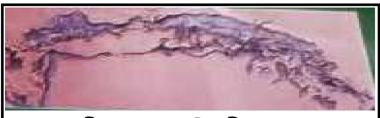


के तपाईको घर पानीले रसाएको छ ?
अब चिन्ता नगर्नुहोस !
चिन्ताको समाधान Waterproofing ले गर्ने छ । १००% ग्यारेन्टीका साथ समस्यको समाधान ।
सम्पर्क: प्रगति ट्रेड कर्न्सन
रानीपौवा, पोखरा-११ (रञ्जित पार्टी प्यालेसको नजिकै)
०६१-५७८०९९, ९८५६०२२३३३, ९८४६९१४७७३

राष्ट्रिय दैनिक

पोखरापत्र

Pokharapatra National Daily

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

❑ वर्ष २४ ❑ अङ्क ३३५ ❑ श्रेणी क्षेत्रीय 'क' ❑ २०८० पुस १४ गते शनिबार ❑ 30 Dec. 2023 ❑ पृष्ठ ४ ❑ मूल्य रू. ५ ।-

मन्त्रीमण्डल हेरफेर हुनसक्छ : मन्त्री गुरुङ

पोखरापत्र संवाददाता
स्याङ्जा, १३ पुस

सरकारको नेतृत्व गरेको एकबर्ष पुगेको अवसरमा राष्ट्रका नाममा सम्बोधन गर्दै प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' ले मन्त्रीमण्डल हेरफेर हुने बताइरहेका बेला उनकै मन्त्री कानुन, न्याय तथा संसदीय मामिला मन्त्री धनराज गुरुङ्ले मन्त्रीमण्डल हेरफेर हुने बताएका छन् ।

प्रधानमन्त्रीले आफ्ना मन्त्रीहरुकै कारण सरकारको कार्यसम्पादनमा कठिनाइ भएकाले मन्त्रीमण्डल हेरफेर गर्ने बताएका थिए । नेपाल प्रेस युनियन स्याङ्जाले वालिङमा गरेको पत्रकार सम्मेलनमा बोल्दै नेपाली काँग्रेसका उपसभापति समेत रहेका मन्त्री गुरुङ्ले सरकारमा बसेर काम गर्न नसक्ने मन्त्रीहरु हेरफेर गर्ने बिषयमा नेपाली काँग्रेसले सहयोग गर्ने संकेत समेत गरेका छन् । प्रधानमन्त्रीको कामलाई स्पिडमा सहयोग गर्न नसक्ने मन्त्रीहरु फेरिनु आवश्यक रहेको र यसमा काँग्रेसले पनि सहयोग गर्ने बताए ।

सरकारको नेतृत्व गरेका प्रधानमन्त्रीले काम नगर्ने मन्त्री हेरफेर गर्नु हुने नौलो होइन मन्त्री

गुरुङ्ले भने,'प्रधानमन्त्रीलाई काम गर्ने बातावरण सत्तासाझेदार दलहरुले दिनुपर्छ ।' प्रधानमन्त्रीको स्पिडमा मन्त्रीहरुले कार्यसम्पादनमा सहयोग मिल्यो भने मात्रै सरकारले गतिलिन्छ उनले भने । ३ दिनदेखि आफ्नो गृहजिल्ला रहेका मन्त्री गुरुङ्ले पत्रकारहरु सगँ कुराकानी गर्दै मुलुकमा एकपछि अर्को भष्ट्रचार मौलाउदै जानु दुखद भएको जिकिर गरे । अख्तियारमा भष्ट्रचारका फाइल थन्किएर राख्नुभन्दा स्वतन्त्र भएर छानविन गर्न अख्तियार डराएको तर्क राखे । अख्तियार स्वतन्त्र आयोग हो मन्त्री गुरुङ्ले भने, 'भष्ट्रचारमा ठुला नेताको नाम आउने वित्तिकै किन डराउछ ।' अख्तियारको काम कारवाहीमा सुस्तता हुदा मुलुकमा भष्ट्रचार मौलाएको बताए । एनसेल, सुनकाण्ड, भुटानी शरणार्थी लगायतका काण्डमा सरकारले कडा छानविन गरी दोसीलाई कारवाही गर्ने विश्वास मन्त्री गुरुङ्ले दिलाए । सत्ता साझेदार नेपाली काँग्रेसका उपसभापति समेत रहेका मन्त्री गुरुङ्ले प्रधानमन्त्रीलाई भष्ट्रचार नियन्त्रण र विकासका योजनामा पार्टीले साथ दिने दावी गरे । मुलुकलाई आर्थिक चलायमान बनाउदै यो सरकारको मुख्य काम भनेको भष्ट्रचार नियन्त्रण गर्ने नै पहिलो प्राथमिकता रहेको उनले बताए । मन्त्री गुरुङ्ले आफु निर्वाचनका बेला स्याङ्जाका विभिन्न क्षेत्रमा बोलेका बाचाहरु क्रमस पुरागर्दै जाने प्रतिवद्धता समेत व्यक्त गरेका छन् । शिक्षा, स्वास्थ्य, खानेपानी र सडकका पुर्वाधारहरु बिस्तारै पुरा हुदै जाने उनले बताए । स्याङ्जाको विकास सगँ जोडिएको सिद्धार्थ राजमार्गको स्तरोन्नतीका लागि आफुले पहल गरिरहेको पत्रकार सम्मेलनमा उनले बताए । जिल्लाको विकासमा आफु चिन्तित् छु उनले भने,' विकास भन्ने कुरा बिस्तारै हुदै जाने रहेछ, भन्ने वित्तिकै नहुने रहेछ ।' ५ बर्षमा आफुले जिल्लाको मुहार फेर्नेमा दत्तचित्त भएर लाग्ने छु उनले भने । नेपाल प्रेस युनियन स्याङ्जाका अध्यक्ष तोलाकान्त वगालेको अध्यक्षतामा र सचिव शंकर सुवेदीले संचालन गरेको पत्रकार सम्मेलनमा स्वागत उपाध्यक्ष गोपीकृष्ण रेग्मीले गरेका थिए । मन्त्री गुरुङ्ले पुतलीबजार नगरपालिका, चापाकोट नगरपालिकाका जनप्रतिनिधिलाई न्याय सम्वन्धी एकदिने कार्यशाशला गोष्ठि र वालिङ स्थित लक्ष्मी माविका विद्यार्थीलाई कानुनी शिक्षा सम्वन्धी कार्यात्रममा सहभागी भएका थिए । तमुहरुको पर्व ल्होसारको अवसरमा वालिङमा आयोजित कार्यक्रममा समेत शुभकामना व्यक्त गरेका थिए ।

बालकुमारी प्रदर्शनमा दुईको मृत्यु

रासस
काठमाडौं, १३ पुस

ललितपुरको बालकुमारीमा शुक्रबार भएको प्रदर्शनका क्रममा घाइते भएका दुई जनाको मृत्यु भएको छ । नेपाल प्रहरीका केन्द्रीय प्रवक्ता एवम् प्रहरी नायव महानिरीक्षक कुबेर कडायतले दुई जनाको मृत्यु भएको पुष्टि गर्नुभयो ।

महानिरीक्षक कडायतका अनुसार मृत्यु हुनेमा डोटीका २२ वर्षे वीरेन्द्र साह र दैलेखका २३ वर्षे सुजन रावत छन् । उहाँले उनीहरुको उपचारका क्रममा अस्पतालमा मृत्यु भएको र अर्का एक जना घाइते भएको बताउनुभयो । घाइते रावतको उपचारको क्रममा किष्ट अस्पतालमा र शाहको पाटन अस्पतालमा मृत्यु भएको हो ।

कोरिया जानका लागि लिइने रोजगारी अनुमति प्रणाली(इपिएस)को परीक्षा दिन नपाएको भन्दै युवाहरुले आज प्रदर्शन गरेका थिए । सो क्रममा आन्दोलनकारीले भौतिक पूर्वाधार तथा यातायातमन्त्री प्रकाश ज्वाला सवार गाडीमा आगजनी गरेका थिए । त्यसपछि भएको झडपका क्रममा उनीहरु घाइते भएका थिए । अनियन्त्रित भीडलाई नियन्त्रणमा लिन प्रहरीले अश्रुग्यास र हवाइ फायर गरेको थियो ।

कास्की जिल्ला स्तरीय राष्ट्रपति कप रनिङ शिल्ड सुरु

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

पोखरा रंगशालामा शुक्रबार देखि १४ औं संस्करणको कास्की जिल्ला स्तरीय राष्ट्रपति कप रनिङ शिल्ड प्रतियोगिता सुरु भएको छ ।

गत बर्षको विजेता पोखरा महानगरपालिका सहित कास्कीका अन्य ४ गाँउपालिकाका करिब ४ सय भन्दा बढी खेलाडीहरु सहभागि भएको आयोजक कास्की जिल्ला खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष तोरण बहादुर बानियाँले बताउनु भयो ।

शनिबारसम्म संचालन हुने उक्त प्रतियोगिताको गण्डकी प्रदेशकी सामाजिक बिकास तथा स्वास्थ्य मन्त्री शुसिला सिंखडाले उद्घाटन गर्दै खेलाडीहरुको जीवनमा खेलसंगै अनुशासन अपरिहार्य भएको बताउनु भयो । खेलमा जित हार भन्नु भन्दा सहभागिता ठुलो कुरा भएको बताउदै उहाँले नियमित प्रशिक्षण र खेलाडीको लगावले खेलाडीहरुले उत्कृष्ट नतिजा दिन

सक्ने विश्वास व्यक्त गर्नु भयो । कुनै प्रतियोगितामा पदक जित्नेले मात्र अर्थ नराख्ने त्यसमा अनुशासन पसनि अति आवश्यक भएको मन्त्री सिंखडाको भनाई थियो । मन्त्री सिंखडाले खेलाडीहरुलाई उच्च मनोवलका साथ विभिन्न प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रर्दशन गर्दै आफ्नो जिल्ला, प्रदेश र राष्ट्र शिर उचो पार्ने गरी खेल खेल्न आग्रह गर्नु भयो । कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति कास्कीका समन्वय प्रमुख लिलाधर पौडेलले यस्ता प्रतियोगिताले खेलाडी उत्पादनमा सहयोग पुग्ने दाबी गर्नु भयो । प्रदेश खेलकुद परिषदका सदस्य सचिव श्रीधर शर्माले खेलकुदले सभ्य र अनुशासित नागरिक उत्पादनमा मद्धत पुग्ने बताउनु भयो । राष्ट्रपति कप प्रतियोगिता राष्ट्रिय प्रतिक संग जोडिएको उहाँको भनाई थियो । गण्डकी प्रदेश सरकारले खेलकुद विकासका लागि खेलाडी कल्याणकारी कोषको व्यवस्था, ओलम्पियनहरुलाई मासिक भत्ताको सुविधा र खेल पदक जस्ता महत्वपूर्ण नयाँ

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा ▶▶

पोखरा र भक्तपुर उवा संघबीच भगिनी सम्बन्ध स्थापना

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

पोखरा र भक्तपुर उद्योग वाणिज्य संघबीच भगिनी सबन्ध स्थापित भएको छ ।

शुक्रबार पोखरा उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष पवनकुमार प्रजापति र भक्तपुरका अध्यक्ष शिवप्रसाद मानन्धरले सो समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर गरेका हुन् । पोखरा र भक्तपुर दुवै नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघका सदस्य हुन् । पोखरा नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघको संस्थापक सदस्यसमेत हो । भगिनीसम्बन्ध स्थापित गरेसँगै

दुवै उद्योग वाणिज्य संघले भक्तपुर र पोखरा क्षेत्रको व्यापार तथा उद्योग विकासका लागि एकआपसको अनुभव र विशषज्ञता आदानप्रदान गर्ने र सम्भव भएसम्म लगानी प्रवर्द्धनका लागि दुवै संघ सक्रिय रहनुका साथै सोसम्बन्धी स्रोतहरु खोजी गर्न क्रियाशील रहनेलगायतका समझादारी गरिएको पोउवा संघका अध्यक्ष पवनकुमार प्रजापतिले जानकारी दिए । समझदारीपत्रमा भ्रमण तथा ज्ञान आदान-प्रदान, उ द्य ो ग वाणिज्य क्षेत्रको विकासका लागि राष्ट्रिय स्तरमा आउने विभिन्न चुनौतिहरु सामनाको लागि एउटै आवाज, दुवै संघहरुबाट उद्योग, व्यापार, कृषि, पर्यटन तथा सूचना प्रविधिको विषयमा विकसित नयाँ नयाँ गतिविधिहरुको अनुभव र सूचना आदानप्रदान,राष्ट्रिय स्तरको औद्योगिक व्यापार मेलामा एकआपसमा सघाउने सहमति भएको पोउवा संघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष गोकर्ण कार्कीले बतए ।

पोउवा संघका महासचिव बलराम आचार्यका अनुसार
साना तथा मझौला व्यवसाय विकासलाई विशेष ध्यान दिई आआफ्नो अनुभव आदानप्रदान गरिने पनि सहमतिपत्रमा उल्लेख छ । यस्तैआआफ्नो क्षेत्रमा उत्पादन गरेका वस्तुहरुको बजारीकरण तथा व्यापार प्रवर्द्धनका लागि दुवै संघले एकआपसमा सहयोग गर्ने प्रतिवद्धता पनि व्यक्त गरिएको छ । भगिनी सम्बन्ध स्थापनाको लागि आयोजित कार्यक्रममा बोल्दै पोखरा उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष पवनकुमार प्रजापतिले भगिनी सम्बन्ध स्थापनाबाट दुवै उद्योग वाणिज्य संघलाई फाइदा मिल्ने बताए । उनले पोखराको व्यापारको सुरुवात नै भक्तपुरबाट आएका व्यवसायीबाट भएको स्मरणमात्र गरेनन्, हस्तकला र पर्यटन व्यवसायमा थप सहकार्यको सम्भावना पनि औंल्याए । भक्तपुर उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष शिवप्रसाद मानन्धरले भिजन र मिसनसहित स्थापित भगिनी सम्बन्ध फलदायी हुने बताए । पोखरा उद्योग वाणिज्य संघका पूर्वअध्यक्ष तथा सल्लाहकार विश्वशंकर पालिखेले ख्वपः बाट आएका व्यवसायीहरुलाई स्वागत गर्दै भगिनी सम्बन्ध बलियो बनाउन सानासाना काममा ध्यान दिनुपर्ने बताए । ८ औं शताब्दीको सुरुमै भक्तपुरबाट आफ्ना पुर्खासमेत पोखरा आएको पनि उनले स्मरण गरे । भक्तपुर उद्योग वाणिज्य संघका पूर्वअध्यक्ष युवकराज भण्डारीले नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघले ठूला व्यवसायीको हकहितमा मात्र काम गर्ने गरेको गुनासो गरे । अर्का पूर्वअध्यक्ष कृष्णप्रसाद अवालले सम्पदाको लागि प्रख्यात भक्तपुर र पोखराबीच पर्यटन उद्योग बिस्तारमा सहकार्य हुनुपर्ने बताए ।

पोखरा उद्योग वाणिज्य संघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष गोकर्ण कार्कीले भक्तपुर र पोखराको सहकार्यलाई सम्पदा संरक्षण, पर्यटन प्रवर्द्धन तथा व्यवसायीहरुको हकहित रक्षाको लागि उपयोग गर्नुपर्ने बताए । पोखरा उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष पवनकुमार प्रजापतिको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रमको संचालन महासचिव बलराम आचार्यले गरेका थिए ।

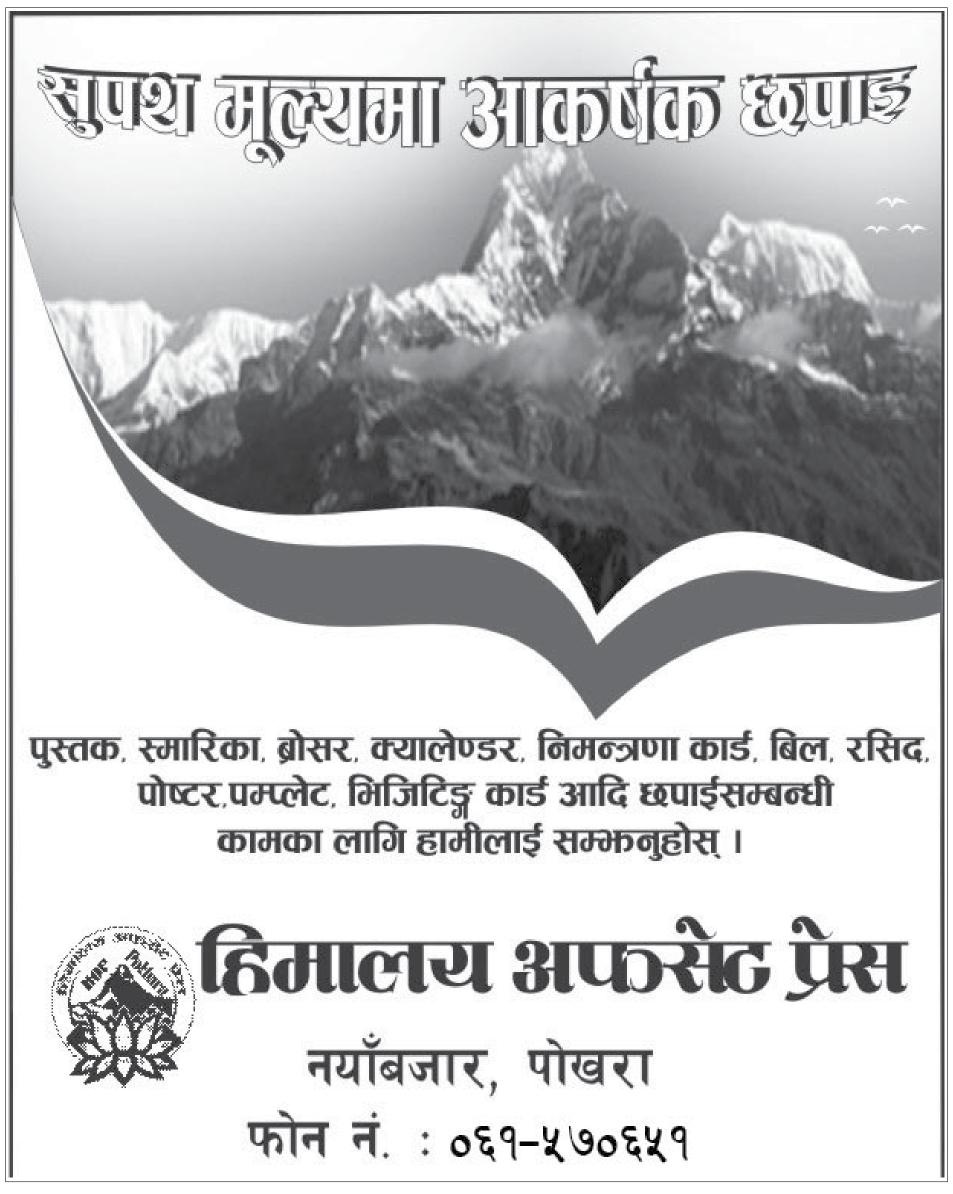
◆व्यक्तिगत सवारीको सट्टा ठूला र एकपटकमा धेरै जनाले प्रयोग गर्न मिल्ने सवारी साधनको प्रयोग बढाऔं ।

◆डिजेल र पेट्रोलबाट चल्ने सवारीसाधनको विकल्पमा विद्युतीय सवारीसाधनको प्रयोग गरौं ।

◆आफूले प्रयोग गर्ने सवारीसाधनको नियमित प्रदुषण जाँच गरौं ।

प्रदुषण घटाऔं, वातावरण जोगाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड



पोखरामा दुई सातादेखि बन्द भएको प्याराग्लाइडिङ पुन: संचालन हुने

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

पर्यटकीय नगरी पोखरामा करिब दुई साता देखि बन्द भएको साहसिक खेल प्याराग्लाइडिङ पुनः सुचारु हुने भएको छ।

नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरण (क्यान) र व्यवसायी बिच छलफल भएको छलफलबाट पोखरामा बन्द भएको प्याराग्लाइडिङ पुनः सुचारु गर्ने बिषयमा सहमती भएको नेपाल हवाई खेलकुद संस्था (ना) पोखराका अध्यक्ष सुनिल भट्टराईले बताए।

गत मङ्सिर अन्तिम साता प्याराग्लाइडिङका कम्पनीहरूले आफैं उडाउन पाउने त्यसको मुल्य पनि आफ्नै हिसाबले लिन पाउनुपर्ने माग गर्दै आएका थिए त्यसको बिबाद नाले मिलाउन नसके पछि क्यानले तत्कालले पोखराको प्याराग्लाईडिङ स्थगित गर्न सूचना जारी गरेको थियो। क्यानले नियमन गर्ने गरी नालाई अधिकार दिदै आएको सन्र्दभमा क्यानले त्यसको जिम्मेवार वहन नगर्दा प्याराग्लाइडिङबाट हुन सक्ने घटनालाई मध्यनजर गरी क्यानले प्याराग्लाइडिङ बन्द गराएको हो। क्यानबाट पोखरामा आधिकारीक रुपमा प्याराग्लाइडिङ गर्ने अनुमति प्राप्त हुन साथ भोलि(शुक्रबार) वा पर्सि शनिबार देखि व्यवसायी प्याराग्लाइडिङ उडान गर्ने भएको अध्यक्ष भट्टराईले पोखरापत्रलाई जनाए। क्यानका सेफ्टी प्रमुख राजु श्रेष्ठ, नाका अध्यक्ष भट्टराई, ४४ वटा र १३ वटा कम्पनीका व्यवसायी र पाइलट क्लवका पदाधिकारीहरु बिच भएको छलफलमा अबदेखि प्याराग्लाइडिङ संचालन गर्ने मुल्यको बिषयमा आफुखुसि लिने भएको बताइएको छ। यस अघि प्याराग्लाइडिङ गर्दा प्रति व्यक्तिको १२ हजारसम्म शुल्क लाग्ने गरेको थियो भने त्यो मुल्य केही समय अघि प्याराग्लाइडिङलाई प्रबर्द्धन गर्न बिषेश छुटमा ३ हजारसम्ममा उडान भएको थियो।

पोखरामा करिब ५५ कम्पनीहरु रहेका छन्। पोखरामा व्यवसायीक ३ सय प्याराग्लाइडिङ पाइलटहरु रहेका छन भने करिब पचास प्रतिशत मात्र टेण्डम फ्लाईट गर्दै आएका छन्। पोखरामा अन्तराष्ट्रिय विमानस्थल संचालनमा आएसंगै पोखराको प्याराग्लाइडिङ सराङकोट र तोरीपानीबाट बिस्थापित भई मान्द्रेढुंगामा स्थान्तरण गरिएको थियो। प्याराग्लाइडिङव्यवसायीमा केही प्रभावित भई न्यून सङ्ख्यामा प्याराग्लाइडिङ गर्ने गरेकोले व्यवसायीहरुको मागको आधारमा क्यानले तोरीपानीबाट पुनः अनुमति दिएको थियो। हाल पोखरा १८ को तोरीपानीबाट उडान हुन सुरु भएसंगै केही उत्साह भए पनि प्याराग्लाइडिङ बन्द भएकोले नकरात्मक भएको व्यवसायीहरुले बताउनु भएको थियो। पोखरामा विहिबार देखि सुरु भएको सडक महोत्सवको अवसरमा उक्त प्याराग्लाइडिङ बन्द हुनुले पोखराको पर्यटन प्रबर्द्धनमा ठुलो असर पर्न सक्ने व्यवसायीहरुले बताउदै आए पछि उक्त प्याराग्लाइडिङ संचालनको पहल भएसंगै अब खुल्ने भएको हो।

२३ औं आहा रारा पोखरा गोल्डकप माघ ९ देखि संचालन हुने

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

नेपालकै प्रतिष्ठित आहा ! रारा पोखरा गोल्डकपको २३ औं संस्करण आउँदो माघ महिलाको ९ गतेदेखि पोखरामा हुने भएको छ।

पोखराको सहारा क्लबको आयोजनामा पोखरा रंगशालामा उक्त प्रतियोगिता आउदो माघ ९ गते देखी माघ २० गतेसम्म हुने भएको क्लवले जनाएको छ। अखिल नेपाल फुटबल संघ(एन्फा) बाट क्लवलाई उक्त मिति तयभए अनुसार आफुहरुले सोही मितिमा गर्ने तयारी गरिएको क्लवका महासचिव रामजी प्रसाद अधिकारीले बताउनु भयो।

प्रतियोगितामा विदेशी टिमहरु, ए डिभिजनका क्लबहरु, मोफसलका टिमहरु र आयोजक सहारा क्लब पोखराको टिम सहभागी हुने क्ल वले जनाएको छ। २२ औं संस्करणको आहा ! रारा पोखरा गोल्ड कप फुटबल प्रतियोगिता २०७९ को विजेता संकटा क्लब काठमाण्डौं र उपविजेता भुटनिज युथ स्पोर्ट्स क्लब, अमेरिका रहेको थियो भने विजेताले नगद पुरस्कार १२ लाख र उपविजेतालाई ६ लाख नगद प्राप्त गरेका थिए। 'खेलकुदको विकासमा सहकार्य गरौं, पोखरालाई खेलकुद पर्यटन शहरको रुपमा स्थापित गरौं' भन्ने उद्देश्यद्वारा अभिप्रेरित हुँदै सञ्चालन हुने उक्त प्रतियोगिताबाट बचत भएको रकम सहारा फुटवल एकेडेमी खर्चिदै आएको क्लवका अध्यक्ष केशवराज बरालले बताउनु भयो। उक्त एकेडेमीमा हाल १२ जना वालकहरु रहनु भएको छ भने क्लवले ३० जना सिट क्षमता भएकोले अन्य बालकहरुको व्यबस्थापन गर्ने भएको छ।

य स प्रतियोगितालाई पहिलो संस्करण देखी नै मुख्य प्रायोजकको रुपमा रहेको पोखराको घरना व्यापारिक प्रतिष्ठान हिमश्री फुड्स प्रा. लि. को उत्पादन आहा तथा रारा तयारी चाउचाउले गरेको छ।

त्यसै गरी उक्त प्रतियोगिताको पोखरा महानगरपालिका प्रबर्द्धनमा रहेको छ भने रास्ट्रिय खेलकुद परिषद, प्रदेश खेलकुद परिषद गण्डकी, अखिल नेपाल फुटबल संघ, जिल्ला खेलकुद विकास समिति कास्की र प्रदेश फुटबल संघ गण्डकी, जिल्ला फुटबल संघ कास्की, सहारा यु.के., सहारा क्लब हङकङ, सहारा क्लब अस्ट्रेलिया र सहारा क्लब हंगकंङका सल्लाहकार एंव कानुन व्यवसायी देव गुरुङ समेतको बिशेष सहयोग रहने भएको क्लवले जनाएको छ।

कविशिरोमणिको १४० औं जन्मजयन्तीको अवसरमा कविता प्रतियोगिता

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

कविशिरोमणि लेखनाथ पौड्यालको १४० औं जन्मजयन्तीको अवसरमा उनको जन्मस्थल पोखरा-२७ अर्चलेमा स्थानीय जनएकता युवा क्लबले राखेको कविता प्रतियोगितामा रिलायन्स पब्लिक स्कुलकी एलिसा मिश्रले प्रथम स्थान हासिल गरिन्।

प्रतियोगितामा जनप्रकाश माविकी आशा परियारले द्धितीय स्थान हाँसिल गरिन् भने न्यू एरा माविकी सदिक्षा अधिकारीले तृतीय स्थान हाँसिल गरिन्।यसै गरी त्रिवेणी पब्लिककी प्रकृति अधिकारीले चौथो स्थान हाँसिल गरिन्। यसै गरी जन्मजयन्तीकै अवसरमा लायन्स क्लब अफ लेखनाथले राखेको कविता प्रतियोगितामा ग्लोबलका अनुपम

रिजालले प्रथम स्थान हाँसिल गरे। प्रतियोगितामा अमरसिंह माविकी करुणा काफ्लेले द्धितीय स्थान हाँसिल गरिन् भने डायमण्ड माविकी सुरवी पौडेलले तृतीय स्थान हाँसिल गरिन्। यसै गरी शितलादेवी माविका अनुराग सापकोटाले चौथो स्थान हाँसिल गरेका संयोजक शिव लामिछानेले वताएका छन्। विजेताहरुलाई कविशिरोमणि लेखनाथ पौड्यालको जन्मस्थल पोखरा-२७ अर्चलेमा१५गतेहुनेमूलसमारोहमा उनीहरुलाई पुरस्कारद्धारा सम्मान गरिने लायन्स क्लब अफ लेखनाथका अध्यक्ष रमानाथ पौडेलले वताए।१५ गते हुने मूल समारोहमा साहित्य पुरस्कारका साथै लेखनाथ पत्रकार मञ्चद्धारा स्थापित लेखनाथ पत्रकारिता पुरस्कारबाट यस वर्ष कान्तिपूर राष्ट्रिय दैनिकका पोखरा संवाददाता दीपक परियारलाई सम्मान गरिने भएको छ। लेखनाथ जन्मस्थल विकास समितिका कार्यबाहक अध्यक्ष गोपीराज पौडेल, जनएकता युवा क्लब अध्यक्ष मनिष वाग्ले, पोखरा २७ का वडाध्यक्ष पुणर् कुमार गुरुङ, जनएकता युवा क्लबका सल्लाहकार गोविन्द वाग्ले, जनप्रतिनिधिहरु, निर्णायक मदन घिमिरे, नवराज अधिकारी लगायतले लेखनाथ पौड्यालद्धारा रचित कविताहरु सुनाएका थिए भने लायन्स क्लब अफ लेखनाथको कार्यक्रममा पोखरा प्रज्ञा प्रतिष्ठानका कुलपति पद्मराज ढकाल,निर्णायक ऋषिकेश बराल, लायन्स क्लब अफ लेखनाथका सचिव तुलसी सापकोटा लगायतले बोलेका थिए।

कास्की...

योजनाहरु अघि सारेको सदस्य सचिव शर्माले जनाउनु भयो। साथै उहाँले गण्डकी प्रदेशमा सुचिकृत भएका ५ सय ९४ जना रेफ्रि तथा प्रशिक्षकहरुको चाँडै नै आकस्मिक विमा र छात्रवृति समेत प्रदान गरिने गरी परिषदले तयारी गरिरहेको उल्लेख गर्नु भयो। पोखरा महानगर खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष दीपक गोदार सहितको टिमले अघिल्लो बर्ष लगेको रनिङ शिल्ड जिल्ला खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष बानिया सहितको टोलीलाई फिर्ता गरेको सचिव कन्चन थापा (कोइराला) ले बताउनु भयो।

उक्त प्रतियोगिता अर्न्तगत छात्र/छात्रा भलिवल, एथ्लेटिक्स, तेक्वान्दो, कबडी, उसु र कराँते रहेका छन्। उद्घाटन सत्रको अवसरमा आयोजना भएको मार्च पास प्रतियोगितामा पोखरा महानगर प्रथम भएको छ। त्यसै गरी मादी गाउँपालिका दोश्रो र माछापुच्छ्रे गाउँपालिका तेश्रो भएको समितिका कार्यालय प्रमुख सुनबहादुर लामाले पोखरापत्रलाई बताउनु भयो।

सर्वोच्च अदालतद्वारा 'जनयुद्ध दिवस' को सार्वजनिक बिदा बदर

रासस
काठमाडौं, १३ पुस

सर्वोच्च अदालतले 'जनयुद्ध दिवस'को अवसरमा सरकारले दिँदै आएको सार्वजनिक बिदाको निर्णय बदर गरेको छ।

अधिवक्ता ज्ञानेन्द्रराज आरनले दायर गरेको रिटमाथि सुनुवाइ गर्दै न्यायाधीशद्वय आनन्दमोहन भट्टराई र महेश शर्मा पौडेलको संयुक्त इजलासले फागुन १ गते जनयुद्ध दिवसमा बिदा दिने मन्त्रिपरिषद्को निर्णय बदर गरेको हो। "हाल शान्ति प्रक्रिया तथा सङ्क्रमणकालिन न्यायसम्बन्धी विषय टुङ्गो लागिनसकेको, सो सम्बन्धी विधेयक संसद्मा विचाराधीन रहेको र नेपालको संविधानको प्रस्तावना बमोजिम शान्ति प्रक्रियाका सबै काम सम्पन्न हुन बाँकी रहेको अवस्थामा सार्वभौम जनताको प्रतिनिधिमूलक संस्था संसद्मा छलफल नगरी बिदा दिने निर्णय उत्प्रेषणको आदेशद्वारा बदर गरिएको छ," निर्णयमा भनिएको छ। प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड'को अध्यक्षतामा भएको मन्त्रिपरिषद् बैठकले २०७९ माघ २९ गते १ फागुनमा जनयुद्ध दिवस मनाउने र सार्वजनिक बिदा दिने निर्णय गरेको थियो।

टाईगर कप भलिवल प्रतियोगिताको तयारी तिव्र

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

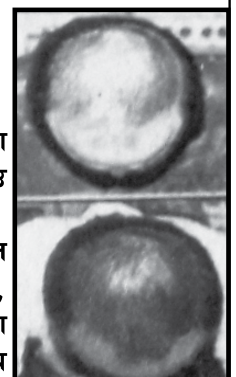
पोखरामा आउँदो माघ महिनाको पहिलो साता आयोजना हुने टाईगर कप भलिबल प्रतियोगिता २०८० को तयारी तिव्र पारिएको छ।

टाइगर ग्रुप अफ पोखरा नेपालको आयोजनामा आउँदो माघ १ गतेदेखि ६ गतेसम्म पोखरामा संचालन हुने उक्त प्रतियोगिताको तयारी तिव्र पारिएको शुक्रबार पोखरामा आयोजित पत्रकार भेटघाट कार्यक्रममा जानकारी गराइएको हो। उक्त प्रतियोगितामा पुरुष तथा महिला ६/६ टिमको सहभागिता हुने भएको छ। प्रतियोगितामा पुरुष तर्फ श्रीलंकाको आर्मी टिम र महिला तर्फ भने भारतको हरियाणा पुलिस क्लव सहभागि हुने भएको टाइगर ग्रुप अफ पोखरा नेपाल कास्कीका अध्यक्ष नारायण शर्माले बताउनु भयो।

राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय आमन्त्रित क्लब स्तरीय महिला तथा पुरुष उक्त प्रतियोगितामा गण्डकी प्रदेशले महिला तथा पुरुष तर्फ सहभागि हुने भएको छ। त्यसै गरी नेपालका तीन विभागिय टोली नेपाल पुलिस, नेपाली सेनाको त्रिभुवन आर्मी क्लव र शसस्त्र प्रहरी वलको एपिएफ क्लवले महिला तथा पुरुष तर्फ सहभागि हुने भएका छन्। त्यस्तै पुरुष तर्फ हेल्प नेपाल स्पोर्ट्स क्लव सहभागि हुने भएको

छ भने महिला तर्फ न्यू डायमण्ड युथ स्पोर्ट्स क्लव सहभागि हुने भएको अध्यक्ष शर्माले बताउनु भयो। चौथो संस्करणको टाईगर कप भलिबल प्रतियोगिताको पुरस्कार राषिमा बृद्धि गरिएको छ। पोखरा रंगशालाको भलिवल कोर्टमा लिगकम नकाउटका आधारमा हुने उक्त खेलमा विजेता टिम(पुरुष तथा महिला) लाई जनही ५ लाख ५५ हजार ५ सय ५५ सहित ट्रफी मेडल साथमा प्रमाणपत्र प्रदान गरिने भएको छ। यस बर्ष प्रथम पुरस्कारमा ५० हजार बृद्धि भएको हो। उपविजेता पुरुष तथा महिलाको टोलीले २ लाख ५५ हजार ५ सय ५५ र तेश्रो हुनेले १ लाख २५ हजार ५ सय ५५ पुरस्कार प्राप्त गर्ने भएको छ। प्रतियोगितामा उत्कृष्ट खेलाडी महिला तथा पुरुषलाई जनही नगद २५/२५ हजार ५ सय ५५ अन्य विधागत उत्कृष्ट सर्भर, उत्कृष्ट सेटर, उत्कृष्ट ब्लकर, उत्कृष्ट लिव्रो, उत्कृष्ट स्पाइकर र उत्कृष्ट प्रशिक्षकलाई जनही १० हजार ५ सय ५५ प्रदान गरिने भएको छ। उक्त प्रतियोगिताको तयारी तिव्र पारिएको प्रतियोगिताका संयोजक दीपक कार्कीले बताउनु भयो। उक्त प्रतियोगिता सम्पन्न गर्न करिब एक करोड खर्च लाग्ने उहाँले जनाउनु भयो। नेपाल भलिबल संघको स्विकृती, सुश्री मिडिया प्रा.ली वानेश्वर काठमाण्डौको समन्वय एवं मुख्य मन्त्रीको कार्यालय गण्डकी प्रदेश, राष्ट्रिय खेलकुद परिषद, युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, प्रदेश खेलकुद परिषद गण्डकी, पोखरा महानगर पालिका, मणिपाल शिक्षण अस्पताल, चरक मेमोरियल हस्पिटल पोखरा, ग्रिन सिटी हस्पिटल काठमाण्डौं, रोड शो इन प्रा.ली अन्नपुर्ण केबुलकार, मनकामना केबुलकार, प्रभु बैंक, बतास अर्गनाईजेसन, माछापुच्छे बैंक, मक्तिनाथ विकास बैंक, केल्मी नेपाल काठमाण्डौंको विशेष सहयोगमा उक्त प्रतियोगिता हुने भएको प्रचार संयोजक इन्द्रप्रसाद पौडेलले बताउनु भयो।

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

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, पिसाब 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
पुरूषमा देखिने:
शिघ्रपतन, यौन सन्तुष्टी नहुने, यौन चाहना नहुने, लिङ्ग उत्तेजना नहुने, लिङ चिलाउने, सरूवा यौन रोग, स्वप्नदोष, लिङ्गको आकार सानो हुने आदि।
महिलाहरूमा 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 समस्याहरूको सफल उपचार गरिन्छ।
महिला वा पुरूषमा हुने (बाँझोपन) निःसन्तानपनको सफल उपचार
जाँच्ने समय: प्रत्येक दिन बिहान ९:०० बजेदेखि बेलुकी ५:०० बजेसम्म
सम्पर्क स्थान :
माता मनकामना आर्युबेंद क्लिनीक प्रा.लि.
नयाँबजार पोखरा (न्यू विवेक आयल स्टोर्सको घरमा)
फोन ०६१- ५८९१९४, ९८४४३११९०४, ९८०६५७५७६५
नोट : नयाँ तथा पुराना बिरामीहरुले यथाशीघ्र सम्पर्क गर्नुहोला।

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

म्याग्दीमा आठ महिनामा छ पुल निर्माण

पोखरापत्र संवाददाता
म्याग्दी, १३ पुस

म्याग्दीमा आठ महिनाका अवधिमा छवटा नयाँ सडक पुल निर्माण सकिएको छ । थप एकवटा मोटरेबल पुल निर्माणको अन्तिम चरणमा छ ।

ग्रामीण बस्ती जोड्ने सडकमा पुल निर्माण भएपछि यातायातका साधन आवतजावत सहज भएको छ । सङ्घीय सरकारमार्फत चार र प्रदेश सरकारमार्फत तीनवटा पुल निर्माण भएका हुन् । यस वर्ष दुईवटा मोटरेबल पुल निर्माण सुरु गरेको गण्डकी प्रदेशको भौतिक पूर्वाधार विकास तथा यातायात व्यवस्था मन्त्रालयले थप दुईवटा पुलको ठेक्का लगाउने तयारी गरेको छ । सहरी विकास मन्त्रालयअन्तर्गतको स्थानीय पूर्वाधार विकास कार्यालय कास्कीमार्फत अन्नपूर्ण गाउँपालिका-५ र ६ को सिमाना घारखोलामा २५ मिटर लामो मोटर चल्ने पुल निर्माण भएको छ । पोखरेबगरदेखि नेपाने हुँदै पाउद्वार जोड्ने सडकअन्तर्गत घारखोलामा २५ मिटर लामो मोटरेबल पुल निर्माणका लागि फेवा-बिएम जेभी पोखरासँग विसं २०७६ माघ १७ गते मूल्य अभिवृद्धि कर (भ्याट)सहित रु दुई करोड ८१ लाख ७८ हजार ६ सय ४६ मा ठेक्का सम्झौता भएको थियो । सडक विभागको पुल महाशाखाले राष्ट्रिय गौरवको कालीगण्डकी कोरिडोर, बेनी-जोमसोम-कोरला सडकअन्तर्गत रघुगङ्गा गाउँपालिका-१ बेगखोलामा ७० मिटर लामो डबल स्पाम पुल निर्माण गरेको छ । बिओकेआई/हिमालयन जेभीले भ्याटसहित रु आठ करोड ३० लाख ६८ लाख चार सय ७३ मा विसं २०७८ असार २९ गते सम्झौता गरेको यो पुल लक्ष्यभन्दा छ महिनाअघि नै सम्पन्न भएको छ । सडक डिभिजन कार्यालय बाग्लुङले बेनी नगरपालिका-४ फापरखेत र मङ्गला गाउँपालिका-३ बरञ्जाको पखेर जोड्ने एक सय १७ मिटर र मङ्गला गाउँपालिका-२ माटेबगर र वडा नं ५ पोक जोड्ने ८० मिटर लामो दुईवटा मोटरेबल पुल बनाएको छ । म्याग्दी नदीमाथि बनेका दुईवटै पुल निर्माणका लागि विसं २०७५ पुसमा लुम्बिनी-प्राकृतिक जेभी र सडक डिभिजन कार्यालय बागलुङबीच रु २२ करोडमा ठेक्का सम्झौता भएको थियो । पुल बनेपछि जिल्लाको मुख्य बेनी-दरबाङ सडक हुँदै ठूलो भूगोल र बस्ती भएका बरञ्जा र अर्मन सिधा सडक सञ्जालमा जोडिएका मङ्गला गाउँपालिकाका-३ का वडाअध्यक्ष याम रोकाले बताउनुभयो । पूर्वाधार विकास कार्यालयमार्फत मालिका गाउँपालिका-१ र ६ को सिमानास्थित छ्यारछ्यारोको म्याग्दी नदीमा ४० मिटर लामो स्टिल ट्रष्ट प्रविधिको मोटरेबल पुल निर्माण भएको छ । सो पुल निर्माणका लागि प्रदीप जुम्ली जेभीसँग २०७७ साल साउन ४ गते रु चार करोड ४५ लाख ८१ हजारमा ठेक्का सम्झौता भएको थियो । मालिका र धवलागिरि गाउँपालिकाको सिमाना अर्गलास्थित मराङ खोलामा २५ मिटर लामो पक्की मोटरेबल पुल निर्माण भएको छ । पुल निर्माणका लागि विसं २०७६ फागुन २९ गते फेवा सावित्री जेभी पोखराले रु दुई करोड ७२ लाख ९४ हजार पाँच सय ६९ मा ठेक्का सम्झौता गरेको थियो । मालिका गाउँपालिका-७ र धवलागिरि गाउँपालिका-७ भारवाङघाट स्थित म्याग्दी नदीमा ४० मिटर लामो मोटरेबल पुल निर्माणको अन्तिम चरणमा छ । यो पुल निर्माणका लागि विसं २०७६ असारमा देव एन्ड सायर बिएन जेभीले रु छ करोड २४ लाखमा ठेक्का लिएको थियो । मालिका गाउँपालिका-३ र ४ को सिमानामा पर्ने अदिभारास्थित रितुङ खोलामा २५ मिटर लामो मोटरेबल पुल निर्माण सुरु भएको छ । असोज अन्तिम साता रु चार करोड १० लाख ८३ हजारमा ठेक्का सम्झौता गरेको बिएम कोन्डा जेभीले पुलको फाउन्डेसन खन्न सुरु गरेको पूर्वाधार विकास कार्यालय म्याग्दीका प्रमुख विष्णु पौडेलले बताउनुभयो ।

उहाँका अनुसार मङ्गला गाउँपालिका-३ र बेनी नगरपालिका-४ को सिमाना अर्चेखोलामा २५ मिटर लामो मोटरेबल पुल बनाउन असोज अन्तिम साता रु तीन करोड ४१ लाख १६ हजारमा ठेक्का सम्झौता गरेको प्रमाण सारस जेभी कार्यस्थलमा परिचालन हुने तयारीमा छ । धवलागिरि गाउँपालिका-२ को दरखोला र मालिका गाउँपालिका-७ शिवरात्रि खोलामा पनि मोटरेबल पुल निर्माणको तयारी भएको पूर्वाधार विकास कार्यालयले जनाएको छ । गण्डकी प्रदेशका भौतिक पूर्वाधार विकास तथा यातायात व्यवस्थामन्त्री रेशमबहादुर जुगजालीले निर्माणाधीन पुललाई सम्पन्न गराउने र नयाँ पुल निर्माणसम्बन्धी योजना भित्र्याउन पहल गरिएको बताउनुभयो ।

जाडोमा मुटु स्वस्थ राख्न के गर्ने, के नगर्ने ?

डा ओममूर्ति अनिल
मुटुरोग विशेषज्ञ

जाडोमा हाम्रो शरीरका मुटु, मस्तिष्क तथा फोक्सो बढी जोखिममा हुने गर्छ । धेरैको जिज्ञासा हुन्छ- जाडोको समयमा मर्निङवाक गर्दा राम्रो वा इभनिङ वाक गर्दा ? जाडोको समयमा मुटुलाई कसरी स्वच्छ राख्ने भन्ने जिज्ञासा पनि साझा नै हो । जाडोमा स्वच्छ व्यक्ति तथा मुटु रोगीहरुले के गर्ने वा के नगर्ने? भन्नेबारे छोटो जानकारी दिन चाहन्छु । जाडोमा मेडिकल तथा सामान्य रुपमा सचेत हुँदा विभिन्न प्रकारका असमायिक दुर्घटनाबाट जोगिन सकिन्छ।

निम्न कुराहरु सबैका लागि उत्तिकै जरुरी छन्। ५० वर्ष भन्दा माथि उमेर समूहका रक्तचाप, मधुमेह, कोलेस्ट्रोरेल लगायतका समस्या भएका बिरामीहरुका बढी उपयोगी हुन सक्छन् ।

के गर्ने ?

-जाडोको समयमा रक्तचाप, मधुमेह, कोलेस्ट्रोरेलको नियमित परीक्षण गर्ने।

-जाडोमा शरीरमा रगत बाक्लो हुने भएकोले त्यसलाई ठीक अवस्थामा ल्याउनका लागि पर्याप्त मात्रामा पानी पिउनुपर्छ ।

-सक्रिय रहने ।

-मधुमेह, रक्तचाप, कोलेस्ट्रोरेल लगायतका बिरामीले नियमित रुपमा औषधि सेवन गर्ने ।

-जाडोमा फोक्सो, मुटु लगायत शरीरका अन्य अंगहरुमा दबाब बढी पर्ने भएकोले विशेष ख्याल राख्नुपर्ने हुन्छ । औषधि सेवन गरिरहेका बिरामीहरुले एक्कासी औषधि सेवन रोक्दा हृदयघात, मस्तिष्कघात हुने सम्भावना बढ्छ ।

-एउटै मोटो कपडा लगाउनु भन्दा तीन चारवटा कपडा लगाउनु सुरक्षित मानिन्छ ।

-पोषणयुक्त खानेकुराको सेवन गरौं, जसले शरीरमा हुने विभिन्न संक्रमणहरुलाई जोगाउँछ ।

के नगर्ने ?

-मदिरा तथा चुरोट सेवन नगर्ने । मदिरा तथा चुरोट सेवनले हृदयाघात तथा मस्तिष्कघातको जोखिम बढाउँछ ।

-कुनै पनि नयाँ प्रकारको व्यायाम नगर्ने ।

-विशेषगरी काठमाडौंमा साँझको समयमा हावा चल्ने भएकोले श्वाप्रश्वासको समस्या पनि आउन सक्छ । त्यसकारण इभनिङ वाक नगर्नु राम्रो।

-जाडोको समयमा बुढाबुढीलाई रुघाको जोखिमबाट जोगाउने।

-दमको रोगीहरुको मृत्यु जाडोको समयमा हृदयघातको कारणले हुने गर्छ ।

दोश्रो राष्ट्रिय ब्याडमिन्टन तथा पोखरा मेयर कपमा क्वाटरफाइनलका समिकरण पुरा

पोखरापत्र संवाददाता
दमौली, १३ पुस

पोखरामा जारी दोश्रो राष्ट्रिय ब्याडमिन्टन तथा पोखरा मेयर कपमा विष्णु कटुवाल, प्रिन्स दाहाल, प्रफुल महर्जन र क्षितिज खनालले सेमीफाइनलको यात्रा तय गरेका छन् ।

कास्की जिल्ला ब्याडमिन्टन संघको आयोजनामा जारी प्रतियोगितामा क्वाटरफाइनलका समकिरण पुरा भए सँगै मेन्स सिंगल्सतर्फ आ-आफ्नो खेल जित्दै नेपाल र्‍याकिङका सबै खेलाडीहरुले सेमीफाइनलको यात्रा तय गरेका हुन् । जारी प्रतियोगिताको मेन्स सिंगल्स क्वाटरफाइनलमा नेपाल र्‍याकिङ नं १ विष्णु कटुवालले एपिएफ क्लबका देवराज रानालाई २१-१३ र २१-१६ ले पराजित गरेका छन् भने नेपाल र्‍याकिङ नं २ प्रिन्स दाहालले रोशन साउदलाई २१-९, २१-११ को सोझो सेटमा पाखा लगाउँदै अन्तिम चारमा स्थान पक्का गरे । त्रिभुवन आर्मी क्लबका प्रफुल महर्जनले पाँचौ र्‍याकिङ नेपाल पुलिस क्लबका सुनिल जोशीलाई २१-१३ र २१-८ ले पाखा लगाउँदा एपिएफका क्षितिज खनालले कास्कीका विधान अधिकारीलाई २१-११, २१-१२ ले पराजित गरी अन्तिम आठमा स्थान पक्का गरे ।

त्यसै गरी उमेन्स सिंगल्स क्वाटरफाइनलमा नेपाल नं १ र्‍याकिङ रशिला महर्जनले झापाकी अन्जना राईलाई २१-१५ र २१-६ को सोझो सेटमा पराजित गर्दा दोश्रो वरियताकी त्रिभुवन आर्मीकी अनुमायाँ राईले सोही क्लवकी सेप्ता श्रीपालीलाई २१-९, २१-१६ ले पराजित गर्दा त्रिभुवन आर्मीकी अमिता गिरीले पियएसविसीकी आयुष्मा नेपाललाई २१-९, २१-८ ले, कस्तुरी कलेजकी सिमा राजवंशीले त्रिभुवन आर्मीकी रिहाना शेरचनलाई २१-९, २१-१० ले पाखा लगाउँदै सेमीफाइनलको यात्रा तय गरे । प्रतियोगिता अन्तर्गत नै भएको यू-१७ ब्वाइज सिंगल्स राउण्ड अफ सिक्सटिनमा त्रिभुवन आर्मीका अभय महराले एपिएफका प्रदिप सोतीलाई २१-१६, २१-६ ले, बाँकेका राजेश विसीले कास्कीका अभिराज शेरचनलाई २१-८, २१-१६ ले, त्रिभुवन आर्मीका सुविन श्रेष्ठले कास्कीका अमृत थापालाई २१-७, २१-१२ ले, त्रिभुवन आर्मीका सुविन श्रेष्ठले कास्कीका दिप रानालाई २१-१७ र २१-९ ले पराजित गर्दा काठमाण्डौका सक्षम ढकालले त्रिभुवन आर्मीका सुप्रिम पन्तलाई २४-२२, २१-१० ले, एपिएफका अरुण अधिकारीले आर्मीका सुदेश राज कोटीलाई १८-२१, २१-६ र २१-१४ ले, कन्चनपुरका आशिष खत्री म्याग्दीका विवश पुनलाई २१-१६, २१-१४ ले, आर्मीका कविर केसीले नोवल एकेडेमीका लेलिन रानालाई २१-५, २१-६ ले पराजित गरेका छन् । त्यसै गरी मेन्स डबल्स ५५ वर्ष माथीको खेलमा कास्कीका विर बहादुर आले र राजेन्द्र गुरुङको जोडीले अन्तिम चारमा स्थान पक्का गर्दा डि. बहादुर कन्दङ्वा र डि राईको जोडी, सुरेश बम र निर्माण श्रेष्ठको जोडी, फिटनेश पार्कका उमेश केसी गोविन्दन शाहीले अन्तिम चारमा स्थान बनाएका छन् । ब्वाइज सिंगल्स यू-१२तर्फको खेलमा आर्मीका सुदेश राज कोटी, एपिएफका आरुष सिम्खडा, कन्चनपुरका आशिष खत्री, तनहुँका सफल भुजेलले सेमीफाइनलको यात्रा तय गरेका छन् । मेन्स डबल्सतर्फ एपिएफका प्रिन्स दाहाल र विजित थापा मगरको जोडी, एपिएफकै प्रनिश सिंह ठकुरी र सुजन थापा, एपिएफकै क्षितिज खनाल र देवराज राना, तथा नेपाल पुलिस क्लवका जिवन आचार्य र विष्णु कटुवालले आ-आफ्नो खेल जित्दै अन्तिम चारमा स्थान पक्का गरेका छन् ।

प्रतियोगिता अन्तर्गत कुल १२ वटा विभिन्न इभेन्टमा ४८ क्लब तथा जिल्लाका गरी ३ सय भन्दा बढि महिला तथा पुरुष खेलाडीहरुको सहभागिता रहेको छ । पोखरा महानगर पालिकाको मुख्य प्रायोजनका जारी प्रतियोगिताला‌ई नेपाल पर्यटन बोर्ड पोखराले प्रवर्द्धन गरेको छ । प्रतियोगिता १४ गते सम्म सञ्चालन हुनेछ । बिजेतालो ट्रफी, नगद, मेडल तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गर्ने कास्की ब्याडमिन्टन संघका अध्यक्ष शुसिल श्रेष्ठले जनाएका छन् ।

टिम दिपाङ १ सय ३३ रनले विजयी

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

कास्की जिल्ला क्रिकेट संघको आयोजनामा पोखरा रंगशालामा जारी कास्की छनौट क्रिकेट प्रतियोगिता अन्तर्गत बिहीबारको खेलमा टिम फेवा माथि टिम दिपाङ १ सय ३३ रनले विजयी भएको छ ।

पहिला ब्याटिङ गरेको दिपाङले पुरा ५० ओभर खेल्दै ९ विकेटको क्षतिमा प्रतियोगिताकै सर्वाधिक २ सय ४७ रन बनाएको थियो । दिपाङका लागि राजु खनालले १ सय ३ रन तथा आदित्य थापा र आशिष न्यौपानेले समान २७ रन जोडे ।

फेवाका बलरहरु अभिषेक थापा र सन्तोष सर्माले २/२ विकेट लिए । जितका लागि २ सय ४८ रनका लक्ष्य पछ्याएको फेवाले २५ ओभरमा सम्पूर्ण विकेट गुमाउँदै १ सय १४ रन बनायो । फेवाका ब्याट्स्म्यानहरु शिवकुमार यादवले २५, विकास अधिकारीले २४ तथा निरज गुरुङले १० रन बनाए ।

दिपाङका बलर विधान श्रेष्ठ एक्लैले ७ विकेट लिए । मुकेश गुप्ताले २ विकेट लिएका थिए । खेलमा दिपाङका राजु खनाल प्लेयर अफ द म्याच भए । कास्की जिल्ला खेलकुद विकास समितिका कार्यालय प्रमुख सुनबहादुर लामाले उनलाई पुरस्कृत गरेका थिए ।

"जनप्रकाशमा उद्यमशीलता विकास तालिम सम्पन्न"

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

भन्डारढीकमा अवस्थित जनप्रकाश बहुमुखी क्याम्पसमा उद्यमशीलता विकास तालिम शुक्रबार सम्पन्न भएको छ । जनप्रकाश बहुमुखी क्याम्पस नेहेप इकाईको आयोजनामा उक्त कार्यक्रम भएको हो ।

जनप्रकाश बहुमुखी क्याम्पसका क्याम्पस प्रमुख ऋषिराम बुढाथोकीको अध्यक्षतामा संचालित उक्त कार्यक्रम क्याम्पस नेहेप इकाईका संयोजक युवराज लामिछानेले सञ्चालन गरेका थिए । विद्यार्थीहरुलाई स्वरोजगार सम्बन्धी तालिम दिइ आत्मनिर्भर बनाउने उद्देश्यले संचालित उक्त कार्यक्रममा क्याम्पसमा स्नातक तहमा अध्ययनरत १२० जना विद्यार्थी सहभागी भएका थिए । विभिन्न चरणमा संचालन भैरहेको उक्त तालिममा स्टेशन द फुड क्लब एण्ड ससेज पार्क, गैह्रपाटनका सञ्चालक आयुष श्रेष्ठले प्रशिक्षण प्रदान गरेका थिए ।

उक्त कार्यक्रममा बोल्दै श्रेष्ठले तालिमबाट सिकेका कुरा व्यवहारमा उतारी आजका जनप्रकाशका विद्यार्थी भोलिका ठूला व्यवसायी भएको हेर्न पाउने कुरामा आफु विश्वस्त रहेको धारणा व्यक्त गरे । साथै अध्ययनको क्रममा विद्यार्थीलाई यस्तो प्रकारको तालिम उपलब्ध गराएकोमा जनप्रकाश बहुमुखी क्याम्पसको मुक्तकण्ठले प्रशंसा गरे । क्याम्पस प्रमुख ऋषिराम बुढाथोकीले यस्ता कार्यक्रमले विद्यार्थीहरुलाई व्यवसायिक क्षेत्रमा अगाडी बढ्न प्रोत्साहन गर्ने साथै जुनसुकै कामलाई पनि सम्मान गर्ने वातावरण बन्ने विश्वास व्यक्त गरेका थिए । २०८० भाद्र ८ गते उद्घाटन गरिएको उद्यमशीलता विकास तालिम अन्तर्गत भविष्यमा पनि विभिन्न तालिमहरू सञ्चालन गरिने जानकारी गराएका थिए ।

तपाईको आज

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

हरिसिद्धि भविष्यवाणी केन्द्र
पोखरा-१६, जोगिमणीमार्ग, मोबाइलः ९८५६०२०५८६
चिना, टिप, हस्तरेखा, आखत, माटो हेर्नका लागि सम्झनुहोस् ।

पुस १६ देखि निर्वाचन अधिकृतको कार्यालय स्थापना हुने

रासस
काठमाडौं, १३ पुस

आगामी माघ ११ गते हुने राष्ट्रियसभा सदस्यको निर्वाचनका लागि नियुक्त निर्वाचन अधिकृतले यही पुस १६ गतेदेखि निर्वाचन अधिकृतको कार्यालय स्थापना गर्दैछन् ।

निर्वाचन आयोगले राष्ट्रियसभा सदस्य निर्वाचन ऐन, २०७५ को दफा ७ बमोजिम सात जिल्लाका जिल्ला न्यायाधीशलाई यही पुस १६ गतेदेखि लागू हुने गरी बिहीबार निर्वाचन अधिकृतका रुपमा नियुक्त गरेको थियो । ती अधिकृतले सम्बन्धित प्रदेशमा प्रदेश निर्वाचन कार्यालयअन्तर्गत निर्वाचन अधिकृतको कार्यालय स्थापना गर्नुपर्ने कार्यक्रम रहेको आयोगका प्रवक्ता शालिग्राम शर्मा पौड्यालले जानकारी दिनुभयो । आयोगले कोशी प्रदेशमा मोरङका दुर्गाप्रसाद ढुङ्गेल, मधेसमा धनुषाका नारायणप्रसाद सुवेदी, बागमतीमा मकवानपुरका महेन्द्रबहादुर कार्की, गण्डकीमा कास्कीका केशवप्रसाद बास्तोला, लुम्बिनीमा दाङका कृपासुर कार्की, कर्णालीमा सुर्खेतका विष्णुप्रसाद अर्याल र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा कैलालीका जिल्ला न्यायाधीश ओमप्रसाद अर्याल नियुक्त गरेको छ ।

कम्पनीको नाम परिवर्तन भएको सूचना

यस कम्पनीको मिति २०८०/०८/२४ को विशेष बैठकको निर्णय अनुसार साबिक **छायाँक्षेत्र पोलिक्लिनिक प्रा.लि.** (प्रा.लि. द.नं. ३१७२०६) मा रहेको सम्पूर्ण सम्पत्ति तथा कर दायित्व परिवर्तित नाम **छायाँक्षेत्र हेल्थकेयर प्रा.लि.** ले सकार्ने व्यहोरे गरि कम्पनी रजिष्ट्रारको कार्यालयको मिति २०८०/०९/०२ को निर्णय अनुसार कम्पनीको नाम परिवर्तन गरिएको व्यहोरा जानकारी गराइन्छ ।

बाह्रौं पोखरा महोत्सवमा विद्यालय स्तरिय लोकनृत्य प्रतियोगिता हुने

पोखरापत्र संवाददाता
तनहुँ, १३ पुस

रवि एण्ड सन्नी इण्डष्ट्रीज प्रालिको उत्पादन बेटर होम एपलायन्सेसको मुख्य प्रायोजन रहेको बाह्रौं पोखरा महोत्सवमा विद्यालय स्तरीय लोकनृत्य प्रतियोगिता हुने भएको छ । यूनाइटेड क्लवको आयोजनामा आगामी पुषको २६ देखी माघको ८ गते सम्म आयोजना हुने बाह्रौं संस्करणको पोखरा महोत्सवमा विद्यालय स्तरीय लोकनृत्य प्रतियोगिता हुने भएको हो ।

लोक संस्कृतिको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्नका लागि यूनाइटेड क्लबले महोत्सवको अवसर पारि विद्यालय स्तरीय लोकनृत्य प्रतियोगिताको आयोजना गर्न लागेको महोत्सवका सांस्कृतिक ब्यवस्थापन उपसमिति संयोजक गणेश तिमिल्सिनाले जानकारी दिए ।

संयोजक तिमिल्सिनाका अनुसार विद्यालय स्तरीय लोकनृत्य प्रतियोगितामा प्रथम हुनेलाई नगद ५० हजार, शिल्ड, मेडल र प्रमाणपत्र, द्धितिय हुनेलाई नगद ३५ हजार, शिल्ड, मेडल र प्रमाणपत्र, तृतिय हुनेलाई नगद २५ हजार र शान्तवना स्थान हासिल गर्नेलाई नगद १५ हजार प्रदान गरिने छ । लोकनृत्य प्रतियोगिताका लागि गण्डकी प्रज्ञा प्रतिष्ठानको विशेष सहयोग रहने छ ।

बाह्रौं पोखरा महोत्सवको प्रायोजकमा हिमश्री फुड्स प्रा.लि.को उत्कृष्ट उत्पादन रारा तैयारी चाउचाउ र भिजन लिंक एजुकेशन कन्सल्टेन्सी, टिकट प्रायोजक सिटीजन फर्निचर एण्ड ट्रेडलिंक प्रालि, प्रवेश पास प्रायोजक सिद्धि अटोपार्टस एण्ड मोटरसाइकल वर्कसप, वान डे पास प्रायोजकमा योकोहामा जापानिज ल्याङ्ग्वेज एण्ड ट्रनिङ कन्सल्टेन्सी प्रालि, अफिसियल ड्रिङकिङ वाटरमा सोल्टी प्रोसेस पानी, हस्पिटालिटी पार्टनरमा होटल टास्क इन्टरनेशनल अमरसिंह चोक, इन्स्योरेन्सपार्टनरमाआइ.जी.आइ प्रुडेन्सियल इन्स्योरेन्स, बैंकिङ पार्टनरमा ग्रीन डेभलपमेन्ट बैंक र महोत्सवको विशेष सहयोगी संस्थामा पोखरा महानगरपालिका सहयोगी संस्थामा अमरसिंह मावि, गण्डकी प्रज्ञा प्रतिष्ठान, प्रवर्द्धकमा नेपाल पर्यटन बोर्ड, महोत्सवको अफिसियल मिडियामा एबिसी न्युज टेलिभिजन, फेवा टेलिभिजन, एभरेष्ट एफ एम ९३ मेघाहर्ज, आदर्श समाज राष्ट्रिय दैनिक र कोरलाखवर डटकम रहेको महोत्सव प्रचार प्रसार संयोजक दिनेश सुनारले जानकारी दिए ।

लेखनाथ महोत्सवमा घन्कियो रत्यौली

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

नेपाली समाजमा विवाहको बेलामा बेहुलाको घरमा गाइने परम्परागत रत्यौली गीत लोप हुँदै गएपछि त्यसो जर्गेना एवं नयाँ पुस्तालाई जानकारी दिन लेखनाथ महोत्सवमा हरेक वर्ष रत्यौली प्रतियोगिता आयोजना गर्ने गरिन्छ । दुलाहाका घरमा विवाहका अवसरमा बालिएको शुभसूचक बत्ती कुर्न भनी जम्मा भएका महिलाले गाउने सामूहिक गीत रत्यौली गीत हो ।

जन्ती हिँड्नुपूर्व दुलाहाका घरमा गरिने कर्मदेखि जन्ती प्रस्थान गरेको र दुलहीका घरमा गरिने कर्मदेखि पुनः दुलाहाका घर भित्रिँदासम्मका अवस्थाको विषयलाई समेटेर रत्यौली गीत गाउने गरिने गरेको राष्ट्रिय लोक तथा दोहोरी गीत प्रतिष्ठानका केन्द्रीय सचिव जिवन दाहालले बताए । रत्यौलीमा अश्लीलता हुने आरोप लाग्ने गरेको भए पनि पछिल्ला दिनमा रत्यौली गीत समाजमा पाच्य हुने शब्द समेटेर आउने गरेकाले महोत्सवमा यस्ता प्रतियोगिताको आयोजना हुँदा रत्यौली गीतको संरक्षणमा टेवा पुग्ने दाहाल बताउँछन् । मेला महोत्सवमा यस किसिमको प्रतियोगिता आयोजना गरिदा नयाँ पुस्तालाई रत्यौलीको ज्ञान दिन र यसको संरक्षणमा टेवा पुग्ने राष्ट्रिय लोक तथा दोहोरी गीत प्रतिष्ठान कास्कीका पुर्वअध्यक्ष शिवहरी ढुंगानाले भने । रत्यौली गीत गायन र प्रदर्शनमा महिलाको मात्र सहभागिता हुने तथा एकथरी महिलाले बसेर ताली बजाउँदै रत्यौली गाउने गरिने ढुंगानाले वताए । उनका अनुसार त्यही रत्यौली गीतलाई नृत्य र अभिनयले विशेष रोचक बनाउने छ । यो गीत गाउँदा एउटी महिला नर्तकीका रूपमा प्रस्तुत हुने र अर्की महिलाले पुरुषको भेषमा सजिएर पुरुषको नृत्य र अभिनय गर्छन् । पुरुषको भेषमा नाच्ने र अभिनय गर्ने व्यक्तिलाई लुठो भन्ने चलन रहेको छ ।

रत्यौली गीत आफैँ रोचक हुन्छ भने नर्तकहरूको नृत्य र अभिनयले रत्यौली गायनस्थललाई निकै रमाइलो बनाउने गर्दछन । महोत्सवको स्टेजमा नौमती बाजासहितको प्रतियोगिताले मेला महोत्सवलाई मात्रै फाइदा पुग्ने नभएर सिङ्गो लोक संस्कृतिको जगेर्ना र नयाँ पुस्तामा रत्यौलीको महत्त्व बुझाउन सहयोग पुग्ने रत्यौली प्रतियोगिताकी संयोजक गंगा मल्लले वताईन । पुसको महिनामा विवाहको लगन नभए पनि लेखनाथ महोत्सवले भने विवाहको जस्तै पञ्चेवाजाको साथमा बेहुला र बेहुली नै बनाएर विवाह कै जस्तो झल्को दिने गरि रत्यौली गीतलाई स्थान दिएको थियो । महोत्सवको थप आर्कणको रुपमा रहेको रत्यौली गीत प्रतियोगिता अन्तरगत २० बटा समुह पहिलो चरणबाट छनोट भएका थिए भने शुक्रबार २० टिम मध्येबाट उत्कृष्ट घोषणा गरिएको छ। प्रतियोगितामा तोरीचौर महिला समुह पोखरा-३३ पहिलो हुन सफल भएको छ भने, आवासनगर आमा समुह पोखरा-२१ द्धित्तीय, आर्दश दिदि बहिनी महिला समुह पोखरा-३० तृतीय, गायत्री आमा समुह, पोखरा-३२ र नारी विकास आमा समुह पोखरा-३० सान्त्वना हुन सफल भएका छन। यस्तै नमुना आमा समुह पोखरा-३१ रामटोल उत्कृष्ट नृत्य र ककरेह महिला समुह, पोखरा-३१ ले उत्कृष्ट लुठोको उपाधि प्राप्त गरेको छ । शुक्रबार नै झाँकी र्‍यालीतर्फको नतिजा पनि घोषणा गरिएको छ। उत्कृष्ट हुने झाँकीहरुमा लेखनाथ नेवाः खल प्रथम, नेपाल मगर संघ बुढिबजार ईकाई द्धित्तीय, मगर समाज पोखरा-२९ सैनिक तृतीय, नेपाल कुमाल समाज सुधार समिति चौंथो र मगर पुन संघ पाँचौ हुन सफल भएका छन। "महोत्सव लेखनाथको संस्कृति, स्थानिय उत्पादन विकास र सम्मृद्धि" भन्ने मुल नाराका साथ पुस ५ गतेबाट लेखनाथमा शुरु भएको १९औं संस्करणको लेखनाथ महोत्सवको नवौं दिनसम्म २ लाख ५० हजार दर्शकहरुले अवलोकन गरेका छन । शुक्रबार लोकदोहोरी कलाकारहरु, रामजी खाँण, आशा बिसी, तारा थापा, मनु राना, लोकनाथ सापकोटा, वसन्त लम्साल र नवराज अधिकारी लगायतले प्रस्तुती राख्नेछन भने हाँस्यव्यग्यतर्फ दिनेश काफ्लेको प्रस्तुती रहनेछ । यस्तै बेलुका लाईभ कन्सर्टमा आशिष राना 'लाउरे' र एलिना चौहान लगायतले स्टेज तताएका थिए । महोत्सवमा शनिबार लोकदोहोरी कलाकारहरु खुमन अधिकारी, कला लम्साल, घनश्याम रिजाल, रिया खड्का, कृष्ण सुवेदी, रिया खड्का, रति खड्का, टेकराज भण्डारी र सरिता सारु मगर लगायतले प्रस्तुती राख्नेछन भने हाँस्यव्यग्यतर्फ सिताराम कट्टेल 'धुर्मुस' र कुञ्जना घिमिरे 'सुन्तली'को प्रस्तुती रहनेछ ।

फस्ट तेक्वान्दो पोखरा ओपन ईन्भेटेशनल च्याम्पियसिप हुदै

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

पोखरामा पहिलो पटक खुल्ला आमन्त्रित पोखरा तेक्वान्दो च्याम्पियनसिप प्रतियोगिता हुदै छ ।

अञ्जुली आईटिएफ तेक्वान्दो दोजाङको आयोजना तथा अञ्जुली माध्यमिक विद्यालयको सहआयोजनामा यहि डिसेम्वर ३० र ३१ मा उक्त प्रतियोगिता हुन लागेको कार्यक्रम संयोजक तथा नेपाल आईटिएफ तेक्वान्दो संघ गण्डकी प्रदेशका सदस्य विशाल बुढामगरले जानकारी दिएका छन् । उनका अनुसार प्रतियोगितामा गण्डकी प्रदेशभरीका करिव २ सय ५० जना भन्दा बढी खेलाडीहरुले सहभागिता जनाउने छन् । सोहि खेलाडीहरुले प्याट्रनतर्फ पहेँलो, हरियो, हरियो, निलो, निलो, रातो पेटीको लागि प्रतिस्पिर्धा हुने छ । त्यसैगरि स्पाईरिङ्ग तर्फ २०-२५,३०-३५, २५-३०, ३५-४०, ३०-३५, ४०-४५, ३५-४०, ४५-५०, ४०-४५, ५०-५५, ४५-५० , ५०-५५ , ५५-६०, ६० के.जी. तौल समुहमा प्रतिस्पिर्धा हुने संयोजक बुढामगरको भनाई छ । खेल पर्यटन मार्फत पोखरालाई प्रवद्धन गर्ने,प्रतिभावान खेलाडीहरुको पहिचान, खेलाडीहरुको थप स्तर अभिवृद्धि तथा कदर गर्ने,सफल तथा असल खेलाडी बन्ने हौसला प्रदान गर्ने उद्देश्यले प्रतियोगिता आयोजना गर्न लागिएको आयोजकले जनाएको छ । प्रदेश साँसद देर्ण कुवँरले उद्धघाटन गर्ने कार्यक्रम पोखरा १ स्थित अञ्जुली मा.वि.को प्राङ्गणमा सञ्चालन हुनेछ ।

महोत्सवको आकर्षण स्थानीय उत्पादन

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

पछिल्ला समय मेला र महोत्सव आयातीत उत्पादन बिक्रीवितरणमा प्रेरित भइरहेका सन्दर्भमा बुधबारदेखि बागलुङमा सुरु भएको बागलुङ महोत्सवमा स्थानीय उत्पादनलाई प्राथमिकता दिइएको छ ।

महोत्सवको मुख्य मञ्चतर्फ 'मेड इन बागलुङ' नाम दिएर स्टलमा स्थानीय उत्पादनअन्तर्गत अल्लोका कपडा, नेपाली कागज, भाँगो, गुन्द्रक र सिस्नोको धुलोलगायतका सामग्री बिक्रीका लागि राखिएका छन् । कृषि ज्ञानकेन्द्रको व्यवस्थापनमा स्थानीय उत्पादन र कृषिउपजको प्रदर्शनी समेतको व्यवस्था मिलाएको छ । उत्कृष्ट कृषिउपज प्रदर्शन गर्ने किसानलाई पुरस्कारको समेत व्यवस्था गरिएको आयोजकले जनाएको छ । महोत्सवमार्फत जिल्लाको पहिचान दिने तथा स्थानीय उत्पादनको बिक्रीसँगै प्रचारप्रसार गर्ने उद्देश्यले स्टल राखिएको रुद्रताल सामाजिक उद्यमी महिला सहकारी जैमिनी नगरपालिका-३ दमेकका अध्यक्ष चित्रा छन्त्यालले बताउनुभयो । उहाँका अनुसार स्टलमा मकै, भटमास, आलु चिप्स, काँकोको गुन्द्रक, सिस्नोको पाउडर, मङ्सिरे सिमी र भाँगो बिक्रीका लागि राखिएका छन् । "नगरपालिका र कृषि ज्ञान केन्द्रको सहयोगमा आलु चिप्स, सिस्नोको पाउडर र गुन्द्रुकको ब्राण्ड बनाएर बिक्रीका लागि महोत्सवमा आएका छौँ । बिक्रीभन्दा हेर्नेको भीड छ । कम्तीमा प्रचारप्रसार होस् भन्ने हाम्रो चाहना छ", छन्त्यालले भन्नुभयो, "महोत्सवले स्थानीय उत्पादनलाई प्राथमिकतामा राखेर स्टल उपलब्ध गराएकामा धन्यवाद दिन चाहान्छौँ ।" मेलामा आउने धेरैले सिस्नोको पाउडर र बाँकोको गुन्द्रक लिने गरेका उहाँले बताउनुभयो । अध्यक्ष छन्त्यालका अनुसार सहकारीमार्फत स्थानीय उत्पादनको बजारीकरण गर्दा दमेकका महिलालाई आयआर्जनमा सहयोग पुग्नेछ । महोत्सवमा ताराखोला गाउँपालिकामा उत्पादित सेतो र रातो च्याउ, अल्लोको कपडा, धागो, नेपाली हाते कागज, आलु, मकै र सिल्टमुर लगायतका वस्तुलाई स्टलमा राखिएको छ। गाउँपालिकाको ताराखोला उद्यम विकासअन्तर्गत स्थानीयस्तरमा उत्पादन भएका अर्ग्यानिक वस्तुको बजारीकरण गर्न बागलुङ बजार आएको उद्यम विकास सहजकर्ता निरु घर्तीले बताउनुभयो । उहाँका अनुसार ताराखोलामा पाइने स्लेट ढुङ्गाको समेत प्रदर्शनीमा राखिएको छ । "कतिपयलाई यहाँको स्थानीय उत्पादनका बारेमा जानकारी नभएर बजार नपाएको हुनसक्छ । महोत्सवमा बिक्रीसँगै प्रचारप्रसार मुख्य कुरा हो ।

माछापुच्छ्रे पोखरा ओपन तथा भेट्रान्स टेनिसमा क्वाटरफाइनलका समिकरण

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, १३ पुस

२० औं माछापुच्छ्रे पोखरा ओपन तथा भेट्रान्स टेनिस प्रतियोगितामा क्वाटरफाइनलका समिरकण पुरा भएका छन् ।

कास्की जिल्ला टेनिस संघको आयोजनामा जारी प्रतियोगितामा क्वाटरफाइनलको समिकरण पुरा भए संगै अन्तिम चारमा भिड्ने खेलाडीहरुको टुङ्गो समेत लागेको हो । मेन्स ओपन सिंगल्समा नेपाल नं १ बरियता खेलाडी प्रदिप खडका, भारतिय खेलाडी अभिनन्सु ठाकुर, पूर्व नेपाल नं १ सम्प्रक्षक भूषण बज्रचार्य र ऋतिक रानाले शनिबार हुने सेमीफाइनलमा स्थान पक्का गरे ।

सेमीफाइनलमा नेपालका नं १ बरियता प्रदिपले भारतिय खेलाडी अभिनन्सु संग भेट पक्का गरेका छन् भने सम्प्रक्षकले आशिष खडका विरुद्ध सेमीफाइलमा भिड्ने छन् । प्रदिपले प्रणव मानन्धरलाई ६-१, ६-४ र अभिनन्सुले सम्यक बज्रचार्यलाई ५-७, ६-२, ६-४ ले पाखा लगाउँदै अन्तिम चारको तय गरेका हुन् । त्यसै गरी सम्प्रक्षकले निशान श्रेष्ठलाई ६-१, ६-० ले तथा ऋतिक रानाले आशिष खड्का लाई ७-६, ६-४ ले पराजित गरी अन्तिम चारको स्थान पक्का गरेका हुन् ।

त्यसै गरी महिला सिंगल्समा नेपाल नं १ महिला खेलाडी अभिलाषा विष्टले शुभाङ्गी शाहलाई ६-१, ६-२ को सोझो सेटमा हराउँदै सेमीफाइनलको यात्र तय गरिन भने एक अर्को खेलमा माहिका रानाले आयुषा गुरुङलाई ६-१, ६-१ को सोझो सेटमा पराजित गरेकी छन् । सुमिरा थापाले पोखरेली खेलाडी श्रेया भट्टराईलाई ६-१, ६-० ले र रोयना शाहले प्रकृती श्रेष्ठलाई ६-४, ६-२ को सोझो सेटमा पराजित गरी अन्तिम चारको यात्रा गर्न सफल भइन् ।

त्यस्तै मेन्स डबल्सतर्फ सम्प्रक्षक र सम्यकको जोडीले प्रवण मानन्धर र राजविर प्रधानको जोडीलाई ६-२, ६-० को सोझो सेटमा पराजित गरी उपाधि नजिक पुग्दा अभिनन्सु र शिद्धान्तको जोडीले ऋतिक राना र निशान श्रेष्ठको जोडीलाई टाइब्रेकरमा ५-७, ६-४ र १० ले पराजित गरी उपाधि नजिक पुगेको टुर्नामेन्ट डाइरेक्टर राजन पौडेलले जानकारी दिए ।

तनहुँमा दुईवटा मोटर गुड्ने पुल निर्माण : चार हजार बढी घरधुरी लाभान्वित

पोखरापत्र संवाददाता
तनहुँ, १३ पुस

चालु आर्थिक वर्षमा तनहुँमा दुईवटा मोटर गुड्ने पुल निर्माण सम्पन्न भएको छ ।

जिल्लाको म्याग्दे गाउँपालिका-४ र ७ जोड्ने म्याग्दे खोला र व्यास-११ सेरास्थित बुल्दीखोलामा मोटर गुड्ने पुल निर्माण सम्पन्न भएको हो । उक्त दुईवटा पुल निर्माणपश्चात् चार हजार एक सय ४० घरधुरीका १६ हजार दुई सय १० जना प्रत्यक्ष लाभान्वित हुने पूर्वाधार विकास कार्यालय तनहुँले जनाएको छ । म्याग्दे खोलामा निर्माण गरिएको पुलबाट एक हजार पाँच सय घरधुरीका पाँच हजार नौ सय ६६ जना मानिस लाभान्वित हुने थर्पु-बेलसोती नयाँ सडक उपभोक्ता समितिका संस्थापक अध्यक्ष दिलीपकुमार श्रेष्ठले जानकारी दिनुभयो । उक्त पुलको भ्याटबाहेक रु एक करोड ४१ लाख ५८ हजार नौ सय ९० रहेकामा निर्माण सम्पन्नपछि रु एक करोड ३२ लाख ३२ हजार नौ सय १४ भुक्तानी गरिएको छ ।

विसं २०७९ भदौ १ मा सम्झौता भई २०८० साउन ३१ गतेभित्र सम्पन्न गर्ने गरी माई कन्स्ट्रक्सन एन्ड बिल्डर्स पर्वतले पुल निर्माण कार्यको ठेक्का पाएको थियो । त्यसैगरी, बुल्दीखोलामा निर्माण गरिएको पुलबाट दुई हजार छ सय ४० घरधुरीका १० हजार दुई सय ४३ जना लाभान्वित भएको बागेश्वरी मार्ग उपभोक्ता समितिले जनाएको छ । उक्त पुल भ्याटबाहेक रु तीन करोड १२ लाख ४६ हजार छ सय १३ को लागतमा निर्माण सम्पन्न भएको हो । विसं २०७९ भदौ १ गते सम्झौता गरी २०८१ वैशाख ४ गते सम्पन्न गर्ने गरी माई-डिएस जेभीले ठेक्का लिएकामा लक्ष्य अगावै सम्पन्न गरेको हो । स्विस सरकार विकास सहयोगअन्तर्गत स्थानीय सडक पुल कार्यक्रमको प्राविधिक सहयोगमा क्रमश : १२ र २० मिटर लम्बाइको पुल निर्माण सम्पन्न भएको स्थानीय सडक पुल कार्यक्रमका टेक्निकल अफिसर सागर खाम्चाले जानकारी दिनुभयो । पक्की पुल निर्माणसँगै ग्रामीण क्षेत्रमा उत्पादित कृषि उपज बजारसम्म लैजान र गाउँमा ढुवानी गर्न सहज भएपछि स्थानीयवासी खुशी भएका छन् । पुलको निर्माण सम्पन्न भएपछि निर्माण कम्पनीलाई अन्तिम भुक्तानी दिने प्रक्रियामा रहेको पूर्वाधार विकास कार्यालय तनहुँका प्रमुख कृष्ण आचार्यले जानकारी दिनुभयो ।

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

हार्दिक समवेदना

जन्मः १९९७ बैशाख १ गते

स्व. एकु मयाँ अधिकारी

स्वर्गारोहणः २०८० पौष २ गते

यस चित्रे भञ्ज्याङ पोखरा सम्पर्क मञ्च कास्कीका आजिवन सदस्य पोखरा महानगरपालिका वाड नं. १२ निवासी कमला लम्साल अधिकारी एवं दिर्घनारायण अधिकारीको ममतामयी आमा **एकु मयाँ अधिकारी**को ८३ वर्षको उमेरमा भएको असामयिक निधनले हामी अत्यन्तै मर्माहत र स्तब्ध भएका छौं । उहाँको स्वर्गारोहण भएको आज १३ औं दिनको पुण्य तिथिमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै हार्दिक श्रद्धाञ्जली व्यक्त गर्दछौं । साथै यस दु:खद घडीमा शोकसन्तप्त परिवारजनप्रति धैर्य धारण गर्ने शक्ति ईश्वरले प्रदान गरून् भनि हार्दिक समवेदना प्रकट गर्दछौं ।

बुद्धिराम लम्साल
अध्यक्ष तथा
चित्रे भञ्ज्याङ पोखरा सम्पर्क मञ्च कास्की परिवार