जि.प्र.का. झापा दर्ता नं. १५०/२०७६/०१/१६

निष्कर्ष न्यूज

सूचना र सञ्चार, नागरिकको अधिकार

NISHKARSHA NEWS WEEKLY साप्ताहिक

वर्ष - ४ | अंक - ४२ | साउन १७ गते आइतबार २०८३ | Sunday 2 Aug, 2026 | मूल्य : रू. १५।-

स्वास्थ्य शिक्षा सुधारको बहसमा छुटेको एउटा पक्ष

✍ डा. सबिहा यासमिन

पृष्ठ २

साम्प्रदायीक हिंसाले त्रसित बन्दै समाज

सुनसरी/ बोलबम जाने क्रममा बजाइएको डिजे (चर्को ध्वनी) का बिषयलाई लिएर सुनसरीको कप्तानगन्जबाट शुरु भएको हिंसाको घटनाले समाजलाई त्रसित बनाएको छ। एक साताका बीचमा यो घटनासँग जोडिएर चार जनाको ज्यान गइसकेको छ भने दर्जनौं प्रहरी र प्रदर्शनकारीहरु घाईते भएका छन्।

कप्तानगञ्जमा ज्यान गुमाएका दुई युवकको शव पाँचौं दिन शुक्रबार मात्रै आफन्तले बुझेर अन्त्येष्टि गरेका छन्।। गृह मन्त्रालयसँगको ७ बुँदे सहमतिपछि आफन्तहरू शव बुझ्न तयार भएका हुन्।

गत आइतबार राति स्थानीय दुई समूहबीच भएको विवाद नियन्त्रणमा लिन प्रहरीले चलाएको गोली लागेर देवानगन्ज-४ का २५ वर्षीय ओमप्रकाश मेहताको घटनास्थलमै मृत्यु भएको थियो। त्यस्तै, देवानगन्ज-३ का २२ वर्षीय जयप्रकाश मेहताको उपचार क्रममा बिहीबार विराटनगरस्थित न्युरो अस्पतालमा मृत्यु भएको थियो।

घटनामा गोली लागेर घाइते भएका अन्य ६ जनाको विराटनगरका विभिन्न अस्पतालमा र दुई जनाको काठमाडौंमा उपचार भइरहेको छ। गृहमन्त्री सुधन गुरूङको उपस्थितिमा बिहीबार रातभर भएको वार्तापछि शुक्रबार बिहान ७ बुँदे सहमतिपत्रमा हस्ताक्षर भएको हो। सहमति अनुसार मृतकका परिवारलाई जनही १०/१० लाख रूपैयाँ राहत उपलब्ध गराइने, मृतकलाई सहिद घोषणा गर्ने, घटनाको निष्पक्ष छानबिन गरी दोषीलाई कारबाही गर्ने, परिवारका एक सदस्यलाई रोजगार दिने र उनीहरूको स्मृतिमा पार्क निर्माण गर्ने उल्लेख छ।

गाउँमा शोक र त्रास

घटनापछि देवानगन्ज गाउँपालिकामा शोक, अन्योल र त्रासको वातावरण देखिएको छ। गाउँपालिका उपाध्यक्ष कुमारी बिभा यादवका अनुसार ठूलो संख्यामा सेना र प्रहरी परिचालन गरिएको छ भने सुरक्षाका लागि कर्फ्यु जारी राखिएको छ। वर्षौंदेखि मिलेर बसेका दुई बाँकी ६ पेजमा ➲

सद्‌भाव विथोल्न खोजेको आरोपमा ६५ जना पक्राउ

नेपाल प्रहरीले साम्प्रदायिक तथा सामाजिक सद्भावमा खलल पुर्याउने गतिविधिमा संलग्न ६५ जनालाई पक्राउ गरेको छ। साउन १३ गतेदेखि १६ गते बिहान सम्ममा तराईका विभिन्न ७ जिल्लाबाट सो संख्यामा मानिसहरु पक्राउ परेका हुन्। पछिल्लो केही दिनयता तराईका जिल्लाहरूमा देखा परेको साम्प्रदायिक तनाव र सामाजिक सद्भाव बिथोल्ने प्रयासलाई नियन्त्रण गर्न प्रहरीले सक्रियता बढाएको छ। प्रहरी प्रधान कार्यालयले सार्वजनिक गरेको तथ्याङ्क अनुसार सबैभन्दा धेरै धनुषा जिल्लाबाट ४५ जना पक्राउ परेका छन्। त्यसैगरी, सर्लाहीबाट ९ जना, सिरहाबाट ५ जना, महोत्तरी र सुनसरीबाट २-२ जना तथा पर्सा र सप्तरीबाट १-१ जनालाई पक्राउ गरिएको छ। पक्राउ परेकाहरूमाथि सामाजिक सुव्यवस्था विरुद्धको कसुर वा सम्बन्धित कानुन अनुसार आवश्यक अनुसन्धान र कानुनी कारबाही अगाडि बढाइएको प्रहरीले जनाएको छ। नेपाल प्रहरीले कुनै पनि प्रकारको साम्प्रदायिक विद्वेष फैलाउने कार्यमा संलग्न नहुन र सामाजिक एकता कायम राख्न आम नागरिकमा अपील समेत गरेको छ।

सहकारीको कर्जा असुलीमा जमानीकर्ता जिम्मेवार

झापा/ समस्याग्रस्त सहकारी व्यवस्थापन समितिको कार्यालयले आफ्नो क्षेत्राधिकारभित्र रहेका समस्याग्रस्त सहकारी संस्थाका ऋणी तथा बचतकर्ताका लागि सेवा प्रवाह सहज बनाउने उद्देश्यले नयाँ सार्वजनिक सूचना जारी गरेको छ। समितिले सहकारी ऐन, नियम तथा कार्यविधिअनुसार ऋण असुली, बचत फिर्ता, बचत-ऋण मिलान तथा मेलमिलाप प्रक्रियाबारे स्पष्ट व्यवस्था सार्वजनिक गरेको हो।

समितिले समस्याग्रस्त सहकारीबाट लिएको ऋणमा बाँकी रहेको ब्याज वा हर्जाना मिनाहा गर्ने अधिकार आफूलाई नरहेको स्पष्ट पारेको छ। यससम्बन्धी परेका निवेदनमाथि कुनै कारबाही नगरिने समितिले जनाएको छ। समितिका अनुसार २०७६ साउन १ गतेदेखि ऋणको ब्याज गणना गर्दा अधिकतम १६ प्रतिशतका दरले हिसाब गरिनेछ। सोभन्दा अघिको अवधिको हकमा भने ऋणी र सहकारीबीच भएको तमसुक वा सम्झौतामा उल्लेखित ब्याजदर नै लागू हुने जनाएको छ।

त्यस्तै, हर्जानाको गणना गर्दा तिर्न बाँकी ब्याज रकमको पाँच प्रतिशत मात्र कायम गरिने व्यवस्था गरिएको छ।

समितिले ऋणी र बचतकर्ताबीचको बचत-ऋण मिलान प्रक्रिया पनि स्पष्ट पार्दै पाँच लाख रुपैयाँसम्मको बचत रकम पूर्ण रूपमा मिलान गर्न सकिने जनाएको छ। पाँच लाखभन्दा बढी बचत हुने हकमा भने ५० प्रतिशतसम्म (अधिकतम ५० लाख रुपैयाँ) मात्र मिलान गरिने सूचनामा उल्लेख छ।

यद्यपि, मिलान प्रक्रियामा ऋणीले तिर्नुपर्ने कुल रकमको २० प्रतिशत अनिवार्य रूपमा बैंकमा नगद जम्मा गरेपछि मात्र बाँकी ८० प्रतिशत रकम मिलान गर्न पाइने व्यवस्था गरिएको छ।

यस्तै समितिले ऋणीले नियमानुसार ऋण नतिरेमा वा ऋणी सम्पर्कमा नआएमा ऋण चुक्ता गर्ने सम्पूर्ण दायित्व तथा जिम्मेवारी जमानीकर्ताको हुने स्पष्ट पारेको छ। साथै ऋण पूर्ण रूपमा असुल उपर नभएसम्म ऋणी तथा जमानीकर्ता दुवैको नाममा रहेका बैंक खाताहरू रोक्का रहनेछन्। खाता फुकुवा सम्बन्धी निवेदन उपर कुनै कारबाही नचलाइने समितिले जनाएको छ।

समितिले हालसम्म अचल सम्पत्तिका आधारमा बचत मिलान गर्ने व्यवस्था लागू नगरेको जनाएको छ। तर ऋणी र बचतकर्ताबीच आपसी सहमतिमा नगद वा अचल सम्पत्तिमार्फत बाँकी ६ पेजमा ➲

कोशीमा गठबन्धन फेरिएपनि सरकार नफेरिने

बिराटनगर/ देशैभर प्रदेश सरकार हेरफेरका लागि नेकपा एमाले र नेपाली कम्युनिष्ट पार्टीबीच बनेको नयाँ गठबन्धनका बाबजुद कोशी प्रदेशमा हिक्मतकुमार कार्की नेतृत्वकै सरकार कायम रहने निश्चीत भएको छ।

एमाले-नेकपा गठबन्धनसँगै मुख्यमन्त्रीसहित कोशी सरकार परिवर्तन हुने चर्चा चलेपनि कोशीमा एमालेकै नेतृत्वमा सरकार बनाउने ति दुई पार्टीबीचको सहमति अनुसार एमालेलेनै मुख्यमन्त्री पाउने भएको र वर्तमान मुख्यमन्त्री हिक्मतकुमार कार्कीकै नेतृत्व कायम रहने भएको हो।

एमालेले मुख्यमन्त्री फेर्ने चर्चा चलेको भएता पनि पटक पटक सरकार परिवर्तनको श्रृखंलाले नकारात्मक सन्देश जाने देखिएपछि पार्टी अध्यक्ष केपी शर्मा ओली र महासचिव शंकर पोखरेल लगायतका नेताहरुबीच कार्की नेतृत्वको प्रदेश सरकारलाईनै निरन्तरता दिइने भएको हो। अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीले भने कार्कीलाई हटाएर ताप्लेजुङका सांसद तिलकुमार मेन्याङ्बोलाई मुख्यमन्त्री बनाउने चर्चा चलेको थियो।

वर्तमान मुख्यमन्त्री कार्की नेतृत्वको सरकारमा रहेका कांग्रेसका मन्त्रीहरु भने नयाँ राजनीतिक समिकरणसँगै हट्नेछन। उनीहरुको स्थानमा नेकपाले मन्त्रीहरु पाउनेछ। सरकारमा सहभागिताका लागि नेपाली कम्युनिस्ट पार्टी (

नेकपा)ले आफ्ना तीन सर्त रहेको जनाएको छ।

वर्तमान बजेटलाई यथास्थितिमा बोकेर जान नसकिने उल्लेख गर्दै नेकपा संसदीय दलका नेता इन्द्रबहादुर आङ्बोले पहिलो सर्तको रुपमा पूरक बजेट ल्याउन एमाले तयार हुनुपर्ने बताएका छन्। ‘उनीहरूले ल्याएको बजेट सच्याएर पूरक बजेट ल्याउनुपर्छ। यही बजेट बोक्ने गरी हामी सरकारमा जाँदैनौं,’ आङ्बोले भने।

नेकपाले कोशी प्रदेशको नामकरणपछि उत्पन्न असन्तुष्टिलाई सम्बोधन गर्नुपर्ने दोस्रो सर्त राखेका छन्। त्यसका लागि बाँकी ५ पेजमा ➲

दमक बहुमुखी क्याम्पसको

सूची दर्ता गर्ने सम्बन्धी सूचना

प्रथम पटक प्रकाशित मितिः २०८३।०४।०४ गते

दमक बहुमुखी क्याम्पसका लागि आ.व. २०८३३२०८४ मा तपशिलमा उल्लेख गरिए बमोजिमका सेवा तथा सामाग्री आपूर्ति गर्न चाहने इजाजत प्राप्त व्यक्ती, आपूर्तिकर्ता, फर्महरुबाट फर्म दर्ताको अधावधिक नविकरण भएको प्रमाणपत्र, मु.अ.कर दर्ता प्रमाणपत्र (मु.अ.करमा दर्ता हुन नपर्नेको हकमा सोको आधिकारिक कागजात), कर चुक्ता प्रमाणपत्र तथा अन्य प्रमाणपत्रहरुको प्रतिलिपीहरु लगायत आफुले गर्न चाहेको कार्य उल्लेख गरी छुटा छुटै निवेदन सार्वजनिक खरिद नियमावली २०६४ को अनुसूची २ क बमोजिम ढाँचामा तयार गरी मिति २०८३।०४।२५ गते कार्यलय समय भित्रमा दमक बहुमुखी क्याम्पस कार्यालयमा सूची दर्ता गर्नु हुन सम्बन्धित सबैको जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

तपसिल :-

१. स्टेशनरी तथा मसलन्दका सामाग्री उपलव्ध गराउन।

२. पुस्तकालयका लागी आवश्यक पुस्तकहरु उपलव्ध गराउन। व्यवस्थापन, विज्ञान, मानविकी र शिक्षा समूह अर्न्तगतका पुस्तकहरु स्नातक तथा स्नात्तकोतर तहका व्यवस्थापन, मानविकी, विज्ञान तथा शिक्षा शास्त्र संकाय अन्तर्गत वार्षीक तथा सेमेष्टरका पुस्तकहरु।

३. कार्यालयमा प्रयोग हुने छपाई सम्वन्धीका कार्यहरु गर्न।

४ कम्प्युटर, प्रिन्टर, फोटोकपी, डाटा कार्ड प्रिन्टर, एयर कन्डीसनर, टेलिफोन सेट, यु.पि.यस तथा इलेक्टोनिक्स सामान (पार्ट सहित) सप्लाई एवं मर्मत तथा प्रिन्टर, फोटोकपीका नयाँ टोनर कार्टिज, डाटा कार्ड, डाटा कार्ड रिवन सप्लाई र रिफील सम्बन्धी र सवै प्रकारका नेटवर्कीङ्ग सम्बन्धीका कार्यहरु गर्न।

५. विज्ञान प्रयोगशालाका लागी चाहिने आवश्यक केमिकल तथा उपकरणहरु सप्लाई तथा मर्मत गर्न।

६ विधुतिय तथा प्लम्वीङ्गका सामाग्री उपकरणहरु उपलव्ध गराउन तथा आवश्यक परेमा उपस्थित भई कार्य समेत गर्न।

७. टाई तथा टि. सर्ट सप्लाई सम्वन्धीका कार्यहरु गर्न।

८. फर्निचर तथा फनिसिङ्गका सामानहरु सप्लाई गर्न।

९. प्राविधिक तथा परामर्श सेवा सम्वन्धी।

दरखास्तका साथ पेश गर्नु पर्ने कागजातहरु :

१. फर्म तथा कम्पनी दर्ताको प्रमाणित प्रतिलिपी।

२. स्थायी लेखा नम्बर, मु.अ.कर दर्ता प्रमाणको प्रतिलिपी।

३. अघिल्लो आ.व.का. कर चुत्ता गरेको प्रमाणको प्रतिलिपी।

अन्य जानकारीहरु :-

१. म्याद नाघि आएको, आवश्यक प्रमाणपत्रको प्रतिलिी संलग्न नभएको वा रीत नपुगेको निवेदन उपर कुनै कारवाही हुने छैन।

२. सुचिकृत भएका विक्रेता, फर्म, सस्था वा कम्पनिहरुले सन्तोषजनक सेवा वा सामान सप्लाई नगरेको खण्डमा सूची वाट हटाइने छ। यस उपर कुनै दावि विरोध गर्न पाइने छैन।

३. यस सूचना अनुसार दर्ता भएका सूची आ.व. २०८३।०८४ सम्मका लागि मात्र मान्य हुने छ।

४ विस्तृत जानकारीका लागी दमक बहुमुखी क्याम्पसको प्रशासन शाखामा संम्पर्क राख्न सकिने छ।

५. छ। मौजुदा सूचीमा दर्ता हुनका लागी दिइने निवेदनको ढाँचा www.damakcampus.edu.np बाट डाउनलोड गर्न सकिने

क्याम्पस प्रशासन

दमक बहुमुखी क्याम्पस (दमक झापा)

website www.damakcampus.edu.np Email: damakcampus@gmail.com

सामाजिक सद्भाव जोगाउनु आजको आवश्यकता

सुनसरीको देवानगञ्जबाट सुरु भएको साम्प्रदायिक तनावले केही दिनमै सिराहा र धनुषासम्म प्रभाव पार्नु अत्यन्तै चिन्ताजनक घटना हो। बोलबम यात्री र स्थानीय समुदायबीच भएको सामान्य असमझदारीले हिंसात्मक रूप लिनु र त्यसलाई समयमै नियन्त्रण गर्न नसक्नुले हाम्रो सामाजिक तथा प्रशासनिक संयन्त्र दुवैका कमजोरी उजागर गरेको छ। प्रहरीको बल प्रयोगका क्रममा तीन जनाले ज्यान गुमाउनु र दर्जनौं घाइते हुनु अत्यन्त दुःखद तथा निन्दनीय अवस्था हो। कुनै पनि परिस्थितिमा मानवीय जीवनभन्दा ठूलो कुरा हुन सक्दैन।

नेपाल बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक तथा बहुधार्मिक मुलुक हो। यही विविधता हाम्रो पहिचान र शक्ति हो। तर यही विविधतालाई गलत सूचना, अफवाह, राजनीतिक स्वार्थ वा धार्मिक उत्तेजनाले विभाजनको माध्यम बनाउने प्रयास भइरहँदा समाज थप संवेदनशील बन्दै गएको छ। सामान्य विवादलाई साम्प्रदायिक रंग दिँदा त्यसको असर केवल सम्बन्धित क्षेत्रमै सीमित रहँदैन, सम्पूर्ण मुलुकको सामाजिक सद्भावमा नकारात्मक प्रभाव पर्छ।

यस्ता घटनामा स्थानीय समुदाय, धार्मिक अगुवा, नागरिक समाज, राजनीतिक दल तथा सुरक्षा निकाय सबैको भूमिका समान रूपमा महत्वपूर्ण हुन्छ। विवाद उत्पन्न हुनेबित्तिकै संवाद, समन्वय र संयमताबाट समाधान खोज्ने संस्कृतिको विकास आवश्यक छ। बल प्रयोग अन्तिम विकल्प हुनुपर्छ, पहिलो होइन। साथै घटनाको निष्पक्ष छानबिन गरी दोषी जोसुकै भए पनि कानुनी दायरामा ल्याइनुपर्छ। निर्दोष नागरिकले ज्यान गुमाउनुपर्ने अवस्था दोहोरिनु हुँदैन।

सामाजिक सञ्जालमार्फत फैलाइने अपुष्ट सूचना र उत्तेजक अभिव्यक्तिले पनि यस्ता घटनालाई थप भड्काउने गरेको छ। त्यसैले नागरिक स्वयं पनि जिम्मेवार र सचेत बन्न आवश्यक छ। सत्यतथ्य पुष्टि नगरी कुनै पनि सामग्री साझा गर्नु सामाजिक उत्तरदायित्व विपरीतको कार्य हो।

नेपालको बल यसको धार्मिक सहिष्णुता, पारस्परिक सम्मान र सहअस्तित्वमा निहित छ। यही मूल्यलाई कमजोर बनाउने कुनै पनि गतिविधि राष्ट्रहित विपरीत हुन्छ। वर्तमान घटनाबाट सबै पक्षले गम्भीर पाठ सिक्दै संवाद, विश्वास र कानुनको शासनलाई प्राथमिकता दिन सक्नुपर्छ। सामाजिक सद्भाव कायम राख्नु सरकारको मात्र होइन, प्रत्येक नागरिकको साझा दायित्व हो। सहिष्णुता, संयम र आपसी सम्मानको संस्कृतिलाई अझ सुदृढ बनाउन सके मात्र यस्ता दुःखद घटनाको पुनरावृत्ति रोक्न सकिनेछ।

स्वास्थ्य शिक्षा सुधारको बहसमा छुटेको एउटा पक्ष

✍ डा. सबिहा यासमिन

नेपालको स्वास्थ्य शिक्षा प्रणाली आज जुन अवस्थामा पुगेको छ, त्यो केवल सरकारी प्रयासको परिणाम होइन। सरकार, विश्वविद्यालय, नियामक निकाय र निजी क्षेत्रको संयुक्त योगदानले आजको स्वास्थ्य प्रणाली निर्माण भएको हो। पछिल्ला तीन दशकमा निजी मेडिकल कलेजहरूले चिकित्सा शिक्षा, विशेषज्ञ स्वास्थ्य सेवा, दक्ष जनशक्ति उत्पादन, आधुनिक अस्पताल पूर्वाधार निर्माण तथा रोजगारी सिर्जनामा उल्लेखनीय योगदान दिएको विषयमा कुनै दुइमत छैन।

तर पछिल्ला केही वर्षयता चिकित्सा शिक्षा सुधारको नाममा निजी मेडिकल कलेजहरूलाई हेर्ने दृष्टिकोण क्रमशः नकारात्मक बन्दै गएको देखिन्छ। सुधार आवश्यक छ, तर सुधारको नाममा निजी क्षेत्रलाई नै समस्याको मूल स्रोतका रूपमा प्रस्तुत गर्नु न्यायोचित होइन। कुनै पनि क्षेत्र सुधार्ने पहिलो शर्त त्यस क्षेत्रका सबै सरोकारवालालाई साझेदारका रूपमा स्वीकार गर्नु हो, प्रतिद्वन्द्वीका रूपमा होइन। तर, पछिल्लो समय नेपालको चिकित्सा शिक्षा र स्वास्थ्य क्षेत्र एक व्यक्ति र चरित्र प्रति बढी अनुग्रहीत बनेको देखिन्छ।

२०७५ पछिको नीतिगत परिवर्तन र बढ्दो अन्योल

चिकित्सा शिक्षा सम्बन्धी कानुनी व्यवस्था लागू भएपछि निजी मेडिकल कलेजहरूको भविष्यलाई लिएर अनिश्चितता बढेको छ। नियमन आवश्यक हुन्छ, तर नियमनको उद्देश्य लगानीलाई निरुत्साहित गर्नु होइन, गुणस्तर अभिवृद्धि गर्नु हो।

राष्ट्रिय चिकित्सा शिक्षा ऐन २०७५ ले निजी शिक्षण संस्थाहरूलाई ऐन लागू भएको १० वर्षभित्र गैरनाफामूलक तथा सेवामूलक संस्थामा रूपान्तरण गर्ने भनेको छ। तर यहाँ मूल प्रश्न उठ्छ–दशकौंअघि राज्यकै नीति, अनुमति र कानुनी प्रक्रियाअनुसार स्थापना भएका संस्थाहरूको स्वामित्व र संरचनालाई राज्यले एकतर्फी रूपमा परिवर्तन गर्न सक्छ ? यदि गर्न सक्छ भने त्यसको प्रभाव स्वास्थ्य क्षेत्रमा मात्र सीमित रहँदैन, यसले नेपालको समग्र लगानी वातावरणमा समेत गम्भीर सन्देश दिन्छ।

नीति राज्यको आवश्यकताबाट नकि, भावनात्मक दबाब

कुनै पनि मुलुकको नीति तत्कालीन आन्दोलन वा दबाबभन्दा पनि दीर्घकालीन राष्ट्रिय आवश्यकता, आर्थिक यथार्थ र भविष्यको मागलाई केन्द्रमा राखेर बन्नुपर्छ। दुर्भाग्यवश, पछिल्ला केही नीतिगत निर्णयहरूले नेपाललाई चाहिएको दिशाभन्दा विपरीत दिशातर्फ लैजाने संकेत गरिरहेका छन् भन्ने चिन्ता बढ्दो छ। आज विश्वका धेरै मुलुकहरू स्वास्थ्य शिक्षा निर्यात गरेर विदेशी मुद्रा आर्जन गरिरहेका छन्। नेपालसँग पनि त्यही सम्भावना छ। नेपालको चिकित्सा शिक्षा दक्षिण एशियामै विश्वासिलो मानिन्छ। यसलाई अझ अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा विस्तार गर्न सकिने प्रशस्त आधार छन्। तर हामीले क्षमता विस्तार गर्नेभन्दा भएका संरचनामाथि नै प्रश्न उठाउने प्रवृत्ति विकास गरिरहेका छौं।

भारत विस्तारतर्फ, नेपाल संकुचनतर्फ ?

भारतले पछिल्लो एक दशकमा मेडिकल कलेज र अध्ययन सिट उल्लेखनीय रूपमा विस्तार गरेको छ। उद्देश्य स्पष्ट छ– आन्तरिक आवश्यकता पूरा गर्नुका साथै अन्तर्राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा बजारमा आफ्नो उपस्थिति बलियो बनाउनु। नेपालले पनि यही अवसरलाई उपयोग गर्नुपर्ने हो। विदेशी विद्यार्थीलाई आकर्षित गर्न सकियो भने यसबाट विदेशी मुद्रा आर्जन, रोजगारी सिर्जना, अनुसन्धान विस्तार तथा विश्वविद्यालयहरूको आर्थिक सुदृढीकरणमा ठूलो योगदान पुग्न सक्छ। तर, विडम्बना राज्यको नीति निर्माणमा रहेकाहरूको भूमिका हेर्दा आफ्नो घरमा आगो सल्काएर छिमेकीको घरमा ताप्न जाने जस्तो भयो।

नेपालमा चिकित्सा शिक्षाको क्षमता विस्तारभन्दा पनि निजी क्षेत्रको भूमिका सीमित गर्ने बहसले प्राथमिकता पाइरहेको देखिन्छ। यसले स्वास्थ्य शिक्षा क्षेत्रमा लगानी गर्न इच्छुक स्वदेशी तथा विदेशी लगानीकर्तामा समेत नकारात्मक सन्देश गइरहेको मात्र छैन। तीन दशक देखि नेपालको चिकित्सा शिक्षा र स्वास्थ्य क्षेत्रमा समर्पित लगानीकर्ताहरू पनि पलायन हुने परिस्थिति बनिरहेको अवस्था छ।

नर्सिङ शिक्षाले दिएको पाठ

चिकित्सा शिक्षा सम्बन्धी नीतिगत परिवर्तनपछि नेपालका धेरै नर्सिङ कलेजहरू बन्द भए। त्यसपछि सीमावर्ती भारतीय क्षेत्रमा नेपाली विद्यार्थीलाई लक्षित गरेर नयाँ नर्सिङ कलेजहरू खुले। यसबाट एउटा प्रश्न उठ्छ– यदि नेपालले आफ्नै शैक्षिक क्षमता खुम्च्याउँदै जाने हो भने त्यसको लाभ अन्ततः कसलाई पुग्छ ? नेपालमा अध्ययन गर्न सक्ने विद्यार्थी विदेश जान बाध्य हुनु भनेको केवल शैक्षिक विषय होइन, यो विदेशी मुद्रा बाहिरिने, जनशक्ति पलायन हुने र राष्ट्रिय अवसर गुम्ने विषय पनि भएकोले राज्य सञ्चालकहरूले यस विषयमा गम्भिर बन्नै पर्दछ।

निजी क्षेत्रको योगदानको निष्पक्ष मूल्याङ्कन आवश्यक

आज निजी क्षेत्रको लगानीकै कारण हजारौं चिकित्सक, नर्स तथा स्वास्थ्यकर्मी निजी मेडिकल कलेजबाट उत्पादन भएका छन्। लाखौं बिरामीले उपचार पाएका छन्। हजारौंले रोजगारी पाएका छन्। प्रदेशस्तरमा विशेषज्ञ स्वास्थ्य सेवा विस्तार भएको छ। यी यथार्थलाई बेवास्ता गरेर निजी क्षेत्रलाई केवल "नाफामुखी" वा "मेडिकल माफिया" का रूपमा चित्रण गर्नु न्यायोचित हुँदैन।

हामीले पटक पटक भनिरहेका छौं कि, कमजोरी जहाँ छन्, त्यहाँ सुधार गरिनुपर्छ। तर सुधार प्रमाणमा आधारित हुनुपर्छ, पूर्वाग्रहमा होइन। राज्य कसैप्रति पूर्वाग्रही बन्नु गलत हो।

चिकित्सा शिक्षाः नेपालको सम्भावित निर्यात उद्योग

नेपालको चिकित्सा शिक्षा गुणस्तरका आधारमा अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्ने अवस्थामा छ। यदि सरकारले स्पष्ट र स्थिर नीति अवलम्बन गर्ने हो भने नेपाल दक्षिण एशियाको महत्वपूर्ण चिकित्सा शिक्षा केन्द्र बन्न सक्छ। यसका लागि विदेशी विद्यार्थीको कोटा वैज्ञानिक रूपमा विस्तार गर्न सकिन्छ। मेडिकल कलेजहरूको वास्तविक क्षमताका आधारमा अध्ययन सिट पुनरावलोकन गर्न सकिन्छ। दुई सिफ्टमा अध्यापन सञ्चालन गर्ने सम्भावना अध्ययन गर्न सकिन्छ। मेरिटमा आधारित छात्रवृत्ति प्रणालीलाई अझ प्रभावकारी बनाउन सकिन्छ। रोकिएका शैक्षिक कार्यक्रमहरू आवश्यक मूल्याङ्कन पछि पुनः सञ्चालन गर्न सकिन्छ।

स्वास्थ्य बीमामा निजी क्षेत्रको अपरिहार्य भूमिका

चालू आर्थिक वर्षदेखि निजी स्वास्थ्य संस्था मार्फत गरिएको स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम बन्द गरियो। यसले बीमित सेवाग्राहीहरू प्रत्यक्ष मारमा परेको देखिन्छ। स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रमलाई प्रभावकारी बनाउन निजी अस्पताल र मेडिकल कलेजहरूको सक्रिय सहभागिता अपरिहार्य छ। बीमा भुक्तानी प्रणालीलाई पारदर्शी, समयमै र विश्वासिलो बनाउन सके नागरिक, सरकार र स्वास्थ्य सेवा प्रदायक सबै लाभान्वित हुनेथियो।

शिक्षा र लगानीप्रतिको विश्वास जोगाऔँ

एउटा प्रसिद्ध भनाइ छ–कुनै राष्ट्रलाई कमजोर बनाउनुपर्छ भने त्यसको शिक्षा प्रणाली कमजोर बनाइदेऊ। यो भनाइको सार शिक्षा कुनैपनि राष्ट्रको दीर्घकालीन शक्ति हो भन्नेमा केन्द्रित छ। त्यसैले नेपालले शिक्षा र स्वास्थ्य क्षेत्रमा लगानी गर्ने संस्थाहरूलाई निरुत्साहित गर्ने होइन, गुणस्तरका आधारमा अझ सक्षम बनाउने नीति लिनुपर्छ। निजी क्षेत्रलाई नियन्त्रण गर्नेभन्दा जिम्मेवार, उत्तरदायी र प्रतिस्पर्धी बनाउने नीतिले मात्र राष्ट्रिय हितलाई सेवा गर्छ।

सहकार्यको नयाँ अध्याय आवश्यक

निजी मेडिकल कलेजहरू सरकारका विरोधी होइनन्। उनीहरू चिकित्सा शिक्षा सुधारका विरोधी पनि होइनन्। उनीहरू नेपालको स्वास्थ्य प्रणालीका दीर्घकालीन साझेदार हुन्। राज्यले नियमन गर्नुपर्छ, गुणस्तर सुनिश्चित गर्नुपर्छ र नागरिकको हितलाई केन्द्रमा राख्नुपर्छ। तर त्यही राज्यले कानुनबमोजिम गरिएको लगानीको सम्मान, नीतिगत स्थायित्व, निजी सम्पत्तिको सुरक्षा र योगदानको निष्पक्ष मूल्याङ्कन पनि गर्नुपर्छ।

आज आवश्यक परेको कुरा निजी क्षेत्रलाई कमजोर बनाउने होइन, राज्य र निजी क्षेत्रबीच विश्वासको नयाँ अध्याय सुरु गर्ने हो। स्वास्थ्य शिक्षा सुधारको लक्ष्य निजी क्षेत्रलाई विस्थापित गर्नु होइन, राज्य र निजी क्षेत्रको सहकार्यबाट नेपाललाई चिकित्सा शिक्षा र स्वास्थ्य सेवाको क्षेत्रीय केन्द्रका रूपमा स्थापित गर्नु हुनुपर्छ। यही मार्गले राष्ट्रिय हित, लगानीको सुरक्षा र नागरिकको स्वास्थ्य–तीनै उद्देश्यलाई एकैसाथ सम्बोधन गर्न सक्छ। *(लेखक नेपाल मेडिकल कलेजको प्रबन्ध निर्देशक हुनुहुन्छ।)*

शिवसताक्षीमा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता

दुधे/ विश्व मानव बेचबिखनविरुद्धको दिवसको अवसरमा शिवसताक्षी नगरपालिकामा 'मानव बेचबिखन जोखिमको पहिचान र सुरक्षित रहने उपायहरू' विषयक निबन्ध लेखन तथा वाचन प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ। प्रतियोगितामा राष्ट्रिय रमणीय आदर्श माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थी झलेन्द्र मिश्र प्रथम भएका छन्। बिहीबार शिवसताक्षी नगरपालिकाको कार्यालयमा सम्पन्न प्रतियोगितामा परियोजना लागू भएका पाँच वडा (१, ४, ७, ८ र ११) का आठ सामुदायिक माध्यमिक विद्यालयबीच प्रतिस्पर्धा भएको थियो। प्रतियोगितामा अन्य सात विद्यालयलाई पछि पार्दै राष्ट्रिय रमणीय आदर्श माध्यमिक विद्यालयले प्रथम स्थान हासिल गरेको हो।

प्रतियोगितामा लक्ष्मी नारायण माध्यमिक विद्यालयकी छात्रा सिदिक्षा राई द्वितीय तथा शुक्र माध्यमिक विद्यालयकी छात्रा दिपिका ताजपुरिया तृतीय भइन्।

विजेता विद्यार्थीहरूलाई शिवसताक्षी नगरपालिकाका नगरप्रमुख मेगाहाङ थोप्रा, कारितास नेपालका वरिष्ठ परियोजना अधिकृत हिमालयन अधिकारी तथा नगरपालिकाका लेखा शाखा प्रमुख प्रकाश योङहाङ ले पुरस्कार तथा प्रमाणपत्र प्रदान गरे। "सुरक्षित आप्रवासनमार्फत मानव बेचबिखनविरुद्धको सबलीकरण परियोजना" अन्तर्गत कारितास नेपालले विश्व मानव बेचबिखनविरुद्धको दिवसको सन्दर्भ पारेर प्रतियोगिता आयोजना गरेको हो।

कार्यक्रममा नगरप्रमुख मेगाहाङ थोप्रा, लेखा शाखा प्रमुख प्रकाश योङहाङ तथा कारितास नेपालका वरिष्ठ परियोजना अधिकृत हिमालयन अधिकारीले मानव बेचबिखनविरुद्ध सचेतना अभिवृद्धिमा यस्ता कार्यक्रम प्रभावकारी हुने विश्वास व्यक्त गरे। प्रतियोगिताको निर्णायक मण्डलमा शिवसताक्षी नगरपालिकाका शिक्षा अधिकृत छवि ढकाल, महिला तथा बालबालिका शाखा प्रमुख देविना पराजुली तथा रोजगार संयोजक विदुर तिम्सिना रहेका थिए।

रंगपुरमा प्रयोगशालाको शुभारम्भ

लखनपुर/ कमल गाउँपालिका वडा नं ७ स्थित आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र, रंगपुरमा स्वास्थ्य परिक्षणका लागि आवश्यक प्रयोगशाला (ल्याब) सेवा सञ्चालनमा आएको छ। ल्याब सेवा शुभारम्भसँगै त्यहाँ एक दिने निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर पनि सञ्चालन गरिएको छ।

ल्याब सेवासँगै स्वास्थ्य शिविरको कमल गाउँपालिकाका अध्यक्ष हुकुम सिंह राईले उदघाटन गर्दै प्रयोगशालामा जडान गरिएका उपकरण, सामग्री तथा रसायनहरूबारे जानकारी लिए।

अध्यक्ष राईले ति सेवाको गुणस्तर र प्रभावकारितामा कमि हुन नदिन स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई निर्देशन दिए।

अध्यक्ष राईले गाउँपालिकाका दुर्गम तथा ग्रामीण क्षेत्रका नागरिकलाई सहज र गुणस्तरीय प्रयोगशाला सेवा घरआँगनमै उपलब्ध गराउने स्थानीय सरकारको लक्ष्य अनुसार ल्याब सेवा विस्तार गरिएको जानकारी दिए। उनले कमल-७ स्थित आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्रबाट खोप सेवा नियमित रूपमा सञ्चालन भइरहेको जानकारी दिँदै आगामी दिनमा आवश्यकता र स्रोतका आधारमा थप स्वास्थ्य सेवाहरू विस्तार गरिने प्रतिबद्धता गरे। गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत केशवकुमार ढकालले सरकारी स्वास्थ्य सेवालाई नागरिकस्तरमा पुरयाउन आधारभुत स्वास्थ्य केन्द्रहरुको भुमिका महत्वपूर्ण हुने बताए।

कमल नगर अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. फुलक चन्द्र लावतीले गाउँपालिकाभित्र रहेका अन्य आधारभूत

स्वास्थ्य सेवा केन्द्रहरूमा समेतसेवा विस्तारमा जोड दिए। उनले सबै वडाका नागरिकलाई प्रयोगशाला सेवा उपलब्ध हुनु आवश्यक रहेको उल्लेख गरे। सो अवसरमा वडाध्यक्ष पृथ्वीपति राईले वडाबासीको स्वास्थ्य सेवामा प्रतिबद्धता जनाए।

कार्यक्रममा कमल गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख दिपक दाहालले ल्याब सेवा विस्तार कार्यक्रमको उद्देश्यबारे प्रकाश पार्दै स्वागत गरेका थिए। ल्याब असिस्टेन्ट गीता न्यौपानेले सो केन्द्रबाट रगत, पिसाब (युरिन), दिसा (स्टुल),सुगर जाँच, परीक्षणका साथै गर्भवती महिलाका आवश्यक प्रयोगशाला परीक्षणहरू नियमित रूपमा सञ्चालन हुने जानकारी दिइन्।

ल्याब सेवा शुभारम्भसँगै आयोजित निःशुल्क स्वास्थ्य शिविरमा कमल नगर अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. फुलक चन्द्र लावतीले बिरामीहरूको निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण, परामर्श तथा उपचार सेवा प्रदान गरेका थिए। शिविरमा विभिन्न स्वास्थ्य समस्या भएका स्थानीय सेवाग्राहीले सेवा लिई लाभान्वित भएका थिए। ल्याब सेवा सञ्चालनमा आएपछि अब कमल-७ तथा आसपासका बासिन्दाले सामान्य प्रयोगशाला परीक्षणका लागि टाढा जानुपर्ने बाध्यता हट्ने अपेक्षा गरिएको वडाध्यक्ष राईले बताए। यस सेवाले समयमै रोग पहिचान, उपचार तथा गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको पहुँच विस्तारमा महत्वपूर्ण योगदान पुर्‍याउने विश्वास लिइएको छ।

चर्चित पर्वतारोही निर्मल पुर्जाको निधन

एजेन्सी/चर्चित आरोही निर्मल पुर्जाको निधन भएको छ। विश्वकीर्तिमानी नेपाली पर्वतारोही पुर्जाको पाकिस्तानको ब्रोड पिक हिमालमा आएको हिमपहिरोमा परी निधन भएको हो।

पुर्जा संस्थापक रहेको आरोहण कम्पनी 'इलाइट एक्सपेड' ले शनिबार एक फेसबुक पोस्टमार्फत यस हृदयविदारक खबरको आधिकारिक पुष्टि गरेको हो। बिहीबार ८,०४७ मिटर अग्लो ब्रोड पिकमा आएको विनाशकारी हिमपहिरोमा पुर्जासँगै उनको टोलीका अन्य सदस्यहरूले पनि ज्यान गुमाएका छन्।

तीन जना पक्राउ

दमक/लागूऔषध कारोबारमा संलग्न रहेको आरोपमा दमकमा तीन जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ। जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाका अनुसार शुक्रबार साँझ करिब ६:३० बजे दमक नगरपालिका-४ आकाशे पुल नजिक पूर्व-पश्चिम राजमार्गमा चेकजाँचका क्रममा दुई वटा स्कुटरबाट यात्रा गरिरहेका तीन जनालाई नियन्त्रणमा लिइएको हो। प्रहरीले उनीहरूको साथबाट १ ग्राम ५२० मिलिग्राम ब्राउन हेरोइन तथा Tramadol Hydrochloride का ४,९६० क्याप्सुल बरामद गरेको जनाएको छ।

पक्राउ पर्नेमा सुनसरी इटहरी उपमहानगरपालिका-२० का ३४ वर्षीय बुद्ध राई, मोरङ मिक्लाजुङ गाउँपालिका-१ का २३ वर्षीय रोमी लिम्बु र दमक नगरपालिका-७ का २२ वर्षीय करण मल्लिक रहेका छन्। दुई वटा स्कुटरसमेत प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ। पक्राउ परेका तीनै जनामाथि लागूऔषध सम्बन्धी कसुरमा थप अनुसन्धान भइरहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाले जनाएको छ।

साप्ताहिक राशिफल

साउन १७ गते आइतबारदेखि साउन २३ गते शनिबारसम्म

ज्यो. दुर्गाप्रसाद भण्डारी

मेष (चू,चे,चो,ला,लि,लू,ले,लो,अ) साताको प्रारम्भमा व्यापार व्यवसायमा लाभ मिल्नेछ। चिकित्सा वा कृषिको क्षेत्रबाट मनग्य लाभ आर्जन गर्न सकिनेछ। पौष्टिक भोजनको सेवन गर्नुहोस् रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतामा वृद्धि हुनेछ। भौतिक संसाधन जुटाउन सक्नुहुनेछ। साताको अन्तिममा कार्यक्षेत्रमा सफलता मिल्नेछ। अरुको झैं झगडा सुल्झाउन हजुर अगाडि नबढ्नुहोला। सदैव भगवान भैरवको दर्शन गरेर दिनको प्रारम्भ गरौं। यो साताको शुभ रंग केशरी र निलो हो भने शुभ अंक ४ र ७ रहेको छ।

वृष (ई,ऊ,ए,ओ,वा,वी,वू,वे,वो) साताको प्रारम्भमा नयाँ कार्य प्रारम्भ गर्नको लागि उपयुक्त समय रहेको छ। बेरोजगार हुनेहरूको लागि रोजगारको सम्भावना देखिनेछ। साताको मध्यमा नोकरी वा पेशामा नयाँ अवसर मिल्नेछ। परिश्रमको तत्काल लाभ उठाउन सकिनेछ। साताको अन्तिममा आफूभन्दा ठूलाप्रति प्रेम र स्नेह बढ्नेछ। विलासितामा धन खर्च हुनेछ। सदैव हनुमान चालिसाको पाठ गरेर दिनको प्रारम्भ गरौं। यो साताको शुभ रंग हरियो र कलेजी हो भने शुभ अंक ३ र ४ रहेको छ।

मिथुन (का,की,कू,घ,ङ,छ,के,को,हा) साताको प्रारम्भमा स्वास्थ्यलाई लिएर खानपिनमा सजगता अपनाउनुहोस्। अनावश्यक धन खर्च हुन सक्छ। साताको मध्यमा स्वास्थ्य सबल रहनेछ। धर्मकर्ममा प्रवृत्त भइनेछ। साताको अन्तिममा कार्यक्षेत्रमा आत्मविश्वासको साथमा कार्य गर्नुहोस् सफलता मिल्नेछ। नोकरी वा पेशामा प्रगति हुनेछ। भगवान गणेशलाई दुवो अर्पण गरेर दिनको प्रारम्भ गरौं। यो साताको शुभ रंग पहेलो र सेतो हो भने शुभ अंक ४ र ८ रहेको छ।

कर्कट (ही,हू,हे,हो,डा,डी,डु,डे,डो) साताको प्रारम्भमा साझेदारी व्यापारबाट लाभ मिल्नेछ। व्यापार व्यवसायमा जीवन साथीको सहयोग मिल्नेछ। साताको मध्यमा परिवारसँग कुनै कुरालाइ लिएर असमझदारी बढ्न सक्छ। सवारी साधन चलाउँदा सावधान रहनुहोला। साताको अन्तिममा शुभचिन्तकहरूको सहयोग मिल्नेछ। व्यापार व्यवसायमा सहयोगीहरुले मनग्य लाभ पुऱ्याउनेछन्। सदैव हनुमान चालिसाको पाठ गरेर दिनको प्रारम्भ गरौं। यो साताको शुभ रंग रातो र निलो हो भने शुभ अंक ५ र ६ रहेको छ।

सिंह (मा,मी,मू,मे,मो,टा,टी,टू,टे) साताको प्रारम्भमा सहकारी संस्थाबाट नाम मिल्नेछ। छर छिमेकीसँग मनमुटावका योग छन्। साताको मध्यमा व्यापार विस्तारका योजनाहरू बन्नेछन्। श्रमको उपयुक्त फल मिल्नेछ। साताको अन्तिममा नयाँ पहिरनले व्यक्तित्वमा निखार आउनेछ। व्यापारिक लगानीमा जोखिम बढ्न सक्छ सावधान भयेर लगानी लगाउनुहोस्। सदैव काल भैरब को दर्शन गरी दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस्। यो साताको शुभ रंग निलो र पहेलो हो भने शुभ अंक ५ रहेको छ।

कन्या (टो,पा,पी,पु,ष,ण,ठ,पे,पो) साताको प्रारम्भमा व्यापार व्यवसायमा नयाँ अवसरहरू हात लागि पर्नेछ। विशिष्ट व्यक्तिहरूसँग निकटता बढ्नेछ। साताको मध्यमा कार्यक्षेत्रमा श्रमको अनुरूप सफलता नमिल्ला। नोकरी वा पेशामा नयाँ जिम्मेवारी मिल्नेछ। साताको अन्तिममा स्वास्थ्यलाई लिएर चिन्ता रहनेछ। आर्थिक पक्ष सामान्य रहनेछ। अध्ययनमा प्रगति हुनेछ। यो साताको शुभ रंग निलो र हल्का पहेलो हो भने शुभ अंक २ र ७ रहेको छ।

तुला (रा,री,रु,रे,रो,ता,ती,तू,ते) साताको प्रारम्भमा समाजसेवा वा राजनीतिमा जोडिएका व्यक्तिहरूको मानसम्मान बढ्नेछ। कार्यक्षेत्रमा योजनाबद्ध कार्य गर्नुहोस् सफलता पाइनेछ। साताको मध्यमा विद्यार्थीहरूलाई पढाइलाई लिएर वैदेशिक यात्राको मार्ग प्रशस्त हुनेछ। साताको अन्तिममा व्यापार व्यवसायमा लाभ र हनेछ। धार्मिक मठ मन्दिरको यात्रा र दर्शनका योग छन्। जीवनसाथीसँग अनुकूल समय बित्नेछ। यो साताको शुभ रंग हरियो र खैरो हो भने शुभ अंक ५ र ९ रहेको छ।

वृश्चिक(तो,ना,नी,नू,ने,नो,या,यी,यू) साताको प्रारम्भमा धैर्य र पराक्रममा वृद्धि हुनेछ। घरको सजावटमा धन खर्च हुनेछ। आर्थिक पक्ष सामान्य रहनेछ। साताको मध्यमा अरुको लागि श्रम र धन खर्च गर्नुपर्ने रहेको छ। आफन्तहरूसँग रमाइलो समय बित्नेछ। साताको मध्यमा विद्यार्थीहरूलाई शिक्षाको क्षेत्रमा नयाँ कुरा सिक्ने अवसर मिल्नेछ। प्रेम सम्बन्ध सुमधुर रहनेछ। नोकरी वा पेशामा भावनामा आएर निर्णय नलिनुहोला। सदैव भगवान विष्णुको दर्शन गरेर दिनको सुरुवात गर्नुहोस्। यो साताको शुभ रंग रातो र निलो हो भने शुभ अंक १ र ६ रहेको छ।

धनु (ये,यो,भा,भी,भू,ध,फा,ढा,भे) साताको प्रारम्भमा पारिवारिक चिन्ताले मन अशान्त रहनेछ। आकस्मिक हानि हुने सम्भावना रहेको छ। साताको मध्यमा विद्यार्थी वर्गहरूलाई शिक्षाको क्षेत्रमा नयाँ सफलता मिल्नेछ। पुराना गरिएका कार्यको प्रशंसा हुनेछ। साताको अन्तिममा उद्योग व्यापारमा नयाँ कीर्तिमान स्थापित गर्न सक्नुहुनेछ। आय आर्जनका नयाँ स्रोतहरू बन्नेछन्। सदैव भगवान सूर्यलाई अर्घ्य दिएर दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस्। यो साताको शुभ रंग केशरी र पहेलो हो भने शुभ अंक ३ र ५ रहेको छ।

मकर (भो,जा,जी,जू,जे,जो,ख,खी,खू,खे,खो,गा,गी) साताको प्रारम्भमा धनार्जनका नयाँ स्रोतहरू फेला पर्नेछन् साथै कार्यको उचित मूल्यांकन मिल्नेछ। मनोरञ्जनात्मक क्रियाकलापले मन उत्साहित रहनेछ। साताको मध्यमा कार्यक्षेत्रमा आफ्नो कार्य अरुको विश्वासमा नछोडौं। साताको अन्त्यमा व्यापार व्यवसायमा अपूर्ण योजनाहरू पूर्ण हुनेछन्। आर्थिक पक्ष सबल रहनेछ। उद्योग जगतमा नयाँ मापदण्ड स्थापित गर्न पाइएला। गायत्री मन्त्रको जप गरेर दिनको प्रारम्भ गरौं। यो साताको शुभ रंग सिन्दुरी र बैजनी हो भने शुभ अंक २ र ४ रहेको छ।

कुम्भ (गू,गे,गो,सा,सी,सू,से,सो,दा) साताको प्रारम्भमा वैदेशिक कारोबारबाट शुभ सूचना मिल्नेछ। छर छिमेकी तथा मित्रहरूसँग र माइलो समय बित्नेछ। साताको मध्यमा सरकारी नोकरीमा पद प्रतिष्ठा बढ्ने योग छ। महत्वकांक्षी योजनाहरू पूरा हुनेछन्। साताको अन्त्यमा पारिवारिक भ्रमणमा धन खर्चका योग छन्। अवसरवादीहरू सक्रिय र हनेछन्। सदैव भगवान शिवलाई चढाएर दिनको प्रारम्भ गरौ। यो साताको शुभ रंग निलो र सेतरो हो भने शुभ अंक ६ र ८ रहेको छ।

मीन (दी,दू,थ,झ,ञ,दे,दो,चा,ची) साताको प्रारम्भमा वैदेशिक रोजगार का नयाँ अवसरहरू मिल्नेछन्। स्वास्थलाई लिएर सचेत रहनुहोला। सवारी साधनमा धन खर्च हुनेछ। साताको मध्यमा कार्यक्षेत्रमा लिएको दायित्वलाई ईमानदारीपूर्वक निभाउनुहोस्। परिश्रम अनुरुपको फल मिल्नेछ। साताको अन्तिममा आफन्तहरूको साथमा रमाइलो समय बित्नेछ। पैतृक सम्पत्तिलाई लिएर चलिरहेको वादविवाद सुल्झिनेछ। सदैव गायत्री मन्त्रको जाप गरेर दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस्। यो साताको शुभ रंग खैरो र सुन्तला हो भने शुभ अंक ३ र ६ रहेको छ।

विश्व स्तनपान सप्ताह र बालबालिकाको स्वास्थ्य

विश्व स्तनपान सप्ताह प्रत्येक वर्ष मनाइने एक उत्सव हो। यो उत्सव १२० भन्दा बढी देशमा अगस्ट १ देखि ७ सम्म प्रत्येक वर्ष आयोजना गरिन्छ। २४ जुलाई २०२१ सम्मको तथ्याङ्कअनुसार विश्व स्तनपान हप्ता १२० भन्दा बढी देशहरूले आयोजना गर्ने गरेको पाइन्छ। वर्ल्ड अलायन्स फर ब्रेस्टफिडिङ एक्सन, विश्व स्वास्थ्य सङ्गठन र युनिसेफले एक साथ जीवनको पहिलो ६ महिनाका लागि पूर्ण स्तनपानलाई बढावा दिने लक्ष्य लिएर यो दिवस साताव्यापि रूपमा मनाउँदै आएको छ। यो उत्सवको उद्देश्य नयाँ आमाबुबाहरूको बीच जागरूकता पैदा गर्न र संसारभरमा शिशु स्वास्थ्यमा सुधार गर्नु हो।

विश्व स्तनपान हप्ता पहिलो पटक १९९२ मा वर्ल्ड अलायन्स फार ब्रेस्टफिडिङ एक्सनद्वारा १ देखि ७ अगस्टसम्म उत्सवका रूपमा मनाइएको थियो। विश्वव्यापी स्तनपान संस्कृतिलाई पुनः स्थापना गर्ने र जहिले पनि स्तनपानका लागि समर्थन प्रदान गर्ने लक्ष्यसहित युनिसेफ डब्ल्यूएचओ, व्यक्ति, सङ्गठनहरू र सरकार लगायत उनीहरूका साझेदार संस्थाहरूले मनाउने गर्छन्।

वर्ल्ड अलायन्स फार ब्रेस्टफिडिङ एक्सनले २०२१ का लागि स्तनपानको रक्षा- एक साझा जिम्मेवारी भन्ने नारा घोषणा गरेको छ। यस वर्ष पनि सधैं जस्तै अगस्ट १ देखि ७ सम्म सप्ताहव्यापि उत्सव मनाइने छ। यस विषयको साझा नारासहित उत्सव मनाउने एक मात्र कारण स्तनपानको लाभ र यसको महत्त्वका बारेमा सजग बनाउनु हो। यस वर्ष २०२१ को साझा विषय दिगो विकास लक्ष्य २०३० अभियानको विषयगत क्षेत्र २ सँग मिल्दोजुल्दो हुने गरी अगाडि बढाइएको छ। जसले स्तनपान र अस्तित्व, स्वास्थ्य र महिलाको स्थिति, बच्चाको स्वास्थ्य र राष्ट्रका बीचको सम्बन्धलाई हाइलाइट गर्छ।

स्तनपान सुरक्षाको महत्वबारे मानिसलाई सूचित गर्नु। स्तनपानलाई एक महत्त्वपूर्ण सार्वजनिक स्वास्थ्य जिम्मेवारीका रूपमा समर्थन र बहस गर्नु।

कार्यक्रमलाई अधिक प्रभावकारी बनाउन हरेक व्यक्ति, सङ्घसंस्था तथा सङ्गठनहरूलाई संलग्न गराउने। सार्वजनिक जनस्वास्थ्य सुधार गर्न स्तनपानको सुरक्षामा कार्य गर्ने समूह तयार गर्नु।

स्तनपान के हो ?

सामान्यतया शिशुलाई आफ्नै आमाको दूध चुसाउनु स्तनपान हो। स्तनपानको दुईवटा मूलभूत मापदण्ड छन्।

१. प्रारम्भिक स्तनपान

२. पूर्ण स्तनपान

प्रारम्भिक स्तनपान : प्रारम्भिक स्तनपान भन्नाले शिशु जन्मेको एक घण्टाभित्र आमाको दूध ख्वाउन सुरु गर्नु हो। यसो गर्नाले शिशुले दूध चुस्ने क्षमता प्राप्त गर्छ। शिशुको शरीरमा ग्लुकोजको कमी हुनबाट बचाउँछ। साथै बच्चा जन्मेदेखि केही दिनसम्म आउने पहेलो प्रकारको बिगौती दूधमा रोगसँग लड्न सक्ने प्रतिरक्षा क्षमता (एन्टिबडी) धेरै हुने भएकाले बच्चालाई रोग लाग्नबाट समेत बचाउने हुँदा यसलाई शिशुको पहिलो प्राकृतिक खोप पनि भनिन्छ।

नेपाल बहुसूचक सर्वेक्षण २०१९ अनुसार शिशु जन्मेको १ घण्टाभित्र स्तनपान गराउने आमाहरूको सङ्ख्या ४१.७ प्रतिशत मात्र छ भने पूर्ण स्तापान गराउने आमाहरू ६२.१ प्रतिशत छन् ।

पूर्ण स्तनपान : शिशु जन्मेदेखि ६ महिनासम्म आमाको दूध मात्र ख्वाउनु नै पूर्ण स्तनपान हो। शिशुका लागि आवश्यक पर्ने पानी, मिनिरल्स, ग्लोकोज तथा अन्य भिटामिन र रोग प्रतिरक्षात्मक तत्त्वसमेत आमाको दूधमा नै पर्याप्त हुने भएकाले अन्य कुनै पनि किसिमको थप खाना ख्वाउन आवश्यक हुँदैन। यसरी ६ महिनासम्म स्तनपान गराउँदा शिशुहरूको शारीरिक र मानिसक वृद्धि र विकासका लागि सहयोग पुग्छ। पूर्ण स्तनपान गराएका बच्चाहरूको दिमागी क्षमता अन्य बच्चाभन्दा तीक्ष्ण हुन्छ। सङ्क्रामक रोगबाट बच्ने र आर्थिक भार पनि नपर्ने तथा आमाको स्वास्थ्यमा समेत सकारात्मक फाइदा भएकाले स्तनपान अमृत समान हुन पुगेको छ। दीर्घकालीन रूपमा बच्चाको मृत्युदर घटाउनसमेत स्तनपानको भूमिका रहेको छ। शिशु ६ महिना पुग्नासाथ आमाको दूधका साथसाथै पोषिलो थप आहार ख्वाउन थाल्नुपर्छ र कम्तीमा दुई वर्षसम्म थप आहारका साथ स्तनपानलाई पनि निरन्तरता दिनुपर्छ।

स्तनपानसम्बन्धी कानुनी व्यवस्था

-सुरक्षित मातृत्व तथा प्रजनन स्वास्थ्य अधिकार ऐन २०७५ को परिच्छेद ३ को दफा १३ मा उल्लेख गरिएको प्रसूति बिदाको अधिकारभित्र नवजात शिशुलाई स्तनपान प्रवर्द्धन र सहजीकरणका लागि अन्ठानब्बे दिन पूर्ण तलबी बिदाको व्यवस्था गरेको छ भने आवश्यक परेमा चिकित्सकको राय सल्लाहअनुसार बढीमा एक वर्षसम्म बेतलबी बिदा पाउने अधिकारको व्यवस्था गरेको छ।

-सबै प्रकारका सरकारी, गैरसरकारी वा निजी सङ्घ संस्थाले आफ्नो कार्यालयमा कार्यरत महिलालाई शिशु जन्मेको दुई वर्षसम्म कार्यालय समयमा आमाको दूध खुवाउनका लागि आवश्यक व्यवस्था मिलाउपर्ने उल्लेख छ।

-हरेक कार्यालय, स्कुल, बसपार्क र एयरपोर्ट जस्ता स्थानमा छुट्टै स्तनपान कक्ष हुनुपर्ने व्यवस्था गरेको छ।

-स्तनपान नवजात शिशुका लागि नैसर्गिक अधिकारका रूपमा परिभाषित गरिएको छ।

-स्तनपान र आमाको दूधलाई प्रतिस्थापन गर्ने सबै प्रकारका तयारी खाना र वस्तु बिक्रीवितरण नियन्त्रण ऐन २०४९ र नियमावली २०५१ मा उल्लेख भएको प्रावधानहरू।

-प्रसूति गृह वा अस्पतालहरूमा प्रारम्भिक स्तनपानलाई प्रवर्द्धन तथा स्थापित गर्न मातृशिशुमैत्री कक्षको व्यवस्था गर्नुपर्ने छ।

हाल नेपालको स्थिति

नेपाल बहुसूचक सर्वेक्षण २०१९ अनुसार शिशु जन्मेको १ घण्टाभित्र स्तनपान गराउने आमाहरूको सङ्ख्या ४१.७ प्रतिशत मात्र छ भने पूर्ण स्तापान गराउने आमाहरू ६२.१ प्रतिशत छन्। शिशुहरूलाई उमेरको मापदण्ड अनुरूप स्तनपान गराउने आमाहरू जम्मा ८१.४ प्रतिशत मात्र छन्। त्यस्तै गरेर नेसनल डेमोग्राफिक हेल्थ सर्वे २०१६ अनुसार शिशु जन्मेको १ घण्टाभित्र स्तनपान गराउने आमाहरूको सङ्ख्या ५५ प्रतिशत मात्र छ भने पूर्ण स्तापान गराउने आमाहरू ६६ प्रतिशत छन्। साथै ६ महिना पूरा भएका बच्चाहरूलाई स्तनपानको साथमा समयमै मापदण्डअनुरूप थप खानाको सुरु गर्ने आमाहरूको सङ्ख्या जम्मा ३६ प्रतिशत मात्र छ।

उल्लेखित प्रतिनिधि तथ्याङ्कले दर्साएको वर्तमान स्थितिको कारणको खोजी गर्दा अशिक्षा, गरिबी, ऐन, कानुन र नियमावलीको अभावले स्तनपानलाई कुनै असर परेको देखिँदैन। व्यापारिक विज्ञापन, व्यक्तिगत आम्दानी, बजारमा उपलब्ध फर्मुला युक्त खाना, कानुनी प्रावधानको कार्यान्वयन पक्ष फितलो हुनु, कार्यालय वा अन्य स्थानमा छुट्टै स्तनपान कक्षको व्यवस्था नहुनु वा महिला कर्मचारीलाई स्तनपान गराउने समयको व्यवस्था नगरिनु, प्रसूति बिदा कम दिनु (९८ दिन मात्र) र परम्परागत धारणा समाजमा रहिरहनुले अहिले पनि स्तनपान नवजात शिशुको नैसर्गिक अधिकारको हनन नै भएको छ भन्दा पनि फरक नपर्ला। यस्तो अवस्था रहिरहँदा नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य क्षेत्रमा महत्त्वपूर्ण उपलब्धिका लागि राखिएको महत्त्वकाङ्क्षी लक्ष्य हासिल गर्न धेरै कठिन पर्न सक्ने अन्दाजा गर्न सकिन्छ। त्यसैले यस्ता उत्सवहरूका आयोजनाहरूलाई लक्षित वर्गसम्म पुर्याउने र सार्वजनिक बहसको विषय बनाई प्रत्येक आमालाई स्तनपान गराउनुको विकल्प स्तनपान मात्र हो र मापडण्डअनुसार स्तनपान गराउनाले शिशुको रुग्णता दर र मृत्युदर त घट्छ नै साथै तृक्ष्ण बुद्धि र क्षमतावान नागरिकको परिकल्पना पूरा हुनेछ भन्ने जनचेतना फैलाउनेतिर प्राथमिकीकरण गर्न जरुरी देखिन्छ।

कोभिड-१९ महामारी र स्तनपान

पान अमेरिकी स्वास्थ्य सङ्गठन र डब्ल्यूएचओका अनुसार जब स्वास्थ्य र अन्य सामुदायिक सेवाहरू आफैमा वञ्चित वा सीमित हुन्छन् त्यो समयमा स्तनपान गरिरहेका शिशुहरूलाई सङ्क्रमणबाट बच्न र रोकथाम गर्न तथा स्वास्थ्य विकासलाई बढावा दिनका लागि विशेष गरी आमा र शिशुको अन्तर्क्रिया महत्त्वपूर्ण हुन्छ। आमाहरू र शिशुहरूलाई सँगै रहनका लागि व्यवस्था गरिएको हुनुपर्छ। नवजात शिशुहरूमा शङ्कास्पद, सम्भावित वा पुष्टि कोभिड-१९ भाइरस सङ्क्रमण छ भने छालादेखि छाला सम्पर्क र कङ्गारु हेरचाह अभ्यास गर्नु र नियमित स्तनपान गराउनुपर्छ। सबै गर्भवती महिला, शिशु र साना बच्चा भएका आमाहरूलाई स्तनपान परामर्श, आधारभूत मनोसामाजिक समर्थन र खुवाउने अभ्यासको लागि सहयोग प्रदान गरिनुपर्दछ। कोभिड-१९ महामारीको समयमा पनि जन्मेको एक घण्टाभित्र स्तनपान गराउने, बच्चा छ महिनाको उमेरसम्म पूर्ण स्तनपान मात्र गराउने र दुई वर्षको उमेरसम्म सुरक्षित पूरक खाद्य पदार्थसँगै स्तनपान जारी राख्दा पोषणका लागि पर्याप्त हुने र शरीरको रोगसँग लड्ने प्रतिरक्षा प्रणाली बलियो हुने भनी यो मार्गनिर्देशिका जारी गरेको छ।

यदि स्तनपान गराइरहेकी आमामा कोभिड-१९ सङ्क्रमण भएको शङ्का लागेको छ वा पुष्टि भएको छ भने जनस्वास्थ्यको मापदण्ड अपनाएर स्तनपानलाई निरन्तरता दिनुपर्छ।

शिशुको सम्पर्कमा आउनुअगाडि हरेक पटक आमाले साबुनपानीले कम्तीमा २० सेकेन्ड मिचिमिची हात धुने वा अल्कोहलयुक्त स्यानिटाइजर प्रयोग गर्ने।

- आमाले स्तनपान गराउँदा वा शिशुको सम्पर्कमा आउँदा मास्क लगाउने
- आमाले खोक्दा वा हाच्छ्युँ गर्दा कपडा वा टिस्यु पेपरले नाक, मुख छोप्ने र तुरुन्त साबुनपानीले हात धुने र त्यसपश्चात स्तन धोएर मात्र शिशुलाई स्तनपान गराउने
- यदि स्तनपान गराइरहेकी आमाको अवस्था गम्भीर छ भने शिशुसँगको प्रत्यक्ष सम्पर्कबाट टाढा रहने र शिशुलाई स्तनपान नगराउने तर दूध निचोरेर सफा भाँडामा राखी चम्चा वा कपबाट खुवाउने।
- सङ्क्रमित आमाको सम्पर्कमा आएको भुइँ, सतह तथा सामानहरूलाई निसङ्क्रमण गर्ने र घर वरपरको वातावरण पनि सफा गर्ने।
- चिन्ता र तनावले दूध उत्पादन हुने प्रक्रियामा असर गर्ने हुनाले स्तनपान गराइरहेकी आमा चिन्ता र तनावरहित रहने।

नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य क्षेत्रमा महत्त्वपूर्ण उपलब्धिका लागि राखिएको महत्वकाङ्क्षी लक्ष्य हासिल गर्न स्तनपानलाई प्राथमिकतामा राखेर सार्वजनिक बहसको विषय बनाउनुपर्नेछ।

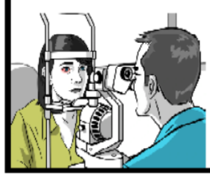
कमल गाउँपालिका
गाउँकार्यपालिकाको कार्यालय
तोपगाछी झापाको

पशुहरुमा कृत्रिम गर्भाधान सेवा सम्बन्धी सूचना

प्रस्तुत बिषयमा कमल गाउँपालिका अन्तर्गत पशु सेवा शाखाबाट. प्राविधिक कारणले केहि समय देखि अवरुद्ध भएको पशुहरूमा (गाई, भैंसी र बाखा) कृत्रिम गर्भाधान सेवा सुचारू भएको व्यहोरा कमलबासी कृषकहरूलाई जानकारी गराईन्छ।

सम्पर्कका लागि
१) डा. सन्देश पौडेल पशु विकास अधिकृत (सातौं)
मो. ९८६७३१८७८२
२) श्री दिपेन्द्र लामिछाने पशु विकास अधिकृत (छैटौं)
मो. ९८४६२६१६६२, ९८१६११६४४९

बिर्ताज्योति आँखा अस्पताल दमकमा
वरिष्ठ आँखा विशेषज्ञ डाक्टरहरुको सेवा
डा. राजेश श्रेष्ठ
डा. शान्ति गुरुङ
ओपिडी समय : बिहान ७ बजेदेखि बेलुका ६ बजेसम्म
शनिबार : बिहान १० बजेदेखि ५ बजेसम्म



बिर्ताज्योति आँखा अस्पताल प्रा.लि.
दमक-५, बेलडाँगी रोड ०२३-५७१२२२/५७६२२२

रुख-बिरुवा रोपौं, वातावरण जोगाऔं, वन क्षेत्रमा
चरिचरन बन्द गरौं। आगलागी तथा डढेलोबाट वन क्षेत्रलाई जोगाऔं।
चुलाचुली गाउँपालिका, चुलाचुली इलाम

snf÷;flxTo

दमक क्याम्पस साहित्यिक मञ्चको कार्यसमिति चयन

दमक/दमक क्याम्पस साहित्यिक मञ्चको नयाँ कार्यसमिति चयन गरिएको छ। शुक्रबार आयोजित स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियनका पदाधिकारी, साहित्यिक मञ्चका अग्रज व्यक्तित्व तथा शिक्षकहरूको उपस्थितिमा सम्पन्न भेलाले मञ्चको नयाँ नेतृत्व कार्यसमिति सर्वसम्मत चयन गरेको जनाइएको छ।

नवगठित कार्यसमितिको अध्यक्षमा दिपेश मिश्र, वरिष्ठ उपाध्यक्षमा बाबुराम न्यौपाने, महासचिवमा अनिस विष्ट, कोषाध्यक्षमा दिशा भण्डारी तथा सचिवमा भूमिका लिम्बू चयन भएका छन्। यस्तै, उपाध्यक्षमा डिम्पल निरौला र योजित उप्रेती चयन भएका छन् भने सदस्यहरूमा संगीता पराजुली, ऋतु चेम्जोङ, प्रवीन थापा, निवेश तिव्का, सविन दाहाल र सुमन कट्टेल चुनिएका जनाइएको छ।

नवनिर्वाचित कार्यसमितिले दमक क्याम्पसमा साहित्य, कला र संस्कृतिको संरक्षण तथा प्रवर्द्धन गर्दै विद्यार्थीहरूको सिर्जनात्मक क्षमता अभिवृद्धिका लागि विविध साहित्यिक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने जनाएको छ। २०६१ सालमा स्थापना भएको दमक क्याम्पस साहित्यिक मञ्चले स्थापना कालदेखि नै साहित्यिक गोष्ठी, कविता वाचन, लेखन प्रतियोगिता, सांस्कृतिक कार्यक्रम तथा सृजनात्मक गतिविधिहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ। नयाँ नेतृत्व चयनसँगै मञ्चका गतिविधिलाई थप प्रभावकारी र विद्यार्थीमैत्री बनाउने अपेक्षा गरिएको छ।

साहित्य अवार्डका लागि आवेदन खुल्यो

झापा/ नेपाली भाषा, साहित्य र सिर्जनशील लेखनको प्रवर्द्धन तथा उत्कृष्ट साहित्यकारहरूको सम्मान गर्ने उद्देश्यले आयोजना हुन लागेको राष्ट्रिय नेपाली साहित्य अवार्ड २०८३ का लागि आवेदन खुल्ला गरिएको छ।

अवार्डको आयोजक संस्था रेस्पोन्सिभ मिडिया प्रालिद्धारा जारी विज्ञप्ती अनुसार गुरु पुर्णिमाको अवसर पारेर अवार्डको आवेदन फारम खुल्ला गरेको जनाएको छ। आयोजक समितिका अध्यक्ष मनोज थापाले देश तथा विदेशमा रहेका नेपाली साहित्यकार, लेखक, कवि, समालोचक, अनुवादक तथा साहित्यिक क्षेत्रमा योगदान पुर्याएका व्यक्तित्वहरूलाई आवेदन दिन आग्रह गरेका छन्।

उनका अनुसार अवार्डका विधाहरु सर्वोत्कृष्ट कविता, सर्वोत्कृष्ट महाकाव्य, सर्वोत्कृष्ट खण्डकाव्य, सर्वोत्कृष्ट गीत, सर्वोत्कृष्ट गजल, सर्वोत्कृष्ट मुक्तक, सर्वोत्कृष्ट हाइकु, सर्वोत्कृष्ट उपन्यास, सर्वोत्कृष्ट कथा, सर्वोत्कृष्ट लघुकथा, सर्वोत्कृष्ट नाटक, सर्वोत्कृष्ट निबन्ध, सर्वोत्कृष्ट नियात्रा, सर्वोत्कृष्ट संस्मरण, सर्वोत्कृष्ट आत्मकथारजीवनी, उत्कृष्ट बालसाहित्य, सर्वोत्कृष्ट अनुवाद, सर्वोत्कृष्ट अनुसन्धान, सर्वोत्कृष्ट मातृभाषा र सर्वोत्कृष्ट डायस्पोरा रहेका छन्। अध्यक्ष थापाले राष्ट्रिय नेपाली साहित्य अवार्डले नेपाली साहित्यलाई राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा थप स्थापित गर्ने विश्वास व्यक्त गरेका छन्। अवार्ड वसन्त पञ्चमीको अवसरमा अवार्डको फाइनल हुने आयोजक संस्थाले जनाएको छ।

कोशीमा.....एमाले तयार हुनुपर्ने उनको अडान छ। 'एमाले र हाम्रै नेतृत्वमा प्रदेशको नामाङ्कन गर्यौं, ठुलो असन्तुष्टि देखियो। त्यसकारण पुनः नामाङ्कनको बारेमा वा नाम संशोधनको बारेमा छलफल गर्न एमाले तयार हुनुपरयो,' उनले भने। तेस्रो सर्तको रूपमा उनले विगतमा एमालेले पटक-पटक सरकारको नेतृत्व गरिसकेको र नेकपाले अवसर नपाएको उल्लेख गर्दै सम्मानजनक मन्त्रालय र राजनीतिक नियुक्तिहरू पाउनुपर्ने माग राखेका छन्।

कांग्रेस सरकारमा बस्न मानेन

आङ्बोले नेपाली कांग्रेस दलका नेता उद्धव थापासँग भने सर्वपक्षीय सरकार बनाउन प्रस्ताव गरेका छन्। 'हाम्रो प्रदेशमा तीन दल नै मिलेर सरकार बनाऔँ,' आङ्बोले प्रस्ताव गरेका थिए। जवाफमा थापाले 'एमालेसँग नेताहरु रिसाएका छन् मान्दैनन' भनेको बताइएको छ। थापालाई आफूले तीन दलकै सरकार बनाऔँ भन्ने विषयमा प्रस्ताव गरेको आङ्बोले बताए। कांग्रेस दलका नेता थापाले भने आफ्नो पार्टी प्रतिपक्षमा बस्ने स्पष्ट पारेका छन्। नयाँ गठबन्धन बनिसकेकाले नयाँ सरकार गठनको दिन निश्चित भएपछि कांग्रेसका तर्फबाट सरकारमा रहेका मन्त्रीहरूले राजीनामा दिने उनले बताए।

'हाम्रो कुरा चाहिँ के थियो भने नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमाले गठबन्धन नटुटोस्, यसलाई निरन्तरता दिएर जाऔं भन्ने थियो,' थापाले भने, 'यदि त्यो हुन सकेन भने तीन दलीय सरकार बनाऔं भन्ने हाम्रो प्रदेश तहको धारणा थियो। तीनै दलको सरकार बन्दा कतिपय प्रदेशहरूमा प्रतिपक्षको भूमिका कमजोर हुने देखियो। लोकतन्त्रमा एउटा बलियो प्रतिपक्ष हुनुपर्छ भन्ने मान्यताका आधारमा हामी सातै प्रदेशमा प्रतिपक्षमै बस्ने निष्कर्षमा पुगेका हौं।'

प्रदेश सभाको दोस्रो कार्यकालको सुरुवातदेखि कांग्रेस सर्वपक्षीय सरकारको पक्षमा रहेको उनले बताए। 'हामीले प्रदेश सभाको सुरुवातदेखि नै कोशीमा सबै दल मिलेर सरकारमा जाऔं, यसले यहाँको राजनीति, विकास, समृद्धि र दलीय एकतालाई सहयोग पुर्याउँछ भनेर कुरा उठाएका हौं। तर त्यो प्रयासलाई निरन्तरता दिन सकिएन,' थापाले भने। तीन दल मिलेर सरकार बनाउने प्रस्ताव आएकोबारे प्रतिक्रिया दिँदै उनले भने, 'कर्णालीमा सरकार बनिसकेको छ। बागमती र अन्य प्रदेशमा काँग्रेसका मन्त्रीहरूले राजीनामा दिइसकेका छन्। कोशीमा पनि नयाँ सरकार बन्ने बाटो स्पष्ट भएपछि हाम्रा मन्त्रीहरू बाहिरिनुहुन्छ। नेकपा र एमालेले गठबन्धन गर्नुभएको छ अनि कांग्रेस त्यसमा फेरि सरकारमा के आधारले मिसिने ? हाम्रो नैतिकताले पनि दिँदैन नि।'

नेशनल लाइफ दमक शाखाको विशेष अभिकर्ता भेला

दमक/नेशनल लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड, दमक शाखाले 'विशेष अभिकर्ता भेला' आयोजना गरेको छ। शाखाको तालिम हलमा आयोजित कार्यक्रममा अभिकर्ताहरूको उल्लेखनीय सहभागिता रहेको थियो। कार्यक्रममा आर्थिक वर्ष २०८२/८३ को व्यावसायिक समीक्षा, आर्थिक वर्ष २०८३/८४ को व्यावसायिक रणनीति, यस महिनाको 'तीज उत्सव : संस्कृति र संगम' अभियानबारे विस्तृत जानकारी तथा नेशनल रत्न, स्टार र सुपर स्टार कार्यक्रमका विषयमा जानकारी प्रदान गरिएको शाखा प्रबन्धक सुमन थुलुङले जानकारी दिए।

कार्यक्रममा सहभागी अभिकर्ताहरूलाई आगामी वर्षको लक्ष्य, व्यवसाय विस्तारका योजना तथा कम्पनीले सञ्चालन गर्ने प्रोत्साहनमूलक कार्यक्रमबारे जानकारी गराइएको थियो। साथै तीज अभियानलाई प्रभावकारी रूपमा सफल बनाउन सबै अभिकर्ताहरूलाई सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्न आग्रह गरिएको थियो।

नेशनल लाइफ दमक शाखाले यस्ता कार्यक्रमले अभिकर्ताहरूको क्षमता अभिवृद्धि, व्यवसाय प्रवर्द्धन तथा आपसी समन्वयलाई थप मजबुत बनाउने विश्वास व्यक्त गरेको छ। कार्यक्रममा शाखा अन्तर्गतका अभिकर्ताहरूको उत्साहजनक सहभागिता रहेको थियो।

सहकारीको.......मेलमिलाप गर्न चाहेमा कार्यविधिअनुसार समितिसमक्ष निवेदन दिएर तोकिएका सर्तमा मेलमिलाप प्रक्रिया अघि बढाउन सकिने उल्लेख गरिएको छ। त्यसैगरी, ऋण भुक्तानी नगर्ने ऋणीका जमानीकर्ता तथा तोकिएका नातेदारको बैंक खाता समेत रोक्का गरी प्रचलित कानुनअनुसार थप प्रक्रिया अघि बढाउन सकिने चेतावनी दिइएको छ।

एक करोड रुपैयाँ वा सोभन्दा बढी बचत भएका बचतकर्ताले अनिवार्य रूपमा स्वघोषणा फाराम भरी समितिमा पेश गर्नुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ। प्राप्त फारामको अध्ययन र छानबिनपछि मात्र थप प्रक्रिया अघि बढाइने समितिले जनाएको छ।

समितिले आफ्ना सबै कामकारबाही आधिकारिक कार्यविधिअनुसार मात्र सञ्चालन भइरहेको जनाएको छ। अनधिकृत व्यक्ति वा बिचौलियाको भर नपर्न सर्वसाधारणलाई आग्रह गर्दै त्यस्ता व्यक्तिबाट भएका कामकारबाहीप्रति समिति जिम्मेवार नहुने स्पष्ट गरेको छ।

ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला तथा प्राणघातक रोगबाट पीडित बचतकर्ताले आवश्यक प्रमाणसहित निवेदन दिएमा नियमअनुसार प्राथमिकताका आधारमा वार्षिक एकपटक तोकिएको रकम बचत फिर्ता गर्न सकिने व्यवस्था गरिएको छ। समितिले आफ्नो कामकारबाहीबारे गुनासो मन्त्रालय वा समितिका सदस्य सचिवसमक्ष राख्न सकिने जनाएको छ। थप जानकारी आवश्यक परे समितिको आधिकारिक वेबसाइट वा सूचना अधिकारीमार्फत जानकारी लिन सकिने पनि सूचनामा उल्लेख छ।

ॐ मेची अस्पताल दमकमा
वरिष्ठ प्रसुती तथा स्त्री रोग विशेषज्ञ डाक्टरहरुको सेवा
डा. निरञ्जनसिंह बोगटी
प्रत्येक आइतबार, मंगलबार र बिहीबार
डा. शंकरप्रसाद हुजदार
प्रत्येक सोमबार बुधबार र शनिबार
समय : बिहान ८ बजेदेखि १२ बजेसम्म
ॐ मेची अस्पताल
दमक-७, झापा
नोट : नेपाल सरकारको आमा सुरक्षा कार्यक्रम चालु रहेको जानकारी गराइन्छ।

सामाजिक सेवामा दमक नगर इसाई समाज

१०२ पिन्ट रगत संकलन, खेलाडी र बिद्यार्थीलाई प्रोत्साह

दमक/ सामाजिक सेवाका क्षेत्रमा अलग पहिचान बनाएको दमक नगर इसाई समाजले दमकमा हरेक बर्ष सञ्चालन गर्दै आएको बृहत रक्तदानसँगै अन्य सामाजिक कामलाई यो बर्ष पनि निरन्तरता लिएको छ। ४८औं विश्व रक्तदाता दिवसको अवसर पारेर गत मंगलबार सो समाजले आयोजना गरेको रक्तदानमा ४० महिलासहित १ सय २ जनाले रक्तदान गरेका कार्यक्रम संयोजक तथा कर्नरस्टोन फाउण्डेशनका संस्थापक निर्देशक युवराज गजमेरले जानकारी दिए। उनले रगत अभावको समस्यालाई मध्यनजर गर्दै आयोजना गरिएको रक्तदानमा इसाई समाजका अग्रज तथा पदाधिकारी, सदस्यहरु तथा मानव सेवामा क्रियाशील इच्छुक रक्तदाताहरुको उल्लेखनीय सहभागिताप्रति धन्यवाद व्यक्त गरेका छन्। चर्को गर्मी र मौसमी रोगको लहरकाबीच सय बढी रक्तदाताहरुको सहभागिता प्रशंसनीय रहेको प्रतिक्रिया दिए।

सोही अवसरमा एसईईमा उत्कृष्ट जीपीए ल्याउने ३ जना विद्यार्थी र राष्ट्रियस्तरको तेक्वान्दो प्रतियोगितांमा दमकबाट सहभागी भएर रजत पदक ल्याउने एक खेलाडीलाई प्रशंसा पत्र र दोसल्ला ओढाएर सम्मान गरिएको थियो।

एसईईतर्फ उत्कृष्ट हुनुहुने दमक-५ ज्योती चर्चकी नाओमि मोहरा (३.५४ जीपीए), दमक-५ ज्योती चर्चकी रेविका लावोती (३.५० जीपीए) र एजी चर्चकी माहेल राई (३.२९ जीपीए) लाई नगदसहित प्रंशसा पत्र र खादाले सम्मान गरिएको थियो।

त्यस्तै दमक-५ की तेक्वान्दो खेलाडी रेशिका (रेशु) धिमाललाई समेत नगद १० हजार रुपैयासहित प्रंशषा पत्र र खादाले सम्मान गरिएको थियो। धिमालले राष्ट्रपति रनिङ शिल्डमा दमक नगर स्तरीय, जिल्ला स्तरीय र प्रदेश स्तरीय प्रतियोगितामा बिजेता बन्दै काडमाण्डौंमा सम्पन्न राष्ट्रिय स्तरको तेक्वान्दो प्रतियोगितमा सहभागि भएर रजत पदक जित्न सफल भएका थिईन। उनलाई यसअघि कोशी प्रदेश सरकारले रु ५० हजार र सम्मानपत्रले सम्मान गरिसकेको छ। त्यस्तै दमक नगरपालिकाले नगर सभाको अवसरमा रु १९ हजारसहित सम्मान गरिसकेको छ।

दमक नगर इसाई समाजका अध्यक्ष हेमन्त सुब्बाको अध्यक्षता तथा दमक नगरपालिकाका प्रमुख रामकुमार थापाको प्रमुख आतिथ्य र उपप्रमुख रेगिना भट्टराई प्रसाईको बिशेष आतिथ्यमा भएको सो कार्यक्रममा समाजका पूर्वअध्यक्ष तथा अन्तरधार्मिक शान्ति सञ्जाल झापाका अध्यक्ष राजकुमार नाछिरिङ राईले शान्ति प्रार्थना गर्दै कार्यक्रमको शुभारम्भ गरेका थिए। समाजका पूर्वअध्यक्ष आकाश थुलुङ राईले कार्यक्रमको उद्देश्य र औचित्यमाथि प्रकाश पारेका थिए। समाजका पूर्व अध्यक्ष किशोर सुनुवार, पूर्व अध्यक्ष दावा शेर्पा, पूर्व सचिव कुमार तामाङ, चन्द्र राई, दिदीबहिनी समुह दमक नगर अध्यक्ष पारु खापुङ राई, युवा संगतीका अध्यक्ष सुरज लिम्बू लगायतले पनि कार्यक्रममा सक्रिय सहभागिता जनाएका थिए। कार्यक्रमको सञ्चालन समाजका सचिव अजय पाठकले गरेका थिए भने कोषाध्यक्ष हरि राईले स्वागत मन्तव्य राखेका थिए।

सर्वोदयका नवआगन्तुक बिद्यार्थीलाई स्वागत सम्मान

दमक/ दमक-५ स्थित सर्वोदय अंग्रेजी माविले चालू शैक्षिक सत्रमा कक्षा ११ मा भर्ना भएका नयाँ विद्यार्थीहरूको स्वागत तथा सम्मानमा विशेष कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ।

होटल मेनेजमेन्ट, कम्प्युटर साइन्स लगायतका बिद्यार्थीको आकर्षण रहेका बिषयहरुको अध्यापन गराउँदै आएको सर्वोदयले नेपालीरिका होटलको सभहलमा औपचारिक कार्यक्रम गरी नवआगन्तुक बिद्यार्थीहरुलाई स्वागत सम्मान गरेको हो। सर्वोदय बाल क्लबका विद्यार्थीहरुको सक्रियतामा आयोजित सो कार्यक्रममा विद्यालयका कक्षा १० का विद्यार्थीहरूले साँस्कृतिक पहिचान झल्किने साँस्कृतिक पोशाकमा आकर्षक स्वागत नृत्य प्रस्तुत गरे।

दमक नगरपालिकाकी उपप्रमुख रेगिना भट्टराई (प्रसाइँ)को प्रमुख आतिथ्य र सर्वोदय अंग्रेजी माविका व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष अनिल सुवेदीको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा उपप्रमुख भट्टराईले निरन्तरको मेहनत र परिश्रमले मात्रै हरेक मानिसलाई सफलता मिल्ने बताउँदै प्रभावकारी र अनुशासित भएर मेहनत गरे बिद्यार्थीको भविष्य उज्वल हुने बताइन्।

विद्यालयका प्रिन्सीपल नविन योगीले बिद्यालयले बिद्यार्थी र अभिभावकको हितलाई माथि राखेर शैक्षिक कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्ने बताए। उनले विश्व बजारमा बढ्दो होटल मेनेजमेन्ट तथा पाक कला सम्बन्धीको सीप र ज्ञान बिद्यार्थीहरुमाझ लैजान पाउँदा सर्वोदयलाई सन्तुष्टि मिलेको बताए।

उनले बिद्यार्थीहरुलाई अनुशासनको दायरामा रहेर आफ्नो भविष्यसँगै अभिभावकहरु र बिद्यालयले गरेको लगानी सम्झिएर आफ्नो अध्ययनलाई अघि बढाउन आग्रह गरे।

परिवारले विद्यार्थीहरूको उज्ज्वल शैक्षिक यात्राको शुभकामना व्यक्त गर्दै अनुशासित, गुणस्तरीय र सिर्जनशील शिक्षामार्फत सफल भविष्य निर्माण गर्न प्रेरित गरेको थियो। विद्यालयका शिक्षक, अभिभावक तथा विद्यार्थीहरूको उल्लेखनीय सहभागिता रहेको कार्यक्रम उत्साहपूर्ण वातावरणमा सम्पन्न भएको थियो।

३६ औं बार्षिकोत्सव मनाउँदै दमक उवासंघ

दमक/ दमकस्थित दमक उद्योग वाणिज्य संघको ३६ औं बार्षिकोत्सव तथा स्थापना दिवसको अवसर पारेर अन्तर वस्तुगत फुटसल र ब्याडमिन्टन प्रतियोगिता सञ्चालन हुने भएको छ।

संघका अनुसार भाद्र ४ देखि ६ गते (तीन दिन सम्म) यस पटक अलग अलग दुई बिधाका खेलकुद कार्यक्रम सञ्चालन हुनेछन्। ति प्रतियोगिता अलग अलग स्थानमा सञ्चालन हुने र सहभागिताका लागि उद्योग वाणिज्य संघ अन्तर्गतका बस्तुगत संघहरुलाई सुचित गरिएको संघका अध्यक्ष गोपाल गुरागाइँले जानकारी दिए। व्यवसायीहरुबीच आपसी मित्रता र सदभावलाई बढाउन यस किसिमका खेलकुद प्रतियोगिताहरुले विशेष महत्व राख्ने संघले विश्वास लिएको छ। प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउने व्यवसायी समुहहरुले श्रावण २५ गते सम्ममा संघको कार्यालयमा नाम दर्ता गराउनु पर्ने व्यवस्था गरिएको संघका कार्यालय प्रमुख निरोज विष्टले जानकारी दिए। पछिल्ला केही बर्षयता संघले हरेक बर्ष भाद्र ६ गते पर्ने बार्षिकोत्सवको अवसरमा व्यवसायीहरुबीच यस किसिमका खेलकुद तथा मनोरञ्जनका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्दै आएको छ। संघले बार्षिकोत्सव कार्यक्रमका बिषयमा थप विवरण छिट्टै औपचारिक सूचना मार्फत सार्वजनिक गर्ने जनाएको छ।

इटाभट्टा टोल बिकासमा पुन: कोइराला

दमक/ दमक ९ स्थित इटाभट्टा टोल विकास संस्थाको सातौं साधारण सभाले पुनः युवराज कोइरालाको अध्यक्षतामा संस्थाको नयाँ कार्यसमिति चयन गरेको छ। शनिबार दमक वडा नम्बर ९ का वडाध्यक्ष कुबेर प्रसाद भट्टराईको प्रमुख अतिथ्यमा सम्पन्न साधारण सभाले अध्यक्षमा कोइराला, उपाध्यक्षमा हरि सिग्देल, सचिबमा तेज कुमार श्रेष्ठ, सह-सचिबमा सुनिता सापकोटा र कोषाध्यक्षमा अन्जु सेढाईँलाई सर्वसम्मत चयन गरेको हो। सदस्यहरुमा घनेन्द्र नेपाल, इन्दिरा निरौला, पबित्रा अधिकारी र निर्मला बुढाथोकी चुनिएका छन्।

साप्रदायिक.....

समुदायबीच यो घटनाले अविश्वास बढाएको उपाध्यक्ष यादवले बताइन्। हिजोसम्म जातीय वा धार्मिक विभेदबिना सबै मिलेर बसेका थियौं। यो घटनाले सामाजिक सम्बन्धमा गम्भीर असर पुर्‍याएको छ- उनले भनिन- सम्बन्ध पुरानै लयमा फर्काउन समय लाग्छ। अहिलेको स्थिति चुँडिएको धागोजस्तै छ, जसलाई जोड्न दुवै पक्ष लचिलो भएर सहकार्यमा आउनुपर्छ।

स्थानीय रामनारायण मेहताले पनि गाउँमा दीर्घकालीन शान्तिका लागि राज्यले अविलम्ब दोषीमाथि कारबाही गर्नुपर्ने बताए। हामी यहीँ बसेर जीवन बिताउनुपर्छ। त्यसैले मिलेर बस्नुको विकल्प छैन, तर त्यसका लागि राज्यले शान्ति-सुरक्षाको ठोस वातावरण बनाउनुपर्छ, उनले भने।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय सुनसरीका प्रवक्ता तथा डिएसपी चन्द्रबहादुर खड्काले सरकारसँगको सहमतिपछि स्थिति नियन्त्रणमा आए पनि दुवै पक्षमा शंका र त्रास रहेको बताए। स्थिति मूल्यांकन गर्दै कर्फ्यु हटाउने वा नहटाउने विषयमा थप निर्णय लिइने डिएसपी खड्काले बताए।

कारवाहीको माग गर्दै प्रदर्शन

सुनसरी र सिरहामा भएका घटनाका दोषीहरूलाई तत्काल कानूनी दायरामा ल्याउन माग गर्दै जनकपुरधाममा विरोध प्रदर्शन गरिएको छ। जनकपुरधाममा आयोजित सद्भाव रयाली समापन भएलगत्तै युवाहरूको एक समूहले दोषीलाई कारबाहीको माग गर्दै प्रदर्शन गरेको हो।

नगरमा आयोजित सद्भाव रयाली विसर्जन भएलगत्तै स्वतःस्फूर्त रूपमा भेला भएका युवाहरूले विरोध प्रदर्शन सुरू गरेका थिए। उनीहरूले सुनसरी र सिरहामा भएका घटनाप्रति गम्भीर ध्यानाकर्षण भएको जनाउँदै सो घटनामा संलग्न व्यक्तिहरूलाई तत्काल पक्राउ गरी हदैसम्मको कारबाही गर्न माग गर्दै चर्को नाराबाजी गरेका थिए। प्रदर्शनकारीहरूले समाजमा शान्ति सुरक्षा र साम्प्रदायिक सद्भाव कायम राख्न राज्य पक्ष थप संवेदनशील हुनुपर्नेमा जोड दिएका छन्। उनीहरूले पीडितलाई उचित न्याय सुनिश्चित गर्न र अपराधीलाई कुनै पनि बहानामा उन्मुक्ति नदिन स्थानीय प्रशासनको ध्यानाकर्षण समेत गराएका छन्। प्रदर्शनमा सहभागी युवाहरूले शान्तिपूर्ण समाज निर्माणका लागि विधिको शासन अनिवार्य रहेको भन्दै प्रशासनलाई गम्भीर हुन आग्रह गरेका छन्। -न्युज एजेन्सी नेपाल

“औद्योगिक, पर्यटकीय र हरित नगर, स्वच्छ, सुरक्षित र समृद्ध नगर“

दमक नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय दमक झापाको

उपचार खर्च पाउने लाभग्राहीहरूको नविकरण गर्ने सम्बन्धी सूचना

प्रस्तुत विषयमा दमक नगरपालिका भित्र बसोबास गर्ने डायलाइसिस गराइरहेका, मृगौला प्रत्यारोपण गराएका, क्यान्सर रोगका बिरामी र मेरुदण्ड पक्षघात भएका बिरामीहरुलाई औषधी उपचार खर्च वापत उपलब्ध गराउने सम्बन्धी कार्यविधि, २०७८ बमोजिम यस नगरपालिका बाट आ.ब. २०८३/८४ को लागि नेपाल सरकारले उपलब्ध गराउने मासिक उपचार खर्च (रु.५०००) को लागि तपसिल बमोजिमका आवश्यक कागजात सहित सम्बन्धित वडा कार्यालयमा मिति २०८३/०५/३१ गते भित्र नविकरण गराउन हुन सम्बन्धित सबैमा जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

आवश्यक कागजातहरु :

१. २०८३ श्रावण १ गते पछि पूर्ण रुपमा भरिएको अनुसुची १ वा २०८३/०४।०१ पछि को चिकित्सकको मेडिकल काउन्सिल नम्बर खुलेको अस्पतालको फलोअप पुर्जा।

(२) अनुसूची २ बमोजिमको ढाँचामा पूर्ण भरिएको निवेदन

३. नागरिकता प्रमाणपत्र वा नाबालकको हकमा जन्मदर्ताको प्रतिलिपी

नोटः तोकिएको समयावधि भित्र सम्पूर्ण कागजात सहितको फायल प्राप्त नभएका लाभग्राहीहरुलाई उपचार खर्च उपलव्ध गराउन असमर्थ हुने व्यहोरा समेत अनुरोध छ।

■ **प्रकाशक/सम्पादक** : सुशीला पौडेल, ■ **कार्यकारी सम्पादक** : विष्णु प्रसाद पौडेल,
■ **मुद्रण** : अरुण छापाखाना दमक-६,झापा, ■ **सम्पर्क नं.** ९८४२६६६३१४ ■ **Gmail: nishkarshamedia2078@gmail.com**