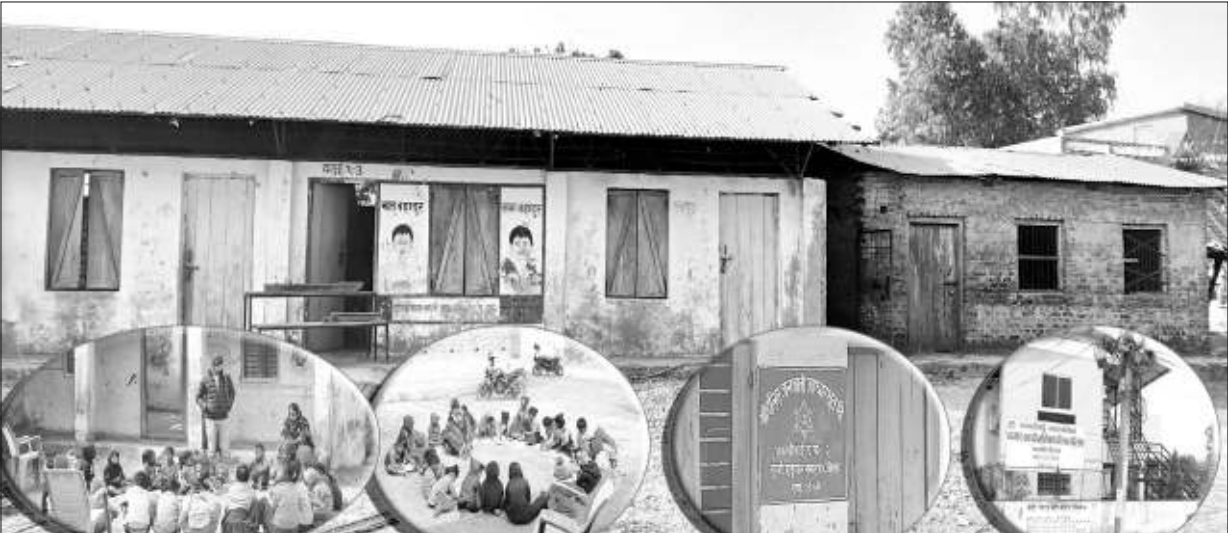


दिवखाजा कार्यक्रममा व्यापक अनियमितता
हिसाब मिलाउन शिक्षकनै नगरपालिकामा काज

राज्यले विद्यालयमा विद्यार्थी उपस्थिति संख्या बढाउन दिवाखाजाको कार्यक्रम सचालन गरेको भएपनि विद्यार्थी संख्या बढेको छैन । विद्यालयमा नियमित उपस्थिति हुने भन्दा ४ गुणासम्मको नाम रजिष्टरमा लेखिन्छ र त्यसकै आधारमा दिवाखाजा रकम निकासी हुदै आएको छ । नगरमा रहेका ३७ विद्यालयको लागी पालिकाले चालु आर्थिक वर्षको तीन महिनाका लागि ५२ लाख २१ हजार रुपैयाँ निकासा गरेको छ ।

मुकेश कुमार यादव ।
सिरहा, २६ माघ ।
सिराहाका सामुदायिक विद्यालयहरूमा दिवाखाजा कार्यक्रममा व्यापक अनियमितता हुने गरेको पाइएको छ । जिल्लाको धनगढीमाई नगरपालिका अन्तर्गतका दिवाखाजा कार्यक्रम सञ्चालन भएको विद्यालयहरूमा व्यापक अनियमितता भएको पाईएको हो ।
जनता आधारभुत विद्यालय धनगढीमाई नपा ८ इटारीमा कक्षा ५ सम्म पढाईहुने विद्यालयको रजिष्टरमा एक सय २६ जना विद्यार्थीको नाम छ । शिक्षा शाखाले अनुगमनगर्दा ८९ जना फेलापरेको र त्यसमा १५ प्रतिशत (१३ जना) संख्या थप गरी एक सय दुई जना विद्यार्थीको १५ रुपैयाँको दरले ९० दिनको एकलाख ३७ हजार सातसय पठाएको छ । यो रकम चालु आर्थिक वर्षको तीन महिनाको हो ।
यो विद्यालयमा ३० देखि ३५ जनामात्र विद्यार्थी उपस्थित हुनेगरेको स्थानीय बताउँछन् । गत पुस १३ गते हामी पुग्दा पनि यस विद्यालयमा ३० जना विद्यार्थी उपस्थित थिए । विद्यालयमा नियमित उपस्थित हुनेहरूको भन्दा करिब ७० जना बढी विद्यार्थीको नाममा दिवाखाजा रकम निकासा भएको छ ।
त्यसैगरी, धनगढीमाई नपा



३ कुड्वा हनुमान नगरस्थित दलित जनजाती विद्यालय कक्षा तीनसम्म पढाई हुन्छ । विद्यालयको रजिष्टरमा ९१ जना विद्यार्थीको नाम देखिन्छ । शिक्षा शाखाले गरेको अनुगमनमा ७८ भेटिएको उल्लेख छ । सोही आधारमा १५ प्रतिशत थपगर्दा ८४ जना विद्यार्थीको ९० दिनको लागि १५ रुपैयाँका दरले एक लाख ३४ हजार चारसय रुपैयाँ निकासा पाएको छ । हामी गत माघ ३ गते विद्यालयमा पुग्दा बालकक्षा सहित जम्मा २५ जना विद्यार्थी उपस्थित थिए । यहाँ पनि नियमित उपस्थित हुने खास विद्यार्थी भन्दा ६० बढी विद्यार्थीको नाममा दिवा खाजा भक्ता निकासा भएको छ ।
नगर भित्रका अन्य आधारभुत विद्यालयको अवस्था पनि

यस्तै छ भन्दा फरक छैन । खाजाको रकम अनियमितता गर्ने नियतले नै प्रधानाध्यापकहरूले विद्यार्थीसंख्या बढाउँदा पनि शिक्षा शाखाका कर्मचारीहरू निश्चत प्रतिशत कमिशन लिएर विद्यालयले पेस गरेको डाटाकै आधारमा सवै शीर्षकको रकम सहजै सिफारिस गर्ने गरेको जानकारीहरू बताउँछन् ।
विद्यालयहरूमा दिवाखाजा तथा अन्य शीर्षकको रकम छुटा-छुटै पठाउने गरेकाले अत्यन्त न्यून रकम देखिएपनि शाखाका कर्मचारी तथा विद्यालयका प्र.अहरूले यसमा ठूलै रकमको चलखेल गर्नेगरेको एकजना अवकास प्राप्त प्रधानाध्यापकले सुनाए । उनले भने, 'प्रत्येक विद्यालयहरूमा वार्षिक रुपमा विद्यालय शिक्षा सुधार देखि

लिएर विभिन्न मसलन्द,नन-स्यालरी,अडिट खर्च लगायतको करिब १५ शीर्षकमा गरी १ सय विद्यार्थीको नाम रहेका विद्यालयमा ५ लाखसम्म जाने गरेको हुन्छ ।' उनका अनुसार प्रधानाध्यापकहरूले एक /दुई शीर्षक वाहेक आएको रकममा शाखाको मिलोमतोमै व्यापक भ्रष्टाचारी हुने गर्दछ । उनले थपे, ' प्रधानाध्यापकहरूले अहिले शिक्षाशाखाका कर्मचारीलाई नजराना नतिरे उसको विल,भर्पाई समेत फछ्यौट हुदैन् । अहिले विद्यालयहरूमा शिक्षाको नाममा व्यापक रुपमा भ्रष्टाचार मौलाएको छ ।'
स्कूल र नगरपालिकाबीच राम्रोसँग हिसावकिताव मिलाउन धनगढीमाई ८ स्थित जन्ता माध्यमिक विद्यालय अयोध्या

नगरका शिक्षक प्रदिप कुमार साहलाई शिक्षा शाखामा काजमा ल्याइएको छ । उनको सङ्ग्राम

स्कूलमा भने अर्को शिक्षकलाई तलब दिएर राखिएको छ । उनी पूर्वमेयरकै पालादेखि शिक्षा शाखमा छन् । नवनिर्वाचित मेयरसँगको सेटिङ मिलेपछि उनी अहिलेपनि शिक्षा शाखामै काजमा कार्यरत रहेको छन् । शिक्षा शाखाले दिवाखाजामा अनियमितता हुने महसुस गरेर परीक्षा र अन्य समयमा गरेको अनुगमनको आधारमा खाजाको रकम दिनेगरेको बुझिएको छ । नगरले शिक्षा शाखाका लागी काजमा खटाइका प्रदिप कुमार साहले भने, 'खाजा कार्यक्रममा अनियमितता हुनेगरेको गुनासो पछि नगर शिक्षा शाखाले



मधेशदृष्टि, वीरगंज २६ माघ ।
प स ा क ा
जगरनाथपुर गाउँपालिकाको ओरिया खोला आसपासमा नेपाल-भारत सीमाबाट हराएका मुख्य र सहायक गरी १६ वटा सिमा स्तम्भ मध्ये दुई वटा बालुवाले पुगिएको अवस्थामा भेटिएका छन् । खोलाबाट बालुवा उत्खनन् गर्ने क्रममा हराइरहेका

१६ वटा सीमास्तम्भ मध्ये २ वटा फेला परेका हुन् । जगरनाथपुर गाउँपालिका-१ पिपरडारीस्थित ओरिया खोलाबाट हराइरहेका सीमास्तम्भ भेटिएपछि बिहबार जिल्ला सुरक्षा समितिको बैठक बसेको छ । जिल्ला सुरक्षा समिति पर्साको बैठकले ओरिया खोला क्षेत्रमा नदीजन्य पदार्थ

महानपाले फिर्ता लियो आफ्नो जग्गा

अदालतका फैसला पछि पनि धुरको ४०, ५० लाख पर्ने आदर्शनगर बजार क्षेत्रको जग्गा भूमियाले आफ्नो कब्जामा राखेको थिए । महानगरले अतिक्रमित जग्गामा बनेका संरचना भत्काई दिएको छ ।

मधेशदृष्टि वीरगंज, २६ माघ ।
सर्वोच्च अदालतले आफ्नो पक्षमा फैसला गरेको जग्गा भूमाफियाको कब्जाबाट छुटाउन वीरगञ्ज महानगरपालिकालाई ८ वर्ष लागेको छ ।
तत्कालिन नगरविकासको नाममा रहेको वीरगञ्जको वडा नम्बर ८ मा रहेको ६१ नम्बर किताको १० धुर जग्गा भूमाफियाको

कब्जाबाट छुटाउन झण्डै ८ वर्ष समय लागेको हो । वीरगंज महानगरपालिकाको आदर्शनगर बजार एरियामा पर्ने जग्गा अहिलेको चलनचल्ती मूल्यमा धुरको ४०, ५० लाख रुपैयासम्म पर्दछ । जिल्ला, पुनरावेदन हुँदै सर्वोच्च अदालतबाट नगर विकासकै पक्षमा २०७२ साल फागुन २ गते



गरीब जनता हरुलाई लक्षित गरी एकदम सस्तोमा MRI र CT Scan धमाधम भइरहेको छ र एक दिनमै रिपोर्ट दिने ब्यवस्था गरिएको छ @बीरगंज हेल्थ केयर अस्पताल

जाडोमा लिनुपर्ने सावधानीहरू

पानी प्रशस्त पिउने

शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त भएमा विस्रोले गर्दा रगत बाक्लो हुने जोखिम कम हुन्छ ।

Warm Up गर्ने

शारीरिक व्यायाम सुरु गर्नु भन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने उनी व्यायाम सुरु गर्ने ।

हिडाङ्को गति कम गर्ने

चिसोमा गुठ्ठामा जोखिम धाउँदा हिडाङ्को रिफ्ट कम गरेर हिडाङ्को अवधि बढाउन सुरक्षित उपाय हुन्छ ।

मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने

जाडो महिनामा गुठ्ठामा हुने असरलाई मदिरा तथा धुम्पानले कम बढाउने हुनाले यसको प्रयोग बगनू टाढी हुन्छ ।

चिसो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।

सुगर प्रेसर कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण

जाडो महिनामा प्रेसर सुगर र कोलेस्ट्रॉलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्न जरूरी छ ।

धेरै चिल्लो खानेकुरा नखाने

जाडोमा कोलेस्ट्रॉल बढ्ने हुनाले धेरै चिल्लो फ्राई, पाटी नोजको बेलाभा खाने हुनु पर्दछ ।

विसोमा हिडदा छाती दुख्नु

गुठ्ठोमा प्रमुख लक्षण Angina चिसोमा बढि देखिन्छ र यसको छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरूरी हुन्छ ।

औषधिको नियमित प्रयोग

गुठ्ठोमा प्रेसर सुगर कोलेस्ट्रॉल आदिको औषधि नदुटाईकन नियमित खानु पर्छ ।

व्यायामको बेलामा विसोबाट सुरक्षा

यसको लागि पर्याप्त लगा लगाएर विशेष गरेर टाउको, काब, हात छोडेर हिडनु पर्छ ।

डोक्टरले थाहापार्नुपर्ने महत्त्वपूर्ण, स्वास्थ्य प्रवृत्ति

सन्तपुरमा निःशुल्क आँखा शिविर

आरके श्रीवास्तव
गरुडा, २६ माघ । रौतहट जिल्लाको फतुवा
बिजयपुर नगरपालिकाको सन्तपुरमा
निःशुल्क आँखा शिविर सञ्चालन भएको
छ ।
नगरपालिकाको वडा नम्बर ५ स्थित
रहेको श्री प्राथमिक बिद्यालयको प्रांगणमा
विहवार एक दिने शिविर लगाइएको
थियो । एक कार्यक्रमका बिच कार्यवाहक
नगरप्रमुख अमेबेया खातुनले सो शिविरको
उद्घाटन गरेका थिए ।
रोटरी क्लब अफ हेटौँडा,रोट्र्याक्ट क्लब
अफ हेटौँडा र हेटौँडा सामुदायिक आँखा
अस्पतालको संयुक्त आयोजनामा विहवार
निःशुल्क आँखा शिविर लगाइएको
थियो । कार्यवाहक नगरप्रमुख खातुनको

विशेष पहलमा सञ्चालन भएको निःशुल्क शिविरको स्थानीय आयोजक लोकतान्त्रिक अपांग समन्वय समिति नेपाल रौतहट रहेको थियो ।
सो शिविरमा १२० जना पुरुष र १०१ जना

जना महिला गरी २२१ जना को आँखाको परीक्षण गरिएको छ । जसमध्ये ७० जना मा मोतियाबिन्दु फेला परेको लोकतान्त्रिक अपांग समन्वय समिति नेपाल रौतहट ललन चौरसीयाले बताए ।

संकटमा मधेसका एफएम रेडियो

जनकपुरधाम, २६ माघ
विज्ञापन बजार र अन्य
व्यवस्थापकीय समस्याका कारण
मधेश प्रदेशमा सञ्चालित एफएम
रेडियो सङ्कटमा पर्दै गएका
छन् । आमसञ्चार प्राधिकरण
जनकपुरधामको तथ्याङ्कअनुसार
हालसम्म १९ रेडियो बन्द
अवस्थामा छन् ।
यही अवस्था रहे निकट
भविष्यमा अन्य रेडियोले पनि
सङ्कटको सामना गर्नुपर्ने अवस्था
छ । प्राधिकरणका अध्यक्ष
श्यामसुन्दर यादवले १९ रेडियो
बन्द भइसकेको र करिब
२५ प्रतिशत रेडियोले तलब
खुवाउन नसकेने अवस्थाका
कारण दक्ष जनशक्ति भित्त्याउन
नसक्दा समाचार तथा कार्यक्रम
नै दिन नसकेको बताए ।
विज्ञापन बजार सीमित छ,
स्थानीय सरकारले उपयुक्त
कार्यविधि बनाउन नसक्दा
समानुपातिक विज्ञापन वितरण
गर्न सकेका छैनन्, यसले रेडियो
बन्द हुँदै गएका छन्, उनले
भने । अथवा व्यावसायिक तथा
सामुदायिक रेडियोको व्यवस्थापन
र सुदृढीकरणका लागि रेडियो



सञ्चालक एवं सरकारले ठोस योजना बनाउनुपर्छ, अन्यथा बन्द हुने रेडियोको संख्या अझै थपिने छ रेडियो व्यवस्थापक समितिले कर्णेल बजाएको अवस्थामा विश्लेषण नै नगरी राज्यले सानो ठाउँमा धेरै रेडियोको अनुमान दिने तर पछि कसरी सञ्चालन भइरहेका छन् भनेर नहेर्ने गरेकाले समस्या निम्तिरहेको बताए । उनले सङ्घीयता आइसकेपछि प्रदेश सरकारले स्थानीय रेडियोलाई केही सहूलित दिने अपेक्षा गरेकामा उले आफ्नै स्वामित्वमा रेडियो स्थापना गर्ने मनसाय राखेकामा दुःख व्यक्त गरे ।

स्थानीयस्तरमा व्यापार व्यवसाय सङ्कटमा छ, धेरै रेडियोको ध्वनि टक्रावका कारण सुनिदैन । सीमावर्ती भारतीय बजारको विज्ञापन भारतमा छोडिसक्यो, किनभने बजारमा रहेका रेडियो पनि धौधौ चलिरहेका छन्, यस्तै रह्यो भने धेरै रेडियो बन्द हुनेछन् । व्यवस्थापक रुपेश सिंहले सरकारी निकायबाट विज्ञापन नआउने र स्थानीय व्यापार व्यवसाय पनि नचलेका कारण बिगठमा आउने विज्ञापन बन्द रहेका छन् । यहाँका रेडियोको सङ्कटको सामना गर्नुपरेको बताए । मधेश सरकारको साथ पाएका

छेन्नै, उनले भने ,स्थानीय तह, प्रदेश सरकार र सरकारी निकायले उपयुक्त नीतिसहित हामीलाई सहयोग गर्नुपर्छ । रेडियोकर्मी रामअशिष यादवले सडियोमा ठाउँमा रहे रेडियो हुँदा विज्ञापनकै लागि अस्वस्थता प्रतिस्पर्धा बढिरहेकाले सरकारी संयन्त्रले नै विज्ञापन दररेट निर्धारण गरिदिनुपर्ने बताए । उनले स्तरीय समाचार र कार्यक्रम दिनसकै रेडियोप्रतिको भरोसा कायमै रहने धारणा राखे । आमसञ्चार प्राधिकरणका प्रशासकीय प्रमुख उपेन्द्रकुमार सिंहले मधेस

देशका व्यावसायिक तथा सामुदायिक रेडियोको समस्या समाधानका लागि आगामी बजेट तथा कार्यक्रममै समेट्ने गरी सुझाव सङ्कलनको काम भइरहेको जानकारी दिए । उनले समानुपातिक विज्ञापन वितरणका लागि सरकारबाट उचित रकम र विद्युत् महसुलमा सहूलियतका लागि प्राधिकरणले पहल गर्ने बताए ।

प्राधिकरणका अध्यक्ष यादवले पनि सरकारी तवरबाट हुने सहूलियतका लागि आफूहरूले पहल गर्ने र रेडियोको पनि बैकमा जडान गर्ने मार्जमा जान बहस सुनु गर्न जरुरी रहेको सुझाव दिए । रेडियो बन्द नै हुनु राम्रो होइन । समस्या समाधानका लागि प्राधिकरणले गम्भीरतापूर्वक पहलकदमी लिन्छ, उनले भने ।

मधेश प्रदेशमा अहिले एक सयभन्दा बढी एफएम रेडियो छन् । त्यसमध्ये १९ बन्द अवस्थामा छन् । रौतहटमा पाँच, सप्तरीमा चार, महोत्तरी र सिरहामा तीन-तीन, पर्सामा दुई तथा बारा र सर्लाहीमा एक-एक एफएम रेडियो बन्द छन् ।

विद्युतीय चार्जिङ् स्टेशनको परीक्षण सञ्चालन

महोदय, २६ माघ
बिपी राजमार्गको छेउमै बर्दिबास
नगरपालिका-३ गौरीडाँडास्थित
इलाका प्रहरी कार्यालय बर्दिबास
परिसरमा विद्युतीय चार्जिङ
स्टेशन सञ्चालनमा आएपछि
विद्युतीय चार्जका सवारीसाधन
(इभी) का चालक दङ्ग छन् ।
यो स्टेशन सञ्चालनमा आएपछि
सवारीसाधन चार्ज गर्न निकै
सहज भएको इभी सवारी
चालकको भनाइ छ ।
पूर्वपश्चिम राजमार्गसँगको
बर्दिबास-सिन्धुली-
काठमाडौँ, बर्दिबास-गाईघाट-
चतरा, बर्दिबास-मथली-दोलखा
र बर्दिबास-धुम्री-ओखलढुङ्गासँगै
खोटाङ र सोलुखुम्बुसम्मको
स्टाको मुख्य सङ्गमस्थल
(बर्दिबास)मै सञ्चालनमा
आएको विद्युतीय चार्जिङ
स्टेशनले अहिले निकै राहत
दिएको हो । अहिले परीक्षणकै
क्रममा रहेको चार्जिङ स्टेशनमा
सवारी साधनका लाभ देखिन्छन् ।
चार्ज गर्न पाइएको सहजताले
अब इभी साधन नै चलाउने
मनस्थितिमा सवारी व्यवसायी

देखिन थालेका छन् । यस भेगमा
इभी (विद्युतीय चार्जका सवारी
साधन) को 'क्रेज' बढ्दै छ ।
दिनहुँ यस्ता नयाँ साधन सडकमा
थपिएका छन् ।
कतार होला चार्ज्ड स्टेशन भनेर
सोधखोज गर्नुपर्ने र रुमलिनै
स्थिति अन्त्य भएछ, सानो
कारका चालक प्रशान्त भाले भने
, यहाँ त सडकको छेउमै पैराबाट
देखिनै ठाउँमा चार्ज्ड स्टेशन
भएको ठानेमा आएछ, धेरै सजिलो
भयो । यो स्टेशनको सञ्चालनले
इभी साधनको प्रचार र प्रवर्द्धनमा
बल पुर्‍याएको भाको ठम्याइ छ ।
पहाड, मधेसका विभिन्न सडक
सञ्चालको मुख्य सङ्गमस्थल
रहेको बर्दिबासमा विद्युतीय
चार्ज्ड स्टेशन सञ्चालनलाई
आएपछि इभी सवारीसाधनको
प्रयोग र यिनको प्रवर्द्धनमा बल
पुगेको यस्ता साधनका धनी र
चालकको भनाइ छ । बर्दिबास-३
गौरीडाँडास्थित यो चार्ज्ड
स्टेशन अत्याधुनिक प्रविधि
जडित र एकपटकमा छ वटा
सवारीसाधनको चार्ज गर्न मिल्ने
भएको हुँदा साधनवालाको लामो

समय पर्यन्त पर्ने अवस्था नरहेको
इभ्री सवारी चालक बताउँछन् ।
अहिले परीक्षणका क्रममा रहेको
यो स्टेसनमा दैनिक १५/१६
संख्याका सवारीसाधनले चार्ज
गर्दै आएका स्टेसन प्राविधिक
सागरमान तामाकार बताउनुहुन्छ
। यो स्टेसनमा 'जिविटी'
र 'सिसिएस' प्रणालीका
अत्याधुनिक मेसिन जडित
छन्, 'जिविटी'बाट ठूला र
'सिसिएस'बाट साना सवारी
साधन चार्ज गरिन्छन्, स्टेसनको
सेवाबारे स्पष्ट पाउँदै तामाकार
भन्छन्, दुवै प्रणालीतर्फ
एकपटकमा तीन/तीन सवारी
साधन चार्ज हुन सक्छन् । इलाका
प्रहरी कार्यालय बर्दibasले
उपलब्ध गराएको जगामा स्टेसन
निर्माण भई सञ्चालनमा आएको
हो । प्रहरी कार्यालय परिसरमै
हुँदा स्टेसन सुरक्षा पनि सहज
भएको छ ।
प्रसिद्ध चिनियाँ कम्पनी 'वाइ
वान डिजिटल इनर्जी कम्पनी'
ले निर्माण गरेको चार्जिङ
स्टेशन अब चाँडै नेपाल विद्युत
प्राधिकरणलाई हस्तान्तरण गर्ने

प्यारी रहेको निर्माण कम्पनीको नेपालस्थित प्रतिनिधि दियो कार्यक्रमका शिव अधिकारी बताउछन् । हामीले नेपाल विद्युत् प्राधिकरण र वाइ नाल डिजिटल इन्जी कम्पनीबीच भएको सम्झौताअनुरुप स्टेसन निर्माण गरेका हौं, यो अहिले परीक्षण सञ्चालनका क्रममै छ, अधिकारी भन्छन्, अब केही हप्ताभित्रै प्राधिकरणलाई हस्तान्तरण गर्दैछौं । अहिले परीक्षण अवधिमा समय तातालिका आधारमा चार्ज शुल्क निर्धारित छ । सौँफ ५ बजेदेखि राति ११ बजेसम्म प्रतियुनिट १० रुपैयाँ ४४ पैसा, राति ११ बजेदेखि बिहान ६ बजेसम्म ६ रुपैयाँ ६० पैसा र यसबाहेका अन्य समयमा प्रतियुनिट आठ रुपैयाँ २८ पैसा शुल्क लिने गरिएको स्टेसन प्राविधिक तामाकार बताउछन् । प्राधिकरण र चिनियाँ कम्पनीबीच मुलुकभरिका ५१ ठाउँमा चार्जिङ्ग स्टेसन निर्माण गर्ने सम्झौताअनुरुप बर्दिबासमा यो स्टेसन निर्माण भएर अहिले परीक्षण

सञ्चालनमा आएको हो। योसहित जम्मा ३० स्टेसन निर्माण सम्पन्न भइसकेका, १२ वटा कार्यसम्पन्नको अन्तिम चरणमा रहेका र नौ ठाउँको जग्गा प्राप्तमा विलम्ब हुँदा काम सम्पन्न हुन अलि पछि परेको वाइवान डिजिटल इनर्जी कम्पनीका नेपालस्थित प्रतिनिधि अधिकारीको भनाइ छ। पछिल्लो समय इभोपी सवारी साधनको 'क्रेज' बढ्दैगएको गएकोबला मधेश प्रदेशको मध्य भागमा पर्ने बर्दिबासमा चार्जिङ स्टेसन सञ्चालनमा आउनुले यस्ता साधनको प्रवर्द्धनमा सहयोग पुगेको सवारी व्यवसायीको भनाइ छ। सरकारले इभोपी सवारी साधनको खरिदमा सुलभ ऋण प्रवाह गरे अब चर्को मूल्यको इन्धन (पेट्रोलियम पदार्थ) माथिको निर्भरता घट्दैगए। गएर आउन सवारी व्यवसायी र साधन धनीले यस्तो साधन किनने सोच बन्दै गएको बताएका छन्।

रासस

मेघ - ARIES
 बु,चे,चो,ला,लि,खु,ले,लो
 हिला वा मित्रबाट विशेष सहयोग मिल
 । रोकिएका काम पुनः सुरु हुन सक्छ
 । आर्थिक कारोबारमा सफलता पाइए
 लाभदायक यात्रा होला ।



विश्वामा मृत्युमा जोषि
हिङ्गको रिपड कम
अवधि बढाउनु सुरक्षित



विश्वो हावा र
बेलामा बाहिर
निरिख्नु हुँदैन



घरे रियल
सानेफुल

जाडोमा कोलेस्ट्रॉल
विश्वो फाउन्डेशन
सतत हनु पछि ।



औषध
नियमित

मृदुरोग प्रेसर
आदिको औषध
नियमित साध



आजो महिनामा जुट्नामा हुने असरलाई
मिडिएर तमा भुग्याल्ने कान बढाउने
हुनाले यसको प्रयोजन नजना राखी हुन्छ ।

नेस्ट्रोलको राखी नियन्त्रण

आजो महिनामा प्रेसर सुनार
र कोलेस्ट्रोलको स्तर बढ्ने
हुनाले यसको जीवन र
नियन्त्रण जर्वा जरूरी छ ।

**विसोमा हिड्दा
छाती दुस्नु**

रोखको प्रजुस लक्षण Angina
कोमा यदि देखिन्छ र यस्तो छ भने
क्टरलाई देखाउन जरूरी हुन्छ ।

**व्यायामको बेलामा
विसोबाट सुरक्षा**

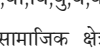
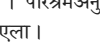
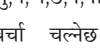
यसको लागि पर्याप्त लामा लगाएर
रोख अरैर टाउको काब हात छोपेर
दुस्नु पर्छ ।

जिव्वा

स्थ

महिला नगरपालिका
महोत्तरी, मधेश प्रदेश

राशिफल - - - -

 मेघ - ARIES चु,चे,चो,ला,ति,लु,ले,लो,अ हिता वा मित्राट विशेष सहयोग मिलेछ । रोकिएका काम पुनः सुरु हुन सकछ । आर्थिक कारोबारमा सफलता पाइएला । लाभदायक यात्रा होला ।	 वृष - TAURUS इ,उ,ए,ओ,वा,बि,बु,बे,बो आज राजनैतिक र सामाजिक क्षेत्रमा सफलता मिलेछ । कलासाहित्य तथा सजीवता रसक बढेछ । परिश्रमअनुसार उपलब्धि पनि राम्रै पाइएला ।	 मिथुन - GEMINI का,कि,कु,घ,ङ,छ,के,को,ह शरीरमा स्फूर्ति र उमरको कमी आउनेछ । मालसामान हराउन सक्छ । ससाना समस्यामा हराउनुपर्नेछ, तर सँफ्रमा आर्थिक लाभ मिल्न सकछ ।	 कर्कट - CANCER दि,हु,हे,हो,डा,दि,डु,डे,डो आज सामाजिक क्षेत्रमा सफलता मिलेछ । मनमा सहयोग भाव आउला प्रेम सम्बन्ध कसिलो हुनेछ । रमणीय र सुखद यात्राको योग छ ।
 सिंह - LEO मा,मि,मु,मे,मो,टा,टि,टु,टे आज साथीभाइले पनि जख सहयोग जुटाउनेछ । एकपछि अर्को अक्सर आउनेले मन प्रसन्न रहनेछ । परमा अतिथिको आगमन पनि हुन सकछ ।	 कन्या - VIRGO टो,प,पि,पु,ष,ण,ठ,पे,पो जख शुभारम्भको चर्चा चलेछ । सांस्कृतिक क्षेत्रमा रसक बढेछ । नयाँ उद्योग वा रचनात्मक काममा जुट्ने समय छ । प्रमणको योग पनि छ ।	 तुला - LIBRA र,रि,रु,रे,रो,ता,ति,तु,ते आज लगनशीलताको कमीले गर्दा ठूलो उपलब्धि हात पनि नसकिएला । सहकर्मीबाट विवाद आउला । नियमित खर्चसमेत बढ्ने योग पनि छ ।	 वृश्चिक - SCORPIO तो,ना,नि,नु,ने,नो,या,यि,यु आज नयाँ र शुभकार्यको चर्चा चलेछ । पैसाव्यवसायका क्षेत्रमा उपति प्राणतिको वातावरण बनेछ । रमाइलो यात्राको सम्भावना पनि रहेको छ ।
 धनु - SAGITTARIUS ये,यो,भ,भि,भु,घ,फ,ढ,भे आज भाग्यले विभिन्न अवसर जुटाउनेछ । परमा अतिथिको आगमन हुनेछ । महत्त्वपूर्ण कामको थालनी हुनेछ, सँफ्रमा भने चिन्ता बढ्दैनसकछ ।	 मकर - CAPRICORN भो,ज,जि,खि,ख,खे,को,गा,गि आज अरुलाई प्रभावित पारेर काम बनेछ । रोकिएको धन हात पर्ला । व्यापिक कार्यमा सफलता मिलेछ । व्यापारमा मनग्य धनताप हुनेछ ।	 कुम्भ - AQUARIUS गु,गे,गो,सा,सि,सु,से,सो,द आज समय मध्यम खालको छ । आफूले ठीक मानेर गरेको काममा आफैँलाई सन्तुष्टि मिल्ने छैन । सोचेजतिताका कामहरूमा विघ्नबाधा आउनसक्छ ।	 मीन - PISCES दि,डु,थ,भ,ज,वे,दो,घ,चि ठीक समयमा सही निर्णय लिन सकिनेछ । वैदेशिक क्षेत्रमा सफलता मिलेछ । व्यापार व्यवसायमा सफलता मिलेछ । लाभदायक यात्रा पनि हुनेछ ।

कुने सदनको बैठक वा दुवै सदनको संयुक्त बैठकलाई सम्बोधन गर्ने र त्यसका लागि सदस्यको उपस्थितिमा आह्वान गर्न सक्नेछ भन्ने व्यवस्था छ । यस्तै सोही धाराको उपधारा २ मा 'राष्ट्रपतिले प्रतिनिधिसभाको निर्वाचनपछिको पहिलो अधिवेशन र प्रत्येक वर्षको पहिलो अधिवेशन प्रारम्भ भएपछि सङ्घीय संसदको दुवै सदनको संयुक्त बैठकलाई सम्बोधन गर्नेछ' भन्ने प्रावधान छ । गत मङ्सिर ४ गते सम्पन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य र प्रदेशसभा सदस्यको निर्वाचनपछि गठन भएको प्रतिनिधिसभाको पहिलो अधिवेशन हाल जारी छ । पहिलो अधिवेशन भएकाले राष्ट्रपतिले सम्बोधन गर्न लागेका हुन । यस्तै राष्ट्रपति भण्डारीको शनिबार अपरान्ह ३ बजे नवनिर्वाचित सांसदहरूको सम्मानमा राष्ट्रपति कार्यालय शीतलचित्रमान चियापानको आयोजना गरेका छन् ।

जाडोमा लिनुपर्ने सावधानीहरू



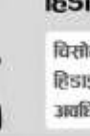
पानी प्रशस्त पिउने

शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त नभएमा विस्रोले गर्दा रगत बाक्लो हुने जोखिम कम हुन्छ ।

Warm Up गर्ने

शारीरिक व्यायाम सुरु गर्नु भन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने अनि व्यायाम सुरु गर्ने ।





हिंडाइको गति कम गर्ने

विस्रोमा गठ्ठा जोखिम घटाउन हिंडाइको रिपड कम गरेर हिंडाइको आघि बढाउनु सुरक्षित उपाय हुन्छ ।

मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने

जोडी नहिंढामा गठ्ठा हुने असरलाई मदिरा तथा धुमपानले कम बढाउने हुनाले यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।





विस्रो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।

सुगर, प्रेसर, कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण

जोडी नहिंढामा प्रेसर, सुगर र कोलेस्ट्रॉलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्नु जरूरी छ ।





घेरे विल्लो खानेकुरा नखाने

जोडामा कोलेस्ट्रॉल बढ्ने हुनाले धेरै विल्लो फ्राई, पाटी, गोठ्राको बेलायामा सतर्क हुनु पर्दछ ।

विस्रोमा हिडदा छाती दुख्नु

गुट्टी रोगको प्रमुख लक्षण Angina विस्रोमा बढि देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरूरी हुन्छ ।





औषधिको नियमित प्रयोग

गुट्टी रोग प्रेसर, सुगर, कोलेस्ट्रॉल आदिको औषधि बढ्दाइसकन नियमित खानु पर्छ ।

व्यायामको बेलामा विस्रोबाट सुरक्षा

यसको लागि प्रष्टीत लामा लगाएर विशेष गरेर टाउको काब हात छोपेर हिडनु पर्छ ।

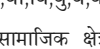
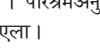
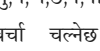


मस्तिष्कको नवगणना

मस्तिष्क, मस्तिष्क प्रवृत्ति

महिला नगरपालिका
महोत्तरी, मधेश प्रदेश

राशिफल - - - -

 मेघ - ARIES चु,चे,चो,ला,ति,लु,ले,लो,अ हिता वा मित्राट विशेष सहयोग मिलेछ । रोकिएका काम पुनः सुरु हुन सकछ । आर्थिक कारोबारमा सफलता पाइएला । लाभदायक यात्रा होला ।	 वृष - TAURUS इ,उ,ए,ओ,वा,बि,बु,बे,बो आज राजनैतिक र सामाजिक क्षेत्रमा सफलता मिलेछ । कलासाहित्य तथा सजीवता रसक बढेछ । परिश्रमअनुसार उपलब्धि पनि राम्रै पाइएला ।	 मिथुन - GEMINI का,कि,कु,घ,ङ,छ,के,को,ह शरीरमा स्फूर्ति र उमरको कमी आउनेछ । मालसामान हराउन सक्छ । ससाना समस्यामा हराउनुपर्नेछ, तर सँफ्रमा आर्थिक लाभ मिल्न सकछ ।	 कर्कट - CANCER दि,हु,हे,हो,डा,दि,डु,डे,डो आज सामाजिक क्षेत्रमा सफलता मिलेछ । मनमा सहयोग भाव आउला प्रेम सम्बन्ध कसिलो हुनेछ । रमणीय र सुखद यात्राको योग छ ।
 सिंह - LEO मा,मि,मु,मे,मो,टा,टि,टु,टे आज साथीभाइले पनि जख सहयोग जुटाउनेछ । एकपछि अर्को अक्सर आउनेले मन प्रसन्न रहनेछ । घरमा अतिथिको आगमन पनि हुन सकछ ।	 कन्या - VIRGO टो,प,पि,पु,ष,ण,ठ,पे,पो जख शुभारम्भको चर्चा चलेछ । सांस्कृतिक क्षेत्रमा रसक बढेछ । नयाँ उद्योग वा रचनात्मक काममा जुट्ने समय छ । प्रमणको योग पनि छ ।	 तुला - LIBRA र,रि,रु,रे,रो,ता,ति,तु,ते आज लगनशीलताको कमीले गर्दा ठूलो उपलब्धि हात पनि नसकिएला । सहकर्मीबाट विरोध आउला । नियमित खर्चसमेत बढ्ने योग पनि छ ।	 वृश्चिक - SCORPIO तो,ना,नि,नु,ने,नो,या,यि,यु आज नयाँ र शुभकार्यको चर्चा चलेछ । पैसाव्यवसायका क्षेत्रमा उपति प्राप्तिको वातावरण बनेछ । रमाइलो यात्राको सम्भावना पनि रहेको छ ।
 धनु - SAGITTARIUS ये,यो,भ,भि,भु,घ,फ,ढ,भे आज भाग्यले विभिन्न अवसर जुटाउनेछ । घरमा अतिथिको आगमन हुनेछ । महत्त्वपूर्ण कामको थालनी हुनेछ, सँफ्रमा भने चिन्ता बढ्दैनसकछ ।	 मकर - CAPRICORN भो,ज,जि,खि,ख,खे,को,गा,गि आज अरुलाई प्रभावित पारेर काम बनेछ । रोकिएको धन हात पर्ला । व्यापिक कार्यमा सफलता मिलेछ । व्यापारमा मनग्य धनताप हुनेछ ।	 कुम्भ - AQUARIUS गु,गे,गो,सा,सि,सु,से,सो,द आज समय मध्यम खालको छ । आफूले ठीक मानेर गरेको काममा आफैँलाई सन्तुष्टि मिल्ने छैन । सोचेजतिताका कामहरूमा विघ्नबाधा आउनसक्छ ।	 मीन - PISCES दि,डु,थ,भ,ज,व,डे,तो,पू,चि ठीक समयमा सही निर्णय लिन सकिनेछ । वैदेशिक क्षेत्रमा सफलता मिलेछ । व्यापार व्यवसायमा सफलता मिलेछ । लाभदायक यात्रा पनि हुनेछ ।

सुदुरपश्चिममा ढल्यो एमाले सरकार नयाँ मुख्यमन्त्रीमा कांग्रेसका शाह

मधेशदृष्टि कैलाली , २६ माघ । विश्वासको मत नपाएपछि सुदूरपश्चिमका मुख्यमन्त्री राजेन्द्र रावलले राजीनामा गरेका छन् । उनले प्रदेश प्रमुख देवराज जोशीलाई भेटेर राजीनामा बुझाएका हुन् । रावलले पेश गरेको विश्वासको मत लिने प्रस्ताव सुदूरपश्चिम प्रदेश सभामा अस्वीकृत भए उनी स्वद पद मुक्त भएका छन् । २७ पुसमा नागरिक उन्मुक्ति पार्टीको समेत समर्थनमा मुख्यमन्त्री नियुक्त भएका रावलले सविधान अनुसार ३० दिनभित्र विश्वासको मत लिनुपर्ने थियो । जस अनुसार उनी मुख्यमन्त्री भएको ३० दिन आज पूरा भएको छ ।

रा विश्वासको मत लिने दिन नागरिक उन्मुक्ति पार्टीका सांसद प्रदेश सभामा अनुपस्थित भएपछि रावलले विश्वासको मत पाउन नसकेका हुन् । रावल पदमुक्त भएपछि प्रदेश प्रमुख जोशीले नयाँ मुख्यमन्त्री नियुक्तिका लागि परामर्श थालेका छन् । यससँगै सुदूरपश्चिम प्रदेशका मुख्यमन्त्री राजेन्द्र रावल पदमुक्त भएका छन् । उनले आफूलाई विश्वासको मत दिन प्रदेशसभामा गरेको प्रस्तावमाथि छलफल नै हुन सकेन । मुख्यमन्त्रीले राखेको छलफलको प्रस्ताव नै बहुमतले अस्वीकृत भएपछि मतदानसम्म पनि पुग्न सकेन । मुख्यमन्त्रीले लामो सम्बोधन गरेर आफूलाई



विश्वासको मत दिन आग्रह गरेका थिए । तर निर्णायक मानिएको नागरिक उन्मुक्तिका सबै ७ सांसद प्रदेशसभा बैठकमा अनुपस्थित भएपछि मुख्यमन्त्रीले विश्वासको मत पाउन नसकेका हुन् । २७ पुसमा नाउपासमेतको समर्थनमा मुख्यमन्त्री नियुक्त भएका रावलले

सविधान अनुसार ३० दिनभित्र विश्वासको मत लिनुपर्ने थियो । **कांग्रेसका कमलबहादुर शाह मुख्यमन्त्री नियुक्त** सुदूर पश्चिम प्रदेशमा नेपाली कांग्रेसका कमलबहादुर शाह मुख्यमन्त्रीमा नियुक्त भएका छन् । प्रदेश प्रमुख देवराज जोशी सविधानको धारा १६८ को

उपधारा ३ अनुसार प्रदेश सभाको सबैभन्दा ठूलो दलको संसदीय दलको नेताको हैसियतमा शाहलाई मुख्यमन्त्री नियुक्त गरेका हुन् । विश्वासको मत नपाएपछि सुदूरपश्चिमका मुख्यमन्त्री राजेन्द्र रावल पदमुक्त भएका थिए ।

शिक्षा क्षेत्र उकास्न मन्त्री लेखीको प्रयत्न

डम्बर राई कञ्चनरूप २६ माघ । कानुन, न्याय तथा प्रदेश मामिला मन्त्री राज कुमार लेखीले आफू नो क्षेत्रमा +२ देखि डिग्रीसम्म अध्ययनका लागि क्याम्पस निर्माण गर्न योजनाको आवश्यकता औल्याएका छन् । गृह जिल्ला सप्तरी कञ्चनरूप नगरपालिकामा पार्टीका नेता तथा कार्यकर्ताहरूसँग बिहिवार छलफल गर्दै मन्त्री लेखीले भने यहाँका दर्यािय परिवारका बालबच्चा उच्च शिक्षामा संलमता गराउन साथै जिल्लाको शिक्षा क्षेत्र उकास्न क्याम्पसको आवश्यकता हो । एक बिगाासम्म जग्गा उपलब्ध भई आएको खण्डमा क्याम्पस निर्माणका लागि आफू नो पूर्ण सहयोग रहने मन्त्री लेखीले बताए । आफुले केहिदिन अगाडि गरेको अनुामनमा जिल्लाको शैक्षिक गतिविधि त्यत्तिराम्रो नपाइएको उनले आँकडा सुनाए । मन्त्री लेखीले प्रदेश सरकारको योजनामा परेका जुनसुकै कामपनि तोकिएकै समयावधि भित्र प्राप्त बजेटलाई दूरूपयोग नगरी काम गर्न गराउन आग्रह गरे । सवैधानिक नीति नियम अनुसार बनेका आयोगको निष्पक्ष ढंगले

कामकारवाहि हुनेछन् यसमा व्यक्तिगत वा आफन्तजनको निमित सिफारिस गर्दै नगरेहुन्छ उनले भने नीति नियममा रहेर मन्त्रीमण्डलले गरेको निर्णय बमोजम आयोग अगाडि बढ्ने छ । मन्त्री लेखीले पार्टीको काम र जिम्मेवारी प्रति सम्वेदनशिल हुन कार्यकर्ताहरुलाई आग्रह गर्दै स्वविवेक, विचार र अनुशासन सम्बन्धमा प्रशिक्षणात्मक रुपमा धारणा व्यक्त गरे । नेताको अगाडि र पछाडि गर्ने, पार्टीको काम फिटिक्रै नगर्नेहरुको फेसनले पार्टीको काममा वाधा पुगेको बताए । काठमाण्डौमा ठुला नेताहरूसंग तस्बीर खिचेर नाम कमाउन पल्केकाहरुले जिम्मेवारीलाई पनि ध्यान दिओस । जिल्लाको निर्वाचन क्षेत्र नम्बर १(क)बाट नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी एमालेको सूर्य चिन्हबाट निर्वाचित मन्त्री लेखीले पार्टीलाई सबैक्षेत्रबाट सहयोग पूर याउदै आएको जानकारी गराएका छन् । केन्द्रिय सदस्य तथा जिल्ला सहईन्चार्जको भुमिका समाल्दै आएका लेखिले मन्त्री पदमा रहेरपनि पार्टीको काम र जिम्मेवारीमा पूर्ण सहयोग रहने बताए ।

महासंघ रौतहटको अध्यक्षमा पहाडी



मुकेश कुमार साह चन्द्रपुर, २६ माघ । नेपाल कर्राँते महासंघ रौतहटको अध्यक्षमा अशोक पहाडी चयन भएका छन् । रौतहटको चन्द्रनिगाहपुरमा विहिवार भएको विभिन्न कर्राँतेका स्वयंसेवकप्रशिक्षकहरुकोभेलाले पहाडीलाई सर्वसम्मत रूपमा अध्यक्ष चयन गरेको हो । भेलाले उपाध्यक्षमा भूमिलाल भोलन र विष्णुलाल श्रेष्ठ, सचिवमा अमित भोलन, सहसचिवमा कुशल बस्नेत र कोषाध्यक्षमा सानुमाया दोडलाई चयन गरेको छ । सदस्यहरुमा अर्जुन पहाडी, भीमबहादुर पहरी, बिबिकाश्रेष्ठ, प्रतीक्षालो र हिमांशु मगरलाई चयन गरिएको छ । जिल्ला खेलकुद विकास समिति रौतहटका कार्यालय प्रमुख वीरेन्द्र ढुंगानाको

रोहवरमा भएको महासंघको जिल्ला कार्य समितिले नेपाल कर्राँते महासंघको मधेश प्रदेश प्रतिनिधिमा अशोक पहाडी, विष्णुलाल श्रेष्ठ, भीमबहादुर पहरी र सानुमाया दोडलाई पठाउने निर्णय भएको नेपाल कर्राँते महासंघ रौतहटका सहसचिव कुशल बस्नेतले जानकारी दिए । भेलाले संघको सल्लाहकारमा जिल्ला खेलकुद विकास समिति रौतहटका कार्यालय प्रमुख वीरेन्द्र ढुंगाना, सिनियर कर्राँते खेलाडी रुद्र विक र बाबु लामालाई सल्लाहकारमा नियुक्त गरेको छ । कर्राँते महासंघ रौतहटको अध्यक्षमा चुनिएका पहाडी नेपाल सितोरियो कर्राँते संघ रौतहटका अध्यक्ष पनि हुन् ।

वडामा सेवा लिन एक दिन, अटो भाडा एक हजार

घनश्याम बलम्पाकी सर्लाही, २६ माघ । जिल्लाको उत्तरी चुरे भेगमा पर्ने चार पालिकाका केही वडाका वासिन्दालाई वडा कार्यालयसम्म पुगेर सेवा लिन दिन भर लाग्ने गरेको छ ।



उत्तरमा रहेको छिमेकी जिल्ला सिन्धुलीसँग सीमा जोडिएको बागमती, हरिवन, लालबन्दी र इश्वरपुर नगरपालिकाको उत्तरी चुरेभेगका बसोवास गर्ने वासिन्दाले वडा कार्यालयबाट पाउने सेवा लिन खर्चिलो र समस्या भोग्नु परिरहेको हो । बागमती नगरपालिकाको वडा नं. १, हरिवन नगरपालिकाको वडा नं. १ लालबन्दी १३, १४, १५ र इश्वरपुर नगरपालिकाको वडा नं. १२ मा चुरेभेगका विकट बस्तीहरु रहेका छन् । वडा कार्यालयसम्म भर्न घण्टौं लाग्ने, र चुरेको फेदीबाट वडा कार्यालयसम्म पुग्न एक जनाको ८ सय देखि १ हजारसम्म अटो भाडा लाग्ने हरिवन-१ बन्गरामाका स्थानीय दर्जे तामाङ्गले बताए । चुरेवासीलाई सामाजिक सुरक्षा भत्ता, जन्मदर्ता, नागरिकताको सिफारिस, विवाह

दर्ता, मृत्युदर्तासहित वडाबाट प्रदान हुने अन्य सेवा लिन धेरै दुख भोग्नु परेको तामाङ्गले गुनासो गरे । वडा कार्यालयमा सेवा लिन जान एक दिन अघिनै चाहिने आवश्यक कागजात वडाध्यक्ष वा वडा सचिवलाई फोन गरेर

रुपमा ठूलो रहेको वडाको अधिकांश भाग चुरेपारखोमै पर्ने भएकाले सबैलाई फेदीमै भर्न सहजहोस् भनेर लालबन्दीबाट वडा कार्यालय संचालन गरिरहेको बताए । अहिले लालबन्दी नगरपालिका वडानम्बर १३ र १४ वडा कार्यालय लालबन्दी बजारमै संचालन भैरहेको छ । लालबन्दी-१४ नारायणखोलाका स्थानीय पूर्ण लुगेलीले भने, “हामी त वडा कार्यालय आउनु परे बजारमा किनमेल समेत गरेर फर्किन्छौं । बारम्बार यति टाढा आइरहन पाइँदैन ।” लुगेलीका अनुसार १४ नम्बर वडाको मोचे गाउँबाट वडा कार्यालयसम्म पुग्न २० किलोमिटरको बाटो तय गर्नु पर्छ । ईश्वरपुर नगरपालिका-१२, घारिबथानमा रहेको वडा कार्यालयमा कुनै काम लिएर आए दिन नै बित्ने गरेको स्थानीय बताउँछन् । अत्यावश्यक काम पर्दाबाहेक वडा कार्यालयमा यहाँका वासिन्दा कोही पनि पुग्दैन ।” चुरेभेगका वासिन्दालाई फेदीमा रहेका वडा कार्यालयसँगै स्वास्थ्य चौकीमा आउन पनि समस्या छ । “भूगोल ठूलो रहेको सिंगो गाविस अहिले एउटा वडा भएकाले टाढा पर्ने चुरेभेगका वासिन्दालाई वडा र स्वास्थ्य चौकीबाट सेवा लिन समस्या छ,” ईश्वरपुर नगरपालिका-१२ का वडाध्यक्ष देविबहादुर खत्रीले भने । सडक, शिक्षा, स्वास्थ्य, सञ्चारजस्ता आधारभूत सेवाबाट बञ्चित रहेका चुरेभेगका विकट बस्ती नगरपालिका भित्र परे पनि आफूहरुले नगरवासी भएको महशुस नै गर्न नपाएको गुनासो स्थानीय वासिन्दाले गर्दै आइरहेका छन् ।

सरुवा रोग सम्बन्धि अभिमुखीकरण सम्पन्न

मधेशदृष्टि वीरगंज,२६ माघ । पोखरिया नगरपालिकामा सरोकरवालाहरु बिच सरुवा रोग रोकथाम तथा नियन्त्रण सम्बन्धी अभिमुखीकरण प्रशिक्षण विहिवार सम्पन्न भएको छ । नगरपालिकाको स्वास्थ्य शाखाले आयोजना गरेको १ दिने अभिमुखीकरण प्रशिक्षणमो

इफालुंजा, बर्ड फ्लूलायत पशुपछीबाट सर्ने रोगहरुको बारेमा जानकारी गराईएको थियो । पोखरिया नगरपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख कौशलेंद्र मिश्रको अध्यक्षतामा सम्पन्न प्रशिक्षण कार्यक्रममा नगरपालिकाका प्रमुख प्रसासकीय अधिकृत अजय कुमार श्रीवास्तव, स्वास्थ्य सहायक विश्वनाथ

महतो,शिव पटेल, जिल्ला उचांगल रामदेव कलवार प्राविधिक नमूना विद्यालय पोखरियाका प्रधानाध्यापक ओमप्रकाश रैनियार, सामाजिक शाखा प्रमुख बाल्मिकी रैनियार लगायतको सहभागिता रहेको थियो । कार्यक्रममा पशु चिकित्सक कौशल कुमार भाा ले प्रशिक्षण दिएका थिए ।

मधेश प्रदेशलाई पुर्ण साक्षर बनाउँछौ : मन्त्री यादव

विनय कर्ण सप्तरी, २६ माघ । मधेश प्रदेश सरकारका शिक्षा विज्ञान, प्रविधि तथा वाणिज्य मन्त्री महेश प्रसाद यादवले मधेश प्रदेशलाई पुर्ण साक्षर प्रदेश बनाउन अभियान शुरु गर्न लागिएको बताएका छन् । राजविराज नगरपालिका ६ स्थित श्री आधारभुत विधालय थानगाछीको स्वर्ण जयन्ती तथा शिक्षक विदाई समारोह कार्यक्रममा बोल्दै मन्त्री यादवले मधेस प्रदेश अशिक्षित प्रदेशको रुपमा परिचित रहेको रहेकाले यसलाई पुर्ण साक्षर प्रदेश बनाउन अभियान चलाउन लागेको बताए । सामुदायिक विधालयमा सरकारको ठूलो लगानी भएर पनि गुणस्तरीय शिक्षा नहुँदा शिक्षा क्षेत्र अस्तव्यस्त रहेकाले नीति बनाएर व्यवस्थित गर्ने कार्य

अधि बढाएको जानकारी दिए । शिक्षालाई विज्ञान र प्रविधिसँग जोड्न प्रविधिको विकास गर्न लागेको उनको भनाई छ । “अब घरमा बसैरे विद्यार्थी पढिरहेको छ वा छैन, अवलोकन गर्न पाउने प्रविधि विकास गर्न लागिएको हो” उनले भने । राजविराज नगरपालिकाका कार्यवाहक नगरप्रमुख इसरत प्रविणले नगरपालिकाले शिक्षा क्षेत्रलाई प्राथमिकतामा राखेको बताइन् । नगर क्षेत्रको शैक्षिक अवस्था खरिक्दै गएको बताउँदै उनले शैक्षिक गुणस्तरीयता ल्याउन सबै पक्षको सहयोग र सहकार्य आवश्यक रहेको तर्क राखिन् । शिक्षामा राजनीति गर्न नहुने बताउँदै शिक्षा क्षेत्रको समस्यालाई हल गर्न नगरपालिका प्रयास गरिरहेको उनको भनाई छ ।

विधालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष श्याम नारायण चौधरीको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा मधेश प्रदेश सभाका पुर्व सदस्य नेत्रबिंक्रम साह, प्राधानाध्यपक भोला प्रसाद साह, राजविराज नगरपालिका वडा नम्बर ६ का वडाअध्यक्ष शशी चौधरी, शिक्षक अभिभावक संघका राधेश्याम साह, राजविराज नगरपालिकाका निमितप्रमुख प्रशासकीय अधिकृत निरन्जन कुमार यादव लगायतले शैक्षिक गुणस्तरका लागि शिक्षक, अभिभावक लगायतले सबै हातेमाले गरेर अघि बढनुपर्ने बताए । सो अवसरमा अनिवार्य अवकाश प्राप्त शिक्षिका जया कुमारी दासलाई दोसल्ला ओढाएर सम्मान गरिएको छ ।



महानगरपालिकामा विभिन्न पदका लागि दरखास्त आह्वान

मधेशदृष्टि वीरगंज,२६ माघ । वीरगञ्ज महानगरपालिकाले विभिन्न पदका लागि दरखास्त आह्वान गरेको छ । महानगरले बुधबार १/१ जना माग गरेको सूचनामा उल्लेख छ । यस्तै अमीन सहायक चौथोमा ११ जना माग हुँदा कम्प्युटर अपरेटर सहायक चौथोमा ३३ जना माग गरिएको

अधिकृत स्तरका कर्मचारी भर्नाका लागि महानगरले दरखास्त आह्वान गरेको हो । सिभिल इन्जिनियर २ जना माग गरेको छ भने अन्य पदमा १/१ जना माग गरेको सूचनामा उल्लेख छ । यस्तै अमीन सहायक चौथोमा ११ जना माग हुँदा कम्प्युटर अपरेटर सहायक चौथोमा ३३ जना माग गरिएको

छ । खुला प्रतिस्पर्धा बाट करारमा दक्ष जनशक्ति पदपूर्ति गर्नु पर्ने भएकाले योग्यता पुगेका इच्छुक नेपाली नागरिकले दरखास्त दिन सकिने सूचनामा उल्लेख छ । दरखास्त आउँदो फागुन १० गतेसम्म महानगरको प्रशासन शाखामा बुझाउन सकिने महानगरका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत लक्ष्मी प्रसाद पौडेलले जानकारी दिए ।

जाडोमा लिनुपर्ने सावधानीहरु

पानी प्रशस्त पिउने

शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त नभएमा चित्तौले गर्दा रगत बाक्लो हुने जोखिम कम हुन्छ ।

Warm Up गर्ने

शारीरिक व्यायाम सुरु गर्नु अन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने अबि व्यायाम सुरु गर्नु ।

हिडाङ्को गति कम गर्ने

चिसोमा नुट्टामा जोखिम घटाउन हिडाङ्को रिड कम गरेर हिडाङ्को अगबि बढाउन सुरक्षित उपाय हुन्छ ।

मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने

जाडो महिनामा नुट्टामा हुने असरलाई मदिरा तथा भुषधानले कम बढाउने हुनाले यसको प्रयोग बज्जो राखी हुन्छ ।

चिसो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।

सुगर प्रेसर कोलेस्ट्रोलको राम्रो नियन्त्रण

जाडो महिनामा प्रेसर सुगर र कोलेस्ट्रोलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्न जरूरी छ ।

धेरै विल्लो सानेकुरा नखाने

जाडोमा कोलेस्ट्रोल बढ्ने हुनाले धेरै चिल्लो फ्राई पाटी नैजस्तो बेलाखा सक्न हुनु पर्दछ ।

चिसोमा हिडदा छाती दुख्नु

भुट रोगको प्रमुख लक्षण Angina चिसोमा बढि देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरूरी हुन्छ ।

औषधिको नियमित प्रयोग

नुट्टोमा प्रेसर सुगर कोलेस्ट्रोल आदिको औषधि नुट्टाईकन नियमित खानु पर्छ ।

व्यायमको बेलामा चिसोबाट सुरक्षा

यसको लागि पर्याप्त लामा गर विशेष गरेर टाउको काब हात छोडेर हिडनु पर्छ ।

विश्वदुव गाउँपालिका

स्वास्थ्य, स्वास्थ्य प्रवैद्य

सम्पादकीय

अब नरोकाँ निर्माण व्यवसायीको भुक्तानी

मधेश प्रदेशको भौतिक पूर्वाधार मन्त्रालयमा निर्माण व्यवसायीहरूले घेराउ गरे । निर्माण व्यवसायी जो स्वभावैले हिसावकिताव मिलाउने, भित्रिभित्रै सरकारी निकायका अधिकारीहरूलाई चित्त बुझाएर आफ्नो काम फत्तै गर्ने स्वभावका हुन्छन् । उनी सरकारका पूर्वाधारका काममा आपसमा प्रतिस्पर्धा पनि गरिरहेका हुन्छन् । तर, परिस्थितिले उनीहरूलाई एकै ठाउँमा जम्मा गर्यो र मन्त्रालय घेराउ गर्ने कार्यक्रममा सहभागी गरायो । उनीहरूको विरोधलाई सामान्य अर्थमा लिन मिल्दैन । कारण उनीहरू आजित भएर त्यहाँ पुगेका हुन् । काम सम्पन्न भइसकेका योजनाहरूको भुक्तानी हुनपर्दछ भन्ने मुख्य माग हो । अहिले आर्थिक गतिविधीहरू न्यून छन्, बैंकले कर्जा दिन लगभग बन्द गरेको अवस्था छ । तर, पैसाको खेलो गरेर आफ्नो व्यवसाय संचालन गर्नुपर्नेहले सरकारसँगै लिनुपर्ने पैसा पाएका छैनन । निर्माण व्यवसायीहरूको ऋण सरकार बन्न पुगेको छ । यो समस्या मधेश प्रदेशकोमात्र होइन । मुलुकभरी छ र बेलाबेला निर्माण व्यवसायी संगठित भएर भुक्तानीको माग गरिरहेका छन् । यहाँ जनकपुरधाममा पनि निर्माण व्यवसायीहरूले आफ्ना माग राखे । भौतिक पूर्वाधार मन्त्री सरोजकुमार यादवसँग छलफल गरे । मन्त्रीले प्रक्रिया पुर्याएर भुतानी गर्ने जानकारी व्यवसायीहरूलाई दिएका छन् । र, सबै भन्दा महत्वपूर्ण उनीहरूले मिडियालाई आफ्ना दुःखहरू व्यक्त गरेका छन् ।व्यवसायीहरूले भनेका छन् – निर्माण सम्पन्न भइसकेका योजनाहरूको भुक्तानी लिनजाँदा कर्मचारीहरूले भुलाउँछन्, फाइल लुकाउँछन् र कमिशन दिएपछि मात्र काम भुक्तानी दिन्छन् ।

अझै पनि प्रदेशका विभिन्न निकायहरूसँग हामीहरूले लिन बाँकी एकम एक अर्ब भन्दा बढी छ ।' व्यवसायीहरूले पोखेका वहवाट अनुमान गर्न सकिन्छ, भुतानी रेकिनुका पछाडि कमिशन र कर्मचारीको खेल प्रमुख रहेछ । अघिल्लो आर्थिक वर्षमा सम्पन्न भएका कामहरूको भुक्तानी बाँकी रहनु कुनै पनि हिसावले राम्रो होइन । के कती भुक्तानी हुन बाँकी छ, त्यसको एकिन जानकारी आएको छैन । बिरोध कार्यक्रममा उपस्थित १९ जना व्यवसायीको विवरणबाट उनीहरूको मात्र करिव ४० करोड बढी भुक्तानी बाँकी रहेको देखिन्छ । विरोध कार्यक्रममा एक चौथाईमात्र व्यवसायी आएका हुन् । यस आधारमा उनीहरूको निकै धेरै वक्तौता सरकारसँग छ ।

प्रतिस्पर्धामा आएर ठेक्का पाएर भुतानी नपाएकाहरूको एउटा पाटो छ । त्यो भन्दा विकराल पाटो उपभोक्ता समितिको नाममा भएका कामको भुतानी हो । नेताहरूको चाहना अनुसार उपभोक्ता समिति बनाउने, नाम मात्रका उपभोक्ता समितिलाई औपचारिकता दिएर निर्माण व्यवसायीहरू प्रयोग गर्ने प्रवृत्ति विकसित भएको छ । त्यस्तो पैसा करिव एक अर्ब रहेको जानकारीहरू बताउँछन् । यस अर्थमा निर्माण व्यवसायीहरू दोहोरो मारमा परेको देखिन्छ ।

मन्त्रीको प्रक्रिया पुर्याएर भुतानी गर्ने आश्वासन भित्र धेरै कुरा छिपेको अनुभव हुन्छ । मन्त्री आफैले सबै कुरा गर्ने, हेर्ने होइन । मन्त्रालयका कर्मचारीहरूको मुख्य भूमिका हुन्छ । कर्मचारीहरूको एउटा प्रवृत्ति हुन्छ, आफू विवादमा नपर्ने, कागज पुगेको छैन भनेर अल्झाउने र व्यवसायीहरूले भनेझै कमिशन पाएपछिमात्र फाइल अगाडि बढाउने । कागजकै बलमा उनीहरूले कालोलाई गोरो र गोरोलाई कालो बनाउने हैसियत राख्दछन् । अधिकांश कर्मचारीहरूले अगाडि कानून राख्छछन्, तर कानून भन्दा उनीहरू खासमा कमाउने नियतबाट निर्देशित भइरहेका हुन्छन् ।

सबैभन्दा महत्वपूर्ण विशेष गरेर मधेश प्रदेशका आएका अधिकांश कर्मचारी काम गर्न होइन कमाउन आएको देखिन्छ । व्यवसायीहरूको कथन छ 'हाकिमले सिधा कमीशन माग्दैनन् उनीहरूका हांगाविंगले सिधा दस प्रतिशत कमीसन माग गर्छन ।' राजनीति गर्नेहरू विशेष गरेर मन्त्रीहरूबाट निर्णय गराउने तर त्यसको अधिकांश लाभ आफूहरूले लिने खतरनाक प्रवृत्ति हुन्छ कर्मचारीहरूमा । व्यवहारमा के देखिन्छ भने संघीयतामा केन्द्रीकृत राजनीतिक प्रणालीमा जस्तो कर्मचारी सर्वेसर्वा छन् । संघीय कर्मचारी कानून लागु भएको छैन । प्रदेशमा आएका कर्मचारीहरू खासमा प्रदेश मन्त्रालय अन्तर्गतका हुँदैनन्, होइनन् । त्यसैले प्रदेशका मन्त्रीहरूले चाहे जसरी प्रयोग गर्न सकिरहेका छैनन् ।

सबै दोष सरकारका जिम्मेवारहरूको भन्ने पनि होइन । निर्माण व्यवसायीहरूलिन आफ्ना कामकारवाहीको आत्मसमीक्षा गर्न आवश्यक छ । कर्मिशनको संस्कार विकसित हुनुका पछाडि सायद उनीहरूकै योगदान छ । कर्मचारी, इन्जिनियरहरू र निर्माण व्यवसायीहरूबीचको सम्बन्ध अपरम्पार छ । दूधको साक्षी बिरालो भनेजस्तै घनिभूत सम्बन्ध हुन्छ । यस बाहेक निर्माण व्यवसायीहरूले कमसल सामान प्रयोग गरेर बजेट भने सबै लिइसकेको अवस्थाहरू पनि छन् । उदाहरणमा जानकी मन्दिरको सौन्दर्यकरणसँग जोडिएको मार्बल ओछ्याउने काम । जसको छानविन अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले गरिरहेको छ ।

काम सम्पन्न भइसकेका निर्माण व्यवसायीहरूको भुतानीमा बिलम्ब नगर्गौं । उनीहरू आजित भएरमात्र बिरोधमा उत्रिएको हुन भन्ने कुरालाई जिम्मेवारहरूले आत्मसात गरौं । तर योसँगसँगै उपभोक्ता समिति मार्फत भएका कामहरूकाबारे भने मन्त्रालयले विस्तृत छानविन गर्नुपर्ने आवश्यकता छ । उपभोक्ता समितिहरूले गर्नसके, कानूनले मिल्ने काममात्र उपभोक्ता समितिलाई दिनसक्ने परिपाटी बसाल्न जरुरी भैसकेको छ । भष्ट्राचारण मुलुकको नैसर्गिक पहिचान जस्तो बनेको छ । यस्तो पहिचानाबाट मुक्ति पाउँन निर्माण व्यवसायीले योगदान गर्नसक्छन्, भुक्तानी लिने क्रममा सुरुवात यहीबाट गरौं ।

परिदृश्य



- विश्वमणि पोखरेल

माघ २२ गते आइतबार नेपालका राजनीतिमा दुईटा महत्वपूर्ण घटना भए । एउटा रवि लामिछाने नेतृत्वको राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा)ले सरकार छोड्ने निर्णय गर्यो । अर्को सत्ताका कमाण्डर इन चीफ एमाले अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीले प्रतिनिधिसभा संसदमा लामो भाषण गरे। संसदमा ओलीले बोलेको केही समयपछि रास्वपाको राजनीति तातेको हो र त्यसदिन अबेर साँभ्र सरकारबाट हटेको हो । नागरिकता प्रकरणमा रविको सांसद पद समाप्त हुनुको पीडामा उनी पत्रकार सम्मेलन मार्फत जसरी, जुन भाषा शैली र पस्तुतीका साथ प्रस्तुत भएका थिए, त्यस माथि अहिले पनि टिकाटिप्पणी भइरहेका छन् । प्रतिक्रियाहरू आइने रहेका छन्, अझै आउँने देखिदैंछ । पत्रकार सम्मेलनमा व्यक्त रविको बोली, भाषा र पस्तुतीमा अहंकार प्रर्दशन भएको थियो । त्यही अहंकारले पार्टीलाई सत्ताबाट बाहिर निकाल्यो र सँगसँगै सिंगो रास्वपा कसरी रविको बन्दी बनेको रहेछ भन्ने दृश्य पनि बाहिर आएको छ । रविको अहंकारको अचानोमा पार्टीका बाँकी १९ जना सांसद परेका छन् । स्वतन्त्र नामधारी पार्टीमा रविको अधीनायकत्व सार्वजनिक भएको छ । रवि प्रकरणमा एकै दिन तर फरक प्लेफर्ममा ओलीको लामो र खतरनाक भाषण गौण जस्तै छ । भाषा, पुस्तुती र शब्द प्रयोगमा ओली र रवि भिन्न भएपनि दुबैको सारतत्त्वमा तात्त्विक भिन्नता भने देखिदैन । ओली ठट्टा लो पारामा बोल्छन्, रवि आक्रोस ओक्छन् ।

अब, विवेचना गरौं । ओलीले के भनेका थिए त त्यसदिन संसदमा ?संसदको लाइममा उनको भाषा, भाषण शैली र पस्तुती एउटै टोनमा थिएन । भाषणको सुरुमा शीष्टता थियो ।सुरुमा उनले लिखित भाषण प्रयोग

विचार

ओलीको लय, रविको अहंकार

ओलीलाई नागरिकता, पासपोर्ट, पिआर र एनआरएन कार्ड एकै प्रकृतिका कागजात हुन् भन्ने लाग्दो रहेछ । बिडम्बना, एमालेका राष्ट्रिय अध्यक्षलाई यति सामान्य जानकारी पनि रहेनछ वा उनी बोल्नका लागि मात्र बोली रहेका थिए ? वा दिग्भ्रमित पार्न खोज्दै थिए ?

गरेका थिए । बीचमा अलिअलिमात्र थपथाप परेका हुन्, ब्यङ्ग र हास्य रस प्रयोग गर्दै । भाषण लेखिदिने ओलीका सचिवालयका सहयोगीहरूले हिसाव गरेकै होलान कति लिखित भाषण पढियो, कति मौखिक ठोकियो । सभामुख, उपसभामुखलाई शुभकामना दिने तथा नेपाली कांग्रेसलाई अर्ति उपदेशबाट सुरु भएको भाषणको अन्त्यमा रविको बचाउँ थियो, अदालतलाई आदेश दिइएको थियो । त्यहाँ आक्रोस थियो, आक्षेपहरू थिए र आग्रह पनि थियो । सँगसँगै मुलुको राज्यसत्ता संचालनमा अदालत पनि सहयोगी बनुपर्दछ भन्ने आसय व्यक्त भएको थियो ।

अदालतले रविको नागरिकताको औचित्य समाप्त गरिदिएकोमा उनी संसदको रोष्टममा अदालतमा बहस पैरवी गर्ने वकिलको भूमिकामा जस्तै व्याख्या गर्दै थिए । उनी भन्दै थिए ‘ अदालतको काम न्याय दिने हो । रविको मुद्धामा कसले न्याय पायो । कसले आफूलाई परेको मर्काबाट उन्मुक्ति पायो ?’ उनको आशय थियो, अदालत रविको नागरिकता प्रकरणमा आफ्नो कार्यक्षेत्र भन्दा बाहिर गयो

“ न्यायपालिका स्वतन्त्र हुन्छ, कार्यपालिका र व्यवस्थापिसँग उसले लय मिलाउन मिल्दैन । शक्ति पृथकीकरणको सिद्धान्तमा न्यायालयलाई विशेष स्थान दिइएको छ ।कार्यपालिका र व्यवस्थापिकासँग न्यायपालिकाले लय मिलाउन थाल्यो भने न्यायपालिकाको अस्तित्वनै समाप्त हुन्छ ।

। त्यसो त रविका वकिलहरूले पनि अघिल्लो दिन आयोगमा उजुरी अदालतमा वहसको क्रममा त्यस्तै



भाषा प्रयोग गरेका थिए । अदालतको फैसलामा सामान्य प्रक्रियागत त्रुटी मात्र भएको ओल्याएको व्याख्या गर्दै ओली भन्दै थिए ‘अदालतले प्रक्रियागत त्रुटी सच्याएर आउन भनेको भए भै हाल्ने थियो ।’

उनी त्यत्तिमै रोकिएनन्, रविको नागरिकताबारे निर्वाचन आयोगले निर्वाचनकै समयमा निर्णय दिइसकेको उनको जिक्ति थियो । ओलीले यहाँनेर फुठ बोले । निर्वाचन आयोगले त्यसबेला कुनै निर्णय दिएको थिएन । निर्वाचनको मौन अवधी सुरु हुने



आयोगले रविलाई स्पष्टिकरण सोध्यो । ऐनकै व्यवस्था अनुसार सात दिन भित्र जवाफ दिनुपर्ने हुन्छ । निर्वाचन मंसिर ४ मा सम्पन्न भयो । मतगणनाकै क्रममा विजय सुनिश्चित भएको समयमा रविले जवाफ दिए मंसिर ७ मा । मंसिर ८ मा मतपरिणाम सार्वजनिक भयो । रवि विजयी भएपछि आयोगले नागरिकताबारे आफूले केही भनिरहन आवश्यक नपर्ने भन्दै विज्ञप्ती जारी गर्यो । आयोगले निर्णय गरिसकेको कुरा ओलीले अनजानमा भनेका होइनन् उनी तथ्यलाई आफू अनुकुल व्याख्या गर्दै भाषण गर्न सিপालु मानिन्छन्,त्यसै गरे ।

ओलीले निर्वाचन आयोगले विदेशमा बस्ने नेपालीहरूले समेत निर्वाचनमा भाग लिन पाउँने नीतिगत व्यवस्थाको चर्चा गर्न पनि भ्याए त्यसबेला । भाषणमा नागरिकतासँगसँगै पासपोर्ट, पिआर, एनआएन जस्ता शब्दावली प्रयोग गरेका थिए उनले, रविको बचावट गर्ने क्रममा । ओलीले सबै कुरा बुभ्नेर बोल्दै थिए कि नबुभि फगत भाषण दिदै थिए ?मुलुकको एउटा जिम्मेवार पार्टीका अध्यक्षले संसदको विशेष समयमा रोष्टमबाट बोल्दा फगत भाषण गर्ने होइन, बोलेको विषयमा यथेष्ट जानकारी राख्नुपर्दछ, तथ्यमा आधारित बोल्नुपर्दछ । भाषणा सुन्दा लाम्यो, ओलीलाई नागरिकता, पासपोर्ट, पिआर र एनआरएन कार्ड

एकै प्रकृतिका कागजात हुन् भन्ने लाग्दो रहेछ । बिडम्बना एमालेका राष्ट्रिय अध्यक्षलाई यति सामान्य जानकारी पनि रहेनछ वा उनी बोल्नकालागि मात्र बोली रहेका थिए , दिग्भ्रमित पार्न खोज्दै थिए ?

उनी त्यत्तिमा सीमित हुन सकेनन् । रविको बचाउकै प्रसङ्गमा ओलीले अदालतले गर्ने फैसलाहरूलबाट निमित्ने परिणामबारे अदालत सचेत हुनुपर्ने धारणा राखे । ओली भन्दै थिए ‘ फैसलाहरू गर्दा त्यसबाट आउँने बाईप्रोडक्ट, कन्सिक्वेन्सनसेजहरूलाई ध्यानमा राखेर गर्नुपर्ने हो की, मैले नबुभ्नेको कुरा ।’ ओली वाटपट्ट हुन्, बोल्न सिपालु मानिन्छन् उनी । तर बोल्दा उनको भित्रि मनसायबाट सँगसँगै प्रकट भएको देखिन्छ यहाँ । उनको चाहना रहेछ, अदालतहरूले फैसलाबाट उत्पन्न हुने परिणामलाई ख्याल गर्दै फैसला गर्नुपर्दछ । अदालतले संविधान, ऐन, कानूनको आधारमा फैसला गर्ने कि फैसलाबाट उत्पन्न हुने परिणतीको हिसाव किताव गर्ने ? अहम प्रश्न उत्पन्न भएको सत्ताका सारथीबाट । ओलीले सिलासिला मिलाएर बोलेका छन् संसदमा । अदालतले परिणामको आँकलन गर्दै फैसला गर्न सुझाउन उनले सरकारलाई राजनीतिक मुद्दाहरू फिर्ता लिने प्रक्रिया चाडो अगाडि बढाउन निर्देशन दिए । अहिले चर्चामा

- बाँकी पृष्ठ ६ मा

हुलाकी राजमार्गको निर्माणमा अत्यधिक ढिलासुस्ती

बस्ती विकास र यातायातको सुविधा भएपछि कतिपय हुलाकी सडकहरू पक्की सडकमा परिणत भए भने अधीकांशको नामेट भएर इतिहास बनिसकेका छन् । कतिपय ठाउँका सडकहरू न त पक्की नै बनेका छन्, न त अस्तित्वनै समाप्त भएको छ ।



- श्रीमन नारायण

हुलाकी राजमार्गलाई तराई-मधेशको आर्थिक विकासको मेरुदण्ड मानिन्छ । आवगमन, कृषि, ब्यापार, उद्योग र पर्यटनको विकास गरी तराई-मधेशका जनताको जीवनस्तर उकास्ने उद्देश्य सहित नेपाल सरकारले हुलाकी राजमार्गलाई राष्ट्रिय गौरवको आयोजना स्वीकृत गरेर काम अगाडि बढाएको हो । आर्थिक वर्ष २०६३/६४ मा शुरु भएर २०७४/७५ मा सम्पन्न गर्ने लक्ष्य रहेको आयोजनाको निर्माण कार्य सम्पन्न गर्ने भनिएकोमा समय बढाएर अब २०८२/८३ मा सम्पन्न गर्ने भनिएको छ । कामको गति र सरकारी निकायबीचको समन्वय अभावका कारण आयोजनाको नाममा समय थपिदै गएका छन् । हुलाकी विभागका जिम्मेवार अधिकारीहरूको निस्क्रियता, लापरवाही र ढिला सुस्तीका कारण पनि यसको आयोजना समयमै पुरा हुनसकिरहेको छैन ।

पूर्व भूपादेखि पश्चिम कन्चनपुरसम्म पूर्व-पश्चिम र उत्तर-दक्षिण गरी कुल एक हजार ८ सय ५७ किलोमिटर सडक निर्माण गर्नुपर्नेमा अहिलेसम्म कुल ९ सय ४५ किलोमिटर सडकमा कालोपत्रेको काम सम्पन्न भएको छ ।

आयोजना अन्तर्गत पूर्व-पश्चिम ९ सय ४५ किलोमिटर र उत्तर-दक्षिण ६ सय १२ किलोमिटर सडकको कुल लम्बाई रहेको छ । हुलाकी सडक आयोजना अन्तर्गत साना-ठुला गरी कुल २ सय ५० वटा पुल निर्माण गर्नुपर्नेमा अहिलेसम्म १ सय ३५ वटा पुलको निर्माण सम्पन्न भई सन्चालनमा आईसकेका छन् ।

भारतीय अनुदानमा बनेका सडक मध्ये अधीकांश नेपाल सरकारलाई हस्तान्तरण भईसकेका र कतिपय निर्माणका क्रममा रहेका छन् । नेपालका लागी भारतीय राजदूतले नेपालका भौतिक योजना मन्त्रीलाई भारतको आर्थिक सहयोगमा निर्मित हुलाकी राजमार्गका १४ वटा प्याकेज मध्ये १३ वटा प्याकेजको सडक निर्माण गरी हस्तान्तरण गरी सकेका छन् ।

हाल निर्माण सम्पन्नभई हस्तान्तरण गरिएका हुलाकी सडक अन्तर्गतका मनमत-कलैया-मटिअर्वा, विरेन्द्र बजार-युद्धकहा-महिनाथपुर, जनकपुर-यदुकहा-धनुषा, माईस्थान-गौशाला बजार, समसी-जलेश्वर-हर्दी, महोत्तरी, लम्ही-कोइलावास दाङ्ग, कानेपोखरी-रडेली, मोरङ्ग, कल्याणपुर-वर्साइन-सभानपट्टी सप्तरी, तामागढी-सिमरौनगढ बारा र वीरगंज-ठोरी आदी सडक खण्डहरूले प्रदेश नम्बर १, मधेश र लुम्बिनीका सात सीमावर्ति जिल्लामा उपस्थित यी सडकहरूको २ सय ८४ भन्दा बढी वडा १ सय ४९ वटा गाउँ, १८, १८ वटा गाउँपालिका र नगरपालिका,एक उप-महानगरपालिका र एक महानगरपालिकाका जनतालाई जोड्न सघाउ पुर्‍याउने छ । नेपालको आर्थिक विकासमा यी सडक खण्डहरू कोशेढुङ्गे सावित हुने निश्चित छ । अहिले जस्तो पूर्णरूमा विकाश नभइसकेको

र यातायातको पहुँच नभएको अवस्थामा वर्षौं पहिलो यो हुलाकी बाटो अस्तित्वमा आएको थियो ।चिठीपत्र बोक्ने हुलाकी हिँड्नुलाई एक पोष्टबाट अर्को पोष्टमा छिटो पुग्नसक्ने सीधा बाटो नक्साकर्न गरेर हुलाकी सडक अस्तित्वमा आएको थियो । जंगल, भ्राडी, पर्ती, बुट्टयानमा बनाएको हुलाकी सडक यात्रुको चापसँगै विस्तारै फराकिलो हुँदै गयो ।

बस्ती विकास र यातायातको सुविधा भएपछि कतिपय हुलाकी सडकहरू पक्की सडकमा परिणत भए भने अधीकांशको नामेट भएर इतिहास बनिसकेका छन् । कतिपय ठाउँका सडकहरू न त पक्की नै बनेको छन्, न त अस्तित्वनै समाप्त भएको छ । तराईका प्रायः सबै जिल्ला सदरमुकामहरूलाई छुने यो हुलाकी सडकलाई पदम रोड पनि भनिन्छ ।

हुलाकी सडक आज पनि कतिपय जिल्लाहरूमा गिरन्तर रुपमा प्रयोगमा आइरहेको छ । अहिले पनि कतिपय जिल्लाको विकासमा हुलाकी सडकले महत्वपुर्ण भुमिका निर्वाह गर्दै आएको छ । तराईका जिल्लाहरूमा जुन ठाउँमा हुलाकी सडकको निर्माण भएको छ, त्यहाँका जनताको अनुहारमा खुशीयाली हेर्ने सकिन्छ । आवश्यक हेरचाह, मर्मत एवं निर्माण तथा सरकारी सहयोगको अभावमा अस्तित्व र इतिहास पनि गुमाउने अवस्था आईपुगेको थियो । हुलाकी सडकको विकासको नाउँमा नेपाल सरकारद्वारा छुट्ट्याइने बजेटको मात्रा सान्छै न्यून हुने गरेको कारण यसको उपयोग कहाँ कति र कसरी गर्ने ? भन्ने प्रश्न प्राविधिकहरू समक्ष उठनु अस्वभाविक थिएन। कतिपय कारणले पूर्व-पश्चिम महेन्द्र राजमार्ग अवरुद्ध भएको अवस्थामा यो हुलाकी

सडकले राष्ट्र र जनताका आवश्यकतालाई सजिलै पूर्तिगर्ने अवस्था रहेको देखिन्छ । यसबाट मुलुकको आर्थिक विकासमा पनि महत्वपूर्ण टेवा मिल्न सक्दछ ।

कतिपय जिल्लामा आज पनि हुलाकी सडकको विकल्पमा अर्को मार्ग रहेको छैन, निर्विकल्प अवस्थामा रहेको यस सडकको निर्माण तथा मर्मत सम्भार तर्फ पर्याप्त ध्यान दिनुपर्ने आवश्यकता रहेको छ । विगतमा हुलाकी सडकको विकासमा बढी ध्यान दिइनुपर्नेमा जंगलको मध्य भएर सडक बनाइएको कारण हुलाकी सडकको विकास त अवरुद्ध भयो नै यसले मुलुकको अर्थतन्त्रलाई पनि कमजोर बनायो । जंगलको मध्य भएर राजमार्गको निर्माण भएका कारण यसले एकातिर वन विनाशलाई प्रोत्साहन गर्‍यो भने अर्कोतिर यसबाट भूक्षय र यसबाट पर्यावरण पनि अनुकुल रहनसक्ने थियो तथा तराई क्षेत्रको अर्थव्यवस्था पनि खराब हुने थिएन । वर्तमान अवस्थामा पूर्व-पश्चिम राजमार्गले पनि आफ्नो भूमिकाको सार्थक निर्वाह गरिरहेको देखिन्छ तथापि हुलाकी राजमार्ग सडकको समुचित सदुपयोग गर्न सकिए यो राष्ट्र र जनताको आर्थिक

- बाँकी पृष्ठ ६ मा

नेप्से परिसूचकमा दोहोरो अंकको बृद्धि

काठमाडौँ, २६ माघ धितोपत्र बजारमा शेयर कारोबार मापक नेप्से परिसूचक दोहोरो अङ्कले उकालो लागेको छ । नेपाल स्टक एक्सचेञ्जका अनुसार नेप्से परिसूचक १२ दशमलव ४५ अङ्कले उकालो लागेर दुई हजार एक सय ८२ दशमलव ६३ मा पुगेको छ । यस्तै, टूला कम्पनीको शेयर कारोबार मापन गर्ने सेन्सेटिभ परिसूचक एक दशमलव ४२ अङ्कले उकालो लागेर चार सय १५ दशमलव ४२ मा पुगेको छ । कारोबार भएका १३ उपसमूहमध्ये विहिवार एक उपसमूहको मात्रै शेयर मूल्यमा गिरावट भएको छ भने १२ उपसमूहको शेयर मूल्यमा वृद्धि भएको छ । कारोबार भएका कम्पनीमध्ये एक सय ५२ कम्पनीको शेयर मूल्यमा वृद्धि भएको छ । यस्तै, ५८ कम्पनीको शेयर मूल्यमा गिरावट आउँदा छ कम्पनीको शेयर मूल्यमा कुनै



परिवर्तन भएको छैन । कूल ५६ लाख ४८ हजार दुई सय १२ किता शेयर रु दुई अर्ब छ करोड २० लाख ५८ हजार सात सय ४९ मूल्यमा कारोबार भएको छ । शेयर कारोबार हुने साताको अन्तिम दिनको कारोबारपछि बजार पूँजीकरण रु ३१ खर्ब ४९ अर्ब ६५ करोड ४७ लाख ४४ हजार सात सय ४४ बराबर

रहेको छ ।

कारोबारका आधारमा अपि पावर कम्पनी शीर्ष स्थानमा छ । सो कम्पनीको रु पाँच करोड ८६ लाख ५४ हजार छ सय ९६ बराबरको कारोबार भयो । यस्तै, नविल बैंक रु पाँच करोड ७३ लाख ५५ हजार चार सय ८८,न्यादी रूप पावर रु पाँच करोड ३३ लख सात हजार,स्ट्याण्डर्ड

चार्टर्ड बैंक रु चार करोड ८६ लाख १७ हजार आठ सय २० र रिडी पावर कम्पनी रु चार करोड ४० लाख ५१ हजार एक सय १० बराबरको कारोबार भई शीर्ष पाँचभित्र पर्न सफल भएका छन् । बाराही हाइड्रोपावरको शेयर मूल्यमा १० प्रतिशतले वृद्धि हुँदा सकारात्मक सर्किट लागेको छ । विजय लघुवित्त पाँच दशमलव ९२, जोशी हाइड्रोपावर पाँच दशमलव ६३, न्यादी हाइड्रोपावर पाँच दशमलव ३५ र इस्टर्न हाइड्रोपावरका लगानीकर्ताले पाँच दशमलव ३१ प्रतिशतले कमाएका छन् । यस्तै, नविल ब्यालेन्स फण्ड पाँच दशमलव ७५,गुराँस लघुवित्त चार दशमलव १६, लक्ष्मी उन्नति कोष तीन दशमलव ९३, आर्दश लघुवित्त तीन दशमलव ४९ र बिन नेपाल लघुवित्तका लगानीकर्ताले दुई दशमलव ६९ प्रतिशतले गुमाएका छन् ।रासस

पूर्व-पश्चिम विद्युतीय रेलमार्गको प्रगति ६ प्रतिशत मात्रै

काठमाडौँ, २६ माघ नागरिकले आशाका साथ हेरिरहेको विकास योजनामा पर्ने पूर्व-पश्चिम रेलमार्ग निर्माण अघि बढ्न सकेको छैन । नौ सय किमीभन्दा बढी लम्बाइमध्ये हालसम्म ५५ किमी अर्थात् छ प्रतिशत मात्रै सम्पन्न भएको रेल विभागले जनाएको छ । हालसम्म बर्दibasबाट निजगढसम्म ७० किमी निर्माणको मात्रै योजना बनेको विभागका महानिर्देशक रोहितकुमार बिसुरालले बताउनुभयो । उहाँका अनुसार बाँकी अरु खण्डमा निर्माणको योजना बनेको छैन । एउटा खण्डमा भने विस्तृत अध्ययन प्रतिवेदन (डिपिआर) अध्ययनका क्रममा रहेको छ । बीचमा सानो खण्डमा मात्रै काम सुरु भए पनि आयोजना नै सम्पन्न गर्ने गरी काम सुरु हुन बाँकी रहेको उहाँले बताउनुभयो । यही गतिमा गर्दा फरव्दे बीस/तीस वर्ष लामसक्ने देखिएको छ । बर्दिवासबाट निजगढतर्फ निर्माण भइरहेको योजनाले जनाएको छ । यो आवमा १५ किमी निर्माणको लक्ष्य रहेको र सोहीअनुसार निर्माण भइरहेको महानिर्देशक बिसुरालले जानकारी दिनुभयो । निर्माणाधीन खण्डमा वन क्षेत्रको समस्या रहेकाले निर्माणमा बाधा पुगिरहेको विभागले जनाएकोछ।बर्दिवासको खण्डमा पुल पनि निर्माणाधीन रहेको छ । वन क्षेत्रमा रेलमार्ग निर्माण गर्ने निर्णय भए पनि सामुदायिक वन उपभोक्ता समिति, जिल्ला वन कार्यालय, वन पैदावार विकास समितिलगायत निकाय सबै सहमत नहुँदा निर्णय कार्यान्वयन गर्न गाह्रो हुने उहाँले बताउनुभयो । भारत सरकारको सहयोगमा निर्माणाधीन अरु योजनाजस्तै पूर्व-पश्चिम रेलमार्गमा पनि 'ब्रोड गेज'मा निर्माण भइरहेको छ। हाल भारतको जयनगरबाट धनुषाको कुर्थासम्म रेल सञ्चालनमा छ। महोत्तरीको विजुलपुर ासम्म रेलमार्ग सम्पन्न भइसकेकाले त्यहाँसम्म नै सञ्चालन गरिने सरकारको योजना छ । भारत सरकारको सहयोगमा

नै बर्दिवाससम्म रेलमार्ग निर्माण हुनेछ । बर्दिवाससम्म रेलमार्ग बनेपछि त्यहाँबाट निजगढसम्म लैजाने गरी सरकारले यो खण्ड निर्माण गरिरहेको महानिर्देशक बिसुरालले बताउनुभयो । आयोजनामा सरकारले वार्षिकरूपमा विनियोजन गर्ने बजेट कम रहेकाले गति लिन नसकेको विभागले जनाएको छ । आयोजनामा हालसम्म वैदेशिक लगानी निश्चित भइसकेको छैन । रेलमार्गको बीचको एउटा खण्डमा अझै पनि विस्तृत अध्ययन सकिएको छैन । पहिले सबै खण्डमा एकैपटक अध्ययन भइसके पनि रेखाङ्कनमा राष्ट्रिय निकुञ्ज परेकाले सो रेखाङ्कन परिवर्तन गरेर हेर्‍दा हुँदै भरतपुर पुग्ने गरी तय गरिएकाले बाँकी रहेको हो । आयोजना आफैँ सरकारको प्राथमिकतामा नपरेको र विभिन्न कानुनी अलमल कायम रहेको महानिर्देशक बिसुरालले बताउनुभयो । केही समय पहिले आएको रेल्वेसम्बन्धी ऐनले रेल सञ्चालनका लागि बोर्डको व्यवस्था गरेको छ । बोर्डको नयाँ संरचना बनाएर विकास गर्न अलमल रहेको उहाँले बताउनुभयो । ऐनको अवधारणाअनुसार बोर्डमा राजनीतिक नियुक्तिको व्यवस्था छ । उहाँले भन्नुभयो, बोर्डका लागि नयाँ भर्ना गरेर कर्मचारी नियुक्त गर्नुपर्ने, कार्यालय खडा गर्नुपर्ने र कानुन बनाउने गर्न समय लाम सक्छ । रेल सबैभन्दा सस्तो र सुरक्षित यातायातको साधन मानिने महानिर्देशक बिसुरालले बताउनुभयो । अरु यातायातका माध्यमभन्दा यात्रुका लागि सस्तो पर्ने र दुर्घटनाको जोखिम कम भएकाले पनि यसको आवश्यकता महसुस हुने गरेको उहाँको भनाइ छ।रेल एक्लैको विकासभन्दा पनि यातायात क्षेत्रको एकीकृत विकास आवश्यक रहेको विषय हाल विज्ञहरुले बताइरहेका छन् । उहाँले भन्नुभयो, एउटा यातायात मात्रै सोच्नेभन्दा समग्रमा योजना गर्नुपर्छ, कुनकुन किसिमको यातायात कहँ



आवश्यक छ भनी योजना बनाएर अघि बढ्नुपर्छ । रेल निर्माणमा नै लामो समय लाग्दा त्यसले लागत बढ्ने उहाँले बताउनुभयो । निर्माण भएको पाँच वर्षमा रेलको मर्मत थाल्नुपर्ने हुन्छ । एकातिर बनाउँदै गयो अर्कातर्फ बिग्रने अवस्था आउने उहाँले बताउनुभयो । रेल चाँडो सम्पन्न गरेर चाँडो सुरु गर्दा मात्रै त्यसले लगानी उठाउन सक्ने उहाँको भनाइ छ । बसको जस्तो यहाँसम्म बनेको छ चलाउँदै गरौँ भन्ने नभएर रेलमार्ग बनेपछि पनि रेल स्टेशनलगायतका संयन्त्र आवश्यकपर्ने उहाँले बताउनुभयो । भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालयका सचिव केशवकुमार शर्माले नेपालमा रेल सुरु मात्रै भएको र कसरी अघि बढ्ने भन्ने छलफलका क्रममा रहेको बताउनुभयो । पहिले राजनीतिक नेतृत्वले योजना बनाउने र त्यसैका आधारमा प्राविधिक पक्ष मिलाउनुपर्ने उहाँले बताउनुभयो । उहाँले भन्नुभयो, कर्मचारीले लगानी सकिन्छ सकिँदैन वा यसरी सकिन्छ भनेपछि राजनीतिक नेतृत्वले पुनःविचार गर्ने हो र अहिले त्यही क्रममा छ । पहिले पूर्व-पश्चिम विद्युतीय रेलमार्ग नौ सय ४५ किमी लम्बाइ हुने देखिएको गर्नुपर्छ, कुनकुन किसिमको यातायात कहँ

भारतीय बजारका कारण मारमा उपभोक्ता

पोखरिया, २६ माघ नेपाली धानको मूल्यवृद्धि भएकाले किसानले राहत राहतको अनुभूति गरेका छन् । यसपाली नेपाली धानको मूल्य गत वर्षको तुलनामा प्रतिक्विन्टल रु तीन सयले वृद्धि भएपछि किसानले थोरै भए पनि राहतको महशुस गरेका हुन् । भारतले धान निकासीमा कोटा लगाएको र भारतमै पनि मूल्यवृद्धि भएकाले नेपाली धानको मूल्य पनि गत वर्षको तुलनामा धानको मूल्य बढेको हो । धानको मूल्य बढेसँगै प्रतिकेजी ४८ रुपैयाँमा पाइने सोना मन्सुली चामल रु ५८, रु ५० किलोमा पाइने मन्सुली चामल रु ६४ पुगेको छ । धानको पकेट क्षेत्र मानिने पर्सालगायत मधेस प्रदेशका किसान मारमा पर्दै आए पनि यसपाली भने केही भए पनि राहत पाएका छन् । वीरगञ्ज वडा नं ३० स्थित लालपर्साका किसान सीतारामप्रसाद भन्नुहुन्छ, धानको उत्पादनमा लाग्ने खर्चभन्दा बिक्री गर्ने रकम जहिले कम नै हुने गरेको भए पनि यसपाली भने थोरै भए पनि खुसी भएको छु ।”



उहाँ भन्नुहुन्छ, म अहिले ६५ वर्षभन्दा माथिको भए करिब १६ वर्षको उमेरदेखि धानखेती गर्दै आएको छु । मेहनत र लगनका कारण फसल पनि राम्रै हुने गरेको छ तर फसल राम्रो उब्जाउन मल समयमा नपाउने, महँगोमा पाइने, भारतबाट ल्याउँदा दुःख पाउने अवस्था छ । त्यसमा पनि फसल उब्जाइहाले बेच्न समस्या हुनेगरेकामा अहिले अलिकति भए पनि धानको मूल्यवृद्धि हुँदा हामी किसान खुसी नै छौँ तर यो पर्याप्त चाँहिँ होइन । अर्का पर्साको सबैठवा-४ की किसान किसमतीया देवी भन्नुहुन्छ, धान उत्पादन

गर्न सिँचाइका लागि पानी किनेर हाल्नुपर्ने, खाद पनि महँगो पर्ने, पानी नपर्दा भन्न धानखेतीलगायत सबै खेती नै महँगो पर्ने हुँदा धानको मूल्य वृद्धि भएको हो । यो बृद्धिले केही मात्रामा राहत भए पनि पर्याप्त भने छैन । सरकारले अफ्न सोच्नुपर्छ । धानको मूल्यवृद्धिले एकातिर किसान खुसी भएका छन् भने अर्कोतर्फ चामलका उपभोक्ता भने मारमा परेका छन् । धानमा प्रतिक्विन्टल तीन सय रुपैयाँसम्म मूल्यवृद्धि हुँदा चामलमा प्रतिकिलो १५ रुपैयाँदेखि २५ रुपैयाँसम्म मूल्यवृद्धि भएका कारण आफूहरू मारमा परेको उपभोक्ताको गुनासो

छ । वीरगञ्ज महानगर वडा नं १२ मूलीकी सरिता देवी कुर्मी चामलको मूल्य अचानक बढेपछि गर्जो टार्न समस्या हुने गुनासो गर्नुहुन्छ । भारतले नेपालका लागि चालू वर्षमा छ लाख टन धान निकासी गर्ने कोटा निर्धारण गरेका कारण भारतमै धानको मूल्य बढेकाले नेपालमा पनि धानको मूल्यसँगै चामलको मूल्य पनि बढेकाले उपभोक्ता मारमा परेका हुन् । नेपाल चामल तेल दाल उद्योग सङ्घका केन्द्रीय अध्यक्ष सुबोध गुप्ता भारतले गत वर्षदेखि समर्थन मूल्य पाँचदेखि छ रुपैयाँ बढाएर बिक्री गर्ने गरेको र भारतबाट धान, चामल नेपालतर्फ आयात गर्दा त्यसमै भत्सार कर र भाडा जोडेर नेपालतर्फ बिक्री गर्नुपर्ने भएकाले मूल्यवृद्धि भएको बताउनुहुन्छ । उहाँ अफ्न पनि नेपाल धान चामलका लागि ५० देखि ६० प्रतिशत भारतमै निर्भर रहेको र नेपालको बजारमा पनि भारतकै धान, चामलको समर्थन मूल्यले ठाउँ लिने हुँदा यस्तो अवस्था सिर्जना भएको हो भन्नुहुन्छ । रासस

किसानको सहयोगी बन्दै “सहकारी”



महेन्द्रनगर, २६ माघ कञ्चनपुरको ग्रामीण बस्तीमा पछिल्लो समय विभिन्न आयमुलक कृषि व्यवसाय अँगालेका किसानलाई सहकारी सहयोगी बन्दै गएको छ। कम आयस्रोत भएका किसानले बस्तीमा किसानकै नेतृत्वमा बनेका सहकारीमा मासिक बचतदेखि सहूलियत ऋणसम्मको सुविधा पाउने भएकाले उनीहरूलाई आत्मनिर्भर बन्न सहज भएको हो । कञ्चनपुरका नौवटै पालिकाकामा रहेका सहकारीमा किसान आवद्ध भइ तरकारी खेती, पशुपालन, कुखुरा पालन, बक्रुरपालन, माछापालनलगायत व्यवसायमा सक्रिय हुने क्रम बढिरहेको छ । त्यस्तै यहाँ आर्थिक गतिविधि फराकिलो भएका ठूला सहकारी र विभिन्न दातृ निकायले पनि गाउँमा कृषि सहकारी र समूहमा आवद्ध किसानलाई अनुदान एवं प्राविधिक सहयोग पनि गर्दै आएका छन् । बस्तीमा एकजुट बगरखेती किसान समूह गठन गरेर आफूहरू तरकारी खेतीमा लागेको कञ्चनपुरको लालभाडी गाउँपालिका-६ चान्देउका सुदराम चौधरीले बताउनुभयो । न्यून आयस्रोत भएका यहाँका बीस राना र चौधरी समुदायका किसान मिलेर सञ्चालनमा ल्याइएको उक्त समूहमा मासिक कृषि उत्पादन र आत्मनिर्भर

समूहका सदस्यले मलखाद किन्नेदेखि व्यवसाय बढाउन धेरैजसो समूहबाट ऋण लिने गर्छन् । उहाँले भन्नुभयो,मासिक रु ५० बचत गर्छौं।यहाँ सहकारीमा आवद्ध किसानले सामूहिकरूपमा दोदा नदीमा तरकारी खेती गरेर मुनाफा लिइरहेका छन् । त्यसैगरी भीमदत्त नगरपालिका-१० तिल्केनीस्थित खप्तड कृषि सहकारी संस्था पनि यस क्षेत्रका किसानको सारथी नै बनेको छ । उक्त सहकारीले पछिल्लो समय दुध व्यवसायीलाई आयमुलक व्यवसायमा आवद्ध गराउँदै आएको छ । सो क्षेत्रमा व्यावसायिकरूपमा केराखेती गर्ने अधिक छन् । यहाँ उक्त सहकारी र कृषि ज्ञान केन्द्रको सहयोगमा केरा चिस्यान घर-निर्माण गरिएको उक्त सहकारीका अध्यक्ष पूर्णीसिंह साउदले बताउनुभयो । दुई सय दूध सङ्कलक र अन्य किसानसहित चार सय बढी शेयर सदस्य छन् । उहाँले भन्नुभयो, व्यावसायिकरूपमा कृषि पेशामा आवद्ध किसान लाभान्वित छन् । यहाँस्थित उदयदेव बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेडका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत गणेश चन्दले सहकारीका माध्यमबाट चार हजार कृषक कृषिमा जोडिएकाे बताउनुभयो । सहकारीमा आवद्ध सदस्यलाई कृषि उत्पादन र आत्मनिर्भर

बनाउने विषयमा सहकारी सक्रिय छ, उहाँले भन्नुभयो,ऋण लगानीदेखि बचतसम्म गरिरहेका किसानलाई बीउविजनदेखि मलखाद हुँदै कृषि उपकरणमा सहयोगसमेत भइरहेको छ ।कृषि उपकरणका लागि अन्य निकायसित पनि समन्वय गरेर वितरण गरिरहेका हुन्छौं। कृषिसँग सम्बन्धित धेरै काम सहकारीले गर्दै आएको छ । लालभाडी गाउँपालिका-३ पर्सियाका रेखा रानाले सहकारीबाटै ऋण लिएर च्याउ खेती गरिरहेको बताउनुभयो ।गाउँमै हामी महिलाको किसान समूह बनाएर बीउविजन उत्पादनदेखि बाख्रापालन र च्याउखेती गरिरहेका छौं । उहाँले भन्नुभयो,व्यवसाय गर्नेका लागि सहकारीको सहयोगले थप बल पुगेको छ । च्याउ खेतीबाट भएको आम्दानीले मासिक बचतका साथै घरखर्च पनि सामान्य रूपमा चलि्रहेको छ ।

किसान समूहलाई वडा कार्यालय र दातृ निकायबाट पनि बेलाबेला सहयोग आइरहने भएकाले गुहणी महिला आत्मर्भर पनि बन्दै गएका कृषक रानाले बताउनुभयो । वर्षौंसम्म भारतमा मजदूरी गरेका गाउँका युवा पनि अहिले गाउँमै तरकारी खेतीलगायत काममा लागेका र सहकारीले स्वरोजगार बनाउन पनि सहयोग पुर्‍याउँदै आएको छ ।रासस

जाडोमा लिनुपर्ने सावधानीहरू	
पानी प्रशस्त पिउने शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त नरह्ना चित्तौले गर्दा रगत गाढ्ने हुने जोखिम कम हुन्छ ।	Warm Up गर्ने शारीरिक व्यायाम सुरु गर्नु अन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने अनि व्यायाम सुरु गर्ने ।
हिँडाइको गति कम गर्ने चित्तौमा गर्नुमा जोखिम घटाउन हिँडाइको रिफ्ट कम गरेर हिँडाइको अवधि बढाउनु सुरक्षित उपाय हुन्छ ।	मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने जाडो महिनामा गर्नुमा हुने असरलाई मदिरा तथा धुमपानले कम बढाउने हुनाले यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।
चिसो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।	सुगर प्रेसर कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण जाडो महिनामा प्रेसर सुगर र कोलेस्ट्रॉलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्नु जरुरी छ ।
घेरै विल्लो खानेकुरा नखाने जाडोमा कोलेस्ट्रॉल बढ्ने हुनाले घेरै विल्लो फ्राई पाटी नोजको बेलामा खर्च हुनु पर्दछ ।	चित्तौमा हिड्दा छाती दुख्नु गर्द रोगको प्रमुख लक्षण Angina चित्तौमा बढि देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरुरी हुन्छ ।
औषधिको नियमित प्रयोग गर्द रोग प्रेसर सुगर कोलेस्ट्रॉल आदिको औषधि बढ्दाइकाे नियमित खानु पर्छ ।	व्यायामको बेलामा चित्तौबाट सुरक्षा यसको लागि घडीपत लुगा लगाएर विशेष गरेर टाउको कान हात छोपेर हिड्नु पर्छ ।
सुख्खी गाडौँपालिका सहोत्तारी, सधैँस्था प्रवैस्था	

सुधारका कार्यक्रम एक साताभित्र पेश गर्न निर्देशन



काठमाडौँ, २६ माघ
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालयले विद्यमान बजेट र कानूनभित्रबाट गर्न सकिने सुधारका कार्यक्रम एक साताभित्र पेश गर्न मातहतका निकायलाई निर्देशन दिएको छ । चालु आवको दोस्रो त्रैमासिक/अर्धवार्षिक समीक्षा एवं मन्त्रालयस्तरीय विकास समस्या समाधान समितिको बैठकमा सञ्चारमन्त्री रेखा शर्माले आगामी फागुन ५ गतेभित्र ती कार्यक्रम पेश गर्न निर्देशन दिए ।
वर्तमान सरकार गठन भएपछि जनताले ठूलो आशा र अपेक्षा गरेको जनाउँदै उनले जनचाहना पूरा गर्ने योजना बनाउन आग्रह गरे । यसअघि मन्त्रालयसमक्ष गरेका प्रतिबद्धता समयमै पूरा गर्नेतर्फ मातहत निकायका प्रमुखको ध्यानाकर्षण गराउँदै उनले स-साना विषयलाई तत्काल सम्बोधन गरेर जनतामा आशा जगाउन सकिने बताए । जे छ त्यसमा प्रभावकारी काम गर्ने प्रयत्न गरौँ, गर्न

सकिने योजना ल्याउनुहोस, सरकारको प्रवक्ता शर्माले भने ,विद्यमान कानून र बजेटअनुसार आफैँले योजना बनाउनुहोस् । जनताको सञ्चारसम्बन्धी आधारभूत आवश्यकता पूरा गर्ने जिम्मेवारी मन्त्रालयको काँधमा रहेको जनाउँदै उनले तत्काल राजमार्गमा मोबाइल फोन लामै वातावरण सिर्जना गर्न नेपाल दूरसञ्चार कम्पनीलाई निर्देशन दिए ।
आफैँले गरेको प्रतिबद्धता किन पूरा भएनर, पूरा नहुने प्रतिबद्धता किन गन्यौँ ? मन्त्री शर्माले प्रश्न गरे । पूरा हुने योजना मात्र ल्याउन उनले सुझाए । प्रत्येक निकायबाट तीन/चार वटा योजना मन्त्रालयमा पेश गर्नुस, मन्त्री शर्माले भने ,मन्त्रालयले त्यसलाई आफ्नो कार्यक्रम बनाएर लागू गर्छ । अर्थ मन्त्रालयलाई मन्त्रालयले अगाडि बढाएको योजनाको महत्त्वबोध गराउनुपर्नेमा जोड दिँदै उनले त्यस्ता योजनालाई सम्पन्न गराउन दुवै मन्त्रालयको

संयुक्त टोलीमा छलफल गर्नुपर्ने बताए ।
दोस्रो त्रैमासिकसम्म आइपुग्दा धेरै काम गर्न नसकिएको स्वीकार गर्दै उहाँले समग्र मन्त्रालयको बजेट खर्च गर्ने दिशामा अगाडि बढ्नुपर्ने बताए । पूँजीगत खर्च सन्तोषजनक नभएकाले लक्ष्यअनुसार पूँजीगत खर्च वृद्धि गर्न निर्देशन दिए । मन्त्रालयको कार्यसम्पादनलाई प्रभाकारी बनाउन काम गर्ने तौरतरिका, शैली, प्रशासनिक ऋम्भट अन्त्य गर्नुपर्नेमा जोड दिँदै उनले कर्मचारीतन्त्रको क्षमतालाई राजनीतिक नेतृत्वले सही ढङ्गले सदुपयोग गर्ने बताए ।

मन्त्रालयका सचिव डा वैकुण्ठ अर्यालले कुनै बहानाबाजी नगरी तोकिएका काम निर्धारित समयमा सम्पन्न गर्न निर्देशन दिए । मातहतका निकायका प्रमुखसँग गरिएको कार्यसम्पादन सम्झौतासँग सम्बन्धित निकायको ‘परफ्रमेन्स’ जोडेर हेरिने उनको भनाइ छ । मन्त्रालय मातहतका निकायबीचको समन्वयलाई बलियो बनाएर लैजानुपर्नेमा जोड दिँदै उनले ती निकायबीच उचित समन्वयबाट मात्रै बजेटले लिएको लक्ष्यमा पूरा हुने बताए । अन्तर निकाय समन्वयका लागि मन्त्रालय तयार छ, त्यस्ता विषयलाई स्पष्टसँग लेखेर ल्याउनुहोस, उनले भने , निर्धारित लक्ष्यअनुसार खर्च नहुँदा बजेट काटिन सक्छ, कार्यन्वयनमा गइरहेका योजनाको बजेट कटौती हुँदैन । राष्ट्रिय योजना आयोगका सहसचिव डा किरण रुपाखेतीले पूँजीगत खर्च वृद्धिमा ध्यान दिन

आग्रह गर्दै मन्त्रालयको वित्तीय र भौतिक प्रगति सन्तोषजनक नरहेको बताए । अर्थ मन्त्रालयको खर्च कटौती प्रस्तावले केही महत्त्वपूर्ण योजना प्रभावित हुन सक्ने भन्दै उनले विशेष योजनाका लागि सहजीकरण गर्न अर्थ मन्त्रालयसमक्ष आग्रह गरे ।
मन्त्रपरिषद् तथा प्रधानमन्त्री कार्यालयका शाखा अधिकृत गणेश धिमरेले अनियमितता, ढिलासुस्ती, निर्णयविहीनताको अवस्था अन्त्य गरेर बजेट कार्यान्वयनमा लाग्नुपर्ने बताए । परिणामुखी काम गर्न कार्यालय प्रमुखले महत्त्वपूर्ण पहल लिनुपर्ने उनको भनाइ थियो । कार्यक्रममा मन्त्रालय मातहतका १८ निकायका प्रमुखले बजेट कार्यान्वयनको प्रगतिबारे जानकारी गराएका थिए ।
मन्त्रालयको पूँजीगत खर्च न्यून चालु आवको अर्धवार्षिक अवधिमा सञ्चार मन्त्रालयको विनियोजित बजेटतर्फ चालु तथा पूँजीगत खर्च न्यून देखिएको छ । चालु आवको पुस मसान्तसम्म चालु खर्च ३९ दशमलव ४४ र पूँजीगत खर्च १३ दशमलव ७७ प्रतिशत खर्च भएको मन्त्रालयले जनाएको छ ।
आर्थिक वर्ष २०७९/०८० मा मन्त्रालयका लागि चालु खर्च रु पाँच अर्ब ४२ करोड ४३ लाख र पूँजीगत खर्च रु तीन अर्ब १९ करोड ६३ लाख गरी कुल आठ अर्ब ६२ करोड छ लाख विनियोजन भएको थियो । त्यसमा हालसम्म चालुतर्फ दुई अर्ब १३ करोड ९४ लाख र पूँजीगततर्फ ४४ करोड दुई लाख खर्च भएको छ । रासस

ओलीको लय, रविको

रहेका केही राजनीतिक मुद्दाहरु जो सर्वोच्चमा विचाराधीन छन्, ती सरकारको निर्णयलेमात्र समाधान हुनसक्तैनन् ।यस अधिको सरकारले विवादकाबीच अध्यादेशबाट कानून ल्याउने प्रयास गरेको थियो । जसलाई शीतलनिवासले तुहाइदियो । ओलीको इशारामा चल्ने शीतलनिवास संविधान माथि उक्लिएर राजनीतिक गर्दै आएको छ ।र, यतिखेर ओली रविको पक्षमा खुलेर लाग्नुको पछाडिको कारण पनि शीतलनिवास माथिको नियन्त्रण खुस्किने हो की भन्ने भय हो । अहिलेका राष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारीको कार्याकाल सकिदैँछ र यही फागुन २५ गते राष्ट्रपतिको निर्वाचन हुँदैछ । अहिले सतहमा देखिएका सबै राजनीतिक खेलहरुको केन्द्रमा शीतलनिवास बनेको छ ।शीतलनिवासमा ओलीको प्रेसक्रिप्सन स्वीकार नगर्ने प्रधानमन्त्री पुष्पकमलको भित्रि मनसायकै कारण एमाले कमानको अहिलेको सत्ता भत्कने खतरा सामुन्नेमा छ । राजनीतिक कमान खुस्कने भयले ग्रस्त हुनसक्छ ओली रविसँग लोली मिलाइरहेका छन् । ओलीले आफूलाई राष्ट्रिय राजनीतिको बागडोर सम्हालेको नेताको रूपमा प्रस्तुत गर्दै सरकारले ल्याएको नीतिगत कार्यक्रम, प्रधानमन्त्रीले रोष्टमबाट व्यक्त गरेका घोषणा गरेका कार्यक्रम र एमाले पार्टीका कार्यक्रमहरु लागु गर्न सुझाए । कसरी लागु गर्ने त ? ओली भन्दै थिए –कार्यपालिका, व्यवस्थापिका र न्यायपालिका एउटै लयमा एकवद्ध भएर काम गर्न आवश्यक छ । कार्यपालिका, व्यवस्थापिका र न्यायपालिका एउटै लयमा एकवद्ध भएर काम गर्न आवश्यक छ ।

वातावरणका मुद्दामा सहयोग गर्न सरकार प्रतिबद्ध छ : प्रधानमन्त्री दाहाल

काठमाडौँ, २६ माघ
वातावरण संरक्षण र दिगो विकासका सन्दर्भमा लामो समयदेखि वकालत गर्दै आएको नेपाल वातावरण पत्रकार समूह (नेवापस) ले समसामयिक वातावरणीय विषयमा प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल ‘प्रचण्ड’को ध्यानाकर्षण गरेको छ ।

प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयमा नेवापसको प्रतिनिधिमण्डलले आज भेट गरी प्रधानमन्त्रीसमक्ष एक ज्ञापनपत्र समेत बुझाएको छ ।
त्यस अवसरमा प्रधानमन्त्री दाहालले नेवापसले वातावरणका विषयमा लामो समयदेखि पैरवी गर्दै आएको बताउँदै नेवापसले अघि सारेका कार्यहरूमा सहयोग गर्न सरकार प्रतिबद्ध रहेको बताए ।

उनले नेवापसले समसामयिक वातावरणीय मुद्दाहरूलाई निकै मेहनतसाथ र मार्मिकरूपमा प्रस्तुत गरेकामा धन्यवादसमेत दिए ।
नेवापसको ज्ञापनपत्रमा जलवायु परिवर्तन नेपालका लागि मात्र नभएर विश्वकै लागि चिन्ता र चासोको विषय भएको जनाउँदै भौगोलिक बनोट र गरिबीले गर्दा नेपाल यस समस्याबाट प्रभावित मुलुकहरूको अग्रस्थानमा रहेको उल्लेख छ ।

ज्ञापनपत्रमा भनिएको छ, जलवायु परिवर्तनमा नेपालको खासै भूमिका नभए पनि नेपालमा यसबाट पर्ने असरहरू भने अरू सरह बेहोरुपर्ने छ । यो अवस्था नेपालजस्तो कमजोर आर्थिक तथा भौतिक पूर्वाधार एवं प्राकृतिक र हिमालयमा पर्ने प्रभाव हाम्रो लागि सङ्कटको विषय बन्नेछ । नेपालको शिरशोभाका रूपमा रहेका यी हिमपर्वतहरूमा हिउँ रहेन भने भविष्यमा नेपालले पर्यटनबाट प्राप्त गर्ने ठूलो आयस्रोत गुमाउनुपर्ने निश्चित छ । त्यसैगरी दक्षिण एसियाको वाटर हाप्प भनिने हिमालको हिउँ तोप हुनेमात्र होइन, विश्वको एक तिहाइ जनसंख्या पिउने पानीबाट समेत वञ्चित हुने खतरा छ । हिमनदीहरू फलने र त्यसको प्रभाव हिमताल विष्फोटन हुने हाम्रो अधिस्तितिको अर्को विपत्तिको सूचक हो, एवं त्यतिखेर हाम्रा थुप्रै नदीमा बनेका बाँध र नदी आसपासका बस्तीहरूको भविष्य अनिश्चित बन्ने खतरा छ भन्दै ज्ञापनपत्रमा यसले



जलविद्युत्मा गरिने लगानीका सम्भावनाहरूमा ठूलो प्रश्न उठ्ने र कतै बाढी त कतै पानीको स्रोत सुक्दै गएको अवस्था छ भनिएको छ ।
ज्ञापनपत्रमा मनाङ, मुस्ताङ, सिन्धुपाल्चोक (मेलम्ची) लगायतका स्थानहरूमा देखिएका प्राकृतिक प्रकोपहरूले जलवायु परिवर्तनका उच्चतम् प्रभावहरूलाई पुष्टि गरेको तथा नेपालको प्राकृतिक प्रकोपको चक्रले बर्सेन खाद्यसुरक्षा, जैविक विविधता, खानेपानी, कृषि, महामारीलगायत मानिसको जीविकोपार्जनमा हरेक वर्ष नर्यानर्या चुनौतीहरू थपिँदै गएका भन्दै यसबाट बर्सेन मानवीय क्षति पनि भइरहेको छ र यसमा पनि बालबालिका तथा महिलाहरू अझ बढी प्रभावित छन् भनिएको छ ।

नेपालको सामुदायिक वनलाई विश्व समुदायमा नमुनाका रूपमा लिन थालिएकै बेला चुरे र तराई क्षेत्रमा भने वन विनाशको व्यथा घट्नुको सङ्ग बाँदिरहेको, नेपालका वनमा रहेका स्रोतहरु कुहिनै र हास हुने क्रम बाँदिरहेको, विदेशबाट बर्सेन अबौँ रुैयाँका काठ आयात भइरहेको तथा नेपालका प्राकृतिक स्रोतका रूपमा रहेका बहुमूल्य जडीबुटीहरूको संरक्षण र सदुपयोगसमेत हुन सकिरहेको छैन, ज्ञापनपत्रमा भनिएको छ ।

नेवापसले विगत ३७ वर्षदेखि वातावरण संरक्षण र दिगो विकासका बारेमा जनचेतना जगाउन सञ्चारका विभिन्न

माध्यममार्फत सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्दै आएको पनि त्यस अवसरमा अवगत गराइएको थियो । समूहले यो वर्ष सन् २०२३ नेपालमा संरक्षण क्षेत्रको ५०औँ वर्षगाँठको अवसरमा विविध कार्यक्रम गर्ने तथा वातावरण क्षेत्रमा कलम चलाउँदै आएका दक्षिणपूर्वी एसिया र अन्य केही मुलुकका पत्रकारहरूलाई नेपालमा भेला गराएर नेपालका जलवायुजन्य मुद्दाहरूमा केन्द्रित रहेर स्थानीय,

राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमदेखि अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमबाट संसारभरि सूचना समप्रेषण गर्ने लक्ष्य लिएको पनि जानकारी गराएको थियो ।
वरिष्ठ पत्रकार भैरव रिसाल, समूहका अध्यक्ष रोशनी अधिकारी समेत समूहका पदाधिकारीको नेतृत्वमा गएको टोलीले त्यस अवसरमा प्रधानमन्त्री दाहालको प्रधानमन्त्रीत्वकाल सफल हुने भन्दै बधाई एवं शुभकामना दिएको थियो ।रासस

पर्साको ओरिया खोलामा

(बालुवा) उत्खनन नगर्न भारतीय पक्षसँग आग्रह गरेको छ । ओरिया खोलामा भारतीय पक्षले ठेक्का लगाएर दिनहुँजसो बालुवा उत्खनन गर्दै आएको छ ।
खोलामा बालुवा उत्खननका क्रममा पुरिएको अवस्थामा सीमास्तम्भ भेटिएपछि ओरिया खोलाको विवाद फेरि सतहमा आएको हो । खोलामा सीमास्तम्भ भेटिएपछि भूमि भारतकै हो कि नेपालतर्फको भन्नेबारे यकिन नभएकाले सुरक्षा निकायको माथिल्लो तहमा कुरा राख्नुपर्ने भएका कारण उत्खननमा रोक लगाइएको सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक सुमन थपलियाले बताए । चार दिनअघि मात्रै ओरिया खोलामा ४२२ नम्बरको मुख्य सीमास्तम्भ भेटिएको थियो भने हाल ४२२/१ नम्बरको सहायक सीमास्तम्भ खोलामै भेटिएको थपालियाले बताए । जगरनाथपुर गाउँपालिका-१ पिपडारी हुँदै भारततर्फ जाने ओरिया खोलामा धमाधम सीमास्तम्भ भेटिन थालेपछि प्रमुख जिल्ला अधिकारी हीरालाल रेग्मीको नेतृत्वमा जिल्लास्थित नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरीलगायत सुरक्षा निकायका प्रमुख तथा स्थानीय पाँचैकाका प्रमुखले स्थलगत अवलोकन गरेका थिए । पहिलेदेखि नै विवादित बन्दै आएको ओरिया खोलामै हराएका सीमास्तम्भ भेटिएपछि त्यसबारे आवश्यक छलफल गर्ने तयारी भइरहेको प्रमुख जिल्ला अधिकारी रेग्मीले जानकारी दिए ।
जगरनाथपुर गाउँपालिका अध्यक्ष श्रीकान्त यादवले दशगजा क्षेत्रमा रहेको ओरिया खोलामा सीमास्तम्भ भेटिएपछि अब सम्बन्धित निकायले आवश्यक कदम चाल्नुपर्नेमा जोड दिए । ओरिया खोला र आसपासका क्षेत्रमा मुख्य र सहायक गरी १६ वटा सीमास्तम्भ हराएका थिए ।

हुलाकी राजमार्गको

समृद्धिमा कोसेढुंगा सावित हुन सक्दछ ।

मुलुकमा प्रजातन्त्रको पुनस्थापना भएको भण्डै तीन दशकमा पनि अस्तित्वमा आएका सरकारहरूले हुलाकी सडकको विकासमा खासै ध्यान दिएनन् फलस्वरूप तराईको अर्थव्यवस्थाको साथै समग्र मुलुककै आर्थिक प्रगती पनि अवरुद्ध हुँदै आएको देखियो । जबकी हुलाकी सडकको मर्मत र निर्माणका लागी र यसको सुचारु संचालनका लागी वर्षौदेखि स्थानीय जनताले आवाज उठाउँदै आएका छन् । नेपालको चौतर्फी विकासमा सहयोग पुऱ्याउदै आएको छिमेकी राष्ट्र भारतले हुलाकी सडकको विकास निर्माणमा पनि सहयोग गर्नु स्वभाविकै हो । भारतका तत्कालिन प्रधानमन्त्री चन्द्रशेखरले वि.सं २०४७ सालमा नै नेपाल भ्रमणको क्रममा हुलाकी राजमार्ग निर्माणमा भारत सरकारले सहयोग गर्ने प्रतिवद्धता व्यक्त गरेका थिए । तर यस दिशामा हाम्रो तर्फबाट अपेक्षित ध्यान दिने काम भएन । राजनीतिक अस्थिरता र देशमा स्थायी शान्तिको अभाव पनि त्यतिबेला एउटा प्रमुख कारण रहेको हुनसक्दछ । भारतीय सहयोगको सैद्धान्तिक सहमती दृष्टएत्र सालमा भए पनि नेपालमा २०६२, ६३ को परिवर्तन पश्चात भारत सरकारले ४ सय ४० किलोमिटर सडकको डिजाइन सुपरिवेक्षण र निर्माण तीन चरणमा गर्ने गरी सम्झौता गरेको थियो । सम्झौता अनुसार काम गर्न लामै सम्पूर्ण खर्च भारत सरकारले व्यहोर्ने र जग्गा अधिग्रहण,पोल, रुख हटाउने, हुलाकी राजमार्गमा पर्ने सम्पूर्ण पुलको निर्माण नेपाल सरकारले गर्ने प्रावधानको सम्भ्रदारी भएको थियो । विभिन्न राजनीतिक आरोह-अवर

ोढका कारण हुलाकी सडक निर्माणको काम बीचमै रोकिएको थियो । नेपालले गरेको रेखाङ्कन अनुसार हुलाकी राजमार्गको लम्बाई पूर्व देखि पश्चिमसम्म एक हजार ७ सय ९२किलो मीटर रहेको छ । सुरमा हुलाकी सडक अर्न्तगत पूर्व-पश्चिम सडक निर्माणको कुरा मात्रै थियो तर पछि त्यसमा उत्तर-दक्षिण सडक खण्डका कतिपय सडक जोडिए पछि यसको लागत बढ्ने निश्चित भएपछि सरकारले हुलाकी सडकलाई हुलाकी राजमार्ग नामाकरण गरी यसलाई राष्ट्रिय गौरवको आयोजना घोषित गर्‍यो ।हुलाकी सडकको मर्मत निर्माण एवं संचालनवाट सर्वोधिक फाइदा तराईका किसानहरूलाई हुनेछ । नेपाली किसानहरु आफ्नो उत्पादनलाई सहज रुपमा बजारसम्म पुऱ्याउन एउटा समुचित सडक मार्गको खोजीमा व्यग्र रहेका छन् ।

उनीहरूको यस उद्देश्य पुतीमा हुलाकी सडक नै महत्त्वपूर्ण सहयोगी सावित हुनसक्दछा तराईका प्राय जसो जिल्ला सदरमुकामहरु दक्षिण भेगमा छन् र हुलाकी सडक पनि ती जिल्ला सदरमुकामहरूको नजिकबाट गएको कारण पनि यहाँका किसानहरूले परिश्रम गरी उब्जाएका खाद्यान्न तत्कारी र फलफुलहरु समुचित मुल्य प्राप्तिका लागि स्थानीय बजारमा र सीमावर्ति भारतीय बजारमा पनि सजिलै पुऱ्याउन सक्दछ । वर्तमान अवस्थामा किसानहरूले आफ्नो उत्पादनको समुचित मुल्य पाउन नसकिरहेका कारण कृषि पेशावाट नै विमुख हुदै गएका हुन । हुलाकी राजमार्गको निर्माण भएवाट तराई मधेसका जनताको आर्थिक सामाजिक एवं समग्र दैनिक जीवनमा नै सुधार आउने छ । यसको निर्माण कार्य शीघ्र सम्पन्न हुन आवश्यक छ।



उद्धारकर्ताहरूले भुकम्पबाट प्रभावित अदियामान प्रान्तको बेसनी जिल्लामा ध्वस्त भएको भवनको भग्नावशेषमा बाँचेको खोजी गर्दै, टर्कीए, फेब्रुअरी ८, २०२३। टर्कीका राष्ट्रपति रेसेप तैयप एर्दोगानले बुधवार सबैभन्दा बढी प्रभावित क्षेत्रको भ्रमणका क्रममा भनेका छन्। महाभूकम्पबाट मुलुकमा ८ हजार ५ सय ७४ जनाको मृत्यु भएको छ। यसअघि देशको विपद् व्यवस्थापन निकायले ४०,००० भन्दा बढी मानिस घाइते भएको बताएको थियो ।

बेलाइतद्वारा रुसमाथि नयाँ प्रतिबन्धको घोषणा

लन्डन, २६ माघ, युक्रेन युद्धको विषयलाई लिएर बेलाइतले रुसविरुद्ध थप प्रतिबन्धकपो घोषणा गरेको छ । बेलाइतका विदेश मन्त्री जेम्स क्लिभरलीले बुधबार रुसी सेना र क्रेमलिन अभिजात वर्गहरू विरुद्ध नयाँ चरणको प्रतिबन्धको घोषणा गर्नु भएको छ। युक्रेनका राष्ट्रपति जेलेन्स्की बेलाइती प्रधानमन्त्री ऋषि सुनक र राजा चार्ल्ससँग भेटघाट गर्न बेलाइत पुगु भएको छ। उहाँले बेलाइतको संसदलाई सम्बोधन गर्ने कार्यक्रमका बीच यो घोषणा भएको हो । यो घोषणा युक्रेन विरुद्ध ड्रोन जस्ता विभिन्न किसिमका सैन्य उपकरणहरू उपलब्ध गराउँने छ वटा संस्थाहरू, कुलीन आठ व्यक्तिहरू र एउटा संस्था विरुद्ध केन्द्रित हुनेछ। बेलाइती विदेशमन्त्री क्लिभरलीले यो प्रतिबन्धले रुसी राष्ट्रपति भ्लादिर पुटिनलाई थप आर्थिक दवाब पर्ने



बताउँनु भएको छ । “यी नयाँ प्रतिबन्धहरूले पुटिनमाथिको आर्थिक दवाबलाई थप बलियो बनाउँने छ । युक्रेनलाई विजयी बनाउन मद्दत गर्न र रुसलाई कमजोर पार्न म दृढ छु । यी कुराहरू

हाम्रो कानूनसँग मेल खान्छन्।” उहाँले भन्नुभयो । यो लागू प्रतिबन्ध सीएसटी, ड्रोन निर्माता, आरटी-कम्प्लेक्ट, द्वन्द्वमा प्रयोग हुने हेलिकप्टरका पार्टपुर्जाहरू बनाउँने कम्पनी र अन्य सैन्य उपकरणहरूको ढुवानीव्यवस्थापन

गर्ने ओबोरोनोलोर्जिस्ट्रि, एन्टी-एयरक्राफ्ट मिसाइल निर्माणसँग सम्बन्धित छ । त्यसैगरी सैन्य उड्डयनमा संलग्न सफ्टवेयर कम्पनी टोपाज लगायतलाई पनि बेलाइतले प्रतिबन्ध लगाएको छ । यसका अतिरिक्त कुलीन

उजबेकिस्तानबाट अफगानिस्तालाई मानवीय सहायता प्राप्त

काबुल, २६ माघ, राजनीतिकरूपले सङ्कटग्रस्त अफगान जनताको जीवन सहजयापन बनाउनका लागि उज्बेकिस्तान सरकारको सहयोगमा शरणार्थीका लागि संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय उच्चायुक्तले हिउँद सहायता प्याकेज पठाएको छ । अत्यधिक चिसोले प्रताडित अफगानिस्तानमा सो सहायताले केही सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । कडा चिसो जाडोमा जबरजस्ती विस्थापित भएका र अन्य जोखिममा परेका हजारौँ अफगानीहरूको जीवनयापन बचाउन विभिन्न मानवीय संस्थाले ४८ हजार भन्दा बढी कम्बलसहितका १२ ट्रक अफगानिस्तान पठाएको खामा प्रेसले बुधबार उल्लेख गरेको छ । बुधवार संयुक्त राष्ट्रसंघ शरणार्थी

एजेन्सीले उज्बेकिस्तान सरकारको समर्थनमा अफगानिस्तानका लागि शीतकालीन सहायताको विस्तृत विवरण सार्वजनिक गरेको थियो । उच्चायुक्तले उजबेकिस्तान सरकारसँगको समन्वयमा अफगान जनताको लागि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण सहयोगका रूपमा जीवन बचाउने मानवीय सहायता जारी राख्न सबै प्रयासहरू गरिरहेको बताएको छ । विशेषतः यो चिसो जाडोमा उज्बेक सरकार र स्थानीय साभेदारहरूको समयोगका लागि युनएचसिआरले विशेष धन्यवाद व्यक्त गरेको छ । अफगानिस्तानका महिला, बालबालिका लगायत पीडित जनताका लागि अत्यावश्यक आवश्यकताहरू पूरा गर्न तत्काल सहयोग गर्नुपर्ने, “ खामा प्रेसले वरिष्ठ सम्पर्क अधिकारी फ्रान्क रेमसलाई

उद्धृत गर्दै जनाएको छ । विज्ञप्तिअनुसार अफगानिस्तानका लागि शीतकालीन सहायता आपूर्तिमा स्लीपिङ म्याट, त्रिपाल, हेभी ड्युटी बाल्टिन, कम्बल, स्टेनलेस स्टिल किचन सेट, जेरी क्यान र पोर्टेबल सौर्य एलईडी बत्तीहरू लगायतका सामग्री समावेश छन्। हाल अफगानिस्तानको कुल तीन करोड ८० लाख जनसंख्याको लगभग ५० प्रतिशतलाई सहायता र शीतकालीन सहयोगको सख्त आवश्यकता देखिन्छ । मुलुकमा फण्डे ४० लाख बालबालिका गम्भीर कुपोषणबाट ग्रस्त रहेको पनि तथ्याङ्कले देखाएको छ। टोलो समाचारले भर्खै उल्लेख गरेअनुसार यहाँको तापमानमा आएको अचानक गिरावटले मानिसहरूलाई नराम्ररी प्रभावित गरेको छ । (रासस-एएनआई)

युक्रेनका राष्ट्रपति फ्रान्समा

पेरिस, २६ माघ युक्रेनका राष्ट्रपति अकस्मात फ्रान्सको भ्रमणमा पुगुभएको छ । युक्रेनका राष्ट्रपति भोलोदिमिर जेलिन्स्कीले फ्रान्सको भ्रमण गर्ने कार्यक्रम पहिले नै तय नभएको भए पनि उहाँ बुधबार अकस्मात फ्रान्स पुगुनुभएको बताइएको छ ।संयुक्त अधिराज्यको भ्रमणपछि उहाँ अकस्मात पेरिस पुगुनुभएको युक्रेनी राष्ट्रपतिको कार्यालयले बुधबार जारी गरेको एक सूचनामा जनाएको छ । राष्ट्रपति जेलिन्स्कीले बुधबार नै फ्रान्सेली राष्ट्रपति इमानुअल म्याक्रोँसँग भेटवार्ता पनि गर्नुभएको छ । त्यसैगरी उहाँले जर्मन चान्स्लर ओलाफ स्कल्ससँग पनि पेरिसमा नै भेटवार्ता गर्नुभएको थियो । उहाँहरूका बीचमा बुधबार त्रिपक्षीय वार्ता भएको सो समाचारमा जनाइएको छ । त्यसैगरी उहाँहरू तिनैजना बुधबार राति रात्रिभोजमा पनि सहभागी हुनुभएको



बताइएको छ । त्यस अवसरमा युक्रेनका राष्ट्रपति जेलिन्स्कीले युक्रेनको हालको अवस्थाका बारेमा जानकारी गराउनुभएको थियो ।सो जानकारी पछि गएको वर्षदिनेदेखि रुसले आक्रमण गरी समस्यामा परेको युक्रेनका लागि के कस्तो सहयोग पुर्याउन सकिन्छ भन्ने बारेमा पनि कुराकानी भएको बताइएको छ । गत वर्ष रुसले युक्रेनमाथि हमला गरेपछि फ्रान्स र जर्मनीले नै युक्रेनको पक्षमा उभिएका

मात्र नभएर आर्थिक तथा सुरक्षा सम्बन्धी युक्रेनलाई सहयोग गर्दै आएका छन् । उहाँहरूका बीचमा बिहीबार पनि ब्रसेल्समा युरोपियन काउन्सिलको बैठकमा भेटवार्ता हुने बताइएको छ । सो बैठकमा युरोपियन युनियनका सदस्यहरू उपस्थित हुने र युक्रेनलाई आगामी दिनमा गर्ने सुरक्षा सहयोगका बारेमा पनि कुराकानी हुने बताइएको छ । (रासस/सिन्हवा)

राजर्षी जनक कप दार्जिलिङलाइ स्तब्ध पार्दै २-१ गोलको अन्तरले सुदुरपश्चिम ११ विजयी



घनश्याम बलम्पाकी सर्लाही,२६ माघ । सर्लाहीको बागमतीमा जारी ७ औँ राजर्षि जनक कप फुटबल प्रतियोगितामा आज (बिहीबार) पाहुना टोली युनाइटेड खर्साङ क्लब दार्जिलिङलाइ २-१ गोलको अन्तरले हराउँदै र सुदुरपश्चिम-११ विजयी भएका छन् । खेलको निर्धारित समयमा दुबै टोलीले १/१ गोल गरी खेल बराबरीमा टुंगिएपछि थप २० मिनेटको समयमा थप १ गोल गरी सुदुरपश्चिम २-१ गोलको अन्तरले बिजयी यात्रा सुरु गरेको हो । योसँगै सुदुरपश्चिम ११ दोस्रो चरणको खेलमा प्रवेश गरेको छ । जारी प्रतियोगितामा भएको निर्धारित समयको खेलको

३८ औँ मिनेटमा दार्जिलिङका जर्सिनम्बर ७ का नयन प्रधानले गोल गर्दै टिमलाइ अग्रता दिलाएको दुइ मिनेट नबित्दै ४० औँ मिनेटमा सुदुरपश्चिमका जर्सि नम्बर ९ का भरत टमाटाले गोल गर्दै खेललाइ बराबरीमा ल्याएका थिए । थप २० मिनेटको समयमा सातौ मिनेटमा सुदुरपश्चिम फागुराम थारूको डिबक्स नजिकैबाटको प्रहारले जाली चुमेको थियो । यही गोल सुदुरपश्चिमको लागि जितको निर्णयक गोल भएको छ । आजको खेलको म्यान अफ दि म्याच सुदुका फगुराम थारु घोषित भए । उनले १० हजार र्षियाँ नगर पुरस्कार पाए । यसैवच प्रतियोगिता अन्तरगत भोली शुक्रवार बिभागिय टोली

नेपाल प्रहरी र सिमरा यूथ क्लव सिमरा मैदानमा उत्रने आयोजक बागमती युवा क्लवका अध्यक्ष किस्मत मैनालीले जानकारी दिए । बागमाती नगरपालिका-११ कर्मैयास्थित स्वर्गीय सन्तोष श्रेष्ठ स्मृती खेल मैदानमा जारी प्रतियोगितामा एक विदेशी क्लब सहित १२ वटा टिम सहभागि प्रतियोगिताका विजेताले नगद १० लाख सहित प्रथम उपाधी प्राप्त गर्नेछ भने उपविजेताले ५ लाख र्षैयाप्राप्त गर्नेछ ‘मधेशा प्रदेशको शान, राजा जनक प्रतिको सम्मान’ भन्ने नारा सहित सुरु भएको प्रतियोगिताको आगामी फागुन ७ गते फाईनल खेल हुने आयोजक बागमती क्लबका अध्यक्ष मैनालीले जानकारी दिए ।

टर्की र सिरियामा भूकम्पमा परी मृत्यु हुने १५ हजार भन्दा बढी

अंकारा, दमासकास, २६ माघ टर्कीए र सिरियाको सीमा क्षेत्रमा गएको विनाशकारी भूकम्पमा परी मृत्यु हुनेको सं्या १५ हजार नाघेको अधिकारीहरूले जनाएका छन् । बिहीबार बिहानसम्मको प्राप्त तथ्याङ्क अनुसार सो भूकम्पमा परेर ज्यान जानेको सं्या दुवै देशमा गरेर १५ हजार तीन सय ८३ पुगेको छ ।

दुबै देशका सरकारी अधिकारी तथा उद्धारकर्मीले बिहीबार बिहान सार्वजनिक गरेको तथ्याङ्कमा सो जानकारी दिइएको समाचारमा जनाइएको छ । बिहीबार बिहानसम्म टर्कीएमा भूकम्पबाट ज्यान जाने नागरिक १२ हजार तीन सय ९१ जना पुगेका छन् । टर्कीएको बिपत व्यवस्थापन विभागलाई उद्धृत गर्दै सो समाचार दिइएको छ । त्यस भूकम्पबाट टर्कीका धेरैको मृत्यु भएको बताइएको छ । टर्कीएका राष्ट्रपतिको कार्यालय स्रोतका अनुसार टर्कीएमा भूकम्पमा परी १२ हजार तीन सय ९१ जनाको मृत्यु भएको छ । यसअघि टर्कीको विपद् व्यवस्थापन निकायले ४४ हजारभन्दा बढी मानिस घाइते भएको जनाएको थियो । घाइते भएकाहरू अस्पताल पुर्याइएको छ र अस्पतालमा नै मानिसहरूको निधन भएका समाचारहरू आइरहेका छन् । उता सिरियामा पनि सो भूकम्पमा परी बिहीबारसम्म ज्यान जाने व्यक्तिको सं-्या एक हजार दुई सय नाघेको छ । त्यहाँ दुई हजार जनाभन्दा बढी व्यक्ति घाइते भएका छन् । टर्कीको दक्षिणी प्रान्त कहरामनमारसमा स्थानीय समयअनुसार सोमबार बिहान ४:१७ बजे ७।७ म्याग्निच्यूडको भूकम्प गएको थियो भने त्यसको

केही मिनेटपछि देशको दक्षिणी प्रान्त गाजियान्टेपमा ६।४ म्याग्निच्यूडको भूकम्प गएको थियो । त्यस्तै सोही दिन दिउँसो १:२४ मा ७।६ म्याग्निच्यूडको भूकम्प गएको थियो । टर्कीए र सिरियामा सोमबार गएका दुई ठूला र घातक भूकम्पको केन्द्रबिन्दु रहेको कहरमानमारसमा उद्धारकर्मीहरू

जीवित व्यक्तिहरूको खोजीका लागि जुटेका छन् । धेरै देश र विश्वव्यापी सहायता एजेन्सीहरूले भूकम्प प्रभावित क्षेत्रहरूमा उद्धार टोली र राहत सामग्रीहरू प्रदान गरिरहेका छन् । यसै क्रममा चिनियाँ उद्धार टोली पनि चार्टर्ड विमानबाट टर्कीको भूकम्प प्रभावित क्षेत्रमा उद्धार कार्यमा सहयोग गर्न बुधबार

अदाना विमानस्थलमा आइपुगेको छ । उता अमेरिकी अधिकारीहरूले पनि उद्धारको कामका लागि अमेरिकी टोली पठाइएको बताएकमा छन् । संयुक्त राष्ट्रसङ्घले पनि विभिन्न सहायता एजेन्सी पठाएर सहयोग गरिरहेको जनाएको छ । रासस/सिन्हवा

जाडोमा लिनुपर्ने सावधानीहरू

पानी प्रशस्त पिउने

शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त नभएमा चिसोले गर्दा रगत गाबल्छ। दुबै जोखिम कम हुन्छ ।

Warm Up गर्ने

शारीरिक व्यायाम सुरु गर्नु भन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने अभि व्यायाम सुरु गर्ने ।

हिंडाङको गति कम गर्ने

चिसोमा गर्नुमा जोखिम घटाउन हिंडाङको रिपट कम गरेर हिंडाङको अवधि बढाउनु सुरक्षित उपाय हुन्छ ।

मदिरा र द्युरोट सेवन नगर्ने

जाडो महिनामा गर्नुमा हुने असरलाई मदिरा तथा द्युरोटको सेवनले बढाउँछ। यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।

चिसो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।

सुगर प्रेसर कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण

जाडो महिनामा प्रेसर, सुगर र कोलेस्ट्रॉलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।

धेरै चिल्लो खानेकुरा नखाने

जाडोमा कोलेस्ट्रॉल बढ्ने हुनाले धेरै चिल्लो फ्राई, पाटी, गो.जको बेलाखाना सक्कल हुनु पर्दछ ।

चिसोमा हिंडा खाती दुख्नु

गुट रोक्नको प्रमुख लक्षण Angina चिसोमा बढि देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरुरी हुन्छ ।

आवधिको नियमित प्रयोग

गुट रोक्न प्रेसर, सुगर कोलेस्ट्रॉल आदिको औषधि बढ्दाईकम नियमित खानु पर्छ ।

व्यायामको बेलामा चिसोबाट सुरक्षा

यसको लागि पर्याप्त लामा लगाएर विशेष गरेर टाउको, कान, हात छोपेर हिंडनु पर्छ ।

बढिवास्त नवस्थानाजिका सहोत्तरी, मधेश प्रदेश

उच्च अदालत जनकपुरको अस्थायी इजलाश

वीरगंजमा सातसय बढि मुद्दा फरछ्योट

सुरक्षाकर्मीको ज्यादती विरुद्ध

संघद्वारा रौतहटका बजार बन्द

मधेशदृष्टि
वीरगंज, २६ माघ ।
उच्च अदालत जनकपुरको अस्थायी इजलास वीरगंजमा हाल सम्म ७ सय ८० मुद्दाको फर्छ्योट भई किनारा लागेको छ ।
अदालतमा हाल सम्म ४ हजार ५ सय ५० मुद्दा तथा रिट दायर भएकोमा ७ सय ८० वटा फर्छ्योट भएको र ३ हजार ७ सय ७० वटा मुद्दा अझै फर्छ्योट तथा किनारा लाग्न बाँकी रहेको अदालतका मुख्य न्यायाधिश अच्युत प्रसाद भण्डारीले जानकारी दिएका छन ।
उच्च अदालत जनकपुरको अस्थायी इजलास वीरगंजद्वारा विहिवार आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा न्यायधिश भण्डारीले देवानी मुद्दा १ हजार ५ सय ६८, व्यक्तिकादी फौजदारी ४ सय २८, सरकारवादी फौजदारी ९ सय ९३, बन्दीप्रत्यक्षिकरण १२, परमादेश २ सय ९४, अधिकार पृक्षा १, उत्प्रेषण २ सय ४० र निषेधाज्ञा ६ सय ४२ वटा मुद्दा दर्ता भएकोमा देवानी २ सय ५४, व्यक्तिकादी फौजदारी

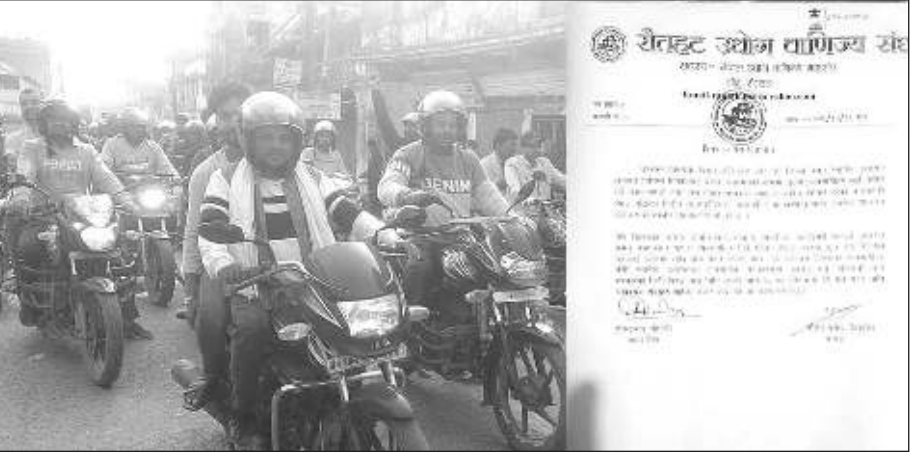


६०, सरकारवादी फौजदारी २ सय ६, बन्दीप्रत्यक्षिकरण ११, परमादेश ४०, अधिकारपृक्षा १, उत्प्रेषण ४७, निषेधाज्ञा १ सय २६ गरी ७ सय ८० वटा मुद्दा फर्छ्योट भएको जानकारी दिए ।
उच्च अदालत जनकपुरको अस्थायी इजलास वीरगंजमा हाल सम्म अभिलेखमा दर्ता भएका छिनुवा मुद्दाको संख्या ५६ हजार ५ सय ९६ थान रहेको समेत न्यायधिश

भण्डारीले जानकारी दिनुभयो ।
पत्रकार सम्मेलनमा न्यायधिश भण्डारीले न्यायको सच्चा परहेदार संचारकर्मी तथा संचारमाध्यम भएको बताउँदै अदालतको सेवालाई सर्वसुलभ, पारदर्शी बनाउने अभियानमा आफूहरू जुटेको खुलासा गरे ।
उन्ले अदालतले गर्ने मुद्दाको छिनोफानोलाई पारदर्शी बनाउनकै लागि सुशासनका

पहरेदार संचारकर्मीहरूसँग साक्षात्कार गरिएको बताउँदै अदालतका क्रियाकलाप र आदेश अभ्र पारदर्शी र स्पष्ट होस भन्नका लागि आगामी दिनमा संचारकर्मी र न्यायधिश विचको अन्तरक्रियालाई सशक्त रुपमा अगाडी बढाउने प्रतिबद्धता समेत व्यक्त गरे ।
उन्ले हाल उच्च अदालतको अस्थायी इजलासको आफ्नो भवन नभई वीरगंज चिनी

कारखानाको भवनमा रहेको हाल अदालतको नाममा चिनी कारखानाकै २ विगाहा जग्गा प्राप्त भई त्यसमा पर्खाल लगाउने काम भई रहेको जानकारी दिए ।
उन्ले हाल अदालतको भवन साधुरो र अप्रयाप्त भई कार्य सम्पादनमा कठिनाई भई रहेको हुँदा तत्काल नयाँ भवन निर्माण गर्नु पर्ने आवश्यकता रहेको बताउँदै न्यायधिशहरूका लागि छुट्टै चेम्बर नहुँदा मुद्दाहरूको फैसला गर्न अत्यन्त कठिन हुने गरेको दुखेसो व्यक्त गरे ।
उच्च अदालत जनकपुरको अस्थायी इजलास वीरगंजमा हाल १५ जना न्यायधिशको दरबन्दी रहेपनि अहिले ७ जना मात्रै कार्यरत रहेको हुँदा मुद्दा फर्छ्योटमा समेत यसको प्रभाव परेको गुनासो गरेका थिए ।
पत्रकार सम्मेलनमा उच्च अदालत जनकपुरको अस्थायी इजलास वीरगंजका न्यायधिश लेखनाथ पौडेल, गणेश प्रसाद वराल, सुदर्शनदेव भट्ट, शान्ता सेढाई सापकोटा, राजेश कुमार काफ्ले रजिष्ट्रार मदनराज भट्टराई लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।



विकास अग्रवाल
रौतहट, २७ माघ । स्थानीय प्रहरी प्रशासन विरुद्ध बिहिवार देखि रौतहट उद्योग वाणिज्य संघले जिल्लाका सम्पूर्ण बजार बन्द गराएको छ ।
विगत एक साता देखि प्रहरी प्रशासनले अनुगमनको नाममा उद्योगी व्यवसायीहरूलाई त्रसित बनाउँदै छापामारी गर्ने कार्य गर्दै आएको विरोधमा संघले चार दिनका लागि अति आवश्यक सेवा बाहेक बजार बन्द गराएको हो ।
भारतबाट पैठारी गरी गौर भन्सार कार्यालयमा ल्याएको खाद्यान्नको परीक्षण गरी छोडपुर्जी दिने प्लान्ट क्वारेन्टिन नहुँदा व्यवसायीहरू पीडित रहेको अवस्थामा सुरक्षाकर्मीले अनुगमनको नाममा

छापामारी पसल सिल गर्ने गरेकोले बाध्य भएर आन्दोलनमा उत्रनु परेको रौतहट उद्योग वाणिज्य संघका महासचिव रविन्द्रनाथ गोपालीले बताए ।
सीमावर्ती भारतबाट ल्याउने खाद्यान्नलाई नजराना बुझेर गौर भन्सारमा खटिएका सुरक्षाकर्मीले छोड्ने तथा पसलसम्म आएको समानलाई अनुगमनको नाममा पक्राउ गर्ने दोहरो चरित्रको विरोधमा आन्दोलन गरिएको महासचिव गोपालीले जानकारी दिए ।
संघको कार्यालयमा बसेको उद्योगी व्यवसायीहरूको बैठकले व्यापार व्यवसाय गर्न सहज नभएकोले सुरक्षाकर्मी विरुद्ध आन्दोलन गर्ने सहमति भएपछि बाध्य भएर सडक आन्दोलनमा उत्रेको उनको भनाई थियो ।

नेपाल सरकारले ल्याएको आर्थिक नितीले गरेको अव्यवहारिक ब्याज वृद्धिबाट व्यवसायीहरू पीडित रहकै बेला सुरक्षाकर्मीले गरिएको यस्तो व्यवहारबाट व्यवसायीहरूको ठहर रहेको छ ।
यसैबिच रौतहट उद्योग वाणिज्य संघले अर्को निर्णय नहुनजेलसम्म माघ २९ गतेसम्मका लागि अति आवश्यक सेवा बाहेक सम्पूर्ण बजार बन्द गर्ने विज्ञप्ती जारी गरेको छ ।
संघमा बसेको व्यवसायीहरूको बैठकले सुरक्षाकर्मीको ज्यादती विरुद्ध मोटरसाइकल रयाली गर्दै सदरमुकाम गौरका सम्पूर्ण पसलहरू बन्द गराएका थिए ।

१८ लाख नेपाली

रुपैया सहित दुई पक्राउ



मधेशदृष्टि
वीरगंज, २६ माघ ।
सशस्त्र प्रहरीले हेलमेटभित्र लुकाई छिपाई ल्याउँदै गरेको १८ लाख नेपाली रुपैयाँ र २ हजार भारतीय रुपैयाँसहित दुईजनालाई नियन्त्रणमा लिएको छ ।
सशस्त्र प्रहरीले पर्सा जिल्लाको बीरगंज महानगरपालिका १६ स्थित वीरगंज रक्सौल सडकखण्डबाट भारत घर बताउने २६ वर्षिय राकेश कुमार र २७ वर्षिय प्रसर्जित कुमारलाई नियन्त्रणमा लिएको छ ।
सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल नम्बर १३ गण पर्साबाट सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक सुमन थपलिया कमाण्डको

खटेको टोलीले भारतीय नम्बर प्लेटको दुई वटा मोटरसाईकलमा नेपालतर्फ आउँदै गरेका राकेश कुमारको हेलमेटभित्र ९ लाख र प्रसर्जित कुमारको हेलमेटभित्र ९ लाख नेपाली रुपैयाँ तथा प्रतिबन्धित ५ सय दरको ४ थान भारतीय रुपैयाँ समेत फेला परेका थियो ।
फेला पारिएको नेपाली रुपैयाँको श्रोत खुलाउन नसकेपछि उनीहरूलाई नियन्त्रणमा लिईएको हो ।
पक्राउ परेका दुवै जनालाई नियन्त्रणमा लिएको छ ।
सशस्त्र प्रहरी आवश्यक कारवाहीको लागि जिल्ला प्रहरी कार्यालय पर्सामा बुझाईएको छ ।

बिल बिजक भन्दा बढि लोड

रहेको ट्रक नियन्त्रणमा

मधेशदृष्टि
वीरगंज, २६ माघ ।
बिल बिजक भन्दा बढी विभिन्न किसिमका लताकपडाहरू लोड रहेको दुई वटा ट्रक पर्सा प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ ।
वीरगञ्जबाट काठमाण्डौ तर्फ ना.६ ख ४००६ र ना.६ ख ४६०८ नम्बरको मालवाहक ट्रकमा बिल बिजक भन्दा बढी विभिन्न

किसिमका लताकपडाहरू लगायतका मालबस्तु रहेको सुचनाको आधारमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय पर्साबाट खटिएको प्रहरी टोलीले बुधवार साँझ वीरगञ्ज महानगरपालिका वडा नम्बर २५ चण्डालचोक स्थित सडक खण्डमा ट्रक रोकेर चेकजाँच गरेको थियो ।
सो क्रममा सिलबन्दी समेत

नरहेको अवस्थामा विल बिजक समेत शंकास्पद देखिएपछि ट्रक सहित सामानको मुल्यांकन ३६ लाख ८८ हजार ९१ रुपैया गरि थप अनुसन्धानका लागि विहिवार राजश्व अनुसन्धान कार्यालय पथलैया, बारामा बुझाइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय पर्साका प्रवक्ता एवं डिएसपी दिपक गिरिले जानकारी दिएका छन ।



छुरा प्रहार गरी १५

लाख लुट्ने पक्राउ

मधेशदृष्टि
वीरगंज, २६ माघ ।
रक्सौलमा छुरा प्रहार गरि १५ लाख लुटेर फरार भएका दुई अभियुक्तलाई मुज्जफरपुर प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।
रक्सौल रेलवे स्टेसनबाट ५०० मिटर टाढा रहेको पचपाकडी प्रहरी चौकी ढाकाका धीरज कुमारलाई अज्ञात अपराधीहरूले बुधवार बिहान गोली र छुरा प्रहार गरी १५ लाख रुपैयाँ लुटेका थिए ।
घाइते धिरजलाई उपचारका लागि एसआरपी अस्पताल लगिएको थियो ।
उक्त घटनाको जानकारी पाएलगत्तै रेलवे प्रहरी प्रधान कार्यालय-२

मुजफ्फरपुर क्याम्प बेतियाका प्रहरी नायब उपरीक्षक पंकज कुमारको नेतृत्वमा क्याुआरटी गठन गरी सघन छापामारे लुटिएको रकम र सामान बरामद गरेको २४ घण्टाभित्र २ जना अभियुक्तलाई पक्राउ गरी अनुसन्धान भइरहेको छ ।
छापामार्ने ठाउँबाट नोट गणना गर्ने मेसिन पनि बरामद भएको छ ।
एसआरपी अस्पतालका निर्देशक सह प्रमुख चिकित्सक डा सुजित कुमारले घाइतेलाई अहिले अक्सिजन सप्लेटमा राखिएको र अवस्था स्थिर रहेको जनाएको छ ।

मधेशदृष्टि
वीरगंज, २६ माघ ।
शहर देखी गाउँसम्म रहेको साहु महाजनहरूको ऋण आतंकले व्यापारी देखी गाउँमा बसोबास गर्ने सर्वसाधारण निमुखा जनताहरू पनि नराप्रोसँग प्रभावित भएका छन ।
विगतका साहु महाजन अहिलेको मिटर व्याजीको रुपमा चिनिन्छन ।
उनहरूकै कारण सयौ व्यापारी देखी सर्वसाधारणहरूको विचल्ली भएको छ ।
जिल्ला प्रहरी कार्यालय पर्सामा अहिले आर्थिक लाभको कारण अनाहकमा अधिकांश ऋणीमाथी धमाधाम मुद्दा दर्ता भएका छन ।
मिटर व्याजीको दवावमा प्रहरी कार्यालयमा मुद्दा दर्ता हुन थालेपछि अहिले सयौजना पिडितहरू धमाधम फरार हुन थालेका छन ।
पर्सामा ऋण लिदा वा दिदा नियमत धरोटी वापत मिटर व्याजीहरूलाई तिनगुणाको कपाली तम्सुक सगै आन्तरिक



रुपमा खाली चेक लिनेदिने प्रवधान रहेको छ ।
तोकिएको समयमा साहुले रकम नपाएपछि उनीहरूले खाली चेकमा आफु खुशी रकम भरी चेकलाई वाउन्स गराई पर्सा प्रहरीमा लिएर जाने र आर्थिक चलखेलमा मुद्दा दर्ता हुने गरेको पिडितहरूले गुनासो गरेका छन ।
घटनाको अनुसन्धान नै नगरी मुद्दा दर्ता गर्ने प्रक्रियाले सर्वसाधारण मर्कामा परेको पिडितहरूको गुनासो छ ।
साहु वा मिटर व्याजीहरूले आफु खुशी रकम भरी चेक वाउन्स गराउदा सो वापतको रकम ऋणीलाई

कहाबाट कसरी दिईयो भन्ने सम्बन्धमा खोजीनिती गरि दिन पिडितहरूले प्रहरीलाई आग्रह गरेका छन ।
प्रमाण जुटाएर मुद्दा दर्ता गर्न नेपाल प्रहरीलाई कानुनले अधिकार दिएको छ ।
तर प्रहरीले बैकमा पैसा छैन,भन्दै वाउन्स गरेपछि सोही आधारमा मुद्दा दर्ता गर्नु न्यायोचित नभएको पिडितहरूको गुनासो छ ।
पिडित परिवारजनका अनुसार प्रहरीले बिना कारण घरमुलीको नाममा मुद्दा दर्ता गरेसँगै अहिले पुरै परिवार विचल्ली हुने अवस्थामा पुगेको गुनासो उनिहरूको छ ।

मधेशदृष्टि
वीरगंज, २६ माघ ।
चालु आर्थिक वर्ष २०७९/८० को छ महिनाको अवधिमा पर्सामा सात हजार नौ सय ४१ करदाता थपिएका छन् ।
आन्तरिक राजस्व कार्यालय वीरगञ्जका अनुसार चालु आवको साउनदेखि पुस मसान्तसम्ममा प्यानतर्फ पाँच हजार पाँच सय ९२, आयकरतर्फ एक हजार छ सय ७४, मूल्य अभिवृद्धि करतर्फ पाँच सय २२ तथा अन्तःशुल्कतर्फ एक सय ३३ करदाता थपिएका छन् ।
योसँगै पर्सामा करदाताको सर््या एक लाख २४ हजार तीन सय



पाँच पुगेको आन्तरिक राजस्व कार्यालयका सूचना अधिकारी तथा कर अधिकृत सञ्जय सरदार क्षेत्रीले जानकारी दिए ।
पर्सामा प्यानतर्फ सबैभन्दा बढी ७९

हजार २३, आयकरतर्फ ४० हजार चार सय १०, मूल्य अभिवृद्धि करतर्फ १० हजार एक सय ३६ तथा अन्तःशुल्कतर्फ एक हजार नौ सय ५१ करदाता रहेका छन् ।

जाडोमा लिनुपर्ने सातधानीहरू

पानी प्रशस्त पिउने

शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त नभएमा पित्तले गर्दा रगत बाक्लो हुने जोखिम कम हुन्छ ।

Warm Up गर्ने

साथैरिक्त व्यायाम सुरु गर्नु नभन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने अबि व्यायाम सुरु गर्नु ।

हिंडाङ्को गति कम गर्ने

चिसोमा नुट्टामा जोखिम घटाउन हिंडाङ्को रिपड कम गरेर हिंडाङ्को अवधि बढाउन सुरक्षित उपाय हुन्छ ।

मदिरा र वुरोट सेवन नगर्ने

जाडो महिनामा नुट्टामा हुने असरलाई मदिरा तथा धुम्रपानले कम बढाउने हुनाले यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।

चिसो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।

सुगर प्रेसर कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण

विशो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।

सुगर प्रेसर कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण

घरे विल्लो सानेकुरा नसाने

जाडोमा कोलेस्ट्रॉल बढ्ने हुनाले घरे विल्लो फ्रान्डी घाटी नौजको बेलाका सतर्क हुनु पर्दछ ।

औषधिको नियमित प्रयोग

मुटुरोमा प्रेसर सुगर कोलेस्ट्रॉल आदिको औषधि नुट्टाईकन नियमित सान्नु पर्छ ।

विशोमा हिड्दा छाती दुख्नु

मुटु रोक्को प्रमुख लक्षण Angina चिसोमा नदि देखिबन् र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरुरी हुन्छ ।

त्ययामको बेलामा चिसोबाट सुरक्षा

यसको लागि पर्याप्त लामा लगाएर विशेष गरेर टाउको काब हात छोपेर हिड्नु पर्छ ।

गौशाला नगरपालिका महोत्तरी, मधेश प्रदेश

मधेश प्रदेश प्रकाशन समूहद्वारा प्रकाशित तथा मुक्ति वीरगंज महानगरपालिका-१५, दर्ता नं- ३११-०७९/८०, सम्पर्क ९८५४०२९८९, कार्यालय : जनकपुरधाम उ.म.न.पा. वडा नं-२, कदमचौक (नेपाल), E-Mail:madheshdristi@gmail.com, अध्यक्ष : ध्रुव साह, प्रधान सम्पादक : विजयमणि पोखरेल

●●●