पोखरा उपत्यका साइडसिन घुम्न जाऔं
घुमाउने ठाउँहरु
बेगनास-रुपा ताल, पचभैया बन्यजन्तु पार्क (चिडिया घर), पुम्दीकोट, स्तुपा, डेभिडफल, भ्यूटावर, चमेरे गुफा, विन्दवासिनी मन्दिर, माउन्टेन म्यूजियम लगायतका ठाउँहरु साथै मुक्तिनाथ जान आउनको लागि बसको सुबिधा।
गाडी छुट्ने समय
बिहान ९:३० बजे

सम्पर्कः मानसरोबर टुर्स एण्ड ट्राभल्स
061-544439, 589012, 9856051659
9856034631, 9856082622

राष्ट्रिय दैनिक

पोखरापत्र

Pokharapatra National Daily

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

❑ वर्ष २६ ❑ अङ्क ५९ ❑ श्रेणी क्षेत्रीय 'क' ❑ २०८१ फागुन २९ गते बिहीबार ❑ 13 March. 2024 ❑ पृष्ठ ४ ❑ मूल्य रू. ५ ।–

सिचुवान एयरलाइन्सको पोखरा–छेन्दु उडान हुँदै

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, २८ फागुन

पोखरा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाट नियमित अन्तर ाष्ट्रिय उडानको प्रयासस्वरुप यही चैत ५ गते पोखराबाट मित्रराष्ट्र चीनको छेन्दुसम्म पहिलो व्यवसायिक चार्टर्ड उडान गरिने भएको छ।

लामो समयदेखि पोखरेली जनसमुदायको माग तथा सरकारी र निजी क्षेत्रको संयुक्त प्रयासबाट सञ्चालनमा आएको पोखरा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल उद्घाटन भएको दुई वर्षसम्म पनि नियमित अन्तर्राष्ट्रिय उडान हुन नसकेका अवस्थामा पहिलोपटक व्यावसायिक चार्टर्ड उडान गर्न लागिएको पोखरा पर्यटन परिषद्का अध्यक्ष तारानाथ पहारीले जानकारी दिनुभयो। "पोखराबाट अन्तर्राष्ट्रिय विमान सुचारु गर्नको लागि पटकपटक राज्यका सम्बन्धित उच्च निकायमा ध्यानाकर्षण गरिरहदा पनि उडान सुचारु हुन नसक्दा हामी निजी क्षेत्रका पर्यटन व्यवसायीले नै केही प्रयास गरौं भन्ने उद्देश्यका साथ पोखरा पर्यटन परिषद्को नेतृत्वमा नेपालस्थित चिनियाँ राजदूतावास र सिचुवान एयरलाइन्स सँगको सहकार्यमा यो अन्तर्राष्ट्रिय उडान गर्न लागिएको हो", उहाँले भन्नुभयो।

यसमा विशेषतः चीनस्थित चाइना ट्राभल्स इन्टरनेसनल छेन्दुले सुरुआती उडानहरूमा सहकार्य गरिरहेको बताउँदै उहाँले नेपालस्थत चाइनिज ओभरसिज एसोसिएसनले पनि संयोजनकारी भूमिका निर्वाह गरेको जानकारी दिनुभयो। यो उडानले पोखरा र समग्र गण्डकी प्रदेशकै पर्यटन चलायमान हुने विश्वास लिइएको उहाँको भनाइ छ।

आगामी तीन महिनासम्मको अवधिमा करिब एक हजार २५० जना चिनियाँ पर्यटक चीनको सिचुवान प्रदेशबाट हवाईमार्गबाट सीधा पोखरा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा अवतरण गराउन प्रयासरत रहेको चिनियाँ दूतावास, सिचुवान एयरलाइन्स र चाइना ट्राभल इन्टरनेसनल छेन्दुले जानकारी गराएको उहाँले बताउनुभयो। सुरुवाती चरणमा केही व्यावसायिक चार्टर्ड उडानबाट सुरु गरेर यसलाई व्यावसायिक उडानमा परिणत गरी नियमित अन्तर्राष्ट्रिय उडान गर्ने कार्यको लागि पोखरा पर्यटन परिषद् र समग्र पर्यटन व्यवसायीहरू निरन्तर प्रयासमा लागिरहेको परिषद्ले जनाएको छ।

पोखराबाट नियमित अन्तर ाष्ट्रिय उडानको प्रयासस्वरुप पहिलोपटक व्यावसायिक चार्टर्ड उडान हुन लागेको बताउँदै पोखरा महानगरपालिका प्रमुख धनराज आचार्यले अब चार्टर्ड मात्र नभई नियमित उडान हुनुपर्ने बताउनुभयो।

ठूलो जनसङ्ख्या रहेको चीनबाट पर्यटक भित्र्याउन सकिएमा त्यसले पोखरा सहित समग्र नेपालको पर्यटनमा महत्वपूर्ण योगदान पुग्ने उहाँले बताउनुभयो। नेपालस्थित चिनिया राजदूतावासका डिसिएम वाङ सिनले पोखराबाट हुन लागेको व्यावसायिक चार्टर्ड उडानले पोखराको समग्र आर्थिक एवं पर्यटकीय विकासमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउने बताउँदै नेपाल चीनबीचको वर्षौंदेखिको सम्बन्ध आगामी दिनमा थप प्रगाढ बन्दै जाने उहाँले विश्वास व्यक्त गर्नुभयो। उडानको तालिका अनुसार चैत ५ गते छेन्दुबाट बिहान १० बजे १२७ जना चिनियाँ यात्रु लिएर विमान पोखरा विमानस्थल अवतरण गर्नेछ। उक्त दिन दिउँसो १२ बजे १२७ जना पोखराबाट पर्यटन व्यवसायी छेन्दु प्रस्थान गर्नेछन्। उक्त व्यावसायिक चार्टर्ड उडानमा पोखरा महानगरपालिकाका प्रमुख धनराज आचार्य, नेपाल पर्यटन बोर्ड गण्डकी प्रदेशका प्रमुख मणिराज लामिछाने, पोखरा भ्रमण वर्ष २०२५ कार्यसम्पादन समितिका संयोजक गोपीबहादुर भट्टराई, पोखरा पर्यटन परिषद्का अध्यक्ष तारानाथ पहारीलगायत सहभागी बन्ने जनाइएको छ। पहिलो व्यावसायिक उडानका क्रममा हुनेसात रात आठ दिनसम्मको कार्यक्रममा विशेषतः सिचुवान प्रदेशको छेन्दु, लुभ्रेउ, इमि, लिसन, छोङछिङ केन्द्रित रही त्यहाँका पर्यटन विकास, विस्तारका बारे जनकारी लिइने परिषद्का महसचिव जीवनराज सापकोटाले जानकारी दिनुभयो। त्यस्तै नेपाल पर्यटन बोर्डको आयोजना तथा नेपाली महावाणिज्य दूतावास छेन्दुको सहकार्यमा छेन्दु र छाउछिङमा क्रमशः १९ र २२ मार्चमा नेपाल इभिङ र सेल्स मिसन गर्न लागिएको नेपाल पर्यटन बोर्ड पोखरा कार्यालयका प्रमुख मणिराज लामिछानेले जानकारी दिनुभयो। "पोखराबाट अन्तर्राष्ट्रिय उडानका रुपमा गर्न लागिएको पहिलो व्यावसायिक चार्टर्ड उडानसँगै गरिने सेल्स मिसनका कार्यक्रमले पोखरा सहित समग्र नेपालको पर्यटन प्रवर्द्धनमा महत्वपूर्ण टेवा पुग्नेछ", उहाँले भन्नुभयो।

त्यस्तै पोखरा महानगरपालिकाका प्रमुखको नेतृत्वमा लुभ्फोउ सहरमा केही विशिष्ट व्यक्तिहरू सहित समकक्षीसँग भेटवार्ता एवं महत्वपूर्ण विषयमा छलफल गरिने जनाइएको छ।

सञ्चालनको दुई वर्षसम्म पनि पोखराबाट नियमित अन्तर्राष्ट्रिय उडान हुन नसकेका अवस्थामा पहिलोपटक गर्न लागिएको व्यवसायिक चार्टर्ड उडान आफैँमा महत्वपूर्ण रहेको पोखरा भ्रमणवर्ष २०२५ कार्यसम्पादन समितिका संयोजक गोपीबहादुर भट्टराईले बताउनुभयो।

राज्यको अगुवाइमा निजी क्षेत्रको विकास गर्नुपर्छः अध्यक्ष भट्टराई

रासस
काठमाडौं, २८ फागुन

नेपाल समाजवादी पार्टी (नयाँ शक्ति)का अध्यक्ष डा बाबुराम भट्टराईले उत्पादन केन्द्रित विकास गर्नुपर्नेमा जोड दिनुभएको छ।

उक्त पार्टीले बुधबार यहाँ आयोजना गरेको 'नयाँ युगको नयाँ कार्यभारः वैकल्पिक राजनीतिका अवधारणा र आधार' विषयक अन्तरसंवादलाई सम्बोधन गर्दै उहाँले हालको अवस्थामा आर्थिक बजारलाई राज्यले खुला छाड्दा समस्या उत्पन्न भएकाले पूर्वाधारको विकास नहुँदासम्म राज्यले अपनत्व लिनु जरूरी रहेको बताउनुभयो।

उहाँले भन्नुभयो, "राज्यले नै पूर्वाधारमा लगानी गरेर आफ्नो बजार सिर्जना गर्नुपर्छ, औद्योगिकरणको पूर्वाधार तयारी गरी राज्यको अगुवाइमा निजी क्षेत्रको विकास गर्नुपर्छ, नेपालको सन्दर्भमा राज्यको भूमिका बढी हुनुपर्छ भन्ने निष्कर्ष हाम्रो पार्टीको छ।" पूर्वप्रधानमन्त्री समेत रहनुभएका अध्यक्ष भट्टराईले सामन्तवादको तुलनामा पुँजीवाद प्रगतिशिल भएको उल्लेख गर्दै अहिले विकासलाई प्राथमिकता दिनुपर्ने बताउनुभयो।

कार्यक्रममा नेकपा एमालेका उपमहासचिव प्रदीप ज्ञवालीले लगानी वृद्धि गरेर अघि बढ्न सक्नुपर्नेमा जोड दिँदै विचारको बहस गर्न जरूरी रहेको बताउनुभयो। देशको समस्यामा केन्द्रित रहेर राजनीतिक शक्तिबीच छलफल जरूरी रहेको औंल्याउँदै उहाँले परिवर्तनको आकांक्षा अनुसार विकल्पको खोजी गर्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो।

सोही कार्यक्रममा नेपाली कांग्रेसका नेता पूर्वमन्त्री डा मिनेन्द्र रिजालले प्रत्यक्ष निर्वाचित राष्ट्रपतीय प्रणाली नेपालका लागि उपयुक्त नहुने दाबी गर्नुभयो।

नेपालको राजनीतिक संरचना भूगोललगायतले पनि निश्चित विषयमा दलको ह्वीप नलाग्ने वा स्वतन्त्र रूपमा बस्न पाउने अवस्था लागू गर्न जरूरी रहेको उहाँको भनाइ छ। संविधान संशोधन गरेर यही व्यवस्थाबाट समस्या समाधान गर्नुपर्नेमा जोड दिँदै उहाँले नेपालले दुई छिमेकी मुलुकबाट भरपुर अवसर लिनसक्नुपर्ने बताउनुभयो।

नेकपा माओवादी केन्द्रका उपमहासचिव जनार्दन शर्मा प्रभाकरले देशमा सङ्कट छ सबैले भन्ने तर समाधानको उपाय कसैले ननिकाल्ने अवस्थाले बाधा उत्पनन गरिरहेको बताउनुभयो। उहाँले भन्नुभयो, "हाम्रो मौलिकतामा कोही गएका छैनौं, आयातित कुरामा गइरहेका छौं। देशले सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र स्वीकारेको अवस्थामा समाजवादमा जाने कुराको स्पष्ट बाटो दलहरूसँग छैन।" नेपाल समाजवादी पार्टी (नयाँ शक्ति) को लेखा आयोगका सदस्य डा जनकराज शाहले विशिष्ट अर्थ राख्ने राजनीतिक परिस्थितिमा मुलुक रहेको उल्लेख गर्दै राजनीतिमा वितृष्णा पैदा हुने गरेको धारणा राख्नुभयो।

फागुका विविध रङजस्तै नेपाली समाज पनि विविधतापूर्णः प्रदेश प्रमुख भट्ट

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, २९ फागुन

गण्डकी प्रदेशका प्रमुख डिल्लीराज भट्टले फागु पूर्णिमा (होली) मा खेलिने विविध रङ जस्तै नेपाली समाज पनि विविधतापूर्ण रहेको बताउनुभएको छ।

फागुपूर्णिमाको अवसरमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा शुभकामना सन्देश जारी गर्नुहुँदै प्रदेश प्रमुख भट्टले अनेकतामा एकता र राष्ट्रिय स्वाभिमान हाम्रो साझा पहिचान रहेको उल्लेख गर्नुभएको छ।

'होलीमा खेलिने विविध रङहरूजस्तै नेपाली समाज पनि जातीय, भाषिक, धार्मिक र सांस्कृतिकरूपमा विविधतापूर्ण रहेको छ।' शुभकामना सन्देशमा उल्लेख छ- 'यो पर्वले समस्त नेपालीबीच सामाजिक सद्भाव, सहिष्णुता, राष्ट्रिय एकता र ऐक्यबद्धता कायम राख्न योगदान पुऱ्याउनेछ।' असत्यमाथि सत्यको, अन्यायमाथि न्यायको र दुराचारमाथि सदाचारको विजय भएको खुसियालीमा मनाइने यो पर्वमा रिसराग परित्याग गरी प्रेमभाव र आत्मीयताका साथ आफन्तजन एवं साथीसङ्गीहरूसँग एक आपसमा अबिर तथा रङ दलेर रमाइलो गर्ने परम्परा रहेको उहाँले उल्लेख गर्नुभएको छ।

समाजमा विद्यमान विभिन्न प्रकारका विकृति, विसङ्गति एवं कुरीतिहरूलाई निर्मूल गर्दै न्यायपूर्ण, सभ्य र सुसंस्कृत समाज निर्माण गर्न होली पर्वबाट सबैमा प्रेरणा मिल्ने विश्वास व्यक्त गर्दै उहाँले यस पर्वले सबै नेपालीमा खुशी छर्दै मौलिक संस्कृतिको संरक्षण र सम्वर्द्धन गर्न प्रेरणा मिलोस् भन्ने शुभकामना व्यक्त गर्नुभएको छ।

प्रदेश प्रमुख भट्टले स्वास्थ्यका मापदण्ड पालना गर्दै र अरूलाई अवरोध नहुने गरी मर्यादितरूपमा होली पर्व मनाउन आग्रहसमेत गर्नुभएको छ।

गण्डकीमा काष्ठफल तथा फलफूलखेती विस्तार

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, २८ फागुन

गण्डकी प्रदेशअन्तर्गत दश जिल्लाका ३४ स्थानीय तहमा पहाडी क्षेत्र काष्ठफल तथा फलफूल विकास आयोजनामार्फत फलफूल बगैँचा विस्तारको काम अगाडि बढेको छ।

नेपाल सरकार र एसियाली विकास बैंकको अनुदान सहयोगमा दुई वर्षअघि उक्त आयोजना सञ्चालनमा आएको थियो। हालसम्म दुई सय ४२ हेक्टर क्षेत्रफलमा फलफूल बगैँचा विस्तारका लागि सम्झौता भई काम सुरु भएको प्रदेश कृषि विकास निर्देशनालयका कृषि अर्थविज्ञ मनोज पौडेलले जानकारी दिनुभयो। उहाँका अनुसार सन् २०२९ भित्र १० जिल्लामा गरी दुई हजार पाँच सय हेक्टर क्षेत्रफलमा पहाडी काष्ठफल तथा फलफूलखेती

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

आयोजक सूर्य तारा नेकोस कपको फाइनलमा प्रवेश

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, २८ फागुन

सूर्यतारा क्लब नेकोस कप फुटबल प्रतियोगिताको फाइनलमा प्रवेश गरेको छ ।

कास्कीको लेखनाथमा जारी दोस्रो सूर्य तारा खेल महोत्सव अन्तर्गतको बुधबार सम्पन्न पहिलो सेमिफाइनल खेलमा विष्णु पादुका क्लब हेम्जालाई २-० गोल अन्तरले पराजित गर्दै आयोजक क्लब फाइनलमा पुग्न सफल भएको हो । खेलको २ मिनेटमै सिमन तामाङले गोल गर्दै सूर्यतारालाई अग्रता दिलाएका थिए। ६६ औं मिनेटमा रोशन नेपालीले गोल गर्दै खेल २-० को अवस्थामा पुऱ्याए ।

त्यसपछि दुवैतर्फबाट थप गोल हुन सकेन र खेल सूर्यताराले २-० जित्दै फाइनल यात्रा तय गऱ्यो । खेलमा म्यान अफ दि म्याच सूर्य तारा क्लबका प्रसन्न श्रेष्ठ बन्न सफल बने । पहिलो सेमिफाइनल खेलको प्रमुख अतिथिमा रूपा गाउँपालिकाका अध्यक्ष नवराज ओझा रहेका थिए ।

प्रतियोगिताको दोस्रो सेमिफाइनल खेल बिहीबार हुनेछ । बिहीबार फाइनल प्रवेशको लागि गन्नी फुटबल क्लब र डिफेन्डिङ च्याम्पियन एल सी ब्रदर्श युनाइटेडबीच दिउँसो १ बजे प्रतिष्पर्धा हुने सूर्य तारा क्लबका अध्यक्ष तथा खेल महोत्सवका संयोजक विष्णु पुनले जानकारी दिए । फाइनल खेल चैत्र २ गते हुनेछ । फुटबल प्रतियोगितामा प्रथम हुनेले ४ लाख ४ हजार ४ सय ४४ रुपैयाँ सहित सिल्ड मेडल र प्रमाणपत्र हात पार्नेछ। द्वितीय हुने टोलीले २ लाख २ हजार २ सय २२ रुपैयाँ सहित सिल्ड मेडल र प्रमाणपत्र पाउनेछ । वेस्ट प्लेयरलाई १५ हजार र सर्वाधिक गोलकर्ताले १० हजार रुपैयाँ सहित ट्रफी मेडल र प्रमाणपत्र हात पार्ने अध्यक्ष पुनले जनाए । फुटबल प्रतियोगितामा १० टिमको सहभागिता रहेको थियो । खेल महोत्सवमा फुटबलका अलावा खुला सामूहिक लोक नृत्य प्रतियोगिता, खुला महिला स्लो स्कुटर रेस प्रतियोगिता, राष्ट्रिय खुला महिला डोरीतान प्रतियोगिता, खुला टेबलटेनिस प्रतियोगिता, एथ्लेटिक्स प्रतियोगिता र जातीय सङ्घसंस्था स्तरीय झाँकी प्रदर्शनी प्रतियोगिता समेत समावेश रहेको नेपाल खेलकुद महासङ्घ कास्कीका अध्यक्ष ईश्वर अधिकारीले जानकारी दिए ।

प्रतियोगिताको मुख्य प्रायोजकमा कर्माचार्य बेक्स एण्ड फुड्स प्रालि र सह प्रायोजकमा बन्दिपुर केबल कार प्रालि रहेका छन् । प्रवर्द्धकको रुपमा पोखरा महानगरपालिका, गण्डकी प्रज्ञा प्रतिष्ठान, राष्ट्रिय खेलकुद परिषद नेपाल, प्रदेश खेलकुद परिषद गण्डकी र नेपाल पर्यटन बोर्ड रहेको जनपरिचालन उपसमिति संयोजक समेत रहेका महासङ्घ कास्की अध्यक्ष अधिकारीले बताए । सूर्य तारा क्लब र नेपाल खेलकुद महासङ्घको संयुक्त आयोजनामा पोखरा २९ स्थित प्रस्तावित लेखनाथ रङ्गशालामा यो खेल महोत्सव भैरहेको छ ।

साइकल बोर्डमा सयर गर्दै पर्यटकः पर्यटकीय राजधानी पोखराको फेवातालमा बुधबार साइकल बोर्डमा सयर गर्दै पर्यटक । तस्बिरः राधिका कँडेल/रासस

पर्वतीय सङ्ग्रहालय प्रवर्द्धनको प्रयास

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, २८ फागुन

पोखराकापर्यटकपथप्रदर्शकले पोखरा महानगरपालिका-१७ रातो पहिरोस्थित अन्तरराष्ट्रिय पर्वतीय सङ्ग्रहालयको प्रवर्द्धनमा सघाउने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका छन् ।

मङ्गलबार सङ्ग्रहालयका पदाधिकारीसहित सरोकार भएका पक्षबीचको छलफलमा सङ्ग्रहालयलाई पोखरा भ्रमणका मुख्य गन्तव्यमा समेट्नुपर्नेमा जोड दिइएको थियो । पोखरा सिटी टुर गाइड एशोसियशनमा आबद्ध प्रथप्रदर्शकहरु सहभागी कार्यक्रममा गण्डकी प्रदेशको उद्योग तथा पर्यटन मन्त्रालयका सचिव कुमानसिंह गुरुङले पर्वतीय सङ्ग्रहालय पोखराको आकर्षक मानवनिर्मित पर्यटकीय गन्तव्य भएको बताउनुभयो । उहाँले पर्वतीय सङ्ग्रहालयको विकास र प्रवर्द्धनका लागि प्रदेश सरकारले सघाउने प्रतिबद्धता जनाउनुभयो । पोखरा सिटी टुर गाइड एशोसिएशनका अध्यक्ष आनन्द गुरुङले सङ्ग्रहालयका पर्यटन प्रवर्द्धनमा सहयोग गर्न आफूहरु तयार रहेको बताउनुभयो । स ङ ्ग्रहालय समिति सदस्य शेषकान्त शर्माले पोखरा आउने पर्यटकको रोजाइमा पर्वतीय सङ्ग्रहालय पर्ने गरेको बताउनुभयो । कार्यक्रममा पोखराको पर्यटन विकास र यस क्षेत्रका सम्पदाबारे प्रस्तुतीकरण राखिएको थियो । सङ्ग्रहालयका कार्यकारी निर्देशक निर्मलाकुमारी न्यौपानेले स्थानीय पथप्रदर्शकहरुलाई सङ्ग्रहालयबारे जानकारी दिन र भावी रणनीति बनाउन कार्यक्रम राखिएको बताउनुभयो ।

फोनिज गण्डकी अध्यक्षमा खिमा गुरुङ

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, २८ फागुन

नेपाल आदिवासी जनजाति पत्रकार महासंघ (फोनिज) गण्डकी प्रदेशको अध्यक्षमा खिमाकुमारी गुरुङ (कास्की) निर्वाचित भएकी छिन् ।

पोखरामा बुधबार भएको तेस्रो प्रादेशिक महाधिवेशनले गुरुङको नेतृत्वमा १५ सदस्यीय नयाँ कार्यसमिति सर्वसम्मत निर्वाचित गरेको हो । समितिमा उपाध्यक्ष (खुला) धनबहादुर गुरुङ (कास्की), उपाध्यक्ष (महिला) शिला गुरुङ (नवलपुर), महासचिव सुरज थापा (कास्की), सचिव (खुला) दिलप्रसाद गुरुङ (कास्की), सचिव (महिला) कला राना (स्याङ्जा) र कोषाध्यक्ष सुमन थापामगर (कास्की सर्वसम्मत निर्वाचित भएका छन् । सदस्यहरूमा चेतबहादुर थापा 'प्रविन' (कास्की) यमबहादुर सोमै मगर (नवलपुर), खड्गबहादुर आले (तनहुँ), मनप्रसाद गुरुङ (कास्की), कविता घर्तीमगर (कास्की), चन्द्रकुमारी महतो (नवलपुर), पुनम थापामगर (कास्की) र कृष्ण श्रेष्ठ 'रोजी' (कास्की) सर्वसम्मत भएका छन् । संघीय प्रतिनिधिमा रुद्र श्रीस मगर, रत्ना गुरुङ र सुशान्त गाहा मगरलाई चयन गरिएको निर्वाचन समितिका संयोजक संघीय सल्लाहकार हुमबहादुर गुरुङले जानकारी दिए । प्रदेश समितिले बागलुङका

यामबहादुर थापालाई पनि संघीय प्रतिनिधिमा मनोनीतका लागि सिफारिस गर्ने भएको छ । अधिवेशन तथा सम्मान कार्यक्रमको गण्डकी प्रदेशका आर्थिक मामिला मन्त्री डा. टकराज गुरुङले उद्घाटन गरेका थिए । कार्यक्रममा मन्त्री गुरुङले गण्डकी प्रदेशमा गुरुङ र मगर भाषालाई सरकारी कामकाजको भाषा बनाउने प्रक्रिया द्रुत गतिमा अघि बढिरहेको बताए । आदिवासी जनजातिको हितका निमित्त आदिवासी जनजातिकै पत्रकारहरुले कलम र क्यामेरा चलाउनुपर्नेमा उनको जोड थियो । उनले फोनिजको श्रीवृद्धिका लागि आगामी आर्थिक वर्षको नीति तथा कार्यक्रममा फोनिजलाई समेट्ने प्रतिवद्धता जनाए । फरक प्रसंगमा उनले समाजलाई बिगार्न खोज्ने केही व्यक्तिहरुको आतंकका कारण देशमा अहिलेको अवस्था सृजना भएको बताए । नेपालको वर्तमान राज्य व्यवस्था संसारकै उत्कृष्ट मोडलको रहेको भन्दै उनले समाजमा अराजकता फैलाउनेहरुले गरेका सामान्य गतिविधिमा अत्तालिनु नपर्ने धारणा राखे ।

कार्यक्रममा फोनिजका संघीय वरिष्ठ उपाध्यक्ष लक्की चौधरी, महासचिव समिर बलामी, संघीय सल्लाहकार हुमबहादुर गुरुङ, कास्कीका प्रमुख जिल्ला अधिकारी भरतमणि पाण्डेलगायतले पत्रकारिताको माध्यमबाट देशको सबै क्षेत्रको विकास हुनुपर्नेमा जोड दिएका थिए । पत्रकारले राम्रो कामको प्रचारप्रसार र नकारात्मक कार्यमा खबरदारी गर्नुपर्ने उनीहरुको भनाइ थियो । कार्यक्रममा फोनिज गण्डकीले 'मिलन पत्रकारिता पुरस्कार-२०८१' पर्वतका पत्रकार संजय रेग्मीलाई प्रदान गरेको छ । समाजसेवी दुर्गा गुरुङ 'मिलन' ले आफ्ना स्वर्गीय बुबा नरबहादुर गुरुङ र आमा सावित्रीकुमारी गुरुङको सम्मान एवं स्वर्गीय मित बुबा सूर्यप्रसाद मलेपति श्रेष्ठ 'मिलन' को स्मृतिमा स्थापना गरेको पुरस्कारबाट रेग्मीलाई सम्मान गरेको हो । पोखरा र पर्वतमा रहेर करिब डेढ दशकदेखि पत्रकारितामा सक्रिय रहेका रेग्मीले आदिबासी जनजातिहरूको उत्थानका लागि तथा उनीहरूका परम्परागत सीप, शैली, कला लगायतका विषयमा लेख्ने गरेका छन् । सोही मूल्यांकनको आधारमा 'मिलन पत्रकारिता पुरस्कार-२०८१' पहिलो पुरस्कार नै उनलाई प्रदान गरिएको फोनिज गण्डकी प्रदेशका अध्यक्ष रुद्रबहादुर श्रीसमगरले बताए । उनलाई मन्त्री गुरुङले जनजातिको मौलिक पहिचानका रुपमा रहेको फेटा र भांग्रा सहित सम्मान पत्र र नगद २० हजार १११ रुपैयाँ प्रदान गरेको हो । पुरस्कार लागि व्यक्तिको छनोट समितिका संयोजक तथा फोनिज गण्डकी प्रदेशका इन्चार्ज एम.बी.आस्था मगरले फोनिज गण्डकी प्रदेशबाट सञ्चालन हुने गरी गण्डकी प्रदेश स्तरमा पत्रकारिताको क्षेत्रबाट आदिवासी जनजातिको आवाज मुखरित गर्ने एक जना क्रियाशील युवा पत्रकारलाई सम्मान गर्ने विधान अनुसार रेग्मीलाई छनोट गरिएको बताए । नवनिर्वाचित अध्यक्ष गुरुङले फोनिज गण्डकी प्रदेशलाई अग्रजको सल्लाहसँगै अनुजको साथ र सहयोगका आधारमा रचनात्मक ढंगबाट कार्यक्रम गर्दै जाने प्रतिवद्धता जनाइन् ।

गण्डकीमा ...

विस्तार गर्ने लक्ष्य लिइएको छ । "पहाडी भेगमा एकैठाउँमा ठूलो जग्गा व्यवस्थापन गर्न सहज नभएकाले आयोजनामा प्रस्ताव कम परिरहेको छ, सूचनामार्फत आवदेन माग गर्ने गरिएको छ", उहाँले भन्नुभयो, "न्यूनतम २० रोपनी जग्गा भएको समूह, सहकारी या कृषि फार्मले आवदेन दिन मिल्छ छ ।" फलफूल खेतीका लागि बीउबीजन, सिँचाइ, यान्त्रीकरण आदिमा ५० प्रतिशत अनुदान दिने गरिएको कृषि अर्थविज्ञ पौडेलले बताउनुभो। निर्देशनालयले आयोजना कार्यान्वयनका लागि छुट्टै कार्यविधि बनाएको छ । नवलपुरबाहेक प्रदेशका सबै जिल्लामा यो कार्यक्रम सञ्चालित छ । हिमालपारिको जिल्ला मुस्ताङ र मनाङमा स्याउखेतीका लागि अनुदान उपलब्ध गराइएको निर्देशनालयले जनाएको छ । अन्य जिल्लामा सुन्तला, कागती, किवी, ओखर, एभोकाडोलगायतका फलफूलखेती विस्तार भइरहेको छ । "कार्यविधिअनुसार मापदण्ड पुऱ्याएर आउने कृषि समूह, सहकारी र कृषि फार्मले अनुदान पाउँछन्, यस आयोजनामा प्रतिस्पर्धाबाट छनोट हुनुपर्ने अवस्था छैन, मापदण्ड पुग्ने सबै समेटिन्छन्", कृषि अर्थविज्ञ पौडेलले भन्नुभयो । न्यूनतम २० रोपनीदेखि बढीमा पाँच सय रोपनी क्षेत्रफलसम्म खेती गर्नेलाई अनुदान दिने प्रावधान रहेको छ । क्षेत्रफल र फलफूल बालीअनुसार अनुदान फरकफरक रहेको निर्देशनालयले जनाएको छ । बागवानी क्षेत्र व्यवस्थापनसँगै किसानलाई व्यावसायिक फलफूलखेतीतर्फ आकर्षिक गर्न यस कार्यक्रमले मद्दत पुग्ने विश्वास लिइएको छ । पहाडी क्षेत्रमा दश प्रजातिका फलफूल बालीको विकास तथा विस्तार गर्ने उद्देश्यले गण्डकीसहित पाँच प्रदेशका ३४ जिल्लामा सरकारले यो कार्यक्रम सञ्चालनमा ल्याएको हो ।

परिवर्तन उल्टाउन खोज्नेलाई छुट दिइँदैनः अध्यक्ष दाहाल

रासस
लुम्बिनी, २८ फागुन

नेकपा (माओवादी केन्द्र)का अध्यक्षपुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड'ले परिवर्तन उल्टाउन खोज्नेलाई छुट नदिइने बताउनुभएको छ । उहाँले त्यस्ता विरुद्ध सडकबाट भण्डाफोर अभियान चलाउनेसमेत बताउनुभयो ।

बुधबार बुटवलमा आयोजित मगर मुक्तिमोर्चाको छैटौँ राष्ट्रिय सम्मेलनलाई सम्बोधन गर्दै पूर्वप्रधानमन्त्री समेत रहनुभएका दाहालले विगतमा नागरि कसँगका सम्बन्ध केही कमजोर भएकाले त्यसलाई सुधारेर जाने प्रतिबद्धता जनाउनुभयो । उहाँले विगतका निर्वाचनमा एमाले र कांग्रेससँग गठबन्धन गर्दा गल्ती गरिएको स्वीकार गर्दै जनतासँग माफी माग्न मैदानमा आएको बताउनुभयो । "माओवादीले अब पहिले गरेका गल्ती कमजोरी दोहोऱ्याउँदैन", उहाँले भन्नुभयो, "जनतासँग माफी मागेर सरकारका गलत कामको खबरदारी गरिरहने हो ।" अध्यक्ष दाहालले अबको आवश्यकता जनताले प्राप्त गरेका अधिकारको रक्षा गर्दै प्रत्यक्ष निर्वाचित कार्यकारी प्रमुख, पूर्ण समानुपातिक निर्वाचन प्रणाली जस्ता अग्रगामी 'एजेन्डा'मा जानु उचित रहेको उल्लेख गर्दै कसैले पनि प्रतिगमनबारे नसोच्न चेतावनी दिनुभयो । पार्टीले गरेको जनयुद्ध उत्पीडित समुदायको मोर्चाबाटै सफल भएको बताउँदै उहाँले ती समुदायप्रति उच्च सम्मान व्यक्त गर्नुभयो । नेकपा (माओवादी केन्द्र)का उपमहासचिव वर्षमान पुनले सरकारले कार्यशैलीका कारण निरङ्कुशतन्त्रले प्रहार गर्न खोजेको बताउनुभयो । उहाँले हालका सबै परिवर्तनको आधार माओवादी जनयुद्ध रहेको जिकिर गर्नुभयो । कार्यक्रममा नेकपा माओवादीका केन्द्रीय सचिव तथा लुम्बिनी प्रदेश इन्चार्ज चक्रपाणी खनालले राजतन्त्रले टाउको उठाउन खोजेकाले सबै क्रान्तिकारी शक्ति एकजुट हुनुपर्नेमा जोड दिनुभयो ।

साइवर सुरक्षाबारे सचेत रहौं

◆अपरिचित लिक्त वा मेल नखोलौं,
◆चिठ्ठा पर्यो भनि आएको मेल/लिङ्गहरूको विश्वासमा नपरौ,
◆विभिन्न उपहार पठाउन रकम माग गरे विश्वास नगरौ,
◆आफ्नो फोटो, भिडियो तथा व्यक्तिगत जानकारी जो कोहीसँग सेयर नगरौं,
◆आकर्षक रोजगारी पाउने प्रलोभनमा रकम नपठाऔं,
◆चिनजानकै व्यक्तिबाट मेसेजमा रकम माग गरेमा ह्याक भएको हुनसक्छ, त्यस्तो अवस्थामा रकम नपठाओं,
◆सार्वजनिक स्थानमा उपलब्ध फ्रि वाइफाइमा वैद्धिक कारोबार वा संवेदनशील जानकारी आदानप्रदान नगरों।

शंका लागेमा नजिकको प्रहरी वा साइवर व्युरोमा सम्पर्क गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

"आयुर्वेदोऽमृतानामः"
पोखराको पुरानो र विश्वासिलो आयुर्वेद अस्पताल
माता मनकामना आयुर्वेद क्लिनिक प्रा.लि
पोखरा-९, नयाँबजार(न्यू विवेक पेट्रोल पम्पको माथि)
०६१-५८९१९४, ९८४४३११९०६, ९८१३६७७७०६

छाला तथा यौन रोगहरूका लागि
महिलाहरुमा : निसन्तानपन, सेतोपानी बग्ने, योनी चिल्लाउने, महिनावारीमा गडबडी आदी
पुरुषहरुमा : शिघ्रपतन, यौन सन्तुष्टि नहुने, यौन चहाना नहुने, स्वप्नदोष, सरुवा यौन रोग, लिंग उत्तेजना नहुने आदी
डा. बिनोद मिश्रा
प्रत्येक महिनाको १२ गते

पायल्स, फिसर, फिस्टुला तथा मलद्वार सम्बन्धी रोगहरुको सफल उपचारको लागि
डा. राजिव घिमिरे
प्रत्येक महिनाको पहिलो शनिबार

जस्तोसुकै (पुरानो/नयाँ) रोगहरुको विशेष आयुर्वेद उपचारको लागि
डा. सुरेश पुर्वे
महिनाको प्रत्येक दिन

उपचार गर्ने रोगहरू :-
१. पायल्स, फिसर, फिस्टुला
२. स्त्री तथा प्रसुति रोग
३. धातु तथा यौन रोग
४. श्वास प्रश्वास सम्बन्धी रोग
५. मृगौलाको पत्थरी
६. अनुहारको कालोपोतो र डण्डीफोर
७. उच्च रक्तचाप
८. सुगर(मधुमेह)
९. नशा तथा हाडजोर्नी रोग
१०. पिनास तथा एलर्जी

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।

सुक्तिसुधा

एक क्षणको पाप कैयौं वर्षको कष्ट बन्छ ।

– कालीदास

सम्पादकीय

मेलमिलापको पर्व होली

बसन्त ऋतुको आगमनसँगै आपसी मेलमिलाप र सद्भावको पर्वको रुपमा फागु पुर्णिमालाई लिने गरिन्छ । फाल्गुण शुक्ल पूर्णिमाका दिन मनाइने फागु पर्व पहाडी जिल्लामा हर्षोल्लासका साथ मनाइन्छ। तराइमा भने त्यसको भोलीपल्ट मनाइने गरिन्छ। फागु पर्वमा विभिन्न रंग दलेर मनाउने गरिन्छ। रिस, राग ईर्ष्या गर्न छाडेर आपसी एकता, सद्भाव र मित्रता कायम गर्न प्रण गर्ने दिन पनि हो फागु (होली)। फागु पूर्णिमा धार्मिक कथासँग जोडिएको पर्व हो । त्रेतायुगमा दैत्यराज हिरण्यकश्यपुले विष्णु भक्त आफ्ना पुत्र प्रल्हादलाई मार्ने उद्देश्यले ब्रम्हाबाट आगोले हुन नसक्ने बरदान पाएकी आफ्नी बहिनी होल्लिकालाई प्रल्हदका साथ दन्किरहेको आगोमा पस्न लगाउदा होलिका आफैं भष्म भएकी तर भक्त प्रल्हादलाई आगोले छुन नसकेको कथा फागुसँग जोडिएको छ।

शक्तिको दुरुपयोग गर्ने प्रवृत्तिको प्रतिक बनेकी होलिका मारिएको उपलक्ष्यमा फागु खेल्ने परम्परा चलेको मानिन्छ । द्वापरयुगमा श्रीकृष्ण भगवानलाई मार्न मामा कंशद्वारा पठाइएको राक्षस्नी पुतनाले विष दलिएको स्तन चुसाउन लाग्दा असफल भइ मारिइन । पुतनालाई गोपालवासीले जलाई फागु महोत्सव मनाउने परम्परा चलेको धर्मग्रन्थमा उल्लेख छ। अनेक मिथकमा आधारित फागु वा होली हाम्रो मौलिक पर्व हो । फागु वा होलीलाई रंगको पर्वको रुपमा समेत मनाउने गरिन्छ। नेपालका हिमाल, पहाड र तराइमा मनाउने गरिन्छ। मुस्ताङमा थकालीहरुले तोरन्त भनेर मनाउँछन् । फागुमा प्रयोग हुने रंगमा रातो रंगलाई विजयको प्रतिक मानिने गरिन्छ । होलीका दहनलाई सत्यको विजय भएको ठानी विजयप्रकट गर्ने रातो रंग प्रयोग हुने गरेको छ। निलो रंग मानवता र धैर्यतालाई दर्शाउँछ। पहेलो रंग भगवान श्रीकृष्णको प्रिय रंग हो ।

होलीले मानिस अनि रंगहरुवीचको सम्वन्ध र रंगले पार्ने उत्साह वा बारेमा व्याख्या गरेर रंगको पर्वको रुपमा लिने गरिएको छ । यो पर्व नेपालको सबै भूगोल, हिन्दु, बौद्ध र मुस्लिम धर्म मान्नेले पनि मनाउने गरेका छन् । सबै उमेर समुहले फागु मनाउने गर्दछन् । फागु पर्वमा पहाड र तराईमा छुट्टाछुट्टै दिन सार्वजनिक विदा दिने गरिएको छ। सबै समुदायका नेपालीवीच एक आपसमा भाइचारा र घनिष्टता अभिवृद्धि गर्न सघाउँदै आएको छ। जसरी होली एकता, सद्भाव, मित्रताका लागि खेलिन्छ त्यसरी नै देश र जनताको समृद्धि र खुशीका लागि राजनीतिक शक्ति, दल र दलभित्रको मेलमिलाप, एकता र सद्भावको खाँचो छ । आपसमा मिल्न छोडेर घृणा र आरोपको खेती गर्ने प्रवृत्ति हटाउनु पर्छ सामाजिक सञ्जालको माध्यमबाट फैलिएको घृणा दैष र निन्दाको प्रवृत्ति हटाएर मेलमिलाप र सदभाव कायम हुन सके होलीको महत्व यस्तो बेलामा बढ्दै जान्छ। चाडपर्वहरु मनाउँदा त्यसको ऐतिहासिक र सांस्कृतिक महत्ववारे जानकारी दिने काम कम हुँदै गएको छ। हरेक चाडपर्व अहिले व्यापार गर्ने माध्यम भएका छन् । खेतवारी, जंगल या प्रकृतिमा उम्रेका या भेटिने प्राकृतिक रंग प्रयोग गरेर खेलिने फागु आयातित रंगको प्रयोग हुने गरेको छ। मानव स्वास्थ्यमा असर पार्ने रंगको प्रयोग गर्ने, टिसर्ट बनाएर बेच्ने, मादक पदार्थ र पेय पदार्थ बेच्ने अवसरको रुपमा लिने गरिएको छ।

रंग दल्ने भन्दा पिचकारी छ्याप्ने काम भएका छन् । हाम्रा संस्कृतिमाथि एकपछि अर्को अतिक्रमण भएको छ। पर्वहरु हाम्रो जीवनका पर्याय हुन् । पर्व मनाउँदा सु-स्वास्थ्य र दिर्घायुको कामना गर्ने गरिन्छ। पूजीवादले मानवको स्वास्थ्य, दिर्घायू र खुशी भन्दा व्यापारलाई जोड दिँदा पर्वमा विकृति भित्रीएका छन् । आयातित सामानले मौलिकता हराउँदै गएको छ। पर्व बुझेर मनाउने र मानव जीवनलाई असर पुऱ्याउने रंग र अन्य बस्तु भन्दा प्राकृतिकको प्रयोग गरेमा पर्वको सान्दर्भिकता वढेर जानेछ । बजारको लहलहैमा बस्तु र सामाग्रीको प्रयोग गरेमा स्वास्थ्यमा असर पुग्ने र मौलिकता हराउदै जान्छ । हामीले मनाउने चाडपर्वको महत्व बुझ्नु र बुझाउनुपर्छ। बुझेर मनाउन सकेमा चाडपर्वको महत्व बढेर जानेछ । फागु पर्वको सबैमा शुभकामना !

तपाईंको आज

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

हरिसिद्धि भविश्यवाणी केन्द्र

पोखरा–१६, जोगिमणीमार्ग, मोबाइल: ९८५६०२०५८६

चिना, टिप, हस्तरेखा,आखत,माटो हेर्नका लागि सम्झनुहोस् ।

मागका आधार योजना छनोट

पोखरापत्र संवाददाता
बागलुङ, २८ फागुन

जिल्लामा सबैभन्दा ठूलो भूगोलमा फैलिएको बडिगाड गाउँपालिकाका केही गाउँ बस्ती सडक सञ्जालले जोडिन सकेको छैन। यस्तो अवस्थालाई अन्त्य गर्न गाउँपालिकाले भौतिक पूर्वाधार अन्तर्गत सडक विस्तारलाई उच्च प्राथमिकता दिएको छ।

गाउँपालिकाले चालु आर्थिक वर्षका २३३ योजना कार्यान्वयनमा ल्याएको छ ।असरमा ल्याएको नीति तथा कार्यक्रम र बजेटलाई तीव्र रुपमा कार्यान्वयनमा लागेको हो।

गाउँसभाबाट छनोट भएका कूल ती योजनामध्ये हालसम्म १७४ वटा सम्झौता भएर धमाधम काम भइरहेका छन् भने ४७ योजना सम्पन्न भइसकेका छन् । बाँकी ५९ योजना सम्झौताको चरणमा रहेको बडिगाड गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत मुक्ति पौडेलले जानकारी दिनुभयो । गाउँपालिकाले नागरिकको आवश्यकता र मागका आधार योजना छनोट गरेको उहाँको भनाइ छ। पालिकाका १० वटै वडामा हालसम्म ४७ योजना सकिएको जनाइएको छ । नागरिकका आधारभूत आवश्यकता पूरा गर्ने गरी योजना कार्यान्वनमा लागेको उहाँले बताउनुभयो । चालु वर्ष खानेपानी, सडक, सिँचाइ, भवन, खेलमैदान, सरसफाइ, संस्कृति प्रवर्द्धन र लघु जलविद्युत्सम्बन्धी योजना रहेको पौडेलको भनाइ छ। चैत मसान्तसम्म सबै योजना सक्ने गरी काम भइरहेको पौडेल बताउनुहुन्छ । उहाँले भन्नुभयो, “बडिगाडका अधिकांश योजना सम्झौता भइसकेर काम भइरहेका छन्, हामीहरूले ठूला योजनालाई सुरुमै सम्झौता गरी काम अगाडि बढाएका हौँ, भने अन्य अयोजना अहिले सम्झौताका चरणमा छन्, पालिकाको सबै वडामा गएर उपभोक्ता समिति बनाउने र योजना सम्झौता गरेका हौँ, योजना सम्झौताका लागि पालिकामै आउनुपर्ने बाध्यता छैन ।” यस वर्ष बडिगाडको बजेट कूल बजेट रु ७२ करोड ९१ लाख ६२ हजार थियो। जसमध्ये हालसम्म ३७.६ प्रतिशतअर्थात् रु २७ करोड दुई लाख ७० हजार खर्च भएको छ गाउँपालिकाले जनाएको छ। पालिकाले यस वर्ष वडा नम्बर ६ को वडा कार्यालय निर्माणका लागि रु एक करोड, सडक सुधार तथा सरफाइका लागि रु ६५ लाख र हेफरसँग सहकार्य गरेर नागरिकलाई पशुपालन तथा कृषिमा आत्मनिर्भर बनाउनका लागि रु ८० लाख विनियोजन गरेको गाउँपालिका अध्यक्ष गण्डकी थापा अधिकारीले बताउनुभयो । अहिलेसम्म सडकले नजोडिएको गाउँलाई जोड्नका लागि भेडीखोर-फोर्सा सडक खोल्नका लागि रु ४० लाख विनियोजन गरेको उहाँको भनाइ छ। “सीमित स्रोत र साधनका बीच धेरै नागरिकको आवश्यक पूरा गर्नेपर्ने छ, एकै पटक सबैतिर विकास गर्न सम्भव नहुने रैछ, यद्यपि हामीहरूले सबै भूगोल, वडा र समस्यालाई बुझेर काम गरिरहेका छौँ, समयमै सबै योजना सक्नुपर्छ भन्ने मान्यताले धमाधम योजनाका कामहरू भइरहेका छन्”, उहाँले भन्नुभयो।

नेपाल नामिबियासँग पराजित

रासस
काठमाडौं, २८ फागुन

महिला ट्वान्टी-२० अन्तरराष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगिताअन्तर्गत आज भएको खेलमा नेपाल नामिबियासँग पराजित भएको छ।

जारी प्रतियोगितामा नेपालको यो प्रतियोगितामा तेस्रो हार हो । युगान्डाको एन्टेब्बे क्रिकेट ओभल मैदानमा नेपाल नामिबियासँग २३ रनले पराजित भएको हो। हारसँगै नेपाल फाइनल पुग्ने सम्भावना कमजोर बनेको छ । नामिबियासँगको पहिलो भेटमा पनि नेपाल ६ विकेटले पराजित भएको थियो । यस्तै घरेलु टोली युगान्डलाई एक विकेटले हराएको नेपाल हङकङसँग दुई रनले पराजित भएको थियो । प्रतियोगितामा दोस्रो जित निकालेको नामिबियाको चार खेलमा चार अङ्क छ । नामिबियाले यसअघि पनि नेपाललाई पराजित गरेको थियो । साथै हङकङसँग चार विकेट र युगान्डासँग एक रनको पराजय बेहोरेको थियो । नामिबियाले प्रस्तुत गरेको १२६ रनको लक्ष्य पछ्याएको नेपालले २० ओभर पाँच विकेट गुमाउँदै १०२ रन मात्रै बनाउन सक्यो । नेपालका लागि साना प्रवीनले ३१, कविता कुँवरले अविजित १७ तथा पूजा महतो र कप्तान इन्दु बर्मालि समान १५ रन बनाए।

नामिबियाका लागि इभ्लिन केजरुक्वाले दुई तथा विल्का एमवाटिल, साइमा टुहाडेलिनी र मिकेली एमवाटिलले समान एक/एक विकेट लिए।

टस हारेर पहिले ब्याटिङ गरेको नामिबियाले निर्धारित २० ओभरमा आठ विकेट गुमाउँदै १२५ रनको योगफल बनाएको थियो । नामिबियाका लागि यास्मिन खानले ४५, विल्का एमवाटिलले २०, आरास्ता डियर्गार्डले अविजित १६ तथा सुने विटम्यानले १५ रन बनाए। नेपालका लागि ईश्वरी विष्टले तीन, रचनाकुमारी चौधरीले दुई तथा रिया शर्मा र इन्दु बर्माले समान एक/एक विकेट लिए। नेपालले अर्को खेल भोलि युगान्डासँग खेल्ने तालिका छ।

त्रिवेणी-दुम्किबास सडक खोल्न प्रदेशले पहल गरिरहेको: मुख्यमन्त्री पाण्डे

रासस
नवलपरासी, २८ फागुन

गण्डकी प्रदेशका मुख्यमन्त्री सुरेन्द्रराज पाण्डेले त्रिवेणी-दुम्किबास सडक खोल्न प्रदेशले पहल गरिरहेको जानकारी दिनुभएको छ।

नेपाल पत्रकार महासङ्घ नवलपुर शाखाद्वारा बुधबारकावासोतीमा आयोजित पत्रकार भेटघाट कार्यक्रममा उहाँले त्रिवेणी-दुम्किबास सडक नखुल्दा परेको समस्याका विषयमा प्रदेश जानकार रहेको र उक्त सडक खोल्न पहल गरिरहेको बताउनुभएको हो।

वातावरणीय प्रभाव मूल्याङ्कन (इआइए) र विस्तृत आयोजना प्रतिवेदन(डिपिआर) स्वीकृत भए मात्र स्थायी बाटो खोल्न सक्ने भएकाले अहिले पहिलो चरणमा इआइएको काम अघि बढिरहेको मुख्यमन्त्री पाण्डेले बताउनुभयो। “पहिला इआइएका लागि प्रवेश गर्ने अनुमति थिएन, अहिले निकुञ्जले इआइए गर्ने अनुमति दिएको छ । अहिले इआइएको काम अघि बढाउने क्रममा छौँ”, उहाँले भन्नुभयो, “त्यसपछि वन्यजन्तुमैत्री, वातावरणमैत्री भौतिक पूर्वाधार बनाउने गरी डिपिआर तयार गरी थप काम बढ्छ।” त्रिवेणी-दुम्किबास सडक हुलाकी राजमार्गमा पर्ने भएकाले उक्त आयोजनाअन्तर्गत काम गर्ने गरी समेत छलफल चलिरहेको मुख्यमन्त्री पाण्डेले बताउनुभयो । त्रिवेणी-दुम्किबास सडक निर्माणलाई प्रदेशलाई दिए पनि आफूहरू तयार रहेको उहाँले बताउनुभयो । “आठ किलोमिटर सडक प्रदेशलाई दिए हुन्थ्यो भन्ने छ, हामी बनाउँथ्यौँ तर यसका आफ्नै प्रक्रिया छ, त्यता लाग्दा झन ढिलो होला भनेर हुलाकी सडक आयोजनाअन्तर्गत बढाउने छलफल चलिरहेको छ”, मुख्यमन्त्री पाण्डेले भन्नुभयो।

उक्त खण्डलाई स्थायी रूपमा बनाउन समय लाग्ने भएकाले हाल पहिलाकै बाटोलाई सफा गरेर कार, जिप, मोटरसाइकलजस्ता साना सवारी सञ्चालन गर्ने विषयमा केन्द्र सरकार र निकुञ्जसहितका सरोकारवालासँग छलफल भइरहेको उहाँले बताउनुभयो। यो विषयमा विनयी त्रिवेणी गाउँपालिका समेत निर्णय गरेकाले प्रदेशले समेत केन्द्रमा बाटो सफा गरेर चलाउने विषय अनुमति माग गरको मुख्यमन्त्री पाण्डेले बताउनुभयो । पहिलेको बाटो सफा गरेर सवारी चलाउन दिए प्रदेशसहित पालिका समेत यसको लागि तयार रहेको उहाँले बताउनुभयो।

नवलपुरकोदुम्किबासदेखिबगुवन हुँदै त्रिवेणीसम्म १९ किलोमिटर दूरी पर्दछ । बगुवनसम्म अहिले पनि यातायात सञ्चालन हुने गर्दछन् । बगुवनदेखि त्रिवेणीसम्म १६ किमी पर्दछ । यसको करिब सात किलोमिटर क्षेत्र निकुञ्जले वन्यजन्तुको चरिचरन क्षेत्र बताउने गरेको छ। विसं २०५९ सालअघि हुलाकी सडकका रूपमा रहेकोमा यस खण्डमा विसं २०६३ मा सडकको मर्मत गरी यातायात सञ्चालन गरिएको थियो।

हुलाकी सडकको रूपमा रहेको यस खण्डलाई गजेन्द्र मोक्ष जनता मार्ग नामकरण गरी विसं २०६३ असोजमा यातायात सञ्चालन गरिएको थियो । विसं २०६४ जेठमा निकुञ्जले वन्यजन्तु चरिचरनको क्षेत्र भनेर समेटेपछि यातायात सञ्चालनमा रोक लगाइएको छ। अहिले त्रिवेणी क्षेत्रमा पर्ने दुई वटा वडाका बासिन्दा लुम्बिनी प्रदेशको बाटो हुँदै करिब ४० किलोमिटर घुमेर गाउँपालिकाको कार्यालय आउनुपर्ने बाध्यता रहेको छ।

बिपी वाटिकामा कभर्डहल निर्माण

पोखरापत्र संवाददाता
दमौली, २८ फागुन

व्यास नगरपालिका-३ स्थित बिपी वाटिकामा रु ९६ लाख ६३ हजार सात सय ४७ को लागतमा कभर्डहल निर्माण भएको छ । कभर्डहल व्यास नगर ब्याडमिन्टन क्लबले निर्माण गरेको हो।

कभर्डहल निर्माणका लागि व्यास नगरपालिकाले रु ८७ लाख ८५ हजार दुई सय ३४ प्रदान गरेको थियो । जिल्ला समन्वय समितिको स्वामित्वमा रहेको जग्गामा कभर्ड हल निर्माण भएको हो।

क्लबले जिल्लास्तरीय ब्याडमिन्टन प्रतियोगिता पनि सञ्चालन गर्दै आएको छ । कभर्डहलको मङ्गलबार युवा तथा खेलकुदमन्त्री तेजुलाल चौधरीले उद्घाटन गर्नुभयो।

पैतालीस कोठाको स्वास्थ्य चौकी निर्माण

पोखरापत्र संवाददाता
गोरखा, २८ फागुन

भूकम्पमा भत्केको घैरुङ स्वास्थ्य चौकीको भवन पुनर्निर्माण सम्पन्न भएको छ । जिल्लाको सहिद लखन गाउँपालिका-६ घैरुङस्थित स्वास्थ्य चौकीको भवन रु आठ करोड ५४ लाख छ हजार लागतमा पुनर्निर्माण सम्पन्न भएको हो।

गाउँपालिकाका अध्यक्ष रमेशबाबु थापामगरका अनुसार सङ्घीय सरकार स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय र भारत सरकारको आर्थिक सहयोगमा स्वास्थ्य चौकी पुनर्निर्माण गरिएको हो। पैतालीस कोठाको नवनिर्मित भवनबाट आगामी चैतदेखि सेवा प्रवाह गरिने उहाँले जानकारी दिनुभयो । विसं २०७२ वैशाख १२ गतेको भूकम्पले भवन भत्काएपछि घैरुङस्थित हिमालय माध्यामिक विद्यालयमा सञ्चालन हुँदै आएको छ।

बत्तीस क्याम्पसका स्ववियु सभापतिमा अनेरास्ववियुका उम्मेदवार सर्वसम्मत

रासस
काठमाडौं, २८ फागुन

स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियन (स्ववियु) निर्वाचनमा एक आङ्गिक क्याम्पससहित ३२ वटा क्याम्पसमा नेकपा एमाले निकट अखिल नेपाल राष्ट्रिय स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियन (अनेरास्ववियु)का उम्मेदवार सर्वसम्मत निर्वाचित भएका छन्।

अनेरास्ववियुका प्रवक्ता प्रकाश पौडेलद्वारा बुधबार जारी विज्ञप्तिअनुसार त्रिभुवन विश्वविद्यालयको आङ्गिक क्याम्पस धनकुटा बहुमुखी क्याम्पसमा अनेरास्ववियुका उम्मेदवार युवा तिमिल्सिना, माडव्य क्याम्पस पाल्पामा सौगात कोइराला, शिक्षा क्याम्पस बैतडीमा अकबर चन्द, सङ्खुवासभा बहुमखी क्याम्पसमा चेतन भण्डारी, तेज-निरला क्याम्पस मुस्ताङमा अञ्जु परियार, नवप्रभात क्याम्पस बैतडीमा सपना चन्द, मङ्गला शिक्षा क्याम्पस म्याग्दीमा एल्डिस पुन र सेती क्याम्पस बझाङमा दीपेन्द्र दौल्याल सभापतिमा निर्वाचित हुनुभएको छ। त्यसैगरी दर्छा क्याम्पस रामपुर पाल्पामा अनिशा कोइराला, मैनापोखर शारदा बहुमुखी क्याम्पस बर्दियामा सागर खत्री, लटिनाथ क्याम्पस दार्चुलामा रुकेशसिंह विष्ट, कृष्ण स्नातक क्याम्पस दार्चुलामा ओमकार पाल, नव प्रभात संयुक्त क्याम्पस कुलाउ पञ्चेश्वर बैतडीमा सपना चन्द, देवदह आदर्श बहुमुखी क्याम्पसमा अश्विन न्यौपाने, बूढीनन्दा क्याम्पस बाजुरामा भाष्कर शाही, हिमशिखर बहुमुखी क्याम्पस सुर्खेतमा मिना रावत, कुशादेवी क्याम्पस काभ्रेपलाञ्चोकमा मोनिका हुमागाईं, जनक क्याम्पस काभ्रेपलाञ्चोकमा सञ्जिव गिरी, सर्वमङ्गला क्याम्पस काभ्रेपलाञ्चोकमा श्रीकृष्ण भट्टराई, तेजगङ्गा क्याम्पस काभ्रेपलाञ्चोकमा सुजन सापकोटा, जनआदर्श बहुमुखी क्याम्पस चितवनमा अनुज न्यौपाने सर्वसम्मत सभापति पदमा निर्वाचित हुनुभएको विज्ञप्तिमा उल्लेख छ। त्यसैगरी गुल्मीका दिगाम आदर्श बहुमुखी क्याम्पसमा उषा पाण्डे, सिन्धुपाल्चोकको सिन्धु भ्याली क्याम्पसमा सन्दिपा चौलागाईं, धनकुटाको हिले क्याम्पसमा विशाल तितुङ, बर्दिया बहुमुखी क्याम्पसमा दुर्गा खत्री, सिम्ता बहुमुखी क्याम्पस सुर्खेतमा रुद्र रावत, जाल्पादेवी क्याम्पस धनकुटामा चेतराज पौडेल, शारदा क्याम्पस सल्यानमा विश्व खड्का, सिन्धुपाल्चोकको ठोर्कपा क्याम्पसमा शर्मिला घर्ती उदबुद्ध कलेज पाल्पामा कृष्णा झापुर्लुक, मिर्मी बहुमुखी क्याम्पस स्याङ्जामा मुना न्यौपाने र धुलिखेल क्याम्पस काभ्रेपलाञ्चोकको सभापतिमा स्वागत चापागाईं निर्वाचित हुनुभएको प्रवक्ता पौडेलले बताउनुभयो।

नागरिक पारदर्शिताका लागि सार्वजनिक लेखा परीक्षण

पोखरा महानगरपालिका वडा नं. १७ बालोदय मार्ग बाटो निर्माण गर्दा निम्न बमोजिमको आम्दानी तथा खर्च भएको व्यहोरा सम्बन्धित सरोकारवालाहरुको जानकारीको लागि यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशन गरिएको छ।

योजनाको नाम: बालोदय मार्ग बाटो निर्माण
ठेगाना: पोखरा-१७, बालोदय मार्ग
योजना सम्झौता मिति: २०८१/०९/०८ गते
योजना शुरु मिति: २०८१/०९/०९ गते
योजना सम्पन्न हुने मिति: २०८१/१२/३० गते
योजना सम्पन्न हुने मिति: २०८२/०२/१० गते
योजनाको कुल लागत: रु.८,२३,९८३.५१
महानगरपालिकाबाट: रु. ७,००,०००।-
जनसहभागिताबाट: रु.१,२३,९८३.५१
जम्मा योजनाको खर्च: रु.८,२३,९८३.५१
अध्यक्ष: रेशम बहादुर कार्की
निर्माण समिति सदस्य संख्या: ७
महिला: ३, पुरुष: ४

बालोदय मार्ग बाटो निर्माण उपभोक्ता समिति

पोखरा-१७, बालोदय मार्ग

के तपाईंमा त मानसिक रोगको समस्या छैन ?

डा निराकारमान श्रेष्ठ
काठमाडौं, २८ फागुन /रासस

हाम्रो परिवारका सदस्य वा छिमेकका मानिसहरू बाहिरबाट हेर्दा स्वस्थ्य देखिए पनि वास्तवमा स्वस्थ नहुन सक्छन्अर्थात् मानसिक रोगबाट प्रभावित भएका हुनसक्छन् । शारीरिक रोगका बिरामीले आफ्नो रोगका बारेमा अरुलाई बताउने गरे पनि मानसिक रोगका बिरामीले सकभर सार्वजनिक गर्न चाहँदैनन् । मानौं उनीहरू बिरामी नै होइननन्भैं गरी लुकाउने र परिवारका सदस्यले पनि ढाकछोप गराउन खोज्छन् । जतिबेला अन्य मानिसले थाहा पाउँछन्, त्यतिबेला बिरामीको अवस्था निकै जटिल भइसकेको हुन्छ ।

साधारण जनसङ्ख्याको कम्तीमा पनि दुई प्रतिशत मानिसलाई कडा मानसिक रोग लागेको पाइन्छ । न्युरोसिस पनि धेरै प्रकारको हुन्छ । साधारण जनसङ्ख्याको कम्तीमा १० देखि १५ प्रतिशत मानिसलाई कुनै न कुनै न्युरोसिस रोग लागेको पाइन्छ । त्यस्तै सुस्तमनस्थिति साधारण जनसङ्ख्याको करिब तीन प्रतिशतलाई भएको पाइन्छ । मदिरा तथा लागुऔषधको दुर्व्यसन पनि करिब तीनदेखि पाँच प्रतिशत मानिसमा देखिन्छ । पर्सनालिटी डिसअर्डर पनि करिब एक प्रतिशत मानिसमा देखिन्छ । करिब २५ देखि ३५ प्रतिशत मानिस कुनै न कुनै मानसिक रोगबाट पीडित हुन्छन् यस अर्थमा मानसिक रोग शारीरिक रोगजस्तै धेरै सङ्ख्यामा हुँदैन भन्ने धारणा सरासर गलत हो ।

सामान्यतया स्वास्थ्य भन्नासाथ शारीरिक स्वास्थ्यलाई बुझिन्छ । शारीरिक, मानसिक र सामाजिक तीनै पक्षको संयोजन भए मात्रै मानिसलाई स्वास्थ्य मान्न सकिन्छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले पनि स्वास्थ्य भन्नाले केवल रोग नहुँदैमा या अशक्त नहुँदैमा स्वस्थ भन्न मिल्दैन, शारीरिक, मानसिक र सामाजिक हिसाबले पूर्ण रूपमा स्वस्थ रहेको अवस्था भनी परिभाषित गरेको छ । तर व्यवहारमा शारीरिक पक्षलाई मात्र विशेष जोड दिइएको पाइन्छ । शारीरिक रोग भन्नाले शरीरको रोगजस्तै क्षयरोग, औलो ज्वरो, कालाजार, चिनीको रोग, कुष्ठरोग, क्यान्सर आदिलाई जनाउँछ । मानसिक रोगअन्तर्गत विभिन्न प्रकारका एङ्जाइटी डिसअर्डर, डिप्रेसन, बाइपोलार डिसअर्डर, माइग्रेन, छारेरोग, मादकपदार्थ तथा लागुऔषध दुर्व्यसन, सिजोफ्रेनिया, सुस्तमनस्थिति, पर्सनालिटी डिसअर्डर आदि पर्दछन् । सर्वसाधारण मानिसहरूमा मानसिक रोग भन्नासाथ पागलपन अथवा मानसिक असन्तुलन भएको वा बहुलाएका व्यक्तिको चित्रण मात्र मनमा आउने गरेको पाइन्छ र मानसिक रोग लागेको भन्नासाथ मानसिक रूपले असन्तुलन व्यक्ति भन्ने धारणा भएको पाइन्छ । यो धारणा सरासर गलत हो किनभने हामीले नछानीकन एक सय जना मानसिक रोगीहरू लियौं भने तिनीहरूमध्ये करिब पाँच जना मात्र पागल अथवा मानसिक रूपले असन्तुलन भएको पाउँछौं भने करिब ९५ जना अरू सर्वसाधारण मानिसजस्तै देखिन्छन् । नेपालमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या एक गम्भीर र बढ्दो चिन्ताको विषय हो । पछिल्ला वर्षहरूमा मानसिक रोगबारे चेतना बढ्दै गए पनि, अझै पनि समाजमा यो विषयलाई खुला रूपमा छलफल गर्न हिचकिचाहट देखिन्छ । मानसिक रोगलाई लाज वा कमजोरीका रूपमा हेर्ने प्रवृत्तिले समस्या लुकाउने र उपचार नगर्ने प्रवृत्ति बढाएको छ । गरिबी, बेरोजगारी र वित्तीय अस्थिरताले पनि धेरैलाई डिप्रेसन र तनावको शिकार बनाएको छ । नेपालमा मदिरा र लागुऔषधको सेवन गर्ने व्यक्तिहरूको सङ्ख्या बढ्दै गएकाले मानसिक स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर परेको देखिन्छ । विवाह, पढाइ, जागीर र सामाजिक मान्यताका कारण कतिपय मानिसहरू ठूलो मानसिक दबाबमा रहेका छन् ।

शारीरिक स्वास्थ्य तथा शारीरिक रोगको उपचारमा विज्ञानले ठूलो फड्को मारेको छ र जनमानसमा शारीरिक स्वास्थ्यप्रति ठूलो सचेतना तथा जानकारी आए तापनि मानसिक स्वास्थ्य तथा मानसिक रोगप्रतिको गलत धारणा, भ्रम, अन्धविश्वास आदि अझ पनि समाजमा व्यापक रूपमा भएको पाइन्छ । मानसिक रूपले स्वस्थ हुनका लागि व्यक्तिमा समय तथा वातावरणअनुसार अगाडि बढ्न सक्ने क्षमता, भावनात्मक द्वन्द्वबाट ज्यादै विचलित नहुने गुण, अर्थपूर्ण रूपले जीवनयापन गर्नसक्ने क्षमता भएको, आफ्नो विद्यमान सामर्थ्यको प्रयोग गरी उत्पादनशील तथा फलदायी काम गर्न सक्ने भएको, अरू व्यक्तिसँग अर्थपूर्ण सम्बन्ध जोडी सो सम्बन्धलाई निरन्तरता दिन सक्ने क्षमता भएको र कुनै प्रकारका मानसिक रोगका खास लक्षण नभएको अवस्था हुनुपर्छ ।

मानसिक रोग र मानसिक रोगीहरूप्रति संसारका हरेक देशमा केही न केही गलत धारणाहरू पाइन्छ । हाम्रो देशमा पनि मानसिक रोग सम्बन्धमा धेरै अन्धविश्वास तथा गलत धारणाहरू समाजमा व्याप्त छन् । मानसिक रोग विकसित राष्ट्रहरू र विकासोन्मुख राष्ट्रहरूमा बराबर पाइन्छ र सहरी क्षेत्रमा र ग्रामीण क्षेत्रमा पनि यो बराबर हिसाबले देखिएको छ । तर सामाजिक पृष्ठभूमि अलग-अलग भएको कारणले गर्दा रोगको लक्षणहरू अथवा बिरामीको समस्या भने फरक फरक हुन सक्दछ ।

दिन प्रतिदिन मानसिक रोगीको सङ्ख्यामा बढ्दै जाँदा तिनको उपचारमा भने राज्यको ध्यान पुग्न सकेको छैन । तीन करोडभन्दा ज्यादा जनसङ्ख्याका लागि हाल नेपालमा सवा दुई सय जति मात्र मानसिक रोग विशेषज्ञ छन् । मानसिक रोग विशेषज्ञ र जनसङ्ख्याका हिसाबले हालको अनुपात एकदम कम छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको सिफारिसअनुसार १० हजार जनसङ्ख्याको लागि एक जना मानसिक रोग विशेषज्ञ हुनुपर्नेमा हाल नेपालमा १० लाख ३३ हजार जनसङ्ख्याका लागि एक जनामात्र मानसिक रोग विशेषज्ञ पर्दछ । अर्थात् मानसिक रोग विशेषज्ञको र जनसङ्ख्याको अनुपात १:३३,००,००० मात्र छ । त्यसैले मानसिक रोग विशेषज्ञ र अरु मानसिक स्वास्थ्य कार्यकर्ताको एकदमै कमी भएकाले मानसिक रोगको उपचारमा ठूलो समस्या देखिएको छ । जनशक्तिको अभावसँगै पर्याप्त बजेट नहुँदा पनि उपचारमा कठिनाइ हुने गरेको छ । विश्व स्वास्थ्य सगठनको अनुसार हरेक राष्ट्रले आफ्नो कूल राष्ट्रिय बजेटको कम से कम १० प्रतिशत बजेट स्वास्थ्य क्षेत्रको लागि छुट्याउनुपर्नेमा नेपालले करिब पाँच प्रतिशत मात्र छुट्याउने गरेको पाइन्छ । स्वास्थ्य क्षेत्रमा प्राप्त कूल रकममध्ये केवल ०.२ प्रतिशत मात्र मानसिक स्वास्थ्यलाई छुट्याउने गरेको पाइन्छ । यसरी बजेटको कमीले गर्दा पनि मानसिक रोगको उपचारमा प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष समस्या परेको देखिन्छ ।

मानसिक रोगका लक्षणहरू कस्ता-कस्ता हुन्छन् ?

शारीरिक रोगका लक्षणहरू शारीरिक भएजस्तै मानसिक रोगका लक्षणहरू पनि प्रायः मानसिक प्रकृतिका हुन्छन् । जस्तै मनोदशा गडबडी, विचारको गडबडी, व्यवहारमा गडबडी, निद्रामा गडबडी, ज्ञानेन्द्रीय अङ्गहरूको अनुभूतिमा गडबडी, सम्झना शक्तिमा गडबडी, अन्तर्दृष्टिमा गडबडी, बुद्धि क्षमतामा गडबडी, एकाग्रतामा गडबडी, कुराकानीमा गडबडी, एकापसको अन्तर्क्रियामा गडबडी, सौखमा गडबडी आदिजस्ता लक्षणहरू मानसिक रोगहरूमा देखा पर्दछन् । सबै प्रकारका शारीरिक लक्षणहरू एउटै शारीरिक रोगमा नदेखेजस्तै सबै प्रकारका मानसिक लक्षणहरू एउटै मानसिक रोगमा देखिंदैनन् ।

कुनै मानसिक रोगमा एक प्रकारका लक्षणहरू देखिन्छन् भने अर्को मानसिक रोगमा अरू प्रकारका मानसिक लक्षणहरू देखिन्छन् । यी लक्षणहरूका आधारमा मानसिक रोग कुन प्रकारका हो भन्ने निदान गरिन्छ र सोहीअनुसार मानसिक रोगीको उपचार गरिन्छ । निद्रा नलाग्ने, बिनाकारण शङ्का गर्ने, बिनाकारण डराउने, उदास हुने, ज्यादा उत्तेजित हुने, असामान्य कुरा गर्ने, असामान्य व्यवहार देखाउने आदि जस्ता मानसिक लक्षणबाहेक टाउको दुख्ने, जीउ दुख्ने, मुटु चाँडोचाँडो धड्कने, छिटोछिटो पिसाब लाग्ने, बोली नआउने, शरीरको कुनै भाग नचल्ने, देख्न नसक्ने, सास फेर्न गाह्रो हुने आदि जस्ता शारीरिक लक्षण पनि मानसिक रोगमा देखा पर्न सक्दछन् ।

मानसिक रोगका कारणहरू के हुन सक्छन् ?

मानसिक रोगको कारण यही नै हो भन्न र किट्न नसके तापनि वंशानुगत कारण, मनोवैज्ञानिक कारण, सामाजिक कारण, शारीरिक रोगका कारण, टाउकोको घाउ चोटपटकको कारण, सङ्क्रमण रोगका कारण, दिमागमा परजीवीको कारण, शारीरिक रोगका लागि सेवन गरिने कुनैकुनै औषधिका कारण, मस्तिष्कमा हुने एक प्रकारका न्युरोट्रान्समिटर भन्ने रासायनिक पदार्थहरूको गडबडीको कारण, मादक तथा लागुऔषधको अत्यधिक सेवनको कारण, व्यक्तित्वको कारण आदिलाई मानसिक रोगका कारणहरूमा लिन सकिन्छ । तर के छ भने धेरैजसो मानसिक रोगका कारणमा यिनीहरूमध्ये एउटाभन्दा धेरै कारणहरूको भूमिका भएको पाइन्छ । कुनै व्यक्तिमा एउटा कारणको प्राधान्यता हुन्छ भने अर्को व्यक्तिमा अर्कै कारणको प्राधान्यता भएको पाइन्छ । अत्यधिक मादक पदार्थ सेवन गर्नु तथा मादक पदार्थको कुलतमा फस्नु एक प्रकारको मानसिक रोग वा मानसिक विकृति हो ।

के मानसिक रोगको उपचार सम्भव छ ?

धेरैजसो मानसिक रोगहरू उपचारपछि ठीक हुन्छ र निको हुन्छ । थोरै प्रतिशत भने निको नहुन सक्दछ र जीवनभर नै औषधि उपचार गरिरहनुपर्ने हुन्छ । तर यिनीहरूमा पनि औषधिले रोगलाई नियन्त्रण गर्न सकिन्छ सबै मानसिक रोगहरूको उपचार हुन्छ र धेरै मानसिक रोगहरू ठीक पनि हुन्छन् । कुनैकुनै शारीरिक रोग पूर्णतया ठीक नहुने र जिन्दगीभर औषधि खानुपर्ने भएजस्तै कुनैकुनै मानसिक रोग पनि त्यस प्रकारका हुन्छ । मानसिक रोगका उपचारमा औषधि दिने, बिजुलीको माध्यमबाट उपचार गर्ने, न्युरोमोडुलेसन उपचार, काउन्सेलिङ, साइकोथेरापी, फेमिली थेरापी, ग्रुप थेरापी, सोसल इन्टरभेन्सन, भोकेसनल थेरापी, रिहाविलिटेसन आदि जस्ता विधिहरू अपनाइन्छन् । मानसिक रोगको उपचार बिरामी, उसको परिवार तथा सामाजिक परिप्रेक्ष्यलाई ध्यानमा राखेर गर्नुपर्ने हुन्छ । मानसिक रोगको उपचार एक पटक गरेपछि छोड्न नहुने र सधैंभरि गरिरहनुपर्ने हुन्छ भन्ने भ्रम पनि मानिसहरूमा रहेको छ । यो गलत कुरा हो । धेरैजसो मानसिक रोगहरूमा केही महिना औषधि खाएर छोड्न सकिन्छ भने कुनै कुनै मानसिक रोग औषधि उपचार बिना पनि ठीक हुन्छ भने कुनैकुनै मानसिक रोगमा जीवनभर नै औषधि खानुपर्ने हुन्छ । नेपालमा धेरै मानिसहरू, विशेषगरी युवाहरू, डिप्रेसनको शिकार भइरहेका छन् । कामको चाप, पारिवारिक तनाव र भविष्यको अन्योलका कारण धेरैलाई एन्जाइटी डिसअर्डरको समस्या देखिन्छ । भूकम्प, द्वन्द्व, हिंसा, वा अन्य ट्रमाटिक घटनाहरूबाट गुज्रेका व्यक्तिहरूमा पोस्ट-ट्रमोटिक स्ट्रेस डिसअर्डर भएको पाइन्छ । कतिपयमा बाइपोलार डिसअर्डर, स्किजोफ्रेनिया जस्ता गम्भीर मानसिक रोगहरू पनि देखा पर्ने गरेका छन् । नेपालमा मानसिक रोगको समस्या ठूलो छ, तर यसबारे खुलेर कुरा गर्न र उचित उपचार खोज्न अझै पनि धेरै चुनौतीहरू छन् । मानसिक स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिनु आवश्यक छ, ताकि सबै नागरिकहरू स्वस्थ जीवन बिताउन सकून् । यदि तपाईंलाई वा तपाईंको नजिक कसैलाई मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या छ भने, चिकित्सक वा परामर्शदातासँग सम्पर्क गर्नु सबैभन्दा राम्रो उपाय हो ।

(स्वास्थ्य मन्त्रालयका पूर्वसचिव तथा वरिष्ठ मानसिक रोग विशेषज्ञ डा श्रेष्ठसँग गरिएको कुराकानीमा आधारित)

जोमसोम बजार जोगाउन धमाधम तटबन्धन गरिँदै

पोखरापत्र संवाददाता
मुस्ताङ, २८ फागुन

बर्सेनि कालीगण्डकीले जोमसोम बजार कटान गरेपछि तटबन्ध निर्माण प्रारम्भ भएको छ । सङ्घीय सरकारअन्तर्गतको जलस्रोत तथा सिँचाइ विभागको अगुवाइमा 'जोमसोम बजार संरक्षण योजना' अन्तर्गत नदी नियन्त्रण थालिएको हो ।

योजनाअन्तर्गत घरपझोङ गाउँपालिका-४ काठेपुलबाट जिल्ला प्रशासन कार्यालय र नेपाली सेनाको क्याम्प रहेको स्थानमा आरसिसीसहितको ' ग्याबियन वाल' 'पल्मकइक्रिट वाल', तटबन्धको बेस धमाधम निर्माण भइरहेको छ ।

संरक्षण योजनाका निर्माण कम्पनीका मुख्य प्रतिनिधि शिवकुमार श्रेष्ठका अनुसार हालसम्म ५५ प्रतिशत भौतिक र ४२ प्रतिशत वित्तीय प्रगति भएको छ । कालीगण्डकी नदी कटान र बर्सेनि वृद्धि हुने नदी उकासका कारण मुस्ताङको छुसाङबाट थासाङ गाउँपालिकाको लेतेसम्मको तटीय क्षेत्रका १३ गाउँ नदी कटानको जोखिममा छन् । ती स्थानको संरक्षणमा सङ्घीय तथा प्रदेश सरकारले विभिन्न चरणमा नदी नियन्त्रणको प्रयास जारी राखेको छ ।

बेनी-दरबाङ सडक: रणवाङ-तोलावाङ खण्ड कालोपत्र पूरा

पोखरापत्र संवाददाता
म्याग्दी, २८ फागुन

बेनी-दरबाङ सडकको रणवाङ-तोलावाङ खण्डमा कालोपत्र भएको छ ।

पूर्वाधार विकास कार्यालयका प्रमुख विष्णुप्रसाद पौडेलका अनुसार मङ्गला गाउँपालिका-२ रणवाङको खहेरेखोलादेखिरणवाङ-सहश्रधारा-दुखुखोला-तल्लोदुखु-रातोढुङ्गा हुँदै तोलावाङ खण्डको सडक कालोपत्र सकिएको हो । खहेरेखोलाबाट तोलावाङसम्म तीन किलोमिटर तीन सय मिटर सडक कालोपत्र भएको छ । "फराकिलो पार्ने, पानीको निकास, टेवा पर्खाल बनाउने, बेस र सबबेस राख्ने काम सकिएको ठाउँमा माघ १९ गतेदेखि सुरु गरिएको कालोपत्र गर्ने काम फागुन २७ गते सकिएको छ", पौडेलले भन्नुभयो, "बाङ्गेपहिरो छाडेर बाँकी ढाडखर्क, दरबाङ बजारमा भइरहेको पूर्वाधार निर्माणको काम सकिएपछि कालोपत्र गर्ने तयारी छ ।" मङ्गला गाउँपालिका-२ रणवाङबाट मालिकाको केन्द्र दरबाङसम्मको आठ किलोमिटर सडक कालोपत्र गर्न निर्माण कम्पनीसँग रु २२ करोड ५७ लाख ९३२ मा सम्झौता भएको हो । मङ्गला, मालिका र धवलागिरि गाउँपालिकालाई सदरमुकाम बेनीसँग जोड्ने २४ किलोमिटर यो सडक २०६३ सालमा खुलेको हो । यसअघि बेनी-सिमसम्म १२ दशमलव पाँच किलोमिटर खण्ड भने कालोपत्र भइसकेको छ । सिम-पानाबगर खण्डको चार किलोमिटरको काम पनि पूरा भएको छ ।

मेवाका बिरुवाको माग बढ्दो

रासस
चितवन, २८ फागुन

जिल्लामा सरकारीस्तरमा उत्पादन गरिएको मेवाको बिरुवाको माग बढ्दै गएको छ । व्यावसायिक कीट विकास फार्म भण्डारले उन्नत जातको मेवाका बिरुवा उत्पादन गरेर बिक्री गर्न थालेपछि माग बढेको हो ।

कार्यालयका सूचना अधिकारी कमलनयन पन्तका अनुसार फार्मको जग्गामा लगाइएका बिरुवा बिक्रीका लागि तयार भएका छन् । उहाँले भन्नुभयो, "थोरै बिरुवा उत्पादन गरिएको भए पनि माग उच्च छ ।" अहिले चार हजार बीउ लगाइएकामा तीन हजार हाराहारी बिरुवा उत्पादन भएका छन् । उहाँका अनुसार रेड लेडी जातको मेवाका बिरुवा उत्पादन गरी बिक्री गर्न थालिएको हो । यो ताइवानको बीउ हो । यो मेवा फल धेरै लाग्ने र छोटो समयमा खानका लागि तयार हुने गर्दछ । गत माघको दोस्रो साता लगाइएको बीउका बिरुवा अहिले रोप्नका लागि तयार भएका हुन् । अझै एक हप्तापछि रोप्न उपयुक्त हुने उहाँले बताउनुभयो । बिरुवा रोपेको दश महिनापछि राम्रो उत्पादन दिने गर्दछ । कार्यालयका कृषि प्राविधिक पवनकुमार यादवका अनुसार उन्नत जात भएकाले एक वर्ष उत्पादन लिएर पुनः बिरुवा लगाउँदा उपयुक्त हुन्छ । यसले पनि दुई-तीन वर्षसम्म पनि फल भने दिने गर्दछ । पछिल्लो वर्षमा उत्पादन क्षमता घट्दै जाने उहाँको भनाइ छ ।

उत्पादन राम्रो हुने भएकाले किसानले बिरुवाको माग धेरै गरेका छन् । हालसम्म चार हजारभन्दा बढी बिरुवाको माग भइसकेको छ । पहिला नाम टिपाउनेलाई बिरुवा दिने उहाँले बताउनुभयो । दुई पटक गरेर बिरुवा उमार्ने लक्ष्य लिइएको भए पनि बीउ नपाउँदा दोस्रो लट रोप्न नपाएर मागअनुसार दिन नसकिएको हो । धेरै एकैचोटी लगाउँदा खेर जान सक्ने भएकाले सुरुमा थोरै लगाइएको उहाँ बताउनुहुन्छ ।

कार्यालयले चार वर्षअघिदेखि मेवाको बिरुवा उत्पादन सुरु गरेको हो । स्थानीय जातका मेवाभन्दा धेरै उत्पादन दिने र स्वादमा फरक पाइने यो जातका बिरुवाको माग बढेपछि आगामी वर्षमा उत्पादन बढाउने उहाँले बताउनुभयो । उहाँका अनुसार मेवाका बिरुवालाई प्रतिगोटा रु ३५ मा बिक्री गरिएको छ । अहिले चितवनसहित मकवानपुर, धादिङलगायतका जिल्लाबाट मेवाका बिरुवाको माग आएको छ ।

नेपाल सरकार
भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालय
भूमि व्यवस्थापन तथा अभिलेख विभाग
मालपोत कार्यालय, कास्की

मालपोत कार्यालय कास्की पोखराबाट प्रकाशित भएको हकदावी सम्बन्धी ३५ दिने सार्वजनिक सूचना

सूचना प्रकाशित मिति २०८१/११/२८

कास्की जिल्ला मौजे आर्वा २७ नं. का जि.मु. भवानी संषर भंडारीको रेवतीरमण भंडारीको बामदेव भंडारी जिम्मा साविक ९० सालको खेत तर्फको मोठ लगत उतार बमोजिम सोठ नं. १६२९ मोही नं. १६८ कि.न. ४३७ मा चतुराखर भंडारीको नाउँमा साबिक दर्ता भै २०३४ सालसम्मको तिरो तिरेको भु.सु. ७ नं. फाराममा लगत दिएको सर्भे नापीमा कास्की जिल्ला ठुलास्वारा ४ कि.नं. ७६ क्षे.फ. २-२-३-३ को जग्गा फिल्डबुकमा केदारनाथ, गोविन्द, लोकमाया भण्डारीको नाउँमा कायम भएकोमा केदारनाथको मिति २०६५।०५।२७ मा मृत्यु भएको निजको एकमात्र श्रीमती बसुन्धरा भण्डारीको मिति २०७७।१०।०५ मा मृत्यु भएको निज मृतक दम्पतीको नजिकको हकदार दुई छोराहरु लेखनाथ भण्डारी र ज्ञानहरी भण्डारी भएको, उक्त जग्गाको हकदार गोविन्द भण्डारी, लेखनाथ भण्डारी, लोकमाया भण्डारी र ज्ञानहरी भण्डारी भएको हुँदा उक्त जग्गा दर्ता गरि श्रेस्तापुर्जा पाउँ भनी कास्की जिल्ला साविक पोखरा म.न.पा. वडा नं. २८ बस्ने गोविन्द भण्डारी, लेखनाथ भण्डारी, लोकमाया भण्डारी र ज्ञानहरी भण्डारीले यस कार्यालयमा संयुक्त माग निवेदन पेश गर्नुभएको हुँदा उक्त जग्गामा यस अघि कसैले कारवाही चलाएको भए वा निजको माग बमोजिम छुट जग्गा दर्ता गर्न नमिल्ने वा दर्ता हुन नपर्ने कुनै कारण भए वा तपशिलमा उल्लेखित जग्गामा अरु कसैको हक लाग्ने भए वा सरकारी सार्वजनिक पर्न गए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ३५ (पैतिस) दिनभित्र सबुद प्रमाण सहित दावी उजुरी गर्न आउनुहोला । अन्यथा कानुन बमोजिम भै जानेछ । पछि कसैको उजुर बाजुर लाग्ने छैन ।

तपशिल

जिल्ला	गा.वि.स. /न.पा.	वडा नं.	कित्ता नं.	क्षेत्रफल	विरह	किसिम	फिल्डबुकको व्यहोरा
कास्की	ठुलास्वारा	४	७६	२ - २ - ३-३	धान	दोयम	केदारनाथ, गोविन्द, लोकमाया भण्डारी

ईति संवत २०८१ साल फागुन २८ गते रोज ४ शुभम् ।