दुषित पानीका कारण हुने रोगप्रति सजग रहौं:
- फोहर पानी पिउनाले झाडापखाला, हैजा, टाइफाइड, आउँ, जन्डिसजस्ता रोग लाग्न सक्छ ।

त्यसैले:
- खोला, धारा वा मूलको पानी सीधैं नपिऔं ।
- पानी उमालेर मात्र पिऔं ।
- उमाल्न सम्भव नभएमा शुद्धीकरण गरेर मात्र पिऔं ।
- पिउने पानीलाई सफा भाँडामा छोपेर राखौं र सफा भाँडाले पानी झिक्ने गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY
राष्ट्रिय 'क' वर्ग
प्रतीक दैनिक
eprateekdaily.com

जनहितमा जारी सन्देश
- वर्षात्को बेला छ, फोहर भयो भने विभिन्न रोग तथा हानिकारक जीवाणु, कीरा–फटयाङ्ग्राको प्रकोप बढ्छ ।
- आफ्नो घर–आँगन तथा नगर सफा राखौं । सरसफाइ सभ्यताको प्रतीक हो । दैनिक व्यायाम गरौं, स्वस्थ र नीरोग रहौं ।

वीरगंज महानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

❖ वर्ष ३७ ❖ २०८१ साउन ०१ गते मङ्गलवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2024 July 16 Tuesday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क ३१४

ओली सरकारमा पर्साबाट तीनजना मन्त्री

प्रस, परवानीपुर, ३१ असार/

नेकपा एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा ओली नेतृत्वको सरकारमा पर्साका तीनजना मन्त्री बनेका छन् ।

खानेपानी तथा सरसफाइमन्त्री प्रदीप यादव, कानूनमन्त्री अजयकुमार चौरसयि र सङ्घीय मामिला तथा प्रशासनमन्त्री राजकुमार गुप्ता । तस्वीरः प्रतीक

पर्सा क्षेत्र नं १ का सांसद प्रदीप यादव, क्षेत्र नं २ का अजय चौरसिया, ३ का राजकुमार गुप्ता गरी तीनजना मन्त्री बनेका हुन् । यादव जसपाबाट खानेपानी तथा सरसफाइमन्त्री भएका छन् भने नेकातर्फबाट चौरसियाले कानून मन्त्रालयको जिम्मेवारी पाएका छन् ।

त्यसैगरी, पर्सा क्षेत्र नं ३ बाट एमालेका सांसद राजकुमार गुप्ता सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्री भएका छन् । यस अघि प्रदीप यादव प्रचण्ड नेतृत्वको ५३ दिने सरकारमा स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्री थिए भने सोभन्दा अघिको शेरबहादुर देउवा नेतृत्वको सरकारमा ९९ दिनको सरकारमा वन तथा वातावरणमन्त्रीको जिम्मेवारी सम्हालेका थिए ।

वैशाख २३ गते जसपा नेपाल फुटेपछि अशोक राई संयोजक रहनेगरी जसपा टुक्रिएको थियो । प्रदीप यादव २०७० को संसदीय चुनावमा पराजित भएका थिए भने २०७४ र २०७९ मा विजयी भएका थिए ।

त्यसैगरी, कानूनमन्त्री चौरसिया २०५६ सालमा स्थानीय विकास राज्यमन्त्री बनेका थिए । उनी २०७० र २०७४ सालको निर्वाचनमा लगातार दुईपटक पराजित भएका थिए भने २०७९ सालमा विजयी भएका थिए । पदबहालीपश्चात् मन्त्री चौरसियाले जनतालाई न्याय मिल्नेगरी कानून निर्माण गर्ने बताए ।

"कानून बनाउने मन्त्रालय भएकोले विधेयकहरू कति छन्, हामीले बनाउनुपर्ने कानूनहरू कति छन्, ती सबै कुराको ख्याल गरी जनतालाई न्याय मिल्नेगरी कानून बनाउँछौं," मन्त्री चौरसियाले भने ।

त्यसैगरी, सङ्घीय मामिला तथा प्रशासनमन्त्री गुप्ता २०७० र २०७९ मा चुनाव जितेका थिए भने २०७४ सालमा पराजित भएका थिए । पर्साका तीनजना सांसद हालको मन्त्रिपरिषद्मा अटाएकाले पर्साको लागि यो ऐतिहासिक क्षण भएको पर्सावासीले प्रतिक्रिया दिएका छन् ।

वर्तमान सरकारमा तीनवटा दलबाट तीनजना सांसद मन्त्री हुनु पर्साको लागि ऐतिहासिक र गौरवको क्षण हो । यसलाई अवसरको रूपमा मान्नुपर्ने र पर्साको विकासमा समेत मन्त्रीहरूको ध्यान जानुपर्ने पर्सावासीको माग छ ।

म्यानपावरले ठगी गरेको घटनामा बारा प्रहरीले सेटिङ गरेको आरोप

प्रस, परवानीपुर, ३१ असार/

बाराको अञ्जनी म्यानपावर, कलैयाले पर्सा, बाराका सयौंजनालाई ठगेको घटना सार्वजनिक भएको छ ।

२०७९ सालमा सो म्यानपावर कम्पनीले बारा, पर्साका युवकसँग ५० हजारदेखि तीन लाख रुपैयाँसम्म गरी डेढ करोड रकम लिएर विदेश पठाउने भनेको थियो । तर कसैलाई पनि विदेश नपठाउँदा सबै युवा सङ्गठित भएर जिल्ला प्रशासन कार्यालय, बारामा उजूरी गरे ।

उजूरीपश्चात् जिप्रका, बारालाई सो समस्या समाधानको लागि पत्राचार गरियो । गत जेठ ६ गते भएको सहमति अनुसार वैदेशिक रोजगारमा जानेहरूलाई १० प्रतिशत कम रकम दिएर म्यानपावर कम्पनी र युवाहरूबीच बारा प्रहरीले सहमति गराएका कारण आफूहरू मर्कामा परेको पर्सा, बहुदरमाई नगरपालिका–२ सिसियाडीका विशाल यादवको आरोप छ ।

बाराका प्रहरी निरीक्षक वीरेन्द्र गुरुङले सेटिङ गरी अञ्जनी म्यानपावरका सञ्चालक अञ्जनीकुमार साहसँग ९० प्रतिशत रकम केहीलाई दिलाएको र बाँकी १० प्रतिशत बारा प्रहरीले कमिशनबापत उठाएर खाएको युवकहरूको आरोप छ ।

यता, जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराका प्रहरी निरीक्षक गुरुङसँग बुझ्दा

तस्वीरः फाइल

प्रहरीले रकम नलिएको र पीडितहरूको समस्या समाधानको लागि १० प्रतिशत कममा सहमति गराइ पीडितलाई न्याय दिलाउने प्रयास गरेको बताए । प्रहरीले पैसा खाएको कुरा तथ्यहीन भएको बताउँदै उनले झन्डै डेढ वर्षदेखि अडकिरहेको उजूरीको छिनोफानो गरेको जानकारी दिए ।

करीब ११० जना पीडितमध्ये ५५ जनाले म्यानपावर कम्पनीबाट ७० लाख पाइसकेका छन् भने ८० लाख रकम अझै भुक्तानी गर्न बाँकी रहेको उनले स्पष्ट पारे । म्यानपावरका सञ्चालक साहले आफ्नो घरजग्गा बिक्री गरेर पीडितको रकम दिइरहेका कारण १० प्रतिशत कम दिएर सहमति गराएको उनले बताए ।

पैसा लिने बेलामा प्रत्याभूतिको रूपमा म्यानपावर कम्पनीका सञ्चालकले एभरेस्ट बैंकको चेक काटेर वैदेशिक रोजगारमा जाने युवकहरूलाई सान्त्वना दिएका थिए । जसको कारण उनलाई कानूनको दायरामा ल्याउन सजिलो भएको बारा प्रहरीले जनाएको छ ।

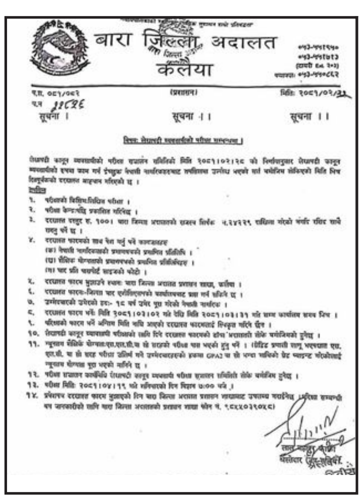
लेखापढीको परीक्षामा बारले अनावश्यक शुल्क लिएको आरोप

प्रस, वीरगंज, ३१ असार/

बारा जिल्लामा हुने लेखापढी व्यवसायी सङ्घको परीक्षामा बारा जिल्ला अदालत बार एशोसिएशनले अनावश्यक शुल्क लिएको गुनासो आएको छ ।

बारा जिल्ला अदालतबाट जेठ ३२ गते जारी सूचनामा सो परीक्षाको दस्तुर रु १०० मात्र लिने भनिए तापनि बार एशोसिएशनले तालीम गराउने बहानामा दुई हजार ५१० शुल्क आवेदन कट्टाबाट असुल गरेको आरोप लगाइएको छ । बारा, फेटा गाउँपालिका–३ का रोशनकुमार तेलीले यस्तो आरोप लगाएका हुन् । जबसम्म बारको रसिद कटाइँदैन, तबसम्म परीक्षाको फाराम दिन नमिल्ने भनेर आफूलाई सो शुल्क तिर्न बाध्य बनाइएकोसमेत उनले बताए ।

यस विषयमा बारा जिल्ला अदालत बार एशोसिएशनका अध्यक्ष एवं



बारा जिल्ला अदालत
कलैया
सूचना । सूचना ।। सूचना ।।

बारा जिल्ला अदालत बार एशोसियशन
कलैया
नगदी रसीद

अधिवक्ता उमेश जयसवालले सो रकम आवेदनकर्ताहरूलाई परीक्षामा सम्मिलित गराउन तयारी गराएबापत तालीम आयोजना गर्न लिएको बताए । उनले तालीम आयोजना गर्न शुल्क तोकिएको स्पष्ट पारे । उनले अदालतको शुल्क तिरेर फाराम भर्नेलाई मात्रै अदालतबाट उपलब्ध फाराम वा निवेदन मात्र दिएर फाराम भर्ने व्यवस्था भएकोले बारको उक्त नियम सबैको लागि बाध्यकारी नभएको उनले स्पष्ट पारे ।

साउन १९ गते हुने परीक्षाको लागि जेठ ५ गतेदेखि बारले शुल्क तिरेका आवेदनकर्तालाई एक हप्ते तालीम गराउने कार्यक्रम बनाएको छ । बारबाट ३५० जनाले रसिद कटाएर फाराम लिएको उनले बताए । यसरी आवेदनकर्ताबाट बारले आठ लाख १५ हजार सङ्कलन गरेको बुझिएको छ ।

सरकारले जसरी पनि बुबालाई खोलाबाट निकाल्नुपर्‍यो– प्रीति

प्रस, परवानीपुर, ३१ असार/

वीरगंजबाट काठमाडौंको लागि

खोलामा बेपत्ता भएका जवाहिरका परिवार । तस्वीरः प्रतीक

छुटेको दुर्घटनाग्रस्त एन्जल डिलक्स बसका चालक वीरगंज–१६ नगवा बस्ने जवाहिर महतो कोइरीकी १३ वर्षीया छोरी प्रीति कुमारीले बुबालाई जतिसक्दो चाँडै त्रिशूली खोलाबाट बाहिर निकाल्न अपील गरेकी छन् ।

उनले सरकार उदासीन भएकोले हालसम्म खोलाबाट बस र बेपत्ता यात्रीहरूको विषयमा उद्धार गर्न ढिलाइ भइरहेको बताइन् । "कोही मन्त्री वा नेता डुबेको भए एकै छिनमा हेलिकप्टर र विदेशी टोली आएर उद्धार हुन्थ्यो तर सर्वसाधारण जनताका छोराछोरी चढेको बस खोलामा खस्दा सरकारलाई चासो छैन । चार दिन बितिसक्यो । केही शव घटनास्थलबाट निकै टाढाबाट भेटिरहेका छन् तर हालसम्म बस र अन्य यात्री भेटिएका छैनन्," उनले भनिन्, "मेरो बुबा पर्सि घर आउँछु भनेर जानुभयो तर फर्केर आउनुभएन । आमाको अवस्था नाजुक छ । दिनभरि घरमैं अचेत अवस्थामा रोइकराइ, छटपटाइरहनुभएको छ ।"

गरीब परिवारको समस्या सरकारले कहिल्यै नसुन्ने गरेको जवाहिरका बुबा ६५ वर्षीय भगवान महतो कोइरीले दुःखेसो पोखे, "छोराको नाम समाचारमा आएलगत्तै फोन सम्पर्क गर्दा पनि बिहान ७ बजेदेखि लगातार फोन गरिरह्यौं तर उनीसँग सम्पर्क हुन सकेन । त्यसपछि जवाहिर साँच्चै सो घटनामा परेको हो भनेर यकीन भयो । जवाहिरकी पत्नी ३० वर्षीया प्रतिमा देवीले गत बुधवारदेखि हालसम्म अन्न खाएकी छैनन् । दिनभरि स्लाइन पानी चढाएर उपचार भइरहेको छ ।"

घटना भएको यति दिन बितिसक्दा पनि गाउँले र छिमेकीबाहेक अरू कोही राहत र सहयोग लिएर नआएको समेत जवाहिरकी आमा फुलनदेवी बताउँछिन् । ६ कट्ठा खेत र एक कट्ठा ६ धुर घडेरीमा चार छोरामध्ये दोस्रो छोरा थिए, जवाहिर । जेठो छोरा सुनील र तेस्रो छोरा वैदेशिक रोजगारमा छन् । चौथो मुन्ना शव खोज्न चितवन पुगेका छन् । अहिले घरका आफन्तजन र सदस्यहरू सबैजना कुन बेला बस भेट्छ वा शव भेट्छ भनेर मोबाइलमा समाचार हेरेर बसिरहेका छन् ।

१२ वर्षदेखि सवारी चालक पेशामा रहेका जवाहिर पछिल्लो चार वर्षदेखि काठमाडौंका रवीन्द्र केसी सञ्चालक रहेको एन्जल डिलक्स बस रङ्गपुरबाट वीरगंज हुँदै काठमाडौंसम्म चलाउँदै आएका थिए । तर घटनापछि बसका साहुसमेत सांसद, मन्त्री, मुख्यमन्त्री हालसम्म आफ्नो दैलोमा नआएको सो परिवारको दुःखेसो छ । जवाहिरकी जेठी छोरी प्रीति नगवाको सामुदायिक विद्यालयमा कक्षा ८ मा पढ्छिन् भने ११ वर्षीय आयुष र सात वर्षीय बिट्टु कुमार नगवाकै नवयुग एकेडेमीमा क्रमशः कक्षा ४ र युकेजीमा पढ्दैछन् ।

बसचालकसँगै दुई वर्षअघि टीनको फर्निचर पसल खोलेका जवाहिरले बैंकबाट ५० लाख कर्जासमेत लिएका छन् । अब सो घरपरिवारको हेरचाह, बच्चाको लालनपालन र शिक्षाको प्रबन्ध कसले गर्ने भन्ने चनेर सो परिवार पिरोलिएको छ ।

चितवन घटनाको अध्ययन गर्न कार्यदल गठन

यसैगरी, नवनियुक्त गृहमन्त्री रमेश लेखकले चितवनमा पहिरोले बगाएर दुई यात्री बस त्रिशूली नदीमा बेपत्ता भएको घटनाको अध्ययन गर्न कार्यदल गठन गर्ने निर्णय गरेका छन् । मन्त्रालयमा आज पदबहालीपश्चात् उनले सहसचिव छवि

(बाँकी पाँचौं पातामा)

ऋषभ बने चार्टर्ड अकाउन्टेन्ट, भारतभरिमा ४७औं र्‍याङ्क

प्रस, परवानीपुर, ३१ असार/

निकै कठिन मानिएको चार्टर्ड एकाउन्टको परीक्षामा एकजना पर्सेली विद्यार्थी उत्तीर्ण भएका छन् । द इन्स्टिच्युट अफ चार्टर्ड एकाउन्टेटद्वारा गत मे महीनामा लिएको परीक्षामा भारतभरिमा ४७औं र्‍याङ्क ल्याइ पर्सा, विन्ध्यवासिनीका ऋषभ गुप्ता उत्तीर्ण भएका छन् ।

११२२३४ क्रम सङ्ख्या भएको ऋषभको रजिस्ट्रेशन नं एआरओ ०७०९६१५ हो । उनले ग्रुप १ मा २०७ र ग्रुप २ मा २११ गरी कुल ४१८ नम्बर ल्याइ चार्टर्ड अकाउन्टेन्टको कठिन परीक्षा उत्तीर्ण गरेका हुन् । ५० र्‍याङ्कभन्दा माथिका परीक्षार्थीले ५५ प्रतिशत वा सोभन्दा माथि अङ्क ल्याएको बुझिन्छ । चार्टर्ड अकाउन्टेन्टको परीक्षा कठिन भएकोले नेपाली विद्यार्थीहरू दिल्ली र नोएडामा दशौं वर्षदेखि अध्ययनका साथै काम गर्दै आएका छन् तर केही प्रयासमैं नाम निकाल्नेमध्येमा ऋषभ परेका छन् ।

विचारसार र सुक्तिहरू

जुन कुराले सबैको मुहारमा हाँसो छचल्किन्छ, त्यही कुरा सबैभन्दा राम्रो हो ।

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

सत्ताको नवीकरण

नेपालमा सत्ता परिवर्तन सामान्य कुरा भएको छ । अन्य मुलुकमा कोही पदाधिकारीको कार्यकालभरि कुनै परिवर्तन नहुँदा त्यहाँको जनतालाई खासै चासो हुन्न । नेपालमा भने वर्ष दिन नाघ्नेबित्तिकै किन यो मानिस अहिलेसम्म पदमा छ, किन फेरबदलको तारतम्य बस्न सकेन भन्ने जिसाज्ञा भुटभुटिन थाल्छ । यो स्वाभाविक पनि हो, किनभने सत्तामा बस्नेले गर्न सक्ने केही होइन, गरेको पनि केही देखिएको छैन। विवाद, षड्यन्त्र, अराजकताबाहेक अहिलेको दिनमा राजनीतिक दलहरूले केही गर्न सकेका छैनन् । अनि दलहरू एउटा गयो, अर्को आयो, अर्को गयो फेरि अर्को आयो भन्ने गोरखधन्दामा लाग्छन्, तिनलाई तर्साउने हैसियत राखेको जनता भने छटपटिएर बस्छ । नेपाली जनता तीन वर्षसम्म निकै चतुर, विवेकशील, असल विवेचक, निस्पृह देखिन्छ । चौथो वर्ष आउनेबित्तिकै उसका सबै शील, गुण हराउँछन्, ऊ त्यो मानिस नै होइनजस्तै अलग–अलग खेमामा देखिन थाल्छ । कुनै खेमामा नदेखिने जनता पनि विकल्प नै छैन भनेर कुनै न कुनै खेमाको तरफदार बन्न पुग्छ। यसले नै हो सत्ता नवीकरणलाई निरन्तरता दिएको ।

नेपालमा एकमना सरकार बनाउने दलहरू त पूर्णकाल सत्तामा बस्न सकेनन् भने अहिले त कुनै पनि दलको बहुमत छैन। यस्तोमा तालमेल हुनु स्वाभाविक हो, जहाँ पनि हुन्छ । तर जहाँ पनि सत्ता परिवर्तन भइरहँदैन । केही दिन तँ बस्, केही दिन म बस्छु भन्ने कुनै सम्झौता हुन्न । शुरू नेतृत्वलाई विरलै परिवर्तन गरिन्छ । तर नेपाल त गजबको देश हो । यहाँ चार दलको गठबन्धनमा सरकार बन्दछ भने पहिले नै शर्त लगाइन्छ, यति समय तिमी, यति समय ऊ । पछि पर्नेलाई सम्झौता भङ्गको खतरा हुन्छ, ऊ विपक्षीसँग मिल्छ र यो गठबन्धन तोड्छ। हामीले केटाकेटीमा बाँदरको न्यायबारे कथा पढेका थियौं । दुईटा बिरालाले कतैबाट एउटा रोटी पाएछन्। दुवैले त्यसमा हक जनाउँदा विवाद परेछ र बाँदरकहाँ न्याय माग्न पुगे। बाँदरले रोटी आधा–आधा गर्छु, दुवैलाई बराबर भाग दिन्छु भनेर बठ्याइँपूर्वक आधा गर्दा कम–बेसी टुक्रा बनायो । तराजुमा तौलँदा बढी भएको भाग दाँतले टोकेर खाएछ, दाँतले टोक्दा बराबर नहोस् भन्ने हेक्का राखेर । जुन भाग बढी हुने त्यसलाई बढी टोकेर पुनः असन्तुलन बनाउँदो रहेछ। हेरौं न प्रचण्डले कसरी आफूसँग केही नहुँदा एमाले र काङ्ग्रेसको रोटी झन्डै सखाप पारिदिएका !

काङ्ग्रेसले एमालेलाई खेद्ने, एमालेले काङ्ग्रेसलाई खेद्ने अनि त माओवादीको खुदो पल्टने भइहाल्यो ! बाँदरको चर्तिकाला बिरालाहरूले बुझेनन् । काङ्ग्रेस र एमालेले बुझे वा आफ्नो पालो नआउने देखेर एकजुट भए। अहिले एमाले सत्ता नेतृत्वमा पुगेको छ । शर्त छ, एमालेपछि काङ्ग्रेस सत्तामा हुनेछ। हुनत यस्तै हुन्छ भन्ने विश्वास कसैलाई पनि छैन । एउटाको पालो सिद्धिन नपाउँदै अर्कोलाई षड्यन्त्रको आभास हुन्छ र आफूले बहिष्कार गरेको गठबन्धनसँग मिल्न जाँदैन भन्न सकिन्न। सत्तामा जो पुगे पनि देश र जनताका लागि हुने केही होइन । अनि बाँदर र बिरालाको यो खेल मग्न भएर किन नहेर्ने ? न यहाँ भनेर केही हुन्छ, न कराएर। त्यै हुन्छ जुन स्वार्थी राजनीतिक दलहरूको हितमा हुन्छ। हित त दलको पनि हुँदैन, तीनमध्ये कुनै एक नेताको हुन्छ, तर राजनीतिक दलहरू सत्ताको मूतको न्यानोलाई अङ्कमाल गरेर निष्फिक्री सुत्छन्। सुतेपछि परिदृश्यमा के भइरहेको छ किन वास्ता गर्ने ?

बढ्दो डिजिटलाइजेशनको खतरा

स्वतन्त्र विचार

राजेन्द्रप्रसाद कोइराला Phd
rajendrakoirala20@gmail.com

यसले सुरक्षा नियन्त्रणहरू–जस्तै घुसपैठ पत्ता लगाउने प्रणाली, एन्टिभाइरस कार्यक्रम, एन्क्रिप्शन प्रविधि भित्र्याउन सक्दछ जसले गर्दा द्रुत गतिमा धम्की पहिचान गर्न र बेअसर गर्न, नेटवर्क गतिविधिको निरन्तर निगरानी गर्न र अत्याधुनिक खतरा पत्ता लगाउन भूमिका खेल्छ ।

एआई अर्थात कृत्रिम बौद्धिकताको आगमनले आउँदो दिनमा सात करोड पचास लाख पुराना जागीरका अवसर विस्थापित गर्दैछ। आत्तिनु पर्दैन त्यस्तैगरी तेऱ्ह करोड तीस लाख नयाँ जागीरका अवरसर सृजना गर्दैछ, भन्छन् माइक्रोसफ्ट करपोरेटका सचिव करोल्न फ्रन्ज्।

के हामी आउँदो समयका लागि तयार छौ ?

डिजिटलाइजेशनको लहर संसारभरका व्यवसायमा फैलिएको छ, बलियो साइबर सुरक्षा उपायहरूको आवश्यकता पहिलेभन्दा बढी महत्त्वपूर्ण हुन गएको छ।

कुनै पनि संस्थाको दक्षता र विश्वसनीयता अब दैनिक कार्यहरूमा अत्याधुनिक प्रविधि समावेश गर्नमा धेरै निर्भर गर्दछ, कम्पनीहरूलाई सम्बोधन गर्न र यस प्रतिस्पर्धी युगमा फस्टाउन साइबर सुरक्षाको दायरा फराकिलो पार्नु हाम्रोजस्तो अविकसित देशमा निकै ठूलो चुनौती देखिएको छ।

बढ्दो सङ्ख्यामा व्यवसायहरूले कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI), मेशीन लर्निङ (ML), र इन्टरनेट अफ थिंग्स (IoT) जस्ता उपकरण प्रयोग गरिरहेका छन्। यी उपकरणाहरूले व्यवसायलाई स्वचालित प्रक्रियाद्वारा, ठूला डाटासेटबाट बहुमूल्य जानकारी निकाल्न र निर्णय लिन सुधार गर्न ठूलो मदत गर्छन्।

यन्त्र र प्रणालीहरूको अन्तरसम्बन्धले ठूलो आक्रमण सतह सिर्जना गर्दछ, जसले साइबर आक्रमणलाई सहज पारिदिन्छ। र्‍यान्समवायर (अवैधानिक कम्प्युटर ह्याकिङ) आक्रमणहरू र जटिल फिसिङ योजनाहरू अधिक सामान्य हुँदै गएपछि, सङ्गठनहरू जोखिम कम गर्न र डिजिटल इकोसिस्टमको सहज सञ्चालनको ग्यारेन्टी गर्न सक्रिय हुन आवश्यक छ। २०२२ मा मात्र सङ्गठनहरूले विश्वव्यापी रूपमा ४९३.३३ मिलियन र्‍यान्समवायर आक्रमणको सामना गऱ्यो। यी आक्रमणहरूले संवेदनशील जानकारीमा सम्झौता गर्ने, प्रतिष्ठालाई नोक्सान गर्ने र आर्थिक नोक्सान हुने खतरालाई प्रतिनिधित्व गर्दछ।

यी पछिल्लो विकसित साइबर सुरक्षा चुनौतीहरूको प्रतिकार गर्न राष्ट्रहरूले आफ्नो रक्षा संयन्त्र बलियो बनाउनु आवश्यक छ। विश्वव्यापी साइबर सुरक्षाको लागि २०२३ को अन्त्यसम्म अमेरिकन डलर १६६.२० बिलियन पुग्ने अनुमान गरिएको छ। यो विश्वव्यापी प्रवृत्तिले ठोस साइबर सुरक्षा नीति र उपायहरूमा लगानी गर्न नेपाललगायत देशहरूको महत्त्व उजागर गर्दछ। यसो गर्दा व्यापारिक वातावरण सुरक्षित हुनेछ, संवेदनशील जानकारीको सुरक्षा हुनेछ, र विकसित साइबर खतराविरुद्ध नियमन गर्न सहज हुनेछ।

नेपालको वर्तमान साइबर सुरक्षा परिदृश्यः

नेपाल साइबर अपराधको उच्च जोखिममा छ किनभने हामीकहाँ उपयुक्त कानूनी ढाँचा र यी अपराधहरूलाई कसरी व्यवहार गर्ने भन्नेवारे सामान्य चेतनाको अभाव छ। हालैका वर्षहरूमा साइबर आक्रमणको प्रवृत्तिमा यो स्पष्ट भएको छ। २०२३ मा ह्याकरहरूको समूहले नेपाली ट्राभल एन्ड टुर अपरेटरहरूको टिकट बिक्री प्रणाली तोडेर रु दुई करोडभन्दा बढी नोक्सान पुऱ्याए। ग्लोबल डिस्ट्रिब्युसन सिस्टम (GDS) कम्पनीहरूको आडमा फिसिङ इमेलहरूले यो ठूलो नोक्सान निम्त्याए। सम्बन्धित बिषयको ज्ञानको कमी र अपर्याप्त सुरक्षा जागरुकताका कारण यस्ता फिसिङ इमेलहरूमार्फत यस्ता साइबर आक्रमण हुने गर्छ।

सरकारी एकीकृत डाटा सेन्टर (GIDC) मा रहेको सरकारको केन्द्रीय डाटा बैंकमा साइबर आक्रमणका कारण जनवरी २०२३ को अन्त्यमा करीब १,५०० सरकारी वेबसाइट अवरुद्ध हुनु साइबर अपराधको विकसित प्रकृतिको सामना गर्न नेपालीहरूको बढ्दो जोखिमलाई रेखाङ्कित गर्ने अर्को घटना हो।

यो कुरा विचारणीय छ कि व्यवसाय, सरकारी एजेन्सीहरू र आम जनता अझै पनि नेपालमा साइबर सुरक्षाका जोखिम र उत्कृष्ट अभ्यासबारे पूर्ण बुझाइको अभावमा छन्। ज्ञानको कमी प्रभावकारी साइबर सुरक्षा लागू गर्न बाधक हुन पुग्छ जसले नेपाललाई साइबर आक्रमणको लागि बढी संवेदनशील बनाउँछ। यसलाई सम्बोधन गर्दै देशमा लचिलो साइबर सुरक्षा प्रणाली निर्माण गर्न आवश्यक छ। नत्र आउँदा दिनमा यसको जोखिम झन् विकराल हुन सक्छ।

मान्छे, प्रक्रिया, र प्रविधि

साइबर सुरक्षा प्राविधिक समस्या मात्र होइन, व्यवसायिक जोखिम हो र त्यसलाई व्यक्ति, प्रक्रिया र प्रविधिसँग तुलनात्मकरूपले अध्ययन गरी निदानका उपाय अपनाउनुपर्दछ। कुनै पनि साइबर सुरक्षा रणनीतिमा, मानिसहरू रक्षाको पहिलो रेखा हुन्। उनीहरूले सुरक्षा प्रक्रियाहरू अनुसरण गर्नु आवश्यक हुन्छ र साइबर सुरक्षा वृद्धि गर्न मानिसहरूलाई सचेत गराउनु अपरिहार्य हुन आउँछ। कम्पनीका कर्मचारीहरूलाई सम्भावित खतरा, फिसिङ योजना, सामाजिक इन्जिनीयरिङ प्रविधिहरू र सुरक्षा कायम राख्नका लागि चाहिने अभ्यासबारे जानकारी गराउन सुरक्षा जागरुकता प्रशिक्षण उपलव्ध गराइनुपर्दछ। यसबारे हामी ज्यादै पछाडि छौं।

दोस्रो, एक कुशल साइबर सुरक्षा ढाँचालाई स्पष्टरूपमा परिभाषित र लगातार लागू हुने प्रक्रियाहरूको सेट चाहिन्छ। यसमा जोखिम व्यवस्थापन, घटना प्रतिक्रिया र जोखिम व्यवस्थापनका लागि प्रक्रियाहरू समावेश रहन्छ। क्षति न्यूनीकरणका लागि सुरक्षा घटनाहरूको पहिचान, मूल्याङ्कन र प्रतिक्रियाको लागि स्पष्ट प्रक्रिया चाहिन्छ।

रक्षा योजनाको प्राविधिक आधार साइबर सुरक्षा प्रविधि हो। यसले सुरक्षा नियन्त्रणहरू–जस्तै घुसपैठ पत्ता लगाउने प्रणाली, एन्टिभाइरस कार्यक्रम, एन्क्रिप्शन प्रविधि भित्र्याउन सक्दछ जसले गर्दा द्रुत गतिमा धम्की पहिचान गर्न र बेअसर गर्न, नेटवर्क गतिविधिको निरन्तर निगरानी गर्न र अत्याधुनिक खतरा पत्ता लगाउन भूमिका खेल्न सक्छ।

नायक र नालायक

नायक दुश्मनों से लडता हैं और नालायक हमेशा अपनों से लडता है

मन्तव्य

कुमार रुपाखेती

एक अर्कालाई मच्चियो मच्चियो, थच्चियो गर्नु सिवाय यिनले अरू कुनै काम गर्न फुर्सद नै पाएका छैनन् । सत्ताका लागि महादेवको त्रिनेत्र खोलेर बसेका यिनीहरू भीरबाट खस्न लागेको गोरुमा परिणत भइसक्दा समेत सच्चिने कुनै लक्षण देखिंदैन ।

एक जमाना थियो जब नेपालले मुलुकको हित, स्वतन्त्रता र अस्तित्वका खातिर भोट (तिब्बत) र ब्रिटिश इन्डियासँग लडाइँ लड्थ्यो। त्यतिखेर आफूभन्दा बलिया र दिग्गजसँग भिडन्त गर्नु चानचुने साहस थिएन। तर हाम्रा नायकहरूले तिनलाई परास्त गरेको इतिहास पनि छ। स्रोङ चोङ गम्पोसँग नेपाली चेली भृकुटीको विवाह र भोटमा अरनिकोको कलाकारिता त्यस बखतको नेपालको सफल कूटनीतिसमेत मानिन्छ। आज पनि भोटमा भृकुटी र अरनिकोको कलाकृतिलाई सम्मान गरिन्छ अर्थात् नेपालकै सम्मान छ।

भृकुटी र अरनिको भोटका विभूति हुन्। तर वर्तमान नेपालको शीर्षमा नायकहरूको सट्टा नालायकहरूको जमावडा देखिन्छ। देशको प्रमुख नदी, नाला, खनिज र राष्ट्रियता नै विदेशीलाई सुम्पिसकेपछि यिनीहरू कुर्सीका खातिर गठबन्धनको आडमा एकआपसमा भाले–भिडन्तमा उत्रिरहन्छन्। नीति, सिद्धान्त खोखला भइसकेपछि यिनीहरू अचेल कुर्सीका लागि स्खलित भइरहेका देखिन्छन्। भनिन्छ साधारण चोरले हाम्रो घडी, पर्स, मोबाइल, गहना आदि चोर्छ रे, तर यी नालायक राजनैतिक चोरहरूले हाम्रो भविष्य, शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार र राष्ट्रियतासमेत चोरिरहेका छन्। यस्तो चोरीमा ठूला दल र शीर्ष नेताहरूले आलोपालो प्रणाली अपनाएको देखिन्छ। त्यसैले धेरैले ठूला दलहरूलाई गणतन्त्रको बदनुमा दाग भन्न थालेका छन्।

भनिन्छ अरूको गलती खोज्न भेजा चाहिन्छ र आफ्नो गलती कबूल गर्न कलेजा चाहिन्छ। तर वर्तमान शासकहरूसँग न भेजा छ, न कलेजा। भेजा र कलेजा नभएकाहरूका लागि मुलुक र जनता घरके मुर्गी, दाल बराबर भएका छौं। नजीकको तीर्थ हेला भनेझैं यिनीहरू विदेशीका सामु चाहिं सर्वाङ्ग लम्पसार भइरहन्छन्। विदेशी आशीर्वादले कुर्सी वरिपरि मडारिइरहन्छन्। छोटी मुँह और बडी बात धेरै नगरौं। जाँदाजाँदै यति त अवश्य भन्छु कि ज्यादा समझदार और महामूर्ख में कोई फर्क नहीं होता, ये दोनो किसीकी नही सुनते। नालायकहरू !

जादुई छडी

पछिल्लो आम निर्वाचनपछि हाम्रा राजनैतिक दल र तिनका नेताहरू जादुई छडी लिएर बसेको बुझिन्छ। क्षणभरमैं मन नपरेकालाई रत्नाकर डाकू बनाइदिन्छन् र मनपर्ने बित्तिकै वाल्मीकि साबित गरिदिन्छन्। जादुई छडीको भरमा चलेको हाम्रो मुलुकको राजनैतिक र आर्थिक अवस्था भने जर्जर भइसकेको छ। रत्नाकर डाकूबाट वाल्मीकि बनेका प्रचण्ड फेरि एकपल्ट देउवा र ओलीको नजरमा रत्नाकर नै साबित गरिएका छन् भने देउवा र ओली वाल्मीकिको भूमिकामा छन्। सबैलाई थाहा छ लामो समयदेखि नेपालमा कुनै पनि दलले स्पष्ट बहुमत प्राप्त गर्न सकेको छैन तर पनि सबै ठूला दलहरू सत्ताको अभिलाषी छन्। एक अर्कालाई मच्चियो मच्चियो, थच्चियो गर्नु सिवाय यिनले अरू कुनै काम गर्न फुर्सद नै पाएका छैनन्। सत्ताका लागि महादेवको त्रिनेत्र खोलेर बसेका यिनीहरू भीरबाट खस्न लागेको गोरुमा परिणत भइसक्दा समेत सच्चिने कुनै लक्षण देखिंदैन। जुन देशको सत्ता र शासनको झिनाझपटीमा आम नागरिक लाटो बन्ने र विदेशी बाठो बन्ने अवस्था देखिन्छ, त्यो मुलुकको भविष्यको सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ।

महँगीले पिल्सिएका, हातमुख जोर्न धौधौ परेका नागरिकका लागि एकादेशको कथा बनेको छ मुलुकको गन्दगीपूर्ण राजनीति। बालबच्चालाई मीठो, मसिनो खुवाउन, सुरक्षा र शिक्षा दिन, उचित उपचार गर्नसमेत आम नागरिकका लागि आकाशको फल साबित हुँदै गएको छ।

विगतमा व्यवस्था परिवर्तन (राणा, राजा) खारेज हुँदा विदेशी चलखेल र हस्तक्षेप देखिन्थ्यो। अचेल खस्केको राजनीतिले गर्दा देउवा, ओली, प्रचण्ड परिवर्तनमा समेत छिमेकी मुलुकहरू सक्रिय हुन थालेपछि चिन्ता लिनुपरेन त ? त्यसैले त अब व्यवस्था होइन, व्यक्ति परिवर्तनमा समेत जादुई विदेशी चाबुक हावी हुन थालेपछि देश धरातलमा पुग्न थालेको छ। जादुई छडी जादुई विदेशी चाबुक अब यो देशको हर्ताकर्ता बनिसकेका छन्। एकातिर मुलुकको यस्तो दुर्गतिपूर्ण राजनीतिक अवस्था छ भने अर्कोतिर जनता महँगी, बाढी, पहिरोले आक्रान्त छ, बेघरबार भएको छ, रोग र अशिक्षाले पीडित छ, पलायन रोज्न विवश छ।

चल जिन्दगी !
नई शुरूआत करते है,
जो उम्मिद औरो से की थी
वो अब खुद से करते हैं

भन्ने अवस्थामा समेत छैनौं तपाईं हामी। कुहिरोको काग बनाइएका हामी कहीं नभएको जात्रा हाँडीगाउँमा भनेझैं रमिते मात्र बन्न योग्य छौं। भविष्यमा सन्ततिले सबैभन्दा बढी कोस्ने पनि रमितेलाई नै हो। खाने पिउने रामे, चोट पाउने च्यामे भनेकै यही हो। अस्ति बालेन साह समर्थक एकजनाले फेसबूकमा आन्दोलनमा कि जनता मर्छ, कि प्रहरी। अबको आन्दोलन नेता मर्ने आन्दोलन हुन्छ रे। सत्य हो कि कसो ?

‘सीमा सुरक्षा पहिलो प्राथमिकता’

वीरगंज (पर्सा), ३१ असार/रासस

पर्साका प्रमुख जिल्ला अधिकारीसहित चारवटै सुरक्षा निकायका प्रमुखले नेपाल–भारत सीमास्तम्भका बारेमा स्थलगत अवलोकन एवं जानकारी लिएका छन्। जिल्लामा १०७ किलोमिटर क्षेत्रफल भारतसँग सीमा जोडिएको छ। सो अवसरमा प्रजिअ दिनेशसागर भुसालले सीमा सुरक्षालाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर अघि बढ्न पर्साका सुरक्षा निकायलाई निर्देशन दिएका थिए। उनले जगरनाथपुर गाउँपालिका–२ स्थित नेपाल–भारतको इनर्वा सीमानाकाको स्थलगत अवलोकन गर्दै सीमावासीका समस्या र गुनासालाई

(बाँकी पाँचौं पातामा)

सामाजिक सेवामा समर्पित रिलिफ सोसाइटीको कार्यसमितिलाई चाहिने समय प्रदान गरी सामाजिक सेवामा सहभागी हुनुहोस् । रिलिफ भवन फोनः ९८४५११९४८

नवनियुक्त मन्त्रीद्वारा शपथ ग्रहण

काठमाडौं, ३१ असार/रासस

राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलले नवनियुक्त प्रधानमन्त्री केपीशर्मा ओलीलाई सोमवार प्रधानमन्त्री पदको पद तथा गोपनीयताको शपथ गराएका छन्।

नवनियुक्त प्रधानमन्त्री ओलीले आज बिहान राष्ट्रपति भवन शीतल निवासमा आयोजित विशेष समारोहमा राष्ट्रपति पौडेलसमक्ष पद तथा गोपनीयताको शपथ लिए।

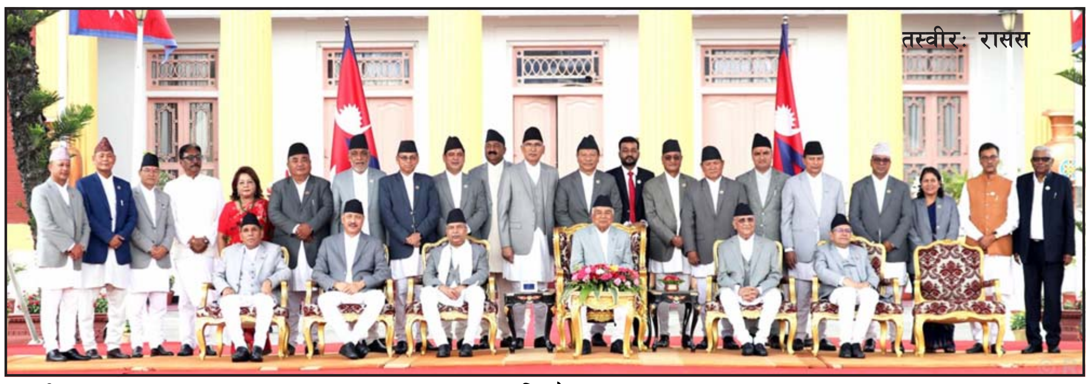
समारोहमा उपराष्ट्रपति रामसहायप्रसाद यादव, प्रधानन्यायाधीश विश्वम्भरप्रसाद श्रेष्ठ, सभामुख देवराज घिमिरे, राष्ट्रियसभाका अध्यक्ष नारायणप्रसाद दाहाल, निवर्तमान प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्ड, पूर्वप्रधानमन्त्रीहरू शेरबहादुर देउवा, झलनाथ खनाल र डा बाबुराम भट्टराईसहित विभिन्न राजनीतिक दलका नेताहरू, सांसद, नेपाल सरकारका विशिष्ट अधिकारी, सुरक्षा निकायका प्रमुख, नेपालस्थित विदेशी कूटनीतिक नियोगका प्रमुख एवं प्रतिनिधि तथा सामाजिक जीवनका विभिन्न क्षेत्रमा योगदान पुऱ्याएका विशिष्ट व्यक्तिहरूको सहभागिता थियो।

राष्ट्रपति पौडेलले आइतवार नेपालको संविधानको धारा, ७६ (२) बमोजिम नेपाली काङ्ग्रेस र नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (एमाले)को समर्थनमा एमालेका अध्यक्ष ओलीलाई प्रधानमन्त्री नियुक्त गरेका थिए। प्रतिनिधिसभाका दुई ठूला राजनीतिक दल काङ्ग्रेस र एमालेबीच यही असार १७ गते भएको सहमतिसँगै अध्यक्ष ओली प्रधानमन्त्री नियुक्त भएका हुन्।

नवनियुक्त उपप्रधानमन्त्री सिंह र पौडेलद्वारा शपथ ग्रहण

सोही समारोहमा राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलले नवनियुक्त उपप्रधानमन्त्री प्रकाशमान सिंह र विष्णुप्रसाद पौडेललाई आज पद तथा गोपनीयताको शपथ गराए।

नवनियुक्त उपप्रधानमन्त्री एवं शहरी विकासमन्त्री सिंह र उप्रधानमन्त्री एवं अर्थमन्त्री पौडेलले आज बिहान राष्ट्रपति भवन शीतल निवासमा आयोजित विशेष समारोहमा राष्ट्रपति पौडेलसमक्ष पद तथा गोपनीयताको शपथ लिए।



यसैगरी, राष्ट्रपति पौडेलले नवनियुक्त १९ मन्त्रीलाई आजै सोही समारोहमा पद तथा गोपनीयताको शपथ गराए।

नवनियुक्त सञ्चार तथा सूचना प्रविधिमन्त्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङ, गृहमन्त्री रमेश लेखक, श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षामन्त्री शरत्सिंह भण्डारी, परराष्ट्रमन्त्री डा आरजु राणा, खानेपानीमन्त्री प्रदीप यादव, भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरीबी निवारणमन्त्री बलराम अधिकारी, उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्तिमन्त्री दामोदर भण्डारी र महिला, बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिकमन्त्री नवलकिशोर साह सुडीले पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएका हुन्।

यसैगरी, भौतिक पूर्वाधार तथा यातायातमन्त्री देवेन्द्र दाहाल, युवा तथा खेलकूदमन्त्री तेजुलाल चौधरी, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्यामन्त्री प्रदीप पौडेल, कानून, न्याय तथा संसदीय मामिलामन्त्री अजयकुमार चौरसिया, संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयनमन्त्री बद्रीप्रसाद पाण्डे, कृषि तथा पशुपन्छी विकासमन्त्री रामनाथ अधिकारी, शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री विद्या भट्टराई, रक्षामन्त्री मानवीर राई, ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिंचाइमन्त्री दीपक खड्का, सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासनमन्त्री राजकुमार गुप्ता र वन तथा वातावरणमन्त्री ऐनबहादुर शाहीले पद तथा गोपनीयताको शपथ लिए।

नवनियुक्त स्वास्थ्यमन्त्री पौडेलद्वारा पदभार ग्रहण

नवनियुक्त स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्यामन्त्री प्रदीप पौडेलले आज रामशाहपथस्थित मन्त्रालय पुगेर पदभार ग्रहण गरेका छन्। राष्ट्रपति कार्यालयमा पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएलगत्तै उनले मन्त्रालय पुगेर पदभार ग्रहण गरेका हुन्।

पदभार ग्रहणपछि मन्त्री पौडेलले सञ्चारकर्मीहरूसँग सङ्क्षिप्त कुराकानी गर्दै क्यान्सर रोगबाट धेरै नेपाली जनता पीडित रहेको उल्लेख गर्दै यसको नियन्त्रण तथा रोकथामका पक्षमा जोड दिने बताए। उनले एकीकृत स्वास्थ्य प्रणालीलाई सुदृढ र व्यवस्थित बनाउँदै सबै नागरिकलाई स्वास्थ्य बीमामा आबद्ध गराउने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे।

"काम गर्ने ठाउँमा आएको छु। विज्ञहरूसँग आवश्यक सुझाव लिएर अगाडि बढ्छु," मन्त्री पौडेलले भने, "एकीकृत स्वास्थ्य प्रणाली सुदृढ बनाउन मेरो जोड रहनेछ।" मन्त्री पौडेलले छिटोछरितो ढङ्गबाट गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउनेतर्फ आफू कन्द्रित रहने उल्लेख गरे।

मन्त्री पौडेलको राजनीतिक यात्रा

नवनियुक्त स्वास्थ्य मन्त्री पौडेलको जन्म २०३१ चैत १४ गते आमा दुर्गादेवी र बुबा डिल्लीरमण पौडेलको सन्तानको रूपमा तनहुँको शुक्लागण्डकी नगरपालिका–८ मा भएको हो। नेपाल विद्यार्थी सङ्घमा आबद्ध हुँदै २०४६ सालको जनआन्दोलनमा सक्रिय उनी २०५३ सालमा अमृत साइन्स क्याम्पसको स्ववियु सभापति निर्वाचित भएका थिए।

लामो समय शैक्षिक परिवर्तनको पक्षमा रही विद्यार्थी आन्दोलनको नेतृत्व गर्दै उनी २०६४ सालमा नेपाल विद्यार्थी सङ्घको केन्द्रीय सभापति भएका थिए। समाजशास्त्रमा स्नातकोत्तर पौडेल हाल नेपाली काङ्ग्रेसको केन्द्रीय सदस्यसमेत हुन्। उनी २०७९ को संसदीय निर्वाचनमा काठमाडौं निर्वाचन क्षेत्र नं ५ बाट प्रतिनिधिसभा सदस्यमा निर्वाचित भएका हुन्। विसं २०६२/६३ को जनआन्दोलनका क्रममा उनले जेल सजायसमेत भोगेका थिए।

वैदेशिक रोजगारलाई व्यवस्थित गर्छु– नवनियुक्त मन्त्री भण्डारी

काठमाडौं, ३१ असार/रासस

नवनियुक्त श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षामन्त्री शरत्सिंह भण्डारीले पदभार ग्रहण गरेका छन्।

राष्ट्रपति कार्यालयमा राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलद्वारा आज पद तथा गोपनीयताको शपथ ग्रहण गरेलगत्तै मन्त्रालय पुगेर उनले पदभार ग्रहण गरेका हुन्। उनी यसअघिको सरकारमा पनि विसं २०७९ चैत १२ गते श्रममन्त्री नियुक्त भएका थिए।

विभिन्न समयमा मन्त्री बन्दै आएका उनी १३औं पटक मन्त्री बनेका हुन्। पदभार ग्रहणका क्रममा सञ्चारकर्मीसँग कुरा गर्दै उनले अघिल्लो कार्यकालमा वैदेशिक रोजगारका क्षेत्रमा थालेका सुधारका अभियानलाई निरन्तरता दिने बताए।

"वैदेशिक रोजगारलाई व्यवस्थित, मर्यादित बनाउन र यस क्षेत्रका विकृति–विसङ्गति हटाउन मैले अघिल्लो कार्यकालमा शुरू गरेका नीतिगत प्रयासहरूलाई निरन्तरता दिनेछु," उनले भने।

मन्त्री भण्डारीले देशभित्र रोजगारको सुनिश्चितता गर्दै वैदेशिक रोजगारको बाध्यता अन्त्य गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे। उनले प्रत्येक पालिका अन्तर्गतका रोजगार सेवा केन्द्रलाई 'रोजगार हब' बनाउनमा जोड दिने उल्लेख गरे।

"अहिले जुन स्थितिमा यो सरकार आएको छ, चुनौतीहरू छन्। यस अवस्थामा हामीले कुनै किसिमका नाटक र स्टन्ट गर्ने छुट छैन," उनले भने, "हामीले इमानदारी र अध्ययन नगरी, प्रतिफल दिन नसक्ने काम गऱ्यौं भने त्यो हाम्रो असफलता हुन्छ।"

मन्त्री भण्डारीको राजनीतिक यात्रा

उनी महोत्तरी–२ बाट प्रतिनिधिसभा सदस्यमा प्रत्यक्ष निर्वाचित भएका हुन्।

भण्डारीले विसं २०३२ मा नेपाल विद्यार्थी सङ्घमा आबद्ध भई विद्यार्थी राजनीति शुरू गरेका हुन्। २०३६ सालमा नेपाली काङ्ग्रेसको पार्टी राजनीतिमा प्रवेश गरेका उनी बहुदलीय व्यवस्थापछि पञ्चायती राजनीतिसँग नजीक भए।

नेप्से परिसूचक १७ अङ्कले घट्दा साढे आठ अर्ब बढीको कारोबार

काठमाडौं, ३१ असार/रासस

यो साता कारोबारको पहिलो दिन उच्च अङ्कले बढेको नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचकमा सोमवार दोस्रो दिन भने दोहोरो अङ्कको गिरावट देखिएको छ। आज नेप्से परिसूचक १७ दशमलव १८ अङ्कले घटेर दुई हजार २४० दशमलव ४१ को बिन्दुमा कायम भएको छ।

आज ३३२ कम्पनीका दुई करोड ५० लाख ७९ हजार ७९ कित्ता शेयर एक लाख दुई हजार ३७२ पटक खरीद–बिक्री हुँदा रु आठ अर्ब ७३ करोड १४ लाख ३६ हजार ३७ बराबरको कारोबार भएको छ।

आज जलविद्युत् समूह शून्य दशमलव ७३, लगानी एक दशमलव ७०, उत्पादन तथा प्रशोधन शून्य दशमलव १२ र म्युचुअल फन्ड एक दशमलव ६७ प्रतिशतले बढेका छन् भने अरू सबै समूहका उपसूचक घटेका छन्।

बैंकिङ एक दशमलव ४८, विकास बैंक एक दशमलव ८९, वित्त शून्य दशमलव ५२, होटल तथा पर्यटन एक दशमलव ७६ र जीवन बीमा समूह एक दशमलव ६५ प्रतिशतले घटेका छन्। लघुवित्त एक दशमलव ४१, निर्जीवन बीमा शून्य दशमलव ९१, व्यापार शून्य दशमलव ५२ र अन्य समूह एक दशमलव १९ प्रतिशतले घटेका छन्।

सिभिल बैंक डिभेन्चर–२०८८ र माण्डु हाइड्रोपावर लिमिटेडको शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट लागेको छ भने जानकी फाइनान्स कम्पनी लिमिटेडको शेयर मूल्यमा नकारात्मक सर्किट लागेको छ। कारोबार रकम र कारोबार भएका शेयर सङ्ख्याका आधारमा आज सबैभन्दा धेरै अपर तामाकोशी हाइड्रोपावर लिमिटेडको रु ३७ अर्ब आठ करोड ७२ लाख ५८९ बराबरको २१ लाख ७४ हजार ७२८ कित्ता शेयर किनबेच भएका छन्।

फरार अभियुक्त पक्राउ

जलेश्वर, ३१ असार/रासस

प्रहरीले डकैतीमा संलग्न एक फरार अभियुक्तलाई गएराति गोली हानी पक्राउ गरेको छ। विसं २०५९ देखि २०७८ सम्म महोत्तरी, सर्लाही, सिराहा, बारा र सिन्धुली गरी पाँच जिल्लामा ५० लाखभन्दा बढी लुटपाट गरी फरार रहेका अभियुक्तलाई पक्राउ गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय, महोत्तरीका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक सन्तुलाल जैसवारले बताए। पक्राउ पर्नेमा सर्लाहीको लालबन्दी नगरपालिका–२ बस्ने ४० वर्षीय बिजेन्द्र पासवान छन्।

२२ वर्षसम्म विभिन्न सात ठूला डकैतीमा संलग्न पासवान फरार थिए। उनलाई गएराति करीब ११ बजे महोत्तरी र सर्लाहीको सीमानाका पर्ने महोत्तरीको सोनमा गाउँपालिका–५ शीतलपुरबाट पक्राउ गरिएको हो।

प्रहरीको 'मोस्टवान्टेड' सूचीमा रहेका पासवान सो क्षेत्रमा लुकीछिपी बसेको बेला प्रहरी कार्यालयबाट खटिगएको विशेष टोलीसँग जम्काभेट भएको थियो। बिजेन्द्र उम्कन खोजेपछि नियन्त्रणमा लिन प्रहरीले एक राउन्ड गोली घुँडामुनि हानेर नियन्त्रणमा लिएको हो।

गोली प्रहारबाट घाइते बिजेन्द्रको उपचार प्रादेशिक अस्पताल जलेश्वरमा भइरहेको छ। उनी पटकपटक गरी महोत्तरीमा–२, बारामा–२, सिराहामा–१, सर्लाहीमा–१ र सिन्धुलीमा–१ गरी सातवटा लुटपाट तथा डकैतीमा संलग्न रहनुका साथै विभिन्न व्यक्तिलाई हातहतियारबाट घाइते बनाएकाले आपराधिक अभिलेखमा सूचीकृत रहेको प्रहरीले जनाएको छ।

देशभर ६७.३ प्रतिशत रोपाइँ

काठमाडौं, ३१ असार/रासस

हालसम्म देशभर ६७.३ प्रतिशत रोपाइँ सकिएको छ। अहिलेसम्म नौ लाख ४० हजार पाँच सय हेक्टर क्षेत्रफलमा रोपाइँ सकिएको छ।

कोशी प्रदेशमा ६१.७, मधेस प्रदेशमा ६१.५, बाग्मती प्रदेशमा ६९.२, गण्डकी प्रदेशमा ७५, लुम्बिनी प्रदेशमा ६६.७, कर्णाली प्रदेशमा ७८ र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा ८६ प्रतिशत क्षेत्रफलमा रोपाइँ सकिएको कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयका प्रवक्ता हरिबहादुर केसीले बताए। यो हप्ता पानी परेकाले गत हप्ताभन्दा बढी रोपाइँ भएको हो।

असारको तेस्रो हप्तासम्म पनि देशभर राम्ररी वर्षा नभएकोले धेरै ठाउँमा रोपाइँ हुन सकेको थिएन। चौथो हप्तापछि वर्षा निरन्तर भएको थियो।

बालापनको उमेरः सुनसरीको इनरुवास्थित सडक किनारको पानी जमेको खेतमा माछा मार्दै बालबालिका।
तस्बिरः नवीन गड्तौला/रासस

सरकारको सोच र दृष्टिकोण कार्यान्वयन गर्न बजेट बाधक बन्दैन –अर्थमन्त्री पौडेल

काठमाडौं, ३१ असार/रासस

नवनियुक्त उपप्रधानमन्त्री एवं अर्थमन्त्री विष्णुप्रसाद पौडेलले नवगठित सरकारको सोच र दृष्टिकोण कार्यान्वयन गर्न अघिल्लो सरकारले ल्याएको बजेट बाधक नबन्ने बताएका छन्।

सोमवार राष्ट्रपति कार्यालयमा शपथ ग्रहणपछि सिंहदरबारस्थित अर्थ मन्त्रालय पुगेर पदभार ग्रहण गर्दै मन्त्री पौडेलले नवगठित सरकारले तय गर्ने कार्यदिशालाई आगामी आर्थिक वर्षको बजेटले समस्या नपार्ने विश्वास व्यक्त गरे। उनले बजेट कार्यान्वयनमा कुनै समस्या देखिएमा त्यसलाई प्रक्रियागतरूपमा संशोधन गर्न सकिने धारणा राखे।

"सरकारको सोच र दृष्टिकोण कार्यान्वयन गर्न बजेट बाधक बन्दैन। यदि बाधा देखियो भने कसरी फुकाउने भनेर कानूनी र संवैधानिक व्यवस्था छन्। सोही अनुसार संशोधन प्रक्रियामा जान्छौं," अर्थमन्त्री पौडेलले भने। संसद्का दुई ठूला दलसहितको संयुक्त सरकार बनेपछि राजनीतिक स्थिरताको सन्देश दिएको बताउँदै उनले स्थायी सरकार गठन भएसँगै मुलुकको अर्थतन्त्रमा देखिएका समस्या समाधान हुँदै जाने विश्वास व्यक्त गरे।

"अहिलेको निराशा चिर्ने र आशा जगाउने गरी सरकार अगाडि बढ्छ। उत्पादन र रोजगारमा केन्द्रित भएर अघि बढ्नेछौं, यसका लागि सबै क्षेत्रले परिवर्तित सन्दर्भमा सहयोग गर्ने अपेक्षा गरेको छु," पौडेलले भने, "शेयर बजारलाई अर्थतन्त्रको ऐनाका रूपमा रहेकाले यो क्षेत्र सन्तुलित ढङ्गले अघि बढोस् भन्ने चाहना छ।"

अर्थमन्त्रीका रूपमा जिम्मेवारी सम्हालेसँगै पौडेलले विकास वित्तका क्षेत्र पहिचानका लागि अध्ययन गरिनेसम्बन्धी पहिलो निर्णय गरेका छन्। मन्त्री पौडेलको उपप्रधानमन्त्रीका रूपमा तेस्रो र अर्थमन्त्रीका रूपमा चौथो कार्यकाल हो। उनी प्रतिनिधिसभा निर्वाचन २०७९ मा रूपन्देही निर्वाचन क्षेत्र नं २ बाट प्रत्यक्षतर्फ निर्वाचित भएका हुन्।

विसं २०५१ मा पहिलोपटक सांसद बनेका पौडेल विसं २०६४ र विसं २०७० मा संविधानसभा सदस्य थिए। उनले संविधान अभिलेख अध्ययन तथा निर्क्योल समिति सभापति (२०७०) काम गरेका थिए। नवनियुक्त अर्थमन्त्री पौडेलले यसअघि विसं २०५३ मा युवा, खेलकूद तथा संस्कृतिमन्त्री, विसं २०६५ मा जलस्रोतमन्त्री र विसं २०६७ मा रक्षामन्त्रीका रूपमा काम गरिसकेका छन्।

उपप्रधानमन्त्री एवं अर्थमन्त्री पौडेलले २०३५ देखि २०४६ सालसम्म भूमिगत जीवन बिताएका थिए। उनले २०३७ सालमा तीन वर्ष जेल र तीन हजार जरिवाना सजाय गरिएकामा ४५ दिनमा जेल विद्रोह गरेका थिए। नेपाल कम्युनिस्ट

(बाँकी पाँचौं पातामा)

चेपाङले चिनेको, समाजले नचिनेको चिउरी

रामकुमार एलन/रासस

चिउरी एक प्रकारको बहुउपयोगी वनस्पति हो। समुद्री सतहबाट दुई सय मिटरदेखि एक हजार पाँच सय मिटर उचाइका भीरपाखा, नदी किनार तथा खोंचका ओसिलो माटोमा हुर्कने र सप्रिने चिउरीको कुनै पनि भागलाई उपयोगमा ल्याउन सकिन्छ । विशाल छायादार चिउरीका रूखहरू सप्रेको ठाउँमा २०–२५ मिटरसम्म अग्लो र १०–१५ फुटसम्म गोलाइ हुने गर्छन्। प्राकृतिक अवस्थामा चिउरी सय वर्षसम्म सजिलै बाँच्न सक्ने रूख प्रजाति हो । चिउरी मकवानपुर, धादिङ, चितवनसहित विभिन्न जिल्लामा फैलिंदै गरेको अल्पसङ्ख्यक चेपाङ समुदायको संस्कृति र सभ्यतासँग जोडिएको वनस्पति पनि हो । समुद्र सतहदेखि १५ देखि २० मिटर उचाइ हुने चिउरी १२ वर्षदेखि ७० वर्षसम्म फल्छ भने एउटा रूखले कम्तीमा ५० देखि १५० किलोग्रामसम्म उत्पादन दिने गर्छ ।

पूर्वी नेपालदेखि सुदूरपश्चिमसम्म नै चिउरी पाइए पनि मध्यनेपाल र सुदूरपश्चिम क्षेत्रमा बढी पाइन्छ । बागमती प्रदेशमा मकवानपुर, चितवन, धादिङ चिउरी पाइने प्रमुख जिल्ला हुन्। घमाइलो पाखाको ओसिलो माटोमा चिउरी बढी सप्रिने गर्छ । चिउरीको फल साना, अन्डाकार दुई सेमीसम्म लम्बाइमा पाइने गर्छन्। फलको बाहिरी भाग गुदियुक्त, रसदार स्वादिष्ट हुन्छ भने बीचमा बियाँ रहेको हुन्छ ।

हल्का पहेंलो रङको फूल हुने चिउरी असोज, कात्तिकमा फुल्न शुरू भई माघ महीनासम्म फुल्ने गर्छ । फागुनदेखि असारसम्म बोटमा फल लाग्छ । फल काँचोमा हरियो र पाकेपछि पहेंलो हुन्छ। फलभित्र एकदेखि तीनवटासम्म बियाँ हुन्छन्। बजारमा चिउरीको माग उच्च रहेको छ। प्रतिकिलो रु ७० को दरले चिउरी बिक्री हुने गरेको छ । एउटै रूखमा डेढ क्विन्टलसम्म चिउरीका बियाँ उत्पादन हुने गरेको छ ।

यतिबेला चिउरीको नयाँ बिरुवा लगाउने समय पनि शुरू भएको छ । वनस्पति विज्ञहरूका अनुसार बीउबाट चिउरीको बिरुवा उमार्नु र खेतीका रूपमा लगाउनु उत्तम हुन्छ। असार–साउनमा पाकेको पहेंलो भएको चिउरीको फलबाट बीउ निकाल्नु उत्तम मानिन्छ। बियाँ धोएर छायामा सुकाएर फलबाट निकालेको सात दिनभित्र रोप्नु राम्रो हुन्छ। पात कुहेर बनेको जङ्गलको मलिलो माटो, बलौटे माटो र राम्ररी पाकेको गाईवस्तुको मल मिसाएर बनाइएको माटोमा बीउ रोप्दा बियाँ १२ घण्टा अगाडि भिजाउनु उपयुक्त हुने बताइएको छ । असार, साउन र भदौसम्म बीउ रोप्न सकिने बताइएको छ । २० देखि ४० सेन्टिमिटर अग्लो भएको बिरुवा रोप्नु उपयुक्त हुन्छ । पाँच वर्षसम्म यसलाई मलजल गर्दा पुग्छ । चिउरी रोपेको १२ वर्षदेखि ७० वर्षसम्म फल्ने गरेको छ ।

बहुपयोगी चिउरी

चिउरी अत्यन्त गुणाकारी र

लाभदायक वनस्पति हो। यसको पातदेखि बियाँ, फल, फूल, रूख सबै उपयोगी हुनाले यसलाई 'कल्पवृक्ष' पनि भन्ने गरिन्छ । फूल मात्रै होइन, चिउरीको चोप पनि शिकार गर्न प्रयोगमा आउँछ। चिउरीको चोप निकालेर लिसो बनाएर चराको शिकार गर्न सकिन्थ्यो। यसको बियाँबाट घ्यू वा तेल निकालिन्छ भने पिना माछा मार्न विषका रूपमा र अन्नबालीमा मलका रूपमा प्रयोगमा हुने गर्छ। खुट्टा फुटे, घुँडा दुखे, अनुहारमा दाग आए यसको घ्यू प्रयोग गर्न सकिन्छ। यस्तै, चिउरीको घ्यू साबुन र मैनबत्ती बनाउन पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । चिउरीको घ्यू कोलस्ट्रोलरहित हुने भएकाले मानव स्वास्थ्यका निम्ति लाभदायक मानिन्छ। फलबाट जुस, जाम र रक्सी पनि बनाउन सकिन्छ । चिउरीको फूलको रसबाट बनेको महको बजारमा छुट्टै मूल्य छ । स्वादिष्ट र पौष्टिक हुने बताइन्छ। पिनाबाट जैविक मल र कीटनाशक औषधि बनाउन सकिन्छ। हिलोले खुट्टा खाँदा औषधिका रूपमा पनि पिना प्रयोग गर्न सकिन्छ। चिउरीको काठबाट विभिन्न फर्निचरजन्य सामग्री निर्माण गर्न सकिन्छ । तेल, तरकारी पकाएर खान तथा जीउ दुखेमा लगाउने गरिन्छ । चिउरीको पात गाईवस्तुलाई खुवाउन र टपरी गाँस्न प्रयोग गरिन्छ ।

चेपाङ र चिउरीको सम्बन्ध

चेपाङको रैथाने बसोबास चुरे क्षेत्र र महाभारतको विकट पहाडी क्षेत्र हो। यिनीहरू चितवन, मकवानपुर र धादिङका भूमिपुत्र र यहीं उत्पत्ति भएको मानिन्छ। चेपाङ समुदायको चिउरीसँग अन्योन्याश्रित सम्बन्ध रहेको छ। चेपाङले चिउरीका कुनै पनि चीज खेर फाल्दैनन्। चिउरीका सबै चिज उनीहरूको दैनिकीमा प्रयोग हुने गरेको छ। पहिला चिउरीको पात खाना खान प्रयोग हुन्थ्यो भने दुनाटपरी बनाउन प्रयोग हुन्थ्यो । चिउरीको फूलको रस सङ्कलन गरेर खानाका रूपमा खाने चलन थियो । चिउरी फुलेका बेला रस सेवन मात्रै होइन, अलि पहिला चमेरोको शिकार खेल्ने वातावरण पनि बन्थ्यो। चिउरीको फूल फुलेका बेला चमेरो फूल खान राति आउँदा चेपाङ समुदाय फूलमा जाल थापेर चमेरो मार्थे । चमेरो आएपछि मात्रै चिउरीको फूलमा परागसेचन हुने गर्छ । यसरी चिउरीको पात, फूलको रस र फूलमार्फत चमेरोको शिकारसँग चेपाङ समुदायको जिन्दगी जोडिएको थियो ।

चैत, वैशाख र जेठमा चेपाङ समुदाय अहिले पनि सङ्कटमा पर्छन् । यो समय चेपाङ समुदायमा अनिकाल पर्ने समय हो। यस्तो बेला अनिकालको सञ्जीवनी बुटी नै हुने गरेको छ, चेपाङ समुदायलाई चिउरी । वैशाखमा चिउरीको दाना लाग्छ। दाना सङ्कलन गरी खानाकै रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। अनिकालका समयमा चेपाङको जीवन धान्ने बुटी चिउरी हुने गरेकाले मकवानपुर, चितवन, धादिङका चेपाङ समुदाय चमेरो र चिउरीका पर्याय नै बन्ने गरेका थिए ।

चेपाङ समुदायको सभ्यता र संस्कृतिसँग जोडिएको चिउरी बहुआयामिक जडीबुटीजन्य र औषधि पनि हो । चेपाङ समुदायको किंवदन्ती सुन्ने हो भने पहिला चिउरीको घ्यू पशुपति र स्वयम्भूमा बत्ती बाल्न प्रयोग हुन्थ्यो । चेपाङहरू घ्यू बोकेर नागढुङ्गा हुँदै काठमाडौं जान्थे। विसं २०१३ मा त्रिभुवन राजमार्ग (नागढुङ्गादेखि नौबिसे) र २०२४ सालमा पृथ्वी राजमार्ग (नौबिसेदेखि मुग्लिन) खुलेपछि काठमाडौंमा घ्यू बोकेर जाने चलन हराउन थाल्यो ।

चिउरी बहुउपयोगी र बहुमूल्य गुण भएको वनस्पति हो । चेपाङ समुदायमा छोरीको विवाह हुँदा चिउरीलाई पितृप्रसादका रूपमा ग्रहण गर्ने चलन छ। चिउरीले अनिकालबाट चेपाङको प्राण धान्ने भएकाले छोरीलाई विवाह गरेर पठाउँदा चिउरीको रूख दाइजोका रूपमा दिने प्रचलन पनि छ। चेपाङ समुदायको जनजीविका र दोस्रो पुस्ताको घरजम व्यवस्थापनमा समेत चिउरी जोडिने गरेपछि चेपाङ चिउरीलाई सङ्कटको विकल्प ठान्छन् । चिउरी उनीहरूको जिन्दगीसँग जोडिएको बहुउपयोगी वनस्पति हो । त्यसैले फागुनमा चिउरी फुलेपछि चेपाङ खुशी हुन्छन् । अनिकालमा चिउरीको फूल फुलेपछि गाउँमा चमेरो आउँछ। चमेरो आएपछि मात्रै चिउरीका फूलमा परागसेचन हुन्छ भने चमेरोलाई मासुका रूपमा उपभोग गर्न पनि पाइन्छ। साउनसम्म चिउरीले चेपाङ समुदायको जिन्दगी धानिदिन्छ। भदौमा नयाँ बाली भित्रिन्छ। नयाँ बाली भित्र्याएर भदौ २२ गते राष्ट्रिय पर्व न्वागी (छोनाम) मनाउँदासम्म केही समय चेपाङ समुदाय चिउरीमा आश्रित हुन्छन्।

चिउरीखेती प्रवर्द्धन

पछिल्लो समय बजारमा चिउरीको उपभोग र बिक्री बढ्न थालेपछि यसलाई व्यावसायिकरूपमा उत्पादन र खेतीका लागि वन कार्यालयहरूले प्रवर्द्धन अभियान चलाएका छन्। डिभिजन वन कार्यालय, चितवन, मकवानपुर, धादिङले ओरालो र ओसिलो भूभागसँगै बलौटे माटोमा चिउरी रोप्न सकिने विकल्पसहित बिरुवा उत्पादन अभियान चलाएका छन्। धादिङ र मकवानपुरका भिराला जङ्गलमा रहेको चिउरीलाई अब बारीमैं पनि रोपेर १२ वर्षपछि आम्दानीका रूपमा लिन सकिने भएकाले यसको व्यावसायिकरूपमा खेतीका लागि वन कार्यालयहरूले बीउ वितरण गर्न शुरू गरेका छन् । बहुउपयोगी चिउरीलाई चेपाङ समुदायबाट अरू समुदायमा पनि जोड्न र दिगो आम्दानीका रूपमा यसलाई प्रवर्द्धन गर्न बागमती प्रदेशका डिभिजन वन कार्यालयहरूले विभिन्न जागरण अभियान चलाएका छन् ।

(लेखक पत्रकार हुन्/रासस)

कर्णाली राजमार्ग पुन अवरुद्धः अविरल वर्षाका कारण कर्णाली राजमार्ग पुन अवरुद्ध । कालीकोटको गगने खोला, यास मोड, बिर्तामोड, झाम्ला मोड, छेका, मोल्फासहितका विभिन्न स्थानमा लेदोसहित ठूलठूला ढुङ्गा खसेर सोमवार बिहानबाट सडक अवरुद्ध भएको हो । तस्बिरः नृपेन्द्रबहादुर मल्ल/रासस

फरक समाचार

ग्याँसलाइटिङ सम्बन्ध के हो ?

के तपाईं आफ्नो सम्बन्धप्रति अन्योलमा हुनुहुन्छ ? प्रायः आफैंलाई प्रश्न गर्नुहुन्छ ? कुराहरू गलत बुझ्दै हुनुहुन्छ ? यदि हो भने तपाईंको जीवनसाथीले तपाईंलाई ग्याँसलाइटिङ गर्दैछ ।

ग्याँसलाइटिङ भावनात्मक दुर्व्यवहारको एउटा रूप हो जहाँ जीवनसाथीले

तपाईंको वास्तविक धारणालाई विकृत गर्ने प्रयास गर्दछ । यसले तपाईंको आत्मविश्वासलाई कमजोर बनाउँछ र तपाईंलाई सधैं नियन्त्रणमा महसूस गराउँछ। धेरैपटक मानिसहरूलाई यो कुरा थाहा हुँदैन, त्यसैले यदि तपाईं आफ्नो सम्बन्धमा यी पाँच सङ्केतहरू देख्दै हुनुहुन्छ भने सावधान हुनुस् ।

के तपाईंको जीवनसाथीले तपाईंको सम्झना वा अनुभवलाई खारेज गर्दछ ? उदाहरणका लागि तपाईंले उनलाई कुनै कुराकानीबारे बताउनुभयो र उनले भन्छ– यस्तो कहिल्यै भएको छैन। यो ग्याँसलाइटिङको एउटा क्लासिक चिह्न हो। उनले तपाईंलाई यो विश्वास दिलाउने कोशिश गरिररहेको छ कि तपाईं पागल हुनुहुन्छ वा कमजोर स्मृतिको हुनुहुन्छ ।

तपाईंको जीवनसाथीले तपाईंमाथि झूटो बोलेको वा काम गडबड गरिरहेको आरोप लगाउँछ, जबकि तपाईं सत्य नै बोल्नुहुन्छ। उसले तपाईंको इमानदारीमाथि प्रश्न गरेर तपाईंलाई असुरक्षित महसूस गराउन सक्छ ।

तपाईंको जीवनसाथीले तपाईंसँग कुरा गर्न छोड्छ वा तपाईंलाई सजाय दिन बेवास्ता गर्छ। यसो गरेर उसले तपाईंलाई भावनात्मकरूपमा कमजोर बनाउँछ र तपाईंलाई आफ्नो नियन्त्रणमा राख्छ ।

तपाईंको पार्टनरले तपाईंका निर्णयहरूलाई महत्त्वहीन वा मूर्ख भनी बेवास्ता गर्छ । तपाईंलाई महसूस गराउँछ कि तपाईं कुनै पनि काम सही गर्न सक्नुहुन्न । उसको स्वीकृतिमाथि तपाईं निर्भर रहनुहुन्छ ।

तपाईंको पार्टनरले सधैं आफ्नो गलतीको लागि तपाईंलाई दोष दिन्छ । कुरालाई घुमाएर तपाईंलाई जवाफदेह महसूस गराउँछ, भलै यसको लागि तपाईं जिम्मेवार हुनुहुन्न । यस्तै व्यवहारलाई ग्याँसलाइटिङ सम्बन्ध भनिन्छ ।

के गर्ने ? यदि तपाईं यीमध्ये कुनै पनि सङ्केत अनुभव गर्दै हुनुहुन्छ भने मदत खोज्नुपर्छ । साथी, परिवारका सदस्य वा मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरसँग कुरा गर्नुपर्छ। यिनीहरूले तपाईंलाई परिस्थिति बुझ्न र यसको सामना गर्न रणनीतिहरू बनाउन मदत गर्न सक्छन्।

स्वस्थ रहन कतिवटा सिढी चढ्नुपर्छ ?

स्वस्थ रहनको लागि शारीरिकरूपमा सक्रिय हुनु धेरै महत्त्वपूर्ण छ। यसमा व्यायाम र योग मात्र होइन, सानातिना दैनिक बानीहरूले पनि महत्त्वपूर्ण भूमिका

खेल्छ। यीमध्ये एउटा बानी सीढी चढ्नु हो ।

सिंढी चढ्दा मांसपेशी मात्र बलियो हुँदैन हृदयसम्बन्धी रोगहरू, विशेषगरी हृदयघातको जोखिम पनि कम गर्छ। तर प्रश्न उठ्छ कि कतिवटा सिंढी चढ्दा मुटु बलियो हुन्छ ?

तुलानो विश्वविद्यालयको नयाँ अध्ययनका अनुसार हरेक दिन ५० वटा सिंढी चढ्दा हृदयाघातको जोखिम निकै कम हुन्छ। सिंढी चढ्ने मानिसमा मुटु रोगको जोखिम अरूको तुलनामा २० प्रतिशत कम हुन्छ । यस अध्ययनले स्पष्टरूपमा सङ्केत गर्छ कि यदि तपाईं जिम जान वा लामो पैदल यात्रा गर्न समय निकाल्न सक्नुहुन्न भने आत्तिनुपर्ने कारण छैन । यस सजिलो तरीकाबाट पनि मुटुको हेरचाह गर्न सकिन्छ ।

सिंढी चढ्दा मुटुलाई कसरी फाइदा हुन्छ : अध्ययन अनुसार सिंढी चढ्दा शरीरमा उच्च घनत्व लिपोप्रोटिन (एचडीएल) को स्तर बढ्छ, जसलाई राम्रो कोलेस्ट्रोल भनिन्छ। अर्कोतर्फ फोहोर कोलेस्ट्रोल भनिने लो डेन्सिटी लिपोप्रोटिन (एलडिएल) को स्तर कम हुन्छ । जसले गर्दा मुटुमा कुनै अवरोध हुँदैन र हृदयघातको सम्भावना निकै कम हुन्छ।

हृदयघातसँगै मोटोपन पनि घट्छ : यदि तपाईं लिफ्टको सट्टा सिंढी प्रयोग गर्ने बानी बनाउनुभयो भने मुटुको स्वास्थ्य मात्र होइन, मोटोपना कम गर्न पनि मदत पुग्छ। यसले जोर्नी र हाडलाई पनि बलियो बनाउँछ।

सिंढी चढेर मात्रै मुटुलाई स्वस्थ राख्न सकिंदैन यसको लागि सन्तुलित आहार, पर्याप्त निद्रा र तनावमुक्त रहनुपर्छ । साथै, धूमपान र मदिरा सेवन पूर्णरूपमा बन्द गर्नुपर्छ । – प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

आक्रमणमा मेरो हत्या गर्ने अभिप्रायले गरिएको थियो –अमेरिकाका पूर्वराष्ट्रपति ट्रम्प

वाशिङ्टन, ३१ असार/एएफपी

अमेरिकी पूर्वराष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले अमेरिकी सञ्चारमाध्यम 'न्यूयोर्क पोस्ट' सँग कुराकानी गर्दै शनिवारको आक्रमणमा 'आफू मारिने सम्भावना' बाट उम्केको बताएका छन् ।

घाइते ट्रम्पलाई सुरक्षा घेरामा लिँदै अमेरिकी सिक्रेट एजेन्ट । तस्वीरः एजेन्सी

रिपब्लिकन नेशनल कन्भेन्सनमा भाग लिन मिल्वौकी जाने क्रममा आफ्नो विमानमा सवार ट्रम्पले 'न्यूयोर्क पोस्ट' लाई दिएको अन्तर्वार्तामा आफूलाई बचाउन सुरक्षा अधिकारी र अभियानमा सहभागी शुभेच्छुकले खेलेको भूमिकाको प्रशंसा गर्दै भने–"शायद, म यहाँ हुने थिइनँ, म मरेको हुन्थें होला ।"

उनले आफ्नो दाहिने कानमा सेतो पट्टी बाँधेर सुनाएको यो 'अति वास्तविक अनुभव' भएको पत्रिकाले उल्लेख गरेको छ ।

शनिवार एक चुनावी ¥यालीमा सहभागी हुने क्रममा बन्दूकधारीले प्रहार गरेको गोलीले ७८ वर्षीय ट्रम्पको कान लछार्दै गएको थियो । आक्रमणबाट उनको अनुहार रगताम्य भएको, एकजना पैदलयात्रीको मृत्यु भएको र अन्य दुईजना घाइते भएका थिए ।

ट्रम्पले ¥यालीलाई सम्बोधन गर्ने क्रममा अवैध आप्रवासीसम्बन्धी चार्ट पढ्नका लागि आफ्नो टाउको दायाँतिर नझुकेको भए आफ्नो मृत्यु हुने बताएका थिए ।

उनले भने–"घटनापछि धेरैले भनिरहेका छन्–"भाग्यले वा भगवान्को कृपाले म अझै पनि जीवित छु ।"

गोली प्रहार गर्ने आक्रमणकारीलाई तत्काल 'सफाया' गरेकामा उनले गुप्तचर सेवाका एजेन्टको प्रशंसा गरे ।

उनले भने–"उनीहरूले आक्रमणकारीको आँखाको बीचमा एउटा गोली प्रहार गरी आफूलाई भीडबाट बाहिर निकालेको बताएका छन् ।"

"उनीहरूले उत्कृष्ट काम गरे"–उनले भने–"यो हामी सबैका लागि अवास्तविक छ ।"सिक्रेट सर्भिसका एजेन्टहरूले ट्रम्पलाई घेरा हालेर भीडबाट निकाल्दै गर्दा मुट्ठी उठाएको तस्बिर संसारभरका पत्रिकाको फ्रन्ट पेजमा छापिएको थियो । उक्त तस्वीर सामाजिक सञ्जालमा भाइरल भएको थियो ।

"धेरै मानिसले यो आफूले देखेको सबैभन्दा प्रतिष्ठित तस्वीर भएको बताउँछन्"–पूर्व राष्ट्रपतिले न्युयोर्क पोस्टसँग भने–"उनीहरूले सही भनेका हुन् । आक्रमणबाट म बाँच्न सफल भएको छु । सामान्यतया पत्रपत्रिकामा यस्तो चर्चा एक जीवित व्यक्तिका लागि विरलै हुने गर्छ ।" रासस

चीनको कुल गार्हस्थ उत्पादन पाँच प्रतिशतले वृद्धि

बेइजिङ, ३१ असार/सिन्हवा

चीनको कुल गार्हस्थ उत्पादन (जिडिपी) सन् २०२४ को पहिलो अर्धवार्षिकमा पाँच प्रतिशतले वृद्धि भएको सोमवार सार्वजनिक राष्ट्रिय तथ्याङ्क ब्यूरो (एनबिएस)को तथ्याङ्कले देखाएको छ ।

चीनको जिडिपी पहिलो अर्धवार्षिक अवधिमा ६१.६८ ट्रिलियन युआन अर्थात् करीब ८.६५ ट्रिलियन अमेरिकी डलर पुगेको एनबिएसको तथ्याङ्कले देखाएको छ ।

एनबिएसका अनुसार दोस्रो त्रैमासिकमा देशको जिडिपी वार्षिक ४.७ प्रतिशतले बढेको छ ।

समग्रमा राष्ट्रिय अर्थतन्त्र पहिलो अर्धवार्षिकमा स्थिर रहेको जनाउँदै नीतिगत प्रोत्साहन, बाह्य मागमा पुनरुत्थान र नयाँ गुणस्तरको उत्पादक शक्तिको विकासलाई उद्धृत गर्दै विज्ञप्तिमा उल्लेख गरेको छ ।

एनबिएसका अनुसार दोस्रो उद्योगले पहिलो अर्धवार्षिकमा वर्षमा ५.८ प्रतिशत प्राथमिक उद्योगमा ३.५ प्रतिशत र सेवा क्षेत्रमा ४.६ प्रतिशतले वृद्धि भएको छ ।

दोस्रो त्रैमासिकमा भने चीनको अर्थतन्त्र ०.७ प्रतिशतले बढेको छ । रासस

चीन भ्रमण कूटनीतिकरूपमा महत्त्वपूर्ण –शेख हसिना

ढाका, बङ्गलादेश, ३१ असार/सिन्ह्वा

बङ्गलादेशकी प्रधानमन्त्री शेख हसिनाले आफ्नो हालैको चीन भ्रमणलाई 'बङ्गलादेशको कूटनीतिक गतिविधिको महत्त्वपूर्ण हिस्सा' भएको आइतवार आफ्नो सरकारी निवासमा गरिएको पत्रकार सम्मेलनमा बताएकी छन् ।

चिनियाँ प्रधानमन्त्री ली किआङको निमन्त्रणामा हसिनाले ८ देखि १० जुलाईसम्म चीनको राजकीय भ्रमण गरेकी थिइन् ।

उनको भ्रमणको क्रममा चीन र बङ्गलादेशले आफ्नो सम्बन्ध व्यापक रणनीतिक–सहकारी–साझेदारीमा उठाउन सहमति जनाएका थिए । नीति आदानप्रदान, अर्थव्यवस्था, व्यापार र लगानी, डिजिटल अर्थव्यवस्था, निरीक्षण, स्वास्थ्य सेवा, शिक्षा र मिडियासम्बन्धी थुप्रै द्विपक्षीय सहयोगका दस्तावेजमा हस्ताक्षर भएका छन् ।

एशियाली देशका रूपमा मात्र नभई बङ्गलादेश र चीनको आर्थिक एवं परम्परागत विषयमा पनि लामो समयदेखि सुमधुर सम्बन्ध भएको हसिनाले उल्लेख गरिन् ।

अनुसन्धान, शिक्षा, सूचना र सञ्चार, प्रविधि, संस्कृति आदि क्षेत्रमा सहयोग हुने आशा व्यक्त गरिन् । राष्ट्रपिता बङ्गबन्धु शेख मुजीबुर्रहमान र आधुनिक स्मार्ट बङ्गलादेशले सपना देखेको सोनार बङ्गला निर्माणमा बङ्गलादेश र चीनको द्विपक्षीय सम्बन्ध अगाडि बढ्ने पनि उनले बताइन् ।

यो भ्रमण बङ्गलादेशको कूटनीतिक गतिविधिको महत्त्वपूर्ण भागका रूपमा चिह्नित हुने उनले दाबी गरिन् । रासस

आजको राशिफल

राशि	फल	राशि	फल
मेष	यात्रालाभ	वृष	धनलाभ
मिथुन	सन्तानसुख	कर्कट	वाहनकष्ट
सिंह	राज्यलाभ	कन्या	सुयश
तुला	भाग्योदय	वृश्चिक	खर्चवृद्धि
धनु	धनलाभ	मकर	कर्मप्राप्ति
कुम्भ	ईश्वरभक्ति	मीन	कडाश्रम

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

वीरगंजको गहवामा रहेको होटल आदर्श अगाडिको घरको माथिल्लो तल्लामा रहेको एक गोदाममा आगलागी भएको छ । सो आगलागीबाट नजीकैको केही सटरहरूमा क्षति पुगेको छ भने आगो कसरी लागेको हो खुलिसकेको छैन । तस्वीरः नितेश कर्ण/प्रतीक

जनकपुरधामले ल्यायो रु तीन अर्ब तीन करोडको बजेट

जनकपुर, ३१ असार/रासस

जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०८१/८२ का लागि रु तीन अर्ब तीन करोड ३२ लाख ४० हजारको बजेट ल्याएको छ ।

नगर उपप्रमुख किशोरी साहले नगरसभाको सोमवार १२औं अधिवेशनमा पेश गरेको बजेटमा चालूतर्फ रु दुई अर्ब छ करोड ३४ लाख ८९ हजार तथा पूँजीगततर्फ रु ९६ करोड ९७ लाख ५१ हजार विनियोजन गरिएको उल्लेख गरिएको छ ।

चालूतर्फको शीर्षक बजेटमा सामाजिक सुरक्षाबापतको रु ५० करोड र युआरएलआइपी प्रोजेक्टका लागि रु ४७ करोड समावेश गरिएको नगर उपप्रमुख साहले पेश गरेको बजेटमा उल्लेख गरिएको छ ।

बजेटको स्रोतमा आन्तरिक स्रोतबाट रु २१ करोड ७२ लाख ७३ हजार, घरजग्गा रजिस्ट्रेशन दस्तुरबापत रु १५ करोड, नेपाल सरकारको राजस्व बाँडफाँटबाट रु २० करोड ९६ लाख, प्रदेश सरकारको राजस्व बाँडफाँटबाट रु एक करोड ८८ लाख ८५ हजार, नेपाल सरकारको समानीकरण अनुदानबापत रु ३१ करोड ४४ लाख, प्रदेश सरकारको समानीकरण अनुदानबाट रु दुई करोड ४३ लाख सात हजार, बैंक मौज्दातबाट रु ३८ करोड र सडक बोर्ड नेपालबाट रु एक करोड १९ लाख ९८ हजार बेहोरिने उल्लेख रहेको छ ।

प्रस्तुत गरिएको बजेटले जानकी मन्दिरलाई विश्वसम्पदा सूचीमा सूचीकृत गर्ने, नगरको भौतिक पूर्वाधार विकासलाई गति प्रदान गर्ने, आमनगरवासीलाई गुणस्तरीय शिक्षा र आधारभूत स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने र लैङ्गिक समानता, सामाजिक समावेशीकरण र सामाजिक सुरक्षामार्फत विभेदयुक्त समाजको निर्माण गर्ने उल्लेख रहेको छ ।

यसैगरी, बजेटले रोजगार सृजना र गरीबी न्यूनीकरणमा टेवा पु¥याउने, पर्यटन प्रवर्द्धन गरी नगरलाई आकर्षक पर्यटनको गन्तव्यस्थल बनाउने, सुशासन प्रवर्द्धन तथा संस्थागत सबलीकरणमा जोड दिने, कृषि उद्योगको विकास र उद्यमशीलताको प्रवर्द्धन गर्ने, स्वच्छ, सुन्दर, सरसफाइयुक्त नगरको विकास गर्ने, साझा, सुन्दर, समृद्ध हरित शहर बनाउने, ग्रामीण सडक तथा पुलको निर्माण गर्ने लक्ष्य लिएको छ ।

नगरप्रमुख मनोजकुमार साहले प्रस्तुत गरिएको नीति तथा कार्यक्रमसहितको बजेटले जनकपुरधामको विकास निर्माणमा गति पुग्नुका साथै सुन्दर, स्वच्छ जनकपुरधामको निर्माणमा मदत पुग्ने आशा व्यक्त गरे । नगरसभामा नगर सचिव एवं प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत मिहिलाल यादवसहित नगरसभाका सदस्यको सहभागिता थियो ।

सरकारले ...

रिजालको नेतृत्वमा भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालय, नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरी बलका प्रतिनिधि सम्मिलित कार्यदल गठन गरेका हुन् ।

कार्यदलले घटनाका कारण र आगामी दिनमा त्यस्ता घटना हुन नदिन अपनाउनुपर्ने उपाय सम्बन्धमा सुझाव दिने तथा बसमा सवार यात्रीका परिवारलाई राहत उपलब्ध गराउने सन्दर्भमा पनि अध्ययन गर्नेछ । उक्त कार्यदललाई १० दिनभित्र प्रतिवेदन पेश गर्ने कार्यादेश दिइएको गृह मन्त्रालयका प्रवक्ता नारायणप्रसाद भट्टराईले जानकारी दिए ।

मन्त्री लेखकले 'चौथो अपराध अनुसन्धान तथा नियन्त्रण कार्ययोजना (२०८१/८२ देखि २०८३/८४)' स्वीकृत गरे ।

सरकारको सोच ...

पार्टी (एमाले)का प्रभावशाली नेताका रूपमा परिचित उपप्रधानमन्त्री पौडेल चार दशकदेखि राजनीतिमा सक्रिय छन् । उनी अहिले एमालेको उपाध्यक्षको जिम्मेवारीमा छन् ।

अखिल नेपाल कम्युनिस्ट क्रान्तिकारी कोओर्डिनेशन कमिटी (माले)को सदस्य भएर विसं २०३५ असोजमा राजनीतिमा प्रवेश गरेका मन्त्री पौडेल विसं २०३५ मङ्सिरदेखि पूर्णकालीन सदस्य भएर काम गरेका थिए । विसं २०४१ मा नेकपा (माले)को जिल्ला कमिटी सचिव, विसं २०४७ नेकपा (एमाले) केन्द्रीय कमिटी सदस्य र विसं २०५९ मा एमाले स्थायी कमिटी सदस्य भएर काम गरिसकेका छन् ।

विसं २०६५ मा एमाले सचिव, २०७१ सालमा नवौं महाधिवेशनपछि एमाले उपमहासचिव तथा २०७५ सालमा एमालेको महासचिवको जिम्मेवारी लिएर उनले काम गरेका थिए । विसं २०१६ मङ्सिर १६ गते स्याङ्जामा जन्मिएका नवनियुक्त अर्थमन्त्री पौडेलको स्थायी ठेगाना बुटवल उपमहानगरपालिका–८ रूपन्देही रहेको छ । हाल उनी ललितपुरमा बस्दै आएका छन् ।

सीमा सुरक्षा ...

सम्बोधन गर्नेगरी अघि बढ्न सुरक्षा निकायका प्रमुखलाई निर्देशन दिएका हुन् ।

उनले सीमा क्षेत्रका स्थानीयवासीसँग पनि छलफल गरेर स्थानीयवासीले उठाउँदै आइरहेको विषयलाई सम्बोधन गरेर अघि बढ्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका छन् । "अवैध कारोबार नियन्त्रणमा सम्झौता नगर्न निर्देश गर्छु," उनले भने, "सीमावासीसँग निरन्तर छलफल र गुनासो सुन्ने व्यवस्था गरी सुमधुर सम्बन्ध कायम राख्न पनि अनुरोध गर्छु ।"

टोलीले ठोरी गाउँपालिकास्थित सीमास्तम्भको बारेमा पनि अवलोकन गरेको थियो । सो अवसरमा जगरनाथपुर गाउँपालिका–२ का अध्यक्ष नेपालीप्रसाद कुशवाहाले केही ठाउँमा सीमाको विवाद कायम रहेकाले दुवै पक्षबीच छलफल गरेर विवाद टुङ्ग्याउन आग्रह गरे । "हाम्रो तहबाट सुरक्षाकर्मीको लागि आवश्यक पर्ने सबै खालका सहजीकरण गर्न तयार रहेका छौं," उनले भने, "सुरक्षाकर्मीले पनि सीमा सुरक्षामा विशेष जोड दिन जरुरी रहेको छ ।"

जगरनाथपुर–२ का स्थानीय जामिर मियाँले नेपाली सुरक्षाकर्मी र स्थानीयबीच सुमधुर सम्बन्ध कायम गर्नुपर्ने बताए ।

ज्ञानदा एकेडेमीमा विद्यार्थीहरूको पदभार र शपथ ग्रहण

प्रस, वीरगंज, ३१ असार/

ज्ञानदा एकेडेमीले छात्रछात्राहरूलाई नयाँ नेतृत्व र जिम्मेवारी दिने उद्देश्यका साथ पदभार र शपथ ग्रहण कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ।

कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि वीरगंज पब्लिक कलेजका निर्देशक एवं शिक्षाविद् तथा मधेस विश्वविद्यालयका उपकुलपति प्राडा दीपक शाक्यले विद्यार्थीलाई दिइएको उत्तरदायित्व वहन गर्न अनुशासनका दायरा र विविध ज्ञान तथा सोचमा परिवर्तन ल्याउन यस प्रकारका जिम्मेवारी दिनुपर्नेमा जोड दिए। उनले आगामी दिनहरूमा पनि यस प्रकारको जिम्मेवारी दिएर युवाहरूलाई प्रोत्साहित गर्नुपर्ने बताए।

एकेडेमीका कार्यकारी अधिकृत राजेन्द्रप्रसाद कोइरालाले युवाहरूको भूमिका महत्त्वपूर्ण भएको र यस प्रकारका जिम्मेवारीले उनीहरूमा एउटा जोश र जाँगरको प्रादुर्भाव गर्ने बताए। उनले अहिलेको परिप्रेक्ष्यमा नयाँ पुस्तालाई जीवन पद्धति जिउने नयाँ ज्ञानका ढोका खोल्न र जिम्मेवारी बोध गराउन अति आवश्यक हुने बताए।

कार्यक्रममा २४ जना पदाधिकारीहरूलाई ब्याच र पदभार ग्रहण गराइएको थियो। हेडब्याय तथा हेड गर्ल, डेपुटी हेडब्याय तथा हेड गर्ल, डिसिप्लिन इन्चार्ज ब्वाय र गर्ल, स्पोर्ट्स ब्वाय र गर्ल, स्कूल कल्चर ल हेड ब्वाय, हेड गर्ल, एकेडेमिक कमिटी हेड ब्वाय, हेड गर्ल, स्कूल इन्भायरमेन्टल हेड ब्वाय, हेड गर्ल, स्कूल इन्भायरमेन्टल डेपुटी हेड ब्वाय–गर्ल, स्कूल टेक्निकल डिपार्टमेन्ट कमिटी हेड ब्वाय–गर्ल तथा एकेडेमिक प्रिफेक्ट्स, हाउस क्याप्टेन ब्वाय र गर्ल, डेपुटी हाउस क्याप्टेन ब्वाय र गर्ल तथा हाउस प्रिफेक्ट्सहरूलाई पदभार ग्रहण र ब्याच प्रदान गरिएको थियो।

हेड ब्वाय र गर्लमा क्रमशः मयङ्क मित्तल र रितिका तिवारी, डेपुटी हेड ब्वाय र गर्लमा क्रमशः युग तुल्स्यान र खुसाली जाटिया, स्कूल डिसिप्लिन हेड ब्वाय र गर्लमा क्रमशः सक्षम हिम्मतरामका र शिला सिन्हा थिए भने स्कूल स्पोर्ट्स क्याप्टेन ब्वाय र गर्लमा क्रमशः रुद्रप्रताप मिश्र र सिमरन श्रेष्ठले उपाधि हात पार्न सफल भएका थिए।

प्रमुख कार्यकारी अधिकृत कोइरालाको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा एकेडेमीका निर्देशकद्वय विनीत लोहिया र प्रमोद चौरसियालगायतको सहभागिता थियो। कार्यक्रमको सहजीकरण एकेडेमीका शिक्षक तथा शिक्षिकाद्वय करण मानन्धर र पुष्पा क्षेत्री, धन्यवाद ज्ञापन शिक्षक शेर्मन आल्युले गरेका थिए। कार्यक्रममा सञ्चारकर्मीहरू उज्ज्वल घिमिरे, सूर्य विक, आशिक अन्सारी, सन्तोष पटेललगायतलाई सम्मानित गरिएको थियो।

नेरेसो पर्साद्वारा अभिमुखीकरण

प्रस, वीरगंज, ३१ असार/

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी पर्साले सोमवार वीरगंजका सामुदायिक र संस्थागत विद्यालयका शिक्षक र विद्यार्थीहरूसँग अभिमुखीकरण गरेको छ।

जुनियर, युवा तथा शिक्षक नायकको लागि रोड सुरक्षा तथा लागूऔषधसम्बन्धी सचेतनामूलक अभिमुखीकरण कार्यक्रम गरिएको थियो।

विनोद गिरीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा वीरगंज महानगरपालिकाका शैक्षिक प्रमुख अरविन्दलाल कर्ण, विष्णु नेपाल, फूलमहमद मियाँ, मधु राणा, मोहन यादव, आलोक चौरसिया, जियालाल गुप्ता, सन्तोष गुप्तालगायतको सहभागिता थियो। कार्यक्रममा स्वागत धर्मदत्त विडारी, उद्घोष वीरशमशेर पटेलले गरेका थिए। कार्यक्रममा जिल्ला ट्राफिक कार्यालय, पर्साका वरिष्ठ सहायक निरीक्षक बुद्ध खड्का, प्रहरी निरीक्षक रोशन थापाले ट्राफिक नियम र लागूऔषधसम्बन्धी प्रशिक्षण दिएका थिए।

पेस्तोल सहित तीनजना पक्राउ

प्रस, वीरगंज, ३१ असार/

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराले कट्टुवा पेस्तोलसहित तीनजनालाई पक्राउ गरेको छ। महागढीमाई नगरपालिका–११ मधुरीजब्दी बस्ने ५४ वर्षीय रमजान अन्सारीले आँप बगैंचामा खाल्डो खनी जमीनमुनि लुकाइराखेको अवैध हतियार कट्टुवा पेस्तोल एक थानसहित तीनजनालाई नियन्त्रणमा लिएको छ।

पक्राउ पर्नेहरूमा महागढीमाई नगरपालिका–११ मधुरीजब्दी निवासी ५४ वर्षीय रमजान अन्सारी, सोही ठाउँ बस्ने २५ वर्षीय सुल्तान अन्सारी र ४५ वर्षीय रामकृपाल साह रहेका छन्। उनीहरूमाथि हातहतियार तथा खरखजानासम्बन्धी कसूरमा मुद्दा दर्ता गरी अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ।

आजको कार्यक्रम

सि.नं.	आयोजक	कार्यक्रम	स्थान	समय
		जानकारीमा आएन		

नगरप्रमुख सिंहद्वारा अयोध्याका मेयरसँग भेट

प्रस, वीरगंज, ३१ असार/

वीरगंज महानगरपालिकाका प्रमुख राजेशमान सिंहले भारत, उत्तर प्रदेशस्थित श्रीरामको नगरी अयोध्या नगर निगमका महापौर (मेयर) महन्त गिरीशपति त्रिपाठीसँग भेटघाट गरेका छन्।

आइतवार नगरप्रमुख सिंहसहित पुगेको प्रतिनिधिमण्डलको टोलीलाई महापौर महन्त त्रिपाठीले माला र टोपी लगाएर सम्मान गरेका थिए।

कार्यक्रममा अयोध्या श्रीराम न्यास मन्दिरका पुजारी दुर्गा गौतम, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत मातृका भट्टराई, महानगरपालिकाका सद्भावनादूत अशोक बैद, वडाध्यक्षहरू रमेश यादव, प्रदीप चौरसिया, जगत साह कानूलगायतको सहभागिता थियो।

खेलकूदको संसार

कोपा अमेरिकाको उपाधि अर्जेन्टिनालाई

मियामी, संयुक्त राज्य अमेरिका, ३१ असार/एएफपी

कोपा अमेरिका कपको उपाधि अर्जेन्टिनाले जितेको छ। अमेरिकाको मियामीस्थित हार्ड रक स्टेडियममा भएको फाइनल खेलको १११ मिनेटमा अर्जेन्टिनाले कोलम्यिबाविरुद्ध गरेको गोल अर्जेन्टिनाको जीतका लागि निर्णायक भएको हो।

यो गोलसँगै अर्जेन्टिनाले कोपा अमेरिकाको उपाधि १६ पटक उचालेको छ।

निर्धारित ९० मिनेटको समयभित्र अर्जेन्टिना र कोलम्बियाले गोलरहित बराबरी खेलेपछि खेल अतिरिक्त समयमा धकेलिएको थियो। अर्जेन्टिनाका लागि लाउटारो मार्टिनेजले गोल गरेका हुन्।

अर्जेन्टिनाले उपाधि उचालेको खेलमा कप्तान लियोनल मेसीले दोस्रो हाफको ६५ मिनेटमा मैदान छोडेका थिए।

अर्जेन्टिना साबिक विजेता हो। कोलम्बियाको अपराजित यात्रामा अर्जेन्टिना बाधक बनेको हो। कोलम्बिया अन्तिमपटक सन् २०२२ मा भएको विश्वकप २०२२ को छनोटमा अर्जेन्टिनासँग १–० ले पराजित भएको थियो भने त्यस यताका सबै २८ खेल जितेको थियो।

त्यसैगरी, बर्लिनमा आजै भएको युरो कप फाइनल खेलमा स्पेनले इङ्गल्यान्डविरुद्ध २–१ गोल गर्दै उपाधि जितेको छ।

स्पेनले युरो कप २०२४ को उपाधि जितेको हो। दोस्रो हाफको सुरुआतमैं स्पेनले गोल गर्दै खेलमा सुरुआती अग्रता लिएको थियो। स्पेनका लागि लामिन यमालको पासमा निको विलियम्सले पहिलो गाले गर्दै खेलमा स्पेनलाई अग्रता दिलाएका थिए।

खेलको ७३औं मिनेटमा इङ्गल्यान्डले गोल गरी खेललाई बराबरीमा फर्काएको थियो। इङ्गल्यान्डका कोल पालमरले खेलको दोस्रो हाफमा प्रवेश गरेको तीन मिनेटमा नै लामो दूरीबाट उत्कृष्ट गोल गरेका थिए।

तर ८६औं मिनेटमा स्पेनले विजयी गोल गऱ्यो। मार्क कुकुरेलाको क्रसमा मिकेल ओयारजाबालले गोल गर्दै स्पेनलाई जीत दिलाए। स्पेनको यो चौथो युरो उपाधि हो। इङ्गल्यान्ड भने लगातार दोस्रोपटक पनि युरो कप फाइनलमा पराजित भएको छ। इङ्गल्यान्डले युरो कप उपाधि जित्न सकेको छैन।

तर ८६औं मिनेटमा स्पेनले विजयी गोल गऱ्यो। मार्क कुकुरेलाको क्रसमा मिकेल ओयारजाबालले गोल गर्दै स्पेनलाई जीत दिलाए। स्पेनको यो चौथो युरो उपाधि हो। युरो कप उपाधि जित्न नसकेको इङ्गल्यान्ड लगातार दोस्रोपटक युरो कप फाइनलमा पराजित भएको छ। रासस

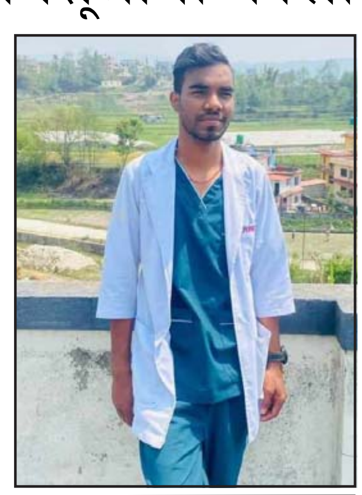
नर्सिङको पढाइ सकेका अरविन्द त्रिशूलीमा बेपत्ता

प्रस, वीरगंज, ३१ असार/

वीरगंजबाट काठमाडौं गइरहेको एन्जल डिलक्स बसमा सवार वीरगंज–१६ फूलबारी टोलका अरविन्द पडित चार दिनदेखि बेपत्ता छन्।

१६ वर्षीय पडित पूर्ण छात्रवृत्ति कोटामा टिचिङ अस्पताल महाराजगंजमा बिएससी नर्सिङ स्नातक परीक्षा उत्तीर्ण गरी सरकारी जागीरको लागि पत्र लिन काठमाडौं जान लागेका थिए।

गत शुक्रवार बिहानदेखि उनको मोबाइल स्विच अफ छ। घरपरिवारका सदस्य घटनास्थल भरतपुर–२९ सिमलताल गएर फर्किसकेका छन् तर अहिलेसम्म बस र भाइको अवस्था पत्ता लाग्न नसकेको अरविन्दकी दिदी एवं कलैया अस्पतालकी स्टाफ नर्स पूजाकुमारी प्रजापतिले बताइन्। अरविन्द पढाइसँगै डब्लुएचओमा पनि कार्यरत थिए। उनका बुबा चन्देश्वर पडित र आमा मञ्जुदेवी कुम्हाल नेशनल मेडिकल कलेजमा कार्यरत छन् भने उनको १६ वर्षीय एकजना भाइ अनिल पडित छन्।



अरविन्दको अवस्थाको पत्ता नलाग्दा घरपरिवार शोकाकुल छ।

विषादीको प्रयोगमा सचेत बनौं

विषादीको प्रयोगबाट व्यक्तिमा देखिने लक्षणहरू,

- थकान महसूस हुनु, टाउको दुख्नु, रिङ्गटा लाग्नु, छाती दुख्नु।
- छाला लाटो हुनु, चिलाउनु र फोका आउनु।
- आँखा रातो हुनु, पोल्नु, आँसु बगिरहनु, धमिलो देखिनु र आँखीभौं फरफराउनु।
- नाक पोल्नु, पातलो सिङ्गान बगिरहनु, खोकी लाग्नु, वाकवाकी लाग्नु, बान्ता हुनु र निद्रा नपर्नु।
- हिंड्दा लड्खडाउनु, कम्पन हुनु, होश हराउनु, स्वाँ–स्वाँ बढ्नु र मुर्छा पर्नु।
- त्यसबाट प्यारालाइसिस, हृदयघात तथा मृत्युसमेत हुन सक्ने भएकोले विषादीको प्रयोगमा सावधानी अपनाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड