नि.प्र.का. सप्तरी द.नं. ११/०४८/०४९

राजविराज दैनिक

स.नि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

वर्ष ३४ अंक १११ २०८१ साल मंसिर १२ गते बुधवार (27 Nov. 2024 Wednesday) मूल्य रु. ५/-

Log in : *rajbirajdainik.com.np*

लागु औषधको दुर्व्यसनबाट टाढा रहौं

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 ।

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : भान्छामा नै छ बालबालिकाको... ३ पृष्ठमा : सुनको मूल्य घटेपछि. ३ पृष्ठमा : सन् २०२३ मा ८५ हजार महिला ...

विभिन्न दल आफ्नो पक्षमा मत पार्ने अन्तिम चरणको प्रचारमा

दैनिक समाचारदाता
राजविराज ११ मंसिर ।

सप्तरीको डाक्नेश्वरी नगरपालिकाको दुई वडामा वडाअध्यक्ष पदका लागी हुने निर्वाचनका लागि अहिले विभिन्न दल मत आफ्नो पक्षमा पार्न अन्तिम चरणको प्रचारमा जुटेका छन् ।

चुनावी मैदानमा उत्रेका सबै उम्मेदवार र दलका नेताहरु घर दैलो सहित मतदातालाई आफ्नो पक्षमा पार्न अन्तिम चरणको कसरतमा जुटेका छन । सबै उम्मेदवारले वडामा देखिएका समस्या समाधान गरी विकासको लहर ल्याउने दाबी गरेका छन ।

उक्त पालिकाको वडा नं. १ र ४ गरी दुई वडामा वडाअध्यक्ष पदका लागी मंसिर १६ गते उपनिर्वाचन हुदैछ । निर्वाचन हुने ती दुबै पदमा यस अघि नेपाली काँग्रेसका क्रमशः प्रितमलाल चौधरी र हरि प्रसाद रायले चुनाव जितेका थिए । चौधरी र राय दुबैको निधन भएका कारण रिक्त हुन गएको पदका लागी उपनिर्वाचन हुन लागेको हो ।

काँग्रेसले वडा नम्बर १ मा भुलिया देवी चौधरीलाई उम्मेदवार बनाएको छ । उनी दिगंवत निवर्तमान वडाअध्यक्ष प्रितम लाल चौधरीकी श्रीमती हुन । यस्तै वडा नम्बर ४ बाट काँग्रेसले जोगेन्द्र प्रसाद रायलाई उम्मेदवार बनाएको छ । यस अघि दुबै पद काँग्रेसले जितेकाले यसलाई कायम राख्न र निरन्तरता दिन काँगेसमाथी चर्को दबाव छ ।

जनमत पार्टीले वडा नं.१ बाट शैलेन्द्र कुमार साह र ४ बाट उदय नारायण पण्डितलाई चुनावी मैदानमा उतारेको छ । नेकपा एमालेले वडा नं. १ बाट भगवानी साह र ४ बाट संजय कुमार यादवलाई उम्मेदवार बनाउँदा नेकपा माओवादी केन्द्रले वडा नं.१ बाट प्रमोद कुमार सन्त र ४ बाट भागवत रामलाई उम्मेदवार बनाएको छ । जनता समाजवादी पार्टी (जसपा) नेपालले वडा नं.१ बाट धिरेन्द्र कुमार साह र ४ बाट देवेन्द्र प्रसाद यादवलाई उम्मेदवार बनाएको छ ।

राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीले वडा नं.१ बाट सतिष कुमार चौधरी थारु र ४ बाट राम कुमार यादवलाई चुनावी मैदानमा उतारेको छ भने नागरिक उन्मुक्ती पार्टीले वडा नं १ बाट अनरुद्ध प्रसाद चौधरी र ४ बाट शिव कुमार रामलाई चुनावी प्रतिस्पर्धामा उतारेको छ ।

उपेन्द्र यादव नेतृत्वको जसपा नेपालबाट अलग भई अशोक राई नेतृत्वमा बनेको जनता समाजवादी पार्टीले वडा नं ४ बाट मात्र आफ्नो उम्मेदवारलाई चुनावी मैदानमा उतारेको छ । सो पार्टीका तर्फबाट रविन्द्र यादव चुनावी मैदानमा छन ।

यहाँ वडा नं. १ बाट सुशिल साहले स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिएका छन । यसरी दुई पदका लागी हुने उपनिर्वाचनमा विभिन्न दल र स्वतन्त्र गरी १६ जना उम्मेदवार चुनावी मैदानमा छन ।

यहाँ नाम चलेका अन्य पार्टीहरु मध्ये नेकपा एकिकृत समाजवादी, आम जनता पार्टी (आजपा), राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा), लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी (लोसपा) नेपाललगायतका दलहरुबाट कुनै उम्मेदवारी परेको छैन ।

उपनिर्वाचन हुने डाक्नेश्वरी नगरपालिकाको वडा नं १ मा २ हजार ६ सय ३५ र वडा नं४ मा १ हजार २ सय ८१ मतदाता छन । मतदानका लागी ३ मतदान स्थल र ५ मतदान केन्द्र तोकिएको जिल्ला निर्वाचन कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

भारततर्फ लैजादै गरेको ८ कार्टुन "मामा" भन्सार चलान

दैनिक समाचारदाता
राजविराज ११ मंसिर ।

नेपालबाट भारततर्फ अवैध रुपमा लगिदै गरेको अवस्थामा प्रहरीले ८ कार्टुन मामाश्री मदिरा नियन्त्रणमा लिएको छ ।

भारतको बिहार राज्यको विभिन्न सहरमा पुऱ्याइ मँहगोमा बिक्रि हुने गरेकाले मदिरा तस्करीमा केही व्यक्ति सक्रिय रहेको सुराकीका आधारमा सप्तरी प्रहरीले सीमानाका क्षेत्रमा निगरानी बढाएको छ ।

यसैक्रममा अघिल्लो दिन चेक जाँचको क्रममा सप्तरीको राजगढ गाउपालिका २ कमलपुर सडकखण्डमा प्रहरीले मोटरसाईकलमा बोरामा लुकाई छिपाई भारततर्फ लैजादै गरेको अवस्थामा ८ कार्टुन मामाश्री मदिरा बरामद गरिएको प्रहरी नायब उपरिक्षक जीतेन्द्र कुमार बस्नेतले जानकारी दिए ।

प्रहरीलाई देख्नासाथ तस्करहरु मोटरसाईकल र मदिरा राखिएको

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

आचारसंहिताको उलङ्घन गर्दै कर्मचारी आवश्यकताका लागि विज्ञापन आह्वान

दैनिक समाचारदाता
राजविराज ११ मंसिर ।

सप्तरीको डाक्नेश्वरी नगरपालिकाले निर्वाचन आचारसंहिताको उलङ्घन गर्दै कर्मचारी आवश्यकताका लागि विज्ञापन आह्वान गरेको छ ।

सो नगरपालिकाको वडा नं. १ र ४ मा अध्यक्ष पदका लागि मंसिर १६ गते उपनिर्वाचन हुँदैछ । मंसिर २ गतेदेखी नै उक्त नगरपालिकामा आचारसहिता लागु भइसकेको छ । तर, नगरप्रमुख रामलखन मलाहले आचारसहितालाई वेवास्ता गर्दैउक्त बिज्ञापन आह्वान गरेका हुन् ।

आचारसंहिता लागू भएकै मतिमा नगरपालिकामा रोजगार संयोजक (अधिकृत स्तर छैठौं) र रोजगार सहायक (सहायक स्तर पाँचौं) को विज्ञापन आह्वान गरिएको छ ।

२०८० चैत २२ गते बिभिन्न पदका लागि गरिएको पदपूर्ती सम्बन्धी सूचना अनुसार र २०८१ कात्तिक २१ गतेको नगर कार्यपालिकाको निर्णय अनुसार रद्द गरी विज्ञापनहरुको पुनः विज्ञापन गर्ने निर्णय भएकाले यसअघि गरिएको विज्ञापन रद्द गरी पुनः

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

श्री सिद्धार्थ गौतम बुद्ध यातायात सेवा केन्द्र प्रालिद्वारा संचालित

हुलाकी मार्गबाट राजविराजदेखी सिरहा माडर सम्म बस, मिनि बस, माइक्रो, विंगर, म्याजिक

राजविराज, बोदेबरसाइन, भगवानपुर, बरियारपट्टी हुँदै सिरहा माडरसम्मको आरामदायी यात्राका लागि हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।

यातायात संचालन हुने स्थान
राजविराज राम मन्दिरको छेउमा सिरहा रोड

सम्पर्क व्यक्ति
मन्त्रि यादव
सम्पर्क नं. ९८१९९५३७७७
अमरेन्द्र बर्मा
९८०७७१६९५४
शम्भु प्रसाद यादव
९८०७७९३८२२

खुशीको खबर ! खुशीको खबर ॥

राजविराजबाट सिरहा माडरसम्मको आरामदायी यात्राका लागि

सिरहा रोड राजविराजस्थित राम मन्दिरदेखी बोदेबरसाइन, भगवानपुर, बरियारपट्टी हुलाकी सडक हुँदै सिरहा माडरका लागि यही कात्तिक २३ गतेदेखी **विंगर** संचालन भएको जानकारी गराइन्छ ।

सम्पर्क व्यक्ति
गुलाब यादव
सम्पर्क नं. ९८०५९००५११

विज्ञापन आचारसंहिताको पालना गरौं

- विज्ञापन बोर्डमा सूचीकृत सञ्चारमाध्यम र विज्ञापन एजेन्सीसँग मात्र विज्ञापन कारोबार गरौं,
- विज्ञापनको कारोवार गर्दा दुईपक्षीय वा त्रिपक्षीय सम्झौता गर्ने गरौं,
- विज्ञापन कारोवारमा सञ्चारमाध्यमको बील हेरेरमात्र भुक्तानी दिने गरौं,
- विज्ञापन दिन विज्ञापनदातालाई दवाव तथा प्रभाव नपारौं,
- विज्ञापन गरौं र आफ्नो व्यवसायको प्रवर्द्धन गरौं,
- विज्ञापन व्यवसायलाई स्वच्छ र पारदर्शी बनाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सम्पादकीय ....

हामी अग्रसर हुनु जरुरी

महिला अस्मिता रक्षा र महिला अधिकारको संरक्षणका लागि सभ्य समाजको निर्माण हुनु जरुरी छ । तर, महिलालाई उपभोग्य बस्तु ठानि दिंदा समाजमा यस्ता निन्दनीय घटनाहरु हुने गरेकाले उनीहरुको रक्षा र अधिकारका लागि सबै अग्रसर हुनु जरुरी छ। यस्ता घटनाले महिलाका साथै सम्पूर्ण सभ्य समाज आक्रोशित बन्नु स्वाभाविक हो । नयाँ नेपालको सपना बोकेको हामी नेपाली यस्तो पाशविक युगमा अहिले पनि बाँचिरहेका छौं, जहाँ महिलाहरुलाई मानव भन्दा पनि उपभोग्य वस्तुका रुपमा बुझिरहेका छौं ।

विभिन्न निकायहरुबाट सार्वजनिक गरिने प्रतिवेदनमा बालिकादेखि वृद्धासम्म बलात्कारको शिकार हुने गरेको उल्लेख भएको पाइन्छ । हाम्रो समाज कति पाशविकतातिर लम्किरहेको छ भन्ने कुरा यसले चित्रित गर्दछ । बलात्कार वा बलात्कार प्रयासका घटना हाम्रा समाजको कलंकका रुपमा रहे झैं महिलालाई बोक्सीका नाममा, विधुवाका नाममा र यस्ता अनेकानेक घटनाहरुमा प्रताडित, उपभोग र तिस्कृत गरिने घटनाहरु हाम्रा अगाडि दिनहुँ जसो आइरहेका हुन्छन् ।

तसर्थ महिला अधिकारका लागि लड्न हामी अग्रसर हुनुपर्ने जरुरी छ भने यस्ता विषदन्त समाजबाट उखल्नै पर्छ। अनि मात्र समृद्ध समाजको परिकल्पना साकार हुन्छ। होइन भने महिलाको अस्मितामाथी खेलवाड गर्नेहरुको मनोवल उच्च हुनुका साथै सम्पूर्ण समाजलाई दुषित गरिरहन्छन् ।

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

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 स्वास्थ्य क्लिनिक, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

भान्छामा नै छ बालबालिकाको पौष्टिक भोजन

डा अरुणा उप्रेती

काठमाडौँ, ११ मङ्सिर (रासस) ।

अभिभावकहरूले यदि आफ्ना, शिशु र छाराछोरीलाई माया गर्नुहुन्छ भने उनीहरूलाई धेरै नयाँनयाँ लुगा, नयाँ मोबाइल दिनुभन्दा उनीहरूको भोजन कति पौष्टिक छ भन्ने कुरामा बढी ध्यान दिनुपर्छ । साना शिशु र बालबालिकाको स्वास्थ राम्रो पार्न र उनीहरूलाई रोगसँग लड्ने शक्ति दिलाउन बाहिरका प्याकेटका खाना, सिसीमा राखेका महङ्गो खाना, उचाइ र बुद्धि बढाउने भनेर विज्ञापन गरिएका गलत खाना होइन, आफ्नो भान्छामा जे छ त्यसैलाई शिशुको रुचिअनुसार र उसले खानसक्ने गरी बनाएर दिनुपर्छ ।

अहिलेका बालबालिका आमाबुबाले माया गरेर बाहिरका खानेकुरा दिएको देख्दा दुःख लाग्छ। एउटा त यसले बच्चाको स्वाथमा नराम्रो असर पार्छ, अर्कोतिर बच्चाले जीवनभरको लागि घरको खानाभन्दा बाहिरको खाना उत्तम हुन्छ भन्ने सिक्छ। अनि युवावस्था नपुग्दै उच्च रक्तचाप, मधुमेहको शिकार हुन्छ। प्याकेटका खानेकुरालाई राम्रोसँग सुरक्षित राख्न बढी नून र चिनी दुबै हालेको हुन्छ। बच्चाको सानो मृगौलामा त्यसले नराम्रो असर पर्छ ।

जब स्कुल जाने केटाकेटीको खाना बट्टामा बाबुआमाले नै खाजाको रूपमा चाउचाउ, बिस्कुट, कुरमुरे, दुनोट हालेको देख्छु मेरो मन कटक्क काट्छ। कतिलाई त भन्ने गर्छु, “तपाईंले बच्चालाई मन परेको भनेर यस्ता खाना दिनुहुन्छ। तर यसले त बच्चालाइ मन्द विषको काम गर्छ । मिर्गौला, मुटु, आद्रा सबै विस्तारै खराब हुँदैं जान्छ।” यसो भन्दा कतिले ‘ए हो र ! हामीलाई थाहा थिएन’ भनेर बच्चाको हातबाट खोस्छन् पनि, कतिले चाही पर्ल्लक्क आँखा पल्ट्याउँदै भन्छन्, ‘तपाईलाई के चासो, मेरो छोराछोरीलाई म जे मन लाग्छ दिन्छु।’ कतिले चाँही “हो हामीलाई थाहा छ, तर के गर्नु बच्चाले रोएर, मान्दैमान्दैन, अनि दिक्क लागेर दिन्छु” भन्छन् । त्यस्ता बाबुआमालाई मेरो एउटै प्रश्न हुन्छ, “के तपाईको बच्चाले रक्सी र चुरोट खान्छु भनेर लडीबुडी गरे दिनुहुन्छ ?” तुरुन्तै जवाफ आउँछ, “अहँ, दिन्न नि, त्यो त स्वास्थ्यको लागि खराब हुन्छ।” भन्छन् अनि म भन्छु” हो, त्यसरी नै यस्ता प्याकेटका खानाले तपाईंको बच्चालाई हानि गर्छ। भोलि स्वस्थ्य युवायुवती बन्नुको सट्टा उनीहरू रोगी बन्छन्।”

गाउँ र सहरमा बालबालिका र शिशुको खानेकुरा भनेर महङ्गो बट्टा र प्याकेटमा बेचेको देख्दा प्रायः बाबुआमाले हो त नि त्यस्तै खाना बच्चालाई दिए बच्चा शारीरिक र मानसिक रूपमा स्वस्थ बन्छ भन्ने विचार राख्छन्। कतिले भन्छन् “हाम्रो भान्छामा त शिशुलाई खुवाउनयोग्य वस्तु नै छैन।” अनि कतिचोटी सञ्चारमाध्यमहरूमा बजारका प्याकेटका खानाको विज्ञापन आउँछ, “बच्चा एक वर्षको भएपछि घरको खानाले पुग्दैन। घरको खानामा प्रोटीन र भिटामिन हुँदैन। त्यसैले प्याकेटका खाना नै खुवाउनुपर्छ।” विज्ञापनको प्रभावमा परेर यस्ता प्याकेटका खाना बच्चालाई दिनु हुँदैन। यस्ता खाना त गहुँ, चामल, मकैबाट नै बनाइएका हुन्छन्, जुन हाम्रो घरमा हुन्छन् नै। प्याकेटमा राखेपछि यसको मूल्य बीसौं गुना बढ्न जान्छ। फेरि यस्ता प्याकेटमा राखेका अन्न कुहिएका वा म्याद नाघेको हुन्छन् कसलाई थाहा नै हुँदैन। त्यसैले शिशु र बालबालिकालाई आफ्नै भान्छाको खाना दिनपर्छ ।

पास्नीपछि जब शिशुलाई अन्न दिन सुरु गरिन्छ, त्यसपछि थोरै थोरै चामलको पिठोको हलुवा खुवाउन सकिन्छ। शिशुलाई खान दिंदा उसलाई पहिले स्वाद लाग्दैन। शुरुशुरुमा थु थु गर्छ होला, तर विस्तारै धैर्यपूर्वक खुवाउनै जानुपर्छ। शिशुले खाएन भनेर धेरै चिनी हालेर खुवाउँदा एकछिन त शिशुले खान्छ तर चिनीले उसको स्वास्थमा राम्रो प्रभाव पार्दैन। चामलको पिठो, गहुँको पिठो आदिबाट हलुवा, लिटो बनाएर शिशुलाई खुवाउन शुरु गर्न सकिन्छ। गहुँ र चामलका पिठो, सुजी त प्रत्येकको भान्छामा हुन्छ। एक चम्चाबाट खुवाउन शुरु गरेर विस्तारै बढाउन सकिन्छ। शिशुको पेट सानो हुन्छ, त्यसैले एकैपल्ट धेरै खुवाउनु हुँदैन भन्ने हेक्का त राख्नै पर्छ। आलुलाई उसिनेर लिटो जस्तो बनाएर शिशुलाई खान दिने चलन त पुरानै हो। आलु शिशु र बालबालिकाको लागि शक्ति र विभिन्न किसिमका भिटामिन दिने राम्रो भोजन हो। तर आलुलाई बेस्सरी तेलमा तारेर वा फ्रच फ्राई जस्तो गरेर दिनु हुँदैन।

शिशुलाई रक्तअल्पता नहोस् भनेर ध्यान पुऱ्याउनैपर्छ। भटमासको पिठो, बदामको पिठो अलिकता दूधमा पकाएर दिनाले शिशुको शरीरमा प्रोटिन पुग्छ। गाउँघरको चलनअनुसार फलामको भाँडामा पकाएको खानेकुराले शिशुलाई फाइदा गर्छ। विभिन्न प्रकारका दाल, भुटेर, चामल र मकै पनि भुटेर त्यसको सर्वोत्तम पिठो बनाएर त्यो दूध वा पानीमा पकाएर हलुवा वा मोहनभोग जस्तो गरेर दिन सकिन्छ। शिशुलाई दिनभरिमा पाँच/छ पटक खुवाउँदा शिशुको स्वास्थ राम्रो हुन्छ। खाना खुवाउँदा शिशुलाई गाली गरेर, तर्साएर, पिटेर जबर्जस्ती कोच्याएर खुवाइयो भने त्यसले शिशुको शरीरिक र मानसिक दुवै स्वास्थमा नराम्रो असर गर्दछ। कति जनाले शिशुलाई एक/दुई चोटी खुवाउन कोशिस गर्दा नखाएपछि, “आ, फुर्सद छैन। पछि खाइहाल्छ” भनेर बेवास्ता गरिदिन्छन्। यसरी हरेक दिन शिशुले लामो समय भोको बस्यो भने उसलाई कुपोषण, रक्तअल्पता, विभिन्न खनिज पदार्थको कमी हुनसक्छ। शिशुलाई रक्तअल्पता भयो भने उसको रोगसँग लड्ने शक्ति पनि कम भएर जान्छ र बारम्बार रुखाखोकी लाग्ने, छातीमा सङ्क्रमण हुने हुन्छ। साथै, उनीहरूको नयाँ कुरा सिक्ने क्षमता पनि कमी हुन्छ।

शिशुहरूलाई आफ्नो शरीरको जति तौल हो, त्यो अनुपातमा तीन-चार गुना बढी प्रोटिन जरुरत पर्छ। उदाहरणको लागि, आठ किलो तौल भएको शिशुको लागि २४-३२ ग्राम प्रोटिन चाहिन्छ। तर यो कुनै औषधि वा क्याप्सुलको माध्यमबाट दिएर हुँदैन, भोजनबाटै नै दिइनुपर्छ। घरमा पाइने दलहन, गहुँ, कोदो, फापरको पिठो उचित तरिकाले पकाएर खान दिंदा शिशुले पोषण प्राप्त गर्छ। यी वस्तुमा भिटामिन, फोलिक एसिड, भिटामिन सी आदि पनि हुन्छन् अर्थात शरीरलाई चाहिने पौस्टिक तत्व सहजै पाइन्छ।

रक्तअल्पता नहोस् भनेर सफा गरिएको हरियो सागलाई फलामको भाडामा पकाएर त्यसलाई हातले मुछेर अलिकता कागती हालेर खुवाउँदा सागमा रहेको लौहत्व शरीरमा राम्रोसँग शोषण हुन्छ। अहिले प्रेसरकुकरमा साग वा दाल पकाउँदा सफा फलामको डल्लो हालेर पकाउने चलन पनि छ। अमेरिकाबाट निस्कीएको ‘डाक्टर नभएमा’ भन्ने प्रसिद्ध किताबमा प्रेसरकुकर नहुने ठाउँमा एउटा गिलासमा सफा पानीमा फलामको टुक्रा राख्ने र आधा घन्टापछि फलामको टुक्रा झिकेर कागतीको रस राखेर कही बेर छोडिदिनु र केही समय पछि त्यसको पानी प्रयोग गर्दा पनि लौह तत्व शरीरमा प्राप्त हुन्छ भनेर लेखिएको छ।

शिशुलाई दिने लिटो फलामको भाँडामा पकाउन सकियो भने पनि लौहतत्व प्राप्त हुन्छ। दूध शिशुको लागि राम्रो भोजन हो वा त्यसमा लौह तत्व हुँदैन। यदि दूधलाई फलामको भाँडामा उमालेर शिशुलाई खान दिइयो भने त्यसबाट पनि शिशुलाई लौहतत्व प्राप्त हुन्छ। शिशु एक वर्षको भएपछि अलिकता दाँत आउन थालेपछि जब केही टोक्न खोज्छ उसलाई सानो, टुक्रा गाजर टोक्न दिन सकिन्छ। शिशुलाई गाजर, फर्सी, लौका आदि उसिनेर, मुछेर गिलो बनाएर दिन सकिन्छ। यी सबै तरकारी विभिन्न खनिज तत्वले भरिपूर्ण हुन्छन् र यसको प्रयोगले गर्दा शरीरमा रेशादार पदार्थ पनि पुग्छ। रेशादार पदार्थले शिशु र बालबालिकालाई कब्जियतबाट बचाउँछ।

कतिपय बाबुआमाले बच्चालाई बाहिरका भिटामिन, क्याल्सियम, प्रोटिन आदि औषधिको रूपमा खान दिनुपर्छ भन्ने विश्वास गर्छन्। अनि बच्चाका लागि भिटामिनका ठूलाठूला बोतल किनेर ल्याउँछन् र बच्चालाई राम्रो स्वास्थ्य दिएका छौं भनेर खुशी हुन्छन्। तर ५० वर्षअघि जब नेपालमा भिटामिनका सिसी पाइँदैनथ्यो, हाम्रा बाबुआमाले त हामीलाई राम्रो स्वास्थ हुर्काएका थिए। यो घरकै खानाबाट सम्भव भएको हो भन्ने कुरा बिर्सन हुँदैन।

गाउँघरमा अहिले कतिपय आमाले चाउचाउ, बिस्कुट, कुरमुरे आदि अनेकथरिका भिटामिन पाइन्छ भनेर सुनेका हुन्छन् र उनीहरूले छ महिनाको शिशुलाई चाउचाउ पकाएर दिन्छन्। मेरो मन काटिन्छ। यस्तो देखेको बेलामा त अभिभावकलाई भन्छु प्याकेटको कुराले तपाईको बच्चाको स्वास्थ साह्रै नराम्रो पार्छ, नदिनोस्। उनीहरू छक्क पर्छन्, कतिले त मैले झुटो बोलेको ठान्छन्। कुपोषित बालबालिकालाई अस्पतालमा लैजादा प्रायः स्वास्थकर्मी र चिकित्सकले, कुपोषणको ठीक पार्न गोली र भिटामिनका सिसीको भर पर्न हुन्न, भान्छाकै खानेकुरालाई राम्रोसँग बनाएर दिनुपर्छ भनेर त पक्कै भन्छन् तर अभियभावकले यसतर्फ ध्यान नै दिंदैनन्।

सहरका अभिभावकहरूलाई चाहीं शायद शिशुलाई भोजन भान्छामा बनाएर ख्वाउन फुर्सद हुँदैन, अनि बाहिरका प्याकेटका खानाको भर पर्छन्। जब बच्चा बिरामी पर्छन् तब डाक्टर र अस्पतालमा जाँदा जसरी भएपनि फुर्सद निकाल्छन्। बाबुआमा, बाजेबज्यै, दिदीदाजु सबैको जिम्मेवारी शिशु र बालबालिकाको भोजन र स्वास्थको लागि उतिकै हुन्छ। शिशु र बालबालिकालाई तरल पदार्थ दिने नाममा विभिन्न थरिका बट्टाका फलफूलका रस दिने चलन पनि बढ्दो छ। तर यस्ता जुसमा ८० प्रतिशतसम्म चिनीको मात्रा हुन्छ। यसले बच्चालाई एकछिन गुलियो स्वाद त दिन्छ तर कुनै पौष्टिकता दिंदैन, हानी नै पुऱ्याउँछ। यसरी फलफुलको रस बनाउने कारखानामा कुहिएका, सडेका फलफूल पनि प्याकेटमा राखेपछि केही थाहा हुन्न।

बालबालिकालाई मौसम अनुसारको कुनै पनि फलफूल अमला, अम्बा, नास्पती, आँप, लिची नै दिए स्वस्थ्य रहन मद्दत गर्छ। एउटा कुरा चाहि के विचार गर्नु पर्छ भने समय भन्दाअघि पाकेको आँप, लिची, तरबुजा आदि औषधि हालेर पकाइएका पनि हुन सक्छन् र यिनले बच्चालाई पेट दुख्न, झाडापखाला लाग्ने आदि समस्या हुन सक्छ।

साना शिशुलाई त अभिभावकले आफूले चाहेअनुसार पौष्टिक तत्वले भरिपूर्ण भोजन दिन सक्छन् तर जब बच्चा स्कुल जान थाल्छ तब उसलाई घरको खानेकुराभन्दा बाहिरको प्याकेटको खानेकुरा खान मन लाग्ने हुन्छ। उनीहरू अरुको देखासिकी गरेर र विज्ञापनको प्रभावमा परेर प्याकेटको खानेकुरामा आकर्षित हुन्छन्। ‘टाइम्स अफ इण्डिया’ पत्रिकामा केही समयअघि प्रकाशित लेखमा प्याकेटमा राखेका खानेकुराहरूमा स्वाद बढाउन विभिन्न रसायनिक पदार्थ र चिल्लो पदार्थ राखिएको हुन्छ, जसले गर्दा खानेकुरा लामो समय बिग्रन दिंदैन र खानेकुरा सधैँ ताजा जस्तै त देखिन्छन् तर वास्तवमा यी हानिकारक नै हुन्छन् भनी उल्लेख गरिएको थियो। त्यसैले बालबालिकाले स्कूलमा खाना वा खाजा लैजाँदा प्याकेटको वस्तु लैजान दिनु हुँदैन। घरबाट लगेको खाजा फोहोरी होइन स्वास्थ्य राम्रो हो भन्ने बुझाउनुपर्छ। यसो गर्न सकिएमा आजका बालबालिका भोलिका स्वस्थ नागरिक हुन सक्छन्। *(लेखक जनस्वास्थ्य तथा पोषणविद् हुनुहुन्छ)*

बोन्ड पेपर हराएको सूचना

राजविराजस्थित गजेन्द्र चौकदेखी जिल्ला प्रशासन कार्यालयतर्फ जाँदै गरेको अवस्थामा २०८१ साल कात्तिक ५ गते मेरो निम्न ब्यहोराको एलआइसी नेपालको बोन्ड पेपर हराएको हुँदा फेला पार्नुहुने महानुभावले नजिकको प्रहरी चौकी वा ९८०४७६४१३९ मा सम्पर्क गर्नुहोला ।

नाम : चन्दन कुमार दास
ठेगाना : राजविराज-१, सप्तरी
पोलिसी नं. : २२०००७४३

सुनको मूल्य घटेपछि माग बढ्यो

काठमाडौँ, ११ मङ्सिर (रासस)।

सरकारले सुन आयातमा लाग्ने भन्सार दर आधा घटाएपछि त्यसको प्रभाव उपभोक्ता बजारमा देखिएको छ। सुनचाँदी पसलमा सुन किन्ने उपभोक्ताको सङ्ख्या बढेको छ। सुनचाँदी व्यवसायी महासङ्घका पूर्व अध्यक्ष मणिरत्न शाक्य मूल्य घटेपछि माग बढ्नु स्वभाविक रहेको बताउनुहुन्छ। "बजार भाउ घटेपछि त्यसको प्रभाव स्वभाविक रूपमा मागमा देखिन्छ। सस्तो भएपछि मान्छेले किन्न खोज्छन्", उहाँले भन्नुभयो। सोमबार बजारमा सुनचाँदीको राम्रो कारोबार भएको उहाँको भनाइ छ।

पछिल्ला दुई दिनमा मात्र सुनको मूल्य प्रतितोला १८ हजार पाँच सयले घटेको छ। आइतबार प्रतितोला रू एक लाख ६७ हजार दुई सयमा कारोबार भएकोमा सोमबार घटेर प्रतितोला रू एक लाख ५१ हजार तीन सय कायम भएको थियो। त्यस्तै, मंगलबार सुन प्रतितोला रू दुई हजार छ सयले घटेर एक लाख ४८ हजार सात सय कायम भएको नेपाल सुनचाँदी व्यवसायी महासङ्घले जनाएको छ।

सरकारले सुनमा २० प्रतिशत भन्सार लगाउँदै आएकामा १० प्रतिशत विन्दु अर्थात् आधार घटाएर १० प्रतिशत कायम गरेको छ। उच्च भन्सार दरका कारण नेपाली बजारमा सुनको मूल्य उच्च रहेको र छिमेकी भारतमा सस्तो सुन पाइने भएपछि त्यहाँबाट अवैध आयात बढेको आशङ्काकाबीच सरकारले भन्सार दर घटाएको हो।

सोमबार र मंगलबार दुई दिन काठमाडौँको न्युरोड क्षेत्रका सुनचाँदी पसलहरूमा ग्राहकको भीड बढेसँगै कारोबार पनि बढेको व्यवसायीको भनाइ छ। सुनचाँदी व्यवसायी महासङ्घका निर्देशक राजेन्द्र तुलाधर सुनचाँदी पसलमा भीड देखिएको भए पनि कति कारोबार भयो भन्ने विवरण उपलब्ध नरहेको बताउनुहुन्छ। "हरेक पसलमा ग्राहकको भीड देखिए भन्ने जानकारी आएको छ। तर कारोबारको यकिन तथ्याङ्क उपलब्ध छैन। महासङ्घले कारोबारको तथ्याङ्कसमेत मागेको थियो। तर व्यापारीले दिँदैनन्", उहाँले भन्नुभयो।

सुन आयातको अधिकार वाणिज्य बैँकहरूले पाएका छन्। तर बजारमा माग नहुँदा यसअघि बैँकहरूले सुन आयात नगरेको महासङ्घका पूर्व अध्यक्ष शाक्य बताउनुहुन्छ। "बैँकहरूले आयात गरेका छैनन्। भन्सार घटेपछिको दरमा आयात गरेर सुन बजारमा पुग्न एक हप्ता समय लाग्छ", उहाँले भन्नुभयो। नेपालमा सुन आपूर्ति आयात तथा बिक्री वितरणसम्बन्धी व्यवस्था नेपाल राष्ट्र बैँकले मिलाउँदै आएको छ। सुनको बजार मूल्य निर्धारण भने महासङ्घमा रहेको मूल्य निर्धारण समितिले गर्ने गरेको छ।

नेपाल राष्ट्र बैँकले जारी गरेको एकीकृत परिपत्रअनुसार सुन आयातसम्बन्धी हालको व्यवस्था हेर्दा निर्यातकर्ता तथा स्थानीय बिक्रेतालाई सुन उपलब्ध गराउन राष्ट्र बैँकले बैँकमा स्वर्णकोषको व्यवस्था गरेको छ। उक्त कोषमा रहेको सुनको मौज्दातबाट सम्बन्धित बैँकहरूले निर्यातकर्ता तथा विदेशी मुद्रा स्वीकार गर्ने इजाजत प्राप्त स्थानीय बिक्रेतालाई सुन बिक्री गर्ने गर्छन्। राष्ट्र बैँकले सुनको बिक्री मूल्य अमेरिकी डलरमा निर्धारण गर्ने गर्छ। जसकारण अमेरिकी डलरको मूल्य तलमाथि हुँदा त्यसको असर सुनको नेपाली मूल्यमा देखिने गरेको छ। राष्ट्र बैँकका अनुसार अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा सुनको मूल्यमा एक प्रतिशतभन्दा बढी घटबढ भएमा सोअनुसार समायोजन गरी कायम गरिएको सुनको संशोधित बिक्री मूल्यको जानकारी राष्ट्र बैँकले बैँकलाई गराउँदछ। बैँकहरूले राष्ट्र बैँकले निर्धारण गरेको मूल्यको आधारमा निर्यातकर्ता तथा स्थानीय बिक्रेतालाई सुन बिक्री गर्दछन्।

बैँकहरूले यसरी स्वर्णकोषबाट बिक्री गरेको सुनको भुक्तानी अमेरिकी डलरमा राष्ट्र बैँकलाई गर्छन्। निर्यातकर्ता तथा स्थानीय बिक्रेतालाई स्वर्णकोषबाट सुन बिक्री गरेबापत सेवा शुल्कस्वरुप बिक्री गरेको सुनको मूल्यको शून्य दशमलव २५ प्रतिशत रकम नेपाल राष्ट्र बैँकले सम्बन्धित बैँकलाई उपलब्ध गराउँछ। बैँकहरूले निर्यातकर्तालाई सुनका गर-गहना निर्यात गर्न प्राप्त अग्रिम भुक्तानी प्रमाणपत्रको आधारमा सुन उपलब्ध गराउँछन्। बैँकहरूले निर्यातकर्ता तथा स्थानीय बिक्रेतालाई न्यूनतम एक सय ग्राम र बढीमा १० ग्रामको गुणन खण्डले हुन आउने परिमाणमा सुन बिक्री गर्नुपर्ने व्यवस्था छ। वाणिज्य बैँकहरूले दैनिक २० किलोग्रामसम्म सुन आयात गर्न पाउने व्यवस्था छ।

भन्सार विभागका अनुसार पछिल्लो पाँच वर्षमा मात्र १६ हजार नौ सय ४७ किलोग्राम सुन आयात भएको छ। चालु आर्थिक वर्षको चार महिनामा मात्र रू एक अर्ब ४२ करोड ७५ लाख २८ हजार बराबरको एक सय ३३ किलोग्राम सुन आयात भएको छ। जसबाट राज्यले रू २८ करोड ५५ लाख सात हजार बराबर भन्सार राजस्व प्राप्त गरेको देखिन्छ। गत आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा रू २३ अर्ब ६५ करोड ३९ लाख १६ हजार बराबरका दुई हजार छ सय ५२ किलोग्राम सुन आयात भएको विभागको तथ्याङ्कमा देखिन्छ। जसबाट सरकारले रू तीन अर्ब ६४ करोड ८३ लाख बराबर भन्सार राजस्व प्राप्त गरेको थियो।

अघिल्लो आर्थिक वर्ष २०७९/८० मा रू २२ अर्ब ३५ करोड ४५ लाख ९१ हजार बराबरको दुई हजार नौ सय १७ किलोग्राम सुन आयात भएको देखिन्छ। जसबाट राज्यले रू दुई अर्ब ५३ करोड ८३ लाख ५८ हजार बराबर राजस्व प्राप्त गरेको थियो। आर्थिक वर्ष २०७८/८९ मा रू ३५ अर्ब ६१ करोड ९६ लाख बराबरको पाँच हजार ५३ किलोग्राम सुन आयात भएको थियो। सो वर्ष सुन आयातबाट सरकारले रू चार अर्ब २९ करोड ५० लाख ५६ हजार राजस्व सङ्कलन गरेको थियो। आर्थिक वर्ष २०७७/७८ मा तीन हजार नौ सय २५ किलोग्राम सुन आयात भएको थियो। सो आर्थिक वर्षमा रू २७ अर्ब ३४ करोड ३९ लाख ५२ हजार बराबरको सुन आयात हुँदा सरकारले रू तीन अर्ब ३३ करोड ५८ लाख राजस्व प्राप्त गरेको थियो।

आर्थिक वर्ष २०७६/७७ मा रू १३ अर्ब ४६ करोड पाँच लाख बराबरको दुई हजार चार सय किलोग्राम सुन आयात भएको थियो भने त्यसबाट रू एक अर्ब ५० करोड ७५ लाख बराबर राजस्व सङ्कलन भएको थियो।

निजी क्षेत्र सामाजिक सुरक्षाकोषमा आबद्ध हुनैपर्ने

काठमाडौँ, ११ मङ्सिर (रासस)।

श्रम, रोजगार तथा सामाजिकसुरक्षा मन्त्री शरत्सिंह भण्डारीले सामाजिक सुरक्षा योजना कार्यान्वयनका जटिलता अन्त्य गर्न मन्त्रालयले विज्ञ समिति गठन गरेर अध्ययन जारी राखेको बताउनुभएको छ।

सातौँ सामाजिक सुरक्षा दिवसका अवसरमा मंगलबार यहाँ आयोजित कार्यक्रममा उहाँले कोषका योजनालाई समयसापेक्ष बनाउन बाधक नीतिगत तथा कानुनी विषय निरुपण गर्न लागिपरेका छौँ भन्नुभयो।

मन्त्री भण्डारीले श्रमिकको जीवनमा आइपर्ने 'कोखदेखि शोकसम्म'का अप्ठ्यारामा सामाजिक सुरक्षा कोषले आर्थिक दायित्व वहन गर्दै आइरहेको बताउनुभयो। सरकारी सेवामा रहेका अस्थायी र करारका कर्मचारीलाई कोषमा आबद्ध गराउन अर्थ मन्त्रालयसँग परामर्श भइरहेको जानकारी दिँदै उहाँले उनीहरूलाई देखाएर निजी क्षेत्रले आफ्ना श्रमिकलाई कोषमा आबद्ध ढिलो गर्न नहुने बताउनुभयो।

स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्री प्रदीप पौडेलले सबै श्रमिकलाई सामाजिक सुरक्षा अभियानमा आबद्ध गराइ उनीहरूको आर्थिक तथा सामाजिक जोखिम घटाउनेतर्फ कोषका कार्यक्रम लक्षित रहेको बताउनुभयो। उहाँले आगामी दिनमा औपचारिक क्षेत्रका सबै श्रमिकलाई कोषमा आबद्ध गराउन सुझाव दिनुभयो।

औपचारिक, अनौपचारिक, स्वरोजगार तथा वैदेशिक रोजगारीमा रहेका श्रमिकलाई सामाजिक सुरक्षा योजनामा समेट्नु सराहनीय भएको भन्दै मन्त्री पौडेलले अन्तर्राष्ट्रिय श्रम सङ्गनठले सिफरिस गरेका सबै सुविधा श्रमिकलाई दिइनुपर्नेमा जोड दिनुभयो। उहाँले सामाजिक सुरक्षा र स्वास्थ्य क्षेत्रमा छरिएर रहेका स्वास्थ्य सहयोग कार्यक्रमलाई एकीकृत गरेर स्वास्थ्य बीमा बोर्डमार्फत कार्यान्वयन गर्नुपर्ने धारणा व्यक्त गर्नुभयो।

राष्ट्रिय योजना आयोगका उपाध्यक्ष शिवराज अधिकारीले श्रमिकका जीवनमा आइपर्ने जोखिम कम गर्न योगदानमा आधारित सामाजिक सुरक्षा योजनाले मद्दत गरेको बताउनुभयो। छोटो समयमा कोषले श्रमिकका हितमा उदाहरणीय काम गरिरहेको उल्लेख गर्दै उहाँले सामाजिक सुरक्षासम्बन्धी अन्य कार्यक्रमलाई एकीकृत गर्न सुझाव दिनुभयो।

नेपाल उद्योग वाणिज्य महासङ्घका अध्यक्ष चन्द्रप्रसाद ढकालले करिब ८५ प्रतिशत रोजगारी निजी क्षेत्रले उपलब्ध गराएको जनाउँदै निजी क्षेत्रलाई सरकारले प्रोत्साहन गर्न आवश्यक भएको बताउनुभयो।

अन्तर्राष्ट्रिय श्रम सङ्गठन (आइएलओ)का नेपाल निर्देशक नुमन ओज्कानले सामाजिक सुरक्षा योजनाको प्रभावकारी कार्यान्वयनमा राष्ट्रसङ्घीय निकायहरूबाट सहयोग निरन्तर रहने बताउनुभयो।

नेपाल उद्योग परिसङ्घका अध्यक्ष राजेशकुमार अग्रवालले सामाजिक सुरक्षा कोषलगायत अन्य क्षेत्रमा जम्मा भएको रकम उत्पादनशील क्षेत्रमा परिचालन गर्न सुझाव दिनुभयो।

नेपाल चेम्बर अफ कमर्सका अध्यक्ष कमलेशकुमार अग्रवालले कोषमा जम्मा भएको रकमको १७ प्रतिशत दावी भुक्तानी हुनुले श्रमिकको सुरक्षाका लागि सामाजिक सुरक्षा अत्यावश्यक रहेछ भन्ने पुष्टि भएको बताउनुभयो।

संयुक्त ट्रेड युनियन समन्वय केन्द्र (जेटियुसिसी)का अध्यक्ष योगेन्द्रकुमार कुँवरले सामाजिक सुरक्षामा श्रमिकको सहभागिता वृद्धि गर्न नीतिगत अस्पष्टतालाई हल गरेर जानुपर्नेमा जोड दिनुभयो।

गैरआवासीय नेपाली सङ्घ (एनआरएनए)का अध्यक्ष बद्री केसीले वैदेशिक रोजगारीमा रहेका सम्पूर्ण श्रमिकलाई कोषमा समेट्न अभियान नै चलाउनुपर्नेमा जोड दिनुभयो।

कोषका कार्यकारी निर्देशक कविराज अधिकारीले सामाजिक सुरक्षा योजनामा सबैको सहभागिता सुनिश्चित गर्ने तथा उद्योग प्रतिष्ठानमा श्रमिकका सुरक्षा र स्थायित्व कायम गर्दै औद्योगिक शान्ति, उत्पादकत्व वृद्धि, वैदेशिक रोजगारमा गएका श्रमिक र तिजमन परिवारको सुरक्षाका लागि सम्बद्ध सबै पक्षको सहयोग आवश्यक छ भन्नुभयो।

अठार लाख श्रमिक सूचीकृत

हाल कोषमा १८ लाख श्रमिक सूचीकृत भइसकेका छन्। सोमबारसम्म औपचारिक क्षेत्रका पाँच लाख ४३ हजार चार सय ९१, वैदेशिक रोजगारमा रहेको १२ लाख ५३ हजार छ सय १५, अनौपचारिक क्षेत्रका तीन सय सात र स्वरोजगार क्षेत्रका दुई सय २७ गरी १७ लाख ९७ हजार छ सय ४० श्रमिक कोषमा आबद्ध भएका कार्यकारी निर्देशक अधिकारीले जानकारी दिनुभयो।

कोषले श्रमिकका लागि औषधोपचार, स्वास्थ्य तथा मातृत्व, दुर्घटना, अशक्तता, आश्रित परिवार र वृद्धावस्था सुरक्षा योजना सञ्चालन गरेको छ। कोषले हालसम्म एक लाख ८० हजार नौ सय २२ श्रमिकलाई विभिन्न योजनाअन्तर्गत रु ११ अर्ब ६२ करोड भुक्तानी गरेको छ। कोषमा योगदान रकम रु ६८ अर्ब ६८ करोड सङ्कलन भएको छ।

विश्व समाचार

सन् २०२३ मा ८५ हजार महिला तथा बालिकाको हत्या : राष्ट्रसंघ

भिएन्ना, ११ मङ्सिर (रासस/सिन्ह्वा)।

सन् २०२३ मा विश्वभर करिब ८५ हजार महिला तथा बालिकाको हत्या भएको राष्ट्रसङ्घले जनाएको छ। जसमा ६० प्रतिशत हत्या साथी तथा परिवारका सदस्यहरूद्वारा गरिएको उल्लेख गरिएको छ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घको लागु औषध तथा अपराध कार्यालय (युएनओडीसी) र राष्ट्रसङ्घको महिला विभागले महिला विरुद्धको हिंसा उन्मूलनका लागि अन्तर्राष्ट्रिय दिवस मनाउन प्रकाशित गरेको प्रतिवेदनले गत वर्ष हरेक दश मिनेटमा एक महिलाको हत्या भएको पुष्टि गरेको छ।

प्रतिवेदनका अनुसार अफ्रिकाले गत वर्ष साझेदार र परिवारसँग सम्बन्धित महिला हत्याको उच्चतम दर रेकर्ड गरेको छ त्यसपछि अमेरिका र ओसिनिया रहेका छन्।

प्रतिवेदनले अपराधीहरूलाई जवाफदेही बनाई अब्बल न्याय प्रणालीको लागी जिवितहरुलाई सहयोग सुनिश्चित गर्नु पर्ने बताउँदै युएनओडीसीका कार्यकारी निर्देशक घडा वलीले लैङ्गिक पूर्वाग्रह तथा महिलाविरुद्धको हिंसालाई अन्त्य गर्न आह्वान गर्नु भयो।

पाकिस्तानमा भएको साम्प्रदायिक झडपमा ८८ जनाको मृत्यु

इस्लामावाद, ११ मङ्सिर (रासस/सिन्ह्वा)।

पाकिस्तानको उत्तरपश्चिमी खैबर पख्तुनख्वा प्रान्तको कुर्रम जिल्लामा भएको साम्प्रदायिक झडपमा ज्यान गुमाउनेको सङ्ख्या बढेर ८८ जना पुगेको अस्पताल प्रशासनले जनाएको छ।

गत बिहीबार पाराचिनार क्षेत्रमा शिया मुसलमान यात्रुहरू बोकेको गाडीमा आक्रमण गर्दा भएको हिंसामा ठुलो हताहत भएको थियो।

यस आक्रमणले सिया र सुन्नी समुदायहरू बिच साम्प्रदायिक हिंसाको लहर निम्त्यायो, पछिल्ला दिनहरूमा धेरै आक्रमणहरूले मृतकको सङ्ख्या अझै बढ्दै गएको छ।

हाल प्रान्तीय सरकारको प्रतिनिधिमण्डलले प्रभावित जिल्लाको स्थलगत भ्रमण गरी दुवै सम्प्रदायबीच सात दिनका लागि युद्धविराम गर्ने सहमति भएको छ।

इन्डोनेसियामा बाढीका कारण मृत्यु हुनेको संख्या २० पुग्यो

जकार्ता, ११ मङ्सिर (रासस/क्यूएनए)।

इन्डोनेसियाको सुमात्रा टापुका चार प्रान्तमा बाढी र पहिरोको प्रभाव बाट ज्यान गुमाउनेको सङ्ख्या २० जना पुगेको जनाइएको छ।

इन्डोनेसियाको राष्ट्रिय विपद् व्यवस्थापन एजेन्सीले सुमात्रा टापुका कारो, डेली सर्डाङ, दक्षिण तपानुली र पडाङ लाससहित चार प्रान्तमा आकस्मिक बाढी र पहिरोले असर पारेको मङ्लबार जनाएको छ।

घटनाको पुष्टि गर्दै एजेन्सीले बाढी बाट मर्नेको सङ्ख्या अहिलेसम्म दृ पुगेको छ, दुई जना अझै बेपत्ता छन्।

पछिल्लो समयमा इन्डोनेसियाले वर्षाको मौसममा चरम मौसमी प्रतिकुलताको श्रृङ्खलाको सामना गरेको छ, भने जलवायु विज्ञहरूले जलवायु परिवर्तनका कारण बारम्बार यस्ता सम्स्याको सामना गर्न बाध्य हुनु परेको जनाएका छन्।

लेबनानसँगको युद्धविराम अस्वीकार गर्ने इजरायलसँग कुनै बहाना छैन : युरोपियन युनियन

फिउगी (इटाली), ११ मङ्सिर (रासस/एएफपी)।

फ्रान्स र अमेरिकाको मध्यस्थतामा प्रस्तावित लेबनानसँगको युद्धविराम अस्वीकार गर्ने इजरायलसँग कुनै बाहाना तथा कारण नभएको युरोपियन युनियनका विदेश नीति प्रमुख जोसेप बोरेलले मङ्गलबार बताउनु भएको छ।

सेप्टेम्बरको अन्त्यमा लामो समयदेखि चलिरहेको शत्रुता पूर्ण युद्धमा परिणत भएपछि इजरायलले हिजबुल्लाहसँगको युद्धमा प्रस्तावित युद्धविराम स्वीकार गर्ने कि नगर्ने निर्णय गर्ने तयारी गरिरहेको जनाइएको छ।

जी-७ का विदेश मन्त्रीहरूको बैठकमा बोल्दै बोरेलले अमेरिका र फ्रान्सले मध्यस्थतामा टेबल गरिएको प्रस्तावमो इजरायलले मागेको सबै सुरक्षा प्रतिबद्धता समावेस रहेको जनाउँदै प्रस्ताव अस्वीकार गर्ने कुनै बहाना नभएको बताउनु भएको हो।

उहाँले इजरायली सरकारका मन्त्रीहरूबाट लडाइँ जारी राख्नका लागि विस्फोट जारी राख्ने इच्छुक आवाजहरू सुनेकासमेत पत्रकारहरूलाई बताउनु भएको छ।

इजरायली प्रधानमन्त्री बेन्जामिन नेतान्याहुलगायत इजरायली सरकारले युद्धविराम सम्झौतालाई अनुमोदन गर्ने आशा व्यक्त गर्दै उहाँले लडाइँ बन्द गरि मानिसहरुको नरसंहार अन्त्ये गर्न आह्वान गर्नु भएको छ।

पछिल्लो समयमा जी-७ राष्ट्रहरूको समूहको अध्यक्षता गरिरहेको इटालीले विदेश मन्त्रीहरूको बैठकको आयोजना गरी युद्धविरामको आशा जनाइ रहेको छ।

पिछडा वर्ग महासंघ सप्तरीको नयाँ कार्यसमिति चयन

दैनिक समाचारदाता
राजविराज ११ मंसिर ।

पिछडा वर्ग (ओबिसी) महासंघ नेपाल शाखा सप्तरीको मंगलबार बसेको बृहत भेलाबाट उमेश प्रसाद यादवको अध्यक्षतमा नयाँ कार्यसमिति चयन भएको छ ।

महासंघका केन्द्रिय अध्यक्ष भरतप्रसाद महतोको विशेष उपस्थितिमा राजविराजमा भएको बृहत भेलाले अध्यक्ष पदमा यादवसहित ९ सदस्यीय कार्यसमिति सर्वसम्मतले चयन गरेको हो ।

नवगठित कार्यसमितिको उपाध्यक्ष खडक नगरपालिकाका निवर्तमान मेयर मो. हेमायु हक, सचिवमा यधुनन्दन दास र कोषाध्यक्षमा लिलादेवी ठाकुर चयन भएका छन् ।

यस्तै सदस्यहरुमा शंकर प्रसाद साह, शैलेन्द्र कुमार दास, लोकेन्द्र कुमार चौधरी, राजकुमार साह तेली र रुप कुमारी चयन भएका छन् । समितिको कार्यकाल पाँच वर्षको हुनेछ ।

भेलाका प्रमुख अतिथि समेत रहेका महासंघका राष्ट्रिय अध्यक्ष मेहतालाई नवगठित कार्यसमितिले दोसल्ला ओढाएर सम्मान गरेको थियो ।

सर्वसम्मतिले चयन भएका अध्यक्ष यादवले पिछडा वर्ग महासंघ सप्तरी शाखाको केही दिन भित्रै राजविराजमा कार्यालय स्थापना गरि आवद्ध जातिय समुदायको उत्थान र हकहितका लागि विभिन्न गतिविधिलाई तिब्रता प्रदान गरिने प्रतिक्रिया दिएका छन् ।

मेलमिलाप सम्बन्धी आठ दिने आधारभूत तालिम सुरु

दैनिक समाचारदाता
राजविराज ११ मंसिर ।

मेलमिलाप सम्बन्धी आठ दिने आधारभूत तालिम राजविराज मंगलबारदेखि शुरू भएको छ । मेलमिलाप परिषद्को आयोजनामा तालिम शुरू भएको हो ।

तालिमको उद्घाटन सत्रमा मेलमिलाप परिषद्का अध्यक्ष सर्वोच्च अदालतका न्यायाधीश कुमार रेग्मीले मेलमिलापलाई संसारमै उत्कृष्ट प्रक्रियाको रूपमा लिएको बताएका छन् । उनले मेलमिलापबाट बिवाद समाधान भएमा समय,मांसिक तनाव र आर्थिक समस्याको सजिलै अन्त्य हुने बताएका छन् ।

मेलमिलाप तत्कालीन समस्या समाधान मात्र नभएर समाजमा दिर्घकालिन शान्ति सुरक्षा कायम भई असल र सभ्य समासज निर्माण हुने न्यायाधिश रेग्मीको तर्क थियो । न्याय समितिबाट ८०/७० प्रतिशत विवाद समाधान हुँदै आएको उनको भनाइ छ ।

कार्यक्रममा उच्च अदालत जनकपुर राजविराज इजलासका न्यायाधीश वामदेव ज्ञवालीले न्यायाधीशले एक पक्षलाई हराउने र अर्को पक्षलाई जिताउने काम गर्नुपर्दा न्यायाधीशलाई न्यायाधीश भएको हुनुमा गर्व नलाग्ने गरेको बताए । उनले भने, "सफल मेलमिलाप कर्ता हुनु ठूलो गौरव हो । मेलमिलापकर्ताले दुबै पक्षलाई जिताउँछ । दुबै पक्षको मन र मस्तिष्कमा हुने भएकोले पक्ष विपक्ष तथा मेलमिलाप कर्तालाई भित्रैबाट सन्तुष्टि हुनुले मेलमिलापप्रति सर्वसाधारणको सकारात्मक धारणा रहेको छ ।"

कार्यक्रममा उच्च बार एशोसियन सप्तरीका अध्यक्ष हरेराम यादवले समयमा फैसला पत्र आउन नसक्नुका कारण जनशक्ति अभाव भएपछि सेवाग्राही र अधिवक्ताको गुनासो रहेको बताए । अदालतमा दरबन्दीभन्दा ५० प्रतिशत कर्मचारी कम रहेकोले अदालतको कामकाज प्रभावित हुँदै आएकोप्रति सम्बन्धित निकायले यसतर्फ गम्भीर हुनुपर्ने सुझाव दिए ।

भारततर्फ लगिदै ...

बोरा छाडेर भागेको उनको भनाई छ । बरामद मदिरा र मोटरसाइकल मंगलवार आवश्यक कारवाहीका लागी राजविराज भन्सार कार्यालय चलान गरिएको प्रहरी उपरिक्षक ढकेन्द्र खतिवडाले बताए ।

भारतको विहार राज्यमा मदिरा विक्री वितरणमा रोक लगाइएपछि त्यहाँका मदिरा प्रेमीलाई लक्षित गरी विभिन्न ब्राण्डका नेपाली मदिरा तस्करी हुने गरेको सुचनाका आधारमा नाका क्षेत्रमा निगरानी बढाइनुका साथै चेकजाँचमा कडाइ गरिएको उनको भनाइ छ ।

आचारसंहिताको ...

विज्ञापन गरिएको जनाइएको छ ।

"यसअघि विज्ञापनमा दरखास्त फारम पेश गरेका उम्मेदवारहरुलाई पनि सामेल गराई थप दरखास्त फारम संकलन गर्नका लागि पुनः १५ दिने सूचना प्रकाशित गरिएको छ' विज्ञापनमा भनिएको छ, 'साथै माग गरिएका विवरणहरु र राजस्व तिरेको रसीदसहित यस कार्यालयमा निवेदन दिनु हुन अनुरोध छ ।'

यता जिल्ला निर्वाचन कार्यालयका प्रमुख रमेश कुमार जोशीले निर्वाचन आचारसंहिता लागु भइसकेको अवस्थामा विज्ञापन आह्वान गर्नु आचारसंहिता विपरित भएको बताउँछन् । आचारसंहिता उल्लंघन गरेको पाइएको जानकारी गराउँदा नगरपालिकाले तत्कालै विज्ञापन स्थगित गरेको निर्वाचन कार्यालयका प्रमुख जोशीले जानकारी दिए ।

पाँच रुँपैयादेखी २० हजार रुँपैयासम्म जरिवाना गरिएका ४० फरार प्रतिवादी पक्राउ

दैनिक समाचारदाता
राजविराज ११ मंसिर ।

अदालतबाट विभिन्न मुद्दामा फैसला भई कैद र जरिवाना तोकिएका फरार ४० जना अभियुक्तलाई सप्तरी प्रहरीले दुई दिनको अवधीमा पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्ने फरार प्रतिवादीमा पाँच रुँपैयादेखी २० हजार रुँपैयासम्म जरिवाना गरिएका प्रतिवादी छन् । प्रहरीका अनुसार कुटपिट मुद्दामा अदालतबाट पाँच रुपैया जरिवाना गरिएका सप्तरीको साविक देउरी ६ निवासी चन्देश्वरी देवी साहुनी र सोही मुद्दामा २० हजार रुँपैया जरिवाना गरिएका सप्तरीको तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका ६ का मनोज कुमार मण्डल पनि पक्राउ परेका छन् ।

यस्तै पक्राउ पर्नेहरुमा कुटपिट लुटपिटका सर्वाधिक १० जना छन । यस्तै कुटपिटका ९, बहुविवाहका ३, किर्ते, चोरी अन्य, सवारी अंगभग र लुटपिटका दुई/दुई जना छन् । यस्तै गाली बेइजत, साल चिरान काठ चोरी, चेक अनादर, नाता कायम, जालसाजी, आत्महत्या दुरुत्साहन, बोक्सीको आरोप, जबरजस्ती करणी, लागु औषध र बिगो लेनदेनका एक/एक जना अभियुक्त पक्राउ परेको प्रहरीले जनाएको छ ।

यसरी पक्राउ परेकाहरुबाट ३ वर्ष ४ महिना २१ दिन कैद तथा जरिवाना वापत ८५ हजार ७ सय १ रुँपैया ४ पैसा असुल गरिएको प्रहरीको भनाई छ ।

अपराध घटनाको अनुसन्धान तथा अदालतको फैसला कार्यान्वयन गर्ने क्रममा फरार भइ लुकिछिपी बसेकाहरु सुराकी र निगरानी बढाएसँगै धमाधम पक्राउ पर्न थालेको प्रहरी उपरिक्षक ढकेन्द्र खतिवडाले जानकारी दिए ।

सप्तरी प्रहरीले फरार अभियुक्तमाथी कडा निगरानी र अनुसन्धान बढाएसँगै विभिन्न अपराधका अभियुक्तहरु एकपछि अर्का पक्राउ पर्ने क्रम बढ्दै गएको छ ।

क्रसर उद्योग नवीकरण गर्न सरकारसँग माग

काठमाडौं, ११ मङ्सिर (रासस) ।

नेपाल क्रसर तथा खानी उद्योग व्यवसायी महासङ्घले कानुन अनुसार दर्ता भएका क्रसर, बालुवा तथा खानी उद्योगबाट नियमानुसार दस्तुर लिई अविलम्ब नवीकरणको व्यवस्था मिलाउन माग गरेको छ ।

महासङ्घले यहाँ मंगलबार 'तेस्रो महाधिवेशनबाट निर्वाचित कार्यसमितिको पदबार ग्रहण तथा सम्मान' कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो । उक्त कार्यक्रमका सहभागीले २०७७ सालमा क्रसर, बालुवा उद्योगमाथि लगाइएको दुरीसम्बन्धी मापदण्डबारे सर्वोच्च अदालतको आदेशमा मापदण्डलाई अति लचकता अपनाइ पुनःविचार गर्न भने तापनि हालसम्म मापदण्ड संशोधन नगरेकाले व्यवहारिक हुनेगरी संशोधन गर्न माग गरेको छ ।

महासङ्घका नवनिर्वाचित अध्यक्ष सीताराम न्यौपानेले प्रशोधित निर्माणजन्य सामाग्री विदेश निर्यात गर्ने व्यवस्था गरी देशलाई आर्थिक लाभ हुने मार्ग प्रशस्त गर्न सरकारसँग अनुरोध गर्नुभयो । महासङ्घको हालै सम्पन्न महाधिवेशनले अध्यक्षमा न्यौपाने, वरिष्ठ उपाध्यक्षमा चन्द्रमणि अधिकारी, क्षेत्रीय उपाध्यक्षमा कोशी प्रदेशबाट रोहितबहादुर कार्की, मधेशबाट रामनारायणप्रसाद यादव, बागमतीबाट देवराज लुइँटेल, गण्डकीबाट लीलाधर बराल र लुम्बिनीबाट मीनबहादुर शाही निर्वाचित हुनुभएको छ । महासचिवमा देवराज तामाङ चुनिनुभएको छ ।

महाधिवेशनमा देशभरका सात सय ८० क्रसर बालुवा तथा खानी उद्योगका प्रतिनिधि सहभागी थिए । सोही अवसरमा प्रतिनिधिसभा, राज्य व्यवस्था तथा सुशासन समिति सभापति रामहरि खतिवडाले क्रसर उद्योगमा देखिएका समस्या समाधानमा सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता जनाउनुभयो ।

मैथिली एसोसिएसनले 'मान इन्टरनेसनल अवार्ड' प्रदान गर्ने

विराटनगर, ११ मङ्सिर (रासस) ।

मैथली एसोसिएसन नेपालले मान इन्टरनेसनल अवार्ड प्रदान गर्ने भएको छ ।

यही मङ्सिर १५ गते विराटनगरमा हुने सो कार्यक्रममा नेपाल र भारतका एक सयभन्दा बढीलाई अवार्ड प्रदान गरिने एसोसिएसनका अध्यक्ष प्रवीणनारायण चौधरीले जानकारी दिनुभयो ।

मैथिली, नेपाली, हिन्दी, भोजपुरी, बङ्गाली र अन्य भाषाभाषीका स्रष्टा, उद्यमी, चलचित्रकर्मीलयातलाइ अवार्ड प्रदान गरिने अध्यक्ष चौधरीले बताउनुभयो । सो अवार्ड कार्यक्रमले मैथिली कला, साहित्य, संस्कृतिको संरक्षण, सम्बर्द्धनमा सहयोग पुग्ने विश्वास लिइएको छ ।

समारोहमा भारतका प्रख्यात व्यक्तित्वहरु वैभव मिश्रा, विक्रान्त बि जाधव, राहुल सिन्हा,डा ए कुमार, सञ्जिकुमार मिश्र, आचार्य धर्मेन्द्रनाथ मिश्र, कमरुदिन नदाफ, डा राजेश झा, डा रजनिस रञ्जन, डा मनिष रञ्जन, सुनयना ठाकुर, वीरेन्द्र झा लगायत नेपालका प्रतिष्ठित साहित्यकार एवं स्रष्टाहरुको सहभागिता रहने अध्यक्ष चौधरीले जानकारी दिनुभयो ।

नेपाल सरकार
भूमि व्यवस्था,सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालय
भूमि व्यवस्थापन तथा अभिलेख विभाग
मालपोत कार्यालय कञ्चनपुर, सप्तरी

प.सं.
च.नं.

मिति: २०८१/८/१०

हकदावी सम्बन्धी ३५ दिने सूचना

जिल्ला सुनसरी गा.वि.स. महेन्द्रनगर वा.नं. २ हाल जि.सप्तरी बकधुवा गा.वि.स. वा.नं. ७ स्थायी ठेगाना भएका खोपमाया घिमिरेले आफ्नो नाममा दर्ता श्रेष्ता कायम रहेको जि.सप्तरी गा.वि.स. बकधुवा वा.नं. ७ग कि.नं. ३३६ ज.वि. ०-५-५ जग्गाको ज.ध.प्र.पू. एवं मोठ श्रेष्ता र निजले प्राप्त गरेको सक्कल नागरिकता प्रमाण पत्रमा नामथर र बतन फरक परेको हुदाँ तपसील बमोजिम नामथर र बतन संशोधन गरी ना.प्र.नं समेत कायम गरी पाउँ भनि यस कार्यालयमा निवेदन दिनु भएकोले सर्वसाधारणको जानकारीको लागि यो ३५ दिने सूचना टाँस प्रचार गर्ने काम भएको छ । लेखिए बमोजिमको जग्गाको हकहिस्सा खाने अरु कोही भए यो सुचना प्रकाशन भएको मितिले ३५ दिन भित्र लेखिए बमोजिमको जग्गाको हकहिस्सा खाने प्रमाण सहित यस मालपोत कार्यालय, कञ्चनपुर, सप्तरीमा हकदावी गर्न आउनुहोला । म्यादभित्र कसैको सबुत प्रमाण सहितको हकदावी पर्न नआएमा नियमानुसार नामसारी भई जाने व्यहोरा समेत यसै सूचनाद्वारा अवगत गराइन्छ ।

तपसील

ज.ध.प्र.पू. तथा मोठ श्रेष्तामा भएको विवरण					निवेदकको माग निवेदन बमोजिम हुनुपर्ने संशोधन				
ज.ध.को नाम	वतन	ना.प्र.नं.	पतिको नाम	ससुराको नाम	ज.ध.को नाम	वतन	ना.प्र.नं.	पतिको नाम	बाबुको नाम
खोमा देवी बंजरा	बकधुवा-७, सप्तरी	उल्लेख नभएको	चन्द्र प्रसाद	जयनाथ	खोप माया घिमिरे	महेन्द्रनगर वा.नं.-२, सुनसरी	४२८५/६६५२ जारी मिति: २०३६।९।२, सुनसरी	चन्द्र प्रसाद	डिल्लिराम घिमिरे

मालपोत अधिकृत
मालपोत कार्यालय,
कञ्चनपुर, 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*