परिवर्तनको लागि
क्राईम अपरेशन
CRIME OPERATION साप्ताहिक

पानीको सही सदुपयोग गरौं । पानी महसुल समयमै तिरी अनावश्यक जरिवानाबाट बचौं ।

नेपाल खानेपानी संस्थान शाखा कार्यालय देवकोटा चौक विराटनगर

❑ वर्ष १० ❑ अंक ३२ २०७८ चैत ६ गते आईतवार Sunday 20, MAR 2022 ❑ पृष्ठ: ६, ❑ मूल्य रु. १०/-

पुनर्ताजिगी गराउन विराट राजवंशी महोत्सव मेला

विराटनगर। दुई वर्ष देखि कोरोना महामारीका कारण थाला परेको समाजका व्यक्तिहरुलाई पुनर्ताजगी गराउने उदेश्यले विराटनगर महानगरपालिका वडा नं. ५ स्थित विराट राजवंशी महोत्सव मेलाको समुद्घाटन भएको छ।

विराट राजवंशी महोत्सव मेलाको समुद्घाटन प्रमुख अतिथी विराटनगर महानगरपालिकाका प्रमुख भीम पराजुलीलाई विराट राजवंशी समुदायको पहिरन धोती, गम्छा र टोपी लगाई दिएर समाजका अगुवाहरुले स्वागत गरेका थिए।

विराट राजवंशी महोत्सव मेलाको उद्घाटन सत्रमा सहभागी प्रमुख अतिथी लगायत अतिथीहरु।

प्रमुख अतिथीले कलशमा बत्ती बालेर, रिवन काटी विराट राजवंशी महोत्सवको शुभआरम्भको गरेको छ। सो अवसरमा प्रमुख अथितीले भने राजवंशी यूवाहरुले समाजलाई पुनर्ताजगीको लागि लगाईएको महोत्सवको सफलताको कामना गर्दै विराट राजवंशीको भाषा संस्कृती र रहन सहनलाई संरक्षण र सम्वर्द्धन गर्न महानगर पालिकाको सहयोग रहने वताए। साथै भाषा संस्कृती र रहनसहनको संरक्षणका निम्ती त्यही समुदायको युवाहरुलाई अगाडी वढ्न समेत आग्रह गरेका थिए।

चैत ५ गते देखि चैत १५ गते सम्म लाग्ने महोत्सवमा मनोरंजनका लागि ख्याती प्राप्त कलाकारहरुको प्रस्तुती, केटा केटीहरु को लागि रोटेपिङ, जादु, लगायत मनोरंजनका व्यवस्था गरिएको छ भने विभिन्न किसिमको सामग्रीहरुको समेत स्टलहरु राखिएको छ।

खासगरी विराटराजवंशी संस्कृतीको खाना पिनका सामग्रीहरु लगायत अन्य जातजातिको संस्कृती झल्कने स्टलहरु रहने छ।

मनोरंजनका प्रस्तुतीमा प्रत्येक दिन महोत्सवमा ख्याती प्राप्त कलाकार सुमन पोखरेल, अनु चौधरी, मेलिना राई, प्रमोद खरेल, प्रिति आले, प्रकाश सपुत, ज्योति

वांकी अन्तिम पेजमा...

जबरजस्ती करणी गरी हत्या गरेको आरोपमा दुई जना पक्राउ

विराटनगर। मोरङको सुन्दरहरैचा नगरपालिका वडा नं. ७ की डेड बर्षीया नावालिकालाई जबरजस्ती करणी गरी हत्या गरेको आरोपमा २ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ।

पक्राउ पर्नेहरुमा सोही ठाउँको स्थानीय २५ बर्षीय अजय चौधरी र २८ बर्षीय मिथुन चौधरी रहेका छन्। फाल्गुन २७ गते बेलुका साँढे ५ बजे तिर घरबाट नै हराएकी बालिका साँढे ६ बजे घर नजिकै झाडीमा अचेत अवस्थामा फेला परेकी थिईन्।

अचेत अवस्थामा फेला परेकी बालिकालाई तत्काल उद्धार गरी उपचारको लागी नोबेल अस्पताल

वांकी ३ पेजमा...

श्रीमानको कुटाईबाट श्रीमतिको मृत्यु

झापा। झापाको बिर्तामोड नगरपालिका वडा नं. ५ स्थितमा श्रीमानको कुटाईबाट श्रीमतीको मृत्यु भएको छ।

घटनामा संलग्न बिर्तामोड नगरपालिका वडा नं. ५ का ४० बर्षीय श्रीमान कमल राउतलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ।

बुधवार राती राउतले घरायसी बिवाद हुँदा आफ्नै श्रीमती ३९ बर्षीय खेमजुङ गुरुङलाई कुटपिट गरेका थिए। श्रीमानको कुटाईबाट घाईते भएकि खेमजुङको कन्काई अस्पताल बिर्तामोडमा सामान्य उपचार पश्चात थप उपचारको लागि बिराटनर स्थित नोवेल अस्पताल लगिएको थियो।

उक्त अस्पतालमा उपचार हुन नसकि आफन्तले बिर्तामोड स्थित माईती घर ल्याएकोमा उनको बिहिवार राती साढे १० बजे मृत्यु भएको हो। घटना सम्वन्धमा इलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनी बाट थप अनुसन्धान भईरहेको छ।

श्रम श्रृजना गर्ने गतिविधी प्रति कडा प्रतिवाद

विराटनगर। कटहरी गाउँपालिका कार्यालयवाट भएका कामकारवाहीको विषयलाई लिएर केही दिन देखि समाजिक संजाल र पत्रपत्रिकामा भ्रम श्रृजना गर्ने खालको समाचार प्रति गाउँपालिकाको अध्यक्ष राम कुमार कामतले कडा प्रतिवाद गरेको छ।

गाउँपालिकामै पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गरी अध्यक्ष कामतले भने 'गाउँपालिकाको काम कारवाहीको विषयलाई लिएर समाजिक संजाल र पत्रपत्रिकामा समाचार प्रचार प्रसार भएको तर त्यस सम्वन्धमा मलाई केही नसोधी एकलौटी ढंगले पार्टी र गाउँपालिकालाई वदनाम गर्ने नियतले गरेको भन्दै त्यस्तो प्रायोजित समाचारको खण्डन गर्दै कडा प्रतिवाद गर्दै यदि केही काम कारवाहीमा त्रुटी भए प्रमाण सहित कानुनी उपचार गर्न चुनौति दिएको छ।

केही दिन देखि श्रृखलावद्ध रुपमा गाउँपालिकावाट फाल्गुण ४ गते लोहन्द्रा खोलाको बालुवा र भरौट विक्री कर संकलन गर्न लगाईएको ठेक्काको विषयलाई लिएर पत्रपत्रिका र समाजिक संजालमा आएको अनर्गल प्रचार प्रसार भएको वताउँदै गाँपालिकाकै दुई जना माओवादीका जन प्रतिनिधीले स्थानीय तहको चुनाव घोषणा पश्चात कांग्रेस पार्टी र गाउँपालिले गरेको कामकारवाही प्रति भ्रम फैलाएको आरोप लगाए। यदि त्यस्तो थियो भने यतिका दिन देखि भ्रम फैलाउने साथीहरु किन चुप लागेर बसेको प्रश्न गर्दै त्यस्ता प्रचारवाजी तिर नलाग्ने

वांकी ३ पेजमा...

प्रदेश संचार माध्यम व्यवस्थापन विधियक दर्ता

हिरालाल साह

विराटनगर। यातायात व्यवस्था तथा सञ्चार मन्त्रालय प्रदेश नम्बर १ ले 'प्रदेश सञ्चार माध्यम व्यवस्थापन गर्न बनेको विधेयक, २०७८' प्रदेश सभामा दर्ता भएको छ।

मंत्रालयमा आयोजित पत्रकार भेटघाटमा यातायात व्यवस्था तथा सञ्चार मन्त्री उपेन्द्र प्रसाद घिमिरेले ऐनमार्फत प्रदेशमा 'प्रदेश मिडिया काउन्सिल'को व्यवस्था गरिएको जानकारी गराएका छन्।

मन्त्री घिमिरेले सरकार गठन भएको १ महिना सात दिन मात्र भएको भएपनि जनताको सुलभ पहुँच, चुस्त सेवा सुविधा र डिजिटल मार्फत राजस्व उठाउने लक्ष्य प्रमुख रहेको बताएका छन्

यातायात ब्यवस्था पनि यसै मंत्रालयमा रहेकोले पार्किङको समस्या प्रदेशमा रहेकाले सडक सुरक्षा ऐन छिटै ल्याउने, छुट्टै ट्रायल सेन्टर बनाउन प्रदेश सरकार लाग्ने प्रतिबद्धता जाहेर गरेका थिए।

विधेयकमा रेडियो, टीभी, अनलाइन तथा पत्रपत्रिका सबैलाई एकीकृत रुपमा समेटनेगरि सरकारको तर्फबाट पहिलो विधेयक भएको बताए। काउन्सिलमार्फत पत्रपत्रिका तथा सञ्चार क्षेत्रको अभिलेखीकरण गरिने, नियमन गरिने लगायतका काम गरिने बताए।

सो विधेयकमा प्रदेश मिडिया काउन्सिल गठन, श्रमजीवी पत्रकार, वीमा, विज्ञापन, पत्रकार

वांकी ३ पेजमा...

SUKRATARA FURNITURE UDYOG
BIRATNAGAR
9842033365
9805391277
Chattdev007@gmail.com

All types of Fabrication, Furniture, Prefab, Truss are available.

पुनर्ताजगी...

मगर, रचना रिमाल, डम्मर नेपाली, सन्नु कुमार, प्रवलदीप विश्वास, शिव परियारको प्रस्तुती रहने छ ।

विराट राजवंशी महोत्सव मेला २०७८ को आयोजक संस्था विराट राजवंशी प्रगतीशील विकास सामाज समितिका अध्यक्ष किरण राजवंशीले भने 'यो महोत्वको मुख्य उदेश्य नै कोरोना कालवाट थाला परेको सामाजिक व्यक्तिहरु, यूवावर्गहरु र केटा केटीहरुको पुनर्ताजगी गराउने हो' त्यसैले सभ्य र भव्य महोत्सवमा विराट राजवंशी समुदाय लगायत सवै समुदायका जातिजातिहरुलाई महोत्सवमा सहभागी भई मनोरंजन लिन आग्रह गरेको छ ।

उद्घाटन सत्रमा जनता समाजवादी पार्टी संघिय परिसद सदस्य उमेश यादव, विराट राजवंशी विकास उत्थान समितका अध्यक्ष भूनेश्वर राजवंशी, विराट राजवंशी पुस्तकालयका अध्यक्ष कुशेश्वर राजवंशी, विराटनगर महानगर पालिका वडा नं. ५ का वडा अध्यक्ष मिन कुमार आचार्य, लगायतले महोत्सवको सफलताको लागि शुभकामना मन्तव्य राखेका थिए ।

विराट राजवंशी महोत्सव मेलाको समुद्घाटन सत्र ममता राजवंशीको सभापतित्वमा सम्पन्न भएको थियो ।

भ्रम...

आमजनमानसमा आग्रह गरको छ ।

लोहन्द्रा खोलाको बालुवा र भरौट विक्री कर संकलन गर्ने सम्वन्धी ठेक्का २०७८ श्रावन २२ गते सिलवन्धी वोलपत्र र इं विडिङ मार्फत बोलपत्र माग गरेको थियो । जसमा ६ वटा बोलपत्र पेश भई सो को मुल्यांकन भई आसयको सूचना समेत प्रकासन गरेको अवस्थामा तेस्रो कबोल अंक पेश गर्ने श्री रनकालीमाता कन्ट्रक्सन विराटनगर-७ ले बोलपत्र पेश गर्ने समयमा त्रुटी भएको भनी उच्च अदालत विराटनगरमा मुद्दा दायर गेको कारण ठेक्का बन्दोबस्तमा अवरोध सृजना भएको थियो ।

सोही ठेक्का सम्वन्धी आएको समाचारको प्रतिवाद गर्दै गाउँपालिकाले नेपाल सरकाले निर्मा गरेका एन, नियम, कानून र यस कटहरी गाउँपालिकावाट निर्माण भएको निति नियमहरुको परिधि भित्र रहेर नै गाउँकार्यपालिकाले आम नागरिकलाई सेवा गर्दै अएको दावी गरेका थिए । सो ठेक्का अहिले श्री रनकालीमाता कन्ट्रक्सनलाई नै एक करोड बैसठ्ठी लाख सत्र हजार सातसय साठीमा दिएको छ ।

प्रदेश...

प्रशिक्षणलगायत प्रसारणसम्बन्धी व्यवस्था गरिएको छ ।

त्यस्तै, महिला, दलित, अपाङ्गता भएकाहरूले पत्रकारिता विषयमा स्नातकोत्तर तहको अध्ययन गर्न चाहेमा प्रदेश सरकारले छात्रवृत्ति रकम उपलब्ध गराउन सक्ने व्यवस्था पनि गरिएको छ ।

पत्रकार भेटघाटमा विधेयकको दफा नम्बर ४० मा सजाय गर्ने अधिकारी मंत्रालयको सचिव तोकिएको कुरालाई सुधार गर्नुपर्ने, लोक कल्याणकारी बिज्ञापनमा स्थानीय तथा प्रदेशमा दर्तावाल मेडियालाइ प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने, प्रदेश मिडिया काउन्सिललाई सुझाव पेटिका मात्र नबनोस आदि सुझाव पत्रकारहरुले राखेका थिए ।

जबरजस्ती...

लगिएकोमा उपचारको क्रममा सोहि दिन राती साँढे १२ बजे मृत्यु भएको थियो । घटना सम्बन्धमा १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालयको अनुसन्धान समूह रिट र जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरङले अनुसन्धान थालेको थियो ।

अनुसन्धानको क्रममा बालिका लाई चौधरीद्वयले घरमा कोही नभएको मौका छोपी घरैबाट बोकेर झाडीमा लगेर जबरजस्ती करणी गरी अर्धचेत अवस्थामा सोही स्थानमा छाडेर फरार भएको खुले संगै दुवै जनालाई पक्राउ गरेको र घटना सम्बन्धमा थप अनुसन्धान भईरहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरङले जनाएको छ ।

बृहत मधेशी नागरिक समाजद्धारा होलीका दहन

बिराटनगर । बृहत मधेसी नागरिक समाज केन्द्र समिति बिराटनगरले हालीका दहन गरेका छन ।

विगत ७ वर्ष देखि मनाउदै आएको हालीका दहन यसपालि नयाँ गुद्री बजारको छेउमा रहेको चौरीमा हालीका दहन गरेका छन ।होलीका दहन भनेको हिरण्यकश्यप राक्षसकी बहिनी तथा विष्णु भक्त प्रह्लादकी फुपू हुन् । उनीले ब्रह्माबाट आगोले नजलाउने वरदान प्राप्त गरेकी थिइन् । यहि वरदानको फाइदा उठाउदै उनीले जलाएर मार्नको लागि प्रह्लादलाई लिएर आगोमा बसेकी थिइन् ।

त्यस क्रममा विष्णुले गर्दा प्रह्लादलाई केही भएन तर होलिका चाहिँ जलेर मरिन । यही दिनको खुसियालीमा हिन्दु धर्मावलम्बीहरूले होली पर्व मनाउने गर्छन ।सोही हालीकाको प्रतीक बनाएर गोईठा, परालमा राखिन्छ र आगो लगाउने गरिन्छ ।

नागरिक समाजले सोही अनुसार आगो लगाएर हालीका दहन गरि मिठाइ प्रसाद वितरण गरि खुशयाली मनाएका छन । उक्त अवसरमा समाजका अगुवा जय प्रकाश महतो, योगेन्द्र यादव, प्रदिप यादव, पत्रकार श्याम सुन्दर सुतिहर ले हालीकाको पौरानिक कथाको बारेमा चर्चा गरेका थिए ।

सो अवसरमा दर्जनौं मानिसको उपस्थिति रहेको थियो। होलीका दहन समाजका अध्यक्ष सुर्यनाथ प्रसाद सिहको अध्यक्षतामा भएको थियो ।

गर्मी मौसममा

* झाडापखाला, वान्ता, आउँ, जण्डिस, टाईफाईड जस्ता रोगको जोखिम बढी हुन्छ ।
* लामखुट्टे, भिँगा, भुसुना आदिवाट रोग सर्न सक्दछ त्यसैले , व्यक्तिगत सरसफाई र जनस्वास्थ्यका मापदण्ड पालना गरौं ।

नेपाल सरकार, विज्ञापन बोर्ड

विराटनगर महानगरपालिकाको सूचना

- मिसावट गरिएका, सडेगलेका तथा अस्वस्थकर खानेकुराहरु नखाऔं ।
- उपभोक्ता हित संरक्षणमा चनाखो बनौं ।
- छाला भएको मासु नखाऔं र विक्री तिवरणमा समेत निरुत्साहित गरौं ।
- आखद रंग प्रयोग गरेका खाद्य पदार्थहरुको उपभोग बहिस्कार गरौं ।
- छाडा चौपायाको नियन्त्रण गरौं , घरपालुवा चौपायाहरु छाडा नछाडौ ।
- सडक तथा पेटीकीनारामा आवागमन अवरोध हुने गरी निर्माण समाग्री नराखौं तथा व्यापार व्यवसाय नगरौं ।
- बसोबास स्थल, टोलमा व्यवसायिकरुपमा पशुपालन कुखुरा पालन गर्दा छरछिमेकमा असर नपर्ने गरी पालौं ।
- सवारी साधनहरु तोकिएको स्थानमा मात्र पार्किङ्ग गरौं ।
- बालबालिकालाई काममा हैन विद्यालय पठाऔं ।
- बालश्रम शोषणविरुद्धको आचारसंहिता पालना गरौं बालश्रम शोषण मुक्त नगरको स्थापना गरौं।
- बालश्रम शोषण समाजिक अपराध हो ।
- विराटनगर उपमहानगरपालिका क्षेत्रका प्रत्येक घरलाई बालसंक्षणगृहको रुपमा स्थापित गरौं।
- सार्वजनिक स्थलमा जतातत्तै फोहोरमैला नफालौं ।

अस्पतालकै जगतमा एक मात्र सुरक्षा अस्पताल

सुरक्षा अस्पताल प्रा.लि.सबैको सहयोगले स्त्री रोग तथा प्रसुती सेवा पाचौं वर्ष पुरा गरेर छैठौ वर्षमा प्रवेश गरेको र नवजात शिशुको उपचार दोस्रो वर्षमा प्रवेश गर्नुका साथै हाल ढाड तथा नशा रोग, **painless** प्रसुती सेवा, **Emergency** सेवा नया एंव अध्याधिक भरपर्दो **(ICU/MICU,NICU)** तथा जेनरल वार्डमा विभिन्न प्रविधिहरु सहितको सुविधा सम्पन्न सेवा संचालन भएको सबै सेवा ग्राहीहरुमा जानकारी गराउँदछौ ।

हाम्रो सेवाहरु :-

- ★ स्त्री रोग तथा प्रसुती सम्बन्धी सम्पूर्ण सेवाहरु
- ★ रोग सम्बन्धी (PICU,NICU With Ventilator) सेवा
- ★ जनरल फिजिसियन सेवा
- ★ जनरल सर्जरी तथा हाडजोर्नी नशा रोग सम्बन्धी सम्पूर्ण सेवा
- ★ Minor & Major surgery सेवा
- ★ Laparoscopic surgery (दुरवीन द्वारा अप्रेशन) सेवा
- ★ इन्टरभेसनल स्पाइन एण्ड क्रोनिक पेन म्यानेजमेन्ट
- ★ 24 Hours Emergency सेवा
- ★ विशेष डाक्टरहरु द्वारा ओ.पि.डी. सेवा
- ★ २४ घण्टा ल्याब सेवा, एम्बुलेन्स सेवा र फार्मेसी सेवा
- ★ इनफर्टिलिटी क्लिनिक सेवा
- ★ **X–Ray, ECG,ECHO,USG,HSG,Cystoscopy**

सुरक्षा अस्पताल प्रा.लि.
वीरेन्द्र सभागृह अगाडी
सम्पर्क न. ०२१- ५३६९४१

परिवर्तनको लागि क्राईम अपरेशन CRIME OPERATION साप्ताहिक

प्रवन्ध निर्देशक : हिरालाल साह ९८४२२०५८१६ सम्पादक/प्रकाशक : श्याम सुन्दर सुतिहार ९८४२०२७१४२,९८०७३५२२१३ कार्यालय विराटनगर-११ कम्प्युटर लेआउटःविजय कु.मण्डल मुद्रकःबाबा प्रिण्टर्स अफसेट प्रेस, विराटनगर-७ इमेलःcrimeopration@gmail.com

सम्पादकीय

लागु औषध आयात कर्ता र प्रयोग कर्तालाई कडा कारवाही गरौं

नेपालमा लागुऔषध प्रयोग कर्ताको संख्या दिन दुना रात चौगुना वृद्धि भई रहेको छ । लागु औषध प्रयोगको लत परेका मध्ये अध्याधिकको बुवाआमा विदेशमा भएकाहरुको छोरा-छोरी रहेका छन् । आमा बुवासंग बस्ने पारिवारिक वातावरण नभाएको र पैसा प्रसस्त भएकोले साथीहरुको लैयलैयमा यूवायूवतीहरु लागुऔषध प्रयोग गर्न थाल्दछन् । लागुऔषध नेपालमा पूर्ण रुपमा बन्देज भए पनि भारतसंग जोडिएको खुल्ला सिमानाकामा लागूऔषध खुले आम पाउने गरेकोले ती लागुऔषध व्यापार पनि फस्टाएको छ । कतिपैयले त लागुऔंषध कारोवारलाई आर्थिक स्रोत नै वनाई सकेको छ । लागु औषध प्रयोग कर्ता भन्दा पनि लागुऔषध आयात कर्तालाई पक्राउ गरी कडा करवाही चलाएमात्र लागु औषध प्रयोग कर्तालाई नियन्त्रण गर्न सकिन्छ । त्यसको लागि प्रहरी, प्रशासन, समाजका भद्रभलादमी, नागरिक समाज सवै एक जुट हुन जरुरी छ । खुला सिमानाकामा सवभन्दा वढी आयात हुने लागु औषध नै हो । पछिल्लो साता सीमा जिल्लाहरूमा पक्राऊ परेका लागूऔषध प्रयोगकर्ता र कारोबारीको उदाहरणले खुला सिमानाबाट भइरहेको अवैध वस्तुको आयातलाई स्पष्ट पारेको छ ।

खासगरी मधेशका सिमानाका संग जोडिएको भारतीय बजारबाट लागुऔषध आयात गर्ने र प्रयोग गर्ने दिनहुँ दर्जनौको संख्यमा पक्राउ परेको हुन्छ । सीमावर्ती जिल्ला लागूऔषध खैरो हेरोइन (ब्राउनसुगर) को 'ट्रान्जिट प्वाइन्ट' बनेको छ । सीमावर्ती भारतीय बजारमा ब्राउन सुगर सजिलै पाइन्छ अनि सजिलै नेपाल आयात गर्न सकिन्छ । विराटनगरको रानी नाका भएर काठमाडौं, पोखरा, धरान, नारायणगढ, दाङजस्ता पहाडी र भित्री मधेसका सहरसम्म लागुऔषध पुऱ्याउने गिरोह नै रहको छ । प्रहरी प्रशासनले केहीमात्रामा लागुऔषधलाई नियन्त्रणमा लिन खोजे पनि केही प्रहरी प्रसासनकै आडमा लागुऔषध आयात फस्टाएको समाजको अगुवाहरुको भनाई छ ।

समाजवाट लागु औषध प्रयोग कर्ता र आयात कर्तालाई निर्मल पार्नका लागि सरकारले मिर्मतापूर्वक नियन्त्रणमा लाग्नु पर्छ । किनभने लागूऔषधको जालो यति घना छ कि सानोतिनो प्रयासले नियन्त्रण हुँदैन । त्यसैले सरकारको मुख्य निकाय नेपाल प्रहरी, शसस्त्र प्रहरी, आर्मीले कडा रुपमा प्रस्तुत हुनु पर्छ । कडा रुपमा प्रस्तुत हुन नेपाल सरकारले कडा कानुनको व्यवस्था गर्न जरुरी छ । कानुनको अभावमा लागुऔषध प्रयोगकर्तालाई कानुनी दायरामा ल्याउन केही समस्या भएको प्रहरी प्रशासनको भनाई छ । तसर्थ भविष्यका कर्णधार यूवाहरुलाई दुर्व्यसनीबाट बचाउन सत्मार्ग तिर डोऱ्याउन सकारात्म शिक्षाको व्यवस्था गर्न 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 लीगि 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 तपाईंकै 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 तपाईंकै हुने छ ।

त्रुटिपुर्ण कानुनी प्रावधानको चपेटामा सामाजिक संघसंस्था

किरण श्रेष्ठ

नेपालमा लिखित कानुन निर्माण गरी राज्यका संरचनाहरू व्यवस्थापन गर्ने चलन निकै पुरानो हो । नेपालको पहिलो संविधानदेखि नै संगठित भई सामाजिक, आर्थिक तथा राजनैतिक कार्य गर्न कानुनी अधिकार स्थापित गरेको पाइन्छ । तत्पश्चात नेपालको संविधान, विभिन्न ऐन, कानुन, नियमावली, नीति, रणनीति तथा निर्देशिकाहरूले नेपालमा संगठित भई संघसंस्था स्थापना गर्न पाउने कानुनी अधिकारले निरन्तरता पाएको छ । साथै विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि-सम्झौताले संगठित भई संघ-संस्था स्थापना गर्न पाउने प्रावधानलाई थप टेवा पुऱ्याएको छ । नेपालमा संघसंस्था, संगठन, समूह, महासंघ जस्ता नागरिक संगठनहरू राष्ट्रिय निर्देशन ऐन २०१८, संघसंस्था दर्ता ऐन २०३४, समाज कल्याण ऐन २०४९, कम्पनी ऐन २०६३, गुठी संस्थान ऐन २०३३ लगायतका ऐनको अधीनमा रही दर्ता, खारेजी, नवीकरण, अनुगमन, विघटन गर्ने व्यवस्था गरेको छ ।

नेपाल संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको रूपमा स्थापित भइसकेपछि, तीन तहका सरकारबाट राज्य सञ्चालन भइरहेको छ । नेपालको संविधान २०७२ को मौलिक हकअन्तर्गत धारा १७ को २ (घ) ले प्रत्येक नागरिकलाई संघसंस्था खोल्ने स्वतन्त्रता पनि प्रदान गरेको छ । तर संघीय, प्रदेश र स्थानीय तहबीच एकआपसमा समन्वयको अभावमा प्रदेश तथा स्थानीय तहले आफ्नो अधिकार क्षेत्र बाहिर गएर कतिपय कानुन निर्माण मात्र गरेका छैनन्, ऐनमा उल्लेख नै नभएको दफाको आधारमा कानुन निर्माण गरिएको देखिन्छ । संघीय संरचना अनुरूपको प्रदेश तथा स्थानीय तहमा निर्मित ऐन एकआपसमा विरोधाभासपूर्ण र बेमेल छन् ।

विशेषगरी प्रदेश सरकारले संघसंस्था सम्बन्धी ऐन निर्माण गर्दा मानेको आधार संविधानका धाराहरू नै फरक फरक रहेको देखिन्छ । प्रदेश-१ र वागमती प्रदेशमा संविधानको धारा १७५ बमोजिम संस्था दर्ता ऐन २०७५ लागु गरिएको छ भने लुम्बिनी प्रदेशमा संविधानको धारा १७६ बमोजिम प्रदेश-५ संघसंस्था दर्ता ऐन २०७५ जारी गरी कार्यान्वयनमा ल्याएका छन् । त्यसैगरी कर्णाली प्रदेशमा संविधानको धारा १९८ बमोजिम सामाजिक संघसंस्था सञ्चालन तथा व्यवस्थापन विधेयक २०७४ प्रदेश सदनमा प्रस्तुत गरेकोमा प्रदेश सभाले विधेयक मन्त्रालय फिर्ता पठाएको छ ।

स्थानीय सरकारले संघसंस्था सम्बन्धी ऐन निर्माण गर्दा मानेको आधार स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐनका दफाहरू बाझिएका तथा तोकिएका उपदफाका खण्ड नै नभएको अवस्था छ । स्थानीय तहले स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ लाई टेकेर विभिन्न ऐन निर्माण गरेको पाइन्छ । कतिपय गाउँपालिकाले संघ-संस्था परिचालन सम्बन्धी स्थानीय संघसंस्था दर्ता, नवीकरण, नीति, मापदण्ड, योजना कार्यान्वयन र नियमन सम्बन्धी व्यवस्थालगायत विषयलाई यस ऐनको परिच्छेद ३ को दफा ११ को उपदफा ४ -ठ) ले गरेको व्यवस्था बमोजिम किटान गरी संस्था दर्ता तथा नियमन सम्बन्धी ऐन बनाएको देखिन्छ ।

जबकि स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ मा दफा ११ को उपदफा ४ को खण्ड (ठ) नै नभएको अवस्था छ । कतै परिच्छेद १५ को दफा १०२ को उपदफा १ बमोजिम गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले आफ्नो अधिकार क्षेत्रभित्रका विषयमा ऐन बनाउन सक्ने प्रावधानलाई टेकेर ऐनहरू बनाएको पाइन्छ । संस्था दर्ता ऐन सम्बन्धमा कतिपय स्थानीय निकायले संविधानको धारा २२६ को उपधारा १ बमोजिम संस्था दर्ता ऐन बनाइएको पाइएको छ भने कतिपय स्थानीय निकायले संविधानको धारा २२९ को उपधारा २ किटान गरी संस्था दर्ता ऐन बनाएका छन् ।

संघसंस्था दर्ता तथा परिचालन सम्बन्धी निर्माण गरिएका कानुनहरूको अध्ययन गर्दा संस्था दर्ता सम्बन्धी ऐन निर्माणका आधार पर्याप्त अध्ययनको कमी र सम्बन्धित निकाय तथा नागरिक सहभागिता विना नै निर्माण गरिएको स्पष्ट देखिन्छ । संघीय कानुनहरू विषयगत रूपमा स्वतन्त्र भएतापनि उही प्रकृतिको कार्य गर्नको लागि फरक फरक ऐनले दोहोरो प्रावधान गरेको छ ।

संस्था दर्ता ऐन २०३४ हुँदाहुँदै तहगत संरचनामा भिन्दाभिन्दै दर्ता गर्नुपर्ने प्रावधान आफैंमा बाझिएको र द्विविधापूर्ण छ । दर्ता, नवीकरण, शुल्क तथा जरिवानाको नाममा तहगत रूपमा चर्को रकम असुलीको खेती भएको देखिन्छ । संस्था वर्गीकरणको आधार, कार्यक्रम विवरण र प्रतिवेदन सम्बन्धी फरक फरक प्रावधान रहेको छ । संस्था दर्ता सम्बन्धमा कुनै प्रदेशमा पाँच वर्षको लागि एकैपटक संस्था दर्ता गर्ने प्रावधान हुनु र ३ वर्षसम्म संस्था नवीकरण नभए खारेज हुने व्यवस्था आफैंमा बाझिने र अन्योल सृजना गर्ने खालका छन् ।

नेपाल सरकारको संघसंस्थाप्रति नीतिहरू पनि अव्यावहारिक छन् । संघसंस्थाहरूलाई व्यावहारिक तथा कानुनी रूपमा नाफा नकमाउने तथा परोपकारी हितको लागि स्थापना गरिएको संस्थाको रूपमा लिइए तापनि संघसंस्थाले प्यान तथा भ्याटको नाममा धेरै चुनौती खेप्नुको साथै कानुनी उल्झन समेतको सामना गर्नु परेको अवस्था छ । नाफा नकमाउने संस्थाले केको आधारमा भ्याट तथा प्यानमा आवद्ध हुनुपर्ने ? यदि प्यान तथा भ्याटमा आवद्ध हुनुपर्ने नै भए किन नाफा नकमाउने ? जस्ता नागरिक समाजका व्यावहारिक प्रश्नहरू सरकारसामु तेर्सिएका छन् । यस्ता प्रकारका कानुन र राज्यको नीतिहरूले संघसंस्थाको भूमिकालाई संकुचित बनाउने मात्र होइन, कानुनको बर्खिलाफ देखिन्छ ।

यसरी संघीय, प्रदेश र स्थानीय तहको संरचनामा सामाजिक विकासका कानुनी अवस्था हेर्दा तीनै तहमा कुनै न कुनै कानुनद्वारा सामाजिक संघसंस्था दर्ता, नवीकरण, सञ्चालन, परिचालन, व्यवस्थापन तथा खारेजी हुँदै आएका छन् । तथापि केन्द्रीयस्तरमा एकीकृत कानुनको अभावमा प्रदेश तथा स्थानीय तहका संरचनाहरू मियो विनाको दाइँ भएको अनुभूति हुन्छ । प्रदेश तथा स्थानीय तहको कानुन निर्माण र तिनका कतिपय प्रावधानहरू बाझिएका, संविधानका फरक फरक धारालाई टेकी ऐन निर्माण गरिएको र हुँदै नभएको उपदफाको आधारमा ऐन निर्माणबाट पनि स्पष्ट भएको छ ।

यस्तो अवस्थामा आगामी दिनमा नागरिक समाज तथा गैरसरकारी संघसंस्थाहरूले राज्यको सर्वाङ्गीण विकासमा टेवा पुऱ्याउन कानुनमा एकरूपता ल्याई संघीय स्तरमा एकीकृत सामाजिक विकास ऐन जारी गरी सो ऐनसँग बाझिने अन्य ऐनहरू प्रतिस्थापन हुन जरुरी छ ।

सामाजिक संघसंस्थाले विद्यमान प्यान भ्याटमा दर्ता हुनुपर्ने व्यवस्था पूर्णरुपमा खारेज गर्नुपर्छ । सामाजिक संघसंस्थालाई दिगो बनाउनको लागि उद्यमशीलताका क्षेत्रमा नाफा वितरण नगर्ने शर्तमा नाफा कमाउने र उक्त नाफा पुनः सामाजिक परोपकारको क्षेत्रमा समर्पण गर्न निर्वाध खुल्ला गरिनु जरूरी छ ।

संघीय ऐनको अधीनमा रही संस्था दर्ता तथा सञ्चालनको प्रक्रिया एकद्वार प्रणालीको आधारमा हुन जरूरी छ । संघीय ऐनले तोके बमोजिम प्रदेश र स्थानीय सरकारले नियामक संरचना बनाई अनुगमन, मूल्याङ्कन, नियमन र प्रोत्साहन गर्न जरूरी छ ।

(लेखक गैरसरकारी संस्था महासंघका कार्यक्रम प्रबन्धक हुन् ।)
अनलाईन खवरबाट

लागुऔंषध रहित परिवार : स्वस्थ जीवनको आधार

लागुऔषधले मानिसको शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य विग्रन्छ । लागुऔषधको उत्पादन, संचय, ओसार-पसार, विक्री वितरण तथा सेवन कानूनत दण्डनीय छ । गैरकानूनी गतिविधिमा आफू पनि नलागौं, अरुलाई पनि लाग्न नदिऔं । स्वस्थ र सुखी परिवारको लागि लागुऔषध दुर्व्यसनलाई निरुत्साहन गरौं ।

विराटनगर महानगर पालिका, प्रदेश १

केही महत्व पूर्ण टेलिफोन नम्बरहरु

दमकल

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

तीननाल बन्दुक सहित २ पक्राउ

सुनसरी । सुनसरीको बराहक्षेत्र नगरपालिका वडा ५ सिमरवन स्थित जनजागृति सामुदायिक वनबाट ३ नाल भरुवा बन्दुक सहित २ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्नेमा बराहक्षेत्र-५ का ३६ बर्षीय पवनलाल माझी र बराहक्षेत्र-३ देविथानका २७ बर्षीय मोहन श्रेष्ठ रहेका छन ।

मंगलबार विशेष सुचनाको आधारमा प्रहरी चौकी भरोलबाट खटिगएको प्रहरी टोलीले सामुदायिक वनमा सिकार खेल्न बसीरहेका माझी र श्रेष्ठलाई लोड भएको ३ नाल भरुवा बन्दुक सहित नियन्त्रणमा लिएको हो ।

भरुवा बन्दुक सहित पक्राउ परेका दुवै जनाको इलाका प्रहरी कार्यालय महेन्द्रनगर सुनसरीबाट थप अनुसन्धान भईरहेको छ ।

नोबेलले वेग्लै कक्षा संचालन गर्ने

काठमाडौं । विराटनगरस्थित नोबेल मेडिकल कलेजमा भर्ना भई विगत चार महिनादेखि पढाई छुटेका एमबीबीएस १५ औं ब्याचका विद्यार्थीहरुका लागि कलेजले छुट्टै कक्षा सञ्चालन गर्ने भएको छ । बुधबार काठमाडौंमा भएको छलफलका क्रममा कलेज प्रशासन र विद्यार्थीहरुबीच छुट्टै कक्षा सञ्चालन गरेर छुटेको पढाई 'रिकभर' गर्ने सहमति भएको हो ।

सहमति पत्रमा कलेजकातर्फबाट प्राचार्य प्रा.डा.रामहरी घिमिरे र सल्लाहकार डा.केपी शर्मासहित दश जना विद्यार्थीहरुले हस्ताक्षर गरेका छन् । सहमति पत्रमा विद्यार्थीहरु अमृत रिजाल, सदिक्षा आचार्य, सदिक्षा चापागाई, दिपेश पौडेल, श्रद्धा मैनाली, अभिषेक माबो, राजन शाह, प्रशेष जोशी, मनोज न्यौपाने र तमुन्ना कार्कीले हस्ताक्षर गरेका छन् । सहमति अनुसार १० जना विद्यार्थीहरुको पहिलो सेमेष्टरमा छुट भएको ४ महिनाको अध्ययन रिकभर गर्ने गरी चैत ७ गतेबाट २ महिनासम्मका लागि कलेजले छुट्टै कक्षा सञ्चालन गर्नेछ ।

विद्यार्थीहरुका लागि सोही अवधिमा प्रत्यक शनिवार छुट्टै प्राक्टिकल कक्षा सञ्चालन गरिनेछ । पहिलो सेमेष्टरको कोर्स सकिएपछि मात्र कलेजले उक्त सेमेष्टरको छुट्टै परीक्षाको व्यवस्था मिलाउँने नोबेल मेडिकल कलेजका सञ्चालक डा.सुनिल शर्माले जानकारी दिए ।

संघको अध्यक्ष सहित निवर्तमान र पूर्व अध्यक्ष सम्मानित

विराटनगर । नारदमुनी पवित्रादेवी स्मृति कोषले मोरंग व्यापार संघका अध्यक्ष नवीन रिजाल सहित निवर्तमान अध्यक्ष प्रकाश मुन्दडा र पूर्वअध्यक्ष महेश जाजूलाई आफ्नो सतकर्म प्रयासबाट समाजका विभिन्न क्षेत्रमा पुऱ्याउनु भएको योगदान, विभिन्न क्षेत्रमागर्नुभएको समाज सेवा तथा नेपाली औद्योगिक क्षेत्रमा पुऱ्याउनु भएको योगदानको कदर गर्दै दोसल्ला ओढाई सम्मान पत्रले सम्मानित गरिएको छ ।

सो कोषको छात्रावृति तथा पत्रकारिता पुरस्कार कार्यक्रम अन्तर्गत जिलकुमारी पत्रकारिता पुरस्कार कोषका संरक्षक छलपति लुइटेलले संघका अध्यक्ष रिजाल सहित निवर्तमान अध्यक्ष मून्दडा र पूर्व अध्यक्ष जाजूलाई सम्मान गर्नु भएको थियो ।

सरस्वती उच्चमा. वि. झोराहटमा आयोजित उक्त कार्यक्रममा प्रमुख अतिथिका रुपमा संघका निवर्तमान अध्यक्ष प्रकाश मून्दडा र विशिष्ट अतिथिका रुपमा संघका अध्यक्ष नवीन रिजाल र का.का.सदस्य आशिष जाजूको सहभागिता रहेको थियो ।

कोरोना (COVID–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, बिरालो, कुकुर जस्ता जनावरबाट टाढा रहने ।

कटहरी गाउँपालिका मोरंग प्रदेश नं. १

आसरा सुधार केन्द्र पानवारी धरानको स्वामित्व प्रदेश प्रहरीलाई हस्तान्तरण

सुनसरी । आसरा सुधार केन्द्र रानीवारी, महाराजगंज, काठमाडौं को स्वामित्वमा रहेको आसरा सुधार केन्द्र धरान पानवारी अब १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालय विराटनगरको सम्पूर्ण जिम्वेवारी रहने गरी मंगलवार स्वामित्व हस्तारण गर्दै आसरा सुधार केन्द्र, पानवारी धरानको चौथो बार्षीकोत्सव भब्यताका साथ सम्पन्न भएको छ ।

केन्द्रको प्राङगणमा आज भएको एक बिशेष समारोहका बिच कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी नेपाल प्रहरी श्रीमती संघकी अध्यक्ष श्रीमती सिर्जना थापाले पानसमा दिप प्रज्वलन गरी बिधिवत रुपमा समुद्घघान गरेको थियो ।

आसरा सुधार केन्द्र धरानको प्राङ्गणमा सम्पन्न उक्त कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नु हुदै संघकी अध्यक्ष श्रीमती सिर्जना थापाले दुर्बयसनीमा फसेका युवा पीढीलाई उपचार, परामर्श तथा पुनर्स्थापना मार्फत पुर्नजीवन प्रदान गरी समाजको एक प्रतिष्ठित नागरिकको रुपमा पुनर्स्थापना गर्ने कार्य गर्दै आएको आसरा सुधार केन्द्रले आगामी दिनमा थप ब्यवस्थित तरिकाले प्रभावकारी रुपमा अगाडी बढ्नु पर्ने सुझाव दिदै केन्द्रका कर्मचारी तथा बिभिन्न खेलकुद बिधामा प्रथम भएका उपचाररत सदस्यहरुलाई प्रशंसा पत्रले सम्मान गरेको थियो ।

कार्यक्रममा सुनसरीका प्रमुख जिल्ला अधिकारी ईन्द्रदेव यादव, १ नं. प्रदेश प्रहरी कार्यालय विराटनगर का प्रमुख प्र.ना.म.नि. अरुण कुमार बि.सी., पुर्व प्रहरी नायव महानिरीक्षक ज्ञान बिक्रम साह, आसरा सुधार केन्द्र धरानका संचालन समितिका सदस्यले शुभकामना तथा मन्तब्य राख्नु भएको थियो ।

आसरा सुधार केन्द्रका अध्यक्ष प्रहरी बरिष्ठ उपरिक्षक बिकाशराज खनालको सभापतित्वमा सम्पन्न चौथो बार्षिकोत्सवको अवसरमा प्रउपचाररत सदस्यहरुले गायन तथा नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए ।

कार्यक्रममा नेपाल प्रहरी श्रीमती संघ, प्रदेश प्रहरी श्रीमती संघका पदाधिकारीहरु, संचालक समितीका पदाधिकारीहरु, केन्द्रका आजिवन सदस्यहरु, स्थानिय जनप्रतिनीधीहरु, सुरक्षा निकायका पदाधिकारीहरु र उपचाररतहरुको सहभागिता रहेको थियो ।

केन्द्रीय समितिको निर्णय विधान विपरीत भएको भन्दै प्रेस यूनियन झापाको आपत्ती

बिर्तामोड । नेपाल प्रेस युनियन केन्द्रीय समितिले केहीदिन अघि सातजना केन्द्रीय सदस्यमा मनोचित गरेको निर्णयप्रति नेपाल प्रेस युनियन झापा शाखाले आपत्ती जनाएको छ ।

झापा शाखाका सभापति इन्दु पूर्वेली र डिल्लीराम घोसांईले संयुक्त रुपमा विज्ञप्ति जारी गर्दै बैधानिकता सकिएको चारबर्षपछि २०७९ जेठ १३ र १४ गतेका लागि नवौं महाधिवेशन तय गरिसकेको अवस्थामा पुनः विधान विपरित केन्द्रीय सदस्य मनोनित गर्नु संस्थाको विधान विपरित भएको ठहर गर्दै प्रेस युनियन झापाले आपत्ती जनाएको हो ।

युनियन झापा शाखाले विधान मिचेर गरिएको उक्त निर्णय सच्याउन माग गर्दै विज्ञप्तिमा भनिएको छ-'उक्त निर्णय फिर्ता नलिए उत्पन्न हुने असहज परिस्थितिप्रति गम्भिर हुनसमेत केन्द्रीय समितिलाई आह्वान गर्दछौं ।'

विज्ञप्तिमा भनिएको छ - '२०७१ साल भदौ २१ देखि २३ गतेसम्म पोखरामा सम्पन्न आठौं महाधिवेशनले चयन गरेको वर्तमान नेतृत्वको बैधानिकता विधानत: २०७४ सालमा नै सकिएको युनियनमा आबद्ध सबैमा विदितै छ । बैधानिकता सकिएको चारबर्षपछि आगामी २०७९ जेठ १३ र १४ गतेका लागि नवौं महाधिवेशन तय गरिसकेको अवस्थामा पुन: विधान विपरित सदस्यता थप गर्दै जानुले विधि, प्रक्रिया र विधान मिचिएको प्रति नेपाल प्रेस युनियन झापाको आपत्ती छ । '

नेपाल प्रेस युनियनको विधानको परिच्छेद ५ (क) मा युनियनको केन्द्रीय समिति ७१ सदस्यीय हुने र त्यसमध्ये ६६ जना निर्वाचित एवं ५ जना मनोनयन गर्ने प्रावधान उल्लेख रहेको विज्ञप्तिमा जनाइएको छ । उक्त प्रावधान अनुरुप यसअघि नै ७१ सदस्यीय केन्द्रीय समिति बनेको बुझिएको र विधानको प्रावधान विपरित महाधिवेशन तोकिसकेको सन्दर्भमा पुन: ७ जना मनोनयन गर्ने सर्वाधिकार नरहेको जनाइएको छ । साथै प्रेस युनियनको विधानको परिच्छेद ५ को २१ (क) मा पाँचबर्ष अघिदेखि प्रेस युनियनको निरन्तररुपमा साधारण सदस्य रहेको ब्यक्ति मात्रै केन्द्रीय सदस्यका लागि योग्य हुने विधानत: व्यवस्था रहेको विज्ञप्तिमा उल्लेख गरिएको छ ।

'विधानको उक्त ब्यवस्थालाई लत्याएर लगभग साढे तीनमहिना अघिमात्रै नेपाली कांग्रेसमा प्रवेश गरेका नवप्रवेशी ब्यक्तिदेखि, लगभग तीनबर्ष अघिमात्रै प्रेस युनियनको साधारण सदस्यता प्राप्त गरेका ब्यक्तिसम्मलाई समेत केन्द्रीय सदस्यमा मनोनयन गर्नु प्रेस युनियनको स्थापना कालदेखि सक्रिय अग्रजहरुमाथिकै अपमान, अवहेलना र संस्थामाथिकै गम्भिर घात हो भन्ने नेपाल प्रेस युनियन झापाको ठहर छ'-विज्ञप्तिमा भनिएको छ ।

नीति, नियम, कानून, विधान र लोकतान्त्रिक पद्धतिका पक्षमा निरन्तर वकालत गर्ने लोकतन्त्रवादी पक्षधर पत्रकारहरुको शिर निहुरिने गरी वर्तमान नेतृत्वले गरेको मनोनयन तत्काल फिर्ता लिएर महाधिवेशनका लागि सहज वातावरण बनाउन पनि नेपाल प्रेस युनियन झापाले जोडदार माग गरेको छ ।

'संविधान, कानून र संस्थाको विधानभन्दा माथि कोही पनि हुँदैन भन्ने विषयको हेक्का राखेर केन्द्रीय सदस्य मनोनयन गर्ने उक्त निर्णय तत्काल फिर्ता लिन हामी केन्द्रीय अध्यक्षको गम्भिर ध्यानाकर्षण गराउँदछौं । विधान विपरित कामचलाऊ मात्रै भइसकेको समितिले निश्पक्ष, धाँधलीरहित महाधिवेशनमा केन्द्रित हुन आग्रह समेत गर्दछौं'- विज्ञप्तिमा भनिएको छ- 'विधान विपरित संस्थाको नेतृत्व ओगटिरहने र प्रत्येक कामकारवाही समेत विधान विपरित गर्दै जाने छुट कसैलाई नहुने स्पष्ट पार्दै यो निर्णय फिर्ता नलिए उत्पन्न हुने असहज परिस्थितिप्रति गम्भिर हुन समेत केन्द्रीय समितिलाई आह्वान गरेका छन् ।

फागुन महिनाको सर्वोत्कृष्ट प्रहरीमा कुँवर घोषित

बिराटनगर । १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालय बिराटनगरले फागुन महिनाको सर्वोत्कृष्ट प्रहरी घोषित गरेको छ । सर्वोकृष्ट प्रहरी घोषित हुनेमा इलाका प्रहरी कार्यालय धरान सुनसरीमा कार्यरत प्रहरी नायव उपरीक्षक नरेन्द्र कुँवर रहेको छ ।

कुँवरले विभागिय मुल्य-मान्यता, आदेश-निर्देशनको पालना गरी ब्यवसायिक, लगनशील र कर्तब्यनिष्ठ तवरले कर्तब्यपथमा तल्लीन रही उच्च मनोवल र साहसका साथ आफ्नो कर्तव्य निर्वाह गरी अपराध अनुसन्धानको क्षेत्रमा विशेष योगदान पुऱ्याएको थियो ।

साथै धरान ४ स्थित कोशी राजमार्ग जंगलमा पुरुष मानिसको टाउको, जिउ र खुट्टाको भाग छुट्टिएको र सडीगली रहेको अवस्थामा फेला परेको घटनाको उत्कृष्ट अनुसन्धान गरी मृतकको पहिचान खुलाउन सफल भई उक्त घटनामा संलग्न प्रतिवादीहरु तथा अन्य विभिन्न अपराधिक घटनामा संलग्न व्यक्तिहरुलाई पक्राउ तथा कानूनी कारवाहीको दायरामा ल्याउन महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको थियो ।

आम नागरिकहरुमा सुरक्षाको अनुभूति हुने गरी नागरिक समक्ष प्रहरीको छवि उच्च बनाउने तर्फ प्रशंसनीय कार्य गरेकोले इलाका प्रहरी कार्यालय धरान सुनसरी दरबन्दी भई सोही कार्यालयमा कार्यरत प्रहरी नायव उपरीक्षक कुँवरलाई उत्कृष्ट कार्यको उच्च मुल्याङकन गर्दै फागुन महिनाको सर्वोत्कृष्ट प्रहरी घोषणा गरिएको छ ।

प्रहरी कर्मचारीहरुको मनोवल उच्च बनाउने तथा सम्पादित कार्यको उचित मूल्याङकन गर्दै १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालय बिराटनगरले १ नम्बर प्रदेश भरीका प्रहरी कर्मचारीहरु मध्येबाट प्रत्येक महिना सर्वोत्कृष्ट प्रहरी छनौट गर्दै आइरहेको छ । सर्वोत्कृष्ट हुने प्रहरी कर्मचारीलाई पुरस्कृत गरी उत्कृष्ट कार्यको बिवरण सहितको फ्लेक्स प्रिण्ट १ नम्बर प्रदेश प्रहरी कार्यालय बिराटनगर तथा प्रदेश प्रहरी अन्तरगत रहेका इलाका प्रहरी कार्यालय "क" स्तरसम्मका प्रहरी कार्यालयहरुमा १ महिना सम्म राखिदै आईएको छ ।

कर तिरौं, राजश्व बढाऔं

कर तिर्नु कानुनी अधिकार मात्र नभएर सम्मान पाउने अवसर पनि हो । त्यसैले कर तिरौं देशको राजश्व बढाऔं ।
स्थायी लेखा नम्बर लिनुहोस ढुक्क भएर व्यवसाय सञ्चालन गर्नुहोस् ।
लेखा राखौं हिसाबमा भर, हचुवामै नतिरौं कर
कर्तव्य ठानेर कर तिरौं नव नेपाल निर्माणमा सहभागी बनौं ।
सामान किनौं मतिलो ठानेर बिल मागौं अधिकार ठानेर ।

अन्तरिक राजश्व कार्यालय विराटनगर

क्राईम अपरेशन
CRIME OPERATION साप्ताहिक

नोवेल अस्पतालले विरामीको पेटबाट निकालियो बक्कल र सिक्री

विराटनगर । विराटनगर स्थित नोबेल शिक्षण अस्पतालले एक विरामीको पेटबाट पेटीको 'बक्कल' र सिक्री निकालेको छ ।

भोजपुर नगरपालिका वडा नं. १२ टक्सारका २१ बर्षीय युवाको पेटबाट कम्मरमा बाध्ने पेटीको बक्कल र घाँटीमा लगाउँने फलामको सिक्री निकालिएको थियो ।

परिवार स्रोतका अनुसार ती युवाले आत्महत्या प्रयास गर्ने क्रममा आफैले कम्मरमा लगाएको पेटीको बक्कल र घाँटीमा लगाएको सिक्री निलेका थिए । घटनापछि उपचारका लागि नोबेल ल्याइएका ती युवाको पेटबाट दुवै सामान निकालिएको हो । विना चिरफार इण्डोस्कोपिक विधिमार्फत पेटमा भएको बक्कल मुखबाट निकालिएको नोबेलका बिशेषज्ञ शल्यचिकित्सक डा.ध्रुव नारायण शाहले जानकारी दिए ।

डा.शाहका अनुसार ती युवाको पेटको खाना नलीमा बक्कल अड्किएको थियो भने आमाशयमा सिक्री थियो । मुखबाट इण्डोस्कोप छिराएर मुखबाटै बक्कल निकालिएको हो । आमाशयमा रहेको सिक्री भने दिसाको माध्यमबाट निस्किएको हो । पेटको शल्यक्रिया तथा क्यान्सर सम्बन्धि चिकित्सक डा.शाह, डा.मोहन खड्कासहितको टोलीले वक्कल निकालेर विरामीलाई जोखिममुक्त बनाएको थियो ।

विना चिरफार बक्कल र सिक्री निकालिएपछि अहिले ती युवाको स्वास्थ्य अवस्था सामान्य छ । स्वास्थ्य अवस्था सामान्य बनेपछि उनलाई डिस्चार्ज गरिएको नोबेल अस्पतालले जनाएको छ ।

प्रहरी कार्यालय उदयपुरको नव निर्मित भवन उद्घाटन

उदयपुर । जिल्ला प्रहरी कार्यालय उदयपुरको नव निर्मित भवनहरुको संगठन प्रमुख प्रहरी महानिरीक्षक शैलेश थापा क्षेत्रीको प्रमुख आतिथ्यतामा सोमवार समुदघाटन भएको छ ।

एक कार्यक्रम बीच त्रियुगा नगरपालिका वडा नं. १० बोक्से स्थितमा रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय उदयपुरको नवनिर्मित कार्यालय, व्यारेक, हिरासत कक्ष, कार्यालय प्रमुखको निवास, सिनियर प्रहरी अधिकृत आवास, प्रहरी भान्सा घर तथा नागरिक सहायता कक्षको प्रहरी महानिरीक्षक थापा क्षेत्रीले समुदघाटन गर्नु भएको थियो ।

नवनिर्मित भवनहरुको उद्धाटन तथा निरिक्षण पश्चात कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नु हुँदै प्रहरी महानिरीक्षक थापा क्षेत्रीले नयाँ भवनको निर्माणमा प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रुपमा सहयोग पुऱ्याउनु हुने सम्पूर्णमा धन्यवाद दिनुका साथै नयाँ भवनबाट पाउने प्रहरी सेवाको आशा जनतामा पनि बढ्ने भएकोले प्रहरीले प्रदान गर्ने सेवाको गुणस्तरीयतालाई अझ प्रभावकारी बनाउनु पर्नेमा जोड दिएका थिए ।

२४ सै घण्टा ड्युटीमा खटिनु पर्ने प्रहरी कर्मचारीहरुलाई नयाँ भौतिक सुबिधाले थप मनोवल बढ्ने र कार्यक्षेत्रमा समेत यसले अनुकुल वातावरण सिर्जना गर्ने बताउँदै सुबिधा सम्पन्न भवन प्राप्त भएसंगै थप जोस र उर्जाका साथ प्रहरी काम कारवाहीलाई अगाडि बढाउन कार्यरत सम्पुर्ण प्रहरी कर्मचारीहरु लाई निर्देशन समेत दिएको थियो ।

साथै सुरक्षा, जनता र प्रहरीको संयुक्त जिम्मेवारी भएकाले अपराध नियन्त्रण कार्यमा प्रहरीलाई सहयोग गर्न सबैमा अनुरोध समेत गरेको थियो ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि प्रहरी महानिरीक्षक थापा क्षेत्रीले भवन निर्माण कार्यमा उल्लेखनिय योगदान पुऱ्याउने महानुभावहरुलाई प्रशंसा पत्रले सम्मान गर्नु भएको थियो ।

कार्यक्रममा धन्यवाद ज्ञापन गर्नुहुँदै १ नम्बर प्रदेश प्रमुख प्रहरी नायव महानिरीक्षक अरुण कुमार बि.सी.ले सुबिधा सम्पन्न भवन प्राप्त भए संगै प्रहरीद्वारा आम नागरिकलाई चुस्त दुरुस्त तथा थप प्रभावकारी ढंगले जनमैत्री प्रहरी सेवा प्रदान गर्नेमा आफु बिश्वस्त रहेको बताउँदै कानूनको परिधिमा रही जन चाहना बमोजिमको प्रहरी सेवा प्रदान गर्न सम्पुर्ण प्रहरी कर्मचारीहरुलाई निर्देशन समेत दिएको थियो ।

नेपाल सरकारको नियमित बजेटबाट जिल्ला प्रहरी कार्यालय उदयपुरको हाता भित्र नवनिर्मित कार्यालय भवन, व्यारेक, हिरासत कक्ष, कार्यालय प्रमुखको आवास, सिनियर प्रहरी अधिकृत आवास, प्रहरी भान्सा घर तथा नागरिक सहायता कक्ष गरी कुल ९ करोड ४९ लाख ९६ हजार ६६८ रुपैयाँको लागतमा निर्माण सम्पन्न भएको हो ।

कार्यक्रममा जिल्ला प्रशासन कार्यालय उदयपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी बिरेन्द्र कुमार यादब, त्रियुगा नगरपालिकाका प्रमुख बलदेव चौधरी तथा पत्रकार महासंघ उदयपुरका अध्यक्ष भरत खड्काले शुभकामना मन्तब्य राख्नु भएको थियो ।

उक्त कार्यक्रममा संघिय प्रहरी ईकाई कार्यालय धरानका प्रमुख प्रहरी वरीष्ठ उपरीक्षक बिकासराज खनाल, श्री नं १८ बाहिनी अड्डाभुल्के ब्यारेकका बाहिनिपति सहायक रथी मधुकर सिंह कार्की, सरकारी कार्यालयका प्रमुख तथा प्रतिनिधिहरु, बिभिन्न राजनैतिक दलका नेता तथा पार्टी प्रतिनिधि,स्थानिय बुद्धिजिवि, समाजसेवि तथा प्रहरी कर्मचारीहरु को उपस्थिति रहेको थियो ।

प्रतिवन्धीत लागुऔषध ब्राउन सुगर सहित एक जना पक्राउ

झापा । झापाको मेचीनगर नगरपालिका वडा नं. ६ स्थितबाट प्रतिवन्धित लागुऔषध ब्राउन सुगर सहित १ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्नेमा पाखिवास नगरपालिका वडा नं. ३ धनकुटाका ३३ बर्षीया बिनोद घिमिरे रहेको छ । मंगलवार इलाका प्रहरी कार्यालय काँकरभिट्टा र लागुऔषध नियन्त्रण ब्युरो काँकरभिट्टाबाट खटिएको संयुक्त टोलीले मेचीपुल छेउमा भारतबाट नेपाल तर्फ पैदल आउदै गरेका घिमिरेलाई संकालागि चेक जाँच गर्दा निजको साथबाट २३ ग्राम ब्राउन सुगर बरामद गरेको थियो ।

प्रतिवन्धित लागुऔषध ब्राउन सुगर सहित पक्राउ परेका घिमिरेको इलाका प्रहरी कार्यालय काँकरभिट्टाबाट थप अनुसन्धान भईरहेको 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 ।

जहदा गाउँपालिका मोरंग प्रदेश नं. १

क्राईम अपरेशन साप्ताहिक पत्रिकाको इ-पेपर
www.crimeoperation.net
मा लगइन गरी हेर्न सम्पूर्ण महानुभावहरुमा हार्दिक अनुरोध गर्दछु । सम्पादक

काजु खानुका एक्काईं फाईदा, कुन तत्व कति पाईन्छ ?

महँगो ड्राइ फ्रुट हो काजु । निम्न आर्थिक अवस्था भएका व्यक्तिले नियमित काजु खान सक्दैनन् । महँगो भए पनि काजुका फाइदा भने अनगिन्ती छन् । ड्राइ फ्रुटको राजा मानिने काजु सबै उमेर समूहको मानव जीवनलाई फाइदा पुऱ्याउने खाद्य हो ।

थौरै खादा पनि धेरै फाइदा पुऱ्याउने काजुमा मेग्निसियम, कपर, आइरन, पोटासियम लगायतका तत्व भरपुर मात्रामा पाइन्छ । यी तत्वले शरीरलाई स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ । त्यसैले हरेक दिन दुई या तीन पिस मात्र पनि काजुको सेवन स्वास्थ्यका लागि निकै लाभदायक मानिन्छ । काजुलाई ऊर्जाको राम्रो स्रोत मानिन्छ । केही काम नगर्दा पनि थकान महसुस हुन्छ अथवा काम गर्ने मुड बन्दैन भने काजु खानाले शरीरमा ऊर्जा थपिन गई फूर्ती आउँछ ।

काजुमा प्रोटिनको मात्रा उच्च हुन्छ । त्यसैले काजु खाने गर्नाले अनुहार चम्किलो बन्छ । काजुलाई पानीमा भिजाएर पिस्ने र बनेको लेपले अनुहारमा मसाज गर्नाले अनुहार अझ बढी चम्किलो हुन्छ । काजुमा एक प्रकारको तरल पाइन्छ, जसमा भिटामिन-बी प्रचुर मात्रामा हुन्छ । यसले दिमाग तेजिलो बनाउँछ । काजु खानाले शरीरमा युरिक एसिड फर्मेसन हुँदैन । युरिक एसिडको समस्या भएकालाई ड्राइफुड उपयुक्त मानिँदैन । तर त्यस्ता मानिसले पनि निर्धक्कसँग काजु खान सक्छन् ।

काजुमा सोडियमको मात्रा कम हुन्छ र पोटासियमको मात्रा बढी हुन्छ । त्यसैले काजु खाने गर्नाले रक्तचाप नियन्त्रित अवस्थामा रहन्छ । हरेक बिहान काजु खाने गर्नाले कोलेस्टेरोलको मात्रा नियन्त्रित रहन्छ । काजुमा कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, आइरन, जिंक, म्याग्नेसियम, कपर आदि पाइन्छ । यी तत्वले हड्डी तथा दाँत बलियो बनाउनुका साथै शरीरका सबै प्रणालीलाई चुस्त राख्छन् ।

काजु प्रोसेसिङ गर्ने काम पनि निकै कठिन मानिन्छ । सामान्यतया काजुलाई हातले छोडाउनुपर्ने हुनाले लेबर कस्ट ज्यादा पर्छ । त्यसैले पनि काजु महँगो पर्न गएको हो । काँचो काजु चाहिँ नखाँदा बेस मानिन्छ, किनकि काँचो काजुमा उरुसिओल नामको एक किसिमको टक्सिन केमिकल पाइन्छ, जसले शरीरमा पोइजन हुने डर पर्याप्त हुन्छ ।

काजुमा कुन तत्व कति पाइन्छ ?

युएस डिपार्टमेन्ट अफ एग्रिकल्चरका अनुसार एक वन्स अर्थात् २८.३५ ग्राम काँचो काजुमा १५७ क्यालोरी पाइन्छ र ८.५६ ग्राम कार्बोहाइडेट, १.६८ ग्राम सुगर, ०.९ ग्राम फाइबर, ५.१७ ग्राम प्रोटिन, १२.४३ ग्राम चिल्लो पदार्थ, १० मिलिग्राम क्याल्सियम, १.८९ एमजी आइरन, ८३ एमजी म्याग्निसियम, १६८ एमजी फस्फोरस, १८७ एमजी पोटसियम, ३ एमजी सोडियम, १.६४ एमजी जिन्क पाइन्छ । एक वन्स अर्थात् २८ ग्राममा लगभग १८ दाना काजु रहन्छ । साथै काजुमा भिटामिन सी र भिटामिन बी पनि पाइन्छ ।

परिकारमा काजु

भारतीय भन्सा काजु बिना अधुरो रहन्छ । परापूर्वकालदेखि भारतमा मुग्लाइहरुले खानामा काजु मिसाएर खाँदै आएका छन् । चाहे ग्रेभीमा होस् या बिर्यानीमा, काजुको मात्रा राख्नैपर्ने उनीहरुको नियम थियो, जुन अहिलेसम्म चलिरहेको छ । आधुनिक पकवानमा पनि भन्सामा काजु बिना अधुरो रहन्छ । ह्वाइट ग्रेभीमा होस् या रेड ग्रेभी, ब्राउन ग्रेभी नै किन नहोस् काजु मैसाइएकै हुन्छ । काजुको पेस्ट विभिन्न अन्य साकाहारी सब्जीका परिकारमा पनि हाल्ने गरिन्छ ।

कबाब, मिठाइ, खिर तथा केकमा पनि काजुको मात्रा प्रसस्त मिसाइन्छ । काजुको पेस्टले खानालाई अतिरिक्त स्वाद थप्ने मात्र होइन, मुलायनपन दिनुको साथै स्वादिस्ट पनि बनाउँछ । स्वास्थ्यका हिसाबले पनि काजु निकै उपयोगी हुने हुँदा घरायसी पकवानमा पनि प्रयोग हुन थालेको छ । होटलहरुमा अति विशिष्ट पाहुनाहरुको स्वागतका लागि पनि काजु रोस्ट गरेर टर्क्याउने चलन छ । काजुको बर्फी पनि अति स्वादिस्ट मिठाइमा गणना गरिन्छ । चाइनिज या थाई किचनमा पनि काजुका यावत परिकार बनाइन्छ । स्न्याक्स होस् या मेन कोर्स, फिस होस् या चिकन, काजुको प्रयोग गरिएकै हुन्छ । कुनै खानामा काजुलाई पिरो बनाएर प्रयोग गरिन्छ त कुनैमा माइल्ड हिसाबले मिसाइएको हुन्छ ।

नियमित काजु खानुका फाइदा

- दाँतलाई मजबुत तुल्याउन ठूलो भूमिका खेलेको हुन्छ ।
- कपाल चमकदार बनाउन पूर्ण रुपमा मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- आँखाको तेज बढाउन पनि काजुले ठूलो भूमिका खेलेको हुन्छ ।
- गर्भवतीको लागि काजु बरदान मानिन्छ । जसले आमा र बच्चा दुवैलाई फाइदा पुऱ्याएको हुन्छ ।
- कब्जियतबाट टाढा रहन पनि नियमित काजु खाँदा फाइदा पुग्छ ।
- सधैं ताजगी र स्वस्थ, स्फुर्त रहन काजु निकै उपयोगी मानिन्छ ।
- नियमित काजु खानाले सेक्स क्षमतामा वृद्धि हुन्छ ।
- हड्डी मजबुत गराउँछ ।
- कमजोर महसुस हुनेलाई मजबुत हुन मद्दत गर्छ ।
- अनुहारको छालामा चमक ल्याउँछ ।
- कुनै साइड इफेक्ट गर्दैन ।
- मुड अपसेट हुँदा काजु सेवन गर्नाले स्वतः निराशा हटेर जान्छ ।
- थकान मेटाउन सहयोग पुऱ्याउँछ ।
- जुनसुकै उमेरकाले खाँदा पनि कुनै असर नपुऱ्याउने ।
- शरीरलाई आवश्यक पोषण तत्व प्रदान गर्छ ।
- डायबेटिज नियन्त्रण गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- मुटु बलियो बनाउँछ र डर लाग्ने जस्ता रोग नियन्त्रण हुन्छ ।
- कोलेस्टेरोल घटाउन सहयोग पुऱ्याउँछ ।
- रक्तचाप नियन्त्रण गर्न प्रमुख भूमिका खेल्छ ।
- काजुले दिमाग तेजिलो बनाउन ठूलो भूमिका खेलेको हुन्छ ।
- तनाव घटाएर थकान हुनबाट बचाउँछ ।

सूचना सूचना सूचना

सड्क क्षेत्रको दायाँ बायाँ रहेका रुख काट्नु सार्वजनिक अपराध हो । यसरी रुखहरु काटिएको पाईएमा नियम कानून बमोजिम कारवाही हुने व्यहोरा जानकारी गराउँद छौ । सडक हाम्रो सार्वजनिक सम्पति हो, यसका संरक्षण र सम्बर्द्धन गरौ, सडक सफा राखौं र सडक अतिक्रमण हुनबाट जोगाऔं ।

सडक डिभिजन कार्यालय, विराटनगर प्रदेश नं. १

क्राईम अपरेशन
CRIME OPERATION

सुरक्षा निकायका प्रमुखहरु द्धारा सिमा स्तम्भको अवलोक निरक्षण

बिराटनगर । सुनसरी जिल्लाको दक्षिणी भेगमा रहेको नेपाल भारत सिमा स्तम्भहरुको सुरक्षा निकायका प्रमुखहरुबाट निरीक्षण भएको छ ।

सिमा स्तम्भहरुको निरीक्षण अवलोकनकै क्रममा सुरक्षा निकायका प्रमुखहरुले स्थानिय मानिसहरुसंग भेटघाट तथा अन्तरक्रिया समेत गर्नु भएको थियो ।

सीमा क्षेत्र अवलोकन एवम् निरीक्षणको क्रममा प्रदेश प्रहरी प्रमुख बि.सी.ले सीमा क्षेत्रमा रहेका इलाका प्रहरी कार्यालय देवानगंज, सिमा प्रहरी चौकी साहेवगंज, प्रहरी चौकी कप्तानगंज, अस्थायी प्रहरी चौकी मोतिटप्पु सुनसरीको समेत निरीरक्षण गर्नुका साथै कार्यरत सम्पूर्ण प्रहरी कर्मचारीहरुलाई आवश्यक निर्देशन दिनु भई सीमा क्षेत्रमा हुने बिविध गतिविधिका बारेमा विस्तृत जानकारी लिनु भएको थियो ।

बुधबार भएको निरीक्षक प्रदेश प्रहरी प्रमुख अरुण कुमार बि.सी., सुनसरी जिल्लाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी इन्द्र देव यादब, सुनसरी जिल्ला प्रहरी प्रमुख प्रहरी उपरीक्षक संजय सिंह थापा, सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक, राष्ट्रिय अनुसन्धान सुनसरीका प्रमुख समेतको उपस्थिति रहेको थियो ।

टोलीले सुनसरीको देवानगंज, साहेवगंज, कप्तानगंज एरियाहरुमा अवस्थित नेपाल भारत सिमामा रहेको सिमा स्तम्भहरुको निरीक्षण अवलोकन गरेको थियो ।

पत्रकार राईलाई झिल कुमारी लुइँटेल पुरस्कार प्रदान

विराटनगर । नारदमुनि पवित्रादेवी लुइँटेल स्मृति कोषद्वारा स्थापित झिलकुमारी लुइँटेल स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार २०७८ बाट विराटनगरका पत्रकार अभकुमार राई पुरस्कृति भएको छ ।

मंगलबार कोषले नेपाल पत्रकार महासंघ मोरङका कोषाध्यक्ष तथा मकालु टेलिभिन र देशसंचार अनलाइनका पत्रकार राईलाई बुधवार पुरस्कृत गरेको थियो ।

कोषका संरक्षक छत्रपति लुइँटेलले पत्रकारिता क्षेत्रमा गरेको योगदानको कदर गर्दै पत्रकार राईलाई पुरस्कृत गरिएको जानकारी दिएका छन

हरेक वर्ष फागु पूर्णिमाको अघिल्लो दिन पारेर प्रदेश १ मा कार्यरत श्रमजीवी पत्रकारलाई पुरस्कृत गर्न शुरु गरेको हो । कोषले मोरङको ग्रामथान गाउँपालिका वडा नम्बर २ झोराहाटमा बुधबार कार्यक्रम आयोजना गरी पुरस्कार हस्तान्तरण गरेको संरक्षक लुइँटेलले बताए ।

त्यसैगरी कोषले सरस्वती नमूना उच्च मावि झोराहाटमा अध्ययनरत उत्कृष्ट तीन विद्यार्थीलाई छात्रवृत्तिसमेत प्रदान गरेको थियो ।

कोरोना (C0VID–19) भाइरसका बारेमा जनहितमा जारी सूचना

१. कसरी सर्छ कोरोना भाईर?
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

तुलसी प्याथोलोजी ल्याब एण्ड क्लिनिक
कोशी अस्पताल को अगाडी, विराटनगर

बिरामीहरुको लागि खुशीको खबर !!

ल्याब जाचमा ५0% सम्मको छुट
सम्पर्क नं. ९८४१३४८६४७, ९८१३३४४४७५

1. HBA1C
2. Lipid Profile
3. Liver Function Test (LFT)
4. Renal Function Test (RFT)
5. Thyroid Test (TFT)
6. Stool R/E
7. Urine R/E
8. Vit. D
9. Cardiac Function Test (CFT) etc...

नि:शुल्क सुगर जांच

यो सेवा प्रत्येक शनिवारको लागि मात्र रहनेछ ।
समय: विहान ७:00 बजेदेखि दिउँसो १२:00 बजेसम्म ।

टेम्के फुटबल क्लबलाई प्रथम अध्यक्ष कपको उपाधी

कमल । प्रथम अध्यक्षकप फुटबल प्रतियोगिताको उपाधि टेम्के फुटबल क्लब सुनसरीले चुमेको छ । बिहीबार भएको फाइनल खेलमा एपीएफ पकली सुसनरीलाई १-० ले पराजित गर्दै प्रतियोगिताको उपाधि चुमेको हो । उपाधिसँगै टेम्केले नगद २ लाखसहित ट्रफी मेडल र प्रमाण पत्र प्राप्त गरेको थियो ।

उपविजेता एपीएफ पकलीले १ लाख नगदसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाण पत्रमा चित्त बुझाएको थियो । दोस्रो हाफको ११ औं मिनेटमा टेम्केका अभिषेक खड्काको क्रसमा रोमन लिम्बूले गोल गर्दै टिमलाई अग्रता दिलाएका थिए । प्रतियोगिता भरी थप गोल हुन नसक्दा रोमन लिम्बूको गोल नै जितका लागि निर्णायक गोल बन्यो ।

प्रतिस्पर्धात्मक फाइनल खेलमा गोल गर्ने अवसर सदुपयोग गर्न नसक्दा पहिलो हाफसम्म दुवै टिम गोलरहित बराबरीमा रोकिएका थिए । खेलको १७ औं मिनेटमा एपीएफले पाएको फ्रिकिक युवराज खड्काको शक्तिसाली प्रहार टेम्केका गोलरक्षक प्रवीण लिम्बूले उत्कृष्ट बचाउ गरे । ६५औं मिनेटमा एपीएफका रोमन भुजेलले प्रहार गरेको बल पोष्ट बाहिरिएको थियो ।

बिहीबार भएको खेलको प्लेयर अफ दी म्याच टेम्केका रोमन लिम्बू घोषित भए । उनले नगद २ हजार ५ सयसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाण पत्र प्राप्त गरे । प्रथम अध्यक्षकप फुटबल प्रतियोगिताको उत्कृष्ट गोलरक्षक टेम्केका प्रवीण लिम्बू घोषित भए । प्रतियोगिताको उत्कृष्ट डिफेन्डर एपीएफका दिवस गिरी, उत्कृष्ट स्टाइकर टेम्केका आकाश राई, उत्कृष्ट कोच टेम्केका जोगिन मरिक घोषित भए । उनीहरुले नगद ३ हजारसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाण पत्र प्राप्त गरको थियो ।

प्रतियोगिताको सर्वोत्कृष्ट खेलाडी एपीएफका रोमन भुजेल घोषित भए । उनले नगद ५ हजारसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाण पत्र हात पारेका थिए । प्रतियोगिता को समापन समारोहका अवसरमा अग्रज खेलाडी बलबहादुर कार्कीलाई सम्मान गरिएको थियो । विगतमा केर्खा क्षेत्रमा कार्कीले फुटबल खेलको विकासमा दिएको योगदानको कदर गर्दै सम्मान गरिएको हो । कार्कीले केर्खा फुटबल क्लबसँगै झापा ११, बौद्ध फुटबल क्लबबाट समेत खेल खेलेका थिए ।

समारोहका बीच कमल गाउँपालिकाका फुटबल कोच रुस्तम राई, नवकिरण बाल क्लब लगायतलाई सम्मान गरिएको थियो ।

कमल गाउँपालिका खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष चतुरभुज सुवेदीको अध्यक्षता तथा प्रदेश सभा सदस्य तथा पूर्व आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्री हिक्मत कार्कीको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न कार्यक्रममा कमल गाउँपालिका अध्यक्ष मेनुका काफ्ले, उपाध्यक्ष बेनुप्रसाद सिवाकोटी, प्रमुख प्रशाशकीय अधिकृत काजीमान राई लगायत स्थानीय पार्टी प्रतिनिधि साथै समाजसेवी खेलप्रमीहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

कार्यक्रम समितिका सचिव सूर्यप्रसाद न्यौपानेले सञ्चालन गरेका थिए । कमल गाउँपालिका ३ स्थित केर्खा खेलमैदानमा प्रतियोगिता सपम्पन्न भएको थियो । मैत्रीपूर्ण फुटबल खेलमा आयोजक विजयी प्रदेश स्तरीय प्रथम अध्यक्षकप फुटबल प्रतियोगिताको फाइनल खेल अघि आयोजक समेत रहेको कमल गाउँपालिका खेलकुद विकास समिति र कमल गाउँपालिका कर्मचारीबीच भएको मैत्रीपूर्ण खेलमा आयोजक समिति विजयी भएको थियो । टाइब्रेकरमा ४-२ ले आयोजक समिति विजयी भएको थियो ।

निर्धारित समयमा १-१ गोलको बराबरी भएपछि खेल टाइब्रेकरमा धकेलिएको थियो । कमल गाउँपालिका खेलकुद विकास समितिका सदस्य भुवानी प्रसाद थेवेको कप्तानीमा आयोजक समिति मैदानमा उत्रिएको थियो भने कमल गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत काजिमान राईको कप्तानिमा कर्मचारी टिम सहभागि भएको थियो ।

बैंकको चर्को व्याजदरलाई रोक्न राष्ट्र बैंकलाई ज्ञानित्रि

विराटनगर । मोरंग व्यापार संघका अध्यक्ष नवीन रिजालको नेतृत्वको टोलीले मंगलवार नेपाल राष्ट्र बैंक विराटनगर शाखाका प्रमुख श्रीमती मीना पाण्डे समक्ष मोरङ्ग, सुनसरी औद्योगिक करीडोरका उद्योगी व्यवसायीहरुले हाल मुलुकको तरलताको अभावलाई न्यूनीकरण गर्न बैंकको चर्को ब्याजबृद्धिलाई रोक्न संस्थागत निक्षेपको ब्याज दर ६ प्रतिशत कायम गर्नु पर्ने माग गरेका छन् ।

सरकारले अहिले सम्म पूँजीगत खर्च करिब २० प्रतिशत सम्म मात्र खर्च हुनु सरकारको निरिहपन देखिन्छ भने अर्कातर्फ कूल निक्षेपको १८ अर्बजति संस्थागत निक्षेप रहेको र त्यस्तो निक्षेपमा बैंकहरुले ब्याजबृद्धि गरी ११ प्रतिशत कायम हुनुले यस्ता किसिमका अनुत्पादक क्षेत्रमा गरिएको लगानीले अझ भयावह स्थिति ल्याउन मद्दत पुर्याएको छ तसर्थ यसलाई अधिकतम ६ प्रतिशतमा ल्याई ऋणको ब्याजलाई एकल विन्दुमा ल्याउन माग गरेका छन् ।

त्यसैगरी धर्ना कार्यक्रममा महँगीको मार, सरकार बनौं जिम्मेवार, अचाक्ली महँगी नियन्त्रण गर, संस्थागत निक्षेप व्याजदर ६५ कायम गर, उद्योग/व्यवसायलाई एकल अंकको व्याजदर कायम गर, स्वदेशी उद्योगको संरक्षण गर, लगानी मैत्री वातावरण श्रृजना गर, उत्पादनमुलक उद्योगलाई बैंक ऋण सहज गर, स्वदेशी लगानी प्रोत्साहन गर लगायतका नारा सहितको प्ले कार्ड लिएर राष्ट्रि बैंक विराटनगर परिसर पुगेका थिए ।

संघका पूर्व अध्यक्ष एवम् कार्यसमिति सदस्य लगायत मोरङ्ग सुनसरी औद्योगिक करिडोरका उद्योगी व्यवसायी र पत्रकार सहित गएको टोलीले नेपाल राष्ट्र बैंक, विराटनगरका निर्देशक श्रीमती मीना पाण्डेलाई विज्ञप्ती बुझाउन संघको अगुवाईमा गएका उद्योगी/ व्यवसायी हरुको ज्ञापन पत्र बुझ्न अनुरोध गर्दा नमाने पछि प्लेकार्ड सहित सहभागी उद्योगी/व्यवसायीहरु र पत्रकारहरु प्रति सुरक्ष ानिकायवाट अभद्र व्यवहार हुँदा पनि सम्यमता अपनाई सभ्य तरिकाले आन्दोलित सहभागीहरु नेपाल राष्ट्र बैंकको मूलगेटमा १ घण्टा धर्ना प्रदर्शनमा बसे पश्चात निर्देशक श्रीमती मीना पाण्डे मूल गेटमा आई ज्ञापन पत्र बुझ्केकी थिईन ।

उक्त ज्ञापन पत्र सरोकारवालाई निकायसम्म पुऱ्याउन अनुरोध गर्दै यस विषयलाई समयमा निराकरणको मार्ग तर्फ नगए आगामी दिनमा शान्ती पूर्ण चरणवद्ध आन्दोलन गर्ने अध्यक्ष रिजालले वताए ।

मोरंग सुनसरी करिडोरका उद्योगी व्यवसायीहरु राज्य नीति विरुद्ध सडकमा आउनु भनेको देशको भयावह अवस्थालाई चित्रण गर्दछ तसर्थ सरकारले समयमा नै अहिलेको अवस्थाख प्रति गम्भीर हुन जरुरी रहेको संघका निवर्तमान अध्यक्ष प्रकाश मुन्दडाको भनाई थियो ।

छिमेकी देश भारतमा दुई वर्ष अगाडी १४ प्रतिशतको ब्याज ७ प्रतिशत कायम भएको तर नेपालमा भने ७ वाट १४ प्रतिशत पुग्ने अनुमान लगाउन सकिन्छ साथै अर्थ मन्त्री जनार्दन शर्माले ब्याजबृद्धिको खेल आफूले पनि बुझ्न नसकेको भन्नु कति सान्दर्भिक र शोभनीय छ हामी आफैं अनुमान लगाउन सकिन्छ भन्दै संघका पूर्व अध्यक्ष महेश कुमार जाजुले गुनासो गरेका थिए ।

त्यसैगरी संघका पूर्व अध्यक्ष पवन कुमार सारडाले भने अहिलेको तरलताको अभाव सँगै बैंकको ब्याजबृद्धिले समग्र अर्थतन्त्र सिथिल हुन पुगेको छ । संघका तर्फवाट हामीले विगत देखि वर्तमान समयमा पनि ब्याजदर घटाउने उपायहरु सरकार र राष्ट्र बैंकलाई सुझाव सहित दिएतापनि अहिले सम्म पनि त्यस प्रति कहि कतैवाट कुनै सकारात्मक संकेत नआउनु, नदेखिनु सरकारको लाचारीपन भएको दावी गरेका थिए ।