के तपाईको घर पानीले रसाएको छ ?
अब चिन्ता नगर्नुहोस !
चिन्ताको समाधान Waterproofing ले गर्ने छ । १००% ग्यारेन्टीका साथ समस्यको समाधान ।
सम्पर्कः प्रगति ट्रेड कर्न्सन
रानीपौवा, पोखरा-११ (रन्जित पार्टी प्यालेसको नजिकै)
०६१-५७८०९९, ९८५६०२२३३३, ९८४६९१४७७३

राष्ट्रिय दैनिक

पोखरापत्र

Pokharapatra National Daily

रु. १.५ मा
कलर भिजिटिङ कार्ड साथै
तुरुन्त क्यालेण्डर पुस्तक, स्मारिका आदि छपाई गर्नु परेमा
सम्पर्कः
०६१-५७०६५१, ९८५६०७५५७५

❑ वर्ष २३ ❑ अङ्क ३१८ ❑ श्रेणी क्षेत्रीय 'क' ❑ २०७९ पुस २ गते शनिबार ❑ 17 Dec. 2022 ❑ पृष्ठ ४ ❑ मूल्य रू. ५।-

पोखरा क्षेत्रीय अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल उडान योग्य

रासस
पोखरा, १ पुस

पोखरा क्षेत्रीय अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल अन्तर्राष्ट्रिय उडानयोग्य भएको छ ।

विमानस्थलमा हालै गरिएको यान्त्रिक परीक्षण उडान 'क्यालिब्रेसन फ्लाइट' को प्रतिवेदन सकारात्मक आएसँगै सो विमानस्थल अन्तर्राष्ट्रिय उडानयोग्य भएको हो । अब विमानस्थल सञ्चालनका लागि अन्तिम तयारी समेत गरिएको छ ।

नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरण (क्यान) का प्रवक्ता जगन्नाथ निरौलाले यान्त्रिक परीक्षण उडानको प्रतिवेदन सकारात्मक आएको जानकारी दिनुभयो । उहाँले भन्नुभयो,"क्यालिब्रेसन फ्लाइटको प्रतिवेदनआइसकेको छ,प्रतिवेदनमा सबै कुरा राम्रो छ । प्रतिवेदनको ' इन्फरमेशन' छिट्टैप्रकाशन गरिनेछ ।"

प्रवक्ता निरौलाका अनुसार यान्त्रिक परीक्षणको प्रतिवेदन क्यानले स्वीकृत गरेपछि 'एरोनोटिकल इन्फर्मेसन पब्लिकेसन' (एआइटी) मा प्रकाशन गरिनेछ । प्रतिवेदनका आधारमा अन्तर्राष्ट्रिय विमान कम्पनीमा विमानस्थल सम्पूर्ण हिसाबले उडानका लागि तयार भएको जानकारी लिने र पोखरा गन्तव्यमा उडान गर्नसक्ने जनाइएको छ ।

एरोथाई कम्पनीको जहाजले

गत मङ्सिर ५ देखि ११ सम्म सफलतापूर्वक यान्त्रिक परीक्षण उडान गरेको थियो । यान्त्रिक उडान विमानस्थलमा जडान भएका सञ्चार उपकरणले काम गरे/नगरेकोपरीक्षणकालागिगरिन्छ।

यान्त्रिक उडानमार्फत पोखरा विमानस्थलमा रहेका एयर ट्राफिक कन्ट्रोलर, टावर, धावनमार्ग र विमानस्थलमा जडान भएका सञ्चार उपकरण परीक्षण गरिएको क्यानले जनाएको छ ।

यान्त्रिक परीक्षण सफल भएपछि मात्रै व्यावसायिक उडान सञ्चालन गरिने अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यास छ । क्यानले यही पुस १७ देखि पोखरा विमानस्थलमा व्यावसायिक उडान सञ्चालन गर्ने घोषणा गरिसकेको छ । राष्ट्रिय गौरवको आयोजनाको रुपमा रहेको पोखरा विमानस्थल सञ्चालनयोग्य भएसँगै मुलुकमा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलको सङ्ख्या तीन पुगेको छ ।

त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल सञ्चालनमा आएको ७१ वर्षपछि मुलुकभित्र दोस्रो अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलका रुपमा रुपन्देहीको भैरहवास्थित गौतमबुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल सञ्चालनमा आएको थियो।यसको सात महिनापछि पोखरा क्षेत्रीय अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल सञ्चालनयोग्य भएको हो ।

पोखरा क्षेत्रीय अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलका प्रमुख विक्रम गौतमले पोखरा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल सञ्चालनका लागि सम्पूर्ण तयारी भइरहेको जानकारी दिनुभयो । हाल विमानस्थल सञ्चालनका लागि आवश्यक जनशक्तिको व्यवस्थापन भइसकेको छ ।

अध्यागमन, भन्सार, मेडिकल, सुरक्षा व्यवस्थालगायतका तयारी गरिएको उहाँले जानकारी दिनुभयो । तीन हजार नौ सय रोपनी क्षेत्रफलमा फैलिएको पोखरा विमानस्थल झण्डै २२ अर्ब लागतमा निर्माण भएको छ । विमानस्थलमा दुई हजार पाँच सय मिटर लम्बाइ र ४५ मिटर चौडाइको धावनमार्ग रहेको छ ।

उडान सञ्चालन अघि विमानस्थलको पूर्वपट्टि पर्ने रिट्ठेपानी डाँडा कटानको काम पनि धमाधम चलिरहेको छ । पहिलो चरण अन्तर्गत १६ मिटर कटान गरी यान्त्रिक उडान गरिएको थियो । बाँकी २४ मिटर कटान चलिरहेको छ । धावनमार्गको ' अप्रोच' पर्ने भएकाले ४० मिटरडाँडा काटेर समतल बनाइनेछ।

नवनिर्मित पोखरा क्षेत्रीय अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाट पहिलो अन्तर ष्ट्रिय उडानका लागि बुद्ध एयरले आवश्यक तयारी गरिरहेको छ ।

कम्पनीले पोखरादेखि भारतका बनारस, दिल्ली र देहरादुनमा उडान गर्ने योजना बनाएको छ । विमानस्थलमा साना र ठूला गरी ११ जहाज पार्किङ गर्न सकिनेछ । आन्तरिकतर्फ दैनिक ४८ र अन्तर्राष्ट्रियतर्फ ६ उडान तथा अवतरण गर्ने क्यानको तयारी छ । विमानस्थलसँग वार्षिक आठ लाख यात्रुलाई सेवा दिनसक्ने क्षमता छ ।

दुर्घटना भएको जहाजका भग्नावशेष सङ्कलन

पोखरापत्र संवाददाता
म्याग्दी, १ पुस

मुस्ताङको थासाङ गाउँपालिका-२ सानोसरेमा दुर्घटना भएको तारा एयरको जहाजका भग्नावशेष सात महिनापछि सङ्कलन गरिएको छ ।

गत जेठ १५ गते पोखराबाट जोमसोमका लागि उडेको तारा एयरको जहाज दुर्घटना हुँदा चालक दलका तीनसहित २२ जनाको मृत्यु भएको थियो । भौगोलिकरूपमा विकट र दुर्गम पहाडको खोंच र पाखोमा छरिएका जहाजका पाटपुर्जालाई सङ्कलन गर्न तारा एयरले मङ्सिर १९ गतेदेखि मजदुरको टोली परिचालन गरेको थियो ।

टोलीको नेतृत्व गरेका इन्द्रसिंह शेरचनले समुद्री सतहबाट चार हजार तीन सय मिटर उचाइको पहाडबाट जहाजका पाटपुर्जा र सामान सङ्कलन गरेर कोवाङ झार्ने काम सकिएको जानकारी दिनुभयो ।

मानापाथी हिमालको फेदीमा रहेको पहाडमा टुक्राटुक्रा परेको अवस्थामा जहाजको भग्नावशेष रहेका थिए । "दश-बाह्र जनाले सानुसरेबाट कोवाङमा सामान बोकेर झार्न १० दिन लाग्यो", उहाँले भन्नुभयो, "विकट, अप्ठ्यारो बा टोमा पहिरो गएर रुखसमेत ढलेका छन् । जहाजका सबै सामान सङ्कलन गरेर कोवाङ ल्याउन करिब १० दिन लाग्ने अनुमान गरेका छौँ ।"

दुर्घटनाग्रस्त जहाजको ब्लयाक बक्स भने त्यतिबेलामै फेला परेको थियो । शेरचनको नेतृत्वमा विसं २०७२ फागुनमा म्याग्दीको अन्नपूर्ण गाउँपालिका-३ दानाको सोलीघोप्टेमा दुर्घटना भएको तारा एयरको जहाजका पाटपुर्जा सङ्कलन गरेर दाना झारिएको थियो ।

दुर्घटनाग्रस्त जहाजका पाटपुर्जा र सामान सम्बन्धित कम्पनीले उठाउँछन् । बीमा दाबीका लागि सामान उठाउनुपर्ने हुन्छ। अर्कोतर्फ आकाशबाट सहजै देखिने दुर्घटनाग्रस्त जहाजको भग्नावशेषको दृश्यले नकारात्मक मानसिकताको सिर्जना गर्ने हुँदा पनि सम्भव भएसम्म पाटपुर्जा र सबै सामान सङ्कलन गर्ने गरिन्छ ।

मङ्सिर पहिलो साता तारा एयरको टोलीले जहाज दुर्घटनास्थलको हेलिकोप्टरबाट अवलोकन गरेका थिए ।

विश्व शान्तिको कामना गर्दै पोखरामा तोनाग घोसुम पूजा

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १ पुस

विश्व शान्तिको कामना तथा पितृ उद्धारका लागि पोखरा-१० को रामघाटस्थित गोपाल गुम्बामा शुक्रबारदेखि त्रिपिटक पाठ वाचन तथा तोनाग घोसुम पूजा सुरु गरिएको छ ।

विश्वमा घटिरहेका हत्या, हिंसाको अन्त्य र पितृ उद्धारका लागि उक्त पूजा गरिएको जानकारी गुम्बाका प्रमुख लामा गोपाल गुरुङले दिनुभयो ।

गुरुङहरूले मान्दै आएको ल्होसार पर्वअन्तर्गत तो ल्हो (बाघ वर्ग) बिदाइ र हि ल्हो (बिरालो वर्ग) आगमनका अवसरमा विश्व शान्तिका लागि यस्तो पूजाको आयोजना गरिएको जानकारी तमु धिं कास्कीका अध्यक्ष हुम तमुले दिनुभयो ।

पोखरा महानगरपालिकाका उपप्रमुख मञ्जुदेवी गुरुङले शान्तिका लागि असल भावना, सत्कर्म र अमृत वचन आवश्यक रहेको बताउनुभयो । उहाँले शान्तिबाट नै आनन्दमय जीवन प्राप्त हुने बताउनुभयो । उक्त पूजा १० दिनसम्म चल्ने बताइएको छ ।

उपप्रमुख गुरुङले पल टासी छ्योलिङ गुम्बाले बौद्ध शिक्षा विकासका लागि कक्षा ५ सम्म अध्ययनको व्यवस्था गरिरहेको र पोखरा महानगरपालिकाले माध्यमिक शिक्षासम्म पठनपाठनका लागि समन्वय गर्ने वचनसमेत दिनुभयो । सो अवसरमा तमु धिं नेपालका अध्यक्ष हुमबहादुर गुरुङ, ब्रेज मेश्रो घान्द्रुक तमु समाजका अध्यक्ष सुदर्शन गुरुङ, शान्ता गुरुङ, लामा मीन गुरुलगायतले शुभकामना व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

उक्त पूजामा विभिन्न जिल्लाबाट बौद्ध उपासक तथा उपासिकाहरूको उपस्थिति रहेको जानकारी गुम्बाका प्रमुख लामा आम्ची गोपाल गुरुङले दिनुभयो ।

पेट्रोल र डिजल प्रतिलिटर तीन रुपैयाँ सस्ता

रासस
काठमाडौं, १ पुस

नेपाल आयल निगमले पेट्रोलियम पदार्थको मूल्य सामान्य अंकले घटाएको छ ।

शुक्रबार मध्यरातदेखि लागू हुने गरी निगमले पेट्रोल र डिजलमा साविकको खुद्रा बिक्री मूल्यमा प्रति लिटर रु तीनले घटाएको छ ।

यसअघि पेट्रोल प्रतिलिटर रु एक सय ८१ रहँदै आएकामा अब भने प्रतिलिटर रु एक सय ७८ मा बिक्री हुनेछ । डिजल प्रतिलिटर रु एक सय ७८ मा बिक्री भइरहेकामा अब भने रु एक सय ७५ मा बिक्री हुनेछ ।

मट्टीतेल प्रतिलिटर रु एक सय ७८ मा बिक्री हुँदै

आएकामा अब भने रु एक सय ७५ मा बिक्री वितरण हुने निगमले जनाएको छ । खाना पकाउने एलपी ग्यास र हवाई इन्धनको मूल्य भने हाललाई यथावत नै राखिएको छ ।

निगमले सरकार र इण्डियन आयल कर्पोरेशनलाई नियमित भुक्तानीसहित रु १९ अर्ब तिर्न बाँकी रहेको जनाएको छ । बाँकी बक्यौता तथा सरकारले उपलब्ध गराएको ऋणको व्यवस्थापन गर्न निगमलाई अझै चुनौतीपूर्ण रहेको जनाइएको छ ।

कोदोखेती प्रवर्द्धनका लागि 'इन्टरनेशनल इयर अफ मिलेट्स-२०२३'

रासस
काठमाडौं, १ पुस

काठमाडौँस्थित भारतीय राजदूतावासले बिहीबार कृषि तथा प्रशोधित खाद्य उत्पादन निर्यात विकास प्राधिकरणको सहकार्यमा 'इन्टरनेशनल इयर अफ मिलेट्स-२०२३' को सुरुवाती कार्यक्रम आयोजना गरेको छ ।

कार्यक्रममा भारतीय कृषि अनुसन्धान परिषद् र नेपाल सरकार कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयका सचिव डा गोविन्दप्रसाद शर्माले सहभागिता जनाउनुभएको थियो ।

भेलामा दूतावासका नियोग प्रमुख प्रसन्न श्रीवास्तवले विश्वमा खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित गर्न कोदोको विशेष महत्व रहेको चर्चा गर्नुभयो । प्राधिकरणका निर्देशक डा तरुण बजाजले अन्तर्राष्ट्रिय कोदो वर्ष २०२३ का लागि प्राधिकरणले गरेको निर्यात प्रवर्द्धन र क्षमता अभिवृद्धि प्रयासको बारेमा विस्तृत जानकारी दिनुभएको थियो ।

भारत सरकारको प्रस्ताव संयुक्त राष्ट्र सङ्घबाट पारित भएपछि सन् २०२३ लाई अन्तर्राष्ट्रिय कोदो वर्षका रुपमा मनाइने भएको हो । भारत सरकारले सन् २०२१ मा गरेको उक्त प्रस्तावमा विभिन्न ७२ देशले समर्थन गरेका थिए ।

भारत विश्वमै सबैभन्दा धेरै कोदो उत्पादन गर्ने देश हो । भारतमा विभिन्न नौ प्रजातिका कोदो उत्पादन गर्दै आएको छ । भारतमा वार्षिक करिब १७ मिलियन टन कोदो उत्पादन हुन्छ । जुन विश्वको कुल उत्पादनको २० प्रतिशत हो ।

कोदो स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले पनि राम्रो मानिन्छ । कोदोमा विभिन्न पौष्टिक तत्व पाइन्छन् । कोदो पर्याप्त पानी नपाइने सुख्खा जमिनमा, कम वर्षा हुने स्थानमा पनि सहजै फल्छ र मौसम परिवर्तनले पनि खासै प्रभाव नपार्ने बालीमा पर्छ । मुलुकको आत्मनिर्भरता बढाउन तथा आयातित अनाज/अन्नमा निर्भरता कम गर्न कोदोको भूमिका प्रभावकारी हुने खाद्य तथा कृषि संगठनको ठम्याइ छ । कृषिमा भारत-नेपालबीचको सहकार्यलाई निरन्तरता दिँदै भारतीय राजदूतावासले सन् २०२३ को वर्षभरि नै विभिन्न गतिविधि तथा कार्यक्रममार्फत् कोदोको प्रबर्द्धन गर्ने जनाएको छ ।

राजनीतिक दलहरू सचिन आवश्यक छ : एमाले उपमहासचिव गुरुङ

पोखरापत्र संवाददाता
लमजुङ, १ पुस

नेकपा (एमाले) का केन्द्रीय उपमहासचिव तथा लमजुङबाट प्रतिनिधिसभा सदस्यमा निर्वाचित सांसद पृथ्वीसुब्बा गुरुङले गत निर्वाचनको परिणामअनुसार दलभन्दा स्वतन्त्रलाई जनताले रोज्न थालेकाले अब राजनीतिक दलहरू सचिन आश्वयक देखिएको बताउनुभएको छ ।

बैंसीसहर नगरपालिका-३ काउलेपानीमा शुक्रबार आयोजित नेपाल पत्रकार महासंघ लमजुङ शाखाको १५औं साधारणसभा कार्यक्रममा उहाँले जनतामा दलहरू पार्टीको सिद्धान्तअनुसार चल्न सकेनन् भन्ने गुनासो बढ्दै गएको बताउनुभयो ।

उहाँले कुनै दल वा स्वार्थको पक्षमा नभई पत्रकारले सत्य र तथ्यका आधारमा काम गर्नुपर्नेमा उहाँले जोड दिनुभयो ।

सुपथ मूल्यमा आकर्षक छपाइ

पुस्तक, स्मारिका, ब्रोसर, क्यालेण्डर, निमन्त्रणा कार्ड, बिल, रसिद, पोष्टर,पम्प्लेट, भिजिटिङ्ग कार्ड आदि छपाईसम्बन्धी कामका लागि हामीलाई सम्झनुहोस् ।
हिमालय अफसेट प्रेस
नयाँबजार, पोखरा
फोन नं. : ०६१-५७०६५१

'बालिका बेचबिखन हुनबाट जोगाऔं

पोखरापत्र संवाददाता

पोखरा, १ पुस

शिक्षा संस्कृति, विज्ञान प्रविधि तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय र शक्ति समूहले आयोजनामा मनोरञ्जन क्षेत्रलाई प्रभावकारी व्यवस्थापनको लागि सम्बन्धित सरोकारवाला निकायसँगको कार्यशाला सम्पन्न भएको छ ।

शिक्षा संस्कृति, विज्ञान प्रविधि तथा सामाजिक विकास मन्त्री मेखलाल श्रेष्ठले कार्यशालाको उद्घाटन गर्दै मनोरञ्जन क्षेत्रमा काम गर्नेको जोखिम कम गर्न सरोकारवालाहरु सचेत भएर लाग्नु पर्ने बताए। उनले मनोरञ्जन क्षेत्रमा काम गर्ने सबैलाई यौन शोषण तथा बेच विखनबाट जोगाउनको लागि मन्त्रालयले शक्ति समूहसँग सहकार्य गरेको जानकारी दिए ।

कार्यक्रममा शक्ति समूहका अध्यक्ष चरिमाया तामाङले कार्यथलोलाई सुरक्षित बनाउने धैरै कानुन बनाउँदा मनोरञ्जन क्षेत्रको सवाललाई समेट्न नसकेको जानकारी दिइन् । उनले सबै मनोरञ्जन क्षेत्रलाई बालिका मुक्त बनाउन पर्ने प्रस्ताव गरिन्। उनले यौन शोषणमा परेका किशोरीलाई उजुरी गर्न कठिनाई भएको बताइन्।

अधिवक्ता विमला खड्काले सर्वोच्च अदालतको

निर्देशात्मक आदेश पछि २०६२ सालमा मनोरञ्जन क्षेत्रमा काम गर्ने किशोरीको संरक्षणको लागि निर्देशिका बनेपनि कार्यान्वयन हुने नसेकेको जानकारी दिइन् ।

शक्ति समूह पोखराका परियोजना संयोजक सरिता पौडेलले मनोरञ्जनको क्षेत्रमा काम गर्ने १० देखि १६ वर्ष उमेर समूहका ६१ प्रतिशत बालिका मानव बेचविखनको दृष्टिले उच्च जोखिममा रहेको जानकारी दिइन् । उनले शक्ति समुहको सन २०२२को डिसेम्बरसम्मको अध्ययन प्रतिवेदनमा सो उमेर समूहका बालिका, बेचबिखन, यौनदुर्व्यवहार बाल विवाहको समेत जोखिममा रहेको बताइन् । उनले नेपालको श्रम ऐनले १८ वर्ष मुनीका बाल बालिकालाई कुनै पनि श्रममा लगाउन नपाउने व्यवस्था गरेको भएतापनि मनोरञ्जन क्षेत्रमा कार्यान्वयन नभएको बताइन् ।

'शक्ति समूहले संरक्षण दिएका मध्ये १०देखि १६ वर्ष उमेर समूहका ६१ प्रतिशत, १६ देखि १८ वर्ष उमेर समूहका १८ प्रतिशत र बाँकी अन्य उमेर समूहका बालिका बेचबिखनको दृष्टिले उच्च जोखिममा रहेको पाइयो,' उनले भनिन, 'जातीय समूहको विश्लेषण गर्ने हो भने,आदिवासी जनजाति ३९ प्रतिशत, दलित ३१ प्रतिशत र अविवाहित र १६ वर्षका बालिका बेच बिखन र यौनजन्य हिंसाको उच्च जोखिममा छन्।' मानव बेच विखनको दृष्टिले गण्डकी वागमती प्रदेशपछि दोस्रो उच्च जोखिममा रहेको जानकारी दिइन् । उनले मानव बेचबिखनको दृष्टिले गण्डकी वागमती पछि उच्च जोखिममा पर्ने जानकारी दिइन् । उनले वागमतीमा ३८ प्रतिशत र गण्डकीमा १९ प्रतिशत र लुम्बिनी १५ प्रतिशत मानव बेच विखनको दृष्टिले जोखिममा रहेको बताइन् । उनले शक्ति समूहले १ हजार ५ सय २० जनालाई सेवा दिएको उल्लेख गरिन् । उनले सामुदायिक विद्यालयमा अनलाइन दुर्व्यवहारबाट बाल बालिकालाई जोगाउन सचेतनामुलक कार्यक्रमदेखि जोखिममा परेका बालिकालाई शैक्षिक सहयोग गरेको जानकारी दिइन् ।

कार्यक्रममा मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रीपरिषद्को कार्यालयका सचिव मनमाया पंगेनी भट्टराई, राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग गण्डकी प्रदेशका निर्देशक मायादेवी शर्मा, श्रम ता रोजगार कार्यालय गण्डकी प्रदेशका प्रमुख सुरेश ढकाल, पोखरा महानगरपालिका वडा नम्बर ४का अध्यक्ष देवकृष्ण पराजुली, गैसस महासंघ नेपाल गण्डकीका कार्यवहाक अध्यक्ष पदमराज पहारी,मन्त्रालयका शाखा अधिकृत देवी शर्मा, शक्ति समूहका परियोजना संयोजक निरा दुलाल लगायतले मनोरञ्जन क्षेत्रमा काम गर्ने श्रमिकको बारेमा प्रकास पारेका थिए ।

बाल अधिकारको वकालत र रणनीति सिकाउन तालिम

पोखरापत्र संवाददाता

पोखरा, १ पुस

कास्कीमा रहेर बालअधिकारको क्षेत्रमा काम गर्नेहरुलाई बाल अधिकारको प्रभावकारी वकालत र त्यसको रणनीति निर्माणबारे तालिम दिइएको छ ।

बाल हितकारी परियोजना नेपालका आयोजना, बाल अधिकार मञ्चको सहआयोजना र किडासाको सहयोगमा दुई दिनको तालिम प्रदान गरिएको हो।

तालिममा बालबालिकाको क्षेत्रमा काम गर्ने संस्थाका २८ जना सहभागी थिए । मानव अधिकारकर्मी एवं अधिवक्ता अच्युत आचार्यले तालिम दिएका हुन् । तालिमको शुक्रबार समापन भएको छ। सहभागीहरुले समस्यामा रहेकाको उद्दार संयन्त्र नहुँदा, अभिभावकको सम्बन्ध विच्छेद, दीर्घकालीन संरक्षण संयन्त्रनहुँदा,सरकारी कार्यालयमा कर्मचारीबीचकै द्वन्द्वलगायत कारणले प्रभावकारी काम गर्न नसकेको अनुभव राखेका थिए ।

एउटै उद्देश्य भएका संस्था मिलेर काम गर्दा प्रभावकारी हुने उनीहरुको भनाइ थियो । एसओएस बालग्रामका प्रकाश भुषालले भने, 'एक्लो भएर काम हुँदैन । हाम्रो उद्देश्य एउटै हो। त्यसमा सफल हुन संस्थागत समन्वय पनि आवश्यक छ। यस्ता बसाइँमा सिकेका कुरा फलदायी हुन्छन्।' उनले सरकारी निकायले पनि बालबालिकाका

समस्या लिएर जाँदा समाधान गर्न सक्रियता देखाउनु पर्ने बताए ।

बाल हितकारी परियोजना नेपालका अध्यक्ष गोविन्दराज पहारीले सामाजिक विकृतिले गर्दा बालबालिका सडकसम्म आइपुगेको बताए । यकीन तथ्यांक नहुँदा काम गर्न पनि समस्या भएको उनको भनाइ थियो । 'सडकमा आउनुको कारण के हो ? त्यसको मुख्य कारण परिवारभित्रकै समस्या हो । बहुविवाह, गरिबी र अशिक्षाले बालबालिका सडकमा आएका छन्,' उनले भने, 'हामीसँग यकीन तथ्यांक नहुँदा काम गर्न पनि समस्या छन् । तर, मानवरहित सडक बनाउने सरकारको अभियानमा हामीजस्ता संस्थाको महत्वपूर्ण भूमिका छ ।'

किडासाका नेपाल प्रतिनिधि जेरेमी साउथनले बनेका कानुनको स्थानीय तहबाट प्रभावकारी कार्यान्वयन आवश्यक रहेको बताए । 'बालबालिकाको क्षेत्रमा बन्नुपर्ने कानुन बनेका छन् । तर, स्थानीय तहमा त्यसको कार्यान्वय आवश्यक छ,' उनले भने, 'स्थानीय तहमा जनशक्ति र पूर्वाधार कम छन्। त्यसले समस्या भएको छ।'

पोखरा महानगरपालिकाकी बाल कल्याण अधिकारी विष्णुमायापौडेलले बालअधिकार संरक्षणमा गैरसरकारी संस्थाको भूमिका प्रशंसायोग्य रहेको बताइन् । पर्याप्त पूर्वाधार र जनशक्ति नहुँदा सोचेजस्तो काम हुन नसकेको उनको भनाइ थियो।

समापन कार्यक्रममा राष्ट्रिय बालअधिकार परिषद् नेपालका गण्डकी प्रदेश समन्वय अधिकृत बद्री वाग्ले, बाल हितकारी परियोजनाका उपाध्यक्ष रामचन्द्र शर्मा, सचिव दिलबहादुर भट्टराई, कार्यकारी निर्देशक ठाकुर चापागाईंलगायतको उपस्थिति थियो । समापन समारोह सञ्चालन बाल हितकारी परियोजना नेपालको समुदायमा आधारित बाल संरक्षण परियोजना प्रमुख केशव पौडेलले गरेका थिए ।

आहा रारा पोखरा गोल्डकप पुष १४ गते देखि हुने

पोखरापत्र संवाददाता

पोखरा, १ पुस

गण्डकी प्रदेशकै प्रतिष्ठित फुटबल प्रतियोगिता आहा रारा पोखरा गोल्ड कपको २२ औं संस्करण यही पुष १४ गते देखि हुने भएको छ ।

यस अघि पुष १२ गते देखि हुने भनिएको उक्त प्रतियोगिता बिषेश कारणले गर्दा दई दिन ढिला हुने गरी पुष १४ गते देखि हुने भएको आयोजक सहारा क्लवले जनाएको छ ।

प्रतियोगितामा विभागीय टोली र विदेशीसहित १० टिम सहभागी हुने भएको पूर्व अध्यक्ष विक्रम थकालीले बताए । यसैबिच, उक्त प्रतियोगिताको प्रत्यक्ष प्रसारणको अधिकार पब्लिक फोर के टेलिभिजनले प्राप्त गरेको छ । पुस १४ गतेबाट हुने आहा रारा पोखरा गोल्डकप को प्रत्यक्ष प्रशारण पब्लिक टिभी मार्फत गर्न शुक्रबार सम्झौता भएको हो ।

सम्झौतामा सहारा क्लबका अध्यक्ष हरिराम गुरुङ (सुरज) र टिभीका प्रवन्ध निर्देशक मीनबहादुर क्षेत्रीले हस्ताक्षर गरेका छन् । पोखरा गोल्डकपका सम्पूर्ण

खेलहरु पब्लिक टिभी, टिभीको आधिकारिक युट्युब च्यानल र डिजिटल मिडियामा प्रत्यक्ष प्रसारण गर्ने कुरामा सहमति भयो,' सम्झौतामा भनिएको छ। पोखराकै प्रतिष्ठा र खेल पर्यटनसँग जोडिएको प्रतियोगितालाई देशविदेशसम्म पुऱ्याउन पब्लिक टिभीमार्फत सहयोग पुग्ने सहाराका अध्यक्ष हरिरामले बताए । आहा राराको प्रतिष्ठा र गरिमालाई अझ उचाइमा पुऱ्याउनुका साथै गण्डकी प्रदेशलाई आधारभूमि बनाएर पोखराबाट देशैभरि प्रसारण भइरहेको पब्लिक टिभीलाई बिस्तार गर्न यो प्रतियोगिताले सहयोग गर्ने प्रवन्ध निर्देशक क्षेत्रीको विश्वास व्यक्त गरे।

राजधानी बाहिर विशिष्ठ प्रविधिलाई आत्मसात गर्दै प्रसारण सुरु भएको पब्लिक टिभीसँगको सम्झौताले टिभी र आहा रारा दुबैलाई बजार बिस्तारमा सहयोग पुग्ने पब्लिकका बजार व्यवस्थापन निर्देशक उदीपराज ढुंगानाको भनाइ छ ।

फुटबलको मोफसल प्रतियोगितामा परिचित आहा रारा गोल्डकप अब २२ औं संस्करणबाट पोखरा गोल्डकपका रुपमा खेलाइने भएको छ। आयोजक सहारा क्लब पोखरा र मुख्य प्रायोजक हिमश्री फुड्स प्रालिले मुख्य प्रयोजनसहित नाम पनि नयाँ राख्ने सम्झौता गरेका थिए । सहारा र हिमश्रीले २०८९ साल सम्म प्रतियोगिता सञ्चालनका लागि लागि कुल २७ लाख रुपैयाँ सहयोग गर्ने सम्झौता गरेको छ ।

प्रतियोगिताको तयारी तीव्र रुपमा भइरहेको छ । १२ समूहको सहभागिता रहने अपेक्षा गरे पनि कम्तिमा १० टिम सहभागी हुने छन्,' पूर्व अध्यक्ष केशव थापाले भने । यसअघिको आरा राराको उपाधि विभागीय टिम एपिएफले उपाधि जितेको थियो । उपाधिसँगै उसले १० लाख एक हजार र उपविजेता बनेको मनाङ मर्स्याङ्दीले पाँच लाख एक हजार नगदसहित सिल्ड, मेडल र प्रमाणपत्र पाएको थियो ।

यसैबिच उक्त प्रतियोगितालाई सफल पार्न पोखरा महानगरपालिकाले प्रबन्धकको भुमिका निर्वाह गर्ने मेयर धनराज आचार्यले प्रतिबद्धता ब्यक्त गरेका छन्। यस अघिका सँस्करणमा महानगरपालिकाले सँयोजनको भुमिका निर्वाह गर्दै आएको थियो भने यस पटक देखि प्रबन्धक को भुमिका निर्वाह गर्दे गर्दा सहयोग रकम पनि बृद्धि गर्ने मेयर आचार्यले जनाए । उनले भने 'सहकार्यको निम्ति आयोजक सहारा क्लब प्रति हार्दिक कृतज्ञता ब्यक्त गर्दछौं ।'

आत्महत्या रोकथामका लागि राज्यको रणनीति र जनमानसमा सचेतना आवश्यक

पोखरापत्र संवाददाता

पोखरा, १ पुस

आत्महत्या न्यूनीकरण तथा रोकथामका लागि राज्यको रणनीति र जनमानसमा सचेतनाको आवश्यक रहेको पोखरामा शुक्रबार आयोजितकार्यक्रममाबताइएकोछ।

कोशिश (राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य स्वावलम्वन संगठन) को आयोजना तथा सिबिएमको समन्वयमा मनोसामाजिक सुस्वास्थ्य तथा आत्महत्या रोकथाम सम्वन्धि परियोजना माथी लक्षित समूहसँग समिक्षा गरिएको कार्यक्रममा सरोकारवालाहरुले बताएका हुन् ।

कार्यक्रममा गण्डकी प्रदेशमा मानसिक स्वास्थ्य समस्याको अवस्था, स्थानीय निकायहरुमा आत्महत्या रोकथामका लागि भएको रणनीति तथा आत्महत्या न्यूनीकरणलाई प्रभावकारी बनाउन

कस्ता कदम आवश्यक रहनेछ भन्ने विषयमा समिक्षा गरिएको छ।

गण्डकीप्रदेशमा आत्महत्याको घटनाहरु दिनप्रतिदिन बढ्दै गएको हुँदा सन्तोषजनक नभएको वक्ताहरुले बताएका छन् । मानसिक स्वास्थ्य समस्या समाधान र आत्महत्या रोकथामका लागि कोशिशले दिँदै आएको गेट किप्पर तालिम प्रभावकारी भएको कार्यक्रममा बताइएको छ । परियोजनाले आत्महत्या न्यूनीकरणमा खेलेको भुमिका र अव कस्तो भुमिका खेल्नुपर्ने विषयमा समेत समिक्षा गरिएको छ।

कार्यक्रममा मानव अधिकारकर्मी, सामाजिक अभियन्ता, स्वास्थ्यकर्मी, जनप्रतिनिधि, सुरक्षाकर्मी, सम्वन्धित सरकारी निकायका कर्मचारी, पत्रकार, शिक्षकलगाएतको प्रतिनिधिमूलक सहभागिता रहेको थियो ।

साथै कोशिशका अनुगमनकर्ता नबराज गौतम, सिबिएमकी वरिष्ठ कार्यक्रम अफिसर रिता गौतम, कोशिश मनोपरामर्शकर्ता शैलेन्द्र शर्मा र दुर्गाबहादुर थापाको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको थियो ।

प्यारालाइसिसका बिरामीको उपचार

विगत १८ वर्षदेखि सञ्चालित यस हस्पिटलमा विशेष छुटका साथ नयाँ तथा पुराना प्यारालाईसिसका बिरामीहरुको सफल उपचार भैरहेको जानकारी गराउँदछौं ।

प्रेसरले हानेर प्यारालाईसिस भएका बिरामीहरुको मात्र उपचार भइरहेको छ ।

लक्षणहरु :

» शरिरको एक हर नचल्ने ।
» मुख बाङ्गो भएको ।
» खाना खान, बोल्न, पिसाव गर्न गाह्रो भएको ।
» हिंड्न नसक्ने, खुट्टा हात लुलो भएको ।

सम्पर्क:
स्पार्क वि एण्ड डि हस्पिटल प्रा.लि.
पोखरा-८ न्यूरोड, सभागृहचोक
फोन नं. ०६१-५७१४०८, ९८५६०२६७५०,९८६६४१५३८०

के तपाईमा यौनसम्बन्धी समस्या छ

पुरुषमा देखिने:
शिघ्रपतन, यौन सन्तुष्टी नहुने, यौन चाहना नहुने, लिङ्ग उत्तेजना नहुने, लिङ्ग चिलाउने, सरुवा यौन रोग, स्वप्नदोष, लिङ्गको आकार सानो हुने आदि ।

महिलाहरुमा देखिने:
स्तन सानो गिलो हुने, सेतो पानी बग्ने, योनी चिलाउने, तल्लो पेट दुख्ने, ढाड दुख्ने, महिनाबारीमा गडवडी, यौन सन्तुष्टिमा कमी हुने आदि ।

सुन्दरता : अनुहारका सबै किसिमका दाग, डण्डीफोर कालोपोतो, अनावश्यक कोठी वा फोकाहरु, दुवी, सेता दुवी, साथै अन्य चर्मरोगहरु ।

मलद्वार सम्वन्धी रोग : छारसुत्रद्वार पायल्स, फिस्टुला, फिसरको सफल उपचारका साथै मलद्वारमा मासु पलाएको, दिसा बस्दा गाह्रो हुने, मलद्वार दुख्ने, पोल्ने, दिसासँग रगत बग्ने आदि समस्याहरुको सफल उपचार गरिन्छ।

महिला वा पुरुषमा हुने (बाँझोपन) निःसन्तानपनको सफल उपचार

जाँच्ने समय: प्रत्येक दिन बिहान ९:०० बजेदेखि बेलुकी ५:०० बजेसम्म

सम्पर्क स्थान :
माता मनकामना आर्युर्बेद क्लिनीक प्रा.लि.
नयाँबजार पोखरा (न्यू विवेक आयल स्टोर्सको घरमा)
फोन ०६१- ५८९१९४, ९८४४३११९०६, ९८५१०८८११८

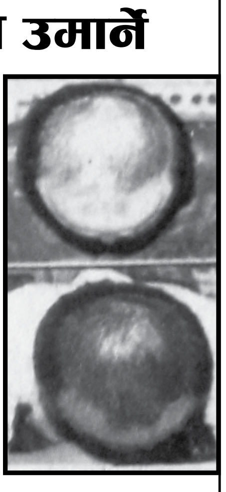
नोट : नयाँ तथा पुराना बिरामीहरुले यथाशीघ्र सम्पर्क गर्नुहोला।

कपालको उपचार

कपाल झर्न तुरुन्त रोक्ने तथा उमार्ने

के तपाई कपाल झरेर चिन्तित हुनुहुन्छ ?

● कपाल कोर्दा, नुहाउदाँ समेत सय भन्दा वढी नियमित झरिहेको छ,
● चिसो समयमा कपालका समस्याहरु बढ्न सक्छन्
● कपालको वीच वीचमा टाटुपरेर झरेको छ, कपाल चिलाउने, चाँया पर्ने, चिसोको समयमा चाँया पर्ने, कपाल झर्ने तथा टाउकोमा घाउ खटिरा आउने जस्ता समस्या छन् ।
● कपाल झरेको कारणले झुसिलो, पातलो, छोटो भएको छ, कपाल समय अगाबै फुल्ने, टाउकोको अगाडिको भाग झर्ने, दाढी झर्ने, अनावश्यक रौं पलाउने भएको छ। यदि यस्ता समस्या तथा कपालका कुनैपनि समस्या भएका छन् भने एक पटक सम्पर्क राखी स्वास्थ्य लाभ लिनुहोला ।



सम्पर्क: पञ्चम आयुर्वेद क्लिनिक प्रा. लि.
पोखरा-१०, इन्द्रमार्ग, पोखरा रंगशाला नजिकै
फोन नं. ०६१-४३२२४२, ९८४६०६८८०६

फेवा प्रकाशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित पोखरापत्र राष्ट्रिय दैनिकका लागि प्रधान सम्पादक : पुण्य पौडेल, सम्पादकः रतन गुरुङ, कार्यकारी सम्पादक : शोभाकान्त सिग्देल, प्रबन्ध निर्देशकः नारायण भण्डारी
कार्यालयः नयाँबजार, पोखरा, फोनः ०६१-५८२५०८, ०६१-५७०६५१, ०६१-५३७८५७ E–mail: pokharapatradaily@gmail.com, pokharapatra@yahoo.com,Website : www.pokharapatra.com.np मुद्रणः हिमालय अफ्सेट प्रेस, नयाँबजार, पोखरा।

पेचिलो बन्दै मानव बेचबिखन, पीडितले पाउँदैनन् सूचनाको हक

रासस
काठमाडौं, १ पुस

पछिल्लो समय मानव बेचबिखन तथा ओसारपसारको जोखिम बढेर गएको छ। मानव बेचबिखनको प्रवृत्ति (ट्रेन्ड) परिवर्तन हुँदा पीडित पक्षले झनै पीडा भोग्नुपर्ने समस्या गहिरिँदै गएको देखिएको छ । बेचबिखनमा देखिएका प्रवृत्तिगत भिन्नताका कारणले आन्तरिक तथा बाह्य श्रममा रहेका मजदुरका मानवअधिकार पनि उल्लङ्घन भएका छन् ।

आन्तरिक, सीमापार भारत तथा चीनमा विभिन्न प्रयोजनको लागि हुने बेचबिखन, अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा विभिन्न प्रयोजनको लागि हुने बेचबिखन तथा ओसारपसारले महिला, बालबालिका तथा पुरुष सबैमा जोखिमको अवस्था सिर्जना गरेको छ । मानव बेचबिखन न्यूनीकरणमा नागरिक समाज र राज्य लागिरहेको भए पनि हस्तक्षेपकारी भूमिका नदेखिएको राष्ट्रिय मानवअधिकार आयोगका मानव बेचबिखनविरुद्धको अधिकार हेर्ने सम्पर्क अधिकृत यशोधा बञ्जाडेको बुझाइ छ। उहाँका अनुसार बेचबिखनका परेका बेला जुन तबरको मानवअधिकार हुनुपर्ने हो त्यो भएको छैन । मानव बेचबिखनका अधिकांश घटना बाहिर आउँदैनन् । बाहिर आएका घटनाले पनि कानुनी उपचार तथा औपचारिकता पाउँदैनन् । यसको मुख्य कारण पीडित पक्षको आफ्नो अधिकारसम्म पहुँच र चेतना नहुनु नै हो । उनीहरु अधिकार सुनिश्चित गर्ने निकायसम्म सजिलै पुग्न सक्ने अवस्था छैन । अधिकृत बञ्जाडे भन्नुहुन्छ, "बेचबिखनमा परेका व्यक्तिको अधिकार सुनिश्चित गर्न सकिएको छैन, बेचबिखनका बेला विभिन्न खालका दुर्व्यवहारमा परेका हुन्छन्, उनीहरुलाई त्यसबाट जोगाउन सकिएको छैन ।"

कोभिड महामारीका समयमा रोजगारी गुमेका कारण मानव बेचबिखनको जोखिमको अवस्थामा झनै वृद्धि भएको थियो । यतिबेला धेरै नागरिक रोजगारबाट वञ्चित हुन पुगे भने साना तथा मझौला व्यवसायीको व्यापार बन्द हुँदा मूलतः अनौपचारिक क्षेत्रमा कार्यरत श्रमिकको दैनिक गुजारामा नै समस्या परेको थियो । आर्थिक वर्ष २०७६/७७ र २०७७/७८ को अवस्था हेर्दा मानव बेचबिखन तथा ओसारपसारको जोखिम अझ बढेर गएको देखिन्छ । यी दुई आर्थिक वर्षमा नेपाल प्रहरी, सर्वोच्च अदालतमा र जिल्ला अदालतमा बहस पैरवी भएका मुद्दा, सीमानाकामा निगरानी तथा उद्धार, कोभिडको कारण बेरोजगार बनेकाको सङ्ख्या, विभिन्न कार्यक्रम तथा सहयोगमार्फत प्रत्यक्ष सहयोग प्रदान गरिएको सङ्ख्याले मानव बेचबिखन तथा ओसार पसारको जोखिम झन उच्च भएर गएको देखिन्छ।

आव २०७६/७७ र २०७७/७८ मा नेपाल प्रहरीमा जम्मा दुई सय ७० वटा मानव बेचबिखनको मुद्दा दर्ता भएको पाइन्छ। त्यस्तै यस अवधिमा सर्वोच्च अदालतमा चार सय दुई, उच्च अदालतमा छ सय १७, जिल्ला अदालतमा सात सय ६०, वटा गरी जम्मा एक हजार सात सय ७९ वटा मुद्दाको बहस पैरवी भएको पाइन्छ । माइती नेपालका अनुसार सन् २०१९/२०२० मा १० हजार जनालाई सीमा नाकामा निगरानी तथा उद्धारमार्फत सेवा प्रदान गरेको पाइएको छ भने आठ हजारलाई पुनःस्थापना गृहसम्बन्धी सेवा प्रदान गरेको मानव अधिकारसम्बन्धी एक प्रतिवेदनले देखाएको छ । यो तथ्याङ्क हेर्दा पनि सबै घटना बाहिर आएको मान्न सकिँदैन। मानवअधिकार आयोगकी अधिकृत बञ्जाडे भन्नुहुन्छ, "बेचबिखनमा परेकालाई सूचनाको हकबाट वञ्चित गराइएको हुन्छ, सूचना जुन वर्गमा पुग्नुपर्ने हो त्यहाँ पुगेको छैन । त्यसले गर्दा पनि बेचबिखनमा परेका व्यक्तिको अधिकार झनै जोखिमपूर्ण रहेको देखिन्छ ।" अशिक्षा दबाब र कानुनको अनभिज्ञताजस्ता कारणले पनि त्यस्ता घटना बाहिर नआएका हुन् । कुनै पनि व्यक्तिलाई डर, धम्की, लोभलालच देखाइ शोषण गर्ने उद्देश्यले सो व्यक्तिको इच्छाविपरीत काम गर्न बाध्य तुल्याउने कार्यलाई मानव बेचबिखनको रूपमा लिइन्छ । नेपालको संविधानको मौलिक हकअन्तर्गतको धारा २९ मा कसैलाई पनि बेचबिखन गर्न, दास वा बाँधा बनाउन पाइने छैन । कसैलाई पनि निजको इच्छाविरुद्ध काममा लगाउन पाइने छैन भनी प्रष्ट उल्लेख गरेको छ।

थानीमाई मन्दिरमा भक्तजनको आकर्षण

पोखरापत्र संवाददाता
तनहुँ, १ पुस

जिल्लाको भानु नगरपालिका-७ वसन्तपुरस्थित धार्मिकस्थल थानीमाई मन्दिरमा भक्तजनको आर्कषण बढ्दै गएको छ।

उक्त मन्दिरमा तनहुँ, लमजुङ, गोरखा, कास्की, चितवन, काठमाडौँलगायतका जिल्लाबाट भक्तजन पूजाअर्चना र फूलको डोली भित्र्याउन भीड नै लाग्ने गरेको छ । कोही भाकल गर्न र कोही भाकल बुझाउन मन्दिर आउने गरेको थानीमाई मन्दिर संरक्षण समितिका अध्यक्ष जीवन थापामगरले जानकारी दिनुभयो । उहाँले भन्नुभयो "साउना महिनाबाहेक प्रत्येक महिनाको मङ्गलबार विशेष पूजाआजा हुने यस मन्दिरमा पछिल्लो समय भक्तजनको भीड लाग्ने गरेको छ ।" गत मङ्सिर महिनाको अन्तिम मङ्गलबार ४५ फूलको डोली भित्र्याइएको छ । विभिन्न जिल्लाबाट आएका भक्तजनले बाजागाजासहित फूलको डोली भित्र्याएका हुन् । अध्यक्ष थापामगरका अनुसार विशेष गरी सोमबार सत्यनारायण पूजा गरी फूलको डोली तयार गर्ने र थानीमाई मन्दिरमा फूलको डोली चढाउने परम्परा रहँदै आएको छ। थानीमाई मन्दिरमा कात्तिक महिनादेखि माघ महिनासम्म भक्तजनको भीड नै लाग्ने गर्दछ।

उक्त मन्दिरमा साउन महिना, एकादशी र औँशीबाहेक अन्य समयमा पूजाअर्चना निरन्तर हुने गर्छ। पछिल्ला समय थानीमाई मन्दिर जाने नयाँ सडक खुलिसकेका छन्। सडक खुलेसँगै भक्तजनको सङ्ख्या बढ्न थालेको छ। भक्तजन फूलको डोली र पञ्चेबाजासहित थानीमाई मन्दिरमा तीन पटक नाचगान गर्दै परिक्रम गर्छन् । परिक्रमपश्चात् माथि थुम्कामा रहेको मन्दिर परिसरमा रहेका देवलमा डोलीसँगै लगिएका तोरणलाई तीन फन्का घुमाएर बाँध्ने गरिन्छ।

त्यसपछि मन्दिरभित्र प्रवेश गरी आफ्नो मनोकामना भाकल पूरा भएको भन्दै पूजाअर्चना गर्ने गरिन्छ । झण्डै चार सय ५० वर्ष अघि भानु नगरपालिका-७ स्थित कोटथोकमा भोटिनी आमाछोरी हावाहुरी चलेपछि हाल मन्दिर रहेको स्थानमा ओत लाग्दा अर्न्तध्यान भएको जानकार बताउँछन् । स्थानीय मानसिं पाटा मगरको सपनामा उक्त स्थानमा मन्दिर बनाएर पूजा गर्नुपर्ने सुझाव पाएर मन्दिर स्थापना गरेपछि समस्या समाधान भएको किंवदन्ती रहेको पाइन्छ। समुद्र सतहबाट एक हजार दुई सय मिटर उचाइमा रहेको यस मन्दिरबाट छिमेकी जिल्ला गोरखा, लमजुङलगायतका विभिन्न जिल्लाका मनोरम र हिमशृङ्खला दृश्य अवलोकनसमेत गर्न सकिन्छ। विसं २०७२ वैशाख १२ गतेको भूकम्पबाट क्षति पुगेको यस मन्दिरको पुनःनिर्माण गरिएको हो।

संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयबाट रु चौध लाख र मन्दिरको भेटीबाट रु छ लाख गरी रु बीस लाखको लागतमा मन्दिर पुनःनिर्माण गरिएको हो । विसं १८२५ देखि उक्त मन्दिरमा पूजाअर्चन सुरुआत भएको बताइएको छ। उक्त मन्दिर जिल्लाको डुम्रे बजार स्थित पृथ्वीराजमार्गबाट करिब १८ किलोमिटर दूरीमा पर्दछ।

कहाँ हराए घरका दलिनमा माटोको गुँड बनाएर बस्ने गौँथली ?

– ध्रुवसागर शर्मा
म्याग्दी, १ पुस

म बस्ने कोठाकै दलिन
बीचमा गौँथली बस्यो
पिटाएको तन्नाउपर फिर
मैला पनि खस्यो ।
मलाई त्यो देखि हृदयबीच
लाग्यो किरकिरी
चरी बोल्यो मेरो मन सब
बुझी त्यो चिरिबिरी ॥

आजभन्दा ८५ वर्ष अगाडि कवि शिरोमणि लेखनाथ पौड्यालले गौँथलीको विशेषता वर्णन गर्दै लेखेको यो कविताले लोप हुँदै गएका गौँथलीको सम्झना दिलाउँछ।

मानववस्तीको विस्तार, पक्की घरको निर्माण, चरन क्षेत्रको अभावलगायतका विविध कारणले गर्दा गौँथली लोप हुने अवस्थामा पुगेका छन् । म्याग्दीका ग्रामीण भेगमा पक्की घर बनाउने लहर चल्दै जान थालेपछि अहिले गौँथली देख्नै मुस्किल हुने गरेको चरा विशेषज्ञ नारायण सापकोटा बताउनुहुन्छ।

'गौँथली घट्नुको प्रमुख कारण वासस्थानको अभाव नै हो । हामीले निर्माण गरेको भौतिक संरचना गौँथलीका लागि उपयुक्त नभएकाले पनि यसको संख्यामा कमी आएको छ', उहाँले भन्नुभयो।

'गौँथली आजभोलि न दलिनमा देखिन्छन् न त कोठामा नै भेटिन्छन् । कता हराए ती गौँथली ? घरको दलिन, खड्प्वालमा माटोको आकर्षक गुँड बनाएर बस्ने गौँथली आजभोलि देख्न मुस्किल छ', बेनी नगरपालिका-२ बगरफाँटका ९१ वर्षीय वेदप्रसाद उपाध्यायले भन्नुभयो।

गौँथली हराउनुका थुप्रै कारण भएको विज्ञको भनाइ छ । विसं २०७२ मा गएको विनाशकारी भूकम्पले माटोका घर भत्किएपछि भूकम्पबाट प्रभावित जिल्लामा गौँथली देखिनै छोडेको छ। वासस्थानको अभावका कारण गौँथली लोप हुने अवस्थामा पुगेको छ। 'केही वर्ष अगाडि घरैपिच्छे देखिने गौँथली अहिले देखिँदैनन्छ, ज्यामरुककोटका ८९ वर्षीय खड्गबहादुर घिमिरेले भन्नुभयो।

विभिन्न समयमा हुने प्राकृतिक विपत्तिका कारण गौँथली लोप हुँदै गएका हुन् । मानव बस्तीको विस्तार, पक्की घरको निर्माणले गर्दा चरन क्षेत्रको अभावलगायत विविध कारणले गर्दा गौँथली नासिदै गएका वन डिभिजन कार्यालय म्याग्दीका निमित्त प्रमुख चन्द्रमणि सापकोटाले बताउनुभयो । सहरमा निर्माण गरिएका आधुनिक भौतिक संरचना गौँथलीका लागि उपयुक्त नभएकाले गौँथली लोप भएको विश्वास गरिएको छ । यद्यपि वासस्थानको अभाव र प्रदूषणका कारणले गौँथली सङ्कटमा पर्दै गएको उहाँको भनाइ छ। दुई दशक अघिसम्म म्याग्दीका घरैपिच्छे बथानका बथान देखिने गौँथली अहिले देखिनै छोडिसकेका छन्। मानव वस्तीको विस्तार र वातावरण संरक्षणमा ध्यान नपुर्‍याउँदा यिनीहरू लोप भइरहेका छन् । किसानले बाली संरक्षण गर्न विषादीको प्रयोग गर्दा यिनीहरूको खानामा असर परेको देखिन्छ।

हिन्दू धार्मिक र परम्परागत भनाइमा गौँथली मार्दा पाप लाग्ने जनविश्वास रहेका छ । तर पछिल्ला वर्षमा औषधि हुने भन्दै गुलेली, घरेलु हतियारको प्रयोग गरी गौँथली मार्ने गरिएको भेटिन्छ।

सामान्यतया आकाशमा धेरै बेरसम्म उडिरहन सक्ने यो चरा देख्नमा लगभग भँगेरा जत्रै हुन्छ । यसको जीउको रङ खैरो र कालो हुन्छ भने पेटतिरको भागको रङ सेतो हुन्छ । गौँथलीको गुँड बनाउने तरिका अरु चराको भन्दा बेग्लै किसिमको हुने चराविद् सापकोटाले बताउनुभयो । 'अरु चराले सुकेका साना तिना त्यान्द्रा रुखका पात आदिको प्रयोग गरेर रुखको हाँगामाथि अथवा माटोको दुलोभित्र आफ्नो गुँड बनाउँछन् भने गौँथलीले भिजेको लेसिलो माटोको प्रयोग गरेर आफ्नो गुँड बनाउँछ । यसले घरको छत, घरको दलिन तथा ओढारको ढुङ्गामा झुण्डाएर गुँड बनाउने गर्छ । गौँथली प्रायः जोडी बनाएर बस्ने गर्छन्' सापकोटाले भन्नुभयो।

मानव बस्तीको विस्तार र वातावरण संरक्षणमा ध्यान नपुर्‍याउदा यिनीहरूको संरक्षण हुन नसकेको उहाँको भनाइ छ । गौँथली चराको विशेषता र सुन्दरतालाई वर्णन गर्दै धेरै साहित्यकारले साहित्यको रचना गरेका छन् । सधैँ जोडी बनेर बस्ने गौँथली घर वरिपरि नै बस्न रुचाउने गर्दछ।

ज्येष्ठ सदस्यलाई पेन्सन, अपाङ्गता भएकालाई भत्ता

पोखरापत्र संवाददाता
बागलुङ, १ पुस

बागलुङको आदर्श सञ्चार सहकारी संस्थाले ज्येष्ठ शेयर सदस्यलाई बर्सेनि पेन्सन र अपाङ्गता भएका शेयर सदस्यलाई भत्ता वितरण गर्दै आएको छ।

संस्थाले पाँच वर्षदेखि ज्येष्ठ शेयर सदस्यलाई वर्षको रु दुई हजार चार सयका दरले र अपाङ्गता भएका शेयर सदस्यलाई वार्षिक रु एक हजारका दरले प्रोत्साहन भत्ता वितरण गरिएको आदर्श सञ्चार सहकारीका अध्यक्ष हुमाकुमारी जिसीले जानकारी दिनुभयो। सहकारीले सञ्चारमाध्यम सञ्चालनलाई मुख्य उद्देश्य मान्दै आएको छ।

"सहकारीका सात सिद्धान्तअनुरुप सहकारी चल्नुपर्दछ, हामीले सहकारीमा शेयर सदस्य भई ७० वर्ष नाघिसकेका सदस्यले मासिक रु दुई सयका दरले वर्षको रु दुई हजार चार सय र अपाङ्गता भएका शेयर सदस्यलाई वार्षिक रु एक हजारका दरले प्रोत्साहन भत्ता दिँदै आएका छौँ", अध्यक्ष जिसीले भन्नुभयो, "सामाजिक उत्तरदायित्व निभाउँदै सहकारीले पेन्सन, अपाङ्गता भत्ता, स्वास्थ्य सेवा र अक्षय कोषसँगै विभिन्न विपद्मा परेकालाई सहयोग प्रदान गर्दै आएको छ।"

पाँच वर्षअघिदेखि सुरु गरिएको ज्येष्ठ नागरिक पेन्सनबाट चालू आर्थिक वर्षमा २६ जना लाभान्वित भएका छन् भने तथा अपाङ्गता भत्ताबाट २० जना अपाङ्गता भएका शेयर सदस्य लाभान्वित भएका हुन्।

सहकारीले बागलुङबाट रोजगारीका लागि कोरिया पुग्नुभएका नेपालीले बागलुङ सम्पर्क समाज दक्षिण कोरियामार्फत स्थापना गरेको स्वास्थ्य सेवा अक्षय कोषबाटसमेत ४० जनालाई रु पाँच हजारका दरले स्वास्थ्योपचारका लागि रकम प्रदान गरिसकेको सहकारीका प्रबन्धक दीपकराज सापकोटाले जानकारी दिनुभयो। आदर्श सञ्चार सहकारीमा विगत १० वर्षदेखि सदस्य भई ७० वर्ष नाघेका शेयर सदस्यले मासिक रु दुई सयका दरले पेन्सन पाउने व्यवस्था गरिएको सापकोटाको भनाइ छ । पेन्सन वितरणका लागि सहकारीले पेन्सन कोषको व्यवस्था गरेको छ। कोषमा नयाँ बन्ने शेयर सदस्यले एकपटक रु एक सय र अन्य सबै सदस्यले एकपटक रु तीन हजार कोषमा योगदान गर्नुपर्ने हुन्छ। संस्थाले सूचना र सञ्चारका क्षेत्रमा विगत १६ वर्षदेखि धौलागिरि जागरण दैनिक, नौ वर्षदेखि अग्रसर साप्ताहिक र चार वर्षदेखि आदर्श सञ्चार अनलाइन सञ्चालन र १० वर्षदेखि धौलागिरि टेलिभिजनमा सहकार्य गर्दै आइरहेको छ । संस्थामा हाल तीन हजार तीन सय जना शेयर सदस्य रहेका र रु पाँच करोड ५५ लाख शेयर रकम, रु ३० करोड बचत, रु ३८ करोड कर्जा लगानीसहित रु ४५ करोड कूल सम्पत्ति रहेको प्रबन्धक सापकोटाले जानकारी दिनुभयो। आगामी असार मसान्तसम्म पाँच हजार जनाभन्दा बढी शेयर सदस्य, रु आठ करोड शेयर पुँजी, रु रु ४६ करोड बचत, रु ५१ करोड कर्जा लगानीसहित कूल सम्पत्ति रु ५६ करोड पुर्‍याउने लक्ष्य रहेको छ।

संस्थाले विद्यालयमा सहकारी शिक्षा, दुर्व्यसनविरुद्ध आमा अभियान, महिलाले महिनावारीमा प्रयोग गर्ने प्याड घरमै बनाउने तालिम, महिला सशक्तीकरण, युवा र विद्यार्थीका लागि वित्तीय साक्षरता, पर्यटन प्रवर्द्धनमा सञ्चार सहकारीको भूमिका, स्वास्थ्य शिक्षा र उपचारलगायतका कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ।

चिसोमा स्वास्थ्यको ख्याल गरौँ

–सृजना राई
काठमाडौं, १ पुस (रासस)

देशभर तापक्रम घट्दै गएको छ । घट्दो तापक्रम र आर्द्रतामा छाला, स्वासप्रश्वास, झाडापखालालगायतले स्वास्थ्यमा समस्या देखिन्छ।

डा अभिजित अधिकारीका अनुसार जाडोयाममा स्वासप्रश्वास र नाकबाट रगत बग्ने समस्या देखिन्छ । उहाँका अनुसार सुक्खा हावाका कारण आखाँ, छाला र नाकमा समस्या देखिन सक्छ । जाडोयाममा शरीरलाई चिसोबाट बचाउनु नै रोगबाट टाढा राख्ने पहिलो उपाय भएको अधिकारीको भनाइ छ। 'अधिकांश समय कोठाको तापक्रम २६ डिग्री राख्न उपयुक्त हुन्छ । तापक्रमसँगै हावाको आर्द्रताको पनि विशेष ख्याल राख्नुपर्छ', उहाँ भन्नुहुन्छ, 'नाक, कान, औँलाको चुच्चो संवेदनशील हुन्छन् त्यसैले चिसो पानी प्रयोग कमै गर्नुपर्छ, भिडभाडमा हिँड्दा मास्कको प्रयोग गरे यस्ता समस्याबाट बच्न सकिन्छ ।' चिकित्सकका अनुसार चिसोमा छालासम्बन्धी समस्याबाट बच्न मोस्चराइजर र जेलयुक्त क्रिमको प्रयोग गर्न सकिन्छ। यस्तै, नाक सुक्खा हुने समस्या भएमा कोठामा खाली भाँडोमा पानी राख्दा आर्द्रता सन्तुलन हुने गर्छ।

बालबालिका र दीर्घरोगीको ख्याल राख्नपर्छ

चिकित्सका अनुसार जाडोयाममा बालबालिकामा रोटा भाइरसको जोखिम हुन्छ । डा अधिकारी भन्नुहुन्छ, 'रोटा भाइरसले विशेषतः बालबालिकामा झाडापखाला र वान्ताको समस्या धैरै देखिन्छ । स्कुले बालबालिकामा यो भाइरस छिटो सर्न सक्छ ।' स्वच्छ खानेपानीको प्रयोग नै यस भाइरसबाट बच्ने मुख्य उपाय हो । यस्तै बालबालिकालाई मौसमी फलफुल दिँदा सफा पानीले पखालेर मात्र दिनुपर्छ । स्वस्थकर खानपानमा ध्यान दिनुपर्छ । जाडो महिनामा मधुमेह र दम जस्ता दीर्घरोगीको विशेष ख्याल राख्नुपर्ने चिकित्सक बताउँछन् । डा दीपक मल्ल चिसोयाममा मधुमेहका बिरामीलाई विशेष सचेत हुन आग्रह गर्नुहुन्छ। 'मधुमेहका बिरामीले हिटर र आगो ताप्नु हुँदैन । उहाँहरुको छाला पातलो हुन्छ। धेरै तापक्रमले छाला पोल्ने र घाउ बनाउने जोखिम धेरै हुन्छ।'

जाडोयाममा 'मर्निङवाक' घातक

डा मल्ल मधुमेहका बिरामीलाई चिसोमा घाम झुल्किनु अघि मर्निङवाकमा नजान सुझाव दिनुहुन्छ । 'बिहान तापक्रम एकदमै कम हुन्छ, त्यसमाथि खाली पेटमा हिँड्नु घातक साबित हुन सक्छ ।' डा अधिकारी पनि मर्निङवाक गर्दा चिसोमा सुक्खा हावाका कारण स्वासप्रश्वासको समस्या बढ्न् सक्ने बताउनुहुन्छ।

'नाकमुख ढप्प पारेर हिँड्दा वरपर ध्यान नपुग्न सक्छ। यसबाट दुर्घटनाको जोखिम समते बढ्छ', उहाँले भन्नुभयो। यसको विकल्पमा घरभित्रै शारीरिक व्यायाम गर्ने वा घाम लागेपछि बाहिर निस्किन डा अधिकारी सुझाव दिनुहुन्छ । चिसोमा न्यानो कपडा र खानाको प्रयोग गर्नुपर्छ। एउटा मात्र बाक्लो लुगाको सट्टा पातला लुगा एकमाथि अर्को लगाउँदा हावा छेक्न सक्छ।

फलफूलले चिसो लाग्छ भन्नु खानाप्रतिको भ्रम

जाडोयाममा शरीरको तापक्रम मिलाउन खानाको विशेष भूमिका हुन्छ। पोषणविद् डा उमा निरौला भन्नुहुन्छ, 'जाडोयाममा शरीरको काम बढ्छ, त्यसैले बाहिरको तापक्रम चिसो हुँदा शरीरले बढी ताप निकाल्नुपर्ने हुन्छ। ताप निकाल्नका लागि खानाको आवश्यकता पर्छ । 'जाडोयाममा प्रशोधन नगरिएका खाना खानुपर्छ। पोसिलो र उच्च गुणस्तरको कार्बोहाइड्रेट, फाइबर र प्रोटिनयुक्त खाना खानुपर्छ', डा निरौलाले भन्नुभयो । फापर, मकै, कोदो, गेडागुडी, सखरखण्ड, आलु, पिँडालु, गहत, सिमी, भट्मासलगायत खानुपर्छ । जाडोमा मौसमी फलफुल खाँदा रुघाखोकी लाग्छ भन्ने कुरा खानाप्रतिको भ्रम हो । मौसमी फलफुल त्यसमा पनि अमिलो फलफुल बढी मात्रामा खानुपर्छ । यी खानाले भाइरससँग लड्न सजिलो हुन्छ । चिया कफीको लत नबनाउन डा निरौलाको सुझाव छ । शारीरिक परिश्रम कम गर्ने ३० वर्ष माथिका उमेर समूहका व्यक्तिले चिनीको प्रयोग गर्न नहुने उहाँको सुझाव छ। खानामा चिल्लो पदार्थ पनि उत्तिकै आवश्यक हुन्छ। हिमाली र उच्च पहाडी भूभागमा तापक्रम बढी दिने खानाको प्रयोग गर्नुपर्छ । हिमाली भेगमा चियामा घिउ हालेर खाने चलन छ । घिउलगायत चिल्लो पदार्थले तापक्रम बढाउन मद्दत गर्ने चिकित्सक बताउँछन्।

तपाईंको आज

मेष	: ब्यापारमा लाभ	तुला	: सत्कार मिल्नेछ
वृष	: शत्रुको भय	वृश्चिक	: सम्मान मिल्नेछ
मिथुन	: झमेला बढ्ने	धनु	: अप्रत्यसित लाभ
कर्कट	: कार्यमा सफलता	मकर	: आर्थिक समस्या
सिंह	: मन चञ्चल	कुम्भ	: मानसिक तनाब
कन्या	: सहयोग मिल्नेछ	मीन	: शारीरिक झमेला

हरिसिद्धि भविश्यवाणी केन्द्र
पोखरा-१६, जोगिमणीमार्ग, मोबाइल: ९८५६०२०५८६
चिना, टिप, हस्तरेखा,आखत,माटो हेर्नका लागि सम्झनुहोस् ।

रेष्टुरेण्ट बिक्रीमा

पोमनपा वडा नं. १६ दिप मणिपाल कलेज अफ मेडिकल साईन्सको ठिक गेट अगाडि पट्टि अत्यन्त चालु अवस्थामा रहेको रेष्टुरेण्ट विशेष कारणवस तु: बिक्रीमा छ ।
सम्पर्क:
९८४७१००५४३
९८१९१५२७४०

विमालेख हरायो

गुराँस लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड बाट जारि गरिएको निम्न लिखित बीमालेख हराएको हुँदा फेला पार्नु हुने महानुभावहरुले निम्न लिखित ठेगानामा सम्पर्क गरिदिनुहुन विनम्र अनुरोध गर्दछौं।

नाम	बीमालेख नं
हेम बहादुर थापा	०६१०००६१३८

गुराँस लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड
क्षेत्रीय कार्यालय पोखरा, ०६१-५२४४५०

बागलुङमा २४ करोड बढीको सुन्तला उत्पादन

– डम्मर बुढामगर

बागलुङ, १ पुस

बागलुङमा यस वर्ष सुन्तला उत्पादनमा वृद्धि भएको छ । बर्सेनि व्यावसायिकरूपमा उत्पादन हुँदै आएको सुन्तला गत वर्षभन्दा २० प्रतिशतले वृद्धि भएको हो । यस वर्ष बागलुङमा चार हजार तीन सय ८० मेट्रिक टन सुन्तला उत्पादन भएको कृषि ज्ञान केन्द्र बागलुङका प्रमुख भानुभक्त भट्टराईले जानकारी दिनुभयो ।

उहाँका अनुसार गत वर्ष यहाँ कुल तीन सय ४५ हेक्टर क्षेत्रफलमा लगाइएको सुन्तलाको बोटबाट तीन हजार छ सय ५० मेट्रिक टन उत्पादन भएको थियो । गत वर्ष जिल्लाभर रु २० करोड सात लाख ५० हजारको सुन्तला उत्पादन भएकामा यस वर्ष अनुकूल हावापानीले गर्दा उत्पादन वृद्धि भएर चार हजार तीन सय ८० मेट्रिक टन पुगेको प्रमुख भट्टराईको भनाइ छ । यस वर्ष जिल्लामा रु २४ करोड नौ लाखभन्दा बढी मूल्यको सुन्तला उत्पादन भएको उहाँको भनाइ छ । केही वर्षदेखि यहाँका ग्रामीण क्षेत्रमा प्रधानमन्त्री आधुनिक कृषि कार्यक्रमअन्तर्गत सुन्तला जोन घोषणा गरेर बर्सेनि सुन्तला खेती विस्तार हुँदै गएको भट्टराईले बताउनुभयो । भट्टराई भन्नुहुन्छ, “बागलुङ मध्यपहाडी क्षेत्रमा पर्छ, यो क्षेत्र सुन्तला उत्पादनका लागि निकै उत्तम ठाउँ मानिन्छ, यहाँको हावापानी र माटो सुन्तला खेतीकै लागि हो जस्तो लाग्छ, कृषक पनि निकै हर्षित हुनुहुन्छ, अघिल्लो वर्ष बोटमा किरा लाग्यो, उपचार पाएनन्, त्यसले गर्दा उत्पादनमा केही कमी आयो, तर अहिले त्यो

समस्या छैन, मौसमले पनि साथ दियो, अघिल्लो वर्षको तुलनामा यस वर्ष २० प्रतिशतले बढी उत्पादन भएको छ ।” भट्टराईले सुन्तला खेती गर्ने कृषकलाई कृषि ज्ञान केन्द्रले आवश्यक औषधि, मल र प्राविधिक सहयोग गर्दै आएको बताउनुभयो । उहाँ पछिल्लो समय कृषक सुन्तला खेतीप्रति आकर्षित हुँदै गएको भन्दै यहाँको वातावरण पनि अमिलो प्रजातिका फलफूलका लागि अनुकूल खालको रहेको बताउनुहुन्छ । “सुन्तला खेतीबाट कृषकलाई मनग्य आम्दानी हुन्छ, सुरुमा अलिकति मेहेनत गर्नुपर्छ, बिरुवा हुर्के भने धेरै झन्झट गर्नु पर्दैन, फल दिने सुन्तलाको छेउछाउमा अरु खेती गर्न सकिने हुँदा दोहोरो फाइदा हुन्छ”, उहाँले भन्नुभयो, “कृषकलाई सुन्तला खेतीप्रति आकर्षित गर्न आवश्यक तालिम तथा परामर्श दिने गरेका छौँ, हरेक वर्ष जिल्लामा सुन्तला उत्पादन हुने क्षेत्रफल पनि बढिरहेको छ ।” बागलुङमा एक दशकभन्दा अगाडिसम्म परम्परागत सुन्तला खेती हुने गरेको थियो भने अहिले आधुनिक तरिकाले खेती भइरहेको छ । जिल्लाको बागलुङ नगरपालिका-८ सिगानासँगै काठेखोलाको बिहुँ, तित्याङ, भकुण्डे, लेखानी, जैमिनीको दमेक र सर्कुवालगायत ठाउँ सुन्तला खेतीका लागि प्रसिद्ध मानिन्छन् । बागलुङ नगरपालिका-८ सिगानाका कृषक रामबहादुर खड्काले गत वर्षको तुलनामा सुन्तलाको उत्पादन बढेको बताउनुभयो ।

उहाँले गत वर्ष डेढ लाख रुपैयाँको सुन्तला बेचेको भन्दै अहिले साढे तीन लाख बढीको सुन्तला बिक्री हुने बताउनुभयो । उहाँ गत वर्ष टिप्ने बेलाको सुन्तलामा किरा लागेपछि नोक्सान व्यहोर्नुपरेको भन्दै अहिले राम्रो भएको बताउनुहुन्छ । अहिले फल पनि पोटिलो र रसिलो रहेको उहाँको भनाइ छ । “सिगानाका कृषकले सुन्ताल धेरै उत्पादन गर्छौं, तर मूल्य पाउँदैनौँ, आजभन्दा पाँच वर्ष अगाडि पनि सुन्तलाको मूल्य प्रतिकेजी रु ५० थियो, अहिले पनि त्यही छ”, खड्काले भन्नुभयो, “कामदारको पारिश्रमिक बढेको बढ्यै छ, कृषकले उत्पादन गरेको सुन्तलाको बढ्दैन, सरकारले बेलामा मल पनि दिँदैन, सरकारले केही सहुलियत दिए अझै राम्रो गर्न सकिन्छ ।” उहाँले १० वर्ष अगाडि सिगानामा ४० हजार बिरुवा लगाइएको भन्दै अहिले धेरै बोटहरूले फल दिन थालेको बताउनुभयो । आफ्नो सिगाना सुन्तला गाउँ नै बनेको भन्दै यहाँका सुन्तला पोखरामा बढी माग हुने गरेकाले व्यापारीले बोटबाटै सुन्तला खरिद गरेर लैजाने गरेको उहाँले जानकारी दिनुभयो । स्थानीय कृषक देवबहादुर खड्काले यस वर्ष सिगाना गाउँमा गत वर्षको तुलनामा २५ प्रतिशत बढी सुन्तला उत्पादन भएको बताउनुभयो । उहाँ गत वर्ष सिङ्गो गाउँले सुन्तला बेचेर रु दुई करोड भित्र्याएको भन्दै यस वर्ष रु दुई करोड ५० लाख बढी आम्दानी गर्ने अनुमान गरेको बताउनुहुन्छ ।

खड्का भन्नुहुन्छ, “अहिले सिगानामा मात्रै होइन जिल्लाको धेरै ठाउँमा सुन्तला उत्पादनमा वृद्धि आएको पाएका छौँ, एउटै बोटबाट चार-पाँच क्विन्टलसम्म सुन्तला फलेको छ, सुन्तला धेरै फलेर मात्रै के गर्नु उचित मूल्य पाउँदैन, तर अहिले गाउँमा साढे दुई करोड बढी सुन्तला बिक्री गरेर आम्दानी हुने अनुमान गरेका छौँ, किनकि अहिले टिप्ने र बजारसम्म पुर्‍याउने काम भइरहेको छ ।” खड्काले यहाँको सुन्तला खरिद गर्न बागलुङ, चितवन, काठमाडौँ, पोखरालगायतका ठूला सहरबाट व्यापारी आउने गरेको बताउनुभयो । व्यापारीले बोटै खरिद गर्ने गरेको उहाँको भनाइ छ । उहाँले केही सुन्तला शीतभण्डारमा राख्ने र फागुन चैतमा बिक्री गर्ने बताउनुभयो ।

पोखराको लेकसाइडमा फ्याट् मङकी रेष्टुरेण्ट

पोखरापत्र संवाददाता

पोखरा, १ पुस

पोखरा ६ लेकसाइडको सेन्टर प्वाइटमा फ्याट् मङकी रेष्टुरेण्ट सञ्चालन आएको छ । पोखराका युवा व्सायी जिनव भट्टराईले फ्याट् मङकी रेष्टुरेण्ट सञ्चालनमा ल्याएका हुन् ।

चार तले भवनमा उनले तीनवटा तलामा रेष्टुरेण्ट सञ्चालन गरेका छन् भने पहिलो तलामा व्यवसायीक प्रयोजनका लागि प्रयोग गरेको भट्टराईले बताए । इट, डिङ्क र भाइब भन्ने नाराका साथ नेपाली, इन्डिएन र अन्य देशका खानाहरुलाई विषेश प्रथामिकता दिएको बताए ।

फ्याट् मङकी रेष्टुरेण्टमा करिब १ सय ५० जनाको सिट क्षमता रहेको छ । मङकीका विभिन्न अवस्था र आकारका पेन्टिङले रेष्टुरेण्टमा आउने व्यक्तिलाई आक्रर्षण गर्ने गरेको उनले भनाई छ । ‘जसरी खाने कुरामा मङकी स्वतन्त्र हुन्छ,’ उनले भने ‘त्यसै गरी फ्याट् मङकी रेष्टुरेण्टमा पनि ग्राहकहरु स्वतन्त्रता पुर्वक खान अडर गरेर खान सक्छन् ।’ उनले मङकीले जसरी भेराइटीहरु खान्छ त्यसै गरी खानाका भेराइटीहरु खान सकिन्छ भने सन्देश दिन फ्याट् मङकी नाम राखेको बताए । अहिले विश्व कप फुटबललाई लक्षत गरेर फुटबल हेर्ने सुविधा रहेको उनले बताए । त्यसै गरी पत्येक शुक्रबार र शनिबार लाइभ म्युजिकको समेत रम्न सकिने उनले बताए । करिब ३ करोडको लागतमा निर्माण भएको रेष्टुरण्ट कोभिडका कारण ढिलो र लागत समेत बढेको बताए । पोखराको लेकसाइड र काठमाडौंमा नेपाली ब्राण्ड अर्वनयती र स्मोकिङ याक स्टेक हाउस सञ्चालन गर्दै आएका छन् । त्यसै गरी पोखरामा फ्लाइ मङकी प्याराग्लाइडिङ सञ्चालन गर्दै आएका छन् ।

गाउँमै विशेषज्ञ चिकित्सकसहित २४सै घण्टा स्वास्थ्योपचार सेवा

पोखरापत्र संवाददाता

गोरखा, १ पुस

गोरखाको अजिरकोट गाउँपालिकामा २४सै घण्टा विशेषज्ञ चिकित्सकसहित स्वास्थ्योपचार सेवा सुरु गरिएको छ ।

गाउँपालिकाले भच्चेक आधारभूत स्वास्थ्य अस्पतालबाट २४सै घण्टा स्वास्थ्योपचार प्रदान गर्न सुरु गरेको गाउँपालिका अध्यक्ष दीपक देवकोटाले जानकारी दिनुभयो । नागरिकलाई स्वास्थ्यमा सहज पहुँच पुर्‍याउने उद्देश्यले पाँच शय्याको आधारभूत स्वास्थ्य अस्पताललाई सञ्चालनमा ल्याइएको उहाँले बताउनुभयो ।

“अहिले हामीकहाँ ल्याब, इसिजी, भिडियो एक्सरेलगायत अन्य व्यवस्था पनि आधारभूत स्वास्थ्य अस्पतालमा छ”, उहाँले भन्नुभयो, “अस्पतालमा विशेषज्ञ चिकित्सकसहितको उपचार सेवा सुरु गरेकाले यहाँ उपचार हुन नसकेका बिरामीलाई गोरखा अस्पताल वा आँपपिपल अस्पताल पठाउनु पर्दैन, सिधै चितवन वा काठमाडौँ सिफारिस गर्ने गरिएको छ ।” गाउँमै स्वास्थ्योपचार सेवा सुरु भएसँगै अस्पतालमा बिरामीको चापसमेत बढेको उहाँले जानकारी दिनुभयो । “दैनिक पाँच सयसम्म बिरामी उपचारका लागि अस्पतालमा आउने गरेका छन्”, अध्यक्ष देवकोटाले भन्नुभयो, “हाम्रो गाउँपालिकाबाहेक छिमेकी सिरानचोक गाउँपालिका, लमजुङको दूधपोखरी गाउँपालिकाबाट समेत बिरामी उपचारका लागि हामीकहाँ आउन थालेका छन् ।” अध्यक्ष देवकोटाले राज्यले करोडौँ लगानी गरेका अस्पतालमा बिरामीको आकर्षण नहुने र निजी अस्पतालमा बिरामी थेगिनसक्नु हुने अवस्थालाई परिवर्तन गर्न गाउँपालिकाले स्वास्थ्यको बजेटमा प्राथामिकता राखेर आधारभूत स्वास्थ्य अस्पताल सञ्चालनमा ल्याएको बताउनुभयो । अस्पताललाई २४सै घण्टा सञ्चालन गर्नका लागि चाप कम भएका बर्थिङ सेन्टर, आधारभूत स्वास्थ्य एकाइ, स्वास्थ्य केन्द्रलगायतबाट कर्मचारी अस्पतालमा केन्द्रित गरेको उहाँले जानकारी दिनुभयो । नपुग कर्मचारीका लागि गाउँपालिकाको थप स्रोतबाट समेत व्यवस्था गरेको उहाँको भनाइ छ । “चालु आर्थिक वर्षका लागि मात्र पालिकाले अस्पतालका लागि रु ३० लाख बजेट विनियोजन गरेको छ”, अध्यक्ष देवकोटाले भन्नुभयो, “स्वास्थ्यलाई गुणस्तरीय र सर्वसुलभ बनाउनका लागि आवश्यक परे थप रकमको पनि व्यवस्था गर्न सकिन्छ ।”

बिहान-बेलुकी बिरामी भए पीडा सहेर बस्नुपर्ने बाध्यता अब गाउँपालिकावासीमा नरहेको उहाँले बताउनुभयो । “हेल्थपोष्ट, स्वास्थ्य एकाइ बिहान १० बजे खुल्ने ५ बजे बन्द हुन्छ”, अध्यक्ष देवकोटाले भन्नुभयो, “बिरामी त जतिखेर पनि हुन सकिन्छ, बिरामी भए उपचार दिने दायित्व स्थानीय सरकारको हो, त्यही जिम्मेवारीलाई बोध गरेर पालिकाभित्रै २४सै घण्टा सेवा दिने गरी अस्पताल सञ्चालनमा ल्याएका हौं ।”

‘एक वडा, एक माध्यमिक विद्यालय, एक अक्षयकोष’ अभियान

पोखरापत्र संवाददाता

बागलुङ, १ पुस

जिल्लाको जैमिनी नगरपालिकामा ‘एक वडा, एक माध्यमिक विद्यालय, एक अक्षयकोष’ अभियान सुरु भएको छ ।

गरिब तथा जेहेन्दार विद्यार्थीलाई छात्रावृत्ति उपलब्ध गराउने उद्देश्यले सबै वडाका माविमा अक्षयकोष स्थापना गर्न लागिएको हो । सामाजिक संस्था ‘हाम्रो जैमिनी संस्था’ले अक्षयकोष स्थापनाको पहिलो चरणको अभियान सुरु गरेको छ । दाताहरुकै सहयोगका भरमा उक्त अभियान सुरु गरिएको संस्थापक छायादत्त चापागाईंले बताउनुभयो । पहिलो चरणमा नगरपालिका-७ जैदीमा रहेको संस्कृत मावि, वडा नं ८ छिस्तीमा रहेको जनकल्याण मावि, वडा नं ६ अर्जेवामा रहेको जनकल्याण मावि, वडा नं ५ बिनामारेमा रहेको सर्वोदय जनक मावि र वडा नं ४ सर्कुवामा रहेको जनता माविलाई अक्षयकोषको रकम प्रदान गरिएको छ । उक्त संस्थाले विद्यालयमै रहनेगरी प्रतिविद्यालय रु १५ हजार प्रदान गरेको हो । कोषबाट आउने वार्षिक व्याजबाट माध्यमिक शिक्षा परीक्षामा उत्कृष्ट अङ्क ल्याउने वा आवश्यकताका आधारमा जहेन्दार विद्यार्थीलाई विद्यालयले छात्रावृत्ति प्रदान गर्न अन्य स्रोत खोजी गरी कोष वृद्धि गर्नसक्ने उहाँले बताउनुभयो । पहिलो चरणमा पाँच वटा मात्रै विद्यालयका लागि कोषको रकम प्रदान गरिएको भए पनि क्रमशः १० वटै वडाका एक/एक वटा विद्यालयमा पुर्‍याइने संस्थापक चापागाईंले जानकारी दिनुभयो ।

आयो टप्प टिप्यो लग्यो मिति पुग्यो, टारेर टर्दैन त्यो ।
इन्द्रै विन्ति गरुन् झुकेर पदमा, त्यो विन्ति मान्दैन त्यो ॥

हार्दिक समवेदना

जन्मः
वि.स. १९९७/०३/२५ गते

स्वर्गारोहणः
वि.स. २०७९/०७/२५ गते

स्वः खसु देवि गुरुङ

साविक मादी गाउँपालिका, काभ्रे, हाल पोखरा महानगरपालिका वडा नं. १३ कमल पोखरी मार्ग टोल विकास संस्था बस्दै आउनु भएका संस्थाको कार्य समितिका सदस्य श्री पूर्ण कुमारी गुरुङ एवं सदस्य श्री प्रदीप गुरुङको ममतामयी माता साथै सासु **खसु देवि गुरुङ** को ८३ वर्षको उमेरमा असामयीक निधन भएको आज पितृ कार्यको अवसरमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै हार्दिक श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौँ । साथै शोकसन्तप्त परिवारजनप्रति धैर्यधारण गर्ने शक्ति भगवानले प्रदान गरुन् भनी कामना गर्दै हार्दिक समवेदना व्यक्त गर्दछौँ ।

सु. ईन्द्रबहादुर गुरुङ
अध्यक्ष एवं
कमलपोखरी मार्ग टोल विकास संस्था परिवार
पोखरा-१३

Putalibazar Municipality
Office of Municipal Executive
Gandaki Province, Syangja, Nepal

Invitation for Bid

Date of publication: 2022-12-16 (2079/09/01 B.S.)(Second Time's Notice)

1. Office of the Putalibazar Municipality, invites seal quotation from eligible and qualified bidders form the following works.

S. N.	Contract No	Description of works	Estimate Amount (Including of VAT) Nrs.	Bid Purchase Amount Nrs.	Bid submission Date before	Bid security amount / Bid validity period	Date of Bid Opening and time
1.	01/PM/ GOODS/SQ/ 079/080	Supply and Delivery of HDPE Pipes	Nrs. 14,99,973.05	Nrs. 1000.00	2023-01-01 12:00 hours	Nrs.37,500.00 75 days	2023-01-01 13:00 hours

2. Information to depost the cost of bidding document and bid bond in the bank.

Office Name	Office of the Putalibazar Municipality	
Rajaswo Khata No	07203000001001000001	Nepal Bank Limited,Syangja
Deposit Account No	Ga -3 -0 07203000003000000001	

3. Electronic bids must be submitted to the office of Putalibazar Municipality Syangja through PPMO website www.bolpatra.gov.np.(online).
4. Putalibazar Municipality ,office of Muicipal Executive ,Syangja reserves the right to accept or reject any bid ,and to annul the process and reject all bid at any time prior to contract award.

Chief Administrative Officer