परिवर्तनको लागि

क्राईम अपरेशन

CRIME OPERATION साप्ताहिक

क्राईम अपरेशन साप्ताहिक पत्रिको इ-पेपर www.crimeoperation.com.np मा लगइन गरी हेर्न सम्पूर्ण महानुभाव हरुमा हार्दिक अनुरोध गरिन्छ । सम्पादक

❑ वर्ष १० ❑ अंक १० २०७८ असोज १७ गते आईतवार Sunday 3, OCT 2021 ❑ पृष्ठ: ६, ❑ मूल्य रु. १०/-

मनोचिकित्सकहरुको राष्ट्रिय सम्मेलन कार्तिकमा

विराटनगर । मनोचिकित्क हरुको आठौं राष्ट्रिय सम्मेलन आउँदो कार्तिक ११ गते देखि १३ गते सम्म विराट मेडिकल कलेजको साइन्स ब्लकमा हुने भएको छ ।

मानसिक रोगका कारण स्वास्थ्यमा आउने चुनौती र त्यसको निदान र उपचार सेवालाई प्रभावकारी वनाउन मनोचिकित्सक हरुको आठौं राष्ट्रिय सम्मेलन हुन लागेको छ ।

मनोचिकित्सक संघ राष्ट्रिय सम्मेलन समितिका संयोजक प्राडा नवराज कोइरालाले विहीवार पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गरी सम्मेलनको बारेमा जानकारी गराउँदै उक्त सम्मेलनमा छिमेकी देश भारत सहित १८ देशका करीब तीन सय मनोचिकित्सक हरुको सहभागिता रहने जानकारी दिएको थियो । उच्चतम आधुनिक तथा वैज्ञानिक ज्ञान र शीप आर्जनगरि मानसिक रोगीलाई छिटो छरितो रुपमा सेवा पुर्याउनु सम्मेलनको मुख्य उद्देश्य रहेको कोइरालाको भनाई थियो ।

सम्मेलनमा सहभागी मनो चिकित्सकहरु वीच मानसिक स्वास्थ्यमा वहुपक्षिय साझेदारी तथा मानसिक स्वास्थ्यमा देखिने चुनौती र त्यसको निदान गर्ने विषयमा छलफल हुने संयोजक प्राडा कोइरालाले वताएका थिए । उक्त सम्मेलनमा मानसिक स्वास्थ्यमा पत्रकारीताका विषयमा पत्रकार हरुसंग, मानसिक स्वास्थ्यमा कानून विषयमा कानुन व्यवसायीसंग, मानसिक स्वास्थ्यमा साहित्यकार विषयमा साहित्यकारहरुसंग छलफल गर्ने भएको छ ।

मानसिक रोग एउटा यस्तो रोग हो कि कसैमा विभेद गरिदैन यो रोग धनी, गरीब, गोरो कालो, जातपात नहेरी सवैमा हुने रोग हो । मानसिक रोगको उपचारको लागि ठुलै डाक्टर चाहिन्छ भन्ने पनि छैन । सरकारले चाहे स्वास्थ्य चौकीहरुमा कार्यरत अनमी र अहेव देखि माथिका सवैलाई २/४ दिनको तालिम दिए मानसिक रोगको पहिचान र निदान गर्न सकिन्छ तर सरकारले त्यस तर्फ ध्यान दिएकै छैन । सो सम्मेलनमा ३२ वटा कार्यपत्र प्रस्तुत हुने छ ।

कार्यपत्र प्रस्तुत भएपछि सो कार्यपत्रमा सम्मेलवाट आएका सुझावलाई वुँदागत रुपमा सभार गरी सरकार समक्ष प्रस्तुत गरिने वताएको छ । विश्व स्वास्थ्य संगठनको प्रतिवेदन अनुसार विश्वको हरेक एक सय व्यक्ति मध्ये १५ देखी २० जनामा मानसिक रोगको असर देखिने गरेको छ ।

नेपाल मनोचिकित्सक संघका स्थापना २०४७ सालमा स्थापना भई मानसिक रोगका विरामीहरुको आधुनिक, प्रभावकारी र सर्वसुलभ पहुँच का साथै संस्थाका सदस्यहरुको व्यवसाधि विशेषज्ञ ज्ञान, सीप अभिवृद्धि, प्रवर्द्धन, संरक्षण, सेवा सुविधा, हकहितको संरक्षण लगायतको काम गर्दै आएको छ ।

सोही अवसरमा विराटनगर अस्पताल तथा विराट चिकित्सक शिक्षण अस्पतालका निर्देशक डा.ज्ञानेन्द्रमानसिंह कार्कीले सम्मेलनलाई सफल वनाउन सबैसँग आग्रह गर्नु भएको थियो ।

बलात्कार गर्ने प्रयास गरेको आरोपमा कोइराला पक्राउ

विराटनगर । बालिकामाथि बलात्कारको प्रयास गरिएको घटनामा संलग्न एक पुरुषलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।

घटना भएको तीन सातापछि प्रहरीले विराटनगर महानगरपालिका वडा नं. ४ का ५० वर्षीय लभ कोइरालालाई शुक्रवार पक्राउ गरेको थियो । कोइरालाले छिमेकी ११ वर्षीया बालिकामाथि बलात्कारको प्रयास गरेको प्रहरीले जनाएको छ ।

मोरङ प्रहरीका प्रवक्ता डीएसपी दीपक श्रेष्ठका अनुसार कोइरालाले गत भदौ २२ गते बालिकामाथि जबरजस्तीकरणीको प्रयास गरेको खुलेको थियो । बालिकालाई कोठाभित्र लगेर कोइरालाले जबरजस्ती कपडा खोल्न थालेपछि अर्की छिमेकी ५ वर्षीया बालिका त्यहाँ पुगेको थियो ।

५ वर्षीया बालिका पुगेपछि ११ वर्षीया बालिका बलात्कृत हुनबाट जोगिएको पत्ता लागेको प्रहरीको भनाइ छ । घरमा अभिभावक कोही पनि नभएको र एक्लै रहेको मौकामा छिमेकी बालिकामाथि बलात्कारको प्रयास भएको डिएसपी श्रेष्ठले जनाएको छ ।

उहाँका अनुसार घटना बाहिर नल्याउन विभिन्न धाक, धम्की दिएका कारण बालिका डराएकाले बलात्कार प्रयासको घटना तीन सातासम्म गुपचुप रहेको पाइएको थियो । बालिकाले एकोहोरो भइरहने, बोल्न मन नगर्ने तथा परिवर्तित व्यवहार देखाउने गर्न थालेपछि अभिभावकले सोधीखोजी गर्दा बलात्कार प्रयासको घटना बाहिरिएको थियो ।

सोधीखोजी हुन थालेपछि बालिकाले आफूमाथि छिमेकीले जबरजस्ती गर्न खोजेको बताइएकी थिइन् । त्यसलगत्तै बालिकाका अभिभावक र स्थानीयले नियन्त्रणमा लिएर कोइरालालाई प्रहरीको जिम्मा लगाएका छन् ।

कोइरालाले घटना स्वीकार नगरेको प्रहरीले जनाएको छ । बालिकामाथि बलात्कारको प्रयास गर्ने कोइरालाविरुद्ध जबरजस्ती करणी उद्योगमा मुद्दा चलाउने तयारी गरिएको डीएसपी श्रेष्ठले वताए ।

समस्या समाधान हुने : मन्त्री

विराटनगर । प्रदेश १ का सामाजिक विकास मन्त्री बलबहादुर साम्सोहाङले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको समस्या समाधान हँदै जाने वताएको छ ।

प्रदेश सरकारले प्रदेश स्तरिय अपाङ्गता समन्वय समितिको उपाध्यक्ष नियुक्ती गरिसकेकाले अब अपाङ्गता संवन्धी सम्पूर्ण काम सो समितिले गर्ने वहांको भनाई थियो । दुई वर्ष देखि समितिमा उपाध्यक्ष नियुक्ति हुन नसक्दा अपाङ्गता व्यक्तिहरुको समस्या समाधन गर्न समस्या देखिएको थियो ।

सो समितिमा भीमा खतिवडालाई उपाध्यक्षमा नियुक्त गरेर समितिलाई पूर्णता दिएसँगै अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको समस्या समाधान हुँदै जाने साम्सोहाङको भनाई छ । प्रदेश सरकारले नीति, कार्यक्रम र बजेट तयार गर्दा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको अर्थपूर्ण सहभागिताको सुनिश्चिताको माग गर्दै बुधबार मन्त्री साम्सोहाङलाई ध्यानाकर्षण गराउन आएको राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ प्रदेश १ समितिको टोली समक्ष सो कुरा वताएका थिए ।

अपाङ महासंघको टोलीले अपाङ्गता मैत्री भौतिक संरचना निर्माण हुनुपर्ने, आवश्यक सहायक सामाग्रीको व्यवस्था हुनुपर्ने, दोभाषेको नियुक्ती हुनुपर्ने लगायतका ५ बुँदे माग मन्त्री साम्सोहाङलाई बुझाएको थियो ।

प्रदेश स्तरका ऐन, कानुन, नीति, निर्देशीका र कार्यक्रममा

वांकी अन्तिम पेजमा...

सात नगर, गाउँपालिकाहरुको मतपरिणाम सार्वजनिक

विराटनगर । नेपाली कांग्रेसको गाउँ/नगर अधिवेशनमा मोरंग जिल्लामा शनिवार भएको चुनावको मतगणना अनुसार सातवटा पालिकाहरुको परिणाम सार्वजनि भएकोमा पार्टी सभापति शेरबहादुर देउवा पक्षधर कमजोर देखिएको छ ।

रतुवामाई नगरपालिकाबाहेक १६ स्थानीय तहमध्ये ७ वटा पालिकाको अन्तिम मतपरिणाम शनिवार वेलुका सार्वजनिक भएको छ । काङ्ग्रेस मोरङ सचिव मोदराज घिमिरेका अनुसार कानेपोखरी, धनपालथान, कटहरी र मिक्लाजुङ गाउँपालिका तथा बेलबारी, सुनबर्सी र पथरी शनिश्चरे नगरपालिकाको अन्तिम मतपरिणाम सार्वजनिक भएको हो ।

नेपाली कांग्रेस बेलबारी नगर सभापतिमा छत्र लिम्बू विजयी भएका छन् । शम्भु भट्टराईलाई पराजित गर्दै उनी बिजयी भएका हुन् । लिम्बुले १ सय ३६ मत प्राप्त गरे । भट्टराईले ९४ मत प्राप्त गरेका थिए ।

कानेपोखरी गाउँपालिका सभापतिमा योगेन्द्र दाहाल निर्वाचित भएका छन् । दाहालले ७३ मत प्राप्त गरेका छन् । सभापतिका उम्मेद्वार दीपक चौलागाईले ७१ मत प्राप्त गरेका थिए ।

कटहरी गाउँपालिका सभा पतिमा रामकुमार कामत बिजयी भएका छन् । उनले ८४ मत प्राप्त गरे । उनका निकटम प्रतिस्पर्धी हरिनारायण माझीले ४४ मत र अर्का प्रतिस्पर्धी शम्भु साहले चार मत प्राप्त गरेका थिए ।

त्यसैगरी मिक्लाजुङ गाउँ पालिकामा बबी राई सभापतिमा निर्वाचित भएका छन् । राईले १३४ मत प्राप्त गरेका थिए । सभापतिका उम्मेद्वार अरुणविक्रम बस्नेतले २१ मत प्राप्त गरेका छन् ।

धनपालथानमा सभापतिमा दीपकवीर पाण्डे बिजयी भएका छन् । पाण्डेले ८३ मत प्राप्त गरे । सभापतिका उम्मेद्वार बासुदेव रायले ३७ मत प्राप्त गरेको थियो ।

सुनबर्सी नगरपालिका सभापतिमा कमलकिशोर सिंह निर्वाचित भएका छन् । उनले १०५ मत प्राप्त गरे । सभापतिका उम्मेद्वार महेश्वर राजवंशीले ८९, बैजनाथ झाले ८ म प्राप्त गरेको छ ।

पथरीशनिश्चरे नगर सभा पतिमा रुपनारायण भट्टराई बिजयी

वांकी अन्तिम पेजमा...

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

संतोष बस्नेत (कन्टेक्टर)
आशिश स्वामी नारायण आशिर्वाद कन्ट्रक्सन परिवार

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

डा. चुमनलाल दास (प्रमुख)
मेडिकल सुपरिन्टेण्डण्ट
कोशी अस्पताल

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

माननीय ज्ञानेश्वर राजवंशी (राज्य मन्त्री)
भूमि व्यवस्था, कृषि तथा सहकारी मन्त्रालय, प्रदेश नं. १

मो.जि.प्र.का.द.नं. २४८/०६९/७०
हुलाक निर्देशनालय.बिराटनगर द.न. ०४/०७७/०७८

राष्ट्रिय...

निर्माण लागत रु.२१ अर्ब ६० करोड हुनेछ ।

यसैगरी, एशियाली विकास बैंकको सहयोग रहेको भैरहवा विमानस्थलको निर्माण लागत रु.६ अर्ब १० करोड हुने अनुमान छ । यी दुवै विमानस्थलले नेपालको पर्यटन उद्योग बूम गर्न सघाउने अपेक्षा गरिएको छ ।

पशुपति र लुम्बिनी

राष्ट्रिय गौरवको आयोजनाभित्र दुई वटा धार्मिक एवं ऐतिहासिक क्षेत्र पनि पर्दछन् । ती हुन्, पशुपति र लुम्बिनी विकास कोष । यी दुवै क्षेत्रको विकासका लागि गुरुयोजना बनेका छन् । सोही गुरुयोजना बमोजिम काम गर्न वार्षिक बजेट विनियोजन हुने गर्दछ ।

पशुपति विकास कोषका लागि प्रारम्भमा यसको गुरुयोजना कार्यान्वयन गर्न रु.३ अर्ब ८९ करोड बजेट लाग्ने अनुमान गरिएको थियो । यसैगरी, लुम्बिनी विकासका लागि यसको गुरुयोजना अनुसार काम गर्न रु.६ अर्ब १० करोड बजेट लाग्ने अनुमान गरिएको छ । यी दुवै आयोजनामा काम भइरहेको छ । गुरुयोजनामा तोकिए अनुसारका सबै काम सम्पन्न गर्न अझै केही वर्ष लाग्ने संकेत देखिएको छ ।

विद्युत् आयोजना

कुल ४५६ मेगावाट जलविद्युत् उत्पादन गर्ने माथिल्लो तामाकोशी जलविद्युत् आयोजनालाई पनि राष्ट्रिय गौरवको योजनाभित्र सूचीकृत गरिएको छ । यस आयोजनामा कर्मचारी संचय कोष, राष्ट्रिय बीमा संस्थान, नागरिक लगानी कोष लगायतको लगानी रहेको छ ।

माथिल्लो तामाकोशी जलविद्युत् आयोजना

यसरी नेपालकै सार्वजनिक संस्थानहरूले विद्युत् क्षेत्रमा लगानी गरेको पहिलो आयोजना हो । यस आयोजनाको साविकको लागत करीब रु.३५ अर्ब रहेकोमा यसको लागत र अनुमानित समय दुवै दोब्बर खर्च लाग्न गई हाल संचालनमा आएको छ ।

प्रस्तुत सन्दर्भमा राष्ट्रिय गौरवको आयोजना भित्र बूढीगण्डकी र पश्चिम सेती जलविद्युत् आयोजना तथा विद्युत् प्रसारण आयोजनालाई पनि समावेश गरिएको छ ।

बूढीगण्डकी जलविद्युत् आयोजनाबाट १२०० मेगावाट जलविद्युत् उत्पादन हुनेछ । यसको लागत रु.२ खर्ब ६० अर्ब अनुमान गरिएको छ । यसको संभाव्यता अध्ययन गर्ने, विस्तृत परियोजना प्रस्ताव तयार गर्ने काम सम्पन्न भए पनि निर्माणको चरणमा जान सकिएको छैन ।

यस आयोजनाका लागि वार्षिक विनियोजन गर्ने, पेट्रोल र डिजलको आयातमा प्रतिलिटर रु.५ कर असुली गर्ने लगायत काम भइरहेका छन् । नेपाल सरकारले प्रत्येक वर्ष फ्रिज नहुने गरी बजेट विनियोजन गर्ने हो भने करीब ७/८ वर्षमा यो आयोजना सम्पन्न हुनेछ ।

पश्चिम सेती जलविद्युत् आयोजनाको हालत पनि बूढीगण्डकीकै जस्तो छ । ७५० मेगावाट जलविद्युत् उत्पादनको क्षमता भएको यस परियोजनाको अनुमानित लागत रु.१ खर्ब ४८ अर्ब रहेको छ । यस परियोजनामा सरकारले दाताको खोजी गरिरहेको छ र सफलता हात पर्न सकिरहेको छैन । एशियाली विकास बैंक लगायतले हात हालेर पनि झिकेको आयोजना यही हो ।

यसैगरी, अमेरिकी सहयोग एमसीसीद्वारा विद्युत् प्रसारण आयोजना संचालन गर्ने गरी अर्को परियोजनालाई राष्ट्रिय गौरवको आयोजनाको सूचीमा समावेश गरिएको छ । तर, आन्तरिक कलहका कारण दाताबाट रकम प्राप्त गर्न सकिएको छैन ।

रेल, मेट्रो र मोनोरेल

राष्ट्रिय गौरवको आयोजनाभित्र रेल, मेट्रो तथा मोनोरेल गरी तीन वटा आयोजना पनि पर्छन् । रेलतर्फ केही काम भए पनि सेवा संचालनमा आएको छैन । यसैगरी मेट्रोरेल र मनोरेलमा भने सिन्को पनि भाँचिएको छैन ।

चुरे संरक्षण

राष्ट्रपति चुरे संरक्षण कार्यक्रम पनि राष्ट्रिय गौरवको आयोजनाभित्र पर्छ । यो आयोजनाले ३७ जिल्ला समेटेको छ । आयोजनाका लागि रु.२ खर्ब ५० अर्ब लागतको अनुमान गरिएको छ । यस आयोजनामा भने केही काम भएको छ । तथापि, चुरे संरक्षणमा अझै पनि धेरै गर्न बाँकी भएको अनुभूति हुन्छ ।

चुरे क्षेत्र

राष्ट्रिय गौरवको बेहाल

यथार्थमा, राष्ट्रिय गौरवका आयोजना भनिए पनि यिनको अवस्था प्राय: बेहाल छ । यसको जरो कारण, यी अवधारणा विना नै गौरवका आयोजना घोषित हुनु हो । यी आयोजनामा राजनीतिक दलहरूको साझा सहमति पनि जुटाउन सकिएको छैन ।

दक्षिण कोरियामा राष्ट्रिय पहिचानका आयोजनालाई नै गौरवको आयोजना भन्ने गरिन्छ । तर, नेपालमा यस्तो अवधारणा पनि छैन । साथै, यी आयोजनाहरूको सघन अनुगमनको व्यवस्था पनि हुनसकिरहेको छैन ।

केही समय पूर्व नेपाल सरकारबाट घोषित पन्ध्रौं पञ्चवर्षीय योजना अवधिमा करीब रु.९२ खर्ब खर्च गर्ने अनुमानमध्ये १८ वटा गेम चेन्जर प्रोजेक्ट (रूपान्तरणकारी आयोजना) मा रु.२५ खर्ब खर्चिने अनुमान गरिएको छ ।

यसैगरी, सरकारले हरेक वर्ष उच्च प्राथमिकताका आयोजनालाई पि वानमा राख्ने गरेको छ । यसर्थ, अनेक शब्दले पनि भ्रम पैदा गरेको छ । जसको कारण मुलुकका सामान्य आयोजनाको औसत खर्चभन्दा पनि राष्ट्रिय गौरवका आयोजनाको खर्च कम देखिएको छ ।

यसर्थ, राष्ट्रिय गौरवका आयोजनाको लागि छुट्टै कानून बन्नुपर्छ । यी आयोजना विना रोकतोक कार्यान्वयन हुने सुनिश्चितता गर्नुपर्छ । यी आयोजनाका प्रोजेक्ट म्यानेजरहरू खुल्ला प्रतिस्पर्धाबाट छनोट हुनुपर्छ । यी आयोजनाको बहुवर्षीय ठेक्का लगाउनुपर्छ । यी आयोजनाहरू तोकिएको समयपूर्व नै सम्पन्न हुनुपर्छ । यी तोकिएकै लागतमा सम्पन्न हुनुपर्छ । तब न यी आयोजना राष्ट्रिय गौरवका हुन्छन् । यसर्थ, सम्बन्धित सबैले मन, वचन र कर्मले आ-आफ्नो क्षेत्रबाट सत्पहल गरौं भन्ने आह्वान गर्दछु ।

अनलाइन खबरबाट

मुद्दाका...

बेरुजु रहि असुल गर्न बाँकी रहेका जिल्ला मोरङ विराटनगर महानगरपालिका ७ घर भई हाल विराटनगर महानगरपालिका ६ झरना चौक का २४ बर्षीय आकाश साहलाई सोही सोही दिन पक्राउ गरि सम्मानित मोरङ जिल्ला अदालतमा दाखिला गराई कैद भुक्तानको लागी कारागार चलान गरेको थियो ।

लागु...

सो प्रतिबन्धित औषधी बरामद भए पश्चात स्कुटी चालक उर्लाबारी नगरपालिका ७ का २१ बर्षीय अनिल राय समेतलाई नियन्त्रणमा लिई थप अनुसन्धान भईरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

सात...

बनेका छन् । उनले ८२ मत प्राप्त गरेका थिए । उपसभापतिमा सन्तोष कार्की र कुलबहादुर गुरुङ, सचिवमा सोमबहादुर कटुवाल र योगराज पाठक, सहसचिवमा खगेन्द्र बस्नेत र सोफिया कटुवाल बिजयी बनेका छन् । नौवटा पालिकाहरुको मतगणना सार्वजनिक हुन वांकी रहेको छ ।

प्राप्त मतपरिणम अनुसार ७ मध्ये ६ वटा पालिकामा संस्थापन इतर समूहले सभापति जितेको छ । धनपालथान गाउँपालिकाका सभापति दिवबीर पाण्डे भने देउवा पक्षधर रहेको छ ।

समस्या...

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको सवालहरु राज्यको नीति अनुरुप समावेशीकरण गराउन र संघीय स्तरमा बनेका ऐन, कानुन, नीति, निर्देशीका र कार्यक्रमको कार्यन्वयनका लागि सकारात्मक दवाव दिने उद्देश्यले राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघले जनवकालत कार्यक्रमको अभियान अगाडी सारिएको महासंघ प्रदेश १ का कार्यक्रम अधिकृत सरोज नेपालीले वताए । मन्त्री साम्सोहाङ्गले महासंघले राखेका माग प्रति आफु सकारात्मक रहेको वताए ।

कोरोना (C0VID–19) भाइरसका बारेमा जनहितमा जारी सूचना

१. कसरी सर्छ कोरोना भाईरस ?

क) नाकबाट निस्कने सिगानबाट, ख) फोहरहातबाट,
ग) राम्रो संग नपाकेको माछा, मासु र तरकारीबाट,
घ) भाइरसबाट प्रभावित व्यक्तिको सम्पर्कबाट

२. कोरोना भाइरसका लक्षण के–के हुन सक्छन् ?

क) सिगान बगिरहनु, ख) घाँटी सुक्नु तथा दुख्नु,
ग) पखाला लाग्नु, घ) वान्ता हुनु,
ङ) लगातार टाउँको दुख्नु, च) लगातार ज्वरो आउनु,
छ) सास फेर्न गाह्रो हुनु ।

3. यसबाट बच्न के–के गर्ने ?

क) साबुन पानीले राम्रो संग हात धुने,
ख) खानेकुरा धोइपखाली राम्रोसंग पकाउने,
ग) मास्क प्रयोग गर्ने, घ) भिडभाडमा नजाने,
ङ) सकभर होटल, रेष्टुरेन्टको खाना नखाने
च) चरा, मूसा, विरालो, कुकुर जस्ता जनावरबाट टाढा रहने ।

जहदा गाउँपालिका मोरंग प्रदेश नं. १

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

कान्तिपुर कलेज
परिवार बिराटनगर

(१०) चाडवाडको समयमा खानपानमा ध्यान दिऔं

- मासु तथा मासुजन्य पदार्थको अत्याधिक उपभोग नगरौं,
- काटेका वा पकाएको मासु तथा मासुजन्य पदार्थ सुरक्षित राखेर मात्र उपभोग गरौं,
- सडेगलेको र गन्हाएका मासुजन्य पदार्थको उपभोग नगरौं ।
- मासु तथा मासुजन्य पदार्थ धेरै खाँदा पचाउन गाह्रो हुने भएकाले अन्य खाने कुरासँग सन्तुलन मिलाएर उपभोग गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

पूर्वाञ्चल निर्मल जल उद्योग
परिवार शान्ति चौक,
बिराटनगर

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

मदर टेरेसा इगलीस वोर्डिग स्कुल
परिवार बिराटनगर

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

मालपोत कार्यालय मोरंग
विराटनगर परिवार

परिवर्तनको लागि क्राईम अपरेशन CRIME OPERATION साप्ताहिक

प्रवन्ध निर्देशक : हिरालाल साह ९८४२२०५८१६ सम्पादक/प्रकाशक : श्याम सुन्दर सुतिहार ९८४२०२७१४२,९८०७३५२२१३ कार्यालय विराटनगर-११ कम्प्युटर लेआउट:विजय कु.मण्डल मुद्रक:बाबा प्रिण्टर्स अफसेट प्रेस, विराटनगर-७ इमेल:crimeopration@gmail.com

सम्पादकीय

भौतिक उपस्थिति खतराको घण्टी

दुई वर्ष देखि कोरोना भाईरसको महामारीले सव भन्दा वढी क्षति पुऱ्याएको सर्वविदितै छ । अहिले कोरोना संक्रमणमा केही कमी देखिएकोले विद्यार्थीहरुको पढाई निरन्तर गर्न नेपाल सरकारले विद्यालय संचालनको जिम्मा स्थानीय तहलाई दिएपछि प्रय सवै विद्यालयहरु भौतिक उपस्थितिमै संचालन भएको देखिन्छ । विराटनगर महानगर पालिका भित्रका सरकारी तथा निजी विद्यालयहरु पनि संचालनमा आईसकेका छ । विद्यालयमा विद्यार्थीको उपस्थिति भएका छ तर कोरोनाको प्रोटोकल नत विद्यालयले पालन गरेको छ नत विद्यार्थीले सावधानी अपनाएको छ । यस्तो स्थितिमा कही विद्यार्थीको भौतिक उपस्थिति कोरोना भाइरस संक्रमणको घण्टी हुन् सक्छ । जिल्ला प्रशासन कार्यालयहरुले अवस्था हेरेर विद्यार्थीहरुको भौतिक उपस्थितिमै पठनपाठन संचालन गर्ने अधिकार स्थानीय तहलाई दिएको छ । जिल्ला प्रशासन कार्यालयले भदौ देखि नै लागु हुने री सो अधिकार स्थानीय तहलाई दिएको छ। तर स्वास्थ्य मापदण्डको पूर्ण पालन गर्न समेत भनिएको छ ।

संघिय सरकारले स्मार्ट लकडाउनको आवधारण बनाएपछि देशभरका विद्यालयहरु खोलेका हुन । तर शिक्षा मन्त्रालयले विद्यार्थी धेरै भएका ठूला शहरका ठूला विद्यालयहरु पुरै नखोलेर आलोपालो कक्षा संचालन गर्न राम्रो हुने भन्दै अध्यय अध्यापनका अन्य विकल्पहरु समेत अपनाउन आग्रह समेत गरेको छ । कोरोना भाइरसको संक्रमण निर्मुल नभएकोले कोरोना संक्रमणको जोखिम अहिले पनि उत्तिकै रहेकोले सतर्कता अपनाउन मन्त्रालयले आग्रह समेत गरेको छ। मन्त्रालयको सुझावलाई आ-आफ्नो विद्यालय र ठाउँको अवस्था हेरेर कार्यान्वय गर्नुपर्ने देखिन्छ । शैक्षिक क्षेत्र दुई वर्ष देख बन्द भएको कारण गरीब मुलुकहरुको शैक्षिक स्तर ओरालो लागि सकेको छ । विना परिक्षाको विद्यार्थीहरु सर्टिफिक पाई रहेको अवस्था छ त्यस्ता विद्यार्थीवाट कस्तो अपेक्षा गर्ने त्यसैले विद्यार्थीको कक्षा संचालन गर्ने तर कोरोना संक्रमणवाट जोगीन डब्लु एच ओ र नेपाल सरकारले वनाएका प्रोटक पालन गर्न अति जरुरी छ ।

हाम्रो देशको विडम्बना आजको बालक भोलीको कर्णधार भने पनि जेष्ठनागरि, वृद्धा, यूवा लगायतले खोप लगाई सकेका छन् तर विद्यालयमा अध्ययन गर्ने ५ वर्ष देखि १८ वर्षको बालबालिकाले खोप लगाउन पाएका छैन । त्यसैले संघिय सरकारको पहिलो प्राथमिकता बालिबालिको खोप लगाउने अधिकारलाई सुनिश्चित गर्न लाग्नु पर्छ । यदि बालबालिकाहरुले खोप लगाउन पाएमा विद्यालयमा बढी सुरक्षीत हुने छ । जसले गर्दा अभिभावकहरुले आफ्नो बालबालिकाहरुलाई ढुक्क भएर विद्यालय पठाउने छन् । त्यसैले विद्यालय त खोलौ तर नेपाल सरकार, शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक लगायत सम्पुर्ण समाजका व्यक्तिहरु सचेत हुन जरुरी छ ।

साप्ताहिक राशिफल

मेष (चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ) : दम्पतिमा घरायसी विषयलाई लिएर वादविवाद बढेर असमझदारी वढ्ने सम्भावन छ । मनोरञ्जन र भ्रमणको योग छ ।

वृष (इ, उ, ए, ओ, वा, वि, वु, वे, वो) : वाणीको प्रभावले महत्वपुर्ण काम बन्ने छ भने मनोरञ्जन एवम अध्ययन भ्रमणको समेत अवसर मिल्ने योग छ ।

मिथुन (क, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, ह) : युवा वर्गका लीगि रमाइलो वातावरणको अवसर मिल्ने छ। इष्टमित्रका सहयोगले महत्वपुर्ण काम बन्ने ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो) : युवावर्गका लीग मनोरञ्जन एवं प्रेम प्रसङ्गमा रमाउने योग रहनुका साथै कतै भ्रमणमा जाने योग छ ।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे) : उच्च मनोवल रहनाले महत्वपूर्ण काममा सफलता मिल्ने छ। भने वादविवादमा समेत जित तपाईकै हुने छ ।

कन्या (टो, प, पी, पू, ष, ण, ठ, पे, पो) : घरायसी र पारिवारीक विषयले चिन्ता बढाउने छन । बौद्धिक क्षेत्रका काममा सफलता मिल्ने योग रहेको छ ।

तुला (रा, री, रु, रे, रो, ता, ती, तु, ते) :भोग विलासका सामग्री हरुको किनमेलमा पैसा खर्च गराउला । काममा विघ्न वाधाहरु आउन सक्नेछन ।

वृश्चिक (तो, ना, नि, नू, ने, नो, या, यि, यू) : बुद्धिको प्रभावले ठुला-ठुला समस्या हरुमा समाधान निकाल्नलाई योग छ। मित्रहरको सहयोग राम्रो रहने छ ।

धनु (यो, भा, भी, भू, ध, फा, ढ, भे) : धार्मिककाममा महत्वपूर्ण सहभागिता जनाउनुपर्दछ। व्यापारीवर्गका लागि मनग्गे आमदानीको योग छ ।

मकर (भो, जा, जी, जू, जे, ख, खि, खू, खे, गा, गी) : धार्मिक उव समाजिक काममा मान स्म्मान मिल्ने योग छ । महीनाको उत्तराधएमा सामान्यवादविवादमा समेत तान्ने छ ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सी, सु, से, सो, द) :**सानो तिनो चोटपटकको सम्भावना रहेकाले सतर्कता अपनाउनु होला । भाग्यले राम्रै साथ दिनाले सफलता मिल्नेछ ।**

मीन (दी, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, च, ची) : उच्च मनोवल रहनाले महत्वपूर्ण काममा सफलता मिल्ने छ। भने वादविवादमा समेत जित तपाईकै हुने छ ।

'राष्ट्रिय गौरवका आयोजनाको लागि विशेष कानून र संरचनाचाहिन्छ'

कृष्णहरि बास्कोटा

डा. बाबुराम भट्टराई प्रधानमन्त्री र वर्षमान पुन अर्थमन्त्री हुँदाको बखत राजनीतिक भुमरीका कारण नियमित बजेट जारी हुन सकेन । पटक-पटक एक तृतीयांश बजेटमा चित्त बुझाउनुपऱ्यो । यसै अवसरमा प्रधानमन्त्री भट्टराईका विभिन्न विचारलाई मिलाएर राष्ट्रिय गौरवका १७ वटा आयोजनाको घोषणा भयो ।

त्यसपछि खिलराज रेग्मी मन्त्रिपरिषद्को अध्यक्ष र शंकर कोइराला अर्थमन्त्री हुँदा उहाँले चार वटा नयाँ आयोजना थप गरी राष्ट्रिय गौरवका योजनाको संख्या २१ पुऱ्याउनुभयो । तत्पश्चात् यसको संख्या हेरफेर भयो ।

हाल सरसर्ती गन्दा राष्ट्रिय गौरवका आयोजना २३ वटा रहेको पाइन्छ । जसमा सडकतर्फ ६ वटा, सिंचाइतर्फ चार वटा, हवाई, विद्युत् र रेलतर्फ तीन/तीन वटा, धार्मिक क्षेत्रका दुई वटा तथा खानेपानी र चूरे संरक्षणतर्फ एक/एक वटा छन् ।

मध्यपहाडी लोकमार्ग

राष्ट्रिय गौरवका आयोजनामा परेका ६ वटा सडकमध्ये पहिलो पुष्पलाल लोकमार्ग हो । यो सडक पूर्वको चियो भञ्ज्याङदेखि पश्चिमको झुलाघाटसम्म जोडिनेछ । यस सडकले करीब २५ जिल्लाका २१५ वटा ठूला बस्तीलाई प्रत्यक्ष लाभ पुऱ्याउनेछ । जसअनुरूप यस सडकसँग जोडिने गरी २७ वटा मेघा सिटी निर्माण गर्ने लक्ष्य सहित सरकार अघि बढेको छ ।

राष्ट्रिय गौरवका आयोजनाको लागि छुट्टै कानून बन्नुपर्छ । यी आयोजना विना रोकतोक कार्यान्वयन हुने सुनिश्चितता गर्नुपर्छ । आयोजनाका प्रोजेक्ट म्यानेजरहरू खुल्ला प्रतिस्पर्धाबाट छनोट हुनुपर्छ ।

करीब रु.८५ अर्बको लागत लाग्ने पछिल्लो अनुमान गरिएको यो सडकलाई पूर्वदेखि पश्चिमसम्म सबै खण्डमा कम्तीमा दुई लेनको सडक निर्माण गर्नुपर्छ । यस सडकको निर्माणले करीब २५ सय किमि लामो उच्च हिमाली पूर्व-पश्चिम राजमार्गको अवधारणा पनि अघि बढेको छ । हाल काम गर्न सजिलो होस् भनी यस आयोजनालाई पूर्वी र पश्चिम गरी दुई खण्डमा विभक्त गरिएको छ । यो आयोजना सम्पन्नताको सँघारमा छ ।

फास्ट ट्र्याक

राष्ट्रिय गौरवको दोस्रो सडक योजना, काठमाडौं-तराई मधेश जोड्ने द्रुतमार्ग हो । यो राजमार्गको जिम्मा हाल नेपाली सेनाले लिएको छ । करीब ७२ किमि लामो यस सडकको लागत रु.१ खर्ब ७५ अर्ब रहने अनुमान छ । यस सडकसँगै बाराको निजगढमा दोस्रो अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल पनि निर्माण गर्ने गरी प्याकेजमा यो आयोजना अघि बढेको छ ।

यो आयोजना बूट मोडलमा निर्माण गर्ने लक्ष्य पूरा हुन सकेन । साथै, यस आयोजनामा विदेशी लगानी पनि आह्वान गरियो, सफल भएन । साविकमा निजगढ विमानस्थलको संभाव्यता अध्ययन गर्ने कोरियन कम्पनीलाई यो आयोजना दिन पनि सकिएन । साथै, काठमाडौं-तराई जोड्ने सुरुङमार्गको सपना पनि पूरा भएन । हाल यस आयोजनामा साविकमा खनिएको ट्र्याकलाई गुणस्तरीय तुल्याउने लगायतका काम भइरहेको छ । यो आयोजना सम्पन्न हुन अझै केही वर्ष लाग्नेछ ।

तीन वटा करिडोर र स्याफ्रुबेसी

नेपाल सरकारले घोषणा गरेका राष्ट्रिय गौरवका आयोजनामा तीन वटा करिडोर सडक पर्दछन् । ती हुन कोशी, कालीगण्डकी र कर्णाली करिडोर ।

कोशी करिडोर तेह्रथुमको बसन्तपुरदेखि उत्तरी तिब्बती सिमाना किमाथाङ्कासम्म पुग्छ । यसको लम्बाइ १६२ किमि हुने अनुमान गरिएको छ । यसको लागत रु.१६ अर्ब २० करोड रहेको छ ।

यसैगरी, कालीगण्डकी करिडोर भने नवलपरासीको गैंडाकोटदेखि मुस्ताङको कोरलासम्म पुग्नेछ । प्रस्तावित करिडोरमध्ये यो नै सर्वाधिक लामो हो । यसको लम्बाइ करीब ४३५ किमि हुनेछ । यस आयोजनाको लागत रु.२८ अर्ब ८० करोड अनुमान गरिएको छ ।

यस अतिरिक्त, कर्णाली करिडोर खुलालु सिमकोट खण्डमा करीब १९६ किमि र हिल्सा सिमकोट खण्डमा करीब ८८ किमि सडक निर्माण गर्ने लक्ष्य राखिएको छ । यो करिडोरको लागत रु.४ अर्ब १० करोड रहेको छ । यी करिडोरहरू महत्वाकांक्षी छन् ।

स्याफ्रुबेसी-रसुवागढी सडक

यसैगरी, गल्छी-त्रिशूली-मैलुंग-स्याफ्रुबेसी-रसुवागढी सडकलाई पनि राष्ट्रिय गौरवको योजनाभित्र राखिएको छ । यस सडकको लम्बाइ ८२ किमि हुनेछ । यस आयोजनाका लागि रु.१ अर्ब ५८ करोडको लागत अनुमान गरिएको छ । यी सबै सडकको निर्माण प्रगति औसतमा ५० प्रतिशतको हाराहारीमा रहेको छ ।

सिंचाइ आयोजना

सिंचाइतर्फ, राष्ट्रिय गौरवका आयोजनामा सिक्टा, बबई, रानीजमरा कुलरिया, भेरी बबई डाइभर्सन बहुउद्देश्यीय आयोजना रहेका छन् ।

सिक्टा सिंचाइ आयोजना मूलतः बाँके जिल्लाको उर्वरभूमिको सिंचाइका लागि अघि सारिएको हो । यस सिंचाइ आयोजनाबाट करीब ४२ हजार ७०० हेक्टर कृषि भूमिमा सिंचाइ सुविधा पुग्ने लक्ष्य राखिएको छ ।

यस आयोजनामा खाडी राष्ट्रबाट सहयोगको अपेक्षा गरिए तापनि भारतको कारण संभव भएन । हाल नेपाल सरकारकै लागतमा निर्मित यस आयोजनामा भ्रष्टाचार मुद्दा समेत चलिरहेको अवस्था छ । हाल, यस आयोजनाबाट आंशिक सिंचाइ आरम्भ गरिएको छ ।

रानीजमरा कुलरियाले भने कैलाली जिल्लाको करीब २० हजार हेक्टर जमीनमा सिंचाइ सुविधा पुऱ्याउने लक्ष्य राखिएको छ । किसानले धेरै वर्ष पहिलेदेखि आफ्नै बलबुताले कर्णाली नदीलाई छेकेर कुलोमा पानी पठाई सिंचाइ गर्ने गरेका थिए । यसैलाई आधुनिकीकरण गर्न लागिएको हो । यस आयोजनाको लागत रु.२७ अर्ब ७० करोड रहेको छ । यस आयोजनामा विश्व बैंकले समेत सहयोग गरेको छ । यसको हेडवर्क्सको काम धेरै पहिल्यै सम्पन्न भए पनि मूल नहर र सहायक नहर निर्माण तथा सिंचाइ पनि गर्ने काम एकैसाथ भइरहेको छ ।

भेरी बबई डाइभर्सन आयोजना

अर्को सिंचाइतर्फको राष्ट्रिय गौरवको आयोजनामा परेको भेरी बबई डाइभर्सन अनुसार भेरी नदीको पानी बबई खोलामा हालिनेछ । यसबाट ४८ मेगावाट विद्युत् शक्ति पनि पैदा हुनेछ । यो आयोजनाको लागत रु.३३ अर्ब १९ करोड रहेको छ । भेरी नदीको पानी बबईमा हालेपछि करीब ६० हजार हेक्टर कृषिभूमिमा सिंचाइ सुविधा पुग्नेछ ।

यसको सुरुङ निर्माणको काम सम्पन्न भइसकेको छ । तर, भेरीको पानी बबईमा खसाल्ने र पावरहाउस निर्माण गर्नेतर्फ खासै काम हुनसकिरहेको छैन । हाल, संचालनमा रहेको बबई सिंचाइ पनि राष्ट्रिय गौरवको आयोजनाको सूचीमा रहेको छ । यी सबै काम सम्पन्न भएपछि यस सिंचाइ आयोजनाले मूलतः बर्दिया र कैलाली जिल्लामा सिंचाइ सुविधा पुऱ्याउनेछ ।

मेलम्ची

राष्ट्रिय गौरवको आयोजनामा खानेपानीतर्फ एउटा मेलम्ची मात्रै रहेको छ । यस आयोजनामा एशियाली विकास बैंकको सहयोग रहेको छ । यो आयोजनाको अनुमानित लागत ३१२.९ मिलियन अमेरिकी डलर रहेको छ ।

यस आयोजनामा २७ किमिको सुरुङमार्ग, इन्टेक र सुन्दरीजलमा वाटर ट्रिटमेन्ट प्लान्ट स्थापना भएको छ । सुन्दरीजलबाट पाइप बिछ्याई पानी वितरण आरम्भ गरिएकोमा मेलम्ची खोलाको वरिपरि आएको बाढी पहिरोबाट हाल यो आयोजनाबाट पानी वितरणको काम अवरुद्ध भएको छ ।

विमानस्थल

विमानस्थल निर्माणतर्फ तीन वटा राष्ट्रिय गौरवका आयोजनामा पर्दछन् । त्यसमध्ये भौतिक रूपमा कुनै काम नभएको आयोजना निजगढ अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल हो । यस आयोजनामा कसले लगानी गर्ने भन्नेसम्म पनि सुनिश्चित हुनसकिरहेको छैन । यसको अनुमानित लागत रु.१ खर्ब २० अर्ब हुनेछ । यस आयोजनाका विषयमा आवश्यक र अनावश्यक तर्क-वितर्क गरी हाल यसलाई ओझेलमा पारिएको छ ।

पोखरा विमानस्थल

पोखरा र भैरहवाको क्षेत्रीय अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलको रनवे लगायत निर्माणको काम भने लगभग पूरा भइसकेको छ । तर, ती स्थानहरूमा पनि टर्मिनल भवन र टावर लगायतको संरचना भने निर्माण हुन बाँकी छ । चिनियाँ सहयोग रहेको पोखरा विमानस्थलको

वांकी ३ पेजमा...

केही महत्व पूर्ण टेलिफोन नम्बरहरु

दमकल

बिराटनगर बारुणयन्त्र ४२००००
इटहरी बारुणयन्त्र ५८०१०१
धरान बारुणयन्त्र ५२०१९९
इनरुवा बारुणयन्त्र ५६०१०१
दमक बारुणयन्त्र ०२३-५८०१०१
भद्रपुर बारुणयन्त्र ०२३-५२०१०१

एम्बुलेन्स सेवा

जिविस मोरङ ५३६३५३
नेरेसो रंगेली ५८००४८
बिराटनगर उपमनपा ५२२२३६

अस्पताल

कोशी अ.अ.इमरजेन्सी ५२४२३४
रंगेली अस्पताल ५८००४८
आँखा अस्पताल ५२३७०६
सुरक्षा अस्पताल प्रा.लि.
०२१-५३६९४१, ५२२८७७
एम्बुलेन्स ९८०२७५३७१७,
९८०२७५३७०६

प्रहरी

पूर्वाञ्चल क्षे.प्र.कार्यालय
०२१-४३५००१
जिल्ला प्रहरी कार्यालय
५३०३५८, ५२३९०१,१००
नगर प्र.का.. बिराटनगर
५२१८५०, ५३०३६७, ११०,
इ.प्र.का. रंगेली
८०१००८०१३०
इ.प्र.का. उर्लाबारी
०२१-५४०००२
सिमा प्रहरी चौकी
०२१-४३५८४०

ज्यादातर लड्का सादीके वाद दुब्ले और लड्कीयाँ मोटी क्यौ होता है

आपका प्रश्न बिलकुल सही है शादी के बाद ज्यादातर महिला मोटी हो जाती है और पुरुष दुबला पतला ।

इसके बहुत से कारण हो सकते है । शादी के बाद लड़किया शारीरक सम्ब्ध बनती है जिससे उनके हार्मोन्स एक्टिव हो जाते है । जिससे महिला का रुका हुआ शारीरक विकास सक्रिय हो जाता है । जिसके चलते महिला का शारीरक विकास होता है । इसलिए महिला शादी के बाद मोती होती है ।

पुरुषो को यदि शारीरक सम्ब्ध बनाने के बाद अच्छी खुराक नहीं मिलती है तो पुरुष कमज़ोर हो जाते है । इसलिए शारीरक सम्ब्ध बनाने के बाद पुरुषो को अच्छी खुराक का सेबन करना चाहिए है । ताकि शारीरक सम्ब्ध बनाने से आने बाली कमज़ोरी को रोका जा सके ।

शादी के बाद महिला तनाब मुक्त हो जाती है । शादी के बाद महिला अपने आप को सुरक्षित महसूस करती है । उनको पता होता है की उनकी जिम्मेबारी उठने का काम पुरुषो का है । जब की पुरुषो को जिम्मेबारी बढ़ जाती है । घर परिवार के प्रति ज्यादा टेंशन लेता है । इसलिय ज्यादा तनाब में रहता है । इसलिए भी दुबला पतला हो जाता है ।

कोरोना (C0VID–19) भाइरसका बारेमा जनहितमा जारी सूचना

१. कसरी सर्छ कोरोना भाईरस ?

क) नाकबाट निस्कने सिगानबाट, ख) फोहरहातबाट,
ग) राम्रो संग नपाकेको माछा, मासु र तरकारीबाट,
घ) भाइरसबाट प्रभावित व्यक्तिको सम्पर्कबाट

२. कोरोना भाइरसका लक्षण के–के हुन सक्छन् ?

क) सिगान बगिरहनु, ख) घाँटी सुक्नु तथा दुख्नु,
ग) पखाला लाग्नु, घ) वान्ता हुनु,
ङ) लगातार टाउँको दुख्नु, च) लगातार ज्वरो आउनु,
छ) सास फेर्न गाह्रे हुनु ।

3. यसबाट बच्न के–के गर्ने ?

क) साबुन पानीले राम्रो संग हात धुने,
ख) खानेकुरा धोइपखाली राम्रोसंग पकाउने,
ग) मास्क प्रयोग गर्ने, घ) भिडभाडमा नजाने,
ङ) सकभर होटल, रेष्टुरेन्टको खाना नखाने
च) चरा, मूसा, विरालो, कुकुर जस्ता जनावरबाट टाढा रहने ।

धनपालथान गाउँपालिका मोरंग प्रदेश नं. १

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

नरेश राठी
उद्योगी / व्यवसायी

विराट राजवंशी महिलाले मनाउने जितिया पर्वको विधी-विधान (विराट राजवंशी भाषामा)

लेखक
राजेश कुमार राजवंशी
(विराट राजवंशी भाषामा)

विराट राजवंशीमे महिला सब बिहाके वाद जितिया पावन मनावै छै । पहिनकर जितिया पावन लहिरमे करै छै । आरह दुलहा पक्षके जितिया पावनमे दुई दिन अगाडि भार करिके कनियाकते आवै छै । पहिनकर जितिया मय कते लहिरमे करै छै । आरह दुलहा पक्ष पावनके विधिविधानमे लागेवला सबे समान भारमे सजाके आनै छै । तब मय कते पहिनकर जितिया पावन सुरु करै छै । जितिया पावनमे लागेवाला कपड़ा से लाकर नेमु तक अखर समान लागै छै । जितिया पावन विधिविधानसे सुरु करै छै ।

पहिनकर दिन लहि कनिया कनिया खैछेत तकर बिहान के ३ बजे भोरौवा कौवा मैना चिरैसबके खाना खुवाबैछे । खानामे दहि चिउरा सब किसिमके मिठा सब लाडु , पेडा, रसभरी, झिलैबी, पुरी, बुनिया, फलपूलमे केला, सियौ, नास्पाती, बिलाती, खिरा, नेमु, जकरा जे जुरैछे तब बिहान अैगन दुवार घर सब निपिके गोसैके सिरपाट धोयके सिन्हुर, तेल काकड नेपुरमे लगावैछे पिठारके चिटठोप दैछे । गोसैसिरामे हनुमान ठाकुरमे भि दैछे । तब साझमे लया जितियामे बैठे लिगना धानके छुमा नेठु बनाबैछे । लया नुङा गरगहना सबकोन लगाबैछे । तब अैगनामे चौका करिके सब समान चौकामे राखैछे । तब कनिया नेठुमे बैठिके जितिया पाथैछे । राजा जितवानके पुजा ढारै छे । सबकोन चढाके राजा जितवानके कहैछे कि "हे राजा जितवान रन मारिके बन जितिके अैलह ओहिनडे हमरो घरपरिवार रन मारिके बन जितिके आबे " कहिके कहैछे । तब कनियाके आपन भ्या तिर धनुष बहिनिके सिकरह के तिर धनुष ल्याके पाँच पाक घुमिके बहिनिके पिठिमे छुवाबैछे । तब बहिन भ्या के पाँच मुठ्ठी चौर केला दैछे । तब ओकर भौज पाँच बेर जिभामे सिकरह छुवाके कहैछे "अरोसनी मानिह परोसनी मानिह गामके पछीम डोम रहिथन ओकरो मानिह " यी बात कहैछे ।

राजा जीतुवाहनके कथा : एक देशमे एकटा राजा रहै उ राजाके घरमे बेटा रहे बिहाहमे धान, चौर, चुरा चाहिँ तहिया पहिना उखरी समाठमे मात्रै कुटै रहे अपना नै समरहैत परोसिया गरिब गुरुवा सबके धान, चौर, चुरा कुटे दै । वोहिनङ एक दुखिया महिला रहे ओहो धान, चुरा, चौर कुटेलि लेलकै तब सब दिन पानी खुब परे लाग्ले, तब उ महिला सब दिन झखै , यी पानीमे हमे केरङके धान, चुरा कुटबै केरङके खैबै, खुब मुस्किल हैछे।सबदिन झखै । तब उ महिला कहैछे, हे सुरुज महाराज सभैकते पानी परिह महज हमर कते पानी नैपरिह, कहिके फुकार करै तब सुरुज महाराज ओकर फुकार सुनल्कै ओकर कते पानी नैपोराबै, तब सुरुज महाराजके मनमे कि अैले देखिए त उ महिला केरङछै से , सुरुज ओकरा भेट करेली एले त संयोग बस उ महिला घरमे नै रहै तब सुरुज महाराज महिलाके घरके डेरिमे पिसाब करि देल्कै हे बस चल गेलै वहा पिसाबमे गेनाहरी सागके गाछ आवैछे वह गेनाहरी साग उ महिला खाना सडे नरिहीके खैछे ।तब कुछ दिनमे गर्भ रहिजैछे । वहाँ वहा गर्भसे बेटा बच्चा हैछे ।

उ बच्चाके बाप थाहा नैरहैछे बच्चाके नाम जितवान रहैछे बडका हैछे स्कुल ज्या लागैछे । जितवान आरह सब बच्चा मिलिके खेल खेलैछे । उ खेलमे बापके नामे ढुकैछे आरह मयके नामे बाहार हैछे । त सब कोइ निक्लैछे महज जितवान नै निक्ले साकैछे । तब उ कान्ले मुन्ले आपन घर मय लगत आबैछे , आरह मयके उ घरी घरी पुछैछे, "मयागे बाबू कते छे, के छिय हमरा देखा त ? "म्या ओकरा कहैल्कै कि बिहान हुए दहै तब तोरा बाप देखा देबौ, "तब बिहान हेले आर सुरुज निकल्ले, तब जितवानके देखाबैछे" कि हैया ओते तोर सुरुज बाप । बस जितवान कहेछे कि मया आँप हमे बाबू लगत जैबो त म्या कहैछे नहि बेटा नै ज्या साक्भै ओकर धाद सहे नहि साक्भै । तकर वाद जितवान कहेल्कै कोनो भि हुवे, तैयो हम जैबे करबो, घरसे निक्लिके जैछे , जैते जैते ओकरा एकटा आमके गाछ भेटैछे ।

आम एकदम फरल रहेछे तब गाछरा कहैछे तेहे कते जैछह, जितवान कहैछे हमे बापके खोजीमे जैछिए , तब सुरुज कहेछे तोर बाप के छिहन कते छहन , तब जितवान कहेछे हमर बाप सुरुज छिए, हम ओकर बेटा छिए, जे हमर एकटा समाद सुनत, हमर आधा फल लोकस स्वाद मनिके खैछे, आर आधा फल फेकी दैछे । तब फेन ओतेस निक्लिके ज्या लागैछे, तब लिलाबती या कलाबती दोनो बहिन भेटैछे , कहैछे जितवान जि तेहे कते जै छह, जितवान कहेछे, हमे आपन बापके दर्शन करेली जै छि, तब दोनो बहिन पुछैछे, तोहर बाप कते छहन, जितवान कहैछे हमर बाप सुरुज छिय, हमे सुरुज बापके भेटे जै छिये, तब दोनो बहिन कहैछे, हमर एकटा समाद ते आपन बाप लगत लेले जात । हमरा सियाके जे पिढियामे उ पिढिया हमरसके नै छुटैछे , कोन कारन छिए । तब फेन जैते जैते एकटा फुसके घर भेटैछे । घर पुछैछे, कि हे बालक तेहा कते जैछह, जितवान कहैछे हमे सुरुज बापस भेटे जैछिये, तब घर कहैछे , हमर एकटा समाद लेलेजा, जे कहिनो हमरा बनियाहास छारैछे तैयो हमे चोयबे करैछिये, यकर कोन कारण छे । तब ओतेस फेन जितवान निकलैछे । तब जैते जैते एकटा बडका गङा भेटैछे । उ गङाके कातमे एकटा काछु भेटैछे । जितवान गङा कात पुगैछे । ओकरा बहुत चिन्ता लागैछे । केरङ्के गङा पार हेबै काछु पुछैछे, तेहे कते जै छह, गङा देखिके चिन्ता मानै छह । जितवान कहेछे हमे बाप के भेटे जैछिए, तब कछु पुछैछे, "तोर बाप के छिहन, कते छहन ?" तब जितवान कहैछे हमर बाप सुरुज छिये हमे ओकरहै भेट जैछि । तब काछु कहैछे हमे पार करि देभन एकटा समाद लेलेजा, हमे कथिली पानीमे कहियो नैडुबैछिऐ, तब काछु आपन पिठिमे बोकिके पार करिदैछे ।

तब बालक फेन लागैछे । तब सुरुज लगत पुउगे पुगेमे लागैछे । त ओकरा एकदम धाद लागैछे । तयो उ कोनो किसिमसे जैबे करैछे। तब ओते पुगिलागेके बादमे सुरुज पुछैछे। कि तेह कते अैलहछह, यतना दुःख कष्ट करिके , तब बालक कहैछे । तेहे हमर बाप छिह हमे तोरा भेटे अैल छिये । तब सुरुज पुछैछे तोरा के कहिलकहन कि सुरुज तोर बाब छिये । तब जितवान कहैछे, हमर मया कहैलकै, तोर बाप सुरुज छियौ । तब सुरुज, छक जैछे, केरङ्के हमे तोर बाप छिये । जितवान सब बात खोलिके कहिलकै सुरुज त सब बात जान्थै रहै तैयो ओकर मुखस सुनिके खुसी भेलै आर बरदान देलकै कि जो तोर आज दिनसे तोर पुजा सब कोइ करतो । तब स सुरुज उ बालकके मया प्रेम खुब करेलागलै । आर घार घर आबे लिगिन नैदै ।

तब जिद करे लाग्ले कि घरमे मया असकरहैछे हमे घर जैबे । बाबु हो जब हमे आबै रिहै तब एक दुइटा समाद लोकस देल छे , कोन समाद छियौ बोल ? तब जितवान कहैछे ।आमके गाछ कहिल रहै , "आधा फल खैछे आधा फेकी दैछे ।" यकर कोन कारण छिये । सुरुज कहैछे । आधा फल बनिहा रहैछे आधा फल खटटा पिल्लु बाला रहैछे । यहाँ खातिर आधा खैछे आधा फेकी दैछे । तब फेन लिलाबती कलाबती जे पिढियामे बैठैछे उ पिढिया कहियो नै छुटैछे । तब सुरुज महाज कहैछे, कोइभि गामके अरोसनी परोसनी घुमे आबैछे, तब ककरो भि बैठकि नै दैछे, यहाँ कारणसे ओरङ हैछे । तब फेन घरके समाद कहैल्कै हमरा कतनोह बनिहासे छारैछे तयो । भि हमे चोइबे करै छिये । ओकर कोन कारण छय । तब सुरुज जि कहैछे, यि घरके आदमी स भात खाके घरके झलखोनिके खर हिचिके दात खोधैछे यहास उ चुहैछे । तब फेर गङा कातमे एकटा काछु रहै उ हमरा कहिल्कै कि हमे पानीमे नै डुबै छिये ।यकर कोन कारण छिये । तब सुरुज कहैछे , काछु गङाके चनरहार ढोकि लेलछे । यी जे निकालि दे तै तब यी डुबतै ।

सबटा समादके उत्तर सुरुज बाप ओकरा देल्कै अब उ घर आबैछे । सबसे पहिना गगा भेटैछे । तब काछु पुछैछे । कहिलह हमर समाद । कहिलये तोर समाद तब काछु कहैछे कहनित ।जितबान कहैछे, पहिना गगा पार करिकेदा तब यी बात सुनैभन । जितवानके काछु पार करिदैछे । तब जितवान

वांकी ४ पेजमा...

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

मार्टस मेमोरियल माध्यमिक
विद्यालय परिवार बिराटनर

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

सगरमाथा उच्च मा.वि.
परिवार विराटनगर

हार्दिक मंगलमय

शुभकामना

२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

रविन दहाल (प्रिन्सिपल)
मि.के.मि.एम स्कूल परिवार

ब्राउन सुगर सहित पक्राउ

झापा । झापा बिर्तामोड नगरपालिका १ पन्चकन्या प्लटिङ स्थितबाट प्रहरीले लागूऔषध ब्राउन सुगर १४६ ग्राम सहित दुई जनालाई पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्नेमा झापा कन्काई नगरपालिका ९ का २६ बर्षीय टेकराज साहर २४ बर्षीय बिकाश मर्डीरहेका छन् ।

सोमबार जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापा, लागूऔषध नियन्त्रण ब्युरो काकरभिट्टार ईलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनीबाट खटिएको प्रहरी टोलीले साहको साथबाट ०.५ मिलि ग्रामर मर्डिको साथबाट ४ ग्राम ५ मिलिग्राम ब्राउन सुगर फेला परे पश्चात पक्राउ गरि थप सोधपुछ गर्दा बिकाश मर्डीको बिर्तामोड १ स्थितमारहेको डेराबाट समेत गरेर १४२ ग्राम ३७ मिलिग्राम ब्राउन सुगर, नगद रु. २ लाख ६९ हजार ३ सय, डिजिटल तराजु थान-१, केनन लेखेको डिजिटल क्यामेरा -थान १ र उनले चलाई ल्याएको प्र. १-०१-०१२ प ९५४५ नम्बरको मोटरसाईकल सहित पक्राउ गरिएको हो ।

पक्राउ परेका दुवै जना उपर ईलाका प्रहरी कार्यालय अनामनीले थप अनुसन्धान गरिरहेको छ ।

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
राव सुन्दर ज्वलर्स रामजानकी पथ
विराटनगर परिवार

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
मेरिल्याण्ड कलेज परिवार
बिराटनगर

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
राजकुमार गोल्छा
उद्योगी / व्यवसायी

विराट...

कहैछे, कि ते गगा माताके चनरहार कहियो ढोकल छेलह । उ हार जे उग्ल्ली देभ तब डुभ्भ । तब फेर घर कहैछे हमर समाद कहिलह , जितवन कहैछे कहिलये । तोर घरके आदमिस भात खाके झल्खोनिके खर घिचिके दात खोधै छहन । वहा कारणसे घर चुयैचछन ।

जितवान जैते जैते लिलाब्ती कलाबती भेटैछे तब जितवानके पुछैछे हमर समाद पुछलह, तब जितवान कहैछे कि तोर कते अरोसियापरोसिया स घुमे आबै छहन त, ते बैठकि नै दैछ । वहाँ कारन स यरङ है छन । तब येते येते आमके गाछि लगत पुगलै तब गाछ कहैछे, हमर समाद आनल्ह ।जितवान कहैछे तोर कारन यी छहन कि गाछि लगत फुहर गन्दा करेके कारणस आधा फल तोर खराब आधा फल असल रहै छन । यहाँ खातिर आधा फल तोर खैछन आधा फल फेकी दैछहन । तब जितवान घर पुगैछै । राजवंशी महिला सब जितिया पावन मनवे कारण खासमहिला सब आपन पति, बेटा, बेटि स परिवारके लम्मा आयु आर सुख शान्तिके खातिर राजा जितवान के पुजा करैछे । जितिया पावन महिला सब प्रत्येक वर्ष बिहा हेल महिला सब मनाबैछे ।

राजेश कुमार राजवंशी (विराट राजवंशी भाषामा)

विराटनगर, असोज १२ गते । विराट राजवंशीमे महिला सब बिहाके वाद जितिया पावन मनावै छै । पहिनकर जितिया पावन लहिरमे करै छै । आरह दुलहा पक्षके जितिया पावनमे दुई दिन अगाडि भार करिके कनियाकते आवै छै । पहिनकर जितिया मय कते लहिरमे करै छै । आरह दुलहा पक्ष पावनके विधिविधानमे लागेवला सबे समान भारमे सजाके आनै छै । तब मय कते पहिनकर जितिया पावन सुरु करै छै । जितिया पावनमे लागेवाला कपड़ा से लाकर नेमु तक अखर समान लागै छै । जितिया पावन विधिविधानसे सुरु करै छै ।

पहिनकर दिन लहि कनिया कनिया खैछेत तकर बिहान के ३ बजे भोरौवा कौवा मैना चिरैसबके खाना खुवाबैछे । खानामे दहि चिउरा सब किसिमके मिठा सब लाडु , पेडा, रसभरी, झिलैबी, पुरी, बुनिया, फलपूलमे केला, सियौ, नास्पाती, बिलाती, खिरा, नेमु, जकरा जे जुरैछे तब बिहान अैगन दुवार घर सब निपिके गोसैके सिरपाट धोयके सिन्हुर, तेल काकड नेपुरमे लगावैछे पिठारके चिटठोप दैछे । गोसैसिरामे हनुमान ठाकुरमे भि दैछे । तब साझमे लया जितियामे बैठे लिगना धानके छुमा नेठु बनाबैछे । लया नुङा गरगहना सबकोन लगाबैछे । तब अैगनामे चौका करिके सब समान चौकामे राखैछे । तब कनिया नेठुमे बैठिके जितिया पाथैछे । राजा जितवानके पुजा ढारै छे । सबकोन चढाके राजा जितवानके कहैछे कि "हे राजा जितवान रन मारिके बन जितिके अैलह ओहिनङे हमरो घरपरिवार रन मारिके बन जितिके आबे " कहिके कहैछे । तब कनियाके आपन भ्या तिर धनुष बहिनिके सिकरह के तिर धनुष ल्याके पाँच पाक घुमिके बहिनिके पिठिमे छुवाबैछे । तब बहिन भ्या के पाँच मुट्ठी चौर केला दैछे । तब ओकर भौज पाँच बेर जिभामे सिकरह छुवाके कहैछे "अरोसनी मानिह परोसनी मानिह गामके पछीम डोम रहिथन ओकरो मानिह " यी बात कहैछे ।

राजा जीतुवाहनके कथा : एक देशमे एकटा राजा रहै उ राजाके घरमे बेटा रहे बिहाहमे धान, चौर, चुरा चाहिँ तहिया पहिना उखरी समाठमे मात्रै कुटै रहे अपना नै समरहैत परोसिया गरिब गुरुवा सबके धान, चौर, चुरा कुटे दै । वोहिनङ एक दुखिया महिला रहे ओहो धान, चुरा, चौर कुटेलि लेलकै तब सब दिन पानी खुब परे लाग्ले, तब उ महिला सब दिन झखै , यी पानीमे हमे केरङके धान, चुरा कुटबै केरङके खैबै, खुब मुस्किल हैछे।सबदिन झखै । तब उ महिला कहैछे, हे सुरुज महाराज सभैकते पानी परिह महज हमर कते पानी नैपरिह, कहिके फुकार करै तब सुरुज महाराज ओकर फुकार सुनल्कै ओकर कते पानी नैपोराबै, तब सुरुज महाराजके मनमे कि अैले देखिए त उ महिला केरङछै से , सुरुज ओकरा भेट करेली एले त संयोग बस उ महिला घरमे नै रहै तब सुरुज महाराज महिलाके घरके डेरिमे पिसाब करि देल्कै हे बस चल गेलै वहा पिसाबमे गेनाहरी सागके गाछ आबैछे वह गेनाहरी साग उ महिला खाना सडे नरिहीके खैछे ।तब कुछ दिनमे गर्भ रहिजैछे । वहाँ वहा गर्भसे बेटा बच्चा हैछे ।

उ बच्चाके बाप थाहा नैरहैछे बच्चाके नाम जितवान रहैछे बडका हैछे स्कुल ज्या लागैछे । जितवान आरह सब बच्चा मिलिके खेल खेलैछे । उ खेलमे बापके नामे ढुकैछे आरह मयके नामे बाहार हैछे । त सब कोइ निक्लैछे महज जितवान नै निक्ले साकैछे । तब उ कान्ले मुन्ले आपन घर मय लगत आबैछे , आरह मयके उ घरी घरी पुछैछे, "मयागे बाबू कते छे, के छिय हमरा देखा त ? "म्या ओकरा कहैल्कै कि बिहान हुए दहै तब तोरा बाप देखा देबौ, "तब बिहान हेले आर सुरुज निकल्ले, तब जितवानके देखाबैछे" कि हैया ओते तोर सुरुज बाप । बस जितवान कहेछे कि मया आँप हमे बाबू लगत जैबो त म्या कहैछे नहि बेटा नै ज्या साक्भै ओकर धाद सहे नहि साक्भै । तकर वाद जितवान कहेल्कै कोनो भि हुवे, तैयो हम जैबे करबो, घरसे निक्लिके जैछे , जैते जैते ओकरा एकटा आमके गाछ भेटैछे ।

आम एकदम फरल रहेछे तब गाछरा कहैछे तेहे कते जैछह, जितवान कहैछे हमे बापके खोजीमे जैछिए , तब सुरुज कहेछे तोर बाप के छिहन कते छहन , तब जितवान कहेछे हमर बाप सुरुज छिए, हम ओकर बेटा छिए, जे हमर एकटा समाद सुनत, हमर आधा फल लोकस स्वाद मनिके खैछे, आर आधा फल फेकी दैछे । तब फेन ओतेस निक्लिके ज्या लागैछे, तब लिलाबती या कलाबती दोनो बहिन भेटैछे , कहैछे जितवान जि तेहे कते जै छह, जितवान कहेछे, हमे आपन बापके दर्शन करेली जै छि, तब दोनो बहिन पुछैछे, तोहर बाप कते छहन, जितवान कहैछे हमर बाप सुरुज छिय, हमे सुरुज बापके भेटे जै छिये, तब दोनो बहिन कहैछे, हमर एकटा समाद ते आपन बाप लगत लेले जात । हमरा सियाके जे पिढियामे उ पिढिया हमरसके नै छुटैछे , कोन कारन छिए । तब फेन जैते जैते एकटा फुसके घर भेटैछे । घर पुछैछे, कि हे बालक तेहा कते जैछह, जितवान कहैछे हमे सुरुज बापस भेटे जैछिये, तब घर कहैछे , हमर एकटा समाद लेलेजा, जे कहिनो हमरा बनियाहास छारैछे तैयो हमे चोयबे करैछिये, यकर कोन कारण छे । तब ओतेस फेन जितवान निकलैछे । तब जैते जैते एकटा बडका गङा भेटैछे । उ गङाके कातमे एकटा काछु भेटैछे । जितवान गङा कात पुगैछे । ओकरा बहुत चिन्ता लागैछे । केरङ्के गङा पार हेबै काछु पुछैछे, तेहे कते जै छह, गङा देखिके चिन्ता मानै छह । जितवान कहेछे हमे बाप के भेटे जैछिए, तब कछु पुछैछे, "तोर बाप के छिहन, कते छहन ?" तब जितवान कहैछे हमर बाप सुरुज छिये हमे ओकरहै भेट जैछि । तब काछु कहैछे हमे पार करि देभन एकटा समाद लेलेजा, हमे कथिली पानीमे कहियो नैडुबैछिऐ, तब काछु आपन पिठिमे बोकिके पार करिदैछे ।

तब बालक फेन लागैछे । तब सुरुज लगत पुउगे पुगेमे लागैछे । त ओकरा एकदम धाद लागैछे । तयो उ कोनो किसिमसे जैबे करैछे। तब ओते पुगिलागेके बादमे सुरुज पुछैछे। कि तेह कते अैलहछह, यतना दुःख कष्ट करिके , तब बालक कहैछे । तेहे हमर बाप छिह हमे तोरा भेटे अैल छिये । तब सुरुज पुछैछे तोरा के कहिलकहन कि सुरुज तोर बाब छिये । तब जितवान कहैछे, हमर मया कहैलकै, तोर बाप सुरुज छियौ । तब सुरुज, छक जैछे, केरङ्के हमे तोर बाप छिये । जितवान सब बात खोलिके कहिलकै सुरुज त सब बात जान्थै रहै तैयो ओकर मुखस सुनिके खुसी भेलै आर बरदान देलकै कि जो तोर आज दिनसे तोर पुजा सब कोइ करतो । तब स सुरुज उ बालकके मया प्रेम खुब करेलागलै । आर घार घर आबे लिगिन नैदै ।

तब जिद करे लाग्ले कि घरमे मया असकरहैछे हमे घर जैबे । बाबु हो जब हमे आबै रिहै तब एक दुइटा समाद लोकस देल छे , कोन समाद छियौ बोल ? तब जितवान कहैछे ।आमके गाछ कहिल रहै , "आधा फल खैछे आधा फेकी दैछे ।" यकर कोन कारण छिये । सुरुज कहैछे । आधा फल बनिहा रहैछे आधा फल खटटा पिल्लु बाला रहैछे । यहाँ खातिर आधा खैछे आधा फेकी दैछे । तब फेन लिलाबती कलाबती जे पिढियामे बैठैछे उ पिढिया कहियो नै छुटैछे । तब सुरुज महाज कहैछे, कोइभि गामके अरोसनी परोसनी घुमे आबैछे, तब ककरो भि बैठकि नै दैछे, यहाँ कारणसे ओरङ हैछे । तब फेन घरके समाद कहैल्कै हमरा कतनोह बनिहासे छारैछे तयो । भि हमे चोइबे करै छिये । ओकर कोन कारण छय । तब सुरुज जि कहैछे, यि घरके आदमी स भात खाके घरके झलखोनिके खर हिचिके दात खोधैछे यहास उ चुहैछे । तब फेर गङा कातमे एकटा काछु रहै उ हमरा कहिल्कै कि हमे पानीमे नै डुबै छिये ।यकर कोन कारण छिये । तब सुरुज कहैछे , काछु गङाके चनरहार ढोकि लेलछे । यी जे निकालि दे तै तब यी डुबतै ।

सबटा समादके उत्तर सुरुज बाप ओकरा देल्कै अब उ घर आबैछे । सबसे पहिना गगा भेटैछे । तब काछु पुछैछे । कहिलह हमर समाद । कहिलये तोर समाद तब काछु कहैछे कहनित ।जितबान कहैछे, पहिना गगा पार करिकेदा तब यी बात सुनैभन । जितवानके काछु पार करिदैछे । तब जितवान कहैछे, कि ते गगा माताके चनरहार कहियो ढोकल छेलह । उ हार जे उग्ल्ली देभ तब डुभ्भ । तब फेर घर कहैछे हमर समाद कहिलह , जितवन कहैछे कहिलये । तोर घरके आदमिस भात खाके झल्खोनिके खर घिचिके दात खोधै छहन । वहा कारणसे घर चुयैचछन ।

जितवान जैते जैते लिलाब्ती कलाबती भेटैछे तब जितवानके पुछैछे हमर समाद पुछलह, तब जितवान कहैछे कि तोर कते अरोसियापरोसिया स घुमे आबै छहन त, ते बैठकि नै दैछ । वहाँ कारन स यरङ है छन । तब येते येते आमके गाछि लगत पुगलै तब गाछ कहैछे, हमर समाद आनल्ह ।जितवान कहैछे तोर कारन यी छहन कि गाछि लगत फुहर गन्दा करेके कारणस आधा फल तोर खराब आधा फल असल रहै छन । यहाँ खातिर आधा फल तोर खैछन आधा फल फेकी दैछहन । तब जितवान घर पुगैछै । राजवंशी महिला सब जितिया पावन मनवे कारण खासमहिला सब आपन पति, बेटा, बेटि स परिवारके लम्मा आयु आर सुख शान्तिके खातिर राजा जितवान के पुजा करैछे । जितिया पावन महिला सब प्रत्येक वर्ष बिहा हेल महिला सब मनाबैछे ।

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
मेक्स इन्टर नेशनल हस्पिटल
परिवार विराटनगर
रोडशेष चौक

आक्रमणमा महिलाको मृत्यु

झापा । झापाको भद्रपुर नगरपालिका वडा नं. १० देउनिया स्थितमा जंगली हात्तीले आफ्नो सुडले च्यापेर बेपता बनाएकी महिला मृत अबस्थामा फेला परेको छ ।

मृत्यु हुनेमा बिर्तामोड नगरपालिका वडा नं. ८ नेपाल चोक की ५० बर्षीया लतुमाई मर्डी रहेकी छन् । विहीवार श्रीमानसंग निगुरो टिपिरहेको अवस्थामा जंगली हात्ती आई सुडले च्यापेर लगेको थियो ।

मृतकको श्रीमानले घटनाको जानकारी गराए लगतै अस्थाई प्रहरी चौकी गरामनीबाट प्रहरी टोली, नेपाली सेना, सशस्त्र प्रहरी बल खटि गई स्थानियबासीको सहयोगमा खोजी गरेका थिए ।

खोजतलास गर्ने क्रममा शुक्रवार सोही वनको सेति खोलाको पैनीमा मृत अबस्थामा फेला परेको थियो । घटना सम्बन्धमा थप अनुसन्धान भईरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

६६ औं प्रहरी दिवसको अवसरमा रक्तदान

विराटनगर । “६६ औं प्रहरी दिवस २०७८“ को अवसरमा आयोजित रक्तदान कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मोरङ शाखाको सहयोग तथा १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालय विराटनगरको आयोजनामा भएको रक्तदान कार्यक्रममा १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालय, १ नम्बर प्रदेश प्रहरी तालिम केन्द्र, १ नम्बर प्रदेश सशस्त्र प्रहरी गण, १ नम्बर प्रदेश दंगा नियन्त्रण गण दुहवी र जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरङमा कार्यरत रहेका ६० जना प्रहरी अधिकृत तथा जवानहरुले रक्तदान गर्नुभएको छ ।

कोरोना (C0VID–19) भाइरसका बारेमा जनहितमा जारी सूचना

१. कसरी सर्छ कोरोना भाईरस ?

क) नाकबाट निस्कने सिगानबाट, ख) फोहरहातबाट,
ग) राम्रो संग नपाकेको माछा, मासु र तरकारीबाट,
घ) भाइरसबाट प्रभावित व्यक्तिको सम्पर्कबाट

२. कोरोना भाइरसका लक्षण के–के हुन सक्छन्

क) सिगान बगिरहनु, ख) घाँटी सुक्नु तथा दुख्नु,
ग) पखाला लाग्नु, घ) वान्ता हुनु,
ङ) लगातार टाउँको दुख्नु, च) लगातार ज्वरो आउनु,
छ) सास फेर्न गाह्रे हुनु ।

3. यसबाट बच्न के–के गर्ने ?

क) साबुन पानीले राम्रो संग हात धुने,
ख) खानेकुरा धोइपखाली राम्रोसंग पकाउने,
ग) मास्क प्रयोग गर्ने, घ) भिडभाडमा नजाने,
ङ) सकभर होटल, रेष्टुरेन्टको खाना नखाने
च) चरा, मूसा, विरालो, कुकुर जस्ता जनावरबाट टाढा रहने ।

कटहरी गाउँपालिका मोरंग प्रदेश नं. १

ब्याडमिन्टन र टेबलटेनिस प्रतियोगिता सम्पन्न

पहिलो र दोस्रो स्थान हासिल गर्न सफल भएका खेलाडीहरुसंग १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालयका प्रहरी महानिरीक्षक अरुण वि.सी ।

विराटनगर । “६६ औं प्रहरी दिवस २०७८” को अवसरमा आयोजित डबल ब्याडमिन्टन प्रतियोगिता र सिंगल, डबल टेबलटेनिस खेलकुद प्रतियोगिता शनिवार सम्पन्न भएको छ ।

१ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालय विराटनगरको आयोजनामा प्रदेश प्रहरी प्रमुख प्रहरी नायव महानिरीक्षक अरुण कुमार बि.सी.को प्रमुख आतिथ्यमा भएको सो प्रतियोगितामा ब्याडमिन्टन तर्फ १६ टिम, डबल टेबलटेनिस तर्फ १५ टिम र सिंगल टेबल टेनिस तर्फ १२ टिम बीच प्रतिस्पर्धा भएको थियो ।

उक्त प्रतिस्पर्धामा डबल ब्याडमिन्टन प्रतियोगितामा जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरङका प्रहरी उपरीक्षक जनार्दन जि.सी. र प्रहरी जवान जनम राई भएका छन् भने १ नम्बर प्रदेश प्रहरी तालिम केन्द्रका प्रहरी निरीक्षक खगेन्द्र एक्तेन र प्रहरी नायव निरीक्षक बुद्धी दराई दोस्रो स्थान हासिल गरेका छन् ।

त्यसैगरी डबल टेबलटेनिस तर्फ १ नम्बर प्रदेश प्रहरी तालिम केन्द्रका प्रहरी हवलदार आशाराम चौधरी र प्रहरी हवलदार मान बहादुर राजबंशी विजय भएका छन् भने सिंगल टेबलटेनिस तर्फ सोही केन्द्रका प्रहरी हल्दार आशाराम चौधरी विजय भएका छन् र प्रहरी सहायक निरीक्षक देवी प्रसाद ढकाल दोस्रो स्थान प्राप्त गरेका छन् ।

खेल प्रतियोगितामा बिजेता तथा उपबिजेता हुने टिमहरुलाई आगामी असोज २० गते हुने “६६ औं प्रहरी दिवस २०७८“ मा पुरस्कार वितरण गरिने भएको छ ।

मुद्धाका फरार प्रतिवादी पक्राउ

विराटनगर । चोरी मुद्दामा कैद तथा जरिवाना सजाय पाई फरार रहेका ३ जना प्रतिबादीहरुलाई १ नं प्रदेश प्रहरी कार्यालय (रिट) समुहबाट खटिएको प्रहरी टोलीले पक्राउ गरी अदालत बुझाएको छ ।

चोरी मुद्धामा सम्मानित मोरङ जिल्ला अदालतबाट मिति २०६२ बैशाख २७ गते भएको सजाय निर्धारण फैसला आदेशले २ बर्ष १० महिना १८ दिन कैद जरिवाना बेरुजु रहि असुल गर्न बाँकी रहेका जिल्ला सुनसरी धरान उप-महानगरपालिका १५ का ३८ बर्षीय गणेश गौतम र सोही स्थानका ४० बर्षीय गंगा तामाङलाई रिट समुहले खोजतलास गर्ने क्रममा गाउघरमै लुकिछिपी बसेको अबस्थामा सामवार पक्राउ गरि सम्मानित मोरङ जिल्ला अदालतमा दाखिला गरि कैद भुक्तानको लागी कारागार चलान गरेको थियो ।

त्यसै गरी चोरी क्यान मुद्धामा सम्मानित मोरङ जिल्ला अदालतबाट मिति २०७६ कार्तिक २६ गतेको सजाय निर्धारण फैसला आदेशले क्रमश : ३ महिना कैद तथा रु. १० हजार जरिवाना भई लगत नं.- ५३९ मा कैद जरिवाना

वांकी अन्तिम पेजमा...

लागु औषध सहित दुइ पक्राउ

विराटनगर । मोरङको दुई छुट्टा छुट्टै स्थानबाट लागूऔषध र प्रतिबन्धित औषधी सहित दुई जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।

मंगलवार बिराटनगर महानगरपालिका १५ स्थित १ नम्बर ढाटबाट लागूऔषध नियन्त्रण ब्युरोबाट खटिएको प्रहरी टोलीले सुन्दरहरैचा नगरपालिका ३ का २३ बर्षीय अल्फन लिम्बुलाई लागूऔषध लुपिजेसिक ४ एम्पुल, डाईजाल्याब ७ एम्पुल, एभिल ९ एम्पुल र फेनारगन ६ एम्पुल सहित पक्राउ गरिएको थियो । पक्राउ परेका लिम्बुलाई ईलाका प्रहरी कार्यालय रानीबाट थप अनुसन्धान गरिरहेको छ ।

त्यसैगरी सोही दिन ईलाका प्रहरी कार्यालय रंगेलीबाट खटिएको प्रहरी टोलीले सुनवर्षी नगरपालिका ८ विश्वकर्मा चौक स्थितमा दक्षिणबाट उत्तर तर्फ आउदै गरेको को १८ प ९५०२ नम्बरको स्कुटीलाई चेकजाँच गर्दा स्कुटी पछाडी सवार रतुवामाई नगरपालिका ९ ईटहरा का २१ बर्षीय गोविन्द थापाको साथबाट प्रतिवन्धित औषधी ट्रामाडोल ४०० गोटी बरामद भएको थियो ।

वांकी अन्तिम पेजमा...

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।
सुरेश दुगड/अनिल दुगड
उद्योगी/व्यवसायी

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।
दिव्य ज्योति अस्पताल प्रा.लि.
परिवार विराटनगर

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।
पवन सारडा
उद्योगी/व्यवसायी

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।
भगवान झा (प्रमुख)
नेशनल इन्सिटच्युट अफ टेकनोलोजी परिवार

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।
नबल किशोर कावरा
उद्योगी/व्यवसायी

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०७८ सालको विजय दशमी, शुभ दिपावली, र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पुर्ण दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवं उत्तरोत्त प्रगतीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।
नविन रिजाल (प्रबन्धक)
रिजाल ग्रुप परिवार