गणतन्त्र दिवस, २०८०
भव्यरूपमा मनाऔं
- गणतन्त्र दिवस (जेठ १५ गते) को अवसरमा विभिन्न कार्यक्रमको आयोजना गरौं ।
- लोकतान्त्रिक गणतन्त्रका उपलब्धिलाई संस्थागत गरौं ।
- संघ, प्रदेश एवं स्थानीय सरकारबीच समन्वय र सहकार्य गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

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

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

❖ वर्ष ३६ ❖ २०८० जेठ ०४ गते बिहीवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2023 May 18 Thursday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क २५७

अतिक्रमित जगगाको विषयलाई लिएर गर्दौल तनावग्रस्त

तस्वीर: प्रतीक

राधेश्याम पटेल, परवानीपुर, ३ जेठ/
विन्ध्यवासिनी गाउँपालिकाको गर्दौलमा विद्यालय र ऐलानी जग्गा अतिक्रमणमुक्त गराउन खोज्दा प्रहरी र स्थानीयवासीबीच बुधवार तनाव सिर्जना भएको छ । गापा अध्यक्ष प्रमोद तिवारीको निर्देशनमा विद्यालय र ऐलानी जग्गा खाली गराउने क्रममा गाउँलेहरूले नमान्दा तनावको अवस्था सिर्जना भएको हो ।

गर्दौलमा विद्यालयको जग्गा दुई बिघा १५ धुर र गापाको ऐलानी जग्गा एक बिघा एक कट्ठा आठ धुर अतिक्रमणको चपेटामा परेको छ । सोही जग्गा खाली गराउन कार्यपालिकाको बैठकबाट ११ महीनाअघि निर्णय गर्दै सूचना पनि जारी गरिएको थियो । तर अतिक्रमण गरी घर बनाएका गाउँलेहरूले हालसम्म जग्गा खाली नगर्दा प्रशासनको सहयोग लिनुपरेको गापा अध्यक्ष तिवारीले बताए ।

यस विषयमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्साका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक दीपक गिरीले बिहान १० देखि दिउँसो १ बजेसम्म विभिन्न चरणमा छलफल भइरहेको र विद्यालयको पौने तीन कट्ठा जग्गा तत्काल खाली गराउन गापाको निर्देशन रहेकोले आफूहरू फिल्डमा खटिएको बताए । अवस्था सामान्य नभए बल प्रयोग गर्न सुरक्षाकर्मी तयारी अवस्थामा रहेको उनले जानकारी गराए ।

विद्यालय र ऐलानी जग्गा अतिक्रमण गरेर घर बनाएका गाउँलेहरूले जुनसुकै अवस्थाको सामना गरेर प्रतिवादको तयारीमा रहेको गाउँलेहरूले बताएका छन् । वडा नं २ का अध्यक्ष मुक्तिनारायण राउत कुर्मीले वडा कार्यालयले हाल जग्गा खाली नगराउने निर्णय गरिसकेको र समस्या समाधानको लागि वार्ताबाट टुङ्गो लगाउने अडानमा रहेको बताएका छन् । आजको विवादपछि सात दिनभित्र अतिक्रमित जग्गा खाली गराउने कुरामा स्थानीय सहमत भएपछि एक साताको लागि अभियान रोकिएको गापाध्यक्ष तिवारीले बताए ।

जेठ १० गतेभित्र अतिक्रमित जग्गा खाली गराउन आफू र वडा नं १ र २ का अध्यक्षद्वय मुक्तिनाथ कुर्मी र अच्छेलाल महतोसमेतको रोहबरमा जेठ १० गतेभित्र अतिक्रमित क्षेत्र खाली गराउने र नगरे प्रचलित कानून बमोजिम गापाले खाली गराउने कुरामा लिखित सहमति भएको गापाध्यक्ष तिवारीले बताए ।

सिम्रौनगढ नपाका दुई प्रशासकीय अधिकृतसहित ११ जनाविरुद्ध विशेष अदालतमा मुद्दा दायर

प्रस, वीरगंज, ३ जेठ/
बारा जिल्ला सिम्रौनगढ नगरपालिकाका तत्कालीन दुईजना प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतसहित ११ जनाविरुद्ध अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले बुधवार विशेष अदालतमा भ्रष्टाचार मुद्दा दायर गरेको छ ।

अख्तियारका प्रवक्ता भोला दाहालले झूटा बिल, भरपाई तथा गलत प्रतिवेदन तयार गरी गैरकानूनी लाभ तथा हानि पुऱ्याएको सम्बन्धमा सिम्रौनगढ नपाका तत्कालीन प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत हरिओम जयसवाल, इन्जिनीयर वीरेन्द्रप्रसाद साह र उपभोक्ता समितिका अध्यक्षसहित आठजनाविरुद्ध र सोही कार्यालयका तत्कालीन प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत विश्वराज मरासैनीसँगै तीनजना उपर सार्वजनिक सम्पत्ति हानिनोक्सानी एवं राजस्व चुहावट गरी भ्रष्टाचार गरेको कसूरमा आज विशेष अदालतमा मुद्दा दायर गरिएको बताए ।

मधेस प्रदेश सरकारको अनुदान सहयोगमा २०७७/७८ मा सञ्चालित योजनाहरूमा बजेट निकासा गरेर योजना

सञ्चालन एवं सम्पन्न नगरी रकम हिनामिना गरेको संसदीय अनुगमन विशेष समिति २०७५ मधेस प्रदेशको प्रतिवेदनको सम्बन्धमा अनुगमन गर्दा सो नगरपालिकाबाट आव २०७७/७८ मा दुईवटा योजनामा विनियोजित बजेटलाई आफूखुशी परिवर्तन गरी सिम्रौनगढ नपा–९ स्थित बसवरियादेखि अमरपुर जाने बाटोमा माटो पुरी ग्राभेल निर्माण कार्यमा नपा कार्यालय र उपभोक्ता समितिबीच भएको सम्झौताबमोजिमका शर्त पालना नगरी लागत अनुमान बमोजिम गर्नुपर्ने सबै काम नगरी नभएको काम भए गरेको भनी नापी किताब र बिलसमेत तयार पारेर कार्य सम्पन्न प्रतिवेदन प्रमाणित गरी झूटा बिल भरपाईको आधारमा १० लाख आठ हजार ९६५ रुपैयाँ बढी भुक्तानी दिएको र सोबाट कमिशन लिएको देखिएको हुँदा सोही अनुसार विशेष अदालत काठमाडौंमा मुद्दा दायर गरिएको प्रवक्ता दाहालले बताए ।

भ्रष्टाचारविरुद्ध जनमतको विरोध प्रदर्शन

प्रस, वीरगंज, ३ जेठ/
नक्कली भुटानी शरणार्थी प्रकरणलगायत भ्रष्टाचारकाण्डहरूको हुनुपर्ने मागसहित मधेस प्रदेश सरकारबाट भएका साइकल वितरण, छोरी बीमा, पोखरी सौन्दर्यीकरणलगायतमा भएको नेपाली जनता रहेको बताए । कार्यक्रममा केन्द्रीय सदस्य डा अजय यादव, जिल्ला सहइन्चार्ज मुकेश द्विवेदी, सहसंयोजक

तस्वीर: प्रतीक

निष्पक्ष छानबीनको माग गर्दै जनमत पार्टी, पर्साले बुधवार दोस्रो दिन घण्टाघरमा धर्नासहित विरोध प्रदर्शन गरेको छ ।

जनमत पार्टी, पर्साका अध्यक्ष ओमप्रकाश सर्राफ नेतृत्वको विरोध कार्यक्रममा वक्ताहरूले नक्कली भुटानी शरणार्थी प्रकरणको निष्पक्ष छानबीन भ्रष्टाचारको निष्पक्ष छानबीन हुनुपर्ने माग गरेका थिए ।

कार्यक्रममा नक्कली भुटानी शरणार्थी प्रकरणमा प्रहरीले देखाएको कामको कदर गर्दै प्रदर्शनकारीरूले फूलको गुच्छा दिएर सम्मान गरेका थिए । उनीहरूले यो प्रकरणमा खुट्टा नकमाएर कार्य गर्न र प्रहरीको पक्षमा अहिले सम्पूर्ण रामजी रौनियार, हरिहर साह, कृष्ण पटेल, महिला नेत्री रेखा यादव, विद्यार्थी नेता राजु गिरी, अजय चौरसिया, बिराजु यादव, महादेव शर्मा, कृष्ण कुशवाहा , मनोज पटेल, गुड्डु तिवारीलगायतको सहभागिता थियो । कार्यक्रमको सहजीकरण सचिव राजनारायण मिश्रले गरेका थिए ।

वीरगंजको लागि विशेष प्याकेजको माग

प्रस, परवानीपुर, ३ जेठ/
वीरगंज महानगरपालिकाका प्रमुख राजेशमान सिंहले वीरगंज महानगरपालिकाका लागि विशेष प्याकेजको व्यवस्था गर्न प्रदेश सरकारसँग माग गरेका छन् ।

बुधवार महोत्तरीको बर्दिबासमा प्रदेश सरकारको अर्थ मन्त्रालयले आयोजना गरेको आगामी आर्थिक वर्षको

तस्वीर: प्रतीक

पूर्वबजेटसम्बन्धी छलफल कार्यक्रममा उनले वीरगंज मधेस प्रदेशको एकमात्र महानगर भएकोले नयाँ नीति तथा कार्यक्रममा वीरगंज महानगरको लागि विशेष प्याकेजको व्यवस्था गर्न अनुरोध गरे ।

उनले प्रदेश सरकारको नीति तथा कार्यक्रम बनाउनुपूर्व प्रदेश सरकारका अर्थमन्त्री, योजना आयोगका उपाध्यक्षका साथै सम्बद्ध मन्त्रालयका सचिवसहितको टोलीलाई वीरगंज आएर स्थलगत भ्रमण र अवलोकन गर्न आग्रह गरे ।

सङ्घीय सरकारबाट देशका छवटा महानगरमध्ये सबैभन्दा कम बजेट वीरगंज महानगरले पाइरहेको बताए । वीरगंजलाई मधेस प्रदेशकै सम्मुन्नत र समृद्ध शहर बनाउन प्रदेश सरकारले पनि आवश्यक पूर्वाधार निर्माणमा विशेष जोड दिनुपर्ने बताए ।

कार्यक्रममा अर्थमन्त्री सञ्जय यादव, मधेस प्रदेश योजना आयोगका उपाध्यक्ष नाथुप्रसाद चौधरी, मन्त्रालयका सचिवहरू, प्रदेशसभा सदस्यहरू, पालिकाका प्रमुखहरूलगायतको सहभागिता थियो ।

छोटकरी

आगलागीमा चौपायाको मृत्यु

प्रस, वीरगंज, ३ जेठ/
पचरौता नगरपालिका–१ पिपरपाती बारामा बुधवार बिहान आगलागी हुँदा पाँचवटा चौपाया मरेको प्रहरीले जनाएको छ । प्रहरी चौकी पिपरपातीले जनाए अनुसार आज बिहान सवा चार बजे चकोर मियाँको खपडाको गोठमा लामखुट्टे भगाउन बालेको घुरबाट आगो लागेको र गोठमा रहेको भुसमा आगो सल्केर भैंसी एउटा, पाडी एक, खसी दुई र पाठी एउटा गरी पाँचवटा चौपाया जलेर मरेको जनाएको छ ।

गर्मीले छात्रा बेहोश

तस्वीर: प्रतीक

प्रमोद यादव, पंचगावाँ, ३ जेठ/
निचुटा माध्यमिक विद्यालयमा एकजना छात्रा बेहोश भएकी छन् ।

पटेर्वासुगौली गाउँपालिका–५ निचुटास्थित नेपाल राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालयमा कक्षा ६ मा अध्ययनरत रविताकुमारी रौनियार बुधवार कक्षा सञ्चालन भएकै बखत बेहोश भइन् ।

कक्षाकोठामा विद्यार्थीको चाप बढी भएर अत्यधिक गर्मीका कारण छात्रा बेहोश भएकी शिक्षक देवेन्द्र साहले बताए । बेहोश छात्राको निचुटा स्वास्थ्य चौकीमा उपचार गरिएको थियो । उपचारपछि छात्रा घर फर्केको वरिष्ठ अहेब प्रमोद कर्णले बताए ।

यसैगरी, हिजो पटेर्वासुगौली गापा–४ सुगौली दाप माविमा अध्ययनरत दुईजना छात्र बेहोश भएका थिए । उनीहरू पनि गर्मीकै कारण बेहोश भएका हुन् । गर्मी बढेपछि अहिले अधिकांश पालिकामा बिहानी कक्षा सञ्चालन गरिएका छन् ।

विचारसार एवं सूक्तिहरू

समय बडो धारिलो हुन्छ, यो काटिन्छ तर धेरै कुरा काटेर मात्र ।

प्रकाशक : प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि., वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक : जगदीशप्रसाद शर्मा
प्रबन्ध सम्पादक : विकाश शर्मा
सम्पादक : शत्रुघ्न नेपाल/ खड्‌गबहादुर श्रेष्ठ (प्रताप)
समाचार सम्पादक : आर. के. पटेल
बारा विशेष प्रतिनिधि : गम्भीरा सहनी
मुद्रक: प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
त्रिमूर्ति टोल, श्रीपुर, वीरगंज-१४ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१-५२५१२२, ५२३१०५
email: prateekdaily@gmail.com
Website: www.eprateekdaily.com

खेत-बस्ती खाँदै खोलाहरू

खोलाहरूले खेत र बस्ती खाँदैछन् । खोला अनियन्त्रित भए, नियन्त्रण गर्न कोही चनाखो भएन, सरकारको काम त जहिले पनि झारा टराईमात्र हुन्छ । खोलाहरू किन अनियन्त्रित भए, प्राकृतिक कारणले वा मानिसकै लापरवाहीले । यस प्रश्नको तहसम्म नपुगुन्जेल समस्याको समाधान निस्कँदैन । खोला भनेको वर्षात्को पानी चारैतिरबाट एक ठाउँमा जम्मा भएर बग्ने पानीको बहाव हो । जुन खोलाको उद्‌गम हुन्छ, त्यसमा वर्षैभरि पानी बगिरहन्छ, त्यसको स्वभाव र प्रकृति थाहा पाउन सकिन्छ । तर जुन खोला (खहरे) वर्षात्का बेला मात्र बग्छ, त्यसको प्रकृति र स्वभाव थाहा हुँदैन । उसले बग्ने बाटोमा अलिकति पनि तलमाथि भयो भने जताबाट पनि बग्न सक्छ । नियमित नबग्ने हुँदा यसका किनारहरू बलिया हुँदैनन् । अनि यी खोलाहरूमा एक्कासि बाढी आउँछ, कुन ठाउँमा बढी पानी पऱ्यो, त्यहाँको किनार भत्काउँदै उब्जावाल जग्गा नाश गर्दै हिंड्छ । केही वर्षको अन्तरालमा बस्तीसम्म पुग्छ । धनुषा जिल्लाको चारनाथ खोला यस्तै स्वभाव र प्रकृतिको हो । यसर्थ यसबाट हुने क्षति रोक्न नागरिक र सरकार दुवैले विवेकपूर्ण र नियमित दायित्व निर्वाह गर्नुपर्छ ।

चारनाथ खोलाबारे आएको समाचारमा यसको भुइँ सतह भरिएर पानी जथाभावी बग्ने समस्या देखिएको छ । यो खासै ठूलो समस्या होइन, साथै किनारहरूमा पानीलाई रोक्न सक्ने प्रजातिका बोट बिरुवा लगाउनु पनि महाभारतको युद्ध जित्नुजति कठिन होइन । सरकारको तत्परतामा बाँध बाँधेर तटबन्ध गर्नु अलि कठिन हुन सक्छ, किनकि त्यसका लागि ठूलो लगानी चाहिन्छ । हामीकहाँ राष्ट्रिय गौरवका आयोजनाहरू त अलपत्र परिरहेको अवस्थामा एउटा जाबो खोलालाई तटबन्ध गर्नु शासकहरूको दायित्वभित्र पर्नैसक्दैन । कुरा चारनाथजस्तो खहरे खोलाको मात्र होइन, तराईमा बग्ने सोझा, नियमित बहाव भएका नदीहरू पनि आज अनियमित भइसकेका छन् । नदीको सबैभन्दा ठूलो समस्या हो, यसको सतह भरिनु । सतह कि बालुवा, ढुङ्गाले भरिन्छ कि माटोले । बालुवा-ढुङ्गाले भरिएको सतहलाई त अवैध तरीकाले भए पनि क्रसर उद्योगहरूले तह लगाउँछन् तर तिनले सतह तह लगाउने एउटा राम्रो कामको साटो दशवटा नचाहिंदो काम गरेर समस्या झन् बल्झाइदिन्छन् । त्यो हो, अत्यधिक दोहन । बढी ढुङ्गा-बालुवा थुप्रिनु जसरी हानिकारक हुन्छ, धेरै ढुङ्गा-बालुवा झिक्नु झन् अभिशाप बन्छ । खोलामा माटो भरिने समस्या पनि पत्तो नलाग्ने होइन ।

दुनियाँको सबैभन्दा विकराल नदी ह्वाङ्‌होमा बाँध-पुल बनाउँदाका बेला चीनसँग न त्यति पैसा थियो, न उन्नत प्रविधि नै । तर उसले बनायो । किनकि त्यहाँका शासकमा उच्च इच्छाशक्ति थियो, नागरिकमा ‘अभिशाप’ भनिने ह्वाङ्‌होलाई तह लगाउने दुर्दम्य कामना थियो । त्यही इच्छाशक्ति सरकारमा र त्यहीं लगनशीलता नागरिकमा उत्पन्न हुने हो भने असम्भव केही छैन । योग्य योजनाकार, सही नेतृत्व र नागरिकको जाँगरले पनि यो काम सहज बन्न [redacted] भोकै बसूँला, काम सरकारको [redacted]लाउँदा स्वाभिमानमा धक्का पुग्छ [redacted]स्नेहरूलाई त विभिन्न काण्डहरू [redacted] देशमात्र होइन, संसारै थर्काउने [redacted]करण उजागर भएको छ, विगतमा [redacted]सले हेर्ने खोलाहरूलाई ?

सुधारोन्मुख श्रीलङ्का र हाम्रो आफ्नै अपेक्षा

स्वतन्त्र विचार

सञ्जय साह मित्र
mitrasanjay41@gmail.com

आफ्नो नागरिकलाई विदेशमा काम गर्न पठाएर आफ्नो देश समृद्ध हुन सक्दैन भनिन्छ तर वर्तमान अवस्थामा देशमा कहाँबाट बढी आर्थिक लाभ प्राप्त हुन्छ त्यो महत्त्वपूर्ण कुरो हो, यदि त्यस्तो गतिविधि राष्ट्रियताविरुद्ध छैन भने ।

अहिले देशको बजेट धमाधम निर्माण भइरहेको छ । बजेट निर्माण भइरहँदा सबैतिरबाट बजेटमा केही कटौती भइरहेको खबर आइरहेको छ । सरकारले पनि चालू आर्थिक वर्षको भन्दा केही कम बजेट आउने बताइसकेको छ । देशमा राजस्व सङ्कलन कम भएको पाइएको छ । यद्यपि रेमिटान्समा केही वृद्धि भएको पाइएको छ । लगातारको सुख्खाले पनि नेपाली अर्थतन्त्रमा केही हदसम्म प्रभाव पारेको देखिएको छ । चालू आर्थिक वर्षको बजेटको विकासतर्फ निकै कम बजेट खर्च भएको छ । अहिले पछिल्लो समयमा गाउँमा विकासको बजेट खर्च भइरहेको देखिएको छ । विभिन्न सानादेखि ठूला परियोजनाको शिलान्यास भइरहेका खबरहरू आइरहेका छन् । र अब अर्थतन्त्र केही चलायमान होला भन्ने आशा जागेको छ तर पनि सर्वसाधारण नागरिकलाई अर्थतन्त्रमा तत्काल कुनै चमत्कार भइहाल्ला भन्ने लागेको छैन ।

नेपाल आफैंमा एउटा विशिष्ट देश हो । पूर्व, दक्षिण र पश्चिमतिरबाट भारत र उत्तरतिरबाट चीन रहेको यस देशको सीमाना भारतसित खुला छ । खुला सीमाना भएको कारण नेपाल कहिल्यै पनि श्रीलङ्का हुन सक्दैन भन्ने मान्यता बुद्धिजीवीहरूको रहेको छ । श्रीलङ्का जलपरिवेष्ठित देश हो । श्रीलङ्काको चारैतिर समुद्र छ तर भारतसित सीमाना जोडिएको नेपालको भूभागमा दुवै देशका नागरिकबीच आफ्नै किसिमको सम्बन्ध रहेको छ । यसले गर्दा नै बेटीरोटीको सम्बन्ध भन्ने गरिएको हो । जति धेरै नियन्त्रण गरे पनि नेपालबाट भारततिर र भारतबाट नेपालतिर सामानको अनौपचारिक निर्यात आयात भइ नै रहेको छ वा भइ नै रहन्छ । पूर्णतः यस कारण पनि रोक्न सकिंदैन कि यहाँको भूगोल र जनस्तरको सम्बन्ध अद्वितीय छ । सीमावर्ती क्षेत्रका सर्वसाधारणमा अझै पनि कतिपय अवस्थामा दुई देशका हौं भन्ने भावनाभन्दा एकले अर्कालाई सहयोग गर्ने प्रवृत्ति रहेको छ ।

पछिल्लो समयमा श्रीलङ्कामा आर्थिक सुधार भइरहेको बताइएको छ । केही सूचकहरूले गर्दा श्रीलङ्कामा आर्थिक सुधार भइरहेको बताइएको छ । पहिलेभन्दा पर्यटकको सङ्ख्या बढेको छ । साथै शान्ति सुव्यवस्थामा व्यापक सुधार भएको छ । अब धेरै लामो लाइन बस्नु नपरेको देखिएको छ । अत्यन्त आवश्यक पदार्थको आपूर्ति बिस्तारै सहज भएको छ । यसैबीच अन्तर्राष्ट्रिय मुद्रा कोष (आइएमएफ)ले श्रीलङ्काको आर्थिक सुधारमा भएको प्रगतिको प्रशंसा गरेकोबाट पनि श्रीलङ्का अब बिस्तारै दुःखको दिनबाट पार पाउँदै गएको मान्न सकिन्छ । आइएमएफका एशिया र प्यासिफिक विभागका निर्देशक कृष्ण श्रीनिवासनले विस्तारित कोष सुविधा व्यवस्था अन्तर्गत समर्थित सुधार कार्यक्रम अन्तर्गत बलियो नीतिगत उपायमा निर्मित र पाँच प्रमुख स्तम्भलाई प्राथमिकतामा राखिएको बताएका छन् । आइएमएफले विस्तारित कोष सुविधा व्यवस्था अन्तर्गत श्रीलङ्काको आर्थिक नीति र सुधारलाई समर्थन गर्न करीब तीन अर्ब अमेरिकी डलरको सुविधा अनुमोदन गरेको छ । यस योजनामा चार वर्ष लाग्ने बताइएको छ । श्रीलङ्कामा भइरहेको सुधारको प्रशंसा गर्दै आइएमएफले सरकार र श्रीलङ्काली जनताको बलियो स्वामित्वमा सुधारको गतिलाई अझ व्यापकरूपमा जारी राख्न आवश्यक रहेको बताएको छ । सुधारबाट प्राप्त कठिन लाभ श्रीलङ्काको जनतालाई फाइदा पुग्ने किसिमको रहेको र अझ सुदृढ गर्दै भ्रष्टाचारविरोधी र शासन सुधार आवश्यक रहेको आइएमएफले उल्लेख गरेको छ ।

आइएमएफले श्रीलङ्कामा सुधार भइरहेको बताएसँगै भ्रष्टाचारविरोधी र शासन सुधार आवश्यक रहेको बताउनुको अर्थ हो कि आइएमएफले चाहेजस्तो सुधार हुन अझै बाँकी छ । हुनत श्रीलङ्का निकै कठिन दिनबाट गुज्रेको छ । अहिले विश्वमा आर्थिकरूपमा टाट पल्टेको देशको उदाहरण दिनुपर्दा सबैले श्रीलङ्काकै उदाहरण दिइरहेका छन् । श्रीलङ्कालाई धेरै देशले सहयोग गरेका छन् र गरिरहेका छन् पनि । यस्तै अन्तर्राष्ट्रिय निकायहरूले पनि श्रीलङ्कालाई आर्थिक तथा नैतिक सहयोग गरेका छन् । श्रीलङ्कापछि सर्वसाधारणले पाकिस्तानको आर्थिक अवस्थाको चर्चा गरिरहेका छन् । भारतीय मिडियाहरूले श्रीलङ्काको आर्थिक अवस्था निकै कमजोर भइसकेको र झन् राजनीतिक अस्थिरताले अर्थतन्त्रमा नकारात्मक असर पारिरहेको बताएका छन् । पछिल्लो केही हप्तामा पाकिस्तानमा भइरहेको राजनीतिक गतिविधिले त्यहाँको अर्थतन्त्रमा निकै नकारात्मक प्रभाव पारेको हुनुपर्छ किनभने लाखौं जनता सडकमा आएको छन् र एक पक्षले देशमा ठूलो विध्वंस मचाएको छ । काम छोडेर सडकमा आउनु तथा सरकारी सम्पत्ति तोडफोड र आगजनी भएको देखिनुले अन्ततः अर्थतन्त्रमा नै प्रभाव पर्ने देखिएको छ । के बताइएको छ भने पाकिस्तानमा महँगी निकै बढेको छ । सर्वसाधारणलाई दैनिक उपभोग्य वस्तु खरीद गर्न मुश्किल परिरहेको बताइएको छ ।

उता रूस र युक्रेन समस्याले पनि नेपाली अर्थतन्त्रलाई प्रभाव पारेको बताइएको छ । रूस र युक्रेनको समस्याले खाद्यान्न र इन्धन महँगो भएको कुरा सर्वविदितै छ । दुई देशबीचको समस्या समाधान नहुँदा महँगीको असर विश्वमा नै परेको छ । श्रीलङ्कादेखि नेपालसम्म पनि यसको असर परेको सबैले बुझेकै छौं । किनेर खाने वर्गको लागि दुई देशबीच समस्या उत्पन्न हुनुभन्दा पहिले र अहिलेको खाद्यान्नको मूल्यमा तुलना गर्ने हो भने त्यति बेलाको धरातलमा अनुमान गर्नै सकिंदैनथ्यो । यसैगरी इन्धनको मूल्य जुन रूपमा लगातार बढेको थियो त्यो पनि अकल्पनीय थियो । इन्धन र खाद्यान्न दुवै एकापसमा जोडिएका पनि छन् ।

खाद्यान्नको उत्पादनमा लागत बढेको छ र ढुवानी पनि बढेको छ । अन्य सामानको मूल्यमा पनि निकै वृद्धि भएको छ । कोरोनाले राम्ररी नउकासिएको समयमा रूस र युक्रेनको समस्याले झन् थलिएको माथि मुङ्ग्रो प्रहार भएको यथार्थ हो । हुनत कोरोनाकै प्रभावले श्रीलङ्का बढी थलिएको हो । आन्तरिक खाद्यान्न उत्पादन कम भएको र कोरोनाको कारण पर्यटकीय गतिविधि पूर्ण ठप्प भई आयात-निर्यात प्रभावित हुँदा श्रीलङ्कामा गहिरो समस्या उत्पन्न भएको थियो । श्रीलङ्काका मित्र राष्ट्, सहयोगी देश तथा विभिन्न सङ्घसंस्थाले पनि श्रीलङ्कालाई धेरै किसिमले सहयोग गरेका थिए । अहिले पनि सहयोग जारी नै छ । श्रीलङ्का विस्तारै समस्याबाट उब्रिरहेको देखिएको छ । श्रीलङ्काभन्दा नेपालको भौगोलिक स्थिति उत्पादनको दृष्टिकोणले पनि केही फरक छ । नेपालमा खाद्यान्न उत्पादन हरेक वर्ष बढ्दै गएको पाइएको छ । पछिल्लो समयदेखि नेपालको तराई-मधेसमा मकै खेतीको विस्तार भएको छ । साथै विद्युतीय सिंचाइको पहुँच र सुविधा राम्रो भएको ठाउँमा चैते धान खेतीको पनि व्यापक विस्तार भएको छ । गत पाँच वर्षमा यति बेला उत्पादन हुने मकै र यतिबेला लगाइने धानको खेतीमा निकै धेरै विस्तार भएको छ । अलिकति विद्युत् सुविधा किसानलाई उपलब्ध गराउने हो भने नेपालमा खाद्यान्न सङ्कट आउन नसक्ने पनि किसानहरू बताउँछन् । अब समय आइसकेको छ कि कुनै पनि महीनामा खेत खाली हुँदा किसानमा छटपटी हुन्छ । मकै, धान, गहुँबारे पनि व्यावसायिक उत्पादनको दृष्टिकोणले किसानहरूले हेर्न थालेका छन् ।

अहिले विदेशबाट रेमिटान्स पनि पर्याप्त आइरहेको छ । हुनत आफ्नो नागरिकलाई विदेशमा काम गर्न पठाएर आफ्नो देश समृद्ध हुन सक्दैन भनिन्छ तर वर्तमान अवस्थामा देशमा कहाँबाट बढी आर्थिक लाभ प्राप्त हुन्छ त्यो महत्त्वपूर्ण कुरो हो, यदि त्यस्तो गतिविधि राष्ट्रियताविरुद्ध छैन भने । हो, माथि नै चर्चा भइसकेको विश्व आर्थिक मन्दीको प्रभाव नेपालमा पनि परिरहेको अवश्य हो तर नेपाल छिटै उकासिनेमा पनि शङ्का छैन । अहिलेको समयमा देशभित्रको उद्योग व्यवसायमा केही प्रभाव देखिएको छ, सर्वसाधारणको हातमा खासै पैसा छैन तर देशमा त्राहिमामको अवस्था भने कुनै पनि क्षेत्रमा छैन । विदेशमैं भए पनि रोजगारका लागि जान सक्षम छन्, स्वदेशमा उत्पादन बढाइरहेका छन् । लामो समयदेखि पानी नपरेको कारण खेत जोत्नै नसक्ने गरी अररो भएको छ, यसमा सर्वसाधारणको दोष हुन सक्दैन । पानी नपरेर कतिपय बाली सुक्न थालेको छ, फलफूल उत्पादन अपेक्षा अनुसार हुने सम्भावना अब कम हुँदैछ । यस्ता कुरामा सर्वसाधारणले केही गर्न सक्दैनन् । यदि अझै एक दुई हप्ता पानी परेन भने मुख्य गरी तराई-मधेसमा अहिले लगाइसकेको बालीको उत्पादनमा निकै कमी आउने सम्भावना बढ्दैछ । आखिरमा खडेरीको असर पनि त पर्ने अर्थतन्त्रमा नै हो । यद्यपि धानको रोपाइँदेखि बाली पसाउने मुख्य समयमा वर्षा हुने र किसानले यसबाट लाभ लिने आशा राखेकै छन् ।

श्रीलङ्काली कृषिको आफ्नै विशिष्टता छ । विस्तारै कृषि उत्पादन त्यहाँ पनि लयमा आउँदै छ । हाम्रो देशको अर्थतन्त्रका अन्य सूचकहरूमा पनि सुधारको लागि सरकारले काम गरिरहेको छ । एउटा कुरा निकै विचारणीय के छ भने देशका राजनीतिज्ञदेखि सर्वसाधारणसम्ममा देशको अर्थतन्त्रबारे चिन्ता र चासो छ । यसबाट यो कुरा एकदमै स्पष्ट हुन आउँछ कि सबैले देशको अर्थतन्त्र खराब नहोओस् र अहिलेको भन्दा अझ राम्रो हुँदै जाओस् भन्ने अपेक्षा गरेका छन् । देशको अर्थतन्त्रप्रतिको यो अपेक्षाले हरेकले केही न केही आफ्नो तर्फबाट गर्नुपर्छ भन्ने रहेको देखाउँछ । देशको अर्थतन्त्र प्रगतितिर जाओस् भन्ने सबैको अपेक्षा रहेको छ ।

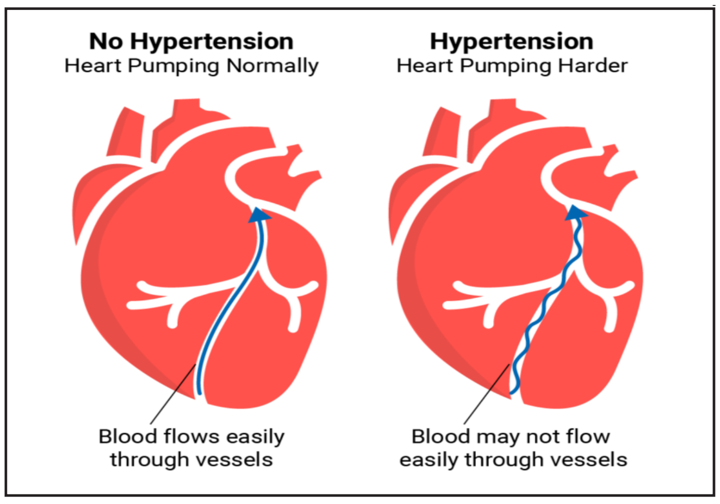
‘परीक्षण र औषधि नियमित गरे रक्तचापले अरू समस्या ल्याउँदैन’

चितवन, ३ जेठ/रासस

नियमित शारीरिक परीक्षण र औषधिसेवन गरेमा उच्च रक्तचापले अरू समस्या नल्याउने चिकित्सकहरूले बताएका छन् । उच्च रक्तचाप आफैंमा समस्या नभएर यसले अरू अङ्गलाई असर गर्ने जनाउँदै उनीहरूले नियन्त्रणमा राख्न सके समस्या नआउने बताएका हुन् ।

चितवन मेडिकल कलेज शिक्षण अस्पतालका वरिष्ठ मुटुरोग विशेषज्ञ प्राडा श्यामराज रेग्मीले समयसमयमा शारीरिक परीक्षण र नियमित औषधिसेवन गरे उच्च रक्तचापले समस्या नल्याउने बताए । उनले उच्च रक्तचाप भएकाहरूले मुख्यगरी मुटु, मिर्गौला, मधुमेह, कोलेस्ट्रोल र थाइराइडको अवस्थाका बारेमा समयसमयमा परीक्षण गरेर हेर्नुपर्ने बताए ।

उच्च रक्तचाप हुने खास कारण कसैलाई थाहा नहुने जानकारी दिँदै उनले भने, “उच्च रक्तचाप हुने धेरै कारण



हुन्छन्, ९५ प्रतिशत मानिसमा उच्च रक्तचापको कारण थाहा हुँदैन ।” पाँच प्रतिशतमा बाहिरी कारण हुने जनाउँदै उनले मिर्गौला, थाइराइडको रोग र इन्डोक्राइमसम्बन्धी रोग (हर्मोनको वृद्धि) का कारण उच्च रक्तचाप हुन सक्ने जानकारी दिए । उनले भने, “बाथरोगमा उपयोग हुने स्टेरोइड भन्ने औषधि धेरै समयसम्म प्रयोग गरेपछि उच्च रक्तचाप हुन सक्छ ।”

दैनिक जीवनशैली र मोटोपनका कारणले पनि उच्च रक्तचाप हुन सक्छ । यी सबैबाहेक केही नभएकालाई पनि उच्च रक्तचाप हुन सक्ने उनी बताउँछन् । वंशजका आधारमा पनि उच्च रक्तचाप हुन सक्ने डा रेग्मीको भनाइ छ । उनले भने, “उच्च रक्तचाप हुनु आफैंमा ठूलो कुरा होइन, अर्थात् रोग लाग्नु ठूलो कुरा होइन, रोग लागिसकेपछि उपचार र रोकथाम ठूलो कुरा हो ।”

रक्तचाप भनेको रगतका नली (रक्तनली)मा चाप पर्ने हो । रक्तनली शरीरका सबै भागमा पुगेका हुन्छन् । त्यही भएर रक्तचापले शरीरका सबै

(बाँकी पाँचौं पातामा)

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

साढे १३ किलो गाँजासहित चारजना पक्राउ

प्रस, वीरगंज, ३ जेठ/

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराले साढे १३ किलो गाँजासहित चारजनालाई पक्राउ गरेको जनाएको छ।

बुधवार बिहान ८:१५ बजे निजगढ नगरपालिका–८ स्थित पूर्व–पश्चिम लोकमार्गको उनासी पुलमा हेटौंडाबाट काँकडभिट्टातर्फ जाँदै गरेको मे.१ख २३२२ नम्बरको बस इलाका प्रहरी कार्यालय, निजगढले चेकजाँच गर्ने क्रममा साढे १३ किलो गाँजा बरामद भएको जिप्रका, बाराले जनाएको छ।

तस्वीरः सौजन्य

बसको सिटमुनि स्याउको कार्टूनभित्र लुकाइएको उक्त गाँजासहित मकवानपुर, मनहरी गाउँपालिका–८ ज्यामिरे बस्ने ३४ वर्षीय राजकुमार भन्ने चन्द्रबहादुर मोक्तान, झापा, मेची नपा–६ शान्तिटोल बस्ने वर्ष ४६ को शङ्कर दाहाल, सोही ठाउँको वडा नं ७ बस्ने वर्ष ३४ को विनोदकुमार पोखरेल र रौतहट, चन्द्रपुर नगरपालिका–८ बस्ने वर्ष २४ को अर्जुन गौतम पक्राउ परेका जिप्रका, बाराका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक पुरुषोत्तमप्रसाद पाण्डेले जानकारी गराएका छन्।

गण्डकीमा सबैभन्दा बढी आर्थिक वृद्धिदरको अनुमान

काठमाडौं, ३ जेठ/रासस

यस वर्ष गण्डकी प्रदेशमा सबैभन्दा बढी र वाग्मती प्रदेशमा सबैभन्दा कम आर्थिक वृद्धिदर अनुमान गरिएको छ। राष्ट्रिय तथ्याङ्क कार्यालयले मङ्गलवार सार्वजनिक गरेको आर्थिक वर्ष २०७९/८० को प्रादेशिक लेखा अनुमान प्रतिवेदन अनुसार गण्डकी प्रदेशमा तीन दशमलव तीन प्रतिशतको आर्थिक वृद्धिदर कायम हुने अनुमान गरिएको छ।

त्यस्तै, लुम्बिनी प्रदेशमा दुई दशमलव एक, कोशी प्रदेशमा दुई र कर्णाली प्रदेशमा एक दशमलव नौ प्रतिशतको आर्थिक वृद्धिदर हासिल हुने अनुमान गरिएको छ। सुदूरपश्चिम प्रदेशमा एक दशमलव आठ, मधेसमा एक दशमलव सात र वाग्मती प्रदेशमा एक दशमलव चार प्रतिशत आर्थिक वृद्धिदर पुग्ने अनुमान गरिएको छ।

तथ्याङ्क कार्यालयले चालू आर्थिक वर्षमा नेपालको कुल गार्हस्थ्य उत्पादन (जिडिपी)को आकार आधारभूत मूल्यमा रु ४६ खर्ब ९६ अर्ब ४९ करोड र उपभोक्ता मूल्यमा रु ५३ खर्ब ८१ अर्ब ३४ करोड बराबर पुग्ने अनुमान यसअघि नै सार्वजनिक गरिसकेको छ। जस अनुसार यस वर्ष नेपालको जिडिपी वृद्धिदर उपभोक्ता मूल्यमा एक दशमलव ८५ प्रतिशत र आधारभूत मूल्यमा दुई दशमलव १३ प्रतिशतबराबर रहने अनुमान गरिएको छ।

प्रादेशिक लेखा अनुमान प्रतिवेदन अनुसार जिडिपीमा सबैभन्दा धेरै योगदान वाग्मती प्रदेशको देखिएको छ।

वाग्मती प्रदेशको कुल जिडिपीमा ३६ दशमलव आठ प्रतिशत योगदान रहेको देखिएको छ। जुन रु १९ खर्ब ८१ अर्ब बराबर हो।

जिडिपीमा कोशी प्रदेशको योगदान १५ दशमलव आठ प्रतिशत अर्थात् रु सात खर्ब ८० अर्ब बराबर रहने अनुमान गरिएको छ। त्यस्तै, लुम्बिनी प्रदेशको १४ प्रतिशत अर्थात् रु सात खर्ब ६२ अर्ब, मधेस प्रदेशको १३ प्रतिशत अर्थात् रु सात खर्ब सात अर्ब, गण्डकी प्रदेशको नौ प्रतिशत अर्थात् रु चार खर्ब ८२ अर्ब र सुदूरपश्चिम प्रदेशको सात प्रतिशत अर्थात् रु तीन खर्ब ७६ अर्ब बराबर रहने अनुमान गरिएको छ।

जिडिपीमा सबैभन्दा न्यून योगदान कर्णाली प्रदेशको देखिएको छ। कुल जिडिपीमा कर्णाली प्रदेशले चार दशमलव एक प्रतिशत अर्थात् रु दुई खर्ब २१ अर्ब बराबर योगदान गरेको छ। नेपालको प्रतिव्यक्ति आय अमेरिकी डलर एक हजार ३९९ अर्थात् रु एक लाख ८२ हजार ६८३ बराबर पुगेको छ। आर्थिक वर्ष २०७९/८० को वार्षिक राष्ट्रिय लेखा

तथ्याङ्कसम्बन्धी विवरण अनुसार प्रतिव्यक्ति कुल गार्हस्थ्य उत्पादन अमेरिकी डलर एक हजार ३९९ र प्रतिव्यक्ति कुल राष्ट्रिय उत्पादन अमेरिकी डलर एक हजार ४१० बराबर छ।

प्रादेशिक लेखा अनुमान प्रतिवेदन अनुसार प्रतिव्यक्ति आयमा वाग्मती प्रदेश सबैभन्दा अघि देखिएको छ भने सबैभन्दा कम मधेस प्रदेशको देखिएको छ। वाग्मतीमा प्रतिव्यक्ति आय अमेरिकी डलर दुई हजार ९७ बराबर छ। त्यस्तै, गण्डकीमा प्रतिव्यक्ति आय अमेरिकी डलर एक हजार ४९२, कोशीको अमेरिकी डलर एक हजार २९९, लुम्बिनीको अमेरिकी डलर एक हजार १२६, सुदूरपश्चिमको अमेरिकी डलर एक हजार ६३ र कर्णालीको अमेरिकी डलर ९९७ रहेको छ। मधेस प्रदेशको प्रतिव्यक्ति आय अन्य प्रदेशको तुलनामा सबैभन्दा कम अमेरिकी डलर ८७५ डलर बराबर छ। जिडिपी अनुपातमा नेपालको कुल स्थिर पूँजी निर्माण (ग्रस फिक्स्ड क्यापिटल फर्मेशन) २५ दशमलव २१ प्रतिशत अर्थात् रु १३ खर्ब ५६ अर्ब ४६ करोड बराबर पुग्ने प्रक्षेपण गरिएको छ।

त्यस्तै, अन्तिम उपभोग खर्च (फाइनल कन्जम्सन एक्स्पेन्डिचर) जिडिपी अनुपातको ९३ दशमलव ५९ प्रतिशत बराबर रहने अनुमान गरिएको छ। जुन रु ५० खर्ब ३६ अर्ब १५ करोड बराबर हो। जिडिपी अनुपातमा नेपालको वस्तु तथा सेवा निर्यातको हिस्सा सात दशमलव १५ प्रतिशत बराबर छ। यस वर्ष रु तीन खर्ब ८५ अर्ब ११ करोड बराबरको वस्तु तथा सेवा निर्यात गरिने अनुमान गरिएको छ। जिडिपी अनुपातमा वस्तु तथा सेवाको आयात भने ३६ दशमलव पाँच प्रतिशत बराबर छ। नेपालले यस वर्ष रु १९ खर्ब ६४ अर्ब ३३ करोड बराबर आयात गर्ने ठानिएको छ। त्यसैगरी, चालू मूल्यमा राष्ट्रिय बचत (ग्रस नेशनल सेभिङ) कुल गार्हस्थ्य उत्पादनको ३१ दशमलव ६६ प्रतिशत बराबर छ। त्यस्तै, जिडिपीमा विप्रेषणको अनुपात २२ दशमलव ८९ प्रतिशत बराबर हुने अनुमान गरिएको छ। चालू आर्थिक वर्षको जिडिपीमा सबैभन्दा बढी हिस्सा कृषि क्षेत्रको रहने अनुमान गरिएको छ।

गत आर्थिक वर्षमा कृषि क्षेत्रले जिडिपीमा २४ दशमलव ६७ प्रतिशत बराबर हिस्सा ओगटेकोमा यस वर्ष त्यो घटेर २४ दशमलव १२ प्रतिशत बराबर हुने प्रक्षेपण गरिएको छ। तथ्याङ्क कार्यालयले चालू आर्थिक वर्षको पछिल्लो नौ महीना अवधिको तथ्याङ्क विश्लेषण गरेर वार्षिक अनुमान सार्वजनिक गरेको हो।

कर्जाको पुनर्संरचना र पुनर्तालिकीकरणबारे राष्ट्र बैंकको परिपत्र

काठमाडौं, ३ जेठ/रासस

चालू आर्थिक वर्ष २०७९/८० को मौद्रिक नीतिको तेस्रो त्रैमासिक समीक्षामार्फत कार्यान्वयनमा ल्याइएको कर्जा पुनर्संरचना तथा पुनर्तालिकीकरणसम्बन्धी व्यवस्थाबारे नेपाल राष्ट्र बैंकले बैंक तथा वित्तीय संस्थालाई परिपत्र गरेको छ।

मौद्रिक नीतिको त्रैमासिक समीक्षामार्फत राष्ट्र बैंकले होटल तथा रेस्टुरेन्ट, पशुपक्षीपालन, निर्माण क्षेत्रसँग सम्बन्धित कर्जा र रु पाँच करोडसम्मको अन्य क्षेत्रमा प्रवाह भएको कर्जालाई विसं २०८० असार मसान्तभित्र पुनर्संरचना/पुनर्तालिकीकरण गर्न सक्ने व्यवस्था कार्यान्वयनमा ल्याएको थियो।

राष्ट्र बैंकले आज गरेको परिपत्र अनुसार ऋणीको अनुरोधमा उद्योग–व्यवसायको नगद प्रवाह तथा आम्दानी विश्लेषण गरी बुझाउनुपर्ने ब्याजको कम्तीमा १० प्रतिशत असुल गरेर कर्जाको पुनर्तालिकीकरण तथा पुनर्संरचना गर्न सकिनेछ। यो व्यवस्था कार्यान्वयनका लागि अरू विभिन्न चारवटा शर्त पनि तोकिएका छन्।

"यस्तो पुनर्तालिकीकरण तथा पुनर्संरचना २०८० असार मसान्तभित्र गरिसक्नुपर्नेछ भने २०७९ चैत मसान्तसम्म सक्रिय वर्गमा वर्गीकरण भएको कर्जालाई मात्रै पुनर्तालिकीकरण वा पुनर्संरचना गर्न सकिनेछ," राष्ट्र बैंकको परिपत्रमा भनिएको छ, "पुनर्संरचना तथा पुनर्तालिकीकरण गरिएका कर्जामा पाँच प्रतिशत कर्जा नोक्सानी व्यवस्था गर्नुपर्नेछ र यस्तो कर्जालाई जुन वर्गमा वर्गीकरण गरिएको छ, सोही वर्गमा मात्रै प्रवाह गर्न पाइनेछ।"

राष्ट्र बैंकले मौद्रिक नीतिको त्रैमासिक समीक्षामार्फत केही मौद्रिक व्यवस्था खुकुलो बनाएको थियो। जसमा नीतिगत दरलाई यथावत् राख्दै विद्यमान बैंक दरलाई एक प्रतिशत बिन्दुले घटाएर सात दशमलव पाँच प्रतिशत कायम गरेको थियो।

बैंक तथा वित्तीय संस्थाबाट जारी भएका ऋणपत्रलाई कर्जा–निक्षेप अनुपात (सिडी रेसियो) गणना गर्ने प्रयोजनका लागि स्रोत (निक्षेप)को रूपमा समेत गणना गर्न पाउने विद्यमान व्यवस्थालाई २०८० पुस मसान्तसम्मका लागि निरन्तरता दिइएको छ।

त्यस्तै, तेस्रो त्रैमासिक समीक्षामार्फत ब्याज नियमित रहेका कर्जा भुक्तानीको समय तीन महीना थप्न सकिने व्यवस्थासमेत राष्ट्र बैंकले ल्याएको थियो। यसको कार्यान्वयनसँग सम्बन्धित विषयमा पनि राष्ट्र बैंकले आज बैंक तथा वित्तीय संस्थालाई परिपत्र गरेको छ।

तस्वीर: फाइल

"गत चैत मसान्तसम्ममा असल वर्गमा वर्गीकरण भएका अल्पकालीन तथा चालू प्रकृतिका कर्जालाई ब्याज नियमित रहेको अवस्थामा आवश्यकता र औचित्यका आधारमा कुनै हर्जाना तथा शुल्क नलाग्ने गरी २०८० असार मसान्तभित्र तीन महीनाका लागि म्याद थप गर्न सकिनेछ," राष्ट्र बैंकको परिपत्रमा भनिएको छ। यो व्यवस्था अनुसार नियमितरूपमा ब्याज भुक्तानी भइरहेका कर्जाको साँवा भुक्तानी गर्ने समय अब तीन महीना बढाउन सकिने भएको छ।

लघुवित्त वित्तीय संस्थाका ऋणीले तिर्न नसकेको ऋण आगामी असारभित्र पुनर्संरचना र पुनर्तालिकीकरण गर्न सकिने पनि राष्ट्र बैंकले मौद्रिक नीतिको समीक्षामार्फत जनाएको थियो।

८२ किलो गाँजासहित दुईजना पक्राउ

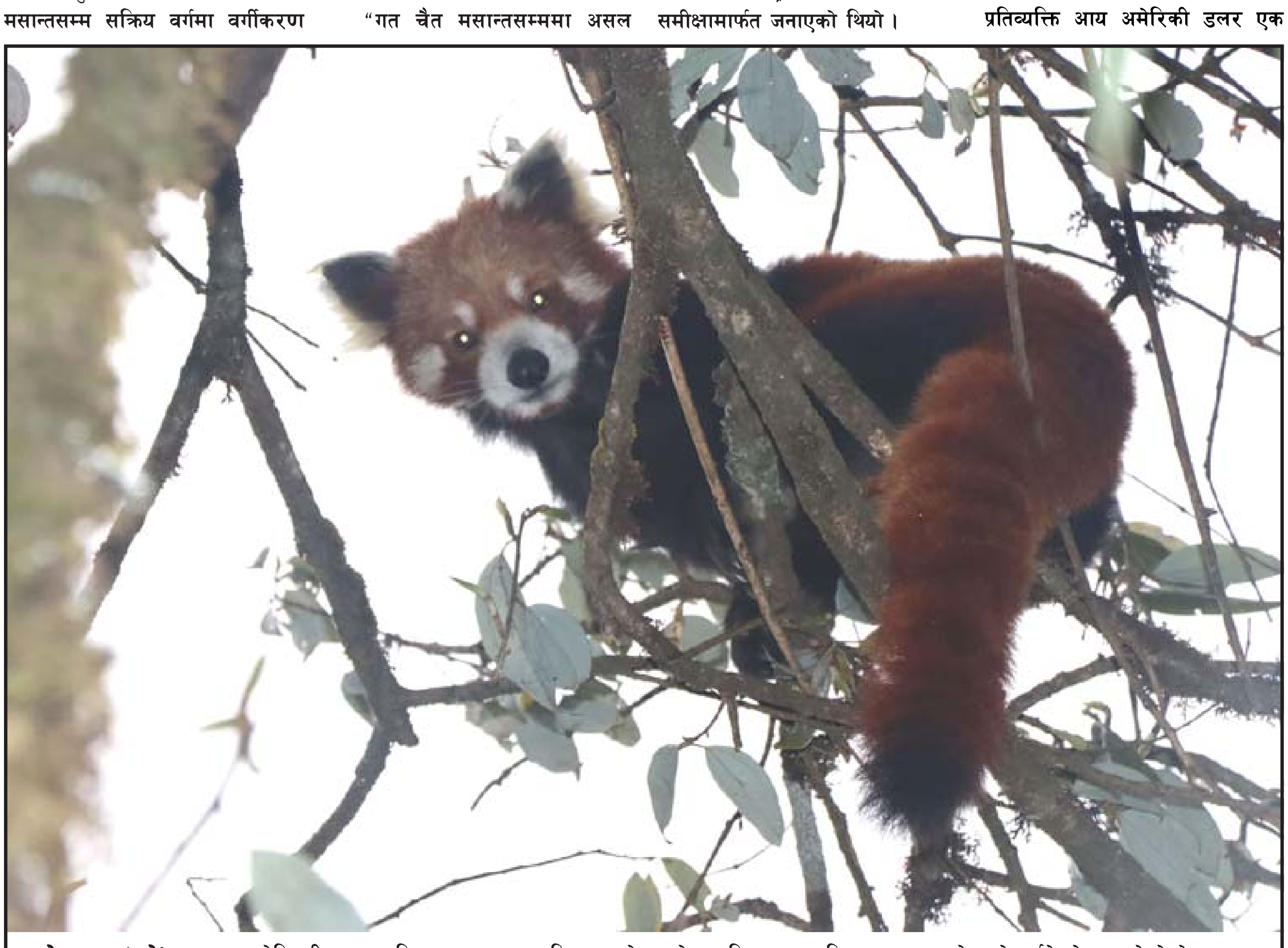
जलेश्वर, ३ जेठ/रासस

महोत्तरी प्रहरीले बुधवार गौशाला नगरपालिकाको जङ्गल क्षेत्रबाट टर्याक्टरमा बोकेर ल्याउँदै गरेको ८२ किलोग्राम लागूऔषध गाँजासहित दुईजनालाई पक्राउ गरेको छ।

पक्राउ पर्नेमा सर्लाहीको ईश्वरपुर नगरपालिका–१२ बस्ने २६ वर्षीय टर्याक्टर चालक गणेश सार्की र सोही ठाउँका टर्याक्टरमा सवार २७ वर्षीय पाण्डव थापा रहेका जिल्ला प्रहरी कार्यालय, महोत्तरीका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक दिलीपकुमार गिरीले जानकारी दिए।

ना.७त २०० नम्बरको टर्याक्टरमा ८२ किलोग्राम लागूऔषध गाँजा बोकेर गौशाला नगरपालिका–१२ जङ्गलमा रेलवे पुलनजीकै रहेको बाँके खोलाको बाटो हुँदै कान्तिबजार आउँदै गरेको अवस्थामा गस्तीमा गएको प्रहरी टोलीलाई शङ्का लागि टर्याक्टरको चेकजाँच गर्दा सो परिमाणको गाँजासहित उनीहरूलाई पक्राउ गरेको हो।

लागूऔषधसहित पक्राउ परेका चालक, सहायक चालक र टर्याक्टरलाई कारबाईका लागि इलाका प्रहरी कार्यालय, गौशालामा ल्याएर आवश्यक अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ।



रेडपान्डा 'हाब्रे': समुद्र सतहदेखि तीन हजार मिटर उचाइमा अवस्थित ताप्लेजुङको फुङ्लिङ नगरपालिका–११ फावाखोलाको हर्कटे क्षेत्रमा रहेको रेडपान्डा (हाब्रे)। रातो पान्डा १० देखि २५ डिग्री सेल्सियस तापक्रम भएको र वार्षिकरूपमा कमै मात्र तापक्रम घटबढ हुने एक हजार ८०० देखि चार हजार ८०० मिटर उचाइका क्षेत्रहरूमा पाइने गर्छ। यो खासगरी गुराँस र बाँस प्रशस्त भएको समशितोष्ण पतझड र कोणधारी जङ्गल क्षेत्रहरूमा पाइने गरिएको छ। तस्बिरः रासस

दोहोरो अङ्कले बढ्यो नेप्से परिसूचक

काठमाडौं, ३ वैशाख/रासस

बुधवार नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचक दोहोरो अङ्कले बढेको छ। नेप्से परिसूचक २३ दशमलव ३९ अङ्कले बढेर एक हजार ८४५ दशमलव ०१ अङ्कमा कायम भएको हो।

आज २६६ वटा कम्पनीका २५ लाख ७७ हजार २१० कित्ता शेयर २५ हजार ६३५ पटक खरीद–बिक्री हुँदा रु ८५ करोड ७६ लाख २४ हजार ३१८ बराबरको कारोबार भएको छ। आज सबै समूहका उपसूचक बढेका छन्। सबैभन्दा धेरै निर्जीवन बीमा समूहको उपसूचक १७१ दशमलव २३ र जीवन बीमा समूह ९३ दशमलव ३७ अङ्कले बढेका छन्। बैंकिङ समूह आठ दशमलव ६५, विकास बैंक ५४ दशमलव ९३, वित्त ३४ दशमलव ५६, होटल तथा पर्यटन समूह २० दशमलव ०२ र जलविद्युत् ४९ दशमलव २८ अङ्कले बढेका छन्।

लगानी समूह शून्य दशमलव ७०, उत्पादन तथा प्रशोधन ३७ दशमलव ८२, लघुवित्त ३१ दशमलव १८, म्युचुअल फन्ड शून्य दशमलव ०१, व्यापार १३ दशमलव १३ र अन्य समूह ३० दशमलव ८२ अङ्कले बढेका छन्।

आत्मनिर्भर लघुवित्त वित्तीय संस्था लिमिटेडको शेयर मूल्यमा आज सकारात्मक सर्किट लागेको छ। सबैभन्दा धेरै गुमाउनेमा भने माईखोला हाइड्रोपावर लिमिटेडको शेयर मूल्य सात दशमलव ९३ प्रतिशतले घटेको छ।

कारोबार रकम र कारोबार भएका शेयर सङ्ख्याका आधारमा सबैभन्दा धेरै शिवम् सिमेन्ट लिमिटेडको रु पाँच करोड ४६ लाख ५८ हजार ६८५ बराबरको एक लाख ३६ हजार ११० कित्ता शेयर किनबेच भएको छ।

जाउँ न सरर रात्रिबजारमा

आयोजकहरूका अनुसार वीरगंजमा अहिले रात्रिबजारले तहल्का मचाएको छ।

मन्तव्य

कुमार रुपाखेती

कतिपय मध्यमवर्गीय अभिभावकहरूका लागि 'काम नपाएकी बुहारी...' बनेको छ महानगरको यो रात्रिबजार ।बरु यो उखरमाउलो गर्मीमा अन्तर्राष्ट्रियस्तरको पौडी पोखरीमा पौडी खेल्ने व्यवस्था मिलाएको भए सुनमा सुहागा हुने थियो । बिचरा पौडीपोखरी त राजनीतिक प्रयोजनका लागि निर्माण भएझैं लाग्छ ।

रात्रिबजारले यहाँको अर्थतन्त्रलाई सबल बनाउँदै गएको तथा सफल भएकोले जनकपुर र नारायणगढ, चितवनसमेत रात्रिबजारप्रति प्रभावित भएका र रात्रिबजार त्यता पनि खोल्न चौचौं परेका छन् । तर नेपालमै नाम कमाएका काठमाडौं महानगरका प्रमुख बालेन र धराने प्रमुख हर्क साम्पाङ किन हो किन हाम्रो रात्रिबजारलाई देख्या नदेख्यैं, सुन्या नसुन्यैं कानमा तेल हालेर बसेका छन् ? भनिन्छ, काठमाडौंमा रातभरि खुल्ने ठमेल बजार र रात छिप्पिन थालेपछि धरानमा मदिराप्रेमीहरूको आतङ्ले गर्दा बालेन र हर्क त्यसै पनि रात्रि कारोबारदेखि बिच्किएका छन् रे ।

रात्रिबजारको नाममा वीरगंज आदर्शनगर क्षेत्रमा यातायातको साधन प्रवेश निषेध गर्ने, बीच सडकमै खोम्चा थाप्ने, रात्रिबजारको नाममा सडकमै म:म: र चाउमिन पसल थाप्ने, जथाभावी बिजुलीको लाइन तान्ने गरिएकाले खोम्चाको व्यापार त बढेको छ, स्थायी पुराना लत्ताकपडाका पसल, ठूलठूला होटलहरू सम्साँझै बन्द गर्नुपर्ने अवस्था छ। रात्रिबजार लाग्ने आदर्शनगर क्षेत्र विदेशी सामान पाइने, स्तरीय होटल भएको, सबैजसो बैंक रहेको विकसित क्षेत्र, संवेदनशील क्षेत्र मानिन्छ तर रात्रिबजारको नाममा त्यहाँ सडकपेटी अतिक्रमण हुँदै गएको, हरियालीमा असर परेको, खुला नाचगानले शान्ति भङ्ग भएको तथा एकपटक रात्रिबजार अवलोकन गरेर फर्कने स्थानीय दोस्रोपटक नजाने घोषणा गर्न थालेका छन् । रात्रिबजारमा स्थानीय युवक-युवतीले सेल्फी खिच्ने थलो बनाएको तथा सजिलो भेटघाट क्षेत्र भने पाएका छन् । सीमापारिबाट सम्साँझैं मदिरा पिउन आउनेहरूले रात्रिबजारको लुफ्त उठाउन पाएको चाहिँ ठीक साँचो हो । आर्थिक मन्दीको यो बेलामा रात्रिबजार घुम्ने बहानामा बालबच्चाले अभिभावकको गोजी हलुको पार्दै आएका छन् । काम नपाएका बेरोजगार लठुवाहरूको टन्डेली मार्ने आकर्षक क्षेत्र बनेको छ, हाम्रो रात्रिबजार ।

कतिपय मध्यमवर्गीय अभिभावकहरूका लागि 'काम नपाएकी बुहारी...' बनेको छ महानगरको यो रात्रिबजार । बरु यो उखरमाउलो गर्मीमा अन्तर्राष्ट्रियस्तरको पौडी पोखरीमा पौडी खेल्ने व्यवस्था मिलाएको भए सुनमा सुहागा हुने थियो । बिचरा पौडीपोखरी त राजनीतिक प्रयोजनका लागि निर्माण भएझैं लाग्छ । आदर्शनगर क्षेत्र सफा चौडा सडक र हरियालीका लागि नाम कमाएको क्षेत्र हो । यो ट्रान्सपोर्ट एरियासमेत हो, जहाँ माल ढुवानी पनि हुन्छ तर रात्रिबजारको नाममा त्यस क्षेत्रमा साँझपखदेखि नै सवारीसाधन प्रवेश निषेध गर्नाले ट्रान्सपोर्ट व्यवसायसमेतमा असर परेको गुनासो छ ।

मुलुकमा राजमार्गको छेउमा रहेको मुग्लिन बजार रातभरि खुल्छ, राजमार्ग छेउका थुप्रै बजार रातभर जाग्राम रहेर खोलिन्छन्, तिनको रात्रिबजारमा समेत होटल, रेस्टुराँबाहेक सबै बन्द रहन्छन् । सडक, राजमार्गछेउका रात्रिसेवामा खोलिने यस्ता बजारहरूले ग्राहकको छिलाइ मात्र गर्ने र स्तरीय सेवा नदिने आरोप लाग्ने गरेको छ । हाम्रो रात्रिबजारमा समेत खूबै छिलाइ गरिन्छ। बाल उद्यान, माईराम पोखरी, पुरानो बसपार्क क्षेत्र महानगरको सम्पत्ति हो, अनि कसैलाई असर नपर्ने गरी आफ्नै मातहतका यी क्षेत्रमा रात्रिबजार सञ्चालन गरे महानगरलाई पनि आम्दानी स्रोत बढ्ने, रात्रिबजारको नाममा आदर्शनगर क्षेत्रमा यातायात नाकाबन्दी गर्नुपर्ने अवस्था आउने थिएन । गीता मन्दिरको पूर्वपट्टिको खाली ठाउँमा समेत रात्रिबजार सञ्चालन गरे कसैलाई मर्का नपर्ने उल्टै महानगरलाई फाइदा हुने थियो । यस्ता कुराहरूमा यिनलाई सल्लाह दिनु सूर्यलाई दियो देखाउनुजस्तै हो । अचम्म त के छ भने निषक्ष र खोज पत्रकारिताको प्रबल सम्भावना रहेको वीरगंजका अधिकाश पत्रकारबन्धुहरूसमेत रात्रिबजारको अठेरोबारे लेख्न, बोल्न कन्नि काट्छन् । अझ कतिपयले त नयाँ थालनी भन्दै रात्रिबजारको गुणगानमा सम्पादकीय लेखेरै रिझाएको देखिन्छ। यिनको रवैया देखेर मलाई गुलजारको शेर याद आउँछ–

अजीब किस्सा है, जिन्दगीका भी,
कमबख्त पूरी जिन्दगी जिनी पडती है,
एक दिन मरने के लिए ।

पञ्चायतकालीन रमाइलो मेलाको नयाँ संस्करण हो रात्रिबजार । देखावटी काम र बनावटी वाहवाही महानगरको हितमा छैन । कुनै बेला वीरगंजको ट्राफिक व्यवस्था सुदृढ गर्ने भन्दै उतिबेलाका नगरप्रमुख विमलप्रसाद श्रीवास्तवले ठूलै तामझाम र खर्च गरी घण्टाघरदेखि आदर्शनगरसम्म ट्राफिक लाइट लगाए । जडान गरिएको केही महीनापछि नै ट्राफिक लाइट थला पऱ्यो, जसको अहिले अवशेष पनि छैन । महानगर भएपनि हामी अझै बत्तीको सड्केतमा होइन, ट्राफिक प्रहरीको सिट्ठी र हातको इशारामा चल्न विवश छौं । घडीअर्वा पोखरी परिसरको हबिगत सबैलाई थाहै छ । धन्य ज्येष्ठ नागरिकले पाएकोले लक्ष्मणवा पार्कको स्वरूप हेर्नलायक गतिलो छ । आफ्नो मातहत रहेको जमीनमा महानगरले रात्रिबजार लगायो भने अरूलाई मर्का पर्ने थिएन भन्ने मेरो बुझाइ हो । महानगरको सिको गर्दै अचेल सडकमा टेन्ट गाडेर सानले भोजभतेर गर्ने कुरीति फस्टाएको छ। कस्तो विडम्बना ! हेसुन, अस्ति हाम्रा मेयरसाबले सडक सुरक्षा सप्ताहको उद्घाटन गरे अनि 'उल्टे चोर कोतवालके डाँटे' स्तरमा रात्रिबजारको नाममा सडक व्यापार गराउने, रात्रिबजार क्षेत्रमा यातायातका साधन छिर्न नदिने कामले के सडक अतिक्रमण भएन र ?

चलनचल्तीको रोडमा किल्लाकाँटी र फलामे बारले छेकेर गहवामाई मन्दिरको त सौन्दर्य बढ्यो । अनि दुई नम्बर रोड फलामे बारले जाम गर्दा मेनरोड र सहायक सडकहरूमा जाम र दुर्घटना बढेकाले शहर नै कुरूप बनेको कसले देख्ने ? अन्तिममा म यही भन्छु:
सिख नहीं पाया मीठे झूट का हुनर
कडवे सच ने कई लोग छिन लिए मुझसे।

भारतमा समेत अचेल भाजपा समर्थक पत्रकारहरूलाई व्यङ्ग्य गर्दै भनिन्छ :

गुलामी एक ऐसी बिमारी है
जिसे इसकी आदत पडती है,
वह अपनी ताकत भूल जाता है

तैपनि भन्न करै लाग्छ– जाउँ न सरर, रात्रि बजारमा...। अस्तु !

कामीरिताको विश्व कीर्तिमान : २७औं पटक सर्वोच्च शिखर

– सिबी अधिकारी

काठमाडौं, ३ जेठ/रासस

कीर्तिमानी आरोही कामीरिता शेर्पाले २७औं पटक सर्वोच्च शिखर सगरमाथाको सफल आरोहण गरेर आफ्नै विश्व कीर्तिमान तोडेका छन् । वसन्त ऋतुको यो याममा जारी आरोहणमा आज बुधवार बिहान ८:३० मा सगरमाथाको चुचुरोमा पुगेर शेर्पाले यसअघि २६ पटकको रेकर्ड तोडेका हुन्।

सेभेन समिट ट्रेक्स प्रालिबाट आरोहणमा गएका कामीरिताले आफ्नै विश्व कीर्तिमान तोडेर विश्वलाई सुरक्षित आरोहणको सन्देश दिएका छन्। सगरमाथाको आधार शिविरमा रहेका इमाजिन नेपाल ट्रेक्स एन्ड एक्स्पिडिशन कम्पनीका प्रबन्ध निर्देशक मिङ्मा ग्याल्जेन शेर्पाका अनुसार कामीरिताको विश्व कीर्तिमान कायम भएसँगै यो याममा हालसम्म एक सयभन्दा बढी आरोहीले सगरमाथा आरोहण गरिसकेका छन्। झन्डै एक सय आरोही यतिखेर सगरमाथाको हिलारी स्टेपभन्दा माथितिर लामबद्ध छन् । उनीहरू आज साँझसम्म चुचुरोमा पुग्ने जनाइएको छ।

पर्यटन विभागका निर्देशक युवराज खतिवडाले कामीरिता शेर्पाले सगरमाथा आरोहणमा विश्व कीर्तिमान बनाएको बताए। उनका अनुसार करीब एक सय

तस्वीरः फाइल

आरोही सगरमाथाको चुचुरोमा पुगिसकेका छन् भने आज थप एक सय आरोही चुचुरोमा पुग्ने अनुमान छ । "कामीरिताले विश्व कीर्तिमान बनाएका छन्, आरोहण धमाधम भइरहेको छ, सञ्चार सम्पर्क राम्ररी नभएको कारण सबै आरोही समूहको यकीन जानकारी आइसकेको छैन, आज बेलुकासम्म धेरै आरोही सगरमाथाको चुचुरोमा पुग्छन् भन्ने छ, साँझसम्म 'गुड न्यूज' आउला"– निर्देशक खतिवडाले भने ।

कामीरिताले सगरमाथाको २७औं पटक आरोहण गरेर विश्वलाई सकारात्मक सन्देश दिएको उनले बताए। "कामीरिता शेर्पाले सगरमाथाको २७ पटक आरोहण गरेर विश्वलाई सन्देश दिनुभएको छ"–उनले भने–"जति धेरै सगरमाथा आरोहण भयो, त्यति नै राम्रो सन्देश जान्छ, यसले आरोहण र आरोहीलाई हौसला मिलेको छ ।"

कामीरिताले सन् २०२२ को वसन्त आरोहणमा रोप फिक्सिङका क्रममा २६औं पटक सगरमाथा आरोहण गरी यसअघिको आफ्नै कीर्तिमान तोडेका थिए। खुम्बु पासाङल्हामु गाउँपालिकाको थामेका ५३ वर्षीय कामीरिताले सबैभन्दा धेरैपटक सगरमाथा आरोहणसँगै आठपटक चोयु, तीनपटक मनास्लु, एकपटक ल्होत्से, केटु आरोहण गरी ३९ पटक विश्वका अग्ला हिमाल आरोहण गरिसकेका छन्।

सन् १९९४ मे १३ मा पहिलोपटक सगरमाथाको चुचुरोमा पुगेका कामीरिताको नाममा आठ हजार मिटर अग्ला शिखरमा सबैभन्दा बढी आरोहण गरेको कीर्तिमानी छ। यही याममा पासाङ दावा शेर्पाले २६ पटक सगरमाथा आरोहण गरेर कीर्तिमान बनाएका छन्।

यसैगरी, यति समूहका अध्यक्ष लाक्पा सोनाम शेर्पाले सगरमाथाको आरोहण गरेका छन्। शेर्पा आज बिहान सगरमाथाको चुचुरोमा पुगेको थामसेर्कु ट्रेकिङ कम्पनीले जनाएको छ। यस वर्षको वसन्त ऋतुको आरोहण गत वैशाख ३० गतेदेखि शुरू भएको थियो । सगरमाथा आरोहणका लागि दक्ष कामदार (आइसफल डाक्टर)ले सगरमाथाको चुचुरोसम्म रोप फिक्सिङ (डोरी टाँग्ने) गरेपछि आरोहणको ढोका खुलेको हो।

सगरमाथाको दोस्रो शिविरमाथिको बाटो बनाउने जिम्मा इमाजिन नेपाल ट्रेक एन्ड एक्सपिडिसन कम्पनीले पाएको थियो । वसन्त ऋतुमा सगरमाथा आरोहण गर्न इतिहासकै सर्वाधिक बढी आरोहीले अनुमति लिएका छन्। पर्यटन विभागका अनुसार ४४ आरोही समूहका ४७८ आरोहीले आरोहण अनुमति लिएका हुन् । सगरमाथा आरोहणको ७० वर्षे लामो इतिहासमा यो यामको आरोहणमा सबैभन्दा बढी आरोहीको सङ्ख्या हो।

सार्वजनिक यातायातको भाडा घट्यो

काठमाडौं, ३ जेठ/रासस

यातायात व्यवस्था विभागले अन्तरप्रदेश सार्वजनिक यातायात अन्तर्गत यात्रीवाहक तथा मालवाहक सवारीसाधनको भाडादर घटाएको छ । नेपाल आयल निगमले गएराति १२ बजेदेखि लागू हुने गरी डिजेलको मूल्य घटाएसँगै उक्त विभागले पनि आज सार्वजनिक यातायातको भाडादर घटाएको हो।

विभागले आज एक सूचना जारी गर्दै इन्धनको मूल्यका आधारमा स्वचालितरूपमा भाडा समायोजन गरिएको जनाएको छ। यात्रीवाहक सवारीसाधनको भाडा ३.२० प्रतिशतले घटाइएको उक्त सूचनामा उल्लेख गरिएको छ। यसैगरी, पहाडी बाटोमा सञ्चालन हुने मालवाहक सवारीसाधनको भाडा ४.१९ प्रतिशत र तराईको बाटोमा सञ्चालन हुने मालवाहक सवारीसाधनको भाडा ४.६५ प्रतिशतले घटेको जनाइएको छ ।

फरक समाचार

चिनीभन्दा उत्तम कोकोनट सुगर

आजभोलि कोकोनट सुगर (नरियलको चिनी) प्रचलनमा बढेको छ। यसलाई कोकोनट पाम सुगर पनि भनिन्छ । थुप्रै खनिज तत्त्वले भरिपूर्ण यो प्राकृतिक मिठास स्वास्थ्यको लागि निकै फाइदाजनक छ।

कोकोनट सुगर के हो ? नरियलको रूखमा हुने फूल र त्यसको रसबाट तयार

हुने चिनीलाई कोकोनट सुगर भनिन्छ । यसलाई बनाउनको लागि नरियलको फूलको एउटा टुप्पा काटेर त्यसको रस जम्मा गरिन्छ। एउटा भाँडामा राखेर यस रसलाई कम तापक्रममा पकाइन्छ । जब यो सुक्छ र जे बाँकी रहन्छ, त्यसैलाई कोकोनट सुगरसरह प्रयोग गरिन्छ।

फाइदाः कोकोनट सुगरमा एन्टिअक्सिडेन्ट, मिनरल्स, फाइबर हुन्छन् । यसमा क्यालोरी पनि पाइन्छ। कोकोनट सुगरमा सेतो चिनीको तुलनामा सुक्रोज र फ्रुक्टोज कम हुन्छ र जिङ्क, पोटासियम, क्याल्सियम, आयरनको मात्रा भरपूर हुन्छ । यसैले यो फाइदाजनक हुन्छ । यसको प्रयोग प्राकृतिक मिठासको रूपमा फलको जुस, ओट्स, फलसँग गर्न सकिन्छ।

कोकोनट सुगरको थोरै मात्रामा इन्सुलिन र सोबर फाइबर पाइन्छ, यसको मदतबाट सुगर स्पाइकको समस्या टाढा हुन्छ । मधुमेहमा पनि यो फाइदाजनक हुन्छ । कोकोनट सुगरको प्रयोगबाट ब्लड सुगरलाई नियन्त्रित गर्न सकिन्छ । यसको सेवनबाट हाइपोग्लाइसेमिया, चक्कर आउने, पसिना आउनेजस्ता समस्या पनि नियन्त्रित हुन सक्छन्। कोकोनट सुगरको सेवनबाट मधुमेहमा पनि नियन्त्रण पाउन सकिन्छ । सामान्य चिनीको तुलनामा कोकोनट सुगर राम्रो मानिन्छ र यसले वजन पनि कम गर्न सहायता गर्छ ।

पानीभित्र ७४ दिन बिताएर विश्व रेकर्ड

फ्लोरिडा विश्वविद्यालयका एकजना प्राध्यापकले लामो समयसम्म पानीभित्र बसेर नयाँ विश्व रेकर्ड बनाएका छन्। प्राध्यापक जोसेफ डिटुरीले फ्लोरिडा

लैगुनमा करीब ३० फिट तल बसेर ७४ दिन पूरा गरे । उनी सय वर्ग फुटको क्याप्सुलमा बसेका थिए । जोसेफ डिटुरी सय दिनसम्म पानीभित्र बस्ने योजना बनाएका थिए। यसभन्दा पहिले सन् २०१४ मा दुई अन्य प्राध्यापकले पानीभित्र बसेर ७३ दिनको रेकर्ड बनाएका थिए र उनीहरूको रेकर्ड प्राध्यापक डिटुरीले तोडेका छन्।

डेटुरीले सामाजिक सञ्जालमा दिएको जानकारी अनुसार यस वर्षको १ मार्चदेखि उनी पानीभित्र बस्न गएका थिए र ९ जूनका दिन बाहिर निस्किए। इन्स्टाग्राम पोस्टमा प्राध्यापक डिटुरीले लेखेका छन्, मलाई खुशी छ कि खोजको लागि मेरो जिज्ञासा शान्त भएको छ। पहिलो दिनदेखि मेरो लक्ष्य दुनियाँभरिका वैज्ञानिक र आउने पीढीलाई प्रेरित गर्ने थियो। विश्व रेकर्ड तोड्नु एउटा मिलको पत्थर हो। मेरो मिशन समाप्त भएको छैन। शोध गर्नको लागि मसँग पानीभित्र २३ दिन थियो।

एउटा रिपोर्ट अनुसार पानीमा ७४औं दिन बस्दा प्राध्यापक डिटुरीले धेरै मात्रामा प्रोटिनयुक्त आहार खाएका थिए, जुन माइक्रोवेबमा पकाइएको अन्डा र सैल्मन माछा थियो । व्यायाम गरेपछि निद्रा लाग्यो। जोसेफ जान्न चाहन्छन् कि हाम्रो शरीर पानीभित्र रहँदा अत्यधिक दबावको दीर्घकालिक जोखिममा कस्तो प्रतिक्रिया गर्छ । अतीतमा प्राध्यापकले एउटा महत्त्वपूर्ण खोज गरेका थिए । उनले एक कोशिकीय जीव खोजेका थिए । उनको टीमका अनुसार यो विज्ञानको लागि नयाँ प्रजाति हो। यद्यपि यस खोजको पुष्टि हुन बाँकी छ।

पानीमा बसेको बेला प्राध्यापक डिटुरीमाथि कडा निगरानी गरिएको थियो। प्रायः उनको मूत्र र रक्तको नमूना लिइन्थ्यो र उनी स्वस्थ छन्/छैनन्, त्यो चेकजाँच हुन्थ्यो। यसका साथै मनोवैज्ञानिक र मनोचिकित्सकले पनि उनीमाथि निगरानी गर्थे। बन्द वातावरणमा बस्दा उनको मानसिक प्रभाव कस्तो हुन्थ्यो, त्यो हेरिन्थ्यो।

– प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

काँचो केरामा भिटामिन तथा खनिजको उच्च स्रोत हुन्छ। यसको तरकारी निकै पौष्टिक पनि हुन्छ र यसको सेवनबाट कब्जियत र पेचिसमा लाभ पुग्छ। काँचो केराको तरकारी थोरै तेल हालेर बनाउनुपर्छ।

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

मोचा आँधीमा परी म्यान्मामा ८१ जनाको मृत्यु

तस्वीरः एएनआई

नेपिट, ३ जेठ/एएनआई

म्यान्मामा मोचा आँधीमा परेर ८१ जनाको मृत्यु भएको छ। अल्पसङ्ख्यक रोहिङ्ग्या मुसलमानको बसोवासस्थल राखिन राज्यको बुमा र समीपको खाउङ डोके कार गाउँमा कम्तीमा ४६ जनाले ज्यान गुमाएका सरकारी अधिकारीहरूले बताएका छन्।

राखिनको राजधानी सित्तवेको उत्तरमा अवस्थित राथेदाउङ गाउँको मठ भत्किंदा १३ जनाले ज्यान गुमाएका तथा सोही गाउँको छिमेकमा भवन भत्किंदा एकजना महिलाको मृत्यु भएको सरकारी टेलिभिजन एमआरटिभीले जनाएको छ। आँधीका कारण एक सयभन्दा मानिस बढी हराइरहेकाले ज्यान गुमाउनेको सङ्ख्या अझै बढ्ने बुमा गाउँका प्रमुख कार्लोले बताएका छन्।

सिट्वेनजीक विस्थापित रोहिङ्ग्या शरणार्थी शिविरमा नौजनाको मत्यु भएको तथा ओन ताव छे गाउँमा एकजना र ओव गीमा छजनाले ज्यान गुमाएका स्थानीय अधिकारीहरूलाई उद्धृत गर्दै एमआरटिभीले जनाएको छ। रासस

पटाका कारखाना विस्फोटमा नौजना मारिए

पश्चिम मेदिनीपुर, ३ जेठ/एएनआई

पश्चिम बङ्गालको पश्चिम मेदिनीपुर जिल्लास्थित एउटा पटाका कारखानामा विस्फोट हुँदा नौजनाको मृत्यु भएको छ भने अन्य कैयौं व्यक्ति घाइते भएका छन्।

हालसम्म नौजनाको शव भेटिएको तथा गम्भीर घाइते भएका दुईजनालाई कोलकाता अस्पताल पठाइएको पूर्वी मेदिनीपुर प्रहरी कार्यालयका प्रमुख अमरान केले बताएका छन्।

पश्चिम बङ्गाल सरकारको निर्देशनमा अपराध अनुसन्धान विभागले घटनाको अनुसन्धान थालेको छ। राजधानी कोलकाताबाट अनुसन्धान टोली घटनास्थल पुगेको छ। सरकारी नीतिविपरीत कारखाना सञ्चालन गरेको अभियोगमा कारखानाका मालिकलाई पक्राउ गर्ने प्रयास भइरहेको छ। यसअघि पनि निजविरुद्ध मुद्दा परेका थिए।

घटनाप्रति दुःख व्यक्त गर्दै मुख्यमन्त्री ममता बनर्जीले मृतकका परिवारलाई जनही रु अढाई लाख र घाइतेलाई रु एक लाख क्षतिपूर्तिस्वरूप प्रदान गरिने घोषणा गरेकी छन्। रासस

'चीन र इरानमा धार्मिक स्वतन्त्रताको अधिक उल्लङ्घन'

वाशिङ्टन, ३ जेठ/एएनआई

चीन र इरानमा धार्मिक स्वतन्त्रताको अधिक उल्लङ्घन भएको आरोप धार्मिक स्वतन्त्रतासम्बन्धी एक अमेरिकी प्रतिवेदनमा लगाइएको छ।

अमेरिकी विदेश मन्त्रालयले जारी गरेको विश्वका सबै देशको गत वर्षको धार्मिक स्वतन्त्रतासम्बन्धी वार्षिक प्रतिवेदनमा चीन र इरानले आफ्ना नागरिकलाई धार्मिक स्वतन्त्रता पूर्णरूपमा उपभोग गर्न नदिएकामा चिन्ता व्यक्त गरिएको छ।

प्रतिवेदन सार्वजनिक गर्दै विदेशमन्त्री एन्टोनी ब्लिन्केनले संसारका धेरै देश दमनमा उत्रिएका तथा उनीहरूले आफ्ना नागरिकलाई त्रसित तुल्याएका, विश्वका धेरै भागका सरकारले यातना, कुटपीट, गैरकानूनी निगरानी, तथाकथित पुनर्शिक्षा शिविरलगायत उपाय गरेर अल्पसङ्ख्यक लक्षित दमनलाई जारी राखेका बताए।

चीनको सिनजियाङ प्रान्तमा अल्पसङ्ख्यक मुस्लिम उइघुरमाथि दुर्व्यवहार गरिएको, धार्मिक आस्थाविरुद्ध अभियान चलाइएको, उनीहरूको मानव अधिकारको सम्मान एवं संरक्षण नभएको, सबै धार्मिक गतिविधिलाई चिनियाँ कम्युनिस्ट पार्टीको नियन्त्रणमा ल्याउने प्रयास गरिएको तथा त्यस क्रममा दश हजारभन्दा बढी मानिसलाई जेल हालेको आरोप प्रतिवेदनमा लगाइएको छ। यसअघि पनि अमेरिकाले उइघुर मुद्दालाई लिएर चीनको कटु आलोचना गरेको थियो।

धार्मिक स्वतन्त्रतासम्बन्धी सन् २०२२ को वार्षिक प्रतिवेदनमा उइघुरमाथिको उत्पीडन जारी रहेको, तिब्बती बुद्धधर्मको अभ्यास गर्नेमाथि सरकार असहिष्णु भएको, तिब्बतका केही भिक्षु–भिक्षुणीलाई दुर्व्यवहार गरिएको, केहीलाई लामो समयसम्म हिरासतमा राखिएको आरोप पनि लगाइएको छ।

अमेरिकी विदेश मन्त्रालयको उक्त प्रतिवेदनको खण्डन गर्दै चीनले सिनजियाङमा आतङ्कवादविरोधी गतिविधि रोक्ने प्रयास भएको बताएको छ।

महिलाले अनिवार्यरूपमा शिर ढाक्नैपर्नेलगायत कठोर कानूनी व्यवस्थाले इरानीहरूको धार्मिक स्वतन्त्रता हनन भएको उल्लेख गर्दै प्रतिवेदनमा हिजाब नलाएकी एक किशोरीको धार्मिक प्रहरी हिरासतमा मृत्यु भएपछि भड्किएको विरोध प्रदर्शनले उग्ररूप लिएको विषयसमेत समेटिएको छ।

उपयुक्त ढङ्गले शिर नछोपेकी मासा अमिनीको मृत्युलाई 'हत्या' भन्दै जारी शान्तिपूर्ण विरोध प्रदर्शनमा राज्यले गरेको दमन, मानव अधिकार उल्लङ्घन, युक्रेन युद्ध र त्यसको छायामा भएका व्यक्तिका धार्मिक स्वतन्त्रता उल्लङ्घन, बेल्जियमदेखि ब्रजीलसम्मका मानव अधिकार हनन तथा धार्मिक स्वतन्त्राविरुद्धका घटना प्रतिवेदनमा समावेश गरिएका छन्। रासस

आजको राशिफल

राशि	फल	राशि	फल
मेष	अन्नलाभ	वृष	व्यर्थभ्रमण
मिथुन	धनलाभ	कर्कट	सफलता
सिंह	अलमल	कन्या	वादविवाद
तुला	शत्रुभय	वृश्चिक	ज्ञानोदय
धनु	भयचिन्ता	मकर	मित्रमिलन
कुम्भ	कान्तिक्षय	मीन	यात्रालाभ

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
फलेक्स, 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

१६ वर्षीया चिनियाँ युवतीले गरिन् सगरमाथाको सफल आरोहण

तस्वीरः रासस

काठमाडौं, ३ जेठ/रासस

यस वर्षको वसन्त ऋतुको सगरमाथा आरोहणमा १६ वर्षीया चिनियाँ युवती शुई चो युआनले आरोहणमा सफलता प्राप्त गरेकी छन्। चिनियाँ युवती शुई चो युआनले यही जेठ १ गते सोमवार बिहान ५:४२ बजे सगरमाथाको चुचुरोको दक्षिणी मोहडाबाट सफल आरोहण गरेकी हुन्।

नेपाल बिग माउन्टेन ट्राभलले बुधवार पत्रकार सम्मेलन गरी चिनियाँ युवती शुई चो युआनले सगरमाथाको आरोहण गरेको जानकारी दिएको हो। नेपाल बिग माउन्टेन ट्राभलले उनको आरोहणका क्रममा समन्वय गरेको प्रबन्ध निर्देशक सुदर्शन नेपालले जानकारी दिए। उनी महिलामा हालसम्म सम्भवतः सबैभन्दा कम उमेरको सगरमाथा आरोही रहेको बताइएको छ।

शुई चो युआनले आफ्ना बुबा शुई चियाङ लेईले सन् २००७ मा सगरमाथाको उत्तरी मोहडाबाट सफल आरोहण गरेको सुनाउँदै त्यहींबाट आफूले आरोहण गर्ने प्रेरणा पाएको बताइन्।

शुई चो युआनले आरोहणका क्रममा शुरूमा मौसम खराबीले केही चुनौतीका सामना गर्नुपरे पनि आरोहणको दिन भने मौसमले साथ दिएको अनुभव सुनाइन्। उनले आरोहणका क्रममा सहयोगी शेर्पाहरूले सहयोग गरेकामा धन्यवादसमेत व्यक्त गरिन्। सगरमाथा क्षेत्रमा जलवायु परिवर्तनको असर आफूले सुनेको जस्तो देखिएको बताउँदै उनले आरोहणबाट फर्किने क्रममा उपयोग भइसकेका सामान आफूहरूले सँगै फिर्ता ल्याएको जानकारीसमेत गराइन्।

नेपाल पर्वतारोहण सङ्घका पूर्वअध्यक्ष आङ छिरिङ शेर्पाका अनुसार १६ वर्षमुनिका व्यक्तिलाई सगरमाथा आरोहणको अनुमति दिने कानूनी प्रावधान छैन। यस वर्ष सगरमाथा आरोहणको ७०औं वर्ष पुगेको अवसरमा विशेष कार्यक्रम हुँदैछ भने यस वर्ष सबैभन्दा धेरै आरोहीले आरोहणको अनुमति लिएका छन्। यस वर्षको आरोहण शनिवारदेखि शुरू भएको हो।

सर्वोच्च अदालतको फैसला स्वीकार्नुको विकल्प छैन –चौधरी

काठमाडौं, ३ जेठ/रासस

नागरिक उन्मुक्ति पार्टी (नाउपा)का संरक्षक तथा टीकापुर घटनाका अभियुक्त रेशम चौधरीले सर्वोच्च अदालतले गरेको फैसला स्वीकार्नुको विकल्प नभएको बताएका छन्।

उनले आज एक विज्ञप्ति प्रकाशित गरी आफूमाथिको जन्मकैदको सजाय सदर गर्ने सर्वोच्च अदालतको फैसला न्यायिक नभए पनि स्वीकार्नुको विकल्प नभएको बताएका हुन्।

विज्ञप्तिमा उनले भनेका छन्, "मिति २०८० जेठ २ गते सम्माननीय सर्वोच्च अदालतले गरेको फैसला मप्रति न्यायिक नहुन सक्छ, तर त्यसो भन्दैमा स्वीकार्नुको विकल्प हुन्न, हामी सम्मानित अदालतलाई सदा सम्मान गर्छौं, साथै सम्मानित अदालतलाई सबैले उत्तिकै सम्मान गर्नुपर्छ, म डिल्लीबजार कारागारमा धैर्य, सहनशीलताका साथ कैद भुक्तान गरिरहेको छु। स्वस्थ छु। रत्तीभर मन विचलित छैन। अहिले टीकापुर घटनाको फैसलालाई अनर्गल बनाउदै जथाभावी सामाजिक सञ्जालमा जे पायो त्यही पोस्ट नगर्न हुन अनुरोध गर्दछु।"

आफूलाई अझै सर्वोच्च न्यायालयप्रति भरोसा रहेको उनको भनाइ छ। "हामी अझै न्यायिक पर्खाइमा छौं। त्यसैले सबैलाई सम्मानित सर्वोच्च अदालतको सम्मान गर्न अनुरोध गर्दै यो विज्ञप्ति जारी गरेको छु," आफू पुस्तक लेखिरहेको भन्दै केही दिनमा 'धरातल' नामक पुस्तक आउने उनले जानकारी गराएका छन्।

मिटरब्याजी सङ्घर्ष समिति गठन

प्रस, वीरगंज, ३ जेठ/

वीरगंजमा मिटरब्याजी सङ्घर्ष समिति गठन भएको छ। सन्तोष पासवानको संयोजकत्वमा गठित ११ सदस्यीय समितिमा शान्तिदेवी पासवान, जगदीश पटेल, शैलेन्द्र राम, प्रभा देवी, अनइ राम, किसमतीदेवी राम, सुशीलादेवी तत्वा, हीरालाल राम, गोपालराउत कुर्मी, नूर वानी, शान्तिदेवी पासवानलगायत रहेका छन्।

मिटरब्याजी सङ्घर्ष समिति नेपाल मधेस प्रदेशका संयोजक सरस्वतीकुमारी मिश्रको सहभागितामा वीरगंजमा सङ्घर्ष समिति गठन भएको हो।

बिलबीजकभन्दा बढी सामान नियन्त्रण

प्रस, वीरगंज, ३ जेठ/

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्साले बिलबीजकभन्दा बढी हार्डवेयर, स्टेशनरी खुद्रा तथा लत्ताकपडा लोड गरिएको ट्रक नियन्त्रणमा लिई राजस्व अनुसन्धान कार्यालय, पथलैयामा बुझाएको छ।

वीरगंजबाट रौतहटतर्फ गइरहेको ना.८ख ३५८४ नम्बरको ट्रकलाई नगवास्थित बाइपास सडकमा प्रहरीले चेकजाँच गर्दा बिलबीजक शङ्कास्पद देखिएपछि कारबाईको लागि आज राजस्व अनुसन्धान कार्यालय, पथलैया, बारामा बुझाएको जिप्रका, पर्साले जनाएको छ।

यसैगरी, इलाका प्रहरी कार्यालय, बाराले मङ्गलवार राति ११:३० बजे जीतपुरसिमरा उपमहानगर–७ बाट काठमाडौंतर्फ गइरहेको भारतीय नम्बरको ट्रक चेक गर्दा बिलबीजकभन्दा बढी सामान भेटिएपछि नियन्त्रणमा लिएको जनाएको छ। भारतीय नम्बरको ट्रकमा क्रिम, फेसवासलगायत मेकअपका सामग्री रहेको र उक्त सामग्री बिलबीजकभन्दा बढी भएकाले नियन्त्रणमा लिएर कारबाईको लागि राजस्व अनुसन्धान कार्यालय, पथलैया चलान गरेको जनाएको छ।

यसैगरी, प्रहरी कार्यालय अमलेखगंजले गएराति १२ बजे जीतपुरसिमरा उपमहानगर–२१ बाट वीरगंजबाट काठमाडौं गइरहेको पिकअप चेकजाँच गर्दा बिलबीजकभन्दा बढी सामान भेटिएपछि सामान नियन्त्रणमा लिएको प्रहरी कार्यालय अमलेखगंजले जनाएको छ। पिकअपबाट औषधि, गाडी र मोबाइलका पार्टपुर्जा गरी साढे २८ लाख मूल्यका सामान बरामद भएको प्रहरी कार्यालयले जानकारी गराएको छ।

बरामद सामान कारबाईको लागि राजस्व अनुसन्धान कार्यालय, पथलैया चलान गरिएको छ।

इन्डो–नेपाल–बङ्गलादेश ...

दाबी गरे। कोरोनाकालपछि धेरै पत्रकारको आर्थिक अवस्था दुर्बल हुँदै गएको उनले जिकिर गरे।

सार्क जर्नलिस्ट फोरमका सचिव बङ्गलादेशका अब्दुल रहमानले सम्मेलनले त्रिदेशीय सम्बन्धलाई अझ प्रगाढ पार्ने बताए।

उत्तर प्रदेशका शिक्षामन्त्री योगेन्द्र उपाध्यायले सत्ता र सामाज सुधार्नका लागि पत्रकारको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुने बताए।

पत्रकारले पस्किने समाचारका आधारमा सत्ता र समाजले आफ्नो बाटो पहिल्याउने बताए।

आगराका पत्रकार विनोद अग्निहोत्रीले पत्रकारलाई सबैभन्दा बढी चुनौती रहेको बताए। उनले झैंझगडा, हडताल, जुलूस प्रदर्शन आदिको समाचार लिन जाने पत्रकारलाई झनै जोखिम रहेको बताए। समाचारको विषयलाई लिएर असर पर्ने तत्त्वहरूबाट पत्रकारहरूलाई सदैव 'थ्रेट' हुने गरेको बताए।

सम्मेलनमा सहभागी वीरगंजका पत्रकार राहुल गुप्ता र बाराका पवन साहलाई सम्मानित गरिएको थियो।

कार्यक्रमको सहजीकरण सार्क जर्नलिस्ट आगराका कोषाध्यक्ष विवेक जैनले गरेका थिए।

परीक्षण ...

भागमा असर गर्छ। उनले भने, "मिर्गौला खराब गराउन सक्छ, दिमागमा रगत जम्मा गरेर प्यारालाइसिस गराउन सक्छ, हातखुट्टाका नसा बन्द भएर नसै काट्नुपर्ने समस्या आउन सक्छ।"

भरतपुर अस्पतालका मुटुरोग विशेषज्ञ डा मणिप्रसाद गौतमले उच्च रक्तचापलाई 'साइलेन्ट किलर' भनिने जनाउँदै उनले विना कुनै लक्षण पनि यसले शरीरमा गम्भीर रोग निम्त्याउन सक्ने बताए। उनले भने, "विश्वमैं उच्च रक्तचापको अवस्था बढिरहेको छ, पहिला १० प्रतिशत, २० प्रतिशत उच्च रक्तचापका बिरामी थिए, अहिले बढ्दै गएर एक सयमा ३६ प्रतिशतसम्ममा उच्च रक्तचाप देखिन थालेको छ," उनले भने, "मुटुले रगत फ्याँक्ने क्रममा रक्तनलीको भित्तामा दबाब पर्छ, त्यो दबाबलाई खासमा रक्तचाप भनिन्छ, नलीमा बग्ने रगत उत्तिकै छ, तर नली विभिन्न कारणले साँघुरो हुन पुग्यो भने रगतले नलीलाई दिने चाप बढ्छ।"

उनका अनुसार यसरी रक्तनलीमा बढेको चाप नै उच्च रक्तचाप (हाई बिपी) हो। त्यसका कारण मुटु, मिर्गौला, मस्तिष्क र आँखामा जटिलता जस्ता विभिन्न स्वास्थ्य समस्याले अकालमैं जीवन क्षति हुन सक्ने उनी बताउँछन्।

उच्च रक्तचाप भएमा टाउको दुख्ने, चक्कर लाग्ने, थकान महशूश हुने, टाउको भारी हुने, नाकबाट रगत बग्ने, अनिद्रा, मुटुको धड्कन बढ्ने, छाती भारी हुने, श्वास लिन कठिनाइ हुने, अचानक डर लाग्ने, आँखा धमिलो हुनेजस्ता लक्षण देखा पर्ने उनको भनाइ छ।

वयस्क व्यक्ति हरेकले कम्तीमा पनि एक वर्षमा एकपटक आफ्नो रक्तचाप अनिवार्य जाँच गराउन डा गौतमले सुझाव दिए। यसो गरे भविष्यको सम्भावित दुर्घटनाबाट बच्न सकिने जनाउँदै उनले उच्च रक्तचाप भएको व्यक्ति चिकित्सकसँग नियमित परामर्शमा रहनुपर्ने बताए। उनले भने, "यदि कसैको घरमा उच्च रक्तचापका बिरामी छन् भने उसको घरपरिवार झन् बढी सजक हुनुपर्छ, परिवारका सबैले समयसमयमा उच्च रक्तचाप जँचाउनुपर्छ।"

इन्डो–नेपाल–बङ्गलादेश त्रिदेशीय पत्रकार सम्मेलन

प्रस, वीरगंज, ३ जेठ/

प्रेस क्लब अफ आगरा एवं उत्तर प्रदेश जर्नलिस्ट एशोसिएशनको आयोजनामा बुधवार इन्डो–नेपाल–बङ्गलादेश त्रिदेशीय पत्रकार सम्मेलन सम्पन्न भएको छ ।

उत्तर प्रदेशको आगरामा आयोजित सम्मेलनको उत्तर प्रदेशका कानूनमन्त्री एसपी सिंह, सार्क जर्नलिस्ट फोरमका अध्यक्ष राजु लामा र प्रेस क्लब अफ आगराका अध्यक्ष अशोक अग्निहोत्रीले संयुक्तरूपमा उद्घाटन गरेका थिए ।

उत्तर प्रदेशका कानूनमन्त्री सिंहले पत्रकारिताको धर्म सत्यतथ्य कुरालाई जनतासमक्ष ल्याउनुरहेको बताए । उनले पत्रकारिताले धर्म निर्वाह गर्दै आएकोले समाजमा परिवर्तन देखा परेको बताए ।

सार्क जर्नलिस्ट फोरमका अध्यक्ष राजु लामाले दक्षिण एशियामा गत वर्ष आतङ्कारीबाट ११ जना पत्रकार मारिएको बताए । उनले पत्रकारहरू स्वतन्त्र प्रेसको पक्षमा कार्य गर्दै आएका र यस धर्म निर्वाहबाट कहिल्यै पछि नहट्ने

(बाँकी पाँचौं पातामा)

तस्वीरः प्रतीक

बहुअर्वासिरा माविको नयाँ भवन शिलान्यास

नरेश यादव, पर्सागढी, ३ जेठ/

पर्सागढी नगरपालिकाका प्रमुख गोकर्ण पाठकले वडा नं ५ स्थित नेपाल राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालय बहुअर्वासिराको नयाँ चार कोठे भवनको शिलान्यास गरेका छन् ।

राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रम अन्तर्गत दुई कोठा र प्रदेश सरकार अन्तर्गत दुई कोठा गरी चार कोठा निर्माण हुने प्रधानाध्यापक रामाशिष यादवले बताए । राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रम अन्तर्गत साढे २२ लाख, प्रदेश सशर्त अनुदान अन्तर्गत २५ लाख र श्रमदान रु पाँच लाख ३१ हजार गरी ५२ लाख ३१ हजारको लागतमा भवन निर्माण हुने बताइएको थियो ।

कार्यक्रममा वडाध्यक्ष सुकमान तामाङ, शङ्कर रायभर, सामाजिक अगुवा अशोक यादव, शिक्षकशिक्षिकालगायतको सहभागिता थियो ।

तस्वीरः प्रतीक

तेस्रो दिन पनि ट्राफिक सचेतनामूलक कार्यक्रम

प्रस, वीरगंज, ३ जेठ/

सडक सुरक्षा सप्ताहको बुधवार तेस्रो दिन सचेतनामूलक कार्यक्रम गरिएको छ ।

घण्टाघर, माईस्थान, आदर्शनगर चोकमा विद्यार्थी तथा स्वयंसेवकहरूले संयुक्तरूपमा बिहान ८ देखि १० बजेसम्म दुई घण्टा सडक प्रयोगकर्ताहरूलाई सचेत गराएका थिए । यसैगरी, बेलुका वीरगंज बसपार्कमा आरक्षित सिट प्रयोगसम्बन्धी कार्यक्रम गरिएको थियो । विश्वभरि सडक दुर्घटनामा हजारौं मानिसले ज्यान गुमाउँदै आएकाले यो अभियानलाई प्रभावकारीरूपमा सञ्चालन गर्नुपरेको कार्यक्रममा जानकारी गराइएको थियो ।

ट्राफिक व्यवस्थापन कार्य तथा दुर्घटना न्यूनीकरण गर्न सडक सुरक्षा सप्ताह आयोजना गरिएको ट्राफिक प्रहरी कार्यालय, पर्साका प्रमुख मणिराम थापाले बताए ।

कार्यक्रममा व्यवस्थित वीरगंज अभियानका दिलीपराज कार्की, परिवर्तन नेपालका रणधीर वर्णवाल, प्रहरी निरीक्षक हनुमान यादवलगायतको सहभागिता थियो ।

तस्वीरः सौजन्य

Make your stay with us is a
memorable experience

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

Diyalo Lords PLAZA
Exhilarating Hospitality
Birgunj

Call - 51525252, 98028 19788, 98028 19787

Aadarsh Nagar, Birgunj, Nepal, www.lordshotels.com,

लोकतन्त्रको उपलब्धिको रक्षा गरौं

- विधिको शासन
- नागरिक स्वतन्त्रताको संरक्षण
- सूचनाको हक
- संवैधानिक सरकार
- आवधिक निर्वाचन
- समावेशी सहभागिताको सुनिश्चितता
- बालिग मताधिकार
- अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता
- न्यायिक स्वतन्त्रता

यी लोकतन्त्रका विशेषता हुन्, यिनको अवलम्बन गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

खेलकूदको संसार

मदन–आश्रित स्मृतिमा फूटबल प्रतियोगिता

काठमाडौं, ३ जेठ/रासस

प्रथम मदन–आश्रित स्मृति नकआउट सेभेन ए साइड खुला फूटबल प्रतियोगिता बुधवारदेखि शुरू भएको छ । नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (एकीकृत समाजवादी)निकट पिपुल्स भोलेन्टियर्सको आयोजना तथा युवा सङ्घ नेपालको समन्वयमा काठमाडौंको मनमैजुस्थित मैदानमा हुने प्रतियोगिता यही जेठ ८ गतेसम्म हुनेछ ।

मदन–आश्रित स्मृति दिवसको अवसरमा मदन भण्डारी स्पोर्ट्स एकेडेमी तनहुँले बुधवार आयोजना गरेको मैत्रीपूर्ण बास्केटबल प्रतियोगितामा प्रतिस्पर्धा गर्दै खेलाडी । तस्वीरः रासस

नेकपा (एकीकृत समाजवादी)का अध्यक्ष माधवकुमार नेपालले प्रतियोगिताको शुभारम्भ गर्दै नेपालको कम्युनिस्ट सिद्धान्तलाई मौलिक बनाएर त्यसलाई लोकप्रिय बनाउन जननेता मदनको योगदान अतुलनीय रहेको बताए ।

पार्टी उपाध्यक्ष प्रमेश हमाल, पोलिटब्यूरो सदस्य दिलु पन्तलगायतले नेपाली राजनीतिमा मदन–आश्रितको आदर्श, निष्ठा र सङ्घर्ष सबैका लागि अनुकरणीय रहेको चर्चा गरे । प्रतियोगितामा ८० टोलीको सहभागिता छ । प्रतियोगिता बिहान ७ देखि साँझ ७ बजेसम्म सञ्चालन हुनेछ । प्रतियोगितामा सहभागिताका लागि एक टोलीलाई रु पाँच हजार दर्ता शुल्क राखिएको छ ।

प्रतियोगितामा विजेता टोलीलाई रु तीन लाख, उपविजेतालाई दुई लाख र तेस्रो हुने टोलीलाई एक लाख रुपियाँबाट पुरस्कृत गरिनेछ । तत्कालीन नेकपा एमालेका महासचिव मदन भण्डारी र सङ्गठन विभाग प्रमुख जीवराज आश्रितको विसं २०५० जेठ ३ गते चितवनको दासढुङ्गामा भएको दुर्घटनामा परी निधन भएको थियो ।

साफ च्याम्पिनशिपमा नेपाल कठिन समूहमा

काठमाडौं, ३ जेठ/रासस

भारतमा आयोजना हुने 'पुरुष साफ च्याम्पियनशिप फूटबल प्रतियोगिता'मा नेपाल समूह 'ए'मा परेको छ ।

दक्षिण एशियाली फूटबल महासङ्घ (साफ)ले बुधवार सार्वजनिक गरेको १४औं संस्करणको साफ च्याम्पियनशिपको समूह विभाजनमा नेपाल सो समूहमा परेको हो ।

आगामी जून २१ देखि जुलाई ४ तारिखसम्म आयोजना हुने उक्त प्रतियोगितामा विभिन्न आठ राष्ट्र सहभागी छन् ।

नेपालको समूहमा साबिक विजेता भारत, कुवेत र पाकिस्तान रहेका छन् । यसैगरी समूह 'बी'मा माल्दिभ्स, लेबनान, भुटान र बङ्गलादेश रहेका छन् । फिफाको प्रतिबन्धको कारण यस संस्करणमा श्रीलङ्का सहभागी छैन ।

माल्दिभ्समा आयोजना भएको १३औं साफ च्याम्पियनशिपमा नेपाल उपविजेता भएको थियो । नेपाल फाइनल खेलमा भारतसँग पराजित भएको थियो ।

तस्वीर सौजन्य : एन्फा

SAFF CHAMPIONSHIP 2023
21 JUNE - 4 JULY, BENGALURU, INDIA
TIME: IST

21JUNE	KUWAIT	VS	NEPAL	TIME: 15:30
	INDIA	VS	PAKISTAN	TIME: 19:30
22JUNE	LEBANON	VS	BANGLADESH	TIME: 15:30
	MALDIVES	VS	BHUTAN	TIME: 19:30
24JUNE	PAKISTAN	VS	KUWAIT	TIME: 15:30
	NEPAL	VS	INDIA	TIME: 19:30
25JUNE	BANGLADESH	VS	MALDIVES	TIME: 15:30
	BHUTAN	VS	LEBANON	TIME: 19:30
27JUNE	NEPAL	VS	PAKISTAN	TIME: 15:30
	INDIA	VS	KUWAIT	TIME: 19:30
28JUNE	LEBANON	VS	MALDIVES	TIME: 15:30
	BHUTAN	VS	BANGLADESH	TIME: 19:30
1 JULY	GROUP A CHAMPION	VS	GROUP B RUNNER UP	TIME: TBC
	GROUP B CHAMPION	VS	GROUP A RUNNER UP	TIME: TBC
4 JULY	FINAL			TIME: TBC

पूर्ण खोप सुनिश्चितता कार्यक्रम

तस्वीरः प्रतीक

दिनेश मिश्र, वीरगंज, ३ जेठ/

पोखरिया नगरपालिकामा पालिकास्तरीय पूर्ण खोप सुनिश्चितता कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । कार्यक्रममा पालिकाभित्र गरिएको सर्वेक्षण अनुसार भर्खरै जन्मेदेखि १५ महीनाका ९६३ बालबालिकामध्ये ४० जनाले मात्र पूर्ण खोप लगाएको जानकारी गराइएको थियो । बाँकी रहेका बालबालिकाहरूलाई विशेष खोप सञ्चालन गरी खोप प्रदान गरिएको थियो ।

यसैगरी, १६ देखि ५९ महीनासम्मका बालबालिका दुई हजार ४१५ मध्ये १०२ जना बालबालिका पूर्ण खोपबाट वञ्चित रहेकाले उनीहरूलाई पनि विशेष खोप कार्यक्रममार्फत खोप प्रदान गरिएको थियो । नगरप्रमुख प्रद्युम्न चौहानको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा वडाध्यक्ष, स्वास्थ्यकर्मी, कार्यपालिका सदस्य, स्वास्थ्य स्वयंसेविका, युवा क्लब, विद्यालय प्रतिनिधि, पालिकाका कर्मचारीलगायतको सहभागिता थियो ।