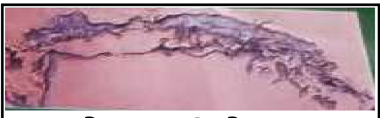


के तपाईको घर पानीले रसाएको छ ?
अब चिन्ता नगर्नुहोस !
चिन्ताको समाधान Waterproofing ले गर्ने छ । १००% ग्यारेन्टीका साथ समस्यको समाधान ।
सम्पर्क: प्रगति ट्रेड कन्सर्न
रानीपौवा, पोखरा-११ (रन्जित पार्टी प्यालेसको नजिकै)
०६१-५७८०९९, ९८५६०२२३३३, ९८४६९१४७७३

राष्ट्रिय दैनिक

पोखरापत्र

Pokharapatra National Daily

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

❑ वर्ष २५ ❑ अङ्क १३२ ❑ श्रेणी क्षेत्रीय 'क' ❑ २०८१ जेठ १२ गते शनिबार ❑ 25 May 2024 ❑ पृष्ठ ४ ❑ मूल्य रू. ५ ।-

नेपालमा पठन संस्कृतिको विकास नै छैन: प्रथम राष्ट्रपति डा.यादव

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

नेपाल पत्रकार महासंघ कास्की शाखाले डिजिटल पुस्तकालय संचालनमा ल्याएको छ । गण्डकी प्रदेश सरकार, पोखरा महानगरपालिका लगायतको सहयोगबाट हालै निर्माण भएको उक्त पुस्तकालय शुक्रबारबाट संचालनमा आएको हो ।

नेपालका प्रथम राष्ट्रपति डा.रामवरण यादवले शुक्रबार उक्त पुस्तकालयको उद्घाटन गर्दै नेपालमा पठन संस्कृतिको विकास गर्नु पर्ने बताउनुभयो। डिजिटल सिस्टमले गर्दा हिजोआज पुस्तकहरु पढ्ने अध्ययन गर्नु भन्दा पनि डिजिटल माध्यमबाट आवश्यक परेका वेलमा खोजी गर्ने प्रवृत्तिले गर्दा पठन संस्कृतिको विकास हुन नसकेको उहाँले दाबी गर्नु भएको हो । अहिलेको पठन संस्कृति निकै कमजोर भएको अबस्थामा नेपालकै नमुना डिजिटल पुस्तकालयको रुपमा कास्कीमा संचालन गर्नु निकै उदाहरणीय कार्य भएको संस्थापक राष्ट्रपति डा.यादवले प्रशंसा गर्नु भयो । उक्त पुस्तकालयको उद्घाटनको अवसर आफुलाई दिएकोमा महासंघलाई धन्यवाद दिदै उहाँले पुस्तकालयलाई प्रभावकारी ढंगले संचालन गर्न सुझाव दिनु भयो । पुस्तकालयको राम्रोसंग फाइदा लिन सके त्यसबाट असल नागरिक उत्पादनमा थप टेवा पुग्ने उहाँको भनाई थियो । नेपालमा पठन संस्कृतिको विकास गर्न आवश्यक भएको संस्थापक राष्ट्रपति डा. यादवले आशय थियो । गण्डकी प्रदेशका सभा सदस्य एवं पूर्व मन्त्री बिन्दुकुमार थापाले पत्रकारको क्षमता अभिबृद्धि गर्ने उद्धेश्यले स्थापना हुन लागेको पुस्तकालयको उक्त अभियानलाई सफल पार्न सहयोग गरिएको उल्लेख गर्नु भयो । उक्त पुस्तकालय संचालन गर्न आफु मन्त्री हुँदा २५ लाख बजेट विनियोजन भएको उहाँले स्मरण गर्नु भयो । नेपाल पत्रकार महासंघका केन्द्रिय बरिष्ठ उपाध्यक्ष रमेश विष्टले काठमाण्डौंमा आफुहरुले थालनी गरेको पुस्तकालय अझै पूरा गर्न नसकेको अबस्थामा कास्कीमा उक्त अभियान सफल भएकोमा धन्यवाद दिदै यसले पत्रकार सहित पठन संस्कृतिको विकास गर्न मद्धत पुग्ने विश्वास व्यक्त गर्नु भयो ।

नेपाल पत्रकार महासंघ कास्कीका अध्यक्ष विमला भण्डारीको अध्यक्षतामा कार्यक्रम सम्पन्न भएको सहसचिव रेम बहादुर बिकले बताउनु भयो। यसैबिच, शनिबार महासंघ कास्कीको साधारण सभा हुने भएको कोषाध्यक्ष कृष्ण प्रसाद दवाडीले बताउनु भयो ।

नयाँ शक्ति अभियान थप सशक्त हुन्छ : डा.भट्टराई

पोखरापत्र संवाददाता
बागलुङ, ११ जेठ

नेपाल समाजवादी पार्टीका अध्यक्ष तथा पूर्वप्रधानमन्त्री डा. बाबुराम भट्टराईले नयाँ शक्ति निर्माण अभियानलाई थप सशक्त बनाउनुपर्ने बेला आएको बताउनुभएको छ।

नेपाल समाजवादी पार्टीको बागलुङ जिल्ला अधिवेशन तथा प्रशिक्षण कार्यक्रमलाई आज सम्बोधन गर्दै उहाँले राजनीतिमा सरसफाइ आवश्यक रहेको बताउनुभयो । पार्टीहरु सिद्धान्त र विचारभन्दा स्वार्थमा रुमलिँदा मुलुकले निकास पाउन नसकेको उहाँको धारणा थियो ।

आफूले नयाँ शक्ति पार्टी स्थापना गर्दा उठाएका एजेण्डामा पछि नपरी यसलाई थप सशक्त बनाउने अभियानमा नयाँ शक्ति लाग्ने डा भट्टराईले बताउनुभयो । पछिल्लो समय नयाँ पार्टीहरुले आफ्ना एजेण्डा समातेका भए पनि उनीहरुसँग राजनीतिक दृष्टिकोण र विचारमा स्पष्टता नभएकाले आफूले थालेको अभियानलाई थप सशक्त आफैँले बनाउनुपर्नेमा उहाँले जोड दिनुभयो।

जिल्ला अधिवेशनले कृष्ण शर्मा संयोजक रहेको ५१ सदस्यीय जिल्ला कमिटी गठन गरेको छ । पार्टीको विद्यान महाधिवेशनपश्चात् बाँकी पदाधिकारीको टुङ्गो लगाउने अध्यक्ष शर्माले बताउनुभयो।

विद्यार्थीलाई आधारभूत सीप प्रदान गर्ने पाठ्यक्रम तयार भयो : मुख्यमन्त्री अधिकारी

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

गण्डकी प्रदेशका मुख्यमन्त्री खगराज अधिकारीले विद्यार्थीहरूलाई आधारभूत सीप प्रदान गर्न कक्षा ९ र १० को पाठ्यक्रम तयार भएको बताउनुभएको छ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी कास्की शाखाको आयोजनामा शुक्रबार छोरेपाटन माविमा भएको ४१ औं जुनियर/युवा तथा ३० औं शिक्षक नायक गोष्ठीको उद्घाटन गर्दै आफूले पहिलोपटक मुख्यमन्त्री हुँदा थालनी गरेको काम अहिले विज्ञ राखेर पुरा गरेको बताउनुभएको हो । तयार भएको पाठ्यक्रम मेडिकल इर्मजेन्सी, प्राकृतिक प्रकोप, बाढी नियन्त्रण तथा महिला हिंसा विरुद्धका सीपहरु लिनका निम्ती प्रभावकारी बन्ने विश्वास उहाँको छ। '९ र १० कक्षाको लागि पाठ्यक्रम बनाउन पहिला मुख्यमन्त्री हुँदा सुरु गरेको थिए, अहिले विज्ञ राखेर त्यसको पाठ्यक्रम तयार भएको छ' उहाँले भन्नुभयो। पाठ्यक्रमको महत्वपूर्ण पक्ष रेडक्रससँग सम्बन्धित रहेको खुलाउनुभयो । कास्की रेडक्रसले गरेका कार्यको प्रंशसा गर्दै विपद्मा रेडक्रस भन्ने कुरा स्थापित गर्न युवा रेडक्रसकर्मीको भूमिका महत्वपूर्ण रहेको बताउनुभयो । कार्यक्रम मार्फत मुख्यमन्त्री अधिकारीले मानव सेवामा समर्पीत रहदै आपत विपद्को बेलामा साथी बन्ने जुनीयर रेडक्रसका योद्धाहरू तथा उनीहरूलाई सहयोग गर्ने शिक्षक नायकलाई सम्मान गर्नुभयो। उहाँले आफू समेत रेडक्रसको आजीवन सदस्य रहेको भन्दै सोसाइटीले गर्ने गतिविधिमा सदैव साथ रहने प्रतिवद्धता जनाउनुभयो । युवा रेडक्रस सर्कल छोरेपाटन माविको आतिथ्यता तथा व्यवस्थापनमा कार्यक्रम भएको थियो।

असार २ गते व्यास नगरप्रमुखको पुनःमतगणना हुने

पोखरापत्र संवाददाता
तनहुँ, ११ जेठ

आगामी असार २ गते तनहुँको व्यास नगरपालिका प्रमुखको पुनःमतगणना हुनेभएको छ। उच्च अदालत पोखराले गत जेठ १ गते गरेको फैसलाको आज सार्वजनिक पूर्णपाठअनुसार असार २ गते पुनःमतगणना हुन लागिएको हो।

फैसलामा एक महिनाभित्र पुनःमतगणना गर्नु भनिएअनुसार उच्च अदालत पोखराको सभाहलमा असार २ गते बिहान १० बजेदेखि मतगणना गर्न हुनेछ । उच्च अदालतका न्यायाधीश राजनप्रसाद भट्टराई र निर्मला पौडेल भट्टराईको संयुक्तले इजलासले गत स्थानीय तह निर्वाचनमा नगरप्रमुखको मतगणना बदर गरी पुनःमतगणना गर्न आदेश दिएको थियो । नगरप्रमुखका उम्मेदवार दीपकराज जोशीले मतगणनामा धाँधली भएको भन्दै विसं २०७९ जेठ १२ गते निर्वाचन आयोगसहित पाँच जनालाई विपक्षी बनाइ रिट दर्ता गर्नुभएको थियो । रिटमा अन्तिम सुनुवाई गर्दै अदालतले निवेदकको दाबी पुग्ने फैसला गरेको थियो। विसं २०७९ वैशाख ३० गते भएको स्थानीय तहको निर्वाचनअन्तर्गत नगरप्रमुख बैकुण्ठ न्यौपाने १२ हजार ७८ मत प्राप्त गरी विजयी हुनुभएको थियो भने जोशीले ११ हजार आठ सय २६ मत प्राप्त गर्नुभएको थियो । मतदानकै बेला व्यास नगरपालिका-८ रिस्तीमा मतपत्र च्यातिएपछि जोशीमाथि आक्रमण भएको थियो । निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयले उक्त वडाको मतदान केन्द्रको मतदान स्थगित गरी पुनः मतदान गराएको थियो।

किसानलाई वरदान बन्यो झोलुङ्गे पुल

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

पोखरा महानगरपालिका-२५ हेम्जाकी हरि पौडेल बुधबार साँझपख डोकोभरि तरकारी बोकेर याम्दी खोलाको झोलुङ्गे पुल तर्दै हुनुहुन्थ्यो । याम्दीपारि उपल्लो टिमिरेचौरमा रहेको खेतबाट घर फर्कने क्रममा उहाँले पुल बनेपछि आउजाउ सहज बनेको सुनाउनुभयो। "पहिले एक घण्टा लाग्थ्यो, अहिले दश/पन्ध्र मिनेटमा खेतमा पुगिन्छ", पौडेलले भन्नुभयो, "पुल बनेपछि धेरै सुविस्ता भएको छ।"

गण्डकी प्रदेश सरकारको लगानीमा यही वर्ष उक्त झोलुङ्गे पुल बनेपछि हेम्जावासी प्रत्यक्ष लाभान्वित भएका हुन्। पुल बनेकै कारण टिमिरेचौर क्षेत्रमा खेती किसानी गर्नेको सङ्ख्या बढ्न थालेको पौडेलले बताउनुभयो। "पहिले यहाँको अधिकांश जग्गा बाँझै थियो, पुलले आवातजावत सहज बनाएपछि फेरि खेतीपाती सुरु भएको छ", उहाँले भन्नुभयो।

हेम्जामा सडक र नहरको सुविधा आएपछि झण्डै ३० वर्षदेखि उपल्लो टिमिरेचौर, तल्ला टिमिरेचौर, चिसाखोलालगायत क्षेत्रमा स्थानीयले कृषि गर्न छाडेका थिए । खेतबारी झाडीमा परिणत भएको थियो । ६४ वर्षीय ऋषिराम पौडेलका भनाइमा त्यस क्षेत्रमा पहिले धानलगायत खेतीबाली गरिन्थ्यो । "हाम्रा बाउबाजेको मुख्य कृषि उब्जनी गर्ने ठाउँ नै यही थियो, यहीँ घरगोठ थिए, गाईबस्तुपालन हुन्थ्यो", उहाँले भन्नुभयो, "पछि सबै हेम्जातिर सरेपछि यहाँको जग्गा बाँझै थियो, पुल बनेपछि अहिले फेरि हराभरा भएको छ।"

उहाँले आफूले पनि यस वर्षको रोपाइँका लागि बीउ राख्ने तयारी गरेको सुनाउनुभयो। ऋषिरामले पुल बनाउनका लागि जग्गासमेत दिनुभएको थियो । उहाँले पुल छेउछाउमा रहेको जग्गामा तरकारी खेती गर्दै आउनुभएको छ । सोही ठाउँका गोविन्द पौडेलले उपल्लो टिमिरेचौरमा ७५ घरपरिवारको जग्गा रहेको बताउनुभयो । "पहिले दुई भाइ पौडेलको दुई सय मुरी धान हुने खेत यहाँ थियो, जेठबुढो धान लगाइन्थ्यो", उहाँले भन्नुभयो, "झण्डै २५/३० वर्ष यहाँ रोपाइँ नै भएन, अहिले फेरि किसान रोपाइँको तयारीमा लागेका छन्।" खेतमा आउजाउको समस्या, बढ्दो लागत, कृषि गर्ने जनशक्ति अभावजस्ता कारणले त्यो क्षेत्र पछाडि परेको गोविन्दले बताउनुभयो। "अहिले पुलले धेरै सहज भयो, किसान फेरि कृषितिर फर्किन थालेका छन्, बाहिरबाट आएर जग्गा भाडामा लिएर व्यावसायिक खेती गर्नेहरु पनि छन्", उहाँले भन्नुभयो, "हेम्जावासीका लागि यो झोलुङ्गे पुल वरदान नै सावित बनेको छ।"

पहिले पैदल तल खोलामा झरेर फेरि माथि खेतमा उक्लँदा सारै दुःख हुने गरेको हेम्जाकी दुर्गा पौडेलले बताउनुभयो। "जाँदा मल बाकेर, फर्कदाँ धानको भारी लिएर आउँदा निकै गाह्रो हुन्थ्यो, अहिले धेरै सजिलो भएको छ, पुल बनेपछि सिँचाइ कुलोका लागि पनि बजेट आएको छ", उहाँले भन्नुभयो, "झाडी पल्टिएको जग्गालाई सफाइ गरेर कृषि गर्न सुरु गरिएको छ।"

भौतिक पूर्वाधार विकास तथा यातायात व्यवस्था मन्त्रालयअन्तर्गतको पूर्वाधार निर्देशनालयका निमित्त निर्देशक डा महेन्द्र बानियाँले रु ९१ लाखको लगानीमा पुल बनेको जानकारी दिनुभयो। "स्थानीवासीको आवश्यकता पहिचान गरेर त्यहाँ पुल निर्माण गरिएको

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा ▶▶

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

गण्डकीमा नागरिक सम्मेलन

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

गण्डकी प्रदेशलाई बिभिन्न मानकमा समृद्ध बनाउन शुक्रबारदेखि नागरिक सम्मेलन शुरु भएको छ।

नागरिक चासोका समसामयीक चौध वटा बिषयमा छलफल शुरु भएको छ। गैरसरकारी संस्था महासंघ गण्डकी प्रदेशले आयोजना गरेको सो सम्मेलनमा बिभिन्न नागरिक संस्थाहरुको उपस्थिती रहेको छ। सो दुई दिने सम्मेलनको उद्घाटन गण्डकी प्रदेशका मुख्यमन्त्री खगराज अधिकारीले गर्नुभएको थियो। उद्घाटन समारोहमा बोल्दै मुख्यमन्त्रीअधिकारीलेनागरिकका सरोकारको सवाललाई गम्भिरता पूर्वक लिने बताउनुभयो। उहाले नागरिकलाई समृद्ध बनाउन, यस प्रदेशमा रोजगारीका अवसरहरु खोज्ने, सुशासन कायम गराउने, महिला हिंसा न्यूनिकरण, बाल अधिकार शुनिश्चितता लगायत जलवायु परिर्वतनका लगायतका क्षेत्रमा काम गर्न आफ्नो सरकारले आवश्यक कदम चाल्ने बताउनु भयो। बिशेष अतिथी सामाजिक बिकास मन्त्री सीता सुन्दासले संबिधान र कानुन्मा भएका ब्यवस्थाहरुलाई

कार्यान्वयन गर्न सरकार र गैर सरकारी संस्थाहरुले सहकार्य गर्नुपर्ने बताउनु भयो। उहाँले गैरसरकारी संस्थाहरुले सरकार समेतलाई सहयोग गरेको हुदा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको बताउनु भयो।

नेपाली कांग्रेस गण्डकी प्रदेशका सभापति शुक्रराज शर्माले गैर सरकारी संस्थाले उठाएका बिषयहरु हामी सबैको साझा बिषय भएकोले पुरा गर्ने दायित्व आफ्नो दलको समेत रहेको बताउनु भयो। गैसस महासंघका केन्द्रिय अध्यक्ष राम प्रसाद सुवेदीले गैरसरकारी संस्थाहरु राजनैतिक दल र राज्य कै सहयोगी भएकोले बिपदको अवस्थामा अग्रपंत्तीमा समेत रहेर काम गर्ने हुदा राज्यले बिभेदपूर्ण नजरले हेर्न नहुने बताउनु भयो। गैसस महासंघका महासचिव अर्जुन भट्टराई, मानवअधिकार एलायन्सका बिदुर सुवेदी, गण्डकीका अध्यक्ष गोपाल खड्का, कोपिला नेपालका अध्यक्ष बिना सिलवाल, गैसस महासंघ गण्डकीका महासचिव शिवप्रसाद शर्मा, नानीमाया थापा, उत्पीडित समाज सरोकार केन्द्रका धन बहादुर नेपाली लगायतका बक्ताहरुले सम्भावनाले भरिएको गण्डकी प्रदेशको बिकास समृद्धीका लागि सबैले आ आफ्नो ठाउबाट भूमिका खेल्नु पर्ने बताउनु भयो। सो सम्मेलनमा गण्डकी प्रदेशमा रहेका बालबालिका भबिश्यका कर्णधार हुन् त्यसकारण बालबालिकाको पोषणयुक्त खानेकुरामा प्रदेश सरकार सरोकावाला निकाय तथा गैरसरकारी संघसस्थाको भूमिका बारे छलफल भएको छ। मानव अधिकारको अवस्था र गैरसरकारी संस्थाको भूमिका, बालबालिकाको कानुनी अवस्था बाल संरक्षणका लागि रणनितिक योजना बाल सहभागिता, उनीहरुको शिक्षा, स्वास्थ्य लगायतका चुनौतिहरु बारे छलफल हुनेछ। त्यसैगरी यस प्रदेशको महिलाका चुनौति, अवस, समस्या समाधानका लागि सरोकारवाला निकायको भूमिकाको बारे छलफल भएको छ। धरेलु हिंसा कृषि, राजनैतिक, बैदेशिक रोजगारी, कर्मचारी मनोरञ्जन लगायतका क्षेमा काम गर्ने महिलाहरुको समस्या र समाधानका उपाय बारे छलफल भएको छ। अपाङ्गता, जेष्ठ नागरिकको अवस्था बारे छफल भएको छ। त्यसैगरी लैंगिक अल्पसंख्यक, तेस्रो लिङ्गका क्षेत्रमा सुधार, मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धि समस्या, जस्ता बिषय बारे छलफल भएको थियो। साथै बिकाश सुशासन प्रर्वधन, बिपद जाखिम, जलबायु परिर्वतनको प्रभाव र यसको न्यूनिकरण, अनुकुलन खेती, दिगो बिकास लक्ष्य कार्यान्वयनका चरणहरु र हाल सम्मका प्रयासहरु तथा उपलब्धी, नागरिक संथाको भूमिका बारे छलफल हुनेभएको छ।

साईकल सिटी पोखरामा नयाँ नेतृत्व

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

साईकल सिटी पोखराको ११ औ वार्षिक साधारण सभा तथा छैटौ अधिवेशनले श्याम कृष्ण श्रेष्ठको अध्यक्षतामा नयाँ कार्य समितीसर्वसम्मत चयन गरेको छ।

समितीको उपाध्यक्षमा दीपक कार्की सचिवमा रामचन्द भट्ट कोषाध्यक्षमा राम नारायण श्रेष्ठ सह-सचिवमा विश्व कु. बिजुक्छे चयनभएका छन्। सदस्यहरुमा हिरा धले, राजीव मुल्मी, झम्पल- लुन्डुप, रुद्र बहादुर गुरुङ, मान ब. क्षेत्री रहेका छन।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथी घरपोजोङ, गाँउँपालिका अध्यक्ष मोहन सिंह लालचन तथा पोखरा महानगरपालिका ९ का

वडा अध्यक्ष दिपेन्द्रमर्सानीले स्वास्थ्य वातावरण र पर्यटनको क्षेत्रमा साईकन सिटीलाई अगाडी बढाउनुपर्नेमा जोड दिएका थिए।

कार्यक्रममा पूर्व अध्यक्ष एवं सल्लाहाकार प्रकाश बजाचार्य, निरज थापा, श्याम कृष्ण श्रेष्ठ लगायतले बोलेका थिए। साईकल सिटीकाका.बा अध्यक्ष जय बहादुर गुरुङको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा कोषाध्यक्ष दीपक कार्कीले प्रस्तुत गर्नेभएको कोषाध्यक्षकोआथिक प्रतिवेदन सभाले पारित गरेको थियो। कार्यकममा स्वागत मन्तब्य प्रकास बजाचार्य र कार्यकम सन्चालन साईकल सिटीकाकोषाध्यक्ष दीपक कार्कीले गरेका थिए।

पोखरा बक्सिङ च्याम्पियनसिप यही जेठ १७ देखि पोखरामा हुने

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

पोखरा बक्सिङ च्याम्पियनसिप-२०८१ यही जेठ १७ देखि पोखरामा हुने भएको छ।

पोखरा महानगरपालिकाको आयोजना तथा कास्की जिल्ला बक्सिङ संघ तथा नेपाल बक्सिङ महासंघको व्यवस्थापनमा यही जेठ १७ गते देखि उक्त प्रतियोगिता हुने भएको शुक्रबार पोखरामा आयोजित पत्रकार भेटघाट कार्यक्रममा जानकारी गराईएको हो। यही जेठ १८ गतेसम्म पोखरा रंगशालामा संचालन हुने प्रतियोगितामा पुरूष तर्फ ९ र महिला तर्फ ६ वटा तौल समुहमा प्रतिष्प्रर्धा हुने भएको संघ कास्कीका अध्यक्ष सुमन कुमार श्रेष्ठले बताउनु भयो। प्रतियोगितामा १२ जना महिला तथा १८ जना पुरुष बक्सर खेलाडीहरूले नगद, प्रमाणपत्र र पदक प्राप्त गर्ने भएको उहाँले बताउनु भयो। प्रतियोगितामा विजेतालाई २० हजार, उपविजेतालाई १० हजार नगद पुरस्कार वितरण गरिने भएको संघ प्रदेशका अध्यक्ष विद्या मर्सानीले बताउनु भयो। प्रतियोगिता सम्पन्न गर्न १२ लाख खर्च लाग्ने संघले जनाएको छ भने उक्त प्रतियोगितालाई सफल पार्न पोखरा महानगरले ४ लाख सहयोग गर्ने भएको छ।

प्रतियोगिता पोखरा महानगरको खेलकुद महोत्सव अन्तर्गत उक्त प्रतियोगिता हुने भएको पोखरा महानगर खेलकुद बिकास समितिका अध्यक्ष दीपक बहादुर गोदारले बताउनु भयो।

यस्ता प्रतियोगिताले पोखराको खेल पर्यटनको प्रबर्द्धन हुने संघका केन्द्रीय उपाध्यक्ष गणेश बहादुर भट्टराईले बताउनु भयो। प्रतियोगितामा देश भरका राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय खेलाडीहरू सहभागी हुने भएका छन्।

वाईवाई यु-१९ क्रिकेटमा वाराही भयो विजेता

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

टिम वाराही सम्पन्न यू-१९ वाईवाई कप कास्की जिल्ला पुरुष क्रिकेट छनौंट प्रतियोगिता २०८१ को विजेता बनेको छ।

कास्की जिल्ला क्रिकेट संघको आयोजना तथा पोखरा महानगरपालिकाको सहयोगमा मंगलबारदेखि पोखरा रंगशाला स्थित क्रिकेट मैदानमा जारी प्रतियोगिता टिम विन्ध्यवासिनी दोस्रो, टिम भद्रकाली तेस्रो र तीन खेल मध्ये तीन खेलमै पराजित टिम अकला भने चौथो स्थानमा रह्यो। प्रतियोगिता अर्न्तगत शुक्रबार सम्पन्न पहिलो खेलमा भद्रकालीले अकलालाई तीन रन र दोस्रो तथा प्रतियोगिताको अन्तिम खेलमा बाराहीले विन्ध्यवासिनीलाई पाँच विकेटले पराजित गरेको थियो।

पहिलो खेलमा टस जितेर ब्याटिङ रोजेको भद्रकाली २५ ओभर खेल्दै आठ विकेट गुमाएर एक सय आठ रन जोडेको थियो। एक सय नौ रनको लक्ष्य पछ्याउदै जवाफि ब्याटिङका

लागि मैदान उत्रेको अकला २१.३ ओभरमा अल आउट हुदै जम्मा एक सय पाँच रनमा समेटिन पुगेको थियो।

दोस्रो खेलमा टस जितेर ब्याटिङ रोजेको विन्ध्यवासिनी २१.१ ओभर खेल्दै १० विकेट गुमाएर ८३ रनमा समेटिन पुगेको थियो। ८४ रनको झिनो लक्ष्य पाएको बाराहीले ११.३ ओभर खेल्दै पाँच विकेट गुमाएर ८८ रन जोड्दै लक्ष्य पुरा गरेको थियो।

प्रतियोगितामा बाराहीका नितेश गिरी उत्कृष्ट बलर, विन्ध्यवासिनीका सिब्रिन श्रेष्ठ उत्कृष्ट ब्याट्सम्यान र बाराहीका आदित्य थापा म्यान अफ दि सिरिज घोषित भएका थिए।

यस अघि प्रतियोगिताका लागि पहिलो चरणमा ८४ जना खेलाडीहरुबाट ४८ जना छनौट गरि चार टिम तयार गरिएको आयोजक संघ कास्कीका अध्यक्ष सञ्जयकान्त सिग्देलले जानकारी दिए। जिल्ला स्तरिय प्रतियोगितापछि गण्डकी प्रदेश स्तरिय प्रतियोगिता हुने भएकोले सम्पन्न प्रतियोगिताबाट १४ जना खेलाडी छनौट हुने सिग्देलले जानकारी दिए।

एक-अर्काको ...

हो, पुलले विशेष गरी कृषिउपजलाई बजार ल्याउन सहज बनेको छ, किसानको दैनिक पनि फेरिएको छ", उहाँले भन्नुभयो। एक सय ७१ मिटर लामो र झण्डै एक सय मिटर अग्लो उक्त झोलुङ्गे पुल म्याग्दीको रामकृष्ण निर्माण कम्पनीले बनाएको हो। सोही ठाउँको तल्लो टिमिरचौरमा पनि झोलुङ्गे पुल बनिसकेको छ। चिसाखोलामा प्रदेश सरकारकै लगानीमा अर्को पुल बनाउने तयारी छ। याम्दामाथिका तीन झोलुङ्गे पुलले सयौँ किसानसहित त्यस क्षेत्रका बासिन्दालाई लाभ पुग्नेछ। प्रदेशभित्र सडक, पक्की पुल र झोलङ्गे पुल निर्माणको काम पूर्वाधार मन्त्रालयमार्फत हुँदै आएको छ। पहाडी र हिमाल भेगमा आवातजावत र ढुवानीका लागि झोलुङ्गे पुल प्रभावकारी बनेको छ।

पछिल्लो छ वर्षयता प्रदेश सरकारको लगानीमा ६३ झोलुङ्गे पुल निर्माण भएको मन्त्रालयले जनाएको छ। हाल १० वटा झोलुङ्गे पुल निर्माणाधीन अवस्थामा रहेको र ५१ झोलुङ्गे पुल निर्माण सुरु हुने चरणमा रहेको निमित्त निर्देशक डा बानियाँले जानकारी दिनुभयो। "चालु आवमा थप चार झोलुङ्गे पुलको बहुवर्षीय ठेक्काका लागि बजेटेको स्रोत सुनिश्चित गरिएको छ", उहाँले भन्नुभयो।

उपभोक्ताले ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

- मूल्यसूची वा बस्तुको लेवलमा अंकित मूल्य हेरी सामान खरीद गरौं।
- आफूले खरीद गर्न लागेको बस्तुमा नापतौल उल्लेख छ/छैन र खुल्ला बस्तु भए मूल्यसूची हेरेर मात्र खरीद गरौं।
- आफूले खरीद गर्न लागेको बस्तुको गुणस्तरमा ध्यान दिऔं।
- व्यवसाय दर्ता गरेको व्यवसायीसँग मात्र सामान खरीद गर्ने बानी बसालौं।
- बस्तुको उपभोग्य मिति हेरी खरीद गरौं र उपभोग्य मिति गुज्रेका (म्याद नाघेका) सामाग्री खरीद नगरौं।
- सामान खरीद गर्दा बिल लिने बानी बसालौं।
- मूल्य, तौल र गुणस्तरबाट ठगिएमा सम्बन्धित घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालय वा उद्योग, वाणिज्य तथा उपभोक्ता हित संरक्षण निर्देशनालय वा मन्त्रालयमा खबर गरौं।

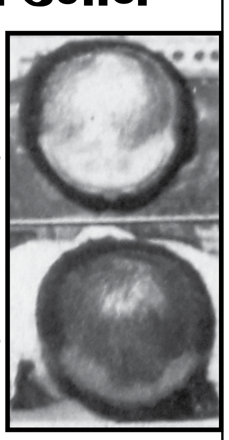
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
गण्डकी प्रदेश, पोखरा
फोन नं. ०६१-४६७७३२/४६७७३३

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 अगावै 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 बिरामीहरूको 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, लिङग उत्तेजना नहुने, लिङ चिलाउने, सरूवा यौन रोग, स्वप्नदोष, लिङगको 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।

मलद्धार सम्वन्धी रोग: छारसुत्रद्धार पायल्स, फिस्टुला, फिसरको सफल उपचारका साथै मलद्धारमा मासु पलाएको, दिसा बस्दा गाह्रो हुने, मलद्धार 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, सम्पादकः रतन गुरुङ, कार्यकारी सम्पादक : शोभाकान्त सिग्देल, प्रबन्धसम्पादकः 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।

गर्मी मौसममा आँखाको समस्या

डा. रोहित शैजु

आँखा प्रकृतिले मानिसलाई दिएको अमूल्य अंग हो। मानव शरीरमा सबै अंगको आ-आफ्नै महत्व भए पनि आँखाको महत्व अरूभन्दा महत्वपूर्ण छ।

सामान्य हेलचेक्र्याईंले पनि आँखाको ज्योति गुम्न सक्छ। आँखामा देखिने कुनै पनि समस्यालाई सामान्यरूपमा लिनु हुँदैन । गर्मी मौसममा आँखाको समस्या बढी देखिने हुनाले अस्पतालमा बिरामीको संख्यामा पनि बढ्ने गर्छ। यस्तो बेला प्रायःजसो आँखा चिलाउने, पाक्ने, रातो हुनेजस्ता समस्या धेरै नै पाइन्छ। १४/१५ वर्षका बच्चामा आँखा चिलाउने रोग गर्मीसँगै सुरु हुन्छ। गर्मी सकिएर चिसो मौसमको सुरुवात हुनासाथ ठीक हुन्छ।

आँखाको समस्या देखिँदा सुरुको अवस्थामा रातो देखिन्छ। त्यसपछि आँखाबाट धागोजस्तो लामो चिप्रा आउने, उज्यालोमा हेर्न समस्या हुने र चिलाउने हुन्छ। यसलाई सिजनल एलर्जीक कन्जन्टेभाइटिस भनिन्छ । यो कुनै कीटाणुको कारण नभई वातावरणसँगै आँखामा आउने समस्या हो। गर्मी मौसममा धुलो, धुँवा, बढी हुने तथा रूखमा फुल फुलेर झर्ने हुनाले पनि एलर्जी बढी देखा पर्छ । यसका कारण आँखा चिलाउने, राता देखिने, चिप्रा आउने, आँखा मैलो हुनुका साथै नानीमा समेत सेतो दाग देखा पर्नसक्छ । जसका कारण कहिलेकाहीँ नानीमा संक्रमणमा भई दृष्टिसमेत गुम्न सक्छ। आँखा चिलाउने रोगका लागि लामो समयसम्म एन्टीएलर्जीक आईड्रप्स प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । एलर्जीक कन्जन्टेभाइटिसलाई समयमै उपचार गरिएन भने आँखाको नानीको आकारलाई परिवर्तन गर्छ । आकार परिवर्तन भैसकेपछि आँखाको दृष्टि कम हुन्छ । यो ठीक भएपनि नानीमा खत बनाउछ र पछि गएर दृष्टि नष्ट हुन्छ। यसबाट बचाउन सुरुकै अवस्थामा उपचार गर्न जरूरी हुन्छ । आँखा पाक्ने रोग गर्मी मौसममा बढ्ने गर्छ । आँखाको सबैभन्दा बाहिरी झिल्ली रातो भई सुनिन्छ। यसमा आँखाबाट आसुँ बग्ने, चिप्रा लाग्ने, परेलीको डिल सुन्निने हुन्छ । जसका कारण घाममा तथा बढी उज्यालोमा आँखा खोल्न गाह्रो हुने, दुख्नेजस्ता समस्या देखिन्छ। आँखा पाक्ने रोगको कीटाणुविरुद्ध एन्टिबायोटिक औषधि चलाउनु पर्ने हुन्छ। त्यसकारण यो रोग लागेमा समयमै चिकित्सकको सल्लाहबमोजिम उपचार गराउनुपर्छ। चिकित्सकको सल्लाह बिना आफैँ औषधि प्रयोग गर्दा कहिलेकाहीँ थप संक्रमण भई अन्धोपनसमेत निम्त्याउन सक्छ।

गर्मीमा आँखा सुख्खा हुने समस्या पनि धेरै नै पाईन्छ। जति गर्मी बढ्दै जान्छ, त्यति नै आँखामा सुख्खापन आउछ। आँखाले नजीकबाट केन्द्रित भएर गर्ने जस्तै कम्प्युटर, ल्यापटप, टिभी हेर्ने जस्ता कार्यमा बढी आँखा सुख्खा हुने हुन्छ। यस्तो कार्यमा आँखाले एकनासले हेर्ने, झिम्काई कम हुने हुदा सुख्खा हुने हुन्छ । साथै गर्मी मौसममा धुलो धुँवा बढी उड्ने हुदा यसले आँखालाई असर गर्ने हुन्छ। वातावरणमा धुलो, धुँवाको मात्रा बढी हुनाले आँशु चाँडै बाफ बनेर जाने हुँदा सुख्खा हुने हुन्छ। यसबाट बच्न धुलो, धुँवाबाट बच्नुका साथै बाहिरी वातावरणमा काम गर्दा कालो चस्मा वा भाइजरको प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ। सर्वप्रथम सुख्खा आँखाको समस्या हुने व्यक्तिले आफूले काम गर्ने वातावरण परिवर्तन गर्न जरूरी हुन्छ । कम्प्युटर चलाउँदा वा टिभी हेर्दा केही समय आराम र चिसो पानीले मुख धुनु उपयुक्त हुन्छ। मुख्यतया सुख्खा आँखाको उपचारका लागि कृत्रिम आँशुका थोपा नियमित प्रयोग गर्न सकिन्छ । घाममा निस्कदा कालो चम्मा लगाउने, आवश्यक मात्रामा पानी तथा झोलपदार्थ पिउनु पर्दछ। यो समस्याको लामो समयसम्म उपचार गर्नुपर्ने भएकाले चिकित्सकसँग नियमित परीक्षण गराउनुपर्छ । गर्मी मौसममा हुने यस्ता समस्याबाहेक डरलाग्दो लक्षण भनेको उज्यालोमा हेर्न गाह्रो हुने हो। यदि आँखा रातो हुने, चिलाउने तथा उज्यालोमा हेर्न समस्या हुन्छ भने आँखाको नानीमा केही खराबी भएको बुझ्नुपर्छ । आँखाको नानी संवेदनशिल हुन्छ। नानीमा अलिकता धुलो मात्र पर्‍यो भने पनि आँखाले उज्यालो मन नपराउने हुन्छ । यस्तो समस्या देखियो भने तुरुन्तै आँखा चिकित्सकको सहयोग लिनुपर्छ। गर्मी मौसममा लाग्ने आँखा रोग प्रायः सर्दैनन् । यिनीहरु सिजनल भएका हुनाले वातावरण परिवर्तनसँगै ठीक भएर जान्छ। तर ब्याक्टेरियाका कारण भएको हो भने आँखा पाक्ने रोग सर्न सक्छ । यसबाट बालबालिका बढी प्रभावित हुन्छन्। आँखा रातो भई सुन्निने, आँसु धेरै बग्ने, चिप्रा आई आँखा टालिने, दुख्ने र धमिलो देखिने हुन्छ। यो एक्कासी देखिनुका साथै एकबाट अर्को व्यक्तिमा सजिलै सर्ने हुन्छ।

साभारः स्वास्थ्य खबर

विन्ध्यवासिनी मा.विमा चुनावी रौनक

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

पोखराको बाटुलेचौरस्थित विन्ध्यवासिनी माध्यमिक विद्यालयमा निर्वाचन प्रक्रिया मार्फत स्कुल क्याप्टेन र सह क्याप्टेन चयन भएका छन्।

संघीय निर्वाचनको नै झल्को दिने गरि भएको निर्वाचनवाट क्याप्टेनमा क्रिकेट व्याट चुनाव चिन्ह लिएर मैदानमा उत्रिएका विद्यार्थी गणेश शर्माले ३ सय ६५ मत प्राप्त गर्दै विजयी भए । उनका निकट्तम प्रतिद्वन्दी सनम भुजेलले १ सय १३ मत प्राप्त गरे । क्याप्टेनमा ५ जनाले प्रतिष्पर्धा गरेका थिए । सह क्याप्टेनमा भकुण्डो चुनाव चिन्ह लिएर मैदानमा उत्रिएका विश्वास पोखरेललाई १ सय ४४ मतान्तरले पराजित गर्दै अनुष्का गुरुङ विजयी भईन। उनले ३ सय २ मत र पोखरेलले १ सय ५८ मत प्राप्त गरेको निर्वाचन आयुक्तको जिम्वेवारी सम्हालेका सामाजिक विषयका शिक्षक कृष्ण प्रसाद पौडेलले जानकारी दिए । क्याप्टेनमा प्रतिष्पर्धा गरेका वृन्दा कुवँरले १७ मत, ईश्वर पाख्रिनले ८ मत र करुणा आचार्यले ३३ मत तथा सह क्याप्टेनमा रिकान्त शमाले १ सय ७ मत प्राप्त गरेका थिए।

कक्षा ५ देखि १० सम्मका विद्यार्थीले मतदान प्रक्रियामा भाग लिएको सो निर्वाचनमा कुल ५ सय ८२ मत खसेकोमा १५ मत बदर भएको मुख्य निर्वाचन अधिकृत पौडेलले वताए । विहान ११ वजेवाट शुरु भएको मतदान दिउँसो १ वजेसम्म चलेको थियो ।मतदान लगत्तै पर्यवेक्षक, सुरक्षाकर्मि र प्रत्यासीका प्रतिनिधीको रोहवरमा मुचुल्का गरी कडा सुरक्षा घेराका विच मतगणना गरिएको थियो। ४ वटा मतदान केन्द्रमा मतदान अधिकृत र सहायक मतदान अधिकृतका रुपमा १६ जना विद्यार्थी खट्टिएका थिए । विद्यालयको पाठ्यक्रममा नै निर्वाचन र मतदानका विषय समावेश भएकाले पनि प्रयोगात्मक अभ्यासको रुपमा निर्वाचन प्रणली मार्फत क्याप्टेन र सह क्याप्टेन चयन गरिएको प्रधानाध्यापक कृष्णप्रसाद आचार्यले वताए।

निर्वाचनमा सुरक्षाकर्मि, पत्रकार, पर्यवेक्षक, एजेन्ट, स्वयंसेवक र निर्वाचन कर्मचारीको रुपमा विद्यार्थी नै खट्टिएका थिए। यसअघि गत वुधवार मनोनयन दर्ता गरी उम्मेदवारी दिएका प्रत्यासीले विद्यार्थी मतदाताका विच आफना प्रतिबद्धता सार्वजनिक गरेका थिए । मतपत्र वाहेक निर्वाचनका आवस्यक सामाग्री भने जिल्ला निर्वाचन कार्यालय कास्कीले सहयोग गरेको थियो।

क्यान्सरको जोखिम पहिचान गर्न स्वास्थ्य शिविर

पोखरापत्र संवाददाता
गोरखा, ११ जेठ

गोरखाको बारपाक सुलिकोट गाउँपालिकामा पाठेघरको मुखमा हुने क्यान्सरको पहिचान र न्यूनीकरणका लागि निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन गरिएको छ।

महिलामा हुने पाठेघरको मुखमा हुने क्यान्सरको जोखिम पहिचान गर्न भिआइए (एसिड राखेर भाइरसको कोषिका हेर्ने विधि) परीक्षण तथा निःशुल्क स्वास्थ्योपचार शिविर आओजना गरिएको हो । गाउँपालिकाको आयोजना तथा क्यान्सर रिलिफ सोसाइटी काभ्रे र अष्ट्रेलियन क्यान्सर फाउण्ेसनको प्राविधिक सहयोगमा सञ्चालन गरिएको शिविरमा पालिकाभित्रका पाँच सय ७० महिलाले उपचार सेवा लिएका गाउँपालिकाका अध्यक्ष विष्णुप्रसाद भट्टले जानकारी दिनुभयो । "भिआइए परीक्षणले केही वर्षपछि क्यान्सर हुँदैछ वा पाठेघरको अवस्था कस्तो छ भन्ने पहिचान गर्दछ", गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखाका प्रमुख मोदराज भट्टले भन्नुभयो, "हामीले औषधि राखेर हेर्छौं र परीक्षणबाट क्यान्सर बनाउने एचपिभी जीवाणु पोजेटिभ वा नेगेटिभ के छ भन्ने पत्ता लाग्छ । पाठेघरको अवस्था पत्ता लागेपछि सोही अनुसार उपचार गर्न सकिन्छ ।" यो विधिबाट एचपिभी भाइरस पत्ता लागेमा क्यान्सर हुनुअघि नै उपचार गरी बच्न सकिने चिकित्सक बताउँछन् । स्वास्थ्य शाखाका प्रमुख भट्टले पालिकाभित्रका सबैलाई पायक पर्ने गरी विभिन्न पाँच वटा वडामा शिविर सञ्चालन गरिएको जानकारी दिनुभयो । "शिविरमा २५ देखि ६० वर्ष उमेर समूहका महिलाले सेवा लिएका थिए", उहाँले भन्नुभयो, "परीक्षण गराएकामध्ये करिब पाँच प्रतिशत महिलामा पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुनसक्ने जोखिम रहेको पाइएको छ।"

शिविरमा क्यान्सरको जोखिम देखिएका महिलाले समयमै थप उपचार गर्नुपर्ने भन्दै जोखिम न्यूनीकरण गर्न मद्दत पुग्ने उद्देश्यले शिविर सञ्चालन गरिएको प्रमुख भट्टले बताउनुभयो। दुर्गम भेगका महिलामा पाठेघरको क्यान्सर, पाठेघर खस्ने समस्या तथा फिस्टुलाको समस्या बढी देखिने भएकाले समस्या पहिचान तथा न्यूनीकरण गर्न शिविर सञ्चालन गरिएको उहाँको भनाइ छ।

बागलुङमा दुई हजार एक सय ७४ हेक्टर वनमा क्षति

पोखरापत्र संवाददाता
बागलुङ, ११ जेठ

डढेलोका कारण दुई महिनामा बागलुङमा दुई हजार एक सय ७४ हेक्टर वनमा क्षति भएको छ। फागुन ११ गते बरेङको सल्लेरी सामुदायिक वनबाट सुरु भएको डढेलो वैशाख १९ गतेसम्म ६८ वनमा फैलिएको थियो।

जिल्ला डिभिजन वन कार्यालयका अनुसार फागुन ११ गतेदेखि सुरु भएको डढेलो वैशाखको १९ गतेसम्म ६८ वनमा लागेको थियो। दुई महिनामा ६६ सामुदायिक वन तथा दुई राष्ट्रिय वनमा डढेलो लागेको डिभिजन वन अधिकृत सरोज पन्थीले जानकारी दिनुभयो। राष्ट्रिय तथा सामुदायक वनमा आगलागीका कारण ठूलो क्षति भएको उहाँले बताउनुभयो। दुई हजार एक सय ७४ हेक्टर वनमा देखिने क्षति भए पनि अप्रत्यक्ष रूपमा वन्यजन्तु र पर्यावरणमा ठूलो क्षति भएको उहाँले जानकारी दिनुभयो।

तमानखोला गाउँपालिका-२ स्थित रानीवन सामुदायिक वनमा वैशाख १३ गते लागेको डढेलोले एकजनाको मृत्यु, दुई घाइते भएका थिए। बागलुङ नगरपालिका-१२ अमलाचौर हिलेजुके सामुदायिक वनमा वैशाखको १९ गतेको डढेलोबाट एक घर, तीन गोठ जलेको थियोभने दुई भैँसी, तीन गाई, पाँच बाख्रा मरेका थिए। ताराखोला गाउँपालिका-१ स्थित राष्ट्रिय वनमा लागेको डढेलोबाट तीन घर, पाँच गोठ, छ बाख्रा, दुई भैँसी, एक राँगा मरेका थिए।

"जङ्गली जनावर पनि मरेका छन्,केही बस्तीमा छिरेका पाएका छौँ, जनावारको क्षतिको तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न सकिएको छैन", पन्थीले भन्नुभयो । जिल्लामा एक लाख पाँच हजार पाँच सय एक हेक्टर जमिनमा वन फैलिएको छ । जिल्लाको ३३ हजार नौ सय नौ हेक्टरमा पाँच सय २७ सामुदायिक वन छन्।

कीर्तिमानी कामिरितालाई विमानस्थलमा भव्य स्वागतआग्रह

रासस
काठमाडौं, ११ जेठ

सर्वोच्च शिखर सगरमाथाको ३०औँ पटक सफल आरोहण गरेर विश्व कीर्तिमान कायम गरेका कामिरिता शेर्पा आरोहण सकेर शुक्रबार काठमाडौँ फर्किनुभएको छ।

ल ु क ल ा ब ा ट अपराह्न काठमाडौँ आइपुग्नुभएका कीर्तिमानी आरोही शेर्पालाई त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा पर्वतारोही, पर्यटन व्यवसायीलगायतले भव्य स्वागत गर्नुभएको थियो। सगरमाथा आधार शिविरस्थित पर्यटन विभागको अस्थायी फिल्ड कार्यालयका अनुसार कामिरिता शेर्पाले यही जेठ ९ गते बिहान ७ बजेर ४९ मिनेटमा सगरमाथाको चुचुरोमा ३० औँ पटक पाइला टेकेर कीर्तिमान बनाउनुभएको थियो। वसन्त ऋतुको जारी आरोहणमा कामिरिताले यसअघि धैरे पकट सगरमाथाको सफल आरोहण गर्ने आफ्नै नाममा रहेको कीर्तिमान तोड्नुभएको हो। यो 'सिजन'मा कामिरिताले गत वैशाख ३० गते सगरमाथाको २९औँ पटक आरोहण गरेर यसअघि २८औँ पटक सगरमाथा आरोहणको कीर्तिमान तोड्नुभएको थियो । कामिरिताले गत वर्षभैँ यसपटक पनि दुईपटक सगरमाथा आरोहण गर्नुभएको हो। सोलुखुम्बुको खुम्बु पासाङ्ल्हामु गाउँपालिकाको थामेका ५४ वर्षीय कामिरिता कुशल पर्वतारोही पथप्रदर्शकसमेत हुनुहुन्छ। सन् १९९४ मे १३ मा पहिलो पटक सगरमाथाको चुचुरोमा पुग्नुभएका उहाँका नाममा आठ हजार मिटर अग्ला शिखरमा सबैभन्दा बढी आरोहण गरेको कीर्तिमान छ।

पोखराका ४ पत्रकारलाई दीर्घ पत्रकारिता सम्मान

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ११ जेठ

नेपाल पत्रकार महासंघ कास्कीले १७ औं साधारण सभाको अवसरमा ४ जना अग्रज पत्रकारलाई सम्मान गर्ने भएको छ।

पोखराका अग्रज पत्रकारहरु शिरोमणि बराल, सुरेन्द्र थापामगर, ज्यो.डा. बलराम उपाध्याय रेग्मी र विश्वप्रकाश लामिछानेलाई दीर्घ पत्रकारिता सम्मान अर्पण गर्न लागेको हो।

पत्रकारिता क्षेत्रमा पुऱ्याएको अतुलनीय योगदानको उच्च कदर गर्दै सम्मान गर्न लागिएको पत्रकार महासंघ कास्कीकी अध्यक्ष विमला भण्डारीले जानकारी दिइन्। 'नेपाल पत्रकार महासंघ कास्कीको संस्थागत विकासका साथै पत्रकारिता क्षेत्रको समग्र उन्नयनमा लामो समयदेखि उहाँहरुले योगदान दिनुभएको छ।

त्यसैले हामीले उहाँहरुलाई सम्मान गर्न लागेका हौं,' उनले भनीन् । उनीहरुलाई नेपाल पत्रकार महासंघ कास्कीको १७ औं साधारण सभा १२ औं अधिवेशनको अवसरमा शनिबार नेपालका प्रथम राष्ट्रपति डा. रामवरण यादवको उपस्थितीमा सम्मान अर्पण गरिने अध्यक्ष भण्डारीले जानकारी दिइन्।

तपाईंको आज

मेष	: मानसिक तनाब	तुला	: शुभ यात्रा
वृष	: शारीरिक झमेला	वृश्चिक	: स्वास्थ्यमा सुधार
मिथुन	: ब्यापारमा लाभ	धनु	: सहयोग मिल्नेछ
कर्कट	: शत्रुको भय	मकर	: अप्रत्यसित लाभ
सिंह	: झमेला बड्ने	कुम्भ	: सत्कार मिल्नेछ
कन्या	: कार्यमा सफलता	मीन	: आर्थिक समस्या

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

गीतकार सङ्घ नेपालले विभिन्न श्रष्टालाई पुरस्कृत गर्ने

रासस
काठमाडौं, ११ जेठ

'अमर-भावना राष्ट्रिय स्रस्टा सम्मान गीतकार सङ्घ नेपाल-२०८०' डा रिजाललाई प्रदान गरिने भएको छ । पुरस्कारको राशि रु एक लाख ५१ हजार रहेको छ।

त्यसैगरी, 'भैरवनाथ रिमाल (कदम) वर्ष गीत पुरस्कार गीतकार सङ्घ नेपाल-२०८०' आमा (मदन माबो), पिता (डा ओमकृष्ण भट्टराई) र माटोको माया (ज्ञानप्रसाद भट्टराईलगायत १० वटा उत्कृष्ट गीतलाई प्रदान गर्ने निर्णय गरिएको सङ्घका महासचिव टीका राई (शिव) ले जानकारी दिनुभयो । यो पुरस्कारको राशि रु ७५ हजार रहेको छ।

यस्तै रु २५ हजार दुई सय ५२ राशिको 'विष्णु मन्सरा सम्मान गीतकार सङ्घ नेपाल-२०८०' गीतकार अशोक दत्तलाई प्रदान गरिने भएको छ । 'डायसपोरा गीतकार सम्मान गीतकार सङ्घ नेपाल-२०८०' भने गीतकार पदमा लिङ्खा मगरलाई प्रदान गरिने छ। यो पुरस्कारको राशि रु १५ हजार रहेको छ।

गीतकार सङ्घ नेपालको १५ औँ स्थापना दिवसका अवसरमा पुरस्कार प्रदान गरिने गरिने जनाइएको छ।

नागरिक पारदर्शिताका लागि सार्वजनिक लेखा परीक्षण

पोखरा महानगरपालिका वडा नं. २१ पिप्ले सार्वजनिक शौचालय निर्माण गर्दा निम्न बमोजिमको आम्दानी तथा खर्च भएको व्यहोरा सम्बन्धित सरोकारवालाहरुको जानकारीको लागि यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशन गरिएको छ।

योजनाको नामः पिप्ले सार्वजनिक शौचालय निर्माण
ठेगानाः पोखरा-२१, कास्की
योजना शुरु मितिः २०८०/११/१० गते
योजना सम्पन्न हुने मितिः २०८१/१/१५ गते
योजना सम्पन्न भएको मितिः २०८१/०१/१८ गते
योजनाको कुल लागतः रु. ६,६६,६७९/६२
महानगरपालिकाबाटः रु. ६,००,०००/-
जनसहभागिताबाटः रु.६६,६७९/६२
अध्यक्षः ऋषिराम लामिछाने सम्पर्क नं.: ९७६५६२५९४५
निर्माण समिति सदस्य संख्याः ९
महिलाः ४, पुरुषः ५

पिप्ले सार्वजनिक शौचालय निर्माण उपभोक्ता समिति
पोखरा-२१, कास्की

भिरमा मह काढेको छायाङ्कन गर्न नेशनल जियोग्राफी टोली म्याग्दीमा

रासस
म्याग्दी ११ जेठ

भिर महको निकालेको दृश्य छायाङ्कन गर्न नेशनल जियोग्राफीको टोलीसहित स्पेन र जर्मनीका नागरिक गरी १६ जना विदेशी पर्यटक म्याग्दीको धवलागिरि गाउँपालिका-२ लुलाङको खबाङ भिर पुगेका छन् ।

देख्दा आङ नै सिरिङ्ग हुने कहालीलाग्दो पहरामा भिर मह निकालिरहेको दृश्यको छायाङ्कनसँगै नेपालीको सौर्य प्रचारप्रसार गर्ने उद्देश्यका साथ विदेशीको टोली आएको धवलागिरि गाउँपालिका-२ का वडाध्यक्ष अकप्रसाद विकले राससलाई बताउनुभयो ।

टोलीले हत्केलामा जउन राखेर डोरी (परङ) मा झुन्डिएर मौरीको चाका नजिक पुगेर मह निकाल्ने मह सिकारीको अनुभवसँगै स्थानीयवासी र गाउँपालिकाको टोलीसँग छलफल गरेका वडाध्यक्ष विकले बताउनुभयो । लुलाङका स्थानीयवासी थमबहादुर सिर्पालीको समन्वयमा आएका विदेशीले धवलागिरि गाउँपालिका उपाध्यक्ष रेशम पुनमगरसँग भिर महको संरक्षण र निकाल्ने क्रममा हुने दुर्घटनाको जोखिम न्यूनीकरणका बारेमा चासो देखाएका थिए ।

भिर मह निकाल्न भिरको माथिल्लो भाग र तल्लो भागमा दुई समूहमा सिकारी बाँडिएका हुन्छन् । एक समूहले भिरको माथिबाट तल भुइँसम्म डोरी झुन्ड्याउँछन् भने भिरको तलपट्टि रहेको अर्को समूहले मह थाप्ने र गर्छन् । ठूलो भिरमा मेहनत धेरै लाग्ने भएकाले एउटा भिरमा दिनभरि खर्चिनुपर्छ ।

झण्डै पाँच सयदेखि एक हजार पाँच सय मिटर उचाइका पहरामा पुगेर गाउँका मोतिप्रसादसहितको टोलीले मह निकाल्ने गरेका छन् । गाउँपालिका उपाध्यक्ष पुनले धवलागिरिलाई ‘हनी हन्टिङ’का लागि प्रख्यात ठाउँका रूपमा चिनाउन विदेशी टोलीको आगमनले सहज भएको बताउनुभयो ।

ग्रामीण पर्यटन प्रवर्द्धनमा मह सिकारले टेवा पुग्ने उहाँले बताउनुभयो । “पर्यटन प्रवर्द्धनमा यो टोलीबाट सहयोगको आश्वासन प्राप्त भएको छ, हामीले पनि अबका दिनमा मह सिकारलाई विशेष बनाउनेछौँ”, उपाध्यक्ष पुनले भन्नुभयो ।

मौरीपालनः
स्याङ्जाको वालिङ नगरपालिका-११ डौंवाका श्यामप्रसाद अर्यालले व्यावसायिक रुपमा गर्नुभएको मौरीपालन । तस्बिर ः तोलाकान्त बगाले/रासस

सडक कालोपत्र भएपछि स्थानीयलाई आवागमनमा सहज

पोखरापत्र संवाददाता
म्याग्दी, ११ जेठ

जिल्लाको रघुगङ्गा गाउँपालिकाको पिप्ले र भगवती जोड्ने सडक कालोपत्र भएपछि स्थानीयलाई आवागमनमा सहज भएको छ ।

रघुगङ्गा-३ पिप्लेको रघुगङ्गा माविबाट वडा नं २ को मैदान हुँदै जैसीखोरसम्मको सडक कालोपत्र र ढलान भएपछि यात्राअवधि छोटिएको, भाडादर घटेको, धुलो र हिलोबाट उनीहरूलाई मुक्ति मिलेको हो ।

“साँघुरो र ग्रेड नमिलेको कच्ची सडकमा यात्रा गर्दा हिउँदमा धुलो र बर्खामा हिलोले सास्ती भएको थियो”, भगवती मैदानका बासिन्दा रिम मल्लले भन्नुभयो, “सफा सडकमा सहज र सुरक्षित यात्रा गर्न पाउँदा खुसी भएका छौँ ।” विसं २०६६ मा निर्माण भएको राहुघाटबाट पिप्ले हुँदै भगवती जोड्ने सडक १५ वर्षपछि स्तरोन्नति भएपछि कष्टपूर्ण यात्रा गर्नुपर्ने बाध्यता हटेको यातायात व्यवसायी रमेश भण्डारीले बताउनुभयो ।

“पिप्लेबाट भगवती पुग्न पहिले ४५ मिनेटदेखि एक घण्टा लाग्दथ्यो”, उहाँले भन्नुभयो, “यात्राअवधि १० मिनेटमा छोटिएको छ ।

यसअघि बेनीदेखि भगवती पुग्न प्रतियात्रु रु तीन सय भाडा रहेकामा हाल रु दुई सय ५० कायम गरिएको छ ।

गण्डकी प्रदेश सरकारको ‘एक निर्वाचन क्षेत्र, एक सडक आयोजना’ मार्फत २०७६ सालमा सुरु भएको गलेश्वर-पिप्ले-भगवती-बेग सडक आयोजना सम्झौता भएको पाँच वर्षपछि सम्पन्न हुने चरणमा पुगेको छ । यस सडकबाट पिप्ले, भगवती र बेगखोलाका तीन वडाका तीन हजारभन्दा बढी परिवार प्रत्यक्ष लाभान्वित भएका म्याग्दी-१ (१) बाट निर्वाचित पूर्वप्रदेशसभा सदस्य विनोद केसीले बताउनुभयो । प्रदेश सरकारले प्रत्यक्ष निर्वाचित सांसदको सिफारिसमा सबै निर्वाचन क्षेत्रमा एक–एक वडा सडक आयोजना सञ्चालन गरेको छ ।

जिल्ला पूर्वाधार विकास कार्यालयका प्रमुख विष्णु पौडेलले पिप्ले-भगवती खण्डमा पाँच किलोमिटर डिबीएसडी प्रविधिको कालोपत्र र पाँच सय मिटर ढलान सकिएको जानकारी दिनुभयो । पिप्लेको फूलबारी क्षेत्रमा थप पाँच सय मिटर सडक ग्राभेल भइरहेको छ । खड्का-कृष्ण जेभीले रु १८ करोड ४९ लाख आठ सय ३८ मा ठेक्का लिएको यो सडक २०७८ जेठ २४ गते सम्पन्न गर्ने लक्ष्य थियो । कोरोना महामारी, प्राकृतिक विपद्, नदीजन्य निर्माण सामग्रीको अभाव, सामाजिक समस्यालगायत कारणले ढिलाइ भएको हो ।

पहिरो प्रभावित राहुघाटबाट रघुगङ्गा माविको भवन अगाडिसम्मको दुई किलोमिटर पाँच सय मिटर सडक आयोजनाबाट हटाइएको छ । गलेश्वरबाट बगैँचासम्मको सडक पहिरोको जोखिम र बगैँचाबाट रघुगङ्गा माविसम्मको सडक राहुघाट जलविद्युत् आयोजना प्रभावित क्षेत्रअन्तर्गत पर्ने भएकाले आयोजनाबाट हटाइएको हो ।

भगवतीका पूर्ववडाध्यक्ष रिम कटुवालले भगवतीबाट बेगखोलातर्फ स्तरोन्नति गर्न आयोजनालाई निरन्तरता दिनुपर्ने बताउनुभयो । जलविद्युत् आयोजना प्रभावित क्षेत्रको सडक जलविद्युत् आयोजनामार्फत नै स्तरोन्नति गर्न पहल गर्नुपर्ने उहाँले बताउनुभयो ।

निलगिरि र अन्नपूर्ण हिमाल काग-भुषुण्डीको निवासस्थल

रासस
म्याग्दी ११ जेठ

हिमालपारिको जिल्ला मुस्ताङमा अवस्थित निलगिरि र म्याग्दीमा पर्ने अन्नपूर्ण हिमाल नजिकको भूगोल पौराणिक पात्र (ऋषि) काग-भुषुण्डीको निवासस्थल रहेको छ ।

धार्मिकग्रन्थ र संस्कृत साहित्यमा निलगिरि र अन्नपूर्ण हिमालबीचको भागमा भविष्यद्रष्टा सन्त (ऋषि) काग-भुषुण्डी द्वापर युगमा यही आएर बसेका वर्णन गरिएकाले यस क्षेत्रलाई काग-भुषुण्डीको निवास क्षेत्रका रूपमा व्याख्या गरिएको संस्कृतविद् डा जगमान गुरुङ (दोलखास्थित चरणावती त्रिवेणीधाम विकास तथा प्रवर्द्धन सङ्घले गुरुङलाई ‘नेपाल ऋषि’को उपाधिले सम्मान गरेको छ) ले बताउनुभयो ।

संस्कृत साहित्यका महाकवि कालिदासले आफ्नो कृति ‘कुमारसम्भव’मा ‘अस्त्युत्तरस्यां दिशि देवतात्मा हिमालयो नाम नगाधिराजः’ अर्थात् उत्तर दिशामा देवतास्वरूपका हिमालय नामका पर्वतराजहरू विराजमान छन् भनेर वर्णन गरेका छन् ।

भारतीय संस्कृति र साहित्यका महाकवि गोस्वामी तुलसीदासले श्रीराम चरित्रमानसमा पनि काग-भुषुण्डीको निवास नीलपर्वत (नीलगिरि हिमाल) भएको उल्लेख गर्दै यो हिमालको महिमा गान गर्नुभएको छ । काग-भुषुण्डीलाई कागस्वरूपका एक सन्त ज्ञानी ऋषि मानिन्छ । नेपाल ऋषि प्राध्यापक डा गुरुङले श्रीराम चरित्रमानसमा निलगिरि हिमाल परिसरको सुन्दर वनजङ्गल, पवित्र नदी, सरोवर र स्वर्णमय पर्वत शिखरको वर्णन गरिएको उल्लेख गर्नुभयो । उहाँका अनुसार श्रीराम चरित्रमानसमा वर्णित पवित्र नदी कालीगण्डकी हुन् । “वनजङ्गलचाहिँ त्यहाँका देवदारुका जङ्गल हुन् । सरोवरचाहिँ दामोदरकुण्ड हो । निलगिरिबाट दामोदरकुण्डसम्मको भूभाग मुक्तिक्षेत्र हो”, डा गुरुङले भन्नुभयो । उहाँका अनुसार अन्तका काग काला र साना हुन्छन् भने दामोदरकुण्डका काग सेता र ठूला हुन्छन् । दामोदरकुण्डमा पाइने यी सेता कागलाई अहिले पनि काग-भुषुण्डीको स्वरूप मानिने उहाँको भनाइ छ । मधेस र पहाडखण्डमा पाइने कुश दामोदरकुण्डमा उम्रेको पाइन्छ । दामोदरकुण्डका सेता काग र त्यहाँ उम्रेका कुश नेपाललाई प्रकृतिको वरदान भएको उहाँले बताउनुभयो ।

को थिए काग-भुषुण्डी ?

श्रीराम चरित्रमानसमा उल्लेख भएअनुसार कागको रूपमा देखिने काग-भुषुण्डी भगवान् श्रीरामका परमभक्त थिए । उनलाई भविष्य तथा भूतकालको पूर्ण ज्ञान पहिले नै हुन्थ्यो । उनी समय बन्ने र बिग्रिने पाङ्लालाई देख्न सक्दथे । पुराणमा उल्लेख भएअनुसार सबैभन्दा पहिला राम कथा भगवान् शङ्करले पार्वतीलाई सुनाउँदा काग-भुषुण्डीले सुनेका थिए । रावणको पुत्र मेघनादले रामसँग युद्ध गर्दैगर्दा भगवान् रामलाई नागपाशले बाँधेका थिए । त्यसपछि पक्षीराज गरुडले नागपाशमा बाधिएका सम्पूर्ण नागलाई मारेर भगवान् श्रीरामलाई बन्धनबाट मुक्त गराएका थिए । “भगवान् राम नागपाशमा बाँधिएको देख्दा गरुडलाई बाँधिएका व्यक्ति राम भगवान् हुन् कि होइनन् भन्ने कुरामा शङ्का लाग्यो । गरुडको सन्देहको निवारणका निम्ति नारद ऋषिले उनलाई ब्रह्माजीकोमा पठाए । ब्रह्माजीले शङ्करजीकोमा पठाइदिनुभयो । भगवान् शङ्करले पनि गरुडको सन्देहको निवारणका निम्ति काग-भुषुण्डी भएको ठाउँ निलगिरि पर्वतमा पठाएपछि काग-भुषुण्डीले भगवान् श्रीराम चरित्रको कथा सुनाएर गरुडको सन्देह हटाउनुभएको श्रीराम चरित्रमानसमा उल्लेख गरिएको छ”, नेपाल ऋषि प्राध्यापक डा गुरुङले भन्नुभयो ।

उहाँका अनुसार उत्तरी म्याग्दीको अन्नपूर्ण गाउँपालिका-४, नारच्याङमा पर्ने अन्नपूर्ण प्रथम हिमालको आधारशिविर नजिकै पञ्चकुण्ड ताल र ताल नजिकै काग-भुषुण्डी ऋषिले तपस्या गरेको भनिएको काग-भुषुण्डी डाँडो छ । धार्मिक तथा पर्यटकीय महत्वको पञ्चकुण्ड तालको लम्बाइ झण्डै एक किलोमिटर र चौडाइ दुई सय मिटर रहेको अनुमान गरिएको छ । वरिपरिबाट सुन्दर हिमालय पर्वतले घेरिएको अन्नपूर्णको आधार शिविरमा रहेको पञ्चकुण्ड ताल निलो रङमा देखिन्छ । यो ताल समुद्री सतहबाट चार हजार ५० मिटरको उचाइमा रहेको छ ।

तालमा अन्नपूर्ण हिमालको प्रतिबिम्ब अर्थात् (छायाँ) देख्न सकिन्छ । तालबाट माथि चार हजार एक सय ९० मिटरको उचाइमा ग्राउण्ड तथा हेलिप्याड र त्यसभन्दा माथि चार हजार तीन सय पाँच मिटरको उचाइमा अन्नपूर्ण प्रथम हिमालको आधार शिविर पर्दछ । तालको छेउबाट निलगिरि र अन्नपूर्णको सबै क्षेत्रलाई अवलोकन गर्न सकिन्छ ।

नागरिक पारदर्शिताका लागि सार्वजनिक लेखा परीक्षण

पोखरा महानगरपालिका वडा नं. १२ सिटिइभिटीई मार्गमा बाटो ढलान निर्माण गर्दा निम्न बमोजिमको आम्दानी तथा खर्च भएको व्यहोरा सम्बन्धित सरोकारवालाहरुको जानकारीको लागि यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशन गरिएको छ ।

योजनाको नामः सिटिइभिटीई मार्गमा बाटो ढलान
ठेगानाः पोखरा-१२
योजना सम्झौता मितिः २०८०/०९/०५ गते
योजना सम्पन्न हुने मितिः २०८१/०२/२९ गते
योजना सम्पन्न भएको मितिः २०८१/०१/३० गते
योजनाको कुल लागतः रु. १७,६४,७०५/८८
महानगरपालिकाबाटः रु. १५,००,०००/-
जनसहभागिताबाटः रु.२,६४,७०५/८८
उपभोक्ता समिति अध्यक्षः खगेन्द्र सिंह गुरुङ

सिटिइभिटीई मार्गमा बाटो ढलान उपभोक्ता समिति
पोखरा-१२

सिरोहियालाई थप तीन दिन हिरासतमा राख्न अनुमति

रासस
काठमाडौं, ११ जेठ

जिल्ला अदालत धनुषाले नागरिकतासम्बन्धी मुद्दामा पक्राउ परेका कान्तिपुर मिडिया ग्रुपका अध्यक्ष कैलाश सिरोहियालाई थप तीन दिन हिरासतमा राखेर अनुसन्धान गर्न अनुमति दिएको छ ।

न्यायाधीश रोमाकान्त ज्ञवालीको इजलासले आज सिरोहियालाई थप तीन हिरासतमा राखेर अनुसन्धान गर्न अनुमति दिएको हो । धनुषा अदालतको पाँच नं इजलासमा पक्ष-विपक्षका वकिलहरूको बहसपछि यस्तो आदेश दिइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय धनुषाका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक रञ्जन अवाले जानकारी दिनुभयो । शुक्रबार वरिष्ठ अधिवक्ताहरू शम्भु थापा, रमण श्रेष्ठ, शेरबहादुर केसी, गोविन्द शर्मा बन्दी र टिकाराम भट्टराई तथा अधिवक्ताहरू रमणकुमार कर्ण, किशोर पौडेल र दीपेन्द्र झाले सिरोहियाको पक्षमा बहस गर्नुभएको थियो । प्रहरीले सिरोहियालाई गत मङ्गलबार पक्राउ गरेको थियो ।

दिवा खाजामा कोदोको दुनोट

पोखरापत्र संवाददाता
म्याग्दी, ११ जेठ

म्याग्दीका विद्यालयमा रैथाने बालीका परिकार बनाएर दिवा खाजामा प्रयोग गर्न थालिएको छ । स्वास्थ्य, सरसफाइ, रैथाने बालीको संरक्षण र प्रवर्द्धनका लागि विद्यालयका चमेनागृहमा स्थानीय खाद्यान्नको परिकार तयार पार्न थालिएको हो ।

चाउचाउ, बिस्कुटलगायत तयारी खानाको विकल्पमा कोदोको दुनोट, केक, पिज्जा, अचार, भटमासको चिया, सेकुवा, अचार, फर्सीको जाम, टमाटरको केचप, सिस्नुको आइसक्रिमलगायतका परिकार प्रयोग गर्न थालेका विद्यालयले जनाएका छन् । स्थानीय तहहरूले अभिभावक र चमेनागृह सञ्चालकलाई आयात गरिएको तयारी पत्रुखाना ‘जङ्क फुड’को विकल्पमा रैथाने बालीको खाद्यान्नबाट परिकार बनाउने तालिम दिएका छन् । अन्नपूर्ण गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष दिवाकुमारी पुनले विद्यालयमा ‘जङ्क फुड’ निषेध गर्नका लागि १, २, ३ र ६ नम्बर वडाका अभिभावकलाई रैथाने बालीबाट खाजाको परिकार बनाउने सीप सिकाएको जानकारी दिनुभयो ।

“अभिभावक र विद्यालयको चमेनागृहका सञ्चालकलाई पोषणयुक्त खाजा बनाउने ज्ञान र सीप सिकाउन बाँकी चार वटा वडामा पनि तालिम चलाउने तयारीमा छौँ”, उहाँले भन्नुभयो, “आयातित अस्वस्थकर जङ्क फुडको विकल्पमा रैथाने खाद्यवस्तुबाट परिकारको प्रयोगमा जोड दिएका छौँ ।”

बेनी नगरपालिकाको कृषि शाखाले विद्यालयका २० जना चमेनागृह सञ्चालकलाई गत हप्ता रैथाने बालीका परिकार बनाउने तालिम प्रदान गरेको छ । कोदो, गहुँ, आलु, भटमास, सिस्नु, फर्सीलगायतका रैथाने बालीबाट खाजाका परिकार बनाउने सैद्धान्तिक तथा व्यवहारिक ज्ञान सीप प्रदान गरिएको बेनी नगरपालिकाको कृषि अधिकृत आकृति ढुङ्गानाले बताउनुभयो ।

जङ्कफुड प्याकिङ गर्ने प्लास्टिकले विद्यालय परिसर फोहर र विद्यार्थीको स्वास्थ्यमा असर परेको छ । धौलागिरि गाउँपालिका-३ मा रहेको धौलागिरि माध्यमिक विद्यालयका प्रधानाध्यापक रुपेश सुवेदीले स्थानीय खाद्यान्नबाट हरेक दिन फरकफरक परिकार बनाएर शिक्षक र विद्यार्थीले खाजा खाने गरेको बताउनुभयो ।

“अभिभावक भेलाबाट आइतबारदेखि बिहीबारसम्म खाने खाजाको तालिकानै बनाएका छौँ”, उहाँले भन्नुभयो, “खर्चको पनि बचत भएको छ ।” सरकारले प्रतिविद्यार्थी रु १५ का दरले दिवा खाजाका लागि अनुदान दिने गरेको छ । बेनी नगरपालिका-४ डाँडाखेतको बालमन्दिर आधार भूत विद्यालयले दिवा खाजाका लागि विद्यालय परिसरको खाली जमिनमा तरकारी खेती गरेको प्रअ रामप्रसाद शर्माले बताउनुभयो ।

बेनी नगरपालिकाका उपप्रमुख ज्योति लामिछानेले अस्वस्थकर परिकारको प्रयोग घटाउन र रैथाने बालीका खाद्यान्न परिकारमा जोड दिएको बताउनुभयो । विद्यालयलाई ‘जङ्क फुड’ निषेधित क्षेत्र बनाउने तयारी गरेको उहाँले बताउनुभयो ।