मुक्तिनाथ दर्शन सेवा
दैनिक माइक्रोबस छुट्ने समय : बिहान ६:३० बजे
पोखरा साइडसिन सेवा
पोखरा उपत्यका घुम्नका लागि बस छुट्ने समय : बिहान ९:०० बजे
रुट नं. १ : पुम्दीकोट, शान्ति स्तुपा, डेभिजफल, फेवाताल, विन्ध्यवासिनी मन्दिर, महेन्द्र गुफा
रुट नं. २ : बेगनास ताल, रुपा ताल, इन्टरनेशनल माउन्टेन म्युजियम, पचभैया वन्यजन्तु चिडियाघर
मानसरोवर ट्राभल एण्ड टुर्स प्रा.लि.
नागढुंगा, पोखरा-९, फोन नं : 061-589012
544439, 9856051659, 9856034631

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 २७ ❑ अङ्क १० ❑ श्रेणी क्षेत्रीय 'क' ❑ २०८२ माघ १० गते शनिबार ❑ 24 Jan. 2026 ❑ पृष्ठ ४ ❑ मूल्य रू. ५ ।-

कास्कीमा सबैको उम्मेदवारी कायम, स्वतन्त्रलाई चुनाव चिह्न प्रदान

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ९ माघ

आगामी फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि कास्कीका तीनवटा निर्वाचन क्षेत्रमा गत मङ्गलबार मनोनयनपत्र दर्ता गरेका ४९ जनाकै उम्मेदवारी कायम भएको छ ।

शुक्रबार उम्मेदवारको अन्तिम नामावली प्रकाशित गरी चुनाव चिन्ह प्रदान गरिएको मुख्य निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयका सहायक निर्वाचन अधिकृत राजन खनालले जानकारी दिनुभयो ।

कास्की-३ मा स्वतन्त्र उम्मेदवार नभएकाले सबै उम्मेदवारले दलको चुनाव चिह्न प्राप्त गरेको उहाँले बताउनुभयो । उक्त क्षेत्रमा १५ जना उम्मेदवार चुनावी मैदानमा छन् । नेपाली कांग्रेसबाट मनोज गुरुङ, नेकपा (एमाले)बाट दामोदर पौडेल बैरागी, नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीबाट गोपाल गिरी र राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीबाट बिना गुरुङ उम्मेदवार रहनुभएको छ । यस्तै राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीका अर्जुनप्रसाद खनाल, नेपाल मातृभूमि पार्टीबाट ओमप्रकाश विश्वकर्मा, उज्यालो नेपाल पार्टीबाट तर्कबहादुर गुरुङ, नेपाल मजदुर किसान पार्टीका मीना न्हिसुतु, आम जनता पार्टीबाट कुशल थापा क्षेत्री, संयुक्त नागरिक पार्टीका टेकबहादुर सार्की, मङ्गोल नेशनल अर्गनाइजेशन पार्टीका जीवनबहादुर गुरुङ, नेपाल जनमुक्ति पार्टीका मिनबहादुर थापा, नेशनल रिपब्लिक पार्टीका तीर्थ गुरुङ, नेकपा माओवादीबाट कुशल खड्का र श्रम संस्कति पार्टीबाट हितकाजी गुरुङले चुनावी प्रतिस्पर्धामा हुनुहुन्छ ।

कास्की-१ मा १७ जना उम्मेदवार चुनावी मैदानमा हुनुहुन्छ । उक्त क्षेत्रमा नेपाली काँग्रेसबाट तिलकबहादुर रानाभाट, नेकपा (एमाले)बाट वैनबहादुर क्षेत्री अधिकारी, नेपाल कम्युनिष्ट पार्टीबाट राजकाजी गुरुङ र राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका खडकराज पौडेल उम्मेदवार रहनुभएको छ । यस्तै राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीका बाबुराम थापा, नेपाल मानवता पार्टीबाट आशबहादुर दमै, प्रगतिशील लोकतान्त्रिक पार्टीका कर्णबहादुर गुरुङ, नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी माओवादीका कुमार परियार, उज्यालो नेपाल पार्टीका मनिषा द्धा, नेपाल जनमुक्ति पार्टीका मिनबहादुर दर्जी, नेशनल रिपब्लिक नेपाल पार्टीका यज्ञबहादुर गुरुङ, राष्ट्रिय जनमोर्चाबाट रविमोहन ढकाल, श्रम संस्कृति पार्टीका विलबहादुर तामाङ लामा, मङ्गोल नेशनल अर्गनाइजेशनबाट मान थापा, जनता समाजवादी पार्टीबाट रामकाजी चर्माकार र आम जनता पार्टीका हर्कबहादुर थापा चुनावी प्रतिस्पर्धामा हुनुहुन्छ ।

उक्त क्षेत्रका स्वतन्त्र उम्मेदवार कृष्णबहादुर राउतलाई त्रिभुज चिन्ह प्रदान गरिएको कास्की-१ को निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयका सहायक निर्वाचन अधिकृत सोनु बानियाँले जानकारी दिनुभयो । कास्की-२ मा पनि १७ जनाकै उम्मेदवारी कायम भएको छ । उक्त क्षेत्रमा नेपाली काँग्रेसबाट माधवप्रसाद बाँस्तोला, नेकपा (एमाले)बाट रश्मी आचार्य, नेपाल कम्युनिष्ट पार्टीबाट हेमबहादुर थापा पराजुली, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीबाट उत्तमप्रसाद पौडेल, राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीबाट हेमजङ्ग गुरुङ, मङ्गोल नेशनल अर्गानाइजेशनबाट ओलबहादुर गुरुङ र उज्यालो नेपाल पार्टीबाट कुशल गुरुङ उम्मेदवार रहनुभएको छ ।

यस्तै नेपाल जनमुक्ति पार्टीबाट ख्यामबहादुर गुरुङ, प्रगतिशील लोकतान्त्रिक पार्टीबाट दीपक भण्डारी, नेकपा माओवादीबाट प्रेमबहादुर थापा, नेपाल मजदुर किसान पार्टीबाट विनिता अवाल र नेशनल रिपब्लिक नेपालबाट ज्ञानराज गुरुङ चुनावी प्रतिस्पर्धामा हुनुहुन्छ । कास्की-२ को निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयका सूचना अधिकारी दीपक गिरीका अनुसार सो क्षेत्रमा स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिनुभएका वसन्तराज घिमिरेलाई ट्रफी, विष्णप्रसाद तिवारीलाई त्रिभुज, रामचन्द्र आचार्यलाई हेल्मेट, निर्दोष विक्रम पौडेललाई क्याल्कुलेटर र निरञ्जन कोइरालालाई मसी चुनाव चिन्ह प्रदान गरिएको छ ।

कांग्रेस बदलिनुपर्छ भन्ने नागरिकको चाहनालाई सम्मान गरेका छौँ : सभापति थापा

रासस
काठमाडौं, ९ माघ

नेपाली कांग्रेसका सभापति गगनकुमार थापाले नेपाली कांग्रेस बदलिनुपर्छ भनेर नागरिकले गरेको आह्वानलाई आफूहरूले सम्मान गरेको बताउनुभएको छ ।

नेपाली कांग्रेसको केन्द्रीय कार्यालयमा शुक्रबार पदभार ग्रहण भएपछि बाहिरिने क्रममा सञ्चारकर्मीहरूलाई प्रतिक्रिया दिँदै सभापति थापाले विशिष्ट परिस्थितिमा पार्टीको विशेष महाधिवेशन सम्पन्न गरेर यो जिम्मेवारी लिने परिस्थितिमा आइपुगेको बताउनुभयो । उहाँले आफूहरूका बारेमा हिसाबकिताब गरेर महाधिवेशन गरेको नभइ नागरिकहरूको कुरा सुनेको धारणा राख्नुभयो ।

"कांग्रेस बदलिनै पर्छ भन्ने आह्वानलाई हामीले सम्मान गरेको हो । त्यो गर्नै पर्थ्यो, हाम्रो पार्टीका संस्थापकहरूले हामीलाई सिकाएको कुरा यही नै हो, अधिवेशनबाट जिम्मेवारी लिएको केही दिनपछि नै हामीले निर्वाचनका लागि उम्मेदवारी चयन गर्ने जिम्मेवारी सम्पन्न गर्नुपऱ्यो, सजिलो थिएन, निर्वाचन आयोगमा भएको वैधानिकताको परीक्षण, सम्मानित सर्वोच्च

अदालतभित्र प्रवेश गरेको विषय प्रवेश, निवर्तमान सभापतिलगायत नेताहरूसँग गरिरहेको छलफल र संवादले आज यो ठाउँमा आइपुगेका छौँ", उहाँले भन्नुभयो ।

सभापति थापाले विशेष महाधिवेशनले विधानमा परिवर्तन गरेको व्यवस्थाअनुसार अर्को पटकदेखि उम्मेदवार चयन गर्दा सम्बन्धित क्षेत्रका पार्टीको सदस्य र आमनागरिकले मतदान गरेर तलैबाट चयन गर्ने व्यवस्था गरिनुपर्छ भन्दै यो वर्ष समय अभावका कारण सम्बन्धित क्षेत्रबाट उम्मेदवार चयन गर्न सम्भव नभएको बताउँदै अर्को पटकदेखि लागू हुने बताउनुभयो ।

उपसभापति विश्वप्रकाश शर्माले विगतमा कांग्रेसले चुनाव जितेर आएपछि मात्रै प्रधानमन्त्रीको उम्मेदवार घोषणा गर्ने गरेको बताउँदै विगतमा भन्दा भिन्न परिस्थितिमा निर्वाचन हुन गइरहेकाले आममतदातालाई भोलिको उम्मेदवारको बारेमा परिचित गराएको स्पष्ट पार्नुभयो ।

पार्टीप्रति नागरिकको विश्वास जगाउन चुनाव अगावै प्रधानमन्त्रीको उम्मेदवार घोषणा उहाँको भनाइ छ । उहाँले निर्वाचन अगावै प्रधानमन्त्रीको उम्मेदवार चयन गर्दा नेतृत्व गर्ने व्यक्तिको पृष्ठभूमि, व्यक्तिको संस्कार, नेतृत्व क्षमता र योग्यताको बारेमा जानकारी हुनुका साथै देशलाई कसरी हाँकेर जान सक्छ भन्ने विषयको ज्ञान हुने बताउनुभयो । उपसभापति शर्माले जेनजी विद्रोहले माग गरेको परिवर्तनलाई कांग्रेसले सम्बोधन गर्ने तागत राखेको तर्क गर्दै पार्टीभित्र परिवर्तनको अभ्यास गरेको बताउनुभयो ।

न्यायालय जले पनि न्याय जलेको छैनः प्रधानन्यायाधीश राउत

पोखरापत्र संवाददाता
बागलुङ, ९ माघ

सर्वोच्च अदालतका प्रधानन्यायाधीश प्रकाशमान सिंह राउतले न्यायालयमा आगलागी भए पनि नागरिकलाई दिने न्याय नजलेको बताउनुभयो ।

उच्च अदालत पोखरा बागलुङ इजालसको अत्याधुनिक भवनको आज यहाँ उद्घाटनपछि बोल्दै उहाँले न्यायालय ध्वस्त पार्ने काम हिंसात्मक रहेको भन्दै खरानी टक्टकाएर न्यायालय उठेको बताउनुभयो ।

प्रधानन्यायाधीश राउतले सर्वोच्च अदालतमा जलेका २० हजार मिसिलमध्ये १४ हजारभन्दा बढी मिसिल तयार भइसकेको बताउनुभयो । उहाँले ती मिसिल विद्वान वकिल, बार इकाई र सरकारी वकिलको कार्यालयबाट प्राप्त भइसकेकाले न्यायालय पुनः उठेको बताउनुभयो ।

नागरिकले न्यायालयप्रति विश्वास बढाउने काम सेवा प्रवाहबाट मात्रै देखिने भन्दै

प्रधानन्यायाधीश राउतले भवन मात्र सुविधासम्पन्न नभई सेवा प्रवाहमा सन्तुष्टि दिन आवश्यक रहेकामा जोड दिनुभयो ।

"जेनजी आन्दोलनपछि देश संवेदनशील अवस्थामा पुगेको भन्दै निर्मम समीक्षा गरेर सेवा प्रवाहमा गुणस्तर बढाउनुपर्ने देखिएको छ । हामीप्रतिको आवेग पनि निस्किएको, तर राज्यका तीन वटै अङ्ग जलाउने काम सुनियोजित हो, हामी उठेका छौँ", उहाँले भन्नुभयो, "सर्वोच्च अदालत पुरानै अवस्थामा फर्कन थालेको छ, ढुक्क भएर नागरिकलाई सेवा प्रवाहमा खट्न न्यायाधीश र कर्मचारीलाई आग्रह गर्दछु । थप परिमार्जित भएर नागरिकमा गुणस्तरीय सेवा प्रवाहमा लाग्न आवश्यक छ ।" भूकम्पले क्षति पुऱ्याएको अदालतको भवन विसं २०७९ मङ्सिर १५ गते ३० महिनाभित्र सक्नेगरी निर्माण थालिएको थियो । गत जेठमा सम्झौता मितिभित्रै सम्पन्न भएर उक्त भवनबाट साउनदेखि सेवा दिन थालेको छ । गत असार २० गतेसम्म सम्झौता मिति रहेको उक्त भवन जेठ अन्तिममा निर्माणसम्पन्न भएर साउनबाट सेवा दिन थालिएको उच्च अदालत पोखरा बागलुङ इजलासका मुख्य न्यायाधीश नातिबाबु लामिछानेले जानकारी दिनुभयो । नयाँ भवनमा छवटा अत्याधुनिक इजलास कक्ष रहेका छन् । जसकारण एकसाथ छ मुद्दाको इजलास गर्न सकिने न्यायाधीश लामिछानेले जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार अन्डरग्राउन्डसहित साढे छ तलाको उक्त भवनसँगै अथिति गृह, न्यायाधीश, रजिष्ट्रार, सुरक्षाकर्मी र कर्मचारी आवासका संरचना गरी तीन ब्लक निर्माण गरिएका छन् ।

सात रोपनी जग्गामा निर्माण भएको उक्त भवन प्रविधिमैत्री, अपाङ्गमैत्री, भूकम्प प्रतिरोधीका साथै साबिक धौलागिरि अञ्चलका चार जिल्लामा रहेका इजलासमध्ये सबैभन्दा ठूलो र आधुनिक रहेको सघन सहरी तथा भवन निर्माण कार्यालयले जनाएको छ ।

सुरक्षा चुनौती सामनामा सशस्त्र प्रहरीको भूमिका स्मरणीय छ : प्रधानमन्त्री कार्की

रासस
काठमाडौं, ९ माघ

प्रधानमन्त्री सुशीला कार्कीले राष्ट्रको सार्वभौमिकता, स्वाधिनता र भौगोलिक अखण्डताको रक्षा एवं सीमा सुरक्षा, विपद् व्यवस्थापन तथा नागरिक सुरक्षामा सशस्त्र प्रहरी बलले निर्वाह गर्दै आइरहेको भूमिका प्रसंशनीय रहेको बताउनुभएको छ ।

सशस्त्र प्रहरी मुख्यालय हलचोकमा आज आयोजित २५औं सशस्त्र प्रहरी दिवस

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

देशभरका निर्वाचन क्षेत्रबाट ४९ उम्मेदवारले मनोनयन फिर्ता

रासस
काठमाडौं, ९ माघ

आगामी फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि देशभरका विभिन्न निर्वाचन क्षेत्रबाट ४९ जना उम्मेदवारले उम्मेदवारी फिर्ता लिएको निर्वाचन आयोगले जनाएको छ ।

आयोगले आज आयोजना गरेको साप्ताहिक पत्रकार सम्मेलनमा प्रवक्ता नारायणप्रसाद भट्टराईले हालसम्म विभिन्न निर्वाचन क्षेत्रबाट आयोगको प्रणालीमा प्राप्त जानकारीअनुसार ४९ जना उम्मेदवारले उम्मेदवारी फिर्ता लिएको जानकारी दिनुभयो । यससम्बन्धीथप जानकारीआउनेक्रम जारी रहेको उहाँले बताउनुभयो ।

उम्मेदवारी दर्तादेखि फिर्ता लिनेसम्मका निर्वाचन कार्यक्रम शान्तिपूर्ण र उत्साहजनक रूपमा भएको आयोगले जनाएको छ । समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीतर्फका उम्मेदवारको पनि नामावली प्रकाशन गरी माघ १० गतेसम्म दाबी विरोधको समय दिइएको प्रवक्ता भट्टराईले जानकारी दिनुभयो । समानुपातिक प्रणालीका लागि राजनीतिक दलले गत पुस १३ र १४ गते बन्दसूची पेस गरेका थिए । माघ १० गते शनिबार समानुपातिकतर्फको दाबी विरोध सकिएपछि अन्तिम नामावली प्रकाशन गरिने त्यस अवसरमा जानकारी दिइयो । प्रत्यक्ष निर्वाचनतर्फको अन्तिम नामावली शुक्रबार देशभरका ७७ मुख्य निर्वाचन अधिकृत र ८८ निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयमार्फत प्रकाशन गरिएको आयोगले जनाएको छ । शुक्रबार ४ बजेदेखि ७ बजेसम्म ती कार्यालयमा दलका तर्फबाट र स्वतन्त्र रूपमा उम्मेदवारी दर्ता गरेका सबै उम्मेदवारलाई निर्वाचन चिन्ह प्रदान गरिने आयोगका सहायक प्रवक्ता कुलबहादुर जिसीले जानकारी दिनुभयो ।

एनसेल छैटौँ टाइगर कप भलिबल पोखरामा सुरु, एपीएफ, आर्मी र न्यू डायमण्डको विजयी सुरुवात

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ९ माघ

शसस्त्र प्रहरी बलको (एपीएफ), त्रिभुवन आर्मी क्लब र न्यू डायमण्ड स्पोर्ट्स क्लबले विजयी सुरुआत गरेका छन् ।

पोखरामा शुक्रबार देखि सुरु भएको एनसेल छैटौँ टाइगर कप राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय आमन्त्रण क्लब भलिबल प्रतियोगितामा पहिलो दिनको खेलमा पुरुष तर्फ जित हासिल गर्दै एपिएफ र आर्मीले विजयी सुरुवात गर्दा महिला तर्फ न्यू डायमण्डले विजयी सुरुवात गरेको हो । पहिलो खेलमा महिलातर्फ न्यू डायमण्डले आर्मीलाई ३-० को सोझो सेटमा पराजित गरेको हो ।

न्यु डायमण्डले पहिलो सेट २५-१३, दोस्रो सेट २५-१६ र तेस्रो सेट २५-८ ले जित निकाल्दै सहज जित हात पार्न सफल भयो । पुरुषतर्फ आर्मीले पाहुना टोली माल्दिभ्स भलिबल एशोसियसनलाई सोझो सेटमा पराजित गर्‍यो । आर्मीले पहिलो

सेट २५-१५, दोस्रो सेट २५-२२ र तेस्रो सेट २५-१० ले आफ्नो पक्षमा पार्न सफल भयो ।

शुक्रबारको अन्तिम तथा औपचारिक उद्घाटन भएको खेलमा एपीएफले घरेलु टोली गण्डकी प्रदेश भलिवल संघलाई ३–१ को सेटमा पराजित गर्‍यो । पहिलो सेट २६-२४ र दोस्रो सेट २७-२५ ले रोमाञ्चक जित निकालेको एपीएफले तेस्रो सेट गण्डकीसंग हार्न पुग्यो । तेस्रो सेट गण्डकीले २५-१९ ले आफ्नो पक्षमा पार्दा खेल चौथो सेटमा पुग्यो । चौथो सेटमा एपिएफले २५-२१ ले आफ्नो पक्षमा पार्दै सुखद सुरुआत गर्‍यो । प्रतियोगिताअन्तर्गत शनिबार ४ खेल हुनेछन् । पहिलो खेलमा महिलातर्फ नेपाल पुलिस क्लब र त्रिभुवन आर्मी क्लबबिच हुनेछ । उक्त खेल बिहान साढे ८ बजेबाट सुरु हुनेछ । भोलिको दोस्रो खेल महिलातर्फ एपिएफ र थाइल्याण्ड क्विन्सबिच हुने तालिका छ ।

महिलातर्फको दुई खेलपछि पुरुषतर्फका खेल हुनेछन् । पुरुषतर्फको पहिलो खेल गण्डकी प्रदेश र माल्दिभ्स भलिबल एसोसिएनबिच हुनेछ । दुवै टोली पहिलो खेलमा पराजित भएका थिए । पुरुषतर्फको दोस्रो खेल नेपाल पुलिस क्लब र पर्वत भलिबल संघबिच हुने खेल संयोजक कुमार गुरुङले बताउनु भयो । माघ १७ गतेसम्म चल्ने च्याम्पियनसिपमा पुरुषतर्फ ६ र महिलातर्फ ५ टोलीले सहभागिता जनाएको आयोजक संस्थाका अध्यक्ष नारायणप्रसाद शर्माले बताउनु भयो । च्याम्पियनसिपमा पुरुष र महिला दुवैतर्फ विजेता हुने टोलीले ६ लाख ६६ हजार ६६६ रुपैयाँ र उपविजेता हुने टोलीले ३ लाख ६६ हजार ६६६ रुपैयाँ पाउनेछन् । तेस्रो हुने टोलीलाई २ लाख ६६ हजार ६६६ रुपैयाँ प्रदान गरिने आयोजकले जनाएको छ । सर्वोत्कृष्ट हुने खेलाडीले २६ हजार ६६६ र विधागततर्फ उत्कृष्ट हुने खेलाडीले ११ हजार ६६६ रुपैयाँ प्राप्त गर्ने भएको सचिव डिबी नेपालीले बताउनु भयो ।

यसैबिच, टाइगर ग्रुप अफ पोखरा नेपालको आयोजनामा पोखरा रंगशालास्थित भलिबल कोर्टमा सुरु भएको च्याम्पियनसिपको उद्धाटन गण्डकी प्रदेश प्रमुख डिल्लीराज भट्टले गर्नु भएको हो । सरकारले भलिबललाई राष्ट्रिय खेलको मान्यता दिएको उल्लेख गर्दै उहाँले भलिबल सबैको पहुँचमा रहेको खेल भएकाले यसको लोकप्रियता बढ्दै गएको बताउनुभयो । एनसेलका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत माइकल फोलेले पोखरा जस्तो पर्यटकीय शहरमा भलिबल प्रतियोगिताको उद्धाटनमा सहभागी हुन पाउँदा गर्व महसुस भएको बताउनुभयो ।

नेपाल भलिबल संघका महासचिव रोशन श्रेष्ठले टाइगर कपले नेपाली भलिबलको विकासमा महत्वपूर्ण योगदान पुर्‍याएको बताउँदै कभर्ड हल तथा प्रदेशस्तरीय खेलमैदान निर्माणका लागि संघ सक्रिय रहेको जानकारी दिनुभयो । उद्धाटन समारोहमा भलिबल विकासमा योगदान पुर्‍याएको भन्दै राजकुमार अधिकारी, प्रशिक्षक कुमार राई र राष्ट्रिय खेलाडी हिमाल सुनारी मगरलाई सम्मान गरिएको थियो ।

सरस्वती बनेकी बालिका : वसन्त पञ्चमी (श्रीपञ्चमी) का अवसरमा शुक्रबार पोखराको विन्ध्यवासिनी मन्दिरमा विद्याकी देवी सरस्वती बनेकी बालिका । तस्बिर : कृष्ण दवाडी/रासस

सुरक्षा ...

तथा रजत महोत्सव समारोहलाई सम्बोधन गर्दै उहाँले चुनौतीपूर्ण परिस्थितिमा पनि अनुशासन, निष्ठा, पेसागत कौशल र उच्च व्यावसायिकताका साथ राष्ट्रसेवामा निरन्तर खटिनु सशस्त्र प्रहरीको परिचय बनेको बताउनुभयो ।

"देशमा चलेको सशस्त्र द्वन्द्वदेखि पछिल्ला दशकमा पूर्वी पहाड, तराई तथा अन्य संवेदनशील क्षेत्रमा देखिएका सुरक्षा चुनौतीहरूको सामना गर्न सशस्त्र प्रहरीले निर्वाह गरेको भूमिका स्मरणीय छ", प्रधानमन्त्री कार्कीले भन्नुभयो ।

सीमामा खटिएर राष्ट्रिय भूगोलको रक्षा गर्नुका साथै राजस्व सङ्कलनमार्फत राष्ट्रिय अर्थतन्त्रलाई सुदृढ बनाउन सशस्त्र प्रहरीले पुर्‍याउँदै आएको योगदान उल्लेखनीय रहेको उहाँको भनाइ छ । "कठिन भौगोलिक अवस्था, जोखिमपूर्ण कार्यक्षेत्र र प्रतिकूल परिस्थितिमा पनि निष्ठाका साथ राष्ट्रसेवामा समर्पित रहनु यस बलको विशेष पहिचान हो", प्रधानमन्त्री कार्कीले भन्नुभयो, "सशस्त्र प्रहरीले प्रदर्शन गरेको साहस, सौर्य र पेसागत निष्ठाले नै सङ्गठनलाई जनताको भरोसायोग्य सुरक्षा निकायका रूपमा स्थापित गरेको छ ।"

२६ औँ आदर्श कप पोखरामा सुरु, उद्घाटन खेलमा नेपाल प्रहरी गण्डकी प्रदेशको विजयी सुरुवात

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ९ माघ

पोखरा-२९ भण्डारढिकमा रहेको आदर्श युवा क्लबको आयोजनामा शुक्रबार देखि २६ औं संस्करणको आदर्श कप फुटबल प्रतियोगिता २०८२ सुरु भएको छ ।

शुक्रबार भएको उद्घाटन खेलमा घरेलु टिम कास्की जिल्ला फुटबल संघ (कास्की ११) लाई पराजित गर्दै नेपाल प्रहरी गण्डकी प्रदेशको टोलीले विजयी सुरुवात गरेको छ । ४५/४५ मिनेटको निर्धारित समय मा दुबै तर्फ एक/एक र थपिएको १०/१० मिनेटको अतिरित्त समयमा दुबै तर्फ गोल हुन नसके पछि खेल टाईब्रेकरमा पुगेको हो । टाईब्रेकरमा कास्की ११ का विनय तामाङले प्रहार गरेको वल पोष्ट बाहिरबाट बाहिरिएसंगै पुलिसले सेमिफाइनलमा यात्रा बनाएको हो । खेलको ४४ औं मिनेटमा कास्की ११ का मनिस थापा मगरले गोल गरी टिमलाई अग्रता दिलाए पनि दोश्रो हापको १ मिनेटमै (खेलको ४६ औं मिनेटमा) प्रहरीका शुसिल लामाले उत्कृष्ट गोल गरी खेल बराबरीमा पुर्‍याउनु भएको हो ।

पुलिसको जितमा टाईब्रेकरमा केशर बराम, दुर्गा बोटे, मानबहादुर विष्ट, प्रशन्न श्रेष्ठ र शुसिल लामाले गोल गर्नुभयो । यता कास्की ११ का प्रिन्स गुरुङ, अंकित गुरुङ र कमल थिंङले टाईब्रेकरमा पेनाल्टी सुटमा गोल गरेका थिए ।

शनिबार आयोजक आर्दश युवा क्लब र वालिङ–स्याङजाको होराईजन क्लब बिच खेल हुने भएको म्याच कमिस्नर गोपाल थापाले बताउनु भयो । माघ १६ गतेसम्म भण्डारढिकको खेलमैदान (लेखनाथ रंगशाला) मा संचालन हुने उक्त प्रतियोगिताको उद्घाटन फष्ट च्वाइस फुड्स लिमिटेडका प्रमुख कृष्णप्रसाद पौडेलले उद्घाटन गर्दै प्रतियोगितालाई सफल पार्न आफुरुले सहकार्य सहित प्रमुखप्रायोजन गरेको बताउनु भयो । प्रतियोगितामा आयोजक आदर्श युवा क्लब, कास्की, कास्की जिल्ला फुटबल संघ, तनहुँ जिल्ला फुटबल संघ, नेपाल प्रहरी (गण्डकी प्रदेश), सशस्त्र प्रहरी बल (मुक्तिनाथ बाहिनी मुख्यालय), म्याग्दी जिल्ला खेलकुद विकास समिति, गन्नी फुटबल क्लब (पर्वत) र होराइजन क्लब (वालिङ-स्याङ्जा) सहभागि हुने भएको क्लबका अध्यक्ष पदम गुरुङले बताउनु भयो । प्रतियोगितामा विजेतालाई ४ लाख ९९ हजार ९ सय ९९ रुपैया नगदसहित शिल्ड, मेडल र प्रमाणपत्र प्रदान गरिने भएको छ भने उपविजेतालाई ३ लाख ३३ हजार ३ सय ३३ रुपैया नगदसहित शिल्ड, मेडल र प्रमाणपत्र प्रदान गरिने भएको सचिव सन्तोस गुरुङले बताउनु भयो ।

प्रतियोगितामा व्यक्तिगत विधातर्फ उत्कृष्ट खेलाडीलाई २५ हजार, सर्वाधिक गोलकर्ता, उत्कृष्ट प्लेमेकर, उत्कृष्ट डिफेन्डर, उत्कृष्ट गोलरक्षक र उत्कृष्ट प्रशिक्षकलाई जनही १५ हजार नगदसहित ट्रफी र प्रमाणपत्र प्रदान गरिने भएको छ । प्रत्येक खेलको म्यान अफ दि म्याचलाई ५ हजार नगद र ट्रफी प्रदान गरिनेछ । साथै प्रतियोगिताको अनुशासित टोलीलाई विशेष ट्रफी र प्रमाणपत्रको व्यवस्था गरिएको छ । प्रतियोगिताको मुख्य प्रायोजक सुद्धोधन ४ रुपन्देहीमा रहेको फष्ट च्वाइस फुड्स लिमिटेड रहेको छ । प्रतियोगिता सम्पन्न गर्न करिब ६१ लाख खर्च हुने सचिव सन्तोष गुरुङले बताउनु भयो । प्रायोजकमा लेखनाथ उद्योग वाणिज्य संघका निवर्तमान अध्यक्ष तथा सफल व्यवसायी छत्रधर आत्रेय, सह-प्रायोजक आदर्श हार्डवेयर, उप-प्रायोजक निट डेन्टल क्लिनिक र आईवा एजुकेसन कन्सल्टेन्सी रहेका छन्। यातायात खर्च प्रायोजकका रूपमा स्थानीय यातायात प्रा.लि. पोखरा रहेको छ। क्वार्टरफाइनल तथा सेमिफाइनल खेलको टिकट दर १०० र फाइनल खेलको टिकट दर २०० तोकिएको छ ।

पिएम कप : सांग्रिलाको लगातार दोस्रो जित

पोखरापत्र संवाददाता
म्याग्दी, ९ माघ

प्रधानमन्त्री कप (पिएम कप) कास्की जिल्ला क्लब स्तरीय एक दिवसीय क्रिकेट प्रतियोगितामा सांग्रिला क्रिकेट क्लबले लगातार दोस्रो जित निकालेको छ ।

कास्की जिल्ला क्रिकेट संघको आयोजनामा जारी प्रतियोगिताको शुक्रबार भएको खेलमा सांग्रिलाले लेकसाइड क्रिकेट क्लबलाई १३४ रनले हराउँदै दोस्रो जित निकालेको हो । लेकसाइडले बलिङतर्फ उत्कृष्ट प्रदर्शनी गरेपनि ब्याटिङमा भने निकै कम्जोर देखियो । १८७ रनको विजयी लक्ष्य पाएपनि लेकसाइड १७ ओभरमा ५२ रनमै अलआउट हुन पुग्यो ।

लेकसाडका केशव सुनार र सुमित रौनियार बाहेक अन्य ब्याटरले खासै अंक जोड्न सकेनन् । केशवले १० र सुमितले ६ रन जोडे । सांग्रिलाको लागि भुवन रेग्मीले ५ विकेट लिए । उनले ७ ओभरमा २ मेडन राख्दै २८ रन

खर्चे । सञ्जय नेपालले २ तथा जिवन कोइरालाले १ विकेट लिए ।

त्यसअघि पोखरा क्रिकेट मैदानमा टस हारेर ब्याटिङको निम्तो पाएको सांग्रिला २८.१ ओभरमा १८६ रनमा अलआउट हुन पुग्यो । सांग्रिलाको लागि सिब्रिन श्रेष्ठले ७६ रनको योगदान दिए । राजु खनालले २३ र कुशल नेपालले ३१ रन जोडे । लेकसाइडका लागि चन्दन राउतले उत्कृष्ट प्रर्दशनी गर्दै सर्वाधिक ७ विकेट लिए । उनले १० ओभरमा २ मेडन राख्दै मात्र ६६ रन खर्चिए । सन्देश शाहीले २ तथा विकास पाठकले १ विकेट लिए । सांग्रिलाका सिब्रिन श्रेष्ठ प्लेयर अफ दी म्याच घोषित भए । लेकसाइडको यो दोस्रो हार हो । यस अघि लेकसाइड अरण्यज्योति क्रिकेट क्लबसंग १६ रनको हार व्यहोरेको थियो । सांग्रिलाले यस अघि एभरेष्ट क्रिकेट क्लबलाई ३२६ रनको फराकिलो जित हासिल गरेको थियो । यो संगै सांग्रिलाको स्पष्ट ४ अंक रहेको छ भने लेकसाइड अंकविहिन बनेको छ ।

स्याङ्जामा चार जनाले लिए उम्मेदवारी फिर्ता

पोखरापत्र संवाददाता
वालिङ, २ माघ

स्याङ्जामा चार जनाले आज आफ्नो उम्मेदवारी फिर्ता लिएका छन् ।

निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयले आज उम्मेदवारी फिर्ताको समय तोकेकोमा प्रगतिशील लोकतान्त्रिक पार्टीसहित चार जनाले उम्मेदवारी फिर्ता लिनुभएको हो । आगामी फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि उम्मेदवारी दर्ता गराएकामध्ये स्याङ्जाको क्षेत्र नं १ मा स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिनुभएका मनोज नेपाली दर्जी आफैँले उम्मेदवारी फिर्ता लिनुभएको मुख्य निर्वाचन अधिकृत उपेन्द्रप्रसाद गौतमले जानकारी दिनुभयो । स्याङ्जा क्षेत्र नं १ मा १३ जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएकोमा एक जनाले फिर्ता लिएपछि अब १२ जना चुनावी मैदानमा उत्रिने भएका हुन् । क्षेत्र नं २ मा प्रगतिशील लोकतान्त्रिक पार्टीका उम्मेदवार टीकाराम रेग्मीले उम्मेदवारी फिर्ता लिनुभएको सो निर्वाचन क्षेत्रका निर्वाचन अधिकृत ऋषि पौडेलले जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिनुभएका घनश्याम पाण्डे र दिलीप श्रेष्ठ आफैँले तोकिएको अवधिभित्र उम्मेदवारी फिर्ता लिनुभएका छ ।

यही २०८२ माघ ११ गते, ७३ औं विश्व कुष्ठरोग दिवस भव्यताका साथ सफल पारौं ।

कुष्ठरोग उपचारले निको हुने रोग हो ।

कुष्ठरोग के हो त ?
- कुष्ठरोग किटाणुबाट हुने रोग हो, उपचार गरे सन्चो हुन्छ ।
- यसले छाला, नसा, आँखा र नाकलाई असर गर्दछ ।
- यो कुनै श्राप वा पूर्वजन्मको पापको कारणले लाग्ने रोग होइन ।
- यो सजिलै सर्ने रोग हैन, उपचार गरौं र यसबाट नडराऔं ।

कुष्ठरोगसँग नडराऔं।

लक्षणहरू
- छालामा हल्का रातो, फुस्रो र नचिलाउने दागहरु हुनु,
- हात खुट्टा झम्झमाउने वा छुँदा थाहा नहुनु
- हात खुट्टामा कमजोरी हुनु र हात र खुट्टाको सुख्खा हुनु

'कुष्ठरोगको छ ओखती, सामाजिक लान्छना र विभेद मुख्य चुनौती'

उपचार
- यसको औषधी नेपाल सरकारका स्वास्थ्य संस्थाहरुमा नि:शुल्क उपलब्ध हुन्छ ।

INTERNATIONAL NEPAL FELLOWSHIP | NELRA, Pokhara | सम्बोधन (SAMBODHAN) | FAIRMED

"आयुर्वेदोऽमृतानाम:"
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

पायल्स, फिसर, फिस्टुला तथा मलद्वार सम्बन्धी रोगहरुको सफल उपचारको लागि

डा. राजिव घिमिरे
प्रत्येक महिनाको पहिलो शनिबार

डा. बिनोद मिश्रा
प्रत्येक महिनाको १२ गते

जस्तोसुकै (पुरानो/नयाँ) रोगहरुको विशेष आयुर्वेद उपचारको लागि

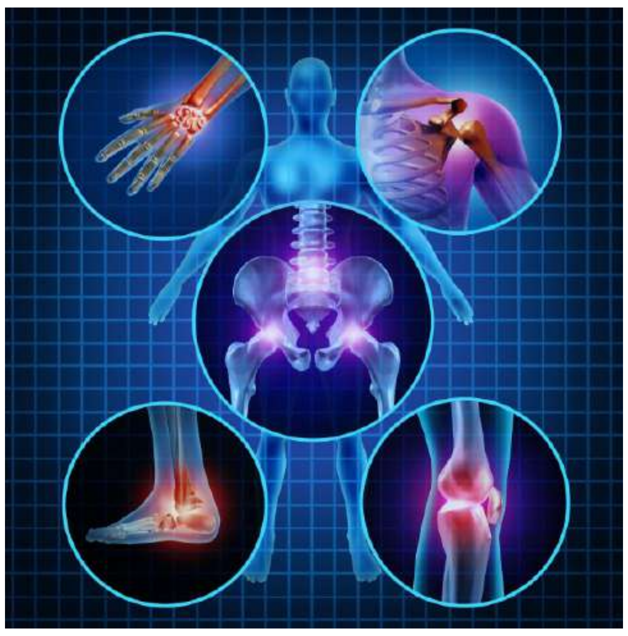
डा. सुरेश पुर्वे
महिनाको प्रत्येक दिन

उपचार गर्ने रोगहरु :-
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 ।

जाडो मौसममा हड्डीलाई बलियो र स्वस्थ कसरी राख्ने ?

-डा. सम्राट पराजुली



जाडो मौसम आरामदायी खाना, न्यानो कपडा र बाहिरको गतिविधि कम हुने समय हो। तर यही मौसममा हड्डीको स्वास्थ्य सबैभन्दा धेरै बेवास्ता हुने गर्दछ। घाम कम लाग्ने, शारीरिक गतिविधि घट्ने र खानपानमा परिवर्तनले बालबालिका, वयस्क र वृद्धहरूको हड्डीलाई बिस्तारै कमजोर बनाउन सक्छ। जाडोमा हड्डीको स्वास्थ्य जोगाउनु जोर्नी दुखाइ, हड्डी भाँचिने समस्या र अस्टियोप्रोसिस (अस्थिक्षय) जस्ता दीर्घकालीन रोगहरूबाट बच्न अत्यन्त आवश्यक छ।

जाडोले हड्डीको स्वास्थ्यमा किन असर गर्छ ?

- घाम कम लाग्दा भिटामिन डी को उत्पादन घट्छ, जसले क्याल्सियमको अवशोषणमा बाधा पुऱ्याउँछ।

-शारीरिक गतिविधि कम हुँदा हड्डी र मांसपेशी कमजोर हुन्छन्।

- चिसो मौसमले जोर्नी कडा भई दुखाइ बढ्छ र लड्ने जोखिम बढ्छ।

-जाडोमा असन्तुलित खानपानले क्याल्सियमको मात्रा घट्न सक्छ।

जाडोमा हड्डीको स्वास्थ्य सुधार्ने प्रमुख उपायहरू

१.पर्याप्त भिटामिन डी सुनिश्चित गर्नुहोस्

भिटामिन डी बलियो हड्डीका लागि अत्यावश्यक हो, र यसको मुख्य स्रोत घाम हो। जाडोमाः

-सम्भव भएसम्म बिहानको घाम १५–३० मिनेट लिनुहोस्

-अण्डाको पहेँलो भाग, फोर्टिफाइड दूध, च्याउ र माछा जस्ता भिटामिन डीयुक्त खाना खानुहोस्

-आवश्यक परे चिकित्सकको सल्लाहमा सप्लिमेन्ट लिनुहोस्

२.क्याल्सियमको मात्रा बढाउनुहोस्

क्याल्सियमले हड्डीलाई बलियो बनाउँछ र हड्डी क्षय रोक्छ। जाडोमा उपयुक्त क्याल्सियम स्रोतहरूः

-दूध, दही र चिज

-पालुंगो, तोरीको साग जस्ता हरियो सागसब्जी

-तिल, बदाम र तोफु

३. शारीरिक रूपमा सक्रिय रहनुहोस्

चिसोले गतिविधि घटे पनि हड्डी बलियो रहन नियमित गतिविधि आवश्यक हुन्छ।

-घरभित्रै स्ट्रेचिङ, योग र हल्का अभ्यास गर्नुहोस्

-घाम लागेको बेला छोटो समयका लागि हिँडडुल गर्नुहोस्

-तौल उठाउने व्यायामले हड्डीको घनत्व कायम राख्छ

४.न्यानोपन कायम राख्नुहोस् र लड्नबाट जोगिनुहोस्

-उपयुक्त न्यानो कपडा लगाएर जोर्नी न्यानो राख्नुहोस्

-नचिप्लिने जुत्ता प्रयोग गर्नुहोस्

-विशेषगरी वृद्धहरूका लागि घरभित्र पर्याप्त बत्तीको व्यवस्था गर्नुहोस्

५.सन्तुलित र हड्डी-मैत्री आहार लिनुहोस्

हड्डीलाई सहयोग गर्ने पोषक तत्वहरू समावेश गर्नुहोसः

-हड्डीको संरचनाका लागि प्रोटिन

-बदाम, सन्तुलित अन्न र दालबाट म्याग्नेसियम र फस्फोरस

-कोलाजेन निर्माणका लागि भिटामिन सी (कागती, अम्बा)

६.हड्डी कमजोर बनाउने बानीहरू त्याग्नुहोस्

- अत्यधिक क्याफिन र कार्बोनेटेड पेय पदार्थ कम गर्नुहोस्

-धूम्रपान र अत्यधिक मदिरा सेवन नगर्नुहोस्

-स्वस्थ तौल कायम राख्नुहोस्

७.वृद्ध र बढ्दो उमेरका बालबालिकाका लागि विशेष ध्यान

-वृद्धहरूलाई लड्न तथा चिप्लिने समस्याबाट रोक्ने र जोर्नीको चलायमानतामा ध्यान दिनुपर्छ

-बालबालिका र किशोर हरूले अधिकतम हड्डी विकासका लागि पर्याप्त पोषण पाउनुपर्छ

कहिले चिकित्सकको सल्लाह लिनु आवश्यक हुन्छ ?

लगातार जोर्नी दुखाइ, बारम्बार हड्डी भाँचिनु वा अकारण तौल घट्नु जस्ता लक्षणलाई बेवास्ता गर्नु हुँदैन। समयमै जाँच गराएमा गम्भीर हड्डीसम्बन्धी रोगबाट जोगिन सकिन्छ। त्यसैले नजिककै अर्थोपेडिक विशेषज्ञसँग परामर्श लिनुहोस्।

निष्कर्ष

जाडो मौसम हड्डी कमजोर हुने समय हुनुपर्दैन। उचित पोषण, घामको सेवन, नियमित गतिविधि र रोकथामात्मक हेरचाहबाट वर्षभरि नै हड्डी बलियो र स्वस्थ राख्न सकिन्छ। हड्डीको स्वास्थ्य जीवनभरको लगानी हो, आजैदेखि यसको हेरचाह सुरु गर्नुहोस्।

(कन्सल्टेन्ट अर्थोपेडिक्स तथा ट्रमा सर्जन डा पराजुली लुम्बिनी अस्पताल तथा प्राविधिक कलेज बुटवलमा कार्यरत छन्।)

अख्तियारमा तनहुँका स्थानीय तहविरुद्ध ७३ उजुरी

पोखरापत्र संवाददाता
दमौली, ९ माघ

अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोग पोखरा कार्यालयमा तनहुँका स्थानीय तहविरुद्ध ७३ उजुरी परेका छन्। चालु आर्थिक वर्षको हालसम्ममा जिल्लाका १० स्थानीय तहका ७३ उजुरी परेको जनाइएको छ।

कार्यालयका अधिकृत उदय पराजुलीका अनुसार शुक्लागण्डकी नगरपालिकाविरुद्ध १६, व्यास नगरपालिकाविरुद्ध १४, भानु नगरपालिकाविरुद्ध १२, देवघाट गाउँपालिकाविरुद्ध ११, आँबुखैरेनी गाउँपालिकाविरुद्ध सात, बन्दीपुर गाउँपालिकाविरुद्ध सात, म्याग्दे गाउँपालिकाविरुद्ध चार, भिमाद नगरपालिकाविरुद्ध एक र घिरिङ गाउँपालिकाविरुद्ध एक उजुरी परेको छ। ऋषिङ गाउँपालिकाविरुद्ध भने उजुरी नपरेको पराजुलीले बताउनुभयो। यस्तै जिल्लामा गत आवको जिम्मेवारी सरी आएका २७ वटा मुद्दा रहेको छ।

गत आव र चालु आवको गरी एक सय उजुरी रहेकामा ३८ उजुरी फछ्र्यौट भएको पराजुलीले जानकारी दिनुभयो। देवघाट गाउँपालिका र अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोग पोखरा कार्यालयको आयोजनामा बिहीबार देवघाट गाउँपालिकामा आयोजित कार्यक्रममा पराजुलीले भ्रष्टाचार र अनियमितताविरुद्ध उजुरी कसरी गर्ने, भ्रष्टाचारको रूप, भ्रष्टाचार कसुर र सजाय (भ्रष्टाचार निवारण ऐन, २०५९ दफा ३-२३)का बारेमा जानकारी गराउनुभएको थियो।

कार्यालयका प्रमुख नारायणप्रसाद रेग्मीले आयोगमा उजुरी पर्दैमा डराउनु नपर्ने बताउनुभयो। उजुरी परेपछि त्यससम्बन्धी निष्पक्ष छानबिन हुने र निर्दोषलाई सफाइ र दोषीलाई कानुनअनुसार कारबाही हुने बताउनुभयो। देवघाट गाउँपालिकाका अध्यक्ष तिलबहादुर थापाले स्थानीय तहले कुनै पनि काम गर्न लाग्दा अख्तियारमा उजुरी हालेर दुःख दिने गरेको बताउनुभयो।

एउटै पालिकाबाट छ जना उम्मेदवारः महिला शून्य

पोखरापत्र संवाददाता
म्याग्दी, ९ माघ

आगामी फागुन २१ गते हुन गइरहेको प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि म्याग्दीमा एउटै पालिका (स्थानीय तह) बाट छ जनाले उम्मेदवारी दिएका छन्।

मङ्गलबार मुख्य निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयमार्फत विभिन्न राजनीतिक दल र स्वतन्त्रका तर्फबाट उम्मेदवारी (मनोनयन) दर्ता गराउने दुई स्वतन्त्रसहित १३ जनामध्ये छ जना बेनी नगरपालिकाका रहनुभएको छ। त्यसैगरी एउटै वडाका दुई जनाले उम्मेदवारी दिनुभएको छ।

म्याग्दीमा कुनै पनि महिलाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छैनन्। नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (एमाले)को तर्फबाट उम्मेदवारी दिनुभएका हरि कृष्ण श्रेष्ठ, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीबाट उम्मेदवार बन्नुभएका युवराज रोका, राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीबाट उम्मेदवारी दिनुभएका डम्मरबहादुर सुवेदी, प्रगतिशील लोकतान्त्रिक पार्टीबाट देवेन्द्र कामी, नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (माओवादी)को तर्फबाट क्षेत्रबहादुर घिमिरे (ध्रुव) र स्वतन्त्र उम्मेदवार बन्नुभएका नवीन जिसी बेनी नगरपालिकाका स्थायी बासिन्दा हुनुहुन्छ।

नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (माओवादी)को तर्फबाट उम्मेदवारी दर्ता गराउनुभएका क्षेत्रबहादुर घिमिरे (ध्रुव) र राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीबाट उम्मेदवारी दर्ता गराउनुभएका डम्मरबहादुर सुवेदी बेनी नगरपालिका-२ ज्यामरूककोटका हुनुहुन्छ। एमालेको तर्फबाट उम्मेदवारी दर्ता गराउनुभएका हरिकृष्ण श्रेष्ठ र प्रगतिशील लोकतान्त्रिक पार्टीबाट उम्मेदवार बन्नुभएका देवेन्द्र कामी बेनी नगरपालिका-७ र राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका तर्फबाट उम्मेदवारी दर्ता गराउनुभएका युवराज रोका बेनी नगरपालिका-४ र स्वतन्त्र उम्मेदवार नवीन जिसी बेनी नगरपालिका-८ का हुनुहुन्छ।

त्यसैगरी नेपाली काँग्रेसका उम्मेदवार कर्णबहादुर भण्डारी रघुगङ्गा गाउँपालिका र स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिनुभएका डा महावीर पुन अन्नपूर्ण गाउँपालिकाका हुनुहुन्छ। नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीबाट उम्मेदवारी दिनुभएका अर्जुनबहादुर थापा धवलागिरि गाउँपालिकाका हुनुहुन्छ।

यता म्याग्दीबाट मनोनयन दर्ता गराएका १३ जनाकै उम्मेदवारी कायम रहेको छ। बुधबारका लागि तोकिएको दाबीविरोध वा उजुरीको समयावधिमा कसैको पनि उजुरी नपरेपछि सबै जनाको उम्मेदवारी कायम रहेको सहायक जिल्ला निर्वाचन अधिकृत जगतबहादुर भण्डारीले जानकारी दिनुभयो।

नेसनल रिपब्लिक नेपालका तुलप्रसाद गर्बुजा (तार्जन) ले आफ्नो उम्मेदवारी फिर्ता लिँदै स्वतन्त्र उम्मेदवार डा महावीर पुनलाई समर्थन गर्नुभएको छ। यद्यपि जिल्ला निर्वाचन कार्यालयबाट उम्मेदवारी फिर्ता भने बिहीबार साँझसम्म लिनुभएको छैन।

बिहीबार एक विज्ञप्ति प्रकाशित गरी प्रतिनिधिसभा सदस्यका लागि आफूले दिएको उम्मेदवारी फिर्ता लिएर स्वतन्त्र उम्मेदवार डा पुनलाई समर्थन गरेको जनाउनुभएको हो। एउटामात्र निर्वाचन क्षेत्र रहेको म्याग्दीमा निर्वाचनका लागि कुल ८६ हजार ३९७ मतदाता कायम भएका छन्। एक नगरपालिका र पाँच गाउँपालिकामा समेटिएको प्रतिनिधिसभामा एक निर्वाचन क्षेत्र रहेको म्याग्दीमा अन्य एक जना, महिला ४४ हजार ६४ र पुरुष ४२ हजार ३३२ मतदाता रहेका छन्। निर्वाचनका लागि जिल्लामा ८२ वटा मतदानस्थल र १२० मतदान केन्द्र कायम गरिएको छ।

निर्वाचन आचारसंहिताविपरीत बालबालिकाको प्रयोग नगर्न आग्रह

रासस
काठमाडौँ, ९ माघ

आसन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचन आचारसंहिताविपरीत बालबालिकाको प्रयोग नगर्न तथा राजनीतिक दलको घोषणापत्रमा शिक्षा क्षेत्रलाई प्राथमिकता दिन नागरिक क्षेत्रबाट आग्रह गरिएको छ।

शिक्षाका लागि राष्ट्रिय अभियान (एनसिई) नेपालद्वारा आज आयोजित छलफल कार्यक्रमका वक्ताहरूद्वारा निर्वाचन अवधिमा सरकार, निर्वाचन आयोग, राजनीतिक दल र सम्बद्ध पक्षले बालबालिकाको शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षालगायत अधिकारका न्यूनतम विषयलाई प्रथमिकतामा दिँदै बालअधिकार सुनिश्चित गर्न आग्रह गरिएको हो। वक्ताहरूले बालबालिकासम्बन्धी ऐन, २०७५, निर्वाचन आचारसंहिता, २०८२ लगायत ऐनमा भएका प्रावधानमा १८ वर्षभन्दा मुनिका बालबालिकालाई निर्वाचनका गतिविधि, प्रचारप्रसार, आमसभा, जुलुस, ऱ्यालीमा प्रयोग गर्न वा गराउन नहुने स्पष्ट उल्लेख भएकाले सोको पूर्ण पालना हुनुपर्नेमा जोड दिनुभयो। एनसिई नेपालका अध्यक्ष लवराज वलीले १३ देखि २८ वर्ष उमेर समूहलाई जेनजी समूह भनिने स्थितिमा १८ वर्षभन्दा मुनिका बालबालिकाको उमेर समूहलाई जेनजीका नाममा राजनीतिक गतिविधि र निर्वाचनमा प्रयोग गर्न/गराउन नहुने बताउनुभयो। उहाँले नागरिक समाज र अधिकारकर्मीबाट यस सम्बन्धमा स्पष्ट धारणा आएकाले विद्यमान कानुन कार्यान्वयनका लागि सम्बन्ध सबैलाई आग्रह गर्नुभयो। अध्यक्ष वलीले निर्वाचन हुनुपूर्व, निर्वाचनको दिन र निर्वाचन भएपश्चातका कार्यक्रममा प्रचारप्रसार, जुलुस, विजयोत्सवलगायत गतिविधि हुने भएकाले ती गतिविधिमा बालबालिकाको प्रयोग गर्न नपाइने व्यवस्था उल्लङ्घन भएको पाइए कानुनी कारबाही हुनुपर्ने विषयमा निर्वाचन आयोग र सम्बद्ध निकायलाई आफूहरूले ध्यानाकर्षण गराउने उल्लेख गर्नुभयो। नेपाल शिक्षक महासङ्घका उपाध्यक्ष पुष्पराज कुँवरले संविधानतः निःशुल्क शिक्षालाई कार्यान्वयन गर्न सकिने गरी शिक्षामा कुल बजेटको २० प्रतिशत निर्धारण हुनुपर्ने, शिक्षा सुधारको मार्गचित्रका आधारमा नयाँ शिक्षा ऐन शीघ्र आउनुपर्ने र शिक्षकहरूको ट्रेड युनियन अधिकार कुण्ठित हुन नहुने धारणा राख्नुभयो।

राष्ट्रिय अभिभावक सङ्घका अध्यक्ष कोषराज जिसीले लामो समयदेखि रोकिएको शिक्षा ऐनसम्बन्धी विधेयकलाई सर्वपक्षीय सहमतिका आधारमा संसद्बाट पारित गर्नुपर्ने विषय दलहरूको प्रतिबद्धतामा आउनुपर्नेमा जोड दिनुभयो। एनसिई नेपालका महासचिव टीकाराम आचार्यले निजी विद्यालयको व्यापारीकरण रोकिनुपर्ने भन्दै पठनपाठन प्रभावित हुनेगरी शिक्षक राजनीतिक गतिविधिमा संलग्न हुन नहुने विषयमा यसअघि दलबाट भएका प्रतिबद्धतालाई आगामी दिनमा कसरी कार्यान्वयन गर्ने भन्नेमा थप स्पष्टता आउनुपर्ने बताउनुभयो। कार्यक्रममा बालबालिका शान्ति क्षेत्र राष्ट्रिय अभियानका केन्द्रीय सदस्य केशव आचार्य, एनसिई नेपालका उपाध्यक्ष दिलु बिटाली, बाल संरक्षण राष्ट्रिय सञ्जालका अध्यक्ष मधु गुरुङ, सेभ द चिल्ड्रेनका प्रतिनिधि दिलबहादुर ऐर, एक्सन एड नेपालका कार्यक्रम अधिकृत चोपलाल गिरी, भिएओ नेपालका प्रतिनिधि नारायण सिलवाल, शिक्षा पत्रकार प्रकाश सिलवाल, नेपाल राष्ट्रिय शिक्षक सङ्गठन काठमाडौँका जिल्ला अध्यक्ष गणेश गुरागाईं, अधिकारकर्मी ढालबहादुर विश्वकर्मालगायतले निर्वाचनका समयमा बालअधिकारको दुरुपयोग हुन नहुने र दलहरूले निर्वाचन घोषणापत्रमा शिक्षालाई उच्च प्राथमिकता दिनुपर्नेमा जोड दिनुभएको थियो।

प्रधानमन्त्री कप क्रिकेट सुदूरपश्चिम छनोट माघ १२ देखि

रासस
काठमाडौँ, ९ माघ

प्रधानमन्त्री कप एकदिवसीय राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगिताको सुदूरपश्चिम छनोट माघ १२ गतेदेखि हुने भएको छ।

सुदूरपश्चिम प्रादेशिक क्रिकेट सङ्घको आयोजनामा फाप्ला क्रिकेट मैदानमा हुने प्रतियोगितामा प्रदेशका आठ जिल्लाका टोलीको सहभागिता रहनेछ। प्रतियोगिताको खेलतालिका पनि सार्वजनिक गरिएको छ। खेलतालिकाअनुसार सहभागी हुने आठ टोलीलाई दुई समूहमा विभाजन गरिएको सङ्घका सचिव लक्ष्मणदत्त भट्टले जानकारी दिनुभयो। समूह 'ए' मा कैलाली, कञ्चनपुर, डोटी र अछाम रहेका छन् भने समूह 'बी' मा बैतडी, डडेल्धुरा, दार्चुला र बझाङ रहेका छन्। प्रतियोगिताको उद्घाटन खेलमा माघ १२ गते कैलाली र अछाम भिड्नेछन्।

माघ १३ गते कञ्चनपुर र अछाम, १४ गते कैलाली र डोटी, १५ गते अछाम र डोटी, १६ गते कैलाली र कञ्चनपुर, १७ गते कञ्चनपुर र डोटीबीच प्रतिस्पर्धा हुनेछ।

यस्तै, माघ १८ गते बैतडी र दार्चुला, १९ गते बझाङ र दार्चुला, २० गते डडेल्धुरा र बझाङ, २१ गते डडेल्धुरा र दार्चुला, २२ गते बैतडी र बझाङ तथा माघ २३ गते डडेल्धुरा र बैतडी आमनेसामने हुनेछन्।

दुवै समूहबाट शीर्ष स्थानमा पुग्ने एक/एक टोलीले माघ २४ गते फाइनल खेल्नेछन्। प्रदेश छनोटपछि राष्ट्रिय क्रिकेट खेल्न सुदूरपश्चिमको टोली बनाइने सङ्घले जनाएको छ।

तपाईंको आज

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

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

समानुपातिकतर्फको डेढ करोड मतपत्र छपाइ

रासस
काठमाडौँ, ९ माघ

आगामी फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनअन्तर्गत समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीतर्फ डेढ करोड मतपत्र छपाइ सम्पन्न भएको छ।

अब ५० लाख मतपत्र छपाइ बाँकी रहेको निर्वाचन आयोगले जनाएको हो। यही माघ २ गतेदेखि जनक शिक्षा सामग्री केन्द्र लिमिटेडको छापाखानामा मतपत्र छपाइ भइरहेको छ। समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीतर्फको मतपत्र छपाइ भएलगत्तै पहिलो हुने निर्वाचित हुने निर्वाचन प्रणालीतर्फ मतपत्र छपाइ सुरु गरिने निर्वाचन आयोगका प्रवक्ता नारायणप्रसाद भट्टराईले जानकारी दिनुभयो। मनोनयनपत्र दर्ता प्रयोजनका लागि एक प्रति मतदाता नामावली छपाइ गरी सबै जिल्लामा पुऱ्याइसकिएको पनि उहाँले बताउनुभयो। अन्य तीन प्रति मतदाता नामावली भने आयोग परिसरमा छपाइ भइरहेको आयोगले जनाएको छ।

म्याग्दीमा एक जनाको उम्मेदवारी फिर्ता, महावीरले रोजे त्रिभुज

रासस
म्याग्दी, ९ माघ

आसन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि म्याग्दीमा स्वतन्त्र उम्मेदवार बन्नुभएका नवीन जिसीले उम्मेदवारी फिर्ता लिनुभएको छ।

मुख्य निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयमा शुक्रबार तोकिएको समय बिहान १०:०० देखि दिउँसो १:०० बजेभित्रको समयमा जिसीको मात्र उम्मेदवारी फिर्ता भएको हो। १३ जनाको मनोनयन दर्ता भएकामा एक जना स्वतन्त्र र १२ जना राजनीतिक दलको उम्मेदवारी कायम रहेको सहायक निर्वाचन अधिकृत जगतबहादुर भण्डारीले बताउनुभयो।

नेपाली काँग्रेसका कर्णबहादुर भण्डारी (केबी), नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (एमाले)का हरिकृष्ण श्रेष्ठ, नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीका अर्जुन थापा, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका युवराज रोका र राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा)का डम्मरबहादुर सुवेदीको उम्मेदवारी कायम छ। उहाँका अनुसार नेकपा (माओवादी)का क्षेत्रबहादुर घिमिरे (ध्रुव), प्रगतिशील लोकतान्त्रिक पार्टीका देवेन्द्र कामी, श्रम संस्कृति पार्टीका विनोद राना, राष्ट्रिय जनमोर्चाका छेमबहादुर विश्वकर्मा, मङ्गोल नेसनल अर्गनाइजेसनका भीमबहादुर लामा र नेसनल रिपब्लिकन नेपालका तुलप्रसाद गर्बुजाको उम्मेदवारी पनि कायमै छ। अन्तरिम सरकारको शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्रीबाट राजीनामा दिनुभएका डा महावीर पुन म्याग्दीमा स्वतन्त्र उम्मेदवार बन्नुभएको छ। पुनले त्रिभुज चुनाव चिह्न रोज्नुभएको छ। प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि एक निर्वाचन क्षेत्र र छवटा स्थानीय तह रहेको म्याग्दीमा ८६ हजार ३९७ जना मतदाता छन्। ८२ मतदानस्थल र १२० वटा मतदान केन्द्र कायम छन्।

संस्कृत माध्यमिक विद्यालयको १२५ औं अभिभावक दिवस

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ९ माघ

गण्डकी प्रदेशकै जेठो संस्कृत माध्यमिक विद्यालय, पोखराको १२५ औं अभिभावक दिवस, पुरस्कार वितरण तथा सम्मान समारोह एक कार्यक्रमका बीच शुक्रबार सम्पन्न भएको छ।

समारोहको पोखरा महानगरपालिका शैक्षिक प्रशासन महाशाखाका प्रमुख हेमप्रसाद आचार्यले उद्घाटन गर्नुभएको हो। कार्यक्रममा महाशाखा प्रमुख आचार्यले गण्डकी प्रदेशको ऐतिहासिक यस विद्यालयले पछिल्ला वर्षमा शैक्षिक गुणस्तरीयता बढाउँदै गएको भन्दै यसलाई महत्वपूर्ण शैक्षिक गन्तव्यका रुपमा स्थापित गर्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो । विद्यालयका तर्फबाट महाशाखाबाट निरन्तर सहयोग भैरहेको बताउँदै उहाँले आगामी दिनमा पनि त्यसलाई निरन्तरता दिइने बताउनुभयो । विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष विष्णुप्रसाद अधिकारीले विद्यालयको भौतिक विकाससँगै शैक्षिक गुणस्तरीयताका लागि निरन्तर प्रयास गरिएको बताउनुभयो । विद्यालयले कक्षा ११ र १२ का कक्षा पनि सञ्चालन गरिरहेको बताउँदै उहाँले यसको दीगो सञ्चालनका लागि दरबन्दीको व्यवस्थापन जरुरी रहेको धारणा राख्नुभयो।

विद्यालयमा आँफू

नेतृत्वमा आएपछि भौतिक एवम् शैक्षिक गुणस्तरीयता अभिबृद्धिमा महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल भएको उहाँले बताउनुभयो। आँफू नेतृत्वमा आउँदा विद्यालयको अक्षयकोष सात लाख ७८ हजार रुपैयाँ रहेकोमा उक्त कोषलाई बढाएर ६७ लाख रुपैयाँ पुऱ्याएको बताउनुभयो।१२५ औं अभिभावक दिवसका अवसरमा आज मात्रै उक्त कोषमा थप डेढ लाख रुपैयाँ रकम थप भएको छ। विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्रीकृष्ण सिग्देलले हाल २२२ जना विद्यार्थी अध्ययरत विद्यालयमा ६५ जना विद्यार्थीले आवशीय रुपमा अध्ययन गरिहेको जानकारी गराउनुभयो।

शैक्षिक गुणस्तरीयतालाई प्राथमिकतामा राखी विद्यालय निरन्तर कृयाशिल रहेको उहाँको भनाइ छ। कार्यक्रमका अवसरमा राष्ट्रिय समाचार समिति(रासस) का गण्डकी प्रदेश प्रमुख वासुदेव पौडेल, पूर्व प्रधानाध्यापक अक्षयकोषदाता दामोदर बास्तोला र पूर्व कार्यालय सहयोगी सूर्यबहादुर घर्तीलाई सम्मान गरिएको थियो । उहाँहरूलाई दोसल्ला र सम्मानपत्र सहित पोखरा महानगरपालिका शिक्षा महाशाखाका प्रमुख हेमप्रसाद आचार्य, विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष विष्णुप्रसाद अधिकारीले संयुक्त रुपमा सम्मान गर्नुभएको हो ।

पत्रकारिताको माध्यमबाट संस्कार सहितको शिक्षा, समाज, संस्कृति र जनसरोकारका विभिन्न विषयहरूमा निर्भीक र निष्पक्ष रुपमा कलम चलाउँदै चेतनशील समाज निर्माणमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको भन्दै पौडेललाई सम्मान गरिएको हो।

विद्यालयमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको भन्दै पूर्व प्रधानाध्यापक अक्षयकोषदाता दामोदर बास्तोला र पूर्व कार्यालय सहयोगी घर्तीलाई सम्मान गरिएको थियो । त्यस्तै विद्यालयका पूर्व संस्थापक अध्यक्ष स्व.भोलानाथ पराजुलीलाई मरणोपरान्त सम्मान गरिएको थियो । विद्यालयका माध्यमिक तहका शिक्षकहद्व कलादेवी बराल र रामु पौडेल एवम् आधारभुत तहका शिक्षकहरू लक्ष्मी देवकोटा, इन्द्रमाया बास्तोला र सरला थापालाई उक्त अवसरमा सम्मान गरिएको थियो।

विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष विष्णुप्रसाद अधिकारीको सभापतित्व एवम् सहायक प्रधानाध्यापक कलादेवी बरालले सञ्चालन गर्नुभएको कार्यक्रममा स्वागत माध्यमिक तहका इन्चार्ज श्रीकान्त सापकोटाले गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा पोखरा महानगरपालिका वडा नं १ का कार्यबाहक अध्यक्ष जुमकाजी गुरुङ, सम्मानित व्यक्तित्वहरू पूर्व प्रधानाध्यापक बास्तोला, रासस गण्डकी प्रदेश प्रमुख पौडेल, विद्यार्थीद्वय सुमित सिदेल र जीवनाथ शर्मा लगायतले बोल्नुभएको थियो।

कार्यक्रमका अवसरमा विभिन्न छात्रबृत्तिसँगै उत्कृष्ट विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न पुरस्कारबाट पुरस्कृत गरिएको थियो भने विद्यार्थीहरुतर्फबाट विभिन्न सांस्कृतिक प्रस्तुति देखाइएको थियो।

माउन्ट अन्नपूर्णमा सरस्वती पुजा तथा अक्षरारम्भ

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ९ माघ

पोखरा ३ नदिपुर भिसि मार्गमा रहेको माउण्ट अन्नपूर्ण मा.वि.मा बसन्त पञ्चमीका अवसरमा सरस्वती पुजा तथा अक्षराम्भ कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

शुक्रबार बसन्त पञ्चमीका अवसर सरस्वती पुजा तथा साना बालबालिकाहरुका लागि अक्षराम्भ गराइएको विद्यालयका प्राचार्य सइन्द्राज श्रेष्ठले जानकारी दिए । कार्यक्रममा विद्यालयका शिक्षक, कर्मचारी, अभिभावकसाथै स्थानीयहरुले पूजा आरधना सम्पन्न गरिएको थियो। कार्यक्रममा विद्यालयका प्राचार्य श्रेष्ठले आजको शिक्षा प्रणाली बालमनोविज्ञानमा आधारित हुनुपर्नेमा जोड दिए । उनले विद्यालयले बालमनोविज्ञानमा आधारित आधुनिक शिक्षा प्रणालीमा

विशेष जोड दिइरहेको बताए। यस्तै विद्यालय सञ्चालक समितिका अध्यक्ष सुरज प्रधानाङ्ग, अतिरिक्त क्रियाकलाप निर्देशक तेज गुरुङ प्रशासनिक प्रमुख चित्र गुरुङ,लेखा प्रमुख नवराज शर्मा लगाएतको कार्यक्रममा सहभागिता रहेको थियो । माउन्ट अन्नपूर्णमा म्यानेजमेन्ट, होटल म्यानेजमेन्ट र माउंटेनियरिङ विषयमा कक्षा १२ सम्म पढाई हुन्छ यो गण्डकी प्रदेशमानै निजि स्तरबाट सञ्चालित पहिलो निजि बिद्यालय हो।

वैशाखदेखि हालसम्म पाँच हजार ९६६ विपद्का घटना

रासस
पोखरा, ९ माघ

गत वैशाखदेखि हालसम्म देशभर कुल पाँच हजार ९६६ वटा विपद्का घटना घटेका छन्। विपद्मा परेर चार सय २४ जनाको ज्यान गएको छभने एक हजार छ सय ४३ जना घाइते भएका छन्।

राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणका अनुसार विपद्मा परेर ३८ जना बेपत्ता भएका छन् भने ११ हजार ५३५ परिवार प्रभावित भएका छन्।

प्राधिकरणका अनुसार सबैभन्दा धेरै आगलागीका घटना भएका छन्। दुई हजार ६९२ वटा आगलागीका घटना हुँदा ७५ जनाको अकालमा ज्यान गएको छ। यस्तै, चार सय ४२ जना घाइते हुँदा दुई हजार ९९६ परिवार प्रभावित भएका छन्। त्यसैगरी, पहिरोका मात्रै पाँच सय ७७ घटना घटेको छ। पहिरोमा परेर ७९ जना मृत्यु भएको छभने पाँच बेपत्ता छन् भने ८० जना घाइते भएका छन्। प्राधिकरणका अनुसार बाढीको तीन सय १६, भारी वर्षाको चार सय २७, चट्याङको तीन सय ५२, सर्पदंशको पाँच सय ८० घटना घटेको छ। वन डढेलोको एक सय ८६, हुरीबतास दुई सय ९०, जनावर आक्रमण चार सय २२, लेक लाग्नुका एक सय पाँच घटना घटेको छ।

हिउँ पहिरोको सङ्ख्या पाँच छ । भूकम्प सात, डुङ्गा पल्टेर दुई, असिनापानी, शीतलहर, महामारी र हवाई दुर्घटना एक–एक घटना भएका छन् । पछिल्ला दिनमा त झन् आगलागीका घटनामा बढोत्तरी भएको छ । सामान्य सावधानी अपनाउँदासमेत न्यूनीकरण गर्न सकिने आगलागीका घटना न्यूनीकरण गर्न सकिने विभागको प्रष्टोक्ति छ।

दुर्घटनामा ज्यान गुमाएका घिमिरे परिवारलाई स्पेन स्थित दोनोस्ती समाजको सहयोग

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ९ माघ

स्पेनमा पाँच महिना अघि भएको सडक दुर्घटनामा परि दिवंगत भएका भोजपुर निवासी स्व.पदम घिमिरेको परिवारको सहयोगका लागि नेपाली समाज दोनोस्ती पाइसभास्कोको पहलमा संकलन गरिएको आर्थिक सहयोग रकम सहयोग गरिएको छ।

सन् २०२५ अगस्ट २६ तारिख स्पेनको आलबाथेते क्षेत्रमा भएको सडक दुर्घटनामा परि पदम घिमिरेको निधन भएपछि उहाँको परिवार आर्थिक रूपमा निकै कठिन अवस्थामा पुगेको छ। यही अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै दोनोस्ती समाजले आर्थिक संकलन अभियान सञ्चालन गरेको थियो।

संकलित रकममध्ये नेपाली रुपैयाँ १ लाख ४ हजार ४५ रुपैयाँ स्व. घिमिरेकी आमा टिका (सिता) कुमारी घिमिरेको नाममा समाजका अध्यक्ष अशोक रुम्बा लामाले बैंक खातामार्फत जम्मा गरिदिनु भएको हो।

सहयोग प्राप्त गरेपछि पदमकी आमा सिता कुमारी घिमिरेले नेपाली समाज दोनोस्ती परिवारप्रति विशेष धन्यवाद व्यक्त गर्दै सहयोग अभियानमा जुट्ने सबैप्रति आशीर्वाद प्रकट गर्नुभयो। "सात समुद्रपारि रहे पनि नेपालीको दुःखमा यसरी साथ दिनु अत्यन्तै उदाहरणीय कार्य हो," उहाँले भावुक हुँदै भन्नुभयो। उहाँका अनुसार पदम घिमिरेका पिता विगत एक दशकदेखि बिरामी हुनुहुन्छ। पछिल्ला चार वर्षयता उहाँको स्वास्थ्य अवस्था झनै जटिल बन्दै गएको र हाल अक्सिजनको सहायतामा घरमै उपचार तथा स्याहार आवश्यक रहेको छ । समय-समयमा चिकित्सक घरमै पुगेर उपचार गर्दै आउनु भएको छ। दुई छोरामध्ये एकलाई विदेशमै गुमाउनु परे पनि अर्को छोराको साथमा यस्तै सहयोगी हातबाट श्रीमानको औषधोपचार भइरहेको उहाँले बताउनुभयो।

नेपाली समाज दोनोस्ती पाइसभास्कोका अध्यक्ष अशोक रुम्बा लामाले विदेशमा बसेर नेपालीहरूले दिनको ८–१० घण्टा श्रम गरेर आर्जन गरेको आम्दानीको केही अंश नेपालमा दुःखमा परेका नेपाली परिवारलाई सहयोग गर्नु नै आफ्नो कर्तव्य भएको बताउनुभयो। "यस्ता मानवीय अभियानले समाजमा एकता र सहानुभूतिको भावना अझ बलियो बनाउँछ," उहाँले भन्नुभयो। उक्त सहयोग संकलन अभियानमा जुट्नुहुने प्रति अध्यक्ष लामाले धन्यवाद सहित हार्दिक आभार व्यक्त गर्नुभयो।

सडक दुर्घटनामा अकालमै ज्यान गुमाएका पदम घिमिरेको परिवारलाई दोनोस्ती समाजबाट गरिएको यो सहयोगलाई मानवीय संवेदनशीलता र प्रवासी नेपालीको सामाजिक उत्तरदायित्वको उदाहरणीय कार्यका रूपमा लिइएको छ।

विद्यालय स्तरीय ५ किमि दौडमा बिजय र समृद्धि बिजयी

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ९ माघ

पोखरा महानगर वडा नं १५ को आयोजनामा जारी वृहत खेलकुद महोत्सवमा शुक्रबार विद्यालय स्तरीय छात्रछात्रा दौड सम्पन्न भएका छन।

जसअन्तर्गत छात्रा तर्फको दौडको उपाधि सेन्ट फ्रान्सिका विजय बिकले हात पारेका छन। निर्धारित दुरी पाँच कि.मि. ८ मिनेट ४० सेकेण्ड २४ मिलिसेकेण्डमा पार गर्दै बिकले दौडको उपाधि जितेका हुन। दौडमा सेन्ट फ्रान्सिसकै राज परियारले निर्धारित दुरी ८ मिनेट ५४ सेकेण्ड ५४ मिलिसेकेण्डमा पार गर्दै दोस्रो भए । त्यसैगरी केल्स एकेडेमीका आनन्द कुँवरले निर्धारित दुरी ८ मिनेट ५५ सेकेण्ड १७ मिलिसेकेण्डमा पार गर्दै तृतीय स्थान पक्का गरे । दौडमा रेम्बो एकेडेमीका रोनाल थापाले शान्तवना स्थान हाँसिल गरे। महिला तर्फको पाँच किमि दौडको उपाधि सेन्ट मेरिजकी समृद्धि मार्सलले जितिन। मार्सलले निर्धारित दुरी ११ मिनेट ११ सेकेण्ड ९३ मिलिसेकेण्डमा पार गर्दै उपाधिको रक्षा गरिन।

दौडमा निर्धारित दुरी १२ मिनेट १७ सेकेण्ड ३७ मिलिसेकेण्डमा पार गर्दै सेन्ट मेरिजकै प्राप्ति श्रेष्ठले दोस्रो स्थान हाँसिल गरिन। त्यस्तै श्री एन्जलकी छात्रा ओमेगा शाहीले निर्धारित दुरी १२ मिनेट २४ सेकेण्ड ९९ मिलिसेकेण्डमा पार गर्दै दौडमा तेस्रो स्थान सुरक्षित गरिनभने सेन्ट मेरिजकी दीब्याले शान्तवना स्थान हाँसिल गरिन। महोत्सवको अन्तिम दिन शनिवार महानगर स्तरिय साइकल दौड, ह्वीलचियर दौड, ह्वीलचियर बास्केटबल प्रतियोगिता, आमा समुह तथा टोल बिकास संस्था

स्तरिय महिला भलिवलको फाइनल खेल र पुरुष तर्फ टोल बिकास संस्था तथा क्लब बीचको फाइनल फुटबल प्रतियोगिता सगै समापन समारोह हुने महोत्सव आयोजक पोखरा महानगरपालिका वडा नं १५ का वडा अध्यक्ष तोरण बहादुर बानियाँले जानकारी दिए।

१४ औं पोखरा महोत्सव समापन नजिकिँदै गर्दा झनै भब्य बन्दै

पोखरापत्र संवाददाता
पोखरा, ९ माघ

पोखराको अमरसिंह खेल मैदानमा जारी १४ औं संस्करणको पोखरा महोत्सव ११ दिनमा जारी रहेको छ । महोत्सवको समापन दिन नजिकिदै गर्दा झनै भब्य बन्दै गइरहेको छ।

महोत्सवमा दर्शकहरुको सहभागीता उल्लेख्य रुपमा बढेको छ । महोत्सवमा दिन प्रतिदिन दर्शकको सहभागीता सगै महोत्सव स्थलमा राखिएको स्टलको कारोबार समेत बढिरहेको महोत्सव सचिवलाय संयोजक शान्त बहादुर थापाले जानकारी दिए । महोत्सव समापन नजिकिदै गर्दा दैनिक हजारौं दर्शकहरुले महोत्सवको प्रत्यक्ष अवलोकन गरेको थापाले बताए। महोत्सव सफल हुनुमा विषम परिस्थितिमा समेत

प्रायोजक र दर्शकहरुको साथ नै भएको महोत्सवका प्रायोजक ब्यवस्थापक संयोजक सूर्य बहादुर बानियाँले बताए। जेन्जी आन्दोलन पछि ब्यवशायनै धराप परिरहेको अवस्थामा पनि व्यवशायी घरानाहरुले क्लबको सामाजिक उद्देश्य प्रति प्रेरित भइ १४ संस्करणको पोखरा महोत्सवमा प्रायोजन गरेकै कारण महोत्सव सफलता तर्फ उन्मुख रहेको बानियाँको भनाइ रहेको थियो। पोखरा महोत्सव भुकम्प, कोराना, आर्थिक मन्दी जस्ता विशम परिस्थितीमा समेत सञ्चालन भई आइरहदा १४ औं संस्करणको मुखमा जेन्जी आन्दोलनको प्रभाव झेल्नुपरेको उनको भनाइ थियो । महोत्सव समापन तर्फ अगाडी बढ्दै गर्दा महोत्सवमा आकर्षक कलाकारहरुको प्रस्तुतीमा दर्शकहरुले भरपुर मनोरन्जन लिएका छन । शुक्रबार मात्रै महोत्सवमा लोकदोहोरी कलाकार सम्झना लामिछाने र नविना सिलवाल खुईलीको प्रस्तुतीमा दर्शकहरुले भरपुर मनोरन्जन लिए । त्यसैगरी साँझको लाइभ कन्सर्टमा सबिन राई एण्ड द फेरोहको प्रस्तुतीमा युवाहरु झुमेको महोत्सवका प्रचार प्रसार संयोजक दिनेश सुनारले जानकारी दिए।

त्यसैगरी महोत्सवमा शनिवार प्रकाश दुतराज र साँझको लाईभ कन्सर्टमा भी टेनको प्रस्तुती रहने समेत प्रचार प्रसार संयोजक दिनेश सुनारले जानकारी दिए । महोत्सवमा विभिन्न प्रायोजकहरुको स्टलमा विशेष छुट सहित भाग्यशाली कुपनबाट समापनमा विशेष उपहार योजना सञ्चालन भइरहेको छभने महोत्सव स्थलबाट २५ सयमा खाना र खाजा सहितको पोखरा मुक्तिनाथ मुक्तिनाथ पोखरा यात्राको ब्यवस्था आयोजकले मिलाएको छ।

नागरिक पारदर्शिताका लागि सार्वजनिक लेखा परीक्षण

पोखरा महानगरपालिका वडा नं. २७, लेखनाथ जन्मस्थान ग्राम पूर्वाधार निर्माणसम्म बाटो स्तरोन्नति गर्दा निम्न बमोजिमको आम्दानी तथा खर्च भएको व्होरा सम्बन्धित सरोकारवालाहरुको जानकारीको लागि यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशन गरिएको छ।

योजनाको नामः लेखनाथ जन्मस्थान ग्राम पूर्वाधार निर्माण
ठेगानाः पोखरा-२७
योजना सम्झौता मिति : २०८२/०८/२८ गते
योजना सुरु मितिः २०८२/०९/०१ गते
योजना सम्पन्न हुने मितिः २०८२/१२/३० गते
योजना सम्पन्न भएको मितिः २०८२/१०/०६ गते
योजनाको कुल लागतः रु. २२,२२,२२२.२२
महानगरपालिकाबाटः रु. २०,००,०००।-
जनसहभागिताबाटः रु. २,२२,२२२.२२
उपभोक्ता समितिबाट भएको खर्चः २२,२८,१५८.१४
उपभोक्ता समिति अध्यक्षः ज्ञानेन्द्र पौडेल
सम्पर्क नं.: ९८४६१६७०१५
उपभोक्ता समिति सदस्यः ७ जना महिलाः २ पुरुषः ५ जना

लेखनाथ जन्मस्थान ग्राम पूर्वाधार निर्माण उपभोक्ता समिति पोखरा-२७