बचत गरौं, उद्यमशील बनौं
- बचत गरौं, सुनौलो भविष्यको आधार निर्माण गरौं,
- आफ्नो आम्दानीको केही प्रतिशत रकम बचत गरौं,
- त्यस्तो बचत भविष्यमा आपत्कालीन तथा ठूला खर्चहरू टार्न,
- व्यापार–व्यवसाय प्रारम्भ गर्न,
- सन्ततिका लागि शिक्षा, स्वास्थ्यलगायतका काममा प्रयोग गर्न,
- स्वावलम्बी र आत्मनिर्भर बन्न मदत गर्छ।

त्यसैले अनावश्यक खर्च नगरौं, बचत भएको रकमलाई उद्यमशीलतामा लगाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY

प्रतीक दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

eprateekdaily .com

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

❖ वर्ष ३८ ❖ २०८१ कात्तिक ०७ गते बुधवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2024 October 23 Wednesday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क ६१

व्यापार नचलेपछि पसलहरू खाली हुँदै

नरेश यादव, पर्सागढी, ६ कात्तिक/

बारा जिल्लाका प्रमुख बजारमध्ये जीतपुर बजारका पसलहरू धमाधम बन्द भइरहेका छन्।

तस्वीरः प्रतीक

पर्सा जिल्लाको उत्तरी भेगको ग्रामीण क्षेत्र र बारा जिल्लाको पूर्वी उत्तरी भेगका मानिसहरूको सामान किनमेल गर्ने प्रमुख बजारको रूपमा रहेको जीतपुर बजारमा अहिले पसलहरू धमाधम बन्द भइरहेका छन्। जीतपुर उद्योग वाणिज्य सङ्घका अध्यक्ष मोहन शर्मा लामिछानेले बर्सेनि १० प्रतिशत हाराहारीमा जीतपुर बजारमा पसलहरू बन्द भइरहेको बताए। उनले पछिल्लो समय घरभाडा दर घटाइएको र घरभाडाका लागि लिइने धरौटीसमेत नलिने व्यवस्था हुँदा समेत व्यापारीहरू टिकाउ नभएको र पसलहरू बन्द भइरहेको बताए।

जीतपुर बजारमा अघिल्ला वर्ष १५ हजार भाडा र तीन महीनाको धरौटी लिने चलन थियो। अहिले घरधनीहरूले बजारका पसलहरू बन्द हुन थालेपछि घरभाडा दर आधा घटाएका छन् र धरौटी फिर्ता गरेका छन्। तर पनि बजारमा पसल गर्ने व्यापारीहरू पसल सञ्चालन हुन नसक्दा बन्द गरिरहेका छन्।

जीतपुर बजारमा किनमेल गर्न आउने पर्सा र बाराका ग्राहकहरू सीधैं रक्सौल बजार जान थालेका र आर्थिक मन्दीको कारण पनि पहिलेको तुलनामा अहिले किनमेल कम भएको हुँदा पसलहरू बन्द भइरहेको बताइन्छ।

जीतपुरको सबैभन्दा ठूलो सिटी मार्केट बजार अहिले सुनसान भएको छ। त्यहाँका ७५ प्रतिशत पसल बन्द छन्। खुलेका पसलहरूमा पनि बिक्री कम छ। जीतपुरका अन्य बजारमा घरभाडा र धरौटीबापतको रकममा कमी गरिए पनि सिटी मार्केट सञ्चालकले भने त्यस्तो नगर्दा त्यहाँ रहेका बजारहरू बन्द भएको सङ्घका अध्यक्ष शर्मा बताउँछन्। तर मार्केटका पूर्वसञ्चालक फिरोज देवानले भने शुरूमा ५५०० भाडा कायम गरेको र पछि ४००० बनाउँदा पनि पसल भाडामा नलागेको बताए।

सिटी मार्केट कोरोनाकालमा सञ्चालनमा आएको थियो। रणधीर गुप्ताको जग्गामा वीरगंजका फिरोज देवानलगायतको लगानीमा ७३ वटा पसल निर्माण भएका थिए। तत्कालीन अवस्थामा ५३ वटा पसल भाडामा लागेको र कोरोनापछि घटेर २० वटामा पुगेको थियो। अहिले सो मार्केटमा १० वटा पसल मात्र सञ्चालनमा छन्। पसलहरू सञ्चालनमा आउन नसकेपछि सिटी मार्केट बनाएका देवानले जग्गाधनी गुप्तालाई हस्तान्तरण गरेर अहिले सेवाबाट मुक्त भएका छन्।

उच्च रक्तचापका रोगीहरूका लागि पर्सामा कार्यक्रम

प्रस, परवानीपुर, ६ कात्तिक/

सरुवा रोग (इपिडिमियोलोजी) तथा नियन्त्रण महाशाखा काठमाडौंको आयोजनामा उच्च रक्तचाप हेरचाह क्यासकेड पहल कार्यक्रम पर्सामा विस्तार भएको छ।

तस्वीरः प्रतीक

यो कार्यक्रम पर्सामा विस्तार भएको जानकारी गराउँदै सरोकारवालाबाट प्रतिबद्धतासमेत व्यक्त गरिएको छ। वीरगंजमा आयोजित अन्तर्क्रिया कार्यक्रममा इपिडिमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखाका निर्देशक डा यदुचन्द्र घिमिरेले विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको नीति अनुसार विभिन्न देशले नसर्ने रोगलाई नियन्त्रण गर्ने नीति लिएर काम गर्नुपर्ने भएकोले नेपालमा यो कार्यक्रम लागू भएको बताए। उनले नेपालमा यस अघि इलाम, धुलिखेल, काभ्रेमा यो कार्यक्रम लागू भइसकेको जानकारी गराउँदै मधेस प्रदेशको पर्सा जिल्लामा पनि यो कार्यक्रम लागू भएको बताए। उनले यस कार्यक्रममा पर्साका सम्पूर्ण स्वास्थ्यकर्मी, स्थानीय तहका जनप्रतिनिधि, कर्मचारी, अन्य सङ्घसंस्थाहरूको साथ सहयोग हुनुपर्ने बताए।

उच्च रक्तचापका आधारभूत कुराहरू अधिकांशलाई थाहा नभएर अनाहकमा बर्सेनि सयौंको ज्यान गइरहेकाले यस्तो विषयमा टोल, गाउँ, जिल्ला, तहमा समेत जनचेतना जगाउनु र प्रशिक्षण दिनु आवश्यक रहेकोले सोही अनुसार सम्बन्धित पालिकाले तयारी गरी अगाडि बढ्नुपर्ने उनले सुझाव दिए। उच्च रक्तचापका रोगीहरूको तथ्याङ्क सङ्कलन, फिल्टर एवं उपचारलगायतका काम गर्नको लागि हरेक पालिकाका स्वास्थ्य शाखामा उच्च रक्तचाप हेरचाह क्यासकेड पहल गर्ने समिति गठन गर्नुपर्नेमा उनले जोड दिए।

कार्यक्रममा स्वास्थ्य कार्यालय, पर्साका प्रमुख डा मुक्तिनारायण साहले उच्च रक्तचाप रोगी एवं रोग नियन्त्रणका उपाय र पर्सामा थालिएको तयारीबारेमा जानकारी गराएका थिए।

जिल्ला समन्वय समिति, पर्साका सभापति अजय सर्राफको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा मधेस प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालयका निर्देशक डा राजीवकुमार झा, डब्ल्युएचओ नेपालका प्रतिनिधि डा ग्याम्पो दोर्जे, पोखरिया नपाका प्रमुख प्रद्युम्न चौहान, वीरगंज महानगरका निमित्त प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अरविन्दलाल कर्ण, पर्सागढी नपाका प्रमुख गोकर्ण पाठक, बहुदरमाई नपाकी उपप्रमुख सुषमा कुशवाहा, सखुवाप्रसौनी गापाका अध्यक्ष यशवन्त यादव, धोबिनी गापाका अध्यक्ष मदन चौहान, ठोरी गापाका अध्यक्ष लालबहादुर श्रेष्ठलगायत, सङ्घसंस्थाका प्रतिनिधिहरूको सहभागिता थियो।

शिक्षकहरूको तलब माग गर्दै विद्यार्थीहरूको प्रदर्शन

धर्मेन्द्र चौरसिया, पोखरिया, ६ कात्तिक/

धोबिनी गाउँपालिका–५ स्थित अजिज मियाँ माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरूले शिक्षकहरूको तलब सुविधा माग गर्दै मङ्गलवार गापा कार्यालयमा नाराबाजी गर्दै कुर्सी तोडफोड गरेका छन्।

अजिज मियाँ माविमा कार्यरत नौजना शिक्षकशिक्षिकाले दशैंमा तलब नपाएका र अहिले दीपावली र छठ पर्व आइसक्दा पनि तलब पाउने छाँटकाँट नदेखेपछि विद्यार्थीहरूलाई गापाविरुद्ध प्रदर्शनमा उतारिएको हो। विद्यार्थीहरूले गापा कार्यालयमा शिक्षकहरूलाई तलब उपलब्ध गराउनका लागि दबाबमूलक प्रदर्शन गरेका र सो क्रममा आक्रोशित विद्यार्थीहरूले गापा कार्यालयका पाँचवटा कुर्सी तोडफोड गरेको गापा कार्यालयले जनाएको छ।

अजिज मियाँ मावि धोबिनीमा निजी स्रोतमा पाँचजना शिक्षकलाई वडास्तरको बजेटबाट तलब दिनेगरी गत साउनमा नियुक्त गरिएको थियो। यसैगरी, सङ्घीय अनुदानका मावि तहमा दुई र निमावि तहका एक गरी तीनजना र अनुदानमा उमावि तहका एक गरी नौजना शिक्षकशिक्षिकाले अहिलेसम्म तलब पाएका छैनन्।

गापाका शिक्षा शाखा प्रमुख बृजकिशोर त्रिपाठीलाई आज शिक्षकशिक्षिकाहरूले ज्ञापन बुझाएका थिए। ज्ञापन बुझ्दै प्रमुख त्रिपाठीले गापामा छजना सङ्घीय अनुदानका शिक्षकहरू कार्यरत रहेका र उनीहरूको एक चौमासिक तलब १२ लाख हुनेपर्नेमा सरकारले यो चौमासिकमा केवल पाँच लाख ७८ हजार पठाएकोले वितरण नगरिएको बताएका छन। उनले यसका

(बाँकी अन्तिम पातामा)

सेवा प्रभावकारी बनाउन सुशासनलाई जोड दिनुपर्छ –मन्त्री गुप्ता

प्रस, वीरगंज, ६ कात्तिक/

सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्री राजकुमार गुप्ताले सङ्घीयता कार्यान्वयनमा सहजीकरण र सेवाप्रवाहलाई प्रभावकारी बनाउँदै सुशासनलाई जोड दिंदै आएको बताएका छन्।

तस्वीरः सौजन्य

मन्त्रालयको जिम्मेवारी सम्हालेको सय दिन पूरा भएको अवसरमा मङ्गलवार पत्रकार सम्मेलनमा उनले सो कुरा बताएका हुन्। मन्त्री गुप्ताले आफूले सार्वजनिक सेवाप्रवाहलाई प्रभावकारी तुल्याउँदै सुशासनमा जोड दिएको दाबी गरे। पत्रकार सम्मेलनमा उनले मन्त्रालय अन्तर्गत २५ बुँदे कार्यप्रगति विवरण सार्वजनिक गरेका थिए।

प्रगति विवरणमा सङ्घीय निजामती सेवालाई प्रभावकारी र व्यवस्थित बनाउन

(बाँकी अन्तिम पातामा)

पोलियो रोगको जोखिम कायमै –डा सिंह

प्रस, परवानीपुर, ६ कात्तिक/

नेपाल चिकित्सक सङ्घका केन्द्रीय उपाध्यक्ष एवं मधेस प्रदेश संयोजक डा नीरज सिंहले पोलियो उन्मूलन भइसके पनि ढुक्क हुनुपर्ने अवस्था भने नरहेको बताएका छन्।

रोटरी क्लब अफ वीरगंज र रोटरी क्लब अफ मेट्रोपोलिसले संयुक्तरूपमा आयोजना गरेको पोलियो रोग उन्मूलनविरुद्धको अभिमुखीकरण कार्यक्रममा उनले पोलियो भाइरसको जोखिम विश्वव्यापी रहेको र जनचेतनाको अभावले पुनः सङ्क्रमणको सम्भावना उच्च रहेको बताए।

डा आनन्द झाले पोलियो भाइरस संसारको कुनै पनि कुनामा फेला परेमा त्यसको असर नेपालमा पनि पर्ने बताए। मानव आवतजावतको कारणले पनि नेपालमा पोलियो भाइरसको जोखिम रहेको उनको दाबी छ।

तस्वीरः प्रतीक

पत्रकार नीरज पिठाकोटेले पोलियो उन्मूलन अभियानलाई सघाउने उद्देश्यले निशुल्क प्रचार सामग्री प्रसारण गरिने बताए। ग्रामीण पत्रकार शम्भुकुमार सुमनले ग्रामीण क्षेत्रमा जनचेतनाका लागि विशेष प्रचारप्रसार गरिने बताए।

रोटरी क्लबका अध्यक्ष अनिल जायसवालले क्लबले आगामी अक्टोबर २४ मा पोलियोविरुद्ध जनचेतना जगाउन नारायणी अस्पतालदेखि घण्टाघरसम्म दौड प्रतियोगिता, मानव साङ्लो निर्माण र दीप प्रज्वलनजस्ता कार्यक्रम हुने बताए।

सिरडी साइँबाबा मन्दिरको शोभायात्रा

तस्वीरः सौजन्य

प्रस, वीरगंज ६ कात्तिक/

सिरडी साइँबाबा मन्दिर सेवा ट्रस्टले छैटौं वार्षिकोत्सवको अवसरमा मङ्गलवार शोभायात्रा निकालेको छ।

गीतामन्दिरस्थित सिरडी साइँबाबा मन्दिरबाट निस्किएको शोभायात्राले नगरपरिक्रमा गरेको थियो। शोभायात्रापछि पूजाआजा र दिउँसो भण्डारा तथा महाप्रसाद वितरण गरिएको सिरडी साइँबाबा मन्दिर सेवा ट्रस्टका अध्यक्ष हीरा साह कानूले बताए।

मन्दिरका प्रमुख संरक्षक नीरजकुमार सर्राफले यस वर्षको उत्सव विशेषरूपमा भक्तजन एवं श्रद्धालुहरूका लागि समर्पित गरिएको बताएका छन्। प्रत्येक वर्ष वार्षिकोत्सवको अवसरमा शोभायात्रासहित पूजाअर्चना हुँदै आएको छ। वार्षिकोत्सवको अवसरमा ट्रस्टका संरक्षक सर्राफ र रेखादेवी सर्राफलाई सम्मानित गरिएको थियो। सर्राफ परिवारले नै सो मन्दिर निर्माण गरेको हो।

विचारसार र सूक्तिहरू

म निर्णय सही छ भनेर काम गर्दिनँ। पहिले निर्णय गर्छु, अनि त्यसलाई सही पार्न जुट्छु।

–रतन टाटा

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

मुद्रकः 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, prateekdainik@yahoo .com
Website: www.eprateekdaily.com

मुख्य प्रवेशद्वारमा अव्यवस्था

भनिन्छ, पहिलो प्रभाव नै अन्तिम प्रभाव हो। पहिलो भेटघाट वा अनुभवको महत्त्व निकै हुन्छ। कुनै स्थान, व्यक्ति वा वस्तुको बारे शुरूमा बनेको धारणा वा छापले मानिसको सोचमा गहिरो प्रभाव पार्छ, जसलाई पछि परिवर्तन गर्न गाह्रो हुन्छ। यदि पहिलो छाप सकारात्मक भयो भने बाँकी केही गडबढ रहे पनि व्यक्तिको सोच सकारात्मक बन्छ। यदि पहिलो छाप नकारात्मक बनेमा, त्यसलाई सुधार्न धेरै गाह्रो पर्छ। हाम्रो मुलुक नेपाल समृद्धिको आधार पर्यटन पनि हो। जल, जङ्गल र जमीन जस्तै पर्यटन क्षेत्रको सम्भावना प्रचुर छ। पर्यटन क्षेत्रको संरक्षण साथै विकास हुन सकेमा यहाँका जनशक्ति व्यवसायी र रोजगार बन्नेछन्। यस क्षेत्रको विकासका लागि सर्वप्रथम यहाँको वातावरण पर्यटनमैत्री हुनुपर्छ। पर्यटकलाई सहज, सुरक्षित, ससम्मान र आनन्ददायक यात्राको अनुभव प्रदान गर्नु पर्यटनमैत्री वातावरणको आधारभूत शर्त हो।

सहज, सुविधाजनक यातायात प्रणाली, सुरक्षित र आरामदायी सवारीसाधन, डिजिटल यातायात सेवा, पर्यटन सम्बन्धमा प्रशिक्षित चालक, कर्मचारी हुनुपर्छ। उनीहरूलाई पर्यटकसँग गरिने व्यवहार एवं सेवामा शिष्टता, मित्रवत् र सहयोगी व्यवहार गर्ने विषयमा प्रशिक्षित गरिनुपर्छ। पर्यावरणीय दृष्टिकोणले पनि यातायात व्यवस्था पर्यावरणमैत्री बनाउनुपर्छ। विद्युतीय सवारीसाधन, सार्वजनिक यातायातको प्रवर्द्धन र प्रदूषण न्यूनीकरणका लागि विशेष ध्यान दिइनुपर्छ। यस्तो पर्यटनमैत्री यातायात प्रणालीले देशको पर्यटन उद्योगलाई प्रवर्द्धन गर्दै पर्यटकहरूलाई सुरक्षित र स्मरणीय अनुभव दिने छ। एकजना पर्यटक हजारौं पर्यटकका सूत्रधार हुन्छ। उसले भ्रमण क्रममा प्रयोग गर्ने सामाजिक सञ्जालका पोस्टहरू, स्मरण तथा दैनिकी लेखन र यात्रा अनुभव आदानप्रदानले उक्त स्थान पर्यटनमैत्री छ या छैन भन्ने कुरा अन्य कैयनले थाहा पाउने हुन्। हामीकहाँ एकपटक भ्रमण गरेर फर्किएका पर्यटकलाई फेरि पनि जाउँ लाग्ने र अरूलाई पनि 'एकपटक फलानो ठाउँ घुम्न जाउँ' भन्ने किसिमको छाप हामीले पार्न सक्नुपर्छ। हामी प्राकृतिक सम्पदा र लोकसंस्कृतिमा धनी छौं। यहाँ केवल हाम्रो व्यवहार पर्यटनमैत्री भइदिए संसारभरकै पर्यटकलाई आकर्षित गर्न सक्छौं। कुल पर्यटकमध्ये २५ प्रतिशत स्थलमार्ग भएर नेपाल भित्रिने गरेका छन्। अझ ठूलो सङ्ख्यामा स्थलमार्ग भएर आउने भारतीय पर्यटकको तथ्याङ्क पर्यटन विभागसँग छैन।

मुलुकको मुख्य प्रवेशद्वार वीरगंज हो। पर्यटन दिवसको अवसरमा वर्षमा एकपटक पर्यटकलाई माला पहिऱ्याउनुबाहेक यहाँको वातावरण पर्यटनमैत्री छैन। त्यही औपचारिकता पनि वीरगंजका केही होटल व्यवसायीले धानेका छन्। बाँकी त नेपाल–भारतको वीरगंज–रक्सौल मितेरी पुलको उत्तरतर्फ नेपाल क्षेत्रमा ईरिक्शा, टेम्पो, टाँगालगायत सवारीसाधनहरूको लुँछाचुँडी हेर्न लायक छ। यात्रीको ब्याग खोसाखोस हुँदा झडपसमेत हुने गरेको देखिन्छ। अव्यवस्थित भीडले पर्यटकहरू सास्तीमा छन्। भाडादर फरकफरक छन्। यसले नेपालको छविलाई बदनाम गरिरहेको छ। यहाँ ट्रफिक, जनपद र सशस्त्र तीनैवटा सुरक्षा निकाय तैनाथ छन्, तर यो लाजमर्दो अव्यवस्थालाई व्यवस्थित र मर्यादित गराउनेतर्फ कुनै निकायको ध्यान गएको छैन। यसलाई भोगेर जाने पर्यटकले नेपालबारे के सन्देश लैजाला !

नूनले हाम्रो शरीरमा के असर पार्छ ?

नूनले हाम्रो खानामा स्वाद बढाउँछ र यो मानवजीवनका लागि पनि आवश्यक छ।

नूनमा रहेको सोडियमले शरीरमा पानीको उचित मात्रा कायम राख्न मदत गर्छ र कोशिकाहरूलाई पोषक तत्त्वहरू अवशोषित गर्न सहयोग गर्छ।

कजाखस्तानकी मरियम

बिबिसी वर्ल्ड सर्भिसको कार्यक्रम 'दी फूड चेन'मा मानव शरीरमा नूनको महत्त्वपूर्ण भूमिका र कति नून शरीरको लागि खतरनाक हुन सक्छ भन्ने कुरामा विस्तृतरूपमा छलफल गरिएको छ।

नूनको महत्व

अमेरिकाको रटगर्स विश्वविद्यालयमा पोषण विज्ञानका प्राध्यापक पाल ब्रेसलिन भन्छन्, "नून मानवजीवनको लागि आवश्यक छ।"

"नून विशेषगरी सक्रिय कोशिकाहरूका लागि महत्त्वपूर्ण छ, जसमा हाम्रा सबै न्यूरोन, मस्तिष्क, मेरुदण्ड र सबै मांसपेशी समावेश छन्। यो छाला र हड्डीको पनि एक अभिन्न हिस्सा हो।"

तर प्राध्यापक ब्रेसलिनले चेतावनी पनि दिन्छन्, "यदि हामीले पर्याप्त मात्रामा सोडियम ग्रहण गर्दैनौं भने हामी मर्न सक्छौं।"

सोडियमको कमीले हाइपोनेट्रेमिया हुन सक्छ, जसले भ्रम, बान्ता, मूर्छा, झर्कोपन र कोमामा लैजान सक्छ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका अनुसार नियमितरूपमा खानामा पाँच ग्राम नूनको सेवन आवश्यक छ, जसमा दुई ग्राम सोडियम हुन्छ, जुन एक चम्चा बराबर हो।

तर विश्वभर मानिसहरू औसतरूपमा ११ ग्राम नून ग्रहण गर्छन्, जसले हृदयरोग, पेटको क्यान्सर, हाडहरूको क्षय (अस्टियोपोरोसिस), मोटोपन र मिर्गौलाका रोगहरूको खतरा बढाउँछ।

डब्ल्युएचओको अनुमान छ कि अत्यधिक नूनको सेवनका कारण हरेक वर्ष लगभग १८.९ लाख मानिसको मृत्यु हुन्छ।

नूनका प्रमुख उपभोक्ता

धेरै देशमा नूनको अत्यधिक सेवन प्रोसेस्ड फूडमा लुकेको नूनको कारणले हुन्छ। तर यसको पछाडि ऐतिहासिक कारण पनि हुन सक्छ। कजाखस्तानका मानिसहरूले हरेक दिन लगभग १७ ग्राम नून सेवन गर्छन्, जुन उपयुक्त मात्राको तीन गुणा बढी हो।

मरियम कजाखस्तानको राजधानी अस्तानामा बस्छिन्। उनले बताइन्, "यो हाम्रो परम्पराका कारणले हो। सदियौंसम्म हामी स्तेपी क्षेत्रहरूमा घुमन्ते थियौं, धेरै मासु बोक्थ्यौं, जसलाई संरक्षित गर्नका लागि नूनको प्रयोग गरिन्थ्यो।"

"परिवारहरूले जाडोको लागि नून भण्डारण गर्थे। तिनीहरूले गाई, भेंडा र यहाँसम्म कि घोडा पनि संरक्षित गर्थे।"

आठ वर्ष अघि मरियमकी छोरीलाई केही स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या भयो। उनका चिकित्सकले उनलाई खानामा नून, चिल्लो र चिनीको मात्रा घटाउन सल्लाह दिए।

उनको परिवारले तुरुन्तै खानामा नूनको मात्रा घटायो।

"अर्को दिन जब हामीले आफ्नो डाइट अनुसारको खाना शुरू गऱ्यौं, त्यसको स्वाद एकदम अजीब लाग्यो। यस्तो लाग्यो कि तपाईं त्यो खाना खाँदै हुनुहुन्छ तर त्यसको स्वादलाई चिन्न सक्नुहुन्न।"

तर यो समस्या धेरै दिन टिकेन। मरियमको परिवारलाई नूनविनाको खाना खाने बानी बस्यो।

शरीरमा नूनको असर

जब हामी नून खान्छौं, यसलाई हाम्रो जिब्रो र घाँटीको सफ्ट पैलेटले महसूस गर्छ।

प्राध्यापक ब्रेसलिन भन्छन्, "नूनले हाम्रो शरीर र मस्तिष्कलाई ऊर्जा दिन्छ।"

"नूनमा मौजुद सोडियम ऱ्यालमा घुल्छ र स्वाद कोशिकामा प्रवेश गर्छ र तिनलाई सक्रिय बनाउँछ।"

"यसले सानो इलेक्ट्रिकल स्पार्क उत्पन्न गर्छ।"

उनका अनुसार नूनले हाम्रा विचार र संवेदनाहरू उत्प्रेरित गर्ने विद्युतीय सङ्केतहरू सञ्चार गर्छ। यसरी हाम्रो शरीर र मस्तिष्क उत्तेजित हुन्छन्।

कति नून धेरै नून हुन्छ ?

शरीरमा नूनको स्तरको सटीक प्रभाव कुनै व्यक्तिको आनुवंशिक संरचनामा निर्भर गर्छ।

विश्वभर एक अर्बभन्दा बढी मानिसहरू उच्च रक्तचापबाट पीडित छन्। नूनको सेवन घटाउँदा यसलाई कम गर्न र उपचारमा मदत मिल्न सक्छ।

अस्ट्रेलियाको न्युक्यासल विश्वविद्यालयमा पोषण र आहार विज्ञानका प्राध्यापक क्लेयर कोलिन्स भन्छन्, "जब तपाईंको शरीरमा धेरै नून हुन्छ, तपाईंको शरीरले पहिलो काम के गर्छ भने यसलाई पातलो बनाउने प्रयास गर्छ। तपाईंको शरीरले अतिरिक्त पानी जम्मा गरिराख्छ, त्यस पानीलाई शरीरको चारैतिर पम्प गर्दा तपाईंको रक्तचाप बढ्छ।"

यसको परिणाम सम्भावितरूपमा विनाशकारी हुन सक्छ।

प्राध्यापक कोलिन्स भन्छन्, "यदि तपाईंको रक्तकोशिकामा कुनै कमजोरी छ भने, जस्तै मस्तिष्कमा, तिनीहरू फुट्न सक्छन् र स्ट्रोकको कारण हुन सक्छ।" बेलायतमा औसत नूनको खपत प्रतिदिन लगभग आठ ग्राममा झरेको छ, जुन अझै पनि निर्धारित छ ग्रामभन्दा बढी छ। खाद्य निर्माताहरूलाई नूनको मात्रा घटाउन बाध्य पार्ने नियमहरूले कटौतीमा मदत गरेको छ।

नूनको निर्धारित मात्रा फरकफरक देशमा फरकफरक हुन्छ। पिसाबको परीक्षणबाट थाहा पाउन सकिन्छ कि तपाईंको शरीरमा धेरै वा थोरै नून छ। आफ्नो नून सेवनको अनुमान लगाउन मदतका लागि तपाईं एक खाद्य डायरी वा एउटा एप प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ, जसले खानाको लेबलमा देखाइएका सोडियम सामग्रीको गणना गर्छ।

कोलिन्स भन्छन् कि कुनै पनि विधि विशेषरूपमा सटीक छैन, तर हरेक विधि एक सहायक सूचक हुन सक्छ।

नून कम गर्ने उपायहरू

खानामा नूनको मात्रा घटाउन सजिलो छैन।

अस्तानामा, मरियम अझै पनि कजाखस्तानको राष्ट्रिय परिकार, बेशबर्मक– जुन पास्तासँग उमालेको मासु हो, को विरोध गर्न सङ्घर्ष गरिरहेकी छन्। उनका वृद्ध आमाबुबा पनि जोखिमहरू थाहा पाउँदा पनि नून छोड्न उत्साहित छैनन्।

कजाखस्तानको राष्ट्रिय परिकार बेशबर्मक

प्राध्यापक कोलिन्स त्यस्ता खाद्य पदार्थ खोज्न आग्रह गर्छन्, जसमा नूनको मात्रा कम होस्।

"यदि तपाईं आफैंले आफ्नो खाना पकाउँदै हुनुहुन्छ भने, नूनको साटो जडीबुटी र मसला मिलाउनुहोस्।"

(स्रोतः बिबिसी न्यूज हिन्दी)

नारायणगढ–मुग्लिन सडकका सबै पुल यसै महीना सञ्चालन हुने

चितवन, ६ कात्तिक/रासस

नारायणगढ–मुग्लिन सडकमा निर्माणाधीन १४ पुल यसै महीनाको मसान्तसम्ममा सञ्चालनमा ल्याइने भएको छ। खहरे खोलाको पुलको पहुँच सडक सम्पन्न गर्न थप दुई महीना लाग्ने भएपनि अन्य पुल यसै महीनाभित्र सञ्चालनमा ल्याउन लागिएको हो।

नागढुङ्गा–मुग्लिन सडक आयोजना पश्चिम खण्ड (नारायणगढ–मुग्लिन)का इन्जिनीयर कृष्ण आचार्यका अनुसार मुग्लिन बजारनजीकैको काली खोलाको पुल दशैंअगाडि नै सञ्चालनमा आएको हो भने नाम्चे र तुइनखोला पुल कात्तिक मसान्तसम्ममा सञ्चालनमा आउनेगरी काम भइरहेको छ। ती दुवै पुलको कालोपत्रको अन्तिम काम र रङ्गरोगनका काम मात्र बाँकी छ।

आचार्यले भने, "दशैंमा कामदार घर गएकाले केही ढिला भयो, यो महीनाको मसान्तसम्ममा काम सकिन्छ।" पहरो काटेर निर्माण भइरहेको खहरे खोलाको पुलमा पहुँच सडकका लागि धेरै तलबाट पर्खाल लगाउनुपर्ने भएकाले थप दुई महीना लाग्ने उनले बताए। पुस मसान्तसम्ममा यो सडकका १९ वटै पुल नयाँ निर्माण सम्पन्न हुने आचार्यको भनाइ छ।

यस सडकमा १९ वटा पुल छन्। त्यसमध्ये २०७६ चैत १० गते १५ पुल

तस्वीरः सौजन्य

निर्माणका लागि ठेक्का सम्झौता भएको थियो। यस अघि चार नयाँ पुल निर्माण गरिएको थियो। विश्व बैंकको सहयोगमा ती पुल निर्माण गरिएका हुन्। सडक चौडा भएपछि पुलको काम थालिएको हो। यो सडक नौदेखि ११ मिटरसम्म फराकिलो बनाइएको छ। पुलसमेत ११ मिटर फराकिला बनाइएको छ।

पुल निर्माण अनक कन्स्ट्रक्सनले गरेको हो। विसं २०७६ को चैतमा रु एक अर्ब २७ करोडको लागतमा पुल निर्माणको ठेक्का सम्झौता भएको थियो। तीन वर्षका लागि दुई प्याकेज बनाएर ठेक्का लगाइएकामा दुवै प्याकेज अनक कन्स्ट्रक्सनले पाएको थियो।

तुइन खोलामा भित्तो काट्नुपर्ने भएकाले र खहरेमा मुआवजाका कारण काम ढिलो भएको हो। यो सडक राजधानी छिर्ने र बाहिरिने मुख्य सडक हो। विगतका वर्षमा पहिरोका कारण वर्षायाममा धेरै सास्ती बेहोर्नुपर्ने भएपनि पछिल्लो समय सडक र पुल फराकिलो भएसँगै केही सहज हुँदै आएको छ। यही क्रममा पहिरो रोक्नका लागि कामसमेत गरिएको छ।

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

फ्लाई दुबईले कात्तिक २५ गतेदेखि भैरहवामा दैनिक उडान गर्दै

काठमाडौं, ६ कात्तिक/रासस

दुबईको राष्ट्रिय ध्वजावाहक फ्लाई दुबईले यही कात्तिक २५ गतेदेखि मुलुकको दोस्रो भैरहवास्थित गौतमबुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा दैनिक उडान गर्ने भएको छ।

फ्लाई दुबईले दुबई–भैरहवा–काठमाडौं उडानका लागि मङ्गलवारदेखि बुकिङ खुलाएको छ। सो कम्पनीको नेपालस्थित आधिकारिक एजेन्ट (जिएसए) युनिभर्सल टुर्स एन्ड ट्राभल्स रहेको छ।

गौतमबुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलका महाप्रबन्धक प्रतापबाबू तिवारीका अनुसार फ्लाई दुबईको विमान दिउँसो १:४५ मा भैरहवा र २:४५ मा काठमाडौं आउनेछ। काठमाडौंमा एक घण्टा 'टेक्निकल ल्यान्ड' गरेर दुबई उड्नेछ।

फ्लाई दुबईले भैरहवा विमानस्थलमा यात्रु ओरालेर त्यहाँबाट विदेश जाने यात्रुलाई ल्याएर काठमाडौंमा एक घण्टा रोकेर दुबई उड्ने गरी प्राधिकरणबाट अनुमति पाएको छ। टिकट र थप जानकारीलाई फ्लाई दुबईको वेबसाइटमा सम्पर्क गर्न सकिने जनाइएको छ।

यस विमानस्थलमा कम्पनीको पहिलो उडान हो। हप्ताको सातै दिन दुबई–भैरहवा र भैरहवा–काठमाडौं–दुबई उडान गर्न लागेको हो। यससँगै फ्लाई दुबईको उडान गन्तव्य सङ्ख्या ११३ पुगेको छ भने ५३ देशमा यसको सेवा विस्तार भएको छ।

यसैबीच, फ्लाई दुबईको उडान सञ्चालन टीमले पनि हालै विमानस्थलको भ्रमण गरेको महाप्रबन्धक तिवारीले बताए। यस उपलब्धिमा प्रधानमन्त्रीको विशेष निर्देशन, संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयनमन्त्रीको सहयोग,

(बाँकी पाँचौं पातामा)

चर्खेपिङमा रमाउँदै युवकयुवती: म्याग्दीको मालिका गाउँपालिका–२ रूममा चर्खेपिङमा रमाउँदै मेला हेर्न आएका युवकयुवती। स्थानीय लालीगुराँस युवा क्लबले हिजो सोमवारदेखि यहाँ मेला आयोजना गरेको छ। तस्बिर: ध्रुवसागर शर्मा/रासस

SAMRIDDHI FINANCE COMPANY LTD

Samriddhi Finance – Partnership for Prosperity

(नेपाल राष्ट्र बैंकबाट 'ग' वर्गको इजाजतपत्र प्राप्त संस्था)

1st Quarter End of Fiscal Year 2081/082

Condensed Statement of Financial Position

Fig in '000

Particulars	This Quarter Ending (As on Ashwin end 2081)	Immediate Previous year Ending (As on Ashad end 2081)
Assets		
Cash and cash equivalent	559,261	480,709
Due from Nepal Rastra Bank	103,382	124,331
Placement with Bank and Financial Institutions	-	-
Derivative financial instruments	-	-
Other trading assets	-	-
Loan and advances to B/FIs	187,922	145,308
Loans and advances to customers	1,466,615	1,441,900
Investment securities	540,191	501,809
Current tax assets	8,550	8,068
Investment in susidiaries	-	-
Investment in associates	-	-
Investment property	108,839	130,212
Property and equipment	130,748	133,102
Goodwill and Intangible assets	2,871	2,999
Deferred tax assets	35,987	37,103
Other assets	40,839	39,763
Total Assets	**3,185,204**	**3,045,303**
Liabilities		
Due to Bank and Financial Instituions	183,236	153,970
Due to Nepal Rastra Bank	-	-
Derivative financial instruments	-	-
Deposits from customers	2,427,330	2,305,546
Borrowing	-	-
Current Tax Liabilities	-	-
Provisions	-	-
Deferred tax liabilities	-	-
Other liabilities	115,555	115,064
Debt securities issued	-	-
Subordinated Liabilities	-	-
Total Liabilities	**2,726,121**	**2,574,580**
Equity		
Share capital	818,911	818,911
Share premium	19,703	19,703
Retained earnings	(625,465)	(618,321)
Reserves	245,934	250,429
Total equity attributable to equity holders	**459,083**	**470,723**
Non-controlling interest	-	-
Total equity	**459,083**	**470,723**
Total Liabilities and equity	**3,185,204**	**3,045,303**

Condensed Statement of Profit or Loss

1st Quarter End of Fiscal Year 2081/082

Fig in '000

Particulars	This year		Previous Year Corresponding	
	This Quarter (Ashwin end 2081)	Upto this Quarter (Up to Ashwin end 2081)	This Quarter (Ashwin end 2080)	Upto this Quarter (Up to Ashwin end 2080)
Interest income	67,789	67,789	60,408	60,408
Interest expense	48,224	48,224	42,190	42,190
Net interest income	**19,565**	**19,565**	**18,218**	**18,218**
Fee and commission income	2,581	2,581	696	696
Fee and commission expense	-	-	-	-
Net fee and commission income	**2,581**	**2,581**	**696**	**696**
Net interest, fee and commission income	**22,146**	**22,146**	**18,914**	**18,914**
Net trading income	-	-	-	-
Other operating income	4,874	4,874	4,742	4,742
Total operating income	**27,020**	**27,020**	**23,656**	**23,656**
Impairment charge/(reversal) for loans and other losses	21,790	21,790	5,456	5,456
Net operating income	**5,230**	**5,230**	**18,199**	**18,199**
Operating expense				
Personnel expenses	16,426	16,426	18,154	18,154
Other operating expenses	8,395	8,395	9,131	9,131
Depreciation & Amortisation	4,674	4,674	4,602	4,602
Operating Profit	**(24,265)**	**(24,265)**	**(13,687)**	**(13,687)**
Non operating income	6,060	6,060	3,800	3,800
Non operating expense				
Profit before income tax	**(18,205)**	**(18,205)**	**(9,887)**	**(9,887)**
Income tax expense				
Current Tax	-	-	-	-
Deferred Tax	-	-	-	-
Profit for the period	**(18,205)**	**(18,205)**	**(9,887)**	**(9,887)**
Condensed Statement of comprehensive income				
Profit for the year	(18,205)	(18,205)	(9,887)	(9,887)
Other comprehensive income	2,604	2,604	(7,662)	(7,662)
Fair value gain/(loss) on investment securities valued at FVOCI	2,604	2,604	(7,662)	(7,662)
Revaluation of Fixed Assets (land)	-	-	-	-
Total comprehensive income for the period	**(15,600)**	**(15,600)**	**(17,549)**	**(17,549)**
Basic earnings per share	-2.22	-2.22	-1.21	-1.21
Annualized basic earnings per share	-8.89	-8.89	-4.83	-4.83
Profit attributable to:				
Equity-Holders of the Bank	(15,600)	(15,600)	(17,549)	(17,549)
Non-Controlling Interest	-	-	-	-
Total	**(15,600)**	**(15,600)**	**(17,549)**	**(17,549)**

Ratios as per NRB Directive

Particulars	Current Year		Previous Year Corresponding	
	This Quarter (Ashwin end 2081)	Upto this Quarter (Up to Ashwin end 2081)	This Quarter (Ashwin end 2080)	Upto this Quarter (Up to Ashwin end 2080)
Capital Fund to RWA		12.70		20.40
Non-Performing Loan(NPL) to Total Loan		23.47		4.79
Total Loan Loss Provision to Total NPL		**56.89**		**134.75**
Cost of Funds		7.31		10.08
Credit to Deposit Ratio		69.78		88.66
Average Credit to Deposit Ratio		71.52		90.79
Base Rate		11.68		18.31
Interest Spread Rate		4.58		4.58

अभियन्ता चौधरीलाई 'ग्लोबल एन्टिरेसिजम च्याम्पेनशिप अवार्ड'

वाशिङ्टन डिसी, ६ कात्तिक /रासस

नेपालकी सामाजिक अभियन्ता उर्मिला चौधरी ग्लोबल एन्टिरेसिजम च्याम्पियनशिप अवार्डद्वारा सम्मानित भएकी छन्। अमेरिकी विदेशमन्त्री एन्टोनी ब्लिङ्केनले चौधरीसहित छ देशका सामाजिक अभियन्तालाई सोमवार आयोजित कार्यक्रममा उक्त अवार्ड प्रदान गरेका थिए।

अमेरिकी विदेशमन्त्री एन्टोनी ब्लिंकेन नेपालका सामाजिक अभियन्ता उर्मिला चौधरीलाई सोमवार वाशिङ्टन डिसीस्थित 'स्टेट डिपार्टमेन्ट'मा 'ग्लोबल एन्टिरेसिज्म च्याम्पियनशिप' अवार्डबाट सम्मानित गर्दै। तस्बिर: मधुकर अधिकारी/रासस

स्टेट डिपार्टमेन्टले सार्वजनिक गरेको विवरणमा चौधरी छ वर्षको उमेरमा कमलरीको रूपमा मालिकको घरमा पुगेकी थिइन्। उनलाई १७ वर्षको उमेरमा उद्धार गरेर पठनपाठनमा सहभागी गराइएको थियो। अहिले कानून पढेर आवाजविहीनहरूको आवाज बनेर अभियानमा लाग्ने प्रण गर्दै आएकी चौधरीले महिला सशक्तीकरणका लागि विभिन्न ३० वटा सहकारी समूहमार्फत काम गर्दै आएकी छन्।

चौधरीलाई उक्त अवार्ड नेपालका पिछडिएका अल्पसङ्ख्यक समुदायको लागि विभेद र शोषणको लागि काम गर्दै आएकी सशक्त अभियन्ता तथा मानव अधिकारको रक्षाका लागि अतिरिक्त साहस, नेतृत्वदायी भूमिका, मजबूत र प्रतिबद्धताका लागि प्रदान गरिएको स्टेट डिपार्टमेन्टले उल्लेख गरेको छ।

स्टेट डिपार्टमेन्टमा आयोजित कार्यक्रममा अमेरिकाका लागि नेपालका कार्यवाहक राजदूत कुमारराज खरेल पनि सहभागी थिए। अमेरिकाको विदेश मन्त्रालयले गत वर्षदेखि प्रदान गर्दै आएको उक्त अवार्ड प्राप्त गर्ने चौधरी दोस्रो नेपाली हुन्। गत वर्ष सोही अवार्ड नेपालकी सरस्वती नेपालीले प्राप्त गरेकी थिइन्।

नेपाल निजामती धनकौलको अध्यक्षमा अधिकारी

तस्वीर: प्रतीक

नितेश कर्ण, सर्लाही, ६ कात्तिक/

नेपाल निजामती कर्मचारी युनियन जिल्ला कार्यसमिति सर्लाहीको धनकौल गापा कार्यसमितिको अध्यक्षमा हरिओम अधिकारी चयन भएका छन्।

समितिको उपाध्यक्ष मोहमद रफिक, महिला उपाध्यक्ष रामायणीदेवी साह, सचिव सूर्य यादव, सहसचिव रामएकबाल ठाकुर, कोषाध्यक्ष कृष्णानन्दनप्रसाद साहलगायत १३ सदस्यीय कार्यसमिति चयन भएको छ।

नेपाल निजामती कर्मचारी युनियन, सर्लाहीका अध्यक्ष युगलकिशोर साहको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कृष्णमोहनप्रसाद साहलगायतको सहभागिता थियो।

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– दिउँसो: ३:४० बजे

२७ किलो गाँजा बरामद

प्रस, वीरगंज, ६ कात्तिक/

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराले सुवर्णपुर गाउँपालिका–३ बतौराबाट २७ किलो गाँजा बरामद गरेको छ भने तस्कर फरार भएका छन्।

सोमवार बिहान अस्थायी प्रहरी पोस्ट चरमोहना बाराबाट खटिएको प्रहरी टोलीले बारा सुवर्ण गाउँपालिका–३ बतौरा नहरमा चेकजाँच गर्ने क्रममा कञ्चनपुरबाट बतौरा आउँदै गरेको भारतीय नम्बरको मोटरसाइकल चालक मोटरसाइकल र गाँजा छाडी फरार भएका थिए।

प्रहरीले मोटरसाइकलको पछाडि रहेको बोरा चेकजाँच गर्दा २७ किलो गाँजा बरामद भएको र फरार गाँजा तस्करको खोजी भइरहेको जिप्रका, बाराका प्रवक्ता तथा सूचना अधिकारी प्रहरी नायब उपरीक्षक प्रकाश सापकोटाले जानकारी गराएका छन्।

Statement of Distributable Profit or Loss

Particulars	Current Year
Opening Retained Earning	**(618,321)**
Adjustment for Prior Period	3,961
Net profit or (loss)as per statement of profit or loss	**(18,205)**
Appropriations:	
a.General reserve	-
b.Foreign exchange fluctuation fund	-
c.Capital redemption reserve	-
d.Corporate social responsibility fund	-
e.Employee' training fund	-
f. Others	-
Profit or (loss) before regulatory adjustment	**(632,564)**
Regulatory adjustment:	
Regulatory adjustment as per NRB Directive	7,099
Distributable profit or (loss)	**(625,465)**

1. This figures are subject to change as per the direction of the Regulator/External Auditor.
2. The above financial have been prepared in accordance with Nepal Financial Reporting Standards (NFRS) as issued by the Nepal Accounting Standard Board after carve out issued by ICAN.
3. Previous year figures have been regrouped, rearranged and reclassified wherever necessary for fair presentation.
4. Loans and advances are presented along with accrued interest and staff loans net of impairment charges.
5. Detailed Interim Report has been published in Company's website (www.sfcl.com.np)

दीपावली पर्व केराखेती गर्ने किसानलाई आम्दानीको अवसर

महोत्तरी, ६ कात्तिक/रासस

दीपावली पर्व केराखेती गर्ने किसानलाई अतिरिक्त आम्दानीको अवसर बन्दै आएको छ। दीपावली र छठका लागि केही दिन पहिलेदेखि नै केराका घरीको बिक्री सघन बनेसँगै केराका थामकै पनि राम्रो मूल्य पाउने भएपछि मधेसका महोत्तरीसहित मिथिला क्षेत्रका किसानका लागि यो अतिरिक्त आम्दानीको अवसर बन्ने गरेको हो। खासमा दीपावली पर्वमा लक्ष्मीपूजनमा केराका थामको स्वागतद्वार बनाइने यहाँको परम्पराले यस बेलालाई किसानले केराको गोडमेलको अवसर बनाउने गरेका छन्।

"छिप्पिएका केराका घरी यस बेला राम्रो मूल्यमा एक साता पहिलेदेखि नै कुराकानी पक्का हुन्छ, यसै बेला सानाठूला सबैजसो व्यापारीले केराका थामको स्वागतद्वार बनाउने चलनले हामी झ्याङमा धेरै बढेका कोथा यसैबेला छ्यास्ने गर्छौं"–बर्दिबास–९ पशुपतिनगरका किसान भोला महतो भन्छन्–"दीपावलीको अवसरमा गोडमेल गरी उखेलेर फाल्नुपर्ने कोथाबाट पनि नगद पाइन्छ।"

केरा गोडमेलसँगै निकै झ्याङ्गिएका कोथा पहिले नै निकाल्ने बेला भए पनि किसान यसका लागि दीपावलीको मुख पर्खने गर्छन्। "भन्नुस् न, अरू बेला यी कोथाको के काम ? यतिखेर त घरघरै कोथा खोज्न व्यापारी आउँछन्, त्यसैले हामी केराको गोडमेललाई दीपावली पर्खने गर्छौं"–भोलाकै छिमेकका अर्का किसान रामविनोद महतो भन्छन्–"यस बेलाको गोडमेलले श्रमिकलाई दिइने ज्याला र थपमा आफ्नो पर्व खर्चमा पनि कोथा बिक्रीले सघाउँछ।"

स्वागतद्वार बनाउन नयाँ कोथा

तस्वीरः फाइल

(केराका थाम) प्रयोग गरिने परम्पराले दीपावलीको एक साता पहिलेदेखि नै किसानका खेतबारीका कोथाको बिक्री हुने पक्का हुने गरेको छ। "मेरो बारीका ५० जोर कोथाको त पेश्की नै पाइसकेको छु", भङ्गाहा–४ रामनगरका युवा किसान ३० वर्षीय रामईश्वर ठाकुर भन्छन्–"थाम बिक्रीले गोडमेलमा जनको बनी (श्रमिकको मजदुरी, ज्याला) मात्र नभई आफ्नै अन्य खर्चको जोहो पनि हुन्छ।" त्यसैले केरा गोडमेललाई दीपावलीको बेला पर्खने गरेको ठाकुर बताउँछन्। अन्य बेला गोड्दा उखेलेर फाल्नुपर्ने कोथाबाट यस बेला आम्दानी हुने भएपछि पर्वका बेला कामको धपेडी बढे पनि यस कामलाई दीपावली पर्खनुपरेको किसान बताउँछन्।

वर्षभरिमा एउटा केराको झ्याङमा पाँच/सातवटासम्म फाल्नुपर्ने कोथा निस्कने किसानको भनाइ छ। केराको एक/एक झ्याङमा हुर्केका (ठूला) तीनवटा बोट मात्र राखिनुपर्ने हुँदा यसभन्दा बढीका कोथा उखेलेर फाल्नुपर्ने हुन्छ। दीपावलीमा त्यही फालिने कोथा बिक्री हुने भएपछि यो खेती खर्चमा सहयोगी बन्ने किसान बताउँछन्।

"अरू बेला केरा गोडमेल गर्दा उखेलेर मलको भकारोसम्म पुऱ्याउन पारिश्रमिक दिनुपर्ने हुन्छ"–भङ्गाहा–६ हतिसर्वाको मदनपट्टिका किसान जयराम यादव भन्छन्–"दीपावलीमा भने कोथा किन्न आउने आफैंले पनि उखेलेर लाने गर्छन्, यसले मजदूरलाई दिनुपर्ने रकमसहित कोथा बेचेर प्राप्त हुने रकम अतिरिक्त आम्दानी हुने गरेको छ।" त्यसैले केरा गोडमेल र बढी निस्केका कोथा उखेल्न दीपावली पर्खने गरिएको किसानको भनाइ छ। पछिल्ला तीन वर्ष यता बर्सेनि थाम (कोथा) बाट रु ३० हजारसम्म आम्दानी हुने गरेको यादवले बताए। यादवको १५ कट्ठा जतिमा केराखेती छ।

दीपावली आउन एकसाता बाँकी छँदै शुरू भएको थामको बिक्री लक्ष्मीपूजाको दिन बिहानसम्म चल्ने गर्छ। अहिले मूल्य बोलकबोल गरिएका थाम भने लक्ष्मीपूजाको एक दिन अघि उखेलेर ग्राहकले लाने किसान बताउँछन्। धेरै गाँजिएपछि बोट छ्यास्नैपर्ने ठाउँमा तिहार पर्खेर बसेका किसान अन्य बेला फाल्नुपर्ने थामबाटै अहिले आम्दानी हुने भएपछि दीपावली पर्व पर्खने अवसर बनेको किसानको भनाइ छ।

दीपावलीभरिमा जिल्लामा रु २० लाख हाराहारीको थाम बिक्री हुने जिल्लाका उद्योग वाणिज्य सङ्घहरूको अडकल छ। खासमा थाम जलेश्वर, गौशाला, मटिहानी, रामगोपालपुर, मनरा, सीतापुर र लोहारपट्टीसहितका बजारमा बढी प्रयोग हुने गरेको महोत्तरी उद्योग वाणिज्य सङ्घका अध्यक्ष जितेन्द्र चौधरी बताउँछन्।

मिथिला क्षेत्रमा दीपावली र छठपर्वका अवसरमा स्वागतद्वार बनाउन प्रयोग गरिने थाम शुभ फलदायी मानिन्छ। केराका थामको स्वागतद्वारबाट लक्ष्मी गृह प्रवेश गर्ने विश्वासले यसको महत्त्व बढेको मिथिला संस्कृतिका जानकार बताउँछन्। वैदिककालदेखिकै यो परम्परा मिथिला लोकसंस्कृतिको हिस्सा नै बनेको जलेश्वर–५ पतैलीका ध्रुव रायले बताए।

मेची–महाकाली राष्ट्रिय उद्धार यात्राः मधेस र कोशी प्रदेशबाट ८४ जनाको उद्धार

वीरगंज, ६ कात्तिक/रासस

मेची–महाकाली राष्ट्रिय उद्धार यात्राको आठौं दिनसम्म कोशी र मधेस प्रदेशबाट ८४ जना सडकमा आश्रित मानवको उद्धार गरिएको छ। मानव सेवा आश्रम र आनी छोइङ डोल्मा फाउन्डेशनले अघि सारेको मेची–महाकाली राष्ट्रिय उद्धार यात्राको प्रधानमन्त्री केपीशर्मा ओलीले गत असोज २६ गते प्रधानमन्त्री निवास बालुवाटारबाट शुभारम्भ गरेका थिए। उद्धारकार्य भने यही असोज २८ गतेदेखि मेचीपुलबाट थालनी गरिएको थियो। मानव सेवा आश्रमका अध्यक्ष रामजी अधिकारीले मेची–महाकाली राष्ट्रिय उद्धार यात्राको आठौं दिन सोमवारसम्म आइपुग्दा कोशी र मधेस प्रदेशमा गरेर ८४ जना सडकमा आश्रित मानवको उद्धार गरेको जानकारी दिए।

"मेचीपुलबाट यात्रा थालेको उद्धार यात्रा आठौं दिनसम्म कोशी र मधेस प्रदेशमा सकाएका छौं। कोशी प्रदेशबाट ४४ जना र मधेस प्रदेशबाट ४० जनाको उद्धार गरेका छौं"–उनले भने–"मङ्गलवारदेखि भने बागमती प्रदेशमा रहेकाहरूको उद्धारकार्य अघि बढाइने छ।"

अध्यक्ष अधिकारीले कोशी र मधेस प्रदेशका उद्धार गरिएका सडकमा आश्रित मानवहरूलाई सरसफाइ र औषधोपचारपछि सोही प्रदेशमा रहेका मानव सेवा आश्रमका सेवा केन्द्रमा

तस्वीरः एजेन्सी

राखिएको जानकारी दिए। "अभियानको आठौं दिन सोमवार वीरगंज र सर्लाहीको हरिवनबाट तीन–तीनजना सडकमा आश्रितहरूको उद्धार गरेका छौं"–उनले भने–"रौतहटको चपुरबाट भने चार जनाको उद्धार गरिएको छ।"

मानव सेवा आश्रम वीरगंजका अभिभावक परिवारका सहसंयोजक प्रकाश थारूले उद्धार यात्रा अन्तर्गत सोमवार वीरगंजबाट सडकमा आश्रित तीनजनाको उद्धार गरिएको जानकारी दिए। "वीरगंजको सडकमा बेवारिसे अवस्थामा रहेका तीनजनाको उद्धार गरेका छौं"–उनले भने–"लामो समयदेखि सडकमैं बसोवास गरेकाले अहिले राम्रो आश्रमस्थल पाएका छन्, यो निकै सुखद कुरा हो।"

मानव सेवा आश्रम वीरगंजका अभिभावक परिवारका संयोजक हरि गौतमले मानवसेवा आश्रम वीरगंजमा अहिले ५४ जनाले आश्रय पाएको जानकारी दिए। "आश्रममा बसोवास गर्नेलाई ठाउँ अभावले गर्दा नयाँ भवन निर्माणको काम अघि बढाइरहेका छौं"–उनले भने–"भवन निर्माण गर्न विभिन्न सरकारी–गैरसरकारी निकायको सहयोग प्राप्त भए पनि आश्रम व्यवस्थापन र सञ्चालनमा रकमको अभाव भएको छ।"

मानवसेवा आश्रमले सातै प्रदेशका १९ वटा जिल्लामा २५ वटा सेवा केन्द्र विस्तार गरेको छ। अहिले मानव सेवा आश्रममा १,७९७ जनाले आश्रय लिंदै आएका छन्। आश्रमले विगत १२ वर्षको अवधिमा १०,४९७ जनाको सडकबाट उद्धार गरेको जनाएको छ। जसमध्ये १,१४६ जनाको पारिवारिक पुनःमिलन गराएको छ। त्यस्तै एक हजारभन्दा धेरै भारतीय नागरिकलाई पनि पारिवारिक पुनःमिलन गराएर घर पठाएको छ। त्यस्तै पाँचजना बङ्गलादेशी नागरिकलाई पनि पारिवारिक मिलन गराइसकेको छ।

आश्रममा रहेका १,३३७ जनाको भने मृत्यु भइसकेको छ। आश्रमका अध्यक्ष अधिकारीले सडकबाट उद्धार गरिएकामध्ये ६० प्रतिशतमा मानसिक समस्या देखिएकोले औषधोउपचार र अन्य व्यवस्थापन गर्न आर्थिक चुनौती कायमै रहेको गुनासो गरे। 'यो पटकको चाडपर्वमा, कोही बस्न नपरोस् सडकपेटीमा' भन्ने भावनासहित अभियान अघि सारिएको हो। ३२ दिनसम्म सञ्चालन हुने उद्धारयात्रामा वरिष्ठ गायिका तथा समाजसेवी आनी छोइङ डोल्मा र मानवसेवा आश्रमका संस्थापक/केन्द्रीय अध्यक्ष अधिकारीसहित ४७ जना यात्रीहरूको सहभागिता छ। यो अभियान यही कात्तिक २८ गते काठमाडौंको प्रज्ञा प्रतिष्ठानमा समापन गरिने जनाइएको छ।

चीनको फरबिडेन सिटी : चीनको राजधानी बेइजिङमा अवस्थित फरबिडन सिटी। यो सिटीलाई विश्वकै ठूलो दरबार दाबी गरिएको छ। परम्परागत शैलीमा निर्माण भएको सिटीमा नौ हजार ७०४ कोठा छन्। तस्बिरः कुलदीप न्यौपाने/रासस

फरक समाचार

कस्तो साथी बनाउने ?

असल साथीविना जीवन अधूरो लाग्छ, तिनीहरूले तपाईंलाई कठिन समयमा साथ मात्र दिंदैनन् तपाईंको व्यक्तित्व तिखार्न पनि मदत गर्छन्। तसर्थ तपाईंले साथी बनाउँदा विचारपूर्वक छनोट गर्नुपर्छ। जसले तपाईंको जीवनलाई

सकारात्मकतातर्फ लैजान सक्छ। यी पाँच गुण भएका व्यक्तिसँग मित्रता गर्दा तपाईंलाई लाभ पुग्छ।

इमानदारी : इमानदारी मित्रताको आधार हो। साँचो मित्र त्यो हो, जसले तपाईंसँग कहिल्यै झूट बोल्दैन चाहे सत्य जति नै तीतो किन नहोस्। उसले तपाईंका गलती लुकाउनुको सट्टा तपाईंलाई सही मार्ग अनुसरण गर्न सल्लाह दिन्छ। यस्ता साथीले तपाईंको आलोचना पनि गर्छ, तर उसको आलोचना सधैं रचनात्मक हुन्छ, यसले तपाईंलाई आत्म–विकासमा मदत गर्छ।

सहयोगी र प्रेरणादायी : हरेक व्यक्तिले जीवनमा धेरै प्रकारका चुनौतीहरूको सामना गर्नुपर्ने हुन्छ। यस्तो बेला सहयोगी साथीको महत्त्व बढ्छ। यस्तो साथीले सधैं साहस दिन्छ र कठिन परिस्थितिमा पनि तपाईंको साथ छोड्दैन। उसले तपाईंको सफलताप्रति ईर्ष्या गर्दैन, बरु गर्व महसूस गर्छ। यसबाहेक उसले तपाईंलाई आफ्नो क्षमता अधिकतम हदसम्म प्रयोग गर्न प्रेरित गर्छ।

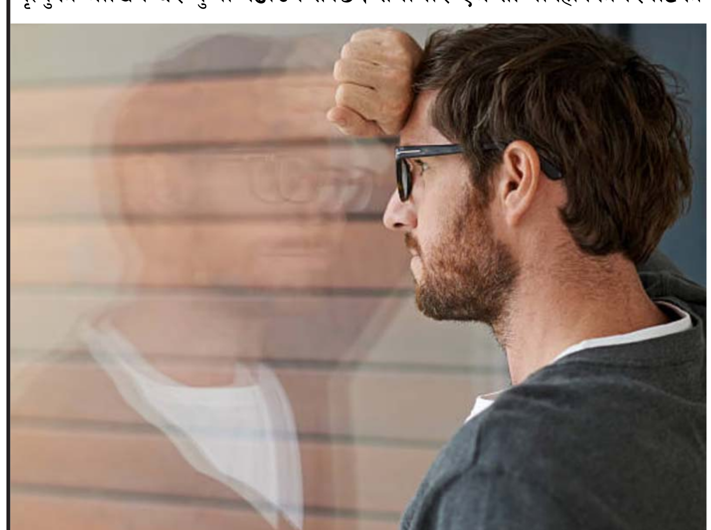
हास्यास्पद शैली : असल साथी त्यो हो, जसले तपाईंको जीवनमा खुशीको रङ भर्न सक्छ। जीवनको तनाव र समस्याहरूलाई हलुका बनाउन हँसिलो र रमाइलो साथी हुनु धेरै महत्त्वपूर्ण छ। यस्ता साथीले कठिन समयमा पनि मुस्कान ल्याउन र मानसिकरूपमा बलियो बनाउन मदत गर्छ। हाँस्दै साथीसँग समय बिताउनु तपाईंको मानसिक स्वास्थ्यको लागि पनि राम्रो हुन्छ।

भरपर्दो : मित्रताको अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष विश्वास हो। साँचो मित्र त्यो हो जसप्रति आँखा चिम्लेर भरोसा गर्न सकिन्छ। उसले तपाईंको गोप्य कुरा अरू कसैसँग बाँड्दैन र हरेक परिस्थितिमा तपाईंको साथ दिन्छ। त्यस्तो साथी जीवनभर सँगै रहन्छ र विश्वासलाई कहिल्यै टुट्न दिंदैन।

सकारात्मक मनोवृत्ति : जीवनमा सकारात्मक सोच राख्ने साथी हुनुपर्छ। यस्तो साथी नकारात्मक कुराबाट टाढा रहन्छ र तपाईंको जीवनमा सकारात्मक ऊर्जा भर्छ। उसले कठिन परिस्थितिमा पनि हिम्मत हार्दैन र हरेक चुनौतीको साहसपूर्वक सामना गर्न प्रेरणा दिन्छ।

एक्लोपनका कारण मृत्युदर बढ्यो

कतिपयलाई एक्लै बस्न मन लाग्छ। उसले आफैंसँग समय बिताउन आनन्द महसूस गर्छ। तर यदि यो एक्लोपन व्यक्तिको आफ्नै रोजाइ होइन भने यसले मृत्युको जोखिम धेरै गुणा बढाउन सक्छ। समाचार एजेन्सी योनहापको रिपोर्टका



अनुसार दक्षिण कोरियाको स्वास्थ्य तथा कल्याण मन्त्रालयले जारी गरेको तथ्याङ्कमा सन् २०२३ मा एक्लोपनका कारण ३,६६१ जनाको मृत्यु भएको उल्लेख छ। जबकि सन् २०२२ मा यो सङ्ख्या ३,५५९ थियो। गत वर्ष दक्षिण कोरियामा कुल मृत्युमध्ये १.०४ प्रतिशत व्यक्तिको एक्लोपनका कारण मृत्यु भएको थियो।

प्रतिवेदनका अनुसार एक्लोपनका कारण ज्यान गुमाउनेमा सबैभन्दा बढी पुरुष रहेका छन्। जसमा ८४.१ प्रतिशत पुरुष र बाँकी महिला छन्।

अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन अनुसार एक्लोपनले मुटु रोगबाट मृत्यु हुने जोखिम २९ प्रतिशत र स्ट्रोक ३२ प्रतिशतले बढाउँछ। यसबाहेक लामो समयसम्म एक्लै बस्दा मानसिक स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पर्छ जसले गर्दा आत्महत्याको सम्भावना निकै बढ्छ।

लक्षण : उदासी, दुःखी, खुशीको कमी वा निराशाको भावना, सधैं थकान महसूस हुनु, अनिद्रा आदि जस्ता लक्षणहरू एक्लोपनसँग सम्बन्धित छन्। यदि तपाईं एक्लै बस्नुहुन्छ र भित्रबाट सन्तुष्टि वा खुशी अनुभव गर्नुहुन्न भने यसलाई बेवास्ता गर्नुहुँदैन। वरपर मानिसहरू भए तापनि एक्लो महसुस गर्नुहुन्छ भने ध्यान दिनुपर्छ।

एक्लोपनबाट बच्ने उपाय : एक्लोपनबाट बच्ने उत्तम उपाय भनेको नयाँ साथी बनाउनु हो, जिम जानुहोस्, सामाजिक कार्यक्रमहरूमा जानुहोस् जहाँ तपाईं समान रुचि भएका मानिसहरूलाई भेट्न सक्नुहुन्छ। आफूलाई सधैं नयाँ कुरा सिक्न व्यस्त राख्नुहोस्।

– प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

गाजा बन्धकको रिहाइमा सहयोग गर्नेलाई आर्थिक पुरस्कार प्रदान गर्ने इजरायली उद्यमीहरूको प्रस्ताव

गाजामा बन्धकका परिवारजन बन्धक रिहाइको माग गर्दै प्रदर्शनमा । तस्वीरः एजेन्सी

जेरुसेलम, ६ कात्तिक/एएफपी

एक वर्ष लामो गाजा युद्ध युद्धविराम सम्झौतामा पुग्ने घट्दो सम्भावनाबाट निराश भएका केही इजरायली उद्यमीहरूले बन्धक रिहा गर्नेलाई आर्थिक पुरस्कार प्रदान गर्ने फरक मार्ग खोजेका छन् ।

सोडा स्ट्रिमका पूर्व सिइओ डेनियल बिर्नबामले सोमवार एएफपीलाई सामाजिक सञ्जाल एक्समा गाजाबाट जीवित इजरायली बन्धकलाई उद्धार गर्ने जो कोहीलाई एक लाख डलर नगद वा बिटक्वाइन दिने घोषणा गरेपछि करीब १०० वटा फोन कल प्राप्त भएको बताएका छन् ।

इजरायलमा आधारित सोडा कम्पनीका पूर्वअध्यक्षले आफ्नो प्रस्ताव बुधवार मध्यरातसम्म मान्य रहेको बताएका छन् ।

बिर्नबामले अधिकांश कल ठट्टा वा धम्की भएपनि त्यसमध्ये १० देखि २० वैध हुन सक्ने र थप प्रमाणीकरणका लागि इजरायली अधिकारीहरूलाई हस्तान्तरण गरिएको जानकारी दिएका छन् ।

यतिधेरै बन्धकहरूका बीच हमाससँग सम्बद्ध नभएका केही नागरिकसँग बन्दीहरूको जानकारी हुन सक्ने बिर्नबामले बताए ।

२०२३ अक्टोबर ७ मा हमासले गरेको इजरायली आक्रमणमा २५१ जनालाई बन्धक बनाइएको थियो । तीमध्ये ९७ जना अझै पनि गाजामा बन्दी रहेको इजरायली अधिकारीहरूले बताएका छन् ।

इजरायलको प्रतिशोधात्मक अभियानले अहिलेसम्म गाजामा कम्तीमा ४२ हजार ६०३ व्यक्तिको ज्यान गइसकेको छ, जसमध्ये अधिकांश आमनागरिक रहेका हमासद्वारा सञ्चालित क्षेत्रको स्वास्थ्य मन्त्रालयको तथ्याङ्कले जनाएको छ ।

"म सबैलाई फिर्ता पाउने आशा गरिरहेको छैन तर यदि हामीले एउटा मात्र बन्धक फिर्ता पायौं भने म खुशी हुनेछु," बिर्नबामले बताए ।

उनले यस विषयमा इजरायली सरकारबाट अनुमति नलिएको बताए । "मलाई लाग्छ वित्तीय पुरस्कारको तत्त्व निजी क्षेत्रबाट आउनुपर्छ, हेरौं यसले काम गर्छ कि गर्दैन । हामीले अहिलेसम्म जे गर्‍यौं, त्यसले केही काम गरिरहेको छैन," उनले भने ।

बिर्नबामको पहलको बारेमा सुनेपछि इजरायली-अमेरिकी घरजग्गा विकासकर्ता डेभिड हेगरले पनि यसका लागि पैसा जुटाउन थालेको बताए ।

उनले आइतवार इजरायली 'च्यानल १२' लाई बताए अनुसार हालसम्म आफ्ना साथीहरूको सहयोगबाट लगभग चार लाख डलर जम्मा गरिसकेका छन् र अन्य व्यापारीलाई पनि योगदान गर्न आह्वान गरेका छन् । रासस

रूसमा सेना पठाउने उत्तर कोरियाली तयारीले सियोल र नेटो चिन्तित

सियोल, ६ असोज/क्यूएनए

दक्षिण कोरियाका राष्ट्रपति युन सुक योल र उत्तर एटलान्टिक सन्धि सङ्गठन (नेटो)का प्रमुख मार्क रूटले उत्तर कोरियाले रूसमा सेना पठाउन गरेको तयारीबारे चिन्ता व्यक्त गरेका छन् । दक्षिण कोरियाको समाचार एजेन्सीका अनुसार प्योङयाङ र मस्कोबीचको सैन्य सहयोगबारे संयुक्त प्रतिक्रियासहित छलफल गर्न नेटो महासचिव मार्क रूट र युनबीच फोन वार्ता भएको थियो ।

युक्रेनमा रूसको सैन्य कारबाई तथा रूस र उत्तर कोरियाबीचको मामला इन्डो-प्यासिफिक क्षेत्र र एटलान्टिक क्षेत्रको सुरक्षासँग जोडिएको पुनः एकपटक पुष्टि हुने युनले वार्तामा बताएका छन् ।

जसले अन्तर्राष्ट्रिय व्यवस्थालाई कमजोर पारी कोरियाली प्रायद्वीप र विश्वव्यापी शान्ति खतरामा पार्ने समेत उनले उल्लेख गरेका छन् ।

नेटो र यसका सदस्य राष्ट्रहरूसँगको सहकार्यमा यसको प्रतिक्रिया खोज्ने आशा व्यक्त गर्दै युनले दक्षिण कोरियाले प्योङयाङ र मस्कोबीचको सैन्य सहयोगको विरुद्ध सक्रिय रही चरणबद्ध उपायहरू अवलम्बन गर्ने बताए ।

वार्ताका क्रममा रूटले उत्तर कोरियाले रूसमा सेना पठाउने निश्चित गरेको गम्भीर चिन्ता व्यक्त गर्दै यो निर्णयले अन्तर्राष्ट्रिय कानून र संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय सुरक्षा परिषद्का प्रस्तावहरूको खुल्लमखुल्ला उल्लङ्घन गरेको बताएका छन् ।

उनले रूस र उत्तर कोरियाबीचको सैन्य सहयोगको जवाफ दिन दक्षिण कोरियालाई सक्रियरूपमा सहयोग गर्न नेटो तयार रहेको कुरामा जोड दिंदै दक्षिण कोरिया, युक्रेन र नेटोबीच रक्षा सहयोग र सुरक्षा संवादलाई सुदृढ पार्ने आशा व्यक्त गरेका छन् ।

दुवै पक्षले प्रविधिको प्रयोगसहित रूस र उत्तर कोरियाबीच सहकार्यको घटनाक्रमलाई नजीकबाट निगरानी गर्न र संयुक्त प्रतिक्रिया गर्न सहमत भएका छन् ।

दक्षिण कोरियाको नेशनल इन्टेलिजेन्स सर्भिसले शुक्रवार उत्तर कोरियाले युद्धमा रूसलाई सहयोग गर्न करीब १२ हजार सेना पठाउने निर्णय गरेको तथा एक हजार ५०० सय सेना रूसको सुदूरपूर्वमा पठाएको जनाएको थियो । रासस

हाइटी गिरोहको आक्रमणमा दुईजनाको मृत्यु, पाँच हजार विस्थापित

पोर्ट-अ-प्रिन्स, ६ कात्तिक/एएफपी

हाइटीका गिरोहहरूले राजधानी पोर्ट-अ-प्रिन्समा आक्रमण गर्दा आठ महीनाकी गर्भवती महिलासहित दुईजना महिलाको मृत्यु हुनुका साथै पाँच हजार मानिस विस्थापित भएको नागरिक सुरक्षा विभागले सोमवार जनाएको छ ।

लामो समयदेखि गिरोह हिंसाबाट ग्रस्त रहेको हाइटीमा हालैका महीनामा हिंसा तीव्र हुँदै गइरहेको छ, जसले देशको मानवीय, सुरक्षा र राजनीतिक सङ्कटलाई अझ बढाएको छ ।

एएफपीलाई प्राप्त गराइएको आंशिक जानकारी अनुसार दक्षिणी सोलिनो जिल्लामा 'भिभ अन्सानम' (लिभिङ टुगेदर) गठबन्धनभित्रका गिरोहले गरेको आक्रमणमा ती दुईजना महिलाको मृत्यु भएको हो ।

"उनीहरूलाई उनीहरूको घरभित्रै मारिएको थियो"-नागरिक सुरक्षा प्रतिवेदनले जनाएको छ । प्रतिवेदनमा जलेका घर र सवारीसाधनको पनि वर्णन गरिएको छ ।

यस महीनाको शुरूदेखि नै पोर्ट-अ-प्रिन्सका धेरै जिल्लालाई गिरोहहरूले लक्षित गर्दै आएका छन् र सोमवार दिउँसो सोलिनोमा आक्रमण भएको हो ।

गिरोहले ल एस्टेरमा रहेको विद्यालयमा पनि आक्रमण गरेको छ । उक्त आक्रमणमा एक अभिभावकको हत्या हुनुका साथै विद्यालयका थुप्रै बालबालिका घाइते भएका छन् ।

अक्टोबरको शुरूमा पोन्ट-सोन्डे शहरमा गिरोहले आक्रमण गर्दा कम्तीमा १०९ जनाको मृत्यु भएको थियो भने ४० जनाभन्दा बढी घाइते भएका थिए ।

हाइटीमा शक्तिशाली गिरोहहरूले पोर्ट-अ-प्रिन्स र देशका मुख्य सडकहरूको ८० प्रतिशत नियन्त्रणमा लिएका छन् ।

मानव अधिकारका लागि संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय उच्चायुक्तले सेप्टेम्बरको अन्त्यमा उद्धृत गरेको तथ्याङ्क अनुसार जनवरीदेखि हाइटीमा भएको गिरोह हिंसाका कारण कम्तीमा ३,६६१ जनाको मृत्यु भएको छ ।

आप्रवासनका लागि अन्तर्राष्ट्रिय सङ्गठन (आइओएम) का अनुसार हिंसाले निम्त्याएको मानवीय भयका कारण सात लाखभन्दा बढी मानिस आफ्नो घर छोड्न बाध्य भएका छन् । रासस

ग्रीनताल र पृष्ठभूमिमा अन्नपूर्णः मनाङ डिस्याङ गाउँपालिका-१ पिसाङमा अवस्थित तीन हजार मिटर उचाइमा रहेको ग्रीनताल र पृष्ठभूमिमा अन्नपूर्ण दोस्रो हिमाल । तस्बिरः नवीन लामिछाने/रासस

एक वर्षमा १८ किलोमिटर सडक कालोपत्र

बाग्मती, ६ कात्तिक/रासस

सडक डिभिजन कार्यालय हेटौंडाले गत आर्थिक वर्षमा मकवानपुर, बारा र पर्सामा १८ किलोमिटर सडक कालोपत्र गरेको छ । सो अवधिमा छवटा पुल निर्माण भएका छन् ।

मकवानपुर, बारा र पर्सामा रणनीतिक सडकमध्ये १६ किलोमिटर सडक कालोपत्र गरिएको कार्यालयका सूचना अधिकारी इन्जिनीयर रमेश पाण्डेले जानकारी दिए । उनका अनुसार सो आवमा बारामा ११, पर्सामा छ र मकवानपुरमा एक किमी सडक कालोपत्र भएका छन् ।

निर्माणाधीन १२ वटा पुलमध्ये छवटा निर्माण सम्पन्न भएका छन् । बाँकी छवटा पुल चालू आवमा सम्पन्न हुनेगरी निर्माण भइरहेको सडक डिभिजन कार्यालयले जनाएको छ ।

डिभिजन कार्यालयका सूचना अधिकारी पाण्डेका अनुसार निर्माणाधीन पुलमध्ये पर्सामा तीन, बारामा दुई र मकवानपुरमा एक छन् । चालू आवमा सञ्चालित ४८ सडक पूर्वाधारका योजनामध्ये तीन महीनामा २४ वटाको योजना सम्झौता भइसकेको र १६ वटा सम्झौता प्रक्रियामा रहेको उनले जानकारी दिए ।

सडक पूर्वाधारका योजना सञ्चालन गरिए पनि बजेट अभावका कारण समस्या भइरहेको कार्यालय प्रमुख गुरुप्रसाद अधिकारीले बताए । "योजना आइसकेको छ, तर बजेट आइपुगेको छैन," प्रमुख अधिकारीले भने, "जसका कारण अधिकांश योजना रोकिएका छन् ।"

फ्लाई ...

मुख्यसचिवको पहल तथा नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरण नेतृत्व र फ्लाई दुबईको नेपाल प्रतिनिधि युनिभर्सल टुर्स एन्ड ट्राभल्स प्रालिको समन्वयमा सम्भव भएको उनले बताए ।

जजिराको विमान बिहान ७ बजेर ३० मिनेटमा भैरहवा आएर ८ बजेर ३० मिनेटमा कुवेत उड्ने गरी अनुमति पाएको विमानस्थलले जनाएको छ । दुई वर्षअघि २०७९ जेठ २ गते गौतमबुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलको उद्घाटन भएसँगै छिट्टै गौतमबुद्ध विमानस्थलमा उडान गर्ने योजना बनाएको छ । उक्त एयरलाइन्सको प्राविधिक टोलीले हालै गौतमबुद्ध विमानस्थलको भ्रमण गरेको थियो ।

दुई अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल पूर्ण

यस्तै, जजिरा एयरले पनि कात्तिक १२ गतेदेखि पुनः उडान सञ्चालन गर्दैछ । यस अघि १० महीना उडान गरेर उडान स्थगित गरेको एयरलाइन्सले पुनः सोही विमानस्थलमा उडान शुरू गर्न लागेको जनाइएको छ । जजिराले सातामा तीन दिन मङ्गलवार, बिहीवार र शनिवार उडान भर्नेछ ।

जजिराले भैरहवामा उडान थालेको थियो । प्राविधिक कारण देखाउँदै १० महीनापछि उडान स्थगित गरिएको थियो ।

त्यसैगरी, थाई एयर एशियाले पनि

क्षमतामा सञ्चालन गर्ने सरकारको कार्ययोजना अनुरूप गौतमबुद्ध विमानस्थलमा अन्तर्राष्ट्रिय उडान सञ्चालन गर्न लागिएको महाप्रबन्धक तिवारीले बताए । "सरकारको कार्ययोजना अनुरूप विशेष पहलकदमीमा अन्तर्राष्ट्रिय उडान सञ्चालनको वातावरण बनाउन लागिएको छ," उनले भने, "अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल सञ्चालनका लागि आवश्यक पर्ने अध्यागमन, भन्सार, सुरक्षालगायतका व्यवस्थापकीय काम दुरुस्त अवस्थामा रहेको छ ।"

सरकारले राष्ट्रिय गौरवको आयोजना गौतमबुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल र पोखरा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थललाई पूर्ण क्षमतामा सञ्चालनका लागि कार्ययोजनासहित प्रक्रिया अगाडि बढाएको छ । सोही योजना अनुरूप अन्तर्राष्ट्रिय एयरलाइन्सले धमाधम उडान गर्न लागेका हुन् ।

आजको राशिफल

मेष – राज्यलाभ	वृष – कान्तिक्षय
मिथुन – सुयश	कर्कट – खर्चवृद्धि
सिंह – धनलाभ	कन्या – सफलता
तुला – अस्वस्थता	वृश्चिक – वादविवाद
धनु – व्यापारवृद्धि	मकर – कडाश्रम
कुम्भ – कार्यनाश	मीन – भयचिन्ता

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

मोटरसाइकल चोरी भएको सूचना

चेसिस नं ME1SED141L0030926, इन्जिन नं E3Y3E0895599 भएको प्र २-०३-०१२प ६९७५ नम्बरको यामाहा कम्पनीको ११३ सिसीको रातो-कालो रङ्गको स्कुटी २०८१/०६/२४ गते राति-बिहान १:०० बजेको समयमा वीरगंज महानगरपालिका-१२ मुर्ली टोलस्थित घर अगाडि पार्किङ गरेको अवस्थामा चोरी भएकोले फेला पार्नुहुने महानुभावले नजीकैको प्रहरी कार्यालय वा मो.नं. नम्बर ९८१८५७९६११ मा खबर गरिदिनुभएमा उचित पुरस्कार दिइनेछ ।

-वाजिद अंसारी
वीरगंज महानगर-१२, मुर्ली

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

सर्लाहीको उत्तरी क्षेत्रमा खानेपानीको हाहाकार

तस्वीर: प्रतीक

सुकेको मुहान र खानेपानीको समस्याबारे गुनासो गर्दै स्थानीय बासिन्दा । तस्वीर: प्रतीक

नितेश कर्ण, सर्लाही, ६ कात्तिक/

सर्लाही जिल्लाको उत्तरी चुरे क्षेत्रमा खानेपानीको हाहाकार भएको छ। सुक्खा मौसम शुरू भएसँगै विगतका वर्षहरूझैं यस वर्ष पनि सो क्षेत्रमा खानेपानीको समस्या उत्पन्न भएको हो।

गत असोजमा आएको अविरल वर्षाले खोलामा रहेका पानीका मुहानहरू पुरिएपछि खानेपानीको समस्या भएको स्थानीयले बताएका छन्।

सर्लाही जिल्लाको लालबन्दी नगरपालिका–१५ को रुन्चे बजार, धुसेनी, देउराली, भुमरा, तल्लो देउराली, वडा नं १२ को जल्किनीडाँडा र भालुखोप तथा वडा नं १४ को नारायणखोलाका अधिकांश बस्ती, ईश्वरपुर नगरपालिका–१२ को घारीबथान, हरिवन नगरपालिका–१ पटौनालगायत चुरे क्षेत्रका बस्तीहरूमा खानेपानीको समस्या देखिएको छ।

जिल्लाको उत्तरी चुरे क्षेत्रमा रहेका धारा, कुवा, इनारलगायत खानेपानीका स्रोतहरू तथा सुक्खा मौसममा सुकिसकेका मुहानहरूमा पानी आउन थालेको थियो। तर अविरल वर्षाका कारण खोलामा आएको बाढीले पानीका मुहानहरू पुरिएपछि सो क्षेत्रका बस्तीहरूमा खानेपानीको अभाव शुरू भएको स्थानीयले बताएका छन्।

सो क्षेत्रका बासिन्दाहरू खोलाको धमिलो पानी पिउन बाध्य छन्। स्थानीय सरकारलाई जनताको समस्याको विषयमा जानकारी हुँदाहुँदै पनि त्यसको विकल्प र समाधानको बारेमा चासो नलिंदा यस क्षेत्रका जनताले हरेक वर्ष खानेपानीको समस्या झेल्दै आइरहेका छन्। लालबन्दी नगरपालिकाको वडा नं १२ मा १०३, वडा नं १५ मा ३९१ तथा वडा नं १४ मा ७६४ घरधुरी खानेपानीको समस्याबाट पीडित छन्। त्यस्तै, ईश्वरपुर नगरपालिका–१२ मा एक हजार १०० घरधुरीमा खानेपानीको समस्या रहेको छ।

शिक्षकहरूको ...

लागि पत्राचार भएको र रकम आएसँगै वितरण गरिने बताए। वडास्तरीय बजेटबाट तलब खुवाउने गरी निजी स्रोतका शिक्षकहरूको हकमा भने असोज

महीनामा मात्र गाउँसभा भएको र बजेट विनियोजन भएर नआएको कारण समस्या भएको बताए। उनले बजेट आएसँगै तलब सुविधा वितरण हुने बताए।

सेवा ...

सङ्घीय निजामती विधेयक संसद्बाट पारित गराउन मन्त्रालयको ध्यान केन्द्रित गरिएको र सो विधेयक अहिले राज्य व्यवस्था समितिमा दफावार छलफल भइरहेको बताए। उनले विधेयक आगामी संसद्को अधिवेशनबाट स्वीकृत हुने बताए।

मन्त्री गुप्ताले स्थानीय तहलाई थप सबल र क्रियाशील बनाउन मन्त्रालय लागिपरेको बताए। उनले जिल्ला समन्वय समितिको भूमिकालाई थप प्रभावकारी बनाउन ५५ वटा जिससमा प्राविधिक जनशक्ति व्यवस्था गरिएको र सोका लागि प्रथम र द्वितीय श्रेणीका ४१५ पदपूर्तिको लागि लोकसेवा आयोगमा माग गरिएको बताए। स्थानीय तहको सबल र दुर्बल पक्षको पहिचान गरी विकास तथा सुशासनमा रहेका कमीकमजोरीको जानकारी लिन र गाउँ तथा नगरपालिकाबीच प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता अभिवृद्धि गर्न एकीकृत मूल्याङ्कन कार्यविधि ढाँचा तयार गरिएको बताए।

उनले पत्रकार सम्मेलनमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत रिक्त रहेका स्थानीय तहका वरिष्ठ कर्मचारीलाई मात्र निमित्त व्यवस्था गरिएको र हाल रिक्त रहेका २३० स्थानीय तहमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको व्यवस्था गर्न नयाँ नियुक्त हुने अधिकृतस्तरका कर्मचारीलाई पहिलो पदस्थापन हुने व्यवस्था गरिएको पनि बताए। मन्त्री गुप्ताले विपद् व्यवस्थापन, सार्वजनिक सेवा प्रभावकारीलगायतका कार्यहरूलाई पनि प्राथमिकतामा राखेर काम गर्दै आएको बताएका थिए।

ग्याँसको चुहावटले हुने दुर्घटनाबाट बचौं

खाना पकाउने ग्याँसको चुहावटबाट हुने दुर्घटनाबाट बच्न:
- सिलिन्डर ल्याउँदा लैजाँदा नगुडाऔं,
- भान्सामा सिलिन्डर प्रयोग गर्दा ठाडो पारेर मात्र प्रयोग गरौं,
- गुणस्तरयुक्त रेगुलेटर, पाइप र चुलो प्रयोग गरौं,
- समयसमयमा ग्याँसको पाइप, रेगुलेटर र चुलो फेरौं,
- ग्याँस सिलिन्डरको प्रयोग अवधि हेरेर मात्र खरीद गरौं,
- काम सकेपछि सधैं रेगुलेटर बन्द गरौं,
- भान्साकोठाको झ्याल–ढोका सधैं खुला राखौं,
- सुतीको कपडा लगाएर मात्र खाना पकाउने गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

खेलकूदको संसार

अन्डर–१९ प्रतियोगिताको लागि क्लोज क्याम्पमा २४ जना छनोट

प्रस, परवानीपुर, ६ कात्तिक/

आगामी कात्तिक १० गतेदेखि विराटनगरमा हुने राष्ट्रियस्तरको अन्डर–१९ क्रिकेट प्रतियोगिताका लागि मधेस प्रदेशबाट २४ जना खेलाडी क्लोज क्याम्पका लागि छनोट भएका छन्।

खेलाडी चन्दन राम

प्रदेशस्तरीय यस प्रतियोगितामा सबैभन्दा बढी पर्साबाट पाँच, बाराबाट चार, धनुषाबाट दुई गरी २४ जना छनोट भएको बताइएको छ।

पर्साबाट इब्राहिम शेख, सफवान अली, वसिम मन्सुरी, रञ्जीत कुमार, अनुज चौहान, बाराबाट अमरदीप यादव, साहिब पटेल, नीरज गुप्ता, रोहण साह गरी नौजना परेको क्यान पर्साका अध्यक्ष मनीष सिंहले बताए।

अभिषेक तिवारीको कप्तानीमा क्लोज क्याम्प भइरहेको टोलीका अन्य खेलाडीहरूमा भोला साह, शैलेन्द्र साह, राज पटेल, जीतेन्द्र मण्डल, डब्लु मल्लिक, राजेश यादव, रूपेश यादव, नीरज राज, रोहण साह, अफ्रुद्दीन राई, रञ्जीत यादव, सञ्जीत मुखिया, अभिषेक कार्की, अफिल श्रवणलगायत रहेका छन्।

कलैयाको सिद्धेश्वर मावि खेलमैदानमा भइरहेको तीन दिने प्रशिक्षण कार्यक्रम सकेर १४ सदस्यीय प्रदेशस्तरीय अन्डर–१९ खेलाडी छनोट गरेर विराटनगरमा हुने प्रदेशस्तरीय प्रतियोगितामा पठाउने तयारी रहेको बुझिएको छ।

अन्डर–१९ टीममा परेनन् चन्दन राम

अन्डर–१६ राष्ट्रियस्तरको क्रिकेट प्रतियोगितामा मधेस प्रदेशको प्रतिनिधित्व गरिसकेका खेलाडी पर्साका चन्दन राम अन्डर–१९ राष्ट्रिय प्रतियोगिताबाट बाहिरिएका छन्। आठवटै जिल्लाका पाँच दर्जन खेलाडीलाई मिलाएर बनाइएको चारवटा टीमबीच भएका तीनवटा खेलमा उनले राम्रो प्रदर्शन गर्न नसकेपछि उनी प्रदेशको क्लोज क्याम्पमा पर्न नसकेका हुन्।

अन्डर–१६ प्रतियोगिता मधेस प्रदेशले जितेको थियो। उनले अन्य प्रतियोगितामा पनि राम्रो प्रदर्शन गर्दै आएका थिए तर अभ्यास खेलहरूमा तीनवटा खेलमा जम्मा चार विकेट लिएका कारण छनोटकर्तालाई आकर्षित गर्न सकेनन्। मधेस प्रदेशका प्रतिभावान् खेलाडीको रूपमा चिनिने चन्दन राम मधेस प्रदेशको टीमबाट बाहिरिनु दुःखद भएको क्रिकेट प्रशिक्षकहरूले बताउँछन्।

क्रिकेट प्रतियोगिता : विन्ध्यवासिनी र पोखरिया विजयी

प्रस, पोखरिया, ६ कात्तिक/

सखुवाप्रसौनी गाउँपालिकामा सञ्चालित नकआउट क्रिकेट प्रतियोगिता अन्तर्गत मङ्गलवार सम्पन्न पहिलो खेलमा बहुदरमाईलाई पराजित गर्दै विन्ध्यवासिनी गापा विजयी भएको छ। टस जितेर बहुदरमाईले विन्ध्यवासिनीलाई ब्याटिङको निम्तो दिएको थियो।

विन्ध्यवासिनीले १६ ओभरमा सबै विकेट गुमाएर ८१ रन जोडयो। प्रतिउत्तरमा बहुदरमाई भने केवल ११ रनमा सबै विकेट गुमाएर पराजित भयो। पहिलो खेलको 'म्यान अफ दी म्याच' विन्ध्यावसिनीका धनसुन्दर घोषित भए।

यसैगरी, आज भएको दोस्रो खेलमा पोखरिया गापाले कालिकामाईलाई पराजित गर्‍यो। टस जितेर ब्याटिङ गरेको पोखरियाले निर्धारित १६ ओभरमा नौ विकेट गुमाएर ८७ रन बनाएको थियो। प्रतिउत्तरमा कालिकामाईले १५ ओभरमा सबै विकेट गुमाएर ८४ रन जोडेको थियो। दोस्रो खेलको 'म्यान अफ दी म्याच' विकास दास घोषित भएको आयोजक सखुवाप्रसौनी युवा समाजका सचिव सरोज पटेलले बताए।

पाल्पामा भलिबल खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धात्मक खेल हुँदै

रामपुर (पाल्पा), ६ कात्तिक/रासस

पाल्पामा खेलकूदका क्रियाकलाप बढ्दै गएका छन्। खेलकूदमा खेलाडीको मनोबल बढाउन प्रतिस्पर्धात्मकरूपमा विभिन्न खेल सञ्चालन भइरहेका छन्।

मण्डली स्पोर्ट्स क्लब पूर्वखोला–१ सिलुवाको आयोजनामा पाल्पामा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय भलिबल खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धात्मकरूपमा खेल हुने भएको छ। राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय भलिबल खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धात्मक हुनेगरी खुल्ला क्लबस्तरीय पुरुष तथा महिला भलिबल प्रतियोगिता सञ्चालन हुने भएपछि खेलप्रेमीमा उत्साह बढेको छ।

यही कात्तिक २१ देखि २४ गतेसम्म आठौं मण्डली कप २०८१ सञ्चालन गर्न लागेको आयोजकले जनाएको छ। प्रतियोगितामा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय भलिबल खेलाडीको सहभागिता रहनेछ। क्लबमार्फत जुनसुकै स्थानका खेलाडी पनि प्रतियोगितामा प्रतिस्पर्धा गर्न पाउने अवसर रहेको आयोजकले बताएको छ।

प्रतियोगितामा विभागीय टोलीबाहेक अन्य जुनसुकै क्लबले पनि प्रतिस्पर्धा गर्न पाउने र विभागीय क्लबका खेलाडी पनि अन्य क्लबमार्फत प्रतियोगितामा सहभागी हुन पाउनेछन्। पुरुषतर्फ छ क्लब र महिलातर्फ चार क्लबको सहभागिता रहने क्लबका अध्यक्ष एवं भलिबलका राष्ट्रिय रेफ्री अनन्तप्रसाद श्रेष्ठले जानकारी दिए। उनका अनुसार प्रतियोगितामा १४ वटा खेल हुनेछन्।

पुरुष भलिबल प्रतियोगितातर्फ प्रथम हुनेलाई रु एक लाख ५० हजार, द्वितीय पुरस्कार रु एक लाख, तृतीय पुरस्कार रु ७० हजार र सान्त्वना पुरस्कार रु ३५ हजार रहेको क्लबका सचिव कृष्णप्रसाद पँगेनीले बताए। यस्तै, महिलातर्फ प्रथम पुरस्कार रु ३० हजार, द्वितीय पुरस्कार रु २० हजार, तृतीय पुरस्कार रु १० हजार र सान्त्वना पुरस्कार रु पाँच हजार रहेको छ।

थाउँलु विश्वकपका लागि उसु खेलाडीको बिदाइ

हेटौंडा, ६ कात्तिक/रासस

जापानको टोकियोस्थित योकोहा शहरमा अक्टोबर २३ देखि २८ सम्म आयोजना हुने तेस्रो थाउँलु विश्वकप २०२४ मा सहभागी उसु खेलाडी टोलीलाई बिदाइ गरिएको छ। बाग्मती प्रदेशका युवा तथा खेलकूद मन्त्री मीनकृष्ण महर्जनले जीतका लागि शुभकामना दिंदै बिदाइ गरेका छन्।

सो अवसरमा मन्त्री महर्जनले अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा खेलाडीलाई सहभागी गराएर खेलमार्फत राष्ट्रको नाम विश्वसामु चिनाउन र पदक जिताउन उसु महासङ्घको महत्त्वपूर्ण योगदान रहेको भन्दै महासङ्घलाई धन्यवाद दिए।

विश्वकपमा खेलाडी दीपक हमाल, विजय सिञ्जाली, नीमा घर्तीमगर, पासाङ शेर्पा र राजीव तामाङ सहभागी हुनेछन्। नेपाली उसु टोलीको नेतृत्व महासङ्घका महासचिव ल्हाक्पा छिरिङ लामाले गर्नेछन् भने अन्तर्राष्ट्रिय कोच निकेश श्रेष्ठले टीम कोचको भूमिका निर्वाह गर्ने जनाइएको छ।

विश्वकपमा सहभागिता जनाउन जान लागेका खेलाडी २०२४ अप्रिलमा चीनमा भएको अन्तर्राष्ट्रिय आमन्त्रित उसु प्रतियोगिताबाट छनोट भएका हुन्। साथै एशियाली राष्ट्रमध्ये यस प्रतियोगितामा नेपालले मात्रै सहभागी हुने अवसर प्राप्त गरेको महासङ्घका महासचिव लामाले जानकारी दिए।

काठमाडौंमा आयोजित बिदाइ कार्यक्रममा नेपाल लोकतान्त्रिक खेलकूद सङ्घका अध्यक्ष देवेन्द्रकुमार शेरचन, राष्ट्रिय खेलकूद परिषद् अन्तर्गत राष्ट्रिय टीम तयारी निर्देशक दीपक विष्ट, उपनिर्देशक एवं राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय खेलाडी सङ्घका अध्यक्ष दीपक श्रेष्ठलगायतले खेलाडीलाई जीतको शुभकामना दिएका थिए।