदवारले निर्वाचनअघि जनतासामु राख्ने लिखित प्रतिबद्धता हो। दल वा उम्मेदवारले हामीलाई भोट दिनुहोस्, हामी जित्यौं भने यी काम गर्छौं भनेर जनतालाई दिने वाचापत्रलाई नै निर्वाचन घोषणापत्र भनिन्छ। सामान्यतया चुनाव जितेपछि के-कस्तो नीति र कार्यक्रम लागू गर्ने ? सङ्घ, प्रदेश र स्थानीय तहका समस्या कसरी समाधान गर्ने ? देशको अर्थतन्त्र, शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारी, पूर्वाधार जस्ता क्षेत्रमा के काम गर्ने ? भन्ने जस्ता दलको विचारधारा र प्राथमिकता निर्वाचन घोषणापत्रमा समावेश गर्ने गरिन्छ।

चुनावमा निर्वाचन घोषणापत्र अति नै आवश्यक हुन्छ। घोषणापत्रले दल वा उम्मेदवारले के गर्न चाहन्छन्, कुन विषयलाई प्राथमिकता दिन्छन् भन्ने स्पष्ट पार्छ। घोषणापत्रले मतदातालाई सोचेर भोट दिन एवम् सही निर्णय गर्न सहयोग गर्छ। मतदातालाई निर्वाचन घोषणापत्रले दल वा उम्मेदवारको नीति, योजना र दृष्टिकोणको तुलना गर्न सजिलो बनाउँछ। घोषणापत्रले नेताहरूलाई जिम्मेवार र उत्तरदायी बनाई लोकतन्त्र बलियो बनाउन मद्दत गर्छ। जनताको मत केवल भावनामा होइन, दल वा उम्मेदवारको स्पष्ट योजना र प्रतिबद्धतामा आधारित हुन्छ। चुनावी घोषणापत्रले लोकतान्त्रिक प्रणाली मजबुत बनाउनुका साथै शासनको दिशानिर्देश गर्न समेत सहयोग पुग्छ। दल वा उम्मेदवारले चुनाव जितेपछि निर्वाचन घोषणापत्र सरकारको कार्यदिशा बन्न सक्छ। दलले जनतासम्म पुग्ने मुख्य माध्यम पनि यही हुने छ।

निर्वाचन घोषणापत्रको सम्बन्धमा अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यास हेर्ने हो भने देश अनुसार फरक-फरक रहेको पाइन्छ। तथापि केही सामान्य र स्थापित अभ्यास विश्वभर प्रचलित रहेको देखिन्छ। प्रायः सबै लोकतान्त्रिक देशमा दलहरूले चुनावअघि लिखित घोषणापत्र सार्वजनिक गर्छन् र वेबसाइट, मिडिया एवं सामाजिक सञ्जाल मार्फत प्रचारप्रसार गरेको पाइन्छ। दल वा उम्मेदवारको निर्वाचन घोषणापत्रलाई बेलायतमा 'पार्टी मेनिफेस्टो,' भारतमा 'इलेक्सन मेनिफेस्टो' र अमेरिकामा 'पार्टी प्लेटफम' भन्ने गरेको पाइन्छ। अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यासमा व्यक्तिलाई भन्दा नीति र कार्यक्रममा जोड दिइन्छ। निर्वाचन घोषणापत्रमा दल वा उम्मेदवारले अर्थतन्त्र, शिक्षा, स्वास्थ्य, जलवायु परिवर्तन जस्ता विषयलाई अनिवार्य रूपमा समेट्ने गरेको पाइन्छ।

धेरै देशमा दल वा उम्मेदवारले घोषणापत्र सार्वजनिक गरेपश्चात् मिडिया, नागरिक समाज र विज्ञहरूद्वारा बहस र विश्लेषण गराइन्छ, जसले गर्दा मतदातालाई सचेत बनाउँछ। उन्नत लोकतन्त्र भएका देशमा चुनाव जितेपछि सरकारले घोषणापत्रका वाचा अनुसार नीति तथा कार्यक्रम बनाउने गर्छन् भने संसद् र जनताले त्यसका आधारमा उनीहरूको मूल्याङ्कन गर्ने प्रचलन छ। बेलायतमा दल वा उम्मेदवारको घोषणापत्रलाई 'मोरल कन्ट्र्याक्ट विथ भोटर्स (मतदातासँगको नैतिक सम्झौता)' मानिन्छ। अन्तर्राष्ट्रिय रूपमा विभिन्न देशमा निर्वाचन घोषणापत्रलाई लोकतन्त्रको अनिवार्य अङ्ग, जनप्रतिनिधि र जनताबीचको सम्झौता वा सरकारको कार्यदिशाका रूपमा लिने प्रचलन छ।

नेपालमा निर्वाचन घोषणापत्रको अभ्यास औपचारिक रूपमा २०१५ सालदेखि शुरु भएको मानिन्छ। निर्वाचनको इतिहास हेर्दा २०१५ सालमा भएको निर्वाचन संसदीय निर्वाचन हो। नेपालमा भएको पहिलो आमनिर्वाचनमा नेपाली कांग्रेस, गोर्खा परिषद् जस्ता दलले लिखित घोषणापत्र सार्वजनिक गरेको र उक्त समयदेखि घोषणापत्रको औपचारिक अभ्यास शुरु भएको पाइन्छ। पञ्चायती व्यवस्थामा दल निषेधित भएको हुँदा दलगत निर्वाचन घोषणापत्रको अभ्यास भएको पाइँदैन। उम्मेदवारले आफ्ना व्यक्तिगत नारा र कार्यक्रममै सीमित रहेर निर्वाचनमा भाग लिन्छन्।

वि.सं. २०४६ सालपछि बहुदलीय लोकतन्त्रिक व्यवस्थाको पुनर्स्थापना भयो। विसं २०४८ को संसदीय निर्वाचनदेखि निर्वाचन घोषणापत्र नियमित, व्यवस्थित र संस्थागत भएको हो। त्यसपछि भएका प्रत्येक निर्वाचनमा दलहरूले आफ्नो विस्तृत निर्वाचन घोषणापत्र सार्वजनिक गर्दै आएका छन्। राजनीतिक दल सम्बन्धी ऐन, २०७३ को दफा २० को उपदफा (२) को खण्ड (घ) मा दलले आफ्नो निर्वाचन घोषणापत्रमा उल्लेख भएका काम गर्ने भनी दलको काम, कर्तव्य र अधिकार उल्लेख छ।

निर्वाचन आयोगले निर्वाचनमा स्वतन्त्रता, स्वच्छता, निष्पक्षता, पारदर्शिता, मितव्ययिता तथा भयमुक्त वातावरण कायम राख्ने उद्देश्यले निर्वाचन आचारसंहिता, २०८२ जारी गरेको छ। उक्त आचारसंहितामा राजनीतिक दल, उम्मेदवार तथा दलको भ्रातृ संगठनले जुलुस, आमसभा, कोण सभा, बैठक, भेला वा निर्वाचन प्रचार-प्रसार सम्बन्धी कार्य गर्दा पालना गर्नुपर्ने आचरणको व्यवस्था गरिएको छ, जसमा उम्मेदवारको अन्तिम नामावली प्रकाशन भएपछि मतदान हुने दिनभन्दा सत्र दिनअघिदेखि मात्र दल तथा उम्मेदवारले निर्वाचन प्रचार-प्रसार सम्बन्धी काम गर्न सक्ने प्रावधान छ। दल तथा उम्मेदवारले जुलुस, आमसभा वा कोण सभा गर्न, सञ्चार माध्यममा कुनै प्रकारको प्रचार-प्रसार सामग्री प्रकाशन वा प्रसारण गर्न र निर्वाचन प्रचार-प्रसारका लागि घरदैलो कार्यक्रम गर्न फागुन ४ गतेदेखि मात्र पाउने व्यवस्था गरिएको छ।

निर्वाचन आयोगले पहिलो पटक निर्वाचन घोषणापत्रलाई अनिवार्य गरी निर्वाचन आचारसंहिताको दायरामा ल्याएको छ। राजनीतिक दल वा उम्मेदवारले निर्वाचन घोषणापत्र सार्वजनिक गरी सोको आधारमा मात्र प्रचार-प्रसार गर्नुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ। निर्वाचन घोषणापत्र दलले आयोगमा र उम्मेदवारले सम्बन्धित निर्वाचन कार्यालयमा पेस गर्नुपर्नेछ। दल वा निर्वाचित उम्मेदवारले निर्वाचन घोषणापत्रमा उल्लेख भएबमोजिमको कार्यप्रगतिको प्रतिवेदन प्रत्येक वर्ष सर्वसाधारणको जानकारीका लागि सार्वजनिक गर्नुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ।

अबको निर्वाचन भनेको नैतिक प्रतिस्पर्धामा आधारित अर्थात् निर्वाचन घोषणापत्रमा आधारित निर्वाचन हुनु आवश्यक छ। अबको बहस भनेको एक उम्मेदवारले अर्को उम्मेदवारलाई गालीगलौच गर्ने, द्वेषपूर्ण वा घृणास्पद अभिव्यक्ति दिने नभई आफ्ना नीति कार्यक्रम मतदातासामु पेस गरेर वा प्रतिबद्धता जाहेर गरेर मतदाताप्रति उत्तरदायी र जिम्मेवार बन्नु पनि हो। निर्वाचनमा उम्मेदवार, दल र मतदातालाई नैतिक मूल्य र लोकतान्त्रिक आचरणका आधारमा प्रतिस्पर्धा गर्ने वातावरण सिर्जना गर्नुपर्छ।

भ्रामक वा असत्य प्रचार-प्रसार, पैसाको दुरुपयोग, धम्की, हिंसा वा जातीय वा धार्मिक विभाजनको प्रयोग र मतदातालाई लोभलालच देखाएर प्रभावित गर्ने कार्यलाई शून्य सहनशीलताको नीति अवलम्बन गरिनु पर्छ। मतदाताको स्वतन्त्र निर्णयको सम्मान गर्दै विचार र कार्यक्रम तथा योजनाका आधारमा निर्वाचनमा प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्छ। दल वा उम्मेदवारले आफ्नो योग्यता, दृष्टि र योजना स्पष्ट राख्ने र विरोधी विचारलाई शत्रु होइन, विकल्पका रूपमा लिने विषयलाई अपनाउनु आवश्यक छ। जनतासँग गरेका वाचा पूरा गर्न प्रतिबद्ध रहने, पैसाको प्रभाव घटाउने र दल तथा उम्मेदवारका बिच समान अवसर सुनिश्चित गर्ने विषय महत्वपूर्ण हुन्छ। व्यक्तिगत वा दलगत स्वार्थभन्दा देश र जनताको हितमा बहस केन्द्रित गर्नुपर्ने जस्ता विषयलाई नैतिक प्रतिस्पर्धाले यसले समेट्ने हुँदा यस्ता विषयलाई आत्मसात् गर्नु आवश्यक छ।

विगतका निर्वाचन हेर्दा घोषणापत्र केबल देखाउनकै लागि मात्र हुने व्यवस्था थियो। निर्वाचित दल वा उम्मेदवारले घोषणापत्रलाई अनदेखा गर्ने परिपाटी मौलाउँदो छ। दल तथा उम्मेदवारले मतदातासामु बोलेका कुराप्रति जवाफदेही लिने परिपाटी कमजोर हुँदै गएको थियो। यस पटकको निर्वाचनदेखि हरेक वर्ष दल वा उम्मेदवारले आफूले गरेका लिखित प्रतिबद्धता कति पूरा गर्न सकियो वा सकिएन भन्ने सार्वजनिक गरी मतदातालाई जानकारी गराउनुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ। अब हुने निर्वाचनमा भाग लिएका दल वा उम्मेदवारले आआफ्ना घोषणापत्र सार्वजनिक गरिसक्नुपर्नेछ।

घोषणापत्र अभिलेखीकरणका लागि निर्वाचन आयोगमा बुझाउनुपर्ने हुन्छ। यो निर्वाचन विशेष परिस्थितिमा हुने निर्वाचन भएको हुँदा सबै राजनीतिक दल तथा उम्मेदवार जिम्मेवार हुनु जरुरी छ। मतदाताको पनि आफ्नो कर्तव्य हुन्छ। मतदाताले कुनै पनि प्रलोभन वा दबाब प्रभाव बिना स्वतन्त्र रूपले विवेकको प्रयोग गरी योग्य, सक्षम र इमानदार प्रतिनिधि छनोट गर्न मतदान गर्नु भनेको राष्ट्रसेवा गर्ने पहिलो खुट्किलो वा अवसर हो। मतदाताले पनि दल वा उम्मेदवारका खोक्रा प्रलोभन र ललिपपको भ्रममा नपरी घोषणापत्रमा उल्लेख भएका नीति कार्यक्रमको मूल्याङ्कन गरेर आफ्नो अमूल्य मतदान गरी जिम्मेवार नागरिकको कर्तव्य निर्वाह गर्न जरुरी छ। गोप

यस्ता रोगीले रातो मासु नखानुस्

हाम्रो शरीरका लागि मासु फाइदजनक भए पनि केही रोग र समस्या भएका व्यक्तिहरुलाई भने रातो मासुले फाइदा गर्दैन । त्यसैले चिकित्सकहरुले त्यस्ता व्यक्तिलाई रातो मासु नखान वा कम खान सल्लाह दिने गर्छन । कसले कम खाने ?

उच्च रक्तचाप

उच्च रक्तचापको समस्या भएकाहरूले खानपानमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ । उच्च रक्तचापको समस्या हुनेले सकेसम्म खसी तथा राँगाको मासु नखाँदा राम्रो हुन्छ । त्यस्तै चिल्लो र बोसो भएको मासु सकेसम्म नखानु बेस हुन्छ । रक्तचापको समस्या हुनेले सकेसम्म कुखुरा तथा माछा खानु राम्रो हुन्छ ।

ग्यास्ट्रिक

ग्यास्ट्रिकको समस्या हुनेहरूले मासु तथा अन्य खानेकुराको परिकार खाँदा विशेष ध्यान दिनुपर्छ । ग्यास्ट्रिकको समस्या हुनेहरूले सकेसम्म तेलमा तारेको तथा धेरै मसला हालेर बनाइएको र मसलादार मासु नखाँदा राम्रो हुन्छ । बढीभन्दा बढी फलफूल र हरियो सागसब्जी खानुपर्छ ।

मुटु सम्बन्धी समस्या

कोलेस्ट्रोल र मुटु सम्बन्धी समस्या हुनेले रातो मासु खानु राम्रो हुँदैन । यस्ता समस्या हुनेले फलफूल तथा हरियो सागसब्जी खानु बेस हुन्छ ।

मधुमेह

मधुमेहका रोगीले पनि भरसक रातो मासु नखाँदा नै राम्रो । मासु बाहेक दाल, गेडागुडी, पनिर, दूध, दही, आदि खाँदा राम्रो हुन्छ ।

युरिक एसिड

युरिक एसिडको समस्या हुनेहरूले पनि मासु कम खाएको राम्रो हुन्छ । मासुमा धेरै प्रोटिन हुने हुँदा यसले शरीरमा युरिक एसिड बढाएर जोर्नीहरू दुख्छ ।

पित्तथैली तथा मिर्गौला सम्बन्धी बिरामी

यस्ता समस्या भएकाहरूले पनि मासु कम खानु राम्रो हुन्छ । यी बिरामीहरूले सकेसम्म फलफूल तथा सलाद खानु स्वास्थ्यका लागि फाइदाजनक हुन्छ ।

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

मेष (चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ)
शुभ समय आएको छ, नचिताएको ठाउँबाट नाफामूलक कामको अवसर आउनेछ, समय दिन नसक्दा परिवारजन बिमुख हुनेछन् ।

बृष (इ, उ, ए, ओ, बा, बि, बु, बे, बो)
समय अनुकूल रहेको छ, नयाँ कामको प्रस्ताव आउनेछ, बोलिको भरमा अधुरो कामहरू फत्ते भएर जानाले मन प्रसन्न रहला ।

मिथुन (का, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, ह)
समय दिन नसक्दा बन्न लागेको काम बिग्रन सक्ला ध्यान दिनुहोला, व्यवसायमा मनग्गे नाफा हुनेछ, भैपरी आउने खर्चले चिन्ता बढाउन सक्ला ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो)
कार्यसिद्धी हुने दिन छ, मान-सम्मानमा वृद्धि हुने, आज भाग्यले साथ दिनेछ, थोरै पारिवारिक झमेला व्यहोर्नुपर्ने हुन सक्छ ।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे)
समय मिश्रित फलदायी छ, टाउको तथा आँखा सम्बन्धी समस्याले सताउन सक्छ, सन्तान पक्षबाट सहयोग प्राप्त हुनेछ ।

कन्या (टो, प, पि, पु, ष, ण, ठ, पे, पो)
समय बलवान रहेको छ, अपरान्नपछि शुभ कार्य थालनी हुनेछ, साथीभाइसँग छोटो दुरीको रमाइलो यात्रा हुने तथा मिष्ठान्न भोजन मिल्नाले मन प्रशन्न रहला ।

तुला (र, रि, रु, रे, रो, ता, ति, तु, ते)
समय सामान्य रहने छ, धार्मिक अभिरूची बढेर जानेछ, पैतृक सम्पत्तिमा बादविवादको योग रहेको छ, सतर्क रहनुहोला ।

बृश्चिक (तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, यि, यु)
अधुरा रहेका कामहरू सिद्ध हुने दिन आएको छ, उच्च अधिकारीबाट साथ, सहयोग र हौशला मिल्नाले मन हर्षित हुनेछ ।

धनु (ये, यो, भ, भि, भु, ध, फा, ढ, भे)
आज नयाँ वस्त्र प्राप्तीको योग छ, पराक्रममा वृद्धि हुने समय छ, आफन्तजनको सहयोग प्राप्ति होला, स्वास्थ्य तथा खानपानमा ध्यान दिनुपर्छ ।

मकर (भो, ज, जि, खि, खु, खे, खो, गा, गि)
सन्तान पक्षबाट सुखद् खबर सुनिने छ, नचिताएको ठाउँमा यात्रा हुन सक्नेछ, प्रेम सम्बन्ध कसिलो बनेर जानेछ ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सि, सु, से, सो, द)
यथेष्ट धन लाभको योग छ, बोली तथा वाणीको प्रभावमा वृद्धि हुनेछ, मिष्ठान्न भोजनको योग पर्ने हुनाले मन प्रफुल्ल रहला ।

मीन (दि, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, च, चि)
मन शान्त रहन सक्छ, पारिवारिक कारणले मनमा चिन्ता बढ्नेछ, रमाइलो यात्रा गर्नुपर्नेछ, खर्चिलो योग रहेको छ ।

मिति २०८२/१०/२२ विहीवारको
सुनचाँदी मूल्य
छापावाला
सुन प्रति तोला
रु. ३,०४,७००/-
चाँदी
प्रति तोला
रु. ५,६५०/-

वीरता जेसीजमा झण्डोत्तोलन गरेर कार्यकाल शुभारम्भ

झापा, माघ २१। वीरता जेसीजले बिर्तामोड-१ स्थित सचिवालयमा राष्ट्रिय झण्डा र जेसीजको झण्डा झण्डोत्तोलन गरेको छ ।

बुधबार झण्डोत्तोलनका साथ सन् २०२६को नेतृत्वले कार्य प्रारम्भ गरेको अध्यक्ष लोकचन्द्र श्रेष्ठले घोषणा गरे । अध्यक्ष श्रेष्ठको अध्यक्षतामा भएको समारोहमा प्रमुख अतिथि वीरता जेसीजका पूर्व अध्यक्ष एकराज गिरीले राष्ट्रिय झण्डा र जेसीजको झण्डा झण्डोत्तोलन गरेका थिए ।

नेपाल जेसीजका पूर्वराष्ट्रिय तालिम आयुक्त समेत रहेका प्रमुख अतिथि गिरीले राष्ट्रिय झण्डा सबै नेपालीको गौरव र जेसीजको झण्डा जेसीज युवाको शान भएको उल्लेख गरे ।

नेपाल पत्रकार महासंघ झापाका अध्यक्ष समेत रहेका गिरीले औपचारिकतामा सीमित हुने कार्यक्रमभन्दा समाजमा सकारात्मक प्रभाव पार्नसक्ने रचनात्मक काम गर्न सुझाव दिए ।

कार्यक्रममा पूर्वअध्यक्षहरु राजीव धिमाल, घनश्याम चौधरी, विकास बस्नेत, निवर्तमान अध्यक्ष युवराज कुँवरले शुभकामना व्यक्त गरेका थिए । धन्यवाद ज्ञापन कार्यकारिणी उपाध्यक्ष पुकार बरालले गरेका गिए । कार्यक्रम संयोजक बोर्डका उपाध्यक्ष विश्वजित हलवाईले स्वागत गरेको कार्यक्रमको सञ्चालन महासचिव सुभाष तिखत्रीले गरेका थिए ।

जेसीज सचिवालयसँगै शिव पाञ्चायन मन्दिर रहेको छतमा पहिलो पटक सन् २०१८मा राष्ट्रिय झण्डा र वीरता जेसीजको झण्डा फहराइएको थियो । त्यसयताका हरेक कार्यसमितिले झण्डोत्तोलनका साथ आफ्नो कार्यकालको शुरुवात गर्दै आएका छन् । झण्डोत्तोलन अघि संयुक्त वैठक, वर्ष २०२६को पहिलो बोर्ड वैठक र बुझ-बुझरत् सम्पन्न भएको थियो ।

भद्रपुर माविका १६८ जना विद्यार्थीलाई पोशाक वितरण

भद्रपुर, माघ २१। भद्रपुर माध्यमिक विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूलाई एक कार्यक्रमका बीच पोशाक वितरण गरिएको छ ।

एनआईएमबी बैंक भद्रपुर शाखाले सामाजिक उत्तरदायित्व अन्तर्गत भद्रपुर-५ स्थित भद्रपुर माविमा अध्ययनरत् कक्षा ६, ७, ८ र ११ का एक सय ६८ जना विद्यार्थीलाई पोशाक वितरण गरिएको हो । विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष बुद्धिमान लिम्बूको अध्यक्षता तथा भद्रपुर वडा नं. ५ का वडाध्यक्ष बन्धु कार्कीको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो ।

कार्यक्रममा एनआईएमबी बैंक भद्रपुर शाखा प्रमुख राहुल चक्रवर्ती, वडा सदस्य जेष्ठमल ठाकुर, विद्यालयका प्रधानाध्यापक होमनाथ गुरुङ लगायतको उपस्थिति रहेको थियो । कार्यक्रममा वडाध्यक्ष कार्कीले बैंकको सामाजिक उत्तरदायित्व अन्तर्गत गरिएको सहयोगले विद्यार्थीहरूको अध्ययनमा सकारात्मक प्रभाव पर्ने विश्वास व्यक्त गरेका छन् । उनले यस्ता सहयोगले शैक्षिक गुणस्तर सुधारमा मद्दत पुग्ने बताए ।

त्यस्तै विद्यालयका व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष लिम्बूले एनआईएमबी बैंक भद्रपुर शाखालाई सहयोगप्रति धन्यवाद दिँदै आगामी दिनमा पनि यस्ता सामाजिक कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिन आग्रह गरेका छन् ।

कोशी पाथीभरा इण्डो नेपाल टी-२०

आसामको विजयी शुरुवात

झापा, माघ २१। झापाको सदरमुकाम भद्रपुरमा पहिलोपटक अन्तर्राष्ट्रियस्तरको कोशी पााथीभरा इण्डो नेपाल टी-२० क्रिकेट प्रतियोगिता शुरु भएको छ ।

बुधवार भएको उद्घाटन खेलमा भारतको राइनोल्याण्ड क्रिकेट एकाडेमी आसामले विजयी शुरुवात गरेको छ । आसामले जीएचसीए काठमाडौंलाई ४२ रनले पराजित गरेको हो ।

भद्रपुर क्रिकेट क्लवको आयोजनामा भद्रपुर-८स्थित मेची बहुमुखी क्याम्पसको क्रिकेट मैदानमा पहिलो ब्याटिङ गर्दै आसामले १८.१ ओभरमा अलआउट हुँदै ९६ रन बनायो । जवाफमा काठमाडौं १६.२ ओभारमा ५४ रनमा अलआउट भएपछि आसामले महत्वपूर्ण ३ अंक जोडेको छ ।

आसामका तर्फबाट मोहमद हबिबुल्लाले सर्वाधिक १९ रन बनाए भने काठमाडौंका तर्फबाट रुपेश श्रीवास्तवले ४ ओभरमा १६ रन खर्चिएर ३ विकेट लिए । यसैगरी, काठमाडौंका तर्फबाट सर्वाधिक १४ रन बनाए भने आसामका तर्फबाट प्राञ्जल भरालीले ४ ओभरमा ९ रन खर्चिएर ३ विकेट लिए ।

प्रतियोगिताको एक समारोहका बीच कोशी प्रदेश सरकारका मुख्यमन्त्री हिक्मतकुमार कार्कीले उद्घाटन गरे । उनले पानसमा दीप प्रज्ज्वलनपछि मैदानमा ब्याटिङ गर्दै प्रतियोगिता उद्घाटन गरेका थिए ।

भद्रपुर क्रिकेट क्लवका अध्यक्ष आदित्य पराजुलीको अध्यक्षतामा आयोजित उद्घाटन समारोहलाई सम्बोधन गर्दै प्रमुख अतिथि मुख्यमन्त्री कार्कीले खेलकुद क्षेत्रलाई अघि बढाउन कोशी प्रदेश सरकार प्रतिबद्ध रहेको बताउँदै मेची क्याम्पसको क्रिकेट मैदानलाई थप विकसित गर्न कोशी प्रदेश सरकारले लगानी गर्ने बताए ।

संघका सचिव केदार महतले सञ्चालन र प्रतियोगिताका संयोजक तथा भद्रपुर-८का वडाध्यक्ष गौरब सुब्बा 'मनोज'ले स्वागतसहित औचित्यमाथि प्रकाश पारेको समारोहमा विभिन्न झाँकीहरु पनि प्रस्तुत गरिएको थियो ।

प्रतियोगितामा नेपालका चार र भारतका चार गरी आठवटा टिमको सहभागिता रहेको छ । टिमलाई दुई समूहमा विभाजन गरिएको छ । अंकका आधारमा सेमीफाइनल खेल्ने टिमको टुंगो लाग्ने आयोजक भद्रपुर क्रिकेट क्लवका महासचिव वसन्त पोखरेलले जानकारी दिए। प्रतियोगिता माघ २९ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ ।

प्रतियोगिताको विजेता टिमले पाँच लाख नगदसहित शील्ड प्राप्त गर्नेछ भने उपविजेता टिमले नगद तीन लाखसहित शील्ड प्राप्त गर्ने पोखरेलले बताए । अध्यक्ष पराजुलीले कोशी प्रदेश सरकारले घोषणा गरेको पर्यटन वर्षसमेतलाई जोडेर यो प्रतियोगिता आयोजना गरिएको बताएका छन् ।

प्रतियोगितामा नेपालका तर्फबाट आयोजक भद्रपुर क्रिकेट क्लव, काठमाडौं, सुदूरपश्चिम र गण्डकी तथा भारतका तर्फबाट दिल्ली, लखनऊ, आसाम र सिक्किमको सहभागिता रहेको अध्यक्ष पराजुलीले जानकारी दिए ।

बिहीबार दुईवटा खेल हुनेछ । पहिलो खेलमा भारतको दिल्लीले बिजेता आसामसँग प्रतिस्पर्धा गर्नेछ भने दोस्रो खेलमा आयोजक भद्रपुर क्रिकेट क्लवले जीएचसीए काठमाडौंको सामना गर्नेछ ।

सामाजिक सञ्जालमा मतप्रश्न नगर्न जिल्ला प्रशासन झापाको निर्देशन

झापा, माघ २१। जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापाले मतदाताको गोपनीयता उल्लंघन हुनसक्ने घटनाबारे सचेत गराएको छ ।

निर्वाचन आचारसंहिता उल्लंघन हुनसक्ने अनलाइन गतिविधिप्रति चेतावनी दिएको हो ।

कार्यालयले जारी गरेको सूचनामा भनिएको छ- 'फेसबुक, युट्युव लगायतका सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गरी केही अनलाइन सञ्चार माध्यमले सर्वसाधारण तथा मतदाताहरूसँग के कुन दल वा उम्मेदवार वा निर्वाचन चिन्हमा मतदान गर्नुहुन्छ भन्ने प्रश्न गरी मतदाताको गोपनीयता भङ्ग गर्ने कार्य गरिरहेको बुझिएको छ ।

उक्त कार्य निर्वाचन आचारसंहिता, २०८२को दफा ४ (द) बमोजिम आचारसंहिता उल्लंघनको कार्य भएको हुँदा यो सूचना जारी भए पश्चात् कोही कसैबाट यस प्रकारको कार्य भए गरेको पाइएमा प्रचलित कानून बमोजिम कारवाहीको प्रक्रिया अघि बढाइने भएकोले सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालयले यस प्रकारको कार्य निर्वाचन आचारसंहिता, २०८२को दफा ४ (द) अनुसार उल्लंघन हुने भएकाले यस्तो नगर्न आग्रह गरेको छ ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापाले सूचना जारी भएपश्चात पनि यस प्रकारको कार्य भएमा प्रचलित कानून अनुसार कारबाही गरिने जनाएको छ । कार्यालयले सर्वसाधारण र सम्बन्धित सबैलाई यसबारे सचेत रहन अनुरोध गरेको छ ।

कांग्रेस झापाको निर्वाचन परिचालन समिति

विर्तामोड माघ २१। नेपाली कांग्रेस झापाले पार्टीका केन्द्रीय सदस्य सुधिरकुमार शिवाकोटीको संयोजकत्वमा निर्वाचन परिचालन, अनुगमन तथा मूल्याङ्कन समिति र पार्टीका कार्यबाहक सभापति शेरबहादुर भट्टराईको संयोजकत्वमा जिल्लास्तरीय निर्वाचन प्रचार-प्रसार समिति गठन गरेको छ ।

नेपाली कांग्रेस झापाका कार्यबाहक सभापति शेरबहादुर भट्टराईको सभापतित्वमा सम्पन्न पदाधिकारीको बैठकले समिति गठन गरेको हो । निर्वाचन परिचालन, अनुगमन तथा मूल्याङ्कन समितिमा पार्टीका केन्द्रीय, पूर्व केन्द्रीय सदस्य, कोशी प्रदेश समितिका पदाधिकारी, सदस्य, सांसद-पूर्व सांसद, जिल्ला कार्यसमितिका पदाधिकारी, पार्टीका पूर्व पदाधिकारीहरु सदस्य रहनेछन् ।

यसैगरी कार्यबाहक सभापति भट्टराईको संयोजकत्वमा गठित जिल्लास्तरीय निर्वाचन प्रचारप्रसार समितिमा पार्टीका केन्द्रीय, पूर्व केन्द्रीय सदस्य, कोशी प्रदेश समितिका पदाधिकारी, सदस्य, सांसद-पूर्व सांसद, जिल्ला कार्यसमितिका पदाधिकारी तथा सदस्य, पार्टीका पूर्व पदाधिकारी, महासमिति सदस्य, महाधिवेशन प्रतिनिधि, क्षेत्रीय, प्रदेशसभा क्षेत्रीय समितिका पदाधिकारी सदस्य, भातृ तथा शुभेच्छुक संस्थाका केन्द्रीय/कोशी प्रदेश पदाधिकारी/सदस्यहरु र जिल्ला कार्य समितिका अध्यक्षहरु सदस्य रहनेछन् । यसैगरी गाउँ/नगर समितिका पदाधिकारी, वडासभापतिहरु सदस्य रहनेछन् ।

यसैबीच नेपाली कांग्रेसमा आबद्ध भातृ तथा शुभेच्छुक संस्थाका प्रतिनिधिहरुले पार्टीका उम्मेदवारलाई विजयी गराउन आ-आफ्नो क्षेत्रबाट निर्वाचन प्रचार-प्रसारलाई तीब्र बनाउने प्रतिबद्धता जनाएका छन् ।

नेपाली कांग्रेस झापाको संयोजनमा सम्पन्न भातृ तथा शुभेच्छुक संघसंस्थाका केन्द्रीय पदाधिकारी/सदस्य एवम् जिल्ला पदाधिकारीहरुको भेलाका सहभागीहरुले यस्तो प्रतिबद्धता जनाएका हुन् ।

भातृ तथा शुभेच्छुक संघसंस्थाका केन्द्रीय पदाधिकारी/सदस्य एवम् जिल्ला पदाधिकारीहरुको भेलालाई सम्बोधन गर्दै नेपाली कांग्रेस झापाका कार्यबाहक सभापति शेरबहादुर भट्टराईले नेपाली कांग्रेसले आफूलाई समयानुकुल परिवर्तन गरेर निर्वाचनमा होमिएको बताउँदै नीति, नेतृत्वसँगै अधिकांश नयाँ अनुहारलाई उम्मेदवार बनाएको जानकारी गराए । सामाजिक सञ्जाल लगायतका भ्रामक प्रचारको भ्रममा नपर्न र संगठनबाट बिचलित नभई इमान्दार रुपमा निर्वाचन परिचालनमा खटिन सम्पूर्ण कार्यकर्तालाई आव्हान गरे ।

नेपाली कांग्रेस झापाका सचिव कृष्ण हुमागाईले सहजीकरण गरेको कार्यक्रममा दीपक तामाङ, उर्मिला पोखरेल ढकाल, यज्ञप्रताप अधिकारी, टिका सिटौला मैनाली, ज्ञानेन्द्र निरौला, रतन थिङलावो, दिलकुमार नेम्बाङ, लक्ष्मीप्रसाद शिवाकोटी, गिरिराज भट्टराई, राजेन्द्र गौतम, टेकनाथ उप्रेती, विरबहादुर दर्नाल, गोकुल पौडेल, मनोज धिताल, लक्ष्मीप्रसाद दाहाल, राजकुमार ठाकुर, राजेन्द्रप्रसाद ओली, कुमार शिलवाललगायतले आ-आफ्ना प्रतिबद्धता राखेका थिए ।

भेलामा नेपाली कांग्रेस झापा सचिव नवीन विमली र सहसचिव कमलप्रसाद भण्डारीले सहभागीहरुले दिएका सुझाव टिपोट गरेका थिए ।

नेपाली कांग्रेसका तर्फबाट झापा क्षेत्र नं. १मा केशवराज पाण्डे, २मा सरिता प्रसाई, ३मा राजेन्द्रकुमार घिमिरे, ४मा देउकुमार थेवे, ५मा मन्धरा चिमरिया पौडेल प्रत्यक्षतर्फ उम्मेदवार छन् ।

यसैगरी समानुपातिकतर्फबाट सुशीला ढकाल आचार्य, गोमाकुमारी भटराई, उमा शिवाकोटी, राधा कार्की, सत्यनारायण चौधरी, मनुमाया विश्वकर्मा र रिना उप्रेती समानुपातिक उम्मेदवार छन् ।

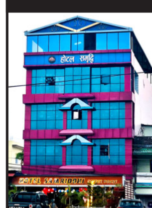
अब बिर्तामोडमा
डा. पितामबर ठाकुर
MBBS. MD(TU)
NMC NO. 1914
मेची अञ्चल अस्पतालका Ex-Superintendent वरिष्ठ फिजिसियन
हरेक दिन बिहान ११:०० देखि १:०० र दिउसो ३:०० देखि ५:०० बजेसम्म
के तपाईलाई तलका मध्ये कुनै समस्या छ ?
- पेट सम्बन्धी समस्या
- मुदु सम्बन्धी समस्या
- राति निद्रा नलाग्ने
- छाती दुख्ने
- फोक्सो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

विशेषज्ञ डाक्टरहरूको सेवा अब कान्तिपुर मेडिसीन सेन्टर
उपचार हुने रोगहरु :
- 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 (फोन: ०२३-५३२८४५)

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

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 दूग्ध परिकार र मिनी रसवरी पनि उपलब्ध छ ।
कालिका डेरी,
कृषिथोक पूर्वगेट बिर्तामोड,
फोन नं.: ०२३-५३४१२९
९८५२६४४१२९, ९८०२३१३२७२

मार्बल शिलालेख
यहाँ डिजिटल प्रविधिबाट मार्बलमा फोटो खोपिन्छ साथै आर्ट सम्बन्धी सम्पूर्ण कार्यहरु सरल दरमा गरिन्छ
सम्पर्क :
एल. बि. आर्ट
बिर्तामोड-४, पश्चिम बस स्टेण्ड
अदुवा पुल छेऊ
फोन नं. : ९८४४६८५६००
९८१६०४९८००



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

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

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

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

वैदेशिक रोजगार
अब वैदेशिक रोजगारीका लागि भरपर्दो मेनपावर बिर्तामोडमा
हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । बिना झन्झट राम्रो तलब (सेलरी)मा तपाईलाई वैदेशिक रोजगारमा हामी पठाउँछौं ।
सम्पर्क :
यूनाइटेड प्लेसमेन्ट एण्ड इम्प्लोइमेन्ट सर्भिस प्रा. लि.
शाखा कार्यालय बिर्तामोड
मो. ९७०२९५९६४० / ९७०२९५९६४१

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

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

सम्पर्क: शिवसताक्षी, कन्काई, बिर्तामोड, धुलाबारी, अर्जुनधारा, बुधबारे
देवराज गिरी
९८१३६७६६२२/९८४२०७०५८६/९७०६१९६४०६

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

आरोग्य मल्टि-स्पेसियलिटी डेन्टल क्लिनिक
१५ वर्षको अनुभवसँग तपाईको सेवामा :
हामीले प्रदान गर्ने सेवाहरू :
- 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

सेक्युरिटी गार्ड चाहिएमा सम्पर्क गर्नुहोस् ।
कुनै पनि संस्था, बैंक, उद्योग, स्कूल, मार्केट लगायत जुनसुकै क्षेत्रमा सेक्युरिटी गार्ड चाहिएमा सम्पर्क गर्नुहोला । साथै सेक्युरिटीमा काम गर्न चाहने इच्छुक महिला तथा पुरुषहरुले पनि तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोला ।
सम्पर्क :
सेक्टर वान सेक्युरिटी सर्भिस
बिर्तामोड-१, झापा, हिमरेश मार्ग
फोन: ९७०००६८५४०, ९८०१४४५००३

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

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

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 ।

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, [redacted]को
- बाथ रोग, [redacted]एको
- शरीर [redacted]
- प्यारालाइसीस [redacted]मुख बाङ्गिएको
बिरामीलाई भर्ना [redacted]
- प्लाराइसीस [redacted]उपचार गरिन्छ ।
[redacted]
(फोन : [redacted]२८८)