

के तपाईंको घर पानीले रसाएको छ ?
अब चिन्ता नगर्नुहोस !
चिन्ताको समाधान Waterproofing ले गर्ने छ । 900% ग्यारेन्टीका साथ समस्याको समाधान ।
सम्पर्क: प्रगति ट्रेड कन्सल्ट
रानीपोवा, पोखरा-११ (रविजता पार्टी क्लबको नजिक)
०६१-५७८०८८, ८८५६०२३३३, ८८८६८९८७७७

पोखरापत्र

राष्ट्रिय दैनिक

Pokharapatra National Daily

रु. १.५ मा
कलर मिजिटिड कार्ड साथै
तुरुन्त क्यालेण्डर पुस्तक, स्मारिका आदि छपाई गर्नु परेमा
सम्पर्क:
०६१-५७०६५१, ८८५६०७५७७५

□ वर्ष २५ □ अङ्क २५० □ श्रेणी क्षेत्रीय 'क' □ २०८१ असोज ४ गते शुक्रबार □ 20 Sept. 2024 □ पृष्ठ ४ □ मूल्य रु. ५।-

संविधान कार्यान्वयन गर्न प्रदेश प्रमुख भट्टको आग्रह

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ३ असोज

गण्डकी प्रदेशका प्रमुख डिल्लीराज भट्टले संविधानको पूर्ण पालना र कार्यान्वयनमा राज्यका सबै अङ्गहरूले निष्पक्ष र न्यायपूर्ण भूमिका खेल्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभएको छ ।

गण्डकी प्रदेश सरकारद्वारा संविधान दिवसका अवसरमा बिहीबार पोखरामा आयोजित मूल समारोहलाई सम्बोधन गर्दै उहाँले संविधानको कार्यान्वयनमार्फत राष्ट्रिय समृद्धि हासिल गर्ने सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रका आधारभूत मान्यता र मूल्य प्रणालीलाई राष्ट्रिय जीवनपद्धति बनाउनुपर्ने बताउनुभयो ।

“हाम्रो संविधानले सामाजिक न्यायमा आधारित समतामूलक समाजको परिकल्पना साकार बनाउन समाजवाद उन्मुख अर्थतन्त्रको निर्माण गर्ने लक्ष्य लिएको छ”, प्रदेश प्रमुख भट्टले भन्नुभयो, “उक्त लक्ष्य हासिल गर्न मुलुकमा उपलब्ध प्राकृतिक श्रोत तथा उर्जाशील युवाशक्तिसहित मानवीय संसाधनका दिगो सदुपयोग गर्दै कृषि, वन, जलश्रोत र पर्यटनमा आधारित उद्यमशीलताको विकासमार्फत स्वावलम्बी राष्ट्रिय अर्थतन्त्रको निर्माण गर्नु आजको आवश्यकता हो ।”

नेपाली जनताको दशकौं लामो सङ्घर्ष र बलिदानको फलस्वरूप सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र नेपालको संविधान जारी भएको



उहाँले बताउनुभयो । संविधानले सुनिश्चित गरेका मौलिक अधिकारहरूको कार्यान्वयन गरी राज्यबाट प्राप्त हुने सेवा र सुविधाहरूमा सबै नागरिकको समान पहुँच स्थापित हुनुपर्ने उहाँले बताउनुभयो । सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको संस्थागत विकास र सुदृढीकरण गर्न मुलुकको राष्ट्रिय एकता, अखण्डता र जनतामा निहित सार्वभौमसत्तालाई सर्वोपरी राख्न आवश्यक रहेको उहाँको भनाइ छ । समारोहमा गण्डकी प्रदेशका मुख्यमन्त्री सुरेन्द्रराज पाण्डेले संविधानले सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक शासन व्यवस्थाको माध्यमद्वारा दिगो शान्ति, सुशासन, विकास र समृद्धिको आकङ्क्षा पूरा गर्ने सङ्कल्प लिएको बताउनुभयो । “निरङ्कुश र केन्द्रीकृत राज्य व्यवस्थाद्वारा सिर्जित विभेद र उत्पीडनको अन्त्य गर्दै जातिय, भाषिक, धार्मिक, सांस्कृतिक तथा भौगोलिक विविधतायुक्त नेपाली समाजलाई राष्ट्रिय एकताको सूत्रमा

आबद्ध गरेको छ”, मुख्यमन्त्री पाण्डेले भन्नुभयो । मुलुकलाई सामाजिक न्यायसहितको आर्थिक समृद्धिको दिशातर्फ अघि बढाउनुपर्ने दायित्व राजनीतिक नेतृत्वसामु रहेको उहाँको भनाइ छ । संविधानमा व्यवस्था भएअनुसार सङ्घ, प्रदेश र स्थानीय तहलाई शक्ति र श्रोतको बाडफाँट गर्दै सङ्घीय प्रणालीलाई संस्थागत गर्नुपर्ने मुख्यमन्त्री पाण्डेले बताउनुभयो । गण्डकी प्रदेशसभाका सभामुख कृष्णप्रसाद धितालले संविधानको पूर्ण कार्यान्वयनमा जोड दिनुभयो । उहाँले संविधानले निदृष्ट गरेअनुसार धेरै ऐन, कानून बनाउनुपर्ने आवश्यक रहेको उहाँले बताउनुभयो । “सङ्घ सरकारले ऐन नबनाएका कारण कतिपय प्रदेश कानून अगाडि बढाउन सकेको छैन”, सभामुख धितालले भन्नुभयो, “नागरिकलाई थप सुदृढ र अधिकारसम्पन्न बनाउन राजनीतिक दलहरू एकता र समन्वयका साथ अगाडि बढ्नु आवश्यक छ ।”

गण्डकी प्रदेशका पूर्वमुख्यमन्त्री खगराज अधिकारीले संविधान निर्माण राष्ट्रिय एकतासाथ गरिएको भन्दै संशोधन र परिमार्जन गर्दा पनि राष्ट्रिय सहमतिका आधारमा मात्र गरिने बताउनुभयो । उहाँले संविधानले व्यवस्था गरेका गणतन्त्र, सङ्घीयता, धर्मनिरपेक्षता, समानुपातिक र समोवशी सिद्धान्तप्रति कसैसँग सम्झौता नुहने बताउनुभयो । “नागरिकका अधिकारलाई थप सुदृढ र अधिकारसम्पन्न गराउन संविधान संशोधन हुनसक्छ, तर यो विद्या राजनीतिक दलहरूबीचको एकता र सहमतिका आधारमा मात्र अगाडि बढ्छ”, पूर्वमुख्यमन्त्री अधिकारीले भन्नुभयो ।

गण्डकी प्रदेशसभाका विपक्षी दलका नेता हरिबहादुर चुमानले संविधानको पूर्ण कार्यान्वयन नहुँदा सङ्घीयताप्रति टिकाटिप्पणी भइरहेको बताउनुभयो । उहाँले संविधानका उपलब्धीलाई रक्षा गर्न परिवर्तनका पक्षधर शक्तिहरू एकठाउँ उभिनपर्ने बताउनुभयो । औपचारिकसमारोहअघि मुख्यमन्त्री पाण्डेले गायतले सहिदचोकमा पुगेर सहिदका सालिकमा माल्यार्पण गर्नुभएको थियो । सहिदचोकदेखि सुरु भएको प्रभातफेरि मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद् कार्यालय परिसरमा आएर मूल समारोहमा परिणत भएको थियो । उक्त समारोहमा गण्डकी प्रदेश प्रज्ञा प्रतिष्ठानका कलाकारहरूले विभिन्न सांस्कृतिक भाँकी तथा नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए ।

पथप्रदर्शक र सहयोगीलाई वातावरणीय अपराध रोकथाम सचेतना

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ३ असोज

पोखरामा पदयात्रा क्षेत्रमा कार्यरत पथप्रदर्शक तथा सहयोगीलाई दीगो पर्यटकीय अभ्यास र वातावरणीय अपराध रोकथाम तथा नियन्त्रणसम्बन्धी सचेतना तालिम दिइएको छ ।

ट्रेकिङ एजेन्सिज एसोसिएसन अफ नेपाल (टान) गण्डकीको आयोजना एवं युएसएआडी र टान केन्द्रसँगको सहकार्यमा उक्त कार्यक्रम आयोजना गरिएको हो । तालिममा पदयात्रा क्षेत्रमा क्रियाशील एक सयभन्दा बढी पदप्रदर्शक तथा सहयोगी



सहभागी रहेका टान गण्डकीका अध्यक्ष कृष्णप्रसाद आचार्यले बताउनुभयो । दिगो पर्यटन विकासका लागि प्रकृतिको संरक्षण जरुरी रहेको उल्लेख गर्दै उहाँले सचेतनाबाट पथप्रदर्शक तथा सहयोगीमा पदयात्रा

पर्यटनमा वातावरण संरक्षणको महत्त्वसँगै यसले दीर्घकालीन रूपमा पार्ने प्रभावलागायत महत्त्वपूर्ण ज्ञान हासिल भएको बताउनुभयो । कार्यक्रमका सहभागीलाई प्रमाणपत्र वितरण बाँकी अन्तिम पृष्ठमा ▶▶

नेपाल चिकित्सक संघ गण्डकीको अध्यक्षमा डा. सुनिल पनेरु

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ३ असोज

नेपाल चिकित्सक संघ गण्डकी शाखाको नयाँ कार्य समितिको पदस्थापन कार्यक्रम शनिवार सम्पन्न भयो ।

नयाँ कार्यसमितिको अध्यक्षमा डा. सुनिल पनेरु निर्वाचन चयन भएका थिए । शाखाको वरिष्ठ उपाध्यक्षमा डा. कृष्णचन्द्र रिजाल र उपाध्यक्षमा डा. सुशील तिमिल्सिना निर्वाचन चयन भएका थिए भने सचिवमा डा. नवराज लम्जारी, सह सचिव डा. डेविड श्रेष्ठ, कोषाध्यक्षमा डा. राजेन्द्र नेपाली र सह कोषाध्यक्षमा डा. पुजन शर्मा रहेका छन् ।

त्यस्तैगरी सदस्यहरूमा क्रमशः डा. दिनेश कुमार वि.क., डा. सुस्मित काफ्ले, डा. संजय



कोइराला, डा. सुधिर रमण पराजुली, डा. बिराट शर्मा र डा. राजेन्द्र घिमिरे चुनिएका छन् । नयाँ कार्यसमितिका कार्यकाल तीन वर्षको रहने छ ।

नेपाल चिकित्सक संघका केन्द्रिय वरिष्ठ उपाध्यक्ष डा. बद्रि रिजालले कार्यक्रमको उद्घाटन गरेका थिए । गण्डकी प्रदेश संयोजक एवं गण्डकी शाखाका निवर्तमान अध्यक्ष डा. राजन शर्माको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा पोखरा स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका पूर्व उपकुलपति डा. बुद्धिबहादुर थापा, डीन डा. श्रीकृष्ण श्रेष्ठ र अस्पताल निर्देशक डा. भरत बहादुर खत्रीको उपस्थिति रहेको थियो ।

रूपा रिडरोड दोस्रो खण्डको शिलान्यास

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ३ असोज

कास्कीको रूपा गाउँपालिकामा पर्ने रामकोट-दूलीवेशी-देउपूर वेसी-पोल्याड (रूपा रिडरोड)को दोस्रो खण्डको काम अघि बढेको छ ।

गण्डकी प्रदेशका निवर्तमान मुख्यमन्त्री खगराज अधिकारी र भौतिक पूर्वाधार विकास

तथा यातायात व्यवस्था मन्त्री प्रकाशबहादुर केसीले बिहीबार रूपा १ र ७ मा पर्ने उक्त रिड रोडको दोस्रो खण्डको संयुक्त शिलान्यास गरे ।

संघ र प्रदेश सरकारले बराबर आर्थिक भार ब्यहोर्ने गरी (समपूरक योजना) ४७ करोड १८ लाख ९९ हजार रूपैयाँ लागतमा १६.१२ ९ किलोमिटर दूरीको यो बाटो



बन्ने छ । शिलान्यास कार्यक्रममा बोल्दै निवर्तमान मुख्यमन्त्री अधिकारीले प्रदेश सरकार भएकैले यो सडक बन्न लागेकाले प्रदेश सरकारको आवश्यकता पुष्टि भएको बताए । प्रदेश सरकारकै सहयोगमा गाउँपालिकामा गाउँ-गाउँमा मोटरबाटो पुगेको उनले सुनाए । ‘प्रदेश सरकार बन्नु पहिले ५० मिटर पिच बाटो थियो । अहिले धेरै ठाउँमा बाटो बनेको छ,’ अहिले केही टोलमा पिच बाटो बन्न बाँकी छ । यसले प्रदेश सरकार किन चाहिने रहेछ भनेर देखाउँछ ।’

गाउँमा सडक पूर्वाधार पुग्ने तर मानिस सहर भर्ने परिस्थिति बन्नु दुःखद भएको उनले टिप्पणी गरे । रूपा रिडरोड बनेपछि गाउँका उत्पादनलाई बजारसम्म पुऱ्याउने विषयमा ध्यान दिनुपर्ने अधिकारीको भनाइ थियो । ‘खेतबारी बाँभो रहन दिनु हुँदैन । बजारबाट किनेको खान भन्ने हुनुपर्छ,’ उनले भने, ‘

बजारबाट खाली आउने गाडीलाई यहाँबाट भरेर पठाउनुपर्छ । पोखराबाटै सामान बोकेर आउने अवस्था भयो भने हामी र भोलिको पुस्ताका लागि अभिशाप हुन्छ ।’ भौतिक मन्त्री केसीले समयमै काम सक्न र जनतालाई दुःख दिने काम नगर्न निर्माण व्यवसायीलाई निर्देशन दिए ।

काम गर्ने क्रममा निर्माण व्यवसायीलाई कुनै समस्या भए प्रदेश सरकारले त्यसलाई समाधान गर्न सहयोग गर्ने उनले प्रतिबद्धता जनाए । निर्माण कार्यमा बजेट अभाव हुन नदिने मन्त्री केसीले सुनाए । ‘अहिले बेगनास तालबाट रामकोटसम्म आउने सडक स्तरोन्नतिका लागि संघ र प्रदेश सरकारबाट विभिन्न खण्डमा काम भइरहेको अवस्था छ,’ मन्त्री केसीले भने, ‘प्रदेशले काम गर्ने गरि छुट्टाइएको खण्डमा बजेट अभाव हुन नदिने तथा सधैले काम गरिरहेको खण्डमा समेत समयमा बाँकी अन्तिम पृष्ठमा ▶▶

सुपथ मूल्यमा आकर्षक छपाई

पुस्तक, स्मारिका, ब्रोसर, क्यालेण्डर, निमन्त्रणा कार्ड, बिल, रसिद, पोष्टर, पम्प्लेट, मिजिटिङ्ग कार्ड आदि छपाईसम्बन्धी कामका लागि हामीलाई सम्मन्जुहोस् ।

हिमालय अफसेट प्रेस
नयाँबजार, पोखरा
फोन नं. : ०६१-५७०६५१

संविधानको रक्षार्थ सबै जुटौं

- ◆ संविधान देशको मुल कानून तथा राजनीतिक र सामाजिक सहमतिको दस्तावेज हो ।
- ◆ संविधान प्रदत्त जनताको हक र अधिकारको रक्षा गर्नु सबैको कर्तव्य हो ।
- ◆ संविधानको मर्मअनुरूप निर्माण गरिएका कानूनले राज्यका निकायहरूको क्षेत्राधिकार निर्धारण गरी नागरिक अधिकारलाई रक्षा गरेको हुन्छ ।
- ◆ संविधानसँग बाभिने कानून, नीति तथा विधिहरू अमान्य हुन्छन् ।

त्यसैले संविधानको पालना गर्नु सबैको कर्तव्य हो ।

नेपाल सरकार विज्ञापन बोर्ड

पथप्रदर्शक ...

गर्दै गण्डकी प्रदेशका पर्यटन मन्त्री मित्रलाल बस्न्यालले पर्यटन क्षेत्रलाई व्यवस्थित एवं प्रभावकारी बनाउन गण्डकी प्रदेश सरकारले पर्यटन नीति ल्याउने तयारी गरेको जानकारी दिनुभयो। पोखरा पर्यटन राजधानी घोषणा भइसकेको अवस्थामा यसको औचित्य पुष्टि

हुने गरी काम गर्नुपर्ने आवश्यकता औल्याउँदै उहाँले पदमार्गहरू छोट्टिदै गएका अवस्थालाई दृष्टिगत गरी नयाँ सोचका साथ अघि बढ्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो। टान केन्द्रका महासचिव सोनाम ग्याजिङ शेर्पाले २९ दिन समयावधिको अन्नपूर्ण चक्रीय पदमार्ग ११ देखि १५ दिनमा छोट्टिएको भन्दै पदमार्गहरू छोट्टिदै जानु चुनौती बनेको

बताउनुभयो। पदयात्रासँग संस्कृति र जनजातिसँगका कार्यक्रमलाई जोड्नु आवश्यक भएको उहाँले बताउनुभयो। टान गण्डकीका सल्लाहकार एवं नेपाल पर्यटन बोर्डका पूर्वसदस्य टीकाराम सापकोटा, पोखरा उद्योग वाणिज्य सङ्घका अध्यक्ष गोकर्ण कार्की, टान गण्डकीका प्रथम उपाध्यक्ष तीर्थराज सुवेदी, सचिव गोपालकृष्ण सङ्घ

ग्रीला, नाड्डा गण्डकी प्रदेशका अध्यक्ष किशोर दाहाल, पोखरा पर्यटन परिषद्का वरिष्ठ उपाध्यक्ष हरि भुजेल, युएसएआइडीका मोहनबहादुर विक, नेपाल पर्यटन बोर्डका वरिष्ठ अधिकृत कुन्दन मिश्र, प्रशिक्षार्थी कमल कार्कीलगायतले पदयात्रा पर्यटनलाई दिगो रूपमा अघि बढाउन वातावरण संरक्षण जरुरी रहेको धारणा राख्नुभयो।



सम्मेलन उद्घाटन समारोहमा सहभागीहरू : अखिल नेपाल महिला संघ (क्रान्तिकारी) गण्डकी प्रदेशको पोखरामा सुरु भएको प्रथम सम्मेलन उद्घाटन समारोहमा सहभागी नेकपा (माओवादी केन्द्र)का उपाध्यक्ष पम्फा भुसाल लगायत। तस्बिर: राधिका केँडेल/रासस

रूपा.....

नै काम सम्पन्न गराउन मेरो पहल रहने छ। 'गाउँपालिका अध्यक्ष नवराज ओभाले यो रिडोडको काम सकिँएपछि लमजुङ, तनहुँ र कास्कीको आवागमन धेरै सहज हुने विश्वास व्यक्त गरे।

सडकमा धेरै लगानी गरेको भनेर प्रश्न आउने गरेको तर उत्पादनलाई बजारसँग जोड्दा जनताको जीवनस्तर उकासिने भएकाले

सडक आवश्यक रहेको उनले बताए। आगामी आर्थिक वर्षमा रिडोडको बाँकी ३५ किलोमिटर सडकलाई पनि बजेट विनियोजन गरिदिन प्रदेश सरकारलाई अध्यक्ष ओभाले आग्रह गरे।

निर्माण कम्पनीका प्रतिनिधि भीमकुमार श्रेष्ठले काम गर्ने क्रममा स्थानीय स्तरबाट समस्या नभए समयभन्दा अघि नै काम सक्ने प्रतिबद्धता जनाए। उनले स्थानीय एकजुट भएमा काम गर्न सहज हुने सुनाए। शिलान्यास कार्यक्रममा

भौतिक मन्त्रालयका निमित्त सचिव रामकुमार श्रेष्ठ, गाउँपालिका उपाध्यक्ष लालसुब्बा गुरुङ, रूपा-१ का वडाध्यक्ष रामबहादुर गोदार, रूपा-७ का वडाध्यक्ष कृष्णराज सुवेदी, अन्य जनप्रतिनिधि, नेपाली कांग्रेस रूपा गाउँपालिका समिति सभापति विमल न्यौपाने, माओवादी केन्द्रका प्रतिनिधि माधव पौडेललगायत उपस्थित थिए।

यो मोटर बाटो निर्माणको ठेक्का एम/एस जी.एन.सी.पी.एल-

वी.बी.आर कन्स्ट्रक्सन जेभी, हेटीडाले पाएको छ। यसका लागि गत साउन १७ मा निर्माण कम्पनीसँग सम्झौता भएको छ।

निर्माण कार्य २०८३ साल माघ १६ सम्म सक्नुपर्ने सम्झौता भएको पूर्वाधार विकास कार्यालय कास्की प्रमुख सी.डी.ई सोभित खड्काले जानकारी दिए। रिडोडको पहिलो खण्डअन्तर्गत फेँचोकदेखि पोल्याडसम्म १० किलोमिटर, रूपा परियोजनाअन्तर्गत ९ किलोमिटर सडक बनिँसकेको छ।

नाड्डा गण्डकी प्रदेशद्वारा व्यवसायीलाई कर तथा लेखा तालिम

नेपाल एशोसिएसन अफ टुर एण्ड ट्राभल्स एजेन्ट्स(नाड्डा) गण्डकी प्रदेशमा नाड्डामा आवद्ध गण्डकी प्रदेशका व्यवसायीलाई कर तथा लेखा तालिम दिइएको छ।



यसले कर तथा लेखा सम्बन्धमा व्यवसायीलाई महत्वपूर्ण जानकारीहरू प्राप्त भएको विश्वास व्यक्त गर्नुभयो। पर्यटन राजधानी पोखरा सहित समग्र देशको पर्यटन राष्ट्रको समृद्धिको महत्वपूर्ण आधार भएको बताउँदै अध्यक्ष दाहालले राज्यको व्यवसायीमैत्री नीति आवश्यक हुनेमा जोड दिनुभयो। कार्यक्रमको उद्घाटन गर्दै पोखरा पर्यटन

परिषद्का अध्यक्ष तारानाथ पहारीले व्यवसायलाई व्यवस्थित एवम् प्रभावकारी बनाउन यस किसिमका तालिम आवश्यक हुने बताउँदै यस्ता तालिमहरूले निरन्तरता पाउनुपर्नेबताउनुभयो। पर्यटनसम्बद्ध संघ संस्थाको सामुहिक प्रयासमा पोखराको पर्यटनलाई गतिशील बनाउन सकिने उल्लेख गर्दै उहाँले परिषद् सम्बद्ध सबैसँग हातेमालो गर्दै अघि बढ्ने विश्वास व्यक्त

गर्नुभयो। तालिममा आन्तरिक राजस्व कार्यालयका बरिष्ठ कर अधिकृत ठाकुरप्रसाद सुवेदीले कर तथा लेखा सम्बन्धमा तालिम दिनुभएको थियो। नाड्डा गण्डकी प्रदेशका अध्यक्ष किशोर दाहालको अध्यक्षता एवम् महासचिव चेतन कार्कीले सञ्चालन गर्नुभएको कार्यक्रममा स्वागत कार्यक्रम संयोजक एवम् सचिव नवराज भण्डारी र धन्यवाद ज्ञापन प्रथम उपाध्यक्ष संगीता पौडेलले गर्नुभएको थियो। कार्यक्रममा नाड्डा गण्डकी प्रदेशका पूर्व अध्यक्ष पशुपति शर्मा, निवर्तमान अध्यक्ष हरिराम अधिकारी लगायतले व्यवसायिक दक्षता अभिवृद्धिका लागि यस किसिमका तालिम आवश्यक हुनेमा जोड दिनुभयो।

पर्वतीय दौड सफल पार्ने पुम्दीभुम्दीवासीको प्रतिबद्धता

प्रथम पर्वतीय खुला दौड प्रतियोगिता सभ्य र भव्य रूपमा सफल पार्ने पोखरा २२, पुम्दीभुम्दीवासीले सहयोगको प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका छन्।



निर्माण गर्न आवश्यक भएको बताए। वडा कार्यालयका अधिकृत रामप्रसाद पौडेलले २५ किमी सडक क्षेत्रमा दौड उपयुक्त रुट हुने बताए। उच्च मनोबलसाथ उक्त प्रतियोगिता सम्पन्न गर्न सुझाए।

बुद्ध पार्क (निगाले डाँडा) सम्म पुगेर टुंगिने व्यवस्थापक सागर सुनारले बताए। प्रतियोगितामा खुलातर्फ प्रथमलाई २५ हजार, दोस्रोलाई १५ हजार र तेस्रोलाई ७ हजार साथमा ट्रफी, मेडल र

प्रमाणपत्र प्रदान गरिने छ। यस्तै, महिला धावक, १६ वर्ष मुनिका बालबालिका धावक र पोखरा-२२ का वडा धावकमध्ये उत्कृष्ट एक-एक जना नगद ७ हजारसहित पुरस्कृत हुने छन्। कार्यक्रममा शुक्रराज माविका शिक्षक मिलन गुरुङ, नेकपा (माओवादी केन्द्र) २२ का उपाध्यक्ष सनतकुमार बराल, कालीमाटी टोल विकास संस्थाका अध्यक्ष सुदीप विक, प्रवीण बराल, सावित्री भुजेललगायतले सहयोग गर्ने बताए। प्रतियोगिताको प्रवर्द्धकमा नेपाल पर्यटन बोर्ड गण्डकी प्रदेश र पोखरा महानगरपालिका छन्।

बिहीबार पोखरा २२, वडा कार्यालय सभाहलमा भएको छलफलमा सहभागी विभिन्न संघसंस्थाका प्रतिनिधिले आफ्नो गाउँमा खेल पर्यटन प्रवर्द्धन हुने गरी प्रतियोगिता हुन लागेकोमा उत्साहित हुँदै कार्यक्रम सफल पार्ने प्रतिबद्धता जनाएका हुन्। 'खेल पर्यटन प्रवर्द्धनमा पुम्दीभुम्दी पर्वतीय दौड' नाराका साथ यही असोज १२ गते ८ किमीको खुला पर्वतीय दौड हुन लागेको हो। पोखरा २२ का प्रमुख पर्यटकीय गन्तव्य पुम्दीभुम्दीस्थित शान्ति स्तूप, विशाल महादेव मूर्ति र बुद्ध पार्क जोडेरे खेल पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न आयोजित उक्त पर्वतीय दौडका धावकलाई आफूहरूले फूलमालाले स्वागत गर्ने स्थानीयले बताए। वडाध्यक्ष हिमलाल बरालले आफ्नो वडामा नयाँ अवधारणाका साथ आयोजना हुने उक्त प्रतियोगिता सफल पार्ने सबै जना लामुपर्नेमा जोड दिए। उनले यस वर्ष सफल भए अर्को वर्ष फरक ढंगले सहयोग र साथ दिने बताए।

धावक आफ्नो घरआँगन अगाडि आउँदा स्वागत गर्न आग्रह गर्दै उनले वडामा पर्यटकको कम्तीमा एक दिनको बसाइँ अर्थात् लम्बाउने गरी धेरै भौतिक संरचना

कपालको उपचार

कपाल भर्न तुरुन्त रोक्ने तथा उमार्ने

के तपाईं कपाल भर्रेर चिन्तित हुनुहुन्छ ?

- कपाल कोर्दा, नुहाउदाँ समेत सय भन्दा बढी नियमित भरिहेको छ,
- चिसो समयमा कपालका समस्याहरू बढ्न सक्छन्
- कपालको बीच बीचमा टाटुपरेर भर्रेको छ, कपाल चिलाउने, चाँया पर्ने, चिसोको समयमा चाँया पर्ने, कपाल भर्रेने तथा टाउकोमा घाउ खटिरा आउने जस्ता समस्या छन्।
- कपाल भर्रेको कारणले भुसिलो, पातलो, छोटो भएको छ, कपाल समय अगावै फुल्ने, टाउकोको अगाडिको भाग भर्रेने, दाढी भर्रेने, अनावश्यक राँ 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. ०६१-४३३३४३, ८८४६०६८८०६

प्यारालाइसिसका बिरामीको उपचार

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

प्रेसरले हानेर प्यारालाइसिस भएका बिरामीहरूको मात्र उपचार भइरहेको छ।

लक्षणहरू:

- » शरिरको एक हर नचले।
- » मुख बाझो भएको।
- » खाना खान, बोल्न, पिसाव गर्न गाह्रो भएको।
- » हिंडल नसक्ने, खुट्टा हात लुलो भएको।

सम्पर्क:
स्पार्क टि एण्ड डि हस्पिटल प्रा. लि.
पोखरा-८ न्युरोड, सभामूव्चोक
फोन नं. ०६१-५७१४०८, ८८५६०२६७४०, ८८६६४१५३८०

