डेंगीबाट बचौं

- उच्च ज्वरो आउनु ।
- जोर्नी र मांशपेशीहरूमा असह्य पीडा हुनु ।
- आँखाको गेडी दुख्नु ।
- अत्यधिक टाउको दुख्नु ।
- शरीरमा राता बिमिराहरू आउनु ।
- वाकवाकी लाग्नु वा बान्ता हुनु ।

यस्ता लक्षणहरू देखापरेमा डेंगी हुन सक्छ । तत्काल चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिऔं ।

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 ३७ ❖ २०८० भदौ २० गते बुधवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2023 September 06 Wednesday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६❖ अङ्क १९

अत्यधिम गर्मीले पठनपाठनमा असर

प्रस, सेढवा, १९ भदौ/

विगत केही दिनदेखि बढेको अत्यधिक गर्मीका कारण विद्यालयहरूमा दैनिक पठनपाठनमा नराम्रो असर परेको छ । केही दिनदेखि गर्मी बढेको, हावा नचल्दा उकुसमुकुस भएर विद्यार्थी तथा उकुसमुकस हुने र पसिनाले निथ्रुक्कै भिज्ने गरेको विद्यार्थीहरूले गुनासो गरेका छन् ।

जीराभवानी गाउँपालिका वडा नं १ स्थित शिवशक्ति प्रावि, शान्तिनगरका प्रधानाध्यापक रविमोहन सापकोटाका अनुसार हावा नचलेर अत्यधिक गर्मी हुने प्रधानाध्यापकहरूकै भनाइ रहेका छन् । जगरनाथपुर गाउँपालिका वडा नं ३ मा रहेको बाबा वैद्यनाथ आधारभूत विद्यालय गढैयामा तीनवटा कक्षाकोठामा मात्र पङ्खा जडान भएको शिक्षकहरूले बताएका छन् । बाँकी चारवटा

तस्वीरः प्रतीक

शिक्षकहरू कक्षाकोठामा बस्न नसक्ने अवस्था रहेको बताइएको छ ।

जिल्लाका अधिकांश सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालय १० बजेदेखि सञ्चालन हुने भएकाले अत्यधिक गर्मी बढेर पठनपाठन प्रभावित भएको छ । हावा नचलेको कारण कक्षाकोठामा बढेपछि कक्षा सञ्चालन गर्न कठिनाइ भएको बताए । कक्षाकोठामा एउटा पङ्खा भएपनि गर्मीबाट राहत नहुँदा पालिकाको कार्यालयबाट अर्को पङ्खा ल्याइ जडान गरिएको बताए । प्राथमिक विद्यालयमा अध्ययनरत ससाना नानीबाबुहरू पसिनाले भिज्दा बढी जोखिम कक्षाकोठामा पङ्खा अभावका कारण कक्षाकोठामा बस्न नसक्ने अवस्था रहेको विद्यार्थीहरूले बताए । ती कक्षाकोठाहरूमा वाइरिङसमेत गरिएको छैन ।

यस सम्बन्धमा जगरनाथपुर गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय

(बाँकी पाँचौं पातामा)

रेडक्रस दिवसमा स्वास्थ्य शिविर र रक्तदान

प्रस, वीरगंज, १९ भदौ/

६१औं नेपाल रेडक्रस दिवसको अवसरमा मङ्गलवार वीरगंजमा निश्शुल्क स्वास्थ्य शिविर, पर्सागढी नगरपालिका र निजगढ नगरपालिकामा रक्तदान कार्यक्रम गरी मनाइएको छ ।

दिवसको अवसरमा आज वीरगंजको गीतामन्दिरमा आयोजित निश्शुल्क स्वास्थ्य शिविरको नेरेसो पर्साका सभापति वीरेन्द्रराज कँडेलले उद्घाटन गरेका थिए भने मधेस प्रदेशका सभापति फूलमहमद मियाँले स्वास्थ्य परीक्षण गराएर कार्यक्रमको शुभारम्भ गरेका थिए ।

नेरेसो माईस्थान उपशाखाका सभापति मदनप्रसाद गुप्ताको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा डा प्रमोद सर्राफ, डा नीरज सिंह, डा दीप्ति यादव र डा सागर सर्राफले ३५ जनाको स्वास्थ्य परीक्षण गरेर स्वास्थ्य परामर्श दिएका थिए ।

कार्यक्रममा शैलेन्द्रकुमार चौरसिया, साबिर अहमद एराज, दिनानाथ रौनियार, दयाशङ्कर सिंह, काशीप्रसाद साह, सन्तोष गुप्ता, उमेश गुप्ता, सन्तोष जायसवाल, ओमप्रकाश जैसवाल, मधुसूदन उपाध्याय, उत्तम प्याकुरेल,

तस्वीरः प्रतीक

विक्की सर्राफ, ओम गुप्ता, प्रमोद गुप्ता, शिवजी साहलगायतको सहभागिता थियो । कार्यक्रमको सहजीकरण राजन श्रीवास्तवले गरेका थिए ।

तस्वीरः प्रतीक

पर्सागढी र निजगढमा रक्तदान

६१औं नेपाल रेडक्रस दिवसको अवसरमा आज पर्सागढी नगरपालिका, पर्सा र निजगढ नगरपालिका, बारामा नेरेसो उपशाखाको आयोजनामा रक्तदान कार्यक्रम सम्पन्न भएको रक्तसञ्चार केन्द्र, वीरगंजका प्राविधिक प्रमुख सौरभराज पाण्डेले बताए ।

पर्सागढी नगरपालिकामा नेरेसो पर्सागढी उपशाखाको आयोजनामा भएको रक्तदान कार्यक्रममा एकजना महिलासहित २५ जनाले रक्तदान गरेको केन्द्रका प्राविधिक धीरेन्द्र झाले बताए । उपशाखाका सभापति शेख जिकुरल्लाहको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा गोमा पाण्डे, शिवकुमार थापा, लक्ष्मी साह, रविन गुरुङ, सञ्जय परियार, धीरज कुमार, रमेश तिमिल्सिना, विनोद मगर, सौकत हवारी, सञ्जीत धितालगायतले रक्तदान गरेका थिए ।

यसैगरी, बाराको निजगढ उपशाखाका अध्यक्ष नारायणप्रसाद शर्माको अध्यक्षतामा भएको रक्तदान कार्यक्रममा १० जना महिलासहित ६६ जनाले रक्तदान गरेको केन्द्रका प्राविधिक प्रमुख पाण्डेले बताए । विमाकुमारी ठाकुर, गङ्गा अधिकारी, एकता अधिकारी, सुस्मिता पाख्रिन, नारायण शर्मा, श्याम श्रेष्ठ, रामप्रसाद थापालगायले रक्तदान गरेका थिए ।

लघु वित्तीय संस्थाको शोषणविरुद्ध सचेतना कार्यक्रम

प्रस, पोखरिया, १९ भदौ/

लघु वित्तीय संस्थाको शोषणको विरुद्धमा गठित सङ्घर्ष समिति, पर्साले मङ्गलवार विन्ध्यवासिनी गाउँपालिका–५ भेलाहामा महिलाहरूको भेला गरी सचेतना कार्यक्रम गरेको छ ।

पर्सा जिल्लामा रहेका विभिन्न वित्तीय संस्थाहरूबाट ऋण लिएका तर साँवा तिर्न नसकेका महिलाहरूले भेला गरेका हुन् । तेजनारायण पासवानको अध्यक्षतामा भएको भेलामा सहभागी महिलाहरूले लघु वित्तीय संस्थाहरूसँग ऋण लिएका थुप्रै महिला अहिले समस्यामा रहेको बताए । उनीहरू कोरोनाकालदेखि रोजगारविहीन भएका र आर्थिक समस्याले अहिले ऋण तिर्न सक्ने अवस्था नहुँदा लघु वित्तीय संस्थाका कर्मचारीहरूले दुःख दिएकाले ऋणी महिलाहरूले निकै समस्या भोग्नुपरेको गुनासो गरेका थिए । सहभागी महिलाहरूले किस्ता तिर्न नसकेका महिलाहरूको घरबाट गाईभैंसी, पाडा, बाख्रा, खाना पकाउने ग्यास, चुल्हो, महिलाहरूले कान र नाकमा लगाएका गहनासमेत कर्मचारीहरूले जबरजस्ती लगिरहेको र यस क्रममा कतिपय महिलाहरू घर छाडेर अन्यत्र बसिरहेका बताएका थिए ।

भेलाका अध्यक्ष पासवानले सङ्घर्ष समितिले सरकारसँग पाँच बुँदे मागसहित यो आन्दोलनलाई अगाडि बढाएको बताए । उनले पाँचवटा मागमा लघु वित्त वित्तीय संस्था खारेज हुनुपर्ने, सामूहिक ऋण मिनहा हुनुपर्ने, गरीब–किसान जनतालाई निश्शुल्क ऋण उपलब्ध हुनुपर्ने, आवश्यकता र क्षमताको आधारमा काम र दामको व्यवस्था गर्नुपर्ने र समाजवादी अर्थतन्त्रको विकास गर्नुपर्ने रहेका र यस विषयमा देशव्यापीरूपमा सङ्घर्ष समिति निर्माण गरेर दबाब दिने कार्य भइरहेको जानकारी गराएका थिए ।

दुईवटा शैक्षिक संस्था सिल

प्रस, वीरगंज, १९ भदौ/

वीरगंज महानगर अन्तर्गतको नियमन समितिले मङ्गलवार पनि विनाइजाजत र मापदण्डविपरीत सञ्चालमा रहेको वीरगंजका दुईवटा शैक्षिक संस्था सिलबन्दी गरेको छ ।

महानगर अन्तर्गतको नियमन समितिले मङ्गलवार वीरगंज महानगरपालिका–८ स्थित युनिभर्सल प्लस टु कलेज र प्रिन्सटन मोडेल एकेडेमीमा सिलबन्दी गरेको महानगर प्रमुख राजेशमान सिंहका जनसम्पर्क सल्लाहकार नवराज फुयाँलले बताए ।

वीरगंज महानगर–१५ मा रहेको युनिभर्सल सेकेन्डरी स्कूलले कक्षा ११ र १२ सञ्चालन गर्न लिएको अनुमतिलाई दुरुपयोग गर्दै नियमविपरीत वडा नं ८ मा युनिभर्सल प्लस टु कलेज चलाएको भेटिएपछि समितिले सिलबन्दी गरेको हो ।

वीरगंज महानगर–१५ मा रहेको युनिभर्सल सेकेन्डरी स्कूलको नाममा कक्षा ११ र १२ सञ्चालन अनुमति लिएको तर नाम परिवर्तन गरेर अन्य वडामा कलेजको नाम दिएर सञ्चालन गरेको पाइएपछि समितिले सो कलेजको मूलगेटमा ताला लगाएको हो । कक्षा ११ र १२ को अध्यापन पछिल्लो समय सरकारले मावि तहमा राखेको थियो । युनिभर्सलले सोविपरीत कलेज लेखेको पाएपछि सिल गरिएको महानगरका शैक्षिक नियमन समितिका संयोजक ईश्वरचन्द्र यादवले बताए ।

उनले वडा नं ८ मा रहेको प्रिन्सटन मोडेल एकेडेमीमा पनि सिल लगाएको बताए । प्रिन्सटनले कक्षा ११ र १२ सञ्चालनका लागि अनुमति नलिएर पठनपाठन गराइरहेको पाएपछि सिल गरिएको संयोजक यादवले बताए । वीरगंज सेन्ट्रल स्कूलको नाममा कक्षा सञ्चालन गर्न अनुमति लिने प्रक्रियामैं रहेको समयमा छुट्टै नाम राखेर विद्यार्थी भर्ना गरेर कक्षा सञ्चालन गरिरहेको भेटिएको उनले बताए ।

डुबेर एकजना बालिकाको मृत्यु तीनजना बालबालिकाको उद्धार

प्रस, पोखरिया, १९ भदौ/

नेपालतर्फको ओरिया खोलामा मङ्गलवार एकजना भारतीय बालिकाको डुबेर मृत्यु भएको छ ।

साथीहरूसँग खोलामा पौडी खेल्ने क्रममा भारत बिहार पश्चिमी चम्पारण इनर्वा निवासी १२ वर्षीया गुलबासा खातुनको खोलामा डुबेर मृत्यु भएको प्रहरी चौकी जानकीटोलाले जनाएको छ ।

चौकी प्रमुख वरिष्ठ प्रहरी नायब निरीक्षक अशोक बस्नेतको टोलीले खोलामा डुबेकी खातुनलाई बचाउन नसके पनि उनका तीनजना साथीको भने सकुशल उद्धार गरेको थियो ।

आज दिउँसो २ बजेको घटना हो र मृतक खातुनको शव शल्यपरीक्षणका लागि नारायणी अस्पताल ल्याइएको छ भने उद्धार गरिएका तीनजना बालिकालाई उनीहरूको अभिभावकको जिम्मा लगाएर घर फर्काइएको छ ।

ठोरीमा बालविकास शिक्षक सङ्घर्ष समिति गठन

प्रस, ठोरी, १९ भदौ/

नेपाल शिक्षक महासङ्घको आन्दोलनलाई थप ऊर्जा भर्न ठोरीका सामुदायिक विद्यालयमा कार्यरत सङ्घीय राज्यले अपहेलित गरेको हुँदा महासङ्घले गर्न लागेको काठमाडौं केन्द्रित आन्दोलनमा सहभागी बनी आफ्नो माग स्थापित गराउन देशका हरेक स्थानीय

तस्वीरः प्रतीक

बालविकासका शिक्षकहरूको मङ्गलवार बालविकास शिक्षक सङ्घर्ष समिति गठन गरिएको छ ।

ठोरी–३ स्थित नेरामावि, ओडारमा नेपाल शिक्षक महासङ्घ, ठोरीका अध्यक्ष अमृत श्रेष्ठको अध्यक्षतामा भएको भेलाले सुमित्रा परियारको अध्यक्षतामा १५ सदस्यीय समिति गठन भएको हो ।

बालविकासका शिक्षकहरूलाई राज्यले अपमानित गरेको हुँदा आफ्नो आत्मसम्मानको लागि नेपाल शिक्षक महासङ्घको केन्द्रीय समितिको आन्दोलनका कार्यक्रमलाई उचाइमा पुऱ्याउन समिति गठन गरिएको नवगठित समितिकी अध्यक्ष सुमित्रा परियारले बताइन् । आफूहरू सरह काम गर्नेहरूको तुलनामा ५० प्रतिशतभन्दा कम तलब र सेवासुविधामा काम गरिरहँदा समेत तहका बालविकास शिक्षकहरूको सङ्घर्ष समिति गठन गरिरहेको अवस्थामा ठोरीका बालविकास शिक्षकहरूको समिति गठन गरिएको परियारले बताइन् ।

आजको भेलामा काठमाडौं केन्द्रित आन्दोलनमा सहभागी हुन ठोरीका सबै बालविकास शिक्षकले काठमाडौं जाने निर्णयसमेत गरेका छन् ।

नवगठित समितिमा उपाध्यक्ष बसुन्धरी श्रेष्ठ, सचिव सुनुकुमारी तामाङ, सहसचिव दुर्गा कुँवर, कोषाध्यक्ष सुषमा सुनवार, सदस्यहरू भवानी पन्त, स्मृति जोशी, उर्मिला सापकोटा, अम्बिका खतिवडा, शान्ता श्रेष्ठ, मधुमाया गोले, बिना शाक्यलगायत १५ सदस्यीय सङ्घर्ष समिति गठन गरिएको समेत महासङ्घ पर्साका अध्यक्ष श्रेष्ठले जानकारी दिए ।

उक्त भेलामा नेपाल शिक्षक महासङ्घ, ठोरीका उपाध्यक्ष गोपीलाल श्रेष्ठ तथा नेपाल शिक्षक सङ्घ मधेस प्रदेश कमिटीका सदस्य चिरञ्जीवी सापकोटाको पनि सहभागिता थियो ।

ठोरीमा २१ वडा सामुदायिक विद्यालयमा २७ जना बालविकास शिक्षक कार्यरत छन् ।

मूर्तिको प्राणप्रतिष्ठा

नरेश यादव, पर्सागढी, १९ भदौ/

पर्सागढी नगरपालिका–३ रामटोलस्थित राधाकृष्ण मन्दिरमा राधाकृष्णको मूर्तिको प्राणप्रतिष्ठा गरिएको छ ।

राधाकृष्ण मन्दिरलाई प्रदेशसभा सदस्य श्याम पटेलले संसदीय कोषबाट रु १५ लाखको लागतमा निर्माण गर्दा सो मन्दिरमा रहेको राधाकृष्णको मूर्तिलाई अन्यत्र सारिएको थियो । भोलि कृष्ण जन्माष्टमीको अवसर पारेर मन्दिर उद्घाटनको कार्यक्रम रहेकोले आज मूर्तिको प्राणप्रतिष्ठा गरिएको मन्दिर समितिका अध्यक्ष शम्भुकुँवर क्षत्रीले बताए ।

नगरप्रमुख गोकर्ण पाठकले विधिवत् पूजापाठ गरेर प्राणप्रतिष्ठा गरेका थिए ।

त्यसअघि मूर्तिलाई नगरपरिक्रमा गराइएको थियो । भोलि कार्यक्रमको आयोजना गरी मन्दिरको उद्घाटन गरिने समितिका अध्यक्ष क्षत्रीले बताए । कार्यक्रममा वडाध्यक्ष सुकमान तामाङ, वडासदस्यद्वय सीता लामा र सर्वत चौधरीलगायतको सहभागिता थियो ।

विचारसार र सूक्तिहरू

माथि उठ्नु छ भने आफूभित्रको अहङ्कार त्यागेर आफूलाई हलुको पार्नुपर्छ। किनकि माथि उही उठ्दछ, जो हलुको हुन्छ।

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

मुद्रक: प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
त्रिमूर्ति सिनेमा रोड, श्रीपुर, वीरगंज-११ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१- ५२३१०५, ५२५१२२
email: prateekdaily@gmail.com, prateekdainik@yahoo.com
Website: www.prateekdaily.com

निकुञ्ज र हुलाकी राजमार्ग

राष्ट्रिय गौरवको हुलाकी राजमार्ग निर्माण शुरू भएको डेढ दशक बितिसक्दा पनि सम्पन्न कहिले हुने यकीन छैन। सडकखण्डमा पर्ने राष्ट्रिय निकुञ्जको कारण अनिश्चितता बढेको हो। हुलाकी सडकको हालसम्मको प्रगति ९१ प्रतिशत पुगेको छ। भौतिक प्रगति र वित्तीय प्रगति दुवैतर्फ ९१ प्रतिशत पुगेको हुलाकी राजमार्ग आयोजना निर्देशनालयले जनाएको हो। आयोजना अन्तर्गत चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज, नवलपरासी, दाङ, बाँकेलगायतका जिल्लामा वन क्षेत्रमा अध्ययनका लागि स्वीकृति नपाएका कारण निर्माण शुरू हुन नसकेको हो। निकुञ्ज र वनबाहेक अन्य क्षेत्रमा भने निर्माण प्रगति सन्तोषजनक छ। पूर्व–पश्चिम तराई–मधेसका २३ जिल्ला जोड्ने एक हजार ७९२ किमी सडकमध्ये नौ सय मिटर कालोपत्र र ६४२ किमी निर्माणाधीन अवस्थामा छ। सोबाहेक २५० किमीमा भने कुनै काम हुन सकेको छैन। आयोजनाले पटकपटक वन मन्त्रालयलाई वातावरणीय प्रभाव मूल्याङ्कन (इआइए) र अध्ययन सहमतिका लागि पत्र पठाएको छ। तर मन्त्रालयले केही इआइए स्वीकृत गरे पनि चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जले अध्ययन गर्न भने भर्खर सहमति दिएको छ। वन तथा वातावरण मन्त्रालयले भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालयलाई पहिलेकै बाटो सञ्चालनमा ल्याउने गरी वातावरणीय इआइए प्रतिवेदन तयार गर्न सहमति दिएको छ। चितवनको नारायणघाट–माडी सडकमा पर्ने निकुञ्जको जङ्गलमा अहिले र पहिलेको गरी दुईवटा मार्ग रहे पनि जैविक विविधता संरक्षणका दृष्टिले धुवघाट–वनकट्टा पहिलेकै सडकको इआइए गर्न मन्त्रालयले सहमति दिएको हो।

कोरोनाको कारण थपिएको दुई वर्ष अर्थात् आर्थिक वर्ष २०८१/८२ सम्म हुलाकी सडक निर्माण कार्य सम्पन्न हुनुपर्ने हो। तर वन तथा निकुञ्जको समस्याका कारण थपिएको समयमा पनि निर्माण सम्पन्न हुने सम्भावना कम छ। मन्त्रालयले स्वीकृति दिए पनि निकुञ्जले अध्ययन अनुमति दिन बाँकी नै छ। प्रक्रिया पूरा गरी डिपिआर तयार गर्दासम्म कम्तीमा एक वर्ष बित्ने अनुमान छ। उसो हो भने अन्य कुनै अवरोध नभए विसं २०८४ सम्ममा आयोजना सम्पन्न गर्न सकिने हुलाकी सडक परियोजनाले जनाएको छ।

हुलाकी राजमार्गलाई तराई–मधेस क्षेत्रको समृद्धिसँग जोडेर शुरू गरिएको हो। यस क्षेत्रमा मुलुकको कुल जनसङ्ख्याको आधाभन्दा बढी जनसङ्ख्या बसोबास गर्छ। आयोजना सम्पन्न भएपछि यस क्षेत्रको व्यापार, कृषिलगायतका क्षेत्रमा नयाँ सम्भावना खुल्नेछ। पूर्व–पश्चिम राजमार्गबाट शुरू भएर हुलाकी राजमार्गलाई पार गरी भारतीय सीमासम्म पुग्ने गरी फिडर सडकहरू निर्माण गरिएका छन्। राजमार्गले पूर्वदेखि पश्चिमसम्म पूरै तराईलाई समेटेको छ। हुलाकी राजमार्ग अन्तर्गत निर्माण भइरहेको फिडर सडकबाहेक अरू निकायबाट पनि उत्तर–दक्षिण जोड्ने गरी सडक निर्माण गरिएका छन्। निर्माण सकिएपछि तराई–मधेसका धेरै ठाउँसम्म सडकको सञ्जाल विस्तार हुनेछ। विसं २०६६ मा शुरू भएको आयोजनाको निर्माण सम्पन्न हुनुपर्ने अवधि पछिल्लोपटक थप भए अनुसार चालू आवसम्म मात्रै हो। निकुञ्जमा जङ्गली जनावर र वनजङ्गललाई बाधा नपर्नेगरी राजमार्ग निर्माण गर्ने विश्वका सयौं मोडल छन्। हाम्रो निकुञ्जमा कुन किसिमको निर्माण उपयुक्त हुन्छ, सोही अनुरूप अगाडि बढ्नुपर्ने हो। तर हाम्रा प्रशासन र मन्त्रीहरू समस्याको गाँठो फुकाउनेभन्दा जुँगाको लडाइँ गर्दै गाँठो कस्नमा माहिर छन्।

खुला सिमाना र चुनौती

राजेन्द्रप्रसाद कोइराला
A Phd scholar
rajendrakoirala20@gmail.com

चरणबद्धरूपमा, १,८८० किलोमिटर लामो अन्तर्राष्ट्रिय सिमानामा परिचयपत्र आवश्यक पर्ने र सिसिटिभी क्यामेराबाट अनुगमन गर्ने प्रणाली लागू गरिनुपर्छ। तर सरकार र व्यक्तिहरूबीच व्यक्तिगत स्तरमा लामो समयदेखि रहेको मित्रताका कारण भिसा प्रणाली लागू

परिचय

भारत र नेपाल छिमेकी मुलुक हुन् र मित्रता र सहयोगको विशेष सम्बन्ध छ, जुन खुला सिमाना पारस्परिक सम्बन्ध र संस्कृतिको स्थायी सम्बन्धको विशेषता हो। भारतका पाँच राज्य–सिक्किम, पश्चिम बङ्गाल, बिहार, उत्तर प्रदेश र उत्तराखण्डसँग नेपालको सीमा १८५० किलोमिटरभन्दा बढी लामो छ। लामो समयदेखि मानिसहरू विनारोकटोक एक देशबाट अर्को देश आवतजावत गरिरहेका छन्। दुई राष्ट्रबीच वैवाहिक सम्बन्धको माध्यमबाट घनिष्ठ सम्बन्ध छ, जसलाई बोलचालमा रोटी–बेटीको सम्बन्ध भनेर चिनिन्छ।

नेपाल–भारत सीमा व्यवस्थापन र यसका चुनौती र अवसर

नेपाल एउटा भूपरिवेष्ठित सार्वभौम राज्य हो जुन द्रुततर विकासमा लागेका एशियाली देशहरू चीन र भारतजस्ता महाशक्तिसम्पन्न मुलुकहरूबीच अवस्थित छ। हिमालय पर्वत शृङ्खला उत्तरमा छ, र त्यहाँ नियन्त्रित सीमा प्रणाली छ। तर दक्षिणतिर खुला सिमाना प्रणालीका कारण न प्राकृतिक पर्खाल छ, न मानव निर्मित कुनै बार।

नेपाल र भारतमा समयक्रमका सीमा व्यवस्थापन:

१. बन्द सीमा प्रणाली: यो प्राचीनकालमा सामान्य थियो, विशेषगरी १८१६ मा सुगौली सन्धि अघि तेस्रो देशका नागरिकहरूका लागि।

२. नियन्त्रित सीमा: यो १८१६ पछि भारतीय नागरिकहरूका लागि पनि स्थापित भयो।

घ. खुला सिमाना: १८६० मा नयाँ क्षेत्रको पुनर्स्थापनापछि, बिस्तारै र सोच्दै नसोची शुरू भयो। ब्रिटिश गोर्खा रेजिमेन्ट बनाउनुपर्ने थियो, तयार वस्तुहरू ब्रिटिश भारतले नेपाल हुँदै तिब्बतसम्म बेच्नु थियो र कच्चा पदार्थ (काठ, जडीबुटी, जनावरको छाला आदि) नेपालबाट आयात गर्नुपर्ने थियो। तथापि सीमा पार गर्न राहदानी वा अनुमति चाहिन्थ्यो। समय क्रममा राजनीतिक परिवर्तनसँगै खुला सिमानाको प्रयोग सामान्य भयो।

नेपाल र भारतबीच अनौपचारिक खुला सीमा नियम अन्तर्गत अहिले १९ वटा प्रमुख सीमा नाका छन्। सीमा रेखामा कतै सोधपूछ नगरी दुवै देशका जनता सीमा पार गर्न स्वतन्त्र छन्।

खुला सीमा नियमले निम्न विकल्प प्रदान गर्दछ:

अन्तर्राष्ट्रिय सिमाना पार गर्न सजिलो। प्राकृतिक वा अन्य प्रकोपको समयमा द्रुत प्रतिक्रिया। उदाहरणका लागि नेपालको इलाम आगलागीको जोखिममा थियो। भारतको दार्जिलिङबाट तत्कालै गएको दमकलले आगो निभाएको थियो।

चिकित्सा सेवा सुविधा: भारतीय सीमावर्ती बासिन्दालाई नेपालका सीमावर्ती अस्पतालहरूमा विनाबाधा उपचार व्यवस्था, र नेपालीहरू पनि विभिन्न स्वास्थ्य प्रयोजनका लागि उता जान्छौं।

स्थानीय श्रमको आपूर्ति:

विनाप्रतिबन्ध, कुनै पनि सीमा नाका (भारत) बाट भारतीय मजदूर धान खेतमा काम गर्न नेपाल आउँछन् र नेपालीहरू पनि उता जान्छन्। आर्थिक नाकाबन्दी हुँदा काठमाडौं उपत्यकासँगै पहाडी तथा हिमाली क्षेत्रका जनतालाई जति समस्या पर्‍यो सीमा क्षेत्रमा बसोवास गर्ने नेपालीले भोग्नुपरेको थिएन।

चुनौतीहरू

सीमापार आतङ्कवाद

अगस्त १६, २०१३ मा दिल्ली पुलिसको विशेष सेलले अब्दुल करीम टुन्डालाई हिरासतमा लियो, जो लश्कर–ए–तैयबाका शीर्ष २० आतङ्ककारीहरूमध्ये एक थिए र उनलाई भारतमा सर्वाधिक खोजिएको थियो।

२८ अगस्त, २०१३ मा अधिकारीहरूले भारतको मोस्ट वान्टेड आतङ्कवादी संदिग्ध मध्ये एक यासिन भटकललाई नेपाल निकट भारतीय सीमामा पक्राउ गरे।

भटकल इन्डियन मुजाहिद्दिनका सह–संस्थापक हुन्, भारतमा गैरकानूनी सङ्गठन र अमेरिकी सरकारको विदेशी आतङ्कवादी समूहको सूचीमा थिए। सह–संस्थापक र प्रतिबन्धित आतङ्कवादी समूह इन्डियन मुजाहिद्दीन (आइएम) को प्रमुख, यासिन भटकल, जसलाई सैयद मोहम्मद अहमद जरार सिद्दिबाप्पा पनि भनिन्छ, एक भारतीय इस्लामवादी आतङ्कवादी हुन्। जिहादी समूहले भारतमा धेरै अवसरमा नागरिकलाई लक्ष्य गरी आक्रमण गरेको थियो र यासिन २०१० पुणे विस्फोट, २०१० बैंगलोर स्टेडियम बम विस्फोट, २०११ मुम्बई बम विस्फोट, २०१२ पुणे बम विस्फोट, र २०१३ हैदराबाद विस्फोटहरूमा आफैं संलग्न भएका थिए।

अगस्त २८, २०१३ मा बिहारको रक्सौल इलाकामा रहेको भारत–नेपाल सिमानामा पक्राउ पर्नु अघि उनलाई एनआइएले खोजेको थियो। उनी २०१३ को हैदराबाद बम विस्फोटमा संलग्न थिए र हैदराबादको राष्ट्रिय अनुसन्धान एजेन्सीको विशेष अदालतले डिसेम्बर १९, २०१६ मा मृत्युदण्डको सजाय सुनाएको थियो।

सीमा वारिपारि हुने अपराध

नेपाल छिर्नु अघि भारतमा ३६ वटा अपराध गरेका भारतीय अपराधी बब्लु दुबेलाई नेपाल प्रहरीले २०१३ जेठ २९ गते पक्राउ गरेको थियो। लागू औषध ओसारपसार, मानव बेचबिखन, अनलाइन जुवा, आतङ्कवाद, साइबर अपराध, वित्तीय अपराध र सामान तथा उपकरणको ओसारपसार नेपाल र भारत दुवैले सामना गरिरहेका केही गम्भीर आपराधिक मुद्दा हुन्।

अन्य देशका मानिसहरूको गोप्य घुसपैठ:

– बङ्गलादेशका नागरिक अवैधरूपमा प्रवेश गर्न भारत–नेपाल बीच रहेको खुला सिमाना प्रयोग गर्छन्। पाकिस्तान, अफगानिस्तान, इरान, भारत (उत्तर प्रदेश राज्य), आदिका नागरिक पनि यसैगरी नेपाल छिर्ने गर्छन्।

त्यस्तै भूटान र म्यान्माका नागरिक गैरकानूनी रूपमा सीमा पार गर्ने गरेका छन्। काठमाडौंको ठमेल बजार वरिपरि एक वा दुई घण्टा खोज्दा त्यस्ता तेस्रो मुलुकका नागरिक बर्गेल्ती भेटिन्छन्।

तेस्रो राष्ट्रबाट नेपाल हुँदै भारतमा नक्कली भारतीय नोटको ढुवानी :

जून ७, २०१३ मा शेख मुहम्मदलाई नक्कली भारतीय नोट ९० करोड ५० लाखसहित गिरफ्तार गरियो। २०१२ जेठ २८ गते आसिन मियाँलाई बारा जिल्लाको सिमानामा रु ६९ लाख भारतीय करेन्सीका साथ गिरफ्तार गरियो।

उत्तर प्रदेश एन्टी टेरर स्क्वाड (एटिएस) ले नेपालमा तैनाथ पाकिस्तानी इन्टर–सर्भिसेस इन्टेलिजेन्स (आइएसआई) सँग सम्बन्ध रहेको नक्कली भारतीय नोट (एफआइसिएन) को एक संदिग्ध आपूर्तिकर्तालाई पक्राउ गरेको थियो। इमरान अहमद तेलीलाई लखनऊको कैसरबाग इलाकामा ५ लाखभन्दा बढीको एफआइसिएनसहित पक्राउ गरिएको थियो, नेपाली सीमा नजीकै रुपैडिहा क्षेत्रका लागि बस चढ्ने तयारीमा रहेका बेला उनलाई पक्राउ गरिएको थियो।

सुन तस्करी :

सन् २०१४ जेठ १९ गते नेपाल प्रहरीले भारतीय सिमानातर्फ जाँदै गरेको बसबाट तस्करीको सुनसहित रक्सौलका भारतीय नागरिक अमित सर्राफलाई पक्राउ गरेको थियो।

व्यवसायी र उनीहरूका छोराछोरी अपहरणमा:

नेपालका प्रतिष्ठित उद्योगपति गङ्गा बिशन राठीलाई विराटनगरबाट अपहरण गरी भारतको सिलगुडी लगी अपहरण भएको २३ दिनपछि १० जनवरी २०१३ मा हत्या गरिएको थियो।

नेपालका व्यापारी तुलसीराम अग्रवाललाई सन् २०१५ मा अपहरण गरी सीमापार ल्याइयो। फिरौती रकम दिएपछि मात्र उनी रिहा भएका थिए।

सन् २०१६ मा नेपाली व्यापारी सुरेश केडियाको अपहरणमा संलग्न भएको आशङ्कामा नेपाल प्रहरीले दुई भारतीय अपराधीलाई पक्राउ गरेको थियो।

बिहारको मोतिहारीका ३५ वर्षीय बब्लु पासवान र २५ वर्षीय विजय महतोलाई २०१९ मा पर्सा जिल्लाको भिस्वामा गिरफ्तार गरियो।

नेपालले सामना गरिरहेको अर्को मुद्दा भनेको साना बन्दूक र बारूदको अवैध व्यापार, साथै भारतीय सीमामा चेलीबेटी बेचबिखन हो।

भारतको हेपाहा प्रवृत्ति:

शनिवार, अगस्त १९, २०२३, द काठमाडौं पोस्टले उल्लेख गरेको छ– नेपालले आयोजना रोक्न आग्रह गरे पनि भारत सरकारले खलङ्गाको महाकाली नदीमा तटबन्धको कामलाई निरन्तरता दिएको दार्चुलाको सीमावर्ती क्षेत्रका स्थानीय अधिकारीको दाबी छ।

खलङ्गामा भारतले डिसेम्बर मध्यदेखि जिल्ला अस्पतालको चारैतिर तटबन्ध निर्माण गरिरहेको छ। २०१३ को बाढीको विनाशका बीच नदीको बाटो पूर्वतिर सर्दै गएपछि नेपाली अधिकारीहरूले नदी किनारमा अतिक्रमण गरेर तटबन्ध निर्माण भइरहेको आरोप लगाएका छन्।

आन्तरिक तथा बाह्य सुरक्षाको व्यवस्था कायम गर्ने, खुला सिमानाको समस्या समाधान गर्ने र नेपाल–भारत सीमा सुरक्षित बनाउन निम्न विकल्पलाई अघि बढाउन सकिन्छ :

१. परिचयपत्र प्रणाली र CCTV क्यामेरा अनुगमन लागू गर्नुपर्छ।

२. सिमानामा तारबार लगाउनुपर्छ।

विश्वका बहुसङ्ख्यक राष्ट्रले अहिले परिचयपत्र प्रयोग गर्छन्, त्यसैले यो प्रणाली चरणबद्धरूपमा लागू गर्नु सुरक्षाको कारणले नेपाल र भारतका लागि उपयुक्त हुन्छ।

नेपालबाहेक, भारतका सबै सीमावर्ती देशहरूले सिमानामा तारबार प्रणाली कायम गरेका छन् र नागरिकले आफ्नो परिचयपत्र देखाउन आवश्यक छ।

कालापानी, लिपुलेक र लिम्पियाधुरको सीमा विवाद:

रिपब्लिका राष्ट्रिय दैनिकले मे १०, २०२० मा निम्न कुरा उल्लेख गरेको छ :

भारतको उत्तराखण्ड राज्यको दार्चुलालाई चीनको तिब्बत स्वायत्त क्षेत्र (टार)सँग जोड्न नेपाली भूभाग हुँदै महत्त्वपूर्ण लिंक सडक निर्माण गर्ने भारतको निर्णयप्रति विश्वभरका नेपालीले कडा प्रतिक्रिया जनाएका छन्। उनीहरूले सामाजिक सञ्जालमा भारतीय कदमको विरोध गर्दै नेपाली भूमि लिम्पियाधुरा, कालापानी र लिपुलेक फिर्ता गर्न भारतलाई आग्रह गरेका छन्। भारतले कालापानीमा नेपालको जायज दाबीलाई बेवास्ता गरिरहन सक्छ तर त्यसो गर्दा यसले नेपाललाई दुःखः, धोका, आक्रोशित गराउने छ। जतातत्तै असन्तुष्टि फैलाउने छ।

नेपालबाट भारतमा रेमिट्यान्स

अगस्त २४, २०२० को राष्ट्रिय स्तरको मासिक पत्रिका न्यू बिजनेस एजले प्रस्तुत गरेको प्रतिवेदन अनुसार भारतमा नेपाली आप्रवासी कामदारहरूले प्रत्येक वर्ष ठूलो रकम घर पठाउँछन्।

निकटता, खुला सिमाना र साझा सांस्कृतिक सम्पदाका कारण भारत सधैं नेपाली श्रमिकहरूको लागि लोकप्रिय गन्तव्य बनेको छ। नेपाल पनि भारतीय मजदूरहरूको लोकप्रिय गन्तव्य हो। वास्तवमा भारतीय मजदूरले नेपालमा पाउने पारिश्रमिक भारतमा नेपाली कामदारले पाउनेभन्दा तीन गुणा बढी छ।

विश्व बैंकको द्विपक्षीय रेमिटेन्स म्याट्रिक्सका अनुसार २०१७ मा भारतीय कामदारहरूले नेपालबाट कुल रु ३०२ अर्ब घर पठाएका थिए भने भारतमा रहेका नेपाली कामदारले रु १०२ अर्ब घर पठाएका थिए। भारतीयहरूका लागि विदेशबाट पैसा पठाउने शीर्ष १० स्थानमध्ये एक नेपाल हो।

निष्कर्ष

आतङ्ककारी, अपराधी, मानव बेचबिखन तथा अन्य अप्राकृतिक तत्त्वहरूले खुला सिमानाको फाइदा उठाउँदै भारत र नेपालबाहेक दक्षिण एशियाली राष्ट्रहरूको शान्ति सुरक्षामा खलल पुर्‍याएको छ। यी र यस्ता कठिनाईलाई छिचोल्दै दुवै देशका जनताको हित र सुरक्षाका लागि दुवै सरकारको सहमतिमा नेपाल–भारत खुला सिमानालाई क्रमशः नियन्त्रित प्रणालीमा परिणत गर्नु आवश्यक छ र यो समयको माग पनि हो।

चरणबद्धरूपमा, १,८८० किलोमिटर लामो अन्तर्राष्ट्रिय सिमानामा परिचयपत्र आवश्यक पर्ने र सिसिटिभी क्यामेराबाट अनुगमन गर्ने प्रणाली लागू गरिनुपर्छ। तर सरकार र व्यक्तिहरूबीच व्यक्तिगत स्तरमा लामो समयदेखि रहेको मित्रताका कारण भिसा प्रणाली लागू गर्न जरुरी छैन।

अवकाशपछि विकट बस्तीमा बिरामीको सेवा गर्दै डा केसी

महेन्द्रनगर (कञ्चनपुर), १९ भदौ/रासस

त्रिभुवन विश्वविद्यालय शिक्षण अस्पतालबाट अवकाशपछि पनि डा गोविन्द केसीले बिरामीको सेवामा आफ्नो सक्रियतालाई निरन्तरता दिएका छन्।

कुनै समय भौगोलिकरूपले विकट रहेको कञ्चनपुरको दोधारा चाँदनी नगरपालिकामा पुगेर डा केसीले विगत तीन दिनयता निश्शुल्क स्वास्थ्य सेवा दिइरहेको छ। महाकाली नदीपारिको नगरपालिकामा अझै स्वास्थ्य सेवा सुलभ हुन नसकेका बेला डा केसी स्थानीयस्तरमैं सेवा दिन आएको खबरले सेवा लिनेहरूको भीड लागेको छ।

दोधारा चाँदनी अस्पतालबाट सेवा दिन थालेका डा केसीले पहिलो दिन १८४ जनाको स्वास्थ्य जाँच गरेको अस्पतालका अध्यक्ष एवं नगर प्रवक्ता ओम बस्नेतले

(बाँकी पाँचौं पातामा)

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

नेप्से परिसूचक छ दशमलव ४५ अङ्कले घटयो

काठमाडौं, १९ भदौ/रासस

धितोपत्र बजारमा शेयर कारोबार मापक नेप्से परिसूचक मङ्गलवार पनि ओरालो लागेको छ। नेपाल स्टक एक्सचेन्जका अनुसार नेप्से परिसूचक छ दशमलव ४५ अङ्कले ओरालो लागेर एक हजार ९६१ दशमलव ३७ मा सीमित भएको छ।

आजको कारोबारमा ठूला कम्पनीको शेयर कारोबार मापन गर्ने सेन्सेटिभ परिसूचक शून्य दशमलव ४७ अङ्कले ओरालो लागेर ३७७ दशमलव २४ मा सीमित भएको छ। कारोबार भएका १३ उपसमूहमध्ये आज दुई उपसमूहका शेयर मूल्य उकालो लाग्दा ११ उपसमूहको शेयर मूल्यमा गिरावट भएको छ।

विभिन्न कम्पनीका २४ लाख ८० हजार ९२९ कित्ता शेयर रु ७९ करोड ६८ लाख ७० हजार ४०८ मूल्यमा खरीद बिक्री भएका छन्। नेप्सेका अनुसार कारोबारका आधारमा हिमालयन एभरेस्ट इन्स्योरेन्स शीर्ष स्थानमा छ। सो कम्पनीको रु सात करोड ५८ लाख ९७ हजार ७९३ बराबरको कारोबार भएको छ।

आजको कारोबारमा साल्ट ट्रेडिङ कर्पोरेशन रु दुई करोड ९५ लाख ८५ हजार ४६५, आइएमई लाइफ इन्स्योरेन्स रु दुई करोड ८२ लाख ४१ हजार ७५४, घोराही सिमेन्ट रु दुई करोड ८० लाख ४५ हजार ५७० र एभरेस्ट बैंक रु दुई करोड ३६ लाख २९ हजार ३२१ बराबरको कारोबार भई शीर्ष पाँचभित्र पर्न सफल भएका छन्।

एनएमबी माइक्रोफाइनान्स वित्तीय संस्थाको शेयर मूल्यमा १० प्रतिशतले वृद्धि भई सकारात्मक सर्किट लागेको छ। नेरुडे लघुवित्त नौ दशमलव ८५, इन्वा हाइड्रोपावर सात दशमलव ३२, सान्जेन जलविद्युत् कम्पनी छ दशमलव ४८ र अप्पर सोलु हाइड्रोपावरका लगानीकर्ताले छ दशमलव ३९ प्रतिशतले कमाएका छन्।

त्यस्तै, आरबिबी म्युचुअल फन्ड १०, लिबर्टी इनर्जी नौ दशमलव ९८, आशा लघुवित्त सात दशमलव ६१, आत्मनिर्भर लघुवित्त सात दशमलव १९ र बाराही हाइड्रोपावरका लगानीकर्ताले छ दशमलव ४७ प्रतिशतले गुमाएका छन्।

नेपालबाट १० हजार मेगावाट बिजुली लैजाने समझदारीपत्र भारतद्वारा अनुमोदन

काठमाडौं, १९ भदौ/रासस

भारतले नेपालसँग विद्युत् व्यापारसम्बधी समझदारीपत्र स्वीकृत गरेको छ। नेपालबाट आगामी १० वर्षभित्र १० हजार मेगावाट बिजुली लैजाने नेपाल र भारतबीच भएको समझदारीलाई भारतको सङ्घीय मन्त्रिपरिषद्ले औपचारिकरूपमा स्वीकृत गरेको भारतका लागि नेपाली राजदूत डा शङ्करप्रसाद शर्माले जानकारी दिएका छन्। दुई देशबीच गत जेठमा यस विषयमा सहमति भएको थियो।

सामाजिक सञ्जाल एक्स (ट्वीटर)मार्फत भारतले आगामी १० वर्षमा १० हजार मेगावाट बिजुली खरीद गर्ने निर्णय गरेको उनले जानकारी दिए। उक्त निर्णयले नेपालको आर्थिक विकास र पुनःसंरचनामा महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउने कुरामा उनले विश्वास व्यक्त गरेका छन्।

प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल ‘प्रचण्ड’ को भारत भ्रमणका क्रममा दुई देशबीच दीर्घकालीन विद्युत् व्यापारसम्बन्धी समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर भएको थियो। नेपाल र भारतका ऊर्जा सचिवले सो समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर गरेका थिए। भारत सरकारको उक्त निर्णयपछि छिट्टै दुवै देशका ऊर्जा सचिवले एक विशेष समारोह आयोजना गरी पुनः संयुक्त हस्ताक्षर गर्नेछन्।

प्रधानमन्त्री दाहालको भारत भ्रमणका क्रममा द्विपक्षीय भेटवार्तापछि आयोजित दुई संयुक्त पत्रकार सम्मेलनमा समेत सो विषयमा जानकारी दिइएको थियो।

प्रधानमन्त्री दाहालले सो समझदारीलाई ऐतिहासिक भन्दै टिप्पणी गरेका थिए।

ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिंचाइ मन्त्रालयका सहसचिव एवं प्रवक्ता मधुप्रसाद भेटुवालले पनि १० वर्षमा १० हजार मेगावाट बराबर बिजुली लैजानेसम्बन्धी विषयलाई भारत सरकारको मन्त्रिपरिषद्ले निर्णय गरेको जानकारी आएको बताए। “औपचारिक जानकारी आउँदै होला, अनौपचारिक निर्णय भएको जानकारी आएको छ”–उनले भने।

तस्वीरः फाइल

सो निर्णयलगत्तै नेपालको बिजुली भारतीय बजारमा सहजरूपमा लैजान बाटो खुलेको छ। नेपालले अल्पकालीन, मध्यकालीन र दीर्घकालीनरूपमा भारतीय बजारमा बिजुली निर्यातका लागि आग्रह गर्दै आएको थियो।

हाल नेपाल विद्युत् प्राधिकरणले दैनिक भारतीय इनर्जी एक्सचेन्ज मार्केटमा ४५२ मेगावाट बिजुली निर्यात गर्दै आएको छ। प्राधिकरणले थप बिजुली निर्यातका लागि आग्रह गरेको भए पनि त्यसको स्वीकृति भने नआएको सरकारी अधिकारीको भनाइ छ।

सन् २०१४ मा नै नेपाल र भारतबीच विद्युत् व्यापार सम्झौता भएको थियो। भारतीय कम्पनी सतलज विद्युत् निगमले ९०० मेगावाट क्षमताको अरुण तेस्रो जलविद्युत् आयोजना निर्माण गरिरहेको छ। यस्तै भारतीय कम्पनी गाँधी माल्लिकार्जुन राव (जिएमआर)ले ९०० मेगावाट क्षमताको माथिल्लो कर्णाली जलविद्युत् आयोजना निर्माण गर्ने बताए पनि हालसम्म शुरू हुन सकेको छैन।

त्यस्तै भारतीय कम्पनीले तल्लो अरुण, पश्चिम सेती, एसआर–सिक्सजस्ता आयोजना निर्माणका लागि आवश्यक प्रक्रिया अगाडि बढाएको छ।

यस्तै नेपाल र भारतका कम्पनीबीच संयुक्त उपक्रम तयार पारेर केही आयोजना निर्माण गर्ने समझदारी भएको छ।

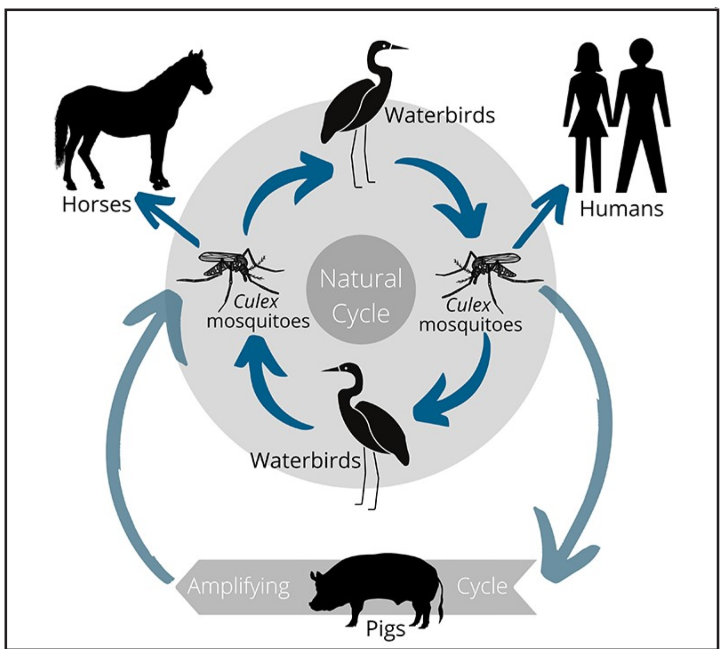
यसैगरी नेपालले छिट्टै बङ्गलादेशमा पनि ४० मेगावाट बिजुली निर्यातको तयारी गरेको छ। यसबाट नेपालको बिजुली क्षेत्रीय बजारमा सहजै पुग्ने वातावरण बनेको छ। निजी क्षेत्रले पनि बिजुली व्यापारको अनुमति दिन सरकारसँग माग गर्दै आएको छ। प्रस्तावित नयाँ विद्युत् विधेयकमा सो व्यवस्था गरिएको छ।

ऊर्जा जलस्रोत तथा सिंचाइमन्त्री शक्तिबहादुर बस्नेतले छिट्टै निजी क्षेत्रलाई बिजुली व्यापारको अनुमति दिने बताउँदै आएका छन्। मन्त्रिपरिषद्को यही भदौ १२ गतेको बैठकले विद्युत् विधेयकलाई सङ्घीय संसद्मा प्रस्तुत गर्न ऊर्जा मन्त्रालयलाई अनुमति दिएको छ। सो विधेयकमा निजी क्षेत्रलाई बिजुली व्यापारका लागि अनुमति दिने प्रस्ताव गरिएको छ।

जापानी इन्सेफ्लाइटिसबाट मृत्यु

त्रिवेणी (नवलपरासी), १९ भदौ/रासस

नवलपरासी (बर्दघाट सुस्तापूर्व) नवलपुरमा जापानिज इन्सेफ्लाइटिसबाट एकजनाको मृत्यु भएको छ।



स्वास्थ्य कार्यालय नवलपुरका प्रमुख केशवप्रसाद चापागाईंका अनुसार कावासोतीका–२ का ६६ वर्षीय एक महिलाको जापानिज इन्सेफ्लाइटिसबाट मृत्यु भएको हो। बिरामी भएर भदौ ६ गते चितवनस्थित अस्पतालमा भर्ना भएकोमा उनको भदौ ७ गते मृत्यु भएको हो।

चालू आर्थिक वर्षमा जिल्लामा जापानिज इन्सेफ्लाइटिसबाट मृत्यु भएको यो पहिलो घटना भएको कार्यालय प्रमुख चापागाईंले बताए। परीक्षण रिपोर्ट ढिलो गरी आउने हुँदा मृत्युपछि मात्र जापानिज इन्सेफ्लाइटिस पुष्टि भएको उनले बताए। उनका अनुसार गत आवमा नवलपुरमा सातजनामा जापानिज इन्सेफ्लाइटिस पुष्टि भएकोमा पाँचजनाको ज्यान गएको थियो।

जापानिज इन्सेफ्लाइटिस पुष्टि भएका एकजनाको चितवनस्थित अस्पतालमा उपचार भइरहेको स्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख चापागाईंले बताए। देवचुली नगरपालिकाकी १५ वर्षीया बालिकामा जापानिज इन्सेफ्लाइटिस देखिएको र उनको अस्पतालको सघन उपचार कक्षमा उपचार भइरहेको उनले बताए।

यहाँका दुईवटा पालिकामा जापानिज इन्सेफ्लाइटिसका बिरामी पुष्टि भएपछि बिरामी भेटिएका स्थान वरपर अन्य केही व्यक्तिको रगत परीक्षणका लागि आज रगत सङ्कलन गरिँदै छ। साथै उक्त स्थान वरपर स्वास्थ्य कार्यालको सक्रियतामा सचेतनामूलक कार्यक्रमसमेत गरिँदैछ।

जापानिज इन्सेफ्लाइटिसबाट बच्नका लागि लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नु र लामखुट्टे नियन्त्रण गर्नु नै मुख्य उपाय भएको स्वास्थ्य कार्यालय नवलपुरका प्रमुख चापागाईंको भनाइ छ। उनका अनुसार यो रोग लागेका बिरामीमा उच्च ज्वरो आउने, धेरै टाउको दुख्ने, बेहोश हुने, बान्ता आउने, शरीर काप्नेजस्ता लक्षण देखिन्छ।

अबको केही महीना जापानिज इन्सेफ्लाइटिसको जोखिम धेरै हुने भएकोले लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्न विशेष ध्यान पुऱ्याउन कार्यालय प्रमुख चापागाईंले बताए। सन् १९७८ मा रूपन्देही जिल्लामा पहिलोपटक यो रोग देखिएको थियो।

रेडक्रस सोसाइटीका संस्थापक सदस्य डा दासलाई सम्मान

काठमाडौं, १९ भदौ/रासस

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी काठमाडौं शाखाले नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका संस्थापक सदस्य डा गौरीशङ्करलाल दासलाई सम्मान गरेको छ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको ६१औं स्थापना दिवसका अवसरमा आयोजित कार्यक्रममा एक सय वर्षीय डा दासलाई सम्मान गरेको हो। उनलाई नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका केन्द्रीय सभापति सुदर्शनप्रसाद नेपाल र काठमाडौं महानगरपालिकाका प्रवक्ता नवीन मानन्धरले दोसल्ला ओढाएर सम्मानपत्रद्वारा सम्मान गरे।

कार्यक्रममा सोसाइटीका केन्द्रीय अध्यक्ष नेपालले रेडक्रस विभिन्न आरोह–

तस्वीरः सौजन्य

अवरोह पार गर्दै अहिलेको अवस्थामा आएको भन्दै यसलाई अगाडि बढाउन आफू प्रतिबद्ध भएर लाग्ने विश्वास व्यक्त गरे।

रेडक्रसप्रति लगनशीलता र इमानदारितालाई अगाडि बढाउने उनको भनाइ छ। “मानवताको सेवाका लागि हामी निरन्तर लाग्छौं”–उनले भने।

अध्यक्ष नेपालले आफू अध्यक्ष भएर आएपछि वार्षिक साधारणसभा सम्पन्न गरेकोले अब संस्था नवीकरण गर्ने, विधान संशोधन गरेर अगाडि बढ्ने बताए। संस्थालाई सुमधुर वातावरणमा असल नियतले काम गरेर अगाडि बढाउने उनको भनाइ छ। “हामी सबैको एउटै मिशन र धारणा छ, हामी संस्थालाई पूर्णरूपमा मानव सेवामा लगाउँछौं”–उनले भने।

काठमाडौं महानगरपालिकाका प्रवक्ता एवं काठमाडौं महानगरपालिका– १७ का वडाध्यक्ष मानन्धरले नेपालमा रेडक्रस स्थापनामा डा दासको भूमिका महत्त्वपूर्ण रहेको बताए। “व्यक्तिको कारणले रेडक्रसमा दाग आउने काम हुन दिनुहुँदैन, मेरो कारणले रेडक्रस बदनाम हुन दिन्न भन्ने प्रतिबद्धता सबै रेडक्रसमा आबद्ध सदस्यले गर्नुपर्छ”–उनले भने। उनले रेडक्रसलाई हरेकको स्मृतिमा ल्याउने

(बाँकी पाँचौ पातामा)

धानफाँट : घोराही उपमहानगरपालिका–१२ बटौलपुरबाट देखिएको साइपुरको धानफाँट र मदन भण्डारी लोकमार्गको घोराही–रक्षाचौर सडकखण्ड। तस्वीरः रासस

बरमझियाको पेडाः नाम होस् तर बदनाम नहोस्

जनकपुरधाम, १९ भदौ/रासस

“आमै ! एउटै व्यक्तिका यतिधेरै पसल” जो कोही एक छिन् त अल्मलिन्छन् नै। जसरी पहिलोपटक बरमझिया पुग्दा हामी पनि अल्मलियौं । लहरै रहेका सयभन्दा बढी पसल तर नाम उस्तैउस्तै। ‘बूढो बाजेको पेडापसल’, ‘असली बूढो बाजेको पेडा भण्डार’, ‘असली बूढो बैजनाथ बाजेको पेडापसल’, ‘उही पुरानो बैजनाथ बाजेको पेडापसल’, ‘बैजनाथ बाजेको पेडा भण्डार’, ‘बैजनाथ बाबाको पेडापसल’, ‘श्री बैजनाथ साहको पेडा भण्डार’ यस्तैयस्तै पसल अनेक तर नाम एक ।

तस्वीरः रासस

अगाडि होस् या पछाडि ‘बैजनाथ बाजे’ हरेक पसलको साझा पहिचान हो। त्यो देखेर एकछिन त जो कोही अलमलमा पर्छन् । त्यस्तै अलमलमा थिइन्, काठमाडौंबाट इलाम जाँदै गरेकी रोशनी राई । “बैजनाथ बाजे को हुन् ? सबै पसल उहाँकै हुन्,” स्थानीय एक व्यापारीलाई राईले सोध्दै थिइन् ।

जवाफ आयो, “हैन ।”

“अनि बैजनाथ बाजे को त ?”

जवाफमा पसले भन्दै थिए, “यस ठाउँमा पेडा व्यापार शुरू गर्ने मान्छे !”

रोशनीले मात्रै होइन, पूर्व–पश्चिम राजमार्ग हुँदै यात्रा गर्ने सप्तरीको कञ्चनरूप नगरपालिका–२ बरमझिया पुगेका वा सो सडक भएर यात्रा गर्नेहरूको मनमा यस्तै जिज्ञासा जाग्दो रहेछ। लहरै रहेका यी पसलहरूले मन लोभ्याउँछन्। गाडी नरोकेर धरै पाइन्न। अनि कुरौनी र पेडा किन्यो । पसलअगाडि टक्क रोकियो र तस्बिर लियो । यस्तै दृश्य देखिन्छन् यहाँ ।

स्थानीय अभिषेक साह भन्दै थिए, “सबैले सोध्छन् पसल अनेक तर नाम एउटै कसरी ? जवाफ त पाउँछन् तर असली बैजनाथ बाजेको पेडा पसल पहिचान गर्नै हम्मेहम्मे हुन्छ ।” ‘बरमझियाको पेडा’ धेरै नेपालीले सुनेकै नाम हो । मधेस प्रदेशको पूर्वी सिमाना पूर्व–पश्चिम राजमार्ग अन्तर्गत सप्तरीको कञ्चनरूप नगरपालिका–२ मा अवस्थित बरमझिया यही ‘पेडा’का कारण चर्चामा छ। तर यहाँ पहिलोपटक आउनेहरू भने राजमार्गको दुवै किनारमा खुलेका पसलहरूको मिल्दोजुल्दो नामले बैजनाथ बाजेको असली पेडा पसल खोज्न अलमलिन्छन् ।

“धेरैजना बैजनाथ बाजेको पेडा पसल चाहर्दै आउँछन्, कतिपय बैजनाथ बाजेलाई नै खोज्न आइपुग्छन्,” विगत २० वर्षदेखि तिनै बैजनाथ साहको पसलमा काम गरेका कालिगड गोविन्द साहले भने, “बाजे नदेखेपछि खिन्न मान्नुहुन्छ। देख्न पाएको भए कति राम्रो हुन्थ्यो भनेर पछुताउनुहुन्छ। के गर्नु ! दैवले खोसेर लगिसक्यो ।”

‘पेडा भनेकै बैजनाथको’

बैजनाथ साह बरमझियामा पेडाको ‘ब्रान्ड’ स्थापित गर्ने व्यक्ति हुन्। शुरूमा उनका बुबा अक्कल साहले गाउँमैं चियापसल शुरू गरेका थिए । त्यही पसलमा छोरा बैजनाथले पनि सघाए । एकपटक उनी कामको सिलसिलामा भारततिर गएका थिए । त्यही बेला दूधबाट चियाबाहेक कुरौनी र पेडा बनाउन सकिन्छ भनेर थाहा पाए । “हामीलाई सुनाउनु भए अनुसार भारत भ्रमणमा जाँदा पेडाबारे थाहा पाएर फर्केपछि चियापसलमा आउने दूधबाट कुरौनी र पेडा बनाउन थाल्नुभएको थियो। विसं २०१५/१६ तिर त्यसलाई व्यावसायिक रूप दिनुभएको हो,” हाल बाजेको बिडो थामिरहेका नाति विवेक साहले भने, “चियापसल हाम्रो बूढो हजुरबुबाले धेरै पहिलेदेखि नै चलाइरहनुभएको थियो। बाजेले त्यसैमा पेडाको व्यापार गर्न थाल्नुभयो। अहिलेको स्थानमा त पूर्व–पश्चिम राजमार्ग खुलेपछि मात्रै व्यापार शुरू गरिएको हो ।”

समयक्रममा स्थानीयमा पेडाप्रतिको रुचि बढ्दै गयो। राजमार्गमा आवतजावत बाक्लिएपछि बरमझियाको पेडाको महिमा पूर्व–पश्चिम यात्रा गर्नेहरूसँगै देशभर पुग्यो। पसल थपिए, बजार बढ्दै गयो। बैजनाथ बाजे र बरमझियाको पेडा एक चर्चित ब्रान्ड बन्यो। “पसल खोलेर बसेका अधिकांशले बाजेबाटै काम सिकेका हुन् तर नाम फरक राखे पनि त हुन्थ्यो । अहिले त हाम्रो पसल नै ओझेलमा पर्ने गरी ठूलाठूला अक्षरमा नाम लेखेका छन्। यसले ग्राहकहरूलाई अल्मल्याउने काम भएको छ,” विवेकको गुनासो छ, “नामले मात्रै त व्यापार चल्ने होइन, बरु ग्राहकहरू अलमलमा पर्छन् । अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा बढ्छ ।”

‘पेडा भनेकै बैजनाथ बाजेको’ भन्ने भाष्य स्थापित गरेका साह अहिले हामीमाझ छैनन्। उनले ११ वर्षअघि २०६९ साउन १८ गते देहत्याग गरिसके । त्यसपछि पसलको नाममा बैजनाथ झुन्ड्याउने चलन झनै बढेको छ ।

बाजेको देहावसानपछि दुई छोरामध्ये कान्छोतर्फका जेठो नाति विवेकले व्यापार सम्हालिरहेका छन्। विवेकको हार्डवेयर पसल पनि छ तर पेडापसलमा बस्नुको आनन्द नै छुट्टै हुने उनको अनुभव छ। उनी भन्छन्, “पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकालीका मान्छेहरू आउँछन्। तीमध्ये पहिलोपटक आएका धेरैजना अरूलाई सोध्दैसोध्दै पसलमा आइपुग्छन् । बाजे, पेडा, आम्दानी, छ्यापछ्याप्ती खुलेका पसलबारे बुझ्न खोज्छन्। त्यसैले व्यापार र चिनजान दुवै हुन्छ, यसैमा आनन्द लाग्छ ।”

साहलाई आफ्नो बाजेको नाममा ठूलाठूला होर्डिङबोर्डसहित खुलेका पसलहरू देख्दा आनन्द लाग्छ तर जब ग्राहकले तपाईंको पसल खोज्नै मुश्किल भयो भनेर सुनाउँछन्, तब नरमाइलो लाग्छ। “कहिलेकाहीं आफैं पनि बाहिर निस्केर हेर्छु मेरै पसल बिर्साउने गरी बाजेको नाममा पसल खुलेका छन् । बाजेको निधनपछि त नाम मात्रै होइन ‘असली पेडापसल’ आफ्नै हो भने जसरी बोर्डमा बाजेको तस्वीर पनि राख्न थालियो,” उनले सुनाए, “अहिले भने हामीले पसलअगाडि बाजेको सालिक निर्माण गरेका छौं । त्यसले पसल पहिचानमा केही सहज त भएको छ तर फेरि त्यही पनि नक्कल गर्लान् कि भन्ने पीर छ ।”

एक व्यक्तिले एउटा पसलबाट शुरू गरेको पेडाको व्यापार अहिले एक सयभन्दा बढीले शुरू गरेका छन् । ती पसलहरूमा सयौंले रोजगार र स्थानीय दूध उत्पादक किसानले बजार पाएका छन्। संस्थापक बैजनाथ बाजेको पसलमा मात्रै दैनिक पाँच सय लिटरसम्म दूधको खपत हुने गरेको छ । यहाँ सप्तरी, सिराहा, सुनसरीलगायतका जिल्लाबाट दूध सङ्कलन हुने गरेको स्थानीय व्यापारीहरूको भनाइ छ।

बाजेको चिन्ता

बरमझियामा बैजनाथ बाजेको नामविनाका पसल सायदै छन् । तिनै पसलको नाममा भइरहेको व्यापारले सयौं परिवारको रोजीरोटी चलिरहेको छ । उनी जीवितै हुँदा चलेको यो चलन उनको अनुपस्थितिमा अहिले झनै बढेको छ । पाँच वर्षअघि व्यापार शुरू गरेका जन्नत मन्सुरीले पनि बैजनाथ बाजेको नाम राखेरै पसल शुरू गरेका छन्। “सबैले पसलको बोर्डमा बैजनाथ बाजेको नाम ठूल्ठूला अक्षरमा लेख्नुभएको छ । मैले मात्रै उहाँको नाम छुटाएमा अपमान गरेको जस्तो होला भनेर राखेको हो,” मन्सुरीले भने, “अरू स्वार्थ त के हुन्थ्यो र ? नामले मात्रै व्यापार चल्ने होइन ।”

बैजनाथ बाजेले देखाएको बाटो पछ्याउँदा अहिले आफ्नै देशमा केही गरेर खान सकिएको मन्सुरीको कथन छ। आफू मात्रै होइन अरू तीनजनालाई काम दिएर उनीहरूको घरमा पनि चुल्हो

(बाँकी पाँचौं पातामा)

जोगीनाच : बागलुङ जिल्लाको सदरमुकाम बागलुङ बजारमा मङ्गलवार नेवार समुदायले निकालेको जोगी नाच। तस्वीरः रासस

फरक समाचार

दैनिक एक मुठी भिजाएको चना खाँदा पाँच फाइदा

अङ्कुरित अनाजको सेवन स्वास्थ्यको लागि सधैं लाभदायक मानिन्छ । यी अङ्कुरित अनाजमध्ये भिजाएको चना ऊर्जाको उत्तम स्रोत हो र यसले धेरै साना–ठूला रोगहरूबाट बचाएर रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ । भिजाएको चनाका पाँच महत्त्वपूर्ण फाइदाहरूबारे जानौं ।

रगत बढाउन

शरीरमा रगतको कमी भएमा भिजाएको चना यो समस्यासँग लड्न निकै प्रभावकारी साबित हुन्छ। फलाम प्रचुर मात्रामा हुने भएकोले शरीरले रगतको कमी जस्ता समस्या कहिल्यै सामना गर्दैन। गर्भवती महिला, एनिमियाका बिरामी, ४० वर्ष नाघेका महिलालाई हेमोग्लोबिन बढाउन भिजाएको चना खानामा समावेश गर्न सल्लाह दिइन्छ ।

कसरतभन्दा पहिले ऊर्जाको लागि

बिहान कसरत गर्नुअघि भिजाएको चना खानुका धेरै फाइदा छन्। भिजाएको चना जटिल कार्बोहाइड्रेटको ठूलो स्रोत हो, जसले शरीरमा निरन्तर ऊर्जा कायम राख्छ। यसले तपाईंको बिहानको कसरतको समयमा ऊर्जा प्रदान गर्न र दिनभरि राम्रो ऊर्जाका स्तरहरू कायम राख्न मदत गर्न सक्छ । जटिल कार्बोहाइड्रेट बिस्तारै पच्छ, यसले रगतमा चिनीको स्तर नियन्त्रण गर्न र इन्सुलिन स्पाइकलाई रोक्न पनि धेरै मदत गर्छ ।

वजन घटाउनको लागि

बिग्रँदै गएको जीवनशैलीमा मोटोपन एक सामान्य समस्या हो र सबैलाई तौल घटाउन टिप्स चाहिन्छ। यस्तो अवस्थामा भिजाएको चनाले धेरै मदत गर्न सक्छ। कालो चनामा प्रशस्त मात्रामा एन्टिअक्सिडेन्ट, फाइबर र प्रोटिन हुन्छन् र यसले पेटलाई लामो समयसम्म भरिपूर्ण राख्छ। फलस्वरूप भोक कम लाग्छ र धेरै खाने लालसा जस्ता समस्याहरूबाट बच्न सकिन्छ। यसरी भिजाएको चना तौल घटाउन निकै उपयोगी हुन्छ ।

स्वस्थ कपालको लागि

चनामा आवश्यक भिटामिन र मिनरल्स राम्रो मात्रामा पाइन्छन्, जसले कपालको विकासमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। यसमा पाइने जिङ्क र भिटामिन बी६ ले कपाललाई बलियो राख्छ र झर्नबाट रोक्छ। साथै कालो चनामा पाइने प्रोटिन र म्यागिनजले कपाललाई छिट्टै सेतो हुन दिंदैन।

स्वस्थ मुटुको लागि

मुटु सधैं स्वस्थ रहोस् भन्ने चाहनुहुन्छ भने भिजाएको चनालाई खानामा समावेश गर्नुहोस् । यसमा पाइने एन्टिअक्सिडेन्ट, एन्थोसायनिन्स, साइनिडिन, डेल्फिन्डिन्स र अन्य फाइटोन्यूट्रिएन्टहरूले मुटुलाई बलियो र स्वस्थ राख्छ। यति मात्र होइन, यसमा पाइने फोलेट, म्याग्नेशियम जस्ता मिनरल्सले रगत जम्ने र एथेरोस्क्लेरोसिसको समस्याबाट बचाउँछ ।

तनाव कम गर्न अपनाउनुहोस् यी पाँच उपाय

तनाव आज हरेक व्यक्तिको जीवनको हिस्सा बनिसकेको छ। कामको उच्च दबाब, खराब जीवनशैली र पोषक तत्त्वको कमीका कारण तनाव बढ्छ। तनाव बढ्दै जाँदा शरीरमा विभिन्न रोग लाग्ने खतरा पनि धेरै गुणा बढ्छ ।

तनावका कारण स्वास्थ्य बिग्रनुका साथै कयौंपटक सम्बन्ध पनि बिग्रन थाल्छ। धेरै मानिस तनावका कारण कुनै पनि काम राम्ररी गर्न सक्दैनन् । जसले गर्दा आत्मविश्वास पनि कमजोर हुन्छ । धेरै मानिस तनाव कम गर्न विभिन्न प्रकारका औषधिहरू पनि खान थाल्छन्। यी औषधिको अत्यधिक सेवनले शरीरमा हानि पुऱ्याउँछ र यसको बानी पनि पर्न जान्छ । यस्तो अवस्थामा तनाव कम गर्न केही घरेलु उपाय अपनाउन सकिन्छ। यी उपाय प्राकृतिक भएकाले घरमैं गर्न सकिन्छ। तनाव कम गर्ने घरेलु उपचारका बारेमा जानकारी लिऔं ।

लैभेन्डर तेल

ल्याभेन्डरको तेल शरीरका लागि निकै फाइदाजनक हुन्छ । यसको प्रयोगले मानसिक शान्ति मिल्नुका साथै तनाव पनि कम हुन्छ। यसको प्रयोग गर्नका लागि यसबाट शरीरमा मालिस गर्नुहोस् वा नुहाउने पानीमा यस तेलका केही थोपा मिसाउनुहोस् । यो तेलले मूडलाई राम्रो बनाउँछ र थकान पनि हटाउँछ ।

कैमोमाइल चिया

कैमोमाइल चिया पिउनाले शरीरका धेरै समस्याबाट छुटकारा मिल्छ । यो चियाले तनाव कम गर्नुका साथै थकानबाट पनि राहत दिन्छ। कैमोमाइल चियामा एन्टिइन्फ्लेमेटरी गुण पाइन्छ, जसले पेटलाई स्वस्थ राख्नुका साथै आन्द्रालाई पनि स्वस्थ राख्छ । यो चिया पिउनाले गहिरो निद्रा लाग्न मदत गर्छ ।

खुट्टाको मालिश

कहिलेकाहीं अत्यधिक तनाव हुन्छ । यस्तो अवस्थामा तोरीको तेलले खुट्टामा मालिस गर्नुहोस्। यसो गर्दा रक्तसञ्चार बढ्छ र गहिरो निद्रा लाग्न मदत गर्छ। राति सुत्नुअघि खुट्टामा मालिस गर्न सकिन्छ। यसो गर्दा शरीरलाई पनि आराम मिल्छ ।

हरियो चिया

हरियो चिया तनाव कम गर्न सेवन गर्न सकिन्छ । यस चियामा पाइने एन्टिअक्सिडेन्टले दिमागलाई शान्त बनाउँछ र रोगहरूबाट बचाउँछ। तनाव कम गर्न दिनमा एक कप हरियो चिया पिउनुहोस् ।

फोकस सेट गर्नुहोस्

तनाव कम गर्न तपाईं घरमा बसेर ध्यान गर्न सक्नुहुन्छ। यसो गर्नाले मानसिक शान्तिका साथै मनलाई पनि आराम मिल्छ। ध्यानले तनाव कम गर्छ र हटाउँछ पनि। दिनभर ध्यान गर्न समय अवश्य निकाल्नुहोस् ।

तनाव कम गर्न यी उपायहरू अपनाउन सकिन्छ। यद्यपि यी उपायहरू गर्नुअघि विशेषज्ञहरूको मदत पनि लिन सक्नुहुन्छ। – प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

अमेरिकी प्रथम महिला पुनः कोरोना सङ्क्रमित

वाशिंगटन, १९ भदौ/एपी

अमेरिकी प्रथम महिला जिल बाइडेन पुनः कोभिड–१९ बाट सङ्क्रमित भएकी छन् । नियमित स्वास्थ्य परीक्षणका क्रममा सोमवार उनी कोरोनाबाट सङ्क्रमित भएको पुष्टि भएको हो । राष्ट्रपति जो बाइडेनको प्रयोगशाला परीक्षण प्रतिवेदन भने नकारात्मक आएको राष्ट्रपतिको कार्यालयले जनाएको छ ।

तस्वीरः एपी

७२ वर्षीया प्रथम महिलालाई कोरोनाका सामान्य लक्षण मात्र देखिएको जनाउँदै राष्ट्रपतिको कार्यालयले उनी डेलावेयरको रेहोबोथ समुद्री किनारको घरमा बस्ने जनाएको छ । एक वर्ष अघि पनि प्रथम महिला बाइडेनलाई कोभिड सङ्क्रमण भएको थियो । कोभिड परीक्षण नियमित जारी राख्ने र लक्षणहरूको निगरानी गरिने राष्ट्रपतिको कार्यालयले बताएको छ ।

पछिल्ला केही सातायता संयुक्त राज्य अमेरिकामा कोरोना सङ्क्रमण बढेको छ भने बिरामीको अस्पताल भर्ना दरमा पनि वृद्धि भएको छ ।

यसैबीच एनबिसी न्युजले स्वास्थ्य अधिकारीहरूलाई उद्धृत गर्दै देशमा फेरि कोभिडको अर्को लहर आएको सङ्केत गरेको छ । बितेका दुई सातामा औसत दैनिक १०,००५ जना सङ्क्रमित अस्पताल आएका तथा १,३९७ जनालाई सघन उपचार कक्षमा राखेर उपचार गर्नुपरेको छ । कोभिड–१९ बाट दैनिक ५०७ जना बालबालिका पनि पीडित भइरहेका छन् । अमेरिकी अधिकारीहरूले कोरोनाविरुद्ध खोप लगाउन सर्वसाधारणलाई आग्रह गरेका छन् । रासस

ग्रेटवाल भत्काउने दुईजना समातिए

बेइजिङ, १९ भदौ/एनआई

चीनको विशाल पर्खाल अर्थात् ग्रेटवाल भत्काएको अभियोगमा दुईजनालाई पक्राउ गरिएको छ । उत्तरी शान्क्सी प्रान्तमा उत्खनन यन्त्र प्रयोग गरी ग्रेटवाल को एक भागमा क्षति पुऱ्याएको आरोपमा उनीहरूलाई पक्राउ गरिएको केबल न्युज नेटवर्क (सिएनएन)ले जनाएको छ ।

राज्य सञ्चालित प्रसारण संस्था चाइना सेन्ट्रल टेलिभिजन (सिसिटिभी)लाई उद्धृत गर्दै सिएनएनले जनाए अनुसार याङकियानहे टाउनशिपमा पर्खालमा ठूलो खाडल खनिएको युयु काउन्टीका अधिकारीहरूले अगस्त २४ मा जानकारी प्राप्त भएको बताएका छन् । सुरक्षा अधिकारीहरूले अनुसन्धान जारी राखेका छन् । रासस

क्षेत्रीय आर्थिक वृद्धिमा केन्द्रित आसियान शिखर सम्मेलन शुरू

जकार्ता, १९ भदौ/सिन्ह्वा

दक्षिणपूर्वी एशियाली क्षेत्रलाई आर्थिक वृद्धिको केन्द्रविन्दुका रूपमा स्थापित गर्ने उद्देश्यका साथ दक्षिणपूर्वी एशियाली राष्ट्रहरूको सङ्गठन (आसियान) को ४३औं शिखर सम्मेलन सम्मेलन जकार्तामा शुरू भएको छ ।

क्षेत्रीय आर्थिक वृद्धिमा केन्द्रित यो शिखर सम्मेलनको उद्घाटन गर्दै इन्डोनेशियाका राष्ट्रपति जोको विडोडोले आसियानलाई एकताबद्ध रहन र कुनै पनि शक्तिका पछाडि नलाग्न आग्रह गरे । आसियान अध्यक्ष उनले सदस्य मुलुकमा एकअर्काको अहित हुने तथा आफ्नो भूमिलाई प्रतिद्वन्द्वीको अखाडा बन्न नदिने आग्रह गर्दै स्थिर, समृद्ध एवं शान्त आसियान निर्माणमा योगदान गर्न आह्वान गरे ।

आगामी तीन दिनसम्म जारी रहने सम्मेलनमा सदस्य राष्ट्रका नेताहरूले समुदाय र संस्थाको रूपमा आसियानको भविष्यको खाका तयार गर्ने, सङ्गठनलाई अझ गतिशील तुल्याउने तथा क्षेत्रीय आर्थिक वृद्धिका विषयलाई केन्द्रमा राखेर छलफल गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

ब्रुनाई, कम्बोडिया, इन्डोनेशिया, लाओस, मलेशिया, म्यान्मा, फिलिपिन्स, सिङ्गापुर, थाइल्यान्ड र भियतनाम सदस्य रहेको आसियान शिखर बैठकमा म्यान्मा सङ्कटलाई लिएर चिन्ता व्यक्त भएको फ्रान्सेली समाचार समिति एएफपीले जनाएको छ ।

आसियान नेताहरूले सन् २०२१ मा प्रजातन्त्रवादी नेत्री आङ सान सुचीको सरकारलाई सैन्य विद्रोहबाट अपदस्थ गरेपछि दैनिकरूपमा भइरहेका घातक हिंसाविरुद्ध एकजुट भएर आवाज उठाउन आह्वान गरेका छन् । साथै उनीहरूले दक्षिण चीन सागरमा चीनको बलमिचाइ नियन्त्रण गर्न जोड दिएका छन् । चीनले हालै प्रकाशित गरेको राजनीतिक नक्शाबारे पनि बैठकमा छलफल भएको थियो । उक्त नक्शाले विवाद बढाउने निष्कर्ष शीर्ष नेताहरूले निकालेका छन् ।

म्यान्माको सैनिक सरकारले अन्तर्राष्ट्रिय आलोचनाको बेवास्ता गरेको र आफ्ना विपक्षीहरूसँग संलग्न हुन अस्वीकार गरेकोले आसियान नेताहरूले एकताबद्ध भएर अघि बढ्ने अडान राख्ने प्रयास गर्ने तथा तत्काल हिंसा अन्त्य गर्न पुनः वार्ता थाल्न सुझाएका छन् ।

शिखर सम्मेलनमा अनुपस्थित रहेको म्यान्मा आसियानको आगामी अध्यक्ष नहुने प्रायः पक्का भएको एएफपीले प्राप्त गरेको एक दस्तावेजमा जनाइएको छ । फिलिपिन्सले सन् २०२६ मा म्यान्माबाट आसियानको अध्यक्षता लिने घोषणा हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

तीन दिनसम्म आयोजना हुने शिखर बैठकका सिलसिलामा विश्व शक्ति राष्ट्रका सरकार प्रमुख एवं तिनका प्रतिनिधिसँग पनि आसियान नेताहरूले भेटवार्ता गर्ने परम्परा छ । अमेरिका र चीनबीच स्वतन्त्र व्यापार, जलवायु परिवर्तन र विश्वव्यापी सुरक्षालाई लिएर छलफल हुनेछ । चिनियाँ प्रधानमन्त्री, अमेरिकी उपराष्ट्रपति तथा रूसी विदेशमन्त्री आआफ्नो देशका सरकार प्रमुखको प्रतिनिधित्व गर्दै जाकार्तामा भेला हुने कार्यक्रम छ ।

आसियान राष्ट्र/सरकार प्रमुखको शिखर सम्मेलनको पूर्वसन्ध्यामा सोमवार आसियान विदेशमन्त्रीहरूको बैठक भएको थियो ।

इन्डोनेशियाका राजनीतिक, कानूनी र सुरक्षा मामिलाको प्रभारी संयोजकमन्त्री मोहम्मद महफुदले म्यान्मा सङ्कट समाधानका प्रयासमा उल्लेख्य प्रगति नहुँदा आसियान समुदायको शक्तिलाई एकपछि अर्को चुनौती थपिएको बताउँदै त्यसले सङ्गठनमा नकारात्मक प्रभाव पारेको बताए । उनले भूराजनीतिक तनाव र प्रतिद्वन्द्विताले थप सङ्घर्ष निम्त्याउने चेतावनी दिए । रासस

आजको राशिफल

मेष	धनक्षति	वृष	भाग्योदय
मिथुन	बेचैनी	कर्कट	मनोरञ्जन
सिंह	कर्मप्राप्ति	कन्या	राज्यभय
तुला	वादविवाद	वृश्चिक	यात्रालाभ
धनु	शत्रुभय	मकर	कार्यनाश
कुम्भ	उदरपीडा	मीन	विजय

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

रानीघाट–पोखरिया बस समिति

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

यहाँ स्तरीय छपाईसम्बन्धी सम्पूर्ण कार्य गरिन्छ ।
बिल, बूक, खाता
क्यालेन्डर, ब्रोसर, पोस्टर
विवाह कार्ड, लेटरप्याड
पुस्तक, डायरी
भिजिटिङ कार्ड
फ्लेक्स, ब्यानर
प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
त्रिमूर्ति सिनेमा हल रोड, श्रीपुर, वीरगंज-११ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१-५२५१२२, ५२३१०५
email: prateekdaily@gmail.com, Website: eprateekdaily.com

गोर्खालीको कथा विश्वले हेर्दैछ : निर्देशक चाम्स

काठमाडौं, १९ भदौ/रासस

नेपाली चलचित्रको अन्तर्राष्ट्रिय बजार राम्रो भइरहेको छ । विशेषतः अमेरिका, अस्ट्रेलिया, जापानमा नेपाली चलचित्रले राम्रो व्यापार गर्ने गरेका छन् । आफू निर्देशित पहिलो चलचित्रको 'रेड कार्पेट' प्रदर्शनी (प्रिमियर) बेलायतमा गरेका निर्देशक मिलन चाम्सले आउँदो समय राम्रो रहेको बताए ।

गोर्खालीको वीरताको गाथा प्रस्तुत गरिएको चलचित्र 'गोर्खा वारियर'को हलिउड प्रिमियर बेलायतको प्रतिष्ठित आइम्याक्स सिनेवर्ल्डमा यही भदौ २४ गते अर्थात् १० सेप्टेम्बरमा हुँदैछ । विशेषतः उक्त चलचित्र भवनमा हलिउडका ठूला कम्पनी मार्भल, डिसी, युनिभर्सल, डिज्नीको चलचित्र विशेष प्रदर्शनी हुन्छन् । यद्यपि गोर्खालीको विषयले गर्दा विशेष प्रदर्शनी सम्भव भएको बेलायतबाट निर्देशक चाम्सले जानकारी दिए ।

"हामीले यो इतिहास बनाउँदैछौं, विश्वका ठूला कम्पनीले निर्माण गरेको चलचित्र प्रिमियर हुने स्थानमा हाम्रो हुनुमा पैसाभन्दा पनि गोर्खालीले बनाउनुभएको वीरताको इतिहास हो," निर्देशक चाम्सले भने, "अहिले गोर्खा वारियरको चर्चा देखिए पनि यसले कालान्तरमा नेपाली चलचित्रलाई प्रवर्द्धनमा टेवा पुऱ्याउँछ, किनकि नेपाली चलचित्रको स्तरीयता विश्वकै प्रख्यात चलचित्र भवनमा देखाउँदैछौं ।" उनले खर्चिलो र कानूनी प्रक्रियामा जटिलता भएकाले त्यहाँ प्रिमियर गर्न सहज नहुने बताए । यद्यपि गोखालीको चलचित्र भनेपछि सबै स्तरबाट सहयोग पाएकाले देखाउन लागिएको निर्देशक चाम्सले जानकारी दिए । प्रिमियरमा सहभागी हुन नेपालबाट समेत चलचित्रकर्मी बेलायत पुग्नेछन् ।

बेलायतका प्रधानमन्त्री ऋषि सुनकले समेत गोर्खा वारियरलाई पत्र लेख्दै सफलताको शुभकामना दिएपछि लन्डनमा चर्चा र चासो बढेको निर्देशक चाम्सले जानकारी दिए । "अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमले गोर्खालीका विषयमा चलचित्र बनेको थाहा पाएपछि गरिरहेको सहयोगको शब्दमा बयान गर्न सक्दिनँ, हामीले सांसद, स्थानीय निकायका प्रमुख, बेलायती सेनाका जनरल, गोर्खा रेजिमेन्ट अधिकृत, नेपाली दूतावासका प्रतिनिधिलगायतलाई निम्तो दिइरहेका छौं," उनले भने ।

उनले आफ्नो कथालाई भन्न र विश्वलाई जानकारी गराउन अब निर्माता तथा निर्देशक तयार हुनुपर्ने बताए । युद्ध विधामा बनेको गोर्खा वारियर सन् १९४९ मा मलाया जङ्गलमा बेलायती सेनामा आबद्ध गोर्खा सैनिकले लडेको लडाइँको कथामा आधारित छ । नेपाली, अङ्ग्रेजी र हिन्दी भाषामा प्रदर्शन हुने चलचित्रमा रितेश चाम्स, विजय लामा, रेविका गुरुङ, रियर राई, शिशिर बाङ्देल, कविता आले, बिरूप घले, सारा राई लगायतका कलाकारले अभिनय गरेका छन् । निर्देशक चाम्स र गिरिराज घिमिरेले लेखेको चलचित्रमा मिलन श्रेष्ठले सम्पादन, सुदीप बरालले छायाङ्कन र हिमाल केसीले द्वन्द्व निर्देशन गरेका छन् ।

अवकाशपछि विकट ...

जानकारी दिए । हाडजोर्नीका बिरामीलाई जाँच गरिरहेका डा केसीलाई अस्पतालका अन्य चिकित्सकहरूले पनि साथ दिएको अध्यक्ष बस्नेतको भनाइ छ ।

"डा केसी बिहान ८ देखि बेलुकी ६ बजेसम्म बिरामीको सेवामा खटिनुभयो," उनले भने, "यहाँको स्वास्थ्य सेवाका सवालमा राज्यले ध्यान दिनुपर्ने विषयमा समेत चासो राख्नुभयो ।" औषधिसमेत बोकेर दोधारा चाँदनी पुगेका डा केसीलाई अस्पतालले समेत आवश्यक सहयोग र समन्वय गरिरहेको छ ।

"हामीसित भएको निश्शुल्क औषधि पनि जाँचपछि दिइरहेका छौं," बस्नेतले भने, "पछिल्लो समय यो अस्पतालको स्तरोन्नति भएपछि सामान्य शल्यक्रियासमेत यहाँ हुन थालेका छन् ।" दोधारा चाँदनी झोलुङ्गे पुल बनेपछि मूलधारसित जोडिएको सो क्षेत्रमा चार लेनको पक्की पुल बन्नाका साथै सुक्खा बन्दरगाहको प्रस्ताव अघि बढेर भौतिक क्षेत्रको विकास भएपनि स्वास्थ्य सेवाका लागि दोधारा चाँदनीवासीले अझै भारतीय बजार धाउनुपर्ने बाध्यता छ ।

अत्यधिम गर्मी ...

अधिकृत कृष्णानन्दन रायले सो विद्यालयमा नयाँ भवन निर्माण भएकोले पङ्खाको व्यवस्था नभएको बताए । यसपालि बालमैत्री वातावरण बनाउने योजना रहेको उनले बताए ।

नेरामावि निचुटाका प्रधानाध्यापक श्याम घिमिरेका अनुसार एउटा कक्षाकोठामा एक सयभन्दा बढी विद्यार्थी हुने भएकाले सहनै नसक्ने उकुसमुकुस गर्मी हुने गरेको बताए । कक्षाकोठामा १०–१५ मिनेट पढाएपछि बस्न नसकेर कोठाबाहिर निस्किने गरेको प्रअ घिमिरेले बताए । कोठामा पङ्खा भएपनि भोल्टेज कम भएर पङ्खा पनि बिस्तारै चल्ने गरेको प्रअ घिमिरेले बताए ।

त्यस्तै, पटेर्वासुगौली गाउँपालिकाका शिक्षा शाखा संयोजक सोलेन्द्र पञ्जियारले गर्मीका कारण पालिकामा रहेका प्राथमिक विद्यालयहरूलाई बिहानी कक्षा सञ्चालन गर्न निर्देश गरेको बताए । अन्य विद्यालयहरूमा कक्षा १२ सम्म सञ्चालन रहेकाले दिउँसो कक्षा सञ्चालन भइरहेको संयोजक पञ्जियारले बताए ।

रेडक्रस सोसाइटीका संस्थापक ...

काममा लाग्न सबै लाग्नुपर्ने बताए ।

विसं २०७२ को विनाशकारी भूकम्पको समयमा रेडक्रसले खेलेको भूमिका सराहनीय रहेको उनले बताए । डा दासलाई काठमाडौं महानगरपालिकाले सहयोग गर्ने प्रवक्ता मानन्धरले बताए । सम्मानित व्यक्तित्व डा दासले काठमाडौं शाखाले आफ्नो योगदान सम्झेर सम्मान गरेकोमा धन्यवाद व्यक्त गरे ।

सोसाइटीका कार्यवाहक महामन्त्री मनोजकुमार थापा, सोसाइटीका केन्द्रीय कोषाध्यक्ष वीरबहादुर बस्नेत, सोसाइटी बागमती प्रदेशका उपमहासचिव राजेन्द्र बानियाँलगायतले देशभर नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको अभियानलाई अगाडि बढाउन डा दासको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको बताएका थिए ।

कार्यक्रममा सोसाइटी काठमाडौं शाखाका सभापति श्यामकाजी डोटेलले विश्वमा रेडक्रस स्थापना भएको एक सय वर्षपछि नेपालमा स्थापना भएको रेडक्रसले मानवतासँग जोडिएका हरेक क्षेत्रमा काम गर्दै आएको उल्लेख गरे । उनले काठमाडौं रेडक्रसले डेङ्गु नियन्त्रण, रक्तदान, विपन्न तथा गरीबलाई आर्थिक तथा खाद्यान्न सहयोग, युवालाई तालीम प्रदानलगायत कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको बताए ।

विसं १९८१ मा सिरहाको इनरूवामा जन्मेका डा दासले काठमाडौं जिल्ला शाखामा बसेर नेपाल रेडक्रस सोसाइटीलाई अगाडि बढाउन महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका थिए ।

विसं २०२० भदौ १९ गते स्थापना भएको नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको केन्द्रसहित सात प्रदेश ७७ जिल्ला र १,६०० उपशाखा रहेको छ ।

बरमझियाको पेडा ...

बाल्ने काम यही पसलबाट भएको मन्सुरीले बताए । "अहिले बेमौसममा पनि १२० लिटर दूध किन्छौं तर सिजनमा त तीन सय लिटरसम्म किन्नुपर्छ । सोच्नुस् त त्यसमा कतिको परिश्रम र रोजीरोटी जोडिएको छ," मन्सुरीले भने, "स्थानीयस्तरमा रोजगार सिर्जना गरिरहेका हामीलाई प्रोत्साहन गर्नुको सट्टा हतोत्साहित गरिन्छ । मिसावट हुन्छ भनेर हल्ला फैलाइन्छ, सबैको जिम्मा लिन सकिंदैन तर हामीले इमानदारीपूर्वक आफ्नो कर्म गरिरहेका छौं । नभए गुणस्तर नाप्ने निकायहरू पनि छन्, परीक्षण गरे पनि भयो । किन बदनाम गराउनु !"

विवेक साहका अनुसार बैजनाथ बाजे जीवित हुँदा पनि यस्तै हल्ला चल्थ्यो । त्यसै कारण एकपटक आफ्नो नामको दुरुपयोग हुने चिन्ताले बाजेले स्थानीय प्रशासनमा लिखित निवेदनसहित आफ्नो नाम हटाउन र नयाँ खोल्नेलाई नाम राख्न नदिन आग्रह गरे । प्रशासनबाट हूबहू नाम नभएकाले केही गर्न नसकिने जवाफ पाएपछि त्यो प्रचलन रोकिएन, बरु निरन्तर बढिरहेको छ । "हरेक पसलमा बाजेको नाम हुनु हाम्रोलागि पनि गौरव र उहाँको योगदानको सम्मान पनि हो तर बाजेलाई एउटै चिन्ता थियो कि कतै आफ्नो नाम बदनाम हुने त होइन ? अहिले हामीलाई पनि त्यही चिन्ता छ," विवेकले भने ।

बेलाबखत पेडामा पीठो तथा बिस्कुट मिसाइएको, धेरै दिनको बासी पेडा बेचेको जस्ता हल्ला नसुनिएका होइनन् । यस्तो सुन्दा कालिगड डोमी साहको मन कटक्क खान्छ । "यही व्यवसायबाट हामी सबैको चुल्हो बलेको छ । बरमझियाको पेडा भनेर नेपाल र भारतमा समेत इज्जत छ । २०औं वर्ष यसैमा बिताएका छौं । नराम्रो सुनेपछि त मन खिन्न भइहाल्छ नि," डोमीले मनको बह पोखे, "बाजेसँगै हामीले वर्षौं लगाएर कमाएको नाम बदनाम हुन एक दिन पनि लाग्दैन । त्यसैले सबैजनाले राम्रोसँग व्यापार गरे त हुन्थ्यो । तर खै ! कसको नियत कस्तो हुन्छ ? सबै इमानदार कहाँ हुन्छन् र ?"

नाति विवेक भने पेडामा अन्य चीज मिसाउँदा लागत बढ्ने र त्यस्तो पेडा चाँडै खपत नभएमा गुणस्तर ह्रास भई लगानी खेर जाने हुँदा कसैले गलत काम गर्न नसक्ने विश्वास गर्छन् । यदि कसैले गलत काम गरेको शङ्का लागेमा सरोकारवाला निकायले अनुगमन र प्रयोगशालामा परीक्षण गरी समस्या समाधान गर्नुपर्ने तर एकाध व्यक्ति र घटना देखाएर बरमझियाको बेइज्जत नगर्न उनले आग्रह गरे ।

पेडाको ब्रान्ड स्थापना गरेका बैजनाथका दुई छोरा छन् । त्यसमध्ये कान्छोतर्फका एक नातिले बाजे बैजनाथको व्यापार सम्हालिरहेका छन् । रगतको सम्बन्धका हिसाबले नाति विवेक परिवार बाजेको उत्तराधिकारी भएपनि त्यो क्षेत्रका सयभन्दा बढी पसलेले 'पेडा बाजे' बैजनाथको व्यापारिक उत्तराधिकारीका रूपमा हेर्ने गरेका छन् । त्यसै कारण 'आफ्नो नाम, काम र ठाउँको बदनाम पो हुने हो कि' भन्ने संशयसहित स्वर्गवास भएका बाजे बैजनाथको त्यो संशय मेटाउने दायित्व पनि यी सबै पेडा व्यवसायीको हो ।

बीमाबापतको रकम नपाएको गुनासो

प्रस, वीरगंज, १९ भदौ/

नेशनल लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेडले एकजना बीमितलाई चारमहीनादेखि बीमाबापतको रकम भुक्तानी नगरेर दुःख दिएको समाचार छ।

सफी अख्तर देवानले नेशनल लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेडमा रू २५ लाखको बीमा गराएका थिए। दुई वर्षसम्म बीमाबापतको शुल्क भुक्तान गरेका उनको यसबीच दुर्घटनामा दुईवटै आँखा गुम्यो। आँखा गुमेका सबै दसी प्रमाणहरू बीमा कम्पनीले बुझिसकेको छ। तर बीमाबापतको रकम दिने कुरामा भने चार महीनादेखि आजभोलि भनेर दुःख दिइरहेको देवानले बताए। उनले आफू अहिले दुर्घटनापछि दुवै आँखा नदेख्ने अवस्थामा बीमा कम्पनीमा धाउनुपरिरहेको बताए। उनले बीमा गर्दा चिप्लो कुरा गर्नेहरू अहिले पनि बीमा रकम नतिर्न चिप्लो कुरा गरेर दैनिक फर्काउने गरेको बताए। यसबारेमा शाखा प्रमुखलाई गुनासो गर्दा पनि सुनवाइ नभएको उनको भनाइ छ। मैले आवश्यक सबै कागजपत्र बुझाइसकेको छु। अझ कुनै कागजात आवश्यक नभएको बीमा कम्पनीले नै भनिसकेको छ। तर भुक्तानी भने दिंदैन। सधैं कार्यालय धाउने गरेको तर अहिलेसम्म समस्या समाधान नभएको देवानले बताए।

भारत गुजरातका डा शाहलाई वीरगंजमा स्वागत

प्रस, वीरगंज, १९ भदौ/

वीरगंज महानगरपालिकाका प्रमुख राजेशमान सिंहले वीरगंजलाई आर्थिकरूपमा सबल बनाउनुपर्नेमा जोड दिएका छन्। आर्थिक नगरी भनिने वीरगंजलाई आर्थिकरूपमा सबल बनाउनका लागि महानगरले काम गरिरहेको उनले बताएका छन्।

भारत गुजरात राज्यको क्लस्टर पल्स इकोनोमिक डेभलपमेन्टका संस्थापक अध्यक्ष डा जगत शाहसँग वीरगंजमा मङ्गलवार भएको भेटवार्ताको क्रममा नगरप्रमुख सिंहले आर्थिक क्षेत्रको सुधारविना अन्य क्षेत्रको विकास गर्न नसकिने बताए। औद्योगिक एवं आर्थिक नगरी वीरगंजमा डा शाहलाई स्वागत गर्दै उनले समृद्धि र विकासका लागि आर्थिक, भौतिक एवं नीतिगत सहयोग र सहकार्यका लागि महानगर तयार रहेको बताए।

डा शाहले भारत दिगो उपलब्धि हुने खालका योजनामा लगानी गर्न तयार रहेको बताउँदै त्यसको लागि वातावरण निर्माण गर्न सुझाए। नेपाल र भारतबीचको रोटीबेटीको सम्बन्ध रहेको स्मरण गर्दै उनले भारतीय लगानी भित्र्याउने हो भने सोही अनुरूपको वातावरण तयार गर्न आग्रह गरे।

कार्यक्रममा महानगरका आर्थिक सल्लाहकार एवं नेपाल-भारत सहयोग मञ्चका अध्यक्ष अशोक बैद, पत्रकार चन्द्रकिशोर झा, वीरगंजस्थित भारतीय महावाणिज्य दूतावासका प्रतिनिधिलगायतको सहभागिता थियो।

लामखुट्टेबाट सर्ने रोगबाट बचौं।

- लामखुट्टेको टोकाईबाट औलो (मलेरिया), डेंगी ज्वरो, कालाजार जापनिज इन्सेफलाइटिस जस्ता सङ्क्रामक रोक लाग्न सक्छ।
- त्यसैले लामखुट्टेबाट बच्न आवश्यक उपायको अवलम्बन गरौं।
- घरवरीपरी पानी जन्म नदिऔं।
- घर तथा गोठ वरीपरी सफा सुग्धर राखौं।
- गोठ तथा खोर घरभन्दा टाढा राखौं।

'लामखुट्टेको टोकाइबाट बचौ र बचाऔं।'

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

एमाले पर्साको अधिवेशन तोकियो

प्रस, वीरगंज, १९ भदौ/

नेकपा एमालेको पर्सा जिल्ला अधिवेशन तय भएको छ। आउँदो मङ्सिर १२ र १३ गते जिल्ला अधिवेशन हुने सो पार्टी पर्साका संयोजक डा विश्वम्भर शर्माले जानकारी दिएका हुन्।

मङ्गलवार जिल्ला पार्टी कार्यालय मनमोहनगरमा सम्पन्न जिल्ला सचिवालय कमिटीको बैठकमा जिल्ला संयोजक शर्माले जिल्ला अधिवेशनबारे जानकारी गराए। मधेस प्रदेश कमिटीको हालै सम्पन्न बैठकले सो निर्णय गरेको उनको भनाइ थियो। एमालेको मधेस प्रदेश अधिवेशन असोज २३ र २४ गते गर्ने निर्णय भए लगत्तै जिल्ला अधिवेशनको मिति पनि तय गरिएको हो।

प्रदेश र जिल्ला अधिवेशनलाई मध्यनजर गर्दै पार्टी सदस्य नवीकरणलाई तीव्रता दिइएको एमाले मधेस प्रदेशका सचिवालय सदस्य जयप्रकाश थारूले बताए। पर्सा जिल्लामा हाल एमालेका नौ हजार ३३६ जना पार्टी सदस्य रहेका सो पार्टीले जनाएको छ।

लामो समयदेखि एमाले पर्साको अधिवेशन हुन सकेको छैन। अधिवेशन नभएपछि उपल्लो कमिटीको निर्देशनबमोजिम कामचलाउ जिल्ला कमिटीहरूले पार्टी चलाउँदै आएका छन्।

खेलकूदको संसार

एशियाडमा 'डेब्यु' गर्दै नेपाली महिला ह्यान्डबल

कास्की, १९ भदौ/रासस

एशियाली खेलकूदको सर्वोच्च प्रतियोगिता एशियाली खेलकूद (एशियाड)मा नेपाली महिला ह्यान्डबल टोलीले पहिलोपटक 'डेब्यु' गर्दैछ। १९औं संस्करण एशियाड आगामी असोज ६ देखि २३ गतेसम्म मित्रराष्ट्र चीनको हाङ्झावमा हुँदैछ।

हरेक चार वर्षमा हुने यस प्रतियोगितामा एशिया महादेशका राष्ट्रहरूले प्रतिस्पर्धा गर्छन्। नेपालले पनि प्रतियोगिताका विभिन्न २९ खेलमा सहभागिता जनाउँदैछ। त्यसमध्ये महिला ह्यान्डबल पनि हो। प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउन लागेको नेपाली टोली पोखरामा साउन पहिलो सातादेखि बन्द प्रशिक्षणमा छ।

पोखरा रङ्गशालाभित्रको बहुउद्देश्यीय कभर्ड हलमा नेपाली टोलीका १६ खेलाडी अभ्यासरत छन्। यसअघि विसं २०७६ मा पोखरामा सम्पन्न १३औं दक्षिण एशियाली खेलकूदमा नेपाल उपविजेता बनेको थियो।

आयोजक राष्ट्र चीन, जापान, हङकङ, भारतलगायतका देशसँग भिड्दा नेपाली टोली उच्च मनोबलका साथ मैदानमा उत्रिने तयारीमा छ। नेपाली महिला ह्यान्डबल टोलीका उपकप्तान उमा राईले एशियाडका लागि टोलीका सबै सदस्य उत्साहित रहेको बताइन्। हरेक खेलाडीको सपना प्रतियोगितामा जीत भएको उनको भनाइ छ।

"पोखराको वातावरणमा राम्रोसँग अभ्यास गरिरहेका छौं। पदक ल्याउने कोशिश गर्नेछौं," उनले भने। नेपाली टोलीमा अधिकांश नयाँ खेलाडी छन्। पोखरामा बन्द प्रशिक्षणमा रहेको टोलीले हप्तामा एक दिन यहाँको कास्की जिल्ला ह्यान्डबल सङ्घको पुरुष टोलीले अभ्यास खेल खेल्ने गरेको छ।

"अन्तर्राष्ट्रिय खेलाडीसँग खेल खेलेर अनुभव बटुल्न चाहन्छौं तर त्यो अवसर प्राप्त भएको छैन," उपकप्तान राईले भनिन्। नेपाली टोली सागको तयारीका लागि थाइल्यान्डमा गएर अभ्यास गरेको थियो।

नेपाली राष्ट्रिय महिला ह्यान्डबल टोलीका प्रशिक्षक बिन्दा थापाले प्रतियोगितामा खेलाडीको प्रदर्शन राम्रो हुनेमा विश्वास व्यक्त गरिन्। प्रतियोगितामा पहिलो सहभागिताले खेलाडी उत्साहित भएको र महिला ह्यान्डबल अन्तर्राष्ट्रिय खेलकूदमा प्रवेश गरेको उनको भनाइ छ।

"बाहिर लान पाएको भए राम्रो हुने थियो। खेलाडीले बाहिर गएर खेल्दा अनुभव बटुल्न पाउँथे तर यसपटक त्यो अवसर मिलेन तर खेलाडी प्रतियोगितालाई लिएर उत्साहित छन्," प्रशिक्षक थापाले भनिन्।

एशियाली खेलकूदमा नेपालले आफ्नो पहिलो खेल आयोजक चीनसँग खेल्नेछ। त्यसैगरी, जापान, हङकङ र भारतसँग पनि नेपालले खेल्नेछ। महिला ह्यान्डबल टोलीमा १६ खेलाडी र दुई प्रशिक्षक रहेका छन्। खेलाडीमा वन्दना राई(कप्तान), उमा राई (उपकप्तान) तथा खेलाडी आइत ल्याह्मु शेर्पा, कल्पना सिञ्जाली र विमला तामाङ छन्।

यसैगरी, अन्य खेलाडीमा कल्पना ओली, रमिला बस्नेत, देवी श्रेष्ठ, ममता राना, अदीति चौधरी, सङ्गीता चौधरी, विमला भुजेल, सञ्जु राई, रामकुमारी चौधरी, सम्झना कुमाल र हेलिना राना रहेका छन्। यसैगरी, टीम प्रशिक्षकमा बिन्दा थापा र दीपक सिंह बोहरा रहेका छन्।

भारतसित पराजयसँगै नेपाल एशिया कप क्रिकेटबाट बाहिरियो

काठमाडौं, १९ भदौ/रासस

भारतसित पराजयसँगै नेपाल एशिया कप क्रिकेट प्रतियोगिताबाट बाहिरिएको छ। भारतले नेपाललाई १० विकेटले पराजित गरेको हो।

श्रीलङ्काको पालेकेले क्रिकेट रङ्गशालामा टस हारेपछि नेपाल ब्याटिङमा उत्रेको थियो। नेपालले ४८.२ ओभरमा सबै विकेट गुमाउँदै २३० रन बनायो। २३१ रनको विजयी लक्ष्य पछ्याउने क्रममा खेलमा वर्षा बाधक बनेपछि निर्धारित ५० ओभरको खेललाई छोट्याएर २३ ओभरमा झारिएको थियो। भारतले १४५ रनको नयाँ लक्ष्य प्राप्त गरेको थियो। उक्त लक्ष्य भारतले विनाविकेट २०.१ ओभरमा पूरा गर्‍यो।

भारतका लागि कप्तान रोहित शर्माले अविजित ७४ रन तथा शुभमन गिलले अविजित ६७ रन बनाए। शर्माले ५९ बल खेल्दै पाँच छक्का र छ चौका प्रहार गरे। यस्तै गिलले ६२ बल खेल्ने क्रममा एक छक्का र आठ चौका हिर्काए।

यस अघि नेपालले ४८.२ ओभरमा-सबै विकेट गुमाउँदै २३० रनको योगफल बनाएको थियो। नेपालका लागि आसिफ शेखले ५८, सोमपाल कामीले ४८, कुशल भुर्तेलले ३८, दीपेन्द्रसिंह ऐरीले २९ र गुलशन झाले २३ रन बनाएका थिए।

बलिङतर्फ भारतका रवीन्द्र जडेजा र मोहम्मद सिराजले समान तीन/तीन विकेट लिएका थिए भने मोहम्मद शामी, हार्दिक पाण्ड्या र शार्दुल ठाकुरले समान एक/एक विकेट लिएका थिए।

नेपाल पहिलो खेलमा पाकिस्तानसँग २३८ रनले पराजित भएको थियो। नेपाल अङ्कविहीन हुँदै समूह चरणबाटै बाहिरिएको छ। समूह 'ए'बाट पाकिस्तान शीर्ष स्थानमा तथा भारत दोस्रो स्थानमा रहँदै सुपर फोरमा पुगेका छन्।

स्थापना दिवसमा आश्रितलाई भोजन

प्रस, वीरगंज, १९ भदौ/

नेपाली काङ्ग्रेस निकट नेपाल कर्मचारी युनियनको स्थापना दिवसको अवसरमा पर्सा शाखाले वीरगंजस्थित मानवसेवा आश्रममा दिवा खाना खुवाएको छ।

स्थापना दिवसको अवसरमा आज आश्रमका लक्ष्मीनारायणहरूलाई दिवा खाना खुवाइएको नेपाल निजामती कर्मचारी युनियन पर्साका अध्यक्ष विजय गुप्ताले बताए।

कार्यक्रममा युनियनका केन्द्रीय उपाध्यक्ष अशोक रौनियार, सल्लाहकार मनोज तिवारी, प्रदेश सचिव गौरीशङ्कर गुप्ता, अनिल मिश्र, दामोदर अधिकारी, सिर्जना चौधरीलगायतको सहभागिता थियो।

पहरामा कुँदिएका आमा र बच्चाको मूर्ति : पृथ्वी राजमार्ग अन्तर्गत तनहुँको आँबुखैरेनी गाउँपालिका-२ ऐना पहरामा कुँदिएका आमा र बच्चाको मूर्ति। पहरामा कुँदिएका आमा र बच्चाको मूर्तिले स्थानीय पर्यटकलाई आकर्षित गरेको छ। तस्वीरः रासस