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

म.नि.हु.का.द.नं. ६/०५४/०५५

नवीन साप्ताहिक

वर्ष ४३ अंक ८ २०८१ साल भदौं २३ गते आइतवार (8 Sep 2024 Sunday) मूल्य रु. ७/-

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 – **पृष्ठ २ मा :** चिकित्सकको लापरवाहीले युवकको ... **पृष्ठ ३ मा :** राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्ति ... **पृष्ठ ४ मा :** नेपाली बजारमा बोटको व्यापारमा ... **पृष्ठ ५ मा :** केन्याको विद्यालयमा ...

नयाँ नेतृत्वका लागि कानुन व्यवसायीहरुमा चुनावी सरगर्मी बढ्यो

राजविराज/कानुन व्यवसायीहरुको साझा संगठन सप्तरी जिल्ला बार एकाईको निर्वाचन मिति नजिकिएसँगै कानुन व्यवसायीहरुमा चुनावी सरगर्मी बढेको छ ।

एकाईको आगामी भदौं २९ गते शनिबार नयाँ नेतृत्वका लागि निर्वाचन हुँदैछ । अध्यक्षसहित कार्यसमितिको ११ तथा ५ केन्द्रिय पार्षदका लागि हुने निर्वाचनमा दुई समूह प्यानलसहित चुनावी मैदानमा छन् ।

एउटा समूहबाट अध्यक्ष पदमा कामेश्वर यादव, सचिव रामएकवाल मण्डल तथा सदस्यमा लवेन्द्र प्रसाद देव, धिरेन्द्र लाभ, रामनरेश चौधरी, देवनाथ चौधरी र शिवनारायण यादव उम्मेदवार छन् । सोही समूहबाट ध्रुबकुमार मण्डल, श्यामनारयण यादव, भोजराज शर्मा, बलराम देव र कमलकुमार यादव केन्द्रिय पार्षदका उम्मेदवार छन् ।

त्यस्तै अर्को समूहबाट अध्यक्ष पदमा उपेन्द्रप्रसाद यादव, सचिवमा सुरेश सिंह र सदस्यहरुमा दिपेश कुमार चौधरी, ज्ञानेन्द्र प्रसाद यादव, बिरबहादुर कडारी, महेन्द्र प्रसाद यादव र हेमनारायण चौधरी चुनावी प्रतिस्पर्धामा छन् । उक्त समूहबाट महेन्द्र प्रसाद देव, मनु खनाल, शंकर कुमार मिश्र, केशरलाल खंग र रमाकान्त चौधरी केन्द्रिय पार्षदका उम्मेदवार हुन् ।

यसअघि सहसचिव पदमा शैलजाकुमारी साहको एक मात्र उम्मेदवारी परेका कारण उनी निर्विरोध निर्वाचित भएकी छिन् । उनी उपेन्द्र समूहकी हुन् । यस्तै उपाध्यक्ष पदमा उम्मेदवारी दिएका दिलिप चौधरीले उम्मेदवारी फिर्ता लिँदा मिस्टर चौधरी तथा कोषाध्यक्ष पदमा उम्मेदवारी दिएका बैजनाथ चौधरीले उम्मेदवारी फिर्ता लिँदा निलमकुमारी यादव निर्विरोध निर्वाचित भएको निर्वाचन समितिका संयोजक केशवप्रसाद दासले जानकारी दिए ।

रोचक पक्ष के छ भने अध्यक्ष पदमा उपेन्द्र समूहका मिस्टर चौधरी र सहसचिवमा शैलजाकुमारी साह निर्विरोध हुँदा कोषाध्यक्ष पदमा कामेश्वर समूहका निलमकुमारी यादव निर्विरोध निर्वाचित भएकी छिन् । त्यस्तै एक महिला सदस्य पदमा भने दुबै समूहबाट उम्मेदवारी नपरेपछि सो पद हाल रिक्त हुन गएको र पछि मनोनयन प्रक्रियाबाट पूर्ती गरिने निर्वाचन समितिका संयोजक दासले बताए ।

अध्यक्ष पदका दुबै उम्मेदवारले स्वच्छ, न्यायिक वातावरणको सृजना, पेशागत हकहीतको संरक्षण, न्यायमा सबैको पहुँच तथा न्यायपालिकाप्रति जनताको आस्था बढाउने लगायतका विषयमा काम गर्ने मतदाता समक्ष प्रतिबद्धता गर्ने गरेका छन् ।

अध्यक्ष पदका दुबै उम्मेदवार कानुन व्यवसायी माँझ लोकप्रिय भएकाले कसले बाजी मार्ला भन्ने आकलन गर्न कठिन भएको मतदाताहरु बताउछन् । दुई वर्षे कार्यकालका लागि हुने बार एकाईको निर्वाचनमा कुल १ सय ३ मतदाता रहेको निर्वाचन समितिले जनाएको छ ।

अध्यक्ष पदका उम्मेदवार उपेन्द्र प्रसाद यादव ।

अध्यक्ष पदका उम्मेदवार कामेश्वर यादव

एकै दिन दुई पर्व पर्दा दुध किन्न सकस

राजविराज/एकै दिन दुई वटा पर्वको संयोगका कारण सप्तरीमा शुक्रबार दूध किन्न तँछाडमछाड नै चल्यो । चौठचन र हरितालिका तीज पर्व एकै दिन पर्दा यस पर्वमा प्रसाद तथा अन्य परिकारका लागि सर्वाधिक प्रयोग हुने दूध किन्न बिहानैदेखी डेरी उद्योग, दुधपसल तथा धुम्ती दूध गाडीबाट दूध किन्न उपभोक्ताहरुको तँछाडमछाड चलेको हो ।

बिहान ६ बजेदेखी सुरु भएको यो क्रम करिब ६ घण्टासम्म चलेको थियो । सदरमुकाम राजविराजमा मात्रै शुक्रबार करिब ५० हजार लिटर दुध खपत भएको अनुमान गरिएको छ ।

नगरको वडा ७ स्थित दुध हटिया, डेरी उद्योग, दुध पसल तथा महुलीस्थित दुग्ध उत्पादक सहकारी संघबाट दुध बोकेर आएको ४ वटा गाडीमा बिहानैदेखी उपभोक्ताको घुँइचो नै लाग्यो ।

महुलीबाट ६ सय लिटर दुध गाडीमा बोकेर आएका दुध बिक्रेता जयकिशोर यादवले आधी घण्टामै सबै दुध सकिएको बताए । उनले महुलीस्थित दुग्ध सहकारी संस्थाबाट ६/६ सय लिटर दुध बोकेर ४ वटा गाडी आएकोमा सबैको अधि घण्टामै दुध सकिएको बताए । दुध नपाएर अधिकांश उपभोक्ता रितो भाडोसहित निराश भई फर्केको अर्का दुग्ध व्यवसायी अजय झाले सुनाए ।

दुध बिक्रि स्थलमा ओर्लेको भिड देखेर किन्ने हिम्मत जुटाउन नसकि हातमा खाली बोतल बोकेर निराश भई फर्कदै गरेका राजविराज ४ का ६६ वर्षिय केदार गुप्ताले आफूले अहिलेसम्म यस्तो भीड कहिल्यै नदेखेको सुनाए ।

राजविराज ७ निवासी आयुर्वेदिक औषधी व्यवसायी रमाकान्त साहले पर्व त्यौहारमा जहिले पनि यहाँ दुध अपुग हुने गरेको बताए । आवश्यकता अनुसार दुध उत्पादन हुन नसक्दा विशेषगरी पर्व त्यौहारका बेला दुधका लागि उपभोक्ताबीच तँछाडमछाड चल्ने गरेको दुध व्यवसायी बोधराज पोखरेलको भनाई छ ।

राजविराज नगर क्षेत्रमा मात्रै ३ वटा डेरी उद्योग संचालनमा छ । नगरका विभिन्न वडा तथा आसपासका गाउँबाट पनि साइकल र मोटरसाइकलमा दुधको ग्यालेन बोकी बिक्रिका लागि पशुपालक किसानहरु आउने गर्छन् । यस बाहेक महुलीस्थित दुग्ध उत्पादक सहकारी संघबाट पनि दैनिक ६/६ सय लिटर दुध बोकेर ४ वटा गाडी भित्रिने गरेको छ । तर पनि माँग अनुसारको दुध पुऱ्याउन नसकेको दुग्ध उत्पादक तथा बिक्रेता किसानहरु बताउँछन् ।

बाढीपहिरोबाट जोगिऔं

जथाभावी सडक निर्माण, खोला उत्खनन् र वन विनाशले बाढीपहिरो निम्त्याउने हुँदाः

- वृक्षारोपण गरौं, वनजंगल जोगाऔं, बाढीपहिरो नियन्त्रण गरौं,
- पहिरोको जोखिम भएका क्षेत्र तथा नदी किनारमा रुख, बाँस, निगालोजस्ता भू-क्षय रोक्ने खालका बिरुवा रोपौं र संरक्षण गरौं,
- बस्ती तथा समुदायको रक्षा गरौं,
- बाढी आएको सूचना तल्लो तटीय क्षेत्रमा दिऔं,
- घर बनाउने स्थान बाढी तथा पहिरोको जोखिममा भए नभएको एकीन गरौं ।

बाढीपहिरोबाट आफू पनि बचौं, अरुलाई पनि बचाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु । - जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु । - आँखाको गेडी दुख्नु । - अत्याधिक टाउके दुख्नु । - शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं । - घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जालीवा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं । - घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं । - पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं । - अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : शम्भुनाथ नगरपालिका, सप्तरी

सम्पादकीय

मुख्य सडकमै खाल्डाखुल्डी, दुर्घटनाको जोखिम बढ्दै

राजविराजस्थित हनुमान मन्दिर मोड नजिक रहेको सडक स्तरोन्नति नहुँदा आवतजावतमा समस्या भइरहेको छ । मुख्य बजारमै रहेको सडक जीर्ण भएर ठुल्ठूला खाल्डा परेका छन् तर मर्मत नहुँदा सास्ती भइरहेको छ । यस्तै हुलाकी राजमार्गसमेत पर्ने उक्त सडकमा माटो र ग्राभेल हाल्दा वर्षाले हिलो हुने र फेरि खाल्डो पर्ने गरेकाले झनै समस्या हुने गरेको छ ।

रुपनी मोडदेखि हनुमान मन्दिरसम्म वर्षायाममा मात्र नभइ अन्य समयमा पनि जीर्ण सडकका कारण दुर्घटनाको जोखिम रहेको छ । उक्त ठाउँमा करिब एक सय मिटर सडक जीर्ण छ तर, मर्मतका लागि नगरपालिका र सडक विभागले चासो दिएको छैन । राजविराज काठमाडौँलगायत स्थानमा लामो तथा छोटो दूरीका बस सञ्चालन हुन्छन् । यस सडकको दूरावस्थाका कारण दैनिक साना-ठूला दुर्घटना हुने गरेका छन् । उक्त खण्ड तत्काल मर्मत तथा पुनःनिर्माण गरी आवागमन सहज बनाउन कसैको ध्यान पुगन सकेको छैन ।

तसर्थ यस्ता चल्ती सडकहरुको अवस्था सुधार गरि आवागमनमा सहजता बनाउनु पर्नेतर्फ सरोकारवाला निकायको ध्यान पुग्नु अति आवश्यक छ ।

चिकित्सकको लापरवाहीले युवकको मृत्यु भएको भन्दै अस्पतालमा प्रदर्शन

राजविराज/राजविराजस्थित गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पतालमा उपचारका लागि पुगेको एक युवकको मृत्यु भएको भन्दै आफन्तजनले प्रदर्शन गरेका छन् ।

चिकित्सकको लापरवाहीले मृत्यु भएको भन्दै आफन्तले प्रदर्शनसहित अस्पताल बिरुद्ध चर्को नाराबाजी गरेपछि अस्पतालमा तनावग्रस्त बन्न पुगेको थियो ।

सप्तरीको विष्णुपुर गाउँपालिका ४ कनकट्टाका २० वर्षिय मो. मनिर मियाँ दिउँसो ३ बजेतिर आमा हसिनासँगै उपचारका लागि अस्पतालको आकस्मिक कक्षमा पुगेका थिए । छातीमा निकै असहज भएपछि मो. मनिरलाई तत्कालै चिकित्सकले बेडमा राखी सुई लगाएर अन्य उपचार बिधिको तयारी गर्दै थियो । तर, थपउपचार बिधिको प्रयोग नहुँदै उनको मृत्यु भयो ।

उपचारकै क्रममा मृत्यु भएपछि मृतकका परिवारले उपचारमा संलग्न चिकित्सकको लापरवाहीका कारण आफ्नो मान्छेको मृत्यु भएको दाबी गर्दै हो-हल्ला र बिरोध प्रदर्शन सुरु गरे । यता जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रवक्ता डिएसपी ढुण्डिराज नेउपानेले प्रदर्शन उग्र बन्दै गएपछि सुरक्षाका लागि ठूलो संख्यामा प्रहरी परिचालन गरि स्थिति साम्य पारेको बताए ।

यता मृतकका आमा हसिनाले ६ दिनपछि छोरा मनिर बैदेशिक रोजगारीका लागि साउदी अरेबिया जाने तयारीमा रहेको बताइन् । सोका लागि मनिरले हवाई टिकट पनि काटिसकेको थियो । केही दिनयता प्राइभेट क्लिनिकमा उपचार गराउँदै आएको भएपनि छोराको अवस्थामा सुधार नआई स्वास्थ्य अवस्था झनै कमजोर बन्दै गएपछि अस्पताल पुगेको आमा हसिनाले बताइन् । तर अस्पताल पुगेको १५ मिनेटमै छोराको मृत्यु भएको उनको भनाई छ ।

यस्तै अस्पताल प्रशासनले छातीमा संक्रमण देखिएका मनिरलाई अस्पताल आए लगत्तै उपचार सुरु गरिएको र उपचारमा कुनै लापरवाही नगरिएको दाबी गरेको छ । एकातिर छातीमा अत्याधिक संक्रमण अर्कोतिर उपचारका लागि ढिलो आउँदा पनि बचाउन नसकिएको चिकित्सकहरुको भनाई छ ।

सडकको स्तरोन्तरी कार्यलाई गति प्रदान गर्ने निर्णय

राजविराज/ चाड पर्व नजिकिदै गर्दा हाल निकै सुस्त गतिमा चलिरहेको सप्तरीको विभिन्न भेगका सडकको स्तरोन्तरी कार्यलाई गति प्रदान गर्ने निर्णय भएको छ ।

सो निर्माण कार्यले गति लिन नसक्दा जिर्ण सडकका कारण सर्वसाधारणलाई समस्या भोग्नु परिरहेको साथै दैनिक जसो सवारी दुर्घटना हुन थालेपछि सरोकारवालाहरुको बसेको बैठकले सडक निर्माण कार्यलाई गति प्रदान गर्ने निर्णय गरेको हो ।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी मेखबहादुर मंग्रातीको अध्यक्षतमा आयोजित बैठकले जिल्लामा संचालित सडक निर्माण आयोजनाहरुमा सहज सवारी आवागमन व्यबस्था र समयमै आयोजना सम्पन्न गर्ने गरि दुई बुँदे निर्णय गरेको छ ।

बैठकले जिल्लामा निर्माणधीन रुपनी-राजविराज, राजविराज-छिन्नमस्ता, राजविराज-हनुमाननगर-भारदह सडक योजनाको कार्यलाई एक हप्ताभित्र गति प्रदान गर्ने निर्णय गरेको छ । यस्तै बैठकले उक्त योजनाहरुलाई समयमै सम्पन्न गर्न सम्बन्धीत कार्यालय र सुरक्षा निकायले आवश्यकता अनुसार सहजिकरण र समन्वय गर्ने निर्णय समेत गरेको छ ।

बैठकमा प्रहरी उपरिक्षक गजुसिद्दि बज्राचार्य, सशस्त्र प्रहरी उपरिक्षक ज्ञानमणि पौडेल, सडक डिभिजन कार्यालय लहानका प्रमुख आशुतोष कर्ण, इन्जिनियर जिवछ यादव, पंकज कुमार कर्ण लगायत सहभागि थिए ।

नहरमा डुबेर एकको मृत्यु

राजविराज/नहरमा डुबेर एक जनाको मृत्यु भएको छ ।

प्रहरीका अनुसार कंचनरुप नगरपालिका ६ स्थित चन्द्र नहरमा डुबेरसप्तकोशी नगरपालिका ११ का ५५ वर्षिय कर्ण बहादुर तामाङको मृत्यु भएको छ ।

शव आवश्यक प्रकृया पश्चात् पोष्टमार्टमका लागि स्थानीय गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल पुऱ्याई घटना बारे थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु ।
- जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु ।
- आँखाको गेडी दुख्नु ।
- अत्याधिक टाउको दुख्नु ।
- शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जाली वा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं ।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं ।
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं ।
- अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका, सप्तरी

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु । - जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु । - आँखाको गेडी दुख्नु । - अत्याधिक टाउको दुख्नु । - शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं । - घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जाली वा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं । -घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं । - पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं । - अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : बलान बिहुल गाउँपालिका, सप्तरी

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 मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्ति किन र केका लागि ?

सन्तोष मेहता

पछिल्लो परिवर्तनका निम्ति भएको मुख्य आन्दोलन भनेको दशवर्षे जनयुद्ध र ०६२/६३ को जनआन्दोलन हो । दुवै आन्दोलनको मिलनबिन्दु बाह्रबुँदे सम्झौता थियो । जसमा जातीय तथा क्षेत्रीय विभेद समाप्त गरिने र राज्यको पुनर्संरचना गरिने उल्लेख थियो । यसमा विश्वास गरिने आधारहरू थिए । किनभने माओवादीले जनयुद्धमा जनसरकारहरू नै पहिचानमा आधारित बनाएर अभ्यास गरिरहेका थिए ।

संविधान जारी हुनुभन्दा अघि र पछि पनि मूलतः मधेसी र आदिवासीहरू आफ्ना मागहरूसहित आन्दोलरत रहे । मधेसीहरू लामो समयदेखि नेपालमा आन्दोलनरत छन् ।

यता सात दलभित्र पनि सद्भावना पार्टी (आनन्दी देवी) थियो, जसले सधैँ मधेसको अधिकार र स्वायत्तको कुरा गरिरहेको थियो । आन्दोलनको ड्राफ्टमै लेखिसकेपछि उत्पीडित नेपाली जनताले विश्वास नगर्ने भन्ने भएन । यद्यपि आन्दोलनमा मधेसी, आदिवासी जनजातिले खेलेको महत्त्वपूर्ण भूमिकालाई दलहरूले सत्तामा जानेबित्तिकै बिर्सिए ।

आन्दोलनका बेला जन्म-जन्मको हाम्रो साथ छ भन्ने दलहरू कुर्सीमा पुग्नेबित्तिकै ‘तपाईं को ?’ भन्ने अवस्थामा पुगे । अन्तरिम संविधान घोषणापश्चात् मधेसीहरू सडकमा आए । प्रथम संविधानसभा निर्वाचनको पूर्वसन्ध्यामा बाध्य भएर दलहरू विरुद्ध जनजातिहरू पनि सडकमा उत्रिनुप-यो । राज्यले दुवैसँग सम्झौता ग-यो । २०६४ साउन २२ गते जनजाति महासंघ र नेपाल सरकारबिच २० बुँदे सम्झौता भयो, जसका हस्ताक्षरकर्ता महासंघको तर्फबाट डा. ओम गुरुङ थिए भने सरकारका तर्फबाट वर्तमान राष्ट्रपति तथा तत्कालीन शान्ति तथा पुनर्निर्माण मन्त्री रामचन्द्र पौडेल थिए । त्यसैगरी २०६४ भदौ १३ गते मधेसी जनाधिकार फोरम र सरकारबिच २२ बुँदे सम्झौता भएको थियो । सहमतिमा तत्कालीन सरकारका तर्फबाट वर्तमान राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेल र फोरम नेपालका अध्यक्ष उपेन्द्र यादवले हस्ताक्षर गरेका थिए । त्यो सहमति अपुरो भएपछि संयुक्त लोकतान्त्रिक मधेसी मोर्चा र नेपाल सरकारले संविधानसभाको पहिलो निर्वाचनअघि (२०६४ फागुन १६ गते) आठबुँदे सहमतिमा हस्ताक्षर गरेका थिए । सम्झौतामा हस्ताक्षर गर्नेहरूमा मोर्चाका तर्फबाट राजेन्द्र महतो, उपेन्द्र यादव र महन्थ ठाकुर थिए भने सरकारका तर्फबाट स्वयं प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाले हस्ताक्षर गरेका थिए । ती सम्झौता पूर्ण रूपले कार्यान्वयन गरिएन, कार्यान्वयन गराउनकै निम्ति संविधान निर्माणका क्रममा पनि पटकपटक आन्दोलन भए ।

नेपालमा मधेसी र आदिवासी जनजातिको आन्दोलन भनेको राज्यले लामो समयदेखि गरेको विभेदका कारण जन्मिएको संगठित अभियान हो । नेपालमा मधेसी र आदिवासी जनजातिको आन्दोलनको इतिहास लामो छ । पृथ्वीनारायण शाह र उनका सन्तानले विभिन्न कालखण्डमा आक्रमण गरी गोर्खा राज्यमा समाहित गरेसँगै मधेसी र आदिवासी विद्रोह सुरुवात भयो, ती विद्रोहमा हिंसा र दमनका घटना अस्वाभाविक रूपमा भए ।

०६२/६३ को जनआन्दोलन र लोकतन्त्रको बहालीमा महत्त्वपूर्ण योगदान र बलिदान गरेका जनजाति र तिनका एजेन्डालाई पछि महत्त्वहीन बनाइएको छ । नेपालभित्र बहुराष्ट्र छन् । ती राष्ट्रले आधुनिक राज्यमा पनि आफ्नो भूमि, भूक्षेत्र तथा स्रोतमा स्वशासन र आत्मनिर्णयको अधिकारका लागि संघर्ष गरिरहेकै छन् । नेपालका राष्ट्रहरू (आदिवासी जाति, मधेसी, खस) ले पनि विगत लामो समयदेखि आन्तरिक औपनिवेशिकताबाट मुक्त हुने तथा आफ्नो भूमिमा स्वशासन र आत्मनिर्णयको अधिकार उपयोग गर्न पाउनुपर्ने दाबीसहित गरिरहेको संघर्षको जगमा नेपालमा लोकतन्त्र स्थापित भएको हो । स्वशासन, स्वायत्तता र आत्मनिर्णयको अधिकारका लागि र भूमि-प्राकृतिक स्रोतमा सामूहिक अधिकारका लागि सशक्त दाबी गर्ने तहसम्म यो आन्दोलन आइपुग्यो/ ।

संविधान निर्माणकै समयमा भएको मधेस आन्दोलन तुहाइयो, मधेसी लगायत आदिवासी सम्मिलित संघीय गठबन्धनको आन्दोलन पनि तुहियो । निश्चित जनसंख्या भएका र आफ्नो थातथलोमा बाहुल्य रहेकाका निम्ति प्रदेशको सीमाङ्कन गरिएन; संविधानको धारा २९५ मा गाउँपालिका, नगरपालिका तथा विशेष संरक्षित वा स्वायत्त क्षेत्रको संख्या निर्धारण गर्न सरकारले आयोग गठन गर्‍यो । आयोग गठन भएको एक वर्षमा प्रधानमन्त्री तथा मन्त्री परिषद् कार्यालयमा प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल ‘प्रचण्ड’को उपस्थितिमा उपप्रधान तथा संघीय मामिला तथा स्थानीय विकासमन्त्री कमल थापासमक्ष आयोगका अध्यक्ष बालानन्द पौडेलले अधुरो प्रतिवेदन बुझाए । तथापि, सरकारले ग्रहण गर्‍यो । संविधानमै उल्लेख रहेको स्वायत्त र विशेष संरक्षित क्षेत्र पनि बनाइएन ।

संविधान जारीपश्चात् पनि जनजातिका असन्तुष्टिले बेला बेला आन्दोलनका रूप लिए । जस्तै : प्रदेश १ को नाम प्रदेशसभाबाट कोशी नामाङ्कन गरिएपश्चात् पूर्वमा सो नाम सच्चाउन २०७९ फागुन १८ गतेदेखि सङ्घर्ष चल्दै आएको छ । यस आन्दोलनमा राज्यको दमनमा लाजेहाङ लिम्बु (पदम लिम्बु)ले वीरगति प्राप्त गरिसकेका छन् ।

काठमाडौँ उपत्यकाभित्रै लप्सी फेदीमा जारी प्रतिरोधी आन्दोलन निरन्तर चलिरहेकै छ । अनादि कालदेखि रहेको बस्तीको माझमै सबस्टेसन बनाउने विद्युत् प्राधिकरणको ढिपीको प्रतिरोध तामाङ लगायत स्थानीयले गरिरहे तर उपयुक्त सुनुवाइ भएन । जर्सिङपौवामा हाइटेन्सन लाइनले तामाङ समुदायलाई विस्थापित ग-यो, त्यसविरुद्धको आन्दोलन होस् या आदिवासी समुदायको प्रथाजनित विवाहसम्बन्धी अभ्यासमा मनोमानी व्याख्याविरुद्धको संघर्ष होस्, यस्ता आन्दोलन छुट्टाछुट्टै भएर उपलब्धि हासिल गर्न सकिरहेका छैनन ।

दलीयकरण र एनजीओकरणबाट मुक्त हुन जरुरी छ, स्वदेशी तथा आदिवासी आन्दोलन । आजका दिनले नेपालका बहुराष्ट्रहरूमाथि कायम रहेको औपनिवेशिकताको अन्त्य गर्दै स्वाभिमान एवं आत्मनिर्णयको अधिकार प्राप्तिको लडाइँमा लाग्ने प्रेरणा सम्बन्धित राष्ट्रभित्रका युवामा जाग्नुपर्छ । वास्तवमा विगतका आदिवासी जनजाति आन्दोलनलाई हेर्ने हो भने कुनै न कुनै राजनीतिक दलको विचार र छत्रछायामा गएर विलय हुने गरेको छ । अब यसबाट बचेर आफ्नै राजनीतिक शक्ति बनाउन आवश्यक छ । देशमा एकत्रित आन्दोलनको प्रण आवश्यक छ । तसर्थ यसले अधुरा रहेका क्रान्तिलाई पूरा गर्नका निम्ति नयाँ एकीकृत संघर्षको माग गर्दछ ।

मधेसीले ६-६ महिना लामो आन्दोलन गरे, निष्कर्षमा पुग्न सकिएन । काठमाडौँ केन्द्रित विभिन्न आन्दोलन भए तर तुहिए । निर्वाचनमा भाग नलिने भनेर निर्णय गरियो, निर्वाचनकेन्द्रित आन्दोलनका कार्यक्रम गर्न थालियो तर सँगैका सहकर्मी धोका दिएर निर्वाचनमा भाग लिन पुगे । यसपश्चात् त वास्तवमा हामी समानताको लडाइँको एउटा अध्यायमा हारिसकेका थियौँ । संविधान निर्माण वरपर भएका आन्दोलनहरू पनि एक प्रकारले युद्ध नै थिए, नेपालको संस्थापन पक्षसँग आत्मगौरवका निम्ति लडिएको एक कालखण्डको विनाहतियारको शान्तिपूर्ण युद्ध । जुन युद्ध हामी हारिसकेका छौँ । युद्ध वा क्रान्तिको पनि एउटा विज्ञान हुन्छ । कुनै पनि युद्ध हारिसकेपछि हारेको पक्षसँग तीनवटा विकल्प हुन्छन् । एउटा आत्मसमर्पण गर्नु, दोस्रो अब के गर्ने न गर्ने अन्योलमा रहनु र यतिकै निष्क्रिय भएर सिद्धिनु र तेस्रो पुनः उक्त हारेको युद्ध जित्ने तयारी गर्नु हो ।

पहिलो विकल्प फाइदाको विकल्प हो, दोस्रो विकल्पले आत्मसमर्पण नगरेको त जनाउँछ तर वास्तवमा त्यो आत्महत्याको विकल्प हो । महान् क्रान्तिमा रहेकामध्ये कोही-कोही आत्मसमर्पण गर्दै र आत्मालोचित हुँदै फर्के; कोही निष्क्रिय रहे । तिनीहरूमध्ये राजेन्द्र महतो पुनः जित्ने गरी तयारीमा लागे, उनले राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्तिको आह्वान गरेका छन् ।

गोरेबहादुर खपांगी नेतृत्वको जनमुक्ति पार्टी र सद्भावना पार्टीले २०४८ सालको चुनाव एउटै चुनाव चिह्नमा लडे । मधेसको उत्तरी सहर धरान लगायत ठाउँमा सद्भावना र जनमुक्तिको संयुक्त कार्यालय थियो । दुवै पार्टीको झन्डा एउटै घरमा राखिएको थियो । सद्भावना पार्टीका संस्थापक अध्यक्ष गजेन्द्रबाबु मधेसी उत्पीडनको मात्र होइन, जनजातिको उत्पीडनको पनि कुरा गर्थे । अब पुनः बेला भएको छ, यी दुवै लिगेसीहरू एक ठाउँमा आउनुपर्छ । अधिकार र पहिचान खोज्ने सबैलाई एकत्रित नगरी हाम्रो माग पुरा हुँदैन । अधुरो र अपुरो क्रान्तिको कार्यभारलाई पूरा गर्ने विषय सामान्य होइन । विगतको शिक्षा र वर्तमानको यथार्थबिच नवीनतम क्रान्तिको खाका कोर्ने कुरा जटिलभन्दा जटिल हो । त्यसका लागि हजारौँ नेता, कार्यकर्तालाई जुझारु, क्रियाशील र लाखौँ जनताको पंक्तिलाई क्रान्तिको प्रक्रियामा गोलबद्ध गर्नुपर्छ ।

हारेको मनोविज्ञानले क्रान्ति असम्भव देख्छ र नेतृत्वप्रतिको अविश्वास गर्छ । त्यसैले ऐतिहासिक कार्यभार अगाडि बढाउन क्रान्तिकारी पार्टी र दूरदर्शी नेतृत्वको समूह आवश्यक छ नै । एकीकृत क्रान्ति अर्थात् राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्तिको कार्यदिशामार्फत नै अब सबै सम्भावनाको ढोका खोलिनेछ । जनमनले देख्न, सुन्न र महसुस गर्न सक्ने खालको कार्यदिशा, रणनीति तथा कार्यनीति लिइयो भने हारेको युद्ध पुनः जित्न सक्छौँ, हारेको मनोविज्ञान पुनः उठाउन सक्छौँ ।

निश्चित रूपमा क्रान्ति जटिल प्रक्रिया हो । पुरातन कार्यदिशा र अरुहरू हिँडेको बाटोबाट क्रान्ति सम्भव हुँदैन । अवश्य पनि आफैँले खन्दै, बनाउँदै, अजङ्गको महाविपत्तिहरू झेल्दै, गम्भीर चुनौतीको सामना गर्दै, नयाँ शिखर यात्रामा लम्कनुपर्छ । क्रियाको प्रतिक्रिया दिएर इमोसनल कुराहरू भड्काएर मात्रै हुँदैन ।

बाटो बनाउँदै गर्दा भीमकाय चट्टान देखिन्छन् र पर्खालहरू भेटिन्छन् । जब क्रान्तिको वेगवान् प्रवाहले ती सबैलाई छिचोल्दै अघि बढ्छ । तब मात्र हाम्रो आस्था र विश्वासको गन्तव्य बहुल राष्ट्रसहितको राज्य र हाम्रो पूर्वीय दर्शनमा आधारित मौलिक स्वदेशवादमा पुग्ने राजमार्ग तयार हुँदै जान्छ ।

नयाँ यात्रा, नयाँ बाटो, नयाँ दिशाबोधसहित राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्तिले आफ्नो विकास प्रक्रियामा नेपाल र परिवर्तित विश्वका विशेषता पक्रँदै नयाँ संश्लेषण गर्न सक्नुपर्छ । गोलचक्करवाद, आत्मसमर्पणवाद र विसर्जनवादका विरुद्ध निर्णायक क्रान्तिको आँधी सिर्जना गर्न सक्नुपर्छ । (लेखक राष्ट्रिय मुक्ति क्रान्तिका नेता हुन् ।) रातोपाटीबाट

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु । - जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असहय् पीडा हुनु । - आँखाको गेडी दुख्नु । - अत्याधिक टाउके दुख्नु । - शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं । - घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जालीवा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं । - घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं । - पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं । - अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : सुरुङ्गा नगरपालिका, सप्तरी

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु । - जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असहय् पीडा हुनु । - आँखाको गेडी दुख्नु । - अत्याधिक टाउके दुख्नु । - शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं । - घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जालीवा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं । - घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं । - पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं । - अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : राजविराज नगरपालिका, सप्तरी

नेपाली बजारमा बोटको व्यापारमा चार गुणाले वृद्धि, थप प्रिमियम अडियो र लाइफस्टाइल उत्पादनहरु ल्याउँदै

काठमाडौं/भारतको नं. १ अडियो र वेयरेवल ब्राण्ड बोटले २०७९ फाल्गुनमा नेपाली बजारमा सार्वजनिक भएसँगै निरन्तर सफलता हासिल गर्दै आएको छ। साथै अहिले नेपाली बजारमा बोटको व्यापार तुलनात्मक रुपमा चार गुणाले बढेको देखिन्छ र आय दोब्बर भएको छ। नेपाली बजारको लागि नेपालमा टेलिटक प्राइभेट लिमिटेडसँग सहकार्य गर्दै आएको बोटले नयाँ प्रविधियुक्त प्रिमियम अडियो र लाइफस्टाइल उत्पादनहरुको बजारीकरण गर्दै आफ्नो क्षेत्रिय नेतृत्वलाई अझ सुदृढ बनाउने योजना बनाएको छ।

नेपालमा सार्वजनिक भएसँगै बोट अडियो र वेयरवल्समा प्रमुख ब्राण्डको रुपमा स्थापित गर्न सफल भएको थियो। साथै पछिल्लो दुई आर्थिक वर्षमा निरन्तर रुपमा ब्राण्ड भ्यालुको आधारमा पहिलो र भोल्युमको आधारमा दास्रो स्थान ओगट्न सफल रहेको छ। नेपालको प्रमुख ई: कमश दराजमा सार्वजनिक हुँदा पनि बोटले किर्तीमानी विक्री गर्दै त्यो सफलतालाई निरन्तर रुपमा अघि बढाउँदै गएको छ।

बोटले आफ्नो उत्पादनहरुको बढ्दो मागलाई ध्यानमा राखी नेपाली उपभोक्ताहरु माझ नवीन प्रविधि र उच्च गुणस्तरयुक्त उत्पादनहरु प्रदान गर्ने प्रतिबद्धताका साथ (TWS) मोडेलहरू, Nirvana ION, Airdope Supreme र Airdope 91 का साथ वेभ कल २ स्मार्टवाच र पावरबैंकहरु पनि उपलब्ध गराउँदै छ।

बोटका उत्पादनहरू अब नेपालभरि १,००० भन्दा बढी रिटेल र मोबाइल पसलहरूमा उपलब्ध छ र ब्राण्डको स्थापना देखि नै दराजमा एक प्रमुख बिक्री कर्ताको रूपमा प्रस्तुत भइरहेको छ। दराजमा उपलब्ध बोटका ८०% भन्दा बढी SKUहरूले ४ स्टार भन्दा माथिको रेटिङ प्राप्त गरेका छन्, जसले उपभोक्ता सन्तुष्टि र विश्वासलाई देखाउँदछ।

बोटले नेपालभरि १० भन्दा बढी टचप्वाइन्टहरुबाट ग्राहक वर्गलाई वारेन्टी लगायतका विभिन्न सेवाहरु प्रदान गर्दै आएको छ। यसै कारणले बोट नेपाली बजार तथा ग्राहक सेवामा समर्पित रहेको प्रमाण पनि गर्दछ र boAtलाई अन्य ब्राण्डहरू भन्दाभिन्न दर्शाउँछ।

नेपालमा आफ्नो निरन्तर सफलतालाई प्रवर्द्धन गर्न, बोटले यही भाद्र २० देखि भाद्र २६ (सेप्टेम्बर ५ देखि ११) सम्म दराजमा **"boAtheadDAYS"** नामक ब्राण्ड वीक सेलआयोजना गरिरहेको छ। यस अवधिमा, ग्राहकहरूले चयन गरेका उत्पादनहरूमा ७०% सम्मको छुटका साथै बोटका प्रिमियम अडियो र लाइफस्टाइल उत्पादनहरू किफायती मूल्यमा लिन सक्नेछन्।

'नेपालमा हाम्रो यात्रा उल्लेखनीय वृद्धि र सफलताका साथ उपभोक्ताहरुबाट प्राप्त अभूतपूर्व सकारात्मक प्रतिक्रियाले प्रेरित छन्। गुणात्मक बृद्धिसँगै, हामी नेपाली बजारमा नवीन र उच्च-गुणस्तरीय उत्पादनहरू प्रदान गर्न अझै प्रतिबद्ध छौं। टेलिटकसँगको हाम्रो साझेदारीले हामीलाई अझ बढी उपभोक्तासम्म पुग्न सक्षम बनाउने छ र यस क्षेत्रमा निरन्तर वृद्धिकोआशा राखेको बोट (**इमेजिन मार्केटिङ लिमिटेड**) काप्रवक्ताले बताउनुभयो'।

सन् २०१३ मा अमन गुप्ता र समीर मेहताले स्थापना गरेको इमेजिन मार्केटिङ लिमिटेडले अडियो गियर, स्मार्ट वेयरेवल्स, लाइफस्टाइल उपकरण, मोबाइल एक्सेसरीजहरू, र अन्य धेरै उत्पादनहरूको बजारीकरण गर्दै आइरहेका छ। इमेजिन अन्तर्गत, बोटले अडियो उद्योगलाई फरक धारमा प्रस्तुत गर्दैदेशको नम्बर १ अडियो ब्राण्ड बन्न सफल भएको छ। बोटको पोर्टफोलियोले राम्ररी डिजाइन गरिएका, नवीन, र उत्कृष्ट फेसन-उन्मुख जीवनशैली उत्पादनहरू जुन आकर्षक मूल्यहरुमा उपलब्ध छन्। कोभिड पछिका परिवर्तनसँगै, इमेजिन मार्केटिङ लिमिटेड लाइफस्टाइल उपकरणहरूमा प्रवेश गर्‍यो र MISFIT ब्राण्ड बजारमा प्रस्तुत गर्‍यो, 'Never Fit In' नारा सहितकोयो ब्राण्डले दृष्टिकोण र साहसी कुराकानीहरू मार्फत लैङ्गिक भेदभाव सम्बोधन गर्न लक्षित गरिएको छ। २०२० मा, इमेजिन मार्केटिङले रेडगेयर (redgear), गेमिङ एक्सेसरी ब्राण्डलाई पनि अधिग्रहण गर्‍यो, जसले गेमिङ किबोर्ड, माउस, गेमप्याड, र हेडफोनहरूमा काम गर्दछ। रेडगेयर (redgear)ले गेमिङलाई सबैसम्म पुर्‍याउने र जो आफ्नो रूचिलाई व्यवसाय बनाउन चाहन्छन् तिनीहरूलाई सहज रुपमा उपलब्ध गराउने उद्देश्य राखेको छ। इमेजिन मार्केटिङले आफ्नो उत्पादनहरूलाई नवीन बनाउन Qualcomm र Dolby जस्ता विश्वव्यापी कम्पनीहरुसँग सहकार्य गर्दै आएको छ र यसलाई Warburg Pincus, एक विश्वव्यापी निजी इक्विटी फन्डले लगानी गरेको छ। कम्पनीको हाल दिल्ली, मुम्बई, र बेंगलुरुमा कार्यालयहरू छन्।

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु। - जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु। - आँखाको गेडी दुख्नु। - अत्याधिक टाउको दुख्नु। - शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं। - घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जालीवा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं। - घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं। - पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं। - अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं।

अनुरोधकर्ता : डाक्नेश्वरी नगरपालिका, सप्तरी

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु।
- जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु।
- आँखाको गेडी दुख्नु।
- अत्याधिक टाउको दुख्नु।
- शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जाली वा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं।
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं।
- अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं।

अनुरोधकर्ता : सप्तकोशी नगरपालिका, सप्तरी

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु।
- जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु।
- आँखाको गेडी दुख्नु।
- अत्याधिक टाउको दुख्नु।
- शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जाली वा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं।
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं।
- अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं।

अनुरोधकर्ता : तिरहुत गाउँपालिका, सप्तरी

विद्यालयमा चोरी

राजविराज/जिल्लाको विष्णुपुर गाउँपालिका ५ स्थित जनता राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालय कट्टीमा मंगलबार मध्यराती चोरले डेढ लाख मुल्य बराबरको सम्पत्ति चोरी गरेका छन् । चोरहरुले झण्डै एक लाख मुल्य बराबरको सम्पत्ति समेत तोडफोड गरी नष्ट गरिदिएका छन् ।

प्रधानाध्यापक बबिता यादवका अनुसार विद्यालयबाट ग्यास सिलिण्डर, चुल्हो, पंखा, बाइफाई राउटर, पानी तान्ने मोटर, पाइप, दिवाल घडी, भाडाकुडा र विद्यार्थीहरुको दिवाखाजाका लागि मगाइएका विभिन्न उपभोग्य सामाग्रि गरी डेढ लाख भन्दा बढीको सरसामान चोरी भएको छ ।

चोरले स्टोर कोठामा रहेको आलु, प्याज, चना, मुरही, हरियो सागसब्जी, एउटा ग्यास चुल्हो, खाना पकाउने मरमसाला, दुई वटा टेबुल पंखा र केही फर्निचरहरु बाहिर निकालेर नष्ट गरिदिएका छन् । खाद्यान्न र हरियो तरकारी विद्यालय परिसरमा छरपष्ट फालिदिएका छन् भने पंखा, ग्यास चुल्हो र कुर्सी फर्निचर लगायतका सामाग्रि बाहिर निकालेर तोडफोड गरी चोरले छाडेर हिडेको प्रअ यादवले बताइन् । यस्तै दराजमा रहेका महत्वपूर्ण कागजातहरु बाहिर निकालेर च्यातचुत पार्दै विद्यालय परिसरमा छरपष्ट फ्यालिदिएको उनले बताइन् ।

उक्त विद्यालयमा १ सय ६५ जना विद्यार्थी छन् । उनीहरुको दिवा खाजाका लागि राखिएका राशन मध्ये आधा चोरी भएको र आधाजति चोरले फ्याली हिडेको प्रअ यादवले बताइन् । राती चोरी भएको कुरा बुधबार बिहान ८ बजेतिर विद्यालय पुग्दा मात्र थाहा पाएको कार्यालय सहयोगि ज्ञानबत्ति साहले बताइन् । त्यसपछि सबैलाई जानकारी गराएको उनले बताइन् ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रवक्ता डिएसपी ढुण्डिराज नेउपानेले घटनाको खबर पाएलगत्तै प्रहरी निरिक्षकको नेतृत्वमा एक टोली विद्यालयतर्फ खटाइएको बताए ।

आमनागरिकलाई दुःख नदिन गृहमन्त्री लेखीको निर्देशन

धनुषा/मधेश प्रदेशका गृह सञ्चार तथा कानुन मन्त्री राजकुमार लेखीले सिमानाकामा प्रहरीले चेकजाँचको नाउँमा तस्करहरु भन्दा बढी आमनागरिकलाई दुःख दिने गरेको भन्दै त्यस प्रकारको काम नगर्न निर्देशन दिएका छन् ।

धनुषा जिल्लाको जटही नाकाको मंगलबार निरिक्षण गर्न पुगेका मन्त्री लेखीले यस प्रकारको सुरक्षा निकायलाई निर्देशन दिएका हुन् ।

जनगुनासो बेलाबेलामा आइराखेकोले नागरिकलाई कुनै प्रकारको दुःख कष्ट नहुने किसिमले प्रतिवद्ध भएर प्रहरीले काम गर्नु पर्ने निर्देशन दिए ।

उनले निरिक्षणको क्रममा आफ्नो भवन नभएर सशस्त्र प्रहरी जवानहरुलाई समेत बास बस्न र कामकाज गर्नमा समस्या देखिएकोले भवन निमार्णका लागि पहल गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे ।

अनुगमणका क्रममा मन्त्री लेखीलाई धनुषाका सशस्त्र प्रहरी उपरिक्षक दर्शन गिरीले नाकामा हुने चेक जाँच र आवत जावत हुने सवारी साधनबाट उठने राजश्वको साथसाथै नेपाल भारतको सिमास्तम्भहरुको बारेमा

जानकारी गराएका थिए ।

अनुगमन टोलीमा गृहमन्त्रालयका सचिव बिरेन्द्र यादव ,सशस्त्र प्रहरीका डिआजी काली दास धवजी,अनुसन्धानका डिआजी माधव तिमिलसिना सहित नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरीका अधिकारीहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

स्थापना दिवसमा अस्पतालमा वेडसिट प्रदान

राजविराज/राजविराजस्थित गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पतालमा सहयोग स्वरुप वेडसिट प्रदान गरिएको छ ।

नेपाल निजामती कर्मचारी युनियन सप्तरीले आफ्नो स्थापना दिवसको अवसर पारेर बुधबार अस्पतालको आकिस्मक कक्षमा रहेका सबै २५ वटै वेडमा प्रयोग गर्नका लागी आवश्यक वेडसिट प्रदान गरेको हो ।

रोगको संक्रमण फैलने सम्भावना न्यूनिकरण तथा सरसफाईको सन्देश दिदै अस्पताललाई सहयोग गर्न स्थापना दिवसमा यस्तो कार्याक्रम रोजेको नेपाल निजामति कर्मचारी यूनियनका अध्यक्ष सूर्यकान्त झाले बताए ।

युनियन आबद्ध कर्मचारीहरुको नीजि खर्चबाट सो सहयोग जुटाइएको उनले बताए । यूनियनका अध्यक्ष झाका साथै स्थापना दिवस समारोहका प्रमुख अतिथि नेपाली कांग्रेस सप्तरीका सभापती रामदेव साहले संयुक्त रुपमा उक्त वेडसिट अस्पतालका निमित्त मेडिकल सुपरिटेण्डेन्ट डा. दिलिप साहलाई हस्तान्तरण गरे ।

सो अवसरमा नेपाल स्वास्थ्यकर्मी संघ सप्तरीका अध्यक्ष शिव नारायण चौधरी, कांग्रेस सप्तरीका सचिव सनत मण्डल, नेविसंघका अध्यक्ष राकेश ठाकुर, तरुण दलका अध्यक्ष अर्जुन यादव लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

डुबेर तीन बालकको मृत्यु

धनुषा/धनुषामा भोज खान आएका तीन बालकको पोखरीमा डुबेर मृत्यु भएको छ ।

धनुषाको लक्ष्मीनिया गाउँपालिका वडा नं ७ लक्ष्मीनियामा मामाघर भोज खान आएका ती बालकहरुको पोखरीमा डुबेर मृत्यु भएको हो । पोखरीमा डुबेर बुधबार साँझ उनीहरूको मृत्यु भएको इलाका प्रहरी कार्यालय महेन्द्रनगरका प्रहरी निरीक्षक सोनुकुमार साहले जानकारी दिएका छन् ।

मृत्यु हुनेमा १० वर्षीय आदित्यकुमार साह, ९ वर्षीय आयुष साह र १४ वर्षीय सुशान्त साह रहेका छन् । मावलीतर्फका हजुरबुबा महावीर साहको घरमा भोज खान आएको बालकहरू नजिकैको पोखरीमा पौडी खेल्न जाँदा डुबेको आशङ्का गरिएको छ । मृतक बालकहरू साहका तीनवटा छोरीका छोरा रहेको बताइएको छ ।

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु ।
- जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु ।
- आँखाको गेडी दुख्नु ।
- अत्याधिक टाउको दुख्नु ।
- शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जाली वा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं ।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं ।
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं ।
- अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : रुपनी गाउँपालिका, सप्तरी

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

केन्याको विद्यालयमा आगलागी हुँदा १७ बालबालिकाको मृत्यु

नैरोबी/मध्य केन्याको एउटा विद्यालयको छात्रावासमा राति भएको आगलागीमा कम्तीमा १७ विद्यार्थीको मृत्यु भएको प्रहरीले शुक्रबार बताएको छ । प्रहरीका अनुसार न्येरी काउन्टीको हिलसाइड एन्डारासा एकेडेमीमा करिब मध्यरातमा आगलागी हुँदा बालबालिकाहरू सुतिरहेको एक शयनगृहमा आगोले समाएको थियो ।

"घटनामा १७ जनाको मृत्यु भयो र घाइते अन्यलाई अस्पताल पुर्याइएको छ", राष्ट्रिय प्रहरीका प्रवक्ता रेसिला ओनयाङ्गोले भन्नुभयो । प्रहरीले पीडितहरूको उमेर खुलाएको छैन । उहाँका अनुसार घटनास्थलमा फेला परेका शव चिन्न नसकिने गरी जलेका छन् । धेरै जना घाइते भएको र तीमध्ये १६ जना गम्भीर रूपमा घाइते भएका छन् । उनीहरूलाई नजिकैको अस्पताल लगिएको छ ।

"घटनास्थल पूर्ण रूपमा प्रशोधन गरिएपछि थप शव फेला पर्ने सम्भावना छ", उहाँले भन्नुभयो । आगो के कारणले लागेको हो भन्नेबारे थाहा नभएको तर अनुसन्धान सुरु गरिएको उहाँले जानकारी दिनुभयो । एजेन्सी

सुनिता विलियम्सलाई नलिई बोइङको स्टारलाइनर आइएसएसबाट पृथ्वीमा फर्कने

वासिङ्टन डिसी/बोइङको स्टारलाइनर अन्तरिक्ष यान शुक्रबार (स्थानीय समय) परिक्रमा गरिरहेको अन्तर्राष्ट्रिय अन्तरिक्ष स्टेसन (आइएसएस) बाट अलग भएको छ ।

उक्त यान अन्तरिक्ष यात्री सुनिता विलियम्स र बेरी विल्मोरलाई नलिई पृथ्वीमा फर्कने अमेरिकी अन्तरिक्ष एजेन्सी नासाले बताएको छ । यानले शनिबार (स्थानीय समय) मा न्यु मेक्सिकोको ह्वाइट स्यान्डर्स स्पेस हार्बरमा अवतरण गर्ने लक्ष्य बनाएको छ । नासाका अन्तरिक्ष यात्री बेरी 'बुच' विल्मोर र सुनिता 'सुनी' विलियम्स जुन ५ मा बोइङको स्टारलाइनर अन्तरिक्ष यानमा आफ्नो पहिलो चालक दलको उडानका लागि जुन ६ मा अन्तरिक्ष स्टेसनमा पुग्नुभएको थियो ।

दुवै अन्तरिक्ष यात्री एउटै उडानबाट पृथ्वीमा फर्कने अपेक्षा गरिएको थियो । स्टारलाइन परिक्रमा प्रयोगशालामा पुग्दा नासा र बोइङले हिलियम चुहावट र अन्तरिक्ष यान प्रतिक्रिया नियन्त्रण थ्रस्टर्समा समस्याहरू भएको पहिचान गरे । त्यसैले अन्तरिक्ष यात्रीहरूको सुरक्षाका लागि नासाले अगस्ट २४ मा स्टारलाइनर चालक दलबिना स्टेसनबाट पृथ्वीमा फर्कने घोषणा गर्यो । बुच विल्मोर र सुनी विलियम्सले कार्गोका साथ स्टारलाइनर प्याकिङ र फिर्ताका लागि यसको क्याबिनलाई कनफिगर गर्ने काम पूरा गर्नुभयो ।

नासाले दुवै अन्तरिक्ष यात्रलाई चालक दलबिना प्रस्थानका लागि तयार गर्न बिहीबार दिउँसो अन्तिम पटक स्टारलाइनसको ह्याच बन्द गर्यो । विल्मोर र विलियम्स अन्तर्राष्ट्रिय अन्तरिक्ष स्टेसनमै रहनुहुनेछ र नासाको स्पेसएक्स क्रु-९ मिसनका लागि नियुक्त अन्य दुई चालक दलका सदस्यसँग स्पेसएक्स ड्र्यागन अन्तरिक्ष यानमार्फत सन् २०२५ फेब्रुअरीमा घर फर्कनुहुनेछ ।

स्पेसएक्स र बोइङ दुवै व्यावसायिक विक्रेताहरू हुन् । यिनीहरूलाई नासाले अमेरिकी-प्रक्षेपण अन्तरिक्ष यात्रीहरूलाई अन्तर्राष्ट्रिय अन्तरिक्ष स्टेसनमा पठाउन जिम्मेबारी दिएको छ । एजेन्सी

आरटी विवादमा रुसले अमेरिकी मिडियामाथि प्रतिबन्ध लगाउने

मस्को/क्रेमलिनले शुक्रबार रुसी लगानीमा रहेको समाचार नेटवर्क आरटीमाथि वासिङ्टनको प्रतिबन्धको जवाफमा रुसले अमेरिकी मिडिया आउटलेटहरूमा घरेलु प्रतिबन्ध लगाउने बताएको छ ।

मुलुकको आसन्न राष्ट्रपति चुनावलाई प्रभावित पार्ने लक्ष्यका साथ मस्कोले दुर्भावनापूर्ण अभियान चलाएको आरोप लगाउँदै संयुक्त राज्य अमेरिकाले बुधबार आरटीका दुई कर्मचारीलाई दोषी ठहर गरेको थियो ।

"समरूप प्रतिक्रिया सम्भव छैन, अमेरिकामा कुनै सरकारी समाचार एजेन्सी छैन र अमेरिकामा कुनै सरकारी टेलिभिजन छैन", क्रेमलिनका प्रवक्ता दिमित्री पेसकोभले आरआइए नोभोस्ती समाचार एजेन्सीसँग भन्नुभयो, "तर पक्कै पनि त्यहाँ उपायहरू हुनेछन् जसले उनीहरूको मिडियालाई उनीहरूको जानकारी प्रसारण गर्न प्रतिबन्धित गर्नेछ ।"

रुसको कडा पकडको दुर्लभ स्वीकारोक्तिमा पेसकोभले युक्रेनमाथि आक्रमणका क्रममा मस्कोको अभूतपूर्व सेन्सरसिपलाई पनि जायज ठहर गर्नुभयो । उहाँले तास समाचार एजेन्सीलाई दिनुभएको भिन्नै टिप्पणीमा भन्नुभयो, "हामी जुन युद्धको अवस्थामा छौं त्यसमा प्रतिबन्ध जायज छ र सेन्सरसिप पनि जायज छ ।" उहाँले अमेरिकी मिडियाविरुद्ध रुसले कस्तो प्रतिबन्ध लगाउने भन्नेबारेमा बताउनुभएन ।

मस्कोले युक्रेनमा आक्रमण सुरु गर्दा द्वन्द्वमा स्वतन्त्र रिपोर्टिङलाई लक्षित गर्ने कानूनका बीच अधिकांश अमेरिकी मिडिया आउटलेटले रुसबाट आफ्ना कर्मचारी घटाए वा हटाए । अमेरिकी अर्थ मन्त्रालयले बुधबार प्रतिबन्ध लगाइएका १० व्यक्ति र दुई संस्थामा आरटीका प्रधानसम्पादक मार्गारिटा सिमोनियन र उहाँका डेपुटी एलिजाभेटा ब्रोडस्किया समावेश छन् । एजेन्सी

अबैध चोरी शिकारी प्रकरणमा अनुसन्धान सुरु

राजविराज/अबैध चोरी शिकारी प्रकरणमा डिभीजन वन कार्यालय सप्तरीले अनुसन्धान सुरु गरेको छ ।

सहायक वन अधिकृत सचिन्द्र यादवलाई अनुसन्धान अधिकृत नै तोकेर पक्राउ परेकाहरु उपर बन्यजन्तु संरक्षण ऐन बमोजिम अनुसन्धान सुरु गरिएको डिभिजन बन कार्यालय सप्तरीका प्रमुख सुभाष चन्द्र दासले जानकारी दिए । घट्ना अनुसन्धान गर्न गठित दुई सदस्यीय अनुसन्धान टोलीमा रेन्जर संतोष यादव सदस्य छन ।

अबैध चोरी सिकारी गरी एक बदेल मारेको आरोपमा पक्राउ परेकाहरुलाई सव डिभिजन बन कार्यालय कंचनपुरको हिरासतका राखी अनुसन्धन गर्न सोमवार नै १० दिनको अनुमती स्याद समेत प्रदान गरिएको उनले जानकारी दिए ।

अनुसन्धान अधिकृत यादवले आफुहरुले पाएको समय अवधीमा बदेलको पोष्टमार्टम रिपोट, चोरी सिकारीमा संलग्न भनिएका ब्यक्तीहरुसंगको बयान, घटनास्थलको निरीक्षण, प्रकृति र अवस्था लगायतका विषयमा अध्यन अनुसन्धान गरी सम्बन्धित निकायमा प्रतिवेदन र मुद्दा प्रस्तुत गर्ने जानकारी दिए ।

यस अघि अबैध चोरी सिकारीमा संलग्न भएको आरोपमा पक्राउ परेर चार दिन अघि जिम्मा जमानीमा छाडिएका पुर्व डिआईजी ज्ञान विक्रम शाह, बहालवाला नेपाल प्रहरीका सइ संजय न्यौपाने सहित प्रहरीले ९ जनालाई फेरी पक्राउ गरी अघिल्लो दिन आईतवार बन कार्यालयलाई बुझाएको थियो ।

त्यस पछी बन कार्यालयले यस अघि पोष्टमार्टम बिनै गाडेको बदेललाई गाडीएको खाल्डोबाट निकालेर अघिल्लो दिन गत आईतवार पोष्टमार्टमका लागी जिल्ला पशु सेवा कार्यालय राजविराज पुऱ्याएको थियो ।

उक्त घटनामा हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिकाका अकाश यादव, जनार्दन राउत, ओमप्रकाश प्रसैला, लक्ष्मी मण्डल, शंकर यादव, तिरहुत गाउँपालिकाका लक्ष्मण मण्डल, राजविराजका रविन दास र सुनसरीका प्रदिप लिम्बु लगायत १० जनाको संलग्नता रहेको भनिए पनि हाल पुर्व उपसभामुख गंगा प्रसाद यादवको छोरा हनुमाननगर कंकालीनी नगरपालिकाका आकाश यादव भने पक्राउ पर्न नसकेको र खोजी भईरहेको प्रहरीलाई उद्धत गर्दै बन कार्यालयका एक अधिकारीले बताए ।

भदौ १२ गते मध्यरात सप्तरीको हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिका १ कोशी पलार क्षेत्रबाट प्रहरीले राइफल, गोली, शिकारमा प्रयोग हुने अन्य सरसमान तथा मारिएको बदेल सहित १० जनालाई पक्राउ गरेको थियो । तर पछि गएर प्रहरीले बदेललाई वेवारीसे अवस्थामा बरामद भएको भन्दै पक्राउ परेका सबैलाई जिम्मा जमानीमा छाडेपछी भीआईपी ब्यक्तीहलाई बचाउन खोजीएको भन्दै चर्को विरोध हुन थालेको थियो ।

खेलकुद माथी उकास्ने प्रयास गर्ने छु : खेलकुद मन्त्री चौधरी

राजविराज/युवा तथा खेलकुद विकास मन्त्री तेजुलाल चौधरीले आफ्नो कार्यकालमा इमान्दार प्रयास र नेतृत्वसहित नेपाली खेलकुद माथी उकास्ने प्रयास गर्ने बताएका छन् ।

सप्तरीको बोदेबरसाईनमा मंगलबार नेपाली कांग्रेस नगर कार्य समितिले आयोजना गरेको स्वागत तथा सम्मान कार्यक्रममा मन्त्री चौधरीले यस्तो बताएका हुन् ।

खेलकुद क्षेत्रमा कार्य योजना अनुसार कार्य नभईरहेकोप्रति चिन्ता व्यक्त गर्दै उनले मधेस र कर्णाली प्रदेश मानव विकास सूचांकमा पछाडी रहेको र उचित बजेटको अभावमा यस क्षेत्रमा काम नभइरहेको प्रति आफू चिन्तित भएको जिकिर गरे ।

मन्त्री चौधरीले वर्तमान सरकारले खेलकुदको विकासका लागि खेलकुद पूर्वाधार निर्माणलाई प्राथमिकतामा राखेको र यसले खेलको विकासमा टेवा पुऱ्याउने विश्वास समेत व्यक्त गरे ।

युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयबाट नगरको केही फिल्डको डि.पि.आरका लागि मन्त्रालको प्रावधिक टोलीबाट नापजाँच भईसकेको बताउँदै मन्त्री चौधरीले जनताको विश्वासमा कुठाराघात हुन नदिने बताए ।

सो अवसरमा बोदेबरसाईन नगर बजार ब्यापार संघका पदाधिकारीले मन्त्री चौधरीलाई स्वागत गर्दै बजारको विकासका लागि बडी भन्सार कार्यालय स्थापना तथा बजारमा कवड हल र राष्ट्रिय बाणिज्य बैंकको शाखा स्थापनाका लागि आवश्यक पहल गर्न आग्रह समेत गरे ।

सप्तरी क्षेत्र नं. ४ बाट प्रतिनिधि सभा सदस्यमा निर्वाचित भएका चौधरी मन्त्री बनेपछि पहिलो पटक आफ्नो निर्वाचन क्षेत्रमा आएका हुन् । मन्त्री चौधरीलाई निर्वाचन क्षेत्रमा स्थानीयहरूले ठाउँ ठाउँमा कार्यक्रम आयोजना गरि स्वागत गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा नेपाली काँग्रेस बोदेबरसाइन नगर समितिका सभापति ई. दिपेन्द्र यादव, सुरुङ्गा नगरपालिका मेयर गिता चौधरी, अन्तराष्ट्रिय भरोत्तोलन खेलाडी कानन चौधरी लगायतले शुभकामना दिँदै खेल पूर्वाधार निर्माण समयमै सम्पन्न गर्नुपर्नेमा जोड दिएका थिए ।

पक्राउ परेका साहमाथी उपद्रव शिर्षकको मुद्दा

राजविराज/सरकारी कागजपत्र च्यातेको तथा कार्यालयमा अशान्ति मच्याएको आरोपमा प्रहरीले बुधबार एक जनालाई पक्राउ गरेको छ ।

राजविराज वडा नं. ७ स्थित नापी कार्यालयमा गएर कर्मचारीहरुसीत दुर्व्यहार गर्नुका साथै सरकारी कागजपत्र समेत च्यातेको आरोपमा सप्तरीको रुपनी गाउँपालिका १ निवासी ४० वर्षिय प्रमोद साह "राणा" लाई नियन्त्रणमा लिइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

कार्यालयमा गएर कर्मचारीलाई दुर्व्यहार गर्नुका साथै कार्यालयको क्षेत्रिय बुक समेत च्यातेर फ्यालेको आरोपमा साहलाई नियन्त्रणमा लिइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रवक्ता डिएसपी ढुण्डिराज नेउपानेले बताए ।

उनीमाथी आपराधिक उपद्रव शिर्षकमा मुद्दा चलाइने तथा बुधबार नै सप्तरी जिल्ला अदालतबाट तीन दिनको म्याद थप गरि आवश्यक अनुसन्धान भइरहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु ।
- जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु ।
- आँखाको गेडी दुख्नु ।
- अत्याधिक टाउको दुख्नु ।
- शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जाली वा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं ।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं ।
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं ।
- अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : राजगढ गाउँपालिका, सप्तरी

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु ।
- जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु ।
- आँखाको गेडी दुख्नु ।
- अत्याधिक टाउको दुख्नु ।
- शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जाली वा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं ।
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं ।
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं ।
- अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : अग्निसाइर कृष्णासवरण गाउँपालिका, सप्तरी

लामखुट्टेको टोकाईबाट लाग्ने डेंगुका लक्षण तथा यसबाट बच्ने उपाय

लक्षण

- उच्च ज्वरो आउनु । - जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु । - आँखाको गेडी दुख्नु । - अत्याधिक टाउको दुख्नु । - शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।

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

बच्ने उपाय

- लामखुट्टेबाट बच्न पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं । - घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरि झ्याल, ढोकामा जालीवा सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं । - घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं । - पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं । - अध्यँरा कुना-काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं ।

अनुरोधकर्ता : हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिका, सप्तरी

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*, **वेवसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*