जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. ११/०४८/०४९

राजविराज दैनिक

स.जि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

वर्ष ३३ अंक २६२ २०८१ साल जेठ ११ गते शुक्रबार (24 May 2024 Friday) मूल्य रु. ५/-

लागूऔषध सेवनले मानिसको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ, धन सम्पतिको वर्वाद गर्दछ, यसको प्रयोगबाट आफू, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई नै अपुरणिय क्षति पुग्ने हुँदा यस्ता पदार्थदेखी टाढा रहौं ।

Log in : *rajbirajdainik.com.np*

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : जलवायुमैत्री लगानी विस्तारका... ३ पृष्ठमा : श्रीराम चिनी मिलको समस्या ... ३ पृष्ठमा :'बेलायतमा जुलाई ४ मा...

स्वदेशवाद् स्थापनाका लागि आन्दोलन आवश्यक : राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्तिका अगुवा

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १० जेठ ।

राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्तिका अभियान्ताहरुले स्वदेशबाद् स्थापनाका लागि आन्दोलन आवश्यक रहेका बताएका छन् ।

बिहीबार राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्तिको मधेश ब्युरो तथा जिल्ला कार्य समिति सप्तरीले संयुक्त रुपमा राजविराजमा आयोजना गरेको "बहुल राष्ट्रिय राज्य नेपाल स्थापनार्थ राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्ति सम्वादात्मक" कार्यक्रममा अभियान्ताहरुले यस्तो बताएका छन् ।

कार्यक्रममा बोल्दै अभियन्ता केशव झाले लोकतन्त्र, गणतन्त्र, मानवअधिकार, विकास र समाजवादको बहस सम्भ्रान्तिय झुठ, फरेब र जनता झुक्याउने काम मात्र भएको भन्दै अब पूर्वीय सभ्यातामा आधारित स्वदेशीय दर्शनमार्फत स्वदेशवादको पुनःस्थापना जरुरी भएको बताए ।

"पश्चिमा ज्ञान सत्तामा आधारित विकासरुपी बायुपंखी घोडामाथी सवार हुँदै विश्वभरी शासकहरुले करोडौं मानिसको मात्र होइन् भाषा, मानवको पहिचान, जिवजन्तु, बनस्पति, सम्पदा, नदी, पोखरी, ताल, हिमाल, पहाड लगायतका सम्पदा समेत विनास गर्दै लगेका छन्" अभिायन्ता झाले भने त्यसैको फलस्वरुप आज पृथ्वी बचाऊ भन्ने नारा लगाउन विश्व नै बाध्य भएको छ ।"

अर्का अभियान्ता रामनरेश राय यादवले यस्तो विशाल ध्वंशकारी कार्यको नेपाली संस्करणको नेतृत्व राजामहाराजा र त्यसपश्चात् काँग्रेस र कम्युनिष्टले गरेको भन्दै उनीहरुकै कारण हाम्रो सभ्यता र संस्कृतिलाई असभ्य भन्न थालिएको बताए ।

अभियान्ता राजिव झाले विगतमा सत्ता सम्हाल्दै आएकाहरुले पश्चिमा/विदेशमुखी बनाएर स्वदेशी बहुल ज्ञान-दर्शन, कला, साहित्य र बहुल समाज व्यवस्थालाई निषेध गराएको आरोप लगाउँदै अब स्वदेशीय दर्शन मार्फत स्वदेशवादको पुनःस्थापना गरेरै छाड्ने उद्घोष गरे ।

अभियन्ता अनिल महासेठले विभिन्न जाति समुदाय रहेको मुलुकमा दक्षिणपन्थी सोच राखेका शासकहरुले सबैको सभ्यता समाप्त पारेको भन्दै पुनःजागरणका लागि यो अभियानको थालनी भएको बताए । आफ्नो पहिचान र सभ्यतालाई जोगाउन आफै अग्रसर हुनुको विकल्प नभएको जिकिर गर्दै उनले यस अभियानमा आमजनसमुदायलाई सहभागि हुन आग्रह समेत गरे ।

राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्तिका अभियन्ता दिपेन्द्र चौधरीको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा अभियान्ता कौशल सिंह, रामजी यादव, पूर्वमन्त्री उमेश प्रसाद यादव, संविधानसभा सदस्य महेश प्रसाद यादव, पत्रकार महासंघ सप्तरीका पूर्वसभापति विष्णु मण्डल, शिक्षाविद् डा. हेम मिश्रा, प्रो. रामनारायण यादव, नागरिक अगुवा बलराम यादव, कानुन व्यवसाय सन्तोष चौधरी लगायतले पनि आ-आफ्नो धारणा राखेका थिए ।

समाजका अगुवा, बुद्धिजिवि, प्राध्यापक, अधिवक्ता, संचारकर्मी, इन्जिनयर, डाक्टर, शिक्षक लगायतका प्रबुद्ध वर्गसँग अन्तरक्रिया गरि आवश्यक सुझाव समेत संकलन गरिएको छ ।

भ्रमपूर्ण विज्ञापन प्रकाशन/प्रसारण नगर्न अपिल

काठमाडौँ, १० जेठ (रासस) ।

विज्ञापन बोर्डले पछिल्लो समय सामाजिक सञ्जालगायत विभिन्न माध्यममा भ्रमपूर्ण विज्ञापन प्रकाशन तथा प्रसारण भइरहेको जनाउँदै भ्रमपूर्ण सामग्री प्रकाशन तथा प्रसारण नगर्न अपिल गरेको छ ।

बोर्डले सामाजिक सञ्जालगायत विभिन्न माध्यममा विभिन्न किसिमका चिया, तेल, स्याम्पो, औषधिलगायत वस्तुले विभिन्न रोग निको पार्ने तथा जुनसुकै स्वास्थ्य समस्या पनि समाधान गर्ने भन्दै चर्को मूल्य राखी बिक्री वितरण गर्न भ्रमपूर्ण विज्ञापन गरिएको अनुगमनका क्रममा पाइएको जनाउँदै त्यसो नगर्न आह्वान गरेको हो ।

ती विज्ञापनमा वस्तु वा सेवा उत्पादन गर्ने व्यक्ति र कम्पनीको नामसमेत उल्लेख भएको नपाइएको बताउँदै त्यस्ता विज्ञापनका विषयमा बोर्डमा उजुरीसमेत प्राप्त भइरहेको बोर्डका

बाँकी तीन पृष्ठमा

लोसपाको महासचिवमा यादव मनोनित

दैनिक समाचारदाता
काठमाडौं, १० जेठ ।

लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी (लोसपा) नेपालको महासचिव पदमा शीतलप्रसाद यादव मनोनित भएका छन् ।

अध्यक्ष महन्थ ठाकुरले सिरहाका यादवलाई पार्टीको संशोधित अन्तरिम विधानअनुसार केन्द्रीय सदस्य यादवलाई महासचिव पदमा मनोनित गरेका हुन् ।

लोसपा नेपालले महाधिवेशन लक्षित सदस्यता वितरण अभियान सुरु गरेको छ । जसअनुसार सिरहामा अगामी शनिबार सदस्यता वितरण कार्यक्रम हुने तय भएको छ । गत असोज ८ गते अध्यक्ष ठाकुरले तीन सय ११ सदस्यीय केन्द्रीय समिति घोषणा गरेका थिए ।

कार्यसमितिमा अध्यक्षसहित ६४ जना पदाधिकारी रहेका छन् । पदाधिकारीमध्ये राजेन्द्र महतो, अनिलकुमार झा, केशव झा, कौशलकुमार सिंहलगायत पदाधिकारीले पार्टी छाडिसकेका छन् ।

मधेश प्रदेश : १० महिनामा करिब १९ प्रतिशत खर्च

जनकपुरधाम, १० जेठ (रासस) ।

मधेश प्रदेशमा चालु आर्थिक वर्षको १० महिनामा १८ दशमलव आठ प्रतिशतमात्र खर्च भएको छ ।

मधेश प्रदेश लेखा नियन्त्रणको कार्यालय जनकपुरधामले मधेश प्रदेश सरकारको कूल बजेट रु ४४ अर्ब ११ करोड ४० लाख ३२ हजारमध्ये उक्त अवधिमा १८ दशमलव आठ प्रतिशतमात्र खर्च भएको जनाएको हो ।

उक्त अवधिमा चालु खर्च तर्फ २४ दशमलव ६४ प्रतिशत अर्थात रु चार अर्ब ४६ करोड ७४ लाख ६८ हजार तथा पुँजीगत तर्फ १४ दशमलव ४४ प्रतिशत अर्थात रु तीन अर्ब ६९ करोड २१ लाख ८० हजार बजेट खर्च भएको कार्यालयका लेखा अधिकृत मनोज झाले जानकरी दिनुभयो ।

मधेश प्रदेशको वर्तमान सरकारमा सम्बन्धित मन्त्रालयमा मन्त्रीको हेरफेर, सचिवलगायत कर्मचारीको अभाव, निमित्तको भरमा मन्त्रालय सञ्चालन हुनु, योजना र बजेट बाँडफाँडलगायत समस्याले लक्ष्यअनुसार विनियोजित बजेट खर्च नभएको उहाँले बताउनुभयो ।

चालु आर्थिक वर्षको पूर्ण बजेटमध्ये चालु तर्फ १८ अर्ब ५४ करोड ५८ लाख तथा पुँजीगत तर्फ २५ अर्ब ५७ करोड ७५ लाख ७४ हजार अर्थात ४४ अर्ब ११ करोड ४० लाख ३२ हजार कूल बजेट रहेको सो कार्यालयले जनाएको छ । गत आर्थिक वर्षमा कूल बजेटको ६१ प्रतिशतमात्र खर्च भएको थियो ।

आर्थिक वर्ष सकिन एक महिनामात्र बाँकी रहेकाले यही अवस्थामा योपटक ५० प्रतिशतसमेत बजेट कार्यावन्यन हुन चुनौती रहेको जानकारहरूको भनाइ छ ।

डेंगीबाट कसरी बच्ने ?

बिहान, दिउँसो तथा साँझको समयमा लामखुट्टेको टोकाईबाट डेंगी लाग्न सक्दछ।

- लामखुट्टेबाट बच्न पूरै शरिर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं।
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं।
- लामखुट्टे भगाउने उपाय अवलम्बन गरौं
- लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने मलम लगाऔं।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरी झ्याल-ढोकामा जाली लगाऔं।
- सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं।
- कुना-काप्चामा किटनाशक औषधि छर्कने गरौं।
- कम्तीमा हप्ताको एक पटक एयर कुलर, पानी टयांकी, फूलदानी, गमलामा राखिएका प्लेटहरु राम्ररी सफा गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सम्पादकीय

अवैध मदिरा पसलमा नियन्त्रण आवश्यक

“सुर्य अस्त नेपाल मस्त” भन्ने उखान अहिले सप्तरीमा लागु भएको छ । जिल्लाको विभिन्न भागमा अवैध मदिरा पसलहरु संचालन हुने क्रम बढ्दो छ । विशेष गरि जिल्लाको ग्रामिण भेगहरुमा विगतको भन्दा अहिले अवैद्य मदिरा पसलको संख्यामा बृद्धि भइरहेको छ । जिल्लाको विभिन्न स्थानमा बढ्दै गएको अवैध मदिरा पसलका कारण साँझ पर्ने बितिकै मदिरा सेवनकर्ताहरुको भिड लागेको देख्न सकिन्छ ।

धुम्रपान, मध्यपान स्वास्थ्यको लागि हानिकारक रहेपनि अहिले जिल्लाको विभिन्न स्थानमा मदिरा सेवन गर्ने खासगरी युवाहरुको संख्यामा ह्वातै बृद्धि भएको छ । यस्ता पसल संचालनका कारण बेलुका हुने बितिकै विभिन्न चौकहरुमा समेत मदिरा सेवन गरी हो हल्लाह हुने गरेका घटनाहरु सार्वजनिक हुने भएको छ । अहिले सबैभन्दा बढी फस्टाएको ब्यापारको रुपमा मदिरा पसललाई नै मानिन्छ, मदिरा पसल गर्ने ब्यापारीहरु मदिरा बिक्रि वितरण गरेर दिनहुँ राम्रो आम्दानी हुने गरेको छ ।

यसमा सबै भन्दा बढी भविष्यका कर्णाधार युवाहरुको भविष्य अन्धकारतर्फ धकेलिदै गएको छ । अवैध मदिरा पसलहरुको समयमै पहिचान गरी अवैध मदिरा पसलहरुलाई अबिलम्ब बन्द गर्ने तर्फ स्थानीय प्रहरी प्रशासनको ध्यान जानु जरुरी छ । तसर्थ युवाहरुलाई मदिरा सेवनको कुलतबाट मुक्त गराउँनका लागि सबै सरोकारबालाहरु गम्भिर हुनु पनि त्यक्ति आवश्यक छ ।

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. 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

जलवायुमैत्री लगानी विस्तारका लागि अन्तर्राष्ट्रिय समुदायलाई आग्रह

काठमाडौँ, १० जेठ (रासस) ।

नेपाल उद्योग वाणिज्य महासङ्घका अध्यक्ष चन्द्रप्रसाद ढकालले जलवायु वित्तीय व्यवस्थापन र दिगो विकासका पहलहरूमा निजी क्षेत्रको महत्वपूर्ण भूमिका रहने स्पष्ट गर्नुभएको छ ।

काठमाडौँको चन्द्रागिरिमा बुधबारदेखि सुरु भएको ‘हिमाल, मानिस र जलवायु परिवर्तन’ विषयक अन्तर्राष्ट्रिय विशेषज्ञ संवादलाई नेपालको निजी क्षेत्रका तर्फबाट सम्बोधन गर्दै अध्यक्ष ढकालले प्रतिकूलता न्यूनीकरण, जोखिम न्यूनीकरण र दिगो अर्थतन्त्रका लागि जलवायु वित्तीय व्यवस्थापन महत्वपूर्ण रहेकामा जोड दिनुभयो । उहाँले नेपालको जलवायुमैत्री लगानीमा नेपालले गरेका पहलहरूका बारेमा प्रस्तुत गर्दै नेपालको प्राकृतिक सम्पदालाई दिगो विकासका लागि उपयोग गर्न नेपाल सरकार तथा निजी क्षेत्र प्रतिबद्ध रहेको बताउनभयो ।

विशेष गरी ग्लोबल आइएमई बैंक र ग्लोबल क्लाइमेट पार्टनरशिप फन्ड बीचको २५ मिलियन अमेरिकी डलर सम्झौताले कार्बन उत्सर्जन र ऊर्जा माग घटाउने उद्देश्य राखेका परियोजनालाई वित्तीय सहायता प्रदान गर्ने अध्यक्ष ढकालले जानकारी दिनुभयो । यसबाट नवीकरणीय ऊर्जा र ऊर्जा दक्षता परियोजनालाई बलियो बनाउनुका साथै लघु, साना तथा मझौला उद्योगलाई लाभ पुऱ्याइ नेपालको जलवायु प्रतिरोध क्षमता बढाउने उहाँले स्पष्ट पार्नुभयो ।

अध्यक्ष ढकालले निजी क्षेत्रले नेपालमा जलवायु मैत्री लगानी विस्तार गरेको तथा जलविद्युत, सौर्य ऊर्जा, कृषि, पर्यटन, तथा अन्य क्षेत्रमा उल्लेख्य मात्रामा लगानी गरेको जानकारी पनि सो अवसरमा दिनुभयो । उहाँले भन्नुभयो- “जलविद्युतमा निजी लगानीले एक हजार ७४४ मेगावाट विद्युत उत्पादन गरेका छन् । विशेष गरी ग्रामीण क्षेत्रमा सौर्य ऊर्जा परियोजनाहरू बढ्दै गइरहेका छन् र यसले गैर-नवीकरणीय स्रोतहरूप्रति निर्भरता घटाउँदैछ ।”

विद्युतीय सवारी साधनमा कम भन्सार शुल्क जस्ता सरकारी नीतिहरूले नवीकरणीय ऊर्जातर्फको परिवर्तनलाई थप समर्थन गरिरहेको र विद्युतीय सवारी प्रवर्धनमा निजी क्षेत्रको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको अध्यक्ष ढकालको भनाइ थियो । पर्यावरणमैत्री पर्यटन र केबलकार परियोजनाहरूको प्रवर्द्धनले पनि कार्बन उत्सर्जन घटाउन र दिगो विकासलाई प्रवर्द्धन गर्न महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको उहाँको भनाइ थियो । अध्यक्ष ढकालले जलवायु मैत्रीपूर्ण लगानीको निरन्तर विस्तार तथा सशक्त सार्वजनिक-निजी साझेदारीका लागि पनि आह्वान गर्नुभयो । यस किसिमको साझेदारीले नेपालको सन् २०४५ सम्म शून्य उत्सर्जनको लक्ष्य पूरा गर्न सहयोग पुग्ने उहाँले बताउनुभयो ।

डेंगुबाट बचौं

- उच्च ज्वरो आउनु
- जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु
- आँखाको गेडी दुख्नु
- अत्याधिक टाउको दुख्नु
- शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु
- वाकवाकी लाग्नु वा वान्ता हुनु

यस्ता लक्षणहरु देखापरेमा डेंगी हुन सक्छ । तत्काल चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिऔं ।

सुरुङ्गा नगरपालिका, सप्तरी

गर्मीबाट बच्न निम्न सावधानी अपनाऔं

- प्रसस्त मात्रामा पानी खाऔं । साथमा पानीको बोतल राख्ने गरौं ।
- प्रचण्ड गर्मीमा घरबाहिर नजाऔं । जानै परे सुरक्षित भएर मात्र जाऔं ।
- गर्मीको समयमा पूरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- कागती पानी, नरिवल पानी, ताजा फलफुलको रस नियमित रुपमा सेवन गरौं ।
- हल्का रंगको सुतिको कपडा लगाऔं ।
- बालबालिकालाई १२ बजेदेखि ४ बजेसम्म सकेसम्म घरबाहिर निस्कन नदिऔं ।
- यदि बालबालिकालाई रिंगटा लागेमा, वान्ता भएमा, धेरै टाउको दुखेमा वा सास फेर्न अप्ठ्यारो भएमा तुरुन्त नजिकको अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्था लैजाऔं ।
- बालबालिकालाई टाउको ढाकी राख्न लगाऔं, कपडा, टोपी, छाताको प्रयोग गरौं ।
- काँचै खाने फलफुल तथा अन्य कुराहरु राम्ररी धोइपखाली मात्र खाऔं ।
- गर्मीको कारण स्वास्थ्यमा कुनै समस्या देखापरे तुरुन्तै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं ।
- गर्मीको समयमा झुलभित्र सुतौं । झ्याल ढोकामा जाली लगाऔं ।
- बासी, सडेगलेका तथा झिङ्गा भन्केका खानेकुरा नखाऔं ।
- खानेपानी सधैं छोपेर राखौं ।
- दिसापिसाब चर्पीमा मात्र गरौं ।
- घर वरिपरि सरसफाई गरी फोहरमैलाको उचित व्यवस्थापन गरौं ।
- गर्मीको बेला अत्यधिक चिसो पानी वा पेय पदार्थ नखाऔं ।

अनुरोधकर्ता
हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

महिला हिंसा के हो र कसरी कम गर्न सकिन्छ

महिला हिंसा

महिला विरुद्धका हिंसा विशेष रूपमा महिलाको विरुद्धमा हुने सम्पूर्ण हिंसात्मक कार्यहरू हुन् । यस्तो प्रकारको हिंसाले कुनै पिडितको लिङ्गलाई प्राथमिकतामा राखेर कुनै विशेष समूहलाई लक्षित गरेको हुन्छ । यस्तो हिंसा लिङ्गमा आधिरित हुन्छ अर्थात महिला भएकै कारण कसैले यस्तो हिंसाको शिकार बन्नु परेको हुन्छ । महिलामाथि हुने हिंसा भन्नाले महिलाको जन्मपूर्व देखि मृत्यु नहुञ्जेल सम्मको अवस्थामा महिला भएकै कारणबाट हुने विभिन्न खाले विभेदपूर्ण व्यवहार शोषण शारीरिक, मानसिक तथा यौनिक यातनाहरू र दुर्व्यवहारलाई बुझाउँछ । यस्ता हिंसा महिला विरुद्ध महिला र पुरुष दुवैले गर्ने गरिन्छ । यसले समाज विकासको क्रमलाई प्रत्यक्ष र परोक्ष रूपमा प्रभाव पारिरहेको हुन्छ । खास गरी महिलाहरूको जैविक बनावटलाई आधार बनाएर समाजले महिलाहरूलाई गर्ने व्यवहारले हरेक महिलाको प्रगतिको बाधक बनिरहेको अवस्था रहेको छ । परम्परागत मूल्य मान्यताका आधारमा गरिने हिंसाका कारण महिलाहरू बढी पीडित बन्ने गरेका छन् । घरेलु हिंसाका कारण होस् वा बोक्सी प्रथा अथवा दाइजोका कारण हुने घटनामा पीडित हुने महिलाहरूको सङ्ख्या उल्लेख्य छ । आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक, नागरिक तथा साँस्कृतिक लगायत मानवअधिकारका आधारभूत अधिकारहरूबाट महिलाहरू वन्चित छन् । राज्य वा गैरराज्यबाट गरिने लैंगिक भेदभाव त छँदैछ त्यसमा पनि परम्परागत मूल्य मान्यताकाआधारमागरिने हिंसाका कारण महिलाहरू बढी पीडित बन्ने गरेका छन् । त्यसै भएर आज भोलि घरेलु हिंसाका कारणहोस् वा बोक्सी प्रथा अथवा दाइजोका कारण हुने घटनामा पीडित हुने महिलाहरूको संख्या उल्लेख्य छ ।आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक, नागरिक तथा साँस्कृतिकलगायत मानवअधिकारका आधारभूत अधिकारहरूबाटमहिलाहरू वन्चित छन् । समाजमा जस्तो सुकै परिवर्तन भए पनि महिलाले परिवर्तनको अनुभूति गर्न सकेका छैनन् र महिलामाथि हुनेहिंसाका घटनामा कमी आउन सकेको छैन ।

महिला हिंसा अन्त्य गर्ने उपाय

महिलाको लागि शिक्षामा पहुँच र सम्पत्तिमाथिको स्वामित्व स्थापितगरी कुरीति र कुसंस्कारको रूपमा रहेको विधुवा प्रथा, घुम्टोप्रथा, बाल तथा अनमेल बिबाह प्रथाको अन्त्य गरिनुपर्छ । त्यसका लागि महिला हिंसा विरूद्ध बनेका राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय कानूनको व्यवहारिक कार्यान्वयनसँगै बोक्सी प्रथा र घरेलु तथा महिलाहिंसा विरूद्धको कडा कानून निर्माण, दाईजो दिने वा लिनेलाई कडाकारवाही गरी कुनैपनि खाले भेदभाव विरूद्ध दण्ड र सजायको व्यवस्था हुन सके मात्र महिलामाथि हुने हिंसा कम गर्न सकिन्छ ।

जनहीतका लागि : बोदेबरसाइन नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

श्रीराम चिनी मिलको समस्या समाधान गर्ने कार्यदल

काठमाडौं, १० जेठ (रासस)।

बन्द अवस्थामा रहेको रौतहटस्थित श्रीराम चिनी मिल सञ्चालनका विषयमा देखिएका समस्या समाधानका लागि बिहीबार महिला तथा सामाजिक मामिलाका सभापतिसमेत रहनुभएका सांसद किरण साहको नेतृत्वमा कार्यदल गठन गरिएको छ।

उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्तिमन्त्री दामोदर भण्डारीको कार्यकक्षमा भएको त्रिपक्षिय छलफलपछि पाँच सदस्यीय कार्यदल गठन गरिएको हो। कार्यदलमा चिनी मिलका तर्फबाट हितेश गोल्छा र विशाल अग्रवाल, किसान सङ्घर्ष समितिका अध्यक्ष अशोककुमार यादव तथा मन्त्रालयको औद्योगिक प्रवर्द्धन महाशाखा प्रमुख रहनुभएको छ।

मन्त्री भण्डारीले बजेट अगाडि सञ्चालनका विषयमा देखिएका समस्या समाधानका लागि ठोस योजना ल्याउन आग्रह गर्नुभयो। उहाँले उद्योगलाई अन्यत्र सार्नुभन्दा सोही स्थानमा सञ्चालन गर्न सुझाव दिनुभयो।

एक हप्ताभित्र सो उद्योगका समस्याको टुङ्गो लगाउनुपर्नेमा जोड दिँदै मन्त्री भण्डारीले सञ्चालन गर्ने गरी प्रक्रिया अगाडि बढाउन सरोकारवालासित आग्रह गर्नुभयो। "बन्द उद्योग सञ्चालन गर्ने सरकारको उदेश्य छ, हामी यो चिनी मिललाई बन्द गर्न वा सार्न भन्दैनौं, बरु सञ्चालनका लागि के गर्न सकिन्छ त्यसमा मन्त्रालयबाट आवश्यक सहयोग रहन्छ", उहाँले भन्नुभयो।

मिल सञ्चालनका लागि गर्नुपर्ने सहयोगका लागि आफु प्रतिबद्ध रहेको उल्लेख गर्दै मन्त्री भण्डारीले यस विषयमा प्रधानमन्त्री र अर्थमन्त्रीसँग आवश्यक सहजीकरणका लागि पहल गर्ने बताउनुभयो। उहाँले भन्नुभयो, "ठाउँ सारेर कुनै फाइदा हुँदैन, बरु त्यही ठाउँमा सञ्चालनको वातावरण बनाउन म तयार छु, प्रधानमन्त्री र अर्थमन्त्रीसँग यस विषयमा कुरा गर्नुपरे सरोकारवालासहित म पनि छलफलका लागि जाउँला।"

छलफलमा उद्योग तथा वाणिज्य र श्रम तथा उपभोक्ता हित समितिका सभापति अब्दुल खान, सांसद विनादेवी साह, संविधानसभा सदस्य रामकुमार भट्टराई, कल्याणी खड्कालगायतले बन्द उद्योग सञ्चालन गर्नका लागि मन्त्री भण्डारीलाई मन्त्रालयका तर्फबाट आवश्यक पहलकदमीका लागि आग्रह गर्नुभयो।

उहाँहरूले उक्त उद्योग अन्यत्र सारिए रौतहटका किसानले चर्को आन्दोलन गर्ने चेतावनी दिइसकेकाले अहिले मिलमा रहेकै ठाउँमा सञ्चालनको वातावरण बनाउनुपर्नेमा जोड दिनुभयो।

उहाँहरूले मिल अन्यत्र सारेर लग्न नदिइने पनि बताउनुभयो। सभापति खानले सोही स्थानमा उद्योग सञ्चालनका लागि स्थानीय किसानबाट हुने सबै किसिमको सहयोग जुटाउने प्रतिबद्धता जनाउनुभयो। उद्योग बन्द हुँदा धेरैको रोजगारी गुमेको र त्यही स्थानमा सञ्चालन हुँदा स्थानीय जनताले थुप्रै अवसर पाउने उहाँहरूको भनाइ छ।

छलफलमा उद्योग सचिव कृष्ण राउत, वाणिज्य सचिव दिनेशकुमार घिमिरे, नेपाल बैंक लिमिटेडका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत (सिइओ)लगायत स्थानीय सरोकारवाला र उद्योगका प्रतिनिधि सहभागी हुनुहुन्थ्यो।

विसं २०४९ मा स्थापित सो उद्योग २०७७ सालदेखि बन्द अवस्थामा रहेको छ। झण्डै ७४ बिघा क्षेत्रफलमा रहेको सो उद्योगको नेपाल बैंक लिमिटेडले लिलामी सूचना निकालेर रानाकुमार अग्रवालले साकार गर्नुभएको छ। जग्गाको भने लिलाम गरिएको छैन।

अग्रवालले मिल अन्यत्र जिल्ला सार्न खोजेपछि स्थानीय किसान सङ्घर्ष समिति बनाएरै आन्दोलन गर्दै आएका छन्। किसानले सोही ठाउँमा मिल सञ्चालन गर्न दबाब दिँदै आएका छन्। मिल सञ्चालनका विषयमा विभिन्न चरणमा छलफल तथा वार्ता गरिए पनि सार्थक हुन सकेको छैन।

सिरहाको राजदेवी मन्दिरमा वैशाखी मेला

सिरहा, १० जेठ (रासस)।

सिरहाको लहान नगरपालिका-१५ स्थित राजदेवी पञ्चावती मन्दिर परिसरमा बिहीबार वैशाखी मेला लागेको छ। मेला भर्न देशका विभिन्न भागका साथै भारतबाट पनि श्रद्धालुहरू आएका छन्।

लहान बजारबाट १० किलोमिटर उत्तरमा चुरे जङ्गलसँगै जोडिएको करिब तीन बिघा क्षेत्रफलमा फैलिएको राजदेवी मन्दिरमा सन्तान प्राप्ति, रोग निदान र कार्य सफलताको कामना गर्दै भक्तजन आउने गरेका मेला व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष वीरेन्द्र चौधरीले राससलाई बताउनुभयो। मन्दिर आसपासको क्षेत्रमा हिजोदेखि नै मेलाभर्नेको चहलपहल बढेको छगर।

व्यवस्थित ढङ्गले मेला सञ्चालन गर्न स्थानीय प्रशासनसँग समन्वय गरेर चार सय स्वयंसेवक खटाइएको अध्यक्ष चौधरीले जानकारी दिनुभयो। मेलास्थल नजिक राजदेवी ताल, गोसाइँकुण्ड, शिव डाँडा, हात्तीदह सिमसार क्षेत्र, बानो गाउँ आकर्षक रहेकाले त्यहाँको पर्यटन प्रवर्द्धन गर्नुपर्नेमा स्थानीय बुद्धीजीविले जोड दिएका छन्।

लहान नगरपालिका प्रमुख महेशप्रसाद चौधरीले राजदेवी पञ्चावती मन्दिर क्षेत्रको संरक्षणका साथै यो क्षेत्रको पर्यटकीय विकासका लागि नगरपालिकाले काम गरिरहेको बताउनुभएको छ।

धनुषामा छुट्टाछुट्टै घटनामा दुईजनाको मृत्यु

दैनिक समाचारदाता
जनकपुर, १० जेठ।

धनुषामा छुट्टाछुट्टै घटनामा दुईजनाको मृत्यु भएको छ। मृत्यु हुनेमा दुवै मजदुर रहेका छन्।

गणेशमान चारनाथ नगरपालिका-४, भरतपुरमा इनार सफा गर्ने क्रममा बिहीबार ३० वर्षीय रामप्रसाद शर्माको मृत्यु भएको हो। इलाका प्रहरी कार्यालय ढल्केबरका प्रहरी निरीक्षक राजकिशोर साहका अनुसार इनारभित्र पसेर सफा गर्ने क्रममा निस्सासिएर उनको मृत्यु भएको हो।

रघुनाथपुर सशस्त्र वेस क्याम्पका सशस्त्र प्रहरीको सहयोगमा झण्डै ४० मिटर गहिरो उक्त इनारबाट शर्माको शव निकालिएको थियो। उनको शव परीक्षणका लागि प्रादेशिक अस्पताल जनकपुर लगिएको छ।

यसैगरी गोदारस्थित कमला स्टोन क्रसर उद्योगमा कार्यरत गणेशमान चारनाथ नगरपालिका-४ का २० वर्षीय अर्जुन यादवको मृत्यु भएको छ। बुधबार राति क्रसर

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

भ्रमपूर्ण विज्ञापन...

प्रवक्ता निशानराज गौतमले राससलाई जानकारी दिनुभयो। उहाँका अनुसार बोर्डबाट श्रव्य, दृश्य तथा श्रव्यदृश्य विज्ञापन सामग्री प्रसारण गर्नुपूर्व परीक्षण गराएर मात्र प्रसारण गर्नुपर्ने व्यवस्था विज्ञापन (नियमन) ऐन, २०७६ को दफा १५ (ख) मा उल्लेख गरिएको छ।

बोर्डले विज्ञापन (नियमन गर्ने नियमावली, २०७७ को दफा (५)मा भएको व्यवस्थाका साथै विज्ञापन गर्दा विज्ञापनकर्ताको नाम र ठेगाना स्पष्ट रूपमा उल्लेख हुनुपर्ने व्यवस्था ऐनको दफा ९ मा रहेकाले उक्त कानुनी व्यवस्थाविपरीत प्रसारण भएका कुनै पनि विज्ञापन तत्काल रोकी अनुमति लिएर मात्र प्रसारण गर्न/गराउन अनुरोध गरेको प्रवक्ता गौतमले बताउनुभयो। अनुमतिविना विज्ञापन निरन्तर प्रसारण गरेको पाइएमा कानुनबमोजिम कारबाही प्रक्रिया अघि बढाइने उहाँले जानकारी दिनुभयो।

लागूऔषध सेवनले मानिसको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ, धन सम्पतिको वर्वाद गर्दछ, यसको प्रयोगबाट आफू, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई नै अपुरणिय क्षति पुग्ने हुँदा यस्ता पदार्थ देखि टाढा रहौं।

अनुरोधकर्ता
राजगढ गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
सप्तरी, मधेश प्रदेश

विश्व समाचार

'बेलायतमा जुलाई ४ मा आम निर्वाचन गरिने'

लन्डन, १० जेठ (रासस/सिन्ह्वा)।

बेलायतका प्रधानमन्त्री ऋषि सुनकले जुलाई ४ मा आम निर्वाचन हुने घोषणा गर्नुभएको छ।

"आज बिहान मैले संसद विघटन गर्न अनुरोध गर्न राजासँग कुरा गरेँ। उहाँले यो अनुरोध स्वीकार गर्नुभएको छ र जुलाई ४ मा आम निर्वाचन हुनेछ," बुधबार साँझ डाउनिङ स्ट्रिटमा गरिएको पत्रकार सम्मेलनमा प्रधानमन्त्री सुनकले भन्नुभयो।

नयाँ तथ्याङ्कले देशमा मुद्रास्फीति तीव्र रूपमा (दुई दशमलव तीन प्रतिशतमा) झरेको देखाएको केही घण्टापछि प्रधानमन्त्रीको यो घोषणा आएको हो। करिब तीन वर्षमा यो तथ्याङ्क सबैभन्दा कम हो। सत्तारुढ कन्जर्भेटिभ पार्टीले यसलाई एउटा उत्साहजनक उपलब्धि मानेका छन्।

सन् २०२३ जनवरीमा प्रधानमन्त्रीको पाँचवटा प्रतिज्ञामध्ये मुद्रास्फीति न्यूनीकरण पनि समावेश रहेको थियो। सन् २०२२ जुनको अन्त्यमा मुद्रास्फीति २२ प्रतिशतभन्दा माथि पुगेको थियो। सुनकले हालको यो तथ्याङ्क देशको अर्थतन्त्रका लागि प्रमुख उपलब्धी र उज्वल भविष्यको प्रतिविम्ब रहेको बताउनुभयो।

बेलायतमा कन्जर्भेटिभ पार्टीले १४ वर्षदेखि सत्ता सम्हाल्दै आएको छ। यसले हालैका वर्षहरूमा सुस्त आर्थिक वृद्धिदेखि राजनीतिक अस्थिरतासम्मका चुनौतीहरूको सामना गर्नुपरेको छ। पार्टी नेतृत्वको बारम्बार परिवर्तनले कन्जर्भेटिभ पार्टीभित्रको अस्थिरतालाई देखाउँछ। पछिल्लो युगोभ सर्वेक्षणका अनुसार टोरीहरू (कन्जर्भेटिभ पार्टी) हाल आफ्नो मुख्य प्रतिद्वन्द्वी लेबर पार्टीभन्दा पछाडी रहेका छन्।

ग्रीष्मकालमा हुने चुनावका लागि सुनकको आह्वानप्रति प्रतिक्रिया दिँदै श्रम नेता कीर स्टारमरले भन्नुभयो, "यो देशले चाहेको र पर्खिरहेको क्षण हो। देशको भविष्य तपाईंको हातमा छ।"

"हामी अराजकता रोक्न सक्छौं, पृष्ठ घुमाउन सक्छौं र बेलायतको पुनर्निर्माण गर्न र हाम्रो देश परिवर्तन गर्न सुरु गर्न सक्छौं," उहाँले थप्नुभयो।

लिबरल डेमोक्र्याटका नेता एड डेभीले भन्नुभयो "यो सरकार जनताको सम्पर्क बाहिर छ। यो कन्जर्भेटिभ सरकारलाई फ्याक्ने समय हो।"

मे ३० मा बेलायती संसद औपचारिक रूपमा विघटन हुनेछ र त्यसपछि चुनावी अभियान जुलाई ४ को मतदानको दिनसम्म चल्नेछ।

सुनकको घोषणापछि बकिङ्हम प्यालेसबाट आएको एक विज्ञप्तिमा भनिएको छ, "शाही परिवारले सामान्य प्रक्रियाअनुसार चुनावी अभियानबाट ध्यान विचलित गर्ने र हुने कार्यक्रमहरू स्थगित गर्नेछ।"

"हालैका आर्थिक तथ्याङ्कहरूलाई ध्यानमा राख्दै आम चुनावको घोषणा कुनै वास्तविक आश्चर्यको कुरा थिएन। देशको अर्थतन्त्र सही दिशामा अघि बढिरहेको छ र यो रणनीति परिवर्तन गर्ने समय होइन भनी वर्तमान सरकारले तर्क गर्नसक्छ," बर्मिङ्घम विश्वविद्यालयका प्राध्यापक जोन ब्रायसनले भन्नुभयो।

लन्डन स्कुल अफ इकोनोमिक्स एन्ड पोलिटिकल साइन्स (एलएसई) का प्राध्यापक इयान बेगले कन्जरभेटिभ पार्टी 'जनमत सर्वेक्षणमा धेरै पछाडि रहेको' र लेबर पार्टीको 'परिवर्तनको समय' को कथा मतदाताहरूसँग प्रतिध्वनित भएको बताउनुभयो।

लिभरपुल विश्वविद्यालयका प्राध्यापक जोन टोङ्ले यो एउटा असाधारण निर्णय भएको बताउनुभयो।

युक्रेनको खार्किभ क्षेत्रमा ११ हजार मानिस विस्थापित

युक्रेन, १० जेठ (रासस/एएफपी)।

युक्रेनको उत्तरपूर्वी खार्किभ क्षेत्रमा रूसी सेनाले मे १० मा जमिनी आक्रमण गरेपछि करिब ११ हजार मानिस आफ्नो घर छोड्न बाध्य भएको युक्रेनी गभर्नरले बिहीबार बताएका छन्।

युक्रेनी राष्ट्रपति भोलोदिमिर जेलेन्स्कीले आक्रमणले रूसलाई १८ महिनामा सबैभन्दा ठूलो क्षेत्रीय लाभ भएको बताउँदै धेरै लहरमध्ये यो पहिलो हुनसक्ने बताउनुभयो।

खार्किभका गभर्नर ओलेग सिनेगुबोभले टेलिग्राममा एक पोस्टमा सार्वजनिक गरेको तथ्याङ्क अनुसार आक्रमणपछि १० हजार ९८० जनालाई उक्त स्थानबाट बाहिर निकालिएको छ।

रूसी सेनाहरू लिप्ट्सी र भोभ्चान्स्क सहरलगायत सीमावर्ती गाउँतर्फ अघि बढेपछि हजारौं मानिसहरू आफ्नो घर छोडेर भाग्न बाध्य भएका थिए।

सीमाबाट केवल पाँच किलोमिटर टाढा भोभचान्स्क क्षेत्रमा 'लडाइँ जारी रहेको बताउँदै जनरल स्टाफले आफ्ना रक्षकहरूले सफलरूपमा प्रतिरोध गरिरहेको जनाउनुभएको छ। युद्ध अध्ययन संस्थानको तथ्याङ्क अनुसार मस्कोले मे ९ देखि १५ बीचमा आक्रमणबाट युक्रेनी क्षेत्रको २७८ वर्ग किलोमिटर जमिन कब्जा गरेको छ।

भगवती मन्दिरको प्रवेशद्वार निर्माण हुने

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १० जेठ ।

राजविराज ७ स्थित माँ चण्डी दुर्गा भगवती मन्दिरको प्रवेशद्वार निर्माण हुने भएको छ ।

मधेश प्रदेश सरकारको सहयोगमा निर्माण हुने प्रवेशद्वारको बिहीबार प्रदेश सांसद किरण कुमारी साहले शिलान्यास गरे ।

मन्दिरको संरक्षण र सौन्दर्यकरणका लागि २० लाखको लागतमा आधुनिक शैलीको भव्य र नमूना प्रवेशद्वार निर्माण हुन लागेको प्रदेश सांसद साहले बताइन् ।

समाजसेवाका साथै धार्मिक गतिविधिमा बढी चासो राख्ने प्रदेश सांसद साहले आगामी आर्थिक वर्षहरमा उपलब्ध हुने थप बजेटलाई क्रमशः बाटोघाटो, विद्यालय, मठमन्दिर तथा सचेतनाका विभिन्न कार्यमा लगानी गर्ने बताइन् ।

यसअघि सांसद साहले आफ्नो संसदीय विकास कोषबाट उक्त मन्दिरको पूर्वपट्टीको प्रवेशद्वार तथा मन्दिर परिसरमा रहेको धार्मिक महत्वको पोखरीमा आवश्यक सरसफाई गराई छठघाट र प्रवेशद्वार निर्माण गरेकी थिइन् ।

बिहीबारदेखी नै सुरु भएको निर्माण कार्यलाई डेढ महिना भित्रै पूर्णरुपमा सकिने योजना रहेको भगवती मन्दिर निर्माण उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष इश्वरप्रसाद साहले बताए । सो अवसरमा वडा अध्यक्ष सुभाषचन्द्र यादव, वडा सदस्य रामानन्द देव, ललिता कर्ण, समाजसेवी जगन्नाथ मुन्धडा लगायतको उपस्थिती रहेको थियो ।

धनुषामा छुट्टाछुट्टै ...

उद्योगको फित्तामा बेरिएर उनको मृत्यु भएको इलाका प्रहरी कार्यालय ढल्केबरका प्रहरी निरीक्षक साहले जानकारी दिनुभयो । उक्त घटनामा सोही क्रसरमा काम गर्ने बाराको निजगढका ४५ वर्षीय खेमबहादुर मगर घाइते भएका छन् । उनको गोदारस्थित स्वास्थ्य केन्द्रमा उपचार भइरहेको छ ।

कर्जा चुक्ता गर्ने सम्बन्धी १५ दिने अत्यन्तै जरुरी सूचना

मिति : २०८१/०२/११

यश प्रभु बचत तथा ऋण सहकारी संस्था राजविराज-०४ को तपशिलमा उल्लेखित तपाई ऋणी सदस्यले लिनु भएको कर्जा रकम यश सहकारी संस्था संग गर्नु भएको सम्झौता बमोजिम तिर्न बुझाउनको लागि संस्थाबाट पटक पटक मौखिक तथा लिखित रुपमा जानकारी गराउंदा समेत ऋण चुक्ता गर्न कुनै चासो नदेखाई आलटाल गरि कर्जा नियमित नगर्नु भएको र बक्योता रकम फर्छ्यौट गर्ने तर्फ कुनै चासो नदेखाउनु भएकोले यो १५ दिने सार्बजनिक सूचना प्रकाशित गरिएको छ | अत : यो सुचनाद्धारा तपाई ऋणीबाट सम्पूर्ण कर्जा फिर्ता भुक्तानी माग गरिएको छ र यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (**पन्द्र**) दिन भित्र यश संस्थामा सम्पर्क राखी तपाइले तिर्नुपर्ने सम्पूर्ण साँवा, ब्याज, हर्जाना तथा अन्य दस्तुर रकम चुक्ता फर्छ्यौट गर्न गराउनको लागी सम्बन्धित ऋणी तथा जमानतकर्ताहरुलाई यसै सुचनाद्धारा जानकारी गराईन्छ | अन्यथा प्रचलित ऐन, कानून, सहकारी ऐन, नियमावली, संस्थाको बिनियम, ऋण नीति तथा यश संस्था संग गरेको लिखित शर्त तथा सम्झौता बमोजिम कर्जा सुरक्षणको लागी राखिएको धितो लिलाम बिक्रि गरि संस्थाको लेना असुल उपर गरिने छ र कदम कदाचित राखिएको धितोबाट असुल उपर हुन् नसकेमा प्रचलित कानून अनुसार अन्य चल अचल सम्पतिबाट समेत असुल उपर गरि सम्बन्धित ऋणी सदस्यलाई कालो सुचिमा सामबेश गर्न तर्फको प्रकृया चलाइने ब्यहोरा समेत जानकारी गराईन्छ |

ऋणीको विवरण				
ऋणीको नाम : मो.जुबैर अंसारी	गा.बि.स.	वार्ड	किता	क्षेत्रफल
बाबुको नाम : इलियाश अंसारी	बिसहरिया	९	९६९	०-१-१७.५-०
बाजेको नाम : हनिफ अंसारी	बिसहरिया	९	९६८	०-१-१७.५-०
ठेगाना : राजबिराज नगरपालिका वार्ड न. ०४ सप्तरी				

प्रभु बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड
राजविराज -०४ सप्तरी
टेलिफोन न. ०३१-५३२५२२/५२१११२

बाढी/पहिरोबाट सतर्क रहौं ।

– गाउँघरका माथिल्लो भागमा कुलो बनाई पानीको उचित निकास दिऔं ।
– जमिन चिरा परेको देखिएकामा पानी नछिर्ने गरी टालौं ।
– घरभित्र वा वरिपरिको जमिन चिरा परेको भए सुरक्षित स्थानमा बसौं ।
– नदी वा खोलामा बाढी आएमा तल्लो भागमा बस्ने जनसमुदायलाई सूचना दिऔं ।
– भुकम्पले चिरा पारेको छ भने त्यस्तो स्थानलाई टालौं र सजगता अपनाऔं ।
– भौगोलिक अवस्था बिचार गरेर मात्र बाटो, कुलो वा नहर जस्ता संरचना बनाऔं । भु–क्षयबाट बचौं र बचाऔं ।

अनुरोधकर्ता : महादेवा गाउँपालिका, सप्तरी

गर्मीबाट बच्न निम्न सावधानी अपनाऔं

- प्रसस्त मात्रामा पानी खाऔं । साथमा पानीको बोतल राख्ने गरौं ।
- प्रचण्ड गर्मीमा घरबाहिर नजाऔं । जानै परे सुरक्षित भएर मात्र जाऔं ।
- गर्मीको समयमा पूरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- कागती पानी, नरिवल पानी, ताजा फलफुलको रस नियमित रुपमा सेवन गरौं ।
- हल्का रंगको सुतिको कपडा लगाऔं ।
- बालबालिकालाई १२ बजेदेखि ४ बजेसम्म सकेसम्म घरबाहिर निस्कन नदिऔं ।
- यदि बालबालिकालाई रिंगटा लागेमा, वान्ता भएमा, धेरै टाउको दुखेमा वा सास फेर्न अप्ठ्यारो भएमा तुरुन्त नजिकको अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्था लैजाऔं ।
- बालबालिकालाई टाउको ढाकी राख्न लगाऔं, कपडा, टोपी, छाताको प्रयोग गरौं ।
- काँचै खाने फलफुल तथा अन्य कुराहरु राम्ररी धोइपखाली मात्र खाऔं ।
- गर्मीको कारण स्वास्थ्यमा कुनै समस्या देखापरे तुरुन्तै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं ।
- गर्मीको समयमा झुलभित्र सुतौं । झ्याल ढोकामा जाली लगाऔं ।
- बासी, सडेगलेका तथा झिङ्गा भन्केका खानेकुरा नखाऔं ।
- खानेपानी सधैं छोपेर राखौं ।
- दिसापिसाब चर्पीमा मात्र गरौं ।
- घर वरिपरि सरसफाई गरी फोहरमैलाको उचित व्यवस्थापन गरौं ।
- गर्मीको बेला अत्यधिक चिसो पानी वा पेय पदार्थ नखाऔं ।

अनुरोधकर्ता
अग्निसाइर कृष्णासवरण गाउँपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

विभिन्न विपद्को समयमा सतर्क रहौं

चट्याङको समयमा

१. बिजुली चम्केको बेला सतर्क रहने ।
२. विद्युतीय तरंग टिप्न सक्ने फलाम, चिसो बस्तु नछुने ।
३. बिजुली चम्केको केही समयसम्म पानी परेको क्षेत्रमा ननिस्कने ।
४. सकेसम्म घरभित्रै झ्यालढोका बन्द गरेर सुख्खा ठाउँमा बस्ने ।
५. खुला ठाउँमा भए कुनै घर अथवा भवनमा छिर्ने ।
६. सकभर अग्लो स्थानमा बस्ने ।
७. धातुको ह्याण्डल, चेन भएका ब्याग वा अन्य सामान प्रयोग नगर्ने ।

भुकम्पको समयमा

१. भुकम्प आएको बेला सतर्क रहने ।
२. घरबाहिरको सुरक्षित स्थानमा पुग्न नभ्याइने हुनसक्छ । तुरुन्तै खाट, टेबुल, ढोकामुनी तथा घरभित्रकै अन्य सुरक्षित स्थानमा बस्ने ।
३. अग्ला र कमजोर घर बिजुलीका खम्बा, ट्रान्सफर्मर, रुख तथा अन्य संरचनाहरु ढल्न सक्ने हुँदा त्यसबाट बच्ने ।
४. भुईचालो थामिए पनि फेरि दोहरीन सक्ने हुँदा परिवारका सदस्य, मुल्यवान बस्तु संकटकालिन झोला आदी लिएर सुरक्षित स्थानमा निस्कने र उद्दार कार्यमा जुट्ने ।
५. उपचारको व्यवस्था तत्कालिन राहत तथा उद्दार कार्यमा थप सहयोगका लागि भुईचालोबाट क्षतिको सम्बन्धीत निकायमा तुरुन्त खबर गर्ने ।

आगलागिको समयमा

१. आगलागिको बेला सतर्क रहने ।
२ आगलागि नियन्त्रणको लागि घर बनाउँदा, बिद्युतीय वायरिङ गर्दा, भान्सा बनाउँदा, ग्यास, सलाई लाइटर चलाउँदा, चुरोट तान्दा, धुपबत्ति बाल्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
३. आगलागि नियन्त्रणको लागि चाहिने अग्निसमय Fire Extinguisher लगायतका आवश्यक संसाधनहरु तयारी अवस्थामा राख्ने ।
४. भवन वा अन्य भौतिक संरचना निर्माणमा उपयुक्त स्थलगत योजना तयार गरी गुणस्तरीय निर्माण सामाग्रिको प्रयोग गर्ने ।
५.आगलागिका सम्भावित क्षेत्रमा क्षति न्युनिकरण गर्नको लागि जोखिम क्षेत्रको नक्साङकन गरी सामाजिक जनचैतना अभिबृद्धि गर्ने ।

आकस्मिक सम्पर्क नम्बर : जिल्ला आपतकालिन कार्य संचालन केन्द्र सप्तरी -०३१५३३७६२

जनहीतका लागि जारि सन्देश : राजगढ गाउँपालिका, सप्तरी

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*, **वेबसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*