डढेलोबाट बचौं र बचाऔं

- सलाई, लाइटरजस्ता प्रज्वलनशील वस्तु बालबालिकाले भेट्ने ठाउँमा नराखौं,
- जङ्गलमा सलाई तथा लाइटरको प्रयोग नगरौं र गर्नै पर्ने भए सावधानीपूर्वक प्रयोग गरी राम्रोसँग निभाऔं,
- सानो असावधानीले जङ्गलमात्र होइन आसपासका वस्तीसमेत उजाड हुन सक्छन्,
- जन, धन र वनको संरक्षण गरौं,

सचेत बनौं, डढेलोबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY

प्रतीक दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

eprateekdaily.com

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

❖ वर्ष ३७ ❖ २०८० चैत २६ गते सोमवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2024 April 08 Monday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क २१७

आर्थिक नगरी घोषणा गर्न सरकार सकारात्मक –अर्थमन्त्री पुन

प्रस, वीरगंज, २५ चैत/

अर्थमन्त्री वर्षमान पुनले वीरगंजलाई आर्थिक नगरी घोषणा गर्नुपर्ने व्यवसायीको मागमा सरकार सकारात्मक रहेको बताएका छन् ।

तस्वीरः प्रणय साह

वीरगंज उद्योग वाणिज्य सङ्घले राजस्व परामर्श तथा बजेट तयारीसम्बन्धी आइतवार आयोजित अन्तर्क्रियामा अर्थमन्त्री पुनले वीरगंजलाई आर्थिक नगरी घोषणाको मागमा आफ्नो समर्थन रहेको बताए । उनले मधेस प्रदेश सरकारसँगको समन्वयमा वीरगंजलाई आर्थिक नगरी घोषणा गर्न सङ्घीय सरकार सकारात्मक रहेको बताए । वर्तमान सरकार नागरिकको आवाज सुन्नुपर्ने कुरामा सकारात्मक रहेको बताए ।

अर्थमन्त्री पुनले बजेटको पूर्वसन्ध्यामा रहेको र आगामी बजेट १८ खर्बको सिलिङ बोकेर आइरहेको जानकारी गराएका थिए । उनले बजेटले राजस्व सङ्कलनको लक्ष्य २६ प्रतिशत लिएको बताउँदै लक्ष्य महत्त्वाकाङ्क्षी भएपनि यसलाई परिणाममुखी बनाउन निजी क्षेत्रको भूमिका अतुलनीय रहने बताए । वर्तमान सरकारका मन्त्रीहरू परीक्षणकालमा रहेको र आफू पनि परीक्षणकालमा रहेको बताए । २६ प्रतिशत राजस्व सङ्कलन लक्ष्य रहेको बजेट विगतको यथार्थ हेर्दा नौ प्रतिशत रहेकोले २६ प्रतिशत राजस्व सङ्कलन महत्त्वाकाङ्क्षी रहेको उनले बताए । मुलुकको आर्थिक अवस्था सुधारोन्मुख रहे पनि युद्ध र महामारीजस्ता कारणले विश्वव्यापी सप्लाइ चेन प्रभावित भएकाले त्यसको नकारात्मक असर बजारमा परेको बताए । अर्थमन्त्री पुनले भारत र चीनको आर्थिक वृद्धिदर राम्रो रहेको र क्षेत्रीय अर्थतन्त्रको फाइदा नेपालले लिन सक्नुपर्ने र त्यसैको प्रयासमा रहेको बताए । उनले सरकार परिवर्तन भएपनि नीतिगत निरन्तरता हुनुपर्नेमा आफूहरू स्पष्ट रहेको बताए ।

अर्थ मन्त्रालयका राजस्व सचिव डा रामप्रसाद घिमिरेले बजेटको पूर्वसन्ध्यामा आयोजित राजस्व परामर्श तथा बजेट तयारी अन्तर्क्रियामा वीउवासङ्घबाट आएका सुझावहरू आगामी बजेटमा सम्बोधन गराउने विषयमा आफ्नो इमानदार प्रयास रहने बताए ।

वीउवासङ्घका अध्यक्ष अनिलकुमार अग्रवालले मुलुकमा अहिले उधारोको समस्या जटिल हुँदै गइरहेको बताए । उनले आन्तरिक प्रतिस्पर्धा र बढी सामान सप्लाइका कारण उधारोमा सामान नदिई बिक्ने अवस्था नरहेको र उधारो सामान दिइसकेपछि समयमा पैसा नआउने र एकपटकको प्रक्रियालाई छ महीनासम्म समय लाग्ने अवस्था रहेकोले उधारो कानून तत्काल ल्याउन अर्थमन्त्रीको ध्यानाकर्षण गराए ।

नेपाल उद्योग वाणिज्य महासङ्घका सदस्य सुबोध गुप्ताले मधेस प्रदेशले बोकेको आर्थिक शक्ति र सामर्थ्यलाई राष्ट्रियस्तरमा उजागर गर्दै कृषि क्षेत्रको आधुनिकीकरण र व्यवसायीकरण गर्नुपर्नेमा जोड दिए । उनले आर्थिक क्षेत्रसँग सम्बन्धित अपारदर्शी ऐन–कानून, नीतिनियमलाई संशोधन गरी निजी क्षेत्रमैत्री बनाउन अर्थमन्त्री र सचिवसँग अनुरोध गरे ।

वीउवासङ्घका उपाध्यक्ष माधव राजपालले भन्सार मूल्याङ्कनको जटिलतालाई निरुपण गर्न भन्सार ऐनमा विद्यमान ५० प्रतिशत जरिवाना हटाउनुपर्ने, आयातीत मालवस्तुको बिलबीजक मूल्यमा शङ्का लागेमा पाँच प्रतिशत थप गरी खरीद गर्ने भन्सार ऐनको प्रावधान प्रभावकारीरूपमा कार्यान्वयन गर्नुपर्ने सुझाए । मधेस प्रदेशका पूर्वमन्त्री एवं वीउवासङ्घका पूर्वअध्यक्ष ओमप्रकाश शर्माले अहिले व्यापारीहरू आफ्नै छायादेखि डराउनुपर्ने अवस्था सिर्जना भएको बताए । उनले उद्योग–व्यापार सञ्चालन गर्नु भनेको अपराध गरेजस्तो अनुभूति भइरहेको बताए । देशको समग्र विकासमा महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याइरहेको निजी क्षेत्रलाई राष्ट्रिय प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने उनले बताए ।

वीउवासङ्घका महासचिव आशिष लाठले पिसिएको समयसीमा तोक्नुपर्ने, भ्याट लाग्ने वस्तुहरूको सूची सार्वजनिक गर्नुपर्ने, भन्सारसँग सम्बन्धित व्यावहारिक तथा नीतिगत समस्या समाधान गर्न अर्थमन्त्री पुनको ध्यानाकर्षण गराएका थिए ।

नेपाल राष्ट्रिय विद्यापीठ विश्वविद्यालयको स्मरण

प्रस, वीरगंज, २५ चैत/

मधेस विश्वविद्यालयले नेपालको पहिलो विश्वविद्यालय नेपाल राष्ट्रिय विद्यापीठ स्थापनाको स्मरण गरेको छ। नेपालको पहिलो विश्वविद्यालयको परिकल्पनाले नै आज मधेस विश्वविद्यालय स्थापना गर्न सफल भएको भन्दै नेपालको पहिलो विश्वविद्यालय नेपाल राष्ट्रिय विद्यापीठ विश्वविद्यालयको स्मरण गरिएको हो ।

तस्वीरः प्रतीक

मधेस विश्वविद्यालयको सभाकक्षमा आइतवार मधेस प्रदेशका मुख्यमन्त्री एवं विश्वविद्यालयका कुलपति सरोजकुमार यादवको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको हो ।

कार्यक्रममा कार्यपत्र प्रस्तुत गर्दै मधेस विश्वविद्यालयका उपकुलपति प्राडा दीपक शाक्यले विसं २००७ सालमा राणाशासनको अन्त्यपछि वीरगंजमा उच्च शिक्षाको लागि महाविद्यालयको आवश्यकता महसूस गरेर वीरगंजमैं विश्वविद्यालय स्थापनामा अग्रसर भएको बताए ।

उनले वीरगंजमा विश्वविद्यालय स्थापना गर्ने सोचले यहाँका विभिन्न विद्वत्वर्ग, राजनीतिक नेतृत्व, उद्योगी–व्यवसायीलगायत सरोकारवालाहरूको पहलमा वीरगंजको श्रीपुरमा रहेको विद्यापीठमा २००७ चैत २५ गते आजकै दिन नेपालको पहिलो विश्वविद्यालय नेपाल राष्ट्रिय विद्यापीठ विश्वविद्यालयको परिकल्पना गरिएको थियो । त्यही बेलादेखिको निरन्तर पहल र प्रयासले मुलुकको शासकीय स्वरूप परिवर्तनपछि वीरगंज विश्वविद्यालय स्थापना गर्न सकेको बताए ।

कार्यक्रममा मधेस प्रदेशका मुख्यमन्त्री सरोजकुमार यादवले विश्वविद्यालयको पूर्वाधार संरचनाका लागि मधेस प्रदेश सरकारले पहल गर्ने आश्वासन दिए । पर्सा क्षेत्र नं १ का प्रतिनिधिसभा सदस्य प्रदीप यादवले मधेस विश्वविद्यालय स्थापना ऐतिहासिक मधेस आन्दोलनको उपलब्धि भएको र यसको पूर्वाधार संरचनामा मधेस प्रदेश सरकारको मुख्य जिम्मेवारी रहेको बताए । पहिले वीरगंज विश्वविद्यालय स्थापनाका लागि सङ्कलन गरिएको छ करोडभन्दा बढी रकम बैंकमा राखेर ब्याज खाइरहेको हुँदा त्यसलाई ठाकुर राम बहुमुखी क्याम्पसको छात्रावास निर्माणमा खर्च गर्न सुझाव दिए ।

कार्यक्रममा मधेस प्रदेशका पूर्वमुख्यमन्त्री लालबाबू राउत गद्दी, शिक्षा तथा सामाजिक विकासमन्त्री एवं मधेस विश्वविद्यालयका सहकुलपति प्रमोद जयसवाल, पूर्वमन्त्री नागेन्द्र चौधरीलगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

कार्यक्रमको सहजीकरण मधेस विश्वविद्यालयका रजिस्ट्रार विजय यादवले गरेका थिए ।

थारू समुदायले मनाउने घाटो पर्व लोप हुँदै

ओमप्रकाश चौधरी, सेढवा, २५ चैत/

आदिवासी जनजाति थारू समुदायले मनाउने परम्परागत घाटो पर्व अहिले लोपोन्मुख हुन थालेको छ। चैत महीनाको शुक्लपक्षमा मनाइने यो पर्व संरक्षण अभावमा समुदायबाट हराउन थालेको छ ।

तस्वीरः प्रतीक

थारू समुदायका युवतीहरूले असल वर पाउनका लागि माता गौरी (पार्वती) लाई पूजाअर्चना गर्ने मान्यता रहेको छ । युवतीहरूले माटोबाट माता गौरीको मूर्ति बनाइ समुदायका कुनै एक घरको आँगनमा राखी बिहान–बेलुका पाठपूजा गर्ने गर्थे । युवतीहरूले सामूहिकरूपमा घाटोको गीत, चैतार गीत गाउँदै झमटा नाँच प्रदर्शन गर्ने परम्परा थियो। पर्वमा युवतीहरूको समूहले फूला लोरदै (गीत गाउँदै) आँपका बगैंचाबाट पात टिपेर ल्याउने तथा सोही पातमा खीर पकाइ माता गौरीलाई भोजन गराउने चलन रहेको थारू समुदायका महिलाहरूले बताए । युवतीहरूको समूहले माता गौरीको प्रसादलाई गाउँका ठूलाबडा तथा अगुवाहरूलाई दिई चन्दा सङ्कलन गर्ने गर्थे । सङ्कलित चन्दाबाट नाँच ल्याउने तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजना गरिन्थ्यो ।

माता गौरीको मूर्ति सेलाउने दिनमा सो नाँच चाउने तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजना गरिन्थ्यो । सो दिन समुदायका हरेक परिवारले आफ्ना छोरी, बहिनी तथा आफन्तहरूलाई निम्तो गरी बोलाउने चलन थियो । घरका छोरी, बहिनी तथा आफन्तहरू घरमा खेतीपातीको कार्यमा व्यस्त रहेकाले घाटोको अवसरमा भेटघाट गर्ने अवसरको रूपमा लिने गरेका थिए । घाटोको अवसरमा ठेकुवा, तेलही रोटी, दूधपुवालगायतका परिकार बनाएर आफन्तहरूलाई कोसेलीको रूपमा पठाउने चलन थियो । तर अहिले घाटोको नाममा नाँच नचाउने, सांस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजना गरिने र अन्य परम्परागत क्रियाकलाप भने लोप हुँदै गएका छन् । अहिलेको अवस्थामा एकै दिनमा घाटो बनाउने र सोही दिन खोलामा सेलाउने नाँच नचाएर पर्व सकाउने गरिन्छ ।

पटेर्वासुगौली गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष तथा थारू कल्याणकारी समितिका केन्द्रीय पार्षद् ममता महतोले अहिले सबैजना कार्य व्यस्तताका कारण परम्परागत घाटो पर्व मनाउन नसकिरहेको बताइन् । उनले समुदायका युवतीहरू शिक्षा प्राप्ति तथा रोजगारका लागि शहर केन्द्रित भएकाले पनि यो पर्व मनाउनेतर्फ खासै चासो नराखिएको बताइन् ।

एउटा थारू बस्तीमा पर्व मनाउँदा समुदायका परिवारबाट लाखौं रुपैयाँ खर्च हुने हुँदा यसलाई रोक्नु नै बेस हुने उनको सुझाव छ । यो पर्वको संरक्षणका लागि गाउँगाउँमा मनाउनुभन्दा थारू कल्याणकारी समिति पर्साले एक ठाउँमा मनाउने हो भने परम्परागत पर्वले दिगो रूप लिने उनको धारणा छ ।

खेलकूदमन्त्रीद्वारा नारायणी रङ्गशालाको अनुगमन जीर्णोद्धारका लागि पहल गर्ने आश्वासन

प्रस, वीरगंज, २५ चैत/

युवा तथा खेलकूदमन्त्री विराजभक्त श्रेष्ठले आइतवार नारायणी रङ्गशालाको स्थलगत अवलोकन गरेका छन् । वर्षौंदेखि जीर्णोद्धारको अभाव खेपिरहेको रङ्गशालाको नगरप्रमुख राजेशमान सिंहसहितलाई लिएर मन्त्री श्रेष्ठले अवलोकन गरेका हुन् ।

तस्वीरः प्रतीक

सो अवसरमा पर्सा क्रिकेट सङ्घका अध्यक्ष मनीष सिंहले मन्त्री श्रेष्ठलाई ज्ञापनपत्रमार्फत रङ्गशालाको जीर्णोद्धार गर्न आग्रह गरे ।

उनीहरूले करीब चार दशक अघि स्थानीयवासीको सहयोगमा १८ बिघा जग्गामा निर्मित नारायणी रङ्गशालाको मर्मतसम्भारमा तीनै तहका सरकार उदासीन भएको आरोप लगाए ।

ज्ञापनपत्रमा चार वर्षअघि राष्ट्रिय खेलकूद परिषद्ले रङ्गशालाको जीर्णोद्धारका लागि डिपिआर तयार गरेको र दुई अर्ब ६४ करोड खर्च अनुमान गरेकोमा सरकारले भने सात करोड रुपैयाँ मात्र रकम विनियोजन गरेको र सोही रकमबाट पुनर्निर्माणका काम कछुवा गतिमा भइरहेको गुनासो गरेका थिए ।

उनीहरूले रकम अभावमा रङ्गशालाको जीर्णोद्धार हुन नसकेको भन्दै आवश्यक बजेट विनियोजनका लागि सहयोग गर्न मन्त्री श्रेष्ठसँग आग्रह पनि गरे । मन्त्री श्रेष्ठले ज्ञापन बुझ्दै नारायणी रङ्गशाला मधेस प्रदेशको धरोहर भएको र यसको जीर्णोद्धारका लागि सरकारसँग पहल गर्ने आश्वासन दिए ।

कार्यक्रममा राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका केन्द्रीय सदस्य एवं सांसद मनीष झा, स्थानीय नेताहरू मुर्ली जालान, महादेव कुर्मी, शेखर अग्रवाल, दीपराज पटेल, मुकेश पटेललगायतको सहभागिता थियो ।

विचारसार र सूक्तिहरू

समय अनुसार आफ्नो व्यवहार बदल्ने मानिसमाथि कहिल्यै भरोसा गर्नुहुँदैन।

प्रकाशक	:	प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि., वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक	:	जगदीशप्रसाद शर्मा
व्यवस्थापक/सम्पादक	:	विकाश शर्मा
सम्पादक	:	शत्रुघ्न नेपाल/ खड्गबहादुर श्रेष्ठ (प्रताप)
समाचार सम्पादक	:	राजाप्रसाद कुर्मी (आरके)
बारा विशेष प्रतिनिधि	:	गम्भीरा सहनी

मुद्रक: 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: eprateekdaily@gmail.com, prateekdainik@yahoo.com
Website: www.prateekdaily.com

खोप घोषणमा ढिलासुस्ती

पर्सा जिल्ला नौ वर्षदेखि पूर्ण खोप जिल्ला घोषणा हुन सकेको छैन। २०७१ सालदेखि पर्सा जिल्लालाई पूर्ण खोप घोषणाको लागि प्रयास जारी छ। अबको दुई महीनामा जिल्ला पूर्ण खोप घोषणा हुन गइरहेको छ। २०७१ सालमा पर्सा जिल्लामा एक उपमहानगर र ८२ गाउँ विकास समितिको स्वरूपमा थियो। तत्कालीन अवस्थामा गाविसहरूले खोप कार्यक्रममा प्रभावकारी भूमिका देखाएनन्। वडाका टोलटोलमा रहेका जन्मेदेखि १५ महीनाका बालबालिकाहरूलाई १३ थरीका खोप लगाइयो, लगाइएन भन्नेबारेको सूचना सङ्कलन गर्नुपर्ने, बाँकी रहेका बालबालिकाहरूलाई खोप लगाउनुपर्ने जस्ता जिम्मेवारीका कामहरू गरिएन। फलत पर्सा जिल्ला पूर्ण खोप जिल्ला हुन सकेन। अहिले देश सङ्घीय गणतन्त्र भएको पनि छ वर्ष बित्न लागिसक्यो तर यो अवधिमा पनि जिल्ला पूर्ण खोप घोषणा भएन। सङ्घीय गणतन्त्र भएपछि स्थानीय स्वरूपमा पनि परिवर्तन भएर अहिले पर्सा जिल्लामा १४ वटा पालिका छन्। एउटा महानगर, तीनवटा नगरपालिका र १० वटा गाउँपालिका।

चालू आवमा जन्मेदेखि १५ महीनासम्मका १४ हजार ६७२ जना बालबालिकालाई १३ थरीका खोप (बिसिजी, पेन्टा (पाँच किसिम), पिसिजी, दादुरा–रूबेला, ओपिभी, एफआइपिभी र टिसिजी। स्थानीय तह अन्तर्गत १४ वटा पालिकामध्ये चालू आवमा चारवटा पालिका कालिकामाई, धोबिनी, पकाहामैनपुर र विन्ध्यवासिनी गापाहरू पूर्णखोप गापा घोषित भएपछि जिल्ला आगामी २०८१ जेठमा पूर्ण खोप जिल्ला घोषित हुने सूचीमा परेको छ। पूर्णखोप घोषणा हुनका लागि अहिले अभिमुखीकरण तालीमहरू सञ्चालनमा छन् भने गत माघदेखि यो चैत मसान्तसम्म घरधुरीहरूको अनुगमन, बालबालिकाहरूको सूची तयार गर्ने जस्ता कामहरू हुँदैछन्। आगामी वैशाख १५ गतेसम्म पालिकाहरूले आआफ्नो पालिकाहरूको पूर्ण विवरण पेश गर्नुपर्ने अवधि तोकिएका छन्। गाविसहरूले तीन वर्ष र पालिकाहरूले छ वर्ष अवधिमा पनि पूर्णखोपका लागि प्रयास नगर्दाको परिणाम हो पर्सा जिल्ला पूर्ण खोप घोषित हुन नसक्नु। पर्सा जिल्लामा अहिले ४२० वटा खोप केन्द्र छन्। महानगरपालिका, नगरपालिका र गापाहरूका सबै स्वास्थ्य केन्द्र, चौकीहरूमा खोपको व्यवस्था गरिएको छ। वडाका मानिसहरूले आफ्ना बालबालिकाहरूलाई खोप लगाएको/नलगाएको बारेमा सोधखोज गर्ने जनप्रतिनिधिहरूलाई फुर्सद छैन।

स्वास्थ्य कार्यालयहरूले आयोजना गर्ने अभिमुखीकरण कार्यक्रमहरूमा भने तिनै जनप्रतिनिधिहरू आफू बालबालिकाहरूको खोपप्रति संवेदनशील रहेको दाबी गर्न चुक्दैनन्। अभिमुखीकरण कार्यक्रमहरूमा जिम्मेवाररूपमा प्रस्तुत हुनुका दुई कारण छन्, एउटा भत्ता अनि अर्को समुदायबीच जिम्मेवाररूपमा प्रस्तुत हुने पदीय जिम्मेवारी। समाजमा हुने सबै खाले राम्रा कामहरूमा आफ्नो सहभागिता रहने कुरा गर्न जनप्रतिनिधिहरू अहिलेसम्म पछि परेका छैनन्। तर त्यही जिम्मेवारी वहन गर्ने कुरामा भने कहिले अगाडि सरेको देखिएको छैन। आफ्नो जिम्मेवारीलाई नत जनप्रतिनिधिहरू, न त कर्मचारीले पूरा गरेको देखिन्छ। अहिले पूर्ण खोप घोषणा गर्ने बजेट आएपछि स्वास्थ्य कार्यालय तातेको छ। यो बीचमा उसको पनि इमानदार प्रयास भएको देखिन्न। बजेट आएको छ र जिम्मेवारी महसूस गर्ने कर्मचारीहरू अहिले तातेका छन्। तसर्थ यस्ता कामहरूमा कर्मचारी र जनप्रतिनिधिहरूले आआफ्नो जिम्मेवारी महसूस गरेर काम गर्दा प्रतिफल समयमा पाउन सकिन्छ।

शिक्षामा व्यापारीकरण रोक्न विद्यालयको स्तरोन्नति

शिक्षा नेपाल

अनन्तकुमार लाल दास
anantlaldas@gmail.com

शिक्षामा व्यापार हुनुहुँदैन। तर वर्तमान अवस्थामा, जुन सिद्धान्तभन्दा पर छ, व्यावहारिक भएर सोच्दा सामुदायिक विद्यालयहरूको स्तरोन्नतिमा पहल गरेर संस्थागत विद्यालयको प्रतिस्पर्धामा ल्याउनुपर्छ। त्यहाँ भाषिक समानतामा जोड दिनुपर्छ।

शिक्षा, स्वास्थ्य र शान्ति सुरक्षा नागरिकका आधारभूत आवश्यकता हुन्। यो आवश्यकता पूरा गर्नु राज्यको दायित्व हो। हाम्रो देशको विडम्बना के रहेको छ भने नागरिकप्रति कुनै पनि दायित्व राज्यले पूरा गरेको छैन। परिणामस्वरूप केही अपवादबाहेक शिक्षा आज व्यापारमा परिणत भएको छ। यस कारणले नेता, व्यापारी तथा उच्च पदमा रहेका व्यक्तिहरूसमेत शिक्षाको व्यापारमा लागेका छन्। राज्यले नीति बनाउँदा सबैलाई शिक्षा उपलब्ध गराउने भने तापनि राज्यकै नीति निर्माताबाट शिक्षाको व्यापार गरेर सर्वसाधारणको पहुँचभन्दा टाढा पुऱ्याउने काम भइरहेको छ। त्यसैले होला नयाँ शैक्षिक सत्र प्रारम्भ हुँदा अभिभावक र त्यस्ता विद्यालय सञ्चालकबीच एक प्रकारको शीतयुद्ध नै चल्ने गर्दछ।

स्पष्ट शिक्षा नीतिको अभावमा शिक्षालाई व्यापारीको हातमा छाडेको हुँदा सरकारबाट ल्याइएका कतिपय कार्यक्रम असफल भएका छन्। गणतन्त्र स्थापना भएपछि संस्थागत विद्यालयसँग पाँच प्रतिशत सेवा शुल्क लिने भनिए तापनि त्यो कार्यान्वयन हुन सकेन। यसैगरी सरकार, अभिभावक र संस्थागत विद्यालयबीच सहमतिमा आएको संस्थागत विद्यालय नियमन निर्देशिका पनि पूर्णरूपमा लागू हुन सकेन र सरकार मूकदर्शक बनेर बसेको छ। जसको फाइदा संस्थागत विद्यालयहरूले उठाइरहेका छन् र त्यसको मारमा विद्यार्थी र अभिभावक परिरहेका छन्। विडम्बना के छ भने उनीहरूको तर्फबाट बोलिदिने र उनको कुरा सुनिदिने कोही छैन।

गुणस्तरीय शिक्षाको नाममा खोलिएका धेरैजसो संस्थागत विद्यालयहरूले अभिभावक र त्यहाँ पढाउने शिक्षकहरूको शोषण गरिरहेका छन्। २०६९ सालमा सर्वोच्च अदालतले भर्ना फारमको पच्चीस, परीक्षाबापत सय र एकपटक कायम गरिएको शुल्क तीन वर्षसम्म बढाउन नपाउने भनेर निर्देशनात्मक आदेश दिएको छ तर सर्वोच्चको यो आदेश संस्थागत विद्यालयहरूले मानेका छैनन् र हरेक वर्ष शुल्क वृद्धि गर्दै आएका छन्। विद्यार्थी विद्यालय गएपछि शिरदेखि पाउसम्म शोषणमा परेका छन्। जुत्ता, मोजा, युनिफर्म, किताबलगायत वस्तु विद्यालयले भनेको ठाउँबाट किन्नुपर्ने बाध्यता छ। विद्यार्थीका अभिभावकले किन्ने हरेक वस्तुमा विद्यालयलाई कमीशन छुट्टाइएको हुन्छ।

संस्थागत विद्यालयमा धेरै नाफा छ। त्यही नाफा कमाउन अहिले च्याउझैं संस्थागत विद्यालय उम्रिएका छन्। फाइदा नभए यसरी संस्थागत विद्यालय स्थापना हुने नै थिएन। शुल्क एउटा हुन्छ तर अरू बहानामा पनि शुल्क उठाइएको हुन्छ जस्तै कोचिङ शुल्क। यसले के देखाउँछ भने कक्षामा राम्ररी नपढाई पैसा कमाउनैका लागि यस्तो वातावरण तयार गरिन्छ। अन्य धेरै कारण देखाएर अभिभावकबाट पैसा लिने तर शिक्षकलाई तोकिएको न्यूनतम पारिश्रमिक पनि नदिने प्रवृत्ति देखिएको छ। तलब दिन सक्दैन भने राज्यले यो विषयमा ध्यान दिनुपर्छ। विद्यार्थीलाई भार पर्ने र अनावश्यक पुस्तक किन्न लगाउने संस्कृति नै बनिसकेको छ। प्रायःजसो विद्यालयसँग लिखितरूपमा कुनै भिजन र मिसन छैन।

जागीर सरकारी खानुपर्ने, राज्यबाट धेरै सुविधा लिनुपर्ने तर सन्तानलाई सरकारी विद्यालयमा पढाउन नचाहने प्रवृत्तिले नै यस्तो अराजकतालाई प्रश्रय दिएको अनुभव हुन्छ। लोकप्रियताका लागि सरकारी जागीर खाने वा नेताहरूका छोराछोरीलाई सरकारी विद्यालयमैं पढाउने नीति पारित गरिन्छ तर कार्यान्वयनको लागि कुनै पहल हुँदैन। राज्यद्वारा नै सरकारी र संस्थागत विद्यालयमा पढ्ने केटाकेटीहरूप्रति विभेद गरिन्छ, जसलाई भर्खरै नवनियुक्त शिक्षामन्त्रीले समाप्त गरेको सूचना आएको छ तर यो कार्यान्वयन हुन्छ वा हुँदैन त्यसमा पनि शङ्का छ। यस्ता कुराहरूको फाइदा उठाउँदै संस्थागत विद्यालयहरूले जे गरे पनि हुन्छ भन्ने सोच विकसित हुँदै गएको छ। जुन दुःखद तर अहिलेको वास्तविकता हो।

नेपालमा एउटा विशिष्ट श्रेणीको कर्मचारीको तलब ३० देखि ४० हजार रुपियाँ हुन सक्छ र त्यसैमा घरपरिवारको पालनपोषण र पढाइ खर्चसमेत सामेल हुन्छ। अर्कोतिर सन्तानको शुल्क मात्र दशौं हजार तिरेका छन् भने यो पैसा कहाँबाट आउँछ ? प्रस्ट छ शिक्षाकै कारण वर्गीय विभेद र भ्रष्टाचारसमेत बढ्दै गएको छ। यसरी पहुँचवालाको संस्थागत विद्यालय र सर्वसाधारणको सामुदायिक विद्यालय पहिचान बनेको छ। यो विभेद किन र कहिलेसम्म ? विकासका लागि आवश्यक जनशक्ति निर्माण गर्ने कार्य राज्यको हो। लाखौं तिरेर शिक्षा लिनेहरू थोरै छन्। राज्यको ठूलो जनशक्ति मध्यम वर्ग भएको हुनाले उनीहरू शिक्षाप्रतिको विभेदकारी नीतिले गर्दा शिक्षाबाट वञ्चितीमा परेका छन्। यस कारण शिक्षा नीतिमा आमूल परिवर्तनको खाँचो छ। सरकार, अभिभावक र विद्यालय सञ्चालक यी तीनै पक्षको सहमतिमा जारी नियमन निर्देशिका अक्षरशः कार्यान्वयन हुन सके शिक्षामा व्याप्त विकृति केही हदसम्म न्यून हुन सक्छ।

हाम्रो समाज आज समाजवादतर्फ उन्मुख रहेको अवस्थामा शिक्षामा परिवर्तन अपरिहार्य छ। तर समाजवाद उन्मुख हुनु र समाजवादी राष्ट्र हुनु दुई भिन्न परिस्थिति हो। हामी आजको भोलि सबै संस्थागत विद्यालयको सरकारीकरण गर्न सक्दैनौं। यो क्रमिक रूपमा ल्याउनुपर्ने परिवर्तन हो। सरकारी र निजी विद्यालयमा हुने शैक्षिक भिन्नता कम गराई शैक्षिक समानताको परिस्थिति हासिल गर्न सर्वप्रथम सरकारी विद्यालयको स्तरोन्नति आवश्यक छ भने अर्कोतिर संस्थागत विद्यालयलाई एउटा निश्चित मापदण्डभित्र ल्याउन उत्तिकै आवश्यक छ। यो यस कारण भनिएको हो, किनभने विद्या किन्नुपर्ने परिस्थिति सैद्धान्तिकरूपमा नितान्त गलत भए पनि व्यावहारिकरूपमा त्यो अवस्थामा स्वीकार्य हुन्छ जब सबैजनाको क्षमता समान हुन्छ।

संस्थागत विद्यालयलाई समाजले ठाउँ दिने हो भने पनि होटेलको जस्तो एक तारे र पाँच तारे गरी विद्यालयको हकमा रेटिङ निर्धारण गर्नु गलत हो। तर आज हाम्रा संस्थागत विद्यालयहरू यसै ढाँचामा शुल्क निर्धारण गर्छन्। यो सही होइन र अभिभावकहरू आफ्नो छोराछोरीहरूको उज्ज्वल भविष्यको कल्पना र शैक्षिक स्तरको नाममा चुपचाप यस्ता कुराहरू सहिरहेका छन्। यसलाई एउटा उदाहरणले कसरी बुझ्न सकिन्छ भने एसइईको परीक्षा शुल्क रु ५०० छ किनभने सोही अनुसार खर्च पनि हुन्छ तर कक्षा आठको शुल्क त्यसभन्दा बढी लिनुको अर्थ के होला ? कुरा प्रस्ट छ। यसले के देखाउँछ भने "तैं चुप मै चुप" भन्ने संस्कृति हाम्रै समाजमा रहेको छ।

यसैगरी संस्थागत विद्यालयले लिने शुल्क के कति कारणले बढी लिइन्छ, त्यो प्रस्टयाएको देखिंदैन वा उनीहरूले सामाजिक लेखा परीक्षण गराएको वा नगराएको पनि प्रस्ट छैन। उदाहरणका लागि संस्थागत विद्यालयले हरेक परीक्षाको नाममा शुल्क लिने गरेको सर्वविदित नै छ तर परीक्षा लिने र कापी जाँच गर्ने शिक्षकलाई कुनै खाले भत्ता दिने गरेको पाइएको छैन, बरु के सुनिएको छ भने "यो त तपाईंको काम हो, तपाईंले नै गर्नुपर्छ।" यदि स्टेशनरी र प्रश्नपत्रमा मात्र खर्च गर्ने हो भने परीक्षाको नाममा तीन सयदेखि सात सय रुपियाँसम्म शुल्क किन लिइन्छ ? उनीहरूले पढाइको लागि जुन शुल्क लिन्छन् त्यसमैं परीक्षा सामेल छैन र ? यस कारण यस्ता कुराहरूमा स्थानीय सरकारले ध्यान दिनुपर्ने देखिन्छ।

सामुदायिक र सरकारी विद्यालयमा के फरक छ भने एउटा विद्यालयमा अङ्ग्रेजीबाहेक सबै विषय नेपालीमा पढाइन्छ भने अर्कोमा नेपालीबाहेक सबै विषय अङ्ग्रेजीमा। आफ्ना छोराछोरी फरर अङ्ग्रेजी बोल्न सक्षम भए गर्व गर्ने हामी उनीहरू ह्रस्वदीर्घमा कमजोर भएकोमा चिन्ता गर्दैनौं। उनीहरूले अङ्ग्रेजीमा प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्ने भएकोले हाम्रो त्यो मानसिकतालाई गलत करार गर्न पनि त्यति सहज छैन तर यो असमानता भने स्वीकार्य हुँदैन। तर आज सामुदायिक विद्यालयलाई पनि अङ्ग्रेजी माध्यमको विद्यालयमा परिवर्तन गरिएको छ तर के त्यहाँ साँच्चीकै अङ्ग्रेजी माध्यममा पढाइ हुन्छ ? त्यसैगरी तीनजना मोटरसाइकलमा बस्दा जसरी कारबाई हुन्छ के त्यसैगरी एउटा कक्षामा तोकिएभन्दा बढी विद्यार्थी बसाउँदा कुनै कारबाई भएको छ ? के एउटा शिक्षकले त्यस कक्षालाई राम्ररी पढाउन सक्छ ? यो गहन चिन्तनको विषय रहेको छ।

यो व्यक्तिवादी–पूँजीवादी समाज हो। यहाँ व्यक्तिले गरेको कार्य सफल हुन्छ तर सरकारले गरेको कार्य सफल हुँदैन। सामान्य मान्यता यही हो। हाम्रो शिक्षा प्रणाली पनि यसबाट अछूतो छैन। सामुदायिक विद्यालयलाई गुणस्तरीय बनाउन शिक्षकको गुणस्तर कायम गर्नुपऱ्यो, पाठ्यपुस्तक समयमैं प्रकाशन र वितरण हुनुपऱ्यो र समय–समयमा निरीक्षणको व्यवस्था हुनुपऱ्यो। सामुदायिक विद्यालयका विद्यार्थीको परीक्षाको नतीजा लज्जास्पद हुँदा पनि नजुर्मुराउन हाम्रो सरकारी अकर्मण्यताबाट उठेर सरकार र सरकारी कर्मचारीमा जिम्मेवारीपन आउनुपऱ्यो।

हाम्रो शिक्षा प्रणाली डाक्टर र इन्जिनीयर उत्पादन गर्ने उद्देश्यले प्रेरित छ तर समाज डाक्टर र इन्जिनीयर मात्रले चल्दैन। कक्षामा राम्रो ग्रेड ल्याउने विद्यार्थी यिनैमध्ये एउटा बाटो पहिल्याउँछन्। तिनै कक्षामा तल्लो ग्रेडमा उत्तीर्ण हुने विद्यार्थीहरू बेग्लाबेग्लै पेशामा संलग्न हुन्छन् जस्तै कोही शिक्षक बन्छन् त कोही पत्रकार त कोही राजनीतिज्ञ बन्छन् भने कोही व्यापारी। यसले हाम्रो शिक्षा प्रणालीमा केही खोट छ भन्ने देखिन्छ। यस कारण देशको शिक्षा नीति तयार गर्दा यस्ता कुरामा समेत ध्यान दिनुपर्ने देखिन्छ।

शिक्षामा व्यापार हुनुहुँदैन। तर वर्तमान अवस्थामा, जुन सिद्धान्तभन्दा पर छ, व्यावहारिक भएर सोच्दा सामुदायिक विद्यालयहरूको स्तरोन्नतिमा पहल गरेर संस्थागत विद्यालयको प्रतिस्पर्धामा ल्याउनुपर्छ। त्यहाँ भाषिक समानतामा जोड दिनुपर्छ। संस्थागत विद्यालयको शुल्क निर्धारणको मापदण्ड तयार गर्नुपर्छ। विद्यालयहरूको क्षेत्र निर्धारण गर्नुपर्छ। शिक्षा प्रणाली सुधार गर्ने क्रममा आवश्यक आमूल परिवर्तनतर्फ हामी सबै उन्मुख हुनुपर्छ।

नाटकलाई बनाइयो चलचित्र

काठमाडौं, २५ चैत/रासस

केही समययता नाटकलाई चलचित्रको स्वरूप दिन थालिएको छ। रङ्गमञ्चमा रुचाइएको नाटक धेरै दर्शकसम्म पुऱ्याउन चलचित्रमा ल्याइए तापनि त्यसले सफलता भने पाउन सकेको छैन। विसं २०७९ साउन १३ मा 'पानीफोटो' प्रदर्शन गरियो। रङ्गमञ्च हुँदै चलचित्रमा अभिनेता बनेका खगेन्द्र लामिछानेले चलचित्र निर्देशन गरे।

नाटकका समेत निर्देशक रहेका अभिनेता लामिछानेले माओवादी द्वन्द्वको समयको एक परिवारको भोगाइलाई धेरै दर्शकसम्म पुऱ्याउन चलचित्र बनाएको बताएका थिए। उनले त्यसलाई पुस्तकको स्वरूप पनि दिए।

"यो कथा धेरै कहाँ पुग्नुपर्छ भन्ने लाग्थ्यो, यो द्वन्द्वकालमा बेपत्ता भएको छोरा पर्खिरहेका वृद्ध दम्पतीको पर्खाइको कथा हो, मलाई यो चलचित्र बनाउनु थियो, व्यावसायिक पाटोलाई मैले यसमा सोचिनँ," अभिनेता लामिछानेले भने। त्यसयता उनले चलचित्र निर्देशन गरेका छैनन्।

अबको एक महीनाभित्र दुई चर्चित नाटक 'डिग्री माइला' र 'बोक्सीको घर' चलचित्र बनेर आउँदैछन्। 'डिग्री माइला'लाई नाटक हुँदा अभिनेता दयाहाङ राईले निर्देशन गरेका थिए। चलचित्रमा भने रामबाबू गुरुङलाई निर्देशनको कार्यभार सुम्पेर अभिनेता राईले अभिनय गरेका छन्। नाटकको परिकल्पना गर्दा र नाम नै जुराउँदा निर्देशक गुरुङ सहकार्यमा रहेकाले निर्देशकको लागि उपयुक्त रहेको अभिनेता राईले बताए।

"हामीले नाटकलाई नै चलचित्रमा ल्याएका छैनौं, डिग्री माइला भन्ने पात्रलाई ठूलो पर्दामा ल्याएका हौं, मध्यम फरक भएकाले प्रस्तुतीकरणसँगै पटकथामा भिन्नता छ, यो पात्रको मध्यमले देशमा देखिरहेको बेरोजगारीलाई भन्नुपर्छ भन्ने लगेर नायक बनाउँदा नै चलचित्रको सोच आएको थियो, उक्त समयमा हामीले चलचित्र आटन सकेनौं, अहिले अवस्था प्रतिकूल भएकाले ठूलो पर्दामा आउँदै छ," अभिनेता राईले भने।

चैत २० गते प्रदर्शन गरिने चलचित्रमा पात्रलाई समयानुकूल तयार गरेको उनले बताए। उनले मण्डला नाटकघरमार्फत यो नाटकलाई विभिन्न ठाउँमा मञ्चन गरेका छन्। यस्तै, नाटकमैं आधारित रहेर तयार गरिएको अर्को चलचित्र हो 'बोक्सीको घर'। यो चलचित्रलाई अभिनेत्री केकी अधिकारीले निर्माण गरेकी हुन् भने मुख्य भूमिकामा उहाँ नै हुनुहुन्छ। उनले नाटक हेरेपछि यसलाई चलचित्र बनाउने निर्णय गर्नुभएको थियो।

"मैले यो नाटकमा महिला सशक्तीकरणको विषयलाई पाएँ, हामीले देखेको तर महसुस गर्न नसकेको पक्षलाई नाटकमा रमाइलोसँग प्रस्तुत गरिएको थियो, मैले छ महिना कार्यशाला गरेर उक्त भूमिकामा आफूलाई तयार गरेकी थिएँ," अभिनेत्री अधिकारीले भनिन्। आउँदो वर्ष विसं २०८१ वैशाख १४ गते प्रदर्शन गरिने चलचित्रका लागि उनले चार वर्ष खर्चिएकी थिइन्।

"महिला पात्रलाई धेरै चलचित्रमा अभिनेताको जोडीका रूपमा मात्र चित्रण गर्ने गरिन्छ, त्यस कारण पनि मलाई यो कथालाई चलचित्रको माध्यमले भन्नुपर्छ भन्ने लागेको हो, यसलाई कलात्मकसँगै व्यावसायिक सफलता दिलाउनुपर्ने चुनौती मलाई छ," अभिनेत्री अधिकारीले भनिन्।

नाटक र चलचित्र हेर्ने दर्शक फरक भएकै कारण ठूलो पर्दामा आएका नाटकले सफलता पाउन सकेका छैनन्। यद्यपि यी दुई चलचित्र प्रति आशावादी हुने धेरै ठाउँछन्। यी दुवै चलचित्रमा कलात्मकसँगै व्यावसायिक पाटोलाई बलियोसँग व्यक्त गरिएको छ।

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

न्यायाधीशको परीक्षामा न्यूनतम ४० अङ्क कायम गर्ने सहमति

काठमाडौं, २५ चैत/रासस

न्याय सेवा आयोगले जिल्ला न्यायाधीशका लागि लिइने परीक्षामा न्यूनतम उत्तीर्ण अङ्क ४० प्रतिशत कायम गर्ने विषयमा सहमति भएको जनाएको छ।

प्रतिनिधिसभा अन्तर्गतको कानून, न्याय तथा मानव अधिकार समितिमा 'केही नेपाल ऐनलाई संशोधन गर्न बनेको विधेयक'माथि आइतवार कानून, न्याय तथा संसदीय मामिला मन्त्रालयसँग सम्बन्धित विषयमा दफावार छलफल हुँदा उक्त सहमति भएको हो।

न्याय सेवा आयोगले जिल्ला न्यायाधीशका लागि न्यूनतम ५० प्रतिशत अङ्क ल्याउनुपर्ने यसअघिको प्रावधान रहँदा धेरै विद्यार्थी अनुत्तीर्ण भएको हुँदा केही परिमार्जन गरेर जानुपर्ने विषयमा सहमति भएको हो। आयोगले यसअघि लिएको परीक्षामा एकजना मात्र उत्तीर्ण भएका थिए।

कानून, न्याय तथा संसदीय ममिलामन्त्री पदम गिरीले परीक्षामा अधिकतम नम्बर ल्याउने नै प्रतिस्पर्धामा आउने भएको हुँदा न्यूनतम अङ्क ४० प्रतिशत राख्दा उपयुक्त हुने धारणा राखेका थिए। उक्त विषयमा समितिमा वृहत् छलफल भएर सहमति भएको हो।

समितिका सदस्यहरू महेश बर्तौला, जीवन परियारलगायतले परीक्षा प्रणाली र पाठ्यक्रममा सुधार गर्नुपर्ने र न्यायाधीशजस्तो विषयमा हल्कारूपमा लिन नहुने विषयमा सुझाव दिँदै न्यूनतम ४० प्रतिशत अङ्क राख्न सहमति जनाएका थिए।

जिल्ला न्यायाधीशको परीक्षामा असाध्यै न्यून विद्यार्थी उत्तीर्ण भएपछि न्यायपरिषद् सचिवको अध्यक्षतामा गठित पाठ्यक्रम परिमार्जन समिति बनेको थियो। उक्त समिति सिफारिश २०८० सरोकारवाला विज्ञसहित समूहले पाठ्यक्रम परिमार्जन गरी न्याय सेवा आयोगलाई बुझाएर अनुमोदनसमेत भइसकेको छ। उक्त पाठ्यक्रम परीक्षण हुनै बाँकी छ।

उक्त समितिमा 'केही नेपाल ऐनलाई संशोधन गर्न बनेको विधेयक'माथि चरणबद्धरूपमा छलफल भइरहेको छ।

कानून, न्याय तथा संसदीय मामिलामन्त्री पदम गिरीले केही नेपाल ऐनलाई संशोधन गर्न बनेको विधेयक एक हप्ताभित्रमा टुङ्ग्याउने तयारीमा छलफल अघि बढाउनुपर्ने बताइरहेका छन्। उक्त विधेयक विभिन्न ७९ वटा कानूनलाई संशोधन गर्न ल्याएको एकीकृत विधेयक हो।

२२ दशमलव ७५ अङ्कले बढ्यो नेप्से परिसूचक, चार कम्पनीको शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट

काठमाडौं, २५ चैत/रासस

नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचकमा आइतवार हरियाली देखिएको छ। परिसूचक २२ दशमलव ७५ अङ्क अर्थात् एक दशमलव १३ प्रतिशतले बढेर दुई हजार २६ अङ्कमा पुगेको छ।

आज विभिन्न कम्पनीका एक करोड १२ लाख १० हजार १०२ कित्ता शेयर ६४ हजार २२१ पटक खरीद-बिक्री हुँदा रु चार अर्ब २५ करोड ६६ लाख ७६ हजार ३३३ दशमलव ५६ मा कारोबार भएका छन्। आजको कारोबारपछि बजार पूँजीकरण रु ३२ खर्ब १३ अर्ब ७६ करोड २२ लाख ३३ हजार ४१७ पुगेको छ।

होटल र पर्यटन समूह र ट्रेडिङ समूहको सूचकमा सामान्य गिरावट देखिए पनि अन्य समूहको सूचकमा भने हरियाली छाएको छ। आज वित्त समूह पाँच दशमलव ९५ प्रतिशत, विकास बैंकको सूचक तीन दशमलव १६ प्रतिशतले उकालो लागेको छ।

आजको कारोबारमा विभिन्न चार कम्पनीको शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट लागेको छ। जसमा नेपाल फाइनान्स लिमिटेड, पोखरा फाइनान्स लिमिटेड, जानकी फाइनान्स कम्पनी लिमिटेड र गुराँस लघुवित्त वित्तीय संस्था लिमिटेड छन्। मानुसी लघुवित्त वित्तीय संस्था लिमिटेडको शेयर मूल्य नौ दशमलव ९९ प्रतिशतले बढेको छ।

त्यसैगरी, तारागाउँ रिजेन्सी होटल लिमिटेडको शेयर मूल्यमा नकारात्मक सर्किट लागेको छ भने कालिका लघुवित्त वित्तीय संस्थाको चार दशमलव ३५, ग्लोबल आइएमई ब्यालेन्सड फन्ड-१ को तीन दशमलव १० र सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनीको शेयर मूल्य दुई दशमलव ७६ प्रतिशतले घटेका छन्।

नेपाली सेनाले हिमालबाट १० टन फोहर सङ्कलन गर्ने

काठमाडौं, २५ चैत/रासस

नेपाली सेनाले यस वर्ष सगरमाथा, ल्होत्से र नुप्से हिमाल सफाइ गर्ने भएको छ। सेनाले 'सफा हिमाल अभियान-२०२४'मार्फत सगरमाथासहित हिमालबाट पाँच मानव शवसहित १० टन फोहर सङ्कलन गर्नेछ।

नेपाली सेनाले आइतवार पत्रकार सम्मेलन गरी सेनाका तालीमप्राप्त जनशक्तिले सगरमाथाको आधार शिविरदेखि चौथो शिविरसम्म फोहर सङ्कलन गर्ने योजना रहेको जानकारी दिएको छ। सफा हिमाल अभियानका निर्देशक सहायक रथी सञ्जय देउजाले सफाइ अभियानमा सेनाका १२ दक्ष जनशक्ति परिचालन गरिने जानकारी दिए। उनीहरूमध्ये १० जनाले सगरमाथा आधार शिविरमाथि र दुईजनाले नाम्चेमा रहेर संयोजन गर्नेछन्।

फोहर सङ्कलन सहजीकरणका लागि १८ शेर्पा सहयोगी परिचालन गरिने सेनाले जनाएको छ। सगरमाथाको आठ हजार मिटर उचाइसम्म पुगेर फोहर सङ्कलन गरिने सफाइ अभियानका नेतृत्वकर्ता सेनानी आदित्य कार्कीले बताए।

यही चैत २९ गतेदेखि शुरू हुने फोहर सङ्कलन अभियान ५० दिनसम्म सञ्चालन हुनेछ। सो अभियान २०८१ जेठ २३ गते विश्व वातावरण दिवसको दिन समापन हुनेछ। खुम्बु पासाङल्हामु गाउँपालिका, सगरमाथा प्रदूषण नियन्त्रण समितिको समन्वयमा सङ्कलित कुहिने फोहर नाम्चेमैं र नकुहिने फोहर काठमाडौं ल्याएर सम्बन्धित निकायलाई हस्तान्तरण गरिनेछ। यस्तै, मानव शव सगरमाथाको दोस्रो शिविरबाट हेलिकप्टरमा आधार शिविर ल्याइने र त्यहाँबाट लुक्ला लगेर शव पहिचान गरेर सम्बन्धितको जिम्मा लगाइनेछ। विदेशीको शव भए गृह मन्त्रालयमार्फत प्रक्रिया पुऱ्याएर पठाउने व्यवस्था मिलाइने सेनाले जनाएको छ।

सन् २०२३ मा सफाइ हिमाल अभियान अन्तर्गत सेनाको टोलीले सगरमाथा, ल्होत्से, बरुन्चे तथा अन्नपूर्ण हिमालको सफाइ गरेको थियो। ती हिमालबाट ३५ टन फोहर सङ्कलन गरिएको थियो। सन् २०१९ देखि शुरू भएको सफा हिमाल अभियानको नेतृत्व नेपाली सेनाले गरिरहेको छ। संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय, वन तथा वातावरण मन्त्रालयलगायत स्थानीय निकाय तथा सरोकारवाला संस्थाको सहकार्यमा सञ्चालित सफाइ अभियानको पहिलो वर्ष सन् २०१९ मा नेपाली सेनाले विभिन्न हिमालबाट झन्डै ११ टन फोहर सङ्कलन गरेको थियो।

कोभिड-१९ का कारण सन् २०२० को सफाइ अभियान भने रोकिएको थियो। सन् २०२१ मा सगरमाथा, ल्होत्से, मकालु, धौलागिरि र अमा दब्लम हिमालबाट २७ दशमलव छ टन फोहर सङ्कलन गरिएको थियो।

त्यस्तै, सन् २०२२ मा सेनाले सगरमाथा, ल्होत्से, कञ्चनजङ्घा र मनास्लु हिमालबाट कीरब ३५ टन फोहर सङ्कलन गरेको थियो।

आरभको एकल चित्रकला प्रदर्शन

काठमाडौं, २५ चैत/रासस

युकेजीमा पढ्ने छ वर्षीय आरभ बन्धुले भर्खरै अक्षर चिन्दै छन्।

तस्वीरः रासस

अक्षरभन्दा बढी उनी चित्रका रेखा स्पष्ट र कलात्मक ढङ्गले उतार्न सिपालु छन्। हुने बिरुवाको चिल्लो पात भनेजस्तै अहिलेदेखि नै आरभको चित्रकलामा भविष्य उज्ज्वल देखिन्छ।

आइतवार काठमाडौंमा उनको एकल चित्र प्रदर्शन भएको छ। घुमेर दृश्य अवलोकन गरी पेन्सिलले कोरिहाल्ने उनको स्वभावको परिणामस्वरूप सानै उमेरमा एकल चित्रकला प्रदर्शन गर्न सम्भव भएको उनका बुबा भरतबन्धु थापाले बताए।

भक्तपुर बस्ने आरभले १५ दिनमा २५ वटा स्केच कोरेका छन्। पशुपति तथा जानकी मन्दिर, जात्रा, शिव लिङ्गलगायत प्राकृतिक दृश्य उनले चित्रमा उतार्ने गर्छन्। आरभको कला नियाल्न बालबालिकादेखि बूढापाकासम्म झुम्मिएका थिए। भविष्यमा चित्रकार बन्ने उद्देश्य राखेका आरभ भन्छन्, "चित्र कोर्न पाउँदा खुशी मिल्छ।"

छोराको कलाप्रतिको रुचि बुझेरै परिवारमा हौसला प्रदान गर्न एकल चित्रकला प्रदर्शनी राखिएको उनकी आमा गीताञ्जलीले बताइन्।

"बालबालिकाको रुचिमा अभिभावक सहयोगी हुनुपर्छ," उनले भनिन्, "हाम्रो थोरै हौसलाले धेरै प्रगति गर्न सक्छन्।"

धूलाम्मे कर्णालीसँगै जोखिम यात्रा

काँक्रेविहार (सुर्खेत), २५ चैत/रासस

कर्णालीको राजधानी सुर्खेतबाट साबिकको कर्णालीको मुगु पुग्न दुई दिन लाग्छ। धूलाम्मे बाटो साँघुरा मोडहरूले यो खण्ड भएर यात्रा गर्दा निकै सास्ती हुने गरेको छ।

सुर्खेतबाट मुगु पुग्न दुई दिन लाग्नुका साथै धूलोका कारण गाडी र यात्रु नचिनिने अवस्थामा गमगढी पुग्ने गरेका यातायात व्यवसायी बताउँछन्। एकतर्फी यातायातका साधन सञ्चालनमा समेत धौंधौं पर्ने यो सडकमा यात्राभन्दा बढी सास्ती हुने गरेको पत्रकार महासङ्घ मुगुका अध्यक्ष नृपेन्द्र मल्लले बताए।

"तालचास्थित विमानस्थल सदरमुकामको माथिपट्टी भएपनि मौसममा समस्या आउने बित्तिकै जहाज सजिलै आउन सक्ने अवस्था छैन। काठमाडौं पुग्ने जहाजको भाडाले नेपालगंजबाट मुगु आउन सकिन्छ," उनले भने।

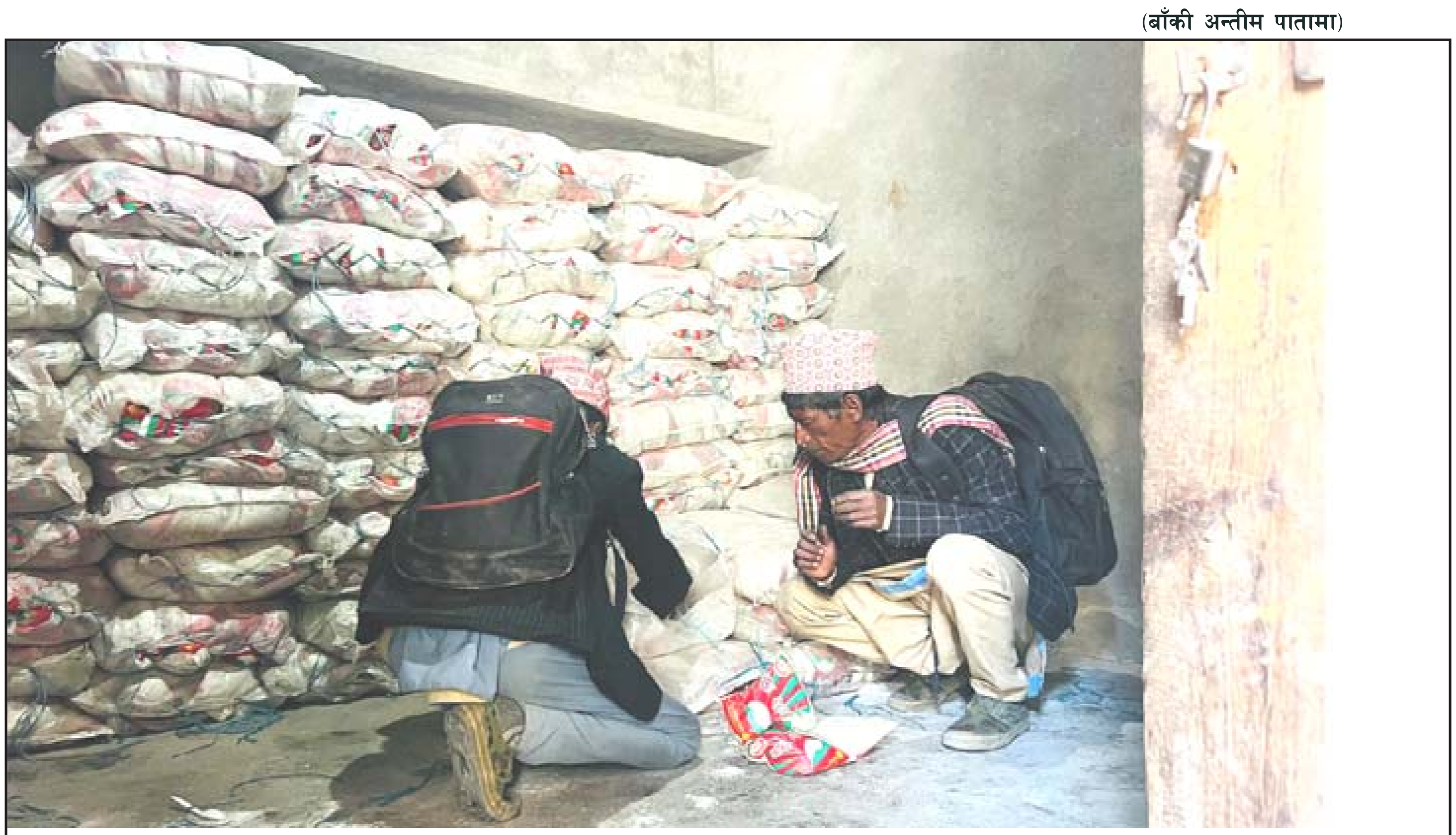
मल्लका अनुसार सुर्खेत, दैलेख, कालिकोट, जुम्ला, मुगु हुँदै कर्णाली राजमार्ग हुम्लामा मिसिने गर्छ। हुम्लामा अझै राष्ट्रिय सडक सञ्जालसँग जोडिन नसकेको तीतो यथार्थ रहेको भन्दै मुगुको सदरमुकाम गमगढीमा मुश्किलले ठूला बस सञ्चालन हुने गरेका उनले बताए।

एकोहोरो मात्र सञ्चालन हुने यो सडकमा गाडीहरू दुईतर्फी (विपरीत दिशातर्फ) जान पहिले नै फराकिलो सडक भएको ठाउँमा रोक्नुपर्ने अवस्था छ। जुम्लासम्मको सडकमा कालोपत्रको काम भएपनि त्योभन्दा माथि कालोपत्र हुन सकेको छैन। धूलाम्मे सडकमा जोखिम मोल्दै जबरजस्ती यातायातका साधन भाग्यको भरोसामा कुदाउने गरेको चालक नवीन शाहीले बताए। बिहान गाडी चढेको व्यक्ति बेलुकीसम्म गन्तव्यमा पुग्नका लागि देवी, देवता पुकार गर्नुपर्ने उनको भनाइ छ।

पर्यटकीय क्षेत्र रारा मात्र नभई नेपाली भाषाको उद्‌गमस्थल सिङ्जा यही साबिकको कर्णालीमा छ। यहाँ विभिन्न धार्मिक पर्यटकीय क्षेत्र भएपनि यात्रुलाई भने सास्ती हुने गरेको छ।

धार्मिक तथा प्राकृतिकरूपमा रमणीय भएपनि यात्रा भने जोखिमपूर्ण रहेको चालक शाहीले बताए।

(बाँकी अन्तीम पातामा)



नागरिकताको आधारमा प्रतिव्यक्ति पाँच पोका नून: मुगुको सदरमुकाममा रहेको साल्ट ट्रेडिङ कर्पोरेशनको शाखाबाट नागरिकताका आधारमा प्रतिव्यक्ति पाँच पोका आयोडिनयुक्त नून बिक्री हुँदै। तस्बिरः हेमन्त केसी/रासस

आमाको छात्रवासको सफाइ

प्रस, वीरगंज, २५ चैत/

समुदाय-प्रहरी साझेदारी कार्यक्रम अन्तर्गत आइतवार ग्रीन सिटी सनमुदायिक प्रहरी सेवा केन्द्र, आदर्शनगरले वीरगंज महानगर-१० वडा पालिकाको सहयोगमा आमाको माया छात्रवासमा सफाइ गरेको छ। छात्रावास र सो वरिपरिका क्षेत्रका सडक, नालामा रहेका फोहर सफाइ गरिएको ग्रीन सिटीका अध्यक्ष प्रकाश खेतानले बताए।

तस्वीरः प्रतीक

कार्यक्रममा पशुपति शिक्षा मन्दिरका प्रधानाध्यापक अवधेश मिश्र, ग्रीन सिटीका सचिव मुर्ली जालान, आमाको छात्रवासका प्रमुख सुनीलकुमार राउत, वीरगंज महानगरका सुनीलकुमार उपाध्याय, प्रहरी हवलदार प्रेम रामलगायतको सहभागिता थियो।

नूनको अत्यधिक प्रयोगले बिरामी बनाउन सक्छ

क्रिस्टोफर डेमन

मानव सभ्यताको प्रारम्भदेखि नै नून प्रयोग हुँदै आएको छ।

नून मुख्यरूपमा खाद्यवस्तुहरूको स्वाद बढाउन, संरक्षण र प्रशोधन गर्न प्रयोग गरिन्छ।

यो भनिन्छ कि कुनै समय पुरातन रोममा व्यापारको लागि नून यति महत्त्वपूर्ण थियो कि सैनिकहरूलाई तलब नूनको रूपमा भुक्तान गरिन्थ्यो।

खाद्य संरक्षकको रूपमा नूनले अनावश्यक ब्याक्टेरियालाई नियन्त्रण गर्न मदत गर्छ र लाभकारी ब्याक्टेरियाको विकासलाई प्रोत्साहित गर्छ।

यदि नूनमा ब्याक्टेरियाको वृद्धिलाई नियन्त्रण गर्ने क्षमता हुँदैनथियो भने चीज, पाउरोटी, सलामी जस्ता किण्वित खाद्य पदार्थहरू बनाउन सजिलो हुँदैनथियो।

नूनको अत्यधिक प्रयोगले खतरा

आज नून यस्तो सर्वव्यापी खाद्यवस्तु बनेको छ कि यसको प्रयोग प्रशोधित खानामा बढ्दै गएको छ।

तर यसका केही जोखिम पनि छन्। जोखिमका बढ्दो प्रमाणहरूले यो बताउँछ कि नूनको धेरै प्रयोगले मानिसहरूलाई बिरामी बनाउँछ।

विशेषगरी ती प्रशोधित खाद्य पदार्थ जसको स्वाद बढाउन र त्यसलाई सुरक्षित राख्न सोडियम क्लोराइड अर्थात् नूनको प्रयोग गरिन्छ।

नूनको धेरै प्रयोग उच्च रक्तचापको कारण बन्न सक्छ र साथै हृदयघात र स्ट्रोकको जोखिम पनि बढाउन सक्छ।

नूनको अत्यधिक सेवनले पेट र कोलन (मलाशय) क्यान्सर, कानको रोग, मोटोपन र हड्डी कमजोर हुने जोखिम पनि बढ्छ।

कुनै समय सुनभन्दा मूल्यवान् मानिने नूनलाई अहिले कतिपय चिकित्सा संस्थाले रोगको प्रमुख कारण भएको बताउँछन्।

वाशिङ्टन विश्वविद्यालयको एक अनुसन्धान वैज्ञानिक र ग्यास्ट्रोएन्टेरोलोजिस्टको रूपमा म तपाईंलाई भन्न चाहन्छु कि तपाईंको आन्द्रामा रहेका ब्याक्टेरियाले पनि बताउन सक्छ कि नूनले कसरी रोगहरूलाई निम्त्याउन सक्छ।

रक्तचाप र मुटुसँग सम्बन्धित रोगहरूमा सोडियमले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ किनभने यसले रगतकोशिकाहरूमा पानीको मात्रालाई नियन्त्रण गर्छ।

सरल भाषामा भन्नुपर्दा रगतमा जति धेरै सोडियम हुन्छ, त्यति नै बढी पानी रक्तकोशिकाहरूमा आकर्षित हुन्छ।

यसले उच्च रक्तचाप निम्त्याउँछ र हृदयघातको जोखिम बढाउँछ।

रक्तचापमा नूनको प्रभाव फरकफरक व्यक्तिहरूमा कम वा धेरै हुन सक्छ।

भर्खरैको अनुसन्धानले देखाउँछ कि नूनले आन्द्रामा भएका राम्रा जीवाणु नष्ट गरेर रक्तचापको समस्या बढाउन सक्छ।

नून बढी सेवनले शरीरमा रहेका स्वस्थ जीवाणु कम हुन्छ र यसले पाचन प्रक्रियामा पनि नकारात्मक प्रभाव पार्छ।

यसै कारणले मानिसहरूले खानालाई जोगाउन र ब्याक्टेरियाबाट टाढा राख्न लामो समयदेखि नूनको प्रयोग गर्दै आएका छन्। आजकल खानामा सोडियमको मात्रा धेरै हुन्छ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका अनुसार वयस्क मानिसले एक दिनमा औसतमा २००० मिलिग्रामभन्दा बढी सोडियम उपभोग गर्नुहुँदैन।

विश्वमा सोडियमको औसत सेवन मात्रा ४३१० मिलिग्राम रहेकोले स्वस्थ नूनको प्रयोग पनि बढेको छ।

मोटोपन र नून

रक्तचापबाहेक नूनले हाम्रो स्वास्थ्यलाई अन्य केही तरीकाबाट असर गर्न सक्छ र यहाँ पनि आन्द्रामा भएका जीवाणुले यसमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छ।

खाना र पेय पदार्थहरूमा सोडियमको अत्यधिक मात्रा र दिसामा सोडियमको उच्च स्तर मेटाबोलिक विकारहरूसँग सम्बन्धित छन्। यसमा मधुमेह, बोसोयुक्त कलेजो र मोटोपनका चुनौतीहरू समावेश छन्।

एक अनुसन्धानमा अनुमान गरिएको छ कि दैनिक आहारमा एक ग्राम सोडियमको मात्रा बढाउँदा मोटोपनको जोखिम १५ प्रतिशतले बढ्छ।

अमेरिकाको नेशनल इन्स्टिच्युट अफ हेल्थले गरेको अध्ययनले यो पत्ता लगायो कि जुन मानिसहरूले अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड दुई हप्तासम्म खाए, उनीहरूले अरू खाना खाने मानिसहरूको तुलनामा ५०० क्यालोरी बढी सेवन गरेको र उनीहरूको तौल एक किलोग्रामले बढेको देखाएको छ।

अल्ट्रा प्रोसेस्ड खाना खाने मानिसहरूले थप १.२ ग्राम सोडियम सेवन गर्छन्। सामान्य प्रशोधित खाद्य पदार्थको तुलनामा यो ठूलो भिन्नता हो।

नूनमा क्यालोरी नभए पनि यसको अत्यधिक सेवनले कसरी तौल बढाउन सक्छ ? यसको जवाफ यो हो कि सोडियमको कारण मानिसहरू खानाप्रति बढी आकर्षित हुन्छन्।

जब सोडियमलाई चिनीसँग मिसाइन्छ, तब यो स्वास्थ्यको लागि राम्रो मानिँदैन। यस्तो खाना बारम्बार खान मन लाग्छ र मानिसको तौल बढ्छ।

यस्तो खानाले हाम्रो दिमागलाई असर गर्छ र हामीलाई यसको खाने लत बस्छ।

नूनले लालसा पनि पैदा गर्छ र यसले हाम्रो आन्द्रामा रहेका स्वस्थ जीवाणुलाई पनि असर गर्छ।

माइक्रोबायोम मेटाबोलाइटहरूले प्राकृतिक रूपमा यस्ता पदार्थहरू छोड्छन्, जसले वजन घटाउन सक्छ।

जिएलपी-१ मार्फत स्वस्थ माइक्रोबायोमले रगतमा चिनीको मात्रा पनि नियन्त्रण गर्न सक्छ।

नून खपत कम गर्ने प्रयास

धेरै देशले नूनको बढ्दो प्रयोगलाई सन्तुलनमा राख्ने दिशामा कदम चालिरहेका छन्, तर यसका बावजुद पनि विश्वका धेरै भागमा सोडियमको खपत बढिरहेको छ।

खानपानमा नूनको प्रयोग घटाउने दिशामा अमेरिकाले खासै केही गर्न सकेको छैन तर धेरै युरोपेली देशमा यसका राम्रा नतीजाहरू देखिएका छन्।

युरोपेली देशहरूले प्याकेज्ड खानामा नूनको मात्राको सन्दर्भमा राम्रोसँग लेबल लगाइरहेका छन् र खाद्य सुधारको सहारा लिइरहेका छन्। खाद्य सुधार अन्तर्गत प्याकेज्ड खानामा नून, चिनी र बोसोको मात्रा कम गरिन्छ। नूनको अत्यधिक प्रयोगलाई नियन्त्रण गर्न युरोपका कतिपय

ठाउँमा नून कर पनि लगाइएको छ।

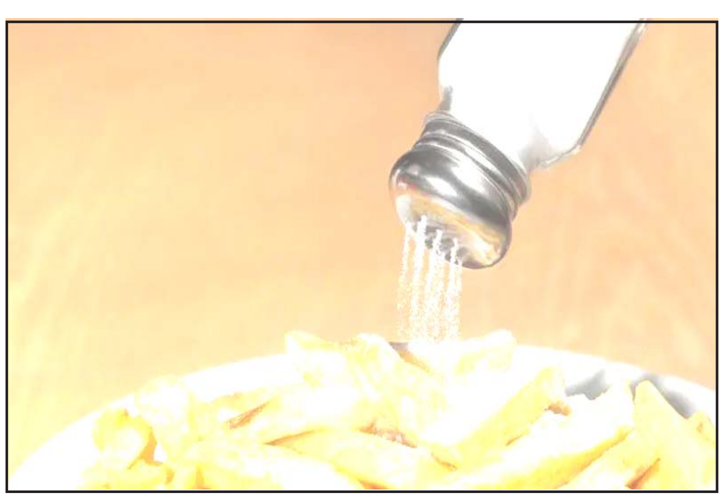
विभिन्न देशहरूमा सर्भ गरिने फास्ट फूडमा पाइने नूनको तुलनात्मक अध्ययनले पनि यसको विविधताको अनुमान गर्न सकिन्छ।

उदाहरणको लागि अमेरिकामा म्याकडोनाल्डको चिकन नगेट्स अधिक नुनिलो हुन्छ। अमेरिकामा पाइने कोकाकोलामा पनि नून हुन्छ तर अन्य देशमा त्यस्तो हुँदैन। यसमा अमेरिकाको नून उद्योगको पनि भूमिका छ।

सन् २०१० को दशकमा नून उद्योगले

आफ्नो प्रभाव प्रयोग गरी सरकारलाई यस सम्बन्धमा कुनै कानून बनाउनबाट रोकेको थियो। ८० को दशकमा चुरोटको मामिलामा टोबैको (सुर्ती) कम्पनीहरूले गरेको जस्तै हो यो।

नुनिलो खाद्यवस्तुहरूको व्यापार निरन्तर बढेकाले यो सबै भएको हो।



हाम्रो खानामा नूनको प्रयोग घटाउनुपर्ने आवश्यकता बढ्दै गएको छ र यसका प्रमाण पनि आउन थालेका छन्। सरकारी प्रतिष्ठानहरूले पनि यो आवश्यकता बुझ्न थालेका छन्।

सन् २०२१ मा अमेरिकी कृषि विभागले प्याकेज्ड गरिएको र प्रशोधित खानामा नूनको प्रयोगलाई क्रमशः घटाउनेतर्फ कदम चाल्न उद्योगहरूलाई अपील गरेको थियो।

कारगिल जस्ता केही अमेरिकी कम्पनीहरूले पनि यो अपीलमा सहमति जनाएका थिए।

सन्तुलनको आवश्यकता

यस्तो अवस्थामा प्रश्न उठ्छ कि हामीले जति नूनको खपत गरिरहेका छौं, त्यसले हाम्रो आन्द्रामा रहेका जीवाणुको खुराकको ख्याल कसरी गर्ने ?

यसलाई हामी प्रशोधित खानाहरूको सेवन सीमित गरेर शुरू गर्न सक्छौं।

नून थपिएको प्रशोधित मासु, क्रैकर्स र चिप्स जस्ता नुनिला खानेकुराहरू र अचार, पाउरोटी र सोडा जस्ता नूनयुक्त खाजाहरू सबैलाई नूनको हिसाबले उच्च दर्जाको प्रशोधित खानाहरू मानिन्छन्।

अमेरिकामा खपत हुने नूनको ७० प्रतिशत मात्रा प्याकेज्ड र प्रशोधित खाद्य पदार्थमा प्रयोग हुन्छ।

यसबाट बच्चाका लागि कम सोडियम र चिनी भएका खानेकुराहरू र अधिक पोटाशियम र फाइबर भएका खाद्यवस्तुहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्न सकिन्छ।

यी प्रशोधन नगरिएका खानेकुराहरू हुन सक्छन्। जस्तै ओखर, बदाम, मेवा, साबुत अनाज, फलफूल, हरिया तरकारीहरू।

सोडियम उच्च हुने फर्मेंटेड खानाहरू पनि राम्रा विकल्प हुन सक्छन् किनभने तिनीहरूमा फाइबर, पोटाशियम र पोलिफेनोल जस्ता सूक्ष्म पोषक तत्त्वहरू प्रचुर मात्रामा हुन्छन्।

र अन्तमा हामीले हाम्रो आहारमा सोडियम र पोटाशियमको सन्तुलनको ख्याल राख्नुपर्छ। सोडियमले रगतका नसा र पोटासियमले रक्तकोशिकाहरूमा तरलता कायम राख्न मदत गर्छन्।

सन्तुलित मात्रामा सेवन गरेमा राम्रो नतीजा प्राप्त हुन्छ।

यदि हामी नूनसँग सम्बन्धित सबै सल्लाहमाथि पूर्णरूपमा विश्वास गर्दैनौं र यसको प्रयोगमा सावधान रहन्छौं भने हाम्रो आन्द्रामा रहेका जीवाणुहरूले धन्यवाद दिनेछन्। (स्रोतः बिबिसी हिन्दी)

फरक समाचार

३० दिनअगावै हार्ट अटयाक पत्ता लगाउन सकिन्छ

हृदयघातको प्रारम्भिक लक्षण पहिचान गरेर बच्न सकिन्छ। यो घातक चिकित्सा अवस्था सामान्यतया एक महीना पहिलेदेखि नै खबर दिन थाल्छ, जुन २०२३ मा गरिएको एक अध्ययनमा खुलासा भएको छ।

हृदयघात एक घातक चिकित्सा अवस्था हो। विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका अनुसार हरेक वर्ष विश्वभर १७.९ मिलियन मानिसको हृदयघातका कारण मृत्यु हुने गरेको छ। जसमध्ये पाँचमध्ये चारजनाको मृत्यु हृदयाघातका कारण हुने गरेको छ।

धेरैजसो मानिसलाई हृदयाघात एक्कासि हुन्छ भन्ने लाग्छ तर वास्तविकतामा यसको सत्यता अर्कै छ। हृदयाघात हुनु अघि, शरीर एक पूरै प्रक्रियाबाट जान्छ, जसका कारण धेरै प्रकारका लक्षण देखा पर्न थाल्छन्। यसलाई हृदयघातको प्रारम्भिक लक्षण भनिन्छ। भर्खरै गरिएको एक अध्ययनमा, हृदयघातका सात यस्ता लक्षणहरू छन्, जसले सम्भावित हृदयघातको सङ्केत दिन्छ।

एनसिबिआईमा प्रकाशित २४३ जनामा गरिएको अध्ययन अनुसार स्वास्थ्य केन्द्रमा हृदयाघातको उपचार गराइरहेका ४१ प्रतिशत व्यक्तिमा एक महीनाअघिदेखि नै यससँग सम्बन्धित केही लक्षणहरू देखिएका बताइएको छ। हृदयघात हुनुभन्दा एक महीना अगाडि देखिने लक्षणहरू छातीको दुखाइ, छाती भारी महसूस हुनु, मुटुको धडकन छिटो हुनु, सास फेर्न समस्या, ईर्ष्या, थकान, निद्रासम्बन्धी समस्याहरू।

अध्ययनका अनुसार हृदयघातका यी प्रारम्भिक लक्षणहरू पुरुषको तुलनामा महिलामा बढी देखिन्छन्। अन्वेषकहरूका अनुसार हृदयघात हुनुअघि ५० प्रतिशत महिलामा निद्रासम्बन्धी समस्या देखिएको थियो। जबकि ३२ प्रतिशत पुरुषमा मात्र यस्तो लक्षण देखिएको थियो।

सन् २०२२ मा गरिएको एक अध्ययनले छाती दुख्नु हृदयघातको सबैभन्दा सामान्य लक्षण हो, जुन पुरुष र महिलामा लगभग समान रूपमा देखिन्छ।

आमाको बानीले बच्चाको जीवन बर्बाद गर्न सक्छ

गर्भवती महिलाका लागि चिन्ताजनक अनुसन्धान बाहिर आएको छ। भर्खरै गरिएको एक अध्ययनले गर्भावस्थाको समयमा रक्सीको सेवनले बच्चामा जन्म असामान्यताको जोखिम बढाउने देखाएको छ।

एक अध्ययनले गर्भावस्थाको समयमा रक्सीको सेवन (अत्यधिक मात्रामा)ले बच्चाहरूमा जन्म असामान्यताहरूको जोखिम बढाउन सक्छ भनेर देखाएको छ। यो अनुसन्धान अल्कोहल क्लिनिकल एन्ड एक्सपेरिमेन्टल रिसर्च जर्नलमा प्रकाशित भएको छ।

शिकागोमा आयोजित एक सम्मेलनमा अध्ययनमा अनुसन्धानकर्ताहरूले आफ्नो निष्कर्ष साझा गरे। तिनीहरूले २० हजारभन्दा बढी वयस्कहरूको डेटा विश्लेषण गरे, जसको औसत उमेर ४८ वर्ष थियो। अध्ययनमा आधा पुरुष र आधा महिलालाई समावेश गरिएको थियो। यी व्यक्तिहरूबाट गर्भावस्थामा मदिरासेवनको बारेमा जानकारी लिइएको थियो। यसका साथै उनीहरूका सन्तान जन्मिंदाको स्वास्थ्य तथ्याङ्क पनि सङ्कलन गरिएको थियो।

बच्चाको वजन र उचाइमा प्रभाव

अध्ययनका अनुसार गर्भावस्थामा थोरै मात्रामा पनि मदिरासेवन गर्ने महिलाको बच्चाको जन्मदा तौल र उचाइ कम हुने सम्भावना बढी हुन्छ। अन्वेषकहरूले पत्ता लगाए कि गर्भावस्थाको समयमा रक्सीको खपत (विशेषगरी गर्भधारणको वरिपरि र गर्भावस्थाको प्रारम्भिक चरणहरूमा)ले बच्चाहरूको विकासलाई असर गर्न सक्छ।

रक्सीबाट पूर्णतया टाढा रहनु राम्रो हुन्छ

यो अध्ययन गर्भावस्थाको समयमा रक्सी खपत (जतिसुकै सानो मात्रामा भएपनि) खतरनाक हुन सक्छ भन्ने प्रमाण हो। अन्वेषकहरूले गर्भावस्थाको समयमा रक्सीबाट पूर्णतया टाढा रहनु नै उत्तम उपाय रहेको बताएका छन्। यद्यपि २०२० मा न्यू इङ्ल्यान्ड जर्नल अफ मेडिसिनमा प्रकाशित एक अध्ययनले गर्भावस्थाको समयमा मध्यम मात्रामा मदिरासेवन गर्ने सम्बन्धमा फरक मत प्रकट गरेको छ।

नयाँ अध्ययनका प्रमुख अनुसन्धानकर्ता डा इलेना बाखिरेभा भन्छिन् कि गर्भावस्थामा मदिरासेवनको असरबारे थप अनुसन्धान आवश्यक छ। उनी गर्भवती महिलाले गर्भावस्थामा मदिरासेवनबाट हुने खतराका बारेमा चिकित्सकसँग खुलेर कुरा गर्नुपर्नेमा जोड दिन्छिन्।

धोका दिने पार्टनरमा हुन्छन् यी ५ बानी

जब हामी कुनै पनि सम्बन्धमा आउँछौं, त्यो व्यक्ति हाम्रोलागि धेरै विशेष हुन्छ। सबै सम्बन्ध बलियो बनाउन, तिनीहरूको आधार विश्वास हो, जुन पार्टनरमा हुनु धेरै महत्त्वपूर्ण छ। प्रेममा पर्नुभन्दा पहिले हामीलाई त्यो व्यक्तिको बारेमा धेरै थाहा हुँदैन, जसलाई हामी पछि बिस्तारै चिन्न सक्छौं।

सम्बन्धमा विश्वास हुनु धेरै जरुरी छ, नत्र कुनै पनि सम्बन्ध जोगाउन गाह्रो हुन्छ। जब दुई मानिसबीचको घनिष्टता बढ्छ, तब थाहा हुन्छ उनीहरू कस्ता मानिस हुन्। कयौंपटक आफ्नो पार्टनरको धोका वा झूट समात्न सकिंदैन। आउनुहोस् पार्टनरले धोका दिइरहेको छ कि छैन भनेर कसरी पत्ता लगाउने भन्नेबारे जानकारी गरौं। यदि पार्टनरले ससाना कुरा लुकाउन थाल्छ भने बुझ्नुपर्छ।

सम्बन्धमा एकपटक विश्वास टुट्यो भने त्यसलाई बारम्बार बनाउन निकै गाह्रो हुन्छ। आजकल मानिसका सबै गोप्य कुरा उनीहरूको फोनमा लुकेका हुन्छन्। यदि पार्टनरलेले आफ्नो फोन छुन दिएको छैन भने बुझ्नुहोस् कि केही गलत छ। यस्तो अवस्थामा धेरै मानिसको धोखाधणी समाप्त हुन्छ। तिनीहरूले तपाईंबाट केही लुकाइरहेका छन्, जुन गलत छ, त्यसैले या त तिनीहरूलाई सीधा सोध्नुहोस् र अलग गर्नुहोस्।

सम्बन्धमा माया मात्र हुनुपर्छ। यदि त्यो ठाउँमा पैसा आउन थाल्यो भने तपाईंलाई केही नराम्रो भइरहेको छ वा तपाईंलाई धोका दिइएको छ, जुन तपाईंलाई थाहा पनि छैन भन्ने बुझ्नुपर्छ। यदि उसले तपाईंको आफ्नै आवश्यकताको लागि मात्र फाइदा लिन्छ भने, तपाईंले त्यस्ता पार्टनरबाट तुरुन्तै टाढा जानुपर्छ। यदि तपाईंको पार्टनर तपाईंलाई चिच्याउन र सानो कुरामा झगडा गर्न थाल्छ भने, यसले तपाईंको पार्टनर भर्खरै समय बितिरहेको सङ्केत गर्छ। यदि कसैले तपाईंको भावनाको चिन्ता नगरी कसैको अगाडि तपाईंलाई बताउँछ भने तपाईंले यसको बारेमा सोच्नुपर्छ।

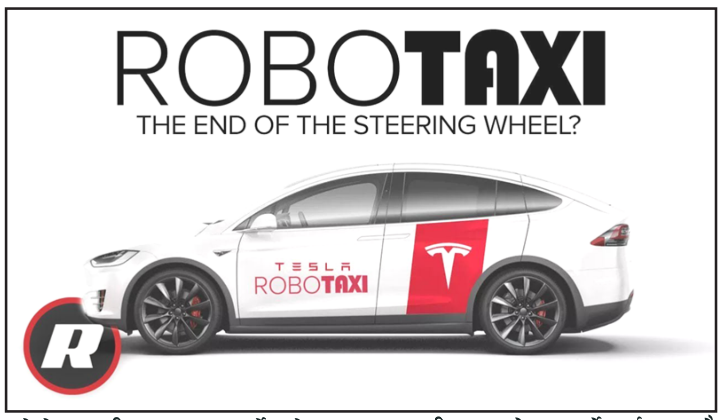
अनावश्यक झूट बोल्ने बानी भएका व्यक्तिको लागि राम्रो होइन। यदि तपाईंको पार्टनरले झूटको मदत लिन्छ भने। त्यसो भए यसको अर्थ उनी तपाईंप्रति वफादार हुनुहुन्न। जति चाँडो टाढा जान्छौं, त्यति नै कम कष्ट हुनेछ। – प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

रोबोटच्याक्सी सार्वजनिक गर्ने एलोन मस्कको घोषणा

टेक्सास २५ चैत/एएनआई

सामाजिक सञ्जालमार्फत टेस्ला कार उत्पादन कम्पनीका कार्यकारी प्रमुख एलोन मस्कले आठ अगस्तमा 'रोबोटच्याक्सी सञ्चालन गर्ने घोषणा गरेका छन् । यो टेस्लाको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण उत्पादनमध्ये एक हुने मस्कले बताए ।



टेस्लाले मानव नियन्त्रण नरहने कार बनाउने र टेस्ला कार सफ्टवेयरको माध्यमबाट चालकरहित सवारीलाई प्रोत्साहन गर्दै जाने मस्कले यस पहिले सन् २०१९ मा नै घोषणा गरेका थिए ।

कारहरूले पूर्णरूपमा स्वायत्त ट्याक्सीको रूपमा सडकमा आवागमन गर्न र मानवीय सहयोगविना यात्रुहरूलाई ट्याक्सी चढाउने र झार्ने गर्नुका साथै राम्रो आम्दानी गर्न सक्ने उनले बताए ।

अप्रिल सन् २०१९ मा टेस्लाले सन् २०२० सम्म 'रोबोटच्याक्सी' सञ्चालन गर्न थाल्ने उनले बताएका थिए । टेस्ला कम्पनीद्वारा उत्पादित स्वायत्त कार ११ वर्ष टिक्ने र १६ लाख किलोमिटरभन्दा बढी चल्ने र यसबाट कम्पनी र कार मालिकले प्रत्येक वर्ष ३० हजार अमेरिकी डलर बराबरको नाफा कमाउन सक्ने उनले बताए ।

यद्यपि कहिलेकाहीं घोषणा गरिएका काम सोचेअनुरूप पूरा हुन नसक्ने तर यसले कुनै न कुनै दिन सार्थकता पाउनेसमेत उनले बताए । "कहिलेकाहीं मैले सोचेको काम समयमा नभए पनि मैले सोचेको कुरा कालान्तरमा टेस्ला समूहले गरेको छ"–उनले भने ।

उपभोक्ताहरूले 'नयाँ टेस्ला मोडल–३' कारको खरीद मूल्य ४० हजार अमेरिकी डलरमा अतिरिक्त १२ हजार अमेरिकी डलर थपेपछि पूर्णरूपमा स्वचालित क्षमताको कार खरीद गर्न सक्ने उनले बताए ।

पूर्ण स्वड्राइभिङ क्षमता एक महीनाको १९९ अमेरिकी डलर तिरेर 'सदस्यता व्यापार मोडेल' को आधारमा खरीद गर्न सकिने उनले जानकारी दिए । सदस्यता व्यापार मोडेल अनुसार ग्राहकले उत्पादन वा सेवामा पहुँचको लागि नियमित अन्तरालमा पुनरावृत्ति मूल्य तिर्नुपर्छ । रासस

स्लोभाकिया राष्ट्रपति चुनावमा पेलेग्रिनीको जीत

ब्राटिस्लाभा, २५ चैत/सिन्हवा

स्लोभाकियाको तथ्याङ्क कार्यालयले स्लोभाकियाको राष्ट्रिय परिषद्का वर्तमान सभामुख पिटर पेलेग्रिनीले राष्ट्रपतीय निर्वाचनको दोस्रो चरणमा विजय हासिल गरेको जानकारी गराएको छ ।

कुल मतको ९९ प्रतिशत मतगणना भइसकेको र यसबाट पेलेग्रिनीले ५३.३८ प्रतिशत र पूर्व विदेशमन्त्री इभान कोर्कोकले ४६.६१ प्रतिशत मत पाएको देखिएको छ ।

पेलेग्रिनीले सन् २०१८ देखि २०२० सम्म स्लोभाकियाको प्रधानमन्त्रीको रूपमा काम गरेका थिए भने कोर्कोकले २०२० देखि २०२२ सम्म देशको विदेश मन्त्रीको रूपमा जिम्मेवारी सम्हालेका थिए ।

मार्च २३ मा भएको नौजना उम्मेदवार सम्मिलित पहिलो चरणको निर्वाचनमा कोर्कोकले ४२.५१ प्रतिशत

र पेलेग्रिनीले ३७.०२ प्रतिशत मत पाएका थिए ।

स्लोभाकियाको राष्ट्रपति प्रत्यक्ष निर्वाचनमा छनोट हुने परम्परा रहेको छ । वर्तमान राष्ट्रपति जुजाना कापुटोभाको पाँच वर्षको कार्यकाल यसै वर्षको जून १५ मा सकिने छ । उनले यो निर्वाचनमा उम्मेदवारी दिएनन् । रासस

अस्ट्रेलियामा बाढीका कारण सामान्य जनजीवन प्रभावित

सिड्नी, २५ चैत/एएफपी

अस्ट्रेलियाको न्यू साउथ वेल्समा व्यापक वर्षापछि आइतवार आएको बाढीका कारण सयौं व्यक्ति प्रभावित भएका छन् ।

उत्तरपूर्वी सिडनीमा भारी वर्षापछि बाढी र डुबानको जोखिमबाट सुरक्षा दिन करीब ३०० घर खाली गराइएको आपतकालीन सेवाहरूले जनाएका छन् ।

सङ्घीय विपद् व्यवस्थापनमन्त्री क्याथरिन किङले बाढीको पानीले छोटो समयमा नै राज्यभरि व्यापक क्षति पुऱ्याएको बताएकी छन् ।

"न्यु साउथ वेल्स सरकारले क्षतिको आकलन गर्न र यस विपत्तिको प्रभाव बुझ्ने कार्यलाई जारी राखेको छ"–मन्त्री किङले भनिन् ।

आपतकालीन सेवा राज्यमन्त्री जिहाद डिबका अनुसार उद्धारकर्मीले शुक्रवारदेखि समाचार तयार पार्दासम्म करीब २०० घरपरिवारलाई उद्धार गरी सुरक्षित स्थलमा पुऱ्याएका छन् । रासस

आजको राशिफल

मेष – खर्चवृद्धि	वृष – मनोरञ्जन
मिथुन – कर्मप्राप्ति	कर्कट – अलमल
सिंह – वादविवाद	कन्या – यात्रालाभ
तुला – शत्रुभय	वृश्चिक – चोरभय
धनु – उदरपीडा	मकर – विजय
कुम्भ – धनखति	मीन – भाग्योदय

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

सच्याइएको

हिजो चैत २५ गतेको प्रतीकमा 'खनाल स्मृति प्रतिष्ठानको साधारणसभा सम्पन्न'शीर्षक समाचारमा वीरगंजस्थित विद्यालयका पूर्वप्रधानाध्यापकहरू सम्मानित भएको हुनुपर्नेमा अन्यथा भएकोले सच्याइएको छ । – सम्पादक

पाथीभरा देवीको दर्शन गर्न जाँदै भक्तजनः ताप्लेजुङको प्रसिद्ध तीर्थस्थल पाथीभरा देवीको दर्शन गर्न जाँदै तीर्थयात्री । तस्बिरः सन्तोष पुर्कुटी/रासस

पर्सा राष्ट्रिय निकुञ्जमा पर्यटक आगमन वृद्धि

वीरगंज, २५ चैत/रासस

पर्सा राष्ट्रिय निकुञ्जमा आउने पर्यटकको सङ्ख्या बढ्दै गएको छ । रैथाने हात्तीको प्रमुख वासस्थान मानिएको निकुञ्जमा आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकको आगमन बढेको हो ।

पर्यटकीय सम्भावना र पूर्वाधारको विकासलाई आधार बनाएर सरकारले निकुञ्जलाई २०७४ सालमा देशको १२औं संरक्षित क्षेत्रका रूपमा घोषणा गरेको थियो । पर्सासहित बारा र मकवानपुर गरी तीन जिल्लासँग जोडिएको निकुञ्ज स्वदेशी तथा विदेशी पर्यटकका लागि खुला गरिएको छ ।

प्राकृतिक सौन्दर्यसँगै वन्यजन्तुको जैविक विविधताले धनी निकुञ्जमा आन्तरिकसँगै छिमेकी मुलुक भारतका पर्यटक आउने क्रम बढेको निकुञ्जका सूचना अधिकारी सन्तोष भगतले बताए । "विगतभन्दा अहिले निकुञ्जमा आन्तरिक तथा भारतका पर्यटक आउने क्रम बढेको छ"–उनले भने–"बाह्यभन्दा आन्तरिक पर्यटक धेरै आउने गरेका छन् ।"

चालू आर्थिक वर्षको आठ महीनामा ६१३ जना पर्यटक आएका छन् । निकुञ्ज घुम्न आउने पर्यटकमा सार्क मुलुकका १४ र गैरसार्क राष्ट्रका एकजना विदेशी पर्यटक छन् । अघिल्लो आवको आठ महीनामा १४० पर्यटकले मात्र निकुञ्ज भ्रमण गरेका थिए । आव २०७९–८० मा पर्सा राष्ट्रिय निकुञ्जमा ७२ जना भारतसहित सार्क मुलुक र ३२ जना अन्य देशका पर्यटक गरी १,०६५ जना पर्यटकले भ्रमण गरेका थिए ।

निकुञ्जभित्र माया मन्दिर, दुग्धेश्वर महादेव मन्दिरजस्ता धार्मिकस्थल छन् भने कामिनी दह, हलखोरिया दह र लौकी दहजस्ता प्राकृतिक तथा मनोरम दह पर्यटकको प्रमुख आकर्षणको केन्द्र बनेका छन् । निकुञ्जभित्र पानीको सहज उपलब्धतासँगै पाटेबाघसहितका जन्तुको सङ्ख्या पनि वृद्धि भएको छ ।

निकुञ्जले गरेको सन् २०२२ को बाघ गणना अनुसार पाटेबाघको सङ्ख्या ४१ पुगेको छ ।

निकुञ्जले प्राकृतिकरूपमा कृत्रिम पोखरी निर्माण गरेपछि वन्यजन्तुको सङ्ख्या बढेको हो । कुल ६२७.३९ वर्गकिलोमिटर क्षेत्रफलमा फैलिएको निकुञ्जभित्र पाटेबाघ, भालु, गैंडा, हात्ती, चित्तल, जरायो, चितुवा, जङ्गली कुकुर, नीलगाई र गौरीगाईजस्ता ३७ प्रजातिका स्तनधारी जनावर, ४९० प्रजातिका चराचुरुङ्गी, १३ प्रजातिका सरीसृप र ३१ प्रजातिका पुतली पाइन्छन् ।

निकुञ्जको भ्रमणमा आउने पाहुनाका स्वागतमा निकुञ्जको मध्यवर्ती क्षेत्रको 'बफर जोन'मा सुनाखरी मध्यवर्ती सामुदायिक घरवास सञ्चालन गरिएको छ । स्थानीय संस्कृति अनुसार सुनाखरी सामुदायिक घरवासले विविध परिकार पस्केर पाहुनालाई आकर्षित गर्दै आएको छ ।

सानो पाइलाद्वारा प्रहरीको थाइराइड परीक्षण

प्रस, वीरगंज, २५ चैत/

सानो पाइलाले आइतवार शिविर सञ्चालन गरेर जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्सामा कार्यरत प्रहरीहरूको थाइराइडको निश्शुल्क परीक्षण गरेको छ । विश्व स्वास्थ्य दिवसको अवसरमा आइतवार सानो पाइलाले जिप्रका पर्सामा आयोजना गरेको निश्शुल्क थाइराइड परीक्षणमा १२० जना प्रहरी सहभागी थिए । सानो पाइलाले एजिल्स प्रयोगशालासँगको सहकार्यमा निश्शुल्क थाइराइड शिविर सम्पन्न गरेको जनाएको छ ।

कार्यव्यस्तता, जानकारीको अभाव, हतार, बाध्यात्मक, खानपानलगायतका कारणले प्रहरीहरूमा थाइराइडको समस्या हुन सक्ने जोखिम धेरै रहने महसूस गरेर जनसेवामा अहोरात्र खट्ने प्रहरीहरूलाई थाइराइडसम्बन्धी जानकारी दिन तथा रोग लागेको भए उपचार विधिमा सामेल गराउन परीक्षण गरिएको सानो पाइलाका हेल्थ सर्भिसेजका संयोजक डा राकेशकुमार झाले बताए ।

उनले निरन्तर काममा खटिनुपर्दा प्रहरीमा आरामको सम्भावना न्यून हुने, थला नै नपर्दासम्म स्वास्थ्य परीक्षण गराउने वातावरण पनि उपलब्ध नहुने भएकाले उनीहरूलाई थाइराइडले च्याप्ने सम्भावना बढी हुने डा झाले बताए । उनीहरूमा जटिल समस्या उत्पन्न नहोस् भन्ने अभिप्रायले शिविर आयोजना गरिएको उनले बताए ।

कार्यक्रममा प्रहरी उपरीक्षक कुमोध ढुङ्गेलले प्रहरीको अवस्थालाई ध्यानमा राखेर सानो पाइलाले थाइराइड शिविर आयोजना गरेकोमा आभार व्यक्त गरे ।

ट्याक्टरको ठक्करबाट नाबालकको मृत्यु

प्रस, रौतहट, २५ चैत/

रौतहट जिल्ला गुजरा नगरपालिका–४ मुस्लिमटोलमा आइतवार बिहान ट्याक्टरको ठक्करबाट एकजना नाबालकको मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ । ना.७त ७५७ नम्बरको ट्याक्टरले साइकल चलाएर हिंडेका १३ वर्षीय नाबालक शेख शहनबाजलाई ठक्कर दिएको र उपचारका लागि अस्पताल लैजाने क्रममा उनको बाटोमा मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ । घटनापछि स्थानीयले नाबालकको शव सडकमा राखेर जङ्गलसैया–धन्सार सडक खण्ड अवरुद्ध पारेका थिए । प्रहरीले ट्याक्टर र चालकलाई नियन्त्रणमा लिएको जनाएको छ ।

आइतवार मुगुको छायानाथ रारा नगरपालिका–१३ रुघागाउँको सिरानमा रहेको जङ्गलमा डढेलो । तस्बिरः हेमन्त केसी/रासस

जापानी टोलीद्वारा दलितबस्तीको अनुगमन, विद्यार्थीहरूलाई सहयोग

प्रमोद यादव, पंचगावाँ, २५ चैत/

गणेश उज्जन भुवन स्मृति प्रतिष्ठान, काठमाडौंले पर्सा जिल्लाका सखुवाप्रसौनी र पटेर्वासुगौली गाउँपालिकाका अतिविपन्न, मुसहर, दुसाद र चमार जातिका बालबालिकाहरूलाई शैक्षिक सामग्री र खाद्यान्न सहयोग गरेको छ। संस्थाकी अध्यक्ष सावित्री श्रेष्ठ लामाले पटेर्वासुगौली गापा–४ पथलवाघटका ८० जना र सखुवाप्रसौनी गापा–१ सीधपुरका ८० जना गरी १६० जना दलित विद्यार्थीहरूलाई स्टेशनरी, जुत्ता, चप्पल, फलफूल, बिस्कुटलगायतका सामानहरू वितरण गरेको संस्थाका पर्सा संयोजक हरिप्रसाद यादवले बताए।

तस्वीरः प्रतीक

कार्यक्रममा संस्थाका सदस्य गणेशमान लामा र जापानको चाइल्ड सपोर्ट अर्गनाइजेशनका अध्यक्ष स्युन, सदस्यहरू युहो, आचुसी, वडा प्रतिनिधि शिवशङ्कर यादव अनुगमनमा सहभागी रहेको संस्थाका पर्सा संयोजक यादवले बताए।

पटेर्वासुगौली गापा–४ स्थित वनदेवी आधारभूत विद्यालय भतौडा पुगेर अमा अनुगमन गर्दा विद्यालय दुईजना शिक्षकको भरमा सञ्चालित रहेको पाएका थिए। करीब तीन सय विद्यार्थी अध्ययनरत सो विद्यालयमा दुईजना शिक्षकले सञ्चालन गरेको देखेर टोलीका सदस्यहरू आश्चर्यचकित भएका थिए। अनुगमन टोलीले विद्यालयमा प्रविधिमैत्री वातावरणमा अध्ययन गराउनका लागि र विद्यालयको अन्य शैक्षिक क्रियाकलाप अनलाइन गर्न कम्प्युटर, ल्यापटप, प्रिन्टर आवश्यक रहेको जनाएको वडा प्रतिनिधि शिवशङ्कर यादवले बताए।

प्रधानाध्यापक सुवास दासले शिक्षक अभाव, प्रविधिमैत्री शिक्षणको वातावरण र भौतिक सामग्रीहरू नभएका तथा यसबारेमा सरोकारवाला निकायको बारम्बार ध्यानाकर्षण गराएको तर अहिलेसम्म सुनवाइ नभएको गुनासो पोखेका थिए। जापानको चाइल्ड सपोर्ट अर्गनाइजेशनका अध्यक्ष स्युन, सदस्यहरू युहो, आचुसीले वास्तविक आवश्यकता पहिचान गरी जापानबाट सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका थिए। सहयोगी संस्थाका प्रतिनिधिहरूलाई स्थानीय स्वयंसेवक शिक्षिका सुस्मिता चौधरीले फूलमाला र गम्छा ओढार सम्मान गरेकी थिइन्। अनुगमन टोलीले आइतवार वीरगंज महानगरपालिका–२३ प्रसौनी, वडा नं २२ इटियाही, वडा नं २० मनियारी, हरपतगंज र वडा नं ३१ लक्ष्मीपुरमा रहेका दलितबस्तीहरूको अनुगमन गरेका थिए।

दलित विद्यार्थीहरूको शिक्षामा पहुँच बढाउनका लागि हिजोदेखि गणेश उज्जन भुवन स्मृति प्रतिष्ठान, काठमाडौंले चाइल्ड सपोर्ट अर्गनाइजेशन जापानका प्रतिनिधिहरूलाई लिएर पर्सा जिल्लाका दलित विद्यार्थीहरू अध्ययनरत सामुदायिक विद्यालयहरू र उनीहरू बसोबास गर्ने बस्तीको अनुगमन गर्दै आएका छन्।

जीतपुरसिमरा गोल्डकप : साबिक विजेतालाई स्तब्ध पार्दै सिराहा अन्तिम चारमा

प्रस, जीतपुर, २५ चैत/

साबिक विजेता चर्च ब्वाइज युनाइटेड क्लबलाई इन्ज्युरी समयमा स्तब्ध पार्दै सलहेश युवा क्लब सिराहा जगदम्बा स्टील १४औं जीतपुरसिमरा गोल्डकपको सेमिफाइनलमा प्रवेश गरेको छ।

आइतवार राति सिमरा रङ्गशालामा भएको प्रतिस्पर्धात्मक खेलको अन्तिम समयमा गोल गर्दै सिराहाले 'ए' डिभिजन क्लब चर्च ब्वाइजविरुद्ध रोमाञ्चक जीत दर्ता गऱ्यो। खेलको १४औं मिनेटमा सिराहाका लागि आशिष चापागाईंले गोल गर्दै अग्रता दिलाएका थिए।

पहिलो हाफ आफ्नो पक्षमा पारेको सिराहाविरुद्ध चर्च ब्वाइजले खेलको ५१औं मिनेटमा बराबरी गोल गऱ्यो। चर्च ब्वाइजका राजेश परियारले बराबरी गोल गर्दै टीमलाई खेलमा फर्काए पनि केहीबेर मैं आत्मघाती गोलका कारण चर्च ब्वाइज पुनः २–१ गोलअन्तरले पछाडि पऱ्यो। चर्च ब्वाइजका डिफेन्डर एकराज बुढाथोकीले बल क्लियर गर्न खोज्दा गरेको गलतीले बल गोलमा परिणत भएको थियो। खेलको ६३औं मिनेटमा आत्मघाती गोलका कारण चर्च ब्वाइज पुनः पछि परेको थियो।

अनुभवी खेलाडीले भरिएको चर्च ब्वाइजले पनि आत्मघाती गोलको फाइदा लिंदै बराबरी गऱ्यो। खेलको ७३औं मिनेटमा सिराहाका कप्तान कुलदीप कार्कीले गोल लाइनबाट क्लियर गर्न खोजेको बल गोलमा परिणत हुँदा चर्च ब्वाइज खेलमा फर्किएको थियो। खेलको अन्तिम समयमा बराबरी गोल भएपछि चर्च ब्वाइजको समर्थनमा रहेका दर्शकको हुटिङ स्मरणीय थियो।

अन्तिम समयमा भएको बराबरीपछि निर्धारित समयमैं खेल आफ्नो पक्षमा पार्न दुवै टीमले आक्रामक खेल खेलेका थिए। तर इन्ज्युरी समयको अन्तिम मिनटमा गोल गर्दै सिराहाले चर्च ब्वाइजलाई स्तब्ध बनायो। सिराहाका लागि शिशिर लेखीले दोस्रो हाफको पाँच मिनेटको इन्जुरी समयको अन्तिम मिनेटमा गोल गरेका थिए। केही सेकेन्ड बाँकी छँदा गोल भएपछि सिराहाका प्रशिक्षक राजीवकुमार यादव उत्साहित हुँदै मैदानभित्रै प्रवेश गरेका थिए।

खेलको 'म्यान अफ दी म्याच' सिरहाका शिशिर लेखी घोषित भए। उनले १० हजार नगदसहित ट्रफी प्राप्त गरे। शुभारम्भ कलेज अफ म्यानेज्मेन्ट सिमरका प्रमुख शम्भु मण्डलले उनलाई पुरस्कार प्रदान गरेका थिए।

प्रतियोगिता अन्तर्गत सोमवार सशस्त्र प्रहरीको नेपाल एपिएफ क्लब र मकवानपुर–११ हेटौंडाबीच खेल हुनेछ।

धूलाम्मे ...

कालीकोटको केही क्षेत्रमा यात्रा गर्दा दोहोरो गाडी सञ्चालन गर्न मिले पनि जुम्ला, दैलेख खण्डका अधिकांश ठाउँमा एकतर्फी सञ्चालन गर्नुपर्ने बाध्यता रहेको उनको भनाइ छ।

राज्यले साबिकको कर्णालीमा पूर्वाधार निर्माणका लागि पर्याप्त बजेट विनियोजन गर्न नसकेको कर्णालीवासीले आरोप लगाउँदै आएका छन्। जल, जमीन, जडीबुटी तथा धार्मिकरूपमा प्रसिद्ध कर्णालीमा राज्यको लगानी भने न्यून मात्रामा रहँदा यहाँ विकास हुन नसकेको मुगुका स्थानीय मिलन विकले बताए। हुम्लामा सडकको पहुँच विस्तार नहुँदा थप सास्ती हुने गरेको उनको भनाइ छ।

कर्णालीसम्म आउन सकिने रकमले विदेश घुमेर आउन सकिने अवस्था आएको विकले बताए। यो सडकले त्रिदेशीय सीमा जोडेको छ। भारत र चीनसँग जोड्ने उक्त खण्डमा राज्यले पर्याप्त पूर्वाधार विकास नगर्दा आवागमनमा सास्ती हुने गरेको उनको भनाइ छ।

स्थानीय तह स्थापनासँगै केही कच्ची सडक कटानका काम भएपनि धूलाम्मे, साँघुरा सडक भएकाले मृत्युमार्ग जस्तै बनेका स्थानीयको आरोप छ। पक्की र कच्ची कटान भएको ठाउँमा एकतर्फी यातायातका साधन सञ्चालन गर्नुपर्दा थप सास्ती हुने गरेको सवारी चालक बताउँछन्।

आजको कार्यक्रम

सि.नं.	आयोजक	कार्यक्रम	स्थान	समय
		जानकारीमा आएन		

मुखको स्वास्थ्यमा ध्यान दिऔं

दाँत तथा मुखको रोगले मानव स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पार्ने हुँदाः

- चिनीयुक्त वा दाँतमा टाँस्सिने खालका खानेकुरा कम खाऔं,
- रेसादार खाना, फलफूल र हरियो सागसब्जी सेवन गरौं,
- फ्लोराइडयुक्त टुथपेस्टले दुई मिनेटसम्म दिनको दुईपटक ब्रश गरौं,
- खाना खाइसकेपछि राम्रोसँग ब्रश वा कुल्ला गर्ने गरौं,
- डेन्टल फ्लसको मदतले दाँतमा अडकिएको खाना निकालौं,
- सुर्तीजन्य पदार्थ तथा मद्यपान सेवन नगरौं,

नियमितरूपमा मुख तथा गिजाको जाँच गराऔं, गम्भीर रोगबाट बचौं र बचाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

खेलकूदको संसार

मैत्रीपूर्ण क्रिकेटको उपाधि नेपालले जित्यो

काठमाडौं, २५ चैत/रासस

भारतमा भएको मैत्रीपूर्ण क्रिकेट प्रतियोगिताको उपाधि नेपालले जितेको छ। भारतको गुजरातलाई १८ रनले पराजित गर्दै नेपालले 'एसएमएस फ्रेन्डशिप कप टी–२० क्रिकेट प्रतियोगिता'को उपाधि जितेको हो।

गुजरातको वापीस्थित साई मेघपन स्पोर्ट्स लाइफ मैदानमा आइतवार भएको फाइनल खेलमा नेपालले टस जितेर पहिला ब्याटिङ रोजेको थियो। नेपालले निर्धारित २० ओभरको खेलमा चार विकेट गुमाउँदै १७६ रनको योगफल बनायो। नेपालले दिएको १७७ रनको विजयी लक्ष्य पछ्याउने क्रममा गुजरातले २० ओभरमा आठ विकेट गुमाउँदै १५८ रन मात्र

बनाउन सक्यो।

नेपालका लागि ब्याटिङ गर्ने क्रममा कप्तान रोहितकुमार पौडेलले सर्वाधिक ७४ रनको योगदान दिए। यस क्रममा उनले ४७ बल खेल्दै चार छक्का र पाँच चौका हाने। यस्तै, आसिफ शेखले ३४, कुशल मल्लले अविजित ३१ तथा कुशल भुर्तेलले १९ रन बनाए।

बलिङतर्फ गुजरातका जयमित पटेल, स्नेह पटेल, तेजश पटेल र जाला युवराज सिंहले एक/एक विकेट लिए। गुजरातका लागि ब्याटिङ गर्ने क्रममा कप्तान उमङ्ग रोहित कुमारले २८ बलमा सर्वाधिक ४० रन बनाए। यस्तै, आर्य देसाईंले ३६, रुद्र पटेलले १७, हर्ष देसाईंले १५ तथा जयमित पटेलले १५ रन जोडे।

बलिङतर्फ नेपालका अविनाश बोहोराले तीन, दीपेन्द्रसिंह ऐरीले दुई तथा करण केसी र कुशल मल्लले एक/एक विकेट लिए।

क्रिकेटः आयरल्यान्ड 'ए'द्वारा शृङ्खला 'क्लिनस्वीप'

काठमाडौं, २५ चैत/रासस

नेपाल 'ए'विरुद्धको एकदिवसीय शृङ्खला आयरल्यान्ड 'ए'ले 'क्लिनस्वीप' गरेको छ।

कीर्तिपुरस्थित त्रिभुवन विश्वविद्यालयको क्रिकेट मैदानमा आइतवार भएको प्रतियोगिताको तेस्रो खेलमा नेपाल 'ए'लाई ६९ रनले पराजित गर्दै आयरल्यान्ड 'ए'ले शृङ्खला क्लिनस्वीप गरेको हो। आयरल्यान्ड 'ए'ले पहिलो खेल २१ रनले र दोस्रो खेल ११४ रनले जितेको थियो।

आजको खेलमा जीतका लागि २८५ रनको लक्ष्य पाएको नेपाल ३९ दशमलव चार ओभरमा सबै विकेट गुमाउँदै २१५ रनमा समेटियो। नेपालका लागि अर्जुन कुमालले सर्वाधिक १०२ रनको योगदान दिए। उनले ११८ बल खेल्ने क्रममा १४ चौका प्रहार गरे।

त्यसैगरी, अर्जुन साउदले ३० बलमा चार चौका र तीन छक्काको सहायताले ३६ रन बनाए भने नरेन भट्ट र रूपेश सिंहले समान १५/१५ रन बनाए। देव खनालले ११ रन जोड्दा साहब आलम छ रनमा आउट भए।

आयरल्यान्ड 'ए'को जीतमा बिन ह्वाइट एक्लैले पाँच विकेट लिए भने गाभिन होयले चार विकेट झारे। त्यस्तै, म्याथ्यु फोस्टरले एक विकेट लिए।

त्यसअघि टस जितेर पहिला ब्याटिङ रोजेको आयरल्यान्ड 'ए'ले निर्धारित ५० ओभरमा नौ विकेट गुमाएर २८४ रनको योगफल बनाएको थियो।

आयरल्यान्ड 'ए'का लागि स्टीफन डोहनीले शतकीय प्रहार गरे। उनले १२९ बल खेल्दै आठ छौका र दुई छक्काको सहयोगमा १०७ रनको योगदान दिएका थिए। त्यस्तै, पिटर मुरले २४ बलमा दुई चौका र पाँच छक्काको सहयोगमा ४४ रन बनाए। म्याथ्यु हम्फ्रेजले २३ रन बनाए भने मोर्गन टोप्पिङले २१ रन बनाए। त्यस्तै, फिन ह्यान्डले २० रन जोडे।

नेपाल 'ए'का रिजन ढकाल र रञ्जीत कुमारले समान तीन/तीन विकेट लिए भने विकाश आग्री र साहब आलमले समान एक/एक विकेट लिए।

एमाले बाराको अध्यक्षमा पाण्डे विजयी

प्रस, वीरगंज, २५ चैत/

एमाले बाराको अध्यक्षमा अध्यानन्द पाण्डे विजयी भएका छन्।

शनिवार राति घोषित निर्वाचन परिणामबाट पाण्डेले टीना सुवेदीलाई ३४ मतान्तरले पराजित गर्दै अध्यक्षमा विजयी भएका हुन्। पाण्डेले ३७७ र सुवेदीले ३४४ मत पाएका थिए।

यसैगरी, उपाध्यक्षमा भुलन चौधरी, सचिवमा अमृत शर्मा बजगाईं, सहसचिवमा जवाहिर अन्सारी (खुल्ला) र महिलातर्फ भावना आचार्य विजयी भएका छन्। एमाले बाराको ११औं अधिवेशन गत सोमवार शुरू भएको थियो। त्यसपछि सहमतिका लागि भएको अधिकतम प्रयास असफल भएपछि बुधवार उम्मेदवारी दर्ता र शनिवार मतदान भएको थियो। १२५ सदस्यीय कार्यसमितीमा सबै पदमा निर्वाचन भएको थियो। शुरूमा तीन समूहबाट उम्मेदवार रहे पनि अन्तिममा दुई समूह निर्वाचनमा सहभागी भएका र अध्यक्षमा पाण्डे समूह निर्वाचित भएपनि बाँकी उपाध्यक्ष, सचिव र सहसचिवमा भने सुवेदी समूहको जीत भएको छ।