

राजविराज

आप्ताहिक

वर्ष ४२ अंक ३८ २०८१ साल बैशाख ३० गते आइतवार (12 May 2024 Sunday) मूल्य रु. ७/-

यस अंक भित्र - पृष्ठ २ मा : वरिष्ठ कानून व्यवसायी हिम्मत सिंह ... पृष्ठ ३ मा : अमेरिका जानु छ भने ... पृष्ठ ४ मा : हात्तीपाइलेका कारण सपना चकनाचुर: ... पृष्ठ ५ मा : राजविराज जेसीजको चार ...

चिम्टीका अग्निपीडित परिवारलाई दिनहु राहत प्रदान गरिदै



राजविराज/सप्तरीको महादेवा गाउँपालिका १ चिम्टी अग्निपीडित परिवारका लागि राहत प्रदान गर्ने क्रममा जाँच गरिएको छ।

नेपाली कांग्रेस र नेपाल विद्यार्थी संघ सप्तरीले विहीवार चिम्टीका अग्निपीडितलाई राहत स्वरूप ट्युबेल, खाद्यान्न र बालबालिकालाई स्टेशनरी प्रदान गरेको छ।

काँग्रेसका सप्तरी सभापति रामदेव साहले अग्निपीडितहरूका लागि ६ थान ट्युबेल, पाईप र त्यसको जडानमा लाग्ने खर्चसहित वडाध्यक्ष जयकिशोर दासलाई हस्तान्तरण गरेका छन्।

यसैगरी नेपाल विद्यार्थी संघ सप्तरीले अग्निपीडित ६६ परिवारजनलाई राहत स्वरूप खाद्यान्न सामग्री र बालबालिकालाई स्टेशनरी प्रदान गरेको छ।

राहतमा चामल, दाल, खानेतेल, च्युरा, नुन लगायतका सामग्री तथा बालबालिकालाई स्टेशनरी प्रदान गरेको नेविसंघ सप्तरीका सभापति राकेश ठाकुरले जानकारी दिए।

राहत वितरण कार्यक्रममा काँग्रेस सप्तरी उपसभापति रामकुमार यादव, सचिव सन्त मंडल, युवा नेत ईरसाद अन्सारी, जिल्ला समन्वय समिति सप्तरीका प्रमुख शिवनाराण साह, तिलाठी कोईलाडी गाउँपालिकाका अध्यक्ष अरुण मंडल, कृष्णासवरण गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष कल्पना चौधरी लगायतका उपस्थिति थियो।

यसैबगर अग्निपीडितलाई विहीवार क्याम्पिभेटिङ्ग नेपालको सहयोगमा सुमार्ग नेपालले जस्तापाता वितरण गरेको छ। अग्निपीडित ६६ परिवारलाई सुमार्ग नेपालले १ बन्डल जस्तापाता वितरण गरेको हो।

सो अवसरमा गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष अर्चना कुमारी यादव, गाउँपालिकाका पूर्व अध्यक्ष दिपक कुमार यादव, वडा अध्यक्ष जयश्वर किशोर दास,

सुमार्ग नेपालका अध्यक्ष मुरारी शुक्ला सहितकाले जस्तापाता वितरण गरेका थिए।

त्यस्तै विहीवारै निर्माण व्यवसायी संघ सप्तरीले अग्निपीडित परिवारलाई एक थान टेबल पंखा वितरण गरेको छ। संघका अध्यक्ष सतिशचन्द्र मिश्रले सबै परिवारलाई उक्त टेबल पंखा वितरण गरिएको जानकारी दिए।

ती पीडित परिवारलाई विभिन्न संघसंस्थाले खाना पकाउने भाडावर्तन, ग्यास चुल्हा, बक्सा लागतयका सामाग्रीहरू प्रदान गरेका छन्। ती राहतका सामाग्रीहरू ५२ नं बलिया क्याम्प कतारको सहयोगमा प्रदान गरिएको हो। समाजसेवी रामउद्दगार यादव, ई. संजिव नारायण यादव, रिना भ्वा, ई. शैलेन्द्र यादव, ई.रामजी यादव, ई नन्दकिशोर यादव, महिला अभियानी अनिता यादव, महिला अभियानी सविता यादव, ई.ओम प्रकाश यादव लगायतले सप्तरी युथ नेपालको उपस्थितिमा प्रदान गरेको हो।

अग्निपीडितका लागि ६७ थान प्रेसर कुकर, ६७ थान कराही, ६७ थान प्लेट, ६७ थान पन्थू वितरण गरिएको सप्तरी युथ नेपालका विपद् व्यवस्थापन समितिका संयोजक सत्येन्द्र यादवले जानकारी दिए। लहान उद्योग बाणिज्य संघले ४५ परिवारलाई चुल्हा र ग्यास सिलिन्डर प्रदान गरेको छ।

यस्तै यादव युवा संघले समेत राहत स्वरूप ठूलो वाकस वितरण गरेको छ। ६६ अग्निपीडित परिवारलाई समान राख्ने ठूलो वाकस सहयोग गरिएको छ।

त्यस्तै समाजसेवी एवं बौद्धिक वर्गका व्यक्तित्व डा. मुरली प्रसाद सिंहले अग्निपीडितहरूका लागि तीन छाकको खानामा लाग्ने सम्पूर्ण सामग्री दिएका छन्।

यता सप्तरी युथ नेपाल र नुर वेलफेयर सोसाइटी सप्तरीको संयुक्त आयोजना तथा स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियन

मविव क्याम्पस राजविराज, मिसन कलेज र पदमा एण्ड टुरिजम बथनाहाको सहकार्यमा उक्त खाना खुवाउने व्यवस्था

राजविराजमा “गजेन्द्र स्मृती भवन तथा संग्रहालय” निर्माण हुँदै

राजविराज/स्व. नेता गजेन्द्र नारायण सिंहको स्मृति एवं सम्झनामा राजविराजमा “गजेन्द्र स्मृती भवन तथा संग्रहालय” निर्माण हुने भएको छ।

शुक्रवार एक कार्यक्रमबीच मधेश प्रदेशसभा सदस्य एवं प्रदेशका पूर्वशिक्षा मन्त्री महेश प्रसाद यादवले उक्त संरचनाको शिलान्यास गरेका छन्।

शिलान्यास कार्यक्रमका क्रममा आयोजित भूमि पूजनमा प्रमुख अतिथि प्रदेश सांसद यादवका साथै अर्का प्रदेश सांसद सतिशकुमार सिंह, राजविराज नगरपालिकाका कार्यवाहक प्रमुख इसरत परबिन, वडा अध्यक्ष अरुण यादव पनि सरिक भए।

राजविराज नगरपालिकाले गजेन्द्र नारायण सिंह स्मृति

जाँचि नै छ।

गत बैशाख १८ मा महादेवा गाउँपालिका वडा १ चिम्टीमा भिषण आगलागी हुँदा ६६ परिवारका एक सय भन्दा बढी घर जलेर खरानी भएको थियो।

अहिले अग्निपीडितहरूलाई बसोबासको समस्या रहेको स्थानिय वडाध्यक्ष जयकिशोर दासले बताए। प्रति परिवारलाई कमिन्ता पनि पाँच जना सम्म बस्न सकिने ठोस घरको सबै भन्दा बढी खाँचो रहेकोले सहयोगी निकायहरूलाई त्यतातिर ध्यान दिन वडाध्यक्ष दासले आग्रह गरे।



सामुदायिक भवन तथा संग्रहालय निर्माणका लागि वडा नं. २ मा प्रस्तावित राजविराज बस पार्क नजिकै ८ कठ्ठा १ धुर जग्गा उपलब्ध गराएपछि शहरी विकास मन्त्रालयको बजेटमा सो भवन निर्माण हुन लागेको हो।

सामाजिक संजालको प्रयोग गर्दा सावधानी अपनाऔं, सामाजिक मर्यादाको ख्याल गरौं।

नेपाल बैंकको सुरक्षा गार्डको हत्या

राजविराज/नेपाल बैंक लिमिटेड शाखा फत्तेपुरका सुरक्षागार्ड क्वाटरमै मृत अवस्थामा फेला परेका छन्।

सप्तरीको सप्तकोशी नगरपालिका २ निवासी ५६ वर्षिय परशुराम फुयाल विहीवार विहान ७ बजे तिर बैंक परिसरमा रहेको क्वाटर भित्रै मृत अवस्थामा फेला परेका हुन। उनको हत्या भएको हुन सक्ने स्थानीयवासीले अनुमान गरेका छन् भने प्रहरी घटनाको अनुसन्धान भइरहेको बताएको छ। घटनास्थलको प्रकृति तथा सीसीटीभी फुटेज चेक गर्दा हत्या भएको संकेत गरेको प्रहरीको भनाई छ।

यद्यपि यसबारे अनुसन्धान भइरहेकोले सत्य तथ्य सार्वजनिक गर्न केही समय लाग्ने इलाका प्रहरी कार्यालय कंचनपुरका डिएसपी महेन्द्र नेपालले जानकारी दिए।

बैंकमा रहेको सीसीटीभी फुटेज चेक गर्दा मध्यराती तिर एक जना नकावधारी व्यक्ति बैंक भित्र ओहोर

दोहोर गरेको देखिएको डिएसपी नेपालले बताए।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रवक्ता डिएसपी दुर्गिन्द्राज नेउपानेले सीसीटीभी फुटेजमा देखिएका व्यक्ति बैंक लुट्ने प्रयोजनका लागि नकाव लगाएर चोर वाटोबाट मध्यराती बैंकमा प्रवेश गरेको अनुमान गरिएको बताउँदै बैंक भित्र रहेका सबै सम्पत्ती सुरक्षित रहेको जानकारी दिए।

यसैबीच विहीवार नै घटना स्थलमा कोशी प्रदेश प्रहरी कार्यालयबाट डग स्ववाड (तालिम प्राप्त कुकर) ल्याइ प्रयोग गरिएको छ। डग स्ववाडले पनि केही संकेत गरेकोले त्यसको पनि अध्ययन गर्दै सीसीटीभी फुटेजमा देखिएको नकावधारी व्यक्तिको खोजी कार्य तिब्र बनाइएको उनको भनाई छ।

नेपाली सेनाबाट सेवानिवृत्त भएपछि उनी विगत ७ वर्ष देखि उक्त बैंकमा सुरक्षागार्डको रुपमा कार्यरत थिए।

निर्माण विभागसँग सम्झौता भएको बताए।

उक्त सम्झौता अनुसार नवनिर्मित भवनमा १/१ वटा सभाहल, संग्रहालय र स्मृति भवन, दुई वटा कार्यालय कोठा, एक वटा सुरक्षा गार्ड बस्ने कोठा, भान्साकोठा, शौचालय र बाथरूम लगायतको सुविधा रहने सघन शहरी तथा भवन निर्माण आयोजना सप्तरीका इन्जिनियर राजकुमार मिश्रले जानकारी दिए।

जनमत पार्टीका राष्ट्रिय अध्यक्ष एवं सप्तरी क्षेत्र नं. २ वाट प्रतिनिधिसभा सदस्यमा निर्वाचित डा. सीके राउतको विशेष पहलमा संघीय सरकारबाट ६० लाख २० हजार ६ सय ४७ (मूल्य अभिवृद्धि करसहित) को लागतमा सो भवन निर्माण हुन लागेको हो।

डढेलोबाट बचौं र बचाऔं ।

- सलाई, लाईटरजस्ता प्रज्वलनशील वस्तु बालबालिकाले भेट्ने ठाउँमा नराखौं,
- जंगलमा सलाई तथा लाईटरको प्रयोग नगरौं र गर्नु पर्ने भए सावधानीपूर्वक प्रयोग गरी राम्रोसँग निभाऔं,
- सानो असावधानीले जंगलमात्र होईन आसपासका बस्तीसमेत उजाड हुन सक्छन्,
- जन, धन र वनको संरक्षण गरौं,

सचेत बनौं, डढेलोबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं।



अमेरिका जानु छ भने कानुनले चिन्ने गरी जानुस्

कृष्णमणि पराजुली

अहिले विश्वकै आकर्षणको केन्द्र बनेको छ, अमेरिका। त्यसमा पनि गरिव मुलुकका कतिपयका लागि अमेरिका सपनाको देश बन्दै गएको छ।

ठुलो देश र आवादी कम भएकाले जति नै मानिसको ओइरो लागे पनि केही समस्या पर्दैन अमेरिकालाई। बरु विभिन्न किसिमका जनशक्तिको आवश्यकता पर्ने भएकाले ईडीभी र अन्य माध्यमबाट अमेरिका प्रवेश गर्नेहरूको अहिले लको नै चलेको छ। कानुनी तथा गैरकानुनी जसरी भए पनि अमेरिका छिर्नेका लागि जिउ-ज्यानकै जोखिम मोल्नेहरू पनि देखिन्छन्। यसरी विश्वका कुना-काप्चामा बस्नेका लागि समेत आकर्षण हुन गएको छ अमेरिका।

मानिसले धेरै कुरा बुझ्न, जान्न र देख्न चाहन्छ। यद्यपि अहिले विज्ञान र प्रविधि सबै देशमा एउटै हो। शिक्षा, स्वास्थ्य, प्रविधि, व्यावहारिक ज्ञान उस्तै हुन्। केवल सञ्चालन र व्यवस्थापन मात्र फरक हो। उस्तै भए पनि अमेरिकाको उत्पादन र प्रविधि बढी गुणस्तरीय र विश्वसनीय हुन्छन्।

अमेरिकालाई हामी अर्कै ग्रहजस्तो ठान्छौं। यो बुझाई पनि गलत हो। मानिसले हात बाँधेर प्रगति गर्न सक्दैन। उनीहरू हात बाँधेर बस्दैनन् र काम गरेकै हुन्छन्। विकासका लागि अनेक उपाय निकाल्छन्। व्यक्तिलाई भन्दा यहाँ कामको मूल्याङ्कन गरिन्छ, त्यसो हुँदा कामको उत्पादकत्व र गुणस्तरमा उच्चता पाउन सकिन्छ। देश विकास एकैचोटि हुने होइन। यसका लागि त निरन्तरता हुनेपर्छ।

विकासलाई तीव्रता दिन नसकेका कारण मात्र हामी पछि परेका हौं। विकासका लागि आवश्यक पर्ने संरचनाहरू भने सबै मुलुकका लागि उस्तै हुन् र विकास गर्ने नसकिने होइन। यसका लागि राजनीतिक प्रतिबद्धता आवश्यक हुन्छ। अल्पविकसित मुलुकमा यसको अभाव भएकाले नै विकासमा धेरै मुलुकपछि परेका हुन्। तीव्र गतिमा विकास गर्दै गएको हुनाले अन्य मुलुकलाई विभिन्न किसिमबाट प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपले प्रभाव पारिरहेकै छ अमेरिकाले।

यहाँ सन्दर्भ छ अमेरिकाले। अमेरिकामा जसरी पनि छिर्ने र छिरेपछि हवाहवाती डलर आउँछ भने सोच कदापि गर्नु हुँदैन। पैसा त्यसै आउने भए अमेरिकाले किन बाहिरका मानिसलाई लैजाय्छो ? उत्पादन बढाउनका लागि नै उसले बाहिरबाट मानिस लैजाने हो।

तपाईं हाम्रो साधारण शिक्षाले ठुलो आम्दानी गर्ने सक्दैन। रोजगारीबाट मनगो आम्दानी गर्नका लागि विशेष शिक्षाको आवश्यक हुन्छ, जुन ज्ञान तथा शिक्षाले आम्दानीमा तीव्रता दिएको हुन्छ। अमेरिकामा आम्दानी गर्ने शिक्षा भनेको प्राविधिक तथा व्यावहारिक शिक्षा नै हो। अहिले त आईटी तथा अनलाइन शिक्षाको विकासले धेरै मानिसले गर्ने काम थोरै मानिसबाट सम्भव भएको छ। यसले गर्दा पनि त्यहाँ साधारण शिक्षा प्राप्त गर्नेहरूलाई रोजगारीको अवसर न्यून हुँदै गएको छ।

अमेरिकामा मात्र होइन, धेरै मुलुकमा मानिसले लामो समय लगाएर गर्ने कामलाई एआईले

क्षणभरमै सम्पन्न गरेर चकित पारेको छ। यसको निर्माण गर्ने पनि मानिस नै हुन् तर तिनीहरूमा विशेष दक्षता भएको हुन्छ। त्यसकारण साधारण ज्ञान लिएर तपाईं जहाँ गए पनि त्यसबाट हुने आम्दानीबाट सन्तुष्ट हुनै सक्नुहुन्न। राम्रो काम र मामका लागि त उपयुक्त शिक्षा, ज्ञान र दक्षता हासिल गर्नेपर्छ।

तपाईं थोरै आम्दानीबाट पनि सन्तुष्ट हुनुहुन्छ भने सामान्य शिक्षा र ज्ञान भए पनि पुग्छ। जहाँ पनि यस प्रकारको शिक्षाले तुलनात्मक रूपमा राम्रो रोजगारी दिँदैन। अहिले बढी आवश्यक भएको क्षेत्र भनेकै आईटी हो। यस क्षेत्रको ज्ञान तपाईंसँग पर्याप्त छ भने तपाईंले धेरै बसेर पनि राम्रो आम्दानी गर्न सक्नुहुन्छ।

अमेरिकामा जुन हैसियतबाट प्रवेश गरे पनि तपाईंले कुनै अपराधिक काम गर्नु हुँदैन भने तपाईंले चाहेजति बस्न सक्नुहुन्छ। तेरो भिसा छैन भनेर घोर्क्याएर देश फिर्ता गर्दैन। यसो गर्नु मानवता विरोधी हुन सक्छ। यहाँ सानोतिनो (घन्टाका आधारमा पारिश्रमिक दिइने) काम पाउने सम्भावना भने बढी हुन्छ। अर्को धेरै घन्टा काम गर्नु भन्दा पाइँदैन। जो-कोहीलाई पनि हप्तामा दुई दिन आराम गर्नेपर्छ भने मान्यताले गर्दा पाँच दिनमा ४० घन्टासम्म काम गर्न सकिन्छ। पारिश्रमिकका सम्बन्धमा पनि त्यति भिन्नता हुँदैन, किनभने निश्चित मापदण्ड निर्धारण भएको हुन्छ।

अर्को राम्रो पक्ष भनेको तपाईंसँग कुनै विषयको राम्रो दक्षता अथवा सीप छ भने राम्रै आम्दानी

पनि गर्न सक्नुहुन्छ। मानौं कुनै कृषि फर्ममा कुनै कृषिको ज्ञान भएको कामदारको आवश्यकता पत्तो भने कृषि विषय पढेकै हुनुपर्छ भने पनि केही छैन। तपाईंमा कृषिको ज्ञान छ भने रोजगारी पाउन सक्नुहुन्छ। रोजगारदातालाई काम चाहियोको हो न कि प्रमाणपत्र। सरकारी कार्यालयमा प्रमाणपत्र चाहिन्छ, त्यो क्षेत्र अर्कै हो। काम गर्दै जाँदा कर्मचारीले धेरै कुरा सिकेका हुन्छन्। रोजगारदाताहरू सन्तुष्ट भए भने कामदारलाई माथिल्लो तहमा लैजाँदा पनि रहेछन्। त्यसकारण आम्दानी गर्नका लागि पढाइभन्दा

पनि कामबाट हुन सक्ने उपलब्धिलाई बढी महत्त्व दिइएको हुँदो रहेछ।

अमेरिकामा घरभाडा भने अलि महँगै छ। यसका लागि कतिपय मानिस जसको आम्दानी कम छ, सेयर गरेर पनि बस्छन्। कुनै एउटा फ्याट सेयर गर्दा अवश्य नै सस्तो पर्ने हुन्छ। यसरी आफ्नो कमाइलाई केही हदसम्म किफायत गरेर जीवन चलाउने पनि गर्छन्। बाहिरबाट त्यहाँ जानेका लागि केही महँगोको अनुभव त अवश्य नै हुन्छ, तर त्यहाँ बसेर कमाउनेका लागि त महँगोको असर पर्ने कुरै भएन। स्वदेशको

तुलना गरेर कुनै पनि सामान किन्दा एकदमै महँगो जस्तो लाग्छ। एकमुठा साग किन्दा पाँच डलर पर्छ। त्यो सागलाई नेपालमा ५० रुपैयाँभन्दा त पक्कै बढी पर्दैन। राम्रो पारिश्रमिक छ भने महँगोबाट त्यति चिन्ता लिनु पनि पर्दैन।

तपाईं वैधानिक बाटोबाट अमेरिका जानुभएको छ भने तपाईंलाई धेरै कुरामा सहज हुन्छ र कुनै प्रकारको चिन्ता लिनुपर्दैन। ग्रिनकार्ड, सामाजिक सुरक्षा नम्बर, रोजगारी, विमा, औषधि उपचारजस्ता विषयमा सजिलो हुन्छ। गलत किसिमले **बाँकी चार पृष्ठमा**



जल तथा मौसम विज्ञान विभागले तापक्रम बढेसँगै तराईका जिल्लाहरूमा तातोहावा लु चल्न सक्ने सम्भावना रहेको र यसले स्वास्थ्यमा असर पार्न सक्ने भएकाले सचेत रही सुरक्षाका उपायहरू अपनाउन अनुरोध गर्दछौं।

तातोहावा लु बारे बुझौं र बच्न सुरक्षाका उपायहरू अपनाऔं।

- हृदयको गति तीव्र हुने
- श्वसनप्रवास र रक्तचाप कम हुने
- शरीरबाट पसिना ननिस्कने
- टाउको अत्यधिक दुख्ने
- चक्कर लाग्ने, अचेत हुने
- शरीरको तापक्रम १०४ डिग्री फरेनहाइट भन्दा बढी हुने
- छाला सुक्सा, रातो र तातो हुने

गर्मीमा स्वास्थ्यको विशेष हेरचाह गर्नु। उल्लेखित असरहरू देखिएमा विरामीलाई तुरुन्त नजिकैको अस्पताल लैजाऔं।



अनुरोधकर्ता
सप्तकोशी नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

गर्मीमा तातो हावा 'लु' बाट जोगिन गर्न हुने र गर्न नहुने कुराहरू

गर्न हुने



- बाहिर निस्कने परे छाता ओड्ने वा पातलो कपडाले टाउको छोप्ने हल्का खालको सितल हुने कपडा लगाउने
- धेरै पानी पिउने
- सेतबारी वा घर बाहिर काम गर्दा बिहान वा बेलुका गर्ने
- कामती पानी, नरिवल पानी तथा फलफूलको रस पिउने फलफूल, काँक्रो लगायत घरमै बनाएको ताजा खानेकुरा खाने

गर्न नहुने



- दिउँसो सकभर घर बाहिर ननिस्कने
- माथिसामा धेरै समय गभस्ने, बस्न परेमा प्रशस्त पानी पिउने
- व्याफिनले धेरै पिसाब मराउने हुँदा चिया, कफी, सोडा जस्ता पेयपदार्थ नपिउने
- धूलपान तथा मदिरा सेवन नगर्ने

मृटुको चाल तीव्र हुने, श्वासप्रश्वासमा समस्या हुने, रक्तचाप कम हुने, शरीरबाट पसिना ननिस्कने, टाउको अत्यधिक दुख्ने, चक्कर लाग्ने, हनहनी ज्वरो आउने जस्ता समस्या देखिए विरामीलाई तुरुन्त अस्पताल लैजाऔं।

बालबालिका, वृद्धवृद्धा तथा दीर्घरोगीको विशेष ख्याल गरौं।

अनुरोधकर्ता
बालनबिहुल गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

गर्मीमा तातो हावा वा लुबाट जोगिने उपायहरू



दिउँसो घरबाट बाहिर ननिस्कने



फलफूलको रस र पानी पिउने र धेरै पसिना आएमा कहिलेकाहीँ जीवनजल पिउने



बाहिर निस्कने परे पातलो कपडाले टाउको छोप्ने वा छाता ओढ्ने



पिसो पानीले वुहाउने



सेतबारीमा कामकाज सकभर बिहान वा बेलुका गर्ने



मदिरा सेवन नगर्ने



व्याफिनले धेरै पिसाब मराउने हुँदा चिया, कफी, सोडा जस्ता पेयपदार्थ नपिउने



पिनीको मात्रा बढी भएको भोलो पदार्थ बढी नपिउने

अनुरोधकर्ता
खडक नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

राजविराज जेसीजको चार महिनाको गतिविधिमा सक्रियता आएकोप्रति प्रशंसा

राजविराज/नेपाल जेसीजका राष्ट्रिय उपाध्यक्ष योगेश राजवंशीले राजविराज जेसीजको चार महिनाको गतिविधिमा सक्रियता आएकोप्रति प्रशंसा गरेका छन् । भ्रमणका क्रममा राजविराज जेसीज आइपुगेका उपाध्यक्ष राजवंशीले सो प्रशंसा गर्दै उनले जेसीज युवाहरूको नेतृत्व क्षमता वृद्धि गर्ने संस्था रहेकोले युवाहरू माझ यस संस्थालाई पुन्याउनु आवश्यक रहेको उल्लेख गरे ।



उनको सम्मानमा आयोजित "मिट एण्ड ग्रिट" कार्यक्रममा बोल्दै उनले उर्लावारी जेसीज, मोरङका वर्ष २०२३का अध्यक्ष भई नेपाल जेसीजका उपाध्यक्ष भएका राजवंशीले राजविराज जेसीजको लामो इतिहास रहेको र सक्षम लिडरहरू रहेकाले शाखाको चार महिनाको गतिविधिमा सक्रियता आएको

जिकिर गरे । नेपाल जेसीजले शाखाहरूमा गतिविधि सञ्चालन गर्न केही सहयोग गर्ने गरेको बताउँदै सो लिन राजविराज जेसीजले वातावरण बनाउनु पर्ने र माग गर्नु पर्ने सुझाव समेत उनले दिए । नेपाल जेसीजले देश भरिमा भएका आफ्ना शाखाहरूको स्थलगत भ्रमण गरी त्यहाँका अवस्था बुझ्न र

समस्या भए सो को सामाधान गर्न आफ्ना उपाध्यक्ष र कार्यकारी उपाध्यक्षहरूलाई परिचालित गर्ने कार्य अन्तरगत आफ्नो भ्रमण भएको उनको भनाई थियो । उक्त कार्यक्रममा बोल्दै राजविराज जेसीजका पूर्व अध्यक्ष सतीश कुमार दत्तले शाखा स्थापनाको ४९ वर्ष भई सकेको परिवेशमा यस

कार्यकालले आउँदो वर्ष हुने स्वर्ण जयन्तीको लागि पूर्वाधार तैयार गर्नु पर्ने भएकोले कठिन मेहनत गर्नु पर्ने उल्लेख गरे । राजविराज जेसीजको आफ्नै भवनमा वर्ष २०२४का अध्यक्ष विप्लव आनन्दको अध्यक्षतामा भएको मिट एण्ड ग्रिट कार्यक्रमको सञ्चालन यस वर्षका महासचिव पंकजकुमार देवले गरेका थिए ।

गर्मीबाट बच्न निम्न सावधानी अपनाऔं

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

अनुरोधकर्ता

बलान बिहुल गाउँपालिका, सप्तरी

गर्मीबाट बच्न निम्न सावधानी अपनाऔं

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

अनुरोधकर्ता

तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका, सप्तरी

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

कम्बोडियाद्वारा 'ई-चुरोट'को सेवनबाट स्वास्थ्य खतराबारे चेतावनी

नोमपेन्ह/कम्बोडियाको स्वास्थ्य मन्त्रालयले शनिवार मानिसहरूलाई विशेषगरी युवाहरूलाई 'ई-चुरोट' सेवन नगर्न आह्वान गरेको छ । यसमा निकोटिनको उच्चस्तर हुन्छ जसले प्रयोगकर्ताहरूको स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पार्न सक्छ ।

ई-चुरोट वा भ्याप ब्याट्री-सञ्चालित यन्त्र हो । मन्त्रालयको विज्ञप्तिअनुसार यसले प्रयोगकर्ताहरूले श्वास लिने एरोसोलमा विशेष तरल पदार्थलाई तताउँछ ।

ई-चुरोटमा ठूलो मात्रामा निकोटिन हुन्छ र एक अत्यधिक लत लगाउने पदार्थ पनि हो । विज्ञप्तिमा ई-चुरोट सेवन गर्नेहरूले फोक्सोको रोग, फोक्सोको क्यान्सर, हृदय रोग र मस्तिष्कको विकासमा क्षतिको उच्च जोखिम सामना गर्न सक्ने उल्लेख छ । गर्भवतीहरूका लागि ई-चुरोट भेपरले गर्भमा रहेको बच्चाको विकासलाई असर गर्छ ।

लागुऔषध विरुद्धको राष्ट्रिय प्राधिकरणले सन् २०१४ देखि ई-चुरोट र सिसाको आयात, व्यापार र प्रयोगमा प्रतिबन्ध लगाएको छ । तर केही अवसरवादीहरूले अझै पनि यी उत्पादनहरू बिक्री गर्ने गरेका छन् ।

वास्तवमा ई-चुरोट चुरोटको लत छाड्ने यन्त्र होइन । यसले प्रयोगकर्ताको स्वास्थ्य, उनीहरूको परिवार र समाजमा साँच्चै खतराहरू निम्त्याएको छ ।

स्वास्थ्य मन्त्रालयले ई-चुरोटको आयात, व्यापार र प्रयोगलाई नियन्त्रण गर्न र ई-चुरोट सेवनबाट स्वास्थ्यमा पार्ने असरबारे जनचेतना जगाउन सबै तहका सम्बन्धित अधिकारीहरूलाई आग्रह गरेको छ । यस मुलुकमा विशेषगरी युवाहरूमा ई-चुरोटको प्रयोग बढेपछि मन्त्रालयबाट उक्त चेतावनी आएको हो । एजेन्सी

रुसी आक्रमणपछि युक्रेनको सीमा क्षेत्रबाट सयौं मानिस विस्थापित

क्रिएभ/मस्कोले भूमिगत आक्रमण सुरु गरेको एक दिनपछि, युक्रेनको खार्किभ क्षेत्रमा रुसी सीमा नजिकका क्षेत्रहरूबाट सयौं मानिसलाई विस्थापित गरिएको क्षेत्रीय गभर्नरले शनिवार बताउनुभएको छ ।

गभर्नर ओलेग सिनेगुबोभले सामाजिक सञ्जालमाफेसबुकमा एक हजार सात सय ७५ लाई सुरक्षित स्थानमा सारिएको र पछिल्लो २४ घण्टामा यस क्षेत्रका ३० वटा बस्तीमा रुसी तोपखाना र मोर्टार आक्रमण भएको उल्लेख गर्नुभयो । एजेन्सी

जङ्गलमा लागेको डढेलोले पश्चिमी क्यानाडाका दुई समुदायलाई आपत्कालीन चेतावनी

ओटावा/क्यानाडाको पश्चिमी प्रान्त अल्बर्टामा जङ्गलमा लागेको नियन्त्रणबाहिरको डढेलोका कारण दुई समुदायका लागि शुक्रवार राति निकासीको चेतावनी जारी गरिएको छ ।

उक्त दुई समुदाय 'फोर्ट म्याकमुरे' र 'सप्रे क्रिक एस्टेट' का थिए । आगो हाल फोर्ट म्याकमुरेको २५ किलोमिटर दक्षिणपश्चिममा रहेको र धुवाँले फोर्ट म्याकमुरेको दक्षिणी राजमार्ग ६३ मा दृश्यतालाई असर गर्न सक्छ ।

प्रभावित क्षेत्रका बासिन्दाहरूलाई छोटो सूचनामा खाली गर्न तयार रहन जानकारी दिइयो । क्यानाडाली इन्टरएजेन्सी फरेस्ट फायर सेन्टरका अनुसार शुक्रवार देशभर एक सय १७ वटा आगो सक्रिय रूपमा लागिरेहेको छ र तीमध्ये ३३ वटा नियन्त्रण बाहिर रहेका छन् ।

क्यानाडा सरकारले देशभर सामान्यभन्दा माथिको तापक्रमले ठूलो जङ्गली डढेलोको जोखिम निम्त्याउन सक्ने बिहीबार चेतावनी दिएको छ । सन् २०२३ मा क्यानाडाको डढेलोको सिजन रेकर्डमा सबैभन्दा विनाशकारी हो ।

क्यानाडाको राष्ट्रिय फायर डाटाबेसका अनुसार सन् २०२३ मा देशभर सात हजार एक सय ३१ आगलागी हुँदा १७ करोड दुई लाख तीन हजार छ सय २५ हेक्टर जमिन जलेको थियो । एजेन्सी

चाडका ६० लाख मानिसका लागि

खाद्यान्न सहयोग आवश्यक : राष्ट्रसङ्घ

संयुक्त राष्ट्रसङ्घ/छिमेकी सुडानबाट पाँच लाख शरणार्थीको आतिथ्यता गरेको चाडलाई आफ्ना एक करोड ८० लाख जसङ्ख्यामध्ये एक तिहाइका लागि खाद्य सुरक्षा तथा पोषण सहायता आवश्यक रहेको संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय मानवतावादीहरूले बताएका छन् ।

मानवीय मामिला समन्वयका लागि संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय कार्यालय (ओसिएच) ले जलवायु परिवर्तन, असुरक्षा र खाद्यान्न तथा इन्धनको मूल्यवृद्धिबाट देशभरको अवस्था विग्रिएको जनाएको छ ।

माचँदेखि चाडले दक्षिणमा मुसलधारे वर्षा र बाढीको सामना गरिरहेको छ । शरणार्थीहरूले देशको पूर्वमा मानवीय अवस्थालाई उल्लेखनीय रूपमा असन्तुलित बनाएका छन् भने चाडमा गैर-राज्य सशस्त्र समूहको आक्रमणले थप विस्थापन निम्त्याइरहेको छ ।

राष्ट्रसङ्घको प्रतिवेदनअनुसार २४ लाख मानिस खाद्य असुरक्षामा छन् । तीमध्ये तीन लाख मानिस गम्भीर खाद्य असुरक्षामा छन् । प्रभावकारीरूपमा कुनै ठोस सहायता प्रदान गर्न नसकिए यो सङ्ख्या असहज मौसममा ३३ लाख हुन सक्छ ।

एक अर्ब १० करोड अमेरिकी डलरको चाड मानवतावादी आवश्यकताहरू तथा २०२४ का लागि प्रतिक्रिया योजना छ, दशमलव छ प्रतिशत वित्तपोषित रहेको बताइएको छ । यसमा करिब सात करोड ४० लाख डलर प्राप्त भयो ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घको आपतकालीन राहत संयोजक मार्टिन ग्रिफिथ्सले फेब्रुअरीमा विश्व निकायको केन्द्रीय आपतकालीन प्रतिक्रिया कोषबाट एक करोड ५० लाख अमेरिकी डलर कोष उपलब्ध गराएको जानकारी दिनुभयो । एजेन्सी

