जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. २२/०४८/०४९

स.जि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

राजविराज दैनिक

वर्ष ३५ | अंक ७१ | २०८२ साल असोज २७ गते सोमबार (13 Oct 2025 Monday) | मूल्य रु. ५/-

लागु औषधको दुर्व्यसनबाट टाढा रहौं

लागूऔषध सेवनले मानिसको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ, धन सम्पतिको वर्वाद गर्दछ, यसको प्रयोगबाट आफू, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई नै अपुरणिय क्षति पुग्ने हुँदा यस्ता पदार्थदेखी टाढा रहौं ।

Log in : *rajbirajdainik.com.np*

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : मुटु र दाँतको दुस्मन... ३ पृष्ठमा : आपसी समन्वयका कारण ... ३ पृष्ठमा : जीवित रहेका बन्धकमध्ये ...

दुई पालिकामा महिला तथा बालबालिका हिंसा विरुद्धको निर्देशिका पारित

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २६ असोज ।

महिला तथा बालबालिका विरुद्ध हुने हिंसा न्यूनिकरणका लागी सिफारिश प्रणाली सम्बन्धि निर्देशिका २०८२ सप्तरीको दुई पालिकाले पारित गरेको छ ।

आईतवार राजविराज नगरपालिका र महादेवा गाउँपालिकाले उक्त निर्देशिका सर्वसम्मतले पारित गरेको हो । तीन दिन लगातारको बैठक र छलफल पश्चात् उक्त निर्देशिका पारिता भएको जनाइएको छ ।

महिला तथा बालबालिका क्षेत्रमा काम गर्दै आएको विदेह फाउण्डेशनको समन्वय, महिला कानुन विकास मञ्चको सहयोग र राजविराज नगरपालिका तथा महादेवा गाउँपालिकाको आयोजनामा आ-आफ्नै पालिका कार्यालयमा आयोजित सरोकारवाला सहितको बैठकले उक्त निर्देशिका पारित गरी प्रभावकारी ढंगले कार्यान्वयन गर्ने प्रतिबद्धता समेत जनाएको छ ।

महिला तथा बालबालिका विरुद्ध हुने हिंसा रोकथामका लागी स्थानीय स्तरमा नीतिगत पहल कार्यक्रम ३ दिन सम्म चलेको र आईतवार दुबै पालिका बैठकबाट स्वीकृत भई लागु समेत भएको विदेह फाउडेशनका सप्तरी जिल्ला संयोजक रुवी मिश्राले जानकारी दिईन ।

राजविराज नगरपालिकाकी कार्यवाहक नगर प्रमुख इसरत परवीनले महिला तथा बालबालिका विरुद्ध हुने हिंसा न्यूनिकरण र सम्बोधनका लागी सिफारिश सम्बन्धि निर्देशिका कार्यपालिका बैठकबाट स्वीकृत गरे संगै लागु भएको भन्दै अब प्रभावकारी ढंगले कार्यान्वयन गर्ने बताईन ।

महादेवा गाउँपालिकाका अध्यक्ष सुनिल मण्डलले पालिकाले

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

ट्रकको ठक्करबाट साइकल यात्रीको मृत्यु

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २६ असोज ।

सप्तरीको अग्निसाईर कृष्णसावरण गाउँपालिका २ चाँदनी चोकस्थित राजमार्गमा शनिबार ट्रकको ठक्करबाट एक साइकल यात्रीको मृत्यु भएको छ ।

निर्माणाधिन बाटोमा चाँईनिज क्याम्पको आयोजनाको ना.१अ.यो. १८६ ट्रकले ब्याक गर्ने क्रममा पछाडि बाटो काट्दै गरेका साईकल यात्री स्थानीय ७६ वर्षिय बमभोज चौधरीलाई ठक्कर दिदा घट्ना स्थलमै मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

सो घटनाको बिरोधमा स्थानीयले केही बेर राजमार्ग बन्द गरेका थिए । प्रहरीले उनीहरुलाई सम्झाई बुझाई बाटो खोलाएका थिए ।

घट्ना पश्चात् फरार रहेका ट्रक चालक सप्तरीको खड्क नगरपालिका ८ बस्ने २६ वर्षिय मुनमुन ठाकुरलाई पक्राउ गरि आवश्यक अनुसन्धान गरिरहेको इलाका प्रहरी कार्यालय कञ्चनपुरले जनाएको छ ।

जनकपुरधाममा मधेस अस्पतालको शुभारम्भ

जनकपुर, २६ असोज (रासस) ।

मधेस प्रदेशको राजधानी जनकपुरधामस्थित वडा नं १३ मा जनकपुर मधेस अस्पताल आइतबारदेखि सञ्चालनमा आएको छ ।

स्वास्थ्योपचारसम्बन्धी अत्याधुनिक सुविधा र दक्ष एवं अनुभवी चिकित्सक तथा गुणस्तरीय स्वास्थ्योपचार र आधुनिक ल्याबको व्यवस्था रहेको सो अस्पतालको रामानन्दीय श्री वैष्णव सङ्घका अध्यक्ष रामरोशन वैष्णवले शुभारम्भ गर्नुभएको हो ।

सो अवरसमा उहाँले पर्यटकीय एवं धार्मिकस्थल

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

हैजा महामारीविरुद्धको औषधि पर्सामा दिन थालियो

पर्सा, २६ असोज (रासस) ।

हैजा महामारीविरुद्ध प्रतिकार्य खोप अभियान आइतबारदेखि पर्सामा सञ्चालन गरिएको छ । स्वास्थ्य कार्यालयका स्वास्थ्यकर्मीले आइतबार प्रमुख जिल्ला अधिकारी तोयनारायण सुवेदीलाई औषधि खुवाएर सुरुआत गरिएको हो ।

बाल स्वास्थ्य तथा खोप सेवा शाखाका प्रमुख डा अभियान गौतमले हैजा महामारीविरुद्धको औषधि पर्साका एक वर्ष उमेर माथिका सबैलाई खुवाउनका लागि अनुरोध गर्नुभयो । "पर्सामा हैजाको महामारी र वर्षापछिको डुबानको कारणले पनि हैजाको उच्च जोखिम रहेकाले पनि सबैले हैजाविरुद्धको प्रतिकार्य खोप अभियानमा सरिक जनाउनका लागि अनुरोध गर्दछु", उहाँले भन्नुभयो, "मुखबाट खुवाइने भएकाले सुरक्षित र भरपर्दो भएकाले पनि ढुक्क भएर सेवन गर्नका लागि अनुरोध गर्दछौं ।"

डा गौतमले हैजाको औषधि खाएर मात्रै पर्याप्त नहुने भएकाले आफ्नो घरवरपर सरसफाइ र सफा तथा स्वच्छ पानी पिउनका लागि पनि विशेष अनुरोध गर्नुभयो । नारायणी अस्पताल वीरगञ्जका डा मनोजकुमार गुप्ताले पनि हैजाविरुद्धको औषधिले गम्भीर प्रकृतिको कुनै पनि 'साइड इफेक्ट' नपार्ने भएकाले पनि सर्वसाधारण सबैले खाएर सहयोग गर्नका लागि आह्वान गर्नुभयो ।

"हैजाको खोप विश्वसनीय प्रकृतिको भएकाले पनि कुनै पनि आशङ्का गर्नुपर्दैन, यसले स्वास्थ्यलाई फाइदा नै पुऱ्याउनेछ", उहाँले भन्नुभयो । प्रमुख जिल्ला अधिकारी सुवेदीले यहाँ देखिएको हैजाको सङ्क्रमण न्यूनीकरण र यहाँका जनतालाई सुरक्षित गराउनको लागि पनि खोपको महत्वपूर्ण भूमिका हुने बताउनुभयो ।

भदौको पहिलो साता पर्सामा हैजाको सङ्क्रमण देखिएको थियो । स्वास्थ्य कार्यालयका जनस्वास्थ्य अधिकृत जयमोद ठाकुरले पर्सामा करिब छ लाख ५४

बाँकी तीन पृष्ठमा

'सबै राजनीतिक दलमा पुनर्गठन र रुपान्तरण अनिवार्य छ'

काठमाडौं, २६ असोज (रासस) ।

नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (एकीकृत समाजवादी) का सम्मानित नेता झलनाथ खनालले सबै राजनीतिक दलमा पुनर्गठन र रुपान्तरण आवश्यक रहेकामा जोड दिनुभएको छ ।

जेनजी प्रदर्शनका क्रममा घाइते हुनुभएकी खनाल पत्नी रबिलक्ष्मी चित्रकारको उपचारका लागि भारतको नयाँ दिल्लीस्थित एपोलो अस्पतालमा रहनुभएका उहाँले सामाजिक सञ्जालमार्फत हालका सानाठूला सबै दलहरू र आफ्नै पार्टीभित्रसमेत नयाँ बैचारिक, सङ्गठनात्मक र नीतिगत दिशामा पुनर्गठन आवश्यक रहेको बताउनुभयो ।

"अब देश, जनता र वामपन्थी आन्दोलनलाई नयाँ धरातलबाट उठाउन प्रत्येक पार्टीमा पुनर्गठन र रूपान्तरण अनिवार्य छ। हरेक सानाठूला पार्टीमा र जेनजी समूहमासमेत उथलपुथल र बिभाजन भइरहेको छ। यसले गर्दा सबैको माग पुनर्गठन र रुपान्तरणको हो", उहाँले लेख्नुभएको छ, "यो युगको माग हो, समयको माग हो र सिङ्गो राष्ट्रको मागसमेत हो ।"

अहिले आफ्नो दल नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (एकीकृत समाजवादी) ले कुनै अर्को राजनीतिक दलसँग एकीकरण गर्ने नहुने नेता खनालले धारणा राख्नुभयो । "यो कसैसँग पनि पार्टी एकीकरण गर्ने समय होइन र छैन । हामी कोही पनि गलत बाटोमा हिँड्दै भड्खालोमा पर्ने र अरुलाई पार्ने दिशामा नलागौं", उहाँले भन्नुभयो । नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (माओवादी केन्द्र) सँग एकीकरणका चर्चाबीच उहाँको यस्तो धारणा सार्वजनिक भएको हो ।

आफ्नो दलले पछिल्लो चार वर्षे अवधिको समीक्षा गर्नुपर्ने पनि खनालको भनाइ छ । नवौं राष्ट्रिय महाअधिवेशनदेखि उठाइएको युवा आवाज र कार्यविधिको विषयलाई ध्यान दिनुपर्नेमा जोड दिँदै उहाँ पार्टीभित्रका युवाको आवाजअनुरुप हुने गरी पार्टीलाई पुनर्गठन गर्नुपर्ने धारणा राख्नुभयो । सबै कम्युनिष्ट तथा वामपन्थी शक्तिहरूलाई गोलबन्द गरी बृहत राष्ट्रिय मोर्चाको निर्माणमार्फत् प्रतिनिधिसभाको निर्वाचनमा खटिनुपर्ने उहाँको विचार छ ।

आन्तरिक पर्यटन प्रवर्द्धन गरौं ।

❖ नेपालका हिमशृङ्खला, तालतलैया, निकुञ्ज तथा आरक्ष, धार्मिक एवं पर्यटकीय स्थलहरूको भ्रमण गरौं,
❖ जात्रा, नाचगान, भेषभूषा, साहित्य, कलालगायत नेपाली संस्कृतिको संरक्षण एवं प्रवर्द्धन गरौं,
❖ पर्यावरणमैत्री पर्यटनको विकास गर्दै जैविक विविधता संरक्षण गरौं,
❖ ग्रामीण पर्यटनका आधारको रुपमा रहेका होमस्टे, रैथाने खाना एवं सांस्कृतिक केन्द्रको विकास गरौं,
❖ पर्यटकको सेवा, सुरक्षा र सद्भावमा ध्यान दिऔं,
❖ स्वदेशी पर्यटकलाई प्रोत्साहन गरौं,
❖ आन्तरिक पर्यटनमार्फत रोजगारी सिर्जना गरौं ।

पर्यटक हाम्रा पाहुँना हुन्, सहयोग र सम्मान गरौं !

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

काउन्सिलले अधिकार सम्पन्न र स्वायत्त निकायका रुपमा अनुभूति दिलाउने गरी काम गरोस् : मन्त्री खरेल

काठमाडौं, २६ असोज (रासस) ।

सञ्चार तथा सूचना प्रविधिमन्त्री जगदीश खरेलले अधिकार सम्पन्न र स्वायत्त निकायका रुपमा आम जनतालाई अनुभूति दिलाउने गरी काम गर्न प्रेस काउन्सिल नेपालका पदाधिकारीलाई सुझाव दिनुभएको छ ।

प्रेस काउन्सिल नेपालद्वारा आइतबार मन्त्री खरेलको सम्मानमा आयोजित स्वागत कार्यक्रममा उहाँले आमनिर्वाचन आउँदै गरेको तथा राजनीतिक दलका गतिविधि बढिरहेका बेला काउन्सिललाई परिणाममुखी काम गर्न आग्रह गर्नुभयो ।

उहाँले नागरिकस्तरबाट सञ्चालन भएका व्यक्तिगत सामाजिक सञ्जाल राज्यका निकायले अनुगमन र नियमन गरी कारबाहीको दायरामा ल्याउने विषयमा काउन्सिल गम्भीर बन्नुपर्छ भन्नुभयो । मन्त्री खरेलले मुलुकमा दर्ता भई प्रेस काउन्सिलमा सूचीकृत हुने सञ्चार माध्यमको जिम्मा राज्यले लिनुपर्ने आवश्यकता औँल्याउनुभयो ।

प्रेस काउन्सिल आम सञ्चार माध्यमको न्यायालय हो भन्ने मान्यता स्थापित हुनुपर्नेमा मन्त्री खरेलले जोड दिनुभयो । उहाँले भन्नुभयो, "पछिल्लो समय विज्ञान र प्रविधिको विकाससँगै कानुनलाई परिवर्तित अवस्था अनुरुप अघि बढाउन नसक्दा अनेक चुनौती खडा भएको छ । सामाजिक सञ्जालमा जे-जस्ता मिथ्या, गलत, घृणाजन्य सूचनामार्फत एक अर्कालाई गाली-गलौज, बादप्रतिवाद र आक्रमण गर्ने कार्यले सम्पूर्ण राज्यको समयन्त्र चिन्तित हुनुपर्ने अवस्था छ ।"

मन्त्री खरेलले नेपालमा दर्ता भएका सामाजिक सञ्जालको नियमन गर्ने सन्दर्भमा सचेतनामूलक सन्देश दिने सामग्री प्रसारण गर्न काउन्सिललाई सुझाव दिनुभयो । उहाँले काउन्सिललाई कस्तो खाले जनशक्ति र उपकरण आवश्यक परेको छ र कसरी काम गर्दा सामाजिक सञ्जाललाई नियमन गर्न सहज हुन्छ त्यसको यकिन गरी तत्काल कार्यदल बनाएर काम गर्न पनि सुझाव दिनुभयो ।

मुलुक आम निर्वाचनको तयारी गरिरहेको अवस्थामा आचारसंहिताको कार्यान्वयनका लागि प्रभावकारी अनुगमन गर्नुपर्नेमा जोड दिँदै मन्त्री खरेलले भन्नुभयो, "प्रेस काउन्सिल स्वायत्त निकाय हो, यसलाई मन्त्रालयले हस्तक्षेप गर्दैन । नीतिगत निर्णय र सहयोग गर्न मन्त्रालय तत्पर छ ।"

उहाँले आम जनता, सरकार र सबै सरोकारवाला निकायको अपेक्षाअनुरुप काउन्सिलले सक्रिय र स्वतन्त्ररुपले काम गरिरहेको छ भन्ने सन्देश प्रवाह गर्न सक्नुपर्ने धारणा राख्नुभयो ।

त्यस अवसरमा मन्त्रालयका सचिव राधिका अर्यालले काउन्सिललाई आवश्यक पर्ने सबै खाले सहयोग उपलब्ध हुने विश्वास दिलाउनुभयो । काउन्सिलका सदस्य एवम् कार्यक्रमका अध्यक्षता गर्नुभएका सदस्य बालकृष्ण अधिकारीले काउन्सिलमा प्राविधिक आवश्यक जनशक्ति र बजेटको अभावकाबीच कार्यसम्पादन गर्दै आएको बताउनुभयो ।

यसअघि काउन्सिलका मुख्य प्रशासकिय अधिकृत फणिन्द्र भुषालले काउन्सिको समग्र वस्तुस्थिति र कामकारबाहीकाबारे जानकारी गराउनुभएको थियो ।

डा. भगवती यादव
Dr. Bhagwati Yadav
MBBS, MD Paediatrics (USC)
NMC Reg. No. : 11389
नवजात शिशु तथा बाल रोग विशेषज्ञ

डा. सरोज कुमार साह
Dr. Saroj Kumar Sah
MBBS, MS Orthopaedics (BPKIHS) Dharan
Fellowship in Hand Surgery (CMC Vellore)
NMC Reg. No. : 13288
हाड जोर्नी, नशा तथा बाथ रोग विशेषज्ञ

डा. जयन्ती यादव
Dr. Jayanti Yadav
M.B.B.S. MD (Obstetrician and Gynaecologist)
हाल कार्यरत गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराज
NMC Reg No. : 15312
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ

सम्पर्क : कृताञ्जली स्वास्थ्य क्लिनिक, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

मुटु र दाँतको दुस्मन चिनी

डा अरुणा उप्रेती

काठमाडौं, २६ असोज (रासस) ।

चिनी खान जति गुलियो छ, उति नै स्वास्थ्यका लागि पनि हानिकारक छ । चिनी हाम्रो भान्छादेखि पूजाआजामा पनि प्रयोग हुने गर्दछ । भनिन्छ, चिनी धेरै खायो भने तीतो हुन्छ । स्वादमा मात्र होइन, यसले हाम्रो स्वास्थ्यमा पार्ने असरका दृष्टिले पनि उपयुक्त छैन । चिनीको प्रयोग धेरै वर्षअघिदेखि हुँदै आएको छ । करिब २५सय वर्षअघि उखुबाट चिनी बनाउने प्रक्रिया भारतमा सुरु भयो र विस्तारै चीन, पश्चिम अफ्रिका, ब्राजिल हुँदै विश्वभर फैलियो । प्रारम्भमा चिनी उत्पादन गर्नु खर्चिलो हुने भएकाले धेरै महँगो पर्थ्यो र धनी मानिसहरूले मात्र चिनी प्रयोग गर्न सक्थे । राजा-महाराजालाई अन्य सुन र चाँदीका गहनाजस्तै गरेर चिनीलाई उपहारस्वरुप दिइने चलन थियो । जब संसारका विभिन्न ठाउँमा चिनीको उत्पादन हुन थाल्यो, तब आम मानिसले पनि यसको प्रयोग गर्न थाले ।

सन् १८८५ बाट चिनीको प्रयोग कोकाकोलामार्फत सुरु भयो । त्योबेला कोकलाई 'ब्रेन टनिक' अर्थात् मस्तिष्क तीक्ष्ण पार्ने वस्तु भनेर गलत प्रचार गरिएको थियो । चिनी बनाउने कम्पनीले मानव शरीरमा चाहिने ऊर्जा ग्लुकोजले दिन्छ र चिनी खाएपछि शरीरमा ग्लुकोज पुग्छ । शरीरमा स्फूर्ति आउँछ । अर्थात् जति खायो उति राम्रो भनेर प्रचारप्रसार गरे । तर जिब्रोको स्वादका लागि सेवन गरेको चिनी हानिकारक छ, यसले क्षणिक उत्तेजना दिए पनि दीर्घकालीन रुपमा भने मानव स्वास्थ्यमा असर पुर्‍याउँछ ।

सन् १९२८ मा 'चिनी स्वस्थकर' भनेर विज्ञापन नै सुरु भयो । गर्मीको समय सर्वतमा जाडोमा पेयपदार्थमा चिनी हालेर खाँदा रोग-प्रतिरोधात्मक शक्ति बढ्छ भनेर भ्रामक प्रचार गरियो । यस्तो विज्ञापनबाट प्रेरित भएर अमेरिकामा चिनीको प्रयोग बढ्न थाल्यो । विस्तारै त्यहाँ मोटोपन पनि बढ्न थाल्यो । चिनी कम्पनीहरुले अनुसन्धानकर्ता र स्वास्थ्यकर्मीलाई पैसाले गोजी भरिदिई 'चिनी स्वस्थकर छ' भनेर अनुसन्धानको निचोड निकाल्न लगाए र धेरै प्रचारप्रसार गरे । तर जनस्वास्थ्य विज्ञहरुले चिनीको खराबीको बारेमा बोल्न थाले । जब २०औं शताब्दीमा अमेरिकामा मधुमेह, फ्याटी लिभर, कब्जियत, अल्सर, ग्यास्ट्राइटिस र मोटोपन बढ्न थाल्यो र अस्पतालमा अनेक समस्या लिएर मानिसहरु आउन थाले, तब मात्र जनस्वास्थ्य विज्ञले भनेको कुरामा विश्व समुदायले विश्वास गर्न थाले ।

चिनीले मानिसको मोटोपन बढाउने, मधुमेह गराउने र मुटुरोग लाग्ने भएकाले यसको प्रयोग कम गर्न विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले बोल्न आवश्यक छ' भनेर केही जनस्वास्थ्य विज्ञहरूले सन् २००२ मा सुझाव दिएका थिए । त्यसपछि सो सङ्गठनले 'हामीले खानाबाट प्रत्येक दिन प्राप्त गर्ने क्यालोरी (शक्ति) मध्ये १० प्रतिशतभन्दा बढी चिनीबाट लिनु हुँदैन' भन्यो । अर्थात् हामीले लिने शक्तिको स्रोतमध्ये चिनी १० प्रतिशतभन्दा कम नै हुनुपर्छ र ९० प्रतिशत अन्य खानाको स्रोतबाट प्राप्त गर्नुपर्छ ।

यो कुरा प्रकाशमा आएपछि विशेषगरी अमेरिकाका चिनी उत्पादन गर्ने ठूला कम्पनीहरूले 'विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले जनतामा भ्रम फैलायो' भनेर आक्रोश पोखे । उनीहरूले विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनलाई दिने सहयोग कटौती गर्ने निर्णय पनि गरे । साथै ती कम्पनीले अमेरिकाको सिनेटमा प्रभाव पारेर 'चिनीले खराबी गर्ने कुरा प्रचार गरेमा विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनलाई अमेरिकाबाट दिँदै आएको आर्थिक सहयोग रोकिदिने धम्की पनि दिन लगाए । चिनी उत्पादक कम्पनीहरूले भनेका थिए, 'हामीले खानाबाट प्राप्त गर्ने दैनिक क्यालोरीमध्ये २५ प्रतिशतसम्म चिनीबाट प्राप्त गर्दा पनि हुन्छ ।' तर जनस्वास्थ्य विज्ञहरूले यो कुरालाई अस्वीकार गरे र धेरै चिनीको उपभोगबाट जनस्वास्थ्यमा हुने हानिका बारेमा आम जनतालाई निरन्तर जागरुक गर्न प्रयत्न गरे ।

चिनीले मानिसको स्वास्थ्यमा कसरी खराबी गर्छ भन्ने विषयमा सन् १९७२ मा नै डा जोन युड्किनले 'विषालु सेतो चिनी' नामक अनुसन्धानात्मक पुस्तक प्रकाशित गरेका थिए । तर उनको यो अनुसन्धान र अनुभवलाई अमेरिकाका चिनी र चिनीजन्य गुलियो पदार्थ उत्पादन गर्ने कम्पनीले हावामा उडाउने कार्य गरेका थिए । साथै अपवाह फैलाउने कार्य हो भनेर विरोध पनि जनाएका थिए । तर हाम्रो भान्सामा दिनहुँ प्रयोग हुने यस्तो सेतो चिनी एक प्रकारको मन्द विष नै हो । कतिपय मानिसहरु 'सेतो चिनी' राम्रो होइन तर 'खैरो चिनी' चाहिँ स्वस्थकर हो भन्ने ठान्दछन् । वास्तवमा यो कुरा बिल्कुलै सही होइन । प्रारम्भमा चिनीका बारेमा लेख्ने अनुसन्धानकर्ताले मुसामा चिनीको विभिन्न तरिकाले प्रयोग गरेर अध्ययन गरेका थिए । सो शोध अध्ययनअनुसार चिनी प्रयोग गरिएका मुसाहरुमा मुटुरोग, बिर्सने रोग र बाथको रोग बढेको पाइयो । चिनीले मानिसमा पनि विभिन्न किसिमका रोग उत्पन्न गर्ने कुरा अनुभव र अनुसन्धानले सिद्ध गरिसकेको छ ।

परम्परागत भोजनशैलीमा परिवर्तन भएकाले चिनीको उपभोग धेरै भएको पाइन्छ । हामी बिहान उठेदेखि बेलुकासम्म अनेक तरिकाले चिनी उपभोग गर्छौं । उदाहरणको लागि चिया, दूध, केक, कुल्फी, बिस्कुट, पाउरोटी आदिमा चिनी प्रशस्त प्रयोग भएको पाइन्छ । चाडबाड र देवीदेवताका प्रसादको रुपमा त भन् चिनीको मात्रा धेरै प्रयोग हुन्छ । केटाकेटीको बिहान र दिउँसोको खाजामा पनि धेरै चिनीको प्रयोग हुने भएकाले नेपाली केटाकेटीमा दाँतसम्बन्धी समस्या उच्च छ । उच्च रक्तचाप, मोटोपन, मधुमेहजस्ता समस्याहरुको एउटा प्रमुख कारकको रुपमा चिनी रहेको प्रमाणित भएको धेरै भइसकेको छ तर पनि हामी यसतर्फ त्यति सचेत भइरहेका छैनौँ ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले सन् २०१४ मा 'वयस्कलाई दैनिक पाँच चम्चाभन्दा बढी र बालबालिकालाई तीन चम्चाभन्दा बढी चिनी खान नदिनु भने पनि अहिले हाम्रो भोजनमा त्योभन्दा निकै बढी मात्रामा चिनी प्रयोग भएको पाइन्छ । सस, बिस्कुट, चाउचाउ आदि गुलियो जस्तो नलाग्ने खानामा पनि चिनी मिसाइएको हुन्छ । त्यस्तै गरी बट्टाबन्द र प्याकेटबन्द गरेको मासु, सुप, स्वस्थकर नास्ता भनिएका बट्टाका बजारे भोजन (जस्तो- मुसेली, कर्नफ्लोर) मा पनि चिनी मिसिएको हुन्छ । तर प्रायः यो कुरा हामी वास्ता नै गर्दैनौं, चिनी भएको थाहा नै नपाई हामी त्यसको उपभोग गरिरहेका हुन्छौं । त्यसैगरी, हर्लिक्स, बोर्नभिटा, भिभा आदि पेयपदार्थ, लस्सी, कोक, फन्टा, पेप्सी, डिउ, मेरिन्डा, फ्रुटी, एपी, सर्बत, लस्सी आदि चिसा पेयपदार्थहरुमा अधिकमात्रामा चिनी मिश्रण हुन्छ ।

चिनी भएको वस्तु खाएपछि यसले दाँतको इनामेल गालेर दाँतमा प्वाल पार्छ । बच्चाको आहारा जस्तो-बोतलबन्द दूध तथा पेय पदार्थहरुमा मिसाइएको गुलियो पदार्थले उनीहरुको कलिलो दाँतमा गम्भीर असर गरेको हुन्छ । तर बच्चाका अभिभावक यस्ता खानामा भएको चिनीले बच्चालाई नोक्सानी गर्छ भन्ने बारेमा अनभिज्ञ छन् । नेपालको सन्दर्भमा कुरा गर्दा मिठाईहरु, गुँदपाक, पुष्टकारी, केक, आइसक्रिम, सेल, मालपुवा आदिमा पनि ठूलो मात्रामा चिनी मिसाइएको हुन्छ र त्यसलाई हामीले अन्धाधुन्ध रुपमा प्रयोग गरिरहेका छौं ।

एक लिटर हलुका पेयमा औसत १४ चम्चा चिनी राखिएको हुन्छ । यसबारेमा हामीले कहिल्यै विचार गरेका हुँदैनौं । तर खाँदा त्यति गुलियो नलाग्ने पनि यसमा भएको अत्यधिक चिनीले हाम्रो स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पारिरहेको हुन्छ । अङ्ग्रेजीमा सुगर भनिने चिनीका माल्टोज, फ्रुक्टोज, ल्याक्टोज आदि अनेक रुपाकारहरु छन् । कतिपय फलफूलको बट्टामा 'सुगर फ्रि' भनेर लेखिएको हुन्छ । तर माल्टोज, फ्रुक्टोज, सुक्रोज आदि स्वरुपमा चिनी रहेको हुन्छ र हामी नजानेर यसको उपभोग गरिरहेका हुन्छौं ।

मकैबाट पनि चिनी बनाइन्छ । विशेषगरी चकलेट, कुकिज बिस्कुट बनाउँदा यसको प्रयोग गरिन्छ । यस्तो प्रकारको गुलियो पदार्थ र पेयले कोलेस्टेरोल (खराब बोसो) को मात्रा बढाउँछ । खराब बोसो बढेपछि यो मुटुका धमनीका भित्ताहरुमा लेउजस्तै टाँसिन पुग्दछ । यसकारण धमनीहरु साँघुरिने वा कडा हुने जटिलता उत्पन्न हुन थाल्छ । यसो हुनेबित्तिकै मुटुका मांसपेशीहरुमा धमनीबाट रगत, अक्सिजन र पोषक तत्व आवश्यकमात्रामा पुग्न सक्दैन । अनि मुटुका मांसपेशीहरु मर्दछन् र हृदयाघात निम्तिन्छ ।

त्यसैगरी शरीरलाई आवश्यक नपरेको चिनी चिल्लो पदार्थ या बोसोमा परिणत हुन्छ । यसैकारण मुटु तथा रक्तनलीमा अवरोध पुग्छ । वरिष्ठ मुटुरोग विशेषज्ञ डा अवनिभुषण उपाध्यायका अनुसार गुलियो ज्यादै खाँदा डायबिटिजको जोखिम बढ्छ । चिनी, सख्खर हालेका वस्तुबाहेक सुगर फ्रि कोक, जुस, मह आदि जुनसुकै रुपमा खाए पनि चिनी चिनी (सुगर वा गुलियो वस्तु) नै हो । जसरी खाँदा पनि यदि चिनीको मात्रा बढी छ भने त्यसले असर गर्छ । 'सुगर फ्री' भनिएको वस्तु वास्तवमा 'सुगर फ्री' हुँदैन । स्याक्रिन हालिएको चिया या अन्य पेयपदार्थ स्वास्थ्यका लागि झनै भयानक हुन्छन् । यसले मुटुलाई बिगार्छ । *(लेखक जनस्वास्थ्य तथा पोषणविद् हुनुहुन्छ)*

राजबिराज नगरपालिका
१ नं.वडा कार्यालय
राजबिराज,सप्तरी
मधेश प्रदेश,नेपाल

प.स. २०८२/०८३
च.न. ८०३

मिती :- २०८२।०६।२६

विषय: - सुचना सूचना सूचना ।

उपरोक्त सम्बन्धमा जिल्ला सप्तरी राजबिराज नगरपालिका वाड नं.१० हाल १ बस्ने बदलेश यादव ले तपसिलका जग्गाहरु नमसारी गर्न सिफारिस गरि पाउँ भनि मिति २०८२।०६।०७ गते मा द.न.२९५ को निवेदन दिएको हुदाँ सो जग्गामा कसैको हक दाबी भए सूचना प्रकाशित भएको मितिले ३५ दिन भित्र आफनो सबुत प्रमाण सहित यस वडा कार्यालयमा निवेदन दिन आउनु होला अन्यथा कानून बमोजिम भै जाने व्यहोरा जानकारी गराइन्छ ।

तपसिल

जिल्ला सप्तरी रा.बि.न.पा.वा.नं.१० हाल १ बस्ने डम्बर यादवको नाउ दर्ताको जग्गाहरु

जिल्ला	गा.बि.स./न.पा.	वार्ड नं.	कि.नं.	क्षेत्रफल
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	१२५४	०-०-३
सप्तरी	चनौरा पहरीया	८	३४५	०-३-१६
सप्तरी	चनौरा पहरीया	८	६३५	०-५-८.५
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	९०८	०-०-१७.५
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	९१२	०-१-७.५
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	९१४	०-१-१.५
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	९१७	०-७-५
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	९१८	०-३-८
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	९२०	०-०-६.२५
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	९२२	०-०-७
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	९२४	०-७-१.५

जिल्ला सप्तरी रा.बि.न.पा.वा.नं.१० हाल १ बस्ने श्रीमति रकसी देवी नाउ दर्ताको जग्गाहरु

जिल्ला	गा.बि.स./न.पा.	वार्ड नं.	कि.नं.	क्षेत्रफल
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	१४७१	०-१-१२
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	३५८	०-०-६
सप्तरी	चनौरा पहरीया	९	३६९	०-०-१८

शिव दत्त साह
नि.वडा अध्यक्ष
रा.बि.न.पा.वडा नं. १

आपसी समन्वयका कारण विपद्मा पनि यसरी सम्भव भयो दूरसञ्चार सेवा

कमलकुमार बस्नेत
काठमाडौं, २६ असोज (रासस)।

निरन्तरको भारी वर्षा र त्यसपछिको बाढीपहिरोका कारण असोज तेस्रो साता जनजीवन प्रभावित भयो । खासगरी मुलुकका मध्यभागदेखि पूर्वोत्तर क्षेत्र वर्षाबाट बढी प्रभावित भए ।

बाढीपहिरोका कारण हालसम्म ५३ जनाको मृत्यु भएको छ भने सात जना बेपत्ता छन् । अलपत्र यात्रु गन्तव्यमा अझै पुगिसकेका छैनन् भने सबै सडकमा पूर्ण रुपमा यातायात सञ्चालन गर्न अझै केही दिन लाग्ने सरकारले बताइसकेको छ ।

देशको विषम परिस्थितिमा पनि दूरसञ्चार क्षेत्रले भने निरन्तर सेवा दिन सक्यो । बाढीपहिरोका कारण दूरसञ्चारका पूर्वाधारमा धेरै क्षति हुँदा पनि निरन्तर सेवा सञ्चालन भयो ।

नेपाल टेलिकमका सहप्रवक्ता नवीन मिश्र जनशक्तिको निरन्तरको खटाइ र पूर्वतयारीका कारण निर्बाध सेवा प्रवाह सम्भव भएको बताउनुहुन्छ । विशेषगरी मधेस र कोशी प्रदेशमा कम्पनीको सेवा बढी प्रभावित भयो । "भारी वर्षा, बाढीपहिरो तथा डुबानका कारण मुलुकभर नेपाल टेलिकमका एक हजार १५० वटा टावरमा क्षति भयो । मधेसमा करिब ३०० वटा टावरमा क्षति भयो", उहाँले भन्नुभयो । धेरै ठाउँमा विद्युत् आपूर्तिमा अवरोध हुँदा समस्या भएको थियो ।

सहप्रवक्ता मिश्रका अनुसार नेपाल टेलिकमले विपत्तिका बेला काम गर्न मुलुकभर 'इन्टिग्रेटेड मेन्टिनेन्स युनिट' नै राखेको छ । सोही टोली जस्तोसुकै परिस्थितिमा पनि कार्यक्षेत्रमा परिचालन हुन तयारी अवस्थामा हुन्छन् । गत असोज १८ र १९ गते कोसी र मधेस प्रदेशका करिब पाँच लाख उपभोक्ता प्रभावित भएका थिए । कोसी प्रदेशको इलाममा भने दुई दिनसम्म सेवा प्रभावित भए पनि अन्य क्षेत्रमा भने लामो समयसम्म सेवा अवरुद्ध हुन नपाएको उहाँको भनाइ छ ।

निजी क्षेत्रको टेलिकम सेवाप्रदायक एनसेलका अनुसार बाढीपहिरो तथा डुबानका कारण कम्पनीका करिब ४०० टावरमा क्षति भएको छ । समस्या भएका ठाउँ पहिचान गरेर सेवा सञ्चालन भइसकेको एनसेलको भनाइ छ । विद्युत्का कारण इलामका केही स्थानमा समस्या रहे पनि अहिले सबै स्थानमा सेवा सञ्चालन भइसकेको छ । "समस्या हामीलाई पनि परेको थियो तर हामीले अहोरात्र खटिएर तत्कालै सेवा सञ्चालन गर्न सफल भयौं । अहिले कतै पनि एनसेलको सेवामा समस्या भयो भनेर गुनासो आएको छैन", एनसेलले भनेको छ ।

दूरसञ्चार सेवाप्रदायक नेपाल टेलिकम र एनसेलसँग सहकार्य गरिरहेको चिनियाँ कम्पनी हुवावेका अनुसार सरकारले असोज १७ गतेदेखि २० गतेसम्म भारी वर्षाको प्रक्षेपण गरेपछि यसको तयारी सुरु भइसकेको थियो । गत वर्ष पनि भारी वर्षापछि बाढी र पहिरोका कारण ठूलो क्षति भएकाले हुवावेले आफ्नो क्षेत्राधिकारभित्र पूर्वतयारी सुरु गरिसकेको थियो । सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालयले पनि त्यसअघि नै टेलिकम कम्पनीहरुलाई उच्च सतर्कता अपनाउन र आपत्कालीन समयमा सेवा निरन्तरताको सुनिश्चित गर्नका लागि आग्रह गरिसकेको थियो ।

विपद्मा कस्ता समस्या आउँछन् ?

प्राकृतिक विपत्तिका बेला सेवा प्रवाह गर्ने प्रमुख उपकरण टावरलगयतमा अवरोध हुन्छ । बाढीपहिरोमा फाइबर वा 'माइक्रोवेभ लिङ्क' काट्दा वा सडक बगाउँदा टावरको सञ्जाल विच्छेद हुन्छ । केही टावर डुबानमा पर्छन् वा बिजुलीका खम्बा ढल्दा वा लाइन क्षतिग्रस्त हुँदा विद्युत् आपूर्ति बन्द भएर पनि सेवा अवरुद्ध हुन्छ । कहिलेकाहीँ हुरी, बाढीपहिरोले ठूलोमात्रामा फाइबर केबल विच्छेद गरिदिन्छ । रूख ढल्दा वा पहिरो खस्दा हावामा तन्काइएका फाइबर केबलहरू चुँडिन्छन् । सो अवस्थामा पनि सेवा अवरुद्ध हुन्छ ।

त्यस्तै, सडक भासिँदा वा जमिन तलमाथि हुँदा पनि भूमिगत फाइबर चुँडिने वा भाँचिने हुन्छ जसका कारण केबल ज्वाइन्ट (स्प्लाइस पोइन्ट र इन्क्लोजर) नष्ट हुन्छन् । जसले गर्दा सेवा अवरुद्ध हुन्छ । त्यसबाहेक विद्युत् आपूर्तिका समस्या भएर पनि सेवा अवरुद्ध हुन्छ । 'ब्याकअप ब्याट्री वा डिजेल जेनेरेटर' क्षतिग्रस्त हुन सक्छन् वा इन्धन पुनःभरण पहुँच नहुँदा प्रयोग गर्न नसकिने अवस्था आउँछ जसका कारण सेवा सञ्चालन गर्न ढिला हुन्छ ।

हालैको बाढीपहिरोमा सडक नै बगाएको वा अवरुद्ध भएका कारण सेवा पुनःसुरु गर्न ढिला भएको छ । फिल्ड इन्जिनियरले अवरुद्ध वा डुबान भएका सडक, ढलेका पुल वा पहिरोका कारण क्षतिग्रस्त स्थानमा पुग्न कठिनाइ हुन्छ ।

कसरी हुन्छ सेवा सञ्चालन ?

टेलिकम सेवाप्रदायकले देशका सबै क्षेत्रमा अहोरात्र सेवा प्रवाह भइरहेको छ कि छैन भनेर अनुगमन गरिरहेका हुन्छन् । सोअन्तर्गत पूर्वसूचना र निगरानी लिने काम पनि हुन्छ ।

यसपटक जल तथा मौसम पूर्वानुमान महाशाखाबाट प्राप्त सूचनाको आधारमा 'नेटवर्क' निगरानी बढाइएको थियो । यसरी उच्च जोखिम हुने क्षेत्र पहिचान गरिन्छ । यस्तो अवस्थामा टेलिकम सेवाप्रदायकले आपत्कालीन संयन्त्र परिचालन गर्छन् र कुनकुन स्थानमा फाइबर काटिएको छ, टावर भत्किएको छ वा बिजुली अवरुद्ध भएको छ त्यसको जानकारी फिल्ड इन्जिनियर तुरुन्त दिइन्छ ।

त्यसपछि अवरुद्ध भएको स्थानमा 'ब्याकअप पावर' र उपकरणको अवस्था कस्तो छ सोको जानकारी गराइन्छ । 'ब्याट्री, जेनेरेटर र स्पेयर पार्ट'हरू स्थानीयस्तरमै तयारी अवस्थामा राखिन्छन् । सेवा अवरुद्ध भएको स्थानमा स्थानीय प्रशासन, सुरक्षाकर्मी र समुदायसँग सहकार्य गरी प्रभावित क्षेत्रमा मर्मत गरिन्छ ।

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालयको निर्देशनमा एनसेल र नेपाल टेलिकमजस्ता सेवाप्रदायकले एकापसमा समन्वय गरी नेटवर्क निरन्तरता सुनिश्चित गर्छन् । यी प्रयासले बाढीपहिरो र भूकम्पजस्ता विपद्का बेला पनि नेपालमा सञ्चार सेवा निरन्तर सञ्चालन राख्न मद्दत पुर्याउँछन् ।

दूरसञ्चार उपकरण तथा सूचना तथा सञ्चार प्रविधि सेवा प्रदायक हुवावेले नेपाल टेलिकम र एनसेललाई प्रविधि र स्थलमै जनशक्ति उपलब्ध गराई महत्वपूर्ण सहयोग गरेको जनाएको छ । सेवा प्रदायकसँग नजिकबाट सहकार्य गर्दै, हुवावेले देशभर आफ्ना प्राविधिक टोली निरन्तर खटाइ काम गरेको जनाएको छ ।

हुवावेका अनुसार कम्पनीले सञ्चालन गरेको नेटवर्क 'एस्युरेन्स' प्रणालीमार्फत लगातार निगरानी गरिएको थियो । 'सिग्नल ड्प' वा 'फाइबर कट'को सङ्केत 'पिङ टेस्ट', 'अलार्म निगरानी' र 'अप्टिकल डायग्नोस्टिक्स'जस्ता उपकरण प्रयोगगरी तत्कालै पहिचान गरिएको थियो । फलस्वरुप 'फाइबर कट' विद्युत् अवरोध र सडक अवरुद्धजस्ता चुनौतीमा पनि आफूहरुले तत्काल सेवा प्रवाह गर्न सफल भएको उनीहरुको भनाइ छ ।

हैजा महामारीविरुद्धको ...

हजार जनालाई हैजाविरुद्धको खोप खुवाइने कार्यक्रम रहेको जानकारी दिनुभयो । उहाँले यो अभियान आइतबारदेखि आगामी कात्तिक २ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ ।

प्रतिकार्यस्वरूप सञ्चालन गर्न लागिएको हैजाविरुद्धको अभियानमा एकपटक औषधि दिइनेछ । यो मुखबाट खुवाइने खोपयुक्त औषधि हो । यो सुरक्षित रहेको महाशाखाले जनाएको छ । यो औषधि एक वर्षभन्दा माथिका सबैले खानुपर्छ । गर्भवती र स्तनपान गराइरहने महिलालाई पनि यो औषधि दिन सकिने जनाइएको छ ।

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

मिति :-२०८२/०६/०७

विषय:- ३५ दिने हकदावी सम्बन्धी सार्वजनिक सुचना।

यसमा २००४ सालको जमाबन्दी श्रेस्ता बमोजिम रैती नं. २० माधव मडर धानुकको नाममा कायम रहेका साबिक प्रगन्ना पकरी मौजे कजौलीको सा.कि.नं. २५१ को ज.वि. ०-८-१० मध्ये ७ नं. फाँटवारीमा सोने लाल मडल मघैया धानुकको नाममा कायम भएको ०-७-० जग्गा मिति २०२७/१२/३१ मा सोने लाल मंडल मघैया धानुक सँग मलभोगिया देवी धनुकाईनले खरिद गरी लिएको जग्गा २०२८ सालमा तपसिल बमोजिम नापी भएको जग्गा छुट जग्गा दर्ता नामसारी समेत गरी पाउँ भनी जिल्ला सप्तरी गा.बि.स महादेवा वडा नं.२ हाल महादेवा गा.पा. वडा नं. २ बस्ने बिहारी मंडलको नाति सम्पैत मण्डलको पत्नी मलभोगिया देवीको छोरा शिव नारायण मण्डलको यस कार्यालयमा द.नं. ७३५ मिति २०८२/०४/१३ गतेमा माग निवेदन परी हकदावी सम्बन्धी सार्वजनिक सुचना प्रकाशित गर्ने मिति २०८२/०६/०७ मा आदेश भए बमोजिम यो ३५ दिने हकदावी सम्बन्धी सार्वजनिक सुचना प्रकाशित गरिएको छ । तपसिलमा उल्लेखित जग्गा निवेदकहरु बाहेक अरु कसैको हक लाग्ने भए वा निवेदकको मागमा छुट जग्गा दर्ता नामसारी गर्दा कसैको हक जानेछ वा अन्य कुनै व्यक्ति विशेष वा नेपाल सरकार, सार्वजनिक, सामुदायिक, डगर, बाटो, ऐलानी , प्रति, गोचर, समसानघाट, पैनी, पौवा, पार्क, हाट,मेला लाग्ने ठाँउ वा सरकारी जग्गा भए/ नभएको सम्बन्धमा यो सुचना प्रकाशित भएको मितिले ३५ दिनभित्रमा सप्रमाण सहित यस कार्यालयमा आई उजुरी गर्नुहोला । म्यादभित्र कसैको हकदावी उजुरी पर्न नआएमा निवेदकहरुको माग दावी बमोजिम छुट जग्गा दर्ता नामसारी गर्ने तर्फ कानून बमोजिम कारवाही भै जानेछ । यस सम्बन्धमा पछि कुनै पनि उजुरी दावी नलाग्ने व्यहोरा सम्बन्धित सबैलाई जानकारी गराईन्छ ।

तपसिल

साविक कि.न.	साविक दर्तावाला	गा.वि.स.	वार्ड नं.	हालको कि.नं.	क्षेत्रफल	हालको दर्तावाला	कैफियत
२५१	माधव मंडर धानुक	महादेवा	२क	१२५	०-३-५	शिव नारायण मंडल	गो जग्गा फिल्डबुकको ज.ध. महल खाली, किसान को महल खाली, किसानको व्यहोरा महल खाली, कैफियत महलमा खाली रहेको।

....
भुपेन्द्र राई
प्रमुख मालपोत अधिकृत

विश्व समाचार

जीवित रहेका बन्धकमध्ये एकमात्र नेपाली विपिन जोशी

तेल अभिव, २६ असोज (रासस/एपी)।

इजरायलले अझै जीवित रहेको विश्वास गर्ने २२ जना बन्धकमध्ये एकमात्र गैर-इजरायली नेपाली नागरिक विपिन जोशी पनि रहनुभएको छ। उहाँको कथा अहिले पनि इजरायल र नेपाल दुवै देशमा पीडा र आशाको प्रतीक बनेको छ। सन् २०२३ अक्टोबर ७ मा हमासद्वारा इजरायलमा गरिएको विनाशकारी आक्रमणपछि दुई वर्ष लामो युद्ध सुरु भएको थियो। हमासको उक्त आक्रमणमा करिब एक हजार दुई सय जनाको मृत्यु भयो र २५१ जना अपहरणमा परे। गाजाको स्वास्थ्य मन्त्रालयका अनुसार सो लडाईंले हालसम्म ६७ हजारभन्दा बढी प्यालेस्टिनीहरूको ज्यान लिइसकेको छ। त्यसमा झण्डै आधा महिला र बालबालिका रहेका छन्। हाल गाजाको जनसङ्ख्याको करिब ९० प्रतिशत विस्थापित भइसकेको अनुमान गरिएको छ।

गाजामा हाल ४८ जना बन्धकहरू रहेका छन्। तिनमा अघिल्ला युद्धका एक सैनिकको शव पनि समावेश छ। इजरायली अधिकारीहरूले कम्तीमा २५ जना बन्धक मरेको पुष्टि गरेका छन्, तर बाँकी २० जनामध्ये कति जीवित छन् भन्ने अझै स्पष्ट छैन। तिनै बन्धकमध्ये एक जना नेपाली विद्यार्थी विपिन जोशी पनि हुनुहुन्छ। उहाँलाई जीवित रहेको विश्वास गरिएको छ। चौबिस वर्षीय नेपाली युवा विपिन जोशी आक्रमण हुनुभन्दा एक महिनाअघि मात्र आफ्नो जन्मस्थान नेपालबाट इजरायल पुग्नुभएको थियो। उहाँ कृषि अध्ययनका लागि विद्यार्थी आदानप्रदान कार्यक्रममा सहभागी हुन गाजाको सीमामा रहेको किबुट्ज अलुमिममा कार्यरत हुनुहुन्थ्यो। कार्यक्रमका १७ जना नेपाली विद्यार्थीमध्ये १० जनाको हमासको आक्रमणका क्रममा मृत्यु भएको थियो। उनीहरू बम आश्रयमा लुकेका थिए र हमलाको क्रममा फ्याँकिएका जीवित ग्रेनेडहरूबाट बाँच्न सफल भए पनि विपिन जोशी घाइते भएर अपहरणमा पर्नुभएको थियो।

विपिनका परिवारका अनुसार उहाँ गाजामा जीवित रहनुभएको हुनसक्छ भन्ने विश्वास अझै बलियो छ। उहाँकी १७ वर्षीया बहिनी पुष्पा जोशीले आफ्ना दाजुको रिहाइका लागि अहोरात्र प्रयास गरिरहनुभएको छ। अधिकारीहरू र कूटनीतिक निकायहरूसँग भेट गरी दाजुको रिहाइका लागि आवाज उठाउन सकियोस् भनेर उहाँ पश्चिम नेपालको आफ्नो गाउँबाट प्रत्येक हप्ता काठमाडौं आउन आठ-आठ घण्टाको बस यात्रा गर्नुभयो। गत अगस्टमा जोशी परिवारले राष्ट्रपति आइज्याक हर्जोगलाई भेट्न र तेल अभिवको 'होस्टेज स्क्वायर' मा बन्धक परिवारहरूले आयोजना गर्ने प्रदर्शनमा सहभागी हुन इजरायल यात्रा पनि गरेको थियो। उनीहरूले नेपाल सरकार र अन्तर्राष्ट्रिय समुदायसँग पनि जोशीको उद्धारका लागि सक्रिय भूमिका खेल्न आग्रह गर्दै आएका छन्। विपिन जोशी अहिले पनि गाजामा जीवित रहेको विश्वास इजरायली अधिकारीहरूले राखेका छन्। उहाँका साथीहरूले विपिन अध्ययनशील, मिलनसार र सहयोगी स्वभावका युवा रहेको बताएका छन्। विपिनले आफ्नो भविष्य कृषि विकासमा योगदान गर्ने सपनासँग इजरायल यात्रा गर्नुभएको थियो।

इजरायलले युद्धविराम सुरु भएपछि बाँकी रहेका बन्धकहरूलाई ७२ घण्टाभित्र रिहा गरिने आशा व्यक्त गरेको छ। यसको बदलामा करिब दुई हजार प्यालेस्टिनी कैदीलाई रिहा गर्ने तयारी भइरहेको छ। विपिनको परिवार भने आशाको झिल्को निभ्न नदिई, दाजु-छोरा फर्किने दिनको प्रतीक्षा गर्दै अझै पनि प्रतीक्षामा छ। परिवारका अनुसार 'विपिन फर्किनुभयो भने त्यो केवल हाम्रो परिवारको जित होइन, यो नेपाल र मानवताकै जित हुनेछ।'

अफगानिस्तानको सीमा कारबाहीमा ५८ पाकिस्तानी सैनिक मारिएको दाबी

पेशावर (पाकिस्तान), २६ असोज (रासस/एपी)।

अफगानिस्तानले आफ्नो भूमि र हवाई क्षेत्रको बारम्बार उल्लङ्घन भएको दाबी गर्दै आइतबार राति सञ्चालन गरिएको सीमा कारबाहीमा ५८ जना पाकिस्तानी सैनिक मारिएको जनाएको छ। यसअघि यसै साताको सुरुआतमा अफगान अधिकारीहरूले पाकिस्तानले राजधानी काबुल र देशको पूर्वी भागका बजारहरूमा बम प्रहार गरेको आरोप लगाएका थिए। पाकिस्तानले भने सो आक्रमणको जिम्मेवारी अस्वीकार गरेको छ। तालिबान सरकारका प्रमुख प्रवक्ता जबिहुल्लाह मुजाहिदका अनुसार अफगान सेनाले २५ वटा पाकिस्तानी चौकीहरू कब्जा गरेको र यसमा ५८ जना पाकिस्तानी सैनिक मारिएका र करिब ३० जना घाइते भएका छन्। उहाँका अनुसार अफगान सुरक्षाबलले शनिबार राति पाकिस्तानी सीमा चौकीहरूमा गरेको आक्रमण आफ्नो देशको क्षेत्रीय अखण्डता र सार्वभौमसत्तामाथि भएको बारम्बारको उल्लङ्घनको जवाफी कारबाही हो। यस घटनाले दुई छिमेकी देशबीचको सुरक्षा तनाव अझ गहिरो पारेको बताइएको छ।

अफगान राज्य सञ्चालित मिडियाले पनि एक दर्जनभन्दा बढी पाकिस्तानी सैनिक मारिएको उल्लेख गर्दै सीमावर्ती क्षेत्रमा ठूलो सङ्घर्ष भएको जनाएको छ। तर इस्लामाबादले भने घटनाबारे तत्काल कुनै पुष्टि गरेको छैन। तालिबान सरकारको रक्षा मन्त्रालयले आइतबार बिहान विज्ञप्ति जारी गर्दै आफ्नो सेनाले सीमामा 'जवाफी र सफल अपरेसन' सञ्चालन गरेको जानकारी दिएको छ। विज्ञप्तिमा भनिएको छ, "यदि विपक्षी पक्षले पुनः अफगानिस्तानको क्षेत्रीय अखण्डता उल्लङ्घन गर्ने प्रयास गर्‍यो भने, हाम्रा सशस्त्र सेनाहरू सिमानाको रक्षा गर्न पूर्ण रूपमा तयार छन् र कडा जवाफ दिनेछन्।" राज्य सञ्चालित मिडिया आरटिएका अनुसार 'प्रतिशोधात्मक अपरेसन' अन्तर्गत अफगान सेनाले तीनवटा पाकिस्तानी सैन्य चौकीहरू कब्जा गरेको र दक्षिणी हेलमन्ड प्रान्तको सीमाक्षेत्रमा १५ जना पाकिस्तानी सैनिक मारिएका छन्।

यस घटनापछि दुई देशबीचको प्रमुख व्यापारिक नाका तोरखाम आइतबार बिहान ८ बजे खुल्नुपर्ने समयमा पनि बन्द रहेको बताइएको छ। पाकिस्तानले अफगान सरकारमाथि प्रतिबन्धित समूह तहरीक-ए-तालिबान पाकिस्तान (टिटिपी) का सदस्यहरूलाई आफ्नो भूमिमा शरण दिएको आरोप लगाउँदै आएको छ। पाकिस्तानको दाबी अनुसार सो समूहले पाकिस्तानी भूभागमा घातक आक्रमणहरू गर्दै आएको छ। तर काबुलले आफ्नो भूमि अन्य मुलुकविरुद्ध प्रयोग गर्न नदिने अडान लिँदै उक्त आरोप अस्वीकार गरेको छ।

त्रिविको जग्गा खोजबिन समितिको प्रतिवेदन कार्यान्वयन हुँदै

काठमाडौँ, २६ असोज (रासस)। शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयले त्रिभुवन विश्वविद्यालयको जग्गा तथा सम्पत्ति खोजबिन समितिको प्रतिवेदन, २०८१ सार्वजनिक गरी कार्यान्वयनको तयारी गरेको छ।

मन्त्रिपरिषद्को यही असोज २३ गतेको बैठकले प्रतिवेदन सार्वजनिक र कार्यान्वयन गर्न जिम्मेवारी दिएपछि मन्त्रालयले सोको तयारी गरेको हो। शिक्षामन्त्री महावीर पुनले आफूले प्रतिवेदन सार्वजनिक गर्न निर्देशन दिएको सामाजिक सञ्जालबाट जानकारी दिनुभएको छ।

गत पुस २ गते तत्कालीन प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीसमक्ष तत्कालीन शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री विद्या भट्टराई र विश्वविद्यालयका पदाधिकारीसहितको उपस्थितिमा खोजबिन समितिका सदस्य महेन्द्र थापाले सो प्रतिवेदन हस्तान्तरण गर्नुभएको थियो। विसं २०८० जेठ १७ गते मन्त्रिपरिषद्बाट पूर्वसचिव शारदाप्रसाद त्रितालको संयोजकत्वमा पाँच सदस्यीय समिति गठन गरिएको थियो।

प्रतिवेदनले २०१३ सालदेखिका त्रिविको कीर्तिपुर, नैकाप, डुङ्गेअड्डा, पाटनलगायत काठमाडौँ उपत्यकाका २१ वटा क्याम्पसका जग्गाको अवस्था, दुरूपयोग र उपयोगका लागि समाधानका उपायसमेत सुझाएको थियो। समितिले जग्गाको दुरूपयोग भएका सम्बन्धमा अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोग र नेपाली प्रहरीको केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरोमा लेखी पठाउन पनि सुझाव दिएको थियो।

तेइस अर्ब २२ करोड बराबरको बीमा दाबी, एक अर्ब ५८ करोड भुक्तानी

काठमाडौँ, २६ असोज (रासस)। गत भदौ २३ र २४ गतेको आन्दोलनका कारण क्षति भएका भौतिक संरचनाको हालसम्म रु २३ अर्ब २२ करोड ७८ लाखबराबरको बीमा दाबी गरिएको छ। नेपाल बीमा प्राधिकरणले उपलब्ध गराएको पछिल्लो विवरणअनुसार निर्जीवन बीमा कम्पनीहरूले रु एक अर्ब ५८ करोड ५६ लाखबराबरको भुक्तानी गरिसकेका छन्।

बीमाबापतको रकम सहज र शीघ्र रूपमा उपलब्ध गराउन प्राधिकरणले देखाएको सक्रियताका कारण धमाधम अग्रिम रूपमा भुक्तानी गरिएको जनाएको छ। हालसम्म कुल तीन हजार ९९ बीमा दाबीको आवेदन परेको प्राधिकरणले जनाएको छ। कुल दाबीमध्ये सम्पत्ति बीमा छ सय ५३, मोटर बीमा दुई हजार २०६, इन्जिनियरिङ तथा ठेक्का जोखिम बीमा एक सय ९०, परिवहन बीमा १२ र अन्य बीमा ३८ रहेका छन्।

त्यसैगरी, कोशी प्रदेशमा तीन सय ९६, मधेसमा तीन सय ५५, वाग्मतीमा एक हजार ६६९, गण्डकीमा दुई सय १२, लुम्बिनीमा दुई सय ४६, कर्णालीमा २२ र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा एक सय ९९ बीमा दाबीको आवेदन परेको छ। प्राधिकरणका अनुसार यो विवरण यही असोज २३ गतेसम्मको हो।

प्राधिकरणका अनुसार सिद्धार्थ इन्स्योरेन्स कम्पनीमा सर्वाधिक बढी अर्थात् रु पाँच अर्ब ६१ करोड ४४ लाखबराबरको बीमा दाबीको आवेदन परेको छ। सो कम्पनीले रु ५९ करोड ४४ लाखबराबरको रकम बीमितलाई भुक्तानी गरेको छ। त्यसैगरी, दी ओरियण्टल इन्स्योरेन्समा रु पाँच अर्ब २४ करोड ४७ लाखबराबरको बीमा दाबीको आवेदन परेको छ। सो कम्पनीले रु पाँच लाख ७० हजारबराबरको रकम भुक्तानी गरेको छ।

आइजिआई प्रुडेन्सियल इन्स्योरेन्समा रु दुई अर्ब ७५ करोड ९७ लाखबराबरको बीमा दाबीको आवेदन परेको छ। सो कम्पनीले रु ३० करोड ४३ लाखबराबरको रकम बीमितलाई वितरण गरेको छ। शिखर इन्स्योरेन्समा रु दुई अर्ब ४० करोड ८६ लाखबराबरको बीमा दाबी भएको छ। सो कम्पनीले रु ३१ करोड ९४ लाखबराबरको रकम उपलब्ध गराएको छ।

मुलुकभर हाल कुल माइक्रो इन्स्योरेन्स कम्पनीसहित १८ निर्जीवन बीमा कम्पनी सञ्चालनमा छन्। गत भदौ २३ र २४ गतेको आन्दोलनका कारण भएको आगजनी र तोडफोडमा परेका निजी संरचनाको हकमा बीमा भए पनि सरकारी र सार्वजनिक सम्पत्तिको भने बीमा नभएको पाइएको छ।

पेट्रोलियम पदार्थबाट ११ अर्ब १८ करोड राजश्व संकलन

पर्सा, २६ असोज (रासस)। वीरगञ्ज भन्सार कार्यालयले चालु आर्थिक वर्षको दुई महिनामा सबैभन्दा धेरै राजस्व पेट्रोलियम पदार्थको आयातबाट रु ११ अर्ब १८ करोड सङ्कलन गरेको छ।

कार्यालयले चालु आवको दुई महिनामा रु २६ अर्ब ३३ करोड खर्चिएर पाँच थरिका पेट्रोलियम पदार्थ आयात गरेको हो। आयातबाट प्राप्त कुल राजस्वमा मुख्य २० वस्तुबाट प्राप्त राजस्वको योगदानमा पेट्रोलियम पदार्थको हिस्सा भने २८ दशमलव ५६ प्रतिशत रहेको छ।

वीरगञ्ज भन्सार कार्यालयका प्रमुख भन्सार प्रशासक विष्णुप्रसाद ज्ञवालीका अनुसार भन्सारको राजस्वमा पेट्रोलियम पदार्थ र सवारीसाधनको योगदान निकै उच्च रहेको जानकारी दिनुभयो। "यहाँको भन्सार आयातमा निर्भर रहेको छ। जसमा पनि पेट्रोलियम पदार्थ र सवारीसाधनको हिस्सा भने महत्त्वपूर्ण छ। यस्तै, यातायातका साधन र तिनका पार्टपुर्जा आयातबाट भने रु छ अर्ब १४ करोड अर्थात् १५ दशमलव ६८ प्रतिशत रहेको छ।

त्यसैगरी, फलाम तथा फलामबाट बनेका सामानबाट भने रु दुई अर्ब ५४ करोड अर्थात् छ दशमलव ४९ प्रतिशत राजस्वको हिस्सा रहेको छ। सबै प्रकारका कपडाबाट रु एक अर्ब ९८ करोड अर्थात् पाँच दशमलव ०६ प्रतिशत हिस्सा ओगटेको छ। वीरगञ्ज भन्सार कार्यालयले चालु आवको दुई महिनामा रु ३९ अर्ब १५ करोड राजस्व सङ्कलन गरेको छ।

दुई पालिकामा ...

महिला तथा बालबालिका विरुद्ध हुने हिंसा प्रभावित व्यक्तीलाई तत्काल न्याय दिलाउन पारित निर्देशिकाले ठूलो सहयोग पुऱ्याउने बताइन।

कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी पूर्व सांसद रञ्जु ठाकुरले स्थानीय स्तरमा हुने पीडित पक्षलाई छिटो, छरितो र सहज न्याय दिलाउन निर्देशिकाले बल प्रदान गर्ने बताइन।

उक्त कार्यक्रम असोज २७ र २८ गते क्रमशः तिलाठी र छिन्नमस्ता गाउँपालिकामा संचालन हुने कार्यक्रम समन्वयकर्ता विदेह फाण्डेशनले जनाएको छ। महिला तथा बालबालिका विरुद्ध हुने हिंसा प्रभावित व्यक्तीहरुलाई सेवा प्रदायकबाट अन्य समबन्धित सेवा प्रदायकमा पठाई समय मै उचित र प्रभावकारी सेवा प्रदान गर्न सिफारिस प्रणाली सम्बन्धि निर्देशिका तयार पारिएको जनाइएको छ।

जनकपुरधाममा ...

जनकपुरधाममा यस अस्पतालले स्वास्थ्योपचारका क्षेत्रमा गुणस्तरीय सेवा दिएर उदाहरणीय बन्नुपर्ने विचार व्यक्त गर्नुभयो। अस्पतालमा २४सै घण्टा आकस्मिक सेवा, दैनिक ओपिडी सेवा, स्त्री तथा प्रसुति रोग उपचार, जनरल सर्जरी तथा ल्याप्रस्कोपी, सर्जरी, बालरोग, जनरल फिजिसियन सेवाका साथै दन्त उपचार, आँखा उपचार, छाला, नाक, कान, घाँटी, हाडजोर्नी तथा नसाको उपचार र मानसिक रोग उपचारलगायत सेवा उपलब्ध रहेको अस्पतालका सञ्चालक चेतनारायण यादवले जानकारी दिनुभयो।

साथै, अस्पतालमा अत्याधुनिक प्याथोलोजी, भिडियो एक्स-रे सेवा र २४सै घण्टा एम्बुलेन्स सुविधा उपलब्ध रहेको उहाँले बताउनुभयो।

इन्टरनेट र एआईका बारेमा २० देशका विज्ञबीच नेपालमा छलफल

काठमाडौँ, २६ असोज (रासस)। इन्टरनेट र एआईका विविध विषयमा २० देशका विज्ञहरूले नेपालमा भेला भएर चार दिनसम्म छलफल चलाएका छन्।

इन्टरनेटका क्षेत्रमा लामो समयदेखि काम गर्दै आइरहेको एसिया प्यासिफिक स्कुल अन इन्टरनेट गभर्नेन्सद्वारा आयोजित 'एपीसिग २०२५' नाम दिएको सम्मेलन यही असोज २१ देखि २४ गतेसम्म भएको आयोजक संस्थाका अध्यक्ष बाबुराम अर्यालले जानकारी दिनुभयो। उहाँका अनुसार सम्मेलनमा १६ चरणमा छलफल कार्यक्रम भएका थिए भने २२ विज्ञ वक्ताहरूको विषयगत प्रस्तुति रहेको थियो।

सम्मेलनमा १६ देशका सरकारी अधिकारी, सूचना प्रविधि विज्ञ, प्राध्यापक, पत्रकार, वकिल, अधिकारकर्मी, अनुसन्धानकर्तालगायत ३४ फेलोहरू सहभागी भएको उपाध्यक्ष वाकास हसनले जानकारी दिनुभयो।

सम्मेलनमा विषय विज्ञ, प्राध्यापक, अनुसन्धानकर्ता, अभ्यासकर्ता र पैरवीकर्ताले इन्टरनेटको सही र जिम्मेवार प्रयोग, यसको नियमन तथा व्यवस्थापन, एआईको प्रयोगले भविष्यमा ल्याउनसक्ने अवसर र चुनौती तथा त्यसको व्यवस्थापन, साइबर सुरक्षा, तथ्याङ्क सुरक्षा, सामाजिक सञ्जालको प्रयोग, व्यवस्थापन र नियमन, भ्रामक र प्रायोजित सूचनाको विकृति, इन्टरनेटमा पछाडि पारिएका समुदायको पर्याप्त पहुँच र प्रयोगलगायत विषयमा गहन प्रस्तुति रहेको र सहभागीका बीचमा व्यापक छलफल भएको सम्मेलनमा नेपालकोतर्फबाट सहभागी पत्रकार जीवन भण्डारीले जानकारी दिनुभयो।

सम्मेलनमा सहभागीले अन्य देशमा भइरहेका अभ्यास र अनुभवका आधारमा धेरै सिकाइ भएको पाकिस्तानकी सहभागी मार्यम रसिदले बताउनुभयो।

सम्मेलनमा नेपालसहित भारत, बङ्गलादेश, म्यानमार, मलेसिया, भुटान, यमन, मङ्गोलिया, पाकिस्तान, कम्बोडिया, इन्डोनेसिया, काजकिस्तान, सिङ्गापुर फिलिपिन्स, भियतनाम, अस्ट्रेलिया, जापानलगायतका २० भन्दाबढी देशका फेलो तथा वक्ताहरु सहभागी भएको इन्टरनेट गभर्नेन्स इन्स्टिच्युटकी निर्देशक सपना शाहीले जानकारी दिनुभयो।

सहभागीलाई समापन समारोहमा ललितपुर महानगरपालिकाका प्रमुख चिरीबाबु महर्जन र एसिया प्यासिफिक स्कुल अन इन्टरनेट गभर्नेन्सका अध्यक्ष बाबुराम अर्यालले प्रमाणपत्र प्रदान गर्नुभएको थियो।

महोत्तरीको नौ वटा पालिकामा मात्रै दुई हजार हेक्टर धानबाली नष्ट

महोत्तरी, २६ असोज (रासस)। गत आइतबार र सोमबार जिल्लाको रातो नदीको तटबन्ध भत्किएर आएको भीषण बाढीले नौ पालिकामा मात्रै करिब दुई हजार हेक्टरमा लगाइएको धानबाली नष्ट भएको छ।

कृषि ज्ञान केन्द्रका प्रमुख देवानन्द यादवका अनुसार जिल्लाका १५ पालिकामध्ये अहिलेसम्म नौ पालिकाबाट मात्रै प्राप्त विवरणअनुसार बाढीले करिब दुई हजार हेक्टर जमिनमा लगाइएको धानबाली डुबाएर नष्ट भएको छ। उहाँका अनुसार अहिलेसम्म प्राप्त भएको विवरणअनुसार जिल्लाको महोत्तरी गाउँपालिकामा सबैभन्दा बढी ६०० हेक्टर, बलवा नगरपालिकामा ५०० हेक्टर, मटिहानी नगरपालिकामा ३०० हेक्टर, एकडारा गाउँपालिकामा ३०० हेक्टर, लोहारपट्टी नगरपालिकामा १०० हेक्टर, भङ्गाहा नगरपालिकामा ८६ हेक्टर, औरही नगरपालिकामा २३ हेक्टर, गौशाला नगरपालिकामा २० हेक्टर र सोनमा गाउँपालिकामा १० हेक्टर गरी एक हजार ९३९ हेक्टर जग्गामा लगाइएको धानबाली नष्ट भएको छ।

त्यसैगरी, ती पालिका बाढीले गर्दा नै एक हजार २९० हेक्टर उखुबाली, ६३६ हेक्टर तरकारी बाली र १५३ हेक्टर जग्गामा लगाइएको दलहन बाली नष्ट भएको कृषि ज्ञान केन्द्रले जनाएको छ। उखुबालीमा सबैभन्दा बढी सोनमा गाउँपालिकामा ८७५ हेक्टर र तरकारी बालीमा सबैभन्दा बढी मटिहानी नगरपालिकामा १०० हेक्टर क्षति भएको जनाएको छ।

रातो नदीको तटवन्ध भत्किएर जिल्लाका १० नगरपालिका र पाँच गाउँपालिका नै प्रभावित हुनेगरी जिल्लामा भीषण बाढी आएको थियो। त्यसले कृषि क्षेत्रमा ठूलो क्षति पुऱ्याएको छ। कृषि ज्ञान केन्द्रले बाढीबाट कृषि क्षेत्रमा भएको क्षतिको विवरण प्रत्येक पालिकाबाट माग गरेकामा अहिलेसम्म नौ पालिकाले मात्रै क्षति विवरण उपलब्ध गराएको छ।

भर्ना खुल्यो
गुणस्तरीय शिक्षाप्रति प्रतिबद्ध
युनिभर्सल कलेज
RAJBIRAJ UNIVERSAL ACADEMY
राजविराज,८, पुलचोक, सप्तरी
+2
विज्ञान
व्यवस्थापन
शिक्षाशास्त्र
मानविकी
For More Information Contact :
Contact : 031-590366, 9842820071, 9805928831

प्रकाशक : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **सम्पादक :** अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सहसम्पादक :** दीपककुमार गुप्ता (९८४१५१३२९९), **लेआउट :** संजय शंखर, **मुद्रण :** न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, फोन : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल :** *rajbirajdainik@gmail.com*, **वेबसाइट :** *rajbirajdainik.com.np*