जि.का.सप्तरी द.नं. १(२०३९/०६/१८)-०३९/०४०

नवीन साप्ताहिक

म.नि.हु.का.द.नं. ६/०६४/०६५

वर्ष ४०   अंक ४३   २०७९ साल जेठ १५ गते आइतवार (29 May 2022 Sunday)   मूल्य रु. ७/-

डढेलो नियन्त्रण गरौं, वातावरण जोगाऔं।

डढेलोले,
- वनमात्र नभई जैविक विविधता र सम्पदा पनि नष्ट गर्दछ,
- वातावरणीय प्रदूषण बढाउँछ,
- बाढीपहिरो तथा भूक्षय बढाउँछ,
- पानीको मूल सुकाउँछ,

त्यसैले, वन पैदावारको संकलन तथा खेती किसानी गर्दा आगोको प्रयोग गर्दा सावधानी अपनाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

यस अंक भित्र – **पृष्ठ २ मा :** हप्तामा दुई दिन सार्वजनिक बिदा ... **पृष्ठ ३ मा :** राजविराज नगरपालिकाका ... **पृष्ठ ४ मा :** अदालतको आदेशमा तीन महिलालाई ... **पृष्ठ ५ मा :** भारत र पाकिस्तानबीच ...

६ घरमा आगलागीहुँदा २३ लाख मुल्य बराबरको क्षति

राजविराज/सप्तरीको छिन्नमस्ता गाउँपालिका वडा नं. ५ लोखरममा आगलागी हुँदा छ वटा घरमा जल्नुका साथै २३ लाख मुल्य बराबरको धनमाल जलेर नष्ट भएको छ ।

गुहाली घरबाट सल्केको आगोका कारण महेन्द्र कामैत, शङ्कर कामैत, शत्रुघ्न कामैत र भरत कामैतको घरमा पूर्णरुपमा क्षति भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

आगलागीबाट गाउँबस्तीलाई जोगाउन बेचन कामैत र शनिचर कामैतको घरसमेत भत्काउनुपरेको छिन्नमस्ता गाउँपालिका ५ का वडाध्यक्ष जयप्रकाश ठाकुरले जानकारी दिए ।

चौपायालाई लामखुट्टेबाट जोगाउन बालिएको घुरबाट आगो सल्किएको आगलागीबाट मानवीय क्षति नभए पनि दुई खसी र दुई बाख्रा जलेर मरेका छन् ।

आगलागीका कारण ती परिवारको घर र गोठसहित लत्ताकपडा, फर्निचर, अन्नपात, भाँडाकुँडा जल्दा रु २३ लाख बराबरको क्षति भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

तीन सय ८५ स्वतन्त्र उम्मेदवार निर्वाचित

काठमाडौँ/हालै सम्पन्न स्थानीय तह निर्वाचनमा मुलुकभर ३ सय ८५ जना स्वतन्त्र उम्मेदवार निर्वाचित भएका छन् ।

निर्वाचन आयोगका अनुसार स्थानीय तहको निर्वाचनमा २४ राजनीतिक दल सहभागी हुँदा स्वतन्त्र उम्मेदवार २ सय ६६ पुरुष र १ सय १९ महिला निर्वाचित भएका हुन् ।

निर्वाचन आयोगका अनुसार स्वतन्त्र उम्मेदवारमध्ये नगरपालिका प्रमुखमा सात र गाउँपालिका अध्यक्षमा ६ जना निर्वाचित भएका छन् । काठमाडौँ महानगरपालिकासहित धरान उपमहानगरपालिका, धनगढी उपमहानगरपालिका र जनकपुर उपमहानगरको प्रमुख पदमा स्वतन्त्र उम्मेदवार निर्वाचित भएका छन् ।

काठमाडौँ महानगरमा स्वतन्त्र उम्मेदवार बालेन्द्र साहले ६१ हजार ७ सय ६७ मत प्राप्त गरी निर्वाचित भए । काठमाडौँमा पहिलो पटक स्वतन्त्र उम्मेदवार निर्वाचित भएका हुन् ।

त्यस्तै जनकपुरमा स्वतन्त्र उम्मेदवार मनोजकुमार साह सुडीले १३ हजार ४ सय ६५, धरान उपमहानगरमा हर्कराज राईले २० हजार ८ सय २१, धनगढी उपमहानगरमा गोपाल हमालले २६ हजार ८ सय ६५ मतसहित प्रमुखमा विजयी भएका छन् ।

स्वतन्त्र उम्मेदवार उपप्रमुख दुई र उपाध्यक्ष दुई निर्वाचित भएका हुन् । स्वतन्त्र वडाध्यक्ष १ सय ३६ निर्वाचित भए । ती मध्ये १ सय ३३ पुरुष र तीन महिला छन् । महिला सदस्यमा ६०, दलित महिला सदस्य ५५, पुरुष सदस्य १ सय १७ निर्वाचित भए ।

राम्रो काममा सहयोग गर्ने, नराम्रो काममा खबरदारी गर्ने : पूर्वमेयर यादव

राजविराज/राजविराज नगरपालिकाका मेयर पदका प्रत्यासी शम्भुप्रसाद यादवले निर्वाचित मेयरको राम्रो काममा हातमा हात मिलाएर काम गर्ने प्रतिबद्धता जनाएका छन् ।

राजविराज नगरपालिकाका पूर्व मेयर समेत रहेका नेकपा माओवादी केन्द्रबाट उम्मेदवारी दिएका यादवले शुक्रवार राजविराजमा पत्रकार सम्मेलन गर्दै नगरका मतदाताहरुलाई धन्यवाद दिदै सो प्रतिबद्धता जनाएका हुन् ।

'मेयर सहितका पदमा निर्वाचित हुनु भएकाहरुको राम्रो काममा हातमा हात मिलाएर काम गर्दछु' उनले भने 'तर नगर वा नगरवासीलाई अहित हुने गरी काम हुन लागे वा भएको खण्डमा जनतासँग हातमा हातमा मिलाएर प्रतिपक्षीको भुमिका निर्वाह गर्न कुनै कसर बाँकी राख्दिन् ।'

जनताले प्रतिपक्षमा बस्न दिएको मत प्रति धन्यवाद दिँदै उनले अबको दिनमा जनतासँगै हातेमालो गरेर अघि बढ्ने बताए । 'मेरो जीवनको मुख्य लक्ष्य नै जनताप्रति उत्तरदायी भएर राजनीति गर्ने हो' उनले भने-'जनताको सेवामा हरक्षण समर्पण रहनेछु ।'

जनतासँगै बसेर जनताको समस्या समाधान गर्नका निम्ति राजविराजमै पूर्व मेयरको कार्यालय सञ्चालन गर्न लागेको नेता यादवले पत्रकार सम्मेलनमा जानकारी गराए ।

'केही दिनभित्रै यहाँ पूर्व मेयरको कार्यालय स्थापना गर्न लागिरहेका छौं' उनले भने-'सो कार्यालयबाट जनताको समस्यामाथि समाधानको पहल गर्ने र प्रत्यक्ष रुपमा जनताको सेवामा लाग्नेछु।'

पूर्व मेयर यादवले भने-'राम्रो कामलाई राम्रो भन्नुपर्छ तर सुन्दैछु 'टुरिजम एरिया' निर्माणका लागि दानमा नगरपालिकाले पाएको जग्गा छाडेर अर्कै ठाउँलाई चयन गर्ने जुन काम भइरहेको त्यो सरासर गलत हो ।'

झण्डै अढाई करोड रुपैयाँ बराबरको वडा नम्वर ११ स्थित १७ कठ्ठा जग्गा दानमा पाएपछि टुरिजम एरिया निर्माण गर्न शिलान्यास समेत भइसकेको जानकारी गराउँदै उनले सो जग्गामा टुरिजम एरिया नबने

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

पखालाबाट बचौं र बचाऔं।

पखाला लाग्न नदिन,
- खुलास्थानमा शौच नगरौं, शौचालयको प्रयोग गरौं।
- शौचालयको प्रयोग र फोहोर छोएपछि साबुनपानीले मिचिमिचि हात धुने गरौं।
- खाना बनाउनु खुवाउनु र खानु अघि पनि साबुनपानीले हात धुने गरौं।
- उमालेको र फिल्टर गरेको शुद्ध र सफा पानीमात्र पिउने गरौं।
- बासी, सडेगलेका र झिंगा भन्किएका खानेकुरा नखाऔं।
- खानेपानीको मुहान सफा र सुरक्षित राखौं।
- घरका कोठा, आँगन, कौशी, बरण्डा, भान्सा, शौचालय एवं वरिपरि सफा राखौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

जनज्योती कृषि सहकारीमा सदस्यता किन ...?

नीति, कार्यविधि र सुशासनमा चलेको संस्था
रणनीतिक योजना एवं लक्ष्य र उद्देश्यका आधारमा संचालित संस्था ।
आर्थिक समृद्धिका विभिन्न अवसरहरु भएको संस्था ।
विभिन्न घटना एवं दुर्घटनामा सुरक्षाको प्रत्याभुती गर्ने संस्था ।
प्रभावकारी व्यवस्थापन र सुशासनका लागि राष्ट्रिय सहकारी बैंकको राष्ट्रिय स्तरको care कार्यक्रममा आवद्ध संस्था ।
नेतृत्व विकासका लागि प्रसस्त अवसरहरु भएको संस्था ।
उद्यमशिलता विकासका लागि विभिन्न कार्यक्रमहरु भएको संस्था ।
सामाजिक उत्तरदायित्व वहन गर्ने संस्था ।
सहकारी अभियानमा राष्ट्रिय तहको नेतृत्व गर्न सफल संस्था ।
सदस्य मैत्री बचत र ऋण सेवा सहितको संस्था ।
व्यवसायिक कार्यक्रम संचालन गरेको संस्था ।
कृषि पेशालाई प्रात्साहन गर्ने संस्था ।
सदस्यहरुको कृषि उत्पादनको उचित मुल्यमा आकर्षक बजारीकरण गर्ने संस्था ।
त्यसैले आजै संस्थामा जुटौं, **"बचत गरौं समृद्ध वनौं"**

जनज्योति कृषि सहकारी संस्था लि.
राजविराज ९ मलेठ, सप्तरी
सम्पर्क नं. ०३१-५९०६०१, ०३१५९०६०२, www.janajyoticoop.com.np

सम्पादकीय

खेलमैदानप्रति कहिलेसम्म मौन !

सप्तरी सदरमुकाम राजविराजस्थित जिल्लाको एक मात्र ऐतिहासिक राजरंगशालाप्रति सम्पूर्ण निकाय मौन रहेका छन् । अतिजिर्ण अवस्थामा पुगिसक्दा पनि सरोकारवाला निकाय यसप्रति उदासिन रहेको देखिन्छन् । जिल्ला खेलकुद विकास समितीको मातहतमा रहे पनि रंगशालालाई जिर्ण अवस्थाबाट उकास्न न त खेलकुद विकास समितीले ध्यान दिइरहेको छ न त अन्य कुनै निकायले । अहिले यो रंगशाला खेलमैदान भन्दा पनि बढी गौचरणमा परिणत हुँदै शौच गर्ने थलो समेत बन्न पुगेको छ । बिहान मर्निङ वाक गर्ने स्थान, दिउँसो गौचरण तथा साँझपख डेटिङ थलो र राती शौच गर्न प्रयोग भइरहेको छ यो रंगशाला । तर, पनि कसैको ध्यान पुग्न सकेको छैन् ।

रंगशाला घेरिएको पर्खालदेखी दर्शक बस्ने प्यारापिट समेत जिर्ण भएको अवस्थामा खेलकुद विकास समितिले मर्मत गर्नका लागि कुनै पहल गरेको देखिन्न् । प्यारापिट जिर्ण भई कुनै पनि बेला दुर्घटना हुन सक्ने सम्भावना समेत बढेको छ । खेलकुदका लागि निर्माण भएको यस रंगशालामा सम्भवत निर्माण भएको समयदेखी हालसम्म एकपैसा पनि मर्मतमा लगानी भएको छैन् ।

तसर्थ रंगशालाको मरमत सम्भारका लागि खेलकुद विकास समिती, राजनैतिक दल, बुद्धिजिवी, खेलाडी तथा राजविराज नगरपालिकाको समेत कर्तव्य र दायित्व हुन जान्छ ।

हप्तामा दुई दिन सार्वजनिक बिदा र यसको प्रभाव

मधुकरमणि आचार्य

नेपाल सरकार मन्त्रिपरिषद्को मिति २०७९ वैशाख १४ गते विभिन्न प्रतिवेदनको सिफारिस अनुसार २०७९ जेष्ठ १ गतेदेखि लागु हुने भन्दै हप्ताको २ दिन शनिबार र आइतबार सार्वजनिक बिदा दिने निर्णय गरेको सोहि मुताविक कार्यान्वयन भैरहेको छ । सरकारको निर्णयसँगै साविकको कार्यालय समय बिहान १० बजेदेखि बेलुका ५ बजेसम्म रहेकोमा बिहान ३० मिनेट अघि कार्यालय खुल्ने र बेलुका ३० मिनेट पछि सम्म कार्यालय संचालन हुने गरेका छन् । अर्थात कार्यालय समय विहान ९:३० देखि बेलुका ५:३० सम्म संचालन हुने गरेको छ । शुक्रवार पहिले जस्तो आधा छुट्टी छैन। हप्तामा कर्मचारीले काम गर्ने समय विगतमा ४० घण्टा रहेकोमा हाल पनि ४० घण्टा नै रहेको छ ।

शनिबार र आइतबार गरी हप्तामा दुई दिन बिदा दिँदा पेट्रोलियम पदार्थको प्रयोग, विद्युत प्रयोगमा र प्रशासनिक खर्चमा कटौति हुने, कर्मचारीको काम गर्ने क्षमतामा वृद्धि हुने, पर्यटन प्रवर्द्धनमा वृद्धि हुने एक पक्षको तर्क रहेको छ भने अर्को पक्ष कर्मचारीलाई घरमै राखेमा काममा ढिला सुस्ती हुन्छ भन्ने तर्क छ । कर्मचारीलाई दलाएर काम गराएमा मात्र उत्कृष्ट नतिजा निस्कन्छ भनेर मानव संसाधनलाई मेसिनको रुपमा हेर्ने गरेका छन् । लगातार दुई दिन बिदा हुँदा काममा ढिला सुस्ती हुने र सर्वसाधारणले दुख पाउने मात्र नभएर कार्यालय समय ९:३० कायम भएता पनि कार्यालय पुग्ने समय १०:०० बजे नै हुने भएकाले यो निर्णयको तुक नभएको तर्क गर्दछन् । हुन त बिसं २०५६ सालमा तत्कालीन प्रधानमन्त्री कृष्णप्रसाद भट्टराईको पालामा सुरु नगरिएको भने होइन ।

त्यसको कार्यान्वायन प्रभावकारी बन्न नसक्दा हप्तामा दुई दिन बिदा दिने निर्णय सच्चिएको हो । सार्वजनिक प्रशासन कसरी सुधार कसरी गर्ने, अन्तराष्ट्रिय अभ्यास कस्तो रहेको छ ? कस्तो कार्यान्वायन गर्दा सार्वजनिक व्यवस्थापन जनमैत्री बनाउन सकिएला ? कर्मचारीको मनोबल बढाउँदै नयाँ सार्वजनिक व्यवस्थापन कसरी गर्न सकिन्छ ? सार्वजनिक बिदा को सेरोफेरोमा रहेर यस लेख तयार पार्ने कोसिस गरिएको छ । समयको अन्तरालसँगै सार्वजनिक प्रशासनमा विभिन्न सिद्धान्त प्रतिपादन हुँदै आएको पाइन्छ । यसै सन्दर्भमा अमेरिकामा सन् १९२० अन्त्यदेखि १९३० सुरुवात तिर अमेरिकन उद्योग र कलकारखाना तिर नयाँ प्रयोग भएको पाइन्छ । पहिलो प्रयोग अन्तरगत कामदारलाई टेलिफोनको स्विच बनाउनुपर्ने थियो र जति काम सम्पन्न गर्न सक्यो त्यहि अनुसार ज्याला दिनुपर्थ्यो तर कामदारले कसैले धेरै कसैले कम उत्पादन गरेमा कम उत्पादन गर्नेको रोजी रोटी खुस्किन सक्छ अनि बढी उत्पादन गरेमा ज्यालादर घट्न सक्छ । यही विषयलाई विचार गरी समान दरमा उत्पादन गर्ने निर्णय लिए ।

विगतमा आइसोलेसन सेन्टरमा दैनिक १२ घण्टाका दरले ७ दिनसम्म ८४ घण्टा कर्मचारीलाई काममा लगाएपछि १ हप्ता कतिपय स्थानीय तहले बिदा दिएको पाइन्छ । दुई हप्तामा कानुन बमोजिम ८० घण्टा काम गर्नुपर्नेमा ८४ घण्टा काम गरेता पनि ज्यान जोखिममा राखेर एक हप्ता आराम गर्न पाउने उदेश्यले खुसीका साथ काम गरेको पाइन्छ । जसको फलस्वरुप कोभिड नियन्त्रणमा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको पाइन्छ । यसबाट बुझ्न सकिन्छ कि कर्मचारीले बढी आराम पाए भने उत्कृष्ट कार्यसम्पादन गर्दछन् ।

कर्मचारी हप्ताभरी गोरु झैँ जोतिँदा मात्रै कामको प्रतिफल राम्रो आउने हैन, थोरै काम गरेर पनि राम्रो उत्पादकत्व बढाउने विभिन्न प्रतिवेदनले देखाएका छन् । न्युजिल्याण्डको पर्पेचुयल गार्डियन कम्पनीमा परीक्षण स्वरुप २०० कर्मचारीलाई तलब र अरु सुबिधामा परिवर्तन नहुने गरी हप्तामा थप १ दिन बिदा दिइएको थियो । ती कर्मचारी कम घण्टा काम गरेर पनि बढी उत्पादनशील र खुसी देखिए । १८ जुलाई २०१८,द गार्डियन माइक्रोसफ्ट जापानले हप्तामा ४ दिन काम गर्ने अभ्यास परिक्षणको रुपमा राख्दा करिब ४० प्रतिशत उत्पादकत्व वृद्धि भएको थियो। (सीएनबिसी २ मार्च २०२२) काम गर्ने भनेर दिनभर कार्यालयमा ब्यितित हुनुको सट्टामा कार्यालयले अलिकति लचकता अपनाउँदा मात्रै कर्मचारीमा उत्प्रेरणा वृद्धि भई काममा छिटो छरितो देखिएको छ ।

तत्कालीन संस्कृति ,पर्यटन तथा नागरिक उड्ययनमन्त्री योगेश भट्टराईको अध्यक्ष्यतामा बसेको मिति २०७७ असोज ८ गते व्यवस्थापन समितिको सार्वजनिक बिदा सम्बन्धी अध्ययन गर्न समिति गठन भएको थियो । कोभिड महामारीले थलिएको पर्यटन व्यवसाय उकास्न हप्तामा २ दिन बिदा दिँदा पर्ने प्रभाव बारेमा उक्त समितिले अध्ययन गरेको थियो । समितिले १२७ देशको सार्वजनिक बिदाको बारेमा अध्ययन गर्दा ११६ देशमा हप्तामा ५ दिन कार्यालय संचालन हुने र ११ देशमा मात्र ६ दिन कार्यालय संचालन हुने गरेको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ । त्यस्तै एसियाका ४३ देशको अध्ययन गर्दा ३८ देशमा हप्तामा ५ दिन कार्यालय संचालन हुने र ५ देशमा मात्र ६ दिन कार्यालय संचालन हुने गरेको र सार्क मूलुकमा नेपालमा मात्र ६ दिन संचालन हुने गरेको र अन्य मूलुकमा ५ दिन संचालन हुने गरेको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ ।

सार्वजनिक बिदा हप्तामा दुई दिन दिदा पर्यटन प्रवर्द्धन हुने कार्यालयको कार्यबोझबाट मुक्त हुने मात्र नभै सार्वजनिक प्रशासन थुप्रै सकारात्मक प्रभाव पार्ने विभिन्न प्रतिवेदनले औँल्याएको छ । यसले शिक्षा, स्वास्थ्य, पर्यटन, प्रशासन लगायतमा सकारात्मक प्रभाव पार्ने देखिएको छ । विद्यालयमा एक घण्टा शिक्षण अवधि बढाउँदा मानौं पहिले ५० मिनेटको एक पिरियड हुनेमा अब ६० मिनेट हुने देखिन्छ। ६ दिनमा सकिने कोर्ष ५ दिनमै सकिन्छ ।

शुक्रबार आधा छुट्टीको कारण पढाई नहुने विषय पनि हुन पाउने भयो । यस्तै २ दिन बिदा हुँदा ५ दिन पढेको पाठको अभ्यास गर्ने समयको सदुपयोग हुने देखियो । प्रशासनिक कार्य बिहान १० बजे सुरु गर्दा ५ बजे थोरै नसकिने समस्या कार्यालय समय १ घण्टा बढाउँदा तुरुन्तै सकिने भएकाले सेवाग्राहीको समय र पैसाको बचत हुने देखिन्छ । अझ शुक्रबार त कार्यालय आधा संचालन हुँदा समयको बर्वादीको समस्या सदाका निम्ति अन्त्य हुने देखिन्छ । नेपालको रकम पेट्रोलियम पदार्थ आयातमा विदेशिने र एक दिन सवारी साधन नचल्दा विभिन्न प्रतिवेदन अनुसार २० प्रतिशत खपत कम हुने भएकाले नेपाली मुद्रा विदेशिनबाट जोगिन्छ । दुई सिफटमा र सार्वजनिक बिदा मा संचालन हुने कार्यालय बाहेकमा विजुली र यातायात खर्च जोगिन्छ। सबैभन्दा महत्वपूर्ण त कर्मचारी फुर्सदिला बन्छन् । हालको मूख्य समस्या भनेको परिवारलाई समय दिन नसक्दा पारिवारिक सम्बन्ध टाढिँदै गएका छन । मानसिक रोगका बिरामी बढिरहेको अवस्थामा पारिवारिक घुलमिलमा जिन्दगी विताउन सक्दछन । घरबाट केही टाढा रोजगारी भएकाहरु हप्तामा एक चोटी मात्र भएपनि घरजाने अवसर मिल्छ। कोभिडको कारण थलिएको अर्थतन्त्र आन्तरिक पर्यटन प्रवर्द्धन गर्दै उकासिन मद्धत गर्छ ।

हप्तामा दुई दिन बिदा दिँदा उच्चतहका कर्मचारी नीति निर्माणमा चिन्तनशिल बन्न समय मिल्ने, मध्यमस्तरका कर्मचारी घुमफिर, आराम, पारिवारिक मिलनमा समय ब्यतित गर्न पाउनुको साथै न्युन स्तरका र कम तलब भत्ता पाउनेले निजीक्षेत्रमा दुई दिन पार्टटाइम जागिर गरी आयस्तर उकास्न मदत गर्दछ । एकदिन सरसफाईमा दिन ब्यतित हुनेमा अर्को दिन अध्ययन, घुमफिरलगायत मनोरञ्जनात्मक क्रियाकलापमा सहभागी हुन पाउँदा तनाव कम गर्न मदत पुग्छ । यतिमात्र कहाँ हो र आन्तरिक पर्यटन प्रवर्द्धन हुने, परिवारसँग घुलमिल हुँदै पारिवारिक सम्बन्ध प्रगाढ हुने, बालवालिकासँग हप्तामा दुई दिन समय बिताउँदा असल संस्कार वृद्धि भएर खुसी सुचांकसमेत वृद्धि हुने देखिन्छ । तर यसको सही प्रयोग नगरी जाँड रक्सी र जुवातासमा ब्यतित भएमा भने यसले क्षति गर्न सक्छ ।

नेपालमा सार्वजनिक बिदा दुई दिन दिनको लागि वर्षको भन्दा लामो अध्ययन गरेको पाइन्छ । सस्तो लोकप्रियताको निम्ति यो कार्यान्वयन भएको २ हप्तामै यसको विषयमा विवाद निम्त्याउने गरिएको छ । हप्ताको दुई दिन सार्वजनिक बिदा दिँदा सार्वजनिक प्रशासन ध्वस्त हुने, कर्मचारीलाई बढी सुविधा भएर सेवाग्राहीले दुख पाउने कूतर्क गरेको पाइन्छ । दुई दिन सार्वजनिक बिदा दिँदा सम्पन्न मूलुकको न त अर्थतन्त्र ध्वस्त भएको छ न त सेवाग्राहीलाई मर्का परेको छ । झन् कार्यसम्पादन उत्कृष्ठ बनेको छ। जस्तै अमेरिका, बेलायत ।

सार्क मूलुकमा नेपालमा मात्र जेष्ठ १ अघि हप्तामा १ दिनमात्र बिदा हुँदा किन आर्थिक वृद्धि र विकास गर्ने पहिलो मूलुक बन्न सकेन त ? अहिले कर्मचारीको

बाँकी पाँच पृष्ठमा

पुरानो रोगको उपचारका लागि सम्पर्क गरौं ।
होमियोप्याथिक रिसर्च इन्स्टिच्युट
डा. सुशील मोहन दास
(बी.एच.एम.एस)
सिरहा रोड, राजविराज फोन : ०३१-५२१९६८

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

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar
MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. कालीप्रसाद यादव
Dr. Kali Prasad Yadav
MBBS, MD Internal Medicine
(NAMS, Bir Hospital Kathmandu)
NMC Reg. No. : 13203
कन्सलटेन्ट फिजिसियन
मधुमेह (चिनी रोग), मुटु, दम तथा श्वासप्रश्वास, पेट तथा कलेजो, मृगौला, छाती, थाईरोइड सम्बन्धी रोग
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. जयन्ती यादव
Dr. Jayanti Yadav
M.B.B.S. MD (Obstetrician and Gynaecologist)
हाल कार्यरत गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराज
NMC No. : 15312
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ
बाझपन, कमजोरी, लिकोरिया, महिनाबारी समस्याको सफल उपचार
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

राजविराज नगरपालिकाका नवनिर्वाचित पदाधिकारीद्वारा सपथ तथा पदभार ग्रहण

राजविराज/राजविराज नगरपालिकाका नव नगर प्रमुख भिमराज यादवसहित उपप्रमुख र वडाअध्यक्षहरुले सोमबार एक कार्यक्रमबीच सपथग्रहण तथा पदभार ग्रहण गरेका छन् ।

नगरपालिका परिसरमा आयोजित कार्यक्रममा पदभार ग्रहण गर्दै नगर प्रमुख यादवले नागरिकको सरोकारको सम्पूर्ण विषयलाई समेट्दै र क्रमिक रुपमा समाधान गर्दै अघि बढ्ने प्रतिबद्धता जनाए ।

पदभार ग्रहणका क्रममा नगर विकास सँग सम्बन्धी आधा दर्जनभन्दा बढी निर्णयहरुमा हस्ताक्षर गरेका उनले बसपार्क निर्माण, हटिया व्यवस्थापन, अतिक्रमिक मुक्त नगर, फोहरमैलाको व्यवस्थापन र सरसफाई लगायतका काम तिब्र गतिमा अघि बढ्ने बताए ।

अरु विकास निर्माणका साथै स्थानिय सरकारको महसुस हुने गरि आफू सबैको साथ सुझाव र सहयोग लिएर अघि बढ्ने र राजविराजलाई नमूना नगरको रुपमा विकास गरेर देखाईदिने उदघोष समेत उनले गरे ।

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत भोगेन्द्र प्रसाद यादवको अध्यक्षतामा आयोजित समारोहमा प्रमुख अतिथि भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्री रेणुकुमारी यादव, तत्कालिन संविधानसभा सदस्य रन्जु झा, पूर्व मन्त्री उमेश यादव, पूर्व मेयर गोबिन्द सिंह, पूर्व निर्वाचन आयुक्त डा. अयोधि प्रसाद यादव, उद्योग बाणिज्य संघका अध्यक्ष लालुप्रसाद अग्रवाल, नागरिक समाजका अध्यक्ष थानसिंह भंसाली, पत्रकार महासंघ सप्तरीका अध्यक्ष श्रवण कुमार देव लगायतले शुभकामना दिएका थिए ।

डोम समुदायकी एकल महिलालाई प्रमुख अतिथी बनाएर सपथ ग्रहण

राजविराज/सप्तरीको छिन्नमस्ता गाउँपालिकाकामा एक डोम समुदायकी एकल महिलालाई प्रमुख अतिथी बनाउदै नवनिर्वाचित जनप्रतिनिधिहरुले सपथ तथा पदभार ग्रहण गरेका छन् ।

बिहीबार आयोजित एक समारोहमा छिन्नमस्ता ३ स्थित गोविन्दपुरकी डोम समुदायकी ५० वर्षिया एकल महिला राजोदेवी मरिकले प्रमुख अतिथीको आसन्नबाट दिप प्रज्वलन गर्दै समारोहको उद्घाटन गरिन् । सोही समारोहमा गाउँपालिकाका नवनिर्वाचित अध्यक्ष विद्यानन्द चौधरीले सपथ तथा पदभार ग्रहण गरे ।

यस्तै सो गाउँपालिकास्थित प्रसिद्ध शक्तीपीठ छिन्नमस्ता भगवती मन्दिरका पिठाधिश महाकान्त ठाकुर तथा इस्लाम धर्मका मौलाना लगायतका धर्मगुरुहरुले नवनिर्वाचित पदाधिकारीहरुको कार्यकाल सफलताका लागी आर्शिवाद दिएका थिए ।

समारोहमा नवअध्यक्ष विद्यानन्द चौधरीले डोम समुदायलाइ पनि सम्मान गर्ने तथा जातीय छुवाछुत प्रथालाई निरुत्साहित गर्ने उद्देश्यले मरिकलाई प्रमुख अतिथी बनाइएको स्पष्ट पारे ।

सोही कार्यक्रममा अध्यक्ष चौधरीले प्रमुख अतिथी मरीकलाई आफ्नो छेऊ मै वसाउँदै दोसल्ला ओढाएर सम्मान समेत गरे ।

पदभार ग्रहणपछि नवनिर्वाचित अध्यक्ष चौधरीद्वारा गाउपालिका भित्रका सबै सामुदायिक विद्यालयहरुमा अंग्रेजी माध्यमबाट पठनपाठनको व्यवस्था मिलाउने पहिलो निर्णय गरिएको प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत दिलीप यादवले जानकारी दिएका छन् ।

नगर विकासका लागि प्रतिपक्षको भूमिका निर्वाह गर्ने : प्रत्यासी अन्सारी

राजविराज/राजविराज नगरपालिकामा काँग्रेसको तर्फबाट नगर प्रमुख पदका उम्मेदवार रहेका इर्साद अन्सारीले आफूहरु नगर विकासका लागि सशक्त प्रतिपक्षको भूमिका निर्वाह गर्ने बताएका छन् ।

राजविराजमा बुधबार काँग्रेसबाट नवनिर्वाचितहरुको सम्मान तथा मतदातालाई धन्यवाद दिन आयोजित कार्यक्रममा उनले पराजयको सामना गर्नु परे पनि अघिल्लो निर्वाचनको तुलनामा दोब्बर मत ल्याई शक्ति संचयन गर्न सफल भएको दाबी समेत गरे ।

उनले सकारात्मक काममा सहयोग तथा नकारात्मक काममा सशक्त प्रतिपक्षको रुपमा प्रस्तुत हुने स्पष्ट पनि पारे । निर्वाचनमा पराजित भए पनि राजनीति र विचार कहिले पनि पराजित नहुने तर्क प्रस्तुत गर्दै उनले आगामी निर्वाचनको तयारी अहिले देखी नै सुरु गर्न सहयोगी तथा कार्यकर्ताहरुलाई आग्रह गरे ।

कार्यक्रममा काँग्रेसको तर्फबाट नगर उपप्रमुखको उम्मेदवार रहेकी शुसिला यादवले पनि मतदातालाई धनयवाद तथा काँग्रेसको तर्फबाट विभिन्न वडामा निर्वाचित भएकाहरुलाई बधाई दिँदै उच्च मनोवलका साथ जनहितका कार्य गर्न सुझाव दिए ।

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

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

अनुरोधकर्ता

छिन्नमस्ता गाउँपालिका, गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, सखडा, सप्तरी

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

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

अनुरोधकर्ता

रुपनी गाउँपालिका, गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, रुपनी, सप्तरी

अदालतको आदेशमा तीन महिलालाई घर भित्राइयो

राजविराज/सप्तरीमा दुई महिनाभित्र अदालतले दिएको संरक्षणात्मक आदेशपछि घरेलु हिंसाका पीडित तीन महिलालाई घर भित्राइएको छ ।

जिल्लामा एक पछि अर्की महिला घरेलु हिंसाको शिकारमा पर्दै आएकी छिन् । तीनै महिलामाथी थप दाइजो ल्याउन दबाब दिँदै परिवारजनले विभिन्न शारीरिक तथा मानसिक यातना दिँदै आएका थिए ।

पछिल्लो पटक परिवारजनले कुटपिट गरि घर निकाला गरिएकी राजविराज नगरपालिका १ बस्ने सुरेश कुमार दासकी २६ वर्षिया पत्नी सरस्वती कुमारीलाई जनप्रतिनिधि, कानुन व्यवसायी, संचारकर्मी, अधिकारकर्मी, प्रहरी र स्थानिय भरभलादमी समेतको उपस्थितिका बीच घर भित्राइएको हो ।

घर प्रवेशका लागि व्यवस्था मिलाउन प्रहरीसहितको टोली आउन लागेको थाहा पाएपछि सरस्वतीका ससुरा शुभनारायण, सासु राजोदेवी लगायत परिवारका अन्य सदस्यले घरको मूल गेटको भित्र र बाहिरपट्टीबाट समेत ताला लगाएका थिए ।

ताल्चा खोल्न आग्रह गर्दा पनि परिवारजनले नमानेपछि सरस्वती स्वयमले हतौडा र ढुङ्गाले ताल्चा फुटाएर घर प्रवेश गरेकी थिइन् ।

सप्तरीको छिन्नमस्ता गाउँपालिका ५ लोखरम माइत रहेकी सरस्वतीको २०७२ साल जेठ २९ गते सुरेशसँग विवाह भएको थियो ।

केही दिनपछि दाइजोको विषयलाई लिएर परिवारका सदस्यसित परेको खटपटका कारण उनलाई डेढ वर्षअघि कुटपिट गर्दै घर निकाला गरिएपछि न्यायका लागि उनी सप्तरी जिल्ला अदालतमा घरेलु हिंसाको मुद्दा दर्ता गर्न पुगेकी थिइन् ।

अधिवक्ता किरणकुमारी शाहले उनलाई निशुल्क कानुनी सहायता उपलब्ध गराएकी थिइन् । उक्त मुद्दा उपर सुनुवाई गर्दै अघिल्लो दिन सोमबार न्यायाधिश सूर्यनाथ प्रकाश अधिकारीको इजलाशले मुद्दाको अन्तिम निर्णय नभएसम्म अन्तरिम संरक्षणात्मक आदेश जारि गरेपछि उनलाई घर प्रवेश गराइएको प्रहरीको भनाई छ ।

सरस्वतीले दाइजोका लागि पटक पटक पति सुरेशका साथै सासु, ससुराले मानसिक तथा शारिरीक यातना दिने गरेको सुनाइन् । पछिल्लो पटक त काँखे छोरासहित कुटपिट गर्दै घर निकाला नै गरिदिएपछि अन्तिम स्थितिमा अदालत पुगेको उनले बताइन् ।

अदालतको आदेशमा, “दुई नाबालक छोराहरुसहित सरस्वतीलाई निज बसि आएको घरमा बसोवास गर्न दिनु तथा कुटपिट र गाली बेइज्जत नगर्नु” उल्लेख छ ।

यसअघि परिवारजनबाट विभिन्न बहानामा कुटपिट गरि घर निकाला गरिएकी राजविराज नगरपालिका ५ की २० वर्षिय ब्युटी झा र रुपनी गाउँपालिका ७ की २५ वर्षिया लक्ष्मी भगतलाई पनि अदालतकै आदेशमा घर भित्राइएको थियो ।

मोटरसाइकल चोरी मुद्दाका फरार प्रतिवादी पक्राउ

राजविराज/मोटरसाइकल चोरी मुद्दामा अदालतबाट कैद सजाय तोकिएर फरार रहेका एक प्रतिवादीलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्नेमा सप्तरीको हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिका ६ का २८ वर्षिय मोहन कुमार राउत छन् ।

सो मुद्दामा सप्तरी जिल्ला अदालतले २०७७ चैत ५ गते राउतलाई तीन महिना कैद र ५ हजार जरिवानाको फैसला गरेको थियो । फैसला लगत्तै फरार रहेका उनलाई घरमै लुकिछिपी बसेको अवस्थामा पुगेको प्रहरी टोलीले बुधबार पक्राउ गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रवक्ता डिएसपी माधवप्रसाद काफ्लेले जानकारी दिए ।

बुधबार नै अदालतमा उपस्थित गराइएका राउतलाई आदेशानुसार कैद भुक्तानका लागि राजविराज कारागार चलान गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

नयाँ शैक्षिकसत्र शूरु भएको १४ दिन बितिसक्दा पनि पुस्तकको अभाव यथावत्

राजविराज/नयाँ शैक्षिकसत्र शूरु भएको १४ दिन बितिसक्दा पनि सप्तरीमा सामुदायिक विद्यालयका पाठ्यपुस्तकको अभाव यथावतै रहेको छ ।

जिल्लामा समयमै पाठ्यपुस्तक नपाउँदा १ लाख भन्दा बढी विद्यार्थीको पढाई प्रभावित भएको छ । जिल्लामा ५ सय १३ सामुदायिक तथा १ सय ७७ निजी विद्यालय छन् । सामुदायिक तर्फ १ देखि १० कक्षासम्म १ लाख ७ सय ६ तथा निजी विद्यालय तर्फ ३४ हजार ६ सय २९ विद्यार्थी छन् ।

त्यस मध्ये हालसम्म १५ प्रतिशत पनि विद्यार्थीले पाठ्यपुस्तक पाउन सकेका छैनन् । यता शिक्षा मन्त्रालयले जेठ पहिलो सातादेखि नयाँ शैक्षिक सत्रको पठनपाठन तिब्र गतिमा थाल्न निर्देशन दिएको छ । तर, किताब नपाउदा पढाईमा अवरोध भएको राजविराज ४ स्थित केन्द्र नम्बर ६ आधारभुत विद्यालयका शिक्षक बताउँछन् ।

विद्यालयस्तरका पुस्तक बिक्री गर्ने जिल्लामा करिब १ सय २० पुस्तक पसल छन् । सबैले जनक शिक्षा समाग्री केन्द्रबाट आवश्यकता अनुसारको पुस्तक उपलब्ध हुन नसकेको लाचारी व्यक्त गर्ने गरेका छन् ।

सरकारले कक्षा १० सम्म सामुदायिक विद्यालयको विद्यार्थीलाई निःशुल्क पाठ्यपुस्तक उपलब्ध गराउने भनिएको छ । तर, यहाँ शुल्क तिरेर पनि पुस्तक पाइरहेको अवस्था छैन् । पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक छपाई र आपुर्ती गर्ने उद्देश्यले स्थापित जनक शिक्षा समाग्री केन्द्रको लापरवाहीका कारण प्रत्येक वर्ष विद्यार्थीले यस्तो समस्या भोग्नु परिरहेको छ ।

जिल्ला शिक्षा तथा समन्वय इकाई शाखा सप्तरीका प्रमुख विजय मण्डलले जिल्लामा पाठ्यपुस्तक अभाव बारे आफु कहाँ पनि गुनासो आएको भन्दै यस बारे आफुले सम्बन्धित निकायमा पहल थालिसकेको बताए ।

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

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

अनुरोधकर्ता
राजविराज नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, राजविराज, सप्तरी

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

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

अनुरोधकर्ता
तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका, गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, तिलाठी, सप्तरी

फ्रिजमा राख्न नहुने ८ खानेकुरा

फ्रिजमा राख्नेबित्तिकै सबै खानेकुरा ताजा रहन्छन् भन्ने आम सोचाइ छ। अक्सर खानपिनका कुरा ताजा राख्न फ्रिजको सहारा लिइन्छ। तर, कतिपय खानेकुरा फ्रिजमा राख्दा बिग्रिने मात्रै होइन, स्वास्थ्यका लागि पनि अयोग्य हुन सक्छन्।

१. तुलसी- तुलसी फ्रिजमा राख्नाले यसको आसपासका राखेका खानाको समेत सुगन्ध सोस्छ वा तुलसीको सुगन्ध हावी हुन्छ। जसले गर्दा अरुको समेत स्वाद हराउँछ। तुलसी पानीमा राख्नुपर्छ।

२. आलु- चिसो तापमानमा आलु राख्दा स्टार्च सुगरमा बदलिन्छ। आलुलाई पेपर ब्यागमा राखेर घरको अँध्यारो र चिसो ठाउँमा राख्दा राम्रो हुन्छ।

३. लसुन र प्याज - आलुको जस्तै लसुन र प्याजमा पनि फ्रिजमा राख्दा उस्तै समस्या आइलाग्छ। लसुन र प्याज पनि चिसो र अँध्यारो ठाउँमा राख्नुपर्छ।

४. जैतुनको तेल- जैतुनको तेल फ्रिजमा राख्नुहुँदैन। कम तापमानमा यो संघनित भएर मही जस्तै गाढा हुन्छ।

५. रोटी- धेरैले रोटी खराब हुन्छ भनेर यसलाई राख्ने ठाउँ फ्रिज रोज्छन्। फ्रिजमा राखेको रोटी चाँडै सुक्छ र यसमा रहेको तत्व हराउँछ।

६. कफी- कफी कहिल्यै फ्रिजमा नराखौं। यसको स्वाद बिग्रने मात्रै होइन, आसपासको खानामा यसको सुगन्ध हावी भइदिन सक्छ।

७. मह- यसको डब्बालाई पातलो प्लाष्टिकले बेरेर राख्नुपर्छ। मह फ्रिजमा राख्दा यसमा क्रिस्टल बन्न थाल्छ।

८. अचार- अचारमा भिनेगार धेरै हुन्छ। यसलाई किचेनको चिसोमा राख्दा राम्रो हुन्छ। यसलाई फ्रिजमा राख्दा अन्य खानेकुरा समेत खराब गरिदिने खतरा हुन्छ। -एजेन्सीबाट

हप्तामा दुई दिन...

कार्यघण्टा नघटाई सार्वजनिक बिदा दिँदा कर्मचारीको उत्पादकत्व र क्रयशक्ति बढ्ने देखिन्छ।

सार्वजनिक सेवा प्रवाह गर्दा प्रभावकारी रुपले संचालन गर्न नसके दुई दिन सार्वजनिक बिदा दिए पनि विगतकै नियती भोग्नुपर्ने देखिन्छ। सेवा प्रवाह गर्दा जनइच्छा बुझ, ग्राहक हैन नागरिकको सेवा प्रवाह गर, रणनीतिक ढंगले सोच अनि प्रजातान्त्रिक ढंगले अघि बढ, संचालकमा मात्र भर नपरी सेवा प्रवाह गर, उत्पादकत्वमा मात्र हैन मानिसको महत्व बुझ भन्ने नयाँ सार्वजनिक सेवा अनुसार सेवा प्रवाह गरिनु पर्दछ। यसरी सेवा प्रवाह गर्दै सरकारको दुई दिनको बिदा को असल कार्यान्वायन गर्दै यसले प्रभावपार्ने सकारात्मक प्रभावको लाभ लिनु जरुरी छ। स्वास्थ्य खबरबाट

खाद्य उद्योगी किराना पसल सञ्चालक एवं होटेल, मिठाई पसल रेष्टुरेन्ट सञ्चालकमा खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण डिभिजन कार्यालय राजविराजको अनुरोध

१. खाद्य पदार्थ एवं तैयारी खानेकुरालाई छोपेर राख्नुहोला एवं पूर्ण लेवल विवरण भएको पदार्थ प्रयोग गर्नु होला।
२. बासी सडेगलेका एवं झिंगा भनकेका खानेकुराहरू नबेच्नु होला।
३. पकाउनु पर्ने वा तारेर खाने कुनै पनि खानेकुरामा रंगको प्रयोग नगर्नुहोला।
४. तेलको प्रयोगमा सावधानी अपनाउनु होला साथै एउटै तेललाई पटक-पटक प्रयोग नगर्नुहोला।
५. मिठाईमा हाईड्रो जस्ता अखाद्य रंग प्रयोग नगर्नुहोला।
६. पिउने पानीलाई स्वच्छ र सफा तरिकाले राख्नुहोला।
७. खाद्य पदार्थ तैयार गर्ने र बाँड्ने ब्यक्तिको आफ्नो ब्यक्तिगत सर-सफाईमा ध्यान दिनु होला।
८. किराना पसल सञ्चालकहरुले ब्याच नम्बर उल्लेख नभएको उत्पादन मिति, उपभोग्य मिति सकेको खाद्य पदार्थ बिक्री वितरण नगरौं।
९. खाद्य उद्योगीले खाद्य अनुज्ञापत्र लिई मात्र उत्पादित खाद्य पदार्थ बिक्री वितरण गर्नुहोला।
१०. मासु ब्यवसायीले अखाद्य रंगको प्रयोग नगर्नुहोला।

गुनासोका लागि
खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण डिभिजन कार्यालय राजविराज, सप्तरी
०३१-५२२५२३

डा. आदर्श कुमार सिंह
Dr. Adarsh Kumar Singh
MBBS, MD TU
NMC Reg. No. : 9413
कन्सलटेन्ट फिजिसियन
मधुमेह (चिनी रोग), मुटु, दम एवम् श्वास प्रश्वास, पेट तथा कलेजो रोग मृगौला, छाती, थाइराइड सम्बन्धि रोग

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar

MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ
वरिष्ठ नवजात शिशु तथा बालरोग

सम्पर्क : जयश्री कृष्ण फार्मेशी
गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल (दक्षिण गेट), हनुमाननगर रोड, राजविराज, सप्तरी
Phone : 031-533774 / Mo. No : 9819721526, 9852820734

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

भारत र पाकिस्तानबीच सोमबार नयाँदिल्लीमा वार्ता हुँदै

इस्लामाबाद/भारत र पाकिस्तानबीच सिन्धु जलस्रोत स्थायी आयोगको ११८औं वार्ता सोमबार नयाँदिल्लीमा हुने भएको छ। वार्तामा जलविद्युत् आयोजनामा पानीको समस्या बारेमा छलफल हुनेछ।

प्रधानमन्त्री शेहबाज शरीफले अनुमोदन गरेको पाकिस्तानको पाँच सदस्यीय प्रतिनिधिमण्डल सोमबार नयाँदिल्ली पुग्ने तथा दुवै पक्षले सिन्धु जल सन्धिका प्रमुख परियोजनामा छलफल गर्नेछन्।

दुवै पक्षले बाढीको अग्रिम सूचना र सिन्धु जलस्रोत स्थायी आयोगको वार्षिक प्रतिवेदनमा पनि छलफल गर्नेछन्।

त्यसैगरी सिन्धु जल सन्धिको धारा ९ अन्तर्गत एक हजार मेगावाटको पाकल दुल, ४८ मेगावाटको तल्लो कालनाई र ६२४ मेगावाटको किरु आयोजना निर्माणबारे विचारविमर्श गर्ने अपेक्षा गरिएको छ।

पाकिस्तानी प्रतिनिधिमण्डल वाघा नाका हुँदै नयाँदिल्ली पुग्ने सोमबार र मङ्गबार भारतीय अधिकारीसँग बैठक सकेर बुधबार स्वदेश फर्कने कार्यक्रम रहेको छ। पाकिस्तानी आयुक्त सैयद मेहर अली शाहको नेतृत्वको प्रतिनिधिमण्डल आइतबार भारत प्रस्थान गर्नेछ। एजेन्सी

यूरोपेली नेता द्वयद्वारा यूक्रेनी राष्ट्रपतिसँग वार्ता गर्न रूसी नेता पुटिनसँग आग्रह

बर्लिन/जर्मनीका चान्सलर ओलाफ सोल्ज र फ्रान्सेली राष्ट्रपति इम्यानुएल म्याक्रोँले शनिबार रूसका राष्ट्रपति भ्लादिमिर पुटिनलाई यूक्रेनी समकक्षी भोलोदिमिर जेलेन्स्कीसँग 'प्रत्यक्ष गम्भीर वार्ता' गर्न आग्रह गर्नुभएको छ।

रूसी राष्ट्रपतिसँग ८० मिनेटको टेलिफोन वार्ताका क्रममा यूरोपेली संघका शक्तिशाली दुई नेताहरूले 'तुरुन्तै युद्धविराम गर्न र रूसी सेनालाई यूक्रेनबाट' हटाउन दवाव दिएको जर्मन चान्सलर सोल्जको कार्यालयले शनिबार जनाएको छ।

म्याक्रोँ र सोल्जले पुटिनलाई "यूक्रेनी राष्ट्रपतिसँग गम्भीर तथा प्रत्यक्ष वार्ता गर्न र यस द्वन्द्वको कूटनीतिक समाधान खोज्न आग्रह गर्नुभएको छ चान्सलरको कार्यालयद्वारा जारी विज्ञप्तिमा भनिएको छ।

फ्रान्सेली राष्ट्रपतिको कार्यालयद्वारा जारी विज्ञप्तिअनुसार तीन नेताहरूबीच टेलिफोनमार्फत् कुराकानी भएपछि "फ्रान्सका राष्ट्रपति र जर्मन चान्सलरले अजोभ्स्टलमा यूक्रेनी सुरक्षाकर्मीले आत्मसमर्पण गरेपछि रूसको नियन्त्रणमा रहेका करिब दुई हजार ५०० यूक्रेनी रक्षकहरूलाई मुक्त गर्न पनि आग्रह गरिएको थियो। एजेन्सी

विद्यालयमा छात्रालाई प्रतिबन्ध लगाइएको विरुद्धमा अफगानिस्तानमा निरन्तर प्रदर्शन

काबुल/अफगानिस्तानमा छात्रालाई विद्यालयमा प्रतिबन्ध लगाइएको विरुद्धमा निरन्तर प्रदर्शन भइरहेको छ।

तत्कालीन तालिवान विद्रोहीले सरकार गठन गरेपछि छात्रालाई विद्यालयमा पठन पाठनमा प्रतिवन्ध लगाएपछि लामो समयदेखि प्रदर्शन भइरहेको छ।

छात्रालाई पठन पाठन गर्न दिनुपर्ने, महिलाका विभिन्न अधिकार कुण्ठित भएकाले त्यसको फुकुवा हुनुपर्नेलगायतका माग राख्दै आन्दोलन भइरहेको हो।

अधिकारकर्मीहरूले झन्डै नौ महिनादेखि गर्दै आइरहेको प्रदर्शन बिहीबार पनि भएको समाचारमा जनाइएको छ।

उनीहरूले महिलालाई खानासँगै काम र शिक्षा पनि दिनुपर्ने मागसहितको प्लेकार्ड प्रदर्शन गरेका थिए।

विद्यालय जान नपाएका छात्राले "शिक्षा हाम्रो अधिकार हो" भन्ने नारासहित तत्काल पढ्न पाउनु पर्ने माग गरेका थिए।

पढ्न नपाउँदा अफगानिस्तानका लाखौं बालिकाहरूको भविश्य अन्धकारमा परेकाले उनीहरूलाई पढ्न पाउने व्यवस्था गर्न देश भित्रका तथा बाहिरका अधिकारकर्मीहरूले निरन्तर माग गर्दै आएका छन्।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय निकाय लगायतका धेरै अन्तर्राष्ट्रिय सङ्घ संस्थाहरूले पनि बालिकाहरूलाई पढ्न दिन र महिलाहरूलाई रोजगारी लगायतका अधिकार उपभोग गर्ने वातावरण बनाउन पटक पटक आग्रह गरेका थिए।

देश भित्र र बाहिरबाट पटक पटकका दबाबका कारण तालिबान सरकारले महिलाका अधिकार चाडै नै फुकुवा गर्ने प्रतिबद्धता दिए पनि अहिलेसम्म फुकुवा भएको छैन।

तालिबानी उच्च अधिकारीहरूले भने महिला अधिकार, लोकतान्त्रिक मूल्य मान्यताप्रति आफूहरू प्रतिबद्ध रहेको दाबी गर्दै आएका छन्। तर व्यवहारमा भने त्यस्तो नदेखिएको आरोप लाग्दै आएको छ। एजेन्सी

सप्तरीमा काँग्रेस पहिलो

राजविराज/सप्तरीको १८ वटै पालिकाको अन्तिम परिणाम सार्वजनिक भएको छ। प्राप्त अन्तिम परिणाम अनुसार पाँच पालिकासहित काँग्रेस पहिलो स्थान हासिल गरेको छ।

त्यस्तै एमाले, जसपा र लोसपाले तीन/तीन, जनमत दुई तथा माओवादी र नेकपा एसले एक/एक पालिकामा जित हासिल गरेको छ ।

घोषित परिणााम अनुसार जिल्लामा नेपाली काग्रेसले ३ नगरपालिका सहित ५ पालिका जितेर पहिलो स्थान हासिल गरेको हो । यस्तै जसपाले २ नगरपालिकासहित ३ पालिका, एमालेले १ नगरपालिका सहित ३ पालिका तथा लोसपाले ३ गाउँपालिकाको प्रमुख पदमा जित हात पारेको छ ।

यस्तै जनमत पार्टीले १ नगरपालिकासहित २ तथा नेकपा माओवादी केन्द्र र नेकपा एकिकृत समावादीले १/१ नगरपालिकामा जित हासिल गरेको छ ।

नेपाली काँग्रेसले सप्तकोशी नपा, कंचनरुप नपा, सुरुङ्गा नपा, तिरहुत गापा र तलाठी कोइलाडी गापा, जसपाले राजविराज नपा, विष्णुपुर गापा र बोदेबरसाइन नपा, नेकपा एमाले डाक्नेश्वरी नपा, अग्निसाइर कृष्णासवरण गापा र राजगढ गापा, लोसपा महादेवा गापा, छिन्नमस्ता गापा र रुपनी गापा,

जनमतले हनुमाननगर कंकालिनी नपा र बलानबिहुल गापा, माओवादी केन्द्रले खडक नपा तथा नेकपा एसले शम्भुनाथ नपामा जित हासिल गरेको हो ।

राम्रो काममा ...

सरासर गलत हुने बताए । उनले निर्वाचनको बेला आम सञ्चारमाध्यम र सञ्चारकर्मीहरुले गरेको सहयोग प्रति पनि उनले धन्यवाद व्यक्त गरे ।

सोही पत्रकार सम्मेलनमा नेकपा माओावादी केन्द्रबाटै उपमेयरकी प्रत्यासी पर्मिलाकुमारी साहले पनि मतदाताहरुमा धन्यवाद दिइन । 'जित हार भनेको निर्वाचनको एउटा प्रक्रिया हो । ती प्रक्रिया नै लोकतन्त्रको मूल आधार र मान्यता पनि हो' उनले भने-'हामीलाई यस पटक जनताले प्रतिपक्षमा राख्न रुचाएका छन् र प्रतिपक्षमा रहेर हामीले त्यो जिम्मेवारी पूरा गर्नेछौं ।'

एक मतले पराजित उम्मेदवारद्वारा पुन:मतगणनाको माग

राजविराज/एक मतले पराजित हुनुमा मतगणनामा गडबडी भएको भन्दै राजविराज नगरपालिका वडा नं. ४ का वडा अध्यक्षाका स्वतन्त्र उम्मेदवार कासिम अन्सारीले पुन:मतगणनाको माग गरेका छन् ।

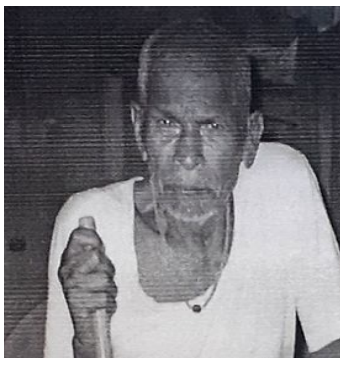
सोमबार राजविराजमा पत्रकार सम्मेलन गर्दै उनले मतदानमा खटिएका कर्मचारीले गडबडी गरेको आरोप लगाउँदै आफू अन्यायमा परेको दुखेसो पोखेका छन् ।

वडाको मतगणनामा उनी जनता समाजवादी पार्टी (जसपा) का दिनेश साहसँग एक मतले पराजित भएका थिए । साहले ३ सय ११ मत ल्याउँदा अन्सारीले ३ सय १० मत ल्याएको निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयले सार्वजनिक गरेको अन्तिम परिणाममा देखिएको छ ।

अन्सारीले मतगणा कार्य भइरहँदा आफ्नो प्रतिनिधिलाई समेत सहभागि नगराइएको जानकारी गराउँदै आफू न्यायका लागि अदालतमा जाने तयारीमा रहेको बताए । उनले मतगणनामा खटिएका कर्मचारीको बेवास्ता तथा बिजयी घोषित गरिएका पक्षका प्रतिनिधिको दबाबमा परिणाम उलटफेर भएको दाबी समेत गरेका छन् ।

फुल छाप चुनाव चिन्ह पाएका अन्सारीले आफ्नो चुनाव चिन्हमा मत संकेत गरिएका एक दर्जन भन्दा बढी मतपत्र जसपाका प्रतिनिधिको दबाब र विभिनन बहानामा बलजफ्ती बदर गरिएको दाबी गर्दै भने, पुन: गणना गरिए दुधका दुध र पानी आफै छुटिन्छ ।

हार्दिक समवेदना



जन्म मिति
बि.सं. १९७५

स्व. सुरैत यादव

स्वार्गारोहण
बि.सं. २०७९।०२।०७

यस संस्थाका शेयर सदस्य राजविराज वडा नं. १ बस्ने श्री कपिलेश्वर यादवको बुबा सुरैत यादवको २०७९ जेठ ०७ गते विहान १०४ वर्षको उमेरमा स्वर्गवास भएको हुँदा मृतक आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै बैकुण्ठमा वास होस् भनी भगवानसँग प्रार्थना तथा परिवारजनमा हार्दिक समवेदना ब्यक्त गर्दछौं ।

जन ज्योति कृषि सहकारी संस्था लि.
राजविराज ९, मलेठ परिवार

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

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

अनुरोधकर्ता
शम्भुनाथ नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, कठौना, सप्तरी

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 । आवश्यकता अनुसार मर्मत सम्भार गर्ने ।

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

मल: 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
मोबाईल नं. ९८५२८२०९३५

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 Money Transfer
Best Remit Quick & Easy
PRABHU Money Transfer
रकम पठाउन तथा पाउनका लागि भरपर्दो माध्यम
IME International Money Express
himal remit हिमालरेमिट
CG Money

प्रकाशक : श्रीमती सुमित्रा गुप्ता, **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सह-सम्पादक** : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **लेआउट** : संजय शेखर,
मुद्रण : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, **फोन** : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : saptahiknavin@gmail.com, **वेबसाइट** : rajbirajdainik.com.np