महिला सञ्चारकर्मीहरुको सक्रियतामा प्रकाशित मध्य नेपालकै पहिलो पत्रिका

Madhya Nepal Sandesh

मध्य नेपाल सन्देश

साप्ताहिक

समाज सुदृढीकरण हाम्रो अभियान

madhyanepal.com

-: मध्य नेपाल :-
मध्य नेपाल प्रा. लि. मार्फत कुनैपनी विज्ञपन गराउनु परेमा हामीलाई सम्झनुहोस् ।
सम्पर्क :- ९८६५१८८५७७
www.madhyanepal.com

बर्ष : २ | अंक : २१ | बि.सं. २०७४ साल माघ १४ गते आइतबार | मूल्य-१० रुपैयाँ | पृष्ठ ०८ jan. 28 –2018

पेट्रोलियम पदार्थको आयात व्यापार घाटाको प्रमुख कारण
छ महिनामा नै ६ अर्व ८० करोड बाहिरियो

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

व्यापार घाटाको विभिन्न सूचक मध्ये पेट्रोलियम आयातको एकोहोरो खरिद पनि एक हो । मुलुक भित्र उत्पादन नभएको पेट्रोलियम पदार्थ आयातको एकोहोरो खरिदले व्यापारको घाटाको एकोहोरो भारलाई बढोत्तरी दिइरहेको हो । त्यसको ज्वलन्त उदाहरण चालु आर्थिक बर्षको छ महिनामा वीरगन्ज भंसारको बाटो भएर आयात भएको ६ अर्व ८० करोड ८४ लाख ४९ हजारको एकमुष्ट तथ्याँक काफी छ ।

गएका ६ महिनामा मात्र पेट्रोलियम पदार्थमा आयातमा मात्र राज्यले यत्रो व्यापार घाटा व्यहोर्नु परेको हो । निर्यात तर्फ हरेक बर्ष ऋणात्मक भार बोकिरहेको मुलुकमा एउटै नाकाबाट आयात भएको पेट्रोलियम खरिदमा मात्र यत्रो रकम मुलुकबाट बाहिरिएको छ । यो रकम पेट्रोल, ए.टी.एफ, मटिटेल, हाइस्पीड डिजेल र एल पि ग्याँस गरी जम्मा पाँच प्रकारका पेट्रोलियम पदार्थ खरिदमा मात्र बाहिरिएको वीरगन्ज भंसार कार्यालयको तथ्याँकमा उल्लेख गरिएको छ ।

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

नेपालबाट यो रकम गएको साउनदेखि पुस महिनासम्म खरिद गरेको १९ हजार ७ सय ३९ किलोलिटर - केएल) पेट्रोल, १४ हजार ७ सय केएल एटीएफ, १ हजार १ सय ६६ केएल मटितेल, ५७ हजार ६३ केएल हाइस्पीड डिजेल र १ करोड ७६ लाख ३ हजार ४ सय ७० किलोग्राम - केजिएम) मा मात्र भएको छ । गत बर्षको समिक्षा अवधिमा भन्दा चालु आबमा १ अर्ब ३० करोड २९ लाख २३ हजारले बढि भएको वीरगन्ज भंसार कार्यालयले जनाएको छ । गत आर्थिक बर्ष ०७३रु०७४ को ६ महिनामा भने ५ अर्ब ५० करोड ५५ लाख २६ हजारको मात्र पेट्रोलियम पदार्थ यो नाका भएर आयात भएको थियो ।

यो बर्ष भने सवारी साधनको प्रयोग बढे अनुसार पेट्रोलियम पदार्थ आयातमा पनि बढोत्तरी भएको तथ्याँकले देखाएको छ । तुलनात्मक रुपमा हेर्ने हो भने चालु आर्थिक बर्ष ०७४रु०७५ को साउन देखि पुस सम्ममा पाँचवटै पेट्रोलियम पदार्थ आयातको परिणाम पनि बृद्धि भएको छ । मूल्य समायोजनले परिणामको मात्रा भने कुनैमा पनि कम भएको छैन । बरु हरेकमा मूल्य बढेको नै तथ्याँले देखाउँछ । समक्षिा अवधिको छ महिनामा १७ हजार ६ सय २० केएल पेट्रोल, १२ हजार ६ सय ९२ केएल एटीएफ, १ हजार १ सय ४१ केएल मटितेल, ५३ हजार १ सय २२ केएल हाइस्पीड डिजेल र १ करोड ७१ लाख ५८ हजार ७ सय ६० केजिएम एल पि ग्याँस भित्रिएको वीरगन्ज भंसार कार्यालयले जनाएको छ । यो तथ्याँकले चालु आर्थिक बर्षको छ महिनामा आयात भएको पेट्रोलियम पदार्थ खरिदमा मात्र मुलुकबाट बाहिरिएको रकम ३रु४ वटा नगरपालिकाको बार्षिक बजेटभन्दा बढि भएको स्थानीय बुद्धिजिबीहरुले बताएका छन् । निर्यात गर्न मिल्ने अरु बस्तुहरु समेत नेपालबाट निर्यात नहुँदा व्यापार घाटाको पारो हरेक बर्ष घट्ने संकेत देखिदैन । पेट्रोलियम पदार्थ मुलुक भित्र अहिले नै उत्पादन नभएको भए पनि मुलुक भित्र उत्पादन र निर्माण हुने सामानको भने निर्यात बढाउने तर्फ राज्यले चनाखो हुनुपर्ने उनीहरुको सुझाव छ ।

महानगरको पहिलो नगरसभाबाट नयाँ नीति तथा कार्यक्रम पारित

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

स्थानीय सरकारका रुपमा परिणत भइसकेको मुलुककै कान्छो महानगरपालिका वीरगन्जको नयाँ नीति तथा कार्यक्रम पारित भएका छ । वीरगन्ज महानगरको पहिलो नगरसभाले गएको सोमबार चालु आर्थिक बर्षका लागि नयाँ नीति तथा कार्यक्रम पारित गरेको हो । पारित नयाँ नीति तथा कार्याक्रममा गरिएको छ जुन पारित भएको छ । गत आर्थिक बर्ष ०७३रु०७४ मा भने उपमहानगरपालिका हुँदा यो नगरको आन्तरिक आयको अनुमानित लक्ष्य २३ करोडको थियो । अहिले ३२ वडा समेटिएको महानगरको बजेटले आम्दानीका श्रोत पहिचान र बृद्धि गर्न अग्रसर हुने कुरालाई बिशेष ध्यान दिने उपप्रमुख शान्ति कार्कीले बताइन् । महानगरलाई समृद्ध बनाउन आन्तरिक

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

महानगरको प्राथमिकतामा १६ वटा विकास निर्माण तथा समृद्धिका आधार प्रस्तुत गरिएको छ भने ५० वटा मुख्य नीति पारित गरिएको छ ।

उक्त प्राथमिकता र मुख्य नीतिलाई सफल पार्न चालु आर्थिक बर्षका लागि वीरगन्ज महानगरपालिकाले कुल ४ अर्ब २२ करोड २५ लाख ८९ हजार ८ सय ३९ को अनुमानित आय समेत प्रस्तुत गरेको छ ।

प्रस्तुत नीधि तथा कार्यक्रम महानगरपालिकाका नगर प्रमुख वीजयकुमार सरावगीले प्रस्तुत गरेका थिए । उनले प्रतुत गरेको नीति तथा कार्यक्रममा महानगरको आन्तरिक आय भने कुल २१ करोड मात्र प्रस्तुत आम्दानीलाई पनि प्राथमिकतामा राखेर केन्द्रको मुख ताक्ने बानीलाई विस्तारै घटाउने रणनीति अनुसार आगामी बर्षहरुमा महानगर नयाँ नीति तथा कार्यक्रम ल्याउने उनको तर्क छ । यसको लागि पहिलेका गाविसहरु जुन अहिले महानगरका वडा भएका छन् । तिनीहरुलाई समेटेर कृषि उद्योग र स्थानीय महत्वपूर्ण स्थललाई पर्यटनका रुपमा विकास गर्ने कुरामा पनि महानगरपालिका नचुक्ने उपमेयर कार्कीले बताइन् ।

पारित नीति तथा बजेटको कुल आयमा नेपाल सरकारको शशर्त अनुदान ३ अर्ब ४ करोड ६९ लाख ८९ हजार ४ सय ४५ रुपैया,

बाँकी पाचौं पेजमा

सडकका मजदुरको पीडा

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

खुईलो रंगको बाक्लो ज्याकेट, गलामा गम्छा, अनि खुट्टामा मोजा र चप्पल लगाएर खुला आकाश मुनि बर्बरती झरीरहेको शितको सामना गरीरहेका बिरा राम । उनि विगत १४ वर्षदेखी सिमरा मुख्य चोकमा बसेर फाटेका जुत्ता, चप्पल सिलाउदै आफ्नो ६ सदस्य परिवारको जिम्मेवारी वर्षिय बिरा रामले यहि जुत्ता सिलाउने पेशाले दुई सन्तानलाई अधारभुत शिक्षँ दिलाए । तर अरु दुई सन्तान अर्थ अभावकै कारण पढाई बाट वञ्चित छन् । महंगी बढ्दै गयो तर उनको कमाई त्यहि बोरामै सिमित भयो ।

यसरी फाटेका जुत्ता चप्पल सिलाउनेलाई मोचि भनिन्छ । सिमरा रहेका ४ जना र कलैयाका ९ गरी १३

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

सम्हालीरहेका छन् । उनि जितपुरसिमरा उप-महानगरपालीका वडा नम्बर ४ औराहामा बस्छन् । सवारी चालकको काम गर्ने उनि झण्डै ३ महिनासम्म चलाउनलाई गाडि नपाउदा बाध्य भएर कैंचि, सियो र धागो समाएर बसे । १४ वर्ष अघि उनि जब सिमरा मुख्य चोकमा आए, त्यो समय र आजमा धेरै भिन्नता छ । बदलिदो विकाशको गतिले सबैलाई छोयो तर उनको दैनिकि अझै त्यस्तै छ । भनौ, अझै पनि सानो बोरामा उनको पेशा अडिएको छ ।

उनको जेठा छोरा १९ वर्षको भए । छोराले पनि केहि वर्षयता पैसा कमाउन सहयोग गरेपछि उनलाई थोरै भएपनि राहत मिलेको छ । ३८ सदस्य मोचि व्यवसायी संघगठन भयो । तर त्यसो संघ कहाँ पुग्यो पुग्यो । न त उनिहरुको समस्या गा वि स, नगर हुदै उप-महानगरले सुनेको छ । खुला आकासमुनी नालामा बसेर जुत्ता सिलाउनुको पिडा उनि सुनाउँछन् ।

सिमरामा अहिले ३ जना मोचि छन् । सबैका लागी हुने गरी सिमरामा निर्माणाधिन व्यापारीक भवनमा एउटा कोठा दिने हो भने सिपको राम्रो सदुपयोग गर्ने उनको दाबी छ ।

यस्तै पिडा छ अर्का ६० बर्षिय नन्दलाल भण्डारीको पनि । उनि सिमरा मुख्य चोकमा बदाम र तरकारी बालिको बिउ बेच्ने गरेको ३० बर्ष भयो । उनि पनि वडा नम्बर ४ औराहा

बाँकी अन्तिमं पेजमा

खोजी जवाफदेहिताको
कमजोर बन्दै सामुदायिक विद्यालय, खोई त लगानी अनुसारको उत्पादन ?

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

पर्सा लगायत तराईका सामुदायिक विद्यालयहरु दिन प्रति दिन कमजोर बन्दै गईरहेका छन । अझ नयाँ संरचना गए पछि नेतृत्व विहिन भएको जस्तो महशुस भईरहेको स्वयम प्रधानाध्यापकहरु नै बताउछन । पहिला देखि नै सामुदायिक विद्यालयहरु कमजोर थिए अहिले झन कमजोर भएका छन ।

लगानी अनुसार प्रतिफल दिन सकेका छैनन् सामुदायिक विद्यालयहरु तर पनि सरकारले सामुदायिक विद्यालयमा निरन्तर लगानी गर्दै आएको छ । राज्यले गरेको लगानीका आधारमा हेर्ने हो भने सामुदायिक विद्यालयहरुको रिजल्ट निकै राम्रो हुनुपर्ने हो । उत्पादन पनि निकै धेरै हुनुपर्ने हो । तर, लगानीको तुलनामा उत्पादन निकै कमजोर रहेको अभिभावकहरुको गुनासो छ । भौतिक संरचनाका हिसाबले हेर्दा पनि सामुदायिक विद्यालयकै राम्रो छ । ठूला खेल मैदान तथा जग्गा सहितका आफ्नै भवन सामुदायिक विद्यालयसँग छन् । सामुदायिक विद्यालयसँग भएको जति जग्गा, भवन र खेल मैदान छन् त्यति ठूलो मात्रामा संस्थागत विद्यालयसँग छैन ।अधिकांश सामुदायिक विद्यालयका आफ्नै नाममा विघौं विघा जमिन रहेको छ । त्यसबाट कतिपयले राम्रो आम्दानी पनि गरिरहेका छन् । त्यस्तै निजी विद्यालयमा काम गर्ने शिक्षकको भन्दा सरकारी विद्यालयमा काम गर्ने शिक्षकको तलब र अन्य सुविधा समेत निकै बढी छ । सामुदायिक विद्यालयका शिक्षकहरुलाई सरकारले बेलाबेलामा तालिमहरु पनि संचालन गर्दै आएको छ । राज्यले गरेको लगानी र भौतिक संरचनाका हिसाबले हेर्ने हो भने निजी विद्यालयको अवस्था कमजोर छ । निजी शिक्षामा सरकारको लगानी शुन्य छ । सामुदायिकका तुलनामा संस्थागत विद्यालयको संरचना पनि कमजोर छन् । केही अपवाद वाहेक संस्थागत विद्यालयहरु एउटा सामान्य घर भाडामा लिएर चलाइएका छन् । त्यसैगरी संस्थागत विद्यालयमा पढाउने शिक्षकहरु निकै कम तलबमा काम गरिरहेको बेलाबेलामा समाचारहरु बाहिर आइरहन्छन् । कम तलबमा पनि संस्थागत विद्यालयले जनशक्तिलाई राम्रो परिचालन गरेको देखिन्छ । तर लगानी अनुसारको उत्पादन खोई ? यसको जवाफदेहि को हुने ? आखिर किन सुधार हुन सकिहेको छैन त सामुदायिक बिद्यालयको शिक्षा ?

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

सामुदायिक विद्यालयको रिजल्ट कमजोर बन्दै जानुको पछाडी अनेक कारणहरु छन जस मध्ये विद्यालय व्यवस्थापन समिति वा अभिभावकको पनि त्यतिकै देखिन्छ । हाम्रो विद्यालय व्यवस्थापन समिति निकै कमजोर देखिन्छन् । उनीहरु विद्यालयको सिकाई प्रक्रियालाई राम्रो बनाउने कुरामा कहिले पनि ध्यान दिँदैनन् । जे गर्छ, शिक्षकले गर्छ भन्ने बुझाई छ यहाँ । अथवा कक्षाकोठा भित्र शिक्षकले के गरिरहेको छ ? भन्ने कुरा कहिले पनि हेरिदैन । अझ त साहस गरेर शिक्षकको आलोचना गर्ने विद्यार्थीलाई राजनीति गरेको आरोपमा दबाइने गरिन्छ । व्यवस्थापन समिति विद्यालयका स्रोत साधन खर्च गर्ने र शिक्षक नियुक्तिका बेला मात्र आफ्नो

बाँकी चौथो पेजमा

देशभरिकै ताजा खबरका लागि www.madhyanepal.com पढ्न नछुटाउनुहोस् ।

प्रकाशक : मध्य नेपाल मिडिया प्रा. लि.
सम्पादक : कविता खड्का
कानूनी सल्लाहकार : कमल मोहन पोखरेल
कार्यालय : वीरगन्ज घण्टाघर
सम्पर्क नं. ९८१४२८३७६०, ९८६५१८८५७७
मुद्रक : पौडेल अफसेट प्रेस
Website : www.madhyanepal.com
Email : madhayanepalsandesh@gmail.com
Facebook : facebook.com/madhayanepal

सम्पादकीय

आम्दानीका श्रोत सुक्न नदेऊ

वीरगन्ज भंसार कार्यालयले गएको पुस महिनाको राजश्व संकलनमा लक्ष्य भेट्न निकै सकस ब्यहोरेको छ । लक्ष्यमा १२ दशमलव ५३ प्रतिशत कमी भनेको उसको चालु आर्थिक बर्षको कुल बजेटमा नै तथ्याँक उतारचढाव गराउने आधार बनेको छ । यो भनेको कुल लक्ष्यको तुलनामा १ अर्ब ३४ करोड ७५ लाख ४८ हजारले कमी हो । अर्थात वीरगन्ज भंसार कार्यालयलाई राजश्व विभागले गएको पुस महिनाको लागि दिएको १० अर्ब ७५ करोड १३ लाख ८४ हजारको लक्ष्यमा कुल ८ अर्ब ४० करोड ३८ लाख ४५ हजार मात्र संकलन हुनु वीरगन्ज भंसारका लागि समग्रमा लक्ष्य भेट्न नै चुनौति थपिनु हो ।

यत्रो लक्ष्यमा प्रभावित पार्ने आयातको पारो नेपालका सिमेन्ट उद्योगहरूले ल्याउने कच्चा पदार्थको आयातमा सीमा पार भएको सवा महिना लामो अवरोध प्रमुख कारण बनेको छ । वीरगन्ज भंसारका अधिकारीहरूको भनाइले पनि यो कुराको तथ्यमा परेको प्रभावलाई नकार्न सकिन्न । भारतको रक्सौलका स्थानीयले प्रदूषण फैलियो भनी नेपाली सिमेन्ट उद्योगको कच्चा पदार्थ आयातमा नेपालको रक्सौल स्थित आफ्नै जमिनमा पनि अनलोड गर्न नदिएपछि क्लिंकर आयातमा नै प्रत्यक्ष असर त छँदैछ । यसको अलावा वीरगन्ज भंसारको चालु आर्थिक बर्षको पुस महिनासम्मको राजश्व लक्ष्यमा पनि कुल १ अर्ब ६१ करोड ८१ लाख २८ हजारले लक्ष्य भेट्न अप्ठ्यारो बनाएको छ । यो भनेको राजश्व विभागले कुल ६२ अर्ब १२ करोड ५ लाख १६ हजारको लक्ष्य दिएकोमा वीरगन्ज भंसारले जम्मा ६० अर्ब ५० करोड २३ लाख ८७ हजारमात्र राजश्व संकलन गरेको तथ्याँक छ ।

यसलाई राज्यले अझै सम्म गम्भिरताका साथ लिन सकेको छैन । फलतः संघीयतामा अग्रसर मुलुकको आगामी अर्थतन्त्रको जोड घटाउमा पनि हरेक महिनाको राजश्व संकलन यसैगरी ओरालो लागे राज्यको मूल ढुकुटीमा धनात्मक भार बढ्ने अपेक्षा पूरा हुन सक्दैन । मुलुकको नै मूल आम्दानीका श्रोतहरू आन्तरिक उत्पादन र निर्यात प्रबर्द्धन हुनु पर्नेमा त्यसो नभई रिमिट्यान्स र मालबस्तुको आयातबाट संकलित राजश्वमा भर परिरहेको मुलुकले कुल आम्दानीको हिस्सा ओगट्ने राजश्व संकलन असहज हुँदा चुप लागेर बस्नु हुँदैन । क्लिंकर आयात ठप्प हुँदा यहाँका १२ वटा सिमेन्ट उद्योगको उत्पादनमा पनि प्रभाव पर्न थालेको छ । यी उद्योगको उत्पादनमा प्रभाव हुँदा बारा पर्सामा मात्र झण्डै हजार बाह्रसय श्रमिकको विचल्ली हुने अवस्थाको पनि चर्चाले अग्रता पाउन थालेको छ । यो समस्याको ब्यवस्थापनमा पनि सिमेन्ट उद्योगको कच्चा पदार्थ ल्याउने वातावरण बढाउन र राजश्व संकलनलाई पनि पूर्णता दिन आवश्यक छ ।

सिमेन्ट उद्योगका संचालकहरूले उद्योग बन्द गर्न सक्ने कुरा सार्वजनिक गर्दा सम्म र सरकारका प्रधानमन्त्रीलाई नै भेटी ज्ञापन पत्र बुझाउँदा पनि यो समस्याको समाधान नखोजिनु ठूलो बिडम्बना देखिन्छ । मुलुकमा खर्चको मात्रा ह्वात्तै बढ्नु र राजश्व संकलन लगायत आम्दानीका बाटाहरू चुश्त नगरिंदा खर्चको भार धान्न मुलुललाई अझ गाह्रो हुने कुरा कसैले नकार्न सक्दैन । त्यसैले पनि संघीयता कार्यान्वयनमा अग्रसर मुलुकको खर्चको भार थेग्ने विकल्पहरू दुरूस्त पारिनु पर्छ ।

स्थानीय उत्पादनमा सहभागिता र बजारिकरणको खाँचो

मध्य नेपाल सन्देश
कोपिला चौलागाई साह

गाउँ समाजमा रहेका महिलाहरुसंग तपाई के गर्नुहुन्छ भन्ने प्रश्न राख्दा उनीहरुको जवाफमा प्राय: केहिपनि गर्दिन भन्ने पाईन्छ, जबकी केहि पनि गर्दिन घरमै बस्छु भन्ने महिलाको दैनिकी विहान ५ बजे देखी बेलुका १० बजेसम्म घरभित्रका सेवामुलक कामहरुमा वितिरहेको हुन्छ ।

महिलाहरुले गर्ने काम नै प्राय सेवामुलक काम हुन्छन् जुन कामहरु बाहिरबाट देखीदैन त्यसैले त आफ्नो कामको मूल्यांकन आफुलै गर्न नसकिरहेको अवस्था छ। बालबालिकाहरुको स्याहासुरसार देखी वृद्धवृद्धाहरुको हेरचाह सम्मका कामहरुमा महिलाहरुको सहभागिता रहेको हुन्छ ।

घरमा रहेका केहि कुखुराहरु, खसीबाखा, गाईवस्तु तथा खेतीपीको काममा महिलाहरुले पूर्ण समय, मेहनत, परिश्रम खर्चिरहेको अवस्थामा महिलाहरुको कामको मुल्यांकन शुन्य रहेको देखिन्छ । अन्य कामको साथसाथै खेतबारी तथा करेसाबारीमा महिलाहरुको विशेष सहभागिता रहेको हुन्छ । अझ ग्रामीण भेगका महिलाहरु त शिक्षित नभएको कारण र गरिव भएको कारणले गर्दा घरभित्र मात्रै सीमित रहनुपरेको अवस्था छ । ग्रामीण क्षेत्रमा महिलाहरुको हक अधिकारहरुको लागि विभिन्न सरकारी तथा गैर सरकारी संघसंस्थाहरुले विभिन्न क्षमता अभिवृद्धि तथा जनचेतनामुलक क्रियाकलापहरु संचालन गरिरहेको हुनाले अधिकांश महिलाहरुले आफ्नो हक अधिकारको बारेमा जानकारी पाईसकेका छन् तर उनीहरुले गरीवी भने अझै पनि जस्ताको तस्तै रहेको छ । अझै पनि सम्पत्तीमाथिको अधिकार तथा आफ्नो नियन्त्रण हुन नसकेको अवस्था छ । अहिले ग्रामीण महिलाहरु विभिन्न समुह, सहकारी संस्था, लघुवित्तिय संस्थाहरुमा आवद्ध

फोटो : सौजन्य

भईसकेका छन् । उनीहरुले मासिक रुपमा रु.१०० सम्म बचत गरिरहेका छन् । त्यस्ता महिलाहरुमध्ये धरैजसो महिलाहरुले आफ्नो खेतबारिमा सानो वा ठूलो परिमाणमा कृषिजन्य सामानहरु उत्पादन गरिरहेका छन् । उनीहरुले आफ्नो छाक टार्ने उद्देश्यले कृषिजन्य उत्पादन गरिरहेको पाईन्छ । समुहमा आवद्ध प्रत्येक २५ जना महिलाहरुमध्ये ७ देखी ९ जना महिलाहरुले कृषिजन्य उत्पादन गरिरहेका छन् । तर महिलाहरुले उत्पादन गरेका उत्पादनहरुको बजारीकरण नभएको कारण त्यति चासो नगर्ने गरेको पाईएको छ ।

उत्पादन गर्‍यो तर विक्रि गर्ने समयमा स्थानीय बजारमा भनेजस्तो भाउ नपाउने र धेरै सस्तोमा बेच्न बाध्य हुने गरेको कारणले उनीहरुको मनोबल दिनप्रतिदिन घट्दै गईरहेको छ । यदि बजारको राम्रो व्यवस्था हुदो हो त आफुहरुले गर्ने कृषि उत्पादनलाई व्यवसायको रुपमा अगाडी बढाउने बताउछन् । साथै उनीहरुले उन्नत वीउविजनहरु तथा उपयुक्त कृषि तालिम नपाएको पनि गुनासो गर्ने गरेका छन् । जिल्ला कृषि विकास कार्यालयबाट पाउने सेवा सुविधाहरुको बारेमा आफुहरुलाई थाहा नभएको र अहिले थाहा भएको अवस्थामा पनि आफुहरु उक्त सेवाहरुबाट बंचीत हुनु परेको बताउँछन् ।

अवसर पाएको खण्डमा महिलाहरुले कृषिको क्षेत्रमा नै विभिन्न उत्पादनहरु गरेर आफ्नो आय आर्जन गर्न सक्छन् । शिक्षित नभएका महिलाहरुले पनि आफ्नो सीपको आधारमा आय आर्जन गर्न सक्ने आत्मविश्वास महिलाहरुमा पाउन सकिन्छ । हामीले महिलाहरुको विकास तथा क्षमताको कुरा गरिरहँदा उनीहरुको जीविकोपार्जन धेरै महत्वपूर्ण पक्ष हो । महिलाहरुो समग्र विकासको लागि अधिकारमुखी संगसंगै जीविकोपार्जन सम्बन्धी कार्यक्रमहरु पनि संचालन गर्नुपर्ने अवश्यक देखिन्छ । नेपाल सरकारले कृषकहरुको लागि विभिन्न सुविधाहरु व्यवस्था गरेको छ । कृषक समुहहरुको लागि पनि विभिन्न सेवा तथा सुविधाहरु उपलब्ध गराएको जानकारी भइसकेको अवस्थामा सेवा सुविधहरु लिनको लागि पनि बाधाहरु हटाईनुपर्दछ ।

पारदर्शी रुपमा सेवा उपलब्ध भएको खण्डमा विभिन्न वित्तिय संस्थाहरे महिलाहरुको लागि धेरै सुविधा पुर्‍याएको छ । भावी दिनहरुमा बजारिकरणको व्यवस्थाले स्थानीय उत्पादनलाई प्रथमिकता तथा महिलाहरुलाई व्यवसायी बनाउन सहयोग गर्दछ ।

सीमापारीको भाषामा संघीयताको हुकार

मध्य नेपाल सन्देश
गिता भण्डारी

लामो सर्घष र बलिदान पश्चात हाम्रो देशमा लोकतन्त्र, गणतन्त्र, हुदै देशले नयाँ कानुन अर्थात संविधान पाउँन सफल भएको छ । तर संबिधान ल्याउन सफल भएता पनि यस्को कार्यानयनमा आएको जटिलता भने कम चानचुने छैन जो हाम्रो सामु बिबिध नै छ ।

संविधानमा भएको व्याबस्थालाई कार्यानयन गर्नको लागि गरिएको तिनै तहको निर्वाचन सम्पन्न भए पश्चात संबिधानं कार्यानयनको अर्को पाटो राष्ट्रसभाको निर्वाचनकों त यारीमा अहिले दलहरु लागि परेका छन् । झट्ट हेर्दा सामान्य जस्तो देखिएता पनि निति र नियमको पद्धतिलाई परिचालित गर्न उतिकै मुश्किलं पनि, तर पनि अब भने जनताको आशा र विंश्वासले अस्थिरता पाउनेछ भन्ने कुरामा विश्वसनिय छन् । हाम्रो देश अब बिस्तारै बिस्तारै संघियता तर्फ लम्कदैछ, प्रादेशिक अस्थाई राजधानी तोकिए सगैं केन्द् प्रमुखले सफथ समेत खाईसकेका छन् जो स्वागत योग्य हो । तर आफ्नो राष्ट्रय भाषा र स्थानीय भाषा नेपाली,मैथेली, भोजपुरी गरिएको आन्दोनल खोंक्रो र स्वार्थको लागि गरिएको हो भन्ने कुरालाई औल्याई दिएको छ । प्रदेश नं दुईमा एकातिर राजधानीको असन्तुंष्टिलाई लिएर आन्दोलित भईरहदा अर्कों तर्फ राजधानी प्रंमुख र अन्य सांसदहरुले हिन्दी भाषमा सफथ खाईरहदा वास्तबमा अब प्रदेश नं दुईलाई कुन नजरले हेर्नै अन्य प्रदेशको तुलनामा किन यो प्रदेश आलोचित हुदैछ यो कुरा बुझ्न जरुरी छ । दुई नं प्रदेशको अस्थाई राजधानीमा दलहरुले सफथं खादै गर्दाको भाषिक विवादले प्रदेशको शुरुवाति दिनमा नैंएउटा अन्यौलालाई जन्माई दिएको छ । हरेक कुरामा कुनै न कुनै कारणले बिवादित यो प्रदेशका जनतालाई हर बार एउटा शाश्ति खेप्न बाध्य छन् । हुन त भाषाको बिषयलाई लिएरं यो प्रदेशमा शुरुवात देखि नै बिंभिन्न चर्चा परिचर्चा हुदै नआएको हैन ।

जातियताको आधारमा स्थानीय भाषालाईकामकाजी भाषाको रुपमा मान्यता हुन पर्दछ भन्ने माग जायज हो । तर सरकारले स्थानीय भाषालाई मान्यता दिए पश्चात पनि आफनो भाषालाई प्रयोग नगरेर भारतीय राष्ट्र भाषाको प्रयोग गरि सफथ खाएंर म नेंपाली हु भनेर चर्का बोल्नेहरु सगं सचेत हुन जरुरी छ । आज सिमा पारीको भाषालाई चलनचल्तिमा ल्याईयो, भोलि धर्म संकृतको कुरा आउला, पर्सि भोजपुरीं, नेंपाली भाषा छोडेर सिमा पारीको भाषा प्रयोग गर्नु भनेको हिजो संघीयताको लागिं गरिएकों सर्घषमा प्रश्न चिन्ह खडा गर्नु हो । प्रदेशंको सरकार चलाउने प्रमुखहरु बाट नै यस्तो गलत कार्य हुदा यहाँका नागरिक हरु सचेत हुन आवाश्यक छ । यस्ता गल्तिहरु फेरी भोलीका दिनमा समेत दोहारिदै जादा आउने दिनमा हुन सक्ने सम्भावनिक आसंकालाई मध्य नजर गर्न जरुरी छ किन की प्रदेश नं दुईमा अनेक जातजाति र धर्म संकृतका व्यात्तिहरु बसोबास गर्छन तर प्रदेशको राजधानी जनकपुर तोकिएको छ यदि यस्तो प्रवृदिहरु दोहोरिदै जादा स्थानीय राजधानीमा नै प्रयोग हुने भाषा मात्र यहाँको कामकाजी भाषामा प्रयोग हुन्छ भन्न पनि बढि समय लाग्ला भन्ने परिस्थितीलाई बेलैमा ध्यान पुर्‍याउन जरुरी छ । हो स्थानीय भाषाको लागि आवाज उठाउन राम्रो कुरा हो तरं सिमापारीको भाषालाई प्रयोग गरेर प्रदेशको नाममा खाएको शफंथ सरासर गलत हो । तसर्थ अबका आउने दिनहरुमा यस क्षेत्रमा रहेका जनताले आफना प्रदेशिय कामकाजलाई कसरी र कुन भाषाको प्रयोग बाट गर्ने हो एक पल्ट सोच्न बाध्य बनाईएको छ । हो समय परिवर्तित छ र हुन पनि पर्छ तर परिवर्तको नाममा आफनु पुरै देश र माटोलाई नै संकटमा भने पटक्कै पार्न हुन्न । हाम्रो देश नेपाल बहुभाषिक, बहु संकृत र परम्परा भएको देश हो , अनेक जातजाती भाषा भाषि घर्म संस्कृत मिलेर एक आफसमा बस्न सकेको कारण ले नै अन्य मुलुक भन्दा भिन्न छ तर केन्दिय सरकारले मात्र एउटा प्रदेशलाई समेट्न वा चित बुंझांउन हम्मे हम्मे छ भने पुरै देशका जनताको भावनालाई कसरी आजका दिन सम्म सकेको होला यो कुरा बुझ्न सक्नु पर्दछ । चाहे जति सुकै दलहरुको बिरोध मा एक ले अर्कोकों खुट्टा ताने पनि जब देशको कुरा आउँछ सबैले एक ढिक्का हुन जरुरीछ तब मात्र हार्मी नेपाली हौ भनेर गर्व गर्न सुवाउँछ । खोक्रो आडम्बरमा देशलाई बर्बाद हुन बाट बचाउनु नै हामी सबैको कर्तव्य हो ।

फोटो : फाईल

पाठक प्रतिक्रियाका लागि....
madhayanepalsandesh@gmail.com
सम्पर्क नं. ९८६५१८८५७७

अझै घरपरिवार र समाजसँग संघर्ष गर्नु परेको छ : पूर्णिमा

मध्य नेपाल सन्देश
निलम पन्त

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

बुवा टेकबहादुर श्रेष्ठ तथा आमा लक्ष्मी श्रेष्ठको दाम्पत्य जिवनबाट जन्मिएका ४ सन्तान मध्ये कान्छो सन्तान जन्मदा छोरोकै रुपमा जन्मिएको थियो ।

२०४५ सालमा नवलपरासी जिल्लाको बर्दघाट वडा नं. ५ मा मध्यम परिवारमा जन्मिएको कान्छो छोरोको बाल्यकाल कष्टपूर्ण नभएको श्रेष्ठ परिवारको भनाइ छ । उनी बढ्दै गएपछि अरु छोराभन्दा व्यवहारमा भने फरक शैलीको भएकैले अहिले उनको बोलाउने नाम पनि छोरोको जस्तो नभएर छोरीको जस्तै पूर्णिमा श्रेष्ठ नाम छ । यो नाम बाबु आमाले सुरुमा भने नराखेको पूर्णिमा बताउँछिन् । वि.सं. २०६० सालमा राजा मा.वि.बाट एस एल सी उर्तीण गरी २०७२ सालमा ठाकुर राम बहुमुखी क्याम्पसबाट समाज शास्त्रमा स्नातक उनी आफ्नो इच्छा अनुसारको नाममा परिचित हुन थालेकी छन् ।

निल हिरा समाजमा कार्यरत उनी बारामा जिल्ला संयोजकको रुपमा रही सामाजिक काममा सकृय छन् । उनको कामको प्रकृति तेस्रो लिंङ्गी तथा समलिंङ्गिहरुको हक अधिकारको क्षेत्रमा डटेर काम गर्ने रहेको उनले बताइन् । शारिरिक रुपमा उनी पूर्णरुपले जन्मदाको भन्दा फरक भइसकेको बर्तमानमा आफ्नो इच्छा अनुसार उनी जिउँदै छन् । यो अवस्थाको भोगाइ र सामाजिक हेराइको सन्दर्भमा उनै पूर्णिमा श्रेष्ठसँग मध्य नेपाल सन्देश साप्ताहिकले गरेको थप कुराकानी :

१) जन्मदाको रूपभन्दा वर्तमानमा यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसंख्यकहरूको अवस्थामा जिउँदा कस्तो महसुस गरिरहनु भएको छ ?

अहिले भन्नु पर्दा तेस्रो लिंङ्गी तथा समलिंङ्गीहरुको अवस्था एकदमै दयनिय नै छ । नेपालमा ब्लु डायमन्ड सोसाइटीको स्थापना २००१ मा भए ता पनि अहिले तेस्रो लिंङ्गी तथा समलिंङ्गीहरुले समाजमा संघर्ष नै गर्नु परिरहेको छ । लुकेर बसेका तेस्रो लिंङ्गी तथा समलिंङ्गीहरु बाहिर आउन सुरु भए पनि अझै सम्म सबैपूर्ण रुपले खुलेर आइसकेको अवस्था छैन । खुलेर आउनेहरुलाई पनि सर्वप्रथम आफ्नै घरपरिवार र समाजसँग निकै संघर्ष गर्नु परेको छ । अन्य महिला र पुरुषसरह तेस्रो लिंगी तथा समलिंगीहरुले स्वतस्फूर्त: रुपमा आफ्नो जीवन यापन गर्न कठिनाइ छ । सर्व प्रथम त नागरिकताको समस्या, क्षमता भएर पनि रोजगारीका लागि प्रयास गर्दा हुने अपमान र आम मानिसको हेराइमा समेत चित्तबुझ्दो अवस्था छैन । ब्लू डायमण्ड सोसाईटी नामक गैर सरकारी संस्थाले मात्र यस्ता मानिसहरुलाई क्षमता अनुसारको काम दिएर जीउने केही सहजता बनाइ दिएको छ ।

सरकारी क्षेत्रमा अरु क्षेत्रका मानिसलाई जस्तो आरक्षण र समावेशीकोटाको पनि व्यवस्था गरिएको छैन । लोक सेवा आयोगमा महिला, पुरुष र अन्य भने पनि त्यसको कार्यान्वयन हुन सकेको छैन । तेस्रो लिंङ्गी तथा समलिंङ्गीहरु उचित व्यवस्थापन नहुनाले शिक्षा र स्वास्थ्य जस्तो क्षेत्रमा सेवा लिनमा समेत कठिनाइ हुने गरेको छ । सेवा लिन लाइनमा बस्न समेत न महिलाका लाइनमा पाइन्छ न त पुरुषकामा । यतिमात्र होइन । स्वस्थ्य परिक्षण गर्ने चिकित्सकले पनि महिलाहरुलाई हेर्नेले पुरुष तर्फ र पुरुषलाई परिक्षण गर्नेले महिलाहरुका तर्फ पठाउने गरेको छ । हामीहरुलाई देख्ने वितिक्कै नौलो मान्छे सरह व्यवहार हुन्छ । क्याम्पसमा जादाँ हाम्रो कार्ड त केटाको हुन्छ । त्यहाँ पनि हामीलाई मजाक उडाइन्छ तेरो कार्ड त केटाको छ तर त केटी जस्तो छस् केटा हो की केटी ? भनेर प्रश्न गर्छन् । हामीले जति पढे पनि यस्ता कुराहरुले हाम्रो मनोबललाई कमजोर बनाइने व्यापक समस्याहरु छन ।

२) तपाईहरूको संस्था पनि छ । यस्ता समस्या समाधान गर्न

बाँकी छौं पेजमा

साप्ताहिक राशिफल

२०७४ माघ १४ गते देखि माघ २० गते सम्म

ज्यो. पं. छविरमण सुवेदी
बारा

मेष :-
(चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ)

मेष : यो साता फलदायी नै रहला । यो साता शुभ-अशुभ लाभ हानी बराबर हुने देखिन्छ । गाडी चढदा चलाउँदा विशेष सर्तकता आवश्यक छ । काममा प्रगति हुनेछ । मनमा शान्ति आनन्द मिल्नेछ । नवीन क्षेत्रमा कार्य विस्तार हुनेछ । घरमा धार्मिक कार्यक्रमको योजना बन्नेछ । आफन्तसँग धार्मिक सामाजिक उत्सवमा सहभागी हुने अवसर मिल्नेछ । सरकारी कामकाजमा सफलताको योग छ । साताका बुधबार विहिवारका दिन प्रतिकुल रहनेछन् । यी दिनमा विशेष सतर्कता आवश्यक छ ।

वृष :-
(इ, उ, ए, ओ, वा, वी, वु, वे, वो)

वृष : यो साता रमाइलो गर्दै वित्नेछ । समय तपाईको पक्षमा आइरहेको छ । अब भाग्यले साथ दिने देखिन्छ । अधुरा कामहरु बन्दै जालान् । व्यापार व्यवसाय र नौकरीमा लाभ प्रगति र सफलता मिल्नेछ । घर परिवारमा खुशियाली छाउनेछ । शुक्रवार र शनिवारका दिनहरुमा घरेलु समस्या देखा पर्ने मनमा भय चिन्ता हुने हुँदा सतर्कता आवश्यक छ ।

मिथुन :-
(का, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, हा)

मिथुन : साता अनुकुल रहनेछ । वैदेशिक काममा सफलता मिल्नेछ । विदेशी आफन्तको सुसमाचारले मन प्रसन्न हुनेछ । प्रशस्त धन लाभ हुने मान सम्मान र पुरस्कार पाउने योग छ । मित्र सहयोगले महत्वपूर्ण काममा सफल्ता मिल्नेछ । स्वास्थ्य समस्या चाहि देखा पर्न सक्छ । धन लेनदेन गर्दा र उधारो दिदा विशेष सतर्कता आवश्यक छ । वाहन चलाउँदा वा चढदा सजगता अपनाउनु होला । सातामा ग्रह गोचर अनुसार फलदायी रहला ।

कर्कट :-
(ही, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो)

कर्कट : साता मध्यम फलदायी रहला । यो साता काममा अडचन समस्या देखा पर्ला । यसबाट मन खिन्न हुनेछ । रीसको मात्रा बढनेछ । अज्ञात भयले सताउनेछ । समस्या विनाको समस्या आएको महसुस हुनेछ । यसर्थ आत्म विश्वासका साथ अगाडी बढदा राम्रो हुन्छ । प्रशस्त धनलाभ चाहि हुनेछ । सोमबार र मंगलबारका दिन प्रतिकुल रहला । यी दिनमा अनावश्यक खर्च व्यर्थभ्रमण मनमा बेचैनी हुन सक्छ । सतर्कता आवश्यक छ ।

सिंह :-
(मा, मि, मू, मे, मो, टा, टी, टु, टे)

सिह : साता रमाइलो गर्दै वित्नेछ । विगतका समस्याहरु समाधान हुने देखिन्छ । काममा प्रगति एवं सुधार हुने ग्रहयोग रहेको छ । व्यापार व्यवसाय र नोकरीमा शुभ समाचार आउन सक्छ । नयाँ योजना कार्यक्रम बनाउने साता रहेको छ । बुधवार विहिवारका दिनहरु प्रतिकुल रहलान । यी दिनमा आर्थिक कारोबार गर्दा विशेष सतर्कता आवश्यक छ ।

कन्या :-
(टो, प, पी, पु, ष, ण, ठ, पे, मो)

कन्या : साता मध्यम फलदायी रहला । सन्तानबाट वा अन्य कारणबाट चिन्ता बढन सक्छ । लाभ हानी बराबर हुने देखिन्छ । भाग्यले साथ दिनेछ । प्रशस्त धनलाभ हुने ग्रहयोग छ । गीत संगीत श्रवण साहित्य लेखन पठनमा अभिरुचि बढनेछ । शुक्रवार र शनिवारका दिनमा व्यर्थभ्रमण काममा अलमल उच्च रक्तचाप बढन सक्छ । सतर्कता आवश्यक छ ।

तुला :-
(री, रू, रे, रो, ता, ती, तू, ते)

तुला : साता मिश्रीत फलदायी रहला । साताको शुरुमा आकस्मिक समस्या आउन सक्छ । स्वास्थ्य समस्या देखा पर्ने वाद विवाद काममा अवरोध आउन सक्छ । मध्य अन्त्य तिर काममा सफलता वैदेशिक कार्यमा प्रगति देखा पर्ला । प्रशस्त आम्दानी हुने पनि देखिन्छ । संयमताका साथ काम गरेमा सफलता मिल्नेछ । कानून निषेधित कार्य गर्नबाट जोगिदा राम्रो हुनेछ ।

वृश्चिक :-
(तो, ना, नी, नू, ने, नो, या, यि, यु)

वृश्चिक : साता फलदायी नै रहला । हरेक क्षेत्रमा प्रयास गर्दा सफलता मिल्ने ग्रहयोग रहेको छ । भाग्यले साथ दिनेछ । रोकिएका अधुरा कार्य सम्पादनमा प्रगति हुनेछ । नयाँ मानिससँग भेटघाट हुने योग छ । यसबाट फाइदा हुने देखिन्छ । आफन्त एवं मित्रहरुसँग धार्मिक सामाजिक उत्सवमा सहभागी हुने ग्रहयोग बनेको छ । साताका सोमबार मंगलबारको दिन चाहि प्रतिकुल रहलान । यी दिनमा खादा, हिडदा, सतर्कता आवश्यक छ ।

धनु :-
(य, यो, भा, भी, भू, ध, फा, ढ, भे)

धनु : यो साता अनुकूल रहनेछ । साताको पूर्वाद्धको तुलनामा उत्तरार्द्ध फलदायी रहला । रिस-बोली र व्यवहारमा संयमता आवश्यक छ । झै झगडाबाट यो साता टाढै रहनु होला । काममा अवरोध देखा पर्न सक्छ । बुधबार र विहिवारका दिन प्रतिकुल रहलान् । यी दिनमा खाँदा, हिडदा र बोल्दा विशेष सतर्कता आवश्यक छ ।

मकर :-
(जो जा जी खी खू खे खो गा गी)

मकर : साता फलदायी नै रहला । कुनै पनि निर्णय गर्न कठिन हुनेछ । काममा अलमल हुने देखिन्छ । व्यापार-व्यवसायमा लाभ प्रगति हुनेछ भन्ने नोकरीमा संतोष मिल्नेछ ।

शरीरमा जोश, जाँगर र उत्साह बढनेछ । भाग्यले साथ दिन साता रहेको छ । साताको शक्रवार र शनिवार प्रतिकुल रहलान । यी दिनमा खादा हिडदा र बोल्दा विशेष सतर्कता आवश्यक छ ।

कुम्भ :-
(गू, गे, गो, सा, सी, सु, से, सो, द)

कुम्भ : यो साता मध्यम फलदायी रहनेछ । स्वव्यवसाय एवं नोकरीमा समस्या अडचन आउन सक्छ । कार्यक्षेत्रमा बेचैनी अपजसको सामना गर्नुपर्ला ।

झै झगडा पनि हुन सक्छ । सतर्कता आवश्यक छ । घर वाहन भूमि सम्बन्धि समस्याले मन खिन्न एवं उदास हुनेछ । साताको मध्य अन्त्यतिर विदेशी आफन्तको सुसमाचारले मनमा खुशियाली छाउनेछ । कडा परिश्रमबाट काममा सफलता मिल्नेछ । शत्रु शरणागत हुनेछन ।

मीन :-
(दि, दू, थ, भ, ञ, दे, दो, चा, ची)

मीन : साता अनुकुल रहनेछ । गरेको काममा पाएको सफलताले मनमा प्रसन्नताको अनुभूति हुनेछ । सन्तान सुख मिल्ने देखिन्छ । अकास्मिक धनलाभ हुने योग परेको छ । काममा प्रगति व्यापार व्यवसायमा लाभ र नोकरीमा पदोन्नति हुने साता रहेको छ । सोमबार मंगलबारका दिनमा मनमा भय शरीरमा अल्छीपन रातमा अनिद्रा देखा पर्ने हुँदा सतर्कता आवश्यक छ ।

तथ्य र तर्क

आ.व. २०६७ र ०६८ देखि २०७४ र ०७५ कार्तिकसम्म सडक दुर्घटनामा मृत्यु हुनेको संख्या १४,३२३ पुगेको छ ।-Facts

साताको बोली

६५ बर्षमै बृद्ध भत्ता दिने नेपाल सरकारको निर्णयलाई यहाँले कुन रूपमा लिनु भएको छ ।

रामदेश यादव (स्थानीय वासिन्दा)
परवानीपुर, पर्सा

यो निर्णय राम्रो र सहि हो । बुढेसकालमा छोरा बुहारीले आमाबाबुलाई हेरेनन् भने पनि सरकारको यो निर्णयले उनिहरुले सहारा पाउछन् । उनिहरुले कष्टको जीवन भोग्नु पर्दैन । वृद्ध भत्ताबाटै उनिहरुको गुजारा चल्छ ।

खेमराज राय (अध्यक्ष)
युथ हेल्प ईन्डिड सुपौली ६, पर्सा

हाम्रो देशको राजनीतिलाई सलाम छ । यो निर्णयले मलाई एकदमै हर्षित बनाएको छ । जे होस बृद्धाहरुले नै भत्ता पाउने भएपछि आफ्नो सानो तिनो आवश्यकताका लागि अरुको मुख ताक्नु पर्ने आवस्था आउदैन ।

चन्चला दास (अध्यक्ष)
उमेन्स स्किल सेन्टर वीरगंज, पर्सा

राज्यले जीवन धान्न अप्ठेरोमा परेका नागरिकलाई सामाजिक सुरक्षा दिनैपर्छ तर संघीय संसद गठनको प्रक्रिया चल्दै गर्दा दूरगामी असर पर्न सक्ने विषयमा कामचलाउ सरकारले मन्त्रिपरिषदबाटै भत्ता पाउने उमेर हद घटाउने निर्णय राजनीतिक लाभ लिन खोजेको जस्तो देखिन्छ ।

कृष्ण सिग्देल (शिक्षक)
श्री नेपाल राष्ट्रिय मा. वि. जितपुरसिमरा, २

जनताको हकमा निर्णय असान्दर्भिक होइन । तर सरकारको भार बोक्ने क्षमता नै मुल्यांकन नगरी महत्वाकांक्षी निर्णय गरिनु सस्तो लोकप्रियता हो । यसमा सरकारको दूरदर्शिता देखिएन । यो सस्तो लोकप्रियताको कदमले देश ठूलो आर्थिक संकटमा फस्न सक्छ । यहाँ त देश समृद्धिको राजनीतीभन्दा पनि भोटको राजनीतिले देशलाई ग्रसित बनायो । यो कदम तुरुन्त सच्याउन आवश्यक छ जस्तो लाग्छ ।

रिशु श्रीवास्तव (समाजिक अभियन्ता)
वीरगंज, १५

जेष्ठ नागरिकको संरक्षण र सामाजिक सुरक्षा गर्ने सवालमा नेपाल सरकारले गरेको निर्णय सकारात्मक नै मान्नु पर्छ । जेष्ठ नागरिक संबन्धी एन २०६३ ले ६० वर्ष उमेर पुरा गरेको नागरिकलाई राज्यले जेष्ठ नागरिक स्वीकारी सकेको अवस्थामा ७० वर्ष उमेर पुरा गरेकोले मात्र सामाजिक सुरक्षा भत्ता उपलब्ध गराइदै आएकोमा जेष्ठ नागरिक प्रति राज्यले दोहोरो मापदण्ड अपनाएको देखिन्थ्यो । तसर्थ नेपाल सरकारको अहिले गरेको ६५ वर्षमै वृद्ध भत्ता दिने नेपाल सरकारको निर्णय सकारात्मक लिएको छ । सरकारको यस निर्णयले राज्य माथी आर्थिक भार बढेको त छ । तर नीजहरूप्रति श्रद्धा, आदर तथा सद्भावको अभिवृद्धि गर्ने निश्चय छ । अपहेलित वा उपेक्षित भई जिवन यापन गरी रहेका ६५ उमेर समुहका बृद्धबृद्धाहरुको आत्मबल बढ्ने छ भने पारिवारीक सम्वन्धमा केहि परिवर्तन ल्याउनेछ ।

बुनिलाल चौरसिया (अग्नि नियन्त्रक)
नागवा, वीरगंज

सरकारले लिएको निर्णय मलाई एकदमै राम्रो लाग्यो । किनभने अहिले ६५वर्षसम्ममा मानिसको वृद्दावस्ता सुरु भैसकेको हुन्छ । यस्तो अवस्थामा उनीहरुको धेरै आवश्यकता हुन्छन जुन पूरा गर्न उनिहरु सक्षम हुदैनन । त्यसैले सरकारको यो निर्णयले केही हदसम्म भएपनि उनीहरूको आवश्यकता परि पुर्तिमा सहयोग पुग्छ ।

कौशिला बुढाथोकी (समाजसेवी)
मूर्ली १२, वीरगंज

दलित,गरिव, असाय,अशक्त र बिहान बेलुका छाक टार्न समेत मुस्किल भएका परिवारलाई यस निर्णयले केही सहानुभूति त दिलाएको छ । तर अझै पनि त्यस्ता परिवार जो बन्चिती करणमा परेका छन् । उनिहरु त्यति खुशी भएको अवस्था देखिदैन । सरकारले गरेको निर्णयलाई नकार्न त मिल्दैन । तर सरकारले यस निर्णयमा लक्षित वर्ग भित्रका पनि बन्चिती करणमा परेका वृद्धाहरुलाई केही हदसम्म वृद्ध भत्ता बढाई दिएको भए अझ सुनमा सुगन्ध हुने थियो ।

नयाँ पुस्ता

प्रतिशानन्दको डाक्टर बन्ने चाहना

मध्य नेपाल सन्देश
ईश्वरी श्रेष्ठ

सोधेको कुरा नहिच्किचाइ बोल्ने ९ बर्षीय प्रतिशानन्द आदर्स सेकेन्ड्री स्कूलमा कक्षा ५ मा पढ्छन् । घरका कान्छो छोरा हुन् उनी । उनको एक दाजु छन् । दाजु पनि सोही स्कूलमा कक्षा ८ मा अध्ययन गर्छन् । उनका बाबा जितेन्द्रलाल कर्ण एकाउन्टेन हुनुहुन्छ भने आमा जुली कर्ण वकिल हुनुहुन्छ ।

स्कुलमा धेरै साथीहरु हुन्छन्, पढाई हुन्छ , सर म्यामले गेम खेलाउनु हुन्छ । नयाँ नयाँ कुराहरु सिक्न पाइन्छ त्यसैले मलाइ स्कुल जान एकदमै मनपर्छ भन्छन् प्रतिसानन्द । स्कुल जान रुचाउने प्रतिसानन्द कक्षाका दोस्रो विद्यार्थी हुन् । उनको पढाइ एकदमै राम्रो छ ।

साथीहरूसंग मिलेर बस्ने उनको बानी एकदमै राम्रो छ । उनको मिल्ने साथीको नाम आदित्य कर्ण हो । कक्षाको प्रथम र अनुशासनमा राम्रो भएकैले उसलाई आदित्य मन पर्छ । पढ्न बाहेक फुटबल, भलिबल , लुडो, क्रिकेट खेल्नमा माहिर प्रतिसानन्दको मनपर्ने विषय साइन्स हो । बढि व्याख्या गर्नु पर्ने भएकोले नेपाली बिषय मन पर्दैन उसलाई । भविष्यमा डाक्टर बनी

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

बिरामीको सेवा गर्ने उनको लक्ष्य छ । बाबु एकदमै ज्ञानी छ । भनेको कुरा मान्छ । यिनीहरु स्कुलबाट आउँदा म घरमा हुँदिन । आफ्नो ड्रेस, जुत्ता, ठाउँमा मिलाएर राख्छ । उसलाई मैले पढ्न बस भनेर कहिल्यै भन्नु पर्दैन, उ आफै गर्छ । आफ्नो पढाइ सकेर मात्रै अरु काम गर्छ । मलाई घरको काममा पनि सघाउँछ उसलाई रेस्लीङ्ग एकदमै मन पर्छ । दाजुभाइ मिलेर रेस्लीङ्ग हेर्छन् र मेरो नाम पनि त्यस्तै राखिदिनुस् भन्दै अंग्रेजी नामहरु भन्छन् । उनकी आमा जुलीले भनिन् ।

उ पढ्नमा पनि एकदमै अगाडी छ त्यसैले पनि हामीले अहिले सम्म ट्यूसन हालेका छैनौ । उनीहरुलाई नआएको र नजानेको कुराहरु सकेसम्म मैलेनै सिकाउने गरेको छु । उसको बिहानै उठ्ने र पढ्न बस्ने बानी मलाई एकदमै मन पर्छ ।

कहिले काहीँ अलि बद्मासी गर्छ, भनेको मान्दैन । तर एकदमै अनुशासित छ । ऊ खाने बेलामा कहिल्यै नाइँनुई गर्दैन । करेला तितो भएको कारण खाना रुचाउदैन । गेडागुडी, सागपात रोटी बढि मन पराउँछ । मेरो इच्छा भनेको उ मेरो मात्रै हैन राष्ट्रकै छोरा बनोस् भन्ने हो । उसको सपना डक्टर बन्ने छ । उसको पढाइ पनि एकदमै राम्रो छ । यदि उसको पढाइ राम्रो भइरह्यो र सोच परिवर्तन भएन भने उसको लक्ष्य नै हाम्रो लक्ष्य हो । त्यसमा हाम्रो कुनै रोकतोक हुने छैन ।

उनीहरुको भविष्यलाई सोचेर नै हामीले निजी विद्यालय रोजेका हौँ । सरकारी विद्यालयमा बढि बिदा हुने, खुले पनि राम्ररी पढाइ नहुने । त्यसैले हामीले हाम्रो छोराहरुलाई निजी विद्यालयमा राखेका हौ । उनकी आमाले भनिन् । यिनै प्रतिशानन्दसंग मध्य नेपाल सन्देशका लागि ईश्वरी श्रेष्ठले गरेको थप कुराकानी ।

१) तिम्रो नाम के हो ?
मेरो नाम प्रतिशानन्द कर्ण हो ।

२) तिम्रो मिल्ने साथीको नाम के हो ?
मेरो मिल्ने साथीको नाम आदित्य कर्ण हो

३) तिम्रो मनपर्ने विषय कुन हो ?
साइन्स

४) ठूलो भएर के बन्ने ?
म ठूलो भएर डाक्टर बन्छु र बिरामीको सेवा गर्छु.

५) सबैभन्दा बढि माया कस्को लाग्छ ?
मेरो मामुको ।

खोजी ...

भूमिका खोज्छन, देखाउँछन । अथवा शिक्षा प्रणालीमा समाजको सहभागिता नहुने भएकोले उसको समाजप्रतिको कर्तव्यवोधको भावना हुँदैन । संस्थागत विद्यालयले परीक्षा वरिपरि विद्यार्थीहरुलाई निकै मेहनत गराउँदछन् । मोडल प्रश्नहरुको चाङ ल्याएर त्यसमाथि अभ्यास गराउँछन् । एसएलसी परीक्षा वरिपरि विद्यार्थीलाई होस्टेलमै राखेर रातोदिन रटान गराउँछन । तर, सामुदायिक विद्यालयमा यो मेहनत देखिदैन । वा संस्थागतमा विद्यार्थीको परफरमेन्सप्रति विद्यालय चिन्तित देखिन्छ । विद्यार्थीहरुले राम्रो गरे भने आफ्नो विद्यालयको भविष्य राम्रो बन्छ भन्ने कुरा उसले सोचिरहेको हुन्छ । तर, सामुदायिकमा न त व्यवस्थापन समिति, न त प्रधानाध्यापक, न त शिक्षक कोही पनि त्यति चिन्तित भएको पाइदैन । पहिला दखि नै चल्दै आएको सोचमा विद्यालय चल्दै छन । शिक्षकले पढ पढ भन्ने अनि बिधार्थीले पढेको जस्तो गर्ने अनि कहाँ हुन्छ राम्रो उत्पादन ? कसरी हुन्छ गुणस्तरीय शिक्षा ? विद्यालयको व्यस्थापनका लागि गठन भएका बिद्यालय व्यवस्थापन समितिहरुले विद्यालयको समग्र व्यवस्थापनमा ध्यान नदिने हो भने के का लागि विद्यालय व्यवस्थपन समिति ? के का लागि अभिभावक समिति ? त्यसैले सामुदायिक विद्यालयको प्रगतिको लागि विद्यालय व्यवस्थापन समितिले ध्यान दिन जरुरी छ । अहिले त विद्यालयको व्यस्थापन पनि स्थानीय तहमा नै गएको लगानी अनुसारको उत्पादनका लागि स्थानीय सरकारले कडाकदम चाल्न जरुरी छ होईन भने उही पुरानो कहानी मात्र दोहोरीने छ सामुदायिक विद्यालयमा पढाई हुदैन, समयमा शिक्षक आउदैन, शिक्षक पर्याप्त भएन आदी ईत्यादी कुरा हरुमात्र भईरहने छ ।

जानी राखौं

१) आदिको विपरितार्थक शब्द कुन हो ?
क) अन्त ख) अवनती ग) पतन घ) प्रतिकुल

२) अगस्तीको पर्यायवची शब्द कुन हो ?
क) भाते ख) निरास ग) खन्चुवा घ) खाली

३) Advantage को Synonyms कुन हो ?
क) Accept ख) Benefit ग) clen घ) support

४) Ability को Antonyms कुन हो ?
क) Genuine ख) Negative ग) Maintain घ) Inability

५) समुहमा नमिल्ने पत्तालगाउनु होस ?
क) काउली ख) मूला ग) वकुल्ला घ) सीमी

उत्तर : १) क २) ग ३) ख ४) घ ५) ख

शब्द ज्ञानमाला र शब्द जाल
प्रस्तुतकर्ता
नवराज घिमिरे
nawarajghimire971@gmail.com

शब्द जाल

१		२		९	४		३
		१०	११				
७							५
		८					
			१५				१३
		१२					
६				१४			

ठाडो
१) हाडको खपडा भएको चौपाया ३
२) सम्झीने काम २
३)सद्धाम हुसेनको देश३
५)एक हिलोमा फुलनृ फूल ३
७) वाता+वरण ५
९)निर्वाह, खेप्नेकाम ३
११) मरमसाला वडिहालि पकाएको ५
१३) गण्डकी अञ्चलको एक जिल्ला ४

तेस्रो
१) धारभएको हसियाँ ३
२) आवतजावत,हिडडुल ४
४) समथर जमीन ३
६) मानिस मरेपछी गरिन्छ ४
८) कृष्नका दाजु ४
१०) अर्काको चिज फिर्ता नगर्ने गरी लुकाउनु ४
१२)देशको शासन मण्डल ४
१४)गस्तीगर्नेकाम वा प्रहरी ३
१५) मुखभित्र हुन्छ २

शब्दजालमा सहभागि हुनेलाई 'मध्य नेपाल सन्देश' को तर्फबाट आकर्षक उपहारको व्यवस्था गरिएको छ । सहभागिले पत्रिकाको कटिन सहित कार्यालयमा सम्पर्क राख्नुहोला ।

स्वास्थ्य टिप्स

जाडोयाममा घाममा बसेर अमिलो, गुलियो र रसिलो सुन्तला खादाको आनन्द हामी बिर्सन सक्दैनौरू। यसको रस शताब्दियौ देखि औषधीय गुणका लागि चिनिने गरेको छरू। सुन्तला स्वास्थ्यवर्द्धक फल भएकोले यसलाई व्रतमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

१) सुन्तलामा भिटामिन 'ए', 'बी', फलाम र पोटेसियम बढी मात्रामा हुन्छरु। भिटामिन 'ए' र क्याल्सियमले ओतप्रोत सुन्तलाको नियमित सेवनले दाँत र हाडको स्वास्थ्य राम्रो हुनुको साथै यसले अस्टियोस्पोरोसिसको जोखिमलाई पनि धेरै हदसम्म कम गर्न मद्दत गर्छ। यति मात्र नभई, यो फलले रगतमा ब्लड सुगरलाई नियन्त्र राख्ने काम पनि गर्छ।

२) सुख्खा खोकीमा समेत सुन्तला फाइदाजनक हुने भएकोले यसले कफलाई पातलो गरेर शरीरबाट निकाल्न सघाउछ। यस्ले स्वस्थ राख्नुका साथै शरीरको सफाइ समेत गर्छरु। त्यसैले सिंगो सुन्तला खानु नै बढी लाभदायक हुन्छ।

३) सुन्तलाको बोक्रा समेत गुणकारी मानिन्छ। सुकेका बोक्रा पिँधेर अनुहारमा लगाउदा दाग, कालो पोतो हट्नुका साथै अनुहारमा चमक आउँछ।

४) सुन्तलाको रस क्याल्सियम अक्सलेटलाई तोड्नसमेत सहायक हुने विश्वास गरिन्छ। यसैले प्राचीनकालमा पत्थरी रोगबाट पीडितलाई औषधिकै रूपमा सुन्तलाको रस खाने सल्लाह पनि दिइने गरिन्थ्यो।

उपयोगी टिप्स

सबैको बानी नै बनेको छ, बजारबाट केही फल या तरकारी ल्याएपछि फ्रिजमा राखिदिने । फ्रिजमा राखेपछि जुनसुकै चिज पनि लामो समयसम्म ताजा र सुरक्षित रहन्छ । तर, यो धारणा गलत हो । कतिपय चिज फ्रिजमा राख्दा हामीले सोचेभन्दा ठीक उल्टो परिणाम निस्किन्छ ।

१) आलु : फ्रिजमा राखेपछि आलुका स्टार्च चिनीमा बदलिन्छ र स्वादमै असर पर्छ । आलुलाई घाम र धेरै चिसो दुवैबाट टाढा राख्नुपर्छ । सुक्खा ठाउँमा हावा खेल्न पाउने गरी राख्नुपर्छ ।

२) कागती -सुन्तला : अधिकांशको भान्सामा कागती पनि फ्रिजभित्र राखेको देखिन्छ । कागती, सुन्तला, अमिलो जस्ता फल फ्रिजको चिसोमा राख्दा बोक्रामा चाँडै दाग देखिन्छ र बिग्रिन थाल्छ । फ्रिजमा राख्दा स्वाद पनि बिग्रिन्छ भने रस पनि सुक्छ ।

३) टमाटर : अधिकांशलाई लाग्छ, टमाटर फ्रिजमा राखे लामो समय सम्म सुरक्षित हुन्छ । तर, यो गलत धारणा हो । टमाटर गर्मी वातावरणमा फल्ने फल हो, जसलाई धेरै पानी र घाम आवश्यक पर्छ । चिसो मौसममा यो राम्रोसँग फल्न सक्दैन । यसलाई फ्रिजमा राख्ने गर्दा यो छिटो गल्ने र बिग्रने गर्छ ।

४) ब्रेड : ब्रेड तयार भएको दुई या तीन दिनभित्र खानुपर्छ । तर, पिज्जा ब्रेड, बर्गर ब्रेड लगायत केही दिन सम्म राख्न चाहने हो भने फ्रिजमा राख्नु हुँदैन । फ्रिजमा राख्दा ब्रेड सुक्खा हुन जान्छ यस्लाई प्लास्टिकमा बेरेर मात्रै फ्रिजरमा राख्नु पर्छ ।

नौ महिलासहित ४५ जनाद्धारा रक्तदान

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

दैनिक कलियुग सन्देशले वीरगंजको माईस्थानमा आयोजना गरेको रक्तदान कार्यक्रममा ९ महिला सहित ४५ जनाले रक्तदान गरेका छन् । कलियुगले चौथो पटक आयोजना गरेको रक्तदान कार्यक्रमको संयोजक मार्टिन मोक्तान रहन भएको थियो । रक्तदान कार्यक्रम पत्रिकाका प्रकाशक प्रेम सर्राफको सभापतित्व तथा नागरिक समाजका

फोटो : सौजन्य

अगुवा प्रा.डा. हरेराम ठाकुरको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न भएको हो । कार्यक्रममा वीरगंज महानगरपालिकाको उपप्रमुख शान्ति कार्की, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

बाँकी छौं पेजमा

गुणीको गुणलाई सम्मान

मध्य नेपाल सन्देश
सन्ध्या पौडेल

कथा

रोहन, शुभाष, रिक्की र जितु यिनीहरु सानैदेखिका एकदमै मिल्ने साथीहरु थिए । उनीहरुले आफ्नो बाल्यकालदेखि जवानी सम्मको सबै अविस्मर्णीय राम्रा नराम्रा पलहरु एक आपसमै बिताएका थिए । सबैको पढाइ राम्रो थियो । रोहन डाक्टर बनि सकेको थियो भने शुभाषले कृषि विज्ञानमा स्नातकोत्तर गरेको थियो, रिक्की पन्नी सिविल इन्जिनियर बनिसकेको थियो र जितु ठुलो ब्यापारी भएको थियो, यी सबै एकै सहरका थिए ।

एक दिन सबैले मिलेर दुर्गम क्षेत्र भ्रमणको योजना बनाए, योजना अनुसारनै उनीहरु दुर्गम क्षेत्रमा पैदल भ्रमण गर्दै पुगे, हिडदा हिडदै रात पर्यो र उनीहरु रात्रि बिस्राम को लागि छेउछाउमा बास बस्ने घरको खोजि गर्न थाले, तब एउटा सानो झुप्रो घर उनीहरुको नजरमा देखियो, त्यहाँ उनीहरुले बास मागे र त्यो झुप्रोका बाजेले बास बस्न दिनु भया । रात झमक्क परिसकेको थियो तब शुभाष ले भन्यो, रिक्की हिड त हात धुन जाउँ बाहिर, रिक्की ले पनि हुन्छ भनि दुवै जना बाहिर निस्किए । मोबाइल को टर्च बालेर हात धुन निस्किदा उनीहरुले बास बस्न लागेको घर त पहिरो गएको पहाडको ढिस्को मा अवस्थित रहेको देखे र डराउदै भित्र पसे । भित्र गएर त्यो कुरा बाँकी दुइ लाई सुनाए तर जितु र रोहन भने सानै देखिका निडर थिए त्येसैले उनीहरुले सम्झाउदै भने हामि एक रात यहाँ बस्न आउदा त येस्तरी डराउछौं भने यै गाउँका मान्छेहरु त संधै यसरी नै बस्छन, झन् उनीहरुलाई त कस्तो भएको होला । यस्तैयस्तै गफ गर्दै उनिहरु खाना खाइ निदाए । बिहान उठेपछि चारै जना मुख धोई पुन: आफ्नो भ्रमण गर्न हिडे त्येतिखेरै बाटोमा एउटा महिलाको शवलाई केहि मानिसहरुले घेरीरहेको देखे र के भयो भनि त्यहाँ सोध्दा समयमा उपचार नपाउँदा गर्भमै बच्चा मरेकोले आमाको पनि मृत्यु भएको कुरा सुने त्यो सुनेर उनीहरु निन्याउरो अनुहार पार्दै अघाडी बढे र नजिकै रुखको शीतल छाहारी मा बस्न पुगे र त्यहाँ रोहनले भाबुक हुदै भन्यो साथि हो बरु हामी मिलेर यो गाउँ को लागि केहि सहियोग गरौ न त्यो सुनेर सबैले उसको कुरामा सहमति जनाए र सके जति सबैले आफ्नो तर्फ बाट त्यो गाउँको लागि सहयोग गर्ने निरणय गरे । रोहनले त्यहाँ बसुनजेल नजिक नजिकै स्वस्थ चौकिहरु बनाइ दियो र त्यहाँ चाहिने आवश्यक औसधिहरु उपलब्ध गराई दियो भने शुभाष ले पनि पहिरो गएको क्षेत्रतिर वृक्षारोपण गरेर वरिपरिका मानिसहरुलाई बाढी पहिरो बाट कसरि बच्ने कुरामा जनचेतना जगायो । त्यसैगरि रिक्की ले पनि त्यहाँ भएका झुप्रो घरहरुलाई पक्कि घर बनाउन मद्धत गर्यो र जितु ले ति सबै कार्यका लागि चाहिने रकम उपलब्ध गरायो । यती गरि उक्त गाउँलाई केहि हद सम्म सुधार्ने प्रयास गरि उनीहरु त्यहाँ बाट आफ्नो सहर फर्किए ।

केहि वर्षपछि आफ्नो परिवार लिएर सबैजाना मिलेर त्येही गाउँ घुम्ने योजना बनाइ घुम्न निस्किए । गाउँ पुगेपछि ठाउँ ठाउँका स्वास्थ चौकी, घर, पार्टीपौवा आदिमा आफ्नो बालबच्चा हरुले उ बाबा हरुको कत्ति कत्ति फोटो, जता त्येतै रैछू भनि कराएको सुन्दा सबैले ति तस्बिरहरु हेर्न थाले र त्येही पहिलाको बुढो बाजेको घरमा चिया खाने भनी गए । त्यहाँ ति बाजेले आफ्नो छोरा बुहारी सहित ठुलो सम्मान का साथ उनीहरुको स्वागत गर्नु भयो ।

त्यो देखेर छक्क पर्दै उनीहरुले ति बाजेलाई सोधे बाजे हामीत साधारण मानिसहरु हौं किन यति सम्मान दिनु पर्थ्यो र त्यति सुनेर बाजेले भन्नुभयो बाबु हजुरहरु त्यस दिन यो गाउँमा भगवानकै रुप लिएर आउनु भएको थियो, हामी सबै असहाय मानिसहरुलाई र अव्यवस्थित यो गाउँलाई ठूलो उपकार गरेर फर्किनु भयो । त्येसैले यो सम्मान हजुरहरुले आफैं आफ्नो ज्ञान र सकारात्मक ब्यबहारले कमाएको फल हो ।बाजेको कुरा सुनी सबैजना आँखाभरी आँशु पार्दै चिया खान थाले ।

* स्थानीय खबर *

भारतको ६९ औं गणतन्त्र दिवस वीरगंजमा पनि मनाईयो

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

फोटो : सौजन्य

भारतको ६९औं गणतन्त्र दिवस को अवसरमा भारतिय महावाणिज्य दुतावास बिरगंजका महावाणिज्य दुत वैशणव चरण प्रधानले भारत को राष्ट्रपति श्री रामनाथ गोविन्दले देशवासीको नाममा पठाएको सन्देश पढेर सुनाउनु भएको थियो । साथै भारतको कानुन व्यवस्था कायम राख्नमा हाम्रो सशस्त्र बल तथा सुरक्षा कर्मचारीहरुको साहस, सौहार्द र उनका सर्वोच्च बलिदान प्रति आफनो श्रद्धांजलि व्यक्त गर्नु भएको थियो ।

नेपाल- भारत मित्रता तथा बलियो राजनितिक सम्बन्धको ७०औं वर्षमा पुगेको बताउनु भयमे । भारत नेपालको शिक्षा, स्वास्थ्य, भौतिक पुर्वाधार, कृषि, जल तथा विधुत, विपत्ती व्यवस्थापन, राहत कार्य, पुनर्स्थापना र पुननिमार्ण जस्ता विकास कार्यमा सहयोगी भई, नेपालको विकास र समृद्धिमा अथक सहयोग रहदै आएको छ । जनकपुर - जयनगर रेल्वेको पहिलो चरण जयनगर- बिजापुरा - बर्दिबास परियोजनाको उल्लेखनिय कार्य गति मा छ र यो बर्षको अन्तः सम्म संचालनमा ल्याउने योजना रहेको महावाज्यि दुत वैशणव चरण प्रधानले जिकिर गर्नु भयो । एकिकृत चेक पोष्ट -भन्सार) संचालनको लागि त्यार पारिदैछ जसले द्धई पक्षिय व्यापार र सम्पर्कमा नयाँ आयाम दिने छ ।

तिन मुख्य अन्तरदेश विधुतिय प्रसारण लाईन सम्पन्न गरि संचालनमा ल्याईएको छ, यसले नेपालको उत्पादन क्षेत्र तथा आर्थिक वृद्धिमा उल्लेखनिय योगदान पुऱ्याउने भएको भारतिय महावान्जिय दुतावास बिरगंजका महावाज्यि दुत वैशणव चरण प्रधानले बताउनु भयो । भारत सदैव नेपालको राजनीतिक स्थिरता, सार्वभौमिकता, सामाजिक र आर्थिक समृद्धिको लागि नेपाल र भारत बिच मजबुत द्विपक्षिय सम्बन्धको लागि प्रतिबद्ध भएको महावान्ज्यि दुत प्रधानले भारतको ६९गणतंत्र दिवसको अवसरमा बताउनु भयो ।

भारतको ६९औं गणतन्त्र दिवस को कार्यत्रममा महावाज्यि दुत वैशणव चरण प्रधान, सांसद, प्रदेस सभा सदस्य, पर्सा का प्रमुख जिल्ला अधिकारी बिनोद प्रकाश सिंह,र अन्य कार्यालय प्रमुख राजनितिक दल संघ संस्थाका प्रमुखहरु को उपस्थिती रहेको थियो ।

सहकार्यात्मक नेतृत्व विकासका लागि तालिम

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

मुलुकको समृद्धि र समग्र विकासको लागि सुन्दर शान्त नेपाल बनाउने लक्ष्यमा सहयोग पुऱ्याउन गरिने सहकार्यात्मक नेतृत्व र संवाद कार्यक्रमका लागि बाराको सिमरामा ४ दिने तालिम संचालन भइरहेको छ ।

वेलायती दूतावासको सहयोग र जन जागरण युवा क्लव (जेजेवाइसी) बाराको आयोजनामा संचालित ४ दिने तालिम शुक्रबार बाट सुरु भएको हो । तालिममा नेपाल पत्रकार महासंघका पूर्व अध्यक्ष धर्मेन्द्र झा र कार्यक्रम संयोजक अभिनाश कर्णले प्रशिक्षण दिइरहेका छन् । दुई जिल्लाका २४ जना सहभागीहरुलाई मुलुकका १२ जिल्लाको कार्यक्षेत्रमा खटिने जनशक्ति झै दक्ष बनाउन र बारा, पर्सामा पनि द्वन्द सुरक्षा तथा स्थायित्वका लागि थप सुदृढता कायम गराउने उद्देश्यले प्रशिक्षण दिइरहेको आयोजक संस्था जन जागरण युवा कल्वका कोषाध्यक्ष सिया राम यादवले बताए ।

सुन्दर शान्त नेपालका लागि चालु परियोजनाले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने कार्यमा लक्षित ठाउँमा खट्ने जनशक्तिको दक्षता अभिवृद्धि महत्वपूर्ण हुने भएकोले पनि सहकार्यात्मक नेतृत्व र संवाद कार्यक्रमलाई अपरिहार्यता ठानिएको छ ।

अब पहाडी जिल्लामा पनि बाराका जिउँदो माछा

फोटो : सौजन्य

मध्य नेपाल सन्देश
सुप्रिया ढकाल

नेपाल मत्स्य व्यवसायी संघ बाराको पहलमा पहाडी जिल्लाहरुमा पनि जिउँदो ताजा माछा व्यापार थालीएको छ । यसअघि तराईका जिल्ला तथा उपत्यकामा पुऱ्याउँदै आएको बाराका माछा प्रधानमन्त्री कृषि आधुनिकीकरण परियोजनाले किसानहरुलाई उपलब्ध गराएको चिलिङ्ग भ्यान आधुनिक गाडीमा पहिलो पटक सिन्धुली, रामेछाप, काभ्रे, काठमाण्डौ, ललितपुर, भक्तपुर लगायतका पहाडी जिल्लामा पुऱ्याउँन थालीएको हो ।

बाराका जिउँदो माछा सकेसम्म देशभर पुऱ्याउँने पहलमा संघ प्रयासरत रहेको नेपाल मत्स्य व्यवसायी संघका बाराका अध्यक्ष जंगवहादुर साहले बताए । रहु, नैनी, कमन, सिल्बर, बिकेट, ग्रास लगायतका माछाका प्रजातीहरु सुलभ रुपमा पहाडी जिल्लाहरुमा बिक्रि वितरण शुरु भएको छ । प्रत्येक दिन माछाका प्याकेट क्षेत्रका रुपमा रहेको बोधवन, रामवन लगायतका ठाउँका पोखरीबाट स्थानीय बजारमा समेत गरी देशभरी झण्डै ७५ क्विन्टल माछा जाने गरेको साहले जानकारी दिनुभयो । जस मध्य बाराका बाहिरि जिल्लाहरुमा जिउँदो माछा १० देखी १५ क्विन्टल र छडि माछा २५ देखी ३५ क्विन्टल दैनिक निर्यात हुने गरेको छ ।

एक करोड मूल्य बराबरको अबैद्य सामान बारा प्रहरीको नियन्त्रणमा

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

बाराको आदर्श कोतवाल गाउँपालीका ६ स्थित हुलाकी राजमार्गबाट प्रहरीले लाखौ मुल्य बराबरको अबैद्य खाद्य सामाग्री नियन्त्रणमा लिएको छ । ना ३ च ७००० र ना ४ च २८१४ नम्बरको पिकअप गाडीमा दुई सय बोरा -पच्चास क्विन्टल) मरिच भारत तर्फ लैजादै गर्दा ईलाका प्रहरी कार्यालय महेन्द्र आदर्श बाराबाट खटिएको प्रहरीले तस्करलाई सवारी सहित नियन्त्रणमा लिएको हो । अन्दाजी २६ लाख मुल्य बराबरको मरिच र ३० लाख मुल्य बराबरको २ थान पिकअप भ्यान सहित गाडीका चालक बारा कोल्हबी नगरपालिका वडा नं.४ बस्ने कृष्ण खरेल र सागर राना भाटलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको हो । नियन्त्रित मरिच तथा सवारी, भन्सार ऐन अनुसार आवश्यक कारवाहीको लागी राजश्व अनुसन्धान विभाग मध्यमाञ्चल क्षेत्रिय कार्यालय पथलैयामा पठाईएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय बाराले जनाएको छ । यस्तै, बारा प्रहरीले बाराको जितपुरसिमरा उप-महानगरपालिका वडा नं.१ स्थित पथलैया चोकबाट भन्सार छली ल्याउँदै गरेको ५० लाख मूल्य बराबरको समान बरामद गरेको छ । वीरगञ्जबाट नेपालगंज तर्फ जाँदै गरेको ना४ख ९१३९ नम्बरको टूकमा चेकजाँचको क्रममा उक्त मूल्य बराबारको समान बरामद गरिएको हो । प्रहरी चौकी पथलैया र बाराबाट खटिएको प्रहरी टोलीले चेकजाँचका क्रममा बिल भर्पाई नभएको अवस्थाका कपडा, औषधी, ग्यास लाईटर लगायतका खुद्रा मालसमान फेला

बाँकी सातौं पेजमा

महानगर ...

समानीकरण अनुदानबाट ९० करोड ७ लाख ६२ हजार ५ सय ५७ रुपैया, राजश्व बाँडफाँडबाट ३ करोड, जनसहभागिताबाट २ करोड र अन्य आय ११ लाख तथा १ करोड ४७ लाख ३७ लाख ८ सय ३७ रुपैया उल्लेख गरिएको छ । व्ययतर्फ चालु खर्चमा १ अर्ब २३ करोड ५९ लाख ६९ हजार, पूजीगत खर्चमा २ अर्ब ९८ करोड ६६ लाख २१ हजार विनियोजन गरिउको छ । यो कुल बजेटको चालुतर्फ २९ दशमलब २७ प्रतिशत र पूँजिगत तर्फ ७० दशमलब ७३ प्रतिशत हुन आउँछ । विनियोजित बजेटको क्षेत्रगत विकासमा भने पूर्वाधार विकास तर्फ २ अर्ब ९४ करोड २१ लख १२ हजार, सामाजिक विकासमा ५४ करोड ९३ लाख ६० हजार, आर्थिक विकास तर्फ १ करोड ५२ लाख १९ हजार, बातावरण तथा विपद व्यवस्थापन क्षेत्र तर्फ १ करोड ८५ लाख संस्थागत विकास तथा सेवा प्रवाह तर्फ १ करोड ३ लाख ३६ हजार र कार्यालय संचालन तथा प्रशासनिक खर्च तर्फ ६८ करोड ७० लाख ६२ हजारको बजेट विनियोजन गरेको नगर प्रमुख सरावगीले बताए ।

नगर प्रमुख सरावगी आबद्ध पार्टी संघीय समाजवादी फोरम नेपालका अध्यक्ष उपेन्द्र यादवले मुख्य अतिथीका रुपमा महानगरपालिकाको पहिलो नगर सभा उद्घाटन गरेका थिए । सो नगर सभा उद्घाटनका क्रममा संबोधन गर्दै अध्यक्ष यादवले वीरगन्जलाई २ नम्बर प्रदेशको राजधानी भन्दा पनि मुलुककै आर्थिक राजधानी बनाउनु पर्नेमा जोड दिएका थिए ।

२ नम्बर प्रदेशको प्रादेशिक राजधानी वीरगन्जलाई बनाउनु पर्ने आवाज उठिरहेको समयमा उनले प्रादेशिक राजधानी भन्दा पनि आर्थिक राजधानी बनाउनु पर्ने सुझाव पेश गरेका हुन् । उनी लगायतका मधेश केन्द्रित दलका अगुवाहरुले मधेश आन्दोलनका समयमा भने मधेश प्रदेशको राजधानी वीरगन्ज हुनुपर्छ भनी खुलेरै बोलेका थिए । औद्योगिक तथा व्यापारिक शहर, सुसंस्कृत सभ्य हाम्रो वीरगन्ज महानगर भन्ने नाराका साथ सुरु भएको नगरसभामा वीरगन्जका पूर्व मेयर तथा पर्साको २ नम्बर क्षेत्रबाट प्रतिनीधि सभा सदस्यमा निर्वाचित विमल श्रीवास्त, अर्का सांसद प्रदिप यादव, हरिनारायण रौनियार लगायतका बक्ताहरुले पनि महानगरलाई समृद्ध बनाउनु पर्नेमा जोड दिएका थिए ।

महानगरको बिशेष प्राथमिकतामा लैंगिक समानता र समावेशिकरण देखि विपत् व्यवस्थापन केन्द्र विभिन्न ठाउँमा स्थापना गर्ने सम्मका महत्वकांक्षी योजना समेटिएका छन् ।

अर्न्तराष्ट्रिय खबर

दक्षिण कोरियाको एक अस्पतालमा भीषण आगलागी

दक्षिण कोरियाको एक अस्पतालमा शुक्रबार भएको भीषण आगलागीमा परी कम्तीमा पनि ४१ जनाको ज्यान गएको समाचार छ । दक्षिण कोरियाको सुदुर दक्षिणी क्षेत्र मिरियाङमा अवस्थित एक सरकारी अस्पतालमा भएको सो आगलागी यहाँ गएको १५ वर्षपछिको सबैभन्दा खतरनाक आगलागी हो ।

यस आगलागीमा परी अरु कम्तीमा पनि ८० जना नराम्रारी घाइते भएका समाचारमा जनाइएको छ । तीमध्ये कतिपयको अवस्था गम्भीर रहेको छ । दक्षिण कोरियामा आगामी महिना हुन लागेको शीतकालीन ओलम्पिकमा सहभागिताका लागि हजारौं खेलाडी तथा खेल अधिकारीहरु जम्मा हुन लागेका छन् । यस्तो समयमा दक्षिण कोरियाको राजधानी सोलमा ठूलो सङ्ख्याका विदेशीहरु जम्मा हुन लागेको अवस्थामा उता दक्षिणी क्षेत्रको एक अस्पतालमा भने व्यापक आगलागी भएको छ । त्यस आगलागीमा परी ४१ जनाको ज्यान गएको प्राप्त पछिल्लो समाचारमा जनाइएको छ । त्यस आगलागीमा परी सोही अस्पतालमा रहेका ८० व्यक्ति घाइते भएका छन् । सामाजिक सञ्जालमा राखिएका श्रव्यदृश्यहरुमा उक्त अस्पतालमा रहेका विरामीहरुलाई अस्पतालको छत् तथा कौसीमा जम्मा गरेर हेलिकोप्टरको माध्यमबाट उद्धार गरिएका देखिन्छ । ६ तल्ले सो भवनमा सरकारी अस्पताल रहेको छ । मृत्यु हुनेमा विरामी र उनका कुरुवाहरु पनि परेका समाचारमा जनाइएको छ । उक्त अस्पतालमा दिउँसाको खानाखाने बेलामा अकस्मात आगो लागेको हो । सो आगलागीको बारेमा अहिले सम्म पनि केही भन्न नसकिएको अस्पतालका चिकित्सक र नर्सले जनाएका छन् । खानाको समयमा अकस्मात आगो दन्किएको देखिएपछि एकाएक मानिसहरुमा भागाभाग मच्चियो, अहिलेसम्ममा निकै ठूलो क्षति भएको छ- उनीहरुले भनेका छन् । आगो भूइँ तल्लाबाटै सुरु भएको देखिएको छ । जसका कारण धेरैजसो मृत्यु हुनेहरु अस्पतालको दोस्रो र तेस्रो तल्लाका रहेका छन् । मृत्यु हुनेमा अस्पताल भित्रकै मानिस परेका छन् । तीमध्ये के कति विरामी र कतिजना अस्पतालका कर्मचारी एवम् विरामीका कुरुवाहरु छन् भन्ने बारेमा केही बताइएको छैन । अहिले आगो नियन्त्रणमा लिने मात्र प्रयास भएको छ र के कतिजना मानिस के कसरी परे भन्ने बारेमा अहिले नै केही थाहा नभएको र अनुसन्धान जारी रहेको प्रहरीले जनाएको छ । उक्त आगलागी भएको समयमा सो अस्पतालमा विरामी र कर्मचारी गरेर कम्तीमा पनि २०० जना व्यक्ति रहेका थिए । दोस्रो तल्लामा रहेका एकजना विरामीले भने- हामी दोस्रो तल्लामा थियौं, यत्तिकैमा यहाँका नर्सले अकस्मात चिच्चाउँदै आगो लागेकोले भाग्न भनेपछि हामी पनि त्यहाँबाट भाग्यौं । नर्सले अस्पतालको आकस्मिक कक्षबाट भाग्न भनेको भए तापनि कतिपयले त्यसको मेसो नपाएर पनि धेरैको ज्यान गएको पनि उनले बताए । दक्षिण कोरियाकै एक जेचोन नामक सहरमा करिब महिना दिन अघिमात्र भएको आगलागीमा परी कम्तीमा पनि २९ जनाको ज्यान गएको थियो । फिजिकल फिटनेस सेन्टरमा भएको सो आगलागीबाट २९ जनाको ज्यान गएको थियो । विद्युतीय गडबढीका कारण सो आगलागी भएको त्यस समयमा बताइएको थियो ।- सौजन्य

फिल्मी खबर

अदालत भित्र पनि हुने भयो फिल्म 'पद्मावत' को स्क्रिनङ

विवादित फिल्म पद्मावत बिहीवार हलमा मात्र रिलिज हुँदैछैन, राजस्थानको अदालतमा पनि हेरिने भएको छ । सञ्जयलीला भन्साली निर्देशित फिल्म रोक्न लगातार मुद्दामाथि मुद्दा परेको थियो । साथै फिल्मको विरोधमा सुरु भएको हिंसा अझै रोकिएको छैन भलै सबै न्यायिक निकायले फिल्म रिलिजलाई हरियो झन्डा देखाइसकेका छन् । पद्मावत फिल्म राजस्थान हाइ कोर्टमा प्रदर्शन गरिने भएको हो । अदालतमा फिल्म प्रदर्शन गराउँदा सुरक्षा व्यवस्थाको माग भन्सालीको टीमले गरेको छ । त्यस लगत्तै न्यायाधीश सन्दीप मेहताले सरकारलाई फिल्म स्क्रिनिङ हुने समयमा अदालत क्षेत्रमा सुरक्षा कडा पार्न निर्देशन दिएका छन् । फिल्ममा परेको एउटा मुद्दाको सुनुवाईका क्रममा अदालतले फिल्म देखाउन भनेको थियो । फिल्म देखाए पछि मात्रै अन्तिम फैसलाको टुंगो लाग्नेछ । फिल्ममा ऐतिहासिक तथ्यहरुको दुरुपयोग भएको छ कि छैन भन्ने हेर्नका लागि अदालतमै फिल्म देखाउन लागिएको हो । भन्सालीका कानुनी सल्लाहकार निशान्त बोराले अदालतमा फिल्म देखाउन तयार भएको जानकारी दिए। सँगै उनले फिल्म देखाउँदा हुनसक्ने असुरक्षाबारे पनि चासो प्रकट गरे। मुद्दाको अर्को सुनुवाई फेब्रुअरी २ मा हुनेछ। अदालतले फिल्म कहिले स्क्रिनिङ हुने तय गरिसकेको छैन। वीरेन्द्र सिंह र नागपाल सिंहले गत वर्ष नै फिल्मविरुद्ध इतिहास तोडमरोड गरेको आरोप लगाउँदै मुद्दा दर्ता गरेका थिए। -सौजन्य

स्वास्थ्य खबर

के तपाईं स्वस्थ रहन चाहनु हुन्छ ? यस्ता छन् २७ प्राकृतिक नियम

फोटो : सौजन्य

स्वस्थ भएर बाँच्ने सबै मानवको जन्मसिद्ध अधिकार हो। प्रकृतिले स्वस्थ भएर बाँच्न सबै व्यवस्था मिलाएर दिएको छ, तर हाम्रै अज्ञानताले गर्दा हामी रोगको सिकार भइरहेका छौं । हामी प्रकृतिसँग जति टाढा हुन्छौं त्यति रोगको सिकार हुन्छौं । हाम्रो दिनचर्या जति प्रकृतिको नियमसंगत हुन्छ, त्यति नै हामी निरोगी हन्छौं ।

तल प्रस्तुत नियमलाई पालना गरौं र निरोगी जीवन जिऔं:

१) राति १० बजेभित्र सुतेर विहान सूर्योदयपूर्व उठ्ने गरौं ।

२) निद्रा खुलेलगत्तै आँखा खोल्नुपूर्व 'आज म सकारात्मक भएर दिन बिताउँछु' भन्ने संकल्प गरौं ।

३) आँखा नखोलीकन दायाँ कोल्टे फेर्दै उठौं र पँलेटी कसेर बसौं । ५-१० मिनेटसम्म स्वाभाविक रूपमा चलिरहेको श्वास-प्रश्वासमाथि कुनै अवरोध नपुर्याई श्वासमै ध्यान केन्द्रित गरौं। अन्तमा सबैको मंगल होस् भन्ने कामना गर्दै हत्केलाहरू रगडेर तातो बनाई अनुहारमा हत्केलाले मोलौं र हत्केलालाई हेर्दै बिस्तारै आँखा उघारौं ।

४) दिसा जानुपहिले तामाको भाँडामा राखेको पानी १-२ गिलास पिऔं ।

५) दिसाका लागि निश्चित समय बनाऔं। दिसा गर्दा जोड वा बल गरेर गर्ने नगरौं। दिसा गरिसकेपछि गुद्धार १०-१५ पटक संकुचन गर्ने गरौं ।

६) दिसा वा पिसाब लाग्ने बित्तिकै गरिहालौं। रोक्ने बानीले पछि रोग निम्याउँछ ।

७) दाँत माझ्दा नरम ब्रसको प्रयोग गरौं र हलुकासँग तल माथि र घुमाएर ब्रस गर्ने गरौं। मञ्जन गरेपछि औंलाले गिजालाई रगटेर सफा गर्ने गरौं। यसो गर्दा दाँत मजबुत हुन्छ ।

८) दैनिक छोटो स्नान गरौं । स्नान खाना खानुभन्दा १ घन्टा पहिले, खाना खाएको ३ घन्टापछि, पसिना आएको छ भने सुकेपछि मात्र गरौं। खस्रो सुतीको कपडाले घर्षण गर्दै स्नान गर्ने गरौं ।

९) समय र मौसम अनुकूल भएमा बिहान र बेलुका १५-२० मिनेट अति आवश्यक कपडा मात्र लगाएर घाम ताप्ने गरौं ।

१०) नियमित रूपमा स्वास्थ्य रक्षाका लागि बिहान १ देखि डेढ घन्टासम्मको समय आफ्ना लागि निकालौं। सो समयमा आशन, प्राणायाम, ध्यान र व्यायाम गरौं। व्यायामका रूपमा बिहान ३५ मिनेट जति हिँडडुल गरौं। यसका लागि प्राकृतिक, रमणीय, खुला र एकान्त स्थान हुनुपर्छ। हिँडडुल गर्दा गहिरो र लामो श्वास लिने र फाल्ने गरौं ।

११) भोक लागेको बेला मात्र खाने र खाँदा पेटमा बोझ नहुने गरी चपाइचपाई खाने गरौं ।

१२) पानी दिनको ३-४ लिटर नियमित रूपमा पिउने गरौं। १ घन्टामा १ गिलासका दरले पानी पिउने गरौं। खाना खानुभन्दा १-२ घन्टा पहिले र खाएको १ घन्टापछि मात्र, फलफूल खानुभन्दा आधा घन्टा पहिले र खाएको आधा घन्टापछि मात्र पानी पिउने बानी बसालौं ।

१३) बिहानको खाना: चोक्कर भएको गहुँको रोटी, दलिया वा नफलेको चामल -ब्राउन राइस) र २-३ किसिमको तरकारी खाने गरौं ।

दाल: अंकुरित गरी पकाएको मुंग, चना वा गेडागुडी खाने गरौं ।

सलाद: गाँजर, मुला, काँक्रा, बन्दा, सलगम, गोलभेंडा, धनियाँ पात, पुदिना आदि खाने गरौं ।

खाजा: फलको रस, फलफूल वा सलाद खाने गरौं। मौसम अनुसारको ताजा फलफूल, अंकुरित अन्न, मह-पानी वा कागती-पानी खाऔं ।

बेलुकाको खाना: बिहानको जस्तै।

-नोट: खानामा रोटी/भातको मात्रा २०-४० प्रतिशत र तरकारीको मात्रा ६०-८० प्रतिशत हुनुपर्छ।)

१४) रातिको खाना सुत्नुभन्दा ३ घन्टा अगाडी नै खाने गरौं। खाना खाने ठाउँ शान्त राखौं। टिभी, रेडियोलाई बन्द गरौं ।

१५) खानापछि १० मिनेट बज्राशनमा बस्ने गरौं। सुरुमा जति समय सकिन्छ त्यति बसौं। पछि समय बढाउँदै १० मिनेट पुर्याऔं ।

१६) ३ घन्टा लगातार काम गरेपछि आराम गर्ने गरौं। कम्प्युटर वा टेबुल वर्क गर्नुहुन्छ भने, घन्टा-घन्टामा हात र ढाडको सामान्य कसरत वा शरीरलाई तन्काउने र आँखा चिसो पानीले धुने गरौं। कामको बीचबीचमा १०-१५ पटक गहिरो श्वास-प्रश्वास लिने गरौं। बस्दाखेरि सामान्यतया ढाडलाई सिधा राख्ने गरौं ।

१७) दिनमा १-२ पटक खुलेर हासौं। यसबाट तनाब हट्छ र शक्ति सञ्चार हुन्छ ।

१८) साधा सुतीको सफा कपडा लगाउने गरौं। उनी कपडा सुतीको कपडामाथि मात्र लगाउने गरौं। पेटी र पटुका हलुका कस्ने गरौं। हिल नभएको जुत्ता मात्र लगाऔं। हिल भएको जुत्ताले नसा, ढाड तथा गर्धन दुख्ने, महिलामा पाठेघरको रोग र अनियमित महिनावारीको समस्या हुन्छ ।

१९) दिनमा सुत्ने बानी त्यागौं। सुत्नै परे बढीमा ३० मिनेट मात्र सुत्ने गरौं।

२०) तनावबाट मुक्त हुन सकारात्मक चिन्तन गरौं। सधैँ आशावादी बनौं। सबैलाई प्रेम गर्ने र सहयोग गर्ने बानी बसालौं ।

२१) केही कडा बिस्तारामा सुत्ने गरौं। सिरानी होचो राखौं ।

२२) फुर्सदको समयमा साहित्य, दर्शन, स्वास्थ्य-सम्बन्धी सामग्री वा रूची भएको विषय पढ्ने गरौं। सुमधुर संगीत सुन्ने गरौं। समयको सदुपयोग गरी प्रगतिशील कार्यमा लागौं ।

२३) उभिएर खाना पकाउँदा एउटा खुट्टा मुढा वा इँटामाथि र अर्को खुट्टा भुइँमा राख्ने गरौं। पालैपालो खुट्टा बदल्ने र गाह्रो भए कुर्सीमा बसेर खाना पकाउने गरौं ।

२४) समय मिलाएर दिनमा १-२ पटक शवाशन वा वैज्ञानिक आराम गर्ने बानी बसालौं । यसले शारीरिक तथा मानसिक थकानबाट मुक्ति दिन्छ ।

२५) घरका कोठा घाम छिर्ने, खुला, हावा आवत-जावत गर्ने र सफा वातावरणको हुनुपर्छ ।

२६) मैदाको सट्टा चोक्कर सहितको गहुँरजौको पिठो, सेतो भातको सट्टा ब्राउन राइस र सेतो चिनीको विकल्पमा खैरो चिनीरगुँडरखैरो सख्खर प्रयोग गर्ने गरौं ।

२७) भावनात्मक आवेग -रिस, दु:ख, तनाव, पिर) शान्त भएपछि मात्र खाना खाने गरौं। प्रशन्न, शान्त, खुसी मनले खाना खाने गरौं ।

अझै घरपरिवार ...

तपाईहरू संस्थागत रूपमा केही पहल गर्नुहुन्न ?

पहलहरु त भइरहेका छन् । जुन जिल्लाहरुमा हाम्रो संगठन छ । ती जिल्लाहरुमा हामीहरुले तेस्रो लिङ्गि तथा समलिङ्गिहरुको हक अधिकारका लागि आवाज उठाइरहेका छौ । हामीले पनि महिला पुरुष सरहको अधिकार पाउनु पर्‍यो भन्ने हाम्रो मूल मुद्दा हो । हामी पनि महिला र पुरुष सरह बाँच्न पाउनु पर्‍यो । भेदभाव र लान्छनाभन्दा पनि स्नेह र माया सहित हामी समाजमा बाँच्न पाउनु पर्‍यो । त्यसको लागि हामी आवाज उठाइरहेका छौ । जिल्ला जिल्ला लगायत हामी केन्द्रमा पनि अवाज उठाइरहेका छौं ।

२०६४ साल पौष ६ गते सर्वोच्च अदालतले यिनीहरु प्राकृतिक हुन आर्टिफिसियल होइनन् भनेर फैसला गर्‍यो । सर्वोच्च अदालतले गरेको फैसला कार्यान्वयन होस् भन्ने मूल कुरा हो । सरकारी स्तरबाट नै हामीले सहयोग पाइरहेका छैनौं । हामीले अहिले पनि त्यो फैसला कार्यान्वयन गर्नका लागि पहल गरिरहेका छौ । महिलाहरुले पुरुषसंग विवाह गरे जस्तो पुरुषहरुसंग विवाह गर्न पाउनु पर्छ ।

३) तपाईको घर परिवारले तपाई तेस्रो लिंङ्गी अथवा समलिंङ्गी भनी थाहा पाउादा सुरुमा कस्तो किसिमको व्यवहार भयो ?

जन्मिने वितिक्कै त कसैलाई पनि थाहा हुदैन । समाजको सोच त पछि नै थाहा हुन्छ । केटा मान्छे भएर एउटा घर परिवार चलाउनु पर्ने, वंश धान्नु पर्ने कुराहरु । म विस्तरै हुर्किदै गएँ । मलाई केटाको कामभन्दा केटीहरुले गर्ने काम गर्न मन लाग्ने, केटीहरुसंग खेल्ने । यस्तो देखेर घरबाट भन्नु हुन्थ्यो त त केटा मान्छे ।

फुटबल खेल्न जा, केटाहरुसंग घुम्न जा भन्नु हुन्थ्यो । तर मलाइ आत्मा देखि नै मन नलाग्ने जनि प्रयास गरे पनि मलाई केटी जस्तो काम गर्न मन लाग्ने । किन की यो त प्राकृतिक कुरा थियो आर्टिफिसियल त थिएन । अरुले त मलाइ दवाव दिइन्थे । म बाऱ्ह तेऱ्ह बर्षको हुँदा मैले थाहा पाएँ कि । म केटा भएर पनि किन केटी जस्तो सोच आउँछ । मलाई लाज लाग्थ्यो । एकान्तमा गएर सोच्थे । म मात्र यस्तो फरक हो की भनेर । पढन पनि मन नलाग्ने । खाली त्यही सोचिरहने । मैले सबभन्दा पहिले आफनो साथीलाई यो कुरा भने । आमा वुवालाई भन्न डर लाग्थ्यो । पछि आमाले पनि भन्नु हुन्थ्यो त किन यस्तो छस् । तेरो बुवा, दाइहरु रिसाई रहनु भएको छ । तर के गर्ने जति प्रयास गरे पनि मैले आफूलाई केटा हो भनेर सोच्न सकिन । अन्तत: दुईबर्ष अगाडी मैले र विरगंजको सन्ध्या जीले केटीको कोर्स पनि गर्‍यौ । थाइलैण्ड गएर पूर्णरुपले जन्मदाको अवस्था पनि परिवर्तन गरिसकेका छौं ।

४) अहिले तपाई बाहिर खुलेरै हिंडे पछि घर परिवारबाट कस्तो प्रतिक्रिया पाउँनु भएको छ ?

म त घरबाट निस्केर भागेको हो । बुवा र दाइ दुवै जना आर्मी पेशामा हुनुहुन्थ्यो । घरमा एकदमै कडाइ थियो । म घरबाट भागि सकेपछि । वुवा र दाइले फोन गरेर घरमा आउन दवाव दिनु हुन्थ्यो । तर मेरो मनले नै नमाने पछि म घर जान मानिन । त्यस पछि वहाँहरुले तँ मेरो पूर्णरुपले माया मारिसकेको बताउनु भयो । तर आमाले भने केहि पनि भन्नु भएन । म बारा जिल्लाको बिडिएसमा काम गर्न थालेपछि अलि अलि पैसा पनि कमाउन थालें । पछि दाइले फेसबुक मार्फत कुरा गर्नु भयो । गाली पनि गर्नु भयो । तर म डराइन जे गरे पनि म यस्तो भइसके भने । पछि भाउज्युको साथबाट घर आउन भन्नु भयो । मैले पहिला दाइलाई सम्झाउनु अनि मात्र आउछु भने । भाउज्युले दाइ सम्झाउनु भयो अनि दाइले एक दिन फोन गरेर घर आइज भन्नु भयो । अनि म घर गए । बुवासंग धेरै डर लाग्ने भएकोले बुवा भारत गएको बेला घर गए । अहिले घर जान्छु । आमाले केहि पनि भन्नु भएन । आमा त सवैको लागि आमा न हो । भाउज्यु नभएको भए म घर जाने सम्भावना थिएन ।

५) अहिले कतिको घर जानु हुन्छ ?

अहिले त छुटि भयो कि घर गइहाल्छु । चाड पर्वमा पनि घर जान्छु । घर परिवरसंग बस्छु पनि ।

६) पहिले र अहिले समाजले हेर्ने दृष्टिकोणमा कतिको फरक पाउँनु भएको छ ?

समाज त यति चाढै कहाँ परिवर्तन हुन्छ र ? हामीले राम्रो काम गर्ने हो । हाम्रो समाज त महिला पुरुषको पनि त कुरा काटछ भने हामी जस्तोलाई कसरी छोड्छ । पहिलेको तुलनामा बाहिरी रुपमा राम्रो भने पनि भित्रि रुपमा उति रुचाएको जस्तो लाग्दैन ।

७) तपाई तराईमा आएर काम गरिरहनु भएको छ । घर भाडामा लिन जाँदा कस्तो व्यवहार पाउँने गर्नुहुन्छ ?

तपाईले एकदम राम्रो प्रश्न गर्नु भयो । समुदायमा हामीलाई कोठा नै दिनु हुन्न । हाम्रो कार्यालय कलैयाको अदालत निर छ । हाम्रै कार्यालयमा काम गर्ने कर्मचारीले आफनो घरमा कोठा दिनु भएको छ । पहिला पहिला त कोठा नभएर कार्यालयमा नै बस्नु परेको थियो । कोठा भाडामा दिनु त कहाँ हो कहाँ ? हामीलाई हेर्ने बितिक्कै अलि फरक ढंगले नियाल्नु हुन्थ्यो ।

८) अगामी दिनहरुमा कसरी अगाडी बढने योजना छ ?

महिला पुरुषहरुले जसरी अधिकार पाइरहनु भएको छ । तेस्रो लिङ्गि तथा समलिङ्गिहरुले पनि त्यसरी अधिकार पाओस् । हामीलाई सरकारले आरक्षण कोटामा समावेश गरोस् । हामी पनि सरकारी जागिर खान सक्छौ । अहिले त हामी परियोजनाको सहयोगमा बाचिरहेका छौ । सरकारले व्यवस्था गरिदियो भने हामीलाई बाँच्न पनि सहयोग पुग्थ्यो ।

९) अन्त्यमा केही भन्न चाहनु हुन्छ ?

हाम्रा राम्रा कुराहरु सञ्चार माध्यमले समाज सम्म पुर्‍याइ दिउन् । सञ्चार मिडियाहरुले चाही अरुले जस्तो भेदभाव नगरिदिउन् भन्ने हो । राम्रा कुराहरु समाजसम्म पुग्नुमा संचार माध्यमकै हात हुन्छ । यसको सहारामा हामीलाई बाच्न सजिलो हुन्छ । हामी पनि समाजमा राम्ररी बाँच्न चाहन्छौ ।

नेताहरुको बोली

नेपालको एक इन्च भूमि पनि मिच्न दिन्नँ

शेरबहादुर देउवा (प्रधानमन्त्री)

काँग्रेस ठूलो पार्टी बन्ने गृहकार्यमा लागेको छ ।

बालकृष्ण खाँण (नेता)
नेपाली कांग्रेस

राजधानी जहा भए पनि ठूलो सरकारी कार्यालय प्रमुख शहरमै

पुष्पकमल दाहाल (अध्यक्ष)
नेकपा माओवादी केन्द्र

मधेसवादी दल वाम गठबन्धनसँग मिले तुरुन्तै संविधान संशोधन हुन्छ

केपी ओली (अध्यक्ष)
नेकपा एमाले

कामचलाउ सरकारले गरेका निर्णयमा पुनर्विचार हुन्छ

भीम रावल (उपाध्यक्ष)
नेकपा एमाले

दुई तीन दिनभित्रै मुख्यमन्त्री टुङ्गो लगाउँछौं

सुरेन्द्र पाण्डे (नेता)
नेकपा एमाले

कांग्रेस, माओवादी र मधेशवादी दलको साझेदारीमा सरकार निर्माण हुने सम्भावना छ ।

नारायणमान बिजुक्छे (अध्यक्ष)
नेपाल मजदूर किसान पार्टी

'ओलीको नियति वीपी कोइरालाको जस्तो हुनसक्छ ।

डा. नारायण खड्का (नेता)
नेपाली कांग्रेस

सत्ता टिकाउन एमाले-माओवादी गठबन्धन

सीपी गजुरेल (नेता)
नेपका क्रान्तिकारी माओवादी केन्द्र

'एमाले(माओवादीको वैचारिक र राजनीतिक मतभेद लुकाएर लुक्दैन'

नारायणकाजी श्रेष्ठ (नेता)
नेकपा माओवादी केन्द्र

नौ महिला ...

पार्स शाखाका सभापति फुलमहम्मद मियाँ, वडा प्रहरी कार्यालय बिर्ताका प्रहरी निरीक्षक अनिश कर्ण, सरोज खड्का, वीमनपा वडा नं. ७ का वडाध्यक्ष वसन्त भक्कड, नेपाल रेडक्रस रक्तसञ्चार केन्द्र वीरगंजका प्रमुख प्रवीण मानन्धर लगायतको सहभागिता थियो । कार्यक्रममा चन्दा देवी, सुनीता साह, गीता थापा, बिनिता खड्का, सलिना साह, शिवानी श्रेष्ठ, आस्मा श्रेष्ठ, कल्याणी देवी लगायत ४५ जनाले रक्तदान गरेका थिए ।

नेपाल - भारत बिच देखिएको सीमा विवाद समस्यालाई समाधान गर्न के गर्नु पर्ला ?

नेपाल र भारत सदियौं देखि मित्रवत सम्बन्ध रहिआएका दुई छिमेकी मुलुक हुन् । एक आपसमा यी दुवै मुलुकका बीच साच्चै घनिष्ट सम्बन्ध छ । आगामी दिनमा पनि रहिरहन्छ । तथापी खुल्ला सिमानाका कारण समय समयमा अपराधिक क्रियाकलाप देखि आपसी सम्बन्धमा दरार उत्पन्न हुने गरेको देखिन्छ । त्यसैले सीमाकै कारण हुने विवादलाई निरूपण गर्न विगत दुईबर्ष देखि सीमाका पिल्लर मर्मत र नयाँ निर्माण गर्ने काम पनि सुरू भइसकेको छ । यसै क्रममा यो पटक पनि वीरगंजको छपकैयामा दुवै देशका सर्वे टोलीले काम गर्ने क्रममा पनि नेपाली भूभाग सीमा उपार भएको भनी विवाद सार्वजनीक भयो । यो सीमा विवादको समस्यालाई समाधान गर्न के गर्नु पर्ला भनी मध्य नेपाल सन्देशका लागि विभिन्न क्षेत्रमा आवद्ध व्यक्तिहरूसंग लिइएको प्रतिक्रिया ।

प्रभु नारायण कर्ण (स्थानीय वासिन्दा)
छपकैया, १ वीरगंज

भारतले सीमा मिचे नमिचेको कुरा अहिले स्पष्ट भएको छैन । पहिले त्यो कुराको छिनोफानो हुनु पर्‍यो जुन नदिलाई सिमा बनाइएको थियो । त्यो पिल्लर पहिले जहाँ थियो त्यही ठाउँमा छ । भर्खरै नेपालको नापी विभागबाट आएका टोलीले पनि नेपालतर्फको सीमानामा हस्तक्षेप नभएको प्रारम्भिक चरणमा प्रतिक्रिया दिएका छन् ।

सुरज पटेल (स्थानीय वासिन्दा)
लक्ष्मनाव, वीरगंज

भारतसंग नेपालको खुल्ला सीमाना भएकोले पनि नेपाल भारत सीमामा धेरै ठाउँमा सीमा विवादको समस्या भइरहेको छ। यो समस्याको समाधान गर्न त्यति सजिलो छैन । तर तत्कालको समाधान भनेको कुटनीतिक पहल र सीमा सुरक्षा नै हो । भारतलाई सीमा मिच्न नदिन सीमामा सुरक्षाबल खडागरिनु एकदमै आवश्यक छ । सरोकारवालाले पनि जति सक्दो चाँडो यस समस्याको समाधान खोज्न ढिलाइ गर्नु हुदैन ।

शिवशंकर महतो (व्यवसायी)
श्रीपुर ११, वीरगंज

यो एकदमै जटिल समस्या हो । सिमाना मिचिएका बासिन्दाहरुले धेरै सास्ती भोग्नु परेको छ । आफ्नो भूमिको रक्षागर्न नेपाल सरकार पटकपटक चुकेको छ। जब सरकार नै मौन छ भने जनताहरु लडेर समस्याको समाधान हुँदैन। नेपाल भारत सीमा विवादको दिर्घकालीन समाधानको लागि दुई देशबीचको सिमानामा स्थायी रुपमा पर्खाल लगाउनु पर्छ ।

सुशील लामा (प्रशिक्षक)
वीरगंज उसुक वान

नेपालीहरुले बर्षेनी यस्तै दु:ख भोग्नु परेको कारण यो समस्याको समाधानको लागि दुवै पक्षले जिम्मेवार भएर आफ्नो भूमिका निर्वाह गर्नु पर्छ। अरु कराएर केही हुनेवाला छैन । यदि यस्तै पारा रहिरहने हो भने भोलि नेपाल नक्सामा मात्रै सीमिति हुन कत्ति समय लाग्दैन । त्यसैले यस समस्याको दिर्घकालीन समाधानका लागि अन्तर्राष्ट्रिय सन्धिसम्झौता अनुसार कुटनीतिक ढङ्गबाट समस्याको समाधान तर्फ लाग्नु पर्छ।

पारस प्रसाद (शिक्षक)
सुरजी देवी मा.वि. वीरगंज, १२

हाम्रो जुन पहिले देखिकै सिमाना छ त्यसैलाई रेखाङ्कन र नक्साद्धारा जति जग्गा हाम्रो नेपालको हो सिमाना जहाँ सम्म छ, त्यहाँसम्म हामीले पिल्लरको पूर्णनिमार्ण गर्नु पर्छ।

यसको लागि दुवै देशका सरोकारवालाहरुले जुन अभियान थालेका छन् त्यसलाई चुस्त दुरुस्त बनाई कतैको पनि जमिन यता उता नहुने गरी समाधान गरिनु पर्छ ।

उमेश साह कानु (स्थानीय वासिन्दा)
माईस्थान वीरगंज

यो एकदमै ठूलो कुरा हो । नेपाल भारत सीमामा अहिले पनि नेपालीहरु दबिए बस्नु परेको छ। सीमामा हुने एक पटकको होइन । यो प्रत्येक बर्षको समस्या हो । यस्तो हस्क्षेपले एउटा कुनै निश्चित मामिला एक दुई पटकलाई मिल्ला । तर सधैँलाई सम्भव छैन । त्यसैले एकले अर्कालाई आरोप प्रत्यारोप र विरोध गरेर यो समस्या समाधान हुँदैन । यस समस्याको समाधानका लागि समस्याको अनुगमन र पहिचान गर्ने र नेपाल सरकारको सम्बन्धित निकाय मार्फत परराष्ट्र मन्त्रालयसंग कुटनीतिक ढङ्गबाट यस विवादलाई सुल्झाउन तर्फ लाग्नु पर्ने देखिन्छ ।

मनिता लाखे (संचालिका)
आकृति व्युटीपार्लर, माईस्थान वीरगंज

पटक पटकको विवाद हुनुभन्दा यो विवाद सधैंका लागि काँडेतारको जालि लगाउँनु पर्छ । नेपाल भारत आवत जावत गर्ने निश्चित नाकाहरु तोकेर त्यहाँबाट मात्रै ओहोर दोहोर गर्ने पासपोर्ट प्रणाली लागु गर्नु पर्छ । यस विषयमा सरोकारवालाहरु एकदमै गम्भिरता पूर्वक लाग्न जरुरी छ ।

मनोज कुमार गुप्ता (व्यापारी)
घडीअर्वा१०, वीरगंज

सरकारले सिमा विवादको कुरालाई भाषणमै मात्र सिमित राखेर समस्याको समाधान तर्फ केन्द्रित नभएको प्रष्ट छ । सिमा विवादको समाधान सरकारी सस्तरमै कुटनीतिक तरीकाले गर्नुपर्छ । यो समस्या अहिलेको मात्रै नभएर पुरानै समस्या हो । यस समस्याको समाधान गर्न सरकार गम्भीर भएर लाग्नुपर्छ ।

दिप्ती धुड्का (डाईरेक्टर)
उमेन स्कील सेन्टर, वीरगंज

यहाँका सरोकारवालाले सम्बन्धित निकायको ध्यानाकर्षण गराएर नै यस समस्यामा समाधान तर्फ लाग्नु पर्छ । आज सरोकारवालाहरुको गैरजिम्मेवारीका कारणले नेपाल भारत सीमामा रहेका नेपालीहरुको यो अवस्था भएको हो। नेपाल भारत सीमा विवादलाई तत्काल समाधान गर्न सीमा स्तम्भ स्थापना गर्नुपर्छ। यो दुई देश बीचको समस्या भएकोले अन्तराष्ट्रिय सिद्धान्तको आधारमा समाधान गर्नु पर्दछ ।

सन्तोष रनजितकार (संचारकर्मी)
वीरगंज, पर्सा

कुनै पनि देशले कसैको सीमा मिच्नु हुदैन । मिचेको छ भने गलत हो। दस गज्जा यानी नो मेन्स लैण्डमा कुनै पनि देशको अधिकार हुदैन र सो भुमिमा काम गर्नु परेपनि अन्तर ाष्ट्रिय स्तरबाट अनुमति लिएर उनीहरुकै निग्रानीमा कार्य गर्नु पर्दछ । जहाँ सम्म नेपाल भारत सीमा विवादको समस्या छ त्यसको लागि दुबै देशका बुद्धिजिबि ब्यक्ती र सीमा ग्याताहरु मिलेर नै समाधान खोज्नु पर्दछ ।

झण्डै ७ महिनादेखी ठप्प अरनिको सिमेन्ट उधोगको उत्पादन सुरू, निरन्तरता पाउँने आशंका

मध्य नेपाल सन्देश
सुप्रिया ढकाल

७ महिना देखी ठप्प बनेको जितपुर सिमरा उप(महनगरपालीका ५ स्थित अरनिको सिमेन्ट उद्योगको उत्पादन अब फेरी सुरु हुने भएको छ । गत श्रावण महिनामा आएको भिषण बाढिका कारण अवरुद्ध बनेको विद्युत प्रशारण बिहिबार जोडिएपछि उत्पादन पनि हुने भएको हो ।

बाढिका कारण अवरुद्ध भएको विद्युत लाइन सुरक्षित रुपले लैजान माग गर्दै स्थानीयले प्रशारण जोड्न दिएका थिएनन् । पहिले नै सोहि विद्युत् प्रवाह असुरक्षित हुँदा एक जना स्थानीयले ज्यान गुमाईसकेका छन्, भने पशुपंक्षिको समेत क्षती भोग्नुपरेको स्थानीयको भनाई छ।

उद्योगका ठूला सवारी साधन चल्ने बकुलीया बस्तिको सांघुर ो बाटोमा समेत समस्या भैरहेको भन्दै सडक मर्मतका लागी स्थानीयले उद्योग तथा सरोकारवालाको ध्यानाकर्षण गर ाएका थिए। अरनिको सिमेन्ट उद्योगको परिषरमा बिहिबार बिहाने बसेको बार

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

ाका सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी मुकेश केसरी, सशस्त्र प्रहरी बल, औद्योगीक सुरक्षा बेस क्याम्प बाराका सशस्त्र प्रहरी नायव उपरिक्षक बलिर ाम लामिछाने, जिल्ला प्रहरी कार्यालय बाराका प्रहरी नायव उपरिक्षक भुवनेश्वर साह, नेपाल विद्युत् प्राधिकर ण सिमरा शाखाका प्रमुख रोहिणि पौडेल, उद्योग वाणिज्य संघ बाराका अध्यक्ष बिनोद साह, अरनिको सिमेन्ट उद्योगका प्रबन्धक हरिशंकर कर्ण, वडा नम्बर ५ का अध्यक्ष मोहित चौधरी, सम्मिलित बैठकले सोहि मितिमा उद्योगमा विद्युत् सुचारु गरी स्थानीयले अवरोध नगर्ने सहित ६ बुदे सहमती गरेको थियो ।

आगामी १५ दिन भित्रमा उद्योगले बस्ति रहेको क्षेत्रमा ५ सय मिटर तारमा ओभरहेड कन्डक्टर र ाख्नुपर्ने, स्थानीय विकासको काममा उद्योगले सहयोग गर्ने, उद्योग पक्षले धुवाधुलो नियन्त्रण गर्ने, सडक समय समयमा मर्मत गर्ने र रोजगारीको सन्दर्भमा स्थानीयलाई पहिलो प्राथमिकता दिने निर्णय भएको थियो । मावन बस्ति क्षेत्रमा रहेको झण्डै ५ सय मिटर विद्युत् तारमा १५ दिन (माघ २५ गते) भित्र केबल ईन्सुलेसन गर्न विद्युत् प्राधिकरण सिमरा शाखालाई निर्देशन दिदै बाराका सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी मुकेश केसरीले १६ औं दिनमा अर्थात आगामी माघ २६ गते आफैले उद्योगको विद्युत् काट्ने चेतावनी दिनुभयो ।

एक करोड ...

परेपछि बारमद गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय बाराले जनाएको छ। बरामद गरिएको समान सहितको ट्रक आवश्यक कारवाहीको लागि राजश्व अनुसन्धान विभाग मध्यमाञ्चल क्षेत्रीय कार्यालय पथलैया बारामा पठाइएको प्रहरीले जनाएको छ ।

समाजिक सञ्जाल

/madhayanepalsandesh /madhayanepal /Madhaya_Nepal www.madhayanepal.com

ओम कुमार थापा

६५ वर्षको उमेरमा वृद्ध भत्ता घोषणा गर्ने ७० कटेका उन्मादी नेताहरु हो!सक्छौ भने अब राजनीति गर्ने उमेरको हद घटाएर ६० कायम गरा!हैन भने यो देशलाई प्रयोगशाला बनाउने दुस्साहस बन्द गरा!हचुवाका भरमा गरिएका यस्ता निर्णयले कालान्तरमा नेपाल गृसको जस्तै आर्थिक संकटमा पर्ने निश्चित छ ।

विष्णु सापकोटा

जताततै बेथिति मात्र सुन्दा सुन्दा कतै यो देशमा आकाशबाट पानी पनि नपर्ने हो की भन्ने बेलामा कम्तिमा आशा जीवित राख्ने ठाउँ देखियो । यो हिउँदमा पनि यो देशमा आकाशबाट पानी परेरै छाड्यो ! मान्छेले थिति बिगारे पनि ऋतुले अझै थिति छाडेको छैन ।

शैली

क्रोधबाट भ्रम पैदा हुन्छ । भ्रमबाट बुद्धि भ्रष्ट हुन्छ । जब बुद्धि भ्रष्ट हुन्छ, तर्क नष्ट हुन्छ । जब तर्क नष्ट हुन्छ, अनि व्यक्तिको पतन हुन्छ ।

केदार मारासिनी

उमेर पाकेका रोगले गालेका नेताहरु पार्टी र सरकार चलाउँ छन् । सरकारी खर्चबाट बिदेशमा उपचार गरी आफ्नै उद्दार गर्छन्, बोल्छन् जनताको लागि बाँचेको छु भनेर ।

मार्फी

अबदेखि खुस्किने बेला भएका सरकारलाई "काम चलाउ" हैन "दामचलाउ" भन्नुपर्ने भो । आर्थिक मनलाग्दी बाहेक ध्यानै केही छैन ।

बाग्मती

देशमा जबसम्म बेरोजगार उत्पादन गर्ने कारखानाको सट्टा व्यवहारिक र आधुनिक शिक्षा दिने संस्था खुल्दैन तवसम्म युवा रगत विदेश पलायन हुन छाड्दैन ।

अपरिचित यात्री

यहाँ सहिदको सालिक सार्नेहरुले जंगे पिल्लर किन सार्न सकेनन् ?
दाजुभाइलाई एम्बुसमा पार्नेहरुले दुश्मनलाई किन मार्न सकेनन् ?

माहावीर विश्वकर्मा

जब प्रचण्डले भने कि "मान्छे धेरै पढ्यो भने बिग्रिन्छ", तब मलाई लाग्यो "ल बया अब भने ओलीको पछि लाग्न तिमी योग्य भयौ ।

बाबाजी

६५ बर्ष भएपछि वृद्धभत्ता पाइने निर्णय गर्ने राजनीतिक दलका नेताहरुले आफ्नो उमेरलाई समेत ध्यान दिँदै सोही उमेर छुने बित्तिकै राजनीतिबाट स्वेच्छिक लिए कति राम्रो हुँदो हो ! कुरो नि !

अजम्मरी

समुन्द्र मन्थन गरेर हिरा निकाल्न सक्ने, बाँझो खेत जोतेर सीता भेट्न सक्ने, उस्तै परे सुर्जेलाई हत्केलाले छेक्न सक्ने, अजस्र युवा शक्तिलाई परिचालन गर्ने उद्योगहरु खोल्नु छैन, उल्टै कि विदेश जाऊ, कि हातमा दहि जमाऊ को अवस्थामा राखेर वृद्ध भत्ता बढाउने, भत्ता खाने उमेर घटाउने कुरा पो !

अचार्य बालकृष्ण घरेलु टिप्स :-

१) सुकेको धनिया , सुप र मिश्रीलाई बराबर मात्रामा मिलाएर पिस्ने र दिनमा तीन पटक आधा आधा चम्चा सादा पानी संगै प्रयोग गर्नाले माइग्रेनका बिरामीहरुलाई एकदमै आराम मिल्छ ।

३) चुकुन्दरले शरीरमा भएको रगतको कमिलाई पूरा गर्छ। चुकुन्दरमा भरपुर मात्रामा आयरन पाईन्छ ।

अत एनिमियाका रोगीहरुले अफ्नो दैनिकी भोजनमा यसको प्रयोग गरेमा एकदमै लाभदायक हुन्छ ।

३) अमलाको प्रयोग जुस मुरब्बा धुलो अथवा काच्चै यसको यसको सेवन प्रतिदिन गर्नाले आखाको तेजशक्ती बढाउनमा सहयोग प्रदान गर्दछ।

४) मेथिको सागमा आयरन प्रचुरमात्रामा पाइन्छ।नियमित रुपमा यसको सेवन गर्नाले रगतको कमि पूरा हुनुको साथै शरीरमा उर्जा प्रदान गर्दछ ।

उखान टुक्का : स्याल कराउनु कुखरा हराउनु ।

चिनी उद्योगको विकल्पमा सक्खर उद्योगलाई ऊखु : पर्साको बस्डिलवा स्थित खेतमा लगाइएको ऊखु ट्याक्टरमा लोड गरी सक्खर उद्योग लाने तयारी गर्दै कृषकहरू । नगदेवालीका रूपमा रहेको ऊखुखेती २०५९ सालमा वीरगन्ज चिनी कारखाना बन्द भएपछि सहज उद्योगको अभावमा कृषकले उत्पादन नै कम गरेका छन् । तस्वीर : कविता खड्का

कम्बल वितरणमा अनियमितता

मध्य नेपाल सन्देश
मुस्कान चौधरी

शीतलहरबाट जोगीन पर्सामा भएको कम्बल वितरणमा, स्थानीय तहका निर्वाचित जनप्रतिनिधी र कर्मचारीहरूको मिलोमतोमा लाखौंको भ्रष्टाचार भएको तथ्य प्रकाशमा आएको छ ।

पर्साका स्थानीय तहमा निर्वाचित जनप्रतिनिधी तथा कर्मचारीहरूले २ सय ८० रुपैया पर्ने चाइनिज भेल्भेट कपडा खरिद गरेर कम्बलको रुपमा वितरण गरको र उक्त कम्बलको भुक्तानी लिन बिल भने १ हजार रुपैयाको पेश गरेको पाइएको छ। कम्बलको नाममा चाइनिज भेल्भेट कपडा खरिद गरि पर्साका स्थानीय तहरूले गरिब, विपन्न, असाहय, वृद्धवृद्धाहरुलाई वितरण गरेका हुन् । दैवी प्रकोप उद्धार समिति पर्साले चिसो तथा शीतलहर चलेको बेला पर्साका सबै स्थानीय तहलाई आफैं कम्बल खरिद गरी कम्तीमा १ सय थान कम्बल हरेक स्थानीय तहमा वितरण गर्ने निर्णय गरेको थियो । त्यही निर्णय अनुसार स्थानीय तहका सबै वडाहरूमा गाउँपालिका, नगरपालिका तथा महानगरपालिकाको कार्यालयहरूले बढीमा १ लाख ५० हजार रुपैया सम्म पेश्की स्वरूप कम्बल खरिदको लागि रकम पठाएका थिए ।

फोटो : फाईल

निर्वाचित जनप्रतिनिधी र कर्मचारीले मिलोमतो गरी कम्बलको नाममा चाइनिज कपडा खरिद गरी वितरण गरेपछि अहिले पर्साको ग्रामीण भेगमा चर्को विरोध हुन थालेको छ । निर्वाचित जनप्रतिनिधीहरूले चिसोले प्रभावित भन्दा पनि आफ्ना दलका कार्यकर्ता र आफु निकटका मान्छेलाई मात्र कम्बल वितरण गरेको गाउँलेहरूले गुनासो गरेका छन् । कम्बलको नाममा गुणस्तरहीन चाइनिज कपडा वितरण गरेपछि अधिकांश मान्छेले ती कपडा ओढन समेत छोडेका छन् । अधिकांश वडा कार्यालयहरुबाट कम्बल खरिदको बिल सम्बन्धित कार्यालयमा पेश भइसकेको छ भने केही स्थानीय तहरूले आफैं खरिद गरी कपडा वडाहरूमा वितरण गरेका छन् । छिपहरमाई गाउँपलिका कार्यालयले भने आफैं खरिद गरी वडाहरूमा पठाएको गाउँपालिकाका अध्यक्ष मनोज गुप्ताले जानकारी दिनु भयो ।

पर्सा जिल्लाको १४ वटा स्थानीय तहमा १ सय ६ वटा वडा रहेका छन् । प्रत्येक वडामा गाउँपालिकाको रकमबाट कम्बल किनेर वितरण गरिएको छ । ती वडाहरूमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीलगायत व्यक्तिगत तथा अन्य दातृ संस्थाहरूले पनि कम्बल लगायत न्यानो कपडा वितरण गरेका छन् । जिराभवानी गाउँपालिकाको वार्ड नम्बर तीन जीतपुर वडाले वीरगंजको महावीरस्थानमा रहेको एक पसलबाट खरिद गरेको कपडाको बिलमा थपेर बढी रकम देखाएको प्रमाण समेत फेला परेको पाइएको छ ।

सातका गतिविधि

१) मेलम्चीको पानी सुन्दरीजल प्रशोधन केन्द्रमा खस्नेबित्तिकै उपत्यकामा वितरणका लागि तयारी भइरहेको छ। काठमाडौं उपत्यका खानेपानी लिमिटेड आयोजना कार्यान्वयन निर्देशनालयले गरेको पत्रकार सम्मेलनमा ७७ किमी थोक वितरण प्रणालीमध्ये ६७ किमी पाइप बिच्छ्याइ सकिएको जानकारी दिइयो । यसैगरी ६७० किमी वितरण सञ्जालमध्ये ६४४ किमी पाइप बिच्छ्याइएको निर्देशनालयका प्रवक्ता लीलाप्रसाद ढकालले बताए ।

२) रातको समयमा सवारी रोकेर काम गरिएको भए पनि नारायणगढ-मुग्लिन सडकखण्डको कामको प्रगति हुन नसकेपछि शनिबारदेखि दिउँसो सवारी रोकेर काम गरिने भएको छ। रातको समयमा भन्दा दिउँसोमा कामको प्रगति हुनसक्ने भन्दै स्थानीय प्रशासन, नारायणगढ-मुग्लिन सडक आयोजना, परामर्शदाता र ठेकेदार कम्पनीले यस्तो निर्णय गरेका हुन्। बिहान १० बजेदेखि दिउँसो ४ बजेसम्म एक महिना सवारी रोकेर काम गरिने प्रमुख जिल्ला अधिकारी नारायणप्रसाद भट्टले बताए।

३) सेयर बजार परिसूचक पुन: १४ सय माथि चढेको छ । निरन्तर घटेको सेयर बजार सूचक यो साताका अन्ति २ दिन निरन्तर बढेको हो । बुधबार साढे एक अंकले बढेको सेयर बजार परिसूचक बिहीबार करिब १० अंकले बढेको छ ।

४) सरकारले भन्सारमा मूल्यांकनमा नभइ वर्गीकरणमा समस्या रहेको भन्दै व्यापारीहरूमाथि पूर्ण रूपमा विश्वास गर्न सकिने अवस्था नरहेको वताएको छ । व्यवसायीहरूले दोहोरो बिल देखाउने गरेका कारण उनीहरूमाथि पूर्ण रूपमा विश्वास गर्ने अवस्था नरहेको र यसमा सुधार आवश्यक रहेको वताएको हो ।

५) आगामी माघ २४ गते हुने राष्ट्रिय सभा निर्वाचन प्रयोजनका लागि शुक्रबारबाट निर्वाचन आयोगले निर्वाचन आचासंहिता लागू गरेको हो।राष्ट्रिय सभा सदस्य निर्वाचन प्रयोजनका लागि शुक्रबारबाट आचारसंहिता लागू गरिएको निर्वाचन आयोगका सहायक प्रवक्ता मुकुन्द शर्माले जानकारी दिए।

६) ६५ वर्षमै बृद्धभत्ता दिने सरकारी निर्णयपछि एमाले अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीले भनेका छन् कि सरकार देशलाई कंगाल बनाउन र अर्थतन्त्र अप्ठ्यारोमा पर्न उद्दत छ । देशको अर्थतन्त्रलाई नै दीर्घकालीन असर पार्न सक्ने गरी कामचलाऊ सरकारले गरेको निर्णय गैरजिम्मेवारपूर्ण काम नै हो । तर, वृद्धभत्ताको गलत राजनीतिक प्रतिस्पर्धाले कांग्रेसलाई मात्रै होइन, एमालेलाई सताउने देखिन्छ ।

७) आम चुनावमार्फत जनताले आफ्नो मत दिइसकेका छन् । र, कुनै ठूलो उथलपुथल भएन भने कसको सरकार बन्छ भन्ने प्रष्ट भइसकेको छ । यो अवस्थामा कामचलाउ सरकारले यसरी जथाभावी निर्णय गर्नु गलत नै हो ।

८) २१ गते आह्वान गरिएको प्रदेश नम्बर २ को प्रदेशसभाको पहिलो बैठकको तयारी तीव्र रूपमा भइरहेको छ। पहिलो अधिवेशनका लागि शैक्षिक तालिम केन्द्र जनकपुरको सभाकक्षको मर्मतसम्भार, फर्निचर र भौतिक सामग्रीको व्यवस्थापन कार्य भइरहेको छ। शहरी तथा भवन निर्माण डिभिजन कार्यालयका अनुसार प्रदेशसभा प्रमुख, मुख्यमन्त्रीको आवास, प्रदेशसभा बैठक कक्षसहितको व्यवस्थापन कार्य पनि भइरहेको छ। बैठकका क्रममा प्रयोग हुने डेस्क, पोडियम निर्माण र सभाकक्षको रङरोगन भइरहेको छ।प्रत्येक डेस्कमा तीन जना बस्ने गरी ४५ वटा डेस्कको निर्माण कार्य भइरहेको जनाइएको छ।

९) अन्तराष्ट्रिय महिला दिवस ८ मार्चको सन्दर्भ पारेर काठमाडौंमा एक लाख रुपैयाँ पुरस्कार राशीको अन्तरक्लब स्क्वाट प्रतिस्पर्धा हुने भएको छ। ज्यास्मिन फिटनेस सेन्टरले तेस्रो अन्तरक्लब महिला स्क्वाट प्रतिस्पर्धा गराउने भएको हो ।यसपटकको स्पर्धामा इडेशप मेडिया एण्ड इन्टरटेन्मेन्ट प्रालिले पनि ज्यास्मिन फिटनेससँग सहकार्य गर्ने भएको छ। ज्यास्मिन फिटनेस सेन्टरले यसअघि दुई पटक अन्तरक्लब महिला स्क्वाट प्रतिस्पर्धा गराइसकेको छ ।

१०) चीनले विश्वलाई नै चकित बनाउने गरी तयार पारेको ५५ किलोमिटर लामो पुल र बन्दरगाहमा निर्माण भएको संरचाको परीक्षण भने जारी रहेको बताइएको छ। ६ वर्षको तयारी र ८ वर्षको निर्माण कार्यपछि चीनले विश्वकै लामो पुल तयार गर्न सकेको हो ।

मठियानी टोलका ७० दलित बालबालिकाको कष्टपूर्ण शिक्षा

फोटो : फाईल

मध्य नेपाल सन्देश
सुप्रिया ढकाल

बाराको जितपुसिमरा उप-महानगरपालिका वडा नम्बर १७ मा समावेस गरिएको मठियानी टोलका ७० बालबालिकाको शिक्षा निकै कष्टपूर्ण छ । हरेक नागरीकलाई राज्यले गर्ने व्यवहार समान छैन भन्ने यो गतिलो उदाहरण हो ।

श्री नेपाल दलित प्राथमिक विद्यालय, जुन विद्यालय खरले छाएको छाप्रोको रुपमा अवस्थित छ । त्यहि विद्यालयबाट मठियानी टोलका गरिब निमुखा अति विपन्न परिवारका अबोध बालबालिका क ख ग चिन्दै आएका छन् । उक्त विद्यालयमा भवनसंगै पठनपाठनकै विजोग छ । जहाँ विद्यार्थीहरु दैनिक घरबाटनै बोरा बोकेर जान बाध्य छन् ।

विद्यालयमा डेक्सबेन्च देखी पढाउनका लागी कालो पाटी समेत छैन । शिक्षकको दरबन्दी छैन । एउटै कोठामा चारकक्षा सम्मका ७० बालबालिका एकै ठाउँमा बसेर पढ्दै आएका छन् । “यस्तो अवस्थामा के पढ्नु के पढाउनु दिनकाट्ने बाटो मात्रै भएको छ,” विद्यालकी सहयोगी लक्ष्मी चौधरीको भनाई छ। उहाँका अनुसार विद्यालयमा ४५ छात्रा सहित ७० विद्यार्थी छन् ।

जिल्ला शिक्षा कार्यालय बाराले बि.स २०६६ सालमा विद्यालय संचालनका लागि दिएको अनुमतीबाट बाराको सहजनाथ साझेदारी वन क्षेत्रको चारकोशे झाडीमा विद्यालय खोलियो । तर कार्यालयले विद्यालय कहाँ खोल्ने कसरी संचालन गर्ने भन्ने सामान्य अध्यायन समेत नगरी स्विकृती दिएका कारण यहाँका बालबालिकाको शिक्षा वनमाराको छाप्रोमा रुमलिई रहेको मनहर्वाबाट हाम्रा सहकर्मी पुष्पराज खतिवडाले जानकारी दिए । विद्यालयमा विगत दुईवर्षदेखी करैयामाई गाउँपालिका १ निवासी लक्ष्मी चौधरीले बालबालीकालाई पढाई रहेकी छिन् ।

दश कक्षा सम्म पढेको बताउने चौधरी बालशिक्षा कोटा अन्तर्गत सहयोगि कार्यकर्ताको रुपमा त्यस विद्यालयमा कार्यरत छिन्। जिल्ला शिक्षा कार्यालयले उनलाई मासिक ६ हजार दिँदै आएको छ ।

सडकका ...

निवासी हुन् । अहिले उनले सिमरा मुख्य चोकमा टिकट काउटर पछाडि बदाम बेच्ने गरेका छन् । खुला आकाशमुनी मौषम अनुकारको व्यवसाय गर्ने उनि वर्षामा घरमै बसेर खेती गर्ने सुनाउछन् ।

आफ्नै एउटा खाट राखेर उनले गर्ने व्यवसायमा कम्ता समस्या छैन । सडक बिस्तारको क्रममा कहिले यता, कहिले उता गएर उनले दिन गुजारीरहेका छन् । जाडो याममा बदामको राम्रै व्यापार हुने भएकाले अहिले दैनिक २ देखी ३ हजार व्यापार हुन्छ । जसमा झण्डै ७ सय फाईदा बस्छ । तर यहि जाडोमा काम्दै गरेको कमाईले गर्मि र वर्षा दुबै टार्नुपर्ने उनको बाध्यता छ ।

लामो समयदेखी सिमरा चोकमा मकै पोलेर दुईचार रुपैया कमाउदै आएका सिमरा बस्ने भिमबहादुर थापालाई जाडो नसकिए पनि हुन्थ्यो झै लाग्छ । चोकमा आगो बालेर पोलेको मकै उनि ५ देखी १० रुपैया प्रति गोटामा बेच्छन् । उमेरले ६० नाघेपनि उनि फुर्तिला देखिन्छन् । निजगढ, सुन्दर बस्ति लगाएत क्षेत्रबाट हरिया मकै किनेर उनले सिमरामा बेच्दै आएको वर्षौं बितिसकेकोछ ।

यसरी अलिबढि कमाउने आशामा दैनिक सडकमा बसेर धुलो धुवा खादै आफ्नो सिप र दक्षता अनुसारको काम गरिरहेका उनिहरुलाई सम्बन्धित निकायले उचित व्यवस्थापन गरिदिनु आवश्यक छ। साथै उनिहरुको कामलाई सबैले सम्मानको दृष्टिले हेर्नु जरुरी छ ।

साधारण सभा सम्पन्न

फोटो : मध्य नेपाल सन्देश

मध्य नेपाल सन्देश
सम्वाददाता

नेपाल रेडक्रस सोसाईटी रानीघाट उपशाखाको २३ औ बार्षिक साधारण सभा सम्पन्न भएको छ । उपशाखाका सभापति दिनानाथ रौनियारको सभापतित्वमा सम्पन्न कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि नेपाल रेडक्रस सोसाईटी पर्सा शाखाका मन्त्री विरेन्द्रराज कँडेल, सदस्य जुमादिन शेख हवारी, वडा नं. ११का वडा अध्यक्ष प्रधुमन सेढाई, विनयराज गौतम, विनोद परियार लगायतकाले उप शाखाको प्रगतिको कामना सहितको शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

उपशाखाले वर्ष भरिमा गरेका कामको प्रगति प्रतिवेदन तथा अगामी वर्षको कार्यक्रम उपशाखाका सचिव साविर अहम्मद एराज र आर्थिक प्रतिवेदन कोषाध्यक्ष मनोज सरार्फले प्रस्तुत गरेको सचिव एराजले जानकारी गराए । कार्यक्रममा स्वागतम मन्तव्य लालबाबु कलवारले गरेका थिए ।

1. Momo
2. Roll
3. Chowmain
4. Pasta Veg
5. Pasta Non Veg
6. Pakoda
7. Suap
8. Snacks Veg.
9. Breakfast
10. Pizza
11. Burger
12. Khana Khajana
13. Pullow
14. Drinks - Soft, Hard, Wine

पप्पुराज खड्का (संचालक)
डलफिन क्याफे, पानीटंकी १०, वीरगंज
(९८४५९७२२६५)

हाम्रो बाटो आकाश तर्फ होइन आफ्नै हृदयतर्फ हुनुपर्दछ । । - भगवान गौतम बुद्ध ।