जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. २२/०४८/०४९

राजविराज दैनिक

स.जि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

वर्ष ३१ अंक १८९ २०७८ साल फागुन १४ गते शनिबार (26 Feb. 2022 Saturday) मूल्य रु. ५/-

लैङ्गिक समानता बोलेर वा लेखेर मात्र प्राप्त हुँदैन । परिणाम प्राप्तिका लागि प्रत्येक व्यक्तिले व्यवहारिक सुरूवात आफैबाट गर्नुपर्दछ । परिवर्तनको प्रारम्भ आफ्नै घरबाट गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

Log in : *rajbirajdainik.com.np*

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : विवाहपछि महिलाको ... ३ पृष्ठमा : गठबन्धन कायम राखेर ... ३ पृष्ठमा : युक्रेनमा आक्रमणपछि अमेरिकाद्वारा...

राजविराज नगर प्रमुखका लागि दुई दर्जन दौडमा

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ फागुन ।

स्थानिय तहको निर्वाचन मिति तय भएसँगै राजविराज नगरपालिकाको प्रमुख पदका लागि विभिन्न दलका दुई दर्जन नेताहरु दौडमा रहेका छन् ।

१८ स्थानिय तह रहेको सप्तरीमा अहिले सर्वाधिक चर्चा राजविराज नगरपालिकाको देखिएको छ भने उम्मेदवार चयन गर्न दलहरु दिनहुँजसो आन्तरिक छलफलमा समेत जुटेको देखिन थालिएको छ ।

नेपाली काग्रेसबाट ध्रुब देव, मो. इर्साद अन्सारी, शम्भुलाल देव, अनिल यादव, प्रभातकुमार ललन, बिन्देश्वर साह बिन्दीको नाम यति बेला नगर प्रमुख पदका लागि चर्चामा छ ।

यस्तै नेकपा एमालेबाट राजविराज नगरपालिकाको प्रमुख पदका लागि नुरुल होदा अंसारी, प्रभाकर सिंह, सुखराम यादव र अखिलेश झाले प्रस्तुत गरेका छन् । यस्तै जनता समाजवादी पार्टी (जसपा) बाट भिमराज यादव र वर्तमान नगरप्रमुख शम्भु प्रसाद यादवले सक्रियता बढाएका छन् ।

यसैगरि लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी (लोसपा) बाट दिपेन्द्र चौधरी, साधना झा र सुनिल झाले नगर प्रमुख पदको दाबेदारी प्रस्तुत गर्दै जनसम्कर्प अभियान तिब्र बनाएका छन् ।

यस्तै नेकपा माओवादी केन्द्रबाट महेश यादव, मो. गणि मियाँ र केदार देव मध्येबाट एक जनाको चयन गरिने सो पार्टीले जनाएको छ ।

नेकपा एकीकृत समाजवादीबाट नथुनी दास, प्रताप नारायण चौधरी र अरुण देवले तथा सिके राउत नेतृत्वको जनमत पार्टीबाट इन्जिनियर अमर यादव तथा नारायण यादवले दाबी प्रस्तुत गरेको सो पार्टीले जनाएको छ ।

राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीबाट काँग्रेस परित्याग गरि हालै प्रवेश गरेका उमेश प्रसाद साहले टिकट पाउने लगभग निश्चित रहेको पार्टी श्रोतको भनाई छ ।

स्थानिय तहको निर्वाचन आगामी बैशाख ३० गते हुने कार्य तालिका रहेको छ । १६ वडा रहेको राजविराज नगरपालिकामा हाल कुल मतदाताको संख्या ४० हजार ३६ रहेको छ भने मतदानका लागि नगर क्षेत्रभित्र कुल २७ वटा मतदाता केन्द्र कायम गरिएको जिल्ला निर्वाचन कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

लोसपा पार्टी कार्यालयमा तालाबन्दी

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ फागुन ।

लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी (लोसपा) सप्तरीको कार्यालयमा शुक्रबार तालाबन्दी भएको छ ।

एक पक्षिय रुपमा समिति बिस्तार गरिएको भन्दै असन्तुष्ट नेता तथा कार्यकर्ताहरुले पार्टी कार्यालयमा तालाबन्दी गरेका हुन् ।

पार्टीको जिल्ला कार्यसमितिमा पुराना र सक्रिय कार्यकर्तालाई पाखा लगाई आफन्त तथा आसेपासेलाई प्राथमिकता दिएर कार्यसमिति बिस्तार गरिएको भन्दै त्रृटी नसच्याएसम्म तालाबन्दी यथावत रहने महिला नेतृ रिना झाले बताईन् ।

लोसपाका बिरेन्द्र यादव, सदानन्द शर्मा, शिवलखन मण्डल, बालबोध झा, सत्ययेन्द्र प्रसाद देव लगाय०स्तका स्थानिय नेता तथा कार्यकर्ताले त्रृटीपूर्ण निर्णय नसच्याएसम्म तालाबन्दी जारि रहने बताएका छन् ।

अनुरोधकर्ता : तिलाठी कोइलाडी गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय सप्तरी

अनुरोधकर्ता : राजगढ गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय सप्तरी

विवाहपछि महिलाको नाम र थर दुवै परिवर्तन : माइतीकै गाउँको नामले बोलाइन्छ

मलङ्गवा, १३ फागुन (रासस)।

सर्लाहीको मलङ्गवा नगरपालिका-१० का सुस्मिता ठाकुरको गत माघ २८ गते महोत्तरी जिल्लामा मागी विवाह भएको छ। विवाहभन्दा अगाडि आफ्नो घर, विद्यालय, कलेज र छिमेकीले उहाँलाई सुस्मिता नामले नै बोलाउने गर्थे। विवाह गरेर ससुरालीअर्थात् श्रीमान्को घर गएपछि सबैले उहाँलाई ‘मलङ्गबावाली’ भनेर बोलाउन थालियो।

सुस्मिताका लागि मलङ्गवा शब्द नौलो थिएन। जब उहाँको नामको साट्टा ‘मलङ्गबावाली’ भन्न थालिएपछि आफूलाई अनौठो लागेको उहाँले बताउनुभयो। “सानैदेखि सबैले मलाई सुस्मिता भनेर बोलाउने गर्थ्यो। शैक्षिक प्रमाणपत्रदेखि लिएर आवश्यक सबै कागजातमा आफ्नो नाममा सुस्मिता नै लेखिएको छ”, उहाँले भन्नुभयो, “विवाहपछि त मेरो बोलाउने नाम नै फेरिएको छ।”

मलङ्गवाको जिल्ला विकास चोकमा फलफूलको पसल सञ्चालन गर्दै आएकी निर्मलादेवी गुप्ताको विवाह भएको करिब ३० वर्ष पुगेको छ तर अहिलेसम्म उहाँको वास्तविक नामबाट कसैले चिन्दैन। ‘बरहथवावाली’ को नामबाट नै उहाँलाई सबैले चिनिने गरेको छ। “निर्मला भनेपछि मलाई यहाँ कसैले चिन्दैन”, उहाँले भन्नुभयो, “बरहथवावालीको नामबाट मलाई यहाँ सबैले चिनिनेगरिन्छ।”

उहाँले वर्षौंदेखि मलाई सबैले बरहथवावाली भनेर नै बोलाउँछन् भन्दै अब मलाई आफ्नो नाम बिर्से जस्तो लाग्ने गरेको बताउनुभयो। सरकारी वा कागजी प्रक्रियाको केही काम भयो भने मात्र त्यहाँ मेरो नाम निर्मलादेवी गुप्ता लेखिन्छ। अन्यथा यहाँको समाजले दिएको मेरो नाम ‘बरहथवावाली’ नै हो। यसबाटै मेरो पहिचान भएको छ। “श्रीमान्ले समेत बरहथवावाली भनेर नै बोलाउने गरिन्छ”, उहाँले भन्नुभयो, “विवाहपछि हाम्रो पहिचान नै माइतीको गाउँबाट हुने गरिन्छ। अहिलेसम्म मेरो श्रीमान्ले पनि मलाई नाम लिएर बोलाएको छैन।”

सुस्मिता र निर्मला प्रतिनिधि पात्र मात्र हुन्। मधेसीमा समुदायमा विवाहपछि महिलालाई बोलाउने नाम नै उहाँको माइतीको गाउँठाउँको नाम हो र यसै नामले उहाँलाई सबैले चिनिन्छ। फलस्वरुप घरपरिवार र समाजका अधिकांश मानिसलाई विवाहित महिलाको वास्तविक नाम थाहा हुँदैन। विवाहित महिलालाई समाज र परिवारले उहाँको वास्तविक नामले भन्दा पनि माइतीको गाउँको नामले स्वीकार गर्ने प्रचलन यहाँ पुरानै हो। त्यसैले मधेसमा विवाहपछि महिलालाई माइती गाउँ वा श्रीमान् र छोराको नामले बोलाउने गरिएको ओरेक नेपाल सर्लाहीका संयोजक देवकुमारी महराले बताउनुभयो। मेरो कार्यालयको काम विशेषले मलाई बाहिरका व्यक्तिले मेरो वास्तविक नामले चिनिन्छ तर आफ्नै ससुराली घरको व्यक्ति र त्यहाँका समाजले मलाई ‘सीतापुरवाली’ भनेर नै चिनिने र बोलाउने गरेको उहाँको भनाइ छ। “आफूले दुःखकष्ट र मेहनत गरेर घर बनायौँ तर त्यो घर मेरो नामले होइन, मेरो श्रीमान्को नामले चिनिन्छ”, उहाँले भन्नुभयो, “समाजले महिलाको नामलाई मान्यता दिएको छैन।” बाहिर मेरो कामको अधारमा नाम त छ तर महिला भएकै कारणले मेरो नामले ससुरालीमा पहिचान पाएको छैन, उहाँको भनाइ छ।

आफ्नो छोराको बिहे गरेपछि बुहारीलाई नामले बोलाउन थालेपछि समाजले अहिले आफूलाई परम्परा नै बिगारेको आरोप लगाउने गरेको उहाँले बताउनुभयो। नाम र थर बिना नै यहाँका महिला बाँच्नुपरेको शान्ति सेवा केन्द्र मलङ्गवाकी संयोजक एवं महिला अधिकारकर्मी बनिता कार्कीले बताउनुभयो। “महिलाको पहिचानमै यहाँ विभेद भएको छ। आफ्नो नाम नै गुमाउनुपरेको पीडा उनीहरुले व्यक्त गर्न सकिराखेको छैन”, उहाँले भन्नुभयो, “पहिचान गुमाएर बस्नुपर्दा यहाँका महिला पीडित छन्।”

पितृसत्तात्मक सोचका कारण यहाँका महिलाको नाम मात्र नभएर थर पनि फेरिने गरेको अधिकारकर्मी कार्कीले बताउनुभयो। विवाह अगाडि यहाँको महिलाका नाम अगाडि कुमारी जोडिन्छ भने विवाहपछि देवी जोडिन्छ भने श्रीमान्को थरसँगै जोडिने गरेको छ। यो सबै महिला हिंसा र विभेदकै स्वरुप रहेको उहाँको भनाइ छ। महिलालाई आमाको गर्भमा भएदेखि नै यहाँ विभेद गरिँदै आएको उहाँले बताउनुभयो। गर्भमा छोरी छ भने कतिपयले भ्रुण हत्या नै गर्छ। कतिपयले त्यही अवस्थादेखि विभेद सुरु गर्ने गरेको अधिकारकर्मी कार्कीको भनाइ छ। गर्भमा छोरा छ भने आमालाई पोषिलो खाना खुवाउने गरिन्छ। छोरी भए थाहा पाएपछि त्यही बेलादेखि विभेद सुरु हुनेगरेको छ।

विवाह गरेर ससुराली गएपछि सबैले आफूलाई ‘गङ्गापुरवाली’ भनेर बोलाउन थाल्यो तर आफू राजनीतिमा लागेपछि आमाबुबाले राखेको नामले नै बाहिरका व्यक्तिले बोलाउन थालिएको लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी (लोसपा) की नेत्री लक्ष्मीसिंह दनुवारले बताउनुभयो। अहिले पनि आफ्नो ससुरालीमा सबैले ‘गङ्गापुरवाली’ भनेर नै बोलाउने गरिएको उहाँको भनाइ छ। समाजमा महिलालाई वास्तविक नामले बोलाउँदा पहिचान र आत्मसम्मान बढेको महसुस हुने गरेको नेत्री सिंहले बताउनुभयो।

मुलुकी देवानी संहिता-२०७४ ले थरसम्बन्धी साह्रै राम्रो व्यवस्था गरेको छ। कुनै व्यक्तिले चाहेमा आफ्ना बाबु वा आमा वा दुवैको थर प्रयोग गर्न सक्नेछ। त्यस्तै विवाहित महिलाले आफ्नो विवाहपश्चात् बाबु वा आमाको थर अथवा पतिको थर पनि प्रयोग गर्न सक्छिन् भनी साह्रै राम्रो व्यवस्था बनाइएको छ। सेवानिवृत्त शिक्षक रजनीकान्त झाले परम्परागतरुपमा नै विवाहित महिलालाई उहाँको माइती गाउँको नामले बोलाउने गरेको बताउँदै त्यसले महिलालाई विभेद वा अपमानित गरेको भनाइ गलत भएको धारणा व्यक्त गर्नुभयो। “विदेशमा पनि मिस्टर, मिसेज र थर जोडेर बोलाउने गरिएको उदाहरण छ”, उहाँले भन्नुभयो, “समयसँगै सामाजिक चेतनामा आएको परिवर्तनले विवाहित महिलाको अवस्था धेरै फेरिएको छ।” तर पनि पुरुष आधिपत्यबाट अझै महिला स्वतन्त्र छन् भन्न सकिँदैन। जतासुकैबाट अङ्कुश लगाइएको मात्र होइन, विवाहपश्चात् समेत महिलाको नाम परिवर्तन वा लोग्नेको थरमा परिणत गराइन्छ, यसो भनौं महिलालाई अस्तित्वविहीन बनाइन्छ, उहाँको भनाइ छ।

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. 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

नेकपा एमालेले निर्वाचन आयोगमा दल दर्ता गरायो

काठमाडौँ, १३ फागुन (रासस)।

नेकपा एमालेले स्थानीय तह निर्वाचन प्रयोजनका लागि निर्वाचन आयोगमा दल दर्ता गराएको छ।

एमालेका महासचिव शङ्कर पोखरेल नेतृत्वको टोलीले शुक्रबार निर्वाचन आयोगमा पुगेर स्थानीय तह निर्वाचन प्रयोजनका लागि दल दर्ता गराएको हो।

एमालेले संविधानको धारा २७१ र राजनीतिक दलसम्बन्धी ऐन २०७३ को दफा ४८ बमोजिम दल दर्ता गरेको हो। एमालेको दल दर्ता नं ३२ रहेको जनाइएको छ। महासचिव पोखरेलले आफ्नो पार्टी निर्वाचनको तयारीमा जुटिसकेको उल्लेख गर्दै अन्य राजनीतिक दलहरुलाई पनि निर्वाचनको प्रक्रियामा सामेल हुन आह्वान गर्नुभयो।

उहाँले स्थानीय तहको निर्वाचनको तयारीका लागि नै एमालेले अहिले देशभरि नै निर्वाचन केन्द्रित प्रशिक्षण कार्यक्रमसमेत सञ्चालन गरिरहेको जानकारी पनि दिनुभयो।

प्रतिनिधिसभाको बैठक आइतबार १ बजेसम्मका लागि स्थगित

काठमाडौँ, १३ फागुन (रासस)।

शुक्रबार दिउँसो १ बजेका लागि बोलाइएको प्रतिनिधिसभाको बैठक सूचना टाँस गरी पर्सि फागुन १५ गते दिउँसो १ बजेसम्मका लागि स्थगित गरिएको छ। सचिवालयले बैठक बस्ने दिन र समय परिवर्तन भएको सूचना प्रकाशित गरी विशेष कारणवश शुक्रबारको बैठक बस्न नसक्ने भएकाले पर्सि आइतबारसम्मका लागि स्थगित गरिएको जानकारी गराएको छ।

शुक्रबार दिउँसो १ बजेका लागि निर्धारित बैठक विशेष कारणले बस्न नसक्ने भएकाले प्रतिनिधिसभा नियमावली, २०७५ को नियम ६ को उपनियम ३ अनुसार आइतबारसम्मका लागि सारिएको संसद् सचिवालयद्वारा जारी सूचनामा उल्लेख गरिएको छ। फागुन १२ गतेको बैठक पनि यसैगरी सूचना टाँस गरी शुक्रबार १ बजेसम्मका लागि स्थगित गरिएको थियो।

प्रतिनिधिसभाको शुक्रबारको बैठकमा अमेरिकी सहायता परियोजना मिलेनियम च्यालेन्ज कर्पोरेशन (एमसिसी) सम्झौतामा सैद्धान्तिक छलफल हुने र महान्यायाधिवक्ताको वार्षिक प्रतिवेदन आर्थिक वर्ष २०७७/७८ पेस गरिने कार्यसूची रहेको थियो।

मत्स्य कृषकहरुका लागि जानकारी

पोखरीको तयारी

पोखरी सुकाउने वा पानी सुकाउन नसके वा पानीको स्रोत नभएको पोखरी भए त्यसमा पुराना र जंगली 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 पयोग गने वा १ ७ के जी डि ए पी र १ के जी यूरियापति कठ्ठा दरले प्रत्येक १५ दिनमा प्रयोग गर्ने। उपयुक्त डोज पानीको मलिलोपनमा भर पर्छ। कम्तिमा १.५ मि. पानी राख्ने (प्रवेशद्धारमा जाली राखेर)।

माछा भुरा फिंगरलिङ्गको स्टोकिंग 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	रहु	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 नैनि	पानीको मध्य भागदेखी पिंध सम्म पानीको पिंधभागमा	डट्रिटस, दाना सर्वाहारी दाना
सिल्भर कार्प	पानीको माथिल्लो भाग	फाईटोप्लाटन
बिगहेड कार्प	पानीको माथिल्लो भागदेखी मध्यभाग सम्म	जुप्लांक्टन
ग्रास कार्प	पानीको जुन सुकै भागमा	घाँस, 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. गहुको 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

गठबन्धन कायम राखेर एमसिसीलाई निष्कर्षमा पुर्‍याउन माओवादी तयार

काठमाडौँ, १३ फागुन (रासस) ।

नेकपा (माओवादी केन्द्र)ले सत्तारुढ गठबन्धनलाई कायम राख्दै अमेरिकी सहयोग परियोजना एमसिसी सम्झौतालाई निष्कर्षमा पुर्‍याउनुपर्ने निर्णय गरेको छ । गठबन्धन नै कायम नरहने अवस्थामा भने पार्टीले नयाँ नीति तय गर्ने भएको छ ।

अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' को निवास खुमलटारमा शुक्रबार बसेको माओवादीको उपलब्ध पूर्वस्थायी समिति सदस्यको अनौपचारिक बैठकले संविधानको रक्षार्थ गठन भएको गठबन्धनलाई भत्काएर जाने कुरा देश र जनताको हितमा नहुने भएकाले त्यसलाई कायम राख्नुपर्नेमा जोड दिइएको छ ।

प्रतिनिधिसभाको बैठकमा प्रमुख प्रतिपक्षी दल नेकपा(एमाले)ले लगातार अवरोध गरिरहेको अवस्थामा महत्वपूर्ण विषयमा समेत छलफल हुन सकेको छैन । यस्तो अवस्थामा एमसिसी सम्झौताका केही प्रावधानमा पार्टीको अझै पनि फरक मत रहे पनि राष्ट्रिय आवश्यकताले गठबन्धन कायम राख्नुपर्नेमा अधिकांश नेताहरुले जोड दिनुभएको थियो ।

माओवादीका तर्फबाट विगतमा प्रधानमन्त्री तथा मन्त्री भएका नेताहरु नै एमसिसी सम्झौताको बिभिन्न कालखण्डमा सहभागी भएकाले अन्तर्राष्ट्रिय विश्वसनीयताको प्रश्न पनि उठ्नेमा नेताहरु एकमत दखिएका छन् ।

शुक्रबारको बैठकमा समग्र कोणबाट छलफल भएको र प्रतिनिधिसभामा एमसिसी पारित गर्ने सन्दर्भमा बहिस्कार गरेर वा अन्य कुनै विधिमार्फत पारित गर्न सहयोग गर्नुपर्ने निष्कर्ष निकालिएको छ ।

माओवादीका नेता हरिबोल गजुरेलका अनुसार एमसिसी सम्झौताका केही प्रावधानमा पार्टीको असहमति रहे पनि त्यसलाई एउटा निष्कर्षमा पुर्‍याएर गठबन्धन कायम राख्नुपर्छ भन्नेमा मतैक्यता देखिएको छ ।

यस्तै माओवादीका अर्का नेता शक्ति बस्नेतका अनुसार गठबन्धन कायम राख्दै अनेकन बिकल्पमा छलफल गर्ने र एउटा निकास निकाल्ने प्रयत्न गरिनेछ । गठबन्धन जोगाउनै नसकिने अवस्था भयो भने अर्को कुरा भयो, अन्यथा यसलाई कायम राखेर अनेकन विकल्पमा छलफल गर्ने र एमसिसी सम्झौतालाई पनि एउटा निकास दिनुपर्छ भन्नेमा माओवादीका नेताहरु एक मत देखिएका छन् ।

धनगढी पुग्नुभएका नेकपा(एकीकृत समाजवादी)का अध्यक्ष माधवकुमार नेपाललाई माओबादी अध्यक्ष प्रचण्डले काठमाडौँ फर्कन फोन गर्नुभएको थियो । काठमाडौँ फर्किएलगत्तै अध्यक्ष नेपालले प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवालाई भेटवार्ता गर्नुभएको छ ।

सत्तारुढ गठबन्धनका नेताहरुको अनौपचारिक बैठकले गठबन्धन कायम राख्दै निष्कर्ष निकाल्नुपर्नेमा सहमत भएका छन् । एमसिसी सम्झौता पारित गर्ने वा नगर्ने भन्नेमा सत्तारुढ दलबीचमा नै साझा धारणा बन्न नसक्दा विषय सडकमा समेत पुगेको छ। दैनिकजसो प्रदर्शन भइरहेका छन् । संसद्मा प्रतिपक्षले अवरोध जारी राख्ने, सत्तारुढ दलकाबीचमा पनि समान धारणा नबन्दा महत्वपूर्ण विषयमा सहमति जुट्न सकेको छैन ।

सहमति खोज्ने ध्येयका साथ शुक्रबारका लागि बोलाइएको प्रतिनिधिसभाको बैठक आइतबारसम्म स्थगित भएको छ । कानून न्याय तथा संसदीय मामिलामन्त्री दिलेन्द्रप्रसाद बडूले सभामुख अग्निप्रसाद सापकोटालाई भेटेर शुक्रबारको बैठक स्थगित गरिदिन आग्रह गर्नुभएको थियो । मन्त्री बडूको आग्रहमा नै शुक्रबार १ बजेका लागि बोलाइएको बैठक स्थगित भएको हो । प्रतिनिधिसभाको अर्को बैठक फागुन १५ गते दिउँसो १ बजे बस्नेछ ।

एमसिसी सम्झौताका पक्षमा सहमति जुटाउनका लागि बिहीबार प्रमुख राजनीतिक दलहरुका बिभिन्न बैठक भए । प्रधानमन्त्री देउवा र एमाले अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीलगायतका नेताहरुसँग संसद् भवन नयाँ बानेश्वरमा छलफल भएको थियो । सो बैठकलगत्तै माओवादी अध्यक्ष प्रचण्ड र एमाले अध्यक्ष ओलीलगायतका नेताहरुबीच पनि छलफल भएको थियो । साँझ पुनःप्रधानमन्त्री र एमाले अध्यक्षबीच छलफल भए पनि कुनै ठोस सहमति बन्न सकेको थिएन ।

यो अवस्थामा सत्तारुढ दलहरुबीच नै सहमति कायम गरेर जानुपर्ने विषयमा नै धेरैको जोड देखिएको छ । यसैका लागि पनि शुक्रबारको संसद् बैठक स्थगित भएको सत्तारुढ दलका नेताहरुले बताएका छन् ।

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 दुबैतर्फ 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 व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
अग्निसाइर कृष्णासवरण गाउँपालिका, सप्तरी

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

विश्व समाचार

युक्रेनमा आक्रमणपछि अमेरिकाद्वारा रुसमा थप प्रतिबन्धको घोषणा

वासिङटन, १३ फागुन (रासस/सिन्ह्वा) ।

रुसले बिहीबार युक्रेनमा हमला गरेपछि अमेरिकाले रुसमाथि थप प्रतिबन्धको घोषणा गरेको बताइएको छ । यस नयाँ प्रतिबन्धको घोषणा अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेनले गर्नुभएको हो । उहाँले बिहीबार ह्वाइट हाउसमा सो नयाँ प्रतिबन्धको घोषणा गर्नुभएको समाचारमा जनाइएको छ ।

रुसले गर्नसक्ने सूचना प्रविधिको अद्यावधिक विकास रोक्न मिल्नेगरी र डलर आयातमासमेत प्रतिबन्ध लगाउने गरी नयाँ नाकाबन्दीको घोषणा गर्नुभएको हो । रुसले युक्रेनमाथि आक्रमण गरिरहँदा त्यसको विरोधमा रुसकै पनि हजारौँ नागरिक सडकमा ओर्लिएको त्यहाँको एउटा स्वतन्त्र मानव अधिकार समूहले जनाएको छ ।

रुसले केही महिनाको प्रयासपछि बिहीबार युक्रेनमा हमला गरेको थियो । सैन्य हमलामा परी युक्रेनको राजधानीलगायतका सहरमा केही नागरिकको ज्यान पनि गएको छ । सो हमलापछि राजधानी मस्को, सेन्ट पिटर्सबर्गलगायत कैयौँ मुख्य सहरमा प्रदर्शन नै भएको थिए । ती प्रदर्शनमा परेर अहिलेसम्म १ हजार ७०० जनालाई पक्राउ गरिएको छ ।

रुसले युक्रेनका विभिन्न क्षेत्रमा सैन्य आक्रमण गर्न थालेको शुक्रबार दोस्रो दिन हो । रुसले गरेको सो आक्रमणका विरुद्धमा रुसी राजधानीमा नै युद्धविरोधी नारा लेखिएका प्लेकार्डसहित हजारौँ मानिस सडकमा आएका थिए । रुसी सहरमा मात्र नभएर विश्वका अन्य कैयौँ सहरमा पनि युद्धको विरोधमा प्रदर्शन भएका छन् । ती प्रदर्शनमा रुसले युक्रेनमा गरेको हमलाको विरोध गरिएको छ ।

नेटोले युक्रेनमा सेना नपठाउने

ब्रसेल्स, १३ फागुन (रासस/सिन्ह्वा) ।

उत्तर एटलान्टिक सन्धि सङ्गठन, (नेटो)ले युक्रेनभित्र सेना नपठाउने भएको छ । सो कुराको जानकारी नेटोका महासचिवले बिहीबार दिनुभएको हो । उहाँले दिनुभएको जानकारीअनुसार नेटोले आफ्ना सेनाहरु स्वतन्त्रताको खोजी गरिरहेका युक्रेनका पूर्वी भूभागका दुई सहरमा पठाउन सक्ने तर युक्रेनभित्र नै सेना नपठाउने निर्णय गरेको हो ।

बिहीबार बसेको नेटोको आपतकालीन बैठकमा सो निर्णय भएको नेटोका महासचिव जेन्स स्टोल्टबर्गले जानकारी दिनुभएको छ । उहाँले यस विषयमा छलफल भएको र अहिले नै नेटोले युक्रेनमा रहनेगरी सेना नपठाउने विषयमा निर्णय भएको जानकारी दिनुभएको समाचारमा जनाइएको छ ।

साथै सो बैठकले रुसलाई युक्रेनमाथिको आक्रमण तुरुन्त रोक्न र रुसी सेना फिर्ता गर्न पनि आग्रह गरेको छ । सो बैठकपछि भनिएको छ- हामीले रुसलाई युक्रेनमाथिको सैन्य हमला तत्कालै रोक्न भनेका छौँ र यसरी सैनिक आक्रमणबाट नभएर कूटनीतिक माध्यमबाट यसको समाधानका लागि तयार हुन हामीले भनेका छौँ । रुसले बिहीबारदेखि युक्रेनमा सैन्य हमला गरिरहेको छ । युक्रेनका कैयौँ सहरमा रुसको सेनाले हवाई हमला गरिरहेका बताइएको छ ।

भारतमा थप १३ हजार नयाँ संक्रमित

नयाँ दिल्ली, १३ फागुन (रासस/एएनआई) ।

भारतमा कोरोनाभाइरसबाट थप १३ हजार १६६ जना सङ्क्रमित भएका छन् । सोही अवधिमा कोरोनाकै कारण ३०२ जनाको मृत्यु भएको पनि सङ्घीय स्वास्थ्य मन्त्रालयले शुक्रबार जानकारी दिएको छ । भारतमा कोरोना भाइरसबाट अहिलेसम्म चार करोड २८ लाख ९४ हजार २३५ जना सङ्क्रमित भएको मन्त्रालयको तथ्याङ्क छ । मन्त्रालयका अनुसार भारतमा अहिले सङ्क्रमित अवस्थामै रहेकाको सङ्ख्या भने एक लाख ३४ हजार २३५ रहेको छ ।

त्यसैगरी कोरोनाकै कारण मृत्यु भएकाको कूल सङ्ख्या भने पाँच लाख १३ हजार २२६ पुगेको अधिकारीले जनाएका छन् । कोरोनाभाइरसबाट सङ्क्रमित भएकामध्ये चार करोड २२ लाख ४६ हजार ८८४ जना सङ्क्रमणमुक्त भएका छन् । तीमध्ये २६ हजार ९८८ जना पछिल्लो २४ घण्टामा सङ्क्रमणमुक्त भएका हुन ।

आइसीसी युक्रेन संकटबाट चिन्तित

द हेग, १३ फागुन (रासस/एएफपी) ।

रुसले पूर्ण मात्रामा आक्रमण गरेपछि युक्रेनमा भएका घटनाक्रमप्रति आफू थप चिन्तित भएको अन्तर्राष्ट्रिय फौजदारी अदालतका अभियोजक करिम खानले शुक्रबार बताउनुभएको छ ।

"मैले बढ्दो चिन्ताका साथ युक्रेन र वरपरका घटनाक्रम नजिकबाट नियालेको छु," खानले एक विज्ञप्तिमार्फत बताउनुभएको छ । "यो अत्यावश्यक छ कि द्वन्द्वका सबै पक्षले अन्तर्राष्ट्रिय मानवीय कानुनअन्तर्गत आफ्नो दायित्वहरूको सम्मान गर्दछ ।" आइसिसीले"आफ्नो क्षेत्राधिकारको प्रयोग गर्न र १४ फेब्रुअरी २०१४ पछि युक्रेनको क्षेत्रमा भएको नरसंहार, मानवताविरुद्धको अपराध वा युद्ध अपराधको कुनै पनि कार्यको अनुसन्धान गर्न सक्छ" । उहाँले दुबै पक्षलाई चेतावनी दिनुभएको छ ।

होली महोत्सव आयोजना हुने

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १३ फागुन ।
आगामी चैत २ गते राजविराजमा होलि महोत्सवको आयोजना गरिने भएको छ । शुक्रबार कला संस्कृति संरक्षण विकास मञ्च सप्तरीको बसेको बृहत बैठकले सो निर्णय गरेको हो ।

नगर प्रमुख शम्भु प्रसाद यादवको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न बैठकले महोत्सवको अवसरमा पौराणिक होली गायन प्रतियोगिता, मटका फोड तथा शुभकामना आदान प्रदान लगायतका कार्यक्रम गर्ने निर्णय भएको मञ्चका अध्यक्ष रामकुमार यादवले जानकारी दिए ।

यस पल्ट हिमाली र पहाडी जिल्लामा चैत ३ गते बिहीबार तथा तराई मधेशका जिल्लामा चैत ४ गते शुक्रबार होली पर्व मनाइने छ ।

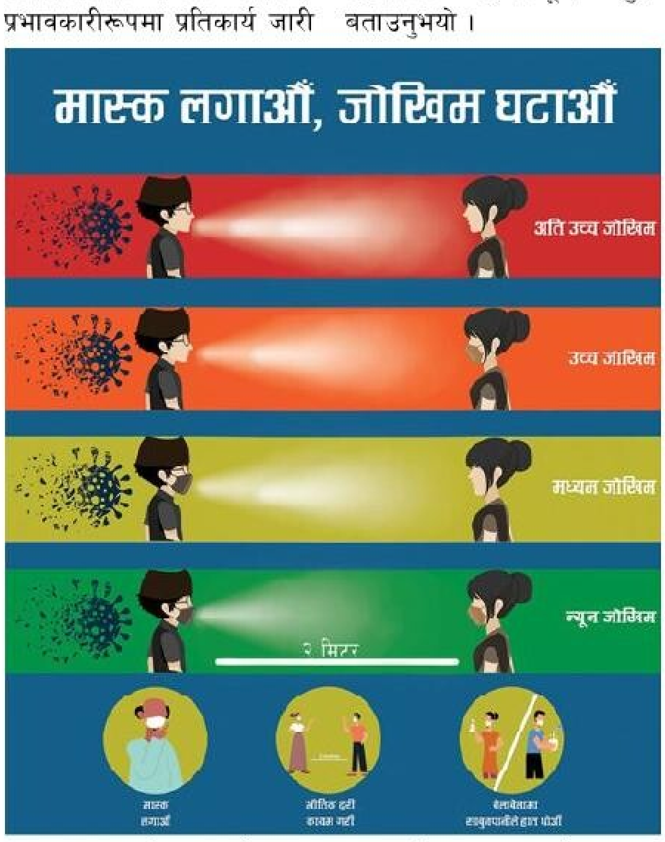
खोप किन्न दुई अर्ब १४ करोड ऋण

काठमाडौँ, १३ फागुन (रासस) ।
नेपाल सरकारले विश्व बैंकसँग रु दुई अर्ब १४ करोड बराबरको सहुलियतपूर्ण ऋण सम्झौता गरेको छ । शुक्रबार अर्थ मन्त्रालयमा आयोजित एक कार्यक्रममा अर्थसचिव मधुकुमार मरासिनी र बैंकका राष्ट्रिय निर्देशक फारिस हदाद-जर्भोसले सम्झौतामा हस्ताक्षर गर्नुभयो ।

उक्त ऋण कोभिड-१९ विरुद्धको खोप खरिदका लागि उपयोग गरिने अर्थ मन्त्रालयले जनाएको छ ।

"कोभिड-१९ महामारीले सिर्जना गरेको निरन्तर बदलिँदो परिस्थितिमा समेत नेपालले प्रभावकारीरूपमा प्रतिकार्य जारी राखेको छ", हस्ताक्षर समारोहमा अर्थसचिव मरासिनीले भन्नुभयो । उहाँले नेपालले १२ वर्षभन्दामाथिका व्यक्तिलाई कोभिड-१९ विरुद्धको सुरुवाती साथै 'बुस्टर' मात्रासमेत प्रदान गर्ने कार्यमा उल्लेखनीय उपलब्धि हासिल गरेको जानकारी दिनुभयो ।

राष्ट्रिय निर्देशक जर्भोसले विश्व बैंकबाट प्राप्त हुने ऋण सहायताबाट नेपालको ठूलो जनसङ्ख्यालाई खोप व्यवस्था गर्न पुग्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । उहाँले कोरोना भाइरसको विभिन्न स्वरुपले अर्थतन्त्र तथा सामान्य जीवनयापनमा समस्या सिर्जना गरिरहेकाबेला यस्ता वित्तीय सहायता महत्वपूर्ण हुने बताउनुभयो ।



अनुरोधकर्ता : बलान बिहुल गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय सप्तरी

शिक्षामा बजेट बढाउन आग्रह

काठमाडौँ, १३ फागुन (रासस) ।
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री देवेन्द्र पौडेलले शिक्षा सुधारका लागि बजेटको आकार बढाउने विषयमा राष्ट्रिय योजना आयोगका उपाध्यक्षसँग छलफल गर्नुभएको छ ।

शुक्रबार राष्ट्रिय योजना आयोगका उपाध्यक्ष डा विश्वनारायण पौडेलसँग मन्त्री पौडेलले शिक्षा क्षेत्रमा बजेटको आकार बढाउने विषयमा छलफल गर्नुभएको हो ।

छलफलका क्रममा मन्त्री पौडेलले विद्यालय शिक्षा, उच्च शिक्षा, प्राविधिक शिक्षा र विज्ञान तथा प्रविधिको क्षेत्रका लागि आवश्यक बजेट नभएको भन्दै शिक्षा क्षेत्रका लागि कम्तीमा पनि २० प्रतिशत बजेटको आकार बढाउन आग्रह गर्नुभयो ।

मन्त्री पौडेलले विद्यालय शिक्षामा सबै माध्यमिक विद्यालयमा पुस्तकालय, विज्ञान प्रयोगशाला र सूचना तथा प्रविधि, सबै शिक्षकका लागि तालिमको व्यवस्था, विपन्न छात्रवृत्तिको दायरा र रकममा वृद्धि, सात प्रदेशमा नमूना आवासीय केन्द्रीय विद्यालय स्थापना, विद्यालयको नक्साङ्कन, अङ्ग्रेजी, गणित र विज्ञानको लागि तीन हजार शिक्षकका लागि दरबन्दी सिर्जनालगायतका कार्यक्रम मन्त्रालयले योजनामा राखेको बताउनुभयो ।

"शिक्षाको बजेट धेरै तलबमा जान्छ अहिले कोभिडको असर पनि विस्तारै कम हुँदै गएको छ", मन्त्री पौडेलले भन्नुभयो, "शिक्षालाई जोड दिँदै मन्त्रालयले तोकेका प्राथमिकताका लागि बजेटको आकार बढाउन पर्‍यो ।" उहाँले बालविकास शिक्षाका सहजकर्ताको तलब भत्ता केन्द्रबाट उपलब्ध गराउने, अस्थायी र उमेर हद नाघेका शिक्षकको लागि 'गोल्डेन ह्याण्डसेक' कार्यक्रम लागू गर्ने मन्त्रालयको योजना रहेको सुनाउँदै बजेटको आकार बढाउन आग्रह गर्नुभएको हो ।

यस्तै उच्च शिक्षामा ५० प्रतिशत सरकारी र सामुदायिक कलेजको भवन निर्माण गर्ने, गुणस्तरीय शिक्षक उत्पादनका लागि शिक्षक तयारी पाठ्यक्रम तथा पठनपाठनमा सुधार र शिक्षा विषय अध्ययन गराउने कलेजको स्तरोन्नति, प्राविधिक धार (९-१२) को शैक्षिक कार्यक्रम ७५३ स्थानीय तहमा पुऱ्याउने लक्ष्य रहेको मन्त्री पौडेलले छलफलमा राख्नुभयो ।

विज्ञान तथा प्रविधिको क्षेत्रमा सबै प्रदेशमा नास्टको क्षेत्रीय कार्यालय सञ्चालन गर्ने मन्त्रालयको तयारी रहेको जानकारी पनि गराउनुभयो । शिक्षा मन्त्रालयका कार्यक्रम सकारात्मक रहेका बताउँदै उपाध्यक्ष पौडेलले गत आर्थिक वर्षमा भन्दा आगामी वर्ष शिक्षामा बजेट थप गर्ने जानकारी दिनुभयो ।

उहाँले शिक्षामा बजेट थप गर्दा सुदूरपश्चिम र कर्णालीका विद्यालयको गुणस्तरमा पनि वृद्धि हुनुपर्ने धारणा राख्नुभएको थियो ।

वैदेशिक रोजगारमा जाने श्रमिकका लागि निःशुल्क कोरोना परीक्षण

काठमाडौँ, १३ फागुन (रासस) ।
स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले वैदेशिक रोजगारीमा जाने श्रमिकको निःशुल्क कोरोना भाइरसको पीसीआर परीक्षण गर्ने भएको छ ।

स्वास्थ्यमन्त्री विरोध खतिवडाको अध्यक्षतामा शुक्रबार बसेको मन्त्रालयको मन्त्रिस्तरीय निर्णयले वैदेशिक रोजगारीमा जाने श्रमिकको निःशुल्क कोरोना भाइरस परीक्षण गर्ने भएको मन्त्रीका प्रेस सल्लाहकार शन्तराम बिडारीले जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार वीरअस्पताल, शहीद शुक्रराज ट्रपिकल तथा सरुवा रोग अस्पताल र राष्ट्रिय जनस्वास्थ्य प्रयोगशालाबाट श्रमिकले निःशुल्क पीसीआर परीक्षण गराउन सक्नेछन् ।

सबै प्रक्रिया पूरा गरिसकेर टिकट लिइसकेको श्रमिकलाई निःशुल्क परीक्षण गर्न थालिएको हो । सरकारले पीसीआर परीक्षणको शुल्क रु ८०० तोकेको छ ।

सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगबारे सचेत रहौं ।

- आफुले प्रयोग गर्ने मोबाईल, कम्प्युटर जस्ता विद्युतीय उपकरण प्रयोग गरिसकेपछि सधैं लगआउट गरौं ।
- अरुलाई आफ्नो एकाउण्टको पासवर्ड नदिउँ ।
- साथीभाई वा अन्यको फोटो तथा भिडियो खिच्नु र सामाजिक सञ्जालमा राख्नु अघि अनुमति लिऔं ।
- अपरीचित व्यक्तिको साथी बन्ने प्रस्ताव आए अस्वीकार गरौं ।
- सामाजिक सञ्जालमै चिनेको भरमा बोलाएको ठाउँमा भेट्न नजाऔं ।
- सामाजिक जीवनमा गर्न नमिल्ने काम तथा व्यवहार सामाजिक सञ्जालमा पोष्ट वा शेयर नगरौं ।
- सामाजिक सञ्जालमा देखिएका भ्रामक, आधिकारीता नभएका सूचना सन्देश, फोटो तथा भिडियो शेयर नगरौं ।
- कसैको मर्यादा, प्रतिष्ठा तथा सम्मानमा आँच आउने खालका सूचना तथा सन्देश पोष्ट वा शेयर नगरौं ।
- शंकास्पद तथा अशोभनीय सन्देश प्राप्त भए प्रतिपाद गरौं र रेकर्डको लागि सुरक्षित राखौं ।

सामाजिक सञ्जालको उपयोगमा सचेत बनौं र त्यसवाट हुनसक्ने अपराधिक क्रियाकलाप नियन्त्रण गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

देश विदेशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त भुक्तानी लिनका लागि सम्झनुहोस् ।
हाम्रो सेवाहरु
नेपाल सहकारी संस्था लि.
राजविराज ४, फोन नं. ०३१-५३१०९६
ipay remit, City Express Money Transfer, Best Remit, Prabhu Money Transfer, IME International Money Express, himal remit हिमालरेमिट, CG Money

प्रकाशक : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **सम्पादक :** अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सहसम्पादक :** दीपककुमार गुप्ता (९८४१५१३२९९), **लेआउट :** संजय शेखर, **मुद्रण :** न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, फोन : ०३१-५२०७६८ (कार्यालय), **इमेल :** *rajbirajdainik@gmail.com*, **वेवसाइट :** *rajbirajdainik.com.np*