लामखुट्टेबाट सर्ने रोगबाट बचौं।

- लामखुट्टेको टोकाईबाट औलो (मलेरिया), डेंगी ज्वरो, कालाजार, जापानिज इन्सेफलाइटिस जस्ता सङ्क्रामक रोग लाग्न सक्दछ।
- त्यसैले लामखुट्टेबाट बच्न आवश्यक उपायको अवलम्बन गरौं।
- घर वरीपरी पानी जम्न नदिऔं।
- घर तथा गोठ वरीपरी सफा सुग्घर राखौं।
- गोठ तथा खोर घरभन्दा टाढा राखौं।

लामखुट्टेको टोकाईबाट बचौ र बचाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY

प्रतीक

दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

eprateekdaily.com

निश्शुल्क प्रतीक दैनिक पढ्न चाहनुहुन्छ भने लग अन गर्नुहोस्।
epratekdaily.com

❖ वर्ष ३७ ❖ २०८० असोज ११ गते बिहीवार // मृत भस्म नबन्दैमा भिल्को भैकन बल्नुछ // 2023 September 28 Thursday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क ४०

नारायणी अस्पतालको १३१ वर्षको यात्रा

सेवा विस्तार, भौतिक संरचनाको कमी

प्रस, वीरगंज, १० असोज/

नारायणी अस्पतालले १३१औं

तस्वीर: फाइल

वार्षिकोत्सव मनाउन गइरहेको छ। यही असोज १३ गते अस्पतालको १३१औं वार्षिकोत्सव भएको मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा चित्तरञ्जन साहले बताए।

उनले विसं १९४९ मा वीर अस्पतालपछि नारायणी अस्पतालको स्थापना भएको र सुरुआतमा तीन शय्याबाट बिरामीको उपचार शुरू गरिएको बताए। उनले २०२८ सालमा अस्पतालको स्तरोन्नति भएर महेन्द्र आरोग्य भवन निर्माण भएको र त्यसको १४ वर्षपछि २०४२ सालमा ऐश्वर्य प्रसूतिगृह निर्माण भएको र हाल अस्पतालको भौतिक स्तरोन्नतिको कार्य अदालतमा मुद्दा परेकोले रोकिएको बताए।

उनले पाँच सय शय्याको अस्पताल निर्माणको लागि ठेक्का भएको तर अस्पतालविरुद्ध सो सम्बन्धमा चार वर्षदेखि मुद्दा चलिरहेकोले भौतिक संरचनाको निर्माण हुन नसकेको बताए। अहिले महेन्द्र आरोग्य भवन रहेको पुरानो अस्पताल क्षेत्रमा आँखा, ओपिडी, भिडियो एक्स-रे, एक्स-रे, प्रयोगशाला आदिको भवन निर्माण कार्य भइरहेको र प्रसूतिगृहमा अस्पतालको गाइनो, सर्जिकल, मेडिकल, छाला, बाल बहिरङ्ग, इएनटी शाखाहरू सञ्चालनमा रहेको बताए। उनले हाल अस्पतालमा ३२२ शय्या सञ्चालनमा रहेको र बिरामीको चाप दिनानुदिन बढ्दै गएको बताए।

आफू मेसु भएर आउँदा अस्पतालको ओपिडीमा छ सय बिरामीले दैनिक सेवा लिइरहेकामा अहिले बिरामी सङ्ख्या बढेर दोब्बरी अर्थात् १२ सय पुगेको बताए। आकस्मिक कक्षमा पनि हाल १५० जना बिरामीको दैनिक परीक्षण भइरहेको र शय्या अभावमा बिरामीलाई भर्ना गर्न नसकिएको बताए। अस्पतालमा अहिले एनआइसियू नौ शय्याबाट १५ शय्यामा पुगेको र त्यसमा थप १० शय्या वृद्धि गर्ने तयारी भइरहेको बताए। उनले १० शय्याको एसएनसियू थप गर्न लागेको र आकस्मिक कक्षमा पनि १५ शय्या थप गर्ने तयारी भइरहेको बताए।

हाल आकस्मिक सेवामा आठ शय्या र अब्जर्भेसनमा चार शय्या रहेको छ। अब्जर्भेसन पनि ३० शय्याको बनाउने तयारी भइरहेको उनले बताए। अस्पतालमा दरबन्दीका १८० जना र विकास समितिका १७० जना गरी ३५० जना कार्यरत रहेको बताए। उनले हाल ८० जना चिकित्सक अस्पतालमा खटिरहेका र उनीहरूमध्ये अधिकांश दैनिक ज्यालादारी, करारमा रहेको बताए। चिकित्सकहरूमध्ये आठजना दैनिक आकस्मिक कक्षमा २४सैं घण्टा खट्दै आएका छन्।

अस्पतालमा अहिले इको (मुटुजाँच), एमआरआई र सिटीस्क्यान सेवा थप गरिएको र प्रयोगशालाको सेवा पनि वृद्धि गरेर हर्मन, क्यान्सरलगायतका थप सेवाहरूको परीक्षण शुरू गरिएको बताए। उनले प्रयोगशालाबाट अहिले दैनिक दुई सयजनाले सेवा लिइरहेको जानकारी गराएका छन्।

नारायणी अस्पतालमा अहिले १७ शय्याको आइसियू सञ्चालनमा छ। यसअघि सात शय्याको आइसियूलाई विस्तार गरिएको हो। अस्पतालमा सुधारका धेरै काम गर्नुपर्ने र अहिले भौतिक संरचना अभावमा बिरामीहरूलाई भर्ना गरेर प्रभावकारी सेवा दिन नसकिएको उनले बताए।

वीरगंज र ठोरीमा ४४औं पर्यटन दिवस मनाइयो

प्रस, वीरगंज, १० असोज/

४४औं विश्व पर्यटन दिवस विभिन्न कार्यक्रम गरी मनाइएको छ।

वीरगंजको शङ्कराचार्यद्वारमा पर्यटकको स्वागत गर्दै। तस्वीर: सौजन्य

होटल तथा पर्यटन व्यवसायी सङ्घ वीरगंज, पर्यटन प्रहरी र अध्यागमन कार्यालय, वीरगंजले बुधवार शङ्काराचार्य द्वारमा भारतीय पर्यटकलाई स्वागत गरेका थिए।

भारतको गोपालगंजबाट आएका चारजना पर्यटकलाई माला, खादा र टीका लगाएर स्वागत गरिएको होटल तथा पर्यटन व्यवसायी सङ्घ वीरगंजका अध्यक्ष हरि पन्तले जानकारी दिए।

अध्यक्ष पन्तले नेपालको अर्थतन्त्रको प्रमुख आधार पर्यटन भएकोले राज्यले पर्यटन क्षेत्रको विकासमा ध्यान दिनुपर्ने बताए। उनले स्थानीय तहमा पनि पर्यटन पूर्वाधार निर्माणमा खासै ध्यान नदिइएको बताए।

कार्यक्रममा सङ्घका वरिष्ठ उपाध्यक्ष रचिन्द्र थापा, महासचिव माधव बस्नेत, सदस्य कुबेर कार्की, सशस्त्र प्रहरी नायब उपरीक्षक देवेन्द्र सिंह, पर्यटन प्रहरीलगायतको सहभागिता थियो।

चिरञ्जीवी सापकोटा, ठोरी/

पर्साको सुन्दर नगरी ठोरीमा बुधवार ४४औं विश्व पर्यटन दिवस मनाइएको छ। ठोरी गाउँपालिका-२ को

तस्वीर: प्रतीक

आयोजनामा ठोरीको पर्यटकीय गन्तव्य गणेशमान पार्क, राईधारामा आज एक औपचारिक कार्यक्रम गरी विश्व पर्यटन दिवस मनाइएको हो।

ठोरी गापा-२ का अध्यक्ष अमृतकृष्ण सापकोटाको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा गापाध्यक्ष लालबहादुर श्रेष्ठले ठोरीलाई सङ्घीय सरकार र प्रदेश सरकारले बारम्बार झुक्याइरहेको बताए। उनले सङ्घीय सरकारका मन्त्री आएर आफैंले शिलान्यास गरेका विभिन्न योजनाको विकासमा समेत बेवास्ता भएको बताए।

गत वर्ष सङ्घीय सरकारका शहरी विकासमन्त्री मेटमणि चौधरीले ठोरीका विभिन्न योजनाको शिलान्यास गरेका थिए। त्यस्तै, २०७८ चैत ११ गते ठोरीमा मधेस सरकारको मन्त्रिपरिषद्को बैठक बसी रु १० करोड बजेट दिने घोषणा गर्दै ठोरीलाई पर्यटकीय क्षेत्र घोषणा गरेको तर आजसम्म बजेट विनियोजन गर्न नसक्नु लज्जास्पद भएको बताए।

अध्यक्ष श्रेष्ठले मधेस सरकारले ठोरीलाई हेपेको गुनासो गरे। आश्वासन दिने तर परिणाममुखी काम मधेस सरकारले ठोरीमा नगरेको उनको भनाइ थियो। मधेस प्रदेशमा पर्यटनको क्षेत्रमा ठोरी जतिको सम्भावना बोकेको क्षेत्र अन्य नरहेको बताए। आगामी दिनमा मधेस र सङ्घीय सरकारले ठोरीलाई हेर्ने नजरमा परिवर्तन ल्याउनुपर्ने उनको भनाइ थियो। उनले भने, "यसै क्षेत्रबाट निर्वाचित प्रतिनिधिसभा सदस्य सङ्घीय मन्त्री बन्नुभएको छ, अब भने केही आशा पलाएको छ।"

कार्यक्रममा उपाध्यक्ष गोकुली रेग्मी, पूर्ववडाध्यक्ष किशोर तामाङ, निर्मल-ठोरी मध्यवर्ती उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष बालकुमार बस्नेत, समृद्ध ठोरी अभियानका संयोजक प्रकाश खनाल, पर्यटन व्यवसायी धीरसिंह घिमिरे, अमृत सामुदायिक होमस्टेका अध्यक्ष यादवराज कुँवरलगायतले मन्तव्य राखेका थिए।

कार्यक्रमका अन्य वक्ताहरूले प्रदेश सरकारले ठोरीलाई झुक्याएकोमा आक्रोश पोख्दै ठोरीको पर्यटकीय सम्भावनासहित आआफ्नो धारणा व्यक्त गरेका थिए। ठोरीलाई विकास गर्न पर्यटनलाई नै प्रमुख आधार मानी काम गर्न सके ठोरीको विकास सम्भव रहेको उनीहरूको धारणा थियो।

पर्यटन दिवसको अवसरमा आज ठोरीको ठुटेखोला पुलमा पुराना राष्ट्रिय झन्डा फेर्नुका साथै नयाँ झन्डाहरू थपिएका छन्। पुलमा १२ वटा झन्डा राखिएकामा आज थपेर २२ वटा बनाइएको वडा सदस्य केशरबहादुर भण्डारी जानकारी दिए। त्यस्तै, ठोरीका प्रमुख पर्यटकीय गन्तव्य रहेका फ्ल्याक्स बोर्डसमेत ठाउँ-ठाउँमा राखिएको वडा सदस्य भण्डारीले

(बाँकी अन्तिम पातामा)

पर्सागढीमा भएको अनियमिततामा अख्तियारको चासो

नरेश यादव, पर्सागढी, १० असोज/

पर्सागढी नगरपालिका-४ मा भएको विकास निर्माण कार्यमा भएको अनियमितता सम्बन्धमा अख्तियारले चासो देखाएको छ। अख्तियारको टोलीले बुधवार वडा नं ४ मा भएको सडक निर्माण कार्यको स्थलगत अनुगमन गरेको छ।

असार मसान्तमा सो सडकको निर्माण रु ५० लाखको लागतमा उपभोक्ता समितिमार्फत गरिएको थियो। उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष लक्ष्मण पाठक भएपनि वडाध्यक्ष शेख खुर्सेदका भाइ शेख शम्शादले सो सडकको निर्माण कार्य गराएका थिए।

सो ठाउँमा मधेस प्रदेशको सशर्त अनुदानबाट निर्माण गरिएको सडकमा कमसल निर्माण सामग्री प्रयोग भएको र बहाव नहुने नाला निर्माण गरिएको उजूरी परेको थियो। यससम्बन्धी समाचार प्रतीक दैनिकमा असार १ गते प्रकाशित भएपछि अख्तियारले यस सम्बन्धमा आज छानबीन अगाडि बढाएको हो।

यसैगरी, पर्सागढी नपाले वडा नं ४ मा सामाजिक विकास कार्यक्रम अन्तर्गतको लागूऔषध, छुवाछूतसम्बन्धी

तस्वीर: फाइल

तालीमबारे पनि अख्तियासले अनुसन्धान गरेको छ। नगरपालिकाले सो वडामा तालीम नै नगराएर रकम दुरुपयोग गरेको आरोप लागेकोमा अख्तियारले यस सम्बन्धमा पनि छानबीन गरेको छ। यसबारेमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत छविरमण भट्टराईसँग बुझ्दा उनले अख्तियारको टोली आएको र सडक निर्माण र तालीम सम्बन्धमा छानबीन गरेको बताए।

नारायणी अस्पतालका सयजनाले रक्तदान गरे

प्रस, वीरगंज, १० असोज/

नारायणी अस्पतालको १३१औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा बुधवार आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा ३४ जना महिलासहित सयजनाले रक्तदान गरेका छन्।

अस्पतालमा आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा आरती चौरसिया, प्रिया साह, शर्मिला महर्जन, रिङ्कु साह, ममता चौधरी, किरण कुमारी, प्रजिना श्रेष्ठ, वन्दना साह, शीला चौहान, रिया न्यौपाने, तृप्ति सापकोटा, अञ्जु सुनार, पूजा यादव, जेनिशा थापा, कञ्चन कार्की, रूपा कार्की, राजदीपा चौधरी, सन्तोष गुप्ता, अभिनव कुशवाहा, रामकुमार उपाध्याय, सुमन सापकोटा, आदेशकुमार चौरसिया, ललन राउत, अनिकेत गुप्ता,

तस्वीर: सौजन्य

राजीव सर्राफ, दीपेन्द्र सिंह राजपूत, कमलेश मिश्र, सुमीत रौनियार, राकेश यादव, साहेब अन्सारीलगायतले रक्तदान गरेका रक्तसञ्चार केन्द्र, वीरगंजका प्राविधिक प्रमुख सौरभराज पाण्डेले बताए।

कार्यक्रममा अस्पतालका मेसु डा चित्तरञ्जन साह, सूचना अधिकारी डा उदयनारायण सिंह, अस्पताल कर्मचारी युनियनका पूर्वअध्यक्ष रामेश्वरप्रसाद, डा प्रभाकर पाण्डेलगायतको सहभागिता थियो।

विचारसार एवं सूक्तिहरू

यो आवश्यक छैन कि सबैले हामीलाई बुझ्न सकून् । किनकि तराजुले वजन तौलन सक्छ, विशेषता होइन ।

प्रकाशक	:	प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि., वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक	:	जगदीशप्रसाद शर्मा
प्रबन्ध सम्पादक	:	विकाश शर्मा
सम्पादक	:	शत्रुघ्न नेपाल/ खड्गबहादुर श्रेष्ठ (प्रताप)
समाचार सम्पादक	:	आर. के. पटेल
बारा विशेष प्रतिनिधि	:	गम्भीरा सहनी

मुद्रक: प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
त्रिमूर्ति टोल, श्रीपुर, वीरगंज-१४ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१-५२५१२२, ५२३१०५
email: prateekdaily@gmail.com
Website: www.eprateekdaily.com

चीनसँग विद्युत् समझदारी

दक्षिणतर्फ छिमेकी मित्रराष्ट्र भारतसँग बिजुली व्यापार सम्झौता भए लगत्तै उत्तरतर्फका छिमेकी मित्रराष्ट्र चीनसँग पनि नेपालको बिजुली व्यापार समझदारी भएको छ । प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डको चीन भ्रमणको क्रममा नेपाल र चीनबीच २२० केभी क्षमताको प्रसारण लाइन निर्माणका लागि समझदारी भएको हो । उक्त समझदारी अनुसार नेपालको चिलिमे हब र चीनतर्फको जिलुङ्बीच प्रसारण प्रणाली जोडिनेछ । यसअघि प्रधानमन्त्रीको भारत भ्रमणको क्रममा भारतले नेपालबाट दश वर्षमा १० हजार मेगावाट बिजुली लैजाने गरी दीर्घकालीन विद्युत् व्यापारसम्बन्धी प्रारम्भिक सम्झौता भएको भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले उद्घोष गरेका थिए । अहिले नेपालले भारतीय बजारमा ४५२ मेगावाट बिजुली बेच्ने अनुमति पाएको छ । थप बिजुली लैजान भने भारतले चासो देखाएको छैन । नेपाल–चीनबीच सम्झौता भएको प्रसारण लाइनका लागि नेपालतर्फ रसुवागढी–केरुङ प्रसारण लाइन चीनतर्फ पनि जोड्ने गरी सहमति भएको छ । नेपालतर्फ कुल १६ किलोमिटर लामो प्रसारण लाइन निर्माण हुनेछ । चीनतर्फ आवश्यक अध्ययन अगाडि बढाउने समझदारी भएको छ । दक्षिण छिमेकी देश भारतसँग नियमितरूपमा विद्युत् निर्यात र आयात भइरहेको छ । बङ्गलादेशसँग पनि बिजुली निर्यातका लागि आवश्यक तयारी भइरहेको छ । बङ्गलादेशका लागि भारतीय भूमि भएर प्रसारण लाइन लैजानुपर्ने हुँदा भारतको आनाकानीका कारण विलम्ब भएको हो ।

नेपालमा हाल कुल दुई हजार ७९४ मेगावाट बिजुली उत्पादन हुन थालेको छ । यो भनेको नेपालको कुल विद्युत् उत्पादन क्षमताको ३.८५ प्रतिशत मात्रै हो । हाम्रो कुल विद्युत उत्पादन क्षमता ७२ हजार ५४४ मेगावाट छ । यसमा हाल चार हजार ४५२ मेगावाट क्षमताका आयोजनाहरू निर्माणाधीन अवस्थामा छन् । १२०० मेगावाट विद्युत् खरीद बिक्री सम्झौता (पिपिए)का लागि आवेदन छ । सर्भे लाइसेन्सका लागि पनि १२०० मेगावाटको आवेदन छ । नेपाल विद्युत् प्राधिकरणका अनुसार अहिलेसम्म मुलुकभित्र विद्युत्को उच्च माग एक हजार ७४८ मेगावाट पुगेको छ ।

यो अवस्थमा हाम्रो मुलुकमा उत्पादित बिजुलीको सम्भाव्य बजार खोज्नु स्वाभाविक हो । नेपालको ऊर्जा विकासको क्षेत्रलगायत अन्य भौतिक पूर्वाधार निर्माण क्षेत्रमा चीनको सहयोग तथा लगानी उल्लेखनीय छ । तर चिनियाँ लगानी वा चिनियाँ ठेकेदार संलग्न नेपालका विद्युत् परियोजनाबाट उत्पादित बिजुली नकिन्ने भारतीय नीतिका कारण चिनियाँ लगानी ल्याउनै अप्ठेरो छ । यो अवस्थामा चीनसँग विद्युतीय प्रसारण लाइन बनेमा नेपालबाट चीनतर्फ विद्युत आपूर्ति गर्न सहज हुनेछ । नेपाल–चीन तत्काल २२० केभी क्षमताको प्रसारण लाइन निर्माण गर्ने र पछि ४०० केभी क्षमताको प्रसारण लाइनको लागि प्रयास गर्नेमा दुवैतर्फका अधिकारी सहमत देखिएका छन् । नेपालको सीमावर्ती क्षेत्रतर्फ चीनको क्षेत्रमा हाल २२० केभी क्षमताको प्रसारण लाइन रहेकाले उक्त लाइनमा जोड्न छिटो र कम खर्चमा नै हुनेगरी २२० केभी क्षमताको प्रसारण लाइन दुवैतर्फको रोजाइमा परेको हो । भारततर्फ भने ४०० केभी क्षमताको प्रसारण लाइन निर्माण भइसकेकोले नेपालले सोही क्षमताको सम्झौता गरेको थियो । हुनत चीनतर्फ ठूलो परिमाणमा विद्युत् निर्यात हुन नसक्ला तर चीनको सहभागिताबाट नेपालमा उत्पादन हुने बिजुलीको लागि गन्तव्यको ढोका खुल्नेछ ।

अन्तर्राष्ट्रिय सूचनामा विश्वव्यापी पहुँच

स्वतन्त्र विचार

सञ्जय साह मित्र
mitrasanjay41@gmail.com

यसले यो पनि साबित गर्दछ कि सूचना र सञ्चारको क्षेत्रमा निकै प्रगति भए पनि जोखिम अझै कायम छ । मागेको सूचना नपाइने वा आफूलाई चाहिएको सूचनाका लागि कठिन सङ्घर्ष गर्नुपर्ने अवस्था अझै विश्वबाट अन्त्य भइ नसकेको यथार्थ हो ।

आफ्नो क्षेत्रानुसार आजभोलि भन्ने गरिएको छ – आजको युग विज्ञानको युग हो, आजको युग प्रविधिको युग हो र आजको युग सूचना तथा सञ्चारको युग हो । विज्ञान, प्रविधि र सञ्चार एकापसमा भिन्न रहे पनि अन्तर्सम्बन्धित छन् । सबै विज्ञानकै देन हुन् भन्दा पनि फरक नपर्ला तर आजभन्दा हजारौं वर्ष पहिले रचना गरिएको गीतामा पनि विज्ञानको प्रसङ्ग रहेको छ । गीतामा पनि पहिलेको युगभन्दा त्यस युगलाई आधुनिक भनिएको छ । श्रीकृष्णले आधुनिक युग शब्दको प्रयोग गरेका छन् । यसरी आधुनिक शब्दले जहिले पनि वर्तमानको विज्ञान र चमत्कारको सन्दर्भलाई मात्र जनाउने रहेछ भन्ने बुझ्नु उचित हुन्छ । पहिलेकै जमाना पनि पहिलेको युगको लागि आधुनिक थियो र भविष्यमा भविष्य पनि इतिहास हुन्छ तथा भविष्य पुरातन कहलाउँछ । यसर्थ समयको गति अगाडि बढ्दै गर्दा बितेको समय पुरातन र वर्तमान समय जहिले पनि आधुनिक हुने कुरामा दुई मत छैन । हरेक जमानामा आधुनिक युगका आफ्नै विशेषता हुने तथा आफ्नै विशिष्टता हुने भइ नै हाल्यो । त्यसैले कतिपयले वर्तमान युगलाई अत्याधुनिक युग भन्न रुचाउँछन् । आधुनिकमा पनि आधुनिक वा अति आधुनिक बुझाउनलाई अत्याधुनिक शब्द प्रयोग भएको हुनुपर्छ । अत्याधुनिक युगका समर्थकहरूले आधुनिक उपकरण वा यन्त्रको प्रयोग भइरहँदा तथा राम्रो नतीजा दिइरहँदा पनि त्यसभन्दा अझ राम्रो परिणाम दिने वा फरक किसिमले नवीन प्रविधि आयो भने अत्याधुनिक मान्ने गरेको पाइन्छ । अत्याधुनिक भन्नु पनि सीमित समयको लागि हुन्छ किनभने त्यसभन्दा पनि आधुनिक आविष्कार भइरहेको हुन्छ वा भइसक्छ ।

वर्तमानले प्राचीन भनेको युगमा पनि सूचना र सञ्चार भइरहन्थ्यो । हो, सबैभन्दा पुरानो सञ्चार मानिसले स्वयं नै उपस्थित भएर आफ्ना सन्देश भन्नु हो । यसरी दुःख वा सुख तथा उत्सवका सन्देशको आदानप्रदान हुने गरेको संस्कृतिले बताउँछ । हाम्रो समाजमा कुनै विशेष अवसर वा उत्सवको समयमा छोरी वा दिदी बहिनीकहाँ 'सनेस' लाने चलन छ । यो सनेस भन्ने शब्द यही सन्देशबाट अपभ्रंश भएको हुनुपर्छ । पहिले सन्देश बोकेर जाने भनेको संवाद निर्दिष्ट हो । र संवादलाई 'समाद' भन्ने गरिएको पाइन्छ । समाद भनेको स्वयं आफन्तकहाँ नगई अरूमार्फत खबर पठाउनु हो भनेर बुझिन आउँछ । अहिले सनेस शब्दले कोसेलीको अर्थ ग्रहण गरिसकेको छ जसलाई विचार गर्दा सनेसले कोसेलीको अर्थ ग्रहण गर्नुभन्दा पहिले यसको अर्थ सन्देश हो । हो, पहिले आफूमा आश्रित रहेका (छोरी–दिदीबहिनी) कहाँ जानुपर्दा घरमा मीठोचोखो पाकेको वा फलेको छ भने रित्तो हात जानुभन्दा त्यस्ता सामग्री लिएर जाँदा एक पन्थ दुई काज हुने भनी पितापुर्खाहरूले विचार गरेको हुनुपर्छ । यसकारण नाताको हिसाबले छोरी, बहिनीकहाँ जाँदा यस्तो मौका पारेर जाऊँ कि पर्व रमाइलो लागोस् र मीठो मसिनो पुऱ्याउने निहु बनोस् । यसरी संवाद र कोसेली खप्टिएको पनि हुन सक्छ । संस्कृतिमा अन्य कुराहरू पनि आउन सक्छ तर पहिले आफन्तकहाँ आफैं पुग्ने चलन थियो कुनै संवाद लिएर अनि पछि प्रतिनिधि पठाउने चलन चलेको हो भन्ने अनुमान लगाउन खासै कठिन हुँदैन ।

सन्देश पठाउने कामको महत्त्व बुझेर नै हुलाकको व्यवस्था भएको हुनुपर्छ । कतिपय प्रसङ्गमा हुलाकीको काम परेवाले पनि गरेको सुनिन्छ । यद्यपि हुलाक भने निकै प्रभावकारी र विश्वसनीय मानिएको थियो । हुलाक नै सन्देशको आधिकारिक संवाहक बनिसकेको थियो र यसप्रतिको विश्वासले गर्दा निजी क्षेत्रको हुलाक अर्थात् कुरियर सेवा पनि चल्न थालेको थियो । अहिले पनि हुलाक छँदैछ र पनि कुरियर सेवा चलिरहेकै छ तर अब युग परिमार्जित भइसकेको छ । मुख्यगरी बिजुलीको प्रयोगको क्षेत्र विस्तार हुँदै जाँदा अन्य क्षेत्रमा विद्युत्ले हस्तक्षेप बढाउँदै लगेजस्तै हुलाकको क्षेत्रमा पनि आफ्नो प्रभाव जमाउन सफल भयो । बिजुली हुलाक भनेर इमेललाई बुझिन थालिएको छ । पहिले हुलाकमार्फत पठाइने चिठीको सम्पूर्ण काम अब यही विद्युतीय हुलाकरूपी इमेलले गरिसकेको छ । इमेल चल्ने इन्टरनेटको माध्यमले हो । हो, इमेलको प्रयोग विश्वव्यापी बढ्न थालेसँगै इन्टरनेटमा अन्य साधनको पनि व्यापक आविष्कार, विकास तथा प्रयोग हुन थालेको हामी पाउँछौं । अहिले सामाजिक सञ्जालमा इन्टरनेटको अनेक स्वरूप देख्दछौं ।

आज विश्वले अन्तर्राष्ट्रिय सूचनामा विश्वव्यापी पहुँच दिवस मनाउँदै छ । इन्टरनेटको विकासले अन्तर्राष्ट्रिय सूचनामा सर्वसाधारणको पनि विश्वव्यापी पहुँच बढाउन ठूलो योगदान दिएको छ । आजभोलि मानिस जहाँ भए पनि सूचना लिन र दिन सक्षम भएको छ । अन्यत्र के कति सम्भव होला, तर सामाजिक सञ्जालमा जहाँबाट पनि आफ्नो सामग्री पोस्ट गरेर राख्ने चलनको विस्तार भएको छ । हरेक दुःख र सुख, उत्साह तथा उपलब्धि मानिसले अरूसित साटासाट गर्नुभन्दा पहिले सामाजिक सञ्जालमा राख्न चाहिरहेको छ । सामाजिक सञ्जालले मानिसलाई आफ्नो परिवेशमा रहेको पलपलको जानकारी दिइरहेको छ । मानिसले पनि सामाजिक सञ्जालबाट आफ्नो रुचि र क्षेत्रको सबै जानकारी प्राप्त गरिरहेको छ । कतिपय अवस्थामा मानिस बाटो हिंड्दाहिंड्दै, आफूलाई निकै राम्रो वा निकै खराब लागेको दृश्य त्यहींबाट सामाजिक सञ्जालमा लाइभ (प्रत्यक्ष) प्रसारण गरिरहेका छन् जसको लाभ दर्शक वा तिनका मित्रहरूले उठाइरहेका छन् । आफ्नै सूचनामा आफ्नो हक पनि लामो समयको लागि विस्तार भएको देखिन्छ यसबाट । कुनै समय पोस्ट गरेको सामग्री पछिसम्म काम लाग्ने भइरहेको छ । अझ कतिपय सामाजिक सञ्जालले केही वर्षको अन्तरालमा जुन मितिमा सार्वजनिक गरिएको हुन्छ, सोही मितिमा त्यसलाई स्मरण पनि गराएको हुन्छ । यसले गर्दा त्यस्ता सामग्रीले एकातिर आफूलाई त्यहाँ पुगेको अनुभूति गराउँछ भने तत्काल काम लाग्ने केही विषय भए त्यसलाई पुनः प्रयोग वा नवीन किसिमले उपयोग गर्न सजिलो हुन्छ ।

इन्टरनेटको भरपर्दो प्रयोग बढ्दै जाँदा अनलाइन मिडियाको विकास निकै धेरै भएको छ । कतिपय आलोचकले त यस्ता मिडिया खहरेझैं मौलाएको भन्ने गरेका छन् । यो आरोप नै होला तर सञ्चार क्षेत्रमा अलिकति पनि रुचि हुनेले आफ्नो एउटा वेबसाइट बनाउन चाहने युगमा पुगिसकेका छौं हामी । वेबसाइट चलोस् कि नचलोस्, पाठकले हेरून् कि नहेरून् एउटा पाटो हो, तर अत्यधिक मात्रामा विकास भएको त अवश्य हो । यसकारण यदि कोही अलिकति नाम सुनिएको सञ्चारकर्मी छ भने तिनले आफैंले प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष अनलाइन चलाएको अवश्य छ । यस्ता अनलाइनमध्ये कतिपय अरूलाई धम्की दिन दुरुपयोग हुन्छन् साथै कतिपयले बार्गेनिङको साधन बनाएका छन् । यसको सकारात्मक पक्ष यो पनि हो कि यस किसिमको अनलाइन मिडियाले कम्तीमा एकजनालाई रोजगार दिएको देखिन्छ । चाडबाडको समयमा जहाँबाट लिन सकिन्छ, त्यहाँको विज्ञापन प्रकाशित गर्ने र शुभकामनाको नाममा जति धेरै रकम आउँछ, लिने । वर्षको दुई चार चाडपर्वमा यसरी शुभकामना विज्ञापन गरेर अनलाइन टिकाउने र अतिरिक्त आय आर्जन गर्ने उद्देश्य नै रहेको छ अधिकांश अनलाइनको । हैन भने कुनै निश्चित पहिचान किन बनाउन सकेका छैनन् ? आफ्नो मिडिया कुन कारणले कुन क्षेत्रको लागि अन्य मिडियाभन्दा फरक छ भन्ने देखाउन स्थानीय खबरलाई प्राथमिकता दिने गरेको पाइएको छ । भलै, कपीपेस्ट नै किन नहोस् ।

मोबाइलको प्रयोग बढेसँगै सूचना तथा सञ्चारमा सबैको पहुँच स्थापित हुन पुगेको छ । जसको पहुँचमा एउटा एन्ड्रोइड मोबाइल छ, उसले सजिलै सूचनामा आफ्नो पहुँच स्थापित गर्न सफल भएको छ । इन्टरनेट सर्वत्र उपलब्ध छ । इन्टरनेटबाट विश्वको कुनै पनि रेडियो वा टेलिभिजन मज्जाले हेर्न सकिन्छ । कुनै अनलाइन हेर्नुछ भने पनि अत्यन्त सहज पहुँच छ । र, अब इन्टरनेटमा करीब सबै सूचना उपलब्ध हुन थालेको छ । कुन सामग्री चाहिएको हो, त्यसको सही खोजी गरेर आफ्नो आवश्यकता पूरा गर्न सकिने देखिन्छ । सही अर्थमा सञ्चार–कर्म गर्नेहरूका लागि पनि सूचनामा सही पहुँच हुन पुगेको छ । सोझै इन्टरनेटमा नराखी, ग्राहक बनाएर इन्टरनेटमार्फत सूचना बिक्री गर्ने अनेक संस्था पनि छन् । कुन भाषामा सूचना चाहिन्छ, सोही भाषामा उपलब्ध हुने गरेको छ । यति हुँदाहुँदै पनि सूचनाका लागि विश्वव्यापीरूपमा धेरैले ज्यान गुमाउनुपरिरहेको छ । हरेक वर्ष दर्जनौं सञ्चारकर्मीहरू सूचनाकै कारण गम्भीर स्थितिबाट गुज्रनुपरेको छ । यसले यो पनि साबित गर्दछ कि सूचना र सञ्चारको क्षेत्रमा निकै धेरै प्रगति भइसकेको भए पनि जोखिम अझै कायम छ । मागेको सूचना नपाइने वा आफूलाई चाहिएको सूचनाका लागि कठिन सङ्घर्ष गर्नुपर्ने अवस्था अझै विश्वबाट अन्त्य भइ नसकेको यथार्थ हो । तर आउँदा दिनमा सही सूचनाको लागि विश्व अझै विश्वसनीय बन्ने विश्वास भने लिन सकिन्छ ।

मूल्यवृद्धि नियन्त्रण गर्न सरकारको ध्यानाकर्षण

काठमाडौं, १० असोज/रासस

दशैंलगायतका चाडबाड नजीकिंदै गर्दा चिनीलगायत दैनिक उपभोग्य वस्तुमा भइरहेको अस्वाभावविक मूल्यवृद्धि र कालोबजारी नियन्त्रणका लागि सांसदहरूले सरकारलाई सजग र सचेत रहन सुझाव दिएका छन् ।

प्रतिनिधिसभा अन्तर्गतको सार्वजनिक लेखा समितिको बुधवारको बैठकमा भाग लिने अधिकांश सदस्यले चाडबाडका समयमा कृत्रिम अभाव सिर्जना हुन सक्ने भन्दै त्यस्ता गतिविधि समयमैं ध्यान पुऱ्याउन समितिमार्फत सरकारको ध्यानाकर्षण गराए ।

बैठकमा सदस्य गोकुलप्रसाद बाँस्कोटाले चिनी उत्पादन र आयातकर्ता तथा सरकारबाट सहयोग प्राप्त गर्ने एउटै व्यक्ति भएकाले हरेक वर्ष चाडबाडका समयमा अभाव सिर्जना हुँदै आएको जिकिर गर्दै दैनिक उपभोग्य वस्तु सहज र सुलभ मूल्यमा प्राप्त गर्ने जनताको अधिकारलाई सुनिश्चित गर्न जोड दिए ।

सदस्य राजेन्द्रप्रसाद लिङ्देनले दैनिक उपभोग्य वस्तुमा भइरहेको कालोबजारी र महँगीले उपभोक्ता मारमा परेको भन्दै त्यसतर्फ सरकारको बेलैमा ध्यान जाओस् भनी अपील गरे । सांसदद्वय अच्युत मैनाली र देवप्रसाद तिमिल्सिनाले आवश्यकताभन्दा लाभको दृष्टिकोणबाट मल आयात भएकोले वास्तविक किसानले नभई अरूले नै फाइदा लिइरहेको बताए ।

समिति सदस्य अर्जुननरसिंह केसीले दशैंको मुखमा कालोबजारी मौलाएका अत्यावश्यक खाद्य सामग्रीलगायतमा मूल्यवृद्धि भई आम जनता त्यसको मारमा परेको भन्दै त्यसतर्फ आवश्यक कदम चाल्न सरकारको ध्यानाकर्षण गराए ।

सांसद रामकृष्ण यादवले आर्थिक सङ्कट र महँगीले अप्ठेरामा परेका जनतालाई अप्ठेरोमा पार्ने हिसाबले केही सीमित व्यापारीले कार्टेलिङ गरी छोटो समयमा धेरै धन कमाउने उद्देश्यले गलत क्रियाकलापतर्फ लागेको भन्दै कारबाईको माग गरे ।

समिति सदस्य तारा लामाले चाडबाडका समयमा अत्यावश्यक खाद्य सामग्री चामल र दालबाहेक चिनीको प्रयोग र खपत कम गर्न जनतालाई आह्वान गर्न आवश्यक रहेको धारणा राखिन् ।

सांसद लेखनाथ दाहालले समितिको प्रभावकारिता बढाउन छलफल र निर्णय गर्ने एजेन्डा प्राथमिकीकरण गर्न, विगतका उजूरी र निर्णय कार्यान्वयनको अवस्था बुझ्न तथा निर्णयलाई अलपत्र पार्ने निर्णय नगर्न सभापतिमार्फत बैठकलाई अनुरोध गरे ।

समिति सदस्य योगेश भट्टराईले सरकार गठनका समयमा दलहरूबीच राष्ट्रको ढुकुटीको अवस्थालाई विश्लेषण गर्दै नयाँ सवारीसाधन नकिन्ने र अत्यावश्यकबाहेक विदेश भ्रमण नगर्ने भने पनि त्यसको ठाडो उल्लङ्घन भएको भनी आलोचना गरे ।

समिति सदस्य श्यामकुमार घिमिरेले अधिकांश सार्वजनिक संस्थानको आर्थिक अवस्था कमजोर रहेकाले अनुदान दिएर कतिन्जेल धान्ने भनी प्रश्न गर्दै बढिरहेको महँगी र कालोबजारको मारमा उपभोक्ता परेकाले त्यसमा सरकारले अनुगमन संयन्त्रलाई प्रभावकारी तुल्याउन आवश्यक रहेको बताए ।

सांसद मनीष झाले समितिमा हुने छलफल सामाजिक सञ्जालबाट प्रसारण गर्न तथा बाहिरबाट सस्तो मूल्यमा चिनी ल्याएर यहींको उत्पादनको स्टिकर लगाउने कार्य रोक्न सरकारको ध्यानकर्षण गराए । सभापति ऋषिकेश पोखरेलले समितिले बेरुजू फछ्र्योटलगायत छलफलका लागि तयार गरेको विषयवस्तुबारे जानकारी गराउँदै त्यसको प्राथमिकीकरणका लागि सुझाव प्रस्तुत गर्न अनुरोध गरे । समिति सदस्य अमनलाल मोदीले समितिले दिने निर्णय कार्यान्वयन र परिपालनाको अवस्था र स्थितिबारे जानकारी माग गर्न आवश्यक रहेको बताए । सांसद सञ्जयकुमार गौतमले ठूलो होइन, ठोस कुरा गर्न तथा नीतिगत भ्रष्टाचार रोक्न सरकारलाई खबरदारी गर्न आवश्यक रहेको बताए ।

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

नेशनल मेडिकल कलेजका चिकित्सकद्वारा प्रदर्शन

तस्वीरः प्रतीक

प्रस, वीरगंज, १० असोज/

नेशनल मेडिकल कलेजका आवासीय चिकित्सकहरूले बुधवार प्रदर्शन गरी प्रमुख जिल्ला अधिकारीलाई ज्ञापनपत्र बुझाएका छन् । असोज ८ गते पोखरास्थित मणिपाल शिक्षण अस्पताल र हिजो लमजुङ, चितवन, माडीमा स्वास्थ्यकर्मीमाथि भएको आक्रमणको विरोधमा नेशनल मेडिकल कलेजका आवासीय चिकित्सकहरूले वीरगंजमा विरोध प्रदर्शन गर्दै प्रमुख जिल्ला अधिकारीलाई माग सम्बोधन नहुन्जेल आवासीय चिकित्सकहरूले सेवा उपलब्ध नगराउने जनाएका छन् ।

आवासीय चिकित्सकहरूले प्रमुख जिल्ला अधिकारी हीरालाल रेग्मीलाई ज्ञापन बुझाउँदै चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी र कर्मचारीहरूको सुरक्षाको प्रत्याभूति नभएकोले घटनाका दोषीहरूलाई कारबाई नहुन्जेलसम्म राष्ट्रिय आवासीय चिकित्सक सङ्घ महाराजगंजद्वारा आह्वान गरिएको विरोधमा सहभागिता जनाउँदै अस्पतालमा अब उप्रान्त आवासीय चिकित्सक सेवा ठप्प गरिएको जानकारी गराएका थिए ।

चीन भ्रमण सोचेभन्दा बढी सफल भयो –प्रधानमन्त्री प्रचण्ड

ल्हासा (चीन), १० असोज/रासस

प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डले आफ्नो चीन भ्रमण सोचेभन्दा पनि बढी सफल भएको आफूले महसूस गरेको बताएका छन् ।

बुधवार चीनको स्वशासित क्षेत्र ल्हासा आइपुगेका प्रधानमन्त्री प्रचण्डले ल्हासामा अवस्थित नेपाली महावाणिज्यदूतावासमा आयोजित कार्यक्रममा भने, "म अमेरिकादेखि नै आएँ र यसपटकको चीन भ्रमण कस्तो होला भन्ने पनि लागिरहेको थियो । तर अहिले मलाई महसूस भएको छ कि भ्रमण मैले, हामीले सोचेभन्दा पनि फरक भएको छ, सफल भएको छ ।"

यसपटकको आफ्नो चीन भ्रमण यस कारण पनि अन्तर्राष्ट्रियरूपमैं चासो रहेको आफूले पाएको उनको भनाइ थियो । त्यसैले यो भ्रमणको सफलताका विषयमा सबैतिर चासो रहेको उनले बताए ।

प्रधानमन्त्री प्रचण्डले चिनियाँ राष्ट्रपति सी जीनपिङसँगको भेटवार्ता निकै महत्त्वपूर्ण रहेको उल्लेख गर्दै त्यस भेटवार्ताका क्रममा नेपाललाई उनले निकै नै महत्त्व दिएको आफूले पाएको बताए ।

प्रधानमन्त्री प्रचण्डले भने, "भूकम्पपछि तथा कोभिडमा बन्द भएका चीनसँगका नेपालका सबै नाका खुल्ने सहमति प्रधानमन्त्रीसँगको द्विपक्षीय वार्ताका क्रममा भएको र यसले नेपाललाई अहिले नाका बन्द भएका कारण व्यापार–व्यवसाय एवं स्थानीय नागरिकमा उत्पन्न विभिन्न समस्याको समाधान हुनेछ ।"

त्यस क्रममा नेपाल–चीन सम्बन्धका विविध विषयमा चर्चा भएको, दुई देशबीच विभिन्न सहयोग तथा सम्झौता एवं समझदारीपत्रहरूमा हस्ताक्षर भएका र आगामी दिनमा त्यसले नेपालको हितमा योगदान गर्ने उनले बताए ।

यस भ्रमणबाट नेपाल र चीनबीचमा नयाँ भरोसा उत्पन्न हुनुका साथै नयाँ सहमति र समझदारी बनेको बताउँदै यसले नेपालका लागि ठूलो सहयोग पुग्ने विश्वास व्यक्त गरे ।

प्रधानमन्त्री प्रचण्डले तिब्बत नेपाल र चीनबीचको सम्बन्धको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण स्थान रहेको, नेपालसँगका नाकाहरू पनि तिब्बतमैं पर्ने भएकाले आगामी दिनमा थप जिम्मेवार भएर काम गर्न महावाणिज्यदूतावासलाई निर्देशन पनि दिए ।

सबै नाका खुल्ने सहमति भएको जानकारी दिंदै उनले त्यसलाई कार्यान्वयनमा ल्याउनका लागि महावाणिज्यदूतावासले सक्रियरूपमा काम गर्नुपर्ने बताए ।

नयाँ खिम्ती सशस्टेशनको क्षमता वृद्धि, अब विद्युत् खेर नजाने

काठमाडौं, १० असोज/रासस

नेपाल विद्युत् प्राधिकरणले रामेछाप जिल्लाको मन्थली नगरपालिका–१३ साँखे (फुलासी)स्थित २२० केभी क्षमताको नयाँ खिम्ती सबस्टेशनको क्षमता वृद्धि गरेको छ ।

कुल २२०/१३२ केभी सबस्टेशनमा जम्मा एक सय एमभिए क्षमताको पावर ट्रान्सफर्मर मात्र रहेकोमा थप दुई सय एमभिएको अटो ट्रान्सफर्मर थप गरिएको छ । थप गरिएको ट्रान्सफर्मरलाई चार्ज गरी सञ्चालनमा ल्याइएको छ । योसँगै २००/१३२ केभी सबस्टेशनको क्षमता अभिवृद्धि भई तीन सय एमभिए पुगेको छ । सरकार र प्राधिकरणको लगानीमा रामेछाप (गर्ज्याङ)–नयाँ खिम्ती प्रसारण लाइन आयोजना अन्तर्गत सबस्टेशनको क्षमता वृद्धि गरिएको हो ।

कुल १३२ केभी प्रसारण लाइनबाट आएको विद्युत्लाई नयाँ खिम्तीमा राखिएका ट्रान्सफर्मरबाट २२० केभीमा बढाएर खिम्ती–ढल्केबर २२० केभी प्रसारण लाइनमार्फत ढल्केबरतर्फ प्रवाह गरिनेछ । १३२ केभी प्रसारण लाइनबाट आएको विद्युत् प्रवाहका लागि नयाँ खिम्ती सबस्टेशनमा राखिएको पावर ट्रान्सफर्मरको क्षमताले नधानेपछि नयाँ ट्रान्सफर्मर थप गरिएको हो ।

तामाकोशी, खिम्ती र लिखु नदी जलाधार क्षेत्रमा निर्माण भएका र हुने जलविद्युत् आयोजनाबाट उत्पादित विद्युत् १३२ केभी प्रसारण लाइन हुँदै नयाँ खिम्तीमा समाहित हुँदा सबस्टेशनको क्षमताले नधान्ने अवस्था थियो । यसले गर्दा मुख्यरूपमा लिखु नदीमा निर्माण भएका केही जलविद्युत् आयोजनाको विद्युत् पूर्णरूपमा प्रवाह हुन सकिरहेको थिएन ।

प्राधिकरणका कार्यकारी निर्देशक कुलमान घिसिङले नयाँ खिम्ती सबस्टेशनमा राखिएका नयाँ ट्रान्सफर्मर सञ्चालनमा आएसँगै लिखु नदी करिडोरमा सञ्चालित जलविद्युत् आयोजनाले बेहोरिरहेको विद्युत् प्रवाहको समस्या समाधान भएको बताए ।

नयाँ खिम्तीको सबस्टेशनको क्षमताले नधानेपछि लिखु करिडोरमा निर्माण भएका केही जलविद्युत् आयोजनाको विद्युत् अल्पकालीन योजना अन्तर्गत जोड्ने व्यवस्था गरिएको थियो । कार्यकारी निर्देशक घिसिङले भने, "नयाँ ट्रान्सफर्मर सञ्चालनमा आएसँगै सबै समस्या समाधान भएका छन्, पूर्वाधार अभावमा विद्युत् प्रवाह हुन नसक्ने अवस्थाको अन्त्य भएको छ, नयाँ आयोजना आउँदा पनि समस्या पर्दैन, अब भारतर्फ विद्युत् निर्यातको परिमाणसमेत बढ्नेछ ।"

तामाकोशी, खिम्ती र लिखु नदी जलाधार क्षेत्रमा निर्माण भएका जलविद्युत् आयोजनाबाट उत्पादित विद्युत्लाई नयाँ खिम्ती सबस्टेशनमा नयाँ पूर्वाधार बनाएर स्थानीयरूपमा आपूर्तिको पनि व्यवस्था गरिएको आयोजना प्रमुख अनुप गौतमले बताए । उनले सबस्टेशनबाट विद्युत् दिन थालेपछि उपभोक्ताले पर्याप्त, भरपर्दो र गुणस्तरीय आपूर्ति पाएको उल्लेख गरे ।

स्थानीयरूपमा आपूर्ति गरी बाँकी रहेको विद्युत्लाई २२० केभी प्रसारण लाइनमार्फत धनुषाको ढल्केबरतर्फ र १३२ केभी लाइनमार्फत सिन्धुपाल्चोकको लामोसाँघु सबस्टेशनतर्फ प्रवाह गरिएको छ ।

२२० केभीको नयाँ खिम्ती सबस्टेशन माथिल्लो तामाकोशी जलविद्युत् आयोजनाले निर्माण गरेको थियो । उक्त आयोजनाले एक सय एमभिएको मात्र पावर ट्रान्सफर्मर राखेको थियो । स्थानीयरूपमा विद्युत् आपूर्तिका लागि निर्माण गरिएको १३२/३३/११ केभीका सबस्टेशन गत असारदेखि सञ्चालित छन् ।

नयाँ खिम्तीमा १३२/३३ केभीको सबस्टेशन पूर्वाधार निर्माण आर्थिक वर्ष २०७६/७७ मा शुरू गरिएको थियो । सबस्टेशनको लागत करीब रु ८० करोड रहेको छ ।

राहत शिक्षकको आन्दोलनमा ठोरीकी शिक्षिका घाइते

तस्वीरः प्रतीक

प्रस, ठोरी, १० असोज/

काठमाडौंमा जारी राहत शिक्षक आन्दोलनमा ठोरी गाउँपालिकाका एकजना राहत शिक्षिका घाइते भएकी छन् ।

ठोरी गापा–४ स्थित ज्ञानज्योति मावि घ्याङडाँडामा कार्यरत शिक्षिका सञ्जीताकुमारी खत्री प्रहरीको लाठीचार्जबाट घाइते भएकी हुन् । उनको खुट्टा भाँचिएको उनका पति रञ्जीत कार्कीले बताए । खत्रीको ट्रमा सेन्टर काठमाडौंमा उपचार भइरहेको छ ।

शिक्षा विधेयकमा असहमति जनाउँदै काठमाडौंमा जारी राहत शिक्षकको आन्दोलनमा प्रहरी हस्तक्षेपको कारण खत्रीसहित अन्य शिक्षकहरू पनि घाइते भएका छन् । नयाँ बानेश्वरमा शिक्षकको प्रदर्शनमा प्रहरीले बुधवार लाठीचार्ज गरेको थियो ।

सरकार र नेपाल शिक्षक महासङ्घबीच सहमति भएपनि राहत शिक्षक, बालविकास र पेन्सन वन्चित शिक्षकहरूले उक्त सहमतिमा आफ्नो विषय समावेश नभएको भन्दै आन्दोलन छाडेका छैनन् । सहमतिलाई धोकाको संज्ञा दिंदै राहत शिक्षकले हरेक दिन माइतीघर मण्डलादेखि नयाँ बानेश्वरसम्म विरोध प्रदर्शन र धर्ना दिंदै आएका छन् ।

दोहोरो अङ्कले घट्यो नेप्से

काठमाडौं, १० असोज/रासस

बुधवार नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचक १८ दशमलव ६० अङ्कले घटेर दुई हजार चार दशमलव ३० अङ्कमा कायम भएको छ ।

विभिन्न कम्पनीका ७० लाख ६१ हजार ४०४ कित्ता शेयर रु एक अर्ब ८१ करोड ४३ लाख ५९ हजार २२ मा कारोबार भएका छन् । आज सबै समूहको उपसूचकमा रातो देखिएको छ ।

आजको कारोबारमा मनकामना इन्जिनीयरिङ हाइड्रोपावर लिमिटेड कम्पनीको शेयर मूल्य नौ दशमलव ९० प्रतिशत, एशियन हाइड्रोपावर लिमिटेडको सात दशमलव ९१ प्रतिशत र मोलुङ हाइड्रोपावर कम्पनी लिमिटेडको शेयर मूल्य सात दशमलव ६० प्रतिशतले बढेका छन् । साथै लक्ष्मी भ्यालु फन्ड–२ को शेयर मूल्यमा नकारात्मक सर्किट लागेको छ भने शुभम् पावर लिमिटेडको शेयर मूल्य नौ दशमलव ९९ प्रतिशतले घटेको छ ।

कारोबार रकमका आधारमा सन नेपाल लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेडको रु सात करोड ६२ लाख २३ हजार ७३२ बराबरको कारोबार भएको छ भने कारोबार भएका शेयर सङ्ख्याका आधारमा प्रभु सेलेक्ट फन्डको तीन लाख ८१ हजार ५४८ कित्ता शेयर किनबेच भएका छन् ।

आजको कारोबारपछि बजार पूँजीकरण रु ३० खर्ब ३८ अर्ब ६९ करोड ४० लाख ८४ हजार ५९४ पुगेको छ ।

स्वास्थ्यकर्मीलाई दुर्व्यवहार गर्नेमाथि हुने कारबाईको जानकारी दिन सूचनापाटी राख्नुहोस् –स्वास्थ्य मन्त्रालय

काठमाडौं, १० असोज/रासस

स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले चिकित्सकमाथि दुर्व्यवहार तथा स्वास्थ्य संस्थामा आक्रमण गर्ने व्यक्तिलाई कारबाई हुने कानूनी व्यवस्थासम्बन्धी जानकारी समेटिएको सूचनापाटी राख्न सबै स्वास्थ्य संस्थालाई परिपत्र गरेको छ ।

मन्त्रालयले स्वास्थ्यकर्मी तथा स्वास्थ्य संस्थाको सुरक्षासम्बन्धी ऐन, २०६६ को दफा ३ र दफा १५ को कानूनी व्यवस्थालाई सेवाग्राही एवं सरोकारवाला सबैले देखिने गरी जानकारीमूलक सूचना पाटी 'फ्लेक्स बोर्ड' बनाइ अस्पताल परिसरमा राख्न निर्देशन दिएको छ ।

उपप्रधानमन्त्री एवं गृहमन्त्री नारायणकाजी श्रेष्ठ र स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्यामन्त्री मोहनबहादुर बस्नेतसँग नेपाल मेडिकल काउन्सिल, नेपाल नर्सिङ काउन्सिल र नेपाल नर्सिङ एशोसिएशन लगायतका विभिन्न स्वास्थ्यका ट्रेड युनियनहरूबीच मङ्गलवार छलफल भएको थियो । उक्त छलफलमा उपप्रधानमन्त्री तथा गृहमन्त्रीले दोषीलाई कारबाई गर्ने प्रतिबद्धता जनाएका थिए । छलफलबाटै अस्पतालमा चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी तथा अस्पतालको कुनै कमजोरी भएको लागेमा उजूरी गर्ने निकाय र प्रक्रियाबारे जानकारी गराउने तथा स्वास्थ्यकर्मी एवं स्वास्थ्य संस्थाको सुरक्षासम्बन्धी ऐनलाई नागरिक बडापत्रमार्फत टाँस गर्ने निर्णय गरिएको थियो । छलफलले देशभरका विभिन्न स्थानमा चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीमाथि भौतिक आक्रमण गर्नेलाई कडा कारबाई गर्ने निष्कर्ष निकालेको थियो ।

निजगढ आउनुहोस् घुम्नलाई सरर, मन हुन्छ सबैको हरर : उत्तरतर्फ विश्वको कान्छो पहाड चुरे, दक्षिणतर्फ घना चार कोसे झाडी, वनजङ्गल क्षेत्रको बीच भागमा निजगढका खेतीयोग्य उर्वरभूमिसँगै मानवबस्ती । तस्वीरः जीतलाल श्रेष्ठ

आइएसबिएन नम्बर वितरणमा अनियमितता भएको आरोप

काठमाडौं, १० असोज/रासस

कीर्तिपुरस्थित त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गतको केन्द्रीय पुस्तकालयमा अन्तर्राष्ट्रियस्तरको पुस्तक नम्बर (आइएसबिएन)मा अहिलेसम्म करीब ६० हजार पुस्तक दर्ता भएका छन् । तीमध्ये पुस्तकालयमा २७ हजार पुस्तक मात्रै प्राप्त भएको जनाइएको छ । नेपालबाट प्रकाशित हुने पुस्तकलाई अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा लैजानका लागि आइएसबिएन नम्बर अनिवार्यरूपमा लिनुपर्ने हुन्छ ।

पुस्तक प्रकाशकले आइएसबिएन प्राप्त गरेपछि पुस्तकलाई विश्व बजारमा किनबेच गर्न सकिन्छ । आइएसबिएनको व्यवस्थाले नेपालबाट के कति पुस्तक प्रकाशित भए भनेर अभिलेख राख्नसमेत सहज हुने केन्द्रीय पुस्तकालयका निमित्त प्रमुख सागरराज सुवेदी बताउँछन् ।

सन् २००० मा नेपालले यसको सदस्यता प्राप्त गरेको थियो भने २०५६ माघ २२ गते तत्कालीन प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाले आइएसबिएनको शुभारम्भ गरेका थिए । त्यति बेला इन्टरनेशनल स्टयान्डर्ड बूक नम्बरको केन्द्रीय कार्यालय जर्मनीमा रहेकामा हाल बेलायतको लन्डनमा रहेको छ । सो कार्यालयले आइएसबिएन वितरणको जिम्मा नेपालमा भने त्रिवि केन्द्रीय पुस्तकालयलाई प्रदान गरेको छ ।

पुस्तकहरूलाई प्रदान गरिने अन्तर्राष्ट्रिय मानक पहिचान निश्शुल्क नै दिने सो कार्यालयको प्रावधान रहे पनि नेपालमा भने शुल्क लिने गरिएको र त्यसबापत जम्मा हुने रकमको सदुपयोग नभएको नेपाल पुस्तक सङ्घले दाबी गरेको छ । यसमा छानबीन गरी आइएसबिएनबापत उठाइने रकमको नियमन गर्न प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय, त्रिवि उपकुलपतिको कार्यालय, केन्द्रीय पुस्तकालयलगायत विभिन्न निकायसमक्ष ज्ञापनपत्र बुझाएको छ । यसरी लिने गरिएको रकमको कुनै अभिलेख नभएको र अमुक संस्थासँग मिली भागबन्डाका रूपमा प्रयोग गर्ने गरिएको ज्ञापनपत्रमा उल्लेख छ । केन्द्रीय पुस्तकालयले शुरूमा रु २५ बाट शुरू भएर हाल रु तीन सय लिने गरेको छ ।

पुस्तकलाई दिइने यस्तो नम्बर विश्वव्यापीरूपमा मेशीनद्वारा पुस्तक पहिचान गरी प्रयोग गर्ने उद्देश्यले बनाइएको हो, तर व्यवहारमा भने त्यसो भएको पाइएको छैन । नेपाली प्रकाशक तथा लेखकहरूलाई निश्शुल्क दिनुपर्ने उक्त आइएसबिएनबापत रकम लिएर गर्ने गरेको भएपनि उपयुक्त ढङ्गबाट त्यसको दर्ता भएको पाइएको छैन । क्रमाङ्क नम्बर वितरण पद्धतिलाई सूचना प्रविधिको माध्यमबाट व्यवस्थित नगरी झारा टार्ने काम मात्र गरिनुले सम्पूर्ण नेपाली प्रकाशक तथा लेखकहरूमाथि अन्याय भएको सङ्घका महासचिव महेन्द्र सिवाकोटीले बताए । नेपाली नागरिकले बुझाएको रकम सरकारी कोषमा दाखिला हुनुपर्नेमा त्यसो नगरी भागबन्डामा दुरुपयोग भएको हुँदा यसको तत्काल निष्पक्ष छानबीन गरी दोषीलाई कारबाई हुनुपर्ने, त्यसो नभएमा अदालतमार्फत कानूनी उपचार खोजिने उनको भनाइ छ ।

हालसम्म उक्त क्रमाङ्कबापत उठेको लगभग एक करोड साठी लाख रुपियाँबाट प्रकाशक र लेखकहरूबाट उपलब्ध गराएका पुस्तकहरूको छुट्टै पुस्तकालय स्थापना गर्नुपर्ने र त्यसका लागि आवश्यक भौतिक संरचना र सामग्री किन्ने भनिए पनि हालसम्म त्यस्तो कुनै पनि काम नभएको सङ्घले जारी गरेको विज्ञप्तिमा उल्लेख छ ।

यता पुस्तकालयका निमित्त प्रमुख सुवेदीले भने आइएसबिएनबापत उठेको रकममा कुनै हिनामिना नभएको, पारदर्शी ढङ्गबाट हिसाब राखिएको र निश्चित प्रक्रिया अनुसार नै खर्च हुने हुँदा अनियमितता नभएको बताए । उनले २०५६ सालदेखि पुस्तक विक्रेता तथा प्रकाशन सङ्घसँगको सहकार्य रहँदै आएको बताउँदै २०६९ सालतिर नेपाल पुस्तक सङ्घ दर्ता भई आफूहरूलाई पनि यसमा समावेश गर्न आग्रह गरेकामा त्यसो नहुँदा असन्तुष्टि व्यक्त भएको हुन सक्छ भने ।

पदमचाल फूललाई एक चुम्बन

–दिलकुमार लिम्बू
फुङ्लिङ, १० असोज/रासस

प्राकृतिक सुन्दरताको आनन्द लिन लोदेन घुम्न जानका लागि काठमाडौंमा योजना बनाएर अनिल खड्का र लोकेश लिवाङ ताप्लेजुङ पुगे । फुङ्लिङबाट आवश्यक सामग्री आफैंले बोकेर मिक्वाखोला गाउँपालिकाको प्राकृतिक सुन्दरताले भरिपूर्ण क्षेत्र लोदेन पुगे ।

कठिन यात्राले गर्दा अनिलको तन भारी भएपनि प्राकृतिक सुन्दरताले मन चङ्गा जस्तै उच्च पहाडी क्षेत्रको हावासँगै डुलिरहेको थियो । पदमचाल (केन्जो) फूल देख्नेबित्तिकै त्यसमा उनको आँखा पर्‍यो । अनौठो र सुगन्धित त्यस फूलनजीकै गएर एक चुम्बन गरे ।

ढकमक्क पदमचाल फूलले सझिएका फाँटहरू देख्दा जो कोही पनि मोहित हुने गर्छन् । केही छिनमैं कुहिरोले छोपिंदिदा पृथ्वीको कुनै एक कुनामा हराएको जस्तो अनुभूति हुने गर्छ । केही क्षणमा ढपक्क कुहिरोले ढाक्ने र बिस्तारै उड्दै जाँदा दुलहीले लजाउँदै घुम्टो उघारे जस्तै लाग्छ । रोमाञ्चक मौसम र ढकमक्क फूलले स्वर्गीय आनन्द प्राप्त हुन्छ । फूलको सौन्दर्यताका लागि वा फूलप्रतिको प्रेम भावले सबैलाई आनन्द दिन्छ ।

यतिखेर जिल्लाको उच्च पहाडी क्षेत्रहरू गरगहनाले दुलही सजिए जस्तै यस फूलका गुच्छाले ढकमक्क सजिएको पाइन्छ । पत्रैपत्र परेको पिरामिड जस्तो यो फूल देखेर मोहित नहुने सायदै छन् । कतिपय प्रत्यक्ष देखेर मख्ख पर्छन् भने कतिपय फोटो भिडियो हेरेर लोभिन्छन् । केन्जो प्रत्यक्ष देख्नलाई उच्च पहाडी क्षेत्र पुग्नुपर्छ । चट्टान भएको भिरालो पहाडमा फुलेको केन्जोनजीक पुग्न केही कठिन त हुन्छ नै । पछिल्लो समयमा विभिन्न क्षेत्रहरूमा तस्बिरको प्रयोग बढ्दै गएको छ । होटल, रेस्टुरेन्ट र विभिन्न क्षेत्रहरूमा पनि यस फूलको आकर्षक तस्बिर राखेको देख्न सकिन्छ ।

उच्च पहाडी क्षेत्रमा कतिपयले पदमचाल फूललाई फूलहरूको रानी पनि भन्ने गर्छन् । मिक्वाखोला गाउँपालिका

तस्वीरः रासस

लुम्बासुम्बाको उच्च पहाडी क्षेत्रमा केन्जो फूल प्रशस्त देख्न पाइन्छ । मिक्वाखोला गाउँपालिका–५ लोदेन, तोक्पेगोला र फक्ताङलुङ गाउँपालिका–७ सिङ्जेमा, देउमा, माउमा क्षेत्रमा कमैरूपमा पाइने कञ्चनजङ्घा संरक्षण क्षेत्रका कार्यक्रम सहायक जितेन चेम्जोङले बताए । यहाँका उच्च डाँडाहरूमा, पहराहरूमा सेताम्य फुल्ने यो फूलको बनावट धरहरा जस्तै ठाडो हुन्छ । केन्जो एक दुर्लभ प्रजातिको फूल हो । लेकाली चौर र अग्ला डाँडामा निकै आकर्षक देखिने गरी फुलेको भेटिन्छन् ।

यस फूलको व्याख्या पहिलोपल्ट ब्रिटिश वनस्पतिविद् सर जोसेफ टाल्टन हुकरले 'हिमालयन जर्नल्स नोट्स अफ न्याचुरलिस्ट'मा गरेका थिए । उनले पुस्तकमा लेखेका छन्, 'पदमचाललाई मैले पहिलोपल्ट एक माइल टाढाबाट देखें । लाछेन उपत्यकाको १४ हजार फिट उचाइमा अवस्थित कालो पहाडलाई यसले अत्यन्त सुन्दर बनाएको थियो । अप्ठ्यारा ठाउँमा थिए । तीन फिट जति अग्लो यस वनस्पति पिरामिड टावरको रूपमा ठिङ्ग उभिएको थियो ।"

संस्कृत भाषामा यसलाई रेवाचिनी, अम्लसार, बेतसाम्ल, फलाम्ले, गन्धिनी भनेर पनि चिनिन्छ । पोलिगोनेसी वनस्पति परिवारभित्र पर्ने यो फूल नेपालको तीन हजार मिटरदेखि चार हजार मिटरसम्मको उच्च पहाडी भेगमा आफैं उम्रिएका हुन्छन् । व्यावसायिक खेती भने हालसम्म भएको देखिंदैन । यसको बोटलाई अचारका रूपमा पनि प्रयोग गर्न सकिने मिक्वाखोला गाउँपालिका–५ तोक्पोगालाका तेन्जिङ शेर्पाले बताउँछन् ।

उच्च पहाडी भेगमा फिरफिरे, ठिङ्ग्रे वा गोब्रे सल्ला इत्यादि भएका जङ्गलको छेउछाउमा, थुम्कामा, खुला ठाउँमा र ढुङ्गाको अन्तरमा हुर्किन्छ । एकदेखि दुई मिटरसम्म अग्लो हुने पदमचाल जरा र जमीनमुनि रहने काण्ड कसिएको गठिलो हुन्छ भने बाहिरी भाग चाउरी परेको हुन्छ । यसबाट सुगन्धित वासना आउँछ । स्वाद भने पिरो, टर्रो र केही मात्रामा अमिलो पनि हुन्छ । जमीनबाटै पलाएर आएका लामा डाँठ भएका यसका पातहरू ३० सेमी चौडा हुन्छन् । बिरुवाका माथिल्लो भागमा तल्ला पातहरूको दाँजोमा साना हुन्छन् । एउटै फूलमा भाले तथा पोथी दुवै योनी पाइन्छन् । बिरुवा काण्डका टुक्राहरूबाट अथवा बीउबाट उमारिन्छ । बिरुवाहरूलाई वसन्त ऋतुमा सार्नुपर्छ । यसका बिरुवालाई १.५ मिटर दूरीमा रहेको खाल्डोमा मलजल गरेर सार्न सकिन्छ ।

कञ्चनजङ्घा संरक्षण क्षेत्र कार्यालयका संरक्षण अधिकृत आदर्श क्षेत्रीका अनुसार पदमचाल फूल विशेषतः नेपालको हिमाली भेग दोलखा, गोरखा, लमजुङ, म्याग्दी, हुम्ला, बाजुरा, जुम्ला, पर्वत, रुकुम, बागलुङलगायतका जिल्लामा पाइन्छ । यसलाई व्यावसायिकरूपमा लगाएर आर्थिक लाभ लिन सकिने उनको भनाइ छ ।

यस फूलको औषधीय महत्त्व पनि रहेको बताइन्छ । आयुर्वेदमा यसलाई एक महत्त्वपूर्ण जडीबुटीको रूपमा लिने गरिन्छ । कब्जियत, पखाला लागेको, ज्वरो आएको अवस्थामा पदमचालको प्रयोग गर्न सिकन्छ । त्यस्तै, शरीरमा जलन भए यसको रस जुसको रूपमा पिउँदा शरीरलाई शीतलता प्रदान गर्छ । डाँठलाई सुकाएर जुनसुकै समयमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । खाना अपच भएको अवस्थामा एक गिलास पानीमा यसको सुकाएको धूलो एक चम्चा मिसाएर खाँदा यसले स्वास्थ्यलाई निकै फाइदा पुर्‍याउँछ । शरीरको कुनै भाग सुन्निएको छ वा मर्केको, भाँचिएको अवस्थामा यसको जरा कुटेर गाईको गहुँतसँग मिसाइ लगाउनाले फाइदा गर्छ । साथै यस फूलको पात, डाँठ, फूललाई अचार तथा तरकारीमा पनि प्रयोग गरिन्छ ।

तस्वीरः सौजन्य

महोवनी पद्म माविलाई पङ्खा सहयोग

प्रस, वीरगंज, १० असोज/

उपकार नेपाल संस्थाले पोखरिया नगरपालिका–६ स्थित महोवनी पद्म माविलाई पाँच थान पङ्खा सहयोग गरेको छ ।

उपकार नेपाल संस्थाका अध्यक्ष विद्या सरावगीले विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष नन्दलाल प्रसादलाई पङ्खा हस्तान्तरण गरेका थिए । कार्यक्रममा प्रधानाध्यापक शङ्करलाल रौनियार, लोसपाका केन्द्रीय सदस्य निजामुद्दीन समानी, संस्थाका सज्जन अग्रवाललगायतको सहभागिता थियो ।

मोहम्मद डेको बिदा

प्रस, वीरगंज, १० असोज/

मधेस प्रदेशमा बिहीवार सार्वजनिक बिदा दिइएको छ ।

मुस्लिम धर्मावलम्बीहरूको विशेष पर्व पैगम्बर महम्मदको जन्म दिन असोज ११ गते परेकोले असोज ९ गते बसेको मधेस प्रदेशको मन्त्रिस्तरीय बैठकले असोज ११ गते सार्वजनिक बिदा दिने निर्णय गरिएको मधेस प्रदेशका गृह तथा कानून सञ्चार मन्त्रालयका निमित्त प्रदेश सचिव उत्तमप्रसाद खरेलले सूचना जारी गरी जानकारी गराएका छन् ।

कुनै समय निजगढस्थित बकैया पुल आसपासको खोलाबगरमा यसरी नै स्थानीयबाट नदीजन्य पदार्थ उत्खनन गरिन्थ्यो । आजभोलि कडाइ गरिएपछि लगभग एक किलोमिटर तल उत्खनन हुने गरेको छ । रोजगारका अन्य विकल्प नभएपछि अघिल्लो पुर्खाले खनी खोस्री गर्दै आएको बकैया खोलामा निजगढ नगरपालिका–८ सुकुमबासी बस्तीका करीब तीन सय घरधुरीको हातमुख जोर्ने खेतबारीजस्तै भएको छ । गत वर्ष र अहिले खोला नखुल्दा उनीहरूलाई निकै समस्या परेको छ । शब्दचित्रः जीतलाल श्रेष्ठ

फरक समाचार

धेरै सुत्नु खतरनाक

आजको नयाँ पीढीमा ओभरस्लिपिङ एउटा ठूलो समस्या भएको छ । निद्राको आवश्यकता सबैलाई भिन्दाभिन्दै हुन सक्छ । तर सामान्यरूपमा विशेषज्ञले सल्लाह दिन्छन् कि स्वस्थ वयस्कलाई प्रतिरात औसत सातदेखि नौ घण्टासम्म

सुत्नुपर्छ । तर यदि तपाईंलाई आराम महसूस गर्नको लागि नियमित प्रतिरात आठदेखि नौ घण्टाभन्दा बढी निद्राको आवश्यकता हुन्छ भने यो एउटा अन्तर्निहित समस्याको सङ्केत हुन सक्छ तर नौ घण्टाभन्दा बढी सुत्नु निकै खतरनाक हुन्छ र यसको परिणामस्वरूप मृत्यु पनि हुन सक्छ ।

मृत्यु : रिपोर्ट अनुसार जो व्यक्ति राति नौ घण्टाभन्दा बढी सुत्छन् उनीहरूको मृत्युदर सातदेखि आठ घण्टा सुत्ने व्यक्तिको तुलनामा निकै बढी हुन्छ । बढी सुत्दा विभिन्न स्वास्थ्य समस्याको सामना गर्नुपर्छ, जसले सीधै शरीरलाई प्रभावित गर्छ र मृत्युको सम्भावना बढ्छ ।

वजन बढ्नु : बढी सुत्दा वजन बढ्छ । हालै गरिएको अध्ययन अनुसार जो व्यक्ति राति नौ वा १० घण्टा सुत्छन्, उनीहरूमा सातदेखि आठ घण्टा सुत्ने व्यक्तिको तुलनामा छ वर्षको अवधिमा २१ प्रतिशत बढी मोटो हुने सम्भावना हुन्छ ।

शरीरमा पीडा : बढी सुत्दा शरीरमा पीडासम्बन्धी विभिन्न समस्याहरू हुन्छन् ।

डिप्रेशन : ओभरस्लिपिङ पनि डिप्रेशनको एउटा सम्भावित लक्षण मानिन्छ । जबकि अवसादबाट पीडित धेरैले अनिद्राको रिपोर्ट गर्छन्, लगभग १५ प्रतिशत मानिस बढी सुत्छन् । हालै गरिएको एउटा अध्ययन अनुसार कम सुत्नेको तुलनामा बढी सुत्ने व्यक्तिमा अवसादको लक्षण देखिएको छ ।

मधुमेह : एउटा अध्ययनले दाबी गरेको छ कि जो व्यक्ति राति नौ घण्टाभन्दा बढी सुत्छन्, उनीहरूलाई मधुमेहको खतरा बढी हुन्छ । धेरै सुत्दा शारीरिक निष्क्रियता बढ्छ, जसबाट ग्लुकोजको स्तर बढ्छ र मधुमेहको जोखिम बढाउँछ ।

२५ वर्षको भयो गूगल

गूगलले हिजो बुधवार २५औं वार्षिकोत्सव मनाएको छ । संसारभरि गूगलको

सर्च इन्जिन प्रयोग गरिन्छ । हामीले इन्टरनेटमा केही खोज्न चाहन्छौं भने सबैभन्दा पहिले गूगलकै शरण लिन्छौं । आज संसारकै सबैभन्दा ठूलो सर्च इन्जिन भएको गूगलले प्रारम्भिककालमा निकै चुनौतीको सामना गर्नुपरेको थियो ।

गूगलको को–फाउन्डर्स ल्यारी पेज र सेर्गेई ब्रिनले कठिन अवस्थामा पनि हिम्मत हारेनन् । पेज र ब्रिन दुवै अमेरिकाको स्टेनफोर्ड युनिभर्सिटीका विद्यार्थी थिए । सन् १९९८ मा दुवैले मिलेर गूगलको आविष्कार गरे । शुरूका दिनमा गूगलले थुप्रै चुनौती भोग्नुपरेको थियो ।

हेडक्वार्टर : उनीहरूलाई गूगलको हेडक्वार्टर राख्न निकै कठिनाइ भोग्नुपरेको थियो । क्यालिफोर्नियाको मेनलो पार्कमा एक मित्रको ग्यारेजमा दुवैजनाले गूगलको सुरुआत गरेका थिए । सन् १९९८ मा कम्पनीले निकै सङ्घर्षपछि केवल आठ कर्मचारीको साथमा आफ्नो कार्यालय पालो अल्टो क्यालिफोर्नियामा स्थानान्तरण गर्‍यो ।

फन्डिङको समस्या : गूगलले शुरूमा फन्डिङको समस्या भोग्नुपरेको थियो । किनभने ब्रिन र पेजसँग पर्याप्त रकम थिएन । फन्डिङविना उनीहरूले आफ्नो प्रोजेक्टको लागि जरुरी डाटा सर्भर बनाउन सक्दैन थिए । सन माइक्रोसिस्टम्सका को–फाउन्डर एन्डी बेचटोल्सहेमले गूगललाई सपोर्ट गरे र एक लाख डलर फन्डिङ दिए ।

निवेशक : व्यापार आइडियाको कमीको कारण गूगलले पाँच वर्षपछि सम्भावित निवेशकलाई आकर्षित गर्न सफल भयो । सन् २००४ मा इनिशियल पब्लिक अफरिङ (आइपिओ) जारी गर्‍यो । वारेन बफेले भविष्यका शेयरहोल्डर्सको लागि गूगलको आइपिओलाई सपोर्ट गर्‍यो ।

बिक्री हुने स्थितिमा : एउटा समय यस्तो आयो कि पेज र ब्रिनले गूगललाई बेच्ने निर्णय गरे । सन् १९९९ मा गूगललाई इन्टरनेट पोर्टल कम्पनी एक्साइटलाई एक लाख डलरमा बेच्ने कोशिश गरियो । तर एक्साइटका सिइओ जर्ज बेलले किन्न चाहेनन् । आजको समयमा गूगलको अभिभावक कम्पनी अल्फाबेट संसारको सबैभन्दा ठूलो टेक कम्पनीमध्ये एक हो । – प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

वैवाहिक समारोहमा आगो लाग्दा १०० जनाको मृत्यु

विवाह समारोहमा आगलागी भएपछि उद्धार कार्य गर्दै सुरक्षाकर्मी । तस्वीरः एएफपी

इराक, १० असोज/एएफपी

उत्तरी इराकी शहर काराकोशमा एउटा विवाह समारोह भइरहेको स्थानमा आगलागी हुँदा कम्तीमा १०० जनाको मृत्यु हुनाका साथै १५० भन्दा बढी घाइते भएका अधिकारीहरूले बुधवार बिहान जानकारी दिएका छन् ।

मोसुलको पूर्वमा रहेको इसाई धर्मावलम्बीबहुल शहरको मुख्य अस्पतालमा एएफपीका फोटोग्राफरले एम्बुलेन्सले जलेका मानिस ल्याएको देखेका तथा उनीहरूलाई रक्तदान गर्न अस्पतालको आँगनमा कैयौं मानिस भेला भएका बताएका छन् ।

अत्यधिक ज्वलनशील पदार्थ, आगोले सखाप पार्ने, कम गुणस्तरको निर्माण सामग्रीले बनेको विवाह समारोह आयोजना गरिएको हलको छत नै खस्दा यति धेरै मानिसले ज्यान गुमाएका अधिकारीहरूले बताएका छन् ।

इराकको आधिकारिक समाचार समितिले निनेवेह प्रान्तका स्वास्थ्य अधिकारीहरूलाई उद्धृत गर्दै हमदानियाहमा विवाह समारोह भइरहेको एउटा हलमा भएको आगलागीमा १०० जनाको मृत्यु तथा १५० भन्दा बढी घाइते भएका जनाएको छ । इराकी स्वास्थ्य मन्त्रालयका प्रवक्ता सैफ अल–बद्रले पनि मृतकको उक्त सङ्ख्याको पुष्टि गरेका छन् ।

अस्पताल भर्ना भएका अधिकांश बिरामी जलेका, अक्सिजन अभावका कारण श्वासप्रश्वासमा समस्या भएका तथा केही भने भीडले कुल्चिंदा घाइते भएका छन् ।

मङ्गलवार साँझ उक्त दुर्घटना भएको हो । यद्यपि आगलागी के कारणले भएको हो थाहा हुन सकेको छैन तर प्रारम्भिक विवरण अनुसार पटाका पड्काउँदा आगलागी भएको बताइएको छ ।

दुलहा वा दुलही वा दुवै आगोको चपेटमा परे नपरेको कुनै जानकारी प्राप्त भएको छैन । तर दुवैजना नाच्न थालेपछि आगो सल्किएको भने जानरकारी प्राप्त भएको छ । रासस

ग्याबोनले अमेरिकी सहयोग नपाउने

वाशिङ्टन, १० असोज/एपी

संयुक्त राज्य अमेरिकाले सैन्य शासित अफ्रिकी राष्ट्र ग्याबोनलाई सहयोग नगर्ने घोषणा गरेको छ ।

बाइडेन प्रशासनले मङ्गलवार ग्याबोनलाई सबै किसिमका मानवीय सहायता निलम्बन गरिएको घोषणा गरेको हो ।

निजेरपछि मानवीयलगायत अमेरिकी सहयोग नपाउने देशको सूचीमा अब ग्याबोन पनि परेको छ ।

अर्को व्यवस्था नभएसम्मका लागि सहायता कटौती गर्ने यो अन्तरिम उपाय अवलम्बन गरिएको विदेशमन्त्री एन्टोनी ब्लिन्केनले बताएका छन् । मध्य अफ्रिकी मुलुकका साथै अफ्रिकी सङ्घ र अन्य अन्तर्राष्ट्रिय साझेदारहरूको आर्थिक समुदायले अवलम्बन गरेका नीतिअनुरूप सहायता स्थगनको निर्णय गरिएको उनले स्पष्ट गरेका छन् ।

"हामी ग्याबोनमा अमेरिकी नागरिकहरूलाई सहयोग गर्ने कूटनीतिक एवं 'कन्सुलर' सेवालाई निरन्तर सञ्चालन गर्नेछौं," विदेशमन्त्री ब्लिन्केनले एक विज्ञप्ति निकालेर भनेका छन् । ग्याबोनका नेता अलि बोङ्गो ओन्डिम्बालाई पदच्युत गरिएको तथा सैन्य सत्ता लागू गरिएको विषयमा समीक्षा गर्न बाँकी रहेको उनले विज्ञप्तिमा बताएका छन् । रासस

विवादमा तानिएका क्यानडाका सभामुखद्वारा राजीनामा

ओटावा, १० असोज/एपी

दोस्रो विश्वयुद्धमा एडोल्फ हिटलरको पार्टी नाजीका तर्फबाट लडेका युक्रेनी नागरिकलाई संसद्मा आमन्त्रण गरेर उनको प्रशंसा गरेपछि विवादमा तानिएका क्यानडाको हाउस अफ कमन्सका सभामुखले राजीनामा दिएका छन् ।

९८ वर्षीय यारोसलाभ हुनकालाई 'नायक' भन्दै उनको प्रशंसा गरेपछि सभामुख एन्टोनी रोटाले मङ्गलवार ओटावामा पार्टी नेतालाई भेटेर राजीनामा दिएका हुन् । सभामुख रोटाको अभिव्यक्तिलाई लिएर स्वदेश र विदेशमा उनको कटु आलोचना भएको थियो । गत शुक्रवार भएको यो घटनाको विश्वव्यापी निन्दा भएको थियो ।

यसअघि क्यानडाका नागरिक र राजनीतिक दलका नेताले सभामुख रोटाको राजीनामा मागेका थिए । उनले संसद्मा सभामुख पदबाट राजीनामा दिएको घोषणा गर्दै आफ्नो अभिव्यक्तिप्रति गहिरो पश्चात्ताप भएको बताएका थिए । उनले आफूलाई हुनकाको नाजीसँगको सम्बन्धबारे जानकारी नभएको र कार्यक्रममा उपस्थित हुन आमन्त्रित गरेर गलती गरेको बताए ।

क्यानडाका प्रधानमन्त्री जस्टिन ट्रुडोले सोमवार नै सभामुखले हुनकालाई सदनमा गरेको आमन्त्रण र अभिव्यक्ति दुवै लाजमर्दो भएको टिप्पणी गरेका थिए । रासस

आजको राशिफल

राशि	फल	राशि	फल
मेष	मनोरञ्जन	वृष	सफलता
मिथुन	राज्यलाभ	कर्कट	रोगभय
सिंह	व्यापारवृद्धि	कन्या	शत्रुपराजय
तुला	ज्ञानोदय	वृश्चिक	भयचिन्ता
धनु	मित्रमिलन	मकर	अतिथिआगमन
कुम्भ	सुयश	मीन	अलमल

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

रानीघाट–पोखरिया बस समिति

भिस्वा– बिहान ७:४० बजे
भिस्वा– बिहान १०:०० बजे
भिस्वा– मध्याह्न १२:०० बजे
भिस्वा– दिउँसो १:३० बजे
दसौता– दिउँसो २:३० बजे
सेढवा– दिउँसो ३ बजे
देउरिया– दिउँसो ३:१५ बजे
भिस्वा– दिउँसोः ३:४० बजे

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

ठोरी गाउँपालिकाका पर्यटकीय स्थलहरू ।

जनहितको वार्षिक साधारणसभा सम्पन्न

प्रस, निजगढ, १० असोज/

निजगढ नगरपालिकास्थित जनहित सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको बुधवार वार्षिक साधारणसभा सम्पन्न भयो ।

कार्यक्रममा मन्तव्य राख्दै प्रमुख अतिथि एवं मधेस प्रदेश माननीय माला लामा । तस्वीरः जीतलाल श्रेष्ठ

कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि एवं मधेस प्रदेशसभा सदस्य माला लामाले कार्यक्रमको उद्घाटन गर्दै वनजङ्गल मानव एवं प्राणीजगत्को अविछिन्न अङ्ग भएकोले वन क्षेत्रको संरक्षण अनिवार्य शर्त रहेको बताइन् ।

वन समूहको नेतृत्व सम्हाल्न आउने जो कोहीले पनि दह्रो मुटु लिएर आउनुपर्ने आशय व्यक्त गर्दै आफू पनि केही समय वन समूहको पदाधिकारी रहँदा विनाकारण उजूरी पर्दा अख्तियारको अनुसन्धानमा धेरै हैरानी खेप्नुपरेको अनुभव सुनाइन् । "आखिर सत्यको जीत हुन्छ । आफूहरूको पक्षमा जीत भयो," उनले भनिन् ।

वन क्षेत्र मात्र नभई हरेक सामाजिक क्षेत्रमा काम गर्न आउनेहरूले यस्तै चुनौतीको डटेर सामना गर्ने हिम्मत गर्नुपर्ने उनले बताइन् ।

सामुदायिक वन समूह अर्थात् जनताको वन भएकोले संरक्षणपछि कानून सम्मतरूपमा उपभोग पनि गर्न पाइने भएकोले वन क्षेत्रको संरक्षण, संवर्द्धन, विकासमा प्रदेश सदस्य लामाले जोड दिइन् ।

गाउँ समाजमा कोही कसैको निधन हुँदा आजकाल दाउराको अभाव निकै हुने गरेकोले वन समूहले दाहसंस्कारको लागि कानूनी प्रक्रिया पूरा गरी दाउरा उपलब्ध गराएको उनले बताइन् ।

कार्यक्रममा नगरप्रमुख सुरथ पुरीले पनि वन क्षेत्रको संरक्षणमा जोड दिंदै वनजङ्गल संरक्षणमा बेलैमा हामीले ध्यान दिन सकेनौं भने गाउँबस्ती, शहर बजार, सिंचाइका लागि पानीको समस्या विकराल हुने बताए ।

वन क्षेत्रमा पोखरी निर्माणले पानीको रिर्चाजलाई कायम राख्नुका साथै वन्यजन्तु, चराचुरुङ्गीलगायत अन्य प्राणीलाई समेत राहत हुने बताए । वन क्षेत्र संरक्षणको चुनौती समय, परिस्थिति अनुसार बदलाव हुने बताउँदै वन क्षेत्रको संरक्षण अपरिहार्य भएको बताए ।

कार्यक्रममा वक्ताहरूले वन क्षेत्रको संरक्षण र वन क्षेत्रबाट उपभोक्ताहरूका आवश्यकतालाई ध्यानमा राख्नुपर्ने बताए । त्यस्तै उपभोक्ताहरूले वनजङ्गलमा ढलापडा गोलिया कुहिएर खेर गए पनि उपयोग गर्न नपाइरहेको गुनासो गरे ।

कार्यक्रममा वन समूहका संस्थापक अध्यक्ष बालकृष्ण दर्लामी, पूर्वअध्यक्ष वासुदेव तिमल्सिना, टेकबहादुर लामा, कुशबहादुर थापा, राजेन्द्र सापकोटालगायतले मन्तव्य राखेका थिए । वन समूहकी अध्यक्ष चन्द्रिकाकुमारी मगरको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा स्वागत नारायण श्रेष्ठ र सञ्चालन रामबहादुर माझीले गरेका थिए ।

वीरगंज र ठोरी ...

बताए ।

ठोरीमा राईधारा, रानीवन, गणेशमान पार्क, मनमोहन पार्क, शहीद पार्क, सीता गुफा, सेतो भीर, रातो डाँडा, पानीघट्ट, स्टोन पार्क, मठमन्दिर, बौद्ध स्तुप, झरना, भीरपाखा, खोलानाला, वनजङ्गललगायत दर्जनौं पर्यटकीय गन्तव्य छन् ।

घरभाडामा लिनेसम्बन्धी सार्वजनिक सूचना

प्रथमपटक प्रकाशित मितिः २०८०/०६/११

प्रस्तुत विषयमा यस आसमान नेपालका लागि पर्सा जिल्लामा कार्यालय स्थापना गर्नका पर्सा जिल्लाको वीरगंज महानगरपालिकाको बजार क्षेत्र र ाधेमाई, श्रीपुर, रानीघाट, ब्रह्मचोकभित्र तपसिल बमोजिमका विशेषता भएका घर भाडाका लागि आवश्यक भएको हुँदा निम्न बमोजिमका विशेषता भएका घरधनीले सूचना प्रकाशित भएको ७ (सात) दिनभित्र यस कार्यालयको निम्न ठेगानामा आवेदन पेश गर्न हार्दिक अनुरोध गर्दछौं ।

तपसिल

- घर बनेको जग्गाको जग्गाधनी लालपुर्जाको प्रमाणपत्र हुनुपर्नेछ ।
- कम्तीमा ४–५ वटा कोठा भएको हुनुपर्नेछ ।
- कम्तीमा १७०० देखि १८०० स्क्वायर पीट एरिया भएको हुनुपर्नेछ ।
- कम्तीमा एउटा चार चक्के गाडी र कम्तीमा चारदेखि पाँचवटा दुई पाङ्ग्रे गाडी राख्ने ठाउँ भएको हुनुपर्नेछ ।
- शौचालय, स्नानकक्ष, विद्युत् र पानीको उचित सुविधा भएको हुनुपर्नेछ ।
- सुरक्षा संवेदनशीलतालाई ध्यानमा राखेर बनेको घरलाई पहिलो प्राथमिकता दिइनेछ ।
- म्याद नाघी वा रीत नपुगेको निवेदन उपर कुनै कारबाही गरिनेछैन ।
- यसमा माथिका शर्तहरूबाहेक अन्य विषय प्रचलित कानूनबमोजिम हुनेछ ।
- प्रचलित कानूनबमोजिम परेका दरखास्त स्वीकृत गर्ने नगर्ने अधिकार कार्यालयलाई निहित हुनेछ ।

आवश्यक कागजात

- जग्गाधनी दर्ता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि ।
- नेपाली नागरिकता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि ।
- कित्ता नम्बर स्पष्ट देखिएको नापी नक्शा ।
- आर्थिक वर्ष २०८०/८१ को तिरो तिरेको रसिदको प्रतिलिपि ।
- घरधनीले घर भाडामा दिन चाहेको मूल्य खुलेको निवेदन ।

दरखास्त बुझाउने स्थान

आसमान नेपालको कार्यालय

ठोरी, पर्सा

दर्खास्तका लागि सम्पर्क व्यक्ति (धर्मेन्द्र चौरसिया)

सम्पर्क नम्बर : ९८५५०३७१०१ वा ९८१४२२९०००

Aasaman Nepal ✓Education ✗Child Labor

इच्छुक तथा योग्य घरधनीले २०८०–०६–१७ सम्ममा माथि उल्लिखित विशेषता भएका घरधनीले कार्यालय समयभित्र कार्यालयमा वा इमेल dharmendrap.chaurasiya@aasamannepal.org.np मा दरखास्त पेश गर्नुपर्नेछ ।

चाडपर्वलाई लक्षित गरी बजार अनुगमन गर्ने निर्णय

प्रस, वीरगंज, १० असोज/

चाडपर्वलाई लक्षित गरी बजार अनुगमन शुरू गर्ने निर्णय गरिएको छ। बुधवार वीरगंज महानगरपालिकाका उपप्रमुख इम्तियाज आलमको संयोजकत्वमा बजार व्यवस्थापन तथा अनुगमन समितिको बैठकले बजार अनुगमन गर्ने निर्णय गरेको हो ।

बैठकमा बजारका सम्पूर्ण पसलमा खाद्यान्न सामग्रीको एक्सपाइरी डेट चेक गरी कारबाईको दायरामा ल्याउने निर्णय भएको छ। उपप्रमुख आलमले दशैंलगायत चाडपर्वको समयमा बजारमा हुने कालोबजारी र न्यून गुणस्तरका सामान बिक्री नियन्त्रण गर्न बजार अनुगमन कार्य तीव्र गरिने बताए ।

तस्वीरः सौजन्य

बैठकमा वीरगंज महानगरपालिकाका प्रशासकीय अधिकृत लक्ष्मीप्रसाद पौडेल, उपप्रमुखका निजी सचिव रविनन्दन सिंह, कार्यपालिका सदस्य कन्हैया ठाकुर, नेपाल प्रहरी बिर्ताका निरीक्षक पुष्कर बोगटी, ट्राफिकका निरीक्षक भास्कर खतिवडा, सशस्त्र प्रहरी निरीक्षक कमलेश पुरी, होटेल तथा पर्यटन व्यवसायी सङ्घका अध्यक्ष हरि पन्त, वीरगंज उद्योग वाणिज्य सङ्घका सुरेशकुमार रुँगटा, खाद्य अधिकृत विपिन कुमार, राहुल गुप्तालगायतको सहभागिता थियो ।

गायत्री परिवार वीरगंजको गोष्ठी

प्रस, वीरगंज, १० असोज/

गायत्री परिवार वीरगंजको विशेष कार्यकर्ता गोष्ठी बुधवार वेदमाता गायत्री शक्तिपीठ वीरगंज महानगर–१ मा सम्पन्न भएको छ ।

शान्ति कुञ्ज हरिद्वारका वरिष्ठ व्यक्तित्व नमोनारायण पाण्डे एवं नेपाल प्रभारी ओयेन्द्रजीको उपस्थितमा गायत्री परिवारको विशेष गोष्ठी सम्पन्न भएको छ ।

गोष्ठीमा महिलाले घरपरिवार कसरी खुशियाली राख्ने, बच्चाहरूलाई व्यावहारिक कसरी बनाउने, समाजलाई लागूऔषध दुर्व्यसनबाट कसरी बचाउन सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल गरिएको थियो ।

गायत्री परिवारमा हरेक समुदाय, वर्ग कसरी समेटेर समाज र देशलाई प्रगतितर्फ लग्न सकिन्छ भन्नेबारे सहभागीहरूले मार्गदर्शन दिएको मन्दिरका व्यवस्थापक महासचिव छोटेलाल प्रसादले जानकारी दिएका छन् ।

डेङ्गुबाट बच्ने उपायहरू:

- बिहान, दिउँसो तथा साँझको समयमा लामखुट्टेको टोकाइबाट डेङ्गु लाग्न सक्छ ।
- लामखुट्टेबाट बच्न पूरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं ।
- पानी राखेको भाँडा छोपेर राखौं ।
- दिउँसो पनि लामखुट्टे भगाउने धूप बालौं र लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्ने मलम लगाऔं ।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरी झ्याल ढोकामा जाली वा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं ।
- अँध्यारा कुना–काप्चामा कीटनाशक औषधि छर्कने गरौं ।
- कम्तीमा हप्ताको एकपटक एयर कुलर, पानी टङ्की, फूलदानी, गमलामा राखिएका प्लेटहरू राम्ररी सफा गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

आजको कार्यक्रम

सि.नं.	आयोजक	कार्यक्रम	स्थान	समय
		जानकारी आएन		

गोली प्रहारबाट भारतीयको हत्या

प्रस, सिम्रौनगढ, १० असोज/

बाराको पचरौतामा पुनः एकजना व्यक्तिको हत्या भएको छ ।

बाराको पचरौता नगरपालिका–६ लक्ष्मीनियास्थित पोखरीनजीकै एकजना भारतीय नागरिकको गोली प्रहारबाट हत्या गरिएको अवस्थामा शव भेटिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराले जनाएको छ ।

जिप्रका, बाराका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक दधिराम न्यौपानेले असोज ९ गते साँझ ६ बजे नेपाल–भारत सीमाभन्दा करीब सात सय मिटर नेपालतर्फ हत्या गरिएको अवस्थामा भारतको मोतिहारी, दर्पा थाना–१, सुक्लहिया गाउँ बस्ने २२ वर्षीय अजितकुमार सिंहको शव भेटिएको बताएका छन् । उनको गोली प्रहारबाट हत्या भएको प्रनाउ न्यौपानेले बताए ।

मृतक अजितसँगै सुक्लहिया गाउँका २५ वर्षीय सुजितकुमार सिंह, २४ वर्षीय चञ्चल पाण्डे, २२ वर्षीय मनीषकुमार सहनी र २० वर्षीय कामेश्वर सहनी दुईवटा अनटेस्ट मोटरसाइकलमा असोज ९ गते नेपाल प्रवेश गरेको बारा प्रहरीले जनाएको छ ।

लक्ष्मीनियास्थित पोखरीनजीक पुगेपश्चात् मोटरसाइकल पछाडि बसेका सुजितले अजितलाई पछाडिबाट गोली प्रहार गरी हत्या गरेर मोटरसाइकल लिई भारततर्फ भागेको प्रहरीले जनाएको छ ।

घटनास्थलबाट एक थान गोली र एक थान गोलीको खोका बरामद गरिएको प्रहरीले जनाएको छ । शव नारायणी अस्पताल, वीरगंज पठाइएको र घटनाबारे अनुसन्धान भइरहेको प्रवक्ता न्यौपानेले बताएका छन् ।

अजित सिंह छ महीनादेखि पत्नी सोनम सिंहसँग सिम्रौनगढ–६ गोरु बजारमा डेरा लिई बस्दै आएका थिए ।

खेलकूदको संसार

कीर्तिमानले भरियो नेपाल र मङ्गोलियाबीचको खेल

काठमाडौं, १० असोज/रासस

चीनको हाङझाउमा जारी १९औं एशियाली खेलकूद, २०२२ अन्तर्गतको पुरुष क्रिकेट प्रतियोगितामा आज बिहान सम्पन्न नेपाल र मङ्गोलियाबीचको खेलमा नेपालले २७३ रनको कीर्तिमान हात पारेको छ। पहिले ब्याटिङ गरेको नेपालले निर्धारित २० ओभर खेल्दै ३१४ रन बनाउने क्रममा विभिन्न कीर्तिमान कायम गऱ्यो ।

नेपालले बनाएको ३१४ रनको टी २० अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेटमा हालसम्मकै सबैभन्दा उच्च योगफल हो । यसअघि यो कीर्तिमान सन् २०१९ मा अफगानिस्तानले आयरल्यान्डविरुद्ध देहरादुनमा बनाएको थियो। उक्त खेलमा अफगानिस्तानले तीन विकेटको क्षतिमा २७८ रन बनाएको थियो।

तस्वीरः सौजन्य

नेपालको विशाल योगफल बनाउने क्रममा कुशल मल्लले पनि नयाँ कीर्तिमान कायम गरेका छन् । उनी टी–२० अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगितामा छिटो शतक प्रहार गर्ने खेलाडी बनेका छन् । उनले ३४ बलमैं शतक प्रहार गरेका थिए। कुल ५० बल खेलेका मल्लले १२ छक्का र आठ चौका प्रहार गर्दै १३७ रन बनाउँदै नटआउट रहे ।

यसै खेलमा दीपेन्द्र सिंह एरीले पनि सबैभन्दा छिटो अर्धशतक प्रहार गर्ने खेलाडीका रूपमा नाम लेखाएका छन्। उनले ९ बल खेल्दै ५० रन बनाएका थिए। ऐरीले पहिलो छ बलमा छ छक्का प्रहार गरेर अर्को कीर्तिमानको बराबरी गरेका छन्। यस अघि युवराज सिंह, क्रिस गेल र हज्रातुल्ला जाजाइले १२ बलमा अर्ध शतक प्रहार गरी कीर्तिमान कायम गरेका थिए।

कुशल टी–२० अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सबैभन्दा कम उमेरमा शतक प्रहार गर्ने दोस्रो खेलाडी बनेका छन् । मल्लले १९ वर्ष २०६ दिनको उमेरमा शतक प्रहार गरेका हुन् । सबैभन्दा कम उमेरमा शतक प्रहार गर्ने कीर्तिमान भने गुस्ताव मेक्कोनको नाममा छ ।

साथै टी–२० अन्तर्राष्ट्रिय खेलमा सबैभन्दा बढी रन अन्तरले पराजित गर्ने कीर्तिमान नेपालले बनाएको छ । नेपालले मङ्गोलियालाई २७३ रनले पराजित गरेको छ । यस अघि यो कीर्तिमान चेक रिपब्लिकले राखेको थियो । चेक रिपब्लिकले पानामालाई सन् २०२१ मा २०८ रनले पराजित गरेको थियो ।

आजको खेलमा अर्धशतक प्रहार गरेका दीपेन्द्र सिंह ऐरीले स्ट्राइक रेटमा पनि नयाँ कीर्तिमान कायम गरेका छन्। उनले १० बलमा ५२ रन प्रहार गर्दै ५२० को स्ट्राइक रेट बनाएका छन्। दश बलभन्दा बढी खेल्ने कुनै पनि खेलाडीले हालसम्म ५०० भन्दा बढीको स्ट्राइक रेटमा रन बनाएका छैनन्। यस अघि सन् २०१६ मा जिम्बाबेको घरेलु टी–२० प्रतियोगितामा माल्क्लोम वालरले ४३० को स्ट्राइक रेटमा रन बनाएका थिए ।

नेपालले मङ्गोलियाविरुद्ध प्रहार गरेको २६ वटा छक्काले पनि नयाँ कीर्तिमान कायम गरेको छ। यस अघि सन् २०१९ मा अफगानिस्तानले आयरल्यान्डविरुद्ध, यसै वर्षको शुरूआतमा वेस्ट इन्डिजले दक्षिण अफ्रिकाविरुद्ध २२ वटा छक्का प्रहार गरेको थियो ।

आयोजक चीन ५३ स्वर्णसहित शीर्ष स्थानमा, नेपाल पदकविहीन

हाङझाउ (चीन), १० असोज/रासस

१९औं एशियाली खेलकूद, २०२२ अन्तर्गत मङ्गलवारसम्म ३३१ पदकको छिनोफानो भएको छ। मङ्गलवारसम्मको खेल प्रदर्शनका आधारमा चीन ५३ स्वर्ण २९ रजत र १३ कांस्यसहित ९५ पदक प्राप्त गर्दै शीर्ष स्थानमा रहेको छ।

यस्तै दक्षिण कोरिया १४ स्वर्ण, १६ रजत, १९ कांस्यसहित ४९ पदकका साथ पदक तालिकाको दोस्रो स्थानमा रहेको छ। जापान आठ स्वर्ण, २० रजत र १९ कांस्यका साथ ४७ पदक प्राप्त गर्दै तेस्रो स्थानमा तथा उज्बेकिस्तान पाँच स्वर्ण, ६ रजत र ११ कांस्यसहित २२ पदकका साथ पदक तालिकाको चौथो स्थानमा रहेको छ। यस्तै, हङकङ चाइना पाँच स्वर्ण, चार रजत र १० कांस्य सहित कुल १९ पदक प्राप्त गर्दै पाँचौं स्थानमा रहेको छ।

यसैगरी, भारत तीन स्वर्ण, तीन रजत र ६ कांस्यसहित १२ पदकका साथ छैटौं स्थानमा छ। इन्डोनेशिया तीन स्वर्ण, एक रजत र पाँच कांस्यसहित नौ पदकका साथ सातौं, चाइनिज ताइपेई दुई स्वर्ण, तीन रजत र तीन कांस्यसहित आठ पदक प्राप्त गर्दै आठौं, थाइल्यान्ड दुई स्वर्ण र पाँच कांस्यका साथ नवौं तथा इरान एक स्वर्ण, चार रजत र पाँच कांस्य पदक प्राप्त गर्दै पदक तालिकाको १०औं स्थानमा रहेका छन् ।

एशियाली खेलकूदमा कुल सहभागी ४५ मुलुकमध्ये हालसम्म २९ मुलुकले पदक प्राप्त गरेका छन्। नेपाल भने हालसम्म पदकविहीन छ। नेपालले हालसम्म खेलेका कुनै पनि खेलमा राम्रो प्रदर्शन गर्न सकेको छैन। सबैभन्दा आस गरेको जुडो, तेक्वान्दो, बक्सिङलगायत खेलबाट नेपालले हालसम्म पदक प्राप्त गर्न सकेको छैन ।

१९औं एशियाली खेलकूद, २०२२ अन्तर्गत जुडो र रग्बीमा नेपालको यात्रा समाप्त भएको छ। मङ्गलवार पुरुष १०० किलोमाथिको तौल समूहमा नेपालका रन्जेश गोले इप्पोनका आधारमा पराजित भए। उनलाई प्रिक्वाटरफाइनलमा काजकिस्तानका खेलाडीले पराजित गरे। यस्तै महिला ७८ किलोमाथिको तौल समूहमा नेपालकी आकृति जोशी उज्बेकिस्तानकी खेलाडीसित इप्पोनकै आधारमा पराजित भइन्। जुडोमा नेपालबाट पुरुषतर्फ चार तथा महिलातर्फ चार खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए ।

रग्बीमा नेपाल सबै खेलमा पराजित भएको छ। रग्बी सेभेन्समा नेपालको पुरुष टोली सबै खेलमा पराजित भयो। मङ्गलवार भएको खेलमा नेपाल ओसिए इन्डिपेन्डेन्ट एथ्लेटिक टोलीसित ६८–० अङ्कले पराजित भएको हो। प्रतियोगितामा नेपाल आफ्ना सबै ६ खेलमा पराजित भयो। समूह डीमा रहेको नेपाल समूह चरणमा युएई, चीन, अफगानिस्तान, थाइल्यान्ड र फिलिपिन्ससित पराजित भएको थियो।

यसैगरी, तेक्वान्दोमा पनि मङ्गलवार प्रतिस्पर्धा गरेका तीन नेपाली खेलाडी आआफ्नो स्पर्धामा पराजित भए। नेपालका गोविन्दबहादुर आले पुरुष ६३ किलोमुनिको तौल समूहमा प्रिक्वाटरफाइनलमा पराजित भए। उनी प्रिक्वाटरफाइनलमा थाइल्यान्डका खेलाडीसित २–० अङ्कले पराजित भए। यस्तै आजै भएको महिला ५३ किलोमुनिको तौल समूहमा नेपालकी आयषा लामा दक्षिण कोरियाका खेलाडीसित पराजित भइन्। महिला ५७ किलोमुनिको तौल समूहमा सन्ध्याकुमारी सिंह पनि पराजित भइन्। तेक्वान्दोका चार खेलाडी यसअघि नै प्रतियोगिताबाट बाहिरिएका थिए।

साफ च्याम्पियनशिप : फाइनलमा भारत र पाकिस्तान

काठमाडौं, १० असोज/रासस

पाकिस्तानले सडेन डेथमा भुटानलाई पराजित गर्दै साफ यू–१९ च्याम्पियनशिप फूटबल प्रतियोगिताको फाइनलमा पुगेको छ। त्रिपुरेश्वरस्थित दशरथ रङ्गशालामा बुधवार भएको पहिलो सेमिफाइनलमा पाकिस्तानले भुटानलाई सडेन डेथमा ६–५ गोलअन्तरले हराउँदै साफ च्याम्पियनशिपको फाइनलमा पुगेको हो। यू–१९ साफ च्याम्पियनशिपमा पाकिस्तानको यो पहिलो सहभागिता हो। खेलको निर्धारित समयसम्म दुवै टोलीबाट गोल हुन नसकेपछि खेल टाइब्रेकरमा पुगेको थियो।

टाइब्रेकरको पहिलो सेटमा दुवै टोलीका समान पाँच/पाँच जना खेलाडीले गोल गरेपछि खेल सडन डेथमा धकेलिएको हो। सडन डेथमा पाकिस्तानका आदिल युनास, शाह जहान, अलि जफर, खुर्सिद आलम, मुहम्मद सदाम र कमिल अहमद खानले गोल गरेका थिए। त्यस्तै, भुटानका लागि किन्जाङ तेन्जिङ, जिग्मे नाम्ग्येल, रिन्जिन दोर्जी, उग्यन दोर्जी र पेमा जाङपोले गोल गरे। छेत्रीम पेलजाङको पेनाल्टी भने पाकिस्तानका गोलरक्षक साहिल गुलले रोकेका थिए।

साफ च्याम्पियनशिप फूटबल : नेपाल भारतसँग पराजित

साफ यू–१९ च्याम्पियनशिप फूटबल प्रतियोगितामा नेपाल भारतसँग पराजित भएको छ। त्रिपुरेश्वरस्थित दशरथ रङ्गशालामा बुधवार भएको दोस्रो सेमिफाइनल खेलमा भारतसँग नेपाल टाइब्रेकरमा ३–२ गोलअन्तरले पराजित भएको हो।

टाइब्रेकरमा नेपालका प्रशान्त लक्सम लिम्बू, लक्ष्मण थापा र विक्रम तामाङले गोल गर्न चुकेपछि नेपाल पराजित भएको हो। नेपालका लागि अश्विन घोरासिनी र कुशल देउवाले गोल गरेका थिए।

त्यस्तै, भारतका लागि अर्जुनसिंह ओइनाम, ग्वाग्व्मसर गोएरी र मङ्लेनथाम किपगेनले गोल गरे। दिनेश सिंह सौवम र रिक्की हओबमको प्रहार विफल भएको थियो।

यसअघि खेलको निर्धारित समयसम्मको खेल १–१ गोलको बराबरी सकिएपछि खेल टाइब्रेकरबाट पुगेको हो।

खेलमा पहिलो अग्रता भने भारतले लियो। खेलको २६औं मिनेटमा भारतका खेलाडी गोम्सर गोयारीको हेडरलाई साहिल खुर्सिदले डिबक्स भित्रैबाट गोल गरे।