जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. ३३/०४८/०४९ | स.जि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

राजबिराज दैनिक

वर्ष ३० | अंक १०४ | २०७७ साल मंसिर ३ गते बुधबार (18 Nov. 2020 Wednesday) | मूल्य रु. ५/-

Log on : *rajbirajdainik.com.np*

२०७५ साल भदौ १ गते देखि लागू भएको अपराध संहितामा रहेका मुख्य व्यवस्थाहरु:

- हुलदङ्गा गर्नेलाई दुई वर्षसम्म कैद र बीस हजार रुपैयासम्म जरिवाना हुने,
- सार्वजनिक स्थानमा आवागमनमा बाधा गर्नेलाई तीन वर्षसम्म कैद वा तीस हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना वा दुवै सजाय हुने,
- सार्वजनिक सेवा अवरुद्ध गर्नेलाई तीन वर्षसम्म कैद वा तीस हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना वा दुवै सजाय हुने,
- सार्वजनिक शान्ति भङ्ग गर्ने, हुलदंगा गर्ने वा सार्वजनिक सम्बन्धलाई खलल पार्ने नियतले झुठ्ठा अफवाह फैलाउनेलाई एक वर्षसम्म कैद र दश हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना हुने ।

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : भीडभाड नगरीकनै ... ३ पृष्ठमा : छठपर्व शुरुः उत्साहका ... ३ पृष्ठमा : कोभिड-१९ बाट विश्व ...

कैदीबन्दीलाई मास्क, साबुन, तथा खेलकुदका सामग्री प्रदान

दैनिक समाचारदाता राजविराज, २ मंसिर ।

प्रदेश २ का समाजिक विकास मन्त्री नवलकिशोर साहले राजविजराज कारागारका कैदीबन्दीलाई कोरोना जोखिमबाट जोगिन अपनाउनु पर्ने आवश्यक सुरक्षा सर्तकताबारे सचेतनासहित आवश्यक स्वास्थ्य समाग्री प्रदान गरेका छन ।

मन्त्री साहले कैदी बन्दीहरूको लागी ७ सय २० पिस साबुन, एक हजार मास्क तथा ३ सय ६७ प्याकेट मिठाई तथा दुई थान क्यारम बोर्ड, लुडो २ थान, छठ पर्व गर्ने महिलालाई नगद ५ हजार सहित तीन वटा साडी र ५ थान कम्बल समेत प्रदान गरे ।

मन्त्री साहले कारागारका कैदीबन्दीसँग जानकारी लिदै कारागारको निरिक्षण तथा अवलोकन पनि गरेका छन् । कैदी बन्दीहरू बस्दै आएको जिर्ण भवन निर्माण, कारागारको घेरवेरको लागि पर्खाल तथा शौचालय निर्माणका लागि पहल गर्ने उनले प्रतिबद्धता जनाए ।

सो अवसरमा प्रमुख जिल्ला अधिकारी शंकरहरी आचार्य, प्रहरी उपरिक्षक राजेन्द्र प्रसाद धमला, मानवअधिकारकर्मी कल्पना नेपाल आचार्य, राजबिराज कारागारका निमित्त जेलर संजय कुमार राम, खरिदार संजिव कुमार देव, नेपाल पत्रकार महासँघ सप्तरी सहसचिव चन्दनकुमार यादब, जसपाका युवा नेता बिनोद यादब लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

हाल कारागारमा ३ सय ६३ जना कैदीबन्दी रहेको राजबिराज कारागारका खरिदार संजिव देवले जानकारी दिएका छन ।

चित्रगुप्तको कलम ८५ हजारमा बिक्रि

दैनिक समाचारदाता राजविराज, २ मंसिर ।

कायस्थ समुदायको कुलदेवता मानिने चित्रगुप्त भगवानको हातमा राखिएको कलम यसपल्ट ८५ हजार ५ सय ५५ रुँपैयामा बिक्रि भएको छ ।

डाक बढावढ लिलामी प्रक्रियाद्वारा बिक्रि गरिएको सो कलम यस पल्ट राजविराज ८ की रश्मि दत्तले सो मुल्यमा साकार गरि खरीद गरेकी हुन् ।

राजविराजस्थित चित्रगुप्त मन्दिरमा भाइटिकाको दिन आयोजित एक कार्यक्रममा सर्वाधिक रकमको बोली लगाई दत्तले भगवान चित्रगुप्तद्वारा पुजित कलम हात पारेकी हुन् । कलमजिविका रुपमा स्थापित कायस्थ समुदायले विगत ४० वर्षदेखी आफ्ना वंश पिता भगवान चित्रगुप्तको जन्म दिनको अवसर पारेर यसरी कलम पूजा गरि डाकबढावढ लिलामी प्रक्रियाद्वारा कलम बिक्रि गर्दै आएका छन् ।

यसरी बिक्रि गरिएको कलम वापत प्राप्त हुने रकम मन्दिरको विकास, व्यबस्थापन र सो

बाँकी दुई पृष्ठमा

चन्द्र नहरको मर्मत गरि सिचाईको ब्यबस्थापन गर्नुपर्छ : कृषि मन्त्री साह

दैनिक समाचारदाता राजविराज, २ मंसिर ।

प्रदेश २ का भुमी, ब्यबस्था, कृषि तथा सहकारी मन्त्री शैलेन्द्र प्रसाद साहले चन्द्रनहरलाई मर्मत सम्भार गरी सिचाईको उचित ब्यबस्थापन गर्नुपर्नेमा जोड दिएका छन ।

मंगलवार मन्त्री साहले सप्तरी २ (क) प्रदेश सभा निर्वाचन सभा क्षेत्र को स्थलगत अनुगमन गर्ने क्रममा चन्द्र नहरको उचित ब्यबस्थापन बारे ब्यबस्थापन समिति सँग छलफल समेत गरेका छन् ।

मन्त्रि साहले चन्द्र नहरको मर्मत सम्भार हुन नसक्दाँ यस क्षेत्रका डिमन, पकरी, बथनाहा, कजोली लगायतका गाउहरूमा सिचाईको ब्यबस्थापन हुन नसक्दाँ बर्षेनी खडेरीले गर्दा सयौ बिगाहा जग्गा बाझो हुने गरेकोमा चिन्ता व्यक्त गरे ।

उनले चन्द्र नगर अन्तर्गतका नहरहरूको मर्मत सम्भार गर्न प्रदेश सरकार र स्थानिय सरकारले सहयोग गर्न तयार रहेको समेत बताए ।

यता चन्द्र नगर सिचाई ब्यबस्थापन समिति अध्यक्ष बद्रि महात्मानले नहरको स्परहरूको मर्मत सम्भार गर्न जाईका कम्पनीलाई जिम्मा दिएको र केही दिन मै मर्मत भई नगर पुर्ण रूपमा संचालनमा आउने जानकारी दिए ।

यस्तै मन्त्री साहले महदेबा गाउँपालिका २ मा एकवरपुरका स्थानियहरूसँग छलफल गर्दै कमला मन्दिर बाउण्ड्री बाल, पोखरीमाघाट निर्माण र बिद्युतिकरण गरिने प्रतिबद्धता जनाए । त्यस्तै कजोलीमा खानेपानी टंकी निर्माण सम्वन्धमा जग्गा निरिक्षण गरी आबश्यक प्रक्रिया थालेको बताए ।

सो अवसरमा महदेवा गाउपालिका अध्यक्ष दिपक कुमार यादबले चन्द्र नहरको ममर्त सम्भार हुन नसक्दाँ यस क्षेत्रमा सिचाईका कारण किसानहरू समस्या परेकोले नहर मर्मतका लागि सक्दो सहयोग गर्ने बताए ।

आइसोलेसनमा बसेकालाई सामूहिक भाइटीका

इनरुवा, २ मङ्सिर (रासस)।

इटहरी उपमहानगरद्वारा सञ्चालित इटहरी आइसोलेसन कक्षमा सोमबार सामूहिक भाइटीका लगाइएको छ। आइसोलेसन कक्षमा रहेका छ कोरोना सङ्क्रमितलाई नगर उपप्रमुख लक्ष्मी गौतमको सक्रियतामा त्यहीँ रहेकी एक कोरोना सङ्क्रमित महिलाले टीका लगाइदिनुभएको हो।

साथै उपप्रमुख गौतमले ११ सुरक्षाकर्मी र चार स्वास्थ्यकर्मीलाई टीका लगाइदिनुभयो। टीका, माला, सेलरोटी, फलफूल लगायतका खानेकुरा लिएर उपप्रमुख गौतम आइसोलेसन कक्ष पुग्नुभएको थियो। सङ्क्रमितहरूले वर्ष दिनको चाडबाडमा आइसोलेसन कक्षमा रहँदा पनि टीका लगाउने अवसरका लागि धन्यवाद ज्ञापन गरेका थिए। चाडबाडमा समेत सेवामै खटिएका सुरक्षाकर्मीलाई टीका लगाइदिँदा उनीहरूले आँखाभरि आँशु पारेर हर्ष व्यक्त गरेको उपप्रमुख गौतमले बताउनुभयो।

वर्ष दिनको चाडबाडका बेला सङ्क्रमित भएर घर परिवारभन्दा टाढा बस्नुपर्दा र उहाँहरूको स्वास्थ्य र सुरक्षाका लागि चाडपर्व पनि नभनी खटिने स्वास्थ्यकर्मी र सुरक्षाकर्मीलाई चाडबाडको अनुभूति दिलाउन टीका लगाइदिएको उपप्रमुख गौतमले बताउनुभयो। दशैंका बेला पनि इटहरी आइसोलेसन केन्द्रमा सामूहिक टीका लगाइएको थियो।

चित्रगुप्तको ...

समुदायका जेहन्दार विद्यार्थीहरुको छात्रवृत्तीमा खर्चिने गरिएको चित्रगुप्त सेवा समिति सप्तरीका अध्यक्ष अशोक कुमार कर्णको भनाई छ।

मन्दिर परिसरमा आयोजित सो कार्यक्रममा यसपल्ट उक्त समुदायका १३ जना जेहन्दार छात्रछात्राहरुलाई जनही २/२ हजारका दरले छात्रबृति रकम समेत प्रदान गरिएको छ।

सृष्टिकर्ता ब्रम्हाको इच्छापुत्र चित्रगुप्तको सन्तान भएको मान्यता राख्ने कायस्थ समुदायले विगत ४० वर्षदेखी यस परम्परालाई मान्दै आएको छ।

पुरानो रोगको उपचारका लागि सम्पर्क गरौं।

होमियोप्याथिक रिसर्च इन्स्टिच्युट

डा. सुशील मोहन दास

(बी.एच.एम.एस)

सिरहा रोड, राजविराज फोन : ०३१-५२१९६८

डा. ललन प्रसाद रौनियार

Dr. Lalan Prasad Rauniyar

MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338

कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ

गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल, राजविराज

सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज

Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. दिनेश उप्रेती

Dr. Dinesh Upreti

MBBS, MD Internal Medicine (BPKIHS, Dharan), NMC Reg. No. : 13141

कन्सलटेन्ट फिजिसियन

गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल, राजविराज

सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज

Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. पारसमणि शाह

Dr. Parasmani Shah

MBBS (BPKIHS), MD (BPKIHS, Dharan)

NMC Reg. No. : 13297

दुखाई विशेषज्ञ

Anaesthesiology & Critical Care Medicine

गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल, राजविराज

सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज

Mo. No : 9842830252, 9804605569

भीडभाड नगरीकनै राजधानीमा छठ मनाइने

काठमाडौँ, २ मङ्सिर (रासस)।

कोरोना भाइरसको सङ्क्रमणका कारण यस वर्ष राजधानीमा छठ पर्व भीडभाड नगरी विधिमात्र पूरा गरेर मनाइने भएको छ। जाडो लागि सकेकाले भीडभाड गर्दा कोरोना महामारी फैलन सक्ने हुँदा सामान्य पूजा मात्र गर्न लागिएको हो। राजधानीमा कमलपोखरी, गुह्येश्वरी, नागपोखरी, गहनापोखरीलगायत स्थानमा विशेष साजसज्जा गरी कात्तिक शुक्ल षष्ठीका दिन अस्ताउँदो र सप्तमीका दिन बिहान उदाउँदो सूर्यलाई अर्घ्य दिई छठ पर्व मनाइन्छ। राजधानीका यी स्थानमा हजारौँ मानिस जम्मा भएर छठ मनाउने गरिन्थ्यो।

कमलपोखरीमा विगत १० वर्ष अघिदेखि छठ पूजा समाजको नेतृत्व गर्दै आउनुभएका राजेन्द्र सिंह जिल्ला प्रशासन कार्यालयले २५ जना मात्र उपस्थित भएर पर्वको विधि पूरा गर्न स्वीकृति दिएको बताउनुहुन्छ। प्रशासनको स्वीकृतिअनुसार विगत नौ वर्षदेखि ब्रत बस्दै आएकालाई मात्र मङ्सिर ५ गते बेलुकी कमलपोखरीमा प्रवेश गराएर अस्ताउँदो सूर्यलाई अर्घ्य दिने वातावरण बनाइने उहाँले जानकारी दिनुभयो।

विगत वर्षमा जस्तो ब्रतालुलाई राति पोखरी परिसरमा बस्नसमेत नदिइने कमलपोखरी छठ पूजा समाजले जनाएको छ। दश वर्षअघिदेखि कमलपोखरीमा विशेष साजसज्जाका साथ रङ्गीचङ्गी बनाएर छठ पर्व मनाइन्थ्यो। यस वर्ष भने सजावट र विशेष समारोहको कुनै तयार भएको छैन। कमलपोखरी र गुह्येश्वरीको छठ कार्यक्रममा राष्ट्राध्यक्षका रुपमा राष्ट्रपति समेत जाने परम्परा बनेको थियो।

काठमाडौँ महानगरपालिका-१ का अध्यक्ष भरतलाल श्रेष्ठ पनि पर्वको भीडभाडमा दूरी कायम नहुने भएकाले विशेष समारोह नगरिने बताउनुहुन्छ। ब्रतालुले घरमै बसेर सूर्यको आराधना गर्न सक्ने भएकाले भीडभाड नजान वडा कार्यालयले आह्वान गरेको छ।

पशुपति क्षेत्रको गुह्येश्वरीमा विगत वर्षजस्तो छठ समारोह नहुने पशुपति क्षेत्र विकास कोषका कार्यकारी निर्देशक डा घनश्याम खतिवडाले राससलाई जानकारी दिनुभयो। राजधानीमा नागपोखरी, गहनापोखरी, वाग्मती, विष्णुमतीलगायत नदी किनारका विभिन्न स्थानमा छठ पूजा गर्न स्थानीय समिति गठन गरेर समारोह गर्ने गरिएको थियो। यस वर्ष त्यसो नगरी घरमै बसेर पर्व मनाउन प्रशासनले आह्वान गरेको छ।

कात्तिक शुक्ल चतुर्थीदेखि छठको विधि शुरु हुन्छ। सूर्यदेवको आराधना, उपासना र पूजा गरी सप्तमीसम्म पर्व मनाइन्छ। चतुर्थीका दिन स्नान गरी चोखो खाएर बसिन्छ। यसदिनदेखि छठ पर्व नसकिएसम्म ब्रतालुले माछा, मासु, लसुन, कोदो, फापर, मुसुरो, आदि नखाने विधि छ। चतुर्थीको कर्मलाई अरबाइन वा अरबा भनिन्छ। कात्तिक शुक्ल पञ्चमीका दिनमा निर्जल उपवास बस्ने गरिन्छ। यस दिन बेलुकी घरमा खीर बनाई चन्द्रमालाई अर्पण गरी एक छाक खाने गरिन्छ। यसलाई खरना भन्ने गरिएको छ।

षष्ठीका दिन ब्रतालुले ठेकुवा, फलफूल, मिठाइ र रोटी सूर्य एवम् छठी मातालाई चढाउने गरिन्छ। रोटीमा सूर्यको रथका पाङ्ग्रा अङ्कित गरिन्छ। षष्ठीका दिन पक्वान्न, फलफूल र नरिवललाई बाँसको टोकरीमा सजाए माथिबाट कपडाले छोपिन्छ। साँझपख बत्ती बालेर माटाको घडाको साथ गीत गाउँदै नदी वा तलाउका किनारमा गइन्छ। डुब्न लागेका सूर्यलाई अर्घ्य दिई प्रणाम गरिन्छ। अर्घ्य दिएपछि तीनपटक पानीमा डुबुल्की मारी मनोरञ्जन गर्दै त्यहीँ रात बिताइन्छ।

सप्तमीका दिन बिहान उदाउँदो सूर्यलाई दर्शन गर्न बिहान चारबजेदेखि नै प्रतीक्षा गरिन्छ। उदाउँदो सूर्यलाई गाईको दूध, फूल र जलले अर्घ्य दिइन्छ। यसरी घाटमा गरिने पूजालाई भिन्सरघाट भनिन्छ। बिहानै घाटमा गरिने पूजा भएकाले भिन्सरघाट भनिएको हो। सूर्योदय कालमा अर्घ्य दिई सूर्यको दर्शन गरेपछि छठ पूजा सकिन्छ। सूर्यको दर्शन गर्दा भक्तहरु लुगासहित कम्मरसम्मको पानीमा डुबेर सूर्य दर्शन गर्ने विधि छ।

मनोकाङ्क्षा पूरा हुने विश्वासमा महिलाले छठमा कठोर ब्रत गर्छन्। विशेषगरी तराईमा मनाइने मिथिला संस्कृतिमा आधारित छठ पर्व विसं २०४६ पछि काठमाडौँ लगायत पहाडमा मनाउन थालिएको हो। विसं २०६३ पछि भने काठमाडौँको थापाथली, गुह्येश्वरी, गौरीघाट र रानीपोखरीमा पनि विशेष महत्वका साथ यो पर्व मनाउन थालियो।

रानीपोखरीमा भूकम्पपछिको पुनःनिर्माणका क्रममा पानी नभएपछि विगत पाँच वर्षदेखि छठको कार्यक्रम स्थगित हुँदै आएको थियो। यसअघिदेखि नै वाग्मती र विष्णुमती नदीकिनारमा छठ मनाउने संस्कृति शुरु भएको थियो।

परीक्षण कम भएसँगै सङ्क्रमित घटे

काठमाडौँ, २ मङ्सिर (रासस)।

पिसिआर परीक्षण कम भएसँगै कोरोना भाइरस सङ्क्रमित सङ्ख्या पनि कम देखिएको छ। स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले मंगलबार सार्वजनिक गरेको प्रेस विज्ञप्तिमा ३ हजार ११२ जनाको पिसिआर परीक्षण गर्दा ५०२ जनामा सङ्क्रमण देखिएको छ। तीमध्ये २०४ जना महिला र २९८ जना पुरुष रहेका छन्।

सोमबार ४ हजार ८३२ जनाको पिसिआर परीक्षण गर्दा १ हजार १९७ जनामा सङ्क्रमण देखिएको थियो। नयाँ सङ्क्रमितसहित अहिलेसम्म २ लाख ११ हजार ४७५ जना कोरोना पोजेटिभ भएका छन्। यस्तै ३० हजार ९८६ सक्रिय सङ्क्रमित रहेका छन्।

मंगलबार देखिएका सङ्क्रमितमध्ये ३३९ जना उपत्यकाका छन्। तिमध्ये १४६ जना महिला र १९३ जना पुरुष छन्। प्रदेश नं १ मा आठ, प्रदेश नं २ मा २७, वाग्मती प्रदेशमा ३८०, गण्डकीमा १८ लुम्बिनीमा ६७ र सुदुरपश्चिमा दुई जनामा सङ्क्रमण देखिएको छ।

यस्तै सङ्क्रमितमध्ये ३१८ जना सघन उपचार कक्ष (आइसियु)मा र ३८ जना भेन्टिलेटरमा उपचार भइरहेका छ। आइसियुमा प्रदेश नं १ मा ४३, प्रदेश नं २ मा १६, वाग्मती प्रदेशमा १०३, गण्डकी प्रदेशमा ७८, लुम्बिनी प्रदेशमा ६४, कर्णालीमा नौ र सुदुरपश्चिममा पाँच जना उपचाररत छन्। भेन्टिलेटरमा प्रदेश नं १ मा सात, प्रदेश नं २ मा दुई, वाग्मती प्रदेशमा ३३, गण्डकीमा दुई, लुम्बिनीमा चार र सुदुरपश्चिमा एक जना उपचाररत छन्।

त्यस्तै मंगलबार २ हजार ८७८ जना सङ्क्रमित निको भई घर फर्किएका छन्। अहिलेसम्म एक लाख ७९ हजार २४२ जना निको भई घर फर्किसकेका छन्। नेपालमा निको हुने दर ८४.८ प्रतिशत रहेको छ।

मंगलबार कोभिड-१९ को सङ्क्रमणबाट १७ जनाको निधन भएको छ। अहिलेसम्म एक हजार २४७ जनाको निधन भएको छ। यस्तै २८ हजार २०७ जना होम आइसोलेसन र एक हजार ३ जना क्वारेन्टिनमा छन्।

शुन्य सङ्क्रमित भएको जिल्ला मनाङ छ। पाँच सयभन्दा बढी सङ्क्रमित भएको जिल्लामा झापा, मोरङ, सुनसरी, काठमाडौँ, भक्तपुर, ललितपुर, चितवन, काभ्रे, कास्की, दाङ, रुपन्देही, पाल्पा र कैलाली छन्।

सूचना

हाल कोरोना भाइरस महामारीको कारण बन्दाबन्दीको समयमा सञ्चारक्षेत्रमा संलग्न बाहेकका ब्यक्तिहरुले सञ्चार क्षेत्रको हवाला दिँदै सञ्चारमाध्यम तथा सामाजिक सञ्जालमा अफवाहपूर्ण विषय सम्प्रेषण गर्ने, अनधिकृत रुपमा परिचय-पत्र, पोशाक सवारी साधनको प्रयोग गर्ने र सामाजिक मर्यादा विपरितका क्रियाकलाप गरेको गुनासो आएको हुँदा कोहि कसैले पनि गैर कानूनी क्रियाकलाप नगर्नु हुन अनुरोध छ। यदि यस्तो भएको पाईएमा कानूनबमोजिम कारबाही हुने ब्यहोरा सूचित गरिन्छ।

नेपाल सरकार

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय

सूचना तथा प्रसारण विभाग

छठपर्व शुरुः उत्साहका साथ तयारी

जनकपुर, २ मङ्सिर (रासस)।

धार्मिक एवं लोकआस्थाको पर्व छठको तयारी उत्साहका साथ शुरु भइसकेको छ। यमपञ्चक पर्व सम्पन्न हुनासाथ मिथिलावासी यतिखेर छठ पर्व मनाउनका लागि आवश्यक सरसामग्रीको किनमेलमा जुटेका छन्। विगतमा धार्मिकस्थल जनकपुरधाममा उत्साहका साथ विशिष्ट ढङ्गले छठ पर्व मनाउने गरिएको भएपनि यो वर्ष कोरोना सङ्क्रमणका कारण केही समस्या सिर्जना हुने देखिएको छ। तर पनि लोक आस्थाको सांस्कृतिक पर्व छठ विधिवत् रुपमा मनाउने कार्यका लागि चहलपहल शुरु भइसकेको देखिन्छ।

यतिखेर, ग्रामीण क्षेत्रलगायत विभिन्न ठाउँमा छठ पर्व मनाउनका लागि पोखरीको डिल र नदी किनारको सरसफाइ शुरु भइसकेको छ। कोरोना सङ्क्रमण जोखिमका कारण कतिपयले आफ्नै घरको परिसरमा चार कुने खाल्डो खनी त्यसमा पानी भरेर छठ पर्व मनाउने तयारीमा जुटेका छन्। यसका साथै छठ पर्व मनाउनका लागि आवश्यक पर्ने सरसमानको किनमेलका साथै नयाँ माटाका भाँडाकुडा र बाँसको टोकरी तथा कोनियाको खरिदारीमा जुटेका देखिन्छ। भगवान सूर्यको पूजाअराधना गर्ने यो पर्व विधिवत् रुपमा कात्तिक शुक्ल चतुर्थी तिथि अर्थात भोलिदेखि शुरु हुने भएको छ। अत्यन्त निष्ठा एवं पवित्रताका साथ यो पर्व मनाउनुपर्ने भएकाले भगवान सूर्यको पूजा गर्ने वर्तालुले कात्तिक शुक्ल चतुर्थी तिथि अर्थात भोलि बुधबार शरीरलाई पवित्र बनाउने उद्देश्यले विधिवत् रुपमा स्नान गरी अरुवा अरुवाइन खाने गर्छन्।

पञ्चमी तिथिमा दिनभर उपवासमा बसेर साँझको समयमा नयाँ माटोको चुल्होमा खीर पकाउँछन्। त्यसपछि घरको देवीदेउताको पूजामा चढाइएको खीर प्रसादको रुपमा वर्तालुले ग्रहण गरी परिवारका अन्य सदस्यलाई वितरण गर्ने गरिन्छ। यस विधिलाई खरना भनिन्छ। भगवान सूर्यलाई अर्घ्य अर्पण गर्ने वर्तालुले पञ्चमी तिथिभर उपवासमा बसेर साँझमात्र सो प्रसाद ग्रहण गरेर पुनः उपवासको निरन्तरता दिन्छन्। त्यसपछि, सप्तमी तिथिको बिहानसम्म अर्थात कम्तीमा ५० घण्टासम्म उपवासमा बस्नुपर्ने हुन्छ। त्यसपछि, षष्ठी तिथिमा पोखरीको डिल वा नदी किनारमा पूजाका सामग्री राखेर अस्ताउँदै गरेको सूर्यलाई अर्घ्य अर्पण गरिन्छ। भोलिपल्ट सप्तमी तिथिमा उदाउँदै गरेको सूर्यलाई अर्घ्य अर्पण गरेपछि विधिवत् रुपमा पर्व सम्पन्न हुन्छ।

यस पर्वमा भगवान सूर्यलाई प्रसादको रुपमा ठेकुवा, भुसुवा, केरा, मिठाइ, उखु, नरिवल, पान, सुपारीलगायत प्रसादका सामग्री नयाँ माटोका भाँडो र बाँसको टोकरीमा राखेर सूर्यदेवलाई अर्पण गरिन्छ। यो पर्व एकपल्ट शुरु गरेपछि प्रत्येक वर्ष गर्नुपर्ने हुन्छ। खासगरी मनोकामना पूर्ण भएपछि यो पर्व शुरु गर्ने गरिन्छ। आरोग्यं भास्करदिच्छेत मूल उद्देश्यका साथ मनाइने गरिएको यस पर्वमा कतिपय वर्तालुले परिवारको कल्याण र सन्तान प्राप्तिका साथै विभिन्न प्रकारका भाकल पूरा भएपछि पर्व शुरु गरेका हुन्छन्।

पर्व मनाउने परिवारका कुनै व्यक्ति उपवासमा बस्न नसक्ने अवस्थामा छन् भने जोकोही वर्तालुले तिनीहरुको प्रसाद लिएर सूर्यलाई अर्पण गर्न सकिने समेत सुविधा रहेको छ। धार्मिकग्रन्थ पुराणमा उल्लेख गरिएको छ, "शौंनकमुनिले सुतजीसमक्ष पृथ्वीमा थुप्रै मानिस रोगले ग्रस्त, कतिपयलाई सन्तान छैन् यस्ता व्यक्तिका कल्याणका लागि कुनै उपाय छ कि छैन् भनेर जिज्ञासा राख्दा उहाँले प्राचीन कालमा एक दुष्ट क्षत्रीय राजा यक्ष्मा रोगबाट पीडित थिए। एक ब्राम्ह्मणको सल्लाहमा उहाँले सूर्यदेवको विधिवत् रुपमा चार दिनसम्म छठ पर्वको रुपमा पूजापाठ गरेपछि सो रोगबाट मुक्ति पाउनुभयो। त्यसपछि, यो पर्वले विधिवत् रुपमा शुरु भएको विश्वास गरिन्छ।"

मत्स्य कृषकहरुका लागि जानकारी

पोखरीको तयारी

पोखरी सुकाउने वा पानी सुकाउन नसके वा पानीको स्रोत नभएको पोखरी भए त्यसमा पुराना र जँगली माछाहरु जाल तानेर निर्मूल पार्ने वा एमोनियम सल्फेट र चुनको मिश्रण १:५ को अनुपातमा एक कठ्ठा जलाशयको लागि एमोनियम सल्फेट ३.७५ के.जी र घर पोत्ने चुना १८.७५ के.जी.मिलाएर छरेर जंगली माछा मार्ने। पोखरीको डिल र साईडमा भएका झारपात हटाउने। आबश्यकता अनुसार मर्मत सम्भार गर्ने।

घर पोतने चुना :१०-१५ के. जी. चुनाप्रति कठ्ठाका दरले चारै तिर छर्ने।

मलः गोवर मल १०० के. जी. प्रति कठ्ठा शुरुमा र त्यसपछि हरेक हप्तामा १५ के. जी. प्रति कठ्ठाका दरले प्रयोग गर्ने तर नयाँ पोखरीको लागि १५० देखि ३०० के.जी. पाकेको गोबर मल प्रयोग गर्ने वा १.७ के.जी.डि. ए.पी. र १ के.जी. यूरियाप्रति कठ्ठा दरले प्रत्येक १५ दिनमा प्रयोग गर्ने। उपयुक्त डोज पानीको मलिलोपनमा भर पर्छ। कम्तिमा १.५ मि. पानी राखने (प्रवेशद्धारमा जाली राखेर)।

माछा भुरा फिगंरलिङ्गलको स्टोकिँग ५_६ दिन पछि १००० देखि १५०० गोटा प्रति कठ्ठाको दरले स्टक गरिन्छ। तर पालन प्रविधि अनुसार स्टोकिङ्ग डेन्सिटी फरक पर्न सक्छ।

स्टकिंग प्रतिशत

सि. नं.	माछाको नाम	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी_१ प्रतिशत	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी_२	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी_३	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी_४
१	कमनकार्प	२५	२०	४०	२०
२	सिल्भर कार्प	३५	४०	२५	२०
३	बिगहेड कार्प	१०	२०	१५	४०
४	ग्रास कार्प	५	१०	१०	१०
५	रह	१५			१०
६	नैनि	१०	१०	१०	
७	भाकुर				

मछाको आहार विहार

माछाको नाम	आहाराको क्षेत्र	आहारा
भाकुर	पानीको माथिल्लो भाग देखीमध्य भाग	जुप्लाक्टन
रहु	पानीको मध्य भागदेखी पिंध सम्म	डेट्रिटस, दाना
नैनि	पानीको पिंधभागमा	सर्वाहारी दाना
सिल्भर कार्प	पानीको माथिल्लो भाग	फाईटोप्लांटन
बिगहेड कार्प	पानीको माथिल्लो भागदेखी मध्यभाग सम्म	जुप्लांक्टन
ग्रास कार्प	पानीको जुन सुकै भागमा	धाँस, दाना
कमनकार्प	पानीको पिंधभागमा	सर्वाहारी दाना

प्रयोग :

पेलेट दाना माछाको शारिरीक तौलको ५ प्रतिशतको दरले दिने (शुरुमा ५ देखी १० प्रतिशत शारिरीक तौलको र ठूलो माछाको हकमा १ देखी ३ प्रतिशत शारिरीक तौलको वा ग्रास कार्प ५० ग्रामभन्दा ठूला शारिरीक तौलको २० देखी ३० प्रतिशतसम्म घाँस खान्छ, त्यही अनुपातमा घाँस हाल्ने

वा

२५ प्रतिशत प्रोटिन भएको दाना बनाउनका लागि सामग्रीहरु

१. धानको ढुटो : १५% २. गहुँको पिठो : २०% ३. मकैको पिठो : ५% ४. गहको चोकर : १४.५% ५. माछाको सिद्रा : ७%, ६. भटमास : २३.५ % ७. पिना : १५% ८. मिनरल मिक्स २%

मत्स्य विकास केन्द्र, फत्तेपुर, सप्तरी
मोवाईल नं. ९८५२८२०९३५

विश्व समाचार

कोभिड-१९ बाट विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका ६५ कर्मचारी सङ्क्रमित

जेनेभा, स्विजरल्याण्ड, २ मङ्सिर (रासस/एएनआई)।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लुएचओ)का ६५ जना कर्मचारी कोरोनाभाइरसबाट सङ्क्रमित भएका छन्।

संगठनका अधिकारीहरुले सोमबार दिएको जानकारी अनुसार कोरोनाभाइरसको महामारी फैलिएदेखि अहिलेसम्म संगठनका ६५ जना सङ्क्रमित भएका हुन्।

उनीहरु सबै जना संगठनको केन्द्रीय कार्यालय जेनेभामा कार्यरत कर्मचारी रहेको पनि अधिकारीले बताएका छन्।

संगठनका केही कर्मचारी घरबाटै काम गर्दा र केही कर्मचारी फिल्डमा काम गरेका बेला सङ्क्रमित भएको जनाइएको छ।

डब्लुएचओले सामाजिक सञ्जाल ट्वीटरबाट दिएको जानकारी अनुसार सङ्क्रमण पुष्टि भएका सवैलाई पर्याप्त उपचारको व्यवस्था गरिएको छ।

त्यसैगरी उनीहरुसँग सम्पर्कमा रहेकाहरूलाई पनि परीक्षण गराउने र स्वास्थ्य सतर्कता अपनाउन लगाउने पनि गरिएको डब्लुएचओले जनाएको छ।

विश्वव्यापीरूपमा फैलिएको महामारी नियन्त्रण तथा व्यवस्थापनका लागि नेतृत्वदायी भूमिका खेल्दै आइरहेको अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाका कर्मचारी नै सङ्क्रमित हुनुलाई अर्थपूर्ण रुपमा लिने गरिएको छ।

जोन हकिङ्स विश्वविद्यालयका अनुसार विश्वभरी अहिलेसम्म कुल पाँच करोड ४६ लाख ७८ हजार १५९ जना कोरोनाभाइरसबाट सङ्क्रमित भएका छन्। तीमध्ये १३ लाख २१ हजार ४०३ जनाको मृत्यु भएको छ।

बर्डफ्ल्यु नियन्त्रण गर्न डेनमार्कमा हजारौँ कुखुरा मारियो

कोपेनहेगन, २ मङ्सिर (रासस/एएनआई)।

बर्डफ्ल्युको महामारी नियन्त्रण गर्न भन्दै डेनमार्कमा हजारौं कुखुरा मारिएको छ।

देशको जुटल्याण्डमा झण्डै २५ हजार खुकुरा मारिएको सरकारी अधिकारीहरूले मंगलबार जानकारी दिएका छन्।

स्टाटेन्स सेरुम इन्स्टिच्युटबाट ल्याइएको परीक्षण रिपोर्टका आधारमा त्यस क्षेत्रका कुखुराबाट बर्डफ्ल्यु फैलिन सक्ने देखिएर कुखुरा मारिएको हो।

दुई ओटा क्षेत्रका कुखुराहरुमा त्यस्तो खतरा देखिएको अधिकारीहरुले जनाएका छन्। त्यस क्षेत्रलाई अहिले नियन्त्रणमा लिएर उच्च सतर्कता अपनाइएको छ।

डेनमार्कको जुटल्याण्ड क्षेत्रमा यही महिनाको शुरुमा यसअघि पनि बर्डफ्ल्युको सङ्क्रमण देखिएको थियो।

यो रोग युरोपका अन्य देशहरुमा पनि पछिल्लो समयमा पुन फैलिन थालेको छ। विषेश गरेर जर्मनी र फ्रान्समा यसको असर बढी देखिएको समाचारमा जनाइएको छ।

सङ्क्रमण देखिएका अन्य देशहरुमा पनि कुखुराहरु मार्ने, प्रभावित क्षेत्रलाई नियन्त्रणमा लिने लगायतका उच्च सतर्कता अपनाउने गरिएको छ।

जलवायु परिवर्तन कोभिडभन्दा कडा चुनौती : रेडक्रस

जेनेभा, २ कात्तिक (रासस/एएफपी)।

विश्वले जलवायु परिवर्तन समस्यासँग जुझ्न कोरोनाभाइरस माहामारीलाई जस्तै महत्व दिएर काम गर्नु पर्ने रेडक्रस सोसाइटीले मङ्गलबार चेतावनी दिएको छ।

विश्वलाई कोभिड-१९ सङ्क्रमणको महामारीलेभन्दा विश्वव्यापी तापक्रम वृद्धिले ठूलो चुनौती दिएको रेडक्रसले बताएको हो।

"अहिले कोरोना भाइरसको महामारी भएपनि जलवायु परिवर्तनले पार्ने प्रभाव रोकिएका छैनन्," रेडक्रस तथा रेड क्रिसेन्ट सोसाइटीको अन्तर्राष्ट्रिय महासंघद्वारा जारी नयाँ रिपोर्टमा उल्लेख छ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनले गत मार्चमा कोभिड-१९ का कारण विश्वव्यापी महामारीको घोषणा गरेको थियो। सन् १९६० पछिका विश्वव्यापी विनासका करिब १०० घटनाहरू भएका र तिमध्ये जलवायु परिवर्तनसँग सम्बन्धित रहेका छन्। ती सङ्कटका कारण पाँच करोड मानिस प्रभावित बनेका छन्।

आइएफआरसीका महासचिब जागन चापागाईंले 'भर्चुअल प्रेस कन्फरेन्स'मा भन्नुभयो, "पक्कै पनि, अहिले कोभिड-१९ को महामारीले विश्व आक्रान्त बनेको छ। यो समस्या हाम्रो सामुन्नेमा छ। यसले हाम्र परिवार तथा आफन्तहरूलाई प्रभावित तुल्याएको छ।"

उहाँले भन्नुभयो, "विश्वले हाल सामना गरेको महामारीको समस्या निकै गम्भीर हो। यसका कारण १३ लाख भन्दा बढी व्यक्तिको मृत्यु भइसकेको छ।"

उहाँले थप्नुभयो, "आइएफआरसीका विज्ञहरूले मानव जीवन र पृथ्वीमा थप खतरनाक मध्यम तथा दीर्घकालीन असर जलवायु परिवर्तनका कारण आउने देखेका छन्।"

कोभिड-१९ को समस्यासँग जुझ्न एउटा वा धेरै खोपहरू छिट्टै हामीबीच उपलब्ध हुनेछन् तर दुर्भाग्यको कुरा "जलवायु परिवर्तन नियन्त्रणका लागि उपायहरू खासै सोचिएको छैन।

उहाँले विश्वले आगामी दशकहरूलाई जलवायु परिवर्तन नियन्त्रणका लागि सदुपयोग गर्नुपर्ने उहाँले बताउनुभयो।

कोरोना जोखिमबीच सप्तरीमा छठको तयारी तिब्र

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २ मंसिर ।

कोरोना महामारीको त्रासका बीच यहाँ हिन्दु धर्मावलम्बीहरुले लोक आस्थाको पर्व छठको तयारी सुरु गरेका छन् ।

अस्ताउँदो र उदाउँदो सूर्यलाई अर्घ दिएर मनाउँने चार दिवसीय छठ पर्व बुधबार नहाई खाई विधीबाट विधिवत सुरु हुँदै छ । कोरोनाको जोखिमलाई ध्यानमा राख्दै जिल्ला प्रशासन कार्यालयले छठ पर्वमा बढी भिडभाड नगर्न तथा घरमै मनाउन एक सूचना मार्फत सबैसँग अपिल समेत गरेको छ ।

यसका बाबजुद विभिन्न ठाउँका जलासयमा छठ पर्वका लागि सरसफाई, घाँट बनाउने र सजाउने काम तिब्र रुपमा अघि बढेको छ ।

बजारमा छठी मईयाको महिमा समेटिएको गित गुन्जिन थालेको छ भने छठ पर्व मनाउन स्थानियवासी आवश्यक सामाग्रि किन्न हटिया तथा बजारतर्फ भिड लागेका छन् । ग्रामिण क्षेत्रका बजारमा समेत चहलपहल निकै बढेको छ ।

विगतमा छठ घाट सरसफाईमा सेना र प्रहरी समेतले सघाउने गरेकोमा यस पल्ट भने त्यस्तो देखिएको छैन् । स्थानिय प्रशासनले कोरोनाको जोखिमलाई ध्यानमा राख्दै भिडभाड नगरि घर परिवारमै छठ पर्व मनाउन निर्देशन र आग्रह गरेकाले यस पल्ट छठ घाट सरसफाईमा सुरक्षाकर्मी नखटेको एक सुरक्षा अधिकारीले बताए । तर, जलाशय किनारमै पर्व मनाउने भन्दै अधिकांश ब्रतालु आर्फ घाटको सरसफाईमा जुटेका छन् ।

यसअघि दशैंमा पनि स्थानिय प्रशासनले कोरोनाको जोखिमलाई ध्यानमा राख्दै शक्तिपीठहरुलाई निषेधित क्षेत्र घोषणा गर्ने, बलि प्रदानमा समेत रोक लगाउने निर्णय गरेको थियो । तर, स्थानियको दबाब बढ्दै गएपछि अन्तिम क्षणमा सो निर्णयलाई खुकुलो बनाइएको थियो ।

सप्तरीका प्रमुख जलाशय कल्टु पोखरी, पूर्णी पोखरी, तुरन्ती पोखरी, सप्तकोशी नदी लगायत विभिन्न तलाउ तथा पोखरी र ताल तलैयाको किनारमा श्रद्धालुले सरसफाई र साजसजावट कार्य सुरु गरेका छन् ।

सरकारी कार्यालय, सार्वजनिक यातायात तथा विभिन्न राजनैतिक दलको सभासम्मेलनमा देखिने भिडले कोरोना नफैलिने अनि छठ पर्व मनाउँदा कसरी कोरोना फैलिन्छ ? भन्ने प्रश्न गर्दै स्थानिय जंगबहादुर सिंहले भने, हामी आवश्यक सावधानी अपनाउँदै जलाशय किनारमै छठ पर्व मनाउँछौं ।

केही ब्रतालु भने यसपल्ट घरमै छठ पर्व मनाउने तयारी गरेका छन् । स्थानियवासी रामभजन देवले भने -छठ पर्व जलाशय किनारमै मनाउने परम्परा रहेपनि कोरोनाको जोखिमका कारण यसपल्ट घरकै छठमा अस्थायी पोखरी निर्माण गरि छठ पर्व मनाउने तयारी गरेका छौं ।

यसपल्ट बुधबार नहाइ खाइ विधिबाट सुरु हुने छठ पर्व बिहीबार खरना, शुक्रबार सभिया घाट र शनिबार बिहान उदाउँदो सूर्यलाई अर्घ दिएर छठ पर्वको समापन हुनेछ ।

इच्छाएको मनोकामना पूर्ण हुने, चर्म रोगबाट मुक्ति तथा सम्पूर्ण परिवारको कल्याणका लागि यो पर्व मनाउने गरिएको धर्मशास्त्रीहरुको मत रहेको छ ।

अग्निपीडितलाई राहत

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २ मंसिर ।

सप्तरीको विष्णुपुर गाउँपालिकाका अग्निपीडितलाई एक संस्थाले राहत बितरण गरेका छन् ।

सामाजिक क्षेत्रमा क्रियाशिल धर्मीहल्फा महिला विकास क्लब लालापट्टीले मंगलबार दिउँसो विष्णुपुर गाउँपालिका ७ स्थित नहर चौकका अग्निपीडितहरुलाई राहत सामाग्रि वितरण गरेको हो ।

गत शनिबार मध्यराती विद्युत सर्ट भई भएको आगलागिले सो चौकमा रहेको दुई वटा साइकल पसल र एउटा मिठाई पसल जलेर नष्ट हुँदा दश लाख बराबरको क्षति भएको थियो ।

क्लबका अध्यक्ष ई सूर्यनारायण यादवले अग्निपीडितहरुलाई लत्ताकपडा, भाडाकुडा, त्रिपाल, भुल लगायतका राहत सामाग्रि बितरण गरेका थिए ।

पत्रकार आचारसंहिता, २०७३ (पहिलो संशोधन २०७६) र बालमैत्री सञ्चार निर्देशिकामा भएका व्यवस्थाको पालना गरौं ।।
पीडित वा प्रभावित व्यक्तिलाई थप पीडा हुने गरी सूचना सम्प्रेषण नगरौं ।।

- पत्रकार तथा सञ्चार माध्यमले विपत्ति वा शोकमा परेका, दुःख-पीडा भोगिरहेको व्यक्ति वा उनका आफन्तजनमा थप पीडा पुग्ने गरी वा सार्वजनिक संवदेनशीलतामा प्रतिकूल असर पर्ने गरी कुनै पनि विवरण, समाचार, श्रव्यदृश्य, संकेत लगायतका सामग्री उत्पादन, प्रकाशन, प्रसारण र वितरण गर्नु हुँदैन ।
- सञ्चारमाध्यमले यौन अपराध वा सामाजिक विभेद तथा घृणाका कारण उत्पन्न घटना वा मानवता विरोधी अपराधबाट प्रभावित व्यक्ति (Surviver) वा पीडित व्यक्ति (Victim) लाई नकारात्मक असर पार्न सक्ने सामग्री उत्पादन, प्रकाशन, प्रसारण र वितरण गर्नुहुँदैन । त्यस्तो अवस्थामा प्रभावित व्यक्तिको स्वीकृति बिना र प्रभावको मूल्यांकन नगरी प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रुपमा प्रभावित वा निजका तर्फबाट उजुरी दिने व्यक्तिको नाम, ठेगाना र पहिचान प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रुपमा खुलाउनु हुँदैन ।

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

प्रदेश नं २ सरकारले सार्वजनिक बस सञ्चालन तयारी

धनुषा, २ मङ्सिर (रासस) ।

प्रदेश नं २ सरकारले सरकारीस्तरबाट नै सार्वजनिक यातायात सेवाका रुपमा बस सञ्चालन गर्ने भएको छ । प्रदेश सरकारले बस सेवा सञ्चालनका लागि पाँच बस पनि खरीद गरिसकेको छ ।

भौतिक विकास पूर्वाधारमन्त्री जीतेन्द्र सोनलले प्रदेशवासीलाई यातायातमा सहुलियत दिन प्रदेशस्तरीय बस सञ्चालन गर्ने तयारी गरिएको बताउनुभयो । ती बस अहिले धनुषाको मिथिला नगरपालिका, ढल्केबरस्थित सिप्रदी कार्यालयमा राखिएको छ । ती बस केही दिनभित्रै सञ्चालन ल्याइने मन्त्री सोनलले बताउनुभयो ।

प्रतिबस रु ६७ लाख ९५ हजारमा खरीद गरिएको भौतिक विकास मन्त्रालयले जनाएको छ । निजी बस भन्दा सस्तो भाडा दरमा जनताको सहजताका लागि जनकपुरदेखि वीरगञ्ज दुई र दुईवटा जनकपुरदेखि राजविराज तथा एउटा बस राजविराजदेखि वीरगञ्जसम्म सञ्चालन गर्ने प्रदेश सरकारको योजना रहेको छ ।

हाम्रो जिम्मेवारी : कोरोना भाइरस संक्रमण रोक्नकालागि अपनाउनु होसियारी

- कोरोना भाइरस रोग स्वाँस प्रश्वाँस माध्यमबाट फैलिने संक्रमण हो ।
- संक्रमित भएको व्यक्तिले खोक्दा वा हाच्छ्यु गर्दा निस्किने थुक, खकार रसिङ्गानबाट यो भाइरस एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्न जान्छन् ।

यो रोगबाट जोगिन यस्तो गर्नुपर्छ

- खोकी वा हाच्छु गर्दा मुख छोप्नुपर्छ । मुख छोपेको टिसूपेपरलाई फोहोर राख्ने भाडामा फाल्नुपर्छ ।
- समय-समयमा साबुन पाइनले राम्रोसँग २० सेकेण्डसम्म मिचमिची हात धुनुपर्छ वा सेनिटाईजर हातमा लगाउनुपर्छ । कुनै ब्यक्तिसँग भेट्नुपरेमा हात मिलाउनु हुँदैन, बरु हात जोडेर नमस्कार गरौं ।
- खोकी लागेको ब्यक्तिबाट दुरी बनाउनुपर्छ । यदी तपाईलाई खोकी लागेको छ भने तपाई आफु पनि अरू मान्छेबाट दुरी बनाएर बस्नुपर्छ ।
- भिडभाडमा जानु हुँदैन र अरूलाई पनि भिडमाडमा जान नहुने भनि बुझाउनुस ।
- आवश्यकता भएको ठाउँमा मास्कको उचित प्रयोग गर्नुहोस ।

महत्वपूर्ण सवाल :

- ज्वरो र खोकी लागेको र स्वाँस लिंदासमेत असहज महसुस भएमा चाँडै नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुपर्छ ।
- कोरोना भाइरस रोगको बारेमा अरू जानकारी प्राप्त गर्न नि:शुल्क टेलिफोन नम्बर ११९५ मा फोन गर्न सकिन्छ ।
- कोरोना भाइरससबाट डराउनु हुँदैन, बरू सतर्कचाहिं हुनुपर्छ ।

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

देश विदेशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त भुक्तानी लिनका लागि सम्झनुहोस् ।
हाम्रो सेवाहरु
नेपाल सहकारी संस्था लि.
राजविराज ४, फोन नं. ०३१-५२१०९६
ipay remit
City Express
Best Remit
Prabhu Money Transfer
IME International Money Express
himal remit हिमालरेमिट
CG Money

प्रकाशक : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सहसम्पादक** : दीपककुमार गुप्ता (९८४१५१३२९९), **लेआउट** : संजय शेखर, **मुद्रण** : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, फोन : ०३१-५२०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : *rajbirajdainik@gmail.com*, **वेवसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*