गर्मी मौसममा सङ्क्रामक रोगबाट बचौं र बचाऔं ।
- गर्मी मौसममा मलेरिया, कालाजार, डेङ्गु, हैजालगायतका विभिन्न सङ्क्रामक रोगहरू फैलिन सक्छन्,
- सङ्क्रामक रोग फैलाउने झिँगा, लामखुट्टे, भुसुना आदिको नियन्त्रण गरौं,
- सङ्क्रामक रोगबाट बच्न शुद्ध र उमालेको पानी पिऔं,
- बासी तथा सडेगलेका खाना नखाऔं,
- घरभित्र र वरपरको सरसफाइमा ध्यान दिऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY

प्रतीक

दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

eprateekdaily .com

जनहितमा जारी सन्देश
- हावाहुरीबाट बच्न घरको संरचना बलियो बनाऔं,
- हावाहुरी चल्न थालेपछि झ्याल–ढोका बन्द गरौं,
- छतका गमला सुरक्षितरूपमा राखौं,
- जस्तापातालगायतका वस्तुहरू खुला नछाडौं,
- सवारीसाधनमा रहँदा हावाहुरी चलेमा सवारीसाधन रोकेर सुरक्षित स्थानमा बसौं,
- हावाहुरीबाट हुने क्षति कम गर्न पूर्वतयारी एवं सतर्कता अपनाऔं ।

वीरगंज महानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

❖ वर्ष ३७ ❖ २०८१ वैशाख २६ गते बुधवार // मृत भस्म नबन्दैमा भिल्को भैकन बल्नुछ // 2024 May 08 Wednesday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क २४५

जगरनाथपुरका विकासप्रेमी वडाध्यक्ष

राधेश्याम पटेल, परवानीपुर, २५ वैशाख/

पर्साको दुर्गम र अविकसित पालिकाको रूपमा रहेको जगरनाथपुर गाउँपालिका थियो तर पछिल्लो केही वर्षमा पालिकाको शिक्षा, स्वास्थ्य, भौतिक पूर्वाधारलगायत क्षेत्रमा स्तरोन्नति हुन थालेको छ ।

वडाध्यक्ष सुभाष यादव । तस्वीरः प्रतीक

राष्ट्रिय प्रकृति स्रोत एवं वित्त आयोगको गत वर्षको कार्यसम्पादन मूल्याङ्कनमा पर्सामा यो पालिकाले चौथो स्थान हासिल गरेको छ ।

सोही पालिकाको वडा नं ३ का अध्यक्ष हुन्, सुभाषप्रसाद यादव । जगरनाथपुर गापा–३ गढैयाका यादव ३१ वर्षीय युवा जनप्रतिनिधि हुन् । २३ महीना अगाडि नेपाली काङ्ग्रेसबाट वडाध्यक्षमा चुनाव जितेका यादव कक्षा १२ उत्तीर्ण छन् । उनले वार्षिकरूपमा करोडौंको बजेट विकास निर्माणमा खर्च गरिरहेका छन् ।

पालिकाबाट पाइने वडास्तरीय बजेट, प्रदेश र सङ्घ सरकारबाट गरी वार्षिक तीन/चार करोड रुपैयाँको बजेट आफ्नै वडामा खर्च गरेर विकासको गति तीव्र बनाएको उनको भनाइ छ । उनी निर्वाचित भएपछि पहिलो प्राथमिकतामा शिक्षा, स्वास्थ्य, बाटोघाटो, पूर्वाधार, भौतिक संरचनालगायतमा योजना बनाइ काम शुरू गरेका थिए । उनको वडामा श्री बाबा आवि गढैयामा राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रम अन्तर्गत रु २५ लाखमा पर्खाल निर्माण, ४५ लाखमा चार कोठे भवन निर्माण, २० लाखमा अधूरो भवनको काम पूरा, १० लाखमा तीन कोठे भवन, नेराप्रावि जमुनियामा २० लाखमा भवन निर्माणलगायत काम गरिसकेका छन् ।

त्यसैगरी, वडाको जमुनिया गाउँको छठघाट, पोखरी सौन्दर्यीकरण, सडक, नाला, वडा कार्यालय भवन, बर्थिङ सेन्टरसहितको स्वास्थ्य चौकी भवनलगायतका विकास निर्माण कार्य अघि बढाएको उनले बताए ।

तत्कालीन गाविस अध्यक्ष शङ्करप्रसाद यादवका छोरा सुभाषले वडाध्यक्षको जिम्मेवारी सम्हालेपछि आफूले विकासमा कुनै कञ्जुस्याइँ नगरेको बताए । उनको वडाका जमुनिया, गढैया, थलुचडी, गढगोलगायत पाँचवटा गाउँमा सडक स्तरोन्नति गरेको र केही भित्री गल्लीमा सडक निर्माण गर्न बाँकी रहेको उनले बताए ।

गढैया आविमा भौतिक संरचना निर्माण भएपछि त्यस वरपरका आधा दर्जन बालबालिकालाई शिक्षा हासिल गर्न सहज भएको उनको भनाइ छ । विकास निर्माणको कामबाट अहिलेसम्म गाउँले र प्रतिपक्षले कुनै टीकाटिप्पणी नगरेकाले आफू निर्धक्क भएर सही दिशामा हिंडेको उनको बुझाइ छ ।

ठोरीमा जङ्गल सफारी शुरू

प्रस, ठोरी, २५ वैशाख/

ठोरीमा जङ्गल सफारी प्रारम्भ भएको छ । ठोरी–२ मा रहेको जङ्गल रिसोर्टबाट जङ्गल सफारी शुभारम्भ गरिएको हो । ठोरी गापा–२ का अध्यक्ष अमृतकृष्ण सापकोटाको आतिथ्यमा निर्मल ठोरी मध्यवर्ती समितिका अध्यक्ष बालकुमार बस्नेत नेतृत्वको टोलीले जङ्गल सफारीको परीक्षण गरेको थियो ।

जङ्गल रिसोर्टबाट शुरू भएको सफारी इच्छानगर हुँदै शिकारीवास, बुद्धनगरबाट हुलाकी मार्ग हुँदै जङ्गल रिसोर्टमा आई सम्पन्न भएको थियो ।

जङ्गल सफारी परीक्षणको रूपमा सञ्चालन भएको र केही दिनभित्र कानूनी प्रक्रिया मिलाइ नियमितरूपमा सफारी शुरू गरिने निर्मल ठोरी मध्यवर्ती उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष बस्नेतले जानकारी दिए । जङ्गल सफारी सञ्चालन गर्न सडक मर्मतका लागि समितिबाट रु आठ लाख खर्च गरी कार्य सम्पन्नसमेत गरेको अध्यक्ष बस्नेतले बताए ।

जङ्गल सफारीले ठोरी क्षेत्रमा पर्यटन विकासमा नयाँ आयाम थप्ने, ठोरीको पर्यापर्यटनका लागि थप आकर्षक हुने ठोरी–२ का अध्यक्ष सापकोटाले विश्वास व्यक्त गरे ।

भारतीयहरू र वीरगंजलगायत अन्य स्थानहरूबाट आउने पाहुनाहरूका लागि जङ्गल सफारी अत्यन्त प्रभावकारी हुने, ठोरीको जङ्गलभित्र र बाहिरका बस्तीहरूसमेत यसबाट प्रत्यक्ष लाभान्वित हुने अध्यक्ष बस्नेतले आशा व्यक्त गरे ।

जङ्गल सफारी गर्ने टोलीमा अध्यक्ष बस्नेत, वडाध्यक्ष सापकोटा, नेका ठोरीका सभापति सन्तोष श्रेष्ठ, निर्मल मध्यवर्ती उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष चीनबहादुर श्रेष्ठ, नेकपा एमाले ठोरीका सचिव जोगेन्द्र पौडेल, अमृतधारा होमस्टेका अध्यक्ष यादवराज कुँवर, ठोरी जङ्गल रिसोर्टका सञ्चालक धीरसिंह घिमिरे, रेन्जर दिनेश यादवलगायत सहभागी थिए ।

परीक्षाको अन्तिम दिन विद्यार्थीबीच झडप, एकजना पक्राउ

प्रस, परवानीपुर, २५ वैशाख/

श्रीपुर वडा प्रहरी कार्यालयले एकजना विद्यार्थीलाई नियन्त्रणमा लिएर चेतावनी दिंदै रिहा गरेको छ ।

वीरगंज कलेजमा कक्षा १२ मा अध्ययनरत बारा, कलैया–५ बरेवा बस्ने फैयाज अन्सारीलाई नियन्त्रणमा लिएर रिहा गरेको हो । मङ्गलवार कक्षा १२ को अन्तिम परीक्षा दिएर सेन्ट जेभियर्स मावि केन्द्रमा निस्केपछि बिहान ११:३०

(बाँकी पाँचौं पातामा)

तस्वीरः प्रतीक

सीमामा कडाइ र उत्पादन घटेर
बोइलर कुखुराको मोल निरन्तर बढ्दै

धर्मेन्द्र चौरसिया, पोखरिया, २४ वैशाख/

पर्सा जिल्लामा बोइलर कुखुराको मूल्य आकाशिएको छ । नयाँ वर्ष २०८१ सम्म प्रतिकिलो रु ३६० सम्म बिक्री भएको बोइलर कुखुराको मासु दुई सातादेखि मूल्य बढ्न शुरू भएर अहिले प्रतिकिलो रु ४६० पुगेको छ । बोइलर कुखुराको मासुको मोल बढ्नुको कारण अत्यधिक गर्मीले उत्पादन घट्नु रहेको पर्सा ग्रामीण कुखुरा फार्म व्यवसायी सङ्घका अध्यक्ष देवेन्द्र सिंहले बताए ।

उनले अत्यधिक गर्मी बढेकोले पर्सा जिल्लामा रहेका फार्महरूमा बोइलर कुखुरा उत्पादनका लागि चल्ला पाल्ने कार्य बन्द भएको बताए । फार्ममा पालिएका कुखुराका चल्लाहरूमा गर्मीका कारण विभिन्न प्रकारका रोगहरू लाग्ने गरेका र सो रोगकै कारण चल्लाहरू मर्ने गरेको अध्यक्ष सिंहले बताए । उनले पर्सा जिल्लाभरि करीब साढे तीन सय बोइलर कुखुरा फार्म रहेकामा अहिले सयवटा फार्म मात्र चालू अवस्थामा रहेको बताए । अढाई सय फार्म बन्द अवस्थामा रहेको उनले बताए । उनले सञ्चालनमा रहेका

सयवटा फार्ममा पनि पहिलेको तुलनामा आधा चल्ला मात्र राखिएको उनले बताए ।

सहज परिस्थितिमा एउटा फार्ममा हजारदेखि दुई हजारसम्म चल्ला राखिने गरिएकामा अहिले पाँच सयदेखि हजारवटा चल्ला मात्र राखिएको अध्यक्ष सिंहले बताए । उनले उत्पादनभन्दा माग बढेकोले बोइलर कुखुराको मूल्य बढेको बताए । अध्यक्ष सिंहले सीमामा अहिले कडाइ गरिएकोले पनि चोरबाटो बोइलर कुखुरा आउने क्रम रोकिएपछि त्यसको असर पनि परेको बताए । सीमावर्ती भारतमा अहिले प्रतिकिलो रु ३८० मा बोइलर कुखुराको मासु बिक्री भइरहेको छ । नेपालको तुलनामा भारतमा बोइलर कुखुरा जहिले पनि सस्तो नै हुन्छ ।

कारको ठक्करबाट बालिकाको मृत्यु

प्रस, परवानीपुर, २५ वैशाख/

वीरगंज–कलैया सडकखण्डको नौतन बहुअरीमा कारले ठक्कर दिंदा एकजना बालिकाको मृत्यु भएको छ । बारा, परवानीपुर गाउँपालिका–५ नौतन बस्ने ऋषिमुनि कानूकी छ वर्षीया छोरी प्रीतिकुमारी साह (कजरी)को मृत्यु भएको हो ।

दिउँसो २ बजे कलैयाबाट वीरगंज गइरहेको बिएल १ सिएस २३६० भारतीय नम्बरको कारले ठक्कर दिएपछि अचेत भएकी बालिकाको उपचारको लागि एलएस न्युरो अस्पताल, बहुअरीमा उपचारको क्रममा मृत्यु भएको हो ।

दुर्घटनापछि केहीबेर गाउँलेहरूले सडकमा चक्काजाम गर्ने प्रयास गरेका थिए । प्रहरीले बल प्रयोग गरी आवागमन सुचारु गराएको थियो ।

कारमा सवार बारा, सिम्रौनगढ नगरपालिका–९ बसवरिया बस्ने ३७ वर्षीय मुकेशप्रसाद यादव र भारत, बिहार, मोतिहारी भदहज बस्ने २७ वर्षीय मनीषकुमार यादवलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । दुवैजनाको हात र शरीरमा चोटपटक लागेको छ । यी दुवैमा कारचालक को हो भन्नेबारे प्रहरीले यकीन बताएको छैन ।

ठक्कर दिने कार । तस्वीरः प्रतीक

बालिकाको शव अस्पतालमा राखिएको छ । इलाका प्रहरी कार्यालय, नौतनको टोलीले दुवैजनालाई नियन्त्रणमा राखेको छ ।

बहुदरमाईमा मकैखेतीप्रति आकर्षण बढ्दै

प्रस, परवानीपुर, २५ वैशाख/

पर्सामा नगन्य मात्रामा मकैखेती हुने गरेकोमा अहिले बढ्न थालेको छ । पर्साको वीरगंज महानगरपालिका, बहुदरमाई, पर्सागढी नगरपालिका, पटेर्वासुगौली, जीराभवानी र ठोरी गाउँपालिकालगायतमा गहुँको सिजनमा थोरै क्षेत्रफलमा मकैखेती हुँदै आएकोमा यस वर्ष सबैभन्दा बढी मकैखेती बहुदरमाईमा भएको छ ।

बहुदरमाई नपा–२ सिसियाडी बैरियामा करीब सय बिघाभन्दा बढी क्षेत्रफलमा मकैखेती भएको स्थानीय रामप्रवेश रामले बताए । गहुँभन्दा बढी मूल्य पाइने र नगदेबालीको रूपमा मकैखेतीलाई किसानहरूले अँगाल्दै गएपछि गहुँबालीको सट्टा किसानहरू मकैखेतीलाई प्राथमिकता दिन थालेका छन् ।

गहुँबाली प्रतिकट्ठा बढीमा दुई क्विन्टल उत्पादन हुन्छ भने मकैखेती प्रतिकट्ठा तीनदेखि चार क्विन्टल उत्पादन हुने हुँदा किसानहरूको आकर्षण मकैखेतीप्रति बढ्दै गएको अर्का किसान एवं अधिवक्ता सुनील कुशवाहा बताउँछन् ।

उनले डेढ कट्ठामा लगाएको मकैबालीको झारपात गाइफार्मको चारा (गुन्द्रुकजस्तो खानेकुरा–साइलेज) बनाउन बिक्री गरेको बताए । एक महीनापछि मकैबाली भित्र्याउने त्यहाँका किसानहरूले बताए । करीब पाँच महीनाको अवधिमा प्रतिकट्ठा तीनपटक छदेखि १० किलो युरिया, पाँच किलो डिएपी र चारपटक सिंचाइ गर्दा किसानहरूले मनग्य आम्दानी गरिरहेको अर्का किसान रामकिसुन रामले बताए । एकअर्काको मकैबालीको उत्पादनबाट प्रभावित हुँदा पछिल्लो समय मकैबाली लगाउने किसानहरूको सङ्ख्या वृद्धि हुँदै गएको छ ।

विचारसार र सूक्तिहरू

आज तिमी जे गर्छौ, त्यसले तिम्रा भविष्य सुधार्न सक्छ।

प्रकाशक : प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. , वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक : जगदीशप्रसाद शर्मा
व्यवस्थापक/सम्पादक : विकाश शर्मा
सम्पादक : शत्रुघ्न नेपाल/ खड्गबहादुर श्रेष्ठ (प्रताप)
समाचार सम्पादक : आरके पटेल
बारा विशेष प्रतिनिधि : गम्भीरा सहनी
मुद्रक: प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
त्रिमूर्ति सिनेमा रोड, श्रीपुर, वीरगंज-११ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१- ५२३१०५, ५२५१२२
email: prateekdaily@gmail .com, prateekdainik@yahoo .com
Website: www.eprateekdaily.com

गलती हुन्छ, दोहोऱ्याउनुहुन्न

पर्सा जिल्लाको पकहामैनपुर गाउँपालिका–३ पकाहास्थित रामचरित्र भगत माध्यमिक विद्यालयको नयाँ भवन निर्माणको क्रममा ठेकदारको लापरवाहीले लाखौं रुपियाँको धनमाल क्षति भएको छ। गापाको आर्थिक लगानीमा विद्यालय भवन निर्माण भइरहेको छ। चार करोड निर्माण लागत स्टीमेट गरिएकोमा ठेकदारले दुई करोड २७ लाखमा ठेक्का सकार गरेको छ। गापाले रु चार करोड लागत स्टीमेट तयार गरेकोमा ठेकेदारले आधा रकम कममा ठेक्का सकार गरेकोले विद्यालय भवनको काम गुणस्तरीय हुने कुरामा आशङ्का छ। आठ कोठे पक्की भवनको निर्माण लागत स्टीमेटभन्दा आधा कममा सकार गर्नुले गापाका प्राविधिकहरूको त्रुटि हुनुपर्छ। चार करोड लागत स्टीमेट गरिएकोमा आधामा सकार गर्ने हिम्मत ठेकेदारले जुटाउनुले पनि यसमा मिलेमतो देखिन्छ। हैन भने यति ठूलो अन्तरमा ठेक्का सकार गरेर घाटा बेहोर्ने काम ठेकेदारले गर्न सक्दैन। यो त भयो ठेक्काको कुरा त्यस अतिरिक्त ठेकेदारले विद्यालयको पुरानो संरचनाबाट गापालाई हुने आम्दानी पनि हानि गरेको छ। ठेक्का सकार गर्दा गापा र ठेकेदारबीच केही शर्तहरूमा सम्झौता हुन्छ। कति अवधिमा काम सम्पन्न गर्ने, ठेक्काबापतको भुक्तानी कसरी गर्ने, निर्माण सामग्रीहरू कुन कुन प्रयोग गर्ने आदि। ठेकेदारले ठेक्का सकार गरेपछि गापाध्यक्षले काम शुरू गर्न आदेश दिएको बताइन्छ।

ठेकेदारले काम शुरू गरेर विद्यालयको पुरानो संरचना भत्काएपछि पूर्वअध्यक्षसहित स्थानीयहरूको विरोध शुरू भएर मात्र गापाध्यक्ष स्वयम् आफूले काम शुरू गर्न भनेको तर पुरानो संरचनालाई स्काभेटर लगाएर भत्काउने आदेश नदिएको कुरो बाहिर आएको हो। विवाद भएपछि पन्छिने र निर्विवाद कामको जस लिने जनप्रतिनिधिहरूको कार्यशैली बनिसकेको छ र पकहामैनपुर गापाध्यक्षले पनि सोही जुक्ति लगाएको देखिन्छ। हैन भने काम शुरू गर्नुपूर्व विद्यालयको संरचना विवादित तरीकाबाट भत्काउने कार्य ठेकेदारले गर्दैन। पुरानो संरचनाबाट हुने आम्दानीको भागीदार ठेकेदार हुने होइन। त्यसको लाभ गापा कार्यालयलाई हुने हो। ठेकेदारलाई पुरानो संरचना यसरी भत्काउनु भनेर निर्देशित गर्नुपर्ने थियो। विद्यालय भवन निर्माण गर्ने क्रममा गरिएको सम्झौतामा पनि यो कुरा उल्लेख गर्नुपर्ने थियो। गरिएको थिएन भने त्यसको सम्पूर्ण जिम्मेवारी ठेकेदारलाई दिनु गलत हुन जान्छ। सम्झौतामा त्यस प्रकारको प्रावधान राख्न भूल भएको छ भने त्यसको नैतिक जिम्मेवारी गापा कार्यालय र अध्यक्षले लिनुपर्छ। ठेकेदारले सम्झौता अनुसार पुरानो भवन भत्काएर नयाँ भवन निर्माणको थालनी गर्नु कुनै पनि दृष्टिकोणबाट गलत देखिन्न। गापाध्यक्षले यसको नैतिक जिम्मेवारी लिएर आगामी दिनमा यस प्रकारका त्रुटि हुन दिनुहुन्न।

नियत सफा छ भने काम गर्दा गलती हुने कुरालाई इमानदारी साथ स्वीकार्ने परिपाटी हामीमा विकसित हुन सकेको छैन। गलतीलाई ढाकछोप गर्ने, स्वीकार नगर्ने र लिडेढिपी लिने प्रवृत्ति हाबी हुँदै गएको छ। यो राम्रो लक्षण होइन र यस कारण पनि मानिसहरूमा विश्वास गर्ने वातावरण मर्दै गएको छ। गापाध्यक्षले आफूबाट भएको गलती स्वीकार गरेर आगामी दिनमा यस प्रकारका घटना हुन दिन्नँ भन्ने प्रतिबद्धता जाहेर गर्नुपर्छ। विद्यालय भवनको निर्माण सबैका लागि हो। गलती मानिसबाटै हुन्छ भन्ने कुरा बुझ्न र बुझाउन नसकिएको कारण विवाद सिर्जना हुने गरेको छ र पकाहामैनपुरमा पनि यही भएको हो।

चीनको सुस्तता : भारतको वृद्धि

स्वतन्त्र विचार

विनोद गुप्ता

विकासको नारा जति घन्काए पनि, अधिकांश भारतीय गाउँमा बस्छन् र मानवोचित सुविधाबाट वञ्चित छन्। १.४ खर्बको झन्डै ७५ प्रतिशत कुनै न कुनै मानदण्ड अनुसार गरीबको श्रेणीमा पर्दछ। यिनीहरूको जीवन बाँच्ने मूल आधार नै कुपोषण रोक्न बाँडिने राशन बन्न पुगेको छ।

चीन आर्थिक मन्दीबाट गुज्रिरहेको बेला भारतको आर्थिक अवस्था फस्टाउँदै गएको र यसले गर्दा केही महीना अगाडि मात्र बेलायतको अर्थतन्त्रलाई उछिनेर भारत विश्वको पाँचौं ठूलो अर्थतन्त्र बनेको छ। यस अवसरमा धेरै सहृदयीहरूले अबको केही वर्षमैं जापान र जर्मनीको अर्थतन्त्रलाई उछिन्दै भारत विश्वकै तेस्रो ठूलो अर्थतन्त्र बन्न सक्ने प्रक्षेपण गर्न थालेका छन्। यसबारे सापेक्ष चर्चा गर्दा भारतको शेयर बजार अहिले उकालो लागेको पाइन्छ। यसमा २०१९ मा चार करोड १० लाख ट्रेडिङ खाता रहेकोमा यो २०२३ मा १४ करोड पुगेको छ। यसबाहेक चीनबाट हुने निर्यातमा अमेरिका र युरोपियन युनियनले लगाएको उच्च कर तथा बढ्दो श्रम माग एवं नियामकीय निकायको बढ्दो दबाबका कारण बहुराष्ट्रिय कम्पनीहरू चीनबाट बाहिरिने अपेक्षा गर्न थालिएको छ। विशाल जनसङ्ख्या र बढ्दो अर्थतन्त्रका कारण भारतलाई बहुराष्ट्रिय कम्पनीहरूको स्वाभाविक रोजाइ मान्न थालिएको छ। तर विश्व व्यापार सङ्गठनको वर्ल्ड टयारिफ प्रोफाइल २०२२ का अनुसार अझै पनि चीनको तुलनामा भारतमा धेरै व्यापार अवरोधहरू छन्। इभ्क्रम् द्वारा सङ्कलित चभनगबितयचथ चभकतचष्अतष्खभलभकक ष्लमभह अनुसार पनि भारतमा प्रत्यक्ष वैदेशिक लगानीमा जटिल अवरोध छ। ट्रान्सपरेन्सी इन्टरनेशनलको २०२३ को विवरण अनुसार १८० देशमध्ये भारत ९३ औं स्थानमा छ भने चीन ७६ औं स्थानमा रहेको छ। यसका साथै बहुराष्ट्रिय कम्पनीहरू आफ्नो इकोनोमिक पावरको प्रयोग गरी आफू अनुकूल सरकारी नीति बनाउन चाहने भएकाले पनि भारतको तुलनामा अहिले बङ्गलादेश तथा भियतनाम उनीहरूको पहिलो रुचि हुन सक्छ। आफूलाई पहिलो बनाउन भारतले दऱ्हो कदम चाल्नुपर्ने देखिन्छ जुन वर्तमान अवस्थामा सम्भव देखिएको छैन।

अप्रिल २०२३ मा भारतले जनसङ्ख्यामा चीनलाई उछिनेको छ। भारतमा २५ वर्ष मुनिको जनसङ्ख्या ४३.३ प्रतिशत छ भने चीनमा २५.५ प्रतिशत मात्रै छ। यस अर्थमा भारतको जनसङ्ख्यामा चीनको तुलनामा बढी युवा छन्। तर १.४ अर्ब जनसङ्ख्याको ९० प्रतिशतको आम्दानी ३५०० अमेरिकी डलरभन्दा कम छ। राष्ट्रसङ्घको तथ्याङ्क अनुसार भारतको प्रजनन दर पनि घट्दो छ र यो अहिले प्रतिमहिला दुईमा झरेको छ। भारतको महिला श्रमशक्तिको सहभागिता २०२३ मा ३२.७ प्रतिशत थियो भने चीनको ६०.५ प्रतिशत रहेको छ। भारत सरकारले विपन्न वर्गको लागि निश्शुल्क अन्न, शौचालय निर्माणमा अनुदान, उज्ज्वला योजना र आवास योजनाका साथै एलइडी बत्ती, सस्तो स्मार्टफोन र निश्शुल्कजस्तै मोबाइल डाटाको सुविधाले भने सुस्त भारतीय गाउँले जीवनलगायत अन्य क्षेत्रका उपभोक्तासमेत उत्साहित देखिएका छन्।

भारत सरकारले चालू आवमा ७.३ प्रतिशतको आर्थिक वृदिदर प्रक्षेपण गरेको छ भने भारतको आर्थिक राजधानी मुम्बईका वित्त विज्ञहरू ६–६.५ प्रतिशत र सरकारको आर्थिक नीतिको विरोध गर्दै आएका अर्थशास्त्रीहरू ४.५ प्रतिशतमा अडिग छन्। ७–७.५ प्रतिशतको वृद्धिदर भारतले निरन्तर हासिल गरिरह्यो भने यो दशकको अन्तसम्म विश्वकै तेस्रो ठूलो अर्थतन्त्र बन्न सफल हुन सक्छ। यहाँनेर एउटा उल्लेख्य कुरा के छ भने मनमोहन सिंहको कार्यकालमा भारतको आर्थिक वृदिदर कहिलेकाहीं १० प्रतिशतसम्म पुगेको भए पनि भारतलाई विश्व तथा भारतीयहरू स्वयंले सङ्घर्षरत राज्य मान्दथे। तर अहिले मोदी सरकारले पूर्वाधार निर्माणमा गरेको अभूतपूर्व प्रगति, बैंकिङ तथा व्यापारिक लेनदेनको डिजिटाइजेशनमा समेत प्रशंसायोग्य प्रगति गरेको छ। तर २०१६ को नोटबन्दीको असफलताले जहाँ आम भारतीय नागरिकको जीवन र रोजगारमैं प्रतिकूल असर पाऱ्यो, त्यही अर्कोतर्फ ठूला कम्पनीहरूले सन् २०१२ देखि २०२२ को अवधिमा स्टक एक्सचेन्जले कमाएको करीब १४ खर्ब अमेरिकी डलरमध्ये ८० प्रतिशत २० वटा कम्पनीको भागमा परेको र यस्ता कम्पनीहरूलाई सरकारको संरक्षण प्राप्त भएको दाबी गरिएको छ।

विकासको नारा जति घन्काए पनि, आज पनि अधिकांश भारतीय गाउँमा बस्छन् र मानवोचित सुविधाबाट वञ्चित छन्। १.४ खर्बको झन्डै ७५ प्रतिशत कुनै न कुनै मानदण्डको आधारमा गरीबको श्रेणीमा पर्दछ। यिनीहरूको जीवन बाँच्ने मूल आधार नै कुपोषण रोक्न भनेर बाँडिने राशन बन्न पुगेको छ। एकातर्फ गरीबीको यो अवस्था छ भने अर्कोतर्फ भारतमा विलासितातर्फको खर्च बढ्दो छ। अझ कोभिड महामारीपछि मान्छेले पैसा जोगाउन सिके भन्ने भनाइलाई उछिन्दै भारतीयहरू मर्सडिज, जी–६३ जस्ता महँगा गाडी किन्न लामो पालो कुर्न थालेका र दुई पाङ्ग्रे बिक्रेताहरू ग्राहक कुर्न थालेकोबाट स्पष्ट हुन्छ। भारतीय लोकतन्त्रको अहिलेको सबैभन्दा दुःखद पक्ष भनेकै बेरोजगारी हुन पुगेको छ। नोटबन्दीका कारण भएका बेरोजगारीबाहेक पनि सरकारी तथ्याङ्क अनुसार भारतमा ७ प्रतिशत बेरोजगारी छन् भने अर्ध बेरोजगारीको तथ्याङ्क सार्वजनिक गरिएको छैन। रोजगारका लागि जहाँ एकातिर ठूला पश्चिमा फर्महरूको उच्च पदमा प्रवासी भारतीयहरूको उल्लेख्य उपस्थितिले भारतलाई लाभ र प्रतिष्ठा दुवै दिलाएको छ भने अर्कोतिर त्यही देशका निवासीहरू रोजगारका लागि जोखिमपूर्ण मार्गबाट अमेरिका गइरहेका छन् भने नेपालका युवाहरू जस्तै रूसको सेनामा भर्ती हुन अग्रसर भएको दुःखद पक्ष पनि विचारणीय छ। तर बजारको हिसाबले धेरै बहुराष्ट्रिय कम्पनीहरू भारत आउने तयारीमा रहेका छन्। किनभने भारतमा बढेको नवधनाढ्य वर्ग अब अमेरिकीहरूजस्तै विलासी जीवनशैली अङ्गीकार गरेका छन् भने शासनको वरिपरि बसेर दलालीको जालो बुन्नेहरूको समूह महानगरबाट नगर हुँदै ससाना शहरसम्म पुगिसकेकोले पनि भारत पश्चिमको लागि आकर्षक आर्थिक एवं चीनका कारण राम्रो रणनीतिक साझेदार बन्न पुगेको छ। भारतले यसको लाभ उठाउनैपर्दछ तर त्यसको लागि भारतले भ्रष्टाचारको अवस्थामा व्यापक सुधारका साथै मध्यम एवं दीर्घकालीन रूपमा पूर्वाधारमा लगानी गर्नु आवश्यक छ किनभने चीनको तुलनामा भारतमा ज्याला थोरै भए पनि चीनको सडक, बन्दरगाह र अन्य पूर्वाधारहरू राम्रा छन्। यसका साथै शिक्षाको स्तर बढाउनुका साथै महिला श्रमशक्तिमा सहभागिता बढाउने कार्य गर्न सकेमा निश्चय पनि भारत आउँदा दिन अर्थात् अबको १० वर्षमा विश्वको तेस्रो ठूलो अर्थतन्त्र बन्न सक्छ।

लैङ्गिक र समावेशी बजेटको खोजी

अमृता अनमोल/विचार

अहिले वैशाख महीना चलिरहेको छ। नेपालको संविधान २०७२ ले आगामी वर्षका लागि जेठ १५ भित्र सङ्घ, असार १ गतेभित्र प्रदेश र असार १० गतेभित्र स्थानीय तहको बजेट ल्याइसक्नुपर्ने मापदण्ड तोकेको छ। त्यही मापदण्ड अनुसार तीन तहकै सरकारले आउँदो आर्थिक वर्षका लागि नीति तथा कार्यक्रम र बजेट बनाउन योजना तर्जुमाको काम शुरू गरेका छन्। सरकारहरूले कस्ता नीति कार्यक्रम ल्याउँदैछन् ? तिनका आधारमा कस्तो बजेट बनाउँदैछन् ? परम्परागत छन् कि केही फरक ? लैङ्गिक उत्तरदायी र समावेशी छन् कि असमावेशी ? नागरिकको ढोका अगाडिको सरकार हो, स्थानीय तह। जहाँ सर्वसाधारण नागरिक पनि सहजै पुग्न, आफ्ना समस्या र आवश्यकता राख्न सक्छन्। त्यसैले योजना तर्जुमामा बस्तीस्तरदेखि वडा हुँदै लक्षित समुदायसम्म कस्ता नीति तथा कार्यक्रम ल्याउने भन्ने छलफल गर्ने र सुझाव माग्ने कामको जिम्मा स्थानीय तहलाई दिइएको छ। ढोकाअगाडिका स्थानीय सरकारले कसलाई केन्द्रमा राखेर कस्तो बजेट ल्याउँदैछन् ? त्यसमा आम नागरिकले थप निगरानी गर्न जरुरी छ।

पहुँचबाट टाढा रहेका नागरिकलाई विकासको मूल धारमा ल्याउन छुट्टै विकास चाहिन्छ। त्यसका लागि लैङ्गिक तथा समावेशी विकास बजेट बनाउनुपर्छ। पहुँचविहीनलाई विकासको मूलधारमा ल्याउन भन्दै नेपालमा आर्थिक वर्ष २०६४/६५ देखि लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट कार्यान्वयनमा आएको हो। त्यस बेलादेखि लक्षित वर्ग तोकेर कुल विकास बजेटको ३५ प्रतिशत बजेट छुटयाउन शुरू भयो। सङ्घ र स्थानीय तह दुवैको विकास बजेटमा १० प्रतिशत महिला, १० प्रतिशत बालबालिका र १५ प्रतिशत जनसङ्ख्याका आधारमा दलित, जनजाति, अल्पसङ्ख्यक, ज्येष्ठ नागरिकलगायतका क्षेत्रमा विनियोजन हुन्थ्यो। उक्त बजेटले लक्षित वर्गको प्रत्यक्ष फाइदा हुने योजना, उत्थान तथा सीप र क्षमता विकासका कार्यक्रम हुन्थे। त्यस अनुसार काम नभए साबिक स्थानीय निकायको बजेट कटौती हुन्थ्यो। स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ ले लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट हुनुपर्ने र बजेटमा लक्षित वर्गलाई प्राथमिकता दिनुपर्ने उल्लेख गरेको छ। तर उक्त बजेट कति हुनुपर्ने सीमा तोकेको छैन। सीमा हटाइएपछि स्थानीय तहमा लैङ्गिक र समावेशी बजेट काटिएको छ। सीमा नहुनु भनेको पाउँदै आएको बजेट काट्नु होइन।

धेरै स्थानीय तहमा बजेट प्रमुख र उपप्रमुख वा अध्यक्ष र उपाध्यक्ष लक्षित कार्यक्रम भनेर एकमुस्ट राख्ने र बाँड्ने गरेका छन्। जनप्रतिनिधिको तजबीजमा बजेट बाँड्दा महिला, बालबालिका, पछाडि परेका वर्ग, समुदाय एवं सामाजिक समावेशीकरणका मुद्दा ओझेलमा परेका छन्। समावेशी विकासका कतिपय चालू योजनासमेत रोकिएका छन्। यसले मानव विकासको सूचकाङ्कमा असर देखिएको छ। वर्गीय विभेद हुनु, विकासमा सबैको समान पहुँच नहुनु, लैङ्गिक र समावेशी विकास नहुनु, बजेटमा लक्षित वर्ग छुट्नुले मानव विकास सूचकाङ्क अपेक्षाकृतरूपमा नसुध्रिएको हो। यसर्थ विकासबाट टाढा रहेका लैङ्गिक र सीमान्तकृत समुदायको हितका लागि लैङ्गिक उत्तरदायी र समावेशी बजेट बनाउन दबाब सिर्जना गरिनुपर्छ।

लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट बनाउँदा महिला र पुरुषका लागि अलगअलग बजेट नै चाहिन्छ भन्ने होइन। बजेटका सबै उपलब्धिमा महिला र पुरुषको सन्तुलित सहभागिता र लाभ खोज्ने प्रक्रिया हुनुपर्छ भनिएको हो। लैङ्गिक समानताका लागि बजेटको सुनिश्चित, बजेटका सबै प्रक्रियामा लैङ्गिक मूलप्रवाहीकरण र उपलब्धिको समतामूलक वितरण हो। लैङ्गिक विभेदका कारण अवसरबाट वञ्चित एवं पछाडि पारिएको वर्गलाई समानुपातिक अवसर प्रदान गर्न र तिनीहरूको क्षमता विकास तथा सशक्तीकरणका लागि लैङ्गिकमैत्री एवं लैङ्गिक उत्तरदायी बजेट जरुरी छ। समाजमा रहेका गरीब, महिला, दलित एवं सुविधाविहीन जनजातिलाई केन्द्रबिन्दु मानेर उक्त समाजका सम्पूर्ण वर्ग, लिङ्ग र जातजाति एकै थलोमा जम्मा भई आफू र आफ्नो समुदायको विकास गर्न सङ्गठित, समानुपातिक साथै सक्रियरूपमा सहभागी हुने र उपलब्ध स्रोत, साधन, सेवा सुविधा र अवसरहरूको न्यायोचित ढङ्गले उपभोग गर्न पाउने अनुकूल वातावरण तयार गर्ने प्रणाली र प्रक्रिया सामाजिक समावेशीकरण हो।

सामाजिक समावेशी बजेटका लागि पनि सबै समुदायलाई बजेट बाँड्नुपर्छ भन्ने छैन। तर बजेटका सबै उपलब्धिमा आफ्नो क्षेत्रमा सबै समुदायको सहभागिता र लाभ हुनपर्छ। बजेटले महिलाभित्र पनि समावेशी र सीमान्तकृतभित्र पनि अल्पसङ्ख्यकलाई लाभ पुऱ्याउनुपर्छ। समुदायमा रहेको जातीय, वर्गीय, लैङ्गिक, भाषिक तथा क्षेत्रीय विभेद अन्त्य गरी सामाजिक न्याय स्थापना गर्न, सामाजिक विखण्डन र द्वन्द्व सिर्जना हुनबाट समाजलाई जोगाउन एवं वञ्चितीमा परेकाहरूलाई मूलप्रवाहमा ल्याउन समावेशी बजेट जरुरी छ। यसले सामाजिक र आर्थिक विभेदका कारण सिर्जित द्वन्द्वलाई कम गरी शान्तिपूर्ण विकासमा सघाउँछ।

अहिले स्थानीय तहमा बजेट तथा कार्यक्रम तर्जुमा समितिको संयोजक भएर काम गर्ने उपप्रमुख वा उपाध्यक्षको जिम्मेवारी छ। स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ ले बजेट तथा कार्यक्रम तर्जुमा समितिको संयोजक भएर आर्थिक वर्षको नीति तथा कार्यक्रमको प्रस्ताव तयार गर्ने, बजेट सीमाभित्र रही बजेट तथा कार्यक्रमको प्राथमिकीकरण गर्ने, बजेट तथा कार्यक्रमको प्रस्तावलाई विषय क्षेत्रगतरूपमा छलफल गरी अन्तिम प्रस्ताव कार्यपालिकामा पेश गर्नेसम्मको अधिकार स्थानीय तहका उपाध्यक्ष वा उपप्रमुखलाई दिएको छ। अहिले ५३४ स्थानीय तहमा प्रमुख वा उपाध्यक्ष महिला छन्। नागरिकले उनीहरूसँग आफ्नी आमा, दिदीबहिनीलाई जस्तै सहज किसिमले आवश्यकतामा राख्छन्। बजेटमार्फत आफ्ना दैनिकी सहज बनाउन समस्या समाधान गर्न, न्याय, सुशासन, विकासमा पहुँचको अपेक्षा राख्छन्। यस्तो काममा धेरै महिला उपप्रमुख वा उपाध्यक्षले निर्धक्क काम गरेको भने पाइँदैन। उनीहरू प्रमुख वा अध्यक्षको

(बाँकी पाँचौं पातामा)

सामाजिक सेवामा समर्पित रिलिफ सोसाइटीको कार्यसमितिलाई चाहिने समय प्रदान गरी सामाजिक सेवामा सहभागी हुनुहोस् । रिलिफ भवन फोन ९८४५११९४४८

वर्षाले केही घट्यो वायु प्रदूषण

काठमाडौं, २५ वैशाख/रासस

मुलुकका विभिन्न स्थानमा हिजोदेखि शुरू भएको वर्षासँगै काठमाडौं उपत्यकालगायतका मुख्य शहरको वायु प्रदूषण पनि न्यूनीकरण भएको छ । 'एयर क्वालिटी इन्डेक्स'को मङ्गलवारको तथ्याङ्क अनुसार समग्र वायु गुणस्तर सूचकाङ्क (एक्युआई) १२७ छ ।

वायु गुणस्तर सूचकाङ्क (एक्युआई) गत शनिवार १९२, आइतवार १७६, सोमवार १५६ पुगेको थियो। वायु प्रदूषण घटेर आज वायु गुणस्तर सूचकाङ्क (एक्युआई) १२७ पुगेको हो । डढेलोविद् सुन्दर शर्माले लामो समयसम्म वर्षा नहुँदा बढिरहेको वन डढेलोको धूवाँका कारण वायु प्रदूषण पनि बढिरहेको भन्दै वर्षासँगै वन डढेलो र वायु प्रदूषण न्यूनीकरण भएको जानकारी गराए ।

वर्षा भइरहे अझै पनि वायु प्रदूषण न्यूनीकरण हुने बताउँछिन्, वातावरण अभियानकर्मी वर्षा पराजुली । यता मौसमविद्ले अझै तीन दिनसम्म वर्षाको सम्भावना रहेको पूर्वानुमान भएको जानकारी दिएकी छन् । मौसमविद्ले पनि आगामी तीन दिनसम्मको मौसम पूर्वानुमान गर्दै राम्रो वर्षाको सम्भावना रहेको जानकारी दिएका छन्। जल तथा मौसम विज्ञान विभाग अन्तर्गतको मौसम पूर्वानुमान महाशाखाका मौसमविद् सञ्जीव अधिकारीले अहिले पनि लुम्बिनी र कोशी प्रदेश तथा काठमाडौं आसपासका क्षेत्रमा हल्कादेखि मध्यम वर्षा भइरहेको जानकारी दिएका छन्। उनका अनुसार अझै आगामी तीन दिनसम्म वर्षाको सम्भावना रहेको छ।

"बिहीवारसम्म नै वर्षाको सम्भावना रहेको छ, २४ घण्टाको मौसमी अवस्था विश्लेषण गर्दा गण्डकी प्रदेशका बागलुङ,

तस्वीरः प्रतीक

स्याङ्जालगायतका जिल्लामा भारी वर्षा भएको छ, आजका लागि भने गण्डकी र लुम्बिनी प्रदेशका केही स्थानमा भारी वर्षाको सम्भावना रहेको छ," उनले भने, "आज अपराह्नमा भने काठमाडौं उपत्यकामा हावाहुरी चट्याङसहितको वर्षा हुने भएकाले सतर्कता अपनाउन जरुरी छ ।"

विपत् व्यवस्थापनविद् डा धर्मराज उप्रेतीका अनुसार ० देखि एक्युआई ५० राम्रो अर्थात् हरियो सङ्केतले चिनिन्छ । "५१ देखि एक सयसम्मको एक्युआईलाई होशियार रहौं अथवा पहेंलो सङ्केतले चिनिन्छ । यसैगरी, १०१ देखि १५० सम्मलाई अस्वस्थ जसमा श्वासप्रश्वास र मुटुरोगीका बिरामीलाई असर गर्छ भन्ने बुझिन्छ," उनले भने, "१५१ देखि २०० सम्मको एक्युआईलाई पनि अस्वस्थ तर सबैलाई असर गर्छ भन्ने बुझिन्छ ।"

२०१ देखि तीन सयलाई धेरै अस्वस्थको रूपमा लिइन्छ र ३०१ देखि चार सयलाई खतरनाक र ४०१ देखि ५०० लाई धेरै खतरा मानिएको छ ।" काठमाडौं उपत्यकाको लागि वायु गुणस्तर व्यवस्थापन कार्ययोजना, २०७६ ले पनि नेपाल सरकारले निर्धारण गरेको एक्युआईको मान ३०० भन्दा बढी भएको अवस्थालाई विपद्को रूपमा लिने बताएको छ। यो विपद् रोक्नका लागि कार्ययोजनामा फोहर बाल्ने कार्य रोक्ने, सडक सफा गर्न ब्रुमर तथा भ्याकुमको प्रयोग व्यापक गर्ने, बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक, बिरामीलाई विशेष सावधानी अपनाउन सार्वजनिक सूचना जारी गर्ने कार्ययोजनामा उल्लेख गरिएका छन् ।

वर्षाले डढेलो निभाउने आशा

काठमाडौं, २५ वैशाख/रासस

लामो समयपछि सोमवारदेखि शुरू

तस्वीरः फाइल

भएको वर्षासँगै देशका विभिन्न स्थानमा फैलिएको वन डढेलो नियन्त्रणमा सहज हुने आशा पलाएको छ । सुक्खा भएका कारण केही समयदेखि लागिरहेको वन डढेलो वर्षाका कारण नियन्त्रणमा आउन सक्ने सरोकारवालाहरूले विश्वास व्यक्त गरेका छन् ।

मौसमविद्हरूले पनि आगामी तीन दिनसम्मको मौसम पूर्वानुमान गर्दै राम्रो वर्षाको सम्भावना रहेको बताएका छन्।

यो वर्षाले केही दिनका लागि डढेलो नियन्त्रणमा सहज हुने बताउँछन्, राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणका डढेलोविद् सुन्दर शर्मा । "लामो समयसम्मको सुक्खाका कारण मुलुकका विभिन्न स्थानमा लागेको डढेलो नियन्त्रणमा आउन सकेको थिएन," उनले भने, "अब पानी पर्न शुरू भएको छ, पूर्वका धेरैजसो डढेलो नियन्त्रणमा आए पनि पश्चिमको बाँकी नै छ। वर्षासँगै डढेलो नियन्त्रणमा आउला भन्ने विश्वास छ तर ढुक्क भएर बस्नुहुँदैन ।"

शर्माका अनुसार नेपालमा साधारणतया वर्षमा दुई हजार पाँच सयको हाराहारीमा डढेलाका घटना हुन्छन् । "८० प्रतिशत वन डढेलोको घटना फागुनको मध्यदेखि जेठको मध्यसम्म चार महीनामा हुने गर्छन् । चैत र वैशाखमा मात्रै ६० प्रतिशत डढेलोको घटना हुने गर्छन् ।

यस कारण अहिले हामी उच्च जोखिमको समयमा छौं," शर्माले भने, "मध्य फागुनदेखि जेठको मध्यसम्म डढेलोको घटना हुने भएकाले यो समयमा एकदमै सतर्क भएर बस्नुपर्ने अवस्था छ ।"

ढुङ्गामा हात्तीको आकृतिः चितवनको इच्छाकामना गाउँपालिका-१ हात्तीबाङमा ढुङ्गामा हात्तीको आकृति बनाउँदै कारीगर । यही ढुङ्गासँग जोडिएका किंवदन्तीका आधारमा यस ठाउँको नाम हात्तीबाङ राखिएको स्थानीय बताउँछन् ।
तस्बिरः कृष्ण आचार्य/रासस

कालोपत्र गर्न नेपालकै ठूलो 'हटमिक्स प्लान्ट' जडान

नवलपुर, २५ वैशाख/रासस

विस्तारका क्रममा रहेको पूर्व-पश्चिम राजमार्ग अन्तर्गत नारायणगढ-बुटवल सडकखण्डमा कालोपत्र गर्न नेपालकै ठूलो 'हटमिक्स प्लान्ट' जडान गरिएको छ ।

सडक विस्तारको जिम्मा पाएको चाइना स्टेट कन्स्ट्रक्सन इन्जिनीयरिङ कर्पोरेशन लिमिटेडले सडक विस्तारको काम चाँडै सम्पन्न गर्न नेपालकै ठूलो 'हटमिक्स प्लान्ट' जडान गरेको जनाएको हो ।

कम्पनीका ठेक्का सहव्यवस्थापक राकेश झाले नारायणगढ-बुटवल सडकको कालोपत्र गर्ने काम चाँडो सम्पन्न गर्न प्रतिघण्टा चार सय मेट्रिक टन क्षमताको 'हटमिक्स प्लान्ट' जडान गरिएको बताए। प्लान्टमा बालुवा, ढुङ्गा, गिट्टी र अलकत्रा हालेपछि मेशीनले आफैं अलकत्रालाई पगालेर अस्फाल्ट (कालोपत्र गर्ने तयारी कच्चा पदार्थ) बनाएर पठाउने उनले बताए।

यस प्लान्टलाई पूर्ण क्षमतामा सञ्चालन गर्न सकेको खण्डमा जडित क्षमताको ८० प्रतिशतसम्म कार्य क्षमता हुने भन्दै उनले दैनिक दुई किलोमिटरसम्म कालोपत्र गर्न सकिने बताए । प्लान्ट कावासोती-१६ स्थित सुक्खा खोलाको किनारमा जडान गरिएको छ। यहाँबाट उत्पादन भएको अस्फाल्टले एकैपटक तीन/चार स्थानमा कालोपत्र गर्न सक्ने अवस्था रहेको झाको भनाइ छ ।

"अहिले सडकमा सब-बेस र बेस तयार भएका ठाउँमा कालोपत्र गरिरहेका छौं," उनले भने, "विभिन्न कारणले गर्दा हाम्रो हटमिक्स प्लान्ट पूर्णरूपमा सञ्चालनमा आउन सकेको छैन।" दैनिक आठ घण्टामात्र प्लान्ट सञ्चालन हुने हो भने पनि १० दशमलव ५० मिटर चौडाइ र ६० मिलिमिटर मोटाइमा दैनिक दुई किलोमिटर कालोपत्रको कार्य सजिलै गर्न सकिने उनले बताए ।

नारायणगढ-बुटवल सडक योजना पूर्वी खण्डका सूचना अधिकारी इन्जिनीयर शिव खनालले यस सडक विस्तारका लागि जडान गरिएको प्लान्ट पूर्ण क्षमतामा सञ्चालनमा आउन नसक्दा आयोजनालाई केही फाइदा नभएको बताए । "सडक विस्तारका लागि आवश्यक पर्ने जनशक्ति तथा उपकरण पनि न्यून परिचालन भएको छ," उनले भने, "यो लामो दिनमा पनि दैनिक ८-९ घण्टाभन्दा बढी काम हुन सकेको छैन, जसले गर्दा काममा ढिलाइ भएको छ ।"

तस्वीरः रासस

बाटो सम्याउने ग्रेडर आवश्यकताभन्दा आधा कम भएको भन्दै उनले १५ वटा ग्रेडरले सम्याएर बेस बनाउँदा समय लाग्ने र कालोपत्रको काम ढिला हुने बताए । "प्लान्टलाई पूर्ण क्षमतामा चलाउन सकेको खण्डमा प्रतिघण्टा करीब १६ वटा गाडीमा अस्फाल्ट भरेर कालोपत्र गर्ने ठाउँमा पठाउँदै कामलाई तीव्रता दिन सकिन्थ्यो," उनले भने, "निर्माण कम्पनीलाई जनशक्ति र उपकरण बढाउन पत्राचार गर्दा पैसाको अभाव भएको सुनाउँछ ।"

निर्माण कम्पनीले एक प्रतिशत काम गरेपछि भुक्तानी पाउने गरी सम्झौता भएको र सोही अनुसार भुक्तानी भइरहेको खनालले बताए । "यो पूर्वी खण्डको ठेक्का रकम रु नौ अर्ब ३८ करोड रहेको छ, यसको एक प्रतिशत काम भएपछि निर्माण कम्पनीले भुक्तानी दाबी गर्ने र योजनाले भुक्तानी गर्ने सम्झौतामा उल्लेख भएको छ," उनले भने, "निर्माण कम्पनीले यहाँबाट पाएको पैसाले मात्रै काम गरिरहेको छ, उसले थप पैसा लगानी गरेर काम गर्ने चासो नदेखाउँदा काममा ढिलासुस्ती भएको हो।"

निर्माण शुरू भएको ४२ महीनामा सडक विस्तारको काम सक्नेगरी विसं २०७५ माघमा निर्माण कम्पनी चाइना स्टेट कन्स्ट्रक्सन इन्जिनीयरिङ कर्पोरेशन लिमिटेडले सरकारसँग सम्झौता गरेर काम शुरू गरेको थियो । दुईपटकसम्म म्याद थप भइसकेको योजनाको हालसम्म भौतिक प्रगति ५० दशमलव ६२ प्रतिशत मात्रै पुगेको इन्जिनीयर खनालले बताए।

दोस्रोपटक थप भएको म्याद आगामी साउन ८ गते सकिने यस खण्डमा हालसम्म एकतर्फी गणना गर्दा ३७ किलोमिटर कालोपत्र, २१ साना पुल निर्माण, १६३ कल्भर्ट निर्माण भएका तथा आठ ठूला पुलको निर्माण अन्तिम चरणमा रहेको खनालले बताए ।

विस्तार शुरू भएको पाँच वर्ष नाघ्दासमेत आधा मात्रै काम सकिएको सडकमा उड्ने धूलोका कारण स्थानीय र यात्रीहरूले सास्ती खेप्नुपर्ने बाध्यता छ। कालोपत्र नभएको ठाउँमा उड्ने धूलोका कारण सडक देख्नै समस्या हुने तथा खाल्डाखुल्डीका कारण दुर्घटनासमेत हुने गरेको छ ।

बिदा लिएर निजी स्वास्थ्य संस्थामा नजान चिकित्सकलाई निर्देशन

काठमाडौं, २५ वैशाख/रासस

स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मी एवं कर्मचारीलाई बिदा लिएर निजी स्वास्थ्य संस्थामा काम गर्न नजान निर्देशन दिएको छ ।

स्वास्थ्य मन्त्रालयका सचिव मधुसूदन बुर्लाकोटीले प्रतिष्ठान, विभाग, अस्पताल र केन्द्रलाई निर्देशन जारी गर्दै चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीले जुन उद्देश्यका लागि बिदा लिएको हो सोही उद्देश्य अनुसार त्यसको सदुपयोग गर्न आग्रह गरेका छन्। उनले चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी एवं कर्मचारीलाई अध्ययन, असाधारण, घर बिदा, बिरामी बिदा, भैपरी आउने र पर्व बिदा जस्ता बिदा लिई निजी संस्था तथा गैरसरकारी संस्थामा गई कार्य गर्नेलाई प्रचलित कानून अनुसार कारबाई गर्ने बताए ।

"केही चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मी एवं कर्मचारीले जुन उद्देश्यका लागि बिदा लिएका हुन् सोही अनुसार बिदा उपयोग नगरी निजी स्वास्थ्य संस्थामा, विदेशी स्वास्थ्य संस्था एवं गैरसरकारी सङ्घसंस्थामा गई कार्य गरेको जानकारी प्राप्त हुन आएकाले त्यस्ता कार्य नगर्नु, नगराउनुहुन अनुरोध गर्दै आआफ्नो पदीय मर्यादा, व्यक्तिगत आचरण एवं पेशागत अनुशासनमा रही कार्य गर्नुहोला," सचिव बुर्लाकोटीद्वारा जारी निर्देशनमा उल्लेख छ ।

केहीले विदेशमा समेत गई कार्य गरी आफू जिम्मेवार रहेको निकायमा चिकित्सकीय तथा स्वास्थ्य सेवा प्रवाह नगरी गैरजिम्मेवारीपूर्ण कार्य गरेकाले प्रचलित कानून बमोजिम हदैसम्मको कारबाई गरी स्वीकृत गरेको बिदा रद्द गर्न विभिन्न निकाय तथा सेवाग्राहीबाट गुनासो प्राप्त भएको सचिव बुर्लाकोटीले उल्लेख गरेका छन् । नेपाल स्वास्थ्य सेवा ऐन, २०५३ र स्वास्थ्य सेवा नियमावली, २०५५ मा सबै सरकारी कर्मचारीको समय नेपाल सरकारको अधीनमा हुने र बिदा अधिकारको कुरा होइन सहुलियत मात्र हो भन्ने स्पष्ट कानूनी व्यवस्था रहेको उल्लेख गर्दै कर्मचारीले नियमावली अनुसार बिदा लिन पाउने भएपनि जुन उद्देश्यले बिदा लिएको हो, सोही प्रयोजनमा उपयोग गर्न उनले आग्रह गरे ।

बिदाको उद्देश्यविपरीत निजी स्वास्थ्य संस्थामा काम गरेको पाइएमा सम्बन्धित निकायले स्वीकृत गरेको बिदा रद्द हुनुको साथै नेपाल स्वास्थ्य सेवा ऐन, २०५३ र नेपाल स्वास्थ्य सेवा नियमावली, २०५५ तथा सेवा सञ्चालनसम्बन्धी प्रचलित कानून बमोजिम हदैसम्मको कारबाई हुने र सोको लागि सम्बन्धित व्यक्ति स्वयम् जिम्मेवार हुनुपर्ने सचिव बुर्लाकोटीले बताए।

सहकारीले बैंकभन्दा ठूलो कारोबार गर्दा समस्या

काठमाडौं, २५ वैशाख/ रासस

भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरीबी निवारणमन्त्री बलराम अधिकारीले सहकारी संस्थाहरूले बैंकभन्दा बढी कारोबार गर्ने प्रतिस्पर्धा गर्दा समस्या सिर्जना भएको बताएका छन् ।

नेपाल बचत तथा ऋण केन्द्रीय सहकारी सङ्घ (नेफ्स्कुन)ले मङ्गलवार आयोजना गरेको दोस्रो लेखा सुपरीवेक्षण समितिको राष्ट्रिय गोष्ठीमा मन्त्री अधिकारीले सहकारीहरू आफ्नो मूल्य मान्यता र सिद्धान्तविपरीत अस्वस्थ प्रतिस्पर्धामा लाग्दा समस्या सिर्जना भएको बताए । जुन उद्देश्यका साथ सहकारी स्थापना भएका थिए, त्यसको खिलाफमा काम भइरहेको उनको धारणा छ ।

"सहकारीहरू बैंकभन्दा ठूलो कारोबार गर्ने अभ्यासमा लागे, सहकारीको मूल्य-मान्यताविपरीत काम गर्न थाले, बचतकर्ताको बचतलाई दुरुपयोग गर्ने अधिकार कसैलाई पनि हुँदैन, सहकारीमा आबद्धहरूले नै समाधान गर्ने हो, सरकारले सल्लाह दिने हो, यो बाटो जाऊ भन्ने हो, सरकारले समस्या समाधान गर्ने होइन," मन्त्री अधिकारीले भने। सदस्यले पनि सबै कुराको जिम्मा सञ्चालकलाई दिन नहुने उनको धारणा छ ।

"शिक्षक, चिकित्सक तथा वकील सबै यो क्षेत्रमा छन्, सर्वप्रथम मेरो कर्तव्य के हो भन्ने बुझ्नुपर्छ, त्यो बुझ्न सकियो भने यो समस्या आउँदैन," मन्त्री अधिकारीले भने । लेखा सुपरीवेक्षण

(बाँकी पाँचौं पातामा)

आफूखुसी औषधिसेवन घातक

बुनु थारू
काठमाडौं, २५ वैशाख ⁄ रासस

काठमाडौंकी एक महिलालाई करीब १० वर्षदेखि जोर्नी दुख्ने समस्याले सताएको थियो । विभिन्न अस्पताल धाउँदै कैयौंपटक औषधिसेवन गर्दा पनि पीडाले पछ्याउन छाडेन । जति उपचार गर्दा पनि समस्या ज्यूँका त्यूँ भएपछि उनले आफन्तको सल्लाहमा सडकमा बिक्रीका लागि राखिएका जडीबुटीको सेवन शुरू गरे ।

जडीबुटी सेवनपछि उनको दुखाइ अझ बढ्यो । जडीबुटी सेवन गरेको छ महीनापछि जीउ सुन्निने, पेट दुख्ने, दिसामा कालो देखिने समस्या थपियो । अस्पतालमा चेकजाँच गराउँदा आन्द्रामा घाउ भएर अल्सर भइसकेको पत्ता लाग्यो । चिकित्सकले उनलाई जथाभावी औषधिको प्रयोगले शरीरको हार्मोन असन्तुलन बनाउँदा उक्त समस्या देखिएको बताएका थिए । औषधिको असन्तुलित सेवनले चिनी र रक्तचापसमेत बढेको पाइएको थियो ।

जथाभावी औषधिसेवनबाट पीडित हुनेमा शिक्षण पेशामा आबद्ध ५० वर्षीय पुरुष पनि छन् । पेट दुख्ने बित्तिकै दुखाइ कम गर्ने औषधिसेवन गर्ने बानीले उनलाई कालान्तरमा ठूलो समस्या थपिदियो । उनी पेट दुख्दा कारण पत्ता लगाउनुको साटो मनलाग्दी औषधिसेवन गर्थे । कालान्तरमा शरीरमा थकाइ लाग्ने, छाला चिलाउने, कमजोरी महसूस हुनेजस्ता लक्षण देखिन थाले । जाँच गर्दा मिर्गौलाको समस्या देखियो । अवस्था कतिसम्म पुग्यो भने मिर्गौला प्रत्यारोपण नै गर्नुपर्ने अवस्था आइलाग्यो ।

उनीहरू त प्रतिनिधि पात्र मात्रै हुन् । चिकित्सकका अनुसार उनीहरू जस्ता कैयन बिरामी आफूखुसी वा गैरचिकित्सकको सल्लाहविना औषधिसेवन गर्दा पछुताउने धेरै छन् । सही ढङ्गले औषधिसेवन गर्न नजान्दा बिरामीले थप पीडा भोग्नुपरेका कैंयन उदाहरण भएको चिकित्सकहरूको भनाइ छ ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका (डब्लुएचओ) अनुसार औषधिको गलत भण्डारण, वितरण र सिफारिशले गम्भीर हानि निम्त्याउने गरेको छ । साथै औषधिको अपर्याप्त अनुगमन नगरिएको खण्डमा पनि समस्या बढाउने गरेको छ ।

कसैले भनेकै भरमा आफूखुसी औषधिसेवनले कालान्तरमा गम्भीर स्वास्थ्य अवस्थामा ल्याउन सक्ने विज्ञहरूको भनाइ छ । यस प्रकारको हेलचेक्र्याइँले थप समस्या निम्त्याउनाका साथै बिरामी अपाङ्ग हुने तथा मृत्युसम्म हुने गरेको देखिन्छ ।

फिजिसियन डा पुष्पमणि खरालले उच्च रक्तचाप, सुगर, मानसिक रोग, कोलेस्ट्रोललगायत समस्या समाधानका लागि सेवन गरिने औषधि चिकित्सकले जाँचपडताल गरेपछि मात्र खानुपर्ने सुझाव दिन्छन् । उनी भन्छन्, "पारासिटामोल, झाडापखालाका औषधिहरू विश्वव्यापीरूपमा नै औषधिपसलमा गएर सीधैं नै किन्न सकिन्छ । त्यो ठूलो कुरा भएन तर त्यसबाहेकका औषधिहरू चिकित्सकको सिफारिशविना सेवन गर्नुहुँदैन । कतिपय अवस्थामा मात्रा मिल्दैन भने कतिपय अवस्थामा गलत औषधि पनि सेवन हुन सक्छ ।"

उनी बिरामीले सेवन गर्ने औषधिको मात्रा नमिल्दा मात्रै पनि धेरै समस्या निम्तन सक्ने बताउँछन् । "कुनै औषधि हामीले आठ घण्टाको अन्तरमा सेवन गर्न दिनुको अर्थ त्यो औषधिले त्यति समय मात्र काम गर्छ भन्नु हो," उनले भने, "यो हचुवाका भरमा दिइएको हुँदैन यसका लागि लामो अध्ययन र अनुसन्धान भएको हुन्छ र सोही अनुसार औषधि उत्पादन गरिएको हुन्छ ।" औषधिको गलत प्रयोगले शरीरका अङ्गहरूमा दीर्घकालीन असर पनि पर्ने अवस्था आउन सक्ने उनको भनाइ छ ।

औषधिविज्ञ डा राजकुमार थापा औषधि खान जाने अमृत नभए विष समान हो भन्छन् । उनले भने, "औषधि होशियारीपूर्वक सेवन गर्नुपर्छ । आफूखुसी औषधिसेवनले शरीरमा विभिन्न प्रकारका जटिलता निम्त्याउन सक्छ । जटिल प्रकारका लक्षण देखिंदा चिकित्सकको परामर्श, निगरानी र सिफारिशमा मात्रै सेवन गर्नुपर्छ ।" औषधिको उपयोग राम्रो नभए शरीरमा 'एन्टिबायोटिक रेसिसटेन्स' निम्त्याउने भएकाले साधारण दुखाइमा पनि 'पेन किलर' खाने बानी लाग्न सक्ने उनको भनाइ छ ।

चिकित्सकका अनुसार औषधिको मात्रा नमिलाएर खाँदा प्रभावकारी हुँदैन र कीटाणुको सङ्ख्या वृद्धि भई रोगलाई थप जटिल बनाउँछ । ती कीटाणुले एन्टिबायोटिकलाई जित्न सक्छ र पछि सोही परिमाणमा सेवन गर्दा काम नगर्ने अवस्था आउँछ ।

डा खराल भन्छन्, "एन्टिबायोटिक बढी मात्रामा सेवन गरियो भने यसले नकारात्मक असर पार्न सक्छ । तोकिएभन्दा बढी मात्रामा खाँदा कतिपय औषधिले सामान्यता ग्यास्ट्रिक बढाउनेदेखि कलेजो र मिर्गौलामा असर गर्छन् ।" उनले एक ⁄ दुई पटक औषधिको मात्रा बिर्सने बानीले पनि समस्या निम्तने भएकाले चिकित्सकको सिफारिश अनुसार नै नियमित औषधिसेवन गर्नु आवश्यक रहेको बताउँछन् ।

नेपाल स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषद्ले 'नेपालमा एन्टिबायोटिकको प्रयोग र यसको प्रतिरोधको अवस्थागत मूल्याङ्कन' शीर्षकको अध्ययनमा २८ प्रतिशतले आफूखुसी औषधि खरीद गर्ने पाइएको थियो । त्यसैगरी, २२ प्रतिशत बिरामीले औषधिको पूरा मात्रा नखाई बीचमैं छाड्ने गरेको पनि भेटिएको थियो ।

औषधिको राम्ररी सेवन नगर्दा पूरारूपमा रोग निको नहुने र तोकिएको मात्रा सेवन नगर्दा जीवाणुले एएमआर (एन्टिबायोटिकविरुद्ध लड्ने क्षमता ⁄ प्रतिरोध)को विकास गर्ने अवस्था आउँछ । जस कारण अर्कोपटक सोही औषधि सोही परिमाणमा सेवन गर्दा रोग निको नहुने विज्ञको भनाइ छ । सन् २०५० सम्म डब्लुएचओले वार्षिक एक करोड मानिस एएमआरको शिकार हुने अनुमान गरेको छ ।

डा खराल भन्छन्, "दीर्घकालीन रोगको औषधि दीर्घकालीनरूपमा नै खानुपर्ने हुन्छ । कहिलेकाहीं एक वा दुईवटा डोज बिर्सिंदैमा कुनै आपत्कालीन अवस्था आउँदैन तर सम्झने बित्तिकै खाने र सकेसम्म नियमितरूपमा खानुपर्ने हुन्छ । जस्तै नियमित खान भनिएको रक्तचापको औषधि खान बिर्सिंदा रक्तचाप बढिराख्ने सम्भावना हुन्छ ।"

उनले नियमित खान भनिएका रक्तचाप र चिनीको औषधिलाई तोकिए अनुसार नखाँदा कालान्तरमा पक्षघात, हृदयाघात हुने सम्भावना बढ्छ भने मिर्गौलाले काम नगर्ने तथा आँखामा असर हुन सक्छ । चिनी बढेको अवस्थामा मानिस बेहोश नै हुने, आइसियूमा नै भर्ना गर्नुपर्ने अवस्था आउन सक्ने उनको भनाइ छ ।

धेरैले चिनी र रक्तचापका औषधिहरू आफैं खान छोडिदिने प्रवृत्ति रहेकाले चिकित्सकले खानुपर्छ भनेका औषधिहरू आफूखुसी छोड्न नहुने चिकित्सकको भनाइ छ । जनरल फिजिसियन डा सुमना बज्राचार्य भन्छिन्, "कडा खालका दुखाइ कम गर्ने औषधि चिकित्सकको निगरानीमा मात्र खानुपर्छ । आफूखुसी खाँदा ती औषधिहरूले ग्यास्ट्रिक बढाउने हुन्छन् जसले पछि गएर मिर्गौलासमेतलाई असर पुऱ्याउन सक्छ ।"

औषधि खानैपर्ने अवस्था छैन भने पनि मानिसले किनेर खाइरहेको पाइएको डा बज्राचार्यको अनुभव छ । उनी भन्छिन्, "दुई ⁄ तीन दिन ज्वरो आएको छ भने त्यो भाइरल ज्वरो हुन सक्छ, जसमा एन्टिबायोटिक जरुरी पनि हुँदैन । हप्ता दिनमा निको भएर जान्छ । डरलाग्दो लक्षण देखिएमा जचाउनुपर्छ । चिकित्सकले जरुरी भएको खण्डमा सङ्क्रमण अनुसार एन्टिबायोटिक दिन सक्छन् । पखाला लाग्ने बित्तिकै मेट्रोनिडाजोल खाइहाल्ने र घाँटी दुखेमा एजिथ्रोमाइसिन धेरैले खाने गरेको पाइन्छ । त्यस्तो गर्नुहुँदैन ।"

बिरामीले औषधि लिनुअघि औषधिसेवन गर्ने तरीका, मात्रा र समयतालिका जस्ता कुरा राम्रोसँग बुझ्नुपर्छ । केही कुरामा द्विविधा भए तत्काल सोध्नुपर्छ । चिकित्सकको सल्लाह अनुसार मात्र औषधिसेवन गर्नुपर्छ । चिकित्सकले पनि बिरामीलाई औषधिको 'साइड इफेक्ट'बारे जानकारी दिनुपर्छ ।

औषधिविज्ञ प्रदीप लम्सालले जनमानसमा स्वास्थ्य साक्षरता तुलनात्मकरूपमा बढेको भएपनि पर्याप्त नभएको बताउँछन् । "चिकित्सकको सिफारिशविना औषधिसेवन गर्दा भविष्यमा असर गर्न सक्छ । यसबारे सचेतना र औषधिको गुणस्तरबारेमा पनि अनुगमन हुन जरुरी छ ।"

मङ्गलवार वीरगंजमा वर्षा भएपछि स्वच्छ, सफा वीरगंज शहर देखिएको छ । तस्वीरः राधेश्याम पटेल

फरक समाचार

गर्मीमा झनै बढ्छ अस्थमाको समस्या

हरेक वर्ष मे महीनाको पहिलो मङ्गलवार विश्व अस्थमा दिवसका रूपमा मनाइन्छ । यस वर्ष मे ७ तारिख यो दिवस मनाइँयो । अस्थमा श्वासप्रश्वाससम्बन्धी

रोग हो, जसमा श्वासनली सुनिन्छ । यस्तो अवस्थामा श्वासप्रश्वास नली फुल्ने र खुम्चिन्छ । जसका कारण सास फेर्न गाऱ्हो हुने, लगातार खोकी लाग्ने, छाती दुख्ने र घरघराहटको आवाज आउने गर्छ ।

मौसम परिवर्तनले अस्थमाका लक्षणहरू बढाउन सक्छ । गर्मीमा बढ्दो प्रदूषण, तेज हावा र आर्द्रता दमका बिरामीका लागि समस्याको कारण बन्ने गरेका छन् । तर आत्तिनुपर्दैन । केही सुझाव अपनाएर गर्मीमा पनि आफ्नो अवस्था राम्रोसँग व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ।

नियमितरूपमा इनहेलरको प्रयोगः चिकित्सकले तोकेको मात्रामा इनहेलरको नियमित प्रयोगले अस्थमा नियन्त्रणमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । गलतीले पनि इनहेलर लिन नछोड्नुहोस् ।

धूलो र प्रदूषणबाट बच्नुहोस्ः घरबाट बाहिर निस्कँदा मास्क लगाउनुपर्छ । घरमा धूलो नआउन दिन झ्यालहरू बन्द राख्नुपर्छ । नियमितरूपमा सफा गर्नुपर्छ । वृक्षारोपणले हावा शुद्ध गर्न मदत गर्छ ।

व्यायामः नियमित व्यायामले फोक्सो बलियो बनाउँछ र सास फेर्ने क्षमता बढाउँछ । हलुका व्यायाम जस्तै तीव्र हिंड्ने, पौडी खेल्ने आदि लाभदायक हुन सक्छ । तर व्यायाम शुरू गर्नुअघि निश्चितरूपमा चिकित्सकसँग परामर्श लिनुपर्छ ।

तनाव नियन्त्रणः तनावले अस्थमाको आक्रमणलाई ट्रिगर गर्न सक्छ । गहिरो सास फेर्ने अभ्यास, ध्यान वा योग अभ्यासले तनाव कम गर्न मदत गर्छ ।

एयर कन्डिसनरको उचित प्रयोगः कोठाको तापक्रम कायम राख्न एयर कन्डिसनर प्रयोग गर्न सकिन्छ । हावामा रहेको धूलो र एलर्जीलाई कम गर्न फिल्टरलाई नियमितरूपमा सफा गर्नुपर्छ ।

तीन वर्ष पहिले नै देखिन्छ बाथरोगको सङ्केत

बाथरोग (गठिया) जोर्नीसम्बन्धी एउटा रोग हो, संसारभरि लाखौं व्यक्ति यो रोगबाट ग्रसित छन् । यो रोग अहिलेसम्म निको नहुने मानिएको छ तर अब डचुक युनिभर्सिटीले गरेको एक अनुसन्धानले गठियाको लक्षण तीन वर्षपहिलेदेखि नै शुरू हुने बताइएको छ ।

अनुसन्धानमा दुई सय महिलालाई समावेश गरिएको थियो । अनुसन्धान

अनुसार जुन महिलालाई पछि बाथ रोग भयो, उनीहरूको हाडमा परिवर्तन रोग लाग्नुभन्दा तीन वर्ष पहिले देखिएको थियो ।

गठियाको लक्षणः उठ्दा र बस्दा घुँडा वा जोर्नीमा दुखाइ हुन्छ भने सावधान रहनुहोला । यो गठियाको प्रारम्भिक लक्षण हुन सक्छ । यस्तो अवस्थामा जोर्नी दुख्ने समस्या सामान्य भइसकेको छ भने त्यसलाई बेवास्ता गर्ने गलतीले तपाईंलाई आर्थराइटिसको रोगी बनाउन सक्छ ।

अनुसन्धानमा संलग्न डचुक विश्वविद्यालयको मेडिसिन विभागका प्राध्यापक डा भर्जिनियाले भने– यो रोग हामीले सोच्नुभन्दा अगाडि नै हामीकहाँ पुग्छ । यो स्तब्ध पार्ने कुरा हो । यस रोगको लक्षण देखिंदासम्म हाम्रो जोर्नीमा धेरै क्षति भइसकेको हुन्छ ।

गठिया भारतमा दोस्रो सबैभन्दा सामान्य रोग हो । अमेरिकामा प्रत्येक चौथो व्यक्ति यो रोगको शिकार छन् । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठन अनुसार भारतमा ६.३५ करोड मानिस बाथरोगबाट पीडित छन् । सन् १९९० मा यो सङ्ख्या २.५ करोड थियो । विश्वभर गठिया रोगीको सङ्ख्या ५० करोडभन्दा बढी छ ।

कारणः खराब जीवनशैली, मोटोपन र चोटपटकमा वृद्धि बाथरोगको प्रमुख कारण मानिन्छ । यो रोग वंशाणुगत पनि हुन सक्छ ।

विश्वव्यापीरूपमा हुने गठियाको सबैभन्दा सामान्य प्रकार घुँडाको गठिया हो । जसका कारण घुँडा प्रतिस्थापनको शल्यक्रिया पनि बढेको छ । बाथरोग सयभन्दा बढी प्रकारको हुन्छ । यीमध्ये सबैभन्दा सामान्य ओस्टियोआर्थराइटिस हो ।

यस रोगबाट पीडित ७३ प्रतिशत व्यक्ति ५५ वर्षभन्दा बढी उमेरका छन् र तीमध्ये ६० प्रतिशत महिला छन् । विश्वभर ओस्टियोआर्थराइटिसका करीब ३६.५ करोड बिरामी छन् । यस्तो अवस्थामा यो अनुसन्धान गठियाविरुद्धको लडाइँमा महत्त्वपूर्ण साबित हुन सक्छ । तसर्थ बाथरोगको प्रारम्भिक पहिचान र रोकथामका लागि नयाँ विधिहरू विकासप्रति वैज्ञानिकहरूले आशा गरेका छन् ।

– प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

भारतमा लोकसभाका लागि तेस्रो चरणको मतदान शुरू

भारतका प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी र भारतीय जनता पार्टीका उम्मेदवार पारषोत्तम रूपालाका कटआउटहरू गुजरातको राजकोट जिल्लाको चुनावी प्रचार स्थलमा। तस्वीरः एजेन्सी

नयाँ दिल्ली, २५ वैशाख/एएनआई

भारतमा मङ्गलवार लोकसभाको ९३ स्थानका लागि मतदान शुरू भएको छ। भारतीय निर्वाचन आयोगका अनुसार देशका १२ राज्य र केन्द्रशासित प्रदेशमा बिहान ७ बजेदेखि मतदान शुरू भएको थियो।

तेस्रो चरणमा आसामका चार, बिहारका पाँच, छत्तीसगढका सात, गोवाका दुई, गुजरातका २५, कर्नाटकका १४, महाराष्ट्रका ११, मध्यप्रदेशका आठ, उत्तर प्रदेशका १०, पश्चिम बङ्गालका चार र केन्द्रशासित नगर हवेली एवं दामनका दुई स्थानमा चुनाव भएको हो।

यस चरणमा १२० जना महिलासहित १३०० उम्मेदवार चुनावी मैदानमा छन्। करीब १७ करोड मतदाता आजको निर्वाचनमा सहभागी भएका छन्, जसका लागि एक लाख ८५ हजार मतदानस्थल रहेको आयोगको भनाइ छ।

आजका लागि तय भएको जम्मु–कश्मीरको अनन्तनाग–रजौरीको निर्वाचन स्थगित गरिएको र उक्त निर्वाचन आगामी मे २५ का लागि तय भएको निर्वाचन आयोगले जनाएको छ।

भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले गुजरातको अहमदाबादस्थित निसान माध्यमिक विद्यालयको मतदानस्थलमा आज मतदान गरे। यसअघि प्रधानमन्त्री मोदीले आम जनतालाई तेस्रो चरणको मतदानमा सक्रिय र व्यापकरूपमा सहभागी हुन आह्वान गरेका थिए।

तेस्रो चरणको यस निर्वाचनमा केन्द्रीय गृहमन्त्री अमित शाह, मध्यप्रदेशका पूर्व मुख्यमन्त्री शिवराज सिंह चौहान र दिग्विजय सिंह, मन्त्रीहरू ज्योतिरादित्य सिन्धिया, मनसुख माण्डवीय, समाजवादी पार्टीकी नेत्री डिम्पल यादव, भारतीय कम्युनिस्ट पार्टीकी नेता सुप्रिया सुलेसमेत नेताहरू चुनावी प्रतिस्पर्धामा छन्।

यस अघि सन् २०१९ को चुनावमा आज भइरहेका ९३ स्थानमध्ये भारतीय जनता पार्टीले ७२ स्थानमा जीत हासिल गरेको थियो।

आजको तेस्रो चरणको निर्वाचनपछि भारतीय लोकसभाको कुल सिट ५४० मध्ये आधामा मतदान सम्पन्न हुनेछ।

सात चरणमा भइरहेको भारतको लोकसभा निर्वाचन गत अप्रिल १९ तारिखदेखि शुरू भएर आगामी जून १ तारिखमा सम्पन्न हुँदैछ।

यस चुनावमा प्रधानमन्त्री मोदीको नेतृत्वको भारतीय जनता पार्टीले लगातार तेस्रोपटक विजय हासिल गर्नेगरी प्रचार गरिरहेको छ। रासस

हमासद्वारा बन्धक मुक्तिका लागि मध्यस्थता प्रस्ताव स्वीकार

गाजा (इजरायल), २५ वैशाख/एएनआई

हमासले कतार र इजिप्टको मध्यस्थताको प्रस्ताव स्वीकार गरेको छ। यो गाजामा चलिरहेको द्वन्द्वमा सम्भावित सफलताको प्रतीक भएको सिएनएनले जनाएको छ।

भरपर्दो स्रोतबाट सिएनएनले प्राप्त गरेको दस्तावेजमा उल्लिखित प्रस्तावले तनाव कम गर्न र दिगो शान्तिका लागि मार्गप्रशस्त गर्ने उद्देश्यले विस्तृत योजना प्रस्तुत गरेको छ।

दस्तावेज अनुसार सम्झौता तीन चरणमा लागू हुनेछ र प्रत्येक चरण ४२ दिनसम्म चल्नेछ। पहिलो चरणको छ हप्ताको अवधिमा महिला, बालबालिका, वृद्ध र बिरामीसहित ३३ जना इजरायली बन्धकको रिहाइ समावेश छ।

बदलामा इजरायली सेना बिस्तारै गाजाका केही भागहरूबाट फिर्ता हुनेछन्। जासुसी उडानहरू दैनिक १० घण्टाका लागि रोकिनेछन् भने निरस्त्र प्यालेस्टिनीहरूलाई गाजा पट्टीभर स्वतन्त्र आवागमनको अनुमति दिइनेछ। यसका अतिरिक्त विनिमय प्रक्रियाका लागि निर्दिष्ट मापदण्डसहित सयौं प्यालेस्टिनी कैदीलाई रिहा गर्ने तयारी गरिएको सिएनएनले उल्लेख गरेको छ।

सम्झौतामा हमासले रिहा गरेको प्रत्येक इजरायली बन्धकका लागि ३० प्यालेस्टिनी महिला तथा बालबालिका रिहा गरिने उल्लेख छ। साथै समान उमेर समूहका प्रत्येक इजरायली बन्धकका लागि ५० वर्षमाथिका ३० जना प्यालेस्टिनी कैदी पनि रिहा गरिनेछ।

यसबाहेक ३३ जना बन्धकमा महिला आइडिएफ सैनिक समावेश छन्। रिहा गरिने प्रत्येक आइडिएफ महिला सैनिकका लागि ५० जना प्यालेस्टिनी कैदीलाई रिहा गर्न इजरायल सहमत भएको छ। यीमध्ये ३० जना आजीवन कारावासको सजाय भोगिरहेका छन्।

सम्झौताको मानवीय पक्षलाई गाजामा अस्थायी आश्रय र घरहरूका साथै अस्पताल र बिजुली संयन्त्र जस्ता प्रमुख पूर्वाधारको पुनर्स्थापनासहित सहायताको प्रवेशलाई सहज बनाउन व्यापक जोड दिइएको छ।

सम्झौताको दोस्रो चरणमा पुरुष नागरिक र आइडिएफ पुरुष सैनिकसहित बाँकी बन्धकहरूको रिहाइका साथै गाजामा शान्तिको स्थायी अवधि प्राप्त गर्न केन्द्रित गरिएको छ।

यद्यपि दस्तावेजमा यस चरणको विशिष्ट विवरणलाई सम्पूर्णरूपमा खुलासा नगरिए पनि पहिलो चरणमा भएको प्रगतिमा अगाडि बढ्ने अनुमान गरिएको सिएनएनले बताएको छ।

सम्झौताको तेस्रो र अन्तिम चरणमा गाजाका लागि तीनदेखि पाँच वर्षको विस्तृत पुनर्निर्माण योजनाको रूपरेखा तयार पारिएको छ। यस चरणले यस क्षेत्रको पुनर्निर्माण र यस क्षेत्रका बासिन्दाहरूका लागि स्थिरता र समृद्धिलाई बढावा दिने दीर्घकालीन प्रतिबद्धतालाई जोड दिन्छ।

युद्धविराम गराउन र सम्झौताको कार्यान्वयनलाई सहज बनाउन अन्तर्राष्ट्रिय प्रयासहरू जारी छन्। कतारको प्रतिनिधिमण्डलले कायरोमा अप्रत्यक्ष वार्ता जारी राख्ने तालिका रहेको छ।

इजिप्ट र कतारको प्रस्ताव हमासले स्वीकार गरेपछि संयुक्त राष्ट्रसङ्घका महासचिव एन्टोनियो गुटेरेसले इजरायली सरकार र हमास दुवैलाई युद्धविराम सम्झौतामा सहमत हुन आह्वान गरेका छन्।

कतारले द्वन्द्वको द्रुत समाधान र गाजामा मानवीय सहायताको दिगो प्रवाहका लागि आशा व्यक्त गर्दै घटनाक्रमले अधिकारी र हितग्राहीहरूबीच आशा जगाएको बताएको छ। जोर्डनका विदेशमन्त्री अयमान सफादीले यस्ता भावनाहरू दोहोर्‍याउँदै व्यापक सम्झौतामा पुग्न तत्काल आवश्यक रहेको कुरामा जोड दिएका छन्। रासस

'स्पेसएक्स'द्वारा २३ थप 'स्टारलिङ्क' इन्टरनेट उपग्रह अन्तरिक्षमा प्रक्षेपण

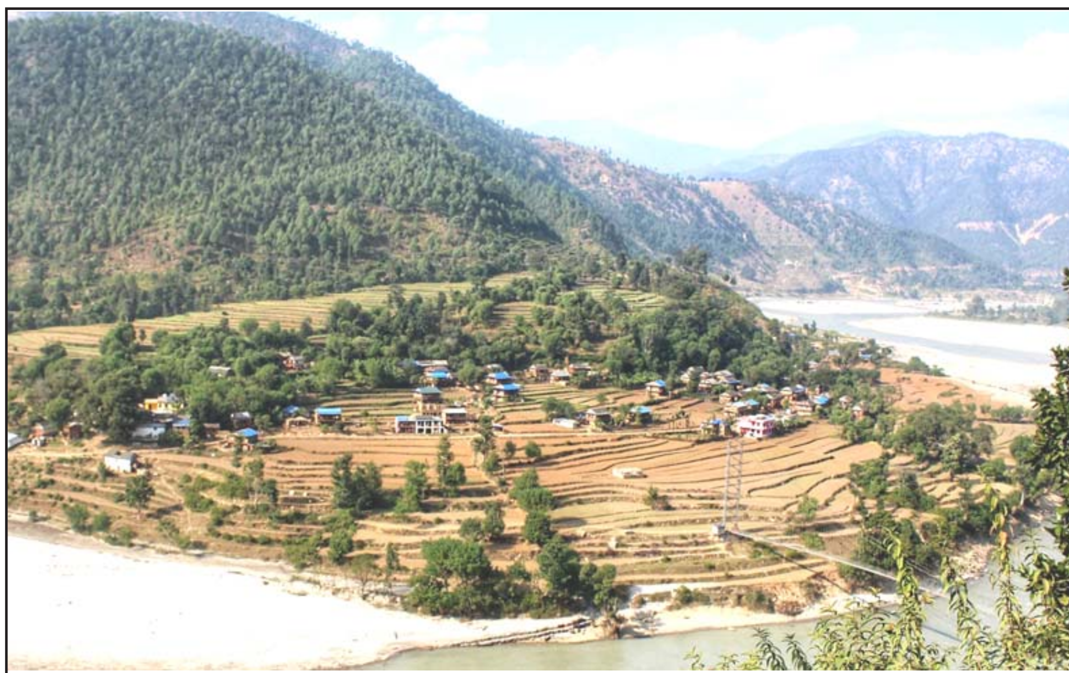
लस एन्जल्स, २५ वैशाख/सिन्ह्वा

अमेरिकी निजी अन्तरिक्ष कम्पनी 'स्पेसएक्स'ले सोमवार थप २३ वटा 'स्टारलिङ्क' उपग्रहहरू प्रक्षेपण गरेको छ। स्टारलिङ्क निजी अन्तरिक्ष उडान कम्पनी स्पेसएक्सद्वारा कम लागतको इन्टरनेट उपलब्ध गराउन विकसित गरिएको उपग्रह नेटवर्कको नाम हो।

स्पेसएक्सका अनुसार अमेरिकी राज्य फ्लोरिडास्थित नासाको केनेडी स्पेस सेन्टरबाट 'फाल्कन–९' रकेटमा उपग्रहहरू प्रक्षेपण गरिएको थियो। फाल्कन–९ स्पेसएक्सद्वारा डिजाइन र निर्माण गरिएको एक रकेट हो।

'फाल्कन–९' पहिलो चरणमा फिर्ता आयो र 'जस्ट रिड दी डाइरेक्शन' ड्रोनसीपमा अवतरण भयो। उक्त ड्रोनसीप एटलान्टिक महासागरमा राखिएको कम्पनीले जानकारी गराएको छ।

स्पेसएक्सले यसपछि २३ वटा उपग्रहको तैनाथीको पुष्टि गरेको छ। स्टारलिङ्कले स्पेसएक्सका अनुसार पहुँच अविश्वसनीय, महँगो वा पूर्णरूपमा अनुपलब्ध भएका स्थानहरूमा तीव्र गतिको ब्रोडब्यान्ड इन्टरनेट प्रदान गर्ने बताएको छ। रासस



अछामको तुल्तागाउँ: दैलेखको आठबिस नगरपालिका–२ टुनिबगरबाट देखिएको कर्णाली किनारमा अवस्थित अछामको तुर्माखाद गाउँपालिका वडा नं ६ रानीवन तुल्तागाउँ। तस्बिरः सुरेश आचार्य/रासस

परीक्षाको ...

बजे विद्यार्थीहरूबीच झगडा भएको थियो।

प्रहरीले झगडा सुल्झाउन खोज्दा प्रहरीमाथि नै विद्यार्थीहरू जाई लागेपछि फैयाज अन्सारीलाई नियन्त्रणमा लिइएको थियो। आइन्दा गलती नगर्ने शर्तमा अन्सारीलाई निजकी आमाको जिम्मा लगाइएको वडा प्रहरी कार्यालय श्रीपुरका प्रहरी निरीक्षक धर्मजङ्ग थिङले जानकारी दिए।

वाणिज्य सङ्काय अन्तर्गत कक्षा १२ को अन्तिम बिजनेश स्टडी विषयको परीक्षापछि विद्यार्थीहरू आआफ्नो शर्टमा अटोग्राफ लेख्ने क्रममा विद्यार्थीहरूबीच झगडा भएको थियो।

झगडा सुल्झाउने क्रममा विद्यार्थीहरूले प्रहरीले ज्यादती गरेको आरोप लगाएका छन्।

सहकारीले ...

समितिमा पनि खोट रहेको उल्लेख गर्दै उनले अहिलेको समस्या समाधान गर्न अहिलेदेखि नै लाग्न आवश्यक रहेको बताए।

कार्यक्रममा भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरीबी निवारण मन्त्रालयका सचिव गोकर्णमणि दुवाडीले अर्थतन्त्रको एउटा महत्त्वपूर्ण खम्बामा धमिरा लागेको धारणा राखे।

उनले सहकारी अभियान भुमरीमा परेको बताए। सहकारी विभागका रजिस्ट्रार पीताम्बर घिमिरेले सहकारीको खोल आढेर बदमाशी गर्नेलाई कानूनी कारबाई गरेरै छाड्ने बताए।

उनले सहकारीको प्रभावकारी नियमनका लागि यही वैशाख मसान्तभित्रै ऐनको मस्यौदा सार्वजनिक गर्ने उल्लेख गर्दै अब सहकारी देखाएर गलत गर्नेलाई कारबाई गरेरै छाड्ने बताए।

जसपा नेपालले कानूनी उपचार खोज्ने

काठमाडौं, २५ वैशाख/रासस

जनता समाजवादी पार्टी नेपालले पार्टी विभाजनको विषयमा कानूनी उपचार खोज्ने भएको छ। बालकुमारीस्थित जसपा नेपालको पार्टी कार्यालयमा शीर्ष नेताहरूको अनौपचारिक बैठकले कानूनी उपचार खोज्ने निर्णय गरेको सो पार्टीका प्रवक्ता मनीषकुमार सुमनले जानकारी दिए।

"भोलि बुधवार पार्टीको बैठक बस्छ। बैठकमा पछिल्लो विकसित घटनाक्रमको समीक्षा गर्दै कानूनी उपचारबारे निर्णय लिइनेछ," प्रवक्ता सुमनले भने। बैठकपछि पत्रकार सम्मेलन गरेर पार्टीको आधिकारिक धारणा सार्वजनिक गरिने उनले जानकारी दिए।

अशोक राईको नेतृत्वमा सातजना सांसद अलग भई गठन भएको जनता समाजवादी पार्टी सोमवार निर्वाचन आयोगमा दर्ता भएको थियो।

लैङ्गिक ...

छायामा छन्। कतिपयमा अध्यक्ष वा प्रमुख, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत वा अन्य कार्यपालिका सदस्यले भूमिका सङ्कुचित बनाएको छ। कतिपयमा लैङ्गिकता र समावेशीताप्रतिको बुझाइ नै स्पष्ट छैन। यही कारण लैङ्गिक हिसाबले महिला भएपनि धेरै उपप्रमुख वा उपाध्यक्षले ऐनले दिएका जिम्मेवारी पूरा गर्न, सामाजिक विकास, लैङ्गिक समानतालगायतका मुद्दा आवश्यकता अनुसार उठाएका छैनन्। फलस्वरूप लैङ्गिकमैत्री र समावेशीको साटो टाठाबाठाले ल्याएका विकास र भौतिक पूर्वाधारका योजनालाई नै निरन्तरता दिएका छन्।

स्थानीय तह गठनका बेला गाउँगाउँमा सिंहदरबार घरघरमा विकास भनियो। तर गाउँकै सिंहदरबार अर्थात् स्थानीय तहमा पनि धेरै महिला, बालबालिका, सीमान्तकृत र अल्पसङ्ख्यक समुदायका व्यक्ति बजेट माग्दै पुग्दैनन्। पुगेकाको कुरा सुन्ने फुर्सद पनि धेरै जनप्रतिनिधिलाई छैन। लैङ्गिकमैत्री, समावेशी बजेट र यसमार्फत गरिने सामाजिक विकास भौतिक विकास जस्तो तत्काल मापन गर्न सकिंदैन।

कामको तत्काल प्रभाव पनि देखिंदैन। पहुँचवालाले जस्तो दबाब दिन सक्दैनन्। यसैले धेरैजसो जनप्रतिनिधि लक्षित समुदायका लागि छुट्टिने लैङ्गिक र समावेशी बजेट भनेको खेर जाने बजेट भन्ने मानसिकता राख्छन्। जनप्रतिनिधिको ध्यान पहुँचवाला नागरिकमा छ। सडक, कुलो, पुल, भवन जस्ता भौतिक पूर्वाधार विकासमा छ। योजना निर्माण तथा छनोटमा पनि लैङ्गिक उत्तरदायी र समावेशी बजेट चाहिने लक्षित वर्गको सहभागिता कम हुन्छ। सहभागी हुनेले पनि तर्क राख्न सक्दैनन्। यही कारण पनि स्थानीय तहमा लैङ्गिक र सामाजिक समावेशीकरणको बजेट घटाएको छ।

स्थानीय तहमा जिम्मेवार व्यक्ति, विषय विज्ञ र लैङ्गिक संवेदनशीलताको अभाव छ। यसले राम्रा कामको सुरुआत गरेका स्थानीय तहको नीति तथा कार्यक्रम र बजेट पनि लैङ्गिक र समावेशी छैन। लैङ्गिक र समावेशी शीर्षकमा छुट्टाएको बजेटसमेत साझा पूर्वाधार विकासमा लगाएका छन्।

स्थानीय तहका हरेक वडामा दुईजना महिला सदस्य छन्। त्यसमध्ये एक दलित महिला र एक अन्य हुन्। समावेशी विकासको सिद्धान्तबाट गएका तिनै महिला र सीमान्तकृत प्रतिनिधिले पनि लैङ्गिक र समावेशी बजेट बिर्सेका छन्। हरेक स्थानीय तहमा महिला तथा बालबालिका शाखा छन्। त्यसमा महिला तथा बालबालिका कार्यालयबाट समायोजन भएर गएका महिला कर्मचारी प्रमुख छन्। तर उनीहरूको पहुँच नीति, बजेट, कार्यक्रम निर्माण र कार्यान्वयनमा छैन। सङ्घीयतामैं लैङ्गिक र समावेशी बजेट घट्नु र मुद्दा ओझेलमा पर्नु लाजमर्दो कुरा हो। दिगो विकासको लक्ष्यमा पुग्न र मानव विकास सूचकाङ्क बढाउन लैङ्गिक तथा समावेशी विकास जरुरी छ। लक्षित वर्गले सहजरूपमा आफ्ना आवाज र गुनासो सुनाउन सक्ने स्थानीय तह नै हो।

स्थानीय तहले उनीहरूको उत्थान र विकासका लागि लगानी घटाउने होइन बढाउनुपर्छ। यसर्थ लैङ्गिकमैत्री नीति तथा कार्यक्रम र बजेट निर्माणमा उपप्रमुख वा उपाध्यक्षलाई निर्धक्क काम गर्ने अवसर सिर्जना गरिदिनुपर्छ। राजनीतिक दल, जनप्रतिनिधि, कर्मचारी र नागरिक अगुवाले काममा सघाउनुपर्छ। जनप्रतिनिधि राजनीतिक प्रतिनिधि पनि हुन्। संविधानको प्रस्तावनाले नै लैङ्गिकता र समावेशितालाई समेटेको छ।

यसर्थ सरकारका नीति तथा कार्यक्रम बनाउँदा होस् वा बजेट ल्याउँदा लैङ्गिकता र समावेशिताप्रति राजनीतिक इच्छाशक्ति र राजनीतिक प्रतिबद्धता हुनुपर्छ। लैङ्गिक र समावेशी बजेट नबनाउने स्थानीय तहलाई प्रदेश र सङ्घले दिने अनुदान घटाउनुपर्छ। प्रदेश र सङ्घले पनि बजेट लैङ्गिक र समावेशी बनाउन चुक्नुहुँदैन।

(लेखक पत्रकार हुन।)

आजको राशिफल

मेष – सुयश	वृष – खर्चवृद्धि
मिथुन – धनलाभ	कर्कट – सफलता
सिंह – राज्यभय	कन्या – वादविवाद
तुला – व्यापारवृद्धि	वृश्चिक – कडाश्रम
धनु – चोरभय	मकर – भयचिन्ता
कुम्भ – मित्रमिलन	मीन – कान्तिक्षय

ज्योतिषी पं. छविरमण सुवेदी, सि.सं.मा.वि.कलैया

यहाँ स्तरीय छपाईसम्बन्धी सम्पूर्ण कार्य गरिन्छ।
बिल, बूक, खाता
क्यालेन्डर, ब्रोसर, पोस्टर
विवाह कार्ड, लेटरप्याड
पुस्तक, डायरी
भिजिटिङ कार्ड
फ्लेक्स, ब्यानर
प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
त्रिमूर्ति सिनेमा हल रोड, श्रीपुर, वीरगंज-११ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१-५२५१२२, ५२३१०५
email: prateekdaily@gmail.com, Website: eprateekdaily.com

अत्यधिक गर्मी बढेपछि नारायणी अस्पतालमा उपचार गराउन आउनेहरूको भीड बढेको छ। तस्वीरः बलिराम शुक्ला

पर्सा प्रहरीद्वारा मुसहरबस्तीमा स्वास्थ्य शिविर

प्रस, परवानीपुर, २५ वैशाख/

समुदाय-प्रहरी साझेदारी कार्यक्रम अन्तर्गत जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्साको आयोजनामा विभिन्न ठाउँमा स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न भएका छन्। वीरगंज-२२ मुसहर बस्तीमा आयोजना गरिएको स्वास्थ्य शिविरमा दुई सयभन्दा बढीको स्वास्थ्य परीक्षण एवं औषधि वितरण गरिएको थियो।

तस्वीरः प्रतीक

ग्रीन सिटी आदर्शनगर र नेपाल रेडक्रस सोसाइटी पर्सा शाखाको सहयोगमा आयोजना भएको सो शिविरमा प्रभु हस्पिटल, वीरगंज सामुदायिक आँखा अस्पताललगायत विभिन्न सङ्घसंस्थाहरूले सहजीकरण गरेका थिए।

यसैगरी, वीरगंजको रोयल एकेडेमी स्कूलका करीब पाँच सय छात्रछात्राहरूको आँखा परीक्षण गरिएको वीरगंज सामुदायिक आँखा अस्पतालका संयोजक महेशसिंह धामीले बताए। प्रहरी उपरीक्षक कुमोध ढुङ्गेलको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न शिविरमा प्रभु हस्पिटलका डा सरोजकुमार साह, वीरगंज सामुदायिक आँखा अस्पतालका डा अजय अस्थाना, दिलीपराज कार्की, ग्रीन सिटीका जयप्रकाश खेतान, रूँगटा वेलयफेयरका सुरेश रूँगटा, दृष्टि विशेषज्ञ प्रभात चौरसिया, प्रहरी निरीक्षक धर्मराज थिङलगायतको सहभागिता थियो।

"लामखुट्टेबाट सर्ने रोगबाट बचौं"

औलो (मलेरिया), डेंगी ज्वरो, कालाजार, जापानिज इन्सेफलाइटिस जस्ता सङ्क्रामक रोग लामखुट्टेको टोकाइबाट हुने गर्छ।

यसबाट बच्न,

- झुल लगाएर सुत्ने,
- पूरा शरीर ढाक्ने गरी लुगा लगाउने,
- शरीरका खुला अङ्गमा लामखुट्टेले नटोकोस् भनी सचेत रहने,
- घरको झ्याल तथा ढोकामा जाली राख्ने,
- घरवरिपरि, बगैंचा र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिने र खाल्डाखुल्डी पुर्ने,
- ढल, नाला खुला नराख्ने,
- पोखरी, दह तथा नालामा लामखुट्टेको लार्भा खाने माछा पाल्ने,
- सुङ्गुर, बङ्गुर, हाँस, घोडाजस्ता पशुपक्षीहरू व्यवस्थित ढङ्गले पाल्ने,
- मानिस बस्ने घरभन्दा पशुपक्षीको खोर टाढा राख्ने।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

१३ लाखसहित एकजना पक्राउ

प्रस, वीरगंज, २५ वैशाख/

हुन्डी कारोबारमा संलग्न रहेको आरोपमा प्रहरीले १३ लाखसहित एकजनालाई पक्राउ गरेको छ। पक्राउ पर्नेमा वीरगंज-२२ जगरनाथपुरका २८ वर्षीय रविकुमार पटेल रहेको र उनको साथबाट १३ लाख २५ हजार बरामद भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्साले जनाएको छ।

परवानीपुरतर्फ जाँदै गरेको प्रदेश २-०३ -०१० प ६७१९ नम्बरको मोटरसाइकललाई वीरगंज-१४ गण्डकमा चेकजाँच गर्दा पटेलको झोलाबाट १३ लाख २५ हजार नगद भेटिएको र उक्त रकमको स्रोत खुल्न नसकेपछि पक्राउ गरिएको प्रहरी नायब उपरीक्षक कुमार विक्रम थापाले जानकारी दिए। पटेलको साथबाट विभिन्न बैंकका खाली चेक सात थान बरामद भएको उनले बताए।

हतियारसहित एकजना पक्राउ

प्रस, वीरगंज, २५ वैशाख/

वीरगंजको सीमावर्ती क्षेत्रबाट भारतीय प्रहरीले हतियारसहित एकजनालाई पक्राउ गरेको छ। रक्सौलस्थित भारतीय एसएसबीले मितेरी पुलबाट पेस्तोलसहित नेपालको नवलपरासी गैंडाकोटका २५ वर्षीय मनोज महर्जनलाई पक्राउ गरेको छ। उनको साथबाट दुई थान पेस्तोल र दुई थान म्यागिजन बरामद भएको बताइएको छ। सो घटनामा नवलपरासीकै विवेक मल्ल ठकुरी फरार भएको एसएसबीका सहायक कमान्डेड गुलाबकुमार चौधरीले जानकारी दिए।

बरामद दुवै पेस्तोल ९ एमएमका हुन्। तीमध्ये एक मेड इन युएसए र अर्को मेड इन इटली रहेको उनले बताए। एउटा पेस्तोलमा म्यागिजन लोड थियो भने अर्कोमा थिएन। दुवैजना डङ्कन अस्पतालतर्फ भाग्ने क्रममा झाडीमा पेस्तोल र म्यागिजन फालेको एसएसबीले बताएको छ।

Make your stay with us is a
memorable experience

Lords Plaza Birgunj is a world class hotel built to treat all types of travelers. This beautiful hotel is equipped with contemporary Rooms and Suites, Business Center, Four Conference Rooms, Three Food and Beverage outlets - Bar, Multi Cuisine Restaurant & Roof Top Dining, Spa, Gym, Pool and Casino.

Diyalo Lords PLAZA
Exhilarating Hospitality
Birgunj
Call - 51525252, 98028 19788, 98028 19787
Aadarsh Nagar, Birgunj, Nepal, www.lordshotels.com,

खेलकूदको संसार

कर्पोरेट सुपर सिक्सेसः माछापुच्छ्रे बैंक च्याम्पियन

प्रस, वीरगंज, २५ वैशाख/

माछापुच्छ्रे बैंकले मङ्गलवार कर्पोरेट सुपर सिक्सेस सिजन-७ को उपाधि जितेको छ। मूलपानी क्रिकेट मैदानमा मङ्गलवार सम्पन्न फाइनलमा आइसिएफसी फाइनान्सलाई तीन विकेटले हराउँदै माछापुच्छ्रे बैंकले उपाधि उचालेको हो।

एसएस इभेन्ट्सको आयोजनामा हुँदै आएको कर्पोरेट क्रिकेट प्रतियोगितामा माछापुच्छ्रे पहिलोपटक कर्पोरेट क्रिकेटमा विजेता भएको हो। आइसिएफसी फाइनान्सले दिएको ६६ रनको लक्ष्य माछापुच्छ्रेले ४.४ ओभरमा दुई विकेटको क्षतिमा पूरा गऱ्यो। माछापुच्छ्रेको जीतमा निशेष केसीले ३१ र वैभव जोशीले १६ रन जोडेका थिए। निशेषले १४ बलमा तीन चौका र दुई छक्का प्रहार गरे। वैभवले एक चौका र एक छक्का प्रहार गरेका थिए।

आइसिएफसी फाइनान्सको बलिङमा सुरज तिमल्सिना र सञ्जोग गुरुङले समान एक/एक विकेट लिएका थिए। त्यसअघि आइसिएफसी फाइनान्सले निर्धारित पाँच ओभरमा एक विकेटको क्षतिमा ६५ रनको योगफल बनाएको थियो। आइसिएफसी फाइनान्सका लागि अरविन्द राणाले १३ बलमा ३१ रन र सुरज तिमल्सिनाले १३ बलमा १६ रन जोडे। अरविन्दले चार चौका र दुई छक्का प्रहार गरेका थिए। माछापुच्छ्रेका बलरले विकेट लिन सकेनन्। 'प्लेअर अफ दी फाइनल' माछापुच्छ्रेका निशेष केसी घोषित भए। यस सिजनको विजेता माछापुच्छ्रे र उपविजेता आइसिएफसी फाइनान्सले ट्रफी र उपहार पाएका थिए। 'प्लेयर अफ दी टुर्नामेन्ट' आइसिएफसी फाइनान्सका सुरज तिमल्सिना र बेस्ट ब्याट्सम्यान एनआइसी एशिया बैंकका अमर रावल घोषित भएका थिए। त्यस्तै, बेस्ट बलरमा आइसिएफसी फाइनान्सका सुरज तिमल्सिना, बेस्ट फिल्डरमा माछापुच्छ्रेका श्रीजन सुवेदी र बेस्ट विकेटकीपर माछापुच्छ्रेका निशेष केसी भएका थिए। सर्वाधिक छक्का प्रहार गर्ने खेलाडीमा एनआइसी एशियाका अमर रावल थिए भने 'फेयर प्ले अवार्ड' प्राइम बैंकले प्राप्त गऱ्यो। प्रतियोगिताको बैंकिङ पार्टनर एनआइसी एशिया बैंक थियो। विजेतालाई एमाले नेता कर्ण थापा, हरिनारायण रौनियार, नेकोसका अध्यक्ष परशुराम बस्नेत, नेपाल क्रिकेट सङ्घ (क्यान)का उपाध्यक्ष रोशन सिंह र एसएस इभेन्ट्सका निर्देशक सुमित रौनियारले पुरस्कार वितरण गरेका थिए।

छिपहरमाई गापामा मेयरकप क्रिकेट प्रतियोगिता शुरू

प्रस, पोखरिया, २५ वैशाख/

छिपहरमाई गाउँपालिकास्तरीय मेयरकप टी-२० क्रिकेट प्रतियोगिता मङ्गलवारदेखि शुरू भएको छ। छिपहरमाई गापाको सहयोग र युवा समाज भिस्वा क्रिकेट क्लबको आयोजनामा आजदेखि सञ्चालित प्रतियोगिताको गापा अध्यक्ष मनोजकुमार गुप्ताले उद्घाटन गरेका थिए। सो अवसरमा उनले युवाहरूलाई खेलकूदमा दत्तचित्त भएर लाग्न आग्रह गरे। उनले खेलकूदको माध्यमबाट युवाहरूको शारीरिक र मानसिक विकास हुनुका साथै अनुशासनको शिक्षा पनि पाउने बताए। उनले खेलकूदको माध्यमबाट पालिका, प्रदेश र देशको नाम विदेशमा चिनाउने सकिने बताए।

तस्वीरः प्रतीक

प्रतियोगिता अन्तर्गत पहिलो खेल आयोजक क्रिकेट क्लब भिस्वा र पकहामैनपुर गापा सबैठवाबीच भएको थियो। तर वर्षाको कारण आजको खेल स्थगित भएको थियो। सो खेल भोलि खेलिने आयोजक कमिटीका मनोज पटेलले बताए।

कार्यक्रममा गापा उपाध्यक्ष लीलावतीदेवी कानू, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अशोक रौनियार, सशस्त्र प्रहरी बल लहावरथकरीका सशस्त्र प्रहरी नायब उपरीक्षक प्रेमबहादुर कठायत, वडाध्यक्ष कामेश्वर यादव, महेन्द्र साह कलवार, दीपेन्द्र सिंहलगायतको सहभागिता थियो।

प्रतियोगितामा आठवटा टीमले भाग लिएको आयोजक कमिटीका पटेलले बताए।

रामभौरीभाथास्थित दुग्धेश्वर महादेवको मेला समापन

प्रस, सेढवा, २५ वैशाख/

पर्सा राष्ट्रिय निकुञ्जभित्र रहेको दुग्धेश्वर महादेव मन्दिर रामभौरीभाथामा सोमवार मेला सम्पन्न भएको छ।

हरेक वर्षझैं सोमवार वैशाख कृष्णपक्ष त्रयोदशीका दिन दुग्धेश्वर महादेव मन्दिरमा एकाबिहानैदेखि भक्तजनहरूको भीड लागेको थियो। मेलामा पर्सा, बारा, रौटहट तथा भारतको बिहार राज्यका विभिन्न स्थानबाट भक्तजनहरूको ताती लागेको थियो। भक्तजनहरूले भगवान् शिवलाई जल, अक्षता, फूल, प्रसाद, धुपलगायतका पूजा सामग्री चढाइ पूजा आराधना गरेका थिए। यसका साथै भाकल अनुसार मेलामा अष्ठजाम र भगवान् शिवको आराधना ठाउँठाउँमा भइरहेको थियो। मेलामा चर्मरोग निको भएका भक्तजनहरूले सावा भार भन्टा चढाउने प्रचलनसमेत रहेको छ।

मानवबस्तीदेखि करीब १७ किलोमिटर जङ्गलभित्र रहेको भाथा पहाडमा अवस्थित यस मन्दिरमा दर्शन गर्न भारतीयहरू पनि आउने गरेका छन्। जङ्गल, पहाड तथा खोलाको रमणीय दृश्यको अवलोकन गर्ने उद्देश्यले पनि भारतीय भक्तजनहरू मेलामा आउने गरेका छन्। गत वर्ष जङ्गल प्रवेशका लागि निकुञ्ज प्रशासनले सोनवर्षाको नाका मात्र खोले पनि यस वर्ष दुईवटा नाका खोलिएको सुनाखरी वन समितिका अध्यक्ष भीमबहादुर पाख्रिनले बताए। लामो समयदेखि बन्द रहेको ठोरी गाउँपालिकाको गडुवालाइन पोस्ट नाका खोलिएको र सो नाका भएर चारभैया पोस्टमा पुग्ने व्यवस्था रहेको पाख्रिनले बताए। चारभैयाबाट मन्दिरसम्म एउटै बाटो प्रयोग गरी जाने व्यवस्था रहेको हुँदा बाटोमा निकै भीड रहेको यात्रीहरूले बताए।

सोमवार बिहानदेखि नै भाथा जाने यात्रीहरूको लर्को लागेको थियो। भारतीय यात्रीहरू ठोरी, बलुवा, जानकीटोला, भिस्वा र वीरगंज नाका भएर नेपाल भित्रिएका थिए भन्ने रातिको बास भाथा खोला, धर्मशाला तथा जीराभवानी, पटेर्वासुगौली र ठोरीका मठमन्दिरमा बसेका थिए।