परिवर्तनको लागि
क्राईम अपरेशन
CRIME OPERATION साप्ताहिक

❑ वर्ष १३ ❑ अंक १० २०८१ असोज १३ आईतवार Sunday 29, SEP 2024 ❑ पृष्ठ: ६, ❑ मूल्य रु. १०/-

नेपाल खानेपानी संस्थान
शाखा कार्यालय, विराटनगर

सूचना

गर्मी, सुख्खा याम बढे सँगै जमिन मुनीका पानीका सतह घटिरहेकोले गर्दा पानी उत्पादन कम हुन गई वितरण प्रणालीमा समस्या भएको जानकारी गराउदै वितरण गरिएको पानी सहि सदुपयोग गरि दिनु हुन अनुरोध छ, साथै कहि कतै पाईप लिकेज भई पानी खेर गईरहेको देख्नु भएमा कार्यालयलाई जानकारी गराई दिनु होला ।

पानी उमालेर र फिल्टर गरेर मात्र प्रयोग गर्ने बानी बसालौं ।

किड्नी बेचेर भएपनि गणेश गंगा मन्दिर निर्माण गर्ने बाबा गिरीको अठोट

विराटनगर । सुनसरीको बराहक्षेत्र नगरपालका वडा नं. १ को कोशी तटमा रहेको बराक्षक्षेत्र धामको परिसरमा निर्माणधिन अवस्थामा रहेको गणेश गंगा मन्दिर आफ्नो एउटा किड्नी बेचेर भएपनि निर्माण कार्य सम्पन्न गर्ने बाबा काशी गिरीले अठोट लिएको छ ।

ओखलढुंगा जिल्ला कुन्तादोवें गाउँपालका वडा नं. २ घर भएका गिरी २०२८ सालमा घर छाडी भारतको विभिन्न धार्मिक स्थानहरुमा भ्रमण गर्दै शन्तमहात्माहरुको कुटीमा बस्दै आएका थिए । २०७१ सालमा बाबा गिरी बनेर बराहक्षेत्र धाम आएका थिए । सो स्थानमा कहीकतै गणेश गंगाको मन्दिर नदेखेपछि सोही समयमा बराक्षेत्र परिसरमा गणेश गंगाका मन्दिर बनाउने अठोट लिएका थिए ।

बाबा काशी गिरी

निर्माणाधिन गणेश गंगा मन्दिर

प्रथम पुजक गणेश जीको पुजा विना कुनै पनि कार्य सफल नहुने विचारबाट प्रभावित भएका बाबा गिरी सोही समय देखि श्री पंञ्च दशनाम जुना अखाडाको शाखा गणेश मन्दिर निर्माणाधिन बराहक्षेत्र-१ सुनसरी लेखिएको सहयोग रसिद छपाई विभिन्न व्यक्तिवाट पाएको सहयोग र गणेश गंगा मन्दिरको नामबाट राखिएको दानपेटिमा परेको दान दक्षिणावाट बराह मन्दिर चढ्ने गेटकै छेउमा ८३ फिट लम्वाई र ३३ फिट चौडाई भएको जगगामा मन्दिर निर्माण कार्य बाबा गरीले थालेका थिए । उक्त मन्दिर निर्माणका लागि माता पार्वतीले ४०५ रुपियाँ र ममता तामाङ्ग सांसदले ५ लाख सहयोग गरेकोमा मन्दिरलाई २

बांकी अन्तिम पेजमा...

बाढी पहिरोले ६ को मृत्यु ८ बेपत्ता २ घाईत

विराटनगर । केही दिन देखि परि रहेको अविरल वर्षाका कारण कोशी प्रदेशमा बाढी पहिरोमा परी ६ जनाको मृत्यु ८ जना बेपत्ता र २ जना घाईते भएको छन् ।

पाँचथरको दुई स्थानमा पहिरोले पुरिएर ३ जनाको मृत्यु भएको छ भने ४ जना बेपत्ता भएका छन । पाँचथरको फिदिम नगरपालिका-१ साँगेबोट स्थितमा रहेको राज कुमार नेम्वाङको घर पहिरोले बगाउँदा उक्त घरमा डेरा लिई बस्दै आएका फुरुङ्गा हाईड्रो पावरका कर्मचारी फिदिम नगरपालिका-१ का ५० वर्षीय गोपी विश्वकर्मालाई पहिरोले किच्दा घटना स्थलमा नै मृत्यु भएको थियो भने हाईड्रोपावरकै कर्मचारी फिदिम-१ का ५१ वर्षीय कृष्ण दास र उनको श्रीमती ४२ बर्षीय कमला दाश, फिदिम-१ का ५५ बर्षीय धन कुमार तुम्वापो र फिदिम-१ की २१ बर्षीय सरस्वता तुम्वापो पहिरोमा परी बेपत्ता थिए ।

त्यसै गरी फिदिम नगर पालिका-४ चिसापानी स्थितमा फुर्लु शेर्पाको घरमा पाहुना आएकी फिदिम-१२ की २४ बर्षीया सपना शेर्पा र उनको ६ बर्षीया छोरी डोल्मा शेर्पा आदिवासी जनजाति महासंघको टिनको छानो भएको सामुदायिक भवनमा सुतिरहेको अवस्थामा माथीबाट झरेको पहिरोले किचेर दुबै जनाको मृत्यु भएको अवस्थामा प्रहरीले फेला पारेको थियो ।

धनकुटाको पाख्रीबास नगरपालिका-५ का सन्तोष तामाङको घरमा माथीबाट पहिरो झर्दा किचिएर उनको ३२ बर्षीया श्रीमती आशा तामाङ र सासुआमा ५० बर्षीया राम

बांकी अन्तिम पेजमा...

१६ लाख पर्यटक भित्रियाउने महात्वाकांक्षी योजना

विराटनगर । विश्व पर्यटन दिवसको अवसर पारेर १६ लाख पर्यटक भित्रियाउने महत्वाकाँक्षी योजनाका साथ शुक्रवार कोशी प्रदेश भ्रमण वर्ष २०८२ को घोषणा गरिएको छ ।

विराटनगरमा आयोजित एक कार्यक्रमका बीच केशी प्रदेशका मुख्यमन्त्री हिक्मतकुमार कार्कीले कोशी प्रदेश भ्रमण वर्ष २०८२ को घोषणा गरेको थियो ।

'रमणीय कोशी' भन्ने नाराका साथ भ्रमण वर्ष घोषणा गर्दै मुख्यमन्त्री कार्कीले भने कोभिड १९ को विश्वव्यापी महामारी र पछिल्लो समय हामीले खेप्नु परेको आर्थिक शिथिलताले पर्यटन क्षेत्र प्रभावित भएको चर्चा गर्दै अब 'हामीले यी प्रतिकुलता हरुलाई छिचोल्दै अघि बढ्नु पर्नेछ, यसमा कोशी प्रदेश सरकार नीतिगत, कार्यगत र व्यवस्थापकीय कार्यहरु गर्ने सोच र दृष्टिकोण निर्माण गरी अघि बढ्ने प्रयत्न गरिरहेको छ, यसको प्रस्थान बिन्दुका रुपमा " कोशी प्रदेश पर्यटन वर्ष २०८२" लाई लिन सकिन्छ ।'

कोशी प्रदेश पर्यटनको हिसाबले नेपालको मात्रै नभइ विश्वकै उत्कृष्ट गन्तव्य भएको उल्लेख गर्दै यथोचित प्रचार प्रसार र गन्तव्यहरुको प्रर्वद्धन गर्न नसक्दा चाहेजस्तो उपलब्धि हासिल गर्न नसकेको मुख्यमन्त्री कार्कीले बताएका थिए । पर्यटन क्षेत्रको विविधतालाई उजागर गर्दै विश्वसामु चिनाउन सके कोशी प्रदेश छिट्टै नै संबृद्धिको यात्रामा अघि बढ्ने उहाँको भनाइ थियो ।

'कोशी प्रदेश धार्मिक तथा प्राकृतिक सम्पदाकै जगमा मुलुककै पर्यटनको 'हव' बन्छ ।' भन्दै मुख्यमन्त्री कार्कीले भने- 'प्यारग्लाइडिङ तथा तमोर तथा कोशी र्याफ्टिङ जस्ता सहासिक खेल पर्यटनले हाम्रो पर्यटकीय आधारलाई बलियो बनाएको छ ।

सोही कार्यक्रममा भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्री भूपेन्द्र राईले किराँत सभ्यताको उद्‍गम, जैविक विविधता, प्राकृतिक सौन्दर्यता ले कोशी प्रदेशको पर्यटनलाई मौलिक बनाएको बताउँदै उहाँले लोपोन्मुख रेड पाण्डा लगायतका वन्यजन्तुका कारण पनि कोशी प्रदेश विषेश बनेको चर्चा गरेका थिए ।

नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघ कोशी प्रदेशका अध्यक्ष राजेन्द्र राउतले कोशी प्रदेश भ्रमण वर्ष २०८२ सफलताको कामना गर्दै कोशी प्रदेश पर्यटकीय दृष्टिकोणबाट सम्भावना बोकेको भन्दै उहाँले यसको भरपूर सदुपयोग गर्नुपर्ने बताए । प्रत्येक जिल्ला जिल्लामा धार्मिक र पर्यटकीय क्षेत्र रहेको भन्दै तर पर्यटकहरुको आवागमन भने कम रहेको उहाँको भनाई थियो । पर्यटकीय क्षेत्रमा भौतिक पूर्वाधारको विकास गर्न सुझाव समेत राउतले दिए ।

कोशी पर्यटन वर्ष घोषणा गरेको सरकारले ८२ पर्यटकीय गन्तव्यको सूची पनि तयार गरेको पर्यटन वन तथा वातावरण मन्त्रालयका सचिव विशाल घिमिरेले जानकारी दिएका थिए । कोशी प्रदेश

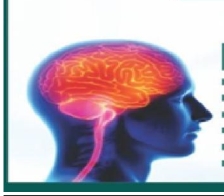
बांकी अन्तिम पेजमा...

चाडपर्वको समयमा खानपानमा ध्यान दिऔं ।

- मासु तथा मासुजन्य पदार्थको आवश्यकताभन्दा बढी उपभोग नगरौं ।
- काटेको वा पकाएको मासु वा मासुजन्य पदार्थ सुरक्षित राखेर मात्र उपभोग गरौं ।
- बासी सडेगलेको र गन्हाएको मासुजन्य पदार्थ उपभोग नगरौं ।
- मासु तथा मासुजन्य पदार्थसँग अन्य खानेकुराको सन्तुलन मिलाएर उपभोग गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

आर्या न्यूरो हस्पिटल
कञ्चनबारी, विराटनगर-३
निःशुल्क न्यूरो OPD
समय: १२:०० बजे देखि



तलका मध्ये कुनै समस्या देखिएमा
- टाउको दुख्ने, टाउको भारी हुने
- हात खुट्टा दुख्ने, हात खुट्टा नचल्ने (Paralysis) हुने
- हात खुट्टा गल्ने, लुलो हुने, हिड्न उभिन गाह्रो हुने
- हात खुट्टा झमझम गर्ने, पोल्ने, हात खुट्टा काम्ने
- घाँटी पछाडि दुख्ने, ढाड दुख्ने
- मुख बाङ्गिने, आँखा बन्द नहुने, एउटै कुरा दुइटा देख्ने
- खाने कुरा निल्न गाह्रो हुने, बोली नआउने
- (प्रष्ट आवाज नआउने)
- चक्कर लाग्ने, हिंड्दा लड्ने
- मिर्गी लाग्ने, छारे लाग्ने, बेहोस हुने
- कुराहरु बिर्सने, बेसुरका कुराहरु गर्ने

डा. पंकज राज नेपाल
वरिष्ठ न्यूरो सर्जन तथा प्रबन्ध निर्देशक
9802760888

स्थानीय...

स्वास्थ्य प्रशासक डा.सुरेश मेहतालाई प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालय धनकुटामा सरुवा गर्ने निर्णय मन्त्रिपरिषदले गरेको छ ।

लागुऔषध...

२८ ग्राम ३५० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित नियन्त्रणमा लिएको थियो ।

त्यसै गरी उदयपुरको कटारी नगरपालिका-७ स्थितमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय उदयपुरबाट खटिएको प्रहरी टोलीले ताप्ली गाउँपालिका-१ का ३० बर्षीय सरोज राई र २८ को दल बहादुर राईलाई १२ किलो ग्राम लागुऔषध गाँजा सहित नियन्त्रणमा लिएको थियो ।

लागुऔषध सहित पक्राउ परेका उनिहरुको सम्बन्धित प्रहरी कार्यालयहरुबाट थप अनुसन्धान तथा आवश्यक कानुनी कारवाही भईरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

१६ लाख...

पर्यटन वर्षको लागि सरकारले १० करोड रुपैयाँ बजेट राखेको छ । पर्यटन पूर्वाधार र अन्य पर्यटन सम्बन्धी शीर्षकमा १ अर्ब ७ करोड बजेट रहेको सचिव घिमिरेले जानकारी गराए । २०८२ सालमा मनाइने पर्यटन वर्षको लागि ८२ स्थान छनोट गर्ने उहाँको भनाइ थियो ।

किड्नी...

लाख ४० हजारमात्र प्राप्त भएको थियो । त्यस बाहेक अरु कही कतैवाट सहयोग नआएको गिरीले वताए ।

मन्दिर निर्माण कार्यमा बराहक्षेत्र विकास समितिका अध्यक्ष भक्त बहादुर श्रेष्ठले सहयोग गरेपनि हाल बराहक्षेत्र संरक्षण मंच नामबाट खोलिएका नयाँ समितिका अध्यक्ष राजु घिमिरे र सचिव मनोज भण्डारीले मन्दिर निर्माण कार्यमा अवरोध गर्ने गणेश गंगा मन्दिर निर्माणका लागि राखिएको दानपेटीका तोडफोड गरी हटाउन लगाउने, मन्दिर निर्माण कार्यमा अवरोध गर्ने गरेको पत्रकार सम्मेलनमा बाबा गिरीले वताए ।

उदयपुर जिल्ला घरभई २०७२ साल देखि बराहक्षेत्रमै बस्दै आएकी महन्थ लक्ष्मी गरीले भनिन बराहक्षेत्रमा मासु, दारु, सेकुवा बेच्न दिने तर दिन दुःखीहरुलाई फलफूल बेच्न नदिने, मिल्काई दिने, विभिन्न किसिमका अवरोध गर्ने, गणेश गंगा मन्दिर निर्माणमा बाधा-अवरोध गर्ने मंचका प्रतिनिधी प्रति दुःखेसो पोख्दै भने सबभन्दा पहिले बराहक्षेत्र परिसरबाट दारु, जाड, रक्सी, सेकुवाको पसल हटाउन मंचलाई चेतावनी दिदै भने अनि अरुकाममा हात हाल्न आग्रह गरे ।

गणेश गंगा मन्दिर तल दुई कोठा र माथि ६ कोठाको ढलाई समेत गर्दा ३० लाख जति खर्च भई सकेको छ । मन्दिर निर्माण कार्य सम्पन्न गर्न अझै १५ लाख जति लाग्ने भएकोले सो रकम सहयोग गरी दिन नेपाली दाजुभई दिदी बहिनीहरुलाई आग्रह गर्दै भने सहयोग नउठेमा कसैले मेरो एउटा किड्नी किनिदिएर मन्दिर निर्माणको लागि उक्त रकम सहयोग गरि दिए त्यसको लागि पनि तयार रहेको बावा गिरीले वताए ।

बाढी पहिरो...

कुमारी तामाङको घटना स्थलमा नै मृत्यु भएको थियो ।

सोही घरमा रहेकी छिमेकी २४ बर्षीया घाइते मिन माया तामाङ र छथरजोरपाटी गाउँपालिका-२ का चन्द्र बहादुर बाजिम्पाक मगरको घरमा माथीबाट पहीरो झरी घर पुरिंदा उनको २० बर्षीया छोरी सृजना बाजिम्पाक मगर घाईते भएकोमा प्रहरी चौकी जोरपाटीबजारबाट उद्धारमा खटिएको प्रहरी टोलीले उपचारको लागि जिल्ला अस्पताल धनकुटा पठाएको थियो ।

इलामको माई नगर पालिका-८ सेते खोलाले बगाएर १ जना बृद्धको मृत्यु भएको छ भने झापामा ३ जना र मोरङमा १ जना बेपत्ता भएका छन ।

माईनगरपालिका-८ का ६८ बर्षीय मैत बहादुर लिम्बु खोला तर्ने क्रममा खोलाले बगाएको अवस्थामा स्थनिय मानिसहरुले फेला पारी उद्धार गरी उपचारको लागी लैजाने क्रममा उनको बाटोमा नै मृत्यु भएको थियो ।

झापाको कचनकवल गाउँपालिका-१ स्थित जमुवा खोला तर्ने क्रममा स्थानिय पन्चु राजवंशीको १४ बर्षीया छोरी नेहारिका राजवंशीलाई बगाई बेपत्ता हुनुका साथै गाउँपालिका-१ का ३५ बर्षीय टिकाराम चौधरी कृष्ने खोलामा माछा मार्ने क्रममा खोलामा डुबी बेपत्ता भएका छन भने गौरीगंज गाउँपालिका-२ स्थित सुकुमबासी टोल का ५५ बर्षीय केनालाल राजवंशी घर नजिकै रहेको कृष्णे खोलामा हाम्फाल्दा बेपत्ता भएका छन ।

मोरङको रतुवामाई नगरपालिका-७ की ७२ बर्षीया डुरो देवी राजबंशी झापाको गौरादहबाट मोरङको सिजुवा आउने क्रममा रातुवा खोला तर्दा खोलाले बगाई बेपत्ता बनाएको छ । प्रहरीद्वारा बेपत्ता भएकाहरुको खोजी कार्य भईरहेको छ ।

करौडौको क्षति

बिरानगर । बिराटनगर महानगरपालिका-२ मा रहेको दुई पाङ्गे ईलेक्ट्रिक सवारी साधनको सोरुममा आगलागी हुँदा करोडौको क्षति भएको छ ।

आगलागीबाट सोरुममा रहेको ईलेक्ट्रिक स्कुटर साईकल ८० थान, ईन्भटर ६० थान, ब्याट्री २०० थान लगायतको सामग्रीहरू जलि करिव १ करोड ५० लाख बरावरको क्षेति भएको खुल्न आएको छ ।

असोज ९ गते बेलुकी तिर भाबिया ईन्टरनेशनल इलेक्ट्रिक सोरुममा बिधुत सर्ट भई आगलागी भएको थियो । आगो नियन्त्रण गर्न तत्काल जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरङबाट प्रहरी उपरीक्षक नवराज कार्की सहित प्रहरी टोली र ३ वटा बारुण यन्त्रको सहयोगमा आगो नियन्त्रण लिएको थियो ।

सभ्य रुपमा चाडपर्व मनाऔं

- चाडपर्वमा तडक-भडकसहितका खर्चिला कार्यक्रमहरु नगरौं ।
- चाडपर्वमा जुवातास नखेलौं र मद्यपान गरौं ।
- संस्कृति र परम्परा जोगाऔं, चाडपर्वको मौलिक पक्षको संरक्षण गरौं ।
- सबैको चाडपर्व एवम् संस्कृतिको सम्मान गरौं ।
- चाडपर्व मनाउँदा सामाजिक सद्भाव कायम राखौं ।

नेपाल सरकार, विज्ञापन बोर्ड

हार्दिक मंगलमय शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
गोल्डेन हस्पिटल, परिवार
बिराटनगर

हार्दिक मंगलमय शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
अरनिको आवासीय माध्यमिक विद्यालय
परिवार, तीनटोलिया बिराटनगर

हार्दिक मंगलमय शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
संतोष साह (के. अध्यक्ष)
नेपाल सुडी समाज परिवार

हार्दिक मंगलमय शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
बिराट आँखा अस्पताल
परिवार रोडसेष चौक, बिराटनगर

परिवर्तनको लागि क्राईम अपरेशन CRIME OPERATION साप्ताहिक
प्रवन्ध निर्देशक : हिरालाल साह ९८४२२०५८१६ सम्पादक/प्रकाशक : श्याम सुन्दर सुतिहार ९८४२०२७१४२,९८०७३५२२१३ कार्यालय विराटनगर-८ कम्प्युटर लेआउट:विजय कु.मण्डल मुद्रक:बाबा प्रिन्टर्स अफसेट प्रेस, बिराटनगर-७ इमेल:crimeopration@gmail.com

क्राईम अपरेशन
Crime Operation साप्ताहिक

सम्पादकीय

बाढी पिडितलाई राहत देउ

प्रचण्ड घामले गर्दा अक्रान्त बनेका जनजीवन मधेसी समुदायका महिलाहरुले मनाउने जितिया पर्व शुरु भएको असोज आठ गने मंगलवार देखि सातै प्रदेशमा मनसुनको सुरुवात भई अविरल वर्षा भई रहेको कारण मानवीय जीवनमा शीतलता हुनुका साथै सातै प्रदेशमा बाढी पहिरोले जनजीवन अक्रान्त बनेको छ। सोही अविरल बर्षाका कारण कोशी प्रदेशमा मानवीय क्षति हुनुका साथै धनजनको समेत क्षति भएको छ। अविरल वर्षा भई रहेको कारण अकिन मानवीय क्षति लगायत धनजनको क्षति विवरण आई सकेको छैन। कोशी प्रदेशमा बाढी पहिरोबाट मानवीय क्षतिको प्रारम्भीक विवरण अनुसार ६ जनाको मृत्यु ८ जना वेपत्ता र २ जना घाईते भएको छ।

मानवीय क्षतिमा पाँचथरको दुई स्थानमा पहिरोले पुरिएर ३ जनाको मृत्यु, धनकुट्टामा २ जनाको मृत्यु, इलाममा १ जनाको मृत्यु भएको छ। पाँचथरमा ४ जना वेपत्ता, धनकुटामा २ जना, झापामा ३, मोरंगमा १ बेपत्ता भएका छन्। पाँचथरमै २ जना घाईते भएको छ। त्यसैगरी बराह क्षेत्र नगरपालिका-६ र ९ मा बाढीमा फसेका ३४ छन। तीनीहरुलाई उद्दार गर्न र प्रदेश भरी पाढी पहिरोमा मरेकालाई उद्दार गर्न मुख्यमन्त्रीले सुरक्षा निकायलाइ निर्देशन समेत दिई सकेको छ। यस्तो अवस्थामा सवभन्दा पहिले पिडित परिवारलाई राहतको आवश्यकता हुन्छ। त्यो आवश्यकता प्रदेश सरकारले पुरा गर्नुपर्छ।

अविरल वर्षाका कारण बाढी पहिरोबाट भएका मानवीय क्षति भएको परिवारलाई तत्काल राहत र क्षतिपूर्तिको व्यवस्था मिलाई पिडित परिवारलाई राहत पुऱ्याउनुका साथै घरवार विहीन भएका परिवारको लागि तत्काल गाँस र वांसको व्यवस्था मिलान र वेपत्ता भएका व्यक्तिहरुको खोजीमा लाग्न प्रदेश सरकारको दायित्व हो। त्यसैले राहत र क्षतिपुति दिन प्रदेश सरकार आफै पुग्न सकिन्छ भने आफै पुगेर अन्यथा स्थानीय तह वा जिल्ला प्रशासन कार्यालय मार्फत जति सक्दो चाडो आहत परेका परिवारलाई राहत पुऱ्याउन आवश्यक छ।

साप्ताहिक राशिफल

मेष (चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ) : तपाईका विरोधीहरु परास्त हुनुकासाथै मान सम्मान समेत मिल्ने योग रहको छ। युवायूवतीहरुको लागि नयांजीवन साथी मिल्ने छ।

वृष (इ, उ, ए, ओ, वा, वि, वु, वे, वो) : आर्थिक पक्ष राम्रोरहेकाले व्यापार व्यवसायवाट राम्रै नाफा मिल्ने तथा परिवारिक सुख प्राप्तीको योग समेत रहेको छ।

मिथुन (क, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, ह) : आफन्त जनसंग खटपट मनमुटाउ गराउने योग छ। दाम्पत्य तथा प्रेमको विषयमा सामान्य अप्ठ्यारो हुने योग छ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो) : मनमा अनावश्यक तर्ककतर्कले डेरा जमाउने योग देखिन्छ। गरेको काम अरुले काट्न सक्ने देखिएकाले विचार पुऱ्याएर काम गर्नुहोला।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे) : विद्यार्थीवर्गका लागि पढाईमा गहिरो लगाउ हुनुका साथै बौद्धिक क्रियाकलापमा सहभागी हुने प्रवल सम्भावना छ।

कन्या (टो, प, पी, पू, ष, ण, ठ, पे, पो) : शाररीक अवस्थाका साथै आलश्य बढ्ने योग रहेको छ। नाना तरहका अनावश्यक विषयलेमानसिक तनाव उत्पन्न गराउने देखिनछ।

तुला (रा, री, रु, रे, रो, ता, ती, तु, ते) : पारिवारिक चिन्तालेसताउने योग रहेको छ। भने उत्तरार्द्धमा सामान्य वादविवाद पर्नै सम्भावना रहेको छ।

वृश्चिक (तो, ना, नि, नू, ने, नो, या, यि, यू): आर्थिक पक्ष सवल रहेको छ। आत्मवल तथा पराक्रम बढेर जानाले प्रशस्त कार्य सम्पादन गर्ने क्षमता बढ्ने छ।

धनु (यो, भा, भी, भू, ध, फा, ढ, भे) : मेवा मिष्ठानका परिकार प्राप्त हुने वेला छ। कृषि तथा कृषिजन्य व्यवसायमा लाभ हुने प्रवल सम्भावन देखिन्छ।

मकर (भो, जा, जी, जू, जे, ख, खि, खू, खे, गा, गी) : महिनाको पुर्वाद्धमा मिसत्रहरुसंग धनमाल तथा मनोरञ्जनको अवसर मिल्ने छ। भने उत्तरार्द्धमा मान क्षति र अपमान आउन सक्ने छ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सी, सु, से, सो, द) :सामाजिक कार्यमा सहभागी हुनुका साथै भोजभतेरमा तथा रमाइलो मात्रको सुवर्ण अवसर मिल्ने प्रवल सम्भावना रहेको छ।

मीन (दी, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, च, ची) : शत्रुहरुको शिर निहुरिनेछ। भने वादविवादमा विजय मिल्ने योग रहेको छ। पेट,आंखा तथा सामान्य शारीरिक अस्वस्थ्यता देखापर्ने छ।

संविधान संशोधनको आवश्यकता र चुनौती

डा. विपीन अधिकारी

भर्खरै हामीले संविधान दिवस अर्थात् संविधान जारीको नवौं वार्षिकोत्सव मनायौं। निर्वाचित संविधानसभाद्वारा पारित ऐतिहासिक दस्तावेज हो हाम्रो संविधान, जसले संघीयता, शक्तिको निक्षेपीकरण र समावेशी प्रजातन्त्रको प्रारम्भ गरेको थियो।

यस संविधानले वास्तवमै धेरै महत्त्वपूर्ण उपलब्धि ल्याएको छ। पहिलो त, यसले नेपालमा शान्ति स्थापना गरेको छ र शान्ति प्रक्रियालाई टुङ्गोमा पुऱ्याउने प्रयास भइरहेकै छ।

संघीयता र शक्तिको निक्षेपीकरणले प्रदेश र स्थानीय सरकारहरूलाई सशक्त बनाउँदै शासनलाई जनताको नजिक ल्याएको छ र क्षेत्रीय विकासलाई प्रोत्साहन गरेको छ। यस्तै, समानुपातिक प्रतिनिधित्व र समावेशिताको प्रणालीले महिला, दलित, आदिवासी जनजाति, मधेसी लगायत सीमान्तकृत समुदायको प्रतिनिधित्वलाई जारी राखेको छ। ऐतिहासिक रूपमा बहिष्कृत समुदायको राजनीतिक सहभागिता हिजोभन्दा आज सशक्त भएको छ।

संघीय सरकारलाई संविधान को धारा ५६ (५) लाई कार्यान्वयन गर्न नयाँ कानुनी व्यवस्था ल्याउन आवश्यक देखिन्छ, जसले स्वायत्त क्षेत्रहरूको स्थापना लाई सम्भव तुल्याउँछ।

यस संविधानले शिक्षा, स्वास्थ्य सेवा र रोजगारीको हकका ग्यारेन्टीलाई पनि सुदृढ बनाएको छ, जसले मौलिक अधिकारको क्षेत्रलाई सकारात्मक रूपमा योगदान पुऱ्याएको छ। साथै, यसको सामाजिक न्याय र पुनर्वितरण नीतिहरूमाथिको जोडका कारणले विपन्न वर्गका लागि शिक्षा, स्वास्थ्य, र रोजगारीमा विभिन्न पहललाई प्रेरित गरेको छ।

समग्रमा संविधान स्थायित्वको बलियो आधारका रूपमा विकास हुँदै गइरहेको छ। यस्ता उपलब्धिहरू महत्त्वपूर्ण भए पनि चुनौती अझै कायम छन्। संवैधानिक संरचनाको कार्यान्वयनका लागि संविधानले निर्धारण गरेका मापदण्ड, प्रक्रिया र तौरतरिकाको पालना आवश्यक छ। सरकारको स्थिरता अत्यन्त जरुरी छ। मुलुकमा रहेको गरिबीको सम्बोधन र अन्धाधुन्ध आयातबाट कृषि क्षेत्रको संरक्षण गर्नु महत्त्वपूर्ण छ।

नेपाली नागरिकका लागि रोजगारीलाई ग्यारेन्टी गर्नु र उनीहरूलाई व्यवसाय र व्यापारमा सशक्त बनाउनुपर्नेछ। यी चुनौतीले संवैधानिक दृष्टिकोणलाई पूर्ण रूपमा साकार पार्नका लागि बलियो संस्थागत समर्थन, राजनीतिक इच्छा शक्ति र सुशासनको आवश्यकता झल्काउँछ।

संघीयताको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि शासक वर्ग र कर्मचारी प्रशासन दुवैबाट बलियो राजनीतिक इच्छाशक्ति आवश्यक छ। संघीय, प्रदेश र स्थानीय सरकारको भूमिका र जिम्मेवारीलाई स्पष्ट पार्न प्रयास गर्नुपर्छ, ताकि अतिक्रमणपूर्ण अधिकार र कार्यकुशलता बढाउन सकिन्छ। यी सरकारका तहबिच संसाधन र राजस्वको वितरणमा समायोजन गर्न आवश्यक हुन सक्छ, ताकि समान विकास सुनिश्चित गर्न सकियोस्।

तिनै तहका सरकारबिच समन्वयका लागि संस्थागत तन्त्रहरूलाई सुदृढ गर्नुपर्छ, जसले सहयोग र नीतिगत कार्यान्वयनमा सुधार ल्याउन मद्दत गर्नेछ। संविधानले परिकल्पना गरेअनुसार प्रदेशहरूले शान्ति सुव्यवस्था, स्वास्थ्य, शिक्षा, वन व्यवस्थापन, प्रादेशिक नागरिक प्रशासनको स्थापना लगायत क्षेत्रमा प्रभावकारी काम गर्नुपर्छ, यसका लागि उसलाई संघीय सहयोग आवश्यक देखिन्छ।

त्यस्तै प्रभावकारी संघीयता सँगसँगै समान र गुणस्तरीय प्रतिनिधित्व सुनिश्चित गर्न आवश्यक छ। समानुपातिक प्रतिनिधित्वलाई थप सुदृढ गर्नुपर्नेछ। कानुनी क्षेत्रमा सीमान्तकृत समूहहरू को समानुपातिक प्रतिनिधित्व गर्नुपर्नेछ।

प्रत्यक्ष निर्वाचन प्रणालीको पनि प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्नुपर्नेछ। निर्वाचन प्रणालीको निरन्तर सुधार, चुनावको खर्च व्यवस्थापन र उम्मेदवार हरूको जवाफदेहिताका नियमहरूको सुदृढीकरण गर्न आवश्यक छ।

समावेशीकरणाले सार्वजनिक प्रशासनमा केही सकारात्मक प्रभाव देखाएका छन्, तर थप प्रयास आवश्यक छ। नियुक्तिहरू (जस्तै : संवैधानिक परिषद्द्वारा गरिएका नियुक्तिहरू) गर्दा आवश्यक योग्यता, समावेशिता आदिलाई ध्यान नदिएको देखिन्छ। नियुक्ति प्रक्रियाले कहिलेकाहीँ राजनीतिक रूपमा प्रभावशाली व्यक्तिहरूलाई प्राथमिकता त दिन्छ, जसले समावेशीकरणको संवैधानिक तर्कलाई कमजोर बनाउँछ। सिफारिस र नियुक्ति प्रक्रिया आवश्यक न्यूनतम योग्यता र अधिकतम योग्यताका रूपमा परिणत भएको छ, जुन समस्याग्रस्त छ।

केही व्यक्तिको मान्यता छ कि केही कानुनी व्यवस्था अझै अपर्याप्त छन् र संविधानलाई पूर्णरूपमा कार्यान्वयन गर्नका लागि तिनीहरूको व्यवस्था गर्न आवश्यक छ, यो सत्य हो। उदाहरणका लागि– संघीय सरकारलाई संविधानको धारा ५६ (५) लाई कार्यान्वयन गर्न नयाँ कानुनी व्यवस्था ल्याउन आवश्यक देखिन्छ, जसले स्वायत्त क्षेत्रहरूको स्थापनालाई सम्भव तुल्याउँछ।

त्यस्तै, संविधानको धारा ४२ (१) लाई कार्यान्वयन गर्न कुनै कानुनी व्यवस्था छैन, जसले नेपालका विशेष समूहहरूलाई राज्य संरचनामा समानुपातिक समावेशीकरण को हक सुनिश्चित गर्छ। यी प्रावधान विशेष गरी पहिचानमा आधारित समूहका लागि महत्त्वपूर्ण छन् र आवश्यक कानुनी व्यवस्था बिना, तिनीहरूको पूर्ण सम्भावना अझै पूरा हुन सकेको छैन।

संघीयताको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि शासक वर्ग र कर्मचारी प्रशासन दुवैबाट बलियो राजनीतिक इच्छाशक्ति आवश्यक छ। संघीय, प्रदेश र स्थानीय सरकारको भूमिका र जिम्मेवारीलाई स्पष्ट पार्न प्रयास गर्नुपर्छ, ताकि अतिक्रमणपूर्ण अधिकार र कार्यकुशलता बढाउन सकिन्छ।

न्यायपालिकाले सामान्य तया संविधानको सर्वोच्चता र कानुनी शासनको सम्मान गरेको छ, नेपालको संवैधानिक ढाँचालाई सुरक्षित गर्न महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाएको छ। यद्यपि यसले विवाद समाधानमा ढिलो गति, निर्णय कार्यान्वयनमा कठिनाइहरू र कहिलेकाहीँ राजनीतीकरणको आरोपहरूको आलोचनाको सामना गरेको छ। यी चुनौती महत्त्वपूर्ण भए पनि न्यायपालिकाको न्याय कायम राख्ने र संवैधानिक मूल्यहरूको रक्षा गर्ने समग्र प्रतिबद्धता कमजोर भएको छैन। तथापि,

वांकी ५ 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
नेरिसो रंगेली ५८००४८
बिराटनगर उपमनपा ५२२२३६

अस्पताल

लाईफ गार्ड हस्पिटल
०२१४६४१७७
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

स्थानीय टेलिभिजन र रेडियोमा प्रशारण हुने जनतासँग कोशी प्रदेश सरकार

विराटनगर । मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषदको कार्यालय कोशी प्रदेशले हरेक वर्ष सञ्चालन गर्दै आएको मुख्यमन्त्रीसँग जनता कार्यक्रम यसवर्षदेखि जनतासँग कोशी प्रदेश सरकार नाममा सञ्चालन गर्ने भएको छ ।

कोशी प्रदेशको मंगलबार बसेको मन्त्रिपरिषदको बैठकले जनतासँग कोशी प्रदेश सरकार कार्यक्रम सञ्चालन कार्यविधि पास गरेर नयाँ ढंगले कार्यक्रम सञ्चालन गर्न लागेको हो । २०७८ सालदेखि स्थानीय टेलिभिजन र एफएम रेडियोहरुबाट यो कार्यक्रम प्रशारण गर्न बन्द गरेर नेपाल टेलिभिजनमार्फत मात्रै प्रशारण गर्दै आएकोमा यस वर्षदेखि कोशी प्रदेशका रेडियो तथा टेलिभिजनबाट प्रशारण गर्ने गरी कार्यविधिमा व्यवस्था गरिएको छ ।

यसले कोशी प्रदेशमा रहेका स्थानीय सञ्चार माध्यमलाई फाइदा पुग्ने छ । यस क्षेत्रका रेडियो तथा टेलिभिजन प्रशारण संस्था हरुले यो कार्यक्रम आफ्नो सञ्चारमाध्यमबाट प्रशारण गर्न पाउनु पर्ने माग गर्दै आएका थिए ।

त्यस्तै मंगलबारको मन्त्रिपरिषदको बैठकले आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्री रामबहादुर मगरको संयोजकत्वमा राजनीतिक तथा प्रशासनीक समित, आन्तरिक मामिला तथा कानूनमन्त्री लीलावल्लभ अधिकारीको संयोजकत्वमा कानून न्याय तथा प्रदेश मामिला समिति र भौतिक पूर्वाधारमन्त्री भूपेन्द्र राईको संयोजकत्वमा आर्थिक सामाजिक तथा पूर्वाधार समिति गठन गरेको छ ।

खानेपानी सिचाइँ तथा उर्जा मन्त्रालय अर्न्तगत एसियाली विकास बैंकको ऋृण सहयोगमा र साउदी फण्ड फर डेभलपमेन्टको सहलगानी बाट कोशी प्रदेशमा सिचाइँ आयोजना सञ्चालन गर्न वार्ता र सहमति गर्न स्विकृति प्रदान गर्ने निर्णय गरेको छ । परियोजना अर्न्तगत कोशी प्रदेशमा करिब २७ वटा सिचाइँ आयोजनाहरु सञ्चालन हुने छन् ।

त्यस्तै खानेपानी सिचाइँ तथा उर्जा मन्त्रालय अर्न्तगतकै जलवायू अनुकुलित वृहद खानेपानी आयोजनामा कार्यरत ३३ जना कर्मचारीको अस्थायी दरबन्दी स्विकृत गर्ने निर्णय भएको छ ।

कोशी प्रदेश सरकारको मंगलबार बसेको मन्त्रि परिषदको बैठकले स्वास्थ्य मन्त्रालयका १० औं र ११ औं तहका कर्मचारीको सरुवा गरेको छ । प्रदेश स्वास्थ्य आपूर्ति व्यवस्थापन केन्द्र विराटनगरका ११ औं तहका निर्देशक डा. वीरेन्द्रकुमार मण्डललाई जिल्ला अस्पताल उदयपुरमा कामकाज गर्ने गरी सरुवा गरिएको छ । त्यस्तै १० औं तहका वरिष्ठ जनस्वास्थ्य प्रशासक डाक्टर ज्ञानबहादुर बस्नेतलाई प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालय धनकुटाबाट स्वास्थ्य आपूर्ति व्यवस्थापन केन्द्र विराट नगरमा सरुवा गरिएको छ । मन्त्रालयका वरिष्ठ जन

वांकी अन्तिम पेजमा...

राजश्व छलीका सनपाट र कस्मेटिक समनान पक्राउ

विराटनगर । भारतीय बजारबाट राजश्व छली गरी अबैद्ध रुपमा ल्याउँदै गरेका सनपाट र कस्मेटीक समानहरु प्रहरीले प्रहरीले बरामद गरेका छन् ।

मोरङको सुनवर्सी नगर पालिका-५ स्थितमा भन्सार छली अवैधरुपमा भारतबाट नेपाल तर्फ ल्याउदै गरेको सामानहरु प्रहरीले बरामद गरेको हो । असोज ९ गते इलाका प्रहरी कार्यलय रंगेलीबाट गस्तीमा खटिएको प्रहरी टोलीले चेकजाँचको क्रममा को २ त ६४४२ नम्वरको ट्र्याक्टरमा भन्सार छली ल्याउदै गरेको ३४० पिस मार्वल र ६४० किलोग्राम सनपाट बरामद गरेको थियो ।

अवैध सामान वरामद भए संगै उक्त सामान र ट्र्याक्टर सहित चालक रंगेली-६ का राम नारायण सरदार समेतलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको थियो ।

त्यसै गरी सोही कार्यालयबाट खटिएको गस्ती टोलीले धनपालथान गाउँपालिका-३ बेतौना स्थितमा भारतबाट अबैध रुपमा नेपाल तर्फ ल्याउँदै गरेको करिव १ लाख ७५ हजार ६ सय रुपैंया बरावरको बिभिन्न किसिमका कस्मेटिक सामानहरु बरामद गरेको छ ।

बरामद गरिएका उक्त सामग्रीहरुलाई आवश्यक कारवाहीको लागि बिराटनगर भन्सार कार्यालयमा बुझाएको छ ।

NO SMOKING

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावली र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक मय शुभकामना व्यक्त ग
नेपाल आयल निगम
कोशी प्रदेश कार्यालय विराटनगर,परिवार

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक मय शुभकामना व्यक्त गर
सुनसरी मोरंग सिचाई आयोजना
परिवार

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक मय शुभकामना व्यक्त गर
सुर्यनाथ प्रसाद सिंह (के. अध्यक्ष)
वृहत मधेशी नागरिक समाज

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक मय शुभकामना व्यक्त गर
शिव सुन्दर ज्वेलर्स
परिवार रामजानकी पथ विराटनगर

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक मय शुभकामना व्यक्त गर
महेश कुमार साह स्वर्णकार (अध्यक्ष)
नेपाल सोनार समाज मोरंग, परिवार

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक मय शुभकामना व्यक्त गर
हाजी आँखा अस्पताल परिवार
रानी विराटनगर

यस्ता छन् अनार फल खानुका फाईदा

धमनीको रक्षा : अनारले शरिरमा कोलेस्ट्रको मात्रा घटाउँछ, मुटुका धमनीलाई बलियो र लचिलो बनाउँछ ।

पखला निको पार्छ : ताजा अनारले पखला लागेका र रगतमासी भएका बिरामीलाई तुरुन्तै राहत दिन्छ ।

किड्नी जोगाउँछ : अनारले किड्नीको फिल्टरलाई रक्षा गर्छ । फिल्टरले शरिरबाट हानिकार विकार फाल्ने काम गर्छ ।

गर्भवती महिलालाई फाइदा : अनारमा हुने भिटामिन, खनिजले समय नपुगी बच्चा जन्मने खतराबाट बचाउने तथा बच्चाको तौल बढाउन मद्धत गर्छ । अनारमा हुने पोटासियमले गर्भवती महिलालाई मर्निङ सिकनेसबाट बचाउँछ ।

कोलेस्टोल घटाउँछ : अनार एन्टिअक्सिडियन्टयुक्त फल हो । यसले शरिरको खराब कोलेस्टेरोल घटाउन सहयोग गर्छ ।

क्यान्सर विरोधी : अनारमा हुने तत्व क्यान्सर प्रतिरोधी मानिन्छ ।

उच्च रक्तचाप नियन्त्रण गर्छ : अनारले रक्त नलीमा हुने सम्भावित हानीबाट जोगाउँछ । रगतलाई पातलो बनाई शरिरभर रगतको प्रवाह छरितो बनाउँछ ।

रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बृद्धि गर्छ : यसमा हुने एन्टिव्याक्टेरियल र एन्टि माइक्रोबायल गुणले भाइरस बिरुद्ध लड्न सक्ने र रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बृद्धि गर्छ । यसमा हुने भिटामिन सीले भाइरसका कारण शरिरमा हुने संक्रमणबिरुद्ध जुध्न सहयोग गर्छ ।

रक्त अल्पताबाट जोगाउँछ : अनारको जुसमा प्रशस्त मात्रामा आइरन हुन्छ। मासिकधर्म वा गर्भवती अवस्थामा रक्तअल्पमा यसको जुस निकै लाभदायक मानिन्छ ।

शरीरलाई शान्त बनाउँछ : अनारमा शारीरिक उत्तेजनलाई शान्त पार्ने तत्व हुन्छ। यसको यही गुणका कारण अनारले दम, पायल्स, पखला र अन्य रोगबाट बचाउँछ।

कलेजोलाई फाइदा : अनारको जुसले कलेजको रक्षा मात्रा गर्दैन बरु मदिरा वा अन्य पर्दाथले कलेजोमा कुनै प्रकारको हानी गरेमा उपचारको काम पनि गर्छ। कलेजोलाई प्रभावकारी ढंगले कार्य गर्न सहयोग गर्छ।

पेटलाई शान्त पार्छ : अनारको जुसले भोक बढाउँछ, तिर्खा नियन्त्रण गर्छ, पाचन प्रणालीलाई सुधार गर्छ र कब्जियतको समस्या हटाउँछ।

छालालाई पनि फाइदा : च्याउरी, आँखा मुनि आउने कालो धब्बा, पिम्पल लगायतका समस्या बाट बचाँउछ।

कपालको रक्षा : नियमित रुपमा अनार खाँदा कपाललाई बलियो बनाउँछ र झर्नबाट बचाउँछ ।

यौन स्वास्थ्य मजबुत पार्छ : अनारको जुसले यौन स्वास्थ्यलाई सक्रिय बनाउन मद्धत गर्छ।

नोटः स्वस्थ रहन अनार खानुको साथै शारीरिक व्यायाम नियमित गर्नुपर्छ। यसका साथै नियमित स्वास्थ्य जाँच पनि गर्नुपर्छ।

ट्राफिक नियमको पालना गरौं । सडक सुशासन कायम गरौं ॥

लागुऔषध सहित आठ पक्राउ

बिराटनगर । मोरङ र सुनसरीको छुट्टा छुट्टै स्थानहरुबाट लागुऔषध सहित ८ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । मोरङको बिराटनगर महानगरपालिका-१५ स्थितमा लागुऔषध नियन्त्रण ब्युरो बिराटनगरबाट खटिएको प्रहरी टोलीले चेकजाँचको क्रममा भारतबाट नेपाल तर्फ आउदै गरेका को ६ प ९६ नम्बरको मोटरसाईकलमा सवार रहेका सुन्दरहरैचा नगरपालिका-१२ का ३० बर्षीय शंखर दाहाल र २५ बर्षीय नन्दु फुयाललाई २ ग्राम ६१० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरेको थियो ।

ईलाका प्रहरी कार्यालय बेलबारीबाट खटिएको प्रहरी टोलिले बेलबारी नगरपालिका-२ लालभित्तिका १८ वर्षीय शुसिल रेग्मीलाई प्रतिबन्धित औषधी ११० ट्याब्लेट सहित पक्राउ गरेको थियो । यसैगरी असोज १० गते साँझ सुनसरीको इलाका प्रहरी कार्यालय धरानबाट खटिएको प्रहरी टोलीले धरान-५ का ३१ बर्षीय पर्वत दर्जी र २६ बर्षीय सनम तामाङलाई १ ग्राम ६८० मिलिग्राम ब्राउन सुगर सहित पक्राउ गरेको थियो ।

त्यसैगरी झापा र उदयपुरबाट लागुऔषध सहित ३ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ। असोज ८ गते झापाको झापा गाउँपालिका-६ स्थितमा लागुऔषध नियन्त्रण ब्युरो काँकरभिट्टाबाट खटिएको प्रहरी टोलीले चेकजाँचको क्रममा भारतबाट नेपाल तर्फ आउदै गरेका झापा गाउँपालिका-५ का ४२ बर्षीय तेहेरुदिन शेखलालई

वांकी अन्तिम पेजमा...

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
कोशी हेल्थ इन्सिटच्युट
परिवार, विराटनगर

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
पवन सारडा (अध्यक्ष)
नेपाल उद्योग परिसंघ, कोशी प्रदेश

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
देव किसन मुन्दडा
देवेनारा ग्रुप, परिवार

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
टिका पुरी (प्रमुख)
ऐभरेष्ट सेकेन्डरी स्कुल, परिवार

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
जुगल राठी
गोल्ड सिल्भर मार्ट, परिवार विराटनगर

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
माननीय राम प्रसाद मेहता
प्रदेश सभा सदस्य, कोशी प्रदेश

संविधान...

संघीय न्यायिक विवाद समाधान मेकानिजमका रूपमा सर्वोच्च अदालतको संवैधानिक बेन्चको भूमिका जटिल बनेको छ। सम्पूर्ण सर्वोच्च अदालतलाई संवैधानिक अदालतको रूपमा कायम गर्ने वा संघीय विवादहरू सुल्झाउन अलग संवैधानिक अदालत स्थापना गर्नेतर्फ जान सकिन्छ। सम्भवतः प्रधान न्यायाधीशको नेतृत्वमा सर्वोच्च अदालत तथा संवैधानिक अदालत दुवैलाई अघि बढाउन सकिन्छ। साथै, संविधानलाई संशोधन गरेर जिल्ला र उच्च अदालतहरूलाई केही संघीय विवादहरूमा संलग्न गराउने कुरा पनि विचार गर्न सकिन्छ।

यस संविधानको विरोध गर्ने व्यक्तिका गुनासा पनि छन्। त्यस्ता गुनासा राजनीतिक वार्तालापमा प्रभाव पार्न प्रयासरत देखिन्छन्। विशेष गरी संघीयता, समावेशीकरण, प्रतिनिधित्व र शक्तिको केन्द्रीयकरणको प्रयास सम्बन्धमा। प्रदेशीय सीमाहरूको निर्धारण, जातीय र सांस्कृतिक पहिचानलाई राम्रोसँग दर्शाउने प्रदेशहरूको सिर्जना र संघीय प्रावधानहरूको असमान कार्यान्वयनका विषय आइरहेका देखिन्छन्। प्रदेशको नामकरणमा पनि गुनासो छ। संविधानले प्रायः आदर्श शासनको दृष्टिकोणलाई व्यावहारिक विषयसँग सन्तुलन गर्न सक्नुपर्दछ।

त्यस्तै संविधान संशोधनका लागि चरम दृष्टिकोण पनि छन्। केही समूहहरू नेपालको राजनीतिक संरचना र शासनका लागि मौलिक रूपमा भिन्न दृष्टिकोण प्रतिनिधित्व गर्छन्। त्यस सम्बन्धमा पूर्ण सहमति प्राप्त गर्न गाह्रो हुन सक्छ, तर यी विवादलाई व्यवस्थापन गर्न र एक समावेशी राजनीतिक वातावरणतर्फ अघि बढ्नका लागि सम्भावित मार्ग छन्। चुनौती भनेको विविध पहिचान र आकांक्षालाई सम्मान गर्ने तथा राष्ट्रिय एकता र स्थिरतालाई कायम राख्ने ढाँचा सिर्जना गर्नमा छ।

विविधतापूर्ण समाज जहाँ भिन्न-भिन्न चासो छन्, संवैधानिक विषयवस्तुमा सबैको पूर्ण सन्तुष्टि प्राप्त गर्नु सम्भव छैन। यद्यपि लक्ष्य भनेको सबै आवाजलाई समावेश गर्ने, सुन्ने र सम्मान गर्ने सम्भावना सुनिश्चित गर्नु हो। यसका लागि खुला संवाद, समझदारी र नेपालको भविष्यका लागि साझा दृष्टिकोणमा प्रतिबद्धता आवश्यक छ। रातो पाटी

NO SMOKING

भदौ महिनाको सर्वोत्कृष्ट प्रहरी घोषित

विराटनगर। कोशी प्रदेश प्रहरी कार्यालय बिराटनगरले प्रहरी जवान टिकाराज खापुङ्गलाई २०८१ साल भदौ महिनाको सर्वोत्कृष्ट प्रहरी घोषित गरीएको छ।

कोशी प्रदेश प्रहरी कार्यालयको अनुसन्धान समुहमा कार्यरत प्रहरी जवान खापुङ्गले विभागीय मूल्य-मान्यता, आदेश-निर्देशनको पालना गरी उच्च मनोबल र साहसका साथ आफ्नो कर्तव्य निर्वाह गर्ने क्रममा भदौ ६ गते सुनसरीको धरान उप-महानगरपालिका-१३ स्थित कोशी लोकमार्गमा धनकुटाबाट आउदै गरेको ट्रकमा ४४ वटा बोरामा रहेको १ हजार ४ सय २० किलोग्राम गाँजा सहित २ जनालाई र ईटहरी उप-महानगरपालिका-१ स्थितबाट २ सय ४३ किलो ५०० ग्राम तयारी गाँजा बोकेको कार सहित चालकलाई नियन्त्रणमा लिएको थियो।

त्यसैगरी भदौ १७ गते धरान-१३ निसाने स्थितबाट ४ वटा बोरामा ९८ किलोग्राम गाँजा बोकेको कार नियन्त्रणमा लिएको साथै भदौ २९ गते मोरङको ग्रामथान गाउँपालिका-४ स्थितबाट जुवा खेल्ने ९ जनाको समुह सहित जुवाको खालबाट १६ थान कौडा र १८ लाख ४९ हजार ५ सय रुपैया समेत बरामद गरेको थियो।

सूक्ष्म रुपमा सूचना सङ्कलन तथा निगरानी गरी अपराध नियन्त्रणमा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको हुँदा प्रहरी जवान खापुङ्गले गरेको उत्कृष्ट कार्यहरुको उच्च मुल्याङ्कन गर्दै कोशी प्रदेश प्रहरी कार्यालयले भदौ "महिनाको सर्वोत्कृष्ट प्रहरी" घोषणा गरी पुरस्कृत गरेको थियो।

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
कान्तिपुर कलेज, परिवार
मेनरोड विराटनगर-१०

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
आरके चिल्ड्रेन हस्पिटल
परिवार, विराटनगर

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
वेवी आईस क्रीम उद्योग
परिवार, केशलिया मार्ग, भट्ठी मोड विराटनगर

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
प्रकाश मुन्दडा
उद्योगी!व्यवसायी

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
नन्द किशोर तापडिया
उद्योगी!व्यवसायी

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना
२०८१ सालको विजया दशमी शुभ दिपावला र छठ पर्वको शुभ अवसरमा सम्पूर्ण दाजुभाई, दिदी-बहिनीहरुमा सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक ाय शुभकामना व्यक्त गर
राजेन्द्र राउत
उद्योगी!व्यवासयी