"क" वर्गमा वर्गीकृत चितवनको पहिलो राष्ट्रिय दैनिक

चितवन पोष्ट

CHITWAN POST DAILY

दैनिक समाचारपत्र

आवश्यकता

एक प्रतिष्ठित शिक्षालयमा रिक्त रहेका निम्नलिखित पदहरूमा पदपूर्ति गर्नुपर्ने भएकोले इच्छुक व्यक्तिले आफ्नो Bio-Data निम्न इमेल **kantipurbt@gmail.com** मा इमेल गर्नुहोला।

क्र.सं.	पद	संख्या	आवश्यक न्यूनतम योग्यता
१	Consultant (विज्ञ)	१	सम्बन्धित विषयमा स्नातकोत्तर उत्तीर्ण गरी NGO/INGO Sector मा काम गरेको ५ वर्षको अनुभव
२	Data-Base Officer	३	सम्बन्धित विषयमा +२ वा स्नातक उत्तीर्ण, २ वर्षको अनुभवी महिला
३	Field Co-Ordinator (फिल्ड को अर्डिनेटर)	५	+२ उत्तीर्ण वा सो सरह

● वर्ष २५ ● अङ्क ४७ ● पूर्णाङ्क २०७९ ● २०७९ भदौ १६ गते बिहिबार ● (Sept. 1, 2022) (Website www.echitwanpost.com) ● पेज ४ ● मूल्य : ६।-

भरतपुर महानगरका जनप्रतिनिधिको सय दिन

केही योजना समयमै नसकिँदा आलोचना

- किशोर खनाल

भरतपुर। भरतपुर महानगर-पालिकाका जनप्रतिनिधिको एक सय दिन पूरा भएको छ। शपथ लिएको दिनदेखि हिसाब गर्दा पनि भरतपुर महानगरपालिकाका मेयर रेनु दाहाल र उपमेयर चित्रसेन अधिकारीलगायत सबै जनप्रतिनिधिको एक सय दिन पुगेको छ।

यो एक सय दिनमा भरतपुर महानगरमा केही काम राम्रा भएका छन् भने केही सुधारका कामहरू पनि भएको देखिएको छ। महालेखाको कार्यालयले केही कामलाई लिएर भरतपुर महानगरको खराब पक्ष पनि औँल्याएको छ। भरतपुर महानगरका केही योजनाहरू समयमै सम्पन्न नहुँदा आलोचना पनि बढेको छ।

सय दिनको अवधिमा भरतपुर महानगरपालिकाले बेरुजु फछ्र्यौटका लागि क्रियाशीलता देखाएको छ। महानगरको ११औँ नगरसभाले भरतपुर महानगरपालिका-१ का अध्यक्ष केशव महर्जनको संयोजकत्वमा लेखा समिति गठन गरेको थियो।

पछिल्लोपटक जनप्रतिनिधि आएपछि पाँच वर्षयताको बेरुजु भने १२ करोड हाराहारी मात्र छ। महालेखा परीक्षकको कार्यालयले आर्थिक वर्ष २०७७/७८ को राष्ट्रपतिलाई बुझाएको वार्षिक प्रतिवेदनमा भरतपुरको बेरुजु ६ महानगरमध्ये सबैभन्दा कम थियो।

भरतपुर महानगरपालिकाभित्रका दुई मुख्य सडकमा साउन अन्तिम साताबाट भूमिगत विद्युतीकरणको काम सुरु गरिने भनिए पनि काम अघि बढेको छैन। भरतपुरको पुलचोकदेखि गोन्द्राङसम्मको ६ लेन सडक र बाइपास सडकमा भूमिगत विद्युतीकरण गर्न लागिएको हो, तर काम यो सय दिनमा सुरु भइसकेको छैन।

यसबीचमा भरतपुर महानगरका गौरवका आयोजनाहरू तीव्ररूपमा अघि बढेका छैनन्। भरतपुर महानगरपालिका प्रमुख रेनु दाहालले निर्माण व्यवसायीको ढिलासुस्ती र लापर्बाहीले सडक पूर्वाधार निर्माणको काम अलपत्र परेको स्वीकार गरेकी छन्। देवघाट शवदाह गृह निकै सुस्त गतिमा छ। दाहालले ठेकेदारकै कारण भरतपुरका सयौँ सडकहरू अधुरो र अलपत्र परेको स्वीकार गरेकी हुन्।

> **लालपुर्जा वितरण, निःशुल्क छोरी जीवन बिमा, २७४ विद्यार्थीलाई छात्रवृत्ति-लगायत राम्रा काम भएको महानगरको दाबी।**

भरतपुर अस्पतालले स्वास्थ्य परीक्षणका लागि आउने सबै सेवाग्राहीका लागि ओपिडी टिकट निःशुल्क गरेको छ। भरतपुर अस्पतालले यो निर्णय गरे पनि महानगरले आफ्नो भूमिका रहेको जनाएको छ।

यो सय दिनमा भरतपुर महानगरपालिकाले गरेको साइकल खरिद, ल्यान्डफिल साइट व्यवस्थापन तथा क्रिकेट रङ्गशाला अनुदान र सहकारी अनुगमनमा पारदर्शिता नदेखिएको भन्दै महालेखा परीक्षकको वार्षिक प्रतिवेदनले प्रश्न उठाएको छ।

प्रतिवेदनमा, महानगरपालिकाले विपन्न परिवारका बालबालिकाका लागि एक साइकल स्टोर्ससँग २१ लाख ३० हजारमा ३३३ थान साइकल खरिद गर्दा एउटा निश्चित कम्पनीको ब्रान्ड तथा नाम राखी ठेक्का गरेकोले पर्याप्त प्रतिस्पर्धा भएको यकिन हुन नसकेको र खरिद भएका साइकल वितरणका लागि विद्यार्थी छनोटको पारदर्शी आधार कायम गरेको नदेखिएको उल्लेखित छ।

यो एक सय दिनमा भरतपुरमा जन्मिने छोरीका लागि निःशुल्क छोरी जीवन बिमा कार्यक्रमअन्तर्गत भरतपुर महानगरपालिका र राष्ट्रिय बिमा संस्थानबीच सम्झौता भएको छ। यो कामलाई भरतपुर महानगरले यो एक सय दिनमा भएका कामको सूचीमा राखेको छ।

सम्झौतामा भरतपुर महानगर-पालिकाको तर्फबाट प्रमुख महिला विकास अधिकृत शान्ताकुमारी पौडेल र राष्ट्रिय बिमा संस्थानका प्रशासक कविप्रसाद पाठकले हस्ताक्षर गरेका हुन्।

भरतपुर महानगरपालिका प्रमुख रेनु दाहाल दोस्रोपटक महानगर प्रमुखमा निर्वाचित भई पदभार ग्रहण गर्दा भरतपुर महानगरपालिकामा जन्मिने छोरीका लागि निःशुल्क जीवन बिमा गर्ने निर्णय गरेकी थिइन्। जुन निर्णयलाई कार्यान्वयनमा

(बाँकी ४ पेजमा)

अप्रेसनको पालो नौ महिनापछि !

- दिपेन्द्र अधिकारी

भरतपुर। कालिका नगरपालिका-१० बस्ने ५५ वर्षीया सानुमाया चेपाङको पित्तथैलीको पत्थरीको अप्रेसन गर्नुपर्ने भयो। माथिल्लो पेटमा असह्य दुखाइ भएपछि भरतपुर अस्पतालमा ल्याई उनको उपचार भयो। डाक्टरले पित्तथैलीमा पत्थरी भएको र त्यसको अप्रेसन गर्नुपर्ने सुझाए। उनका आफन्त अप्रेसनका लागि पनि सहमत भए। तर, तिनै डाक्टरले अप्रेसन तत्काल गर्न नसकिने जवाफ दिए। दुखाइ असह्य भएकाले उनीहरू अप्रेसन गरेर घर फर्कन चाहन्थे। डाक्टरले जोखिम नभएको बताएपछि उनीहरू केही समयपछि अप्रेसनको पालो टिपोट गरेर घर फर्किए। उनीहरूका लागि पालो पर्‍यो २०८० साल जेठ २३ गतेका दिन। बिरामी र आफन्त आत्तिए। झन्डै ९ महिनापछि पालो परेपछि उनीहरू चकित परे !

बिरामीका ज्वाइँ लालबहादुर प्रजाले पटकपटक आउन-जान समस्या हुने र विकट ठाउँमा घर भएकाले केही समस्या देखिएमा तत्काल उपचार पाउन सहज नभएको भनी चाँडै अप्रेसन मिति मिलाउन अनुरोध गरे। डाक्टरले पालो कुर्नुपर्ने भन्दै आखिरी ९ महिनापछिको पालो दिए।

भरतपुर अस्पतालका मेसु प्रा.डा. कृष्णप्रसाद पौडेलले अस्पतालमा अप्रेसनका लागि चाहिने ठाउँको मर्मतसम्भार भइरहेको बताए। 'दुईवटा अप्रेसन कक्षमा काम भइरहेको छ, ४ वटाको मर्मत भइरहेको छ', उनले भने, 'मर्मत सकिएपछि सबै अप्रेसन कक्ष सञ्चालनमा आउँछ र बिरामीले धेरै कुर्न पर्दैन।' आकस्मिकरूपमा गर्नुपर्ने जुनकुनै अप्रेसन गरिएको भन्दै डा. पौडेलले बारअनुसार विभिन्न रोगको अप्रेसनको तालिका बनाउँदा बिरामीको संख्या बढ्दै गएको बताए। स्वास्थ्य

बिमाका बिरामीका कारण सेवा लिनेको संख्या अत्यधिक भएको उनले बताए। अप्रेसनका लागि आवश्यक जनशक्ति रहेको र पूर्वाधार तयार भइरहेकाले समस्या देखिएको उनले बताए।

'चिनेर गर्ने वा दूरबिनमार्फत गर्ने भन्ने रोजाइमा धेरै बिरामीले दूरबिनलाई सहज मानेको र डाक्टरहरूले पनि त्यसलाई नै बढी फोकस गरेकाले अप्रेसनका लागि पालो नआएको मेसु प्रा.डा. पौडेलले बताए। गत वर्ष महालेखा परीक्षकको कार्यालयले अस्पतालमा पत्थरीको अप्रेसन सेवा लिन पनि ४ महिनासम्म कुनुपर्ने अवस्था रहेको भनी कमजोरी औँल्याएको थियो। तर, यसवर्ष अप्रेसनका लागि ९ महिनासम्म कुर्नुपर्ने बाध्यता बिरामीलाई परेको छ।

अस्पतालका सर्जन डा. दीपेन्द्र न्यौपानेले इमर्जेन्सी सेवाका लागि पालो कुर्न नपर्ने बताए। 'सामान्यतः पित्तथैलीको पत्थरीका बिरामीहरूमा कुनै लक्षण देखिँदैन, जाँचपछि समस्या पत्ता लाग्दा तत्कालै सेवा लिन खोज्छन्, तर अस्पतालको बाध्यताले सेवा दिन सकेका छैनौँ', डा. न्यौपानेले भने। 'दूरबिन प्रविधिबाट अप्रेसन गर्दा बिरामीलाई दुखाइ र पीडा पनि कम हुन्छ, त्यसैगरी घाउमा सङ्क्रमण हुने र पाक्ने समस्या पनि न्यून रहन्छ', उनले थप भने।

मर्मत गरेको दुई महिना नपुग्दै फेरि बिग्रियो तौलपुल

भरतपुर। सडक सुरक्षाका लागि भरतपुर महानगरपालिका-१, आँपटारीमा तौलपुल स्थापना गरिएको डेढ वर्ष भयो। तर, अधिकांश समय तौलपुल थन्किएरै बसेको छ। मर्मत गरेको दुई महिना नपुग्दै चट्याङ लागेर तौलपुल पुनः बिग्रिएको छ। भदौ ४ गते चट्याङ लागेर तौलपुलसहित सबै विद्युतीय सामग्री बिग्रिएका हुन्।

त्यसअघि ट्रक ठोक्किएर बिग्रिएपछि सात महिनासम्म थन्किएको तौलपुल गएको असार ३ गतेदेखि सञ्चालनमा आएको थियो। चट्याङ लागेर तौलपुलको आठवटा लोड सेल, डिस्प्ले, कम्प्युटर, इन्भर्टर, एसीलगायतका विद्युतीय सामग्री बिग्रिएको बागमती प्रदेश ट्राफिक प्रहरी कार्यालय रामनगरले बताएको छ। यातायात व्यवस्था विभागका कर्मचारीको समन्वयमा ट्राफिक प्रहरीले तौलपुलको रेखदेख एवं सञ्चालन गर्दै आएको छ।

तौलपुल मर्मत गर्न करिब चार लाख रुपैयाँ लाग्ने इस्टिमेट तयार भएको बागमती प्रदेश ट्राफिक प्रहरी कार्यालय रामनगरका प्रहरी नायब उपरीक्षक रामकृष्ण सापकोटाले बताए। 'चट्याङ लागेर बिग्रिएपछि हामीले टेक्निसियनलाई देखायौँ। टेक्निसियनले चार लाख रुपैयाँजति लाग्ने इस्टिमेट दिएपछि त्यो विभागमा पठाएका छौँ', उनले भने।

तोकिएकोभन्दा बढी लोड बोक्ने गाडीलाई ट्राफिक प्रहरीले जरिवाना तिराउँछ। २०७७ माघ १८ गते स्थापना भएको तौलपुलमा नारायणगढ-मुग्लिन सडकखण्ड भएर काठमाडौँ, पोखरा जाने मालवाहक गाडीको तौल मापन गर्दै आइएको थियो। विभागले एक करोड २१ लाख ७३ हजार रुपैयाँ लागतमा तौलपुल निर्माण गरेको हो।

तौलपुल सञ्चालन हुँदा त्यसको सकारात्मक प्रभाव नागढुङ्गामा

बढी देखिएको सापकोटा बताउँछन्। 'तौलपुल नहुँदा बढी लोड बोकेका गाडीहरू नागढुङ्गामा गएर अड्किने र बिग्रिने गर्छन्। नागढुङ्गामा एउटा गाडी बिग्रिँदा पनि लामो जाम लाग्ने र यात्रुले धेरै दुःख पाउँछन्', उनी भन्छन्, 'ओभरलोड बोकेका गाडीले ब्रेक लगाउँदा पिच सोहोरिएर खुम्चिन पुग्छ र उबडखाबड हुन्छ।'

तौलपुल सञ्चालन भएर ओभरलोड बोकेका गाडीलाई कारबाही भएपछि त्यस्ता गाडी चल्न कम भएको उनी बताउँछन्। ओभरलोड बोकेको गाडीलाई ७० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना तिराइएको उनले बताए। 'ओभरलोड बोक्ने गाडीलाई कारबाही भएपछि त्यस्ता गाडी निरुत्साहित पनि भएका थिए। जसले गर्दा नौबिसे, नागढुङ्गामा गाडी बिग्रिने समस्या पनि कम भएका थिए', उनले भने।

ओभरलोड बोक्ने गाडीलाई यातायात व्यवस्था सेवा कार्यालयले जरिवाना तिराउने गर्छ। भार क्षमताभन्दा बढी मालसामान (ओभरलोड) बोक्ने गाडीका कारण नेपालमा नयाँ पिच भएका सडकहरू समेत छिट्टै जीर्ण हुने गरेका छन्। सडकहरू जीर्ण बन्दा दुर्घटनाको दरसमेत बढेको देखिन्छ। यसलाई नै लक्षित गरेर तौलपुल स्थापना गरिएको हो।

तौलपुलले ८० टनसम्मको गाडीको भार मापन गर्न सक्छ। विभागका अनुसार ट्रकले तोकेकोभन्दा एक टन लोड बढी बोकेमा त्यसले सडकमा प्रतिकिलोमिटरमा ९७ रुपैयाँ क्षति गर्छ। सवारीको भार क्षमतालाई नियन्त्रण गर्न सरकारले मालवाहक सवारी-साधनको भारवहन नियमनसम्बन्धी निर्देशिका-२०७४ जारी गरेको छ।

बजेट अभावमा सङ्ग्रहालय भवन निर्माण अलपत्र

भरतपुर। चितवन जिल्ला थारू, कुमाल, बोटे, चेपाङलगायतका आदिवासी जनजाति समुदायको मुख्य बसोबास क्षेत्र हो। त्यसैले पनि यी जातिले आफूलाई चितवनको भूमिपुत्र भन्दै आएका छन्। तर, तिनै भूमिपुत्र जातिमध्ये कुमाल समुदायले आफ्नो जातीय पहिचानलाई जीवित राख्नका लागि भरतपुर-११, भोजाडमा कुमालजातिको सङ्ग्रहालय भवन बनाउँदैछ।

तर, आर्थिक अभावका कारण उक्त सङ्ग्रहालय निर्माणले पूर्णता पाउन सकेको छैन। नेपाल कुमाल समाज सुधार समिति चितवनले निर्माण गरिरहेको सङ्ग्रहालय निर्माण समितिका संयोजक खुसबहादुर कुमालका अनुसार २०७७ साल चैत ७ गते तत्कालीन भरतपुर महानगरपालिकाकी उपमेयर पार्वती शाह ठकुरीले शिलान्यास गरेपछि निर्माण कार्यको औपचारिकता सुरु भएको हो।

बोहोरा मार्गमा रहेको करिब एक कट्ठा जमिनमा रहेको भवनको निर्माण भने २०७८ देखि सुरु भयो। संयोजक कुमालका अनुसार हालसम्म करिब २५ लाख ४३ हजार रुपैयाँ खर्च भइसकेको छ। तर, एक तला पनि पूरा हुन सकेको छैन। कुमाल सङ्ग्रहालयका लागि भरतपुर महानगरले ५ लाख, ११ नं वडा कार्यालयले ८ लाख र सांसद् पार्वती सिलवालको पहलमा बागमती प्रदेशबाट १२ लाख ४३ हजार बजेट आएको थियो।

तर, उक्त जग्गा होचो ठाउँमा रहेको हुँदा १८ फिट पुर्नु परेपछि बल्लतल्ल जुटेको बजेट खाल्डो पुर्नमै सकिएको कुमालले बताए। '१८ फिट खाल्डो पुर्दा, त्यसपछिको जग हाल्ने, गारो लगाउने आदि गर्दा नै बजेट सकियो', उनले भने, 'आएको बजेट सकिएपछि थप आउने ठाउँ कतै पनि छैन, त्यसैले निर्माणाधीन अवस्थामै अलपत्र पर्‍यो।'

सरकारी बजेटबाहेक पनि दुई लाख रुपैयाँ ऋणमा गइसकेको उनले बताए। निर्माणाधीन सङ्ग्रहालय भवनले पूर्णता पाउन अझै पनि २५ लाखभन्दा बढी खर्च लाग्ने अनुमान गरिएको नेपाल कुमाल समाज सुधार समिति चितवनका अध्यक्ष ज्ञानबहादुर कुमालले बताए। आदिवासी जनजाति समुदायको भाषा, संस्कृति तथा भेषभूषा संरक्षण गर्नका लागि राज्यको कुनै पनि निकायले सहजरूपमा नहेरिदिँदा काम गर्न गाह्रो हुने गरेको उनले बताए।

सङ्ग्रहालय निर्माण गरेपछि लोप हुँदै गएको कुमालजातिको पुरानो संस्कृतिलाई जगेर्ना गर्नका लागि सङ्ग्रहालयको आवश्यकता परेको अध्यक्ष कुमालले बताए। सङ्ग्रहालय निर्माण गरेर कुमालजातिको भेषभूषादेखि प्रयोगमा आउने औजारलगायतका सामग्री राखिदिएपछि भावी पुस्तालाई समेत पुराना विषयवस्तुबारे जानकारी हुने उनको भनाइ छ। उनका अनुसार बन्दै गरेको भवनलाई तीन तलासम्मको विकास गर्ने लक्ष्य लिइएको छ।

बालबालिकालाई सुर्तीजन्य र मादक पदार्थ बिक्रीमा रोक

राप्ती। राप्ती नगरपालिका वडा नम्बर-४ को कार्यालयले बाल-बालिकालाई सुर्तीजन्य र मदिराजन्य पदार्थ बिक्रीवितरणमा रोक लगाएको छ। वडा कार्यालयमा बुधबार बसेको सर्वदलीय, सर्वपक्षीय बैठकले १८ वर्षमुनिका बालबालिकालाई त्यस्तो पदार्थ बिक्री-वितरणमा रोक लगाउने निर्णय भएको वडा अध्यक्ष केदारप्रसाद आचार्यले जानकारी दिए।

वडा कार्यालयमा जनप्रतिनिधि, स्थानीय राजनीतिक दलका प्रतिनिधि, बुद्धिजीवी, विभिन्न संघसंस्थाका प्रतिनिधिहरूको संयुक्त बैठक बसेको थियो। सो बैठकले वडाभित्रका पसल, होटलहरूले १८ वर्षमुनिका बालबालिकालाई सुर्तीजन्य र मदिराजन्य पदार्थ बिक्रीवितरणमा रोक लगाउने निर्णय गरेको वडा अध्यक्ष आचार्यले बताए। 'कम उमेरका बालबालिका लागूऔषध कुलतमा फसेको व्यापक गुनासो आयो', उनले भने, 'त्यस्तो अवस्थालाई रोक्न आवश्यक भएकाले सबैको सहमतिमा बालबालिकालाई सुर्तीजन्य र मदिराजन्य पदार्थ बिक्रीमा रोक लगाउने निर्णय गरियो।' कानुनमै बालबालिकालाई त्यस्ता पदार्थ बिक्री तथा वितरण नगर्न/नगराउन उल्लेख गरिएको भन्दै वडा अध्यक्ष आचार्यले अभिभावक पनि चनाखो बन्नुपर्ने बताए। 'आफ्ना बालबालिकाका बारे अभिभावक पनि चनाखो बन्नुपर्छ', उनले भने, 'कुलतमा फसेपछि पछुताउनुभन्दा फस्नै नदिन सचेत बनौँ।'

स्थानीय पसल र होटलहरूमा बाल-बालिकालाई त्यस्ता पदार्थ बिक्रीवितरण गरे/नगरेको अनुगमन-समेत गरिने जनाइएको छ। वडास्तरीय अनुगमन समिति बनाएर पसल र होटलहरूमा अनुगमन गरिने अध्यक्ष आचार्यले बताए। अनुगमनका क्रममा त्यस्तो भेटिएमा पहिलोपटक सम्झाउने र पटकपटक भेटिएमा कानुन-अनुसार कारबाहीका लागि सम्बन्धित निकायमा सिफारिस गरिने उनले जानकारी दिए।

७६ जनामा डेङ्गुको सङ्क्रमण पुष्टि

भरतपुर। चालू आर्थिक वर्षको साउन महिनामा ७६ जनामा डेङ्गुको सङ्क्रमण पुष्टि भएको छ। नौ सय ८९ जनाको परीक्षणका क्रममा सो संख्यामा डेङ्गुको सङ्क्रमण पुष्टि भएको हो। गत वर्षको साउनमा छ जनामा मात्रै सङ्क्रमण देखिएको थियो। स्वास्थ्य कार्यालय चितवनका अनुसार साउन महिनामा सङ्क्रमण देखिनेमा खैरहनी र रत्ननगर नगरपालिकामा बढी रहेको छ।

कार्यालयका सूचना अधिकारी राम केसीका अनुसार जिल्लाको भरतपुर अस्पताल, राप्ती, खैरहनी, रत्ननगर, भरतपुरको शिवनगर, माडीलगायतका अस्पतालमा डेङ्गु रोगको परीक्षण गरिँदै आएको छ। उने भने, 'यो वर्ष डेङ्गुको सङ्क्रमण फैलिने जोखिम उच्च छ।' भदौ, असोज र कात्तिक डेङ्गुका लागि उच्च जोखिमका महिना रहेको उनले बताए।

डेङ्गु ज्वरो एडिज जातको पोथी लामखुट्टेको टोकाइबाट मानिसमा सर्ने गर्दछ। यो लामखुट्टेले प्रायः बिहान र साँझ टोक्ने गरेको पाइन्छ। डेङ्गुको सङ्क्रमण देखिए एक्कासि ज्वरो आउने, ज्वरो पाँच/सात दिनसम्म रहने, आँखाका गेडी तथा टाउको दुख्ने, शरीर कटकट दुख्ने, जोर्नी, हड्डी तथा मांसपेशी दुख्ने, शरीरमा बिमिरा आउनेजस्ता लक्षण देखापर्ने उने जानकारी दिए।

भरतपुर अस्पतालका वरिष्ठ फिजिसियन डा कालीदास अधिकारीले अहिले दिनहुँजसो डेङ्गुका बिरामी अस्पताल आउने गरेको बताए। उने भने, 'पहिलाको भन्दा अहिले डेङ्गुका बिरामीको संख्या बढ्दो छ।' डा अधिकारीका अनुसार अहिले डेङ्गुका बिरामीको वृद्धिदर पाँचदेखि सात प्रतिशत रहेको छ। डेङ्गु रोगको सङ्क्रमणबाट बच्नका लागि पूरा बाहुला भएको कपडा लगाउने, झुलभित्र सुत्ने, घर वरिपरि सरसफाइ गर्नुपर्ने उने बताए। घर वरिपरि भएका खाल्डा पुर्ने र पानी जम्ने ठाउँ भए त्यहाँ हप्तामा एकपटक मट्टितेल छर्कने गर्नुपर्ने स्वास्थ्य कार्यालय चितवनले जनाएको छ। गत आर्थिक वर्ष जिल्लामा पाँच हजार चार सय ५४ जनाको परीक्षण गर्दा तीन सय तीन जनामा डेङ्गुको सङ्क्रमण देखिएको थियो। रासस

७२ जनाले गरे रक्तदान

भरतपुर। लायन्स क्लब अफ नारायणगढ बालकुमारी, लायन्स क्लब अफ नारायणगढ संगमचोक, लायन्स क्लब अफ नारायणगढ संगमचोक सञ्जीवनी, लियो क्लब अफ नारायणगढ बालकुमारी, रोटर्‍याक्ट क्लब अफ भरतपुर तथा नारायणी मोटर्सको संयुक्त आयोजनामा सम्पन्न रक्तदान कार्यक्रममा १० महिलासहित ७२ जना रक्तदाताले रक्तदान गरेका छन्।

लायन्स इन्टरनेसनल डिष्ट्रिक्ट ३२५ आरका डिष्ट्रिक्ट गभर्नर सिद्धार्थलाल चुके प्रमुखअतिथि रहेको उक्त कार्यक्रममा रोटर्‍याक्ट डिष्ट्रिक्ट ३२९२ का डिष्ट्रिक्ट सचिव दिनेश गैरे, डिष्ट्रिक्ट लिडरसिप ट्रेनर सुनिल घिमिरे, जोन १४ का जेडआरआर गोविन्द पराजुली, लायन्स इन्टरनेसनल डिष्ट्रिक्ट ३२५ आरका पूर्वडिष्ट्रिक्ट गभर्नर प्रभातकुमार जोशी, राजकुमार श्रेष्ठ, रामप्रसाद भट्टलगायत डिष्ट्रिक्ट ३२५ आरका सेकेन्ड भाइस डिष्ट्रिक्ट गभर्नर दीनानाथ न्यौपानेसहित क्याविनेट सेक्रेटरी राजेन्द्र गौतम, क्याविनेट ट्रेजरर सुरेशकुमार श्रेष्ठ विशेष अतिथिको रूपमा सहभागी थिए।

चितवन क्षेत्र नं २ मा आमनिर्वाचन
उमेदवार बन्न धमाधम आवेदन

भरतपुर । आगामी मंसिर ४ गते हुने प्रतिनिधि तथा प्रदेशसभाअन्तर्गत चितवन क्षेत्र नम्बर–२ र यस क्षेत्रअन्तर्गत पर्ने प्रदेश 'क' का इच्छुक व्यक्तिहरूले बुधबार निवेदन दर्ता गराएका छन् । जसअनुसार प्रतिनिधिसभा चितवन क्षेत्र नं २ उमेदवारी घोषणा जीतनारायण श्रेष्ठ (प्रत्यक्ष), राजन कार्की (प्रत्यक्ष), शालिग्राम शर्मा (समानुपातिक), गौरीकुमारी श्रेष्ठ (समानुपातिक),

प्रकाश अधिकारी (प्रत्यक्ष), शान्ति परियार (समानुपातिक), केशवराज कँडेल (समानुपातिक), राजन ताम्राकार (प्रत्यक्ष), उमेश श्रेष्ठ (प्रत्यक्ष), राजेश्वर खनाल (प्रत्यक्ष), उमा रेग्मी (प्रत्यक्ष), इन्दिराकुमारी सडौला सापकोटा (प्रत्यक्ष), रामकुमार श्रेष्ठ (समानुपातिक), पवित्रा केसी (समानुपातिक), इन्द्रनारायण श्रेष्ठ (समानुपातिक), भरतसापकोटा (प्रत्यक्ष), भुवनराज खनाल (समानुपातिक), कैलाश कोइराला (प्रत्यक्ष) छन् ।

त्यस्तै, क्षेत्र नं २ 'क' उमेदवारी घोषणा प्रत्यक्षतर्फ टङ्कनाथ पौडेल, कृष्णकुमार श्रेष्ठ, लक्ष्मण गुरुङ, समानुपातिक पुरुषतर्फ सरोज गुरुङ, डिलबहादुर परियार, सुबोध प्रधान, झलकबहादुर गुरुङ, गणेशप्रसाद पौडेल, लीलाबहादुर गुरुङ, विपेन्द्र रामुदामु विपीन, पुण्यप्रसाद कटवाल, शिवप्रसाद शर्मा, उत्तम चुके, डोलनाथ रेग्मी, दीर्घमान श्रेष्ठ, रामबहादुर लामा, कमल आचार्य, नरजंग प्रजा, महेन्द्र पाण्डे, राजकुमार गुरुङ, पुष्कल बस्नेत, वासुदेव सिलवाल, दिपेश्वर केसी, तेजप्रसाद लामिछाने, यमबहादुर वाचेमगर, र महिलातर्फ नीरू कार्की, कमला पौडेल, गीताकुमारी गुरुङ, सुमित्रा अधिकारी, कलावती न्यौपाने, रीता चौधरी, इन्द्रमाया लामा र ज्ञानुमाया गोले छन् ।

कांग्रेसबाट 'क' मा आठ, 'ख' मा ११ जनाको आवेदन

त्यसैगरी प्रदेशसभा निर्वाचनमा नेपाली कांग्रेसबाट प्रत्यक्षतर्फ चितवन क्षेत्र नं १ 'क' मा आठ जना र 'ख' मा ११ जनाले उमेदवार बन्न आवेदन दिएका छन् । समानुपातिक तर्फ 'क' मा ८ जना र 'ख' मा १९ जनाले आवेदन दर्ता गराएका हुन् । नेताहरूले पार्टीको सम्बन्धित प्रदेशसभा समितिमा नाम दर्ता गराएका हुन् ।

प्रदेशसभा 'क' मा प्रत्यक्षतर्फ किरण भूषण ओली, रमेशचन्द्र पुरी, प्रज्वल दुवाडी, टिकेन्द्र चौधरी, धनबहादुर गुरुङ, नारायण उप्रेती, रामेश्वर सिंह ओली, ऋषिश्वर थपलियाले उमेदवार बन्न आवेदन दिएका छन् । समानुपातिकतर्फ चन्द्रकुमारी चौधरी, राजेन्द्रप्रसाद चौधरी, बलराम धरेल, ओमप्रसाद डल्लाकोटी, अनिता खरेल, गुणराज श्रेष्ठ, शशी महतो, गणेश मल्ल ठकुरीले आवेदन दर्ता गराएका हुन् ।

प्रदेशसभा 'ख' मा प्रत्यक्षतर्फ उत्तम आचार्य, कुमार कार्की, इन्द्रकमल बुढाथोकी, वासुदेव ढुङ्गाना, रूपनराज घिमिरे, राजुप्रसाद सिलवाल, भेषराज दुवाडी, गोविन्द गौतम, रामेश्वर बस्नेत, दिवाकर अर्याल र वासुदेव चौधरीले आवेदन दिएका छन् । समानुपातिकतर्फ शेरबहादुर परियार, गीता देवकोटा, नेमराज शर्मा, हरिप्रसाद भट्ट, सरस्वती पौडेल, पम्फा शर्मा अर्याल, जयन्द्रकुमार श्रेष्ठ, विजयराज ओझा, सुजन थापा, शशीकुमारी रानाभाट, राममणि खनाल, महेशप्रसाद रौनियार, नीता ढकाल, सुवासचन्द्र बराल, भरथी थरूनी, राजेन्द्रप्रसाद मैनाली, शोभा अर्याल, मनबहादुर थापा र अजय महत रहेका छन् ।

महाकालेश्वर मन्दिरमा थपिए संरचना

भरतपुर । भरतपुर महानगर–१० मा रहेको महाकालेश्वर शिव मन्दिरमा धार्मिक संरचनाहरू थपिएका छन् । बुधबार गणेश मन्दिरको उद्घाटन गरिएको छ । पूर्वमन्त्री तथा महाकालेश्वर शिव मन्दिर व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष विक्रम पाण्डेले सो मन्दिर उद्घाटन गरेका थिए । २५ लाख ६५ हजार लागतमा गणेशको मन्दिर निर्माण भएको हो ।

यस्तै, ३ फिट अग्लो गणेश मूर्तिसमेत राखिएको छ । सो मूर्ति पूर्वमन्त्री पाण्डेले सहयोग गरेका थिए । मूर्तिको प्राणप्रतिष्ठासमेत गरिएको छ । पूर्वमन्त्री पाण्डेले महाकालेश्वर शिव मन्दिर क्षेत्र धार्मिक पर्यटनको गन्तव्य बनेको बताए ।

२०४३ सालमा सानो शिव मन्दिरबाट पूजा सुरु भएको महाकालेश्वर क्षेत्र अहिले धार्मिक गन्तव्यका रूपमा विकास भएको छ । २०६५ सालमा आकर्षक महाकालेश्वर मन्दिर निर्माण भएपछि धार्मिक क्षेत्रका रूपमा चिनिन थालेको हो । महाकालेश्वर मन्दिर पूर्वमन्त्री पाण्डेले निर्माण गरेका हुन् ।

महाकालेश्वरमा शिव, राधाकृष्ण, गणेश मन्दिरहरू छन् । त्यस्तै हनुमान, १०८ शिवलिङ्ग, सत्सङ्ग भवन, अतिथि गृह, होमकुण्ड, गौरी कुण्डहरू छन् । २४ कट्ठा क्षेत्रफलमा रहेको महाकालेश्वर मन्दिरलाई चितवनको पशुपतिनाथका रूपमा समेत लिने गरिएको छ ।

मन्दिर व्यवस्थापन समितिका उपाध्यक्ष वामदेव शर्माले चितवनकै आकर्षक धार्मिक गन्तव्यका रूपमा महाकालेश्वर विकास भएको बताए । मन्दिर क्षेत्रमा एकसाथ १० हजार जना सहभागी हुन मिल्ने गरी मन्दिर परिसरमा मोज्याक टायलसमेत राखिएको छ । मन्दिरमा हरेक सोमबार सत्सङ्ग हुँदै आएको छ । मन्दिरमा पूजाआजा, विवाह, व्रतबन्धलगायतका देवकार्यहरू हुने गर्छन् । मन्दिर परिसरमा साउन, तीज, शिवरात्रिमा विशेष चहल–पहल हुन्छ ।

एक सङ्क्रमित, आठ डिस्चार्ज

भरतपुर । चितवनमा बुधबार एक जनामा कोरोना सङ्क्रमण पुष्टि भएको छ । १७ जनामा पिसिआर परीक्षण गर्दा एक जनामा सङ्क्रमण पुष्टि भएको हो । बुधबार सक्रिय सङ्क्रमितको संख्या ३२ पुगेको छ ।

स्वास्थ्य कार्यालय चितवनका अनुसार चितवनमा कोरोना सङ्क्रमितको संख्या घट्दै गइरहेको छ । जसमध्ये भरतपुर महानगर–पालिकाका २६ जना, खैरहनी नगरपालिकाका एक जना, रत्ननगर नगरपालिकाका तीन जना, राप्ती नगरपालिकाका एक जना र कालिका नगरपालिकाका एक जना आइसोलेसनमा रहेका छन् ।

बुधबार ८ जना डिस्चार्ज भएका छन् भने चार जना भरतपुर अस्पतालमा र एक जना चितवन मेडिकल कलेजमा उपचाररत छन् ।

तमू ह्युल रत्ननगरको पदभार ग्रहण
तमूस्यो ह्युलको नगर समिति गठन

रत्ननगर । तमू ह्युल छौंज धीं गुरुङ राष्ट्रिय परिषद् रत्ननगर नगर समितिले पदभार ग्रहण गरेको छ । केही दिनअघि गठित कार्यसमितिले बुधबार तमू ह्युल छौंज धींका केन्द्रीय सचिव सन्तलाल गुरुङको उपस्थितिमा पदभार ग्रहण गरेको हो । ऋषिराम गुरुङ नेतृत्वको ११ सदस्यीय समितिलाई केन्द्रीय सचिव गुरुङले शपथ ग्रहण गराएका हुन् ।

शपथ ग्रहणपछि नगर अध्यक्ष गुरुङले रत्ननगर नगरपालिकामा बसोवास गर्दै आएका गुरुङ समुदायलाई एकताको बिन्दुमा ल्याउनका लागि नगर समिति गठन भएको जानकारी गराए । 'अबदेखि रत्ननगर नगरपालिकाका गुरुङहरू पनि एकतामा बाँधिएका छौं', उनले भने, 'यसले गुरुङ समुदायका लागि हरेक समस्यामा समाधानसहितको काम गर्नेछ ।'

शपथ ग्रहण गराएपछि केन्द्रीय सचिव सन्तलाल गुरुङले गुरुङ समुदायलाई एकतामा ल्याउनका लागि ह्युल छौंज धींको भूमिका महत्त्वपूर्ण रहेको हुँदा देशभरका गुरुङ समुदायले ह्युल छौंज धींको आवश्यकता महसुस गरेको बताए । चितवनमा पनि इच्छाकामना, माडी र रत्ननगर नगरपालिकामा नगर समिति गठन भइसकेकोले अब बाँकी पालिकामा पनि छिट्टै समिति गठन गर्ने तयारीमा रहेको उनले जानकारी गराए ।

ह्युल छौंज धींको विषयमा प्रशिक्षण दिँदै सचिव गुरुङले भने, 'कुनै पनि व्यक्ति संगठनमा जोडिएपछि उसले गर्ने योगदान फरक हुन्छ । अब तपाईंहरूले हिजो संगठित नहुँदा पनि तमू ह्युललाई सहयोग गर्नुभएको थियो, अब संगठित भइसकेपछि पनि सहयोग त छँदैछ । तर, संगठित हुँदा र नहुँदाको अवस्थामा धेरै नै फरक पाइन्छ ।'

ह्युल छौंज धीं चितवनकी उपाध्यक्ष विमला गुरुङले चितवन जिल्लाको अधिवेशन यही भदौ १८ गते हुन लागेको जानकारी गराउँदै गुरुङ समुदायका हरेक गतिविधिमा ह्युल छौंज धींको भूमिका निकै महत्त्वपूर्ण रहने बताइन् ।

तमूस्यो ह्युलको पनि समिति गठन

बुधबार तमू ह्युल छौंज धींले पदभार ग्रहण गरेकै दिन तमूस्यो ह्युल छौंज धीं गुरुङ महिला राष्ट्रिय परिषद्ले पनि रत्ननगर नगर समिति गठन गरेको छ । बालकुमारी गुरुङको अध्यक्षतामा ११ सदस्यीय नगर समिति गठन गरिएको तमूस्यो ह्युल छौंज धीं चितवन जिल्लाकी सचिव सीतादेवी गुरुङले जानकारी दिइन् ।

समितिको उपाध्यक्षमा ज्ञानु गुरुङ, सचिवमा विनिता गुरुङ र कोषाध्यक्षमा गीता गुरुङ चयन भएका छन् । यस्तै सदस्यहरूमा भने राममाया गुरुङ, अमृता गुरुङ, निरा गुरुङ, एकमाया गुरुङ, मनु गुरुङ, कुमारी गुरुङ र जुठी गुरुङ चयन भएका छन् । महिला परिषद्को नवनिर्वाचित पदाधिकारी र कार्यसमितिले पनि बुधबार नै पदभार ग्रहण गरेका छन् ।

टायम ईट्टा उद्योग प्रा.लि. प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षण प्रतिवेदन तयारी सम्बन्धी सार्वजनिक सूचना

(प्रकाशित मिति : २०७९।०५।१६

बागमती प्रदेश, चितवन जिल्ला राप्ती नगरपालिका वडा नं ९ मा संचालन टायम ईट्टा उद्योग प्रा.लि.द्वारा निम्न बमोजिमको प्रस्ताव कार्यान्वयन गर्न लागिएको छ ।

प्रस्तावकको नाम र ठेगाना : टायम ईट्टा उधोग प्रा.लि. चितवन जिल्ला राप्ती नगरपालिका वडा नं ९
प्रस्तावको व्यहोरा : वार्षिक २८,०००,००० गोटा ईट्टा उत्पादन गर्ने उद्देश्यले स्थापना गर्न लागिएको
प्रभाव पर्न सक्ने जिल्ला, न.पा./गा.पा. : चितवन जिल्ला राप्ती नगरपालिका वडा नं. ९
कित्ता नम्बरहरू : ७४९, ५८३, ५८२, ७५०, ४९३, २२५, ११४४, ११४३, ५४०, ४९९, १०५३, ९११, ९१२, ९१३, ९१९, ९२०, ९२१, ३७४, ३७५, ३७६, ५०३, ५०४, ३७८, १२९ र १३० ।

माथि उल्लिखित प्रस्तावको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षण प्रतिवेदन तयारी गर्ने क्रममा सो क्षेत्रको प्राकृतिक भौतिक प्रणाली, जैविक प्रणाली, सामाजिक प्रणाली, साँस्कृतिक प्रणाली र आर्थिक प्रणालीबीच के कस्तो प्रभाव पर्दछ भनी यकिन गर्न सो स्थानको न.पा./गा.पा.तथा त्यस क्षेत्रका विद्यालय, अस्पताल, स्वास्थ्य चौकी तथा सरोकारवाला व्यक्ति वा संस्थाको लिखित राय सुझाव लिन आवश्यक भएकोले यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशन भएको मितिले सात दिनभित्र निम्न ठेगानामा आई पुग्ने गरी लिखित राय सुझाव उपलब्ध गराई दिनुहुन अनुरोध गरिन्छ ।

राय सुझावको लागि पत्राचार गर्ने ठेगाना:
चितवन जिल्ला राप्ती नगरपालिका वडा नं ९
प्रविधि तथा वातावरण शाखा, उद्योग विभाग, त्रिपुरेश्वर, काठमाडौं
प्रस्तावकको नाम र ठेगाना : टायम ईट्टा उद्योग प्रा.लि., चितवन जिल्ला राप्ती नगरपालिका वडा नं ९, फोन नं. ९८५८०२०३९५, ९८४५२००२७६
परामर्शदाताको नाम र ठेगाना : का.म.न.पा. वडा नं. ९, बत्तीसपुतली, काठमाण्डौं, नेपाल
ईमेल: cemsol.ktm@gmail.com फोन नं: 01–4110204/9852020823
सम्पर्क व्यक्ति : प्रज्वल राउत

केही योजना...

लैजान सम्झौता भएको हो । भरतपुर महानगरपालिका प्रमुख रेनु दाहालले छोरीलाई प्रोत्साहन र संरक्षण गर्ने उद्देश्यसहित छोरी जीवन बिमा कार्यक्रम लागू गरिएको बताइन् ।

यही जेठ ११ गतेपछि जन्मिने छोरीको १५ वर्ष अवधिका लागि ५० हजारको बिमा कार्यक्रम कार्यान्वयनमा ल्याइएको महानगर प्रमुख रेनु दाहालले बताइन् ।

यो सय दिनमा भरतपुर महानगरले भूमिहीनलाई लालपुर्जा वितरणको काम पनि गरिरहेको छ । भरतपुर–२ का भूमिहीनले पुर्जा पाएका छन् भने भरतपुर–२३ मा निस्सा वितरण गरिएको छ । भरतपुर महानगरपालिका–२ मा रहेका एक सय २० जना सुकुमबासीलाई जग्गाधनी प्रमाणपुर्जा वितरण गरिएको थियो । उनीहरूलाई आठ धुरका दरले जग्गाधनी प्रमाणपुर्जा प्रदान गरिएको हो । २९ वटा वडाको लालपुर्जा वितरण गर्ने कार्य अब कुनै पनि कारण र बहानामा नरोकिने प्रमुख दाहाल बताउँछिन् । यो पनि एक सय दिनको उपलब्धिपूर्ण काम हो ।

एक सय दिनको अवधिमा भरतपुर महानगरले संस्थागत विद्यालयको कक्षा ११ मा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूलाई छात्रवृत्ति वितरण गरेको छ । २ सय ७४ जना विद्यार्थीले पूर्ण छात्रवृत्ति पाएका छन् । भरतपुर महानगरकी मेयर रेनु दाहालले मनखुसी र पहुँचका आधारमा छात्रवृत्ति दिने प्रवृत्ति नियन्त्रण गर्न सफल भएको दाबी गर्छिन् ।

यो सय दिनमा नारायणी तटबन्धको काम चारवटा प्याकेजमा ठेक्का भई सुरु भएको छ । यद्यपि, यो भरतपुर महानगरको नभएर केन्द्र सरकारको कार्यक्रम हो । यद्यपि, भरतपुर महानगरले यस तटबन्धको काम आफ्नै बलमा भएको बताउँदै आएको छ ।

यो सय दिनको अवधिमा मेडिकल सिटीका रूपमा विकसित हुँदै गएको भरतपुरमा एक सय शय्याको वैकल्पिक चिकित्सा पद्धतिसहितको आयुर्वेदिक अस्पताल निर्माण प्रक्रिया सुरु गरिएको छ । भरतपुर महानगरपालिका–१५, शिवनगरमा उक्त अस्पताल निर्माण गर्न लागिएको छ ।

स्वास्थ्य मन्त्रालयले उपलब्ध गराएको बजेटअनुसार यो भवन भरतपुरस्थित सहरी तथा भवन निर्माण आयोजनाले निर्माण गर्दैछ । कार्यालयका प्रमुख ई. प्रकाश अर्यालका अनुसार भवनका लागि ५५ करोडको बजेटसहित बहुवर्षीय खरिद गुरुयोजना स्वीकृत भइसकेको छ ।

सय दिनमा महानगर प्रमुख दाहालले केही भवनको शिलान्यास गरेकी छन् । उपहार सामाजिक महिला उद्यमी सहकारी संस्था भरतपुर–१६ को भवन उनले शिलान्यास गरिन् । भरतपुर वडा नम्बर–४ को वडा कार्यालयको पनि शिलान्यास भएको छ ।

साधारण सभासम्बन्धी जरुरी सूचना

यस सहकारी संस्थाको सञ्चालक समितिको मिति २०७९/०५/०२ गते बसेको बैठकको निर्णयअनुसार संस्थाको दशौँ वार्षिक साधारण सभा तथा चौंथो अधिवेशन निम्न मिति, समय र स्थानमा निम्न प्रस्तावउपर छलफल गरी सम्पन्न हुने भएकाले सम्पूर्ण शेयर सदस्य महानुभावहरूलाई अनिवार्य उपस्थितिका लागि हार्दिक अनुरोध गरिन्छ ।

साधारण सभा हुने :
मिति : २०७९।०५।२५ गते शनिबार
स्थान : होटेल दियालो, क्षेत्रपुर, चितवन
समय : दिउँसो १२:०० बजेदेखि

प्रस्तावहरू :
१. साधारण सभाको निर्णय पुस्तिकामा हस्ताक्षर गर्न सदस्यको चयन गर्ने ।
२. सञ्चालक समितिको तर्फबाट सचिवको आ.व. २०७८।०७९ को वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन पारित गर्ने ।
३. कोषाध्यक्षबाट आ.व. २०७९।०८० को बजेट तथा कार्यक्रम प्रस्तुत गरी पारित गर्ने ।
४. आ.व. २०७८/०८९ को ऋण उपसमितिको प्रतिवेदन पारित गर्ने ।
५. आ.व. २०७८।०७९ को लेखा समितिको प्रतिवेदन पारित गर्ने ।
६. आ.व. २०७८।०७९ को लेखा परीक्षणको प्रतिवेदन पारित ।
७. आ.व. २०७९।०८० को लेखा परीक्षकको नियुक्ति तथा पारिश्रमिक निर्धारण गर्ने ।
८. शेयर लाभांश कोष र संरक्षित पुँजी फिर्ता कोषको रकम वितरण सम्बन्धमा ।
९. विभिन्न नीति, नियमावली तथा कार्यविधि पारित गर्ने सम्बन्धमा ।
१०. विविध
११. नयाँ सञ्चालन समिति तथा लेखा समितिको निर्वाचन सम्बन्धमा ।

टुलकप्रसाद विश्वकर्मा
सचिव

सुनचाँदी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
भरतपुर–१, मिलनरोड, नारायणगढ, चितवन
सम्पर्क नं. : ०५६–५९८३४६

मौलाकालिका अस्पताल प्रालिको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षण प्रतिवेदन तयारीसम्बन्धी सार्वजनिक सुनुवाइको सूचना

प्रकाशित मिति : २०७९।०५।१६

बागमती प्रदेश, चितवन जिल्ला, भरतपुर महानगरपालिका वडा नं. ११ मा प्रस्ताव गरिएको मौलाकालिका अस्पताल प्रालिको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षणको लागि बागमती प्रदेश वातावरण संरक्षण ऐन २०७७ बमोजिम प्रस्ताव कार्यान्वयनका बारेमा आयोजना प्रभाव क्षेत्रमा **सार्वजनिक सुनुवाइ कार्यक्रम** गरी राय सुझाव संकलन गर्नुपर्ने भएकोले निम्न तालिकाअनुसार आयोजना हुने सार्वजनिक सुनुवाइ कार्यक्रममा सरोकारवालाहरू सबै सहभागी भई राय सुझाव दिनुहुन यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

सार्वजनिक सुनुवाइसम्बन्धी कार्यक्रम
मिति : २०७९।०५।१८
समय : बिहान ०९:०० बजे
स्थान : मौलाकालिका हेल्थ साइन्स कलेज प्रालिको सभाहल
सम्पर्क व्यक्ति र सम्पर्क नं : डा. केशवराज भुर्तेल, ९८५५०५५१९०

आयोजक :
मौलाकालिका अस्पताल प्रालि
भरतपुर महानगरपालिका–१०, चितवन जिल्ला, बागमती प्रदेश, नेपाल

Rapti Municipality
Office Of The Municipal Executive
Bhandara, Chitwan.

Invitation for Bids

IFB/RFP/EOI/PQ No: 001/Goods/NCB/RM/079/080
First Date of publication: 31-08-2022

Rapti Municipality, Chitwan invites electronic bids for Supply and Delivery of Medicine and Medical Item.

1. Eligible Bidders may obtain further information and inspect the Bidding Documents at Rapti Municipality, Office of the Municipal Executive, Bhandara,Chitwan Nepal or may visit PPMO website www.bolpatra.gov.np.
2. Bidding process shall be executed by e-bidding process. Bidders can download the bidding documents for e-submission from PPMO's Web Site www.bolpatra.gov.np. Bidders, submitting their bid electronically, should deposit the non-refundable fee of NRs. 3000.00 in the Project's Rajaswa (For Purchase Bidding Document) account as specified below and the scanned copy (pdf format) of the Bank deposit voucher shall be uploaded by the bidder at the time of electronic submission of the bids. Information to deposit the cost of bidding document in Bank:
   Name of the Bank: NIC Asia Bank Ltd. Parsa/ Bhandara Branch
   Name of Office: Rapti Municipality, Office of Municipal Executive, Chitwan. Office
   Account no.: Ga-1-1, 0982050029409002
3. Sealed bids must be submitted to Rapti Municipality, Office of the Municipal Executive, Bhandara,Chitwan Nepal by e-GP system i.e www.bopatra.gov.np/egp on or before 30-09-2022 12:00. Bids received after this deadline will be rejected.
4. The bids will be opened in the presence of Bidders' representatives who choose to attend at 30-09-2022 13:00 at the office of Rapti Municipality Office, Chitwan Bagmati Province Nepal. Bids must be valid for a period of 45 days after bid opening and must be accompanied by a bid security amounting to a minimum of 160000 , which shall be valid for 30 days beyond the validity period of the bid (i.e. [Refer Clause ITB 20.1]). For Security, the cash should be deposited in Deposit Account No.[Ga-3, 0984150019441007] at [NIC Asia Bank Ltd. , NIC ASIA Bank Bhandara Branch Rapti Chitwan] and submit the receipt of the deposited amount of cash along with the Sealed Quotation.
5. If the last date of purchasing and /or submission falls on a government holiday, then the next working day shall be considered as the last date. In such case the validity period of the bid security shall remain the same as specified for the original last date of bid submission.
6. The employer reserves the right to accept or reject, wholly or partly any or all the bids without assigning reason, whatsoever.
7. All other terms & conditions will be as per prevailing procurement act & regulations of government of Nepal.

SEX TOYS SHOP CHITWAN
Bharatpur-10, Airport Road, Chitwan
9845051519 9808787792 9807179653
IjleGg k|sf/sf s08dx?, ;$;6fþx?, :tg÷lnË a9fpg]kDkx?, nla|$6x? cflb rflxPdf xfdLnf0{;DemgXf]hf .
We Sell,Courier and Deliver Sex Toys, Condoms, Enlarger and Many more...

QFX cinemas JALMA
मा भव्यरुपमा चलिरहेको छ ।
NOW SHOWING

Liger	.	12:00 PM	3:15PM	6:30PM
Prakash	.	12:15PM	3:30	6:45PM

50% discount on every morning shows
For advance booking 056-522079

इन्द्रदेव सिनेमा
इन्द्रदेवमार्ग, नारायणगढमा चलिरहेको छ ।

लाइगर	६:००	–
राधा	१२:००	–
प्रकाश	०९:००	०३:००

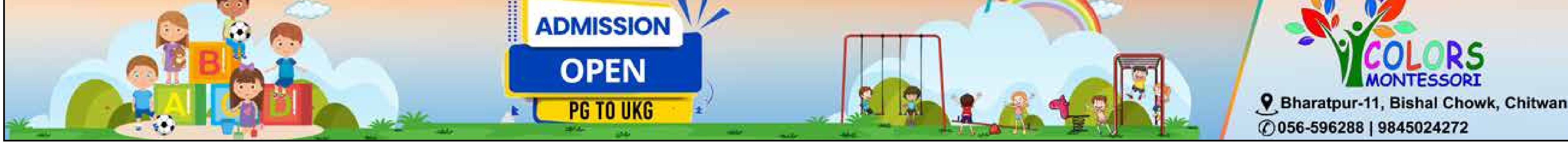
स-परिवार अवश्य हेर्नुहोला ।
अग्रिम टिकट बुकिङका लागि ०५६–४९०३८४
टिकट दर रु. २५०।– रु. ३००।–
हरेक मर्निङ शोमा ५० प्रतिशत छुट गरिएको छ ।

खुशीको खबर ! खुशीको खबर ! खुशीको खबर !

कोभिड–१९ को कारणले नारायणगढदेखि दिल्लीसम्म दैनिक सिधा A/C बस सेवा बन्द रहेको व्यहोरा यहाँहरूलाई विदितै छ । आगामी भाद्र ३ गते शुक्रबारदेखि पुनः सञ्चालन हुन गइरहेको व्यहोरा जानकारी गराउँदछौँ ।

सेवा सञ्चालन हुने दिनहरू: सोमबार, बुधबार र शुक्रबार

राजथला टुर्स एण्ड ट्राभल्स प्रा.लि.
भरतपुर–१ नारायणी नदी किनार, पुल्चोक
फोन नं. ०५६–५९५७९७, ५९५०६१
मोबाइल नं.: ९८६५१६४०९९, ९८०१०६४०९९, ९८५५०५४९१२



चितवन पोष्ट
CHITWAN POST DAILY दैनिक समाचारपत्र

संस्थापक सम्पादक : स्व. धर्मराज अर्याल
संस्थापक प्रबन्ध सम्पादक : स्व. जीवराज अर्याल
सम्पादक : प्रकाश अर्याल
प्रबन्ध निर्देशक : गोविन्द अर्याल, ९८५५०५१०९२
प्रकाशक : चितवन पोष्ट प्रकाशन प्रा.लि.
प्रधान कार्यालय: भरतपुर–१०, विद्युत्रोड
फोन : ०५६–५९५६२१, ५९५६२४
इमेल : chitwanpost@gmail.com
शाखा कार्यालयहरु :
टाँडी, पर्सा फोन: ९८४५१६०२९५, ९८५५०८०२९१
चनौली : ९८६५००५५९७, मेघौली : ९८४५०८२८२३
कावासोती: ९८४३४०२६४४ (विन्दु न्यौपाने)
धादिङबेसी: ०१०–५२०६६५, दमौली: ०६५–५६०८३९
डुम्रे: ०६५–६९०८०६, त्रिशूली: ०१०–५६०५४७, ९८५१०१४३९१
मुद्रक : कालिका अफसेट प्रेस, विद्युत् रोड, भरतपुर, फोन: ०५६–५३३६२१
कम्प्युटर : दिलीप के.सी. / दिपक कुमाल
(चितवन पोष्ट डेस्कटप)

सम्पादकीय....

पुस्तकालयमा पठन संस्कृति

पछिल्लो समयमा पठन संस्कृतिमा सोचेजति विकास हुन नसकेको भन्ने अवस्थाका बीच १५औँ पुस्तकालय दिवस देशभर मनाइएको छ। विसं १८६९ भदौ १५ गते तत्कालीन राजा रहेका गीर्वाणयुद्ध विक्रम शाहको नेतृत्वमा प्राचीन पुस्तकहरूको संरक्षण गर्ने विषयले सार्थक रूप पाएको सन्दर्भलाई स्मरण गर्दै सोही दिनको सम्झनामा हरेक वर्षको भदौ १५ लाई पुस्तकालय दिवसका रूपमा मनाइँदै आइएको छ। यो दिवस आजभोलि केवल औपचारिकतामा मात्रै अघि बढिरहेको हो कि भन्ने प्रतीत भएको यो बेला पुस्तक संस्कृति र पठन अभ्यासका बारेमा केही समय भए पनि चिन्तनमनन भएको पाइनुलाई भने एकप्रकारले अर्थपूर्ण नै मान्नुपर्छ। बर्सेनि पठन संस्कृतिलाई प्रोत्साहन गर्न भन्दै विभिन्न छलफल र अन्तरक्रिया कार्यक्रमहरू नहुने गरेका होइनन्, तर तिनबाट आएको प्रतिफल भने त्यति उत्साहजनकरूपमा अघि आएको भने पाइँदैन।

अहिलेको मूल चासो र सरोकारको विषय भनेको सूचना तथा सञ्चारको तीव्र विकासले पुस्तक पठनलाई पारिरहेको प्रभाव नै हो। अहिले मानिसहरूलाई त्यति पुस्तकालयमा गएर अध्ययन गर्ने चाहनामात्रै नभएको होइन कि उनीहरूको स्वभावमा समेत पुस्तक अध्ययनको सन्दर्भमा व्यापक परिवर्तन आइरहेको देख्न सकिन्छ। अहिलेको मूल मुद्दा भनेको पुस्तकालय गएर अध्ययन गर्ने बानीमा आएको ह्रास हो। केही वर्षअघिसम्म समाजमा रूपान्तरण ल्याउनका लागि जागरण फैलाउन भन्दै पुस्तकालय खोल्ने होडबाजी नै थियो, जुन पछिल्लो समयमा आएर त्यस प्रक्रियामा निकै कमी आइरहेको देख्न सकिन्छ। हालको समयमा देशभरि पुस्तकालयको विकास नभएको पनि होइन, तर तिनमा अध्ययन गर्ने पर्याप्त पाठकहरूको अभाव हुनुचाहिँ निकै चिन्ताको विषय बनिरहेको छ। गहनरूपमा अध्ययन गर्ने संस्कारसमेतमा आएको ह्रासले पठन संस्कृतिको अभावलाई नै बढवा दिइरहे पनि त्यस चुनौतीलाई सामना गर्न न राज्य तयार देखिएको छ, न पठन संस्कृतिको नाममा खोलिएका दर्जनौं संघसंस्थाहरू नै जिम्मेवाररूपमा प्रस्तुत हुन सकेका छन्।

पछिल्लो समयमा आएर पढ्ने संस्कृतिमा समेत प्रवृत्तिगत स्वरूपमा परिवर्तन आएको देखिन्छ। अहिले पछिल्लो पुस्ताले डिजिटल माध्यमलाई नै आफ्नो गन्तव्य बनाइरहेको छ। नूतन प्रविधिमा हराइरहेको पुस्ताले सोही माध्यममार्फत उपलब्ध रहेका पुस्तकहरू ई. लाइब्रेरीलाई सक्दो उपयोग गर्दै पढिरहेको पनि छ। यस अर्थमा पनि धेरैको भौतिक उपस्थिति सार्वजनिक पुस्तकालयहरूमा नदेखिनु अनौठो पनि छैन। पुस्तकहरू संरक्षण र प्रवर्द्धनको सुरक्षित स्थलसमेत बन्दै गएको डिजिटल प्रविधि अहिलेको समयको मागसमेत बनिरहेको देख्न सकिन्छ, जसलाई नकार्न सक्ने अवस्था कम से कम यतिखेर छैन। त्यसरी नै, पुस्तकालयप्रति आकर्षित रहेकाहरूले आआफ्ना घरघरमा समेत पुस्तकालय खोलेका कारण सामुदायिक पुस्तकालयहरूप्रतिको आकर्षणमा कमी आएको हो भन्न सकिन्छ। ओझेलमा परिरहेको पठन संस्कृतिलाई पुनः उजागर गर्नुपर्ने आवश्यकता अहिले टड्कारो छ। पुस्तकालयहरू ज्ञानका अजस्र स्रोत हुन्, जसलाई कुनै कुराले पनि विस्थापन गर्न सक्ने हैसियत राख्दैन। सञ्चारको दुनियाँमा पर्याप्त जानकारीहरू बटुलेर हामी जानकार त हुन सकौँला, तर विशिष्ट ज्ञानको अभाव भने कहिल्यै पनि पूर्ति हुन सक्ने छैन। त्यस अर्थमा पनि पुस्तकालयको भूमिका र महत्त्वलाई कम आँक्न सकिँदैन।

जनताको धैर्यताको बाँध : नयाँ र पुरानो शासनशैली

– वीरेन्द्रमणि पौडेल

संसारका अलग–अलग हावापानी र वातावरणका कारण मान्छेको सोच्ने र व्यवहार गर्ने शैलीमा पनि फरकपन हुने वैज्ञानिकहरूले बताएका छन्। यस हिसाबले हेर्दा यसो भन्न जायज ठहरिने देखियो कि अरू देशको मौसम, हावापानी र वातावरणसँग नेपालको हावापानी फरक भएको हुँदा नेपालीहरूको सोच्ने शैली पनि दुनियाँका मान्छेहरू भन्दा फरक पक्कै छ भन्न सकियो। यो फरकलाई फेदैबाट केलाएर हेर्दा के देखिन्छ भने दुनियाँका मान्छेभन्दा नेपाली मान्छेहरू सोह्रैआना सहनशील छन्। प्रमाणै पेश गर्न पर्दा कर्णाली र काठमाडौँबीचको असन्तुलित भौतिक विकासलाई लिन सकिन्छ। विकासको चाहना त काठमाडौँ र कर्णालीका जनता दुवैलाई छ र हुनुपर्छ, त्यो स्वाभाविक हो तर राणाकालदेखि काठमाडौँका बासिन्दाले भौतिक सुविधा भोग्दै आए, कर्णालीका हुम्ला, जुम्ला, डोल्पाका जनता काठमाडौँले मीठोमसिनो खाएको सुनेर मुख मिठ्याएरै बसे। काठमाडौँका जनताले पूरा आङ ढाक्ने कपडामात्रै होइन कपडा बदली–बदली लाए, तर कर्णालीवासी सबै उमेरका बासिन्दाले एकपटक पूरा आङ ढाक्ने गरी लाएका नाना पुरानो भएर, मक्किएर धुजाधुजा भईकन एउटा सानो धजोमा परिणत हुने बेलासम्म लाए, तैपनि काठमाडौँले कर्णालीलाई दया गरेन। पञ्चायती व्यवस्थाले यदाकदा कठै बरा ! कर्णाली भन्यो, चाडपर्वमा आरएनएसीको ट्वीनअटर विमानबाट मिति सकिन सकिन लागेका र सकिएका चामल, गहुँ र मकै पुऱ्यायो र "यति खाँदै गर्नु, सकिएपछि फेरि ल्याउँला" भन्ने आश्वासन दियो। तर, अन्न सकिएको महिनौँ बित्दासमेत कर्णालीवासीलाई अन्नको दानो देख्ने मौका दिइएन। हवाइजहाज कराएको आवाज सुनेपछि हुम्ला, जुम्ला र डोल्पाका जनताले आकाशमा आशाले भरिएको आँखा उचाले, तर सयौँपटक त्यसरी हेर्दा बल्लबल्ल एउटो प्लेन चामलका बोरा बोकेर रोकियो। यसरी पञ्चायतले कर्णालीका जनताको संख्या गनेर विदेशीसँग ऋण मागेर तिनको समेत टाउकामा ऋणको भारी बोकायो, तर आफूचाहिँ काठमाडौँमा बसेर मीठोमसिनो खाइरह्यो। कर्णालीका पनि जनता, काठमाडौँका पनि जनता। सेवा र सुविधा बरोबर पाउनुपर्थ्यो, तर पञ्चायती व्यवस्था छउन्जेल त्यसो भएन।

सुविधाभोगी र चलाखहरू राजधानी काठमाडौँमा बस्ने, तर सोझा र निमुखा कर्णालीवासीहरू दुर्गम स्थानमा बस्ने। यो खालको बाध्यताले कर्णालीले कहिल्यै काठमाडौँलाई खबरदारी गर्न सकेन। एउटै देशको एक ठाउँकाले सुविधा भोग गर्दा अर्को छेउका भोकै बसे, तर काठमाडौँलाई हस्तक्षेप गर्न सकेनन्। ए ! बेइमान हो, कम्तीमा हाम्रो टाउकामा बोकाएको ऋणबराबरको खान र लाउन त देऊ पनि भन्न सकेनन्। यसरी हेर्दा भन्नुपर्छ, हावापानी र मौसमको प्रभावका कारण कर्णालीवासी ज्यादै सहनशील देखिए। कहिल्यै काठमाडौँतर्फ चोर औँलो ठड्याउन सकेनन्। "हामीमाथि अत्याचार नगर" भन्न सकेनन्। हेपिएको, चेपिएको कर्णालीले पञ्चायती व्यवस्था ढाल्न उतिसारो योगदान पुऱ्याउन सकेन त्यो साँचो हो, तर बाँकी जिल्लाहरूले समानता शीर्षकमा, प्रजातन्त्र शीर्षकमा पञ्चायतविरुद्ध आन्दोलन गर्दाका बखत आन्दोलनकारीहरूले अब हामी आएर कर्णालीलाई न्याय दिन्छौँ भनेकै थिए, तर २०४६ सालमा पञ्चायतले घुँडा टेकेर बहुदलीय व्यवस्था घोषणा गरिएपछिका राजनीतिक दलहरूले समेत आफ्नो विगतको प्रतिबद्धतालाई बेवास्ता गरे र अन्यत्रका जनताले न्याय र अनगिन्ती अवसर पाउँदा कर्णालीवासीलाई अन्यायको घेराभित्रै थुने। तैपनि, कर्णालीवासीको सहनशीलताको बाँध फुटेन। सहने बानी परेका ती जनता चुपै लागेर बसे। सहेरै बसे।

पछिल्ला दिनमा आएर अनेकौँ राजनीतिक घटना–परिघटना हुँदै गए र नेपालको इतिहासमा एकैपटक आएर २०७२ सालमा नयाँ संविधान बनाइयो। त्यो संविधानलाई संघीय गणतान्त्रिक संविधान भनियो। त्यो संविधानमा लेखियो– "समानता, मौलिक हक, मानवअधिकार, अवसरमा भेदभाव नगरिने, सबैले शिक्षा र स्वास्थ्य पाउने।" तर, फेरि पारा पहिलेकै दोहोऱ्याइयो। पहिले त पुराना राज्यसत्ताहरूले मात्र कर्णालीका जनतालाई उपेक्षा गरेका थिए, पछिल्ला दिनमा त यस्तो अवस्था देखियो कि सबै जिल्लाका निमुखा जनता एकमुष्ट दुःखकष्टको भुमरीमा परे। बेरोजगारी घटेन। आर्थिक भ्रष्टाचार दिन दुई गुना रात चार गुनाले बढ्यो। महँगीले आकाश छोयो। जनतालाई सुख र समृद्धि दिन सक्ने राजनीतिक दल र तिनका नेतृत्व पंक्ति आपसमा जुधेरै बसे। जनता एकतवरले बेवारिसेजस्तै भए। तैपनि, नेपाली जनता चुपचाप आशाले भरिएका आँखाहरू यताउता डुलाएर बसे। जनताको मन डढ्यो, चरम चित्त दुखाइ भयो तैपनि नेपाली जनता एकतमासले हेरेरै बसिरहे। पुरानो शासनशैलीले जनतालाई न्याय दिएन, नयाँ शासनले पनि उस्तै गऱ्यो परिवर्तनको अनुभूति भएन।

अब केही महिना भन्न परेन केही दिनभन्दा हुन्छ, प्रदेश र केन्द्रको निर्वाचन धेरै नजिक आएको छ। मंसिर ४ गते अब टाढा छैन। अहिले नेपाली कांग्रेस र माओवादीलगायतको गठबन्धनवाला राजनीतिक दलहरू विपक्षीहरूलाई हराएर शासनमा पुग्ने जमर्को गरिरहेका छन्। विपक्षी एमालेलगायतका यतिबेला साना देखिएका दलहरू समेत गठबन्धनवालाहरूसँग पाखुरा खैचिएर चुनावी मैदानमा जाने तयारीमा छन्। अब अन्यथा नभए त्यो मंसिरको ४ गते आउला नै, चुनाव पनि सम्पन्न होला तर मूल सवाल नै यहाँनेर ओझेलमा परेको छ। त्यो सवाल हो, गठबन्धनले जिते त्यो गठबन्धनको नेतृत्व कसले गर्ने हो र मंसिर ४ पछिको नेपालको प्रधानमन्त्री को हो ? त्यो जानकारी पाउने अधिकार नेपाली जनताको हो, तर त्यो अधिकार नेपाली जनताले पाएका छैनन्। प्रधानमन्त्रीको नाम किटानी गरेरमात्रै पनि अब काम चल्नेवाला छैन, जरुरत त के हो भने अब हुने प्रधानमन्त्रीले यो देशलाई कस्तो खालको विकास दिन चाहेका छन्, चुनावमा जनताले भोट हाल्नुअघि नै थाहा पाउनुपर्छ। कर्णालीका जनताले अब हुनेवाला प्रधानमन्त्रीबाट के पाउनेवाला छन्, त्यो तिनलाई जानकारी दिनुपर्छ। होइन भने तिनीहरूमा पापमाथि पाप हुनेछ। अब त कुरा कर्णालीका जनताको मात्रै रहेन सोझा, निमुखा र अवसरबाट वञ्चित मानवअधिकार लुटिएका जनताले अब के पाउनेवाला छन्, त्यो अहिल्यै चुनावअघि नै निक्यौंल र छिनोफानो हुनुपर्छ। जिन्दगीभरि आश्वासनकै भरमा भोट हालिरहेका नेपाली जनता अब मतदानरूपी उधारो कारोबार गर्ने मुडमा देखिन्नन्, हाताहाती चाहिन्छ भनिरहेका छन्। त्यो हाताहाती भनेको विश्वासको ग्यारेन्टी हो।

नेपाली जनता यतिलामो समयसम्म नबोलेका मात्रै हुन् लाटा होइनन्। नबोलीकन बसेको मान्छेलाई लाटो भन्ने र ठान्ने गल्ती कसैले नगरून्। यतिबेलाका जनता २००७ सालका जनता होइनन्। सञ्चार र यातायात सुविधाविहीन अवस्थाका त्यो बेलाका जनता र यो २०७९ साल भदौका जनतामा धेरै फरक छ, चेतना र सुझबुझका हिसाबले। अब पनि शासनशैली फेरिएन र न्याय र अवसर अनुभव हुने किसिमले दिइएन भने अब नेपाली जनताको धैर्यताको बाँध कुनै पनि बेला फुट्न सक्छ। सहन त नजिकैको देश श्रीलङ्काका जनताले पनि निकै लामो समय सहेरै बसेका थिए। अदूरदर्शी राजनीतिक प्राणीहरूको गैरजिम्मेवार हर्कतका कारण श्रीलङ्का आर्थिकरूपमा टाट पल्टिनुलाई चाहिँ त्यो देशका जनताले "अति" महसुस गरे र आन्दोलनको आँधीबेहरी सिर्जना गरे। राष्ट्रपति भवनै कब्जा गरे र तिनलाई देशैबाट भाग्न पर्ने अवस्थामा पुऱ्याए। त्यो अवस्था देखेपछि अब यो देशका जिम्मेवार राजनीतिक दलहरू र तिनको नेतृत्वले हेक्का राख्नुपर्छ, कतै यो देशका जनताको पनि सहनशीलताको बाँध नफुटोस्। अब राजनीतिक दल र तिनको नेतृत्व पंक्ति सुध्रिनुपर्छ। कार्यकर्तालाई अनुशासित बनाउनुपर्छ। अब ढाँट्ने पुराना दिनहरू सकिए। अब जनतालाई कसैले पनि नढाँटोस्। थोत्रा आश्वासन र त्यही पुरानो चुनावी ढोलको आवाज सुन्दासुन्दा जनता वाक्किएका छन् भन्ने सत्य अब दलहरूले बुझ्न जरुरी छ। अब पुराना अनुहारलाई होइन पूराका पूरा नयाँ अनुहारलाई राजनीतिक दलहरूले उमेदवार बनाउनुपर्छ। अब योचाहिँ पक्का छ, जुन राजनीतिक दलले जिल्ला–जिल्लामा पुराना अनुहारहरूलाई उमेदवार बनाउनेछन् तिनको सर्मनाक हार हुनेछ। यस्तो लेख्न पर्नुको कारण अरू होइन, जनताको माझमा पुगेर संकलन गरिएको जनमतलाई आधार मानेरै लेखिएको हो। दुईपटकभन्दा ज्यादा सांसद् भइसकेको व्यक्तिलाई दलले फेरि उमेदवार बनाएको खण्डमा जित्नेको भन्दा आधा भोट प्राप्त गर्न मुस्किल हुने पनि ग्यारेन्टीजस्तै छ। त्यस्तो गल्ती अब दलले नदोहोऱ्याऊन्। सकेसम्म युवायुवतीलाई उमेदवार बनाऊन्। सक्षम र इमानदार छानेर चुनावी मैदानमा पठाऊन्। होइन भने घाँटी–घाँटीसम्म आइसकेको जनताको दिक्दारीपनको परिणाम अर्कै हुन सक्छ। बुद्धिमानी काम यही हो, दलहरूले जनताको मनोभावना बुझेर चुनावी गतिविधि सञ्चालन गरून्। जनतालाई अब पनि निराश बनाउने काम नगरून्। गरेको खण्डमा त्यसको परिणाम भयानक हुन सक्छ।

◆◆◆

समय-चक्र

तनावका बेला उत्पादन हुने हर्मोन र तिनले स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव

– नरनाथ पाण्डे
pndynn2031@gmail.com

अहिलेको एक्काइसौँ शताब्दीमा चरम विकासको युगसँगै विज्ञान र प्रविधिको उपलब्धिको कारणले मानिसलाई एक पाइला हिँड्न र कुनै काम पनि आफूलाई गर्न परेको छैन। मानिसले गर्ने काम सबै मानवनिर्मित यन्त्रहरूबाटै भइरहेका छन्। यसका कारण मानिस प्रविधिको दास भएको छ। खाना मीठो, चिल्लो र मसालादार खानुपर्ने, ऐस–आरामको जिन्दगी बिताउनुपर्ने र कामै नगरी वा कुनै दुःख नगरी बस्नुपर्ने आजका मानिसका दैनिकी बनिरहेका छन्। त्यस्तै, मानिसमा आएका अधिक चेतनाका कारण विकसित प्रविधिसँगै हाल सरुवा रोगहरू नियन्त्रणतर्फ गइरहेका छन्, तर नसर्ने खालका दीर्घकालीन रोगहरूले मानिसलाई ग्रस्त बनाइरहेको छ। त्यसमाथि वातावरण प्रदूषणले मानिसको स्वास्थ्य अवस्थामा प्रतिकूल असर पुऱ्याएको छ भने अर्कोतर्फ मानिस जति सचेत र प्रविधियुक्त हुँदैछ त्यति मात्रामा मानिसमा छटपटी, बेचैनी र जिन्दगी नै अस्तव्यस्त हुनपुगेको छ। मानिसहरू तनाव, चिन्ता, डिप्रेसन र अनिद्राका सिकार बनिरहेका छन्। मानिसमा खुशी र हाँसो कहिल्यै नफर्कने गरी हराउन थालिसकेको छ। यसरी सरसर्ती हेर्दा मानिसको जीवनशैलीमा आएको व्यापक परिवर्तन र अस्वस्थकर खानपानले गर्दा निको नहुने खालका गम्भीर रोगहरू देखा पर्ने गरेको पाइन्छ। यस आलेखमा चाहिँ तनाव वा चिन्ताले शरीरमा उत्पादन हुने हर्मोन र ती हर्मोनले पार्ने असरहरूका बारेमा केही प्रस्ट पार्ने जमर्को गरिएको छ।

तनाव भएको बखत उत्पादन हुने हर्मोन र त्यसका प्रभाव

मानिसमा तनाव हुँदा शरीरमा केही हर्मोनहरू उत्पादन हुने गर्छन्, जसले तनावविरुद्ध लड्न महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेता पनि ती हर्मोन लामो समयसम्म उत्पादन भइरहेमा शरीरमा विभिन्न प्रभावहरू पर्ने गर्दछन्। ती तनाव हर्मोनहरू यसप्रकार छन् :

कोर्टिसोल हर्मोन

यो तनाव हर्मोन हो जुन शरीरलाई बचाउनका लागि आवश्यक पनि छ। यदि हामीलाई कुनै खतराको महसुस भयो भने यो हर्मोन उत्पादन हुन्छ, जसले गर्दा रक्तचाप र मुटुको गति बढ्ने, मांसपेशीमा तनाव उत्पन्न हुने, पाचनप्रणालीको कार्य अवरुद्ध भई शरीरको ऊर्जा अन्यत्र प्रवाह हुने र वाकवाकी लाग्ने, बान्ता वा पखाला चल्नेसमेत गर्छ। कोर्टिसोल हर्मोनको उत्पादन हुँदा यस्ता असहज अवस्था देखिएता पनि यसले गर्दा हामीलाई खतराको सामना गर्न मद्दत पुग्छ वा हामीले आफ्नो जीवन बचाउन अन्य उपायहरू अपर्झट निकाल्न पनि सकिन्छ। साथै मेटाबोलिज्म बढाउन, सुगरको तह मिलाउन, जैविक घडीअनुसार शरीर चलाउन, प्रतिरोध शक्ति र इन्फ्लामेसन हटाउन पनि यो लाभदायक छ। यो हर्मोनलाई हाइड्रोकोर्टिजोन पनि भनिन्छ जुन स्टेरोइड हर्मोन पनि हो। कहिलेकाहीँ शरीरका विभिन्न दुखाइ, सङ्क्रमण वा इन्फ्लामेसन हटाउन यसलाई औषधिको रूपमा समेत प्रयोग गरिन्छ। यसलाई ठीक मात्रामा प्रयोग गरेमा मस्तिष्कको क्षमता बढ्ने, व्यक्तिलाई उत्प्रेरित गराउन सकिने र यसले दुखाइ पनि कम गराउँछ।

यो हर्मोन मस्तिष्कमा रहेको पिट्युटरी ग्रन्थीले निकाल्ने एक किसिमको हर्मोन हो, जसले मिर्गौलामाथि रहेको एड्रिनल ग्रन्थीलाई उत्तेजित बनाई कोर्टिसोल हर्मोन उत्पादन गर्दछ। उत्पादित हर्मोन रक्तसञ्चारमा गएपछि तुरुन्तै शरीरमा प्रतिक्रिया देखाउँछ। फलस्वरूप, कलेजोले ग्लाइकोजिनबाट ग्लुकोज बनाउन थाल्छ, रक्तचाप बढ्छ, पसिना आउँछ, श्वासप्रश्वास छिटोछिटो हुन्छ, मुटुको गति बढ्छ, व्यक्ति सतर्क हुन्छ र पाचन प्रक्रिया कम हुनथाल्छ। प्राकृतिकरूपमा कोर्टिसोल हर्मोन बिहानमा सबैभन्दा बढी उत्पादन हुन्छ जसले गर्दा रातभर सुतेको अवस्थामा नबनेको ऊर्जा उत्पादन हुनथाल्छ, निद्रा खुल्छ र उठ्न सकिन्छ। यसरी उत्पादन भएको कोर्टिसोल अब बिस्तारै दिनभरमा कम हुँदै जान्छ र सबैभन्दा कम उत्पादन रातिमा सुत्नुअघिको समयमा हुन्छ। सामान्यतया कोर्टिसोलको उत्पादन र कार्यको प्रक्रिया यस्तो भएता पनि कहिलेकाहीँ तनावको अनुभव भएमा दिउँसो र राति पनि उत्पादन हुने गर्छ जसले गर्दा रातिमा निद्रा पर्दैन। तर, कहिलेकाहीँ रातिमा ड्युटी गर्नुपर्ने खालका व्यक्तिको बिस्तारै बानी पर्दै जाने र कोर्टिसोल उत्पादनको तालिका पनि त्यहीअनुसार परिवर्तन भई दिउँसोमा कम र रातिमा बढी उत्पादन हुने गर्छ।

कोर्टिसोल हर्मोनका अन्य प्रभाव

- शरीरमा नुन र पानीको सन्तुलन नियन्त्रण गर्ने
- एन्टीइन्फ्लामेटरी कम गर्ने
- स्मरण क्षमता राम्रो बनाउन सहयोग गर्ने
- रक्तचाप नियमित बनाउने
- बिहानमा उठ्न मद्दत गर्ने
- रोग प्रतिरोधात्मक प्रणाली नियमित राख्ने
- वृद्धि विकासमा नियमित गर्ने

कोर्टिसोल हर्मोन उत्पादन हुन रोक्ने प्रणालीमा हाइपोथालामस, पिट्युटरी ग्रन्थी र एड्रिनल ग्रन्थीको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ। यदि कोर्टिसोल हर्मोन रगतमा बढी कम वा बढी मात्रामा भएमा मस्तिष्कले एड्रिनल ग्रन्थीलाई आदेश दिई नियन्त्रण गर्दछ।

कोर्टिसोल हर्मोनको मात्रा बढी उत्पादन भएमा देखा पर्ने लक्षण

- चिन्ता
- डिप्रेसन
- थकान
- पाचन प्रणालीमा समस्या : कब्जियत, वायु तथा पखाला
- टाउको दुख्ने
- मुटुका रोगहरू लाग्ने
- चिडचिडाहट
- स्मरण र ध्यान केन्द्रित गर्नमा समस्या
- प्रजनन समस्या : नपुङ्सक, महिनावारी अनियमित, महिलाको अण्ड उत्पादनमा समस्या
- निद्रामा समस्या
- अभ्यासपछिको पूर्ववत् अवस्थामा पुग्न ढिलाइ
- तौल बढ्ने
- एड्रिनल ग्रन्थीमा ट्युमर र क्यान्सर

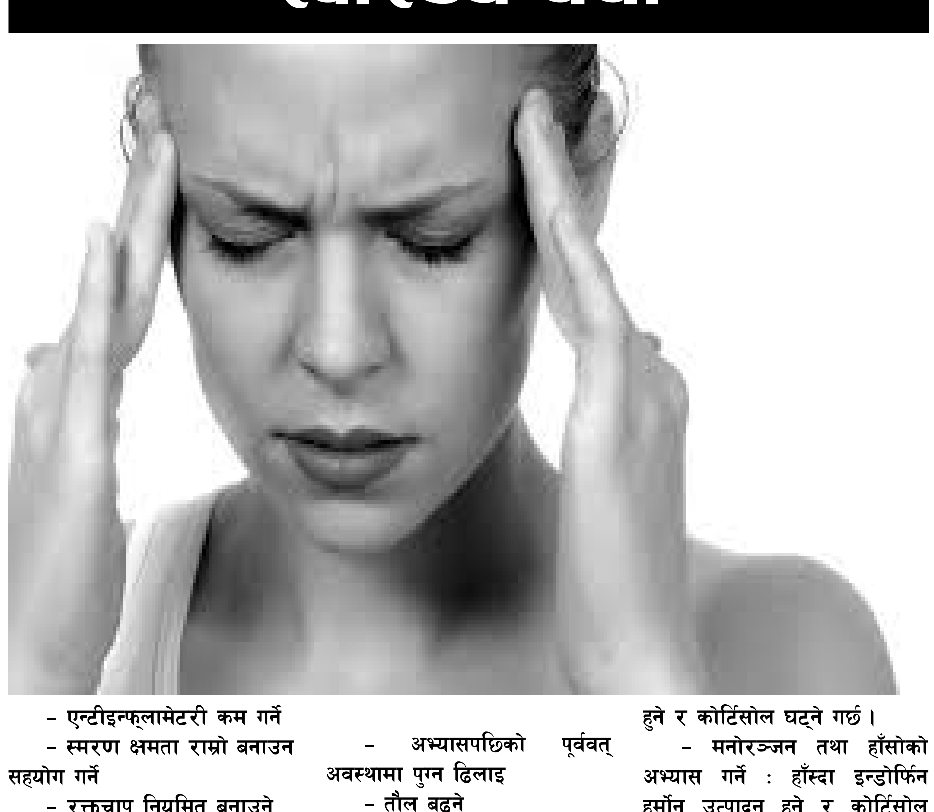
कोर्टिसोल हर्मोनको कम उत्पादन भएमा देखा पर्ने लक्षण

- तौल घट्ने
- दीर्घकालीनरूपमा थकान
- चक्कर लाग्ने
- छालामा कालो दाग देखा पर्ने
- मांसपेशी कमजोर हुने
- पाचन प्रणालीका समस्या
- भोक नलाग्ने
- न्यून रक्तचाप
- मुड परिवर्तन हुने आदि।

कोर्टिसोल हर्मोनको तह बढ्न नदिन निम्न उपायहरू अपनाउनुपर्छ :

- राम्रोसँग निदाउने : निदाउन अवरोध गर्ने परिस्थिति हटाउने र रातिमा काम नगर्ने।
- नियमितरूपमा दैनिक अभ्यास गर्ने : दैनिक अभ्यास गर्दा निद्रा राम्रो पर्छ र तनाव कम हुन्छ।
- तनाव नलिने : सकभर ससाना कुरालाई लिएर तनाव नलिने।
- गहिरो श्वासप्रश्वासको अभ्यास गर्ने : यदि लामो र गहिरो श्वासप्रश्वास गर्ने हो भने पारासिम्पाथेटिक स्नायु प्रणाली सक्रिय भई आराम र पाचन राम्रो हुने र कोर्टिसोल घट्ने गर्छ।
- मनोरञ्जन तथा हाँसोको अभ्यास गर्ने : हाँस्दा इन्डोर्फिन हर्मोन उत्पादन हुने र कोर्टिसोल घट्ने गर्छ भने मनोरञ्जनले पनि तनाव हटाई शान्त बनाउँछ र कोर्टिसोल कम हुन्छ।
- स्वस्थकर सम्बन्ध कायम गर्ने : तनाव कम गर्ने र आफ्ना छिमेकी, साथीभाइ, सहकर्मीहरूसँग राम्रो सम्बन्ध कायम गर्दा तनाव नहुने र कोर्टिसोलको तह घट्ने हुन्छ।
- प्रशोधित माछा, मासु, उच्च सुगरयुक्त खाना, क्याफिन र अल्कोहोलजस्ता खाना खाएमा कोर्टिसोलको तह बढ्ने भएकाले नखाने बरु फलफूल, तरकारी, पातलो मासु, होल ग्रेन र स्वस्थकर चिल्लो खाएमा तनाव कम हुने, मुड राम्रो हुने र कोर्टिसोल घट्ने गर्छ।

स्वास्थ्य चर्चा



एड्रिनालिन हर्मोन

यो शरीरलाई असरबाट बचाउने (फाइट र फ्लाइट) हर्मोन पनि हो, जसले तनावयुक्त परिस्थितिको सूचना पाउँछ र तुरुन्त नयाँ काम गर्न थाल्छ। जस्तैः तीव्र गतिमा कार चलाइरहेको अवस्थामा एक्कासि आफ्नो लेन परिवर्तन भई दुर्घटना हुन थालेमा एक्कासि कारलाई घुमाई आफ्नो लेनमा ल्याई सम्भावित दुर्घटना टार्नु एड्रिनालिन हर्मोनको काम हो। रगतमा यसरी एक्कासि एड्रिनालिनको तह बढेमा मुटु ढक्क फुल्छ, मांसपेशीमा दबाब उत्पन्न हुन्छ, छिटोछिटो सास चल्न थाल्छ र पसिना आउन सक्छ। एड्रिनालिनले थप ऊर्जा पनि प्रदान गर्छ जसले गर्दा उच्च शक्तिका साथ खतरनाक परिस्थितिबाट भाग्न सक्ने र ध्यान केन्द्रितसमेत गराइदिन्छ र खतराबाट बाँच्न सकिन्छ।

नरइपिनेफ्रिन हर्मोन

यो पनि एड्रिनल ग्रन्थीबाट उत्पादन हुने एड्रिनालिनजस्तै हर्मोन हो। यसले तनाव भएको बेला चनाखो बनाउने, सतर्क राख्ने र ध्यान केन्द्रित बनाउने काम गर्छ। त्यस्तै, शरीरमा तुरुन्त आवश्यक नपर्ने अङ्गहरूबाट रक्तप्रवाह अतिआवश्यक मांसपेशीमा सुचारु गराइदिन्छ ताकि उच्च बल पैदा भई काम सम्पन्न गर्न मद्दत मिलोस्।

अन्तमा, सबै सुखको आधार भनेको सुस्वास्थ्य नै हो। आयुर्वेद उपचार पद्धतिका अनुसार जसका त्रिदोष (वात, पित्त, कफ) ठीक छन्, खानेकुरा पचाउने पेटका अग्नि (जठराग्नि) ठीक छन्, शरीरलाई धारण गर्ने धातुहरू (रस, रक्त, मासु, बोसो, हड्डी, मज्जा तथा वीर्य) सही अनुपातमा छन्, बाह्य तथा भित्री अङ्गहरूले ठीक–ठीक किसिमले काम गरिरहेका छन् र आत्मा पनि खुसी छ भने त्यस्तो व्यक्तिलाई स्वस्थ व्यक्ति भनिन्छ। स्वस्थ शरीर र मनका लागि तीन स्तम्भहरू आहार, निद्रा र ब्रह्मचर्य अपनाउनुपर्छ। तीबाहेक व्यायाम, स्नान र ध्यान पनि स्वास्थ्यका लागि नभई नहुने तत्त्व हुन्। जसले सधैँ खुसीको अनुभूति दिलाउँछ र तनाव भन्ने कुरा आउँदैन।

(जीवनशैली परिवर्तनसम्बन्धी विद्यावारिधि तहका शोधार्थी, सेवानिवृत्त जनस्वास्थ्य निरीक्षक)

नवौं राष्ट्रिय खेलकुद

चार दशकपछि पोखरामा बृहत् प्रतियोगिता हुँदै

काठमाडौँ (रासस)। मुलुककै सुन्दर पर्यटकीय नगरी कास्कीको पोखरामा आगामी असोज २८ देखि कात्तिक ३ गतेसम्म नवौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता हुँदैछ। प्रतियोगितामा तीन हजार छ सय ८५ महिलासहित सात हजार सात सय ९० खेलाडीले विभिन्न ३६ खेल विधामा प्रतिस्पर्धा गर्नेछन्। नेपालको खेलकुदको इतिहासमा पोखरामा चार दशकपछि दोस्रोपटक राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता हुन लागेको हो। यसअघि २०४० चैत १२ देखि २० गतेसम्म पोखरामा 'दोस्रो राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता' आयोजना गरिएको थियो।

प्रतियोगिता आयोजक कार्यकारिणी समितिका सदस्यसचिव फणीन्द्र पौडेलका अनुसार प्रतियोगितामा सात प्रदेश, नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल र गैरआवासीय नेपाली सङ्घ (एनआरएन)का खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धा हुनेछ। प्रत्येक टोलीबाट कम्तीमा तीन सय ३५ महिला र तीन सय ७४ पुरुष खेलाडीको सहभागिता रहनेछ।

३६ खेल खेलाइने

नवौँ राष्ट्रिय खेलकुदमा फुटबल, क्रिकेट, टेनिस, एथलेक्टिस, भारत्तोलन, सुटिङ, ब्याडमिन्टन, टेबलटेनिस, बक्सिङ, भलिबल, बुद्धिचाल, खोखो, कराँते, जिम्न्याष्टिक, पौडी र कबड्डी खेल समावेश गरिएको छ। यस्तै हयान्डबल, जुडो, कुस्ती, फुटबल, कराँते, सफ्टटेनिस, स्क्वास, तेक्वान्दो, उसु, बास्केटबल, शारीरिक सुगठन, आइटिएफ तेक्वान्दो, सेपाताक्रो, गल्फ, आर्चरी, साइक्लिङ, फेन्सिङ, ट्रायथलन र प्याराग्लाइडिङ पनि प्रतियोगितामा समेटिएका छन्।

प्रतियोगितामा धेरैभन्दा धेरै खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धा होस् भन्ने हेतुले खेलाडी तयार गर्न प्रत्येक प्रदेशलाई ४९ लाखका दरले रकम उपलब्ध गराएको युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयका सचिव डा. दामोदर रेग्मीले जानकारी दिए। मन्त्रालयका अनुसार प्रतियोगिता भव्य र सभ्यरूपमा सम्पन्न गर्न गण्डकी प्रदेश सरकारले हरतवरले सहयोग पुऱ्याउने ऐक्यबद्धतासहित प्रतिबद्धता जनाइसकेको छ। प्रतियोगिताअन्तर्गत १८ विधाका खेल पोखरामा हुनेछन् भने केही खेल गण्डकी प्रदेश मातहतका अरू जिल्लामा सञ्चालन गरिनेछन्। खेलाडी, प्रशिक्षक, आयोजक समिति, निर्णायकमण्डलसहित करिब १२ हजार पाँच सय जना प्रत्यक्ष सहभागी हुने उक्त प्रतियोगिता खेल उत्सवका रूपमा रहने रेग्मी बताउँछन्।

दस लाख रूपैयाँको 'रनिङ ट्रफी'

राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा नयाँ सुरुआतका रूपमा यसपटकदेखि सुन र चाँदीजडित करिब १० लाख लागतमा तयार गरिने 'रनिङ ट्रफी'को व्यवस्था गरिएको छ। तीनपटक लगातार प्रतियोगिता जित्ने टोलीलाई उक्त ट्रफी प्रदान गरिनेछ। विश्वका अन्य मुलुकमा पनि यस्तो अभ्यास रहेको सचिव रेग्मीले बताए। प्रतियोगिताअन्तर्गत व्यक्तिगत प्रतिस्पर्धामा स्वर्ण पदक जित्नेलाई २५ हजार तथा सामूहिकतर्फका स्वर्ण पदकधारीलाई १५ हजार नगद पुरस्कार प्रदान गरिने सचिव रेग्मी बताउँछन्।

साठी करोड खर्च हुने अनुमान

नवौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताका लागि तीन सय ९३ स्वर्ण, तीन सय ९३ रजत र छ सय कास्य पदक यसअघि नै तय भइसकेको छ। प्रतियोगिताका सिलसिलामा चार सय आठ प्रतिस्पर्धा हुनेछन्। प्रतियोगिताका लागि लोगो, मस्कट र नारा छनोट भइसकेको छ। प्रतियोगिता सम्पन्न गर्न करिब ६० करोड बजेटको सुनिश्चितता भएको छ।

प्रतियोगिता सञ्चालनका लागि आवश्यक पर्ने निर्देशिका स्वीकृत, मूल आयोजक समिति र अरू १३ विषयगत उपसमिति गठन तथा कार्यकारी समितिको सचिवालय स्थापनाको काम यसअघि नै सम्पन्न भइसकेको सचिव रेग्मीले बताए। प्रतियोगिताका सन्दर्भमा खेल सामग्री, पोसाक, कीट ब्यागलगायत खरिदका लागि लागत अनुमान कमिटी गठनमात्र होइन, खरिदका लागि बोलपत्र आह्वान पनि भइसकेको छ। प्रचारप्रसारको काम पनि यसअघि नै प्रारम्भ गरिसकिएको छ। अहिले खेलस्थलको अनुमगन र निरीक्षण गरी अन्तिम टुङ्गो लगाउने कार्य भइरहेको छ।

राष्ट्रिय ट्रफी, विजेता ट्रफी र मेडलको नमुना तयार गरी खरिद प्रक्रियासमेत अघि बढिसकेको आयोजक समितिले जानकारी दिएको छ। नेपालको साहसिक खेलका रूपमा ठूलो सम्भावना बोकेको क्यानोइङ तथा नेपालको परम्परागत छेलोलाई प्रदर्शनी खेलका रूपमा राखिएको छ। 'स्वास्थ्यका लागि खेल' भन्ने नारालाई सार्थकता प्रदान गर्न यस्ता राष्ट्रिय प्रतियोगिताले थप हौसला प्रदान गर्ने सचिव रेग्मी बताउँछन्।

निजी क्षेत्रका तर्फबाट पनि प्रतियोगितामा योगदान होस् भन्ने उद्देश्यले प्रायोजकका रूपमा उनीहरूलाई समावेश गर्ने तयारी भइरहेको युवा तथा खेलकुदमन्त्री महेश्वरजङ्ग गहतराजले बताए। उनले भने, "पोखरामा प्रतियोगिता आयोजना गर्ने सन्दर्भमा प्रदेश सरकार र स्थानीय सरकार अत्यन्तै उत्साहित छन्। बजेटको सुनिश्चितता भइसकेको छ।"

सहभागिता, समन्वय र सहजीकरण गर्न आह्वान

प्रतियोगितालाई सफल तुल्याउने सिलसिलामा सहभागिता, समन्वय र सहजीकरणका लागि आयोजक समितिले सातै प्रदेश सरकारलाई पत्राचार गरिसकेको छ। सातै प्रदेशका मुख्यमन्त्री, खेलकुद मन्त्रालयका पदाधिकारी र प्रमुख सचिवलाई भेटेर अधिकभन्दा अधिक खेलाडी सहभागी गराई खेल क्षेत्रको प्रतिस्पर्धाको स्तरवृद्धिमा सहयोग पुऱ्याउन अनुरोध गरिने सचिव रेग्मीले बताए। प्रतियोगिताअन्तर्गत अधिकांश खेलमा महिला र पुरुषको समान सहभागिता रहनेछ।

विगतमा सङ्घीय संरचनाको ढाँचामा हुँदै आएको राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता यसपटक भने प्रादेशिक संरचनामा पहिलोपटक हुन लागेको सचिव रेग्मी बताउँछन्। यसपटक गण्डकी प्रदेश खेलकुद परिषद्लाई सहआयोजकका रूपमा अघि सारिएको छ। सातै प्रदेशका खेलकुदमन्त्री रहने गरी समन्वय समिति गठन गरिएको छ।

कोरोना सङ्क्रमण, पर्यटक आगमनको याम (सिजन) तथा प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा निर्वाचनको मुखैमा प्रतियोगिता हुन लागेकाले खेलाडी व्यवस्थापनलगायतमा केही चुनौती आउनसक्ने पूर्वानुमान गरी पर्याप्त होसियारी अपनाइएको आयोजक समितिले जनाएको छ।

राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको इतिहास

पहिलो राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता २०३८ भदौ २७ देखि असोज ४ गतेसम्म काठमाडौँमा भएको थियो। उक्त प्रतियोगितामा बागमती अञ्चल विजयी भएको थियो। उक्त प्रतियोगितामा दुई सय २३ महिलासहित एक हजार चार सय ४३ खेलाडीले १६ खेलमा दुई सय २६ पदकका लागि प्रतिस्पर्धा गरेका थिए।

विसं २०४० चैत १२ देखि २० गतेसम्म पोखरामा आयोजना भएको दोस्रो राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा १९ खेल विधामा तीन सय ७० पदकका लागि पाँच सय ३९ महिलासहित दुई हजार ५७ खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धा भएको थियो। विसं २०४२ फागुन २३ देखि चैत १ गतेसम्म वीरगन्जमा भएको तेस्रो राष्ट्रिय खेलकुदमा सात सय ३८ महिलासहित दुई हजार सात सय ७५ खेलाडी २१ खेल विधामार्फत तीन सय ७० पदका लागि प्रतिस्पर्धा गरेको इतिहास छ।

बाँकेको नेपालगञ्जमा २०५५ चैत ८ देखि १४ गतेसम्म पाँच विकास क्षेत्र, नेपाली सेना र नेपाल प्रहरीको टोलीले १२ खेल विधामार्फत चार सय ६९ पदकका लागि प्रतिस्पर्धा गरेकामा मध्यमाञ्चल विजयी भएको थियो। उक्त चौथो राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा एक हजार छ सय ६२ खेलाडीबीच पदकका लागि भिडन्त भएको थियो।

काठमाडौँमा २०६५ चैत २४ देखि ३० गतेसम्म भएको पाँचौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा पाँच विकास क्षेत्र, नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी बल र तत्कालीन जनमुक्ति सेनाबीच प्रतिस्पर्धा भएकामा मध्यमाञ्चल विजयी भएको थियो। प्रतियोगितामा छ सय ४६ पदक र १३ खेल विधा कायम गरिएको थियो।

यस्तै, सुदूरपश्चिमको कैलाली, कञ्चनपुर र डडेल्धुरामा २०६८ चैत २४ देखि २८ गतेसम्म भएको छैटौँ राष्ट्रिय प्रतियोगितामा पाँच विकास क्षेत्र, नेपाली सेना, एपिएफ, त्रिभुवन विश्वविद्यालय र तत्कालीन जनमुक्ति सेनाका एक हजार तीन सय ९४ महिलासहित तीन हजार छ सय २८ खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धा भएको थियो। उक्त प्रतियोगितामा मध्यमाञ्चल विजयी भयो। प्रतियोगितामा ३६ खेल विधा र एक हजार तीन सय ८६ पदक कायम गरिएको युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयको तथ्याङ्कमा उल्लेख छ।

यसैगरी, पूर्वाञ्चल विकास क्षेत्रको झापा, मोरङ, सुनसरीलगायत जिल्लामा २०७३ पुस ८ देखि १५ गतेसम्म भएको सातौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा ३१ खेल विधाका लागि नौ सय दुई पदक कायम गरिएको थियो। प्रतियोगितामा पाँच विकास क्षेत्र र तीन विभागीय टिमका एक हजार छ सय ६९ महिलासहित तीन हजार नौ सय ७२ खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धा भएको हो।

आठौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता २०७५ वैशाख ५ देखि ११ गतेसम्म बाँके, बर्दिया, दाङलगायत जिल्लामा सम्पन्न भएको थियो। उक्त प्रतियोगितामा दुई हजार चार सय नौ महिला खेलाडीसहित पाँच हजार तीन सय पाँच खेलाडीले ३५ खेल विधामार्फत एक हजार एक सय ५८ पदकका लागि प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। घुम्न अत्यन्तै अनुकूल मौसम र वातावरणमा हुन लागेको नवौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताले पोखराको पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न थप योगदान पुऱ्याउने विश्वास गरिएको छ।

फिचर - नारायणप्रसाद न्यौपाने

राष्ट्रिय प्रसारणलाइनमा थपियो २७ मेगावाट बिजुली

लमजुङ (रासस)। लमजुङबाट राष्ट्रिय प्रसारणलाइनमा २७ मेगावाट बिजुली थपिएको छ। हिमालयन पावर पार्टनर लिमिटेड कम्पनीद्वारा दोर्दी गाउँपालिकामा निर्माण गरेको दोर्दी जलविद्युत् आयोजना सम्पन्न भएसँगै २७ मेगावाट बिजुली राष्ट्रिय प्रसारणलाइनमा थपिएको हो।

गैरआवासीय नेपाली सङ्घ (एनआरएन)का पूर्वअध्यक्ष एवं प्रवर्द्धक हिमालय पावर पार्टनर लिमिटेडका अध्यक्ष जीवा लामिछाने र लगानीकर्ता आइएमई ग्रुपका अध्यक्ष चन्द्र ढकालको उपस्थितिमा उत्पादित विद्युत् राष्ट्रिय प्रसारणलाइनमा जडान भएको घोषणा गरिएको हो। एनआरएनका पूर्वअध्यक्ष लामिछानेले आफू अध्यक्ष रहेका बेला गैरआवासीय नेपालीले एनआरएन इन्फ्रास्ट्रक्चर एण्ड डेभलपमेन्ट कम्पनी खोलेर उक्त संस्थामार्फत यस जिल्लामा पहिलोपटक दोर्दीखोला जलविद्युत् आयोजनामा लगानी गरेको बताए। उनले नेपालमा सफल व्यवसायीसँग मिलेर काम गरेको र गैरआवासीय नेपालीको लगानीबाट उत्पादित विद्युत् राष्ट्रिय प्रसारणलाइनमा जडान भएकामा खुसी व्यक्त गरे।

त्यस्तै, आइएमई ग्रुपका अध्यक्ष ढकालले एनआरएनसँग मिलेर दोर्दीखोला जलविद्युत् आयोजनालाई अघि सारिएको र अहिले सम्पन्न भएको भन्दै खुसी व्यक्त गरे। आउँदा दिनमा ठूला जलविद्युत्, पर्यटन, पूर्वाधारलगायतमा लगानी गर्न उनले गैरआवासीय नेपालीलाई आग्रह गरेका छन्।

आयोजनाले २०७२ फागुनदेखि निर्माण थालनी गरेर २०७५ भदौ १५ गते विद्युत् उत्पादन गर्ने लक्ष्य राखेको थियो। भारतको नाकाबन्दी, अघिल्लो बर्खामा पावरहाउसमा मर्स्याङ्दी नदीको पानी छिरेर मेसिनरी सामग्रीमा पुऱ्याएको क्षति र सुरुङ निर्माण गर्ने क्रममा कमजोर चट्टान भेट्टिएकाले निर्माणमा ढिलाइ भएको आयोजना प्रमुख मुन्न शाक्यले बताए।

आयोजनाको बाँधस्थल दुई सय १२ मिटरको रहेको छ। बेँसीसहर नगरपालिका-११, रामचोकबेँसीमा विद्युत्गृह छ। नेपाल विद्युत् प्राधिकरण र उक्त कम्पनीका बीचमा पिपिए सम्झौता २०६९ असार १ गते भएको थियो। बाँधस्थल र विद्युतगृहको काम रसुवा कन्स्ट्रक्सन कम्पनी, पाइपलाइनको माछापुच्छ्रे मेटल एण्ड मेसेरेनरी कम्पनी र सुरुङ निर्माणको काम मल्टी इन्फ्रास्ट्रक्चर डेभलपमेन्ट कम्पनीको रहेको थियो।

आयोजनामा गैरआवासीय नेपाली सङ्घको ३५ दशमलव सात प्रतिशत, आइएमई ग्रुपको ३४ दशमलव तीन प्रतिशत र ३० प्रतिशत सर्वसाधारणको लगानी छ। तीन अर्ब ८६ करोडमा निर्माण सम्पन्न गर्ने लक्ष्यका साथ अघि बढे पनि निर्माण सम्पन्न हुँदा करिब पाँच अर्बभन्दा बढी खर्च भएको आयोजनाले जनाएको छ।

सुक्खायाममा आठ रुपैयाँ ४० पैसा र बर्खायाममा चार रुपैयाँ ८० पैसामा विद्युत् खरिद गर्ने सम्झौता (पिपिए) भएको आयोजनाले जनाएको छ। यसअघि जिल्लामा ७० मेगावाटको मध्यमर्स्याङ्दी जलविद्युत् केन्द्र, ५० मेगावाट क्षमताको माथिल्लो मर्स्याङ्दी 'ए' लगायत छ आयोजनाबाट राष्ट्रिय प्रसारणलाइनमा बिजुली जोडिएको छ।

ट्राफिक नियम पालना गरौँ दुर्घटनाबाट बचौँ र बचाऔँ।

कर्मचारी आवश्यकता

LIC (Nepal) Ltd. AM Office नारायणगढका लागि Business Manager पदमा केही अफिसरहरू आवश्यक भएको हुनाले हालसालै खिचिएको PP साइजको फोटो र शैक्षिक प्रमाणपत्रहरूको प्रतिलिपि सहित इच्छुक महिला तथा पुरूषहरूले तुरून्त सम्पर्क राखनुहोला।
संख्या : ५ योग्यता : Bachelor पास भएको हुनुपर्ने
उमेर : २५ देखि माथि ५० वर्ष ननाघेको हुनुपर्ने
पारिश्रमिक : ३५,०००+भत्ता
नोट : बिमा क्षेत्रमा अनुभव भएका व्यक्तिहरूलाई विशेष ग्राह्यता हुनेछ।
सम्पर्क ठेगाना :
LIC Counselling Office
जुनहलरोड, नारायणगढ
फोन : ०५६-५९६०७१, ९८५६०२८०४५

अमृतजस्तै शुद्ध अमृत मिनरल वाटर
अमृत Amrit
Purified Drinking Water
आधुनिक अमेरिकी रिभर ओसमोसिस प्रविधिबाट प्रशोधन गरिएको Double Sterillized भएको अमृत मिनरल।
सुप्रिम मिनरल वाटर एण्ड वेभरेज इण्डष्ट्रिज
पोखरा बसपार्क, नारायणगढ, चितवन, फोन: ०५६-५२११२०

अब विदेशमा DHL बाट सस्तोमा चिठी, पार्सल कुरियर गर्नुपरेमा हामीलाई सम्झनुहोला।
विदेशमा खानेकुरा सस्तोमा पठाइन्छ।
www.aramex.com
शंकरसिंह गुरुङ्ग
मो.: ९८४६३५०५८७, ९८११८७१५३०
फोन: ०५६-५२४८९१
सुपर फास्ट कुरियर प्रा. लि.
शहीदचोक, पिया मार्केट, नारायणगढ (सन्धो फर्माको पछाडी)
DHL EXPRESS | aramex delivery unlimited
अब स्वदेश तथा विदेशका लागि चिठ्ठी, पार्सल, औषधी छिटो भन्दा छिटो पठाउनु परेमा सिधै अफिसमा आएर बुक गरेमा सस्तोमा पठाईन्छ।
अबदेखि चिठी, पार्सल होम डेलिभरी गरिन्छ।

तु. आवश्यकता
अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा मान्यता प्राप्त कम्पनीमा थप शाखा बिस्तारका लागि केही इमान्दार, मेहनती र लगनशील कर्मचारीको आवश्यकता।
पद : Branch Manager सम्म योग्यता र अनुभवको आधारमा
योग्यता : SEE, +2, Graduate and above
आम्दानी : कम्पनीको नियमअनुसार 40000/- भन्दामाथि (तालिम पश्चात)
नोट : दर्ता शुल्क लाग्नेछैन, फ्रि तालिम, टाढाबाट आउनेलाई खाने र बस्ने व्यवस्था
Contact
Max well Nepal Organisation Pvt. Ltd.
9826120828, 9814541838
सहिदचोक, नारायणगढ

घर घडेरी सेवा
जनहितमा जारी...
घर घडेरी खरिद-बिक्री सेवा लिने सोचमा हुनुहुन्छ !
हजुरहरुको ब्यक्तीगत जानकारीहरु सुरक्षित रहलान त ?
तसर्थ
कम्पनी मार्फत सेवा लिनुहोस्।
WWW.GHARGHADERISEWA.COM.NP /GHARGHADERISEWA
घर घडेरी सेवा प्रा. लि. 056-598998, 9855030998, 9855031998

Pro. Rajendra Chaudhary
AC POWER SOLUTION
Sangam Road, Bharatpur-3, Narayangarh, Chitwan
Mob : 9845248098, 9861480311
acpowersolution2069@gmail.com, www.acpowersolution2069.com
Servo Stabillizers, Stabillzer, Transformer, Isolation Transformer Invertors, A.C. & D.C. Drivers, Battery Chargers, Rectifiers, Dimmers, Power Suppliers & U.P.S. etc.

श्री राम पार्टी प्यालेस
एण्ड नव दुर्गा पार्टी प्यालेस
गैंडाकोट-२, नवलपरासी
कन्टिनेन्टल बोर्डिङ स्कूलसँगै
नारायणगढ | गैंडाकोट

कार्यालय सरेको सूचना
शहीदचोकको राम मिष्ठान्न भण्डार बाट अविनाश ह्याचरी आनन्दमार्गमा कार्यालय सरेको सम्पूर्ण ग्राहक वर्ग, शुभचिन्तक हरुमा जानकारी गराउदछौं।
We are Shifted
चितवन गुराँस इन्भेष्टमेण्ट एण्ड डेभलपर्स प्रा. लि.
"हामी सबैको रहर, सुन्दर घर व्यवस्थीत शहर"
चितवन तथा नवलपरासीमा किस्ताबन्दिमा घर/घडेरी बिक्रि गर्ने विश्वासिलो कम्पनी
प्रेमबस्ती आवासिय क्षेत्र (प्रेमबस्ती स्कूल पछाडी) | वारहघरे आवासिय क्षेत्र (पुलचोक बाट ३ कि.मि. दक्षिण) | गैंडाकोट आवास क्षेत्र (कफेस चोक बाट ५०० मि. दुरीमा) | पिठ्वा आवास क्षेत्र
सम्पर्क : ९८०२९५६०३३, ९८५५०५९८५३, ०५६-५९८३१५, ०५६-५९८२१५ भरतपुर-३, आनन्दमार्ग

व्यवसायिक सटरहरू भाडामा घरघडेरीहरू सरल किस्ताबन्दीमा बिक्रीमा
१. गंगा प्लाजा सौराहाचोक, टाँडीमा निर्मित व्यापार व्यवसाय अफिस, होलसेल पसलको लागि सटरहरू, गोदामका साथै सहकारी अफिसलाई अरसीसी भवनको पहिलो तलामा तयारी अवस्थामा भाडामा (To let) छ। कुनै प्रकारको नयाँ व्यवसाय तथा स्पोर्टस्, डिजिटल मूभी हल निर्माणको लागि पनि जग्गा भिबकभ दबकष्क मा उपलब्ध छ।
२. नारायणगढ, सहिदचोक नवील बैंकसँगै ३ वटा सटरहरू विभिन्न व्यपार व्यवसायका लागि भाडामा छ।
३. नारायणगढ गंगोत्री चोक, दुर्गाचोकमा होटल, रेस्टुरेनट, पसल, टेलर्स आदिका लागि भाडामा छ।
४. अस्थाचोक, भरतपुर-९ राजमार्गसँगै करिब ९ कट्ठा जग्गा रेस्टुरेन्टका लागि अति उपयुक्त कम्पाउण्डसहितको एक टहरासहित भाडामा छ।
५. भरतपुर महानगरपालिका वडा नं. ३ आनन्द कोलोनीमा ४ कोठाको घर, घडेरीहरू सरल किस्ताबन्दीमा धमाधम बिक्रीमा रहेको छ।
६. साथै भरतपुर महानगरपालिका अस्थाचोक, गैंडाकोट, पदमपुर, रत्ननगर, टाँडी, सौराहा चोकका व्यवसायिक तथा आवासीय घडेरीहरू धमाधम सरल किस्ताबन्दीमा बिक्रीमा छ।
सम्पर्क :
गंगा समूह
मोबाइल : ९८५५०५६०२५, ९८५५०५८१२८, ९८०२९५६०७१

chitwanaaja
निरन्तर खोज, निरन्तर समाचार
www.chitwanaaja.com
स्थानीय, राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय सबै समाचारका लागि हामीसँग जोडिनुहोस्।
विज्ञापन प्रशारण गर्नुपरेमा तथा मिडियाको सहयोग चाहिएमा सम्पर्क गर्नुहोस्।
९८५५०७७२६२, ९८४६९२३८४९
chitwanaaja@gmail.com

Hotel Happy Home
HOTEL HAPPY HOME
Kamalnagar, Narayangarh, Chitwan | Tel : 056-596239
(स्तरीय सुविधासम्पन्न रुमहरु तथा नारायणगढमै सदाबहार थारु खानाका परिकारहरु छानी छानी खान पाइने एक मात्र ठाउँ)

नेपाल सुनचाँदी व्यवसायी संघ नारायणगढ

हिजोको सुनचाँदी भाउ

	दर प्रति तोला
छापावाला	रु. ९४५०० ।-
तेजावी	रु. ९४२०० ।-
असली चाँदी	रु. ११६०।-

सौजन्य: हरेराम हरेकृष्ण सुनचाँदी पसल, मिलनरोड
नारायणगढ, फोन: ५२०५७३
(एक तोलामा ११.६६४ ग्राम हुन्छ)

आजको राशीफल

ज्यो.भुपेन्द्रराज घिमिरे
मो. ९८५५०५६१८०

मेष : चिताएको कामले तीव्रता लिनेछ, लाभदायक यात्राको सम्भावना देखिन्छ।	तुला : धन, वस्त्र र अलङ्कारको लाभ हुने योग छ, व्यापार व्यवसाय फस्टाउनेछ।
वृष : प्रतिस्पर्धीहरूले हार खानेछन्, व्यावसायिक कामकारोबारमा वृद्धि हुनेछ।	वृश्चिक : आक्षेप लगाउनेहरू सक्रिय हुनेछन् भने सहयोग गर्नेहरू पनि कमै भेटिन्छन्।
मिथुन : कार्यसम्पादनमा कठिनाइ हुने, काम दोहोऱ्याएर प्रयत्न गर्दा फाइदा हुनेछ।	धनु : धनसम्पत्तिको लाभ हुनेछ, अनुहारमा कान्ति र मनमा शान्ति छाउनेछ।
कर्कट : वादविवाद र झमेलाको सम्भावना छ, आयआर्जन सामान्य रहनेछ।	मकर : आँटेको र ताकेको कार्य पूरा हुनेछ, सामाजिक पद-प्रतिष्ठा प्राप्त हुनेछ।
सिंह : जोश, जाँगर र हिम्मत बढ्नेछ, धनार्जनका नयाँ स्रोतहरू पत्ता लाग्नेछन्।	कुम्भ : धार्मिक अनुष्ठान र सेवामूलक कामले प्रतिष्ठा दिलाउनेछ, पारिवारिक मतभेद रहनेछ।
कन्या : बचन पुऱ्याउन नसक्ता आलोचित बन्नुपर्ला, औषधि उपचारमा खर्च हुन सक्नेछ।	मीन : शरीरमा कमजोरी अनुभूति हुनेछ, चिताएको काम बिग्रनाले निराशा छाउनेछ।

नमस्ते शुभबिहानी यहाँहरूको दिनचर्या सुखद रहोस्!

ज्योतिषसम्बन्धी कार्य गर्नुपरेमा ...
हस्त लिखित एवं कम्प्युटरको माध्यमबाट चिनाकुण्डली बनाउने र हेराउने साथसाथै घरघडेरीको माटो हेर्ने, गृह निर्माण, वास्तुसम्बन्धी परामर्श, वैवाहिक जीवनमा आइपर्ने समस्या, शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारी अनि वैदेशिक यात्रा लगायत ग्रह, लग्न, राशीअनुसार औँठी रत्न, यन्त्र धारण गर्न, ग्रह शान्ति एवं सम्पूर्ण ज्योतिषीय उपचार र परामर्शका लागि–
सम्पर्क : ज्यो. भुपेन्द्र राज घिमिरे
राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय सम्मानद्वारा विभूषित
गोल्डमेडालिष्ट, केन्द्रीय सदस्य
नेपाल ज्योतिष परिषद एवं विश्व ज्योतिष महासंघ
अन्तर्राष्ट्रिय समिति
भरतपुर -०९, मिलनचोक, चितवन, मो.९८५५०५६१८०