नि.प्र.का. सप्तरी द.नं. २२/०४८/०४९

राजविराज दैनिक

स.नि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

वर्ष ३२ अंक २१५ २०७९ साल चैत १४ गते मंगलबार (28 Mar. 2023 Tuesday) मूल्य रु. ५/-

हावाहुरीबाट बचौं र बचाऔं

- घरको संरचना बलियो बनाऔं,
- हावाहुरी चल्न थालेपछि झ्यालढोका थुनौं,
- छानालाई राम्ररी हुक तथा तारले कसेर बाधौं,
- छतका गमला सुरक्षित रुपमा राखौं,
- जस्तापातालगायतका वस्तुहरु खुल्ला र जथाभावी नछोडौं,
- हावाहुरी चलेमा भागदौंड नगरौं, बिस्तारै सुरक्षित स्थानमा जाऔं,
- सुरक्षित ओत नभेटे थुचुक्क बसेर दुवै हातले टाउँको छोपी घोप्टो परौं,
- हावाहुरी चलेको समयमा सवारी साधन रोकेर सुरक्षित स्थानमा बसौं।

हावाहुरीबाट हुने क्षति कम गर्न पूर्व तयारी एवं सतर्कता अपनाऔं।

जनहीतका लागि

Log in : rajbirajdainik.com.np

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : मुटुरोगको समस्या भयावह.. ३ पृष्ठमा : प्रधानमन्त्रीको चासोपछि समयमै... ३ पृष्ठमा : संयुक्त राष्ट्रसङ्घको..

छठ मनाउन आंगनमै घाट, जलाशय सफा नहुदा पनि प्रदुषित पानी मै उभिएर सूर्यको पूजा

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ चैत ।

मधेशमा मिनी छठ पर्वको रुपमा भनिदै आएको चैती छठ पर्व अन्तर्गत सोमवार साँझ अस्ताउँदो सुर्यलाई अर्घ दिइएको छ । मंगलवार विहान उदाउँदो सुर्यलार्य अर्घ दिएपछी छठ पर्व सम्पन्न हुनेछ ।

शरद र वसन्त ऋतु गरी वर्षमा दुई पटक मनाईने छठ सूर्य उपासनाको पर्व मानिन्छ । कार्तिकमा मनाउने छठ पर्वलाई मुख्य छठ पर्व मान्ने गरिएको छ भने चैतमा मनाउने छठलाई मिनी छठ पर्वको रुपमा लिइने गरिन्छ ।

यस अवसरमा कोही घर कै आंगनमा प्लास्टीकको पोखरी आकारको मोटो टबमा पानी जम्मा गरेर पोखरीको रुप दिई पुजाघाट निर्माण गरेका छन् भने कतिपय घर नजिकैको जलाशय किनारमा पुजाघाट बनाएर चैती छठ पर्वमा सहभागी भएका छन ।

यस अवसरमा राजविराज ८ का वरिष्ठ पत्रकार अनिलकुमार अनल आफ्नो घर कै आंगनमा प्लास्टिकको टबमा पानी जम्मा गरेर पुजाघाट बनाई सपरिवार छठ पुजामा सरिक भएका छन् ।

जलाशयहरु अहिले प्रदुषित अवस्थामा छन, उनले भने "स्वास्थ्य सुरक्षाको ख्याल गर्दै पनि घर कै आंगनमा प्लास्टिकको टबको माध्यमले अस्थायी पोखरी बनाएर छठ पर्व मनाउन थालेका हौ ।"

यता राजविराज नगर क्षेत्रको भगवती, कल्टु, तुरन्ती, पुर्णी र शिव लगायतका पोखरीमा बनाइएका पुजाघाटहरुमा पनि ब्रतालुहरु अस्ताउँदो सूर्यलाई अर्घ दिएर चैती छठ पर्वमा श्रद्धा पूर्वक सहभागी भएका छन् ।

तर, उनीहरुले पोखरी र आसपासको पुर्ण सरसफाई हुन नसक्दा प्रदुषित पानी र वातावरण मै भएपनि सूर्य देवताको पुजामा

बाँकी तीन पृष्ठमा

बहुविवाहका फरार प्रतिवादी पक्राउपछि जेल चलान

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ चैत ।

आठ वर्षपछि बहुविवाहका फरार एक प्रतिवादी पक्राउपछि सोमबार जेल चलान भएका छन् ।

जेल चलान हुनेमा राजविराज नगरपालिका ८ निवासी ४५ वर्षिय दिनेशकुमार साह छन् ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका डिएसपी नरेशकुमार सिंहका अनुसार बहुविवाह मुद्दामा सप्तरी जिल्ला अदालतले सुनुवाई गर्दै २०७२ साल चैत १७ गते साहलाई एक वर्ष कैद र ५ हजार जरिवाना हुने ठहर गरेको थियो ।

अदालतको फैसला पछि उनी फरार भएका थिए । वादी पुनम साहको जोहरीले उनीमाथी बहुविवाह मुद्दा चलाइएको थियो ।

घरमै लुकी बसेको गोप्य सूचनापछि पुगेको प्रहरी टोलीले साहलाई पक्राउ गरेको हो । पक्राउ परेका साहलाई सोमबार नै अदालतमा उपस्थित गराउँदा आदेशानुसार कैद भुक्तानका लागि राजविराज कारागार चलान गरिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

सवारी दुर्घटनामा चार जना घाइते

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ चैत ।

सप्तरीमा सोमबार छुट्टाछुट्टै स्थानमा सवारी दुर्घटना हुँदा चार जना घाइते भएका छन् ।

जिल्लाको कंचनरुप नगरपालिका १० बदगामास्थित पूर्व पश्चिम लोकमार्गमा सोमबार बसले मोटरसाइकललाई ठक्कर दिँदा तीन जना घाइते भएका छन् ।

पूर्वबाट पश्चिमतर्फ आउदै गरेको ना.४ख. १४६० नं. को बसले सोहि दिशातर्फ आउदै गरेको प्र.२-०१-००२-प०९२२ नं. को मोटरसाइकललाई ठक्कर दिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

सो ठक्करबाट मोटरसाइकल चालक जिल्लाको तिरहुत गाउँपालिका १ धनपुरि बस्ने २५ वर्षिय राजकुमार यादब, पछाडि सवार उनको श्रीमती २४ वर्षिया बबीता कुमारी यादव र १० महिने छोरा घाइते भएका छन् । दुर्घटना पश्चात् प्रहरीले मोटरसाइकल, बस र चालकलाई नियन्त्रणमा लिई घटना बारे थप अनुसन्धान गरिरहेको जनाएको छ ।

यस्तै सोमबारै जिल्लाको छिन्नमस्ता गाउँपालिका ६ कोचाबखारिस्थित प्रदेश नं २-०१प ७७१९ न. को मोटरसाइकल आफै अनियन्त्रित हुँदा चालकसहित दुई जना घाइते भएका छन् ।

सखडाबाट राजबिराजतर्फ गईरहेको अबस्थामा मोटरसाइकल पछाडी सवार चालक राजबिराज ८ हिमालयन टोल बस्ने २२ वर्षिय संतोष दासकी आमा ५० वर्षिय चन्द्र प्रबाह दास लडेर घाइते भएकी छिन् ।

उनको टाउकोमा चोट लागेकोले छिन्नमस्ता अस्पताल राजबिराजमा उपचार भइरहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

विषादी सेवन गर्दा दुई जना बिरामी

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ चैत ।

सप्तरीमा विषादी सेवन गर्नेको संख्या दिनानुदिन बढ्दै गइरहेको छ ।

यसैक्रममा आइतबार जिल्लाको अग्निसाईर कृष्णसावरण गाउँपालिका ५ बकधुवाकी ६९ वर्षिया आशिया देवी चौधरी थरुईनले घरायसी बादविवादमा विषादी सेवन गरेकी प्रहरीले जनाएको छ ।

प्रहरीका अनुसार कारवाईन नामक बिषादी सेवन गरि बान्ता गरेपछि उनका छोराले सोमबार बिहान थाहापाएपछि स्थानिय अहिर अस्पताल जण्डोलमा उपचारका लागि भर्ना गरेका थिए ।

यस्तै जिल्लाकै खडक नगरपालिका ७ कल्याणपुर निवासी ४० वर्षिय चन्देश्वर मण्डलले तरकारी बालिमा छर्ने सुर्यमहा कुलान नामक बिषादी सेवन गरेको प्रहरीले जनाएको छ ।

सो विषादी सेवन गरि बिरामी हुँदा उनलाई युनिभर्सल अस्पताल कल्याणपुरमा उपचारका लागि भर्ना गरिएको छ ।

खाजा भत्ताको बिषयमा कुटपिट हुँदा तीन जना घाइते

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ चैत ।

सप्तरीको राजगढ गाउँपालिका १ झुटकी पछवारी टोलमा स्कुलको खाजा भत्ताको विषयमा दुई पक्षबीच झगडा हुँदा तीन जना घाइते भएका छन् ।

स्थानिय प्रयागलाल यादव र उनका विपक्षीहरुबीच झगडा हुँदा प्रयागलाल यादव,

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

देशका सबै मालपोत कार्यालय अब विद्युतीय प्रणालीमा

काठमाडौं, १३ चैत (रासस) ।

सरकारले मुलुकका सबै मालपोत कार्यालयलाई विद्युतीय प्रणालीमा आबद्ध गर्ने भएको छ ।

मालपोत कार्यालयमा लागू भएको भू-राजस्व सूचना प्रणालीबाट सबै मालपोत कार्यालय जोडिने र यसबाट सेवाग्राहीले सहजरुपमा सेवा पाउने तथा अभिलेख प्रणाली व्यवस्थित हुनेछ । भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालयका सचिव डा दामोदर रेग्मीले विद्युतीय प्रणालीमा आबद्ध नभएका कार्यालयलाई वैशाख २ र आगामी असार मसान्त गरी दुई चरणमा यो काम सम्पन्न गर्न निर्देशन दिइसकेको जानकारी दिनुभयो ।

भूमि व्यवस्थापन विभागका महानिर्देशक पद्मनिधि सोतीले सबै कार्यालयले विद्युतीय सूचना प्रणालीको प्रयोग गरी सेवा प्रवाहलाई चुस्त र सदाचारयुक्त बनाउन प्रयास भइरहेको बताउनुभयो ।मन्त्रालयका सचिवसहितका पदाधिकारीको सहभागितामा भर्चुअल प्रणालीबाट सञ्चालित कार्यक्रममा विभागका सूचना प्रविधि निर्देशक राजकुमार महर्जनले सूचना प्रविधिको प्रयोगमा आउने प्राविधिक समस्या विभागले तत्काल सम्बोधन गर्ने विश्वास दिलाउनुभयो ।

पछिल्लो समय मन्त्रालयले मालपोत र नापी कार्यालयका कर्मचारीसँग नियमित सम्पर्क गरी काम चुस्त बनाउन समन्वय संयन्त्रलाई प्रभावकारी बनाउन जुममार्फत सचिवसँग कार्यालय प्रमुख कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ ।

बाँकी तीन पृष्ठमा

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीँ कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
बलानबिहुल गाउँपालिका, सप्तरी

मुटुरोगको समस्या भयावह बन्दैछ : डा. उपाध्याय

काठमाडौँ, १३ चैत (रासस) ।

नेपालका प्रसिद्ध मुटुरोग विशेषज्ञको रुपमा परिचित हुनुहुन्छ डा अवनिभूषण उपाध्याय । व्यावसायिक जीवनका क्रममा विभिन्न महत्वपूर्ण जिम्मेवारी सम्हाल्दै सरकारी, गैरसरकारी र निजी तीनवटै क्षेत्रमा कुशलतापूर्वक नेतृत्वदायी भूमिका निर्वाह गरी सात दशकको उमेरमा पनि उहाँ उत्तिकै क्रियाशील हुनुहुन्छ । उहाँले वीर अस्पतालका अतिरिक्त भक्तपुर, उदयपुर, जनकपुर, मेडिकियर, गङ्गालाल, सार्क हार्ट फाउण्डेसनमा संलग्न भई मुटु रोग उपचारमा सेवा पुर्‍याँदै आउनु भएको छ । तत्कालीन सोभियत सङ्घबाट चिकित्सा विज्ञानको मुटु रोग विधामा विशेषज्ञता हासिल गर्नुभएका उहाँले देशका कुनाकन्दारामा पुगेर मुटु रोग उपचार सेवा पुर्‍याउनुभएको छ । जीवन र सङ्घर्षलाई नङ र मासुजस्तै परिपूरक ठान्नु हुने उहाँ कामको अनुभव विश्वविद्यालयमा पढेर पाइने होइन, त्यसका लागि कार्य गर्नै पर्छ, ठक्कर खानैपर्छ भन्ने मान्यतामा विश्वास गर्नुहुन्छ । व्यवहारबाट प्राप्त हुने अनुभव भनेको आगोको भुङ्गोमा पगालेर सुन्दर आकार दिइएको सुनजस्तै उहाँ पनि उच्च शैक्षिक डिग्रीसँगै अनुभवले खारिएका परिपक्व चिकित्सक हुनुहुन्छ ।

उहाँको हालै मुटुसँग सहयात्रा नामक आत्मवृतान्त पुस्तक समेत प्रकाशित भएको छ । पुस्तकभित्र एक नेपाली डाक्टरको जीवन कथा, भोगाइ, अवसर र चुनौतीका अतिरिक्त नेपाली समाजको चित्रण, मुलुकको स्वास्थ्य प्रशासन, राजनीतिक र भूगोललगायतका विषयको रोचक चित्र समेटिएको छ । पुस्तकमा रोचक सन्दर्भ, व्यावसायिक जीवन आरम्भ, सुधार गर्न सकिँदोरहेछ, वीरका चुनौतीपूर्ण ती दिन, फरक अवधारणाको अस्पताल, मुटु जोगाउने अभियान, गौरवपूर्ण गङ्गालाल हृदय केन्द्र, त्याम्सको चपेटामा वीर अस्पताल, भिआइपीको उपचार, स्वास्थ्य र राजनीति शीर्षकमा विषयगत महत्वपूर्ण घटनासम्बन्धी अध्याय समावेश गरिएका छन् ।

प्रस्तुत छ, नेपालमा मुटुरोगको अवस्था, रोगको उपचार, निदान र रोकथाममा गर्नुपर्ने पहल तथा आम नागरिकले स्वस्थ मुटुका लागि अपनाउनुपर्ने जीवनशैलीका बारेमा राससका आलेख शाखा प्रमुख कृष्ण अधिकारीले गर्नुभएको कुराकानीको अंश :

यहाँले करिब ४० वर्षदेखि मुटु रोगको उपचारमा क्रियाशील रहँदै आउनु भएको छ । सुरुमा कहाँबाट सेवा आरम्भ गर्नुभयो ?

रसियाबाट मुटुमा पोष्ट ग्राजुएट गरेर फर्केपछि २०३५ सालमा वीर अस्पतालमा काम सुरु गरेँ । डा मृगेन्द्रराज पाण्डेले मुटुको छुट्टै युनिट सञ्चालन गर्न दिनुभयो । त्यतिबेला हामीले विदेशबाट केही उपकरणहरु ल्याएर वीर अस्पतालमा मुटुरोगको छुट्टै उपचार सेवा सुरु गरेका थियौँ । हाम्रो टिम राम्रो थियो । डा पाण्डे देशमा मुटुक रोगीको सङ्ख्या बढ्दै गएका कारण यसको उपचारसँगै रोकथाम कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने कुरामा बढी नै चिन्तित हुनुहुन्थ्यो । त्यसैले उहाँकै सल्लाहमा उपचारसँगै जनचेतना अभिवृद्धि गराउने उद्देश्यले २०४५ सालमा नेपाल हार्ट फाउण्डेशन स्थापना गरियो । अहिले यसको देशभरि शाखा विस्तार भई जनचेतनामूलक विभिन्न कार्यक्रम सञ्चालन भइरहेका छन् । यस फाण्डेशनको स्थापना गर्नुको अर्को उद्देश्य देशमा मुटुरोगको उपचार गर्ने अलग्गै अस्पताल स्थापना गर्नुपर्दछ भन्ने पनि रहेको थियो ।

शहीद गङ्गालाल राष्ट्रिय हृदय केन्द्रको स्थापना यसैको उद्देश्यअनुसार नै भएको हो त ?

हो । तत्कालीन प्रधानमन्त्री मनमोहन अधिकारी बिरामी भएपछि उहाँको उपचारमा वीर अस्पतालबाट म र त्रिवि शिक्षण अस्पतालबाट डा अरुण सायमी खटियौँ । त्यतिबेलाका स्वास्थ्यमन्त्री पद्मरत्न तुलाधरसँग पनि मुटुरोगको अलग्गै अस्पताल स्थापना गर्नु जरुरी भएको कुरा राख्यौँ । उहाँ हाम्रो कुरामा सहमत हुनुभयो । काठमाडौँको बाँसबारीस्थित त्यतिबेला बाँसबारी छालाजुत्ता कारखानाको जग्गामा सांसद निवास बनाउने योजना रहेछ, हाम्रो अस्पताल बनाउने प्रस्तावपछि मन्त्री तुलाधरले मुटुको अस्पताल बनाउन सहमत हुनुभयो ।

यसका लागि धेरै मेहनत गर्नुपरय्ो । हाल यो अस्पताल नेपालकै एक स्रोत साधनसम्पन्न, दक्ष जनशक्तियुक्त मुटुरोगको अस्पताल बन्न सकेको छ । गङ्गालालको स्थापनापछि नेपालले मुटुरोगको उपचारमा ठूलो फड्को मार्नसक्यो । त्यसपछि निजी अस्पताल पनि आए । अहिले मुटु रोगको उपचार र निदानका लागि नेपाल बाहिर जानुपर्दैन । मुटुरोगको निदान, उपचार, रोकथाम तथा अध्ययन अनुसन्धान सम्बन्धमा सरकारको केन्द्रीय अस्पतालको रुपमा विस्तार गर्नु आवश्यक छ ।

नेपालमा मुटुका रोगीको सङ्ख्या दिन प्रतिदिन बढ्दै गएको अवस्थामा तिनको उपचारका लागि चिकित्सकको सङ्ख्या र अस्पतालको अवस्था कस्तो छ ?

पछिल्लो समय नेपालमा मुटु रोगीको सङ्ख्या निकै अस्वभाविक रुपमा बढ्दै गएको छ । पहिले दुई/तीनजना बिरामी आउने गरेकामा अहिले ३०/४० जना आउने गर्दछन् । त्यसअनुसार ती बिरामीको उपचारका लागि आवश्यक चिकित्सकको सङ्ख्या निकै कम छ भने आवश्यक अस्पतालको सङ्ख्या पनि छैन । केन्द्रमा शहीद गङ्गालाल राष्ट्रिय हृदय केन्द्र मात्रै छ भने अन्य सरकारी र निजी अस्पतालबाट सेवा दिन सकेका छौँ । मुटुरोगको उपचारमा तुलनात्मक रुपले सस्तो र गुणस्तरीय सेवा प्रदान गरी देशकै एक भरोसायोग्य उपचार केन्द्रको रुपमा स्थापित गर्नेतर्फ सरकारको सहयोग जरुरत पर्दछ । काठमाडौँ बाहिरका मुख्य सहरहरुमा चिकित्सक भए पनि जिल्ला तहमा सेवा विस्तार गर्न सकेका छैनौँ । गङ्गालाल अस्पताल स्थापना गर्दा पाँच वर्षमा सबै अञ्चल र अर्को पाँच वर्षमा सबै जिल्लामा मुटुरोगको उपचार गर्ने अलग्गै अस्पताल स्थापना गर्ने लक्ष्य राखेका थियौँ । यसमा प्रगति हुनसकेको छैन । अहिले जनकपुरमा भने अस्पतालको युनिट स्थापना भएको छ ।

मुटुरोगको उपचार सेवालाई देशभरि विस्तार गर्न के गर्नुपर्ला ?

पहिलो कुरा स्वास्थ्य क्षेत्रलाई सरकारले पहिलो प्राथमिकतामा राख्नुपर्दछ र त्यहीअनुसार बजेट योजना हुनु आवश्यक छ । गङ्गालाल अस्पताल पूर्वाधार, प्रविधि र जनशक्तिका हिसाबले राम्रो भएकाले तुरुन्तै यसलाई विश्वविद्यालयको रुपमा सञ्चालन गर्न सकिएमा त्यहाँबाट उत्पादित जनशक्तिलाई देशभर परिचालन गर्न सकिन्छ । पहिलो चरणमा कम्तीमा हरेक प्रदेशमा एउटा गङ्गालालजस्तै अस्पताल स्थापना गर्न जरुरी छ । त्यसपछि जिल्लास्तरमा मुटुरोगको अस्पताल विस्तार गर्दै लैजान सकिन्छ । साथै सरकारको एकल प्रयासले मात्रै मुटुको रोग नियन्त्रण गर्न सम्भव छैन । आज जनता र निजी क्षेत्रको पनि उत्तिकै हातेमालोको आवश्यक पर्दछ ।

नेपालमा मुटुका रोगीका बिरामीको सङ्ख्या तीव्ररुपमा बढ्दै जानुको मुख्य कारण के होला ?

नेपालमा २०३५ सातसम्म पनि मुटु रोगको समस्या थिएन । नेपालीको जीवनशैली निकै राम्रो थियो । तर अहिले खासगरी खानपिन र व्यायाम गर्ने परिपाटीमा धेरै परिवर्तन भएको छ । पश्चिमा देशहरुले खानपीन र जीवनशैलीमा ध्यान दिन थालेकाले ती देशमा अहिले मुटुको समस्या निकै कम भएको छ तर हाम्राजस्ता देशमा स्वास्थ्यप्रतिको सचेतना नहुँदा समस्या बढ्दै गएको छ । तयारी खाना, चिल्लो, माछामासु बढी खाने, सागसब्जी कम खाने, शारीरिक कसरत नगर्ने आदत बढ्दै गएको छ । सानो उमेरमै धूमपान गर्ने, मध्यपान गर्ने क्रम बढ्न थालेको छ । यसले गर्दा १८/२० वर्षकै उमेरका युवामा उच्च रक्तचाप, मधुमेहको समस्या बढ्न थालेको छ । पछिल्लो समय धेरै मानिसमा तनावले पनि मुटुको समस्या बढेको पाइन्छ । त्यसैले उचित खानपान, कसरत र तनावमुक्त जीवनशैलीमा ध्यान नदिए ठूलै महामारी आउने निश्चित छ ।

मुटुको रोग लाग्नै नदिन के कुरामा ध्यान दिन आवश्यक हुन्छ ?

उचित आहार, व्यायाम र योगसहितको जीवनशैली नै मुटुरोग मात्र नभइ कुनै पनि नसर्ने रोगबाट बच्ने उपाय हो । एउटा वयस्क व्यक्तिलाई स्वस्थ हुन सामान्यतया: दिनमा छ/सात घण्टा सुत्नुपर्छ । दैनिक करिब एकघण्टा हिँडडुल वा अन्य व्यायाम गर्नुपर्छ । आधा घण्टा योग ध्यान गर्दा धेरै फाइदा हुन्छ । खानामा कार्वोहाइटेडयुक्त खानेकुरा कम र प्रोटिनयुक्त खानेकुरा खानुपर्छ । बिहान सामान्य खानेकुरा खाने तर साँझमा ढिलोमा छ बजेभित्र हल्का पाँचनदार खानेकुरा खानु राम्रो हुन्छ । हरियो तरकारी, सागसब्जीलाई दुबै छाकमा खानुपर्छ । चिनी र चिल्लो पदार्थलाई बन्द गरेहुन्छ । नून पनि २.५ ग्रामभन्दा कम खाए पुग्छ । घिउ वा तेलमा तारेको खानेकुरा नखाने तर शुद्ध तोरीको तेलमा पकाएको खाँदा खासै बेफाइदा हुन्न । व्यक्तिको शारीरिक बनोटअनुसार यी कुरामा केही तलमाथि पनि हुनसक्छ । मध्यपानले कुनै फाइदा नगर्ने वैज्ञानिक तथ्यबाट पुष्टि भइसकेको छ । मासुमा माछा ठिकै हुन्छ, रातो मासु सकभर नखाने, खानै परे एकदम कम खानुपर्छ । धूमपानबाट टाढै रहन सक्यो भने उच्च रक्तचाप, मधुमेहको समस्या नियन्त्रण गर्न सजिलो हुनुका साथै अन्यरोग पनि लाग्ने जोखिम धेरै नै कम हुन्छ ।

बाँकी तीन पृष्ठमा

नक्कली शरणार्थी बनाइ करोडौं असुली

काठमाडौँ, १३ चैत (रासस) ।

नक्कली भुटानी शरणार्थी बनाएर अमेरिका पठाउने भन्दै एक समूहले करोडौँ ठगी गरेको खुलेको छ । उनीहरुले विसं २०७७ देखि हालसम्म भुटानी शरणार्थी बनाइ अमेरिका लैजान्छु भनी विश्वासमा पारी ८१ जना पीडितबाट करिब र रु १३ करोड ६३ लाखभन्दा बढी ठगी गरेको पाइएको छ ।

नक्कली शरणार्थी बन्न फारम भर्नुपर्ने भन्दै प्रतिव्यक्ति रु २० लाखसम्म असुलेको पीडितले बताएका छन् । उनीहरुले आफ्नो सम्पर्कमा आएका र उनीहरुको चिनजानमा रहेका व्यक्तिलाई प्रयोग गरी तिनका आफन्त र नातागोतालाई शरणार्थीका नाममा अमेरिका पठाइदिन्छु भनी लोभमा फसाएको पाइएको काठमाडौँ उपत्यका अपराध अनुसन्धान कार्यालयले जनाएको छ ।

त्यसरी लोभमा फसाएर उनीहरुले भुटानी शरणार्थीको नाम दर्ताका लागि भनेर फाराम भर्न लगाएका पाइएको कार्यालयका प्रहरी उपरीक्षक सोमेन्द्रसिंह राठौरले जानकारी दिनुभयो । उनीहरुले पीडितबाट त्यसरी लोभमा फसाएर प्रतिव्यक्ति रु १५ देखि २० लाख लिने गरेका थिए । यसरी फाराम भरेका सबै नेपाली नागरिक रहेको अनुसन्धानमा भेटिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

उनीहरुले गृह मन्त्रालय र शरणार्थी समितिका उच्च अधिकारीसँग सेटिङ भइरहेको भन्दै गृह, श्रम मन्त्रालय र शरणार्थीसँग सम्बन्धित विभिन्न निकायसँग सम्बन्धित पत्र, निर्णय देखाएर विश्वासमा पार्ने गरेको पनि खुलेको छ ।

अमेरिका लैजाने भनेर बहानामाथि बहाना बनाएपछि मात्रै पीडितहरुले आफू ठगिएको चाल पाएका थिए । त्यतिबेला भने उनीहरुले रकम बुझाइसकेका थिए ।

लामो समयसम्म अमेरिका जाने नदेखिएपछि आफूहरु ठगी भएको थाहा पाई पीडितहरुले आफ्नो पैसा फिर्ता गरभन्दा पीडकले उल्टै ज्यान मार्नेसम्मको धम्की दिएका थिए । त्यसपछि ८१ जना पीडित प्रहरीकामा आइपुगेका हुन् । ठगी भएको रकम सङ्कलनका लागि विभिन्न व्यक्तिको बैंक खाता प्रयोग भएको पाइएको छ । पीडितले ६५ लाखभन्दा बढी रकम ती व्यक्तिको खातामा जम्मा गरेको भेटिएको पनि प्रहरी अनुसन्धानमा खुलेको छ ।

पीडितमध्ये १० जनाभन्दा बढीका नाममा गृह मन्त्रालयका नाममा सरकारी लोगोसमेत प्रयोग गरी शरणार्थी परिचय पत्र तथा ट्राभल डकुमेन्ट समेत बनेको पाइएको छ । नेपाली नागरिकलाई भुटानी शरणार्थी बनाइ अमेरिका पठाउने खेलमा तत्कालीन मन्त्रालयका पदाधिकारी र शरणार्थी समस्या समाधानसम्बन्धी कार्यदलका सदस्यकोसमेत मिलेमतो रहेको आशङ्का गरिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

बाँकी तीन पृष्ठमा

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar
MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics
(BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ

डा. सन्तोष प्रसाद शाह
Dr. Santosh Prasad Sah
MBBS (T.U.), MD Internal Medicine
(NAMS, Bir Hospital Kathmandu)
NMC Reg. No. : 15019
कन्सलटेन्ट फिजिसियन

डा. यमेश यादव
Dr. Yamesh Yadav
MBBS (T.U), MS (Nobel Medical College, K.U.)
General and Laproscopic Surgeon
NMC Reg. No. : 16392
जेनरल सर्जन

डा. सरोज कुमार साह
Dr. Saroj Kumar Sah
MBBS, MS Orthopaedics (BPKIHS) Dharan
Fellowship in Hand Surgery (CMC Vellore)
NMC Reg. No. : 13288
हाड जोर्नी, नशा तथा बाथ रोग विशेषज्ञ

डा. जयन्ती यादव
Dr. Jayanti Yadav
M.B.B.S. MD (Obstetrician and Gynaecologist)
हाल कार्यरत गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराज
NMC Reg No. : 15312
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ

सम्पर्क :
कृताञ्जली मेडिकल हँल
राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

प्रधानमन्त्रीको चासोपछि समयमै पाउने भए विद्यार्थीले पुस्तक

काठमाडौँ, १३ चैत (रासस) ।

हरेक वर्ष नयाँ शैक्षिकसत्र नजिकिँदै गर्दा विद्यार्थीले पाठ्यपुस्तक पाउने हुन् कि होइनन् भन्ने चिन्ता हरेक अभिभावकलाई हुने गर्दथ्यो । शैक्षिकसत्रको आधाआधी समयसम्म पनि विद्यार्थीले पुस्तक नपाएको गुनासो सदनदेखि सडकसम्म दोहोरिने हरेक वर्षको नियती जस्तै थियो ।

छपाइको जिम्मेवारी पाएका निकायले पनि टालटुले जवाफ दिएर पन्छने गरेका थिए । सर्वत्र विरोध, चासो र चिन्ता हुँदा पनि तालुकदार निकायले पनि स्पष्ट जवाफ दिने गरेको थिएन । तर, यसपटक अवस्था फेरिने विगतको जस्तो अवस्था नदोहोरिने उनीहरुको दावी छ ।

प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' को नियमित चासोपछि यसपटक विद्यार्थीले समयमै पाठ्यपुस्तक पाउने सम्भावना बढेर गएको हो । शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयको जिम्मेवारीसमेत सम्हाल्नुभएका प्रधानमन्त्री दाहाल नियमित चासो देखाएपछि छपाइको जिम्मेवारी पाएको जनक शिक्षा सामग्री केन्द्रले छपाइ र ढुवानी तीव्र बनाएको छ ।

केन्द्रका अनुसार सोमबारसम्म कूल एक करोड ३५ लाख थान पाठ्यपुस्तक छपाई सम्पन्न गरेको छ । अब कूल १५ लाख थान पुस्तक छाप्न बाँकी छ । सातदिनभित्रै सबै पुस्तकछपाई सक्ने केन्द्रको दाबी छ ।

गत पुस १० मा प्रधानमन्त्रीमा नियुक्त भएलगत्तै प्रधानमन्त्री दाहालले विशेष चासोका साथ पाठ्यपुस्तक छपाई र वितरणमा लाग्न केन्द्रलाई शिक्षा मन्त्रालयमार्फत निर्देशन दिनुभएको थियो ।

विवरणअनुसार कक्षा छ का लागि कूल २८ लाख ५० हजार पुस्तक आवश्यकमध्ये हालसम्म २८ लाख थान छपाई भइसकेको छ । कक्षा सातका लागि पनि समान २८ लाख ५० हजार थान पाठ्यपुस्तक आश्यकमध्ये २८ लाख पाठ्यपुस्तक छपाई भइसकेको केन्द्रका प्रबन्धनिर्देशक अनिल झाले जानकारी दिनुभयो ।

यस्तै कक्षा आठका लागि २९ लाख थान पाठ्यपुस्तक चाहिनेमा सोमबारसम्म २२ लाख थान पुस्तक छपाई भइसकेको छ । थप सात लाख थान पुस्तक छाप्न बाँकी छ । कक्षा ९ का लागि ३२ लाख थान पाठ्यपुस्तक चाहिनेमा हालसम्म २९ लाख पुस्तक छपाई भइसकेको छ । बाँकी रहेको तीन लाख थान पुस्तक चैतभित्रै छपाई र वितरण गरिसक्ने केन्द्रको तयारी छ । साथै कक्षा १० का लागि ३२ लाख थान पुस्तक चाहिनेमा हालसम्म कूल २८ लाख थान छपाई भइसकेको र अब चार लाख थान छपाई हुन बाँकी रहेको केन्द्रको दाबी छ ।

प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद् कार्यालयले छपाई र वितरणको सूचना हरेक दिन उपलब्ध गराउन केन्द्रलाई निर्देशन दिएको छ । शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्रालयका सचिव रामकृष्ण सुवेदीले पनि पाठ्यपुस्तक छपाई र वितरणमा कुनै पनि समस्या आउन नदिन केन्द्रलाई बारम्बार निर्देशन दिनुभएको छ ।

"नियमितरुपमा अनुगमन पनि भइरहेको छ । छपाइको गुणस्तरमा समेत ध्यान दिइएको छ", झाले भन्नुभयो, "सम्बद्ध निकायबाट प्राप्त निर्देशनलाई अक्षरशः कार्यान्वयन गरिएको छ ।"

चैतभित्रै सबै विद्यालयमा पुस्तक पुऱ्याउने योजनाका साथ केन्द्रले काम गरिरहेको उहाँको भनाइ छ । यसका लागि लागि देशभरआठ वटा वितरण केन्द्रमा यही चैत २० गतेभित्रै पुस्तक पुऱ्याइनेछ । हालसम्म ती वितरण केन्द्रमा एक करोड थानभन्दा बढी पाठ्यपुस्तक पुगिसकेको छ ।

शैक्षिकसत्र सुरु भइसक्दासमेत विद्यार्थीले पुस्तक नपाउँदा विगतका वर्षमा सरकारको आलोचना हुने गरेको थियो । यसपटक भने समयमै पुस्तक पुऱ्याउन हरसम्भव प्रयास गरिएको प्रबन्ध निर्देशक झाको भनाइ छ ।

केन्द्रले कक्षा एकदेखि पाँचसम्मको पाठ्यपुस्तक भने निजी क्षेत्रलाई जिम्मा दिएको छ । आगामी वैशाख १ गतेदेखि नयाँ शैक्षिकसत्र सुरु हुँदैछ ।शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयका सचिव सुवेदीले सबैको चासो, नियमित अनुगमनलगायतका कारणले गर्दा यसपटक विद्यार्थीले समयमा नै पाठ्यपुस्तक पाउने सुनिश्चितता भएको जानकारी दिनुभयो ।

उहाँले निजी क्षेत्रका छापाखानाले पनि समयमै छपाई सम्पन्न गरी वितरण गर्ने विश्वास मन्त्रालयले लिएको बताउनुभयो । निजी छापाखानाको अनुगमन र विवरण भने पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले दैनिकरुपमा लिइरहेको छ ।

मुटुरोगको समस्या ...

मुटुका रोगीलाई उपचारसँगै पुनःस्थापनामा पनि ध्यान दिनुपर्ने होइन र ?

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको पछिल्लो अध्ययनले इस्केमिक हार्ट डिजिजलाई विश्वकै सबैभन्दा ठूलो प्राणघातक रोगको रुपमा देखाएको छ । पछिल्ला दिनहरुमा नेपालमा समेत रोगका बिरामी तथा यसका कारण हुने मृत्यु बढिरहेको सन्दर्भमा उनीहरुको उपचारसँगै पुनःस्थापनामा पनि जोड दिनु आवश्यक छ । विकसित देशहरुमा उपचारसँगै पुनःस्थापनाका कार्यक्रममा जोड दिन थालिएको छ । बिरामीलाई अस्पतालबाट घर पठाउनुअघि केही समय पुनःस्थापना केन्द्रमा राखी सही ढङ्गबाट औषधि सेवन गराउने, खानपिनमा अभ्यस्त तुल्याउने तथा व्यायाम गराउनेजस्ता कुरा गराउन जरुरी हुन्छ ।

प्रधानमन्त्रीविरूद्ध नाराबाजी गर्ने तीन जना जेल चलान

दैनिक समाचारदाता
काठमाडौँ, १३ चैत ।

प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डविरुद्ध नाराबाजी गर्ने तीन जना जेल चलान भएका छन् ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालयले आइतबार अभद्र व्यवहारको कसुरमा ५ हजार रुपैयाँ धरौटीमा रिहा हुन आदश दिएको थियो । तर, धरौटी नतिरेपछि उनीहरूलाई कारागार पठाइएको प्रहरीले जनाएको छ ।

पक्राउ पर्नेमा सोलुखुम्बुका २३ वर्षीय उद्धव बस्नेत, बझाङका १८ वर्षीय विप्लव खड्का र बाग्लुङ सोम शर्मा छन् ।

गत मंगलबार बानेश्वरमा प्रधानमन्त्री सहभागी एक कार्यक्रममा उनीहरूले नाराबाजी गरेका थिए । नाराबाजी गरेको भन्दै उनीहरूलाई प्रहरीले पक्रेको थियो। पकाउपछि उनीहरूलाई अभद्र व्यवहार मुद्दा चलाइएको थियो ।

देशका सबै ...

बैंकमा जग्गा रोक्का राख्ने प्रणाली पनि अब अनलाइनबाटै हुने भएको छ । विभागले यसअघि मेगा बैंकसँग यस्तो सम्झौता गरेकामा अब प्राइम बैंक, कर्मचारी सञ्चय कोष, राष्ट्रिय वाणिज्य बैंक र अरु बैंक पनि यसमा आबद्ध हुँदै गएको जानकारी दिइएको छ ।

नक्कली शरणार्थी ...

उक्त घटनामा संलग्न रहेको आरोपमा प्रहरीले तीन जनालाई पक्राउ गरी अनुसन्धान थालेको छ । उक्त घटनामा अन्य व्यक्तिसमेत संलग्न रहेको आशङ्कामा खोजी पनि जारी रहेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

पक्राउपर्नेमा ललितपुरको महालक्ष्मी नगरपालिका-४ सीतापाखा हाइट बस्ने वर्ष ५० का सानु भण्डारी, मोरङको पथरी शनिश्चरे नगरपालिका-१० घर भई हाल ललितपुरको धापाखेल बस्ने वर्ष ४९ का केशवप्रसाद दुलाल र पाँचथरको फिदिम घर भई हाल ललितपुरको धापाखेल बस्ने ४५ वर्षका टङ्ककुमार गुरुङ रहेका छन् । उनीहरुलाई आवश्यक अनुसन्धानका लागि जिल्ला प्रहरी परिसर टेकु पठाइएको काठमाडौँ उपत्यका अपराध अनुसन्धान कार्यालयले जनाएको छ ।

छठ मनाउन ...

सहभागी भएको गुनासो पोखेका छन् । कार्तिकको छठको समयमा व्रतालुको संख्या धेरै भएर नदी पोखरीको नगरपालिका, सेना, प्रहरी र विभिन्न संघसंस्थाद्वारा सफा गरिने तर चैती छठमा व्रतालुको संख्या कम हुने भएर वेवस्ता गरिएको हुन सक्ने अधिकाँश व्रतालुले गुनासो गरेका छन् । छठ पर्व निष्ठापुर्वक मनाउँदा इच्छित मनोकामना पुरा हुने धार्मिक विश्वास छ ।

नेपाल सरकार
कृषि, भूमि, व्यवस्था सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालय
भूमि सुधार तथा मालपोत कार्यालय, राजविराज
सप्तरी

मिति :- २०७९/१२/१२

३५ दिने हकदाबी सम्बन्धी सार्वजनिक सूचना

.... दर्ता रहेको साविक .... मौजा रै.नं.......... हाल तपसिल बमोजिम नापी भएको जग्गा **श्रेस्ता कायम** गरी प्रमाण पुर्जा पाउँ भन्ने गा.वि.स./न.पा. **खडकपुर** वार्ड नं. **२** बस्ने **संफा देवी ताँती** को द.न. **११०१३** मिति **२०७९/११/२१** मा निवेदन परी **हकदाबी** सार्वजनिक सूचना प्रकाशित गर्ने मिति **२०७९/१२/१२** मा आदेश भए अनुरुप यो **३५** दिने सूचना प्रकाशित गरिएको छ । तपसिलमा उल्लेखित जग्गामा निवेदक बाहेक अरु कसैको हक लाग्ने भए वा निवेदकको नाममा जग्गा दर्ता/नामसारी/नाम थर बतन संशोधन गर्दा कसैको हक जाने छ भने सूचना प्रकाशित भएको मितिले **३५** दिन भित्रमा सप्रमाण यस कार्यालयमा आई उजुरी गर्नुहोला । म्याद भित्र कसैको दावीउजुरी पर्न नआएमा निवेदकको माँग दाबी बमोजिम **श्रेस्ता कायम** गर्ने तर्फ कानून बमोजिम कार्यवाही भै जानेछ । यस सम्बन्धमा पछि कुनै पनि उजुरी दाबी नलाग्ने व्यहोरा सम्बन्धित सबैलाई जानकारी गराईन्छ ।

तपसिल

गा.वि.स./न.पा.	वार्ड नं.	कि.नं.	क्षेत्रफल	साविक दर्तावाला	कैफियत
रौतहट	२	१२९	०-४-२	रामकिशन दास बुबा : गौरी ताँती	

विश्व समाचार

संयुक्त राष्ट्रसङ्घको कालोसूचीबाट तालिवान अधिकारीहरूको नाम हटाउन आग्रह

काबुल, १३ चैत (रासस/सिन्ह्वा) ।

तालिबान समूहले संयुक्त राष्ट्रसङ्घ (यूएन) लाई आफ्ना सदस्यहरूको नाम कालोसूचीबाट हटाउन सोमबार पुनः आग्रह गरेको छ ।अफगानिस्तानका अधिकारीहरूलाई दबाब दिनुको साटो अन्तर्राष्ट्रिय समुदायले उनीहरूसँग सहकार्य गर्नुपर्ने तर्क तालिवानले गरेको छ । सुरक्षा परिषद्ले यात्रा छुट बढाउने वा नबढाउने भन्ने विषयमा सहमति गर्न नसकेपछि १३ जना अफगानी इस्लामी अधिकारीलाई विदेश यात्रागर्न अनुमति दिने संयुक्त राष्ट्रसङ्घको छुटको म्याद सन् २०२२ को अगष्टमा सकिएको थियो ।झण्डै २० देखि २५ जना तालिवान व्यक्तिहरूलाई कालो सूचीमा राखिएको छ । तालिबानका प्रवक्ता जबीउल्लाह मुजाहिदलाई उद्धृत गर्दै टोलोन्यूजले भनेको छ, "तीमध्ये केहीको मृत्यु भइसकेको छ, जीवितमध्ये धेरै कम अहिले सरकारमा छन् ।"

इस्लामिक इमिरेट्सका अधिकारीहरूलाई संयुक्त राष्ट्रसङ्घको कालोसूचीमा समावेश गर्नु दोहा सम्झौताको उल्लङ्घन भएको मुजाहिदको तर्क छ ।उहाँले भन्नुभयो, "हामीले धेरै पटक भनिसकेका छौँ, दबाब र बलप्रयोगले कुनै परिणाम ल्याउँदैन । अफगानिस्तानका जनता दबाबसामु आत्मसमर्पण गर्ने छैनन् भन्ने विगत २० वर्षको युद्धले प्रमाणित गरेको छ ।"

"संलग्नता र समझदारी राम्रो छ र वार्ता एक राम्रो विकल्प हो," उहाँले थप्नुभयो ।सन् २०२० मा दोहामा हस्ताक्षर भएको दोहा सम्झौता विशेष गरी संयुक्त राज्य अमेरिका र तालिबानबीच अफगानिस्तानमा शान्ति ल्याउनका लागि हस्ताक्षर गरिएको एक विस्तृत शान्ति सम्झौता हो । अफगानिस्तानबाट अमेरिकी सेनाफिर्ता तालिबानको सुरक्षा आश्वासनमा निर्भर थियो । सम्झौतामा अफगान भूमि अल-कायदा वा इस्लामिक स्टेटद्वारा अमेरिका विरुद्ध आक्रमणको कार्यस्थलका रूपमा प्रयोग नगरिने सर्तमा अमेरिकी नेतृत्वको सैनिक गठबन्धन अफगानिस्तानबाट बहिर्गमित भएको थियो । राजनीतिक विश्लेषक टोरेक फरहादीले जारी मानवीय सङ्कट र महिलाको आधारभूत अधिकारबाट बञ्चित हुनु नै तालिबानमाथिको प्रतिबन्धको कारण भएको बताउनुभएको छ ।

फरहादीले भन्नुभयो, "शिक्षा र कामका लागि महिलाको अधिकार सुनिश्चित गर्नु र अन्तर-अफगान वार्तापछि अफगानिस्तानको नेतृत्व तहमा तालिबान नभएका प्रतिनिधिहरूलाई समावेश गर्नु नै प्रतिबन्धको कारण हो । यसबाहेक, राजनीतिक विश्लेषकहरूले संयुक्त राष्ट्रसङ्घको कालोसूचीमा इस्लामिक इमिरेट्सका सदस्यहरूको निरन्तर उपस्थिति अन्तर्राष्ट्रिय समुदायको माग पूरा गर्न असफल भएका कारण भएको दावी गरेका छन् ।

एक राजनीतिक विश्लेषक सलीम काकरले यसबारे एक फरक परिवेशमा भन्नुभयो, "मेरो विचारमा अफगान तालिवान अधिकारीहरूमाथिको कालोसूची इस्लामिक इमिरेट्सले वर्तमान प्रणाली र वर्तमान अन्तर्राष्ट्रिय कानूनहरूको पालना नगर्दासम्म अफगानिस्तानमा विश्वको राजनीतिक दबाबको एक भाग हो ।"

तालिबानले अफगानिस्तानमा सत्ता कब्जा गरेयता देशमा महिलामाथिको दमन, तालिवान इतर समूहमाथिको दमन र समग्र शिक्षा तथा मानवअधिकारका मुद्दाहरू ओझेलमा परेका छन् । आर्थिक तथा राजनीतिक सङ्कट धेरै गुणा बढेको छ, जसले गर्दा मानिसहरूको जीवन अत्यन्त दयनीय बनेको छ ।

एलन मस्कद्वारा ट्वीटरको मूल्य २० अर्ब डलर भएको जानकारी

न्यूयोर्क, १३ चैत (रासस/एएफपी) ।

एलन मस्कले ट्वीटरको हालको मूल्य २० अर्ब अमेरिकी डलर रहेको बताउनुभएको छ । यो मूल्य मस्कले पाँच महिनाअघि मात्र सोसल मिडिया प्लेटफर्मका लागि तिरेको ४४ अर्ब डलरभन्दा आधा भन्दा पनि कम हो ।कर्मचारीहरूलाई पठाइएको इमेलमा सान फ्रान्सिस्कोस्थित कम्पनीमा नयाँ स्टक क्षतिपूर्ति कार्यक्रम र ट्विटरको छाता कम्पनी 'एक्स होल्डिङ्स'का कर्मचारीहरूलाई शेयर बाँडफाँड गरिएको उल्लेख गरिएको छ ।

क्षतिपूर्ति योजनाले ट्वीटरको मूल्य २० अर्ब डलर तोकेको छ । यो मूल्य 'स्न्यापच्याट'को मूल कम्पनी 'स्न्याप' (१८.२ बिलियन डलर) वा 'पिन्टेरेस्ट' (१८.७ बिलियन डलर) भन्दा केही मात्र बढी हो । तेस्ला इङ्क र एयरोस्पेस ग्रुप स्पेसएक्सका प्रमुख कार्यकारी समेत रहेका मस्कले ट्वीटरले आफ्ना कर्मचारीलाई हरेक छ महिनामा सेयर नगद गर्न अनुमति दिने बताउनुभएको छ ।

आन्तरिक इमेलमा मस्कले ट्विटरको मूल्यमा भएको क्रुर सङ्कुचनको वर्णन गर्दै उहाँले बताउनुभएको छ, "ट्वीटरले यस्तो गम्भीर वित्तीय कठिनाइहरूको सामना गर्नुपर्‍यो कि एक बिन्दुमा यो चरम आर्थिक सङ्कटको सङ्घारमा पुगेको थियो । यसअघि, मस्कले ट्वीटरमा शनिबार पोस्ट गरेको एक सन्देशमा भन्नुभएको छ, "ट्वीटरले प्रति वर्ष तीन अर्ब अमेरिकी डलर गुमाउने अनुमान गरिरहेको छ ।"

उहाँले वार्षिक १.५ अर्ब अमेरिकी डलर को राजस्वमा गिरावट र समान रकमको ऋण-सेवा बोझको हवाला दिनुभएको थियो । ट्वीटरका बहुसङ्ख्यक शेयरहोल्डर मस्कले भन्नुभयो, "कम्पनीको अवस्था अत्यन्तै डरलाग्दो स्थितिमा छ ।"मस्कले आफ्नो नियन्त्रणमा लिएयता समूहको पेरोल सात हजार ५०० कर्मचारीबाट घटाएर दुई हजारभन्दा कममा झार्नुभएको छ । उहाँले २५० अर्ब अमेरिकी डलरको मूल्याङ्कनका लागि 'स्पष्ट तर कठिन बाटो' देखेको एएफपीलाई प्राप्त इमेलमा बताउनुभएको छ ।

पत्रकारहरुको निशुल्क आँखा उपचार

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ चैत ।

नेपाल नेत्र ज्योति संघको ४५ औं स्थापना दिवसको अवसरमा सोमबार सप्तरीका संचारकर्मीहरुको निशुल्क आँखा उपचार गरिएको छ ।

सगरमाथा चौधरी आँखा अस्पताल लहान तथा राजविराजस्थित आँखा उपचार केन्द्रको समन्वयमा संचारकर्मीहरुका लागि एक दिने निशुल्क आँखा उपचार शिविरको आयोजना गरिएको हो ।

शिविरमा २३ जना संचारकर्मीले आँखा उपचार सेवा प्राप्त गरेका छन् । आयोजक अस्पतालले पत्रकार महासंघ शाखा सप्तरीसँग समनवय गरि आयोजना गरिएको शिविरमा जचाउन आएका संचारकर्मीलाई आँखा परिक्षण, औषधी र चश्मा समेत निशुल्क उपलब्ध गराइएको पत्रकार महासंघ शाखा सप्तरीका सभापति श्रवण देवले जानकारी दिए ।

शिविरमा नेत्र विशेषज्ञ डा. रामकुमार झाले आँखा उपचार सेवा प्रदान गरेका छन् । चौधरी आँखा अस्पताल लहानकै पहलमा १९ वर्षअघि राजविराजमा स्थापना गरिएको आँखा उपचार केन्द्रमा सो शिवरको आयोजना गरिएको छ ।

सो केन्द्रले स्थापनाकाल देखी हालसम्मको अवधीमा ३ लाख ५७ हजार २ सय ४७ जना आँखाका रोगिको उपचार गरिसकेकोको जानकारी दिँदै डा. झाले २५ प्रतिशत सीमावर्ती भारतीय क्षेत्रका आँखाका बिरामीहरु रहेको बताए ।

लिम्बूको परिवारलाई तीन लाख दिने निर्णय

विराटनगर, १३ चैत (रासस) ।

कोशी प्रदेश सरकारले प्रदेश नामकरणका सम्बन्धमा भएको विरोध प्रदर्शनीमा मृत्यु भएका लाजेहाङ लिम्बू (पद्म लिम्बू)को परिवारलाई राहतस्वरुप रू तीन लाख उपलब्ध गराउने भएको छ ।

प्रदेश सरकार मन्त्रिपरिषद्को सोमबार बसेको बैठकले नेपाल सरकारद्वारा गठित छानविन समितिलाई सहजीकरण गर्ने र मृतकका परिवार लागि राहत दिने निर्णय गरेको मुख्यमन्त्री हिक्मतकुमार कार्कीका प्रेस सल्लाहका महेन्द्र विष्टले जानकारी दिनुभयो ।

बैठकले कलबल्गुडी झापाको निर्देशकमाअर्को व्यवस्था नहुञ्जेलसम्मका लागि निर्देशकका रुपमा प्रदेश सचिव कृष्ण सापकोटालाई तोक्ने निर्णय गरेको छ । साथै पर्यटन, वन वातावरण मन्त्रालयद्वारा पेस गरिएको दुईवटा संशोधन विधेयक प्रदेश वातावरण संरक्षण ऐन २०७६ र प्रदेश वन ऐन २०७७ लाई प्रदेशसभामा पेस गर्न स्वीकृति प्रदान गर्ने निर्णय बैठकले गरेको छ । बैठकले आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्रालयद्वारा पेस गरिएको समपुरक अनुदान कार्यविधि संशोधन प्रस्ताव पारित गर्नेसमेत निर्णय गरेको छ ।

बैठकले प्रदेश नामाकरणमा भूमिका खेल्ने प्रदेशसभा सभामुख, उपसभामुख, प्रदेशसभा सदस्य, प्रदेशसभा सचिवालय, प्रदेशसभामा उपस्थित सम्पूर्ण राजनीतिक दललाई धन्यवाद ज्ञापन गर्दै कोशी प्रदेशवासीलाई हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्ने निर्णय गरेको छ ।

चार डिआइजी एआइजीमा बढुवाका लागि सिफारिस

काठमाडौँ, १३ चैत (रासस) ।

नेपाल प्रहरीका जनपद समूहतर्फका चार प्रहरी नायव महानिरीक्षक (डिआइजी)लाई प्रहरी अतिरिक्त महानिरीक्षक (एआईजी) पदमा बढुवाका लागि सिफारिस गरिएको छ ।

गृह मन्त्रालयमा सोमबार बसेको बढुवा समितिको बैठकले डिआईजीहरु सन्दीप भण्डारी, सुदीप गिरी, मिरा चौधरी र टेकबहादुर तामाङलाई बढुवाका लागि सिफारिस गरेको हो ।

चार डिआइजीलाई प्रहरी नियमावली, २०७१ (संशोधन सहित) को नियम २७ को उपनियम ४ अनुसार बढुवाका लागि सिफारिस गरिएको बढुवा समितिका सदस्य-सचिव एवं प्रहरी महानिरीक्षक वसन्तबहादुर कुँवरले जानकारी दिनुभयो ।

खाजा भत्ताको …

हेमनारायण यादव र दिनेशकुमार यादव घाइते भएका छन् ।

प्रहरीका अनुसार रा.प्रा.बि झुटकी पोखरी स्कुलको खाजा भत्ताको बिषय र पुरानो रिसिबीको कारण झगडा तथा कुटपिट हुदाँ उनीहरु घाइते भएका हुन् । घाईते तीनै जनाको स्थानिय मेडिकल झौराहा चौकमा उपचार भइरहेको तथा कुटपिटमा संलग्न ६ जना फरार रहेकोले उनीहरुको खोजतलास भइरहेको छ ।

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीं कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिका, सप्तरी

हावाहुरीबाट बचौं र बचाऔं ।

- घरको संरचना बलियो बनाऔं,
- हावाहुरी चल्न थालेपछि झ्यालढोका थुनौं,
- छानालाई राम्ररी हुक तथा तारले कसेर बाधौं,
- छतका गमला सुरक्षित रुपमा राखौं,
- जस्तापातालगायतका वस्तुहरु खुल्ला र जथाभावी नछोडौं,
- हावाहुरी चलेमा भागदौड नगरौं, बिस्तारै सुरक्षित स्थानमा जाऔं,
- सुरक्षित ओत नभेटे थुचुक्क बसेर दुवै हातले टाउँको छोपी घोप्टो परौं,
- हावाहुरी चलेको समयमा सवारी साधन रोकेर सुरक्षित स्थानमा बसौं।

हावाहुरीबाट हुने क्षति कम गर्न पूर्व तयारी एवं सतर्कता अपनाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

डा. कालीप्रसाद यादव

MBBS, MD Internal Medicine (NAMS Bir Hospital, Kathmandu) NMC NO. 13203

कन्सलटेन्ट फिजिसियन

मधुमेह (चिनी रोग), प्रेशर, मुटु रोग, दम तथा श्वासप्रश्वास, कलेजो, मृगौला, छाती, पेट, थाईराईड तथा नशा रोग

हाल कार्यरत : गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल, राजविराज

डा. रिपला आचार्य

MBBS, MD (BPKIHS) NMC NO. 19992

छाला, यौन तथा कुष्ठरोग विशेषज्ञ

डण्डीफोर, कपाल झर्ने, एलर्जीदाद, ढुसीदाद, चायापोतो तथा दागहरु, सेतोदुबी

यहाँ हरेक किसिमका छाला, नङ्ग, कपाल, ओठ, मुख तथा यौन अंगमा भएका समस्याको सफल उपचार गरिन्छ ।

सम्पर्क स्थान : जय श्री कृष्ण फार्मेसी

हनुमाननगर रोड, राजविराज, ९८१९७२१५२६, ९८१७७८१९८७

देश विदेशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त भुक्तानी लिनका लागि सम्झनुहोस् ।

हाम्रो सेवाहरु → ipay remit, City Express Money Transfer, Best Remit, Prabhu Money Transfer, IME International Money Express, himal remit हिमालरेमिट, CG Money

नेपाल सहकारी संस्था लि.
राजविराज ४, फोन नं. ०३१-५३१०९६

प्रकाशक : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सहसम्पादक** : दीपककुमार गुप्ता (९८४१५१३२९९), **लेआउट** : संजय शेखर, **मुद्रण** : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, फोन : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : rajbirajdainik@gmail.com, **वेवसाइट** : rajbirajdainik.com.np