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

सूचना र सञ्चार, नागरिकको अधिकार

निष्कर्ष न्यूज

NISHKARSHA NEWS WEEKLY साप्ताहिक

वर्ष - ५ | अंक - ०१ | साउन २४ गते आइतबार २०८३ | Sunday 9 Aug, 2026 | मूल्य : रू. १५।-

नेपाली सञ्चार माध्यममा आर्थिक संकट : कारण, प्रभाव र दिगो भविष्यका सम्भावना

✍ गोपाल काफ्ले

पृष्ठ २

एकपछि अर्को समुह आन्दोलित !

✍ निष्कर्ष न्यूज डेक्स

झापा/ जेनजी आन्दोलन मार्फत सत्ताच्यूत भएपछि चुनावमा अप्रत्यासित जनमत प्राप्त गरेर बनेको झण्डै दुई तिहाई बहुमतको वर्तमान रास्वपा सरकार आन्दोलननै आन्दोलनको चापमा परेको छ। प्रधानमन्त्री बालेन्द्र साह स्वयं सार्वजनिक कार्यक्रम र संसदमा समेत निक्कै कम बोलिरहेका छन्। उनले बेला बखत सामाजिक सञ्जाल फेसबुक मार्फत सार्वजनिक गर्ने गरेका बिषयहरु चर्चामा हुने गरेता पनि सरकार गठनको चार महिना बितिसक्दा संसददेखि सडक सम्म सरकार विरुद्ध आवाजहरु चर्को बनेको सुनिन्छ/देखिन्छ।

यसको पछिल्लो उदाहरण सुनसरीको कप्तानगञ्जबाट शुरु भएर मधेसका आधा दर्जन जिल्लाहरुमा फैलिएको साम्प्रदायिक हिंसाको घटनालाई लिन सकिन्छ। साम्प्रदायिक रुपमा साउनको दोश्रो साता उठेको आन्दोलनका क्रममा चार जनाले ज्यान गुमाइसकेका छन्। राज्यले उनीहरुलाई सहिद घोषणा गर्ने र मृतक परिवारलाई राहतका प्याकेज घोषणा पनि गर्दैछ। घटनाको छानबिन गर्ने पनि भन्दैछ। यता शिक्षकहरु ठिक एक बर्ष अघि उठेको आन्दोलनका क्रममा तत्कालिन राज्य पक्षसँग भएको सहमति र सम्झौताको कार्यान्वयन माग गर्दै आन्दोलनमा उत्रिँदैछन्।

सबै प्रकारका शिक्षकहरुको पेशागत संगठन नेपाल शिक्षक महासङ्घले आगामी भदौदेखि सशक्त रूपमा आन्दोलन गर्ने निर्णय गरेको छ।

शुक्रबार तेस्रो राष्ट्रिय परिषद्का निर्णयहरू सार्वजनिक गर्दै महासङ्घले विगतका सहमति तथा पेसागत हकहितका विषयहरू सम्बोधन नभए आगामी भदौदेखि आन्दोलनमा उत्रने निर्णय गरेको हो।

महासङ्घको संशोधित विधान पारित गरी शिक्षा तथा खेलकुद मन्त्रालयमा स्वीकृतिका लागि पेस गरिसकिएको जानकारी दिँदै परिषद्ले चालु आर्थिक वर्ष २०८३/०८४ को बजेटमा प्रारम्भिक बालविकास शिक्षक, विद्यालय कर्मचारी तथा सिकाइ अनुदान शिक्षकहरूलाई तलब वृद्धि, प्रोत्साहन भत्ता र महँगी भत्ताबाट वञ्चित गराइएको भन्दै तीव्र विरोध जनाएको छ।

साथै, २०८२ वैशाख १७ गतेको मन्त्रिपरिषद् निर्णय अनुसारको दुर्गमरस्थानीय भत्ता सबै शिक्षकलाई उपलब्ध गराउन र बालविकास शिक्षक तथा विद्यालय कर्मचारीका लागि दरबन्दी सिर्जना गरी सेवा सुविधा सुनिश्चित गर्न सरकारसँग जोडदार माग गरिएको छ।

महासङ्घले अस्थायी, राहत, साबिक उमावि, करार तथा प्राविधिक धारका शिक्षक र कर्मचारीको पेसागत सुरक्षाका लागि आफू नै आधिकारिक संस्था भएको स्पष्ट पार्दै अनधिकृत रूपमा फारम भराउने वा रकम सङ्कलन गर्ने कार्यप्रति ध्यानाकर्षण गराएको छ।

महासंघ र सरकारबीच भएका पूर्वसहमति बमोजिम शिक्षक-कर्मचारी मैत्री विद्यालय शिक्षा ऐन शीघ्र जारी गर्न, कुल बजेटको २० प्रतिशत शिक्षामा लगानी गर्न र संविधान प्रदत्त निःशुल्क तथा अनिवार्य शिक्षाको व्यवस्था लागू गर्न माग गरिएको छ।

म्यानपावर कम्पनीहरुलाई विभागको निर्देशन

झापा/ वैदेशिक रोजगार विभागले वैदेशिक रोजगारीमा जाने कामदार छनोट प्रक्रियालाई थप पारदर्शी र निष्पक्ष बनाउन इजाजतपत्र प्राप्त वैदेशिक रोजगार व्यवसायी (म्यानपावर कम्पनी) हरूलाई नयाँ निर्देशन जारी गरेको छ। विभागले विदेश पठाउनुअघि कामदार छनोटका लागि कम्तीमा ७ दिनको सार्वजनिक सूचना प्रकाशन गर्न अनिवार्य गरेको हो। विभागका अनुसार सूचना पत्रिका र सम्बन्धित म्यानपावर कम्पनीको वेबसाइटमा प्रकाशित गर्नुपर्नेछ। सात दिनको अवधिभर प्राप्त हुने सबै आवेदन स्वीकार गरी त्यसपछि मात्रै योग्यता, अनुभव तथा कानुनी मापदण्डका आधारमा छनोट प्रक्रिया अघि बढाउनुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ।

यसअघि केही म्यानपावर कम्पनीहरूले कोटा सकिएको भन्दै ७ दिन नपुग्दै आवेदन फिर्ता गर्ने तथा सीमित व्यक्तिलाई मात्रै छनोट गर्ने गुनासो आएपछि विभागले यस्तो निर्देशन जारी गरेको जनाएको छ। अब छनोट प्रक्रियामा सबै योग्य आवेदकलाई समेट्नुपर्ने र छनोट हुन नसकेकालाई कारणसहित जानकारी दिनुपर्ने व्यवस्था पनि गरिएको छ।

वैदेशिक रोजगार व्यवसायीले काम ठप्प पारे

सरकारले ल्याएको पछिल्लो नीतिमा सुधारको माग गर्दै नेपाल वैदेशिक रोजगार व्यवसायी संघले पनि तत्काललाई श्रमिक नपठाउने घोषणा गरेका छ। संघले शुक्रबार पत्रकार सम्मेलन गरेर १५ वटा माग सम्बोधन नभएसम्म विदेश पठाउने सबै प्रक्रिया स्थगित गरिएको घोषणा गरेको हो।

नेपाल वैदेशिक रोजगार व्यवसायी संघका अध्यक्ष डिकबहादुर खत्री (कुमार)ले वर्तमानलाई शून्य समय मानेर वर्तमानमा श्रमिक पठाउन बन्द गर्ने र माग सम्बोधन भएपछि व्यवसायमा फर्किने बताए।

विशेष परिस्थितिमा कारबाहीमा परेका इजाजतपत्रवालाको कारबाही फिर्ता, वैदेशिक रोजगार ऐन-२०६४ समयानुकूल संशोधन, श्रमिकको वास्तविक लागत र व्यवसायीको वैज्ञानिक सेवा शुल्क निर्धारण, श्रम गन्तव्य मुलुकको विविधिकरण, नयाँ श्रम गन्तव्य मुलुकसँगको श्रम सम्झौता, जापानको इ.एस.डी कार्यक्रम, दक्षिण कोरियाको इ-सेभेन भिसा तथा युरोपका श्रम बजारमा पहुँच विस्तारलगायत माग व्यवसायीका छन्।

त्यस्तै, खुला भएका श्रम गन्तव्य मुलुकसँग प्रभावकारी श्रम सम्झौता, वैदेशिक रोजगारसम्बन्धी उजुरीका लागि छुट्टै निकाय, उजुरी छिटो र निष्पक्ष रूपमा टुंग्याउने व्यवस्था, श्रम स्वीकृति तथा मागपत्र प्रमाणीकरणलाई पूर्ण रूपमा स्वचालित प्रणालीमार्फत सञ्चालन, युएईको प्रहरी प्रमाणपत्र प्रमाणीकरण, साउदी

बाँकी ६ पेजमा ➲

कमलमा भुमि समस्या समाधानबारे सरोकारवालाहरुबीच छलफल

तोपगाछी/ झापाको कमल गाउँपालिकामा भुमि सम्बन्धी समस्या समाधानको बिषयमा भूमि समस्या समाधान समिति झापाका अध्यक्ष तथा झापाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी शिवराम गेलालको अध्यक्षतामा सर्वपक्षीय छलफल भएको छ। यसै साता कमल गाउँपालिकामा भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुम्बासी तथा अव्यवस्थित बसोबासीहरूको व्यवस्थापन सम्बन्धी व्यापक छलफल भएको हो।

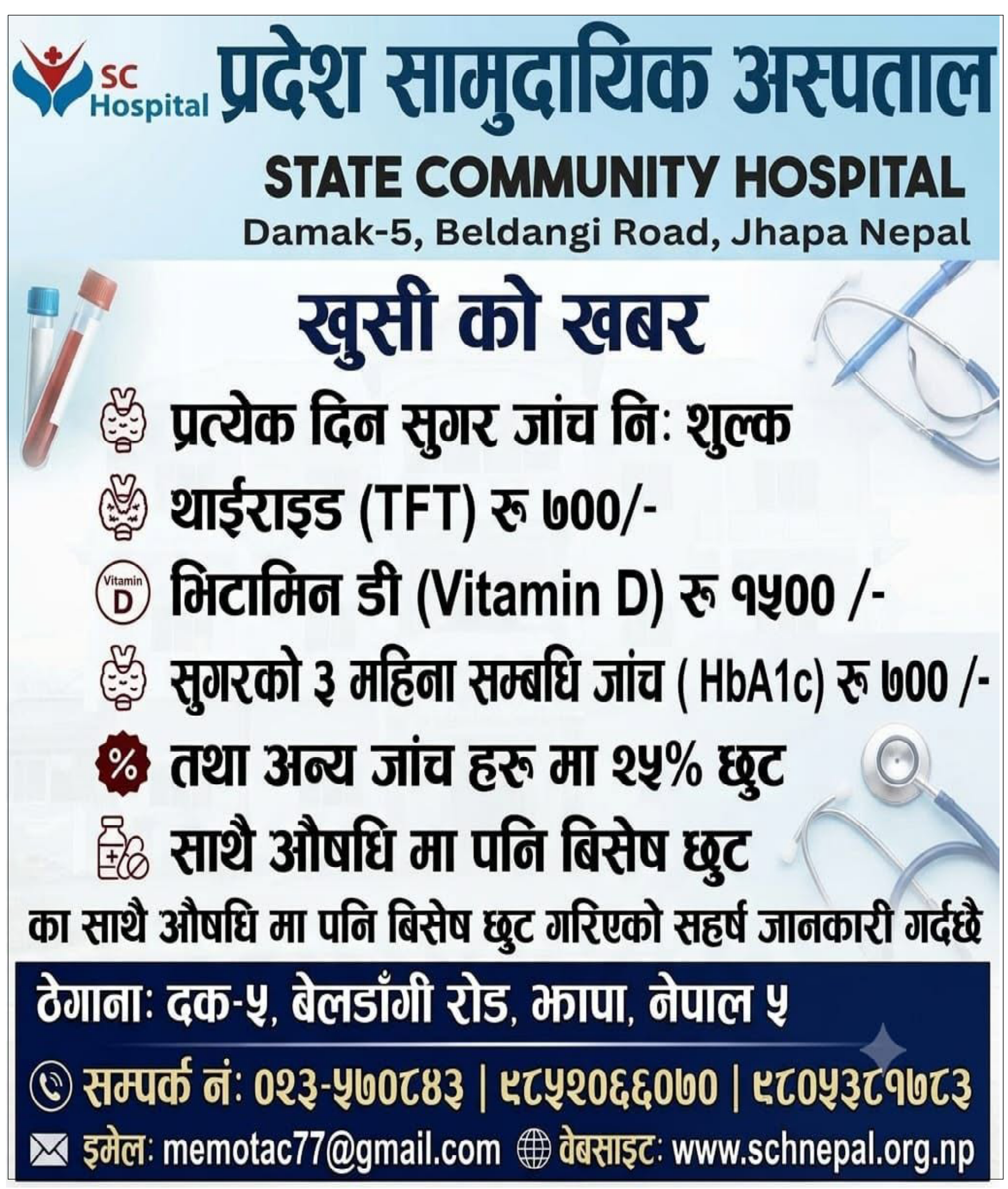
बैठकमा कमल गाउँपालिका उपाध्यक्ष प्रमिला नेउपाने तिवारी, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत केशवप्रसाद ढकाल, गाउँपालिकाका सातवटै वडाका वडाध्यक्षहरू, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी कमल गाउँपालिका समितिका सभापति केदार चापागाईं, नेपाली कांग्रेस कमल गाउँपालिका सभापति खगेन भण्डारी, विभिन्न वडाका वडाध्यक्षहरु लगायत विभिन्न राजनीतिक दलका प्रतिनिधि तथा सरोकारवाला निकायका पदाधिकारीहरूको सहभागिता रहेको थियो।

बैठकमा भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुम्बासी तथा अव्यवस्थित बसोबासीलाई जग्गाधनी पुर्जा उपलब्ध गराउने कार्यको हालसम्मको प्रगति, प्रक्रियागत अवस्था तथा आगामी कार्ययोजनाबारे विस्तृत छलफल गरिएको बताइएको छ। सहभागीहरूले हालसम्म भएका कामको समीक्षा गर्दै बाँकी प्रक्रिया छिटो सम्पन्न गर्न आवश्यक समन्वय र सहकार्यका विषयमा धारणा राखेका थिए।

छलफलका क्रममा सम्बन्धित लाभग्राही व्यक्ति तथा परिवारहरूको पहिचान गरी आवश्यक कागजातसहितका फाइलहरू वडा स्तरीय सहजीकरण समितिबाट सिफारिस गरेर गाउँपालिकामा पठाउने, गाउँपालिकाले प्राप्त फाइलहरूलाई प्रणालीमा प्रविष्ट गरी पालिका स्तरीय सहजीकरण समिति तथा कार्यपालिका बैठकबाट निर्णय गराई जिल्ला समितिमा पठाउने प्रक्रिया अवलम्बन गरिने जानकारी दिइएको थियो। बैठकमा सहभागी सबै पक्षले कार्यविधिले तोकेको प्रक्रिया पूरा गर्दै कामलाई यथाशीघ्र अगाडि बढाउनुपर्नेमा जोड दिएका थिए।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी गेलालले सरकारले निर्धारण गरेको समयसीमाभित्र लक्ष्य हासिल गर्न सबै निकायले आफ्नो जिम्मेवारी प्रभावकारी रूपमा निर्वाह गर्नुपर्ने बताए। उनले वडा, पालिका र जिल्ला तहबीचको समन्वयलाई थप सुदृढ बनाउँदै प्रक्रियालाई तीव्र गतिमा अघि बढाउन आग्रह गरेका थिए।

उनले कार्यविधिअनुसार वडा र पालिकाबाट सिफारिस भई जिल्ला समितिमा पुगेका फाइलहरूको आवश्यक अध्ययन, नाप-नक्सा तथा प्राविधिक मूल्याङ्कनपछि सम्बन्धित व्यक्तिले बसोबास गरिरहेको स्थानमा जग्गा उपलब्ध गराउन मिल्ने अवस्था भए सोही स्थानमा जग्गाधनी प्रमाणपत्र उपलब्ध गराइने र त्यस्तो सम्भावना नभएको अवस्थामा वैकल्पिक व्यवस्थापनको प्रक्रिया अघि बढाइने जानकारी दिएका थिए। छलफलमा भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुम्बासी तथा अव्यवस्थित बसोबासीहरूको समस्या समाधानका लागि सबै सरोकारवाला पक्ष एकताबद्ध भएर अगाडि बढ्ने निष्कर्ष निकालिएको गाउँपालिकाले जनाएको छ।



सरकारले जनविश्वास जगाउनुपर्छ

मुलुक एकपछि अर्को गर्दै आन्दोलन उन्मुख बन्दै गएको अवस्था देखिनु आफैंमा चिन्ताको विषय हो। राजनीतिक परिवर्तनका लागि नेपाली जनताले पटक-पटक आन्दोलन गरे। व्यवस्था परिवर्तन भयो, सरकार फेरिए, नेतृत्व फेरियो तर नागरिकका आधारभूत अपेक्षा भने अझै पूर्णरूपमा सम्बोधन हुन सकेका छैनन। परिणामत: नागरिकमा निराशा, असन्तुष्टि र राज्यप्रतिको वितृष्णा बढ्दै गएको देखिन्छ ।

वर्तमान सरकार गठन भएको चार महिना बितिसक्दा शिक्षक, कर्मचारी, उद्योगी-व्यवसायी लगायत विभिन्न समूह आफ्ना माग लिएर आन्दोलनमा उत्रिएका छन। आफ्ना जायज माग राख्न पाउनु लोकतान्त्रिक अधिकार हो। तर हरेक समस्या समाधानको माध्यम आन्दोलन, बन्द, हडताल र दबाबमात्र बन्न थालेमा त्यसले मुलुकको समग्र विकास प्रक्रियालाई नै प्रभावित पार्छ। आन्दोलनका कारण विद्यालय, सरकारी कार्यालय, उद्योग, व्यवसाय तथा सार्वजनिक सेवामा अवरोध आउँदा प्रत्यक्ष मारमा सर्वसाधारण नागरिक पर्छन् ।

सरकारले नागरिकका मागलाई समयमै सुन्ने, समस्या पहिचान गर्ने र संवादमार्फत समाधान खोज्ने संस्कार विकास गर्न आवश्यक छ। आन्दोलन सुरु भएपछि मात्र वार्ताको टेबलमा पुग्ने प्रवृत्तिले सरकारको कार्यक्षमता र संवेदनशीलतामाथि प्रश्न उठाउँछ। स्थिर सरकारको अर्थ केवल संसदमा बहुमत हुनु होइनस नागरिकमा स्थायित्व, सुशासन र भविष्यप्रतिको भरोसा पैदा गर्न सक्नु पनि हो ।

त्यसैगरी नागरिक र विभिन्न पेशागत तथा सामाजिक समूहले पनि आफ्नो अधिकारसँगै कर्तव्यलाई उत्तिकै महत्व दिनुपर्छ। माग राख्ने नाममा सार्वजनिक सम्पत्तिको क्षति, सेवा अवरुद्ध गर्ने वा सर्वसाधारणलाई अनावश्यक दु:ख दिने गतिविधि स्वीकार्य हुन सक्दैन। लोकतन्त्रमा अधिकार र जिम्मेवारी एकअर्काका परिपूरक हुन् ।

अहिले मुलुकलाई अर्को आन्दोलन होइन, परिणाममुखी कामको आवश्यकता छ। सरकारले जनअपेक्षालाई प्राथमिकतामा राख्दै शिक्षा, रोजगारी, सुशासन, सेवा प्रवाह र आर्थिक सुधारमा ठोस परिणाम देखाउन सक्नुपर्छ। नागरिकले पनि राज्यप्रति जिम्मेवार र उत्तरदायी व्यवहार गर्नुपर्छ। सरकार र नागरिकबीच विश्वासको सम्बन्ध बलियो बनाउन सके मात्र आन्दोलनको चक्र तोडेर मुलुकलाई स्थिरता र समृद्धिको बाटोमा अघि बढाउन सकिन्छ ।

नेपाली सञ्चार माध्यममा आर्थिक संकट : कारण, प्रभाव र दिगो भविष्यका सम्भावना

✍ **गोपाल काफ्ले**

नेपालको पत्रकारिता इतिहासमा अहिलेको समय सबैभन्दा जटिल मोडमध्ये एक हो। कुनै बेला समाचारपत्र, रेडियो र टेलिभिजन लोकतन्त्रका सशक्त आधारस्तम्भ मानिन्थे। तिनको आर्थिक मेरुदण्ड विज्ञापन थियो। तर पछिल्ला केही वर्षयता विज्ञापन बजारको संरचना नै परिवर्तन भएको छ। व्यापारिक प्रतिष्ठानहरूले आफ्नो प्रचारप्रसारको ठूलो हिस्सा फेसबुक, युट्युब, टिकटक, गुगललगायत डिजिटल प्लेटफर्ममा केन्द्रित गर्न थालेपछि परम्परागत सञ्चार माध्यमको आय निरन्तर घटिरहेको छ। यसको प्रत्यक्ष असर पत्रकार, सञ्चार संस्था र समग्र समाचार उत्पादन प्रक्रियामा परेको छ ।

डिजिटल प्रविधिको विकास आफैंमा समस्या होइन। समस्या त त्यसबेला उत्पन्न भयो, जब समाचार उत्पादन गर्ने संस्थाहरूको आर्थिक स्रोत कमजोर बन्दै गयो, तर सूचना वितरण गर्ने विश्वव्यापी डिजिटल प्लेटफर्महरू बलिया हुँदै गए। आज अधिकांश नागरिकले समाचार सामाजिक सञ्जालमार्फत भेट्टाउँछन्, तर समाचार उत्पादनको लागत भने अझै पनि नेपाली सञ्चारमाध्यमले नै बेहोर्नुपर्छ। यसले 'समाचार कसले बनाउँछ ?' र 'आर्थिक लाभ कसले लिन्छ ?' भन्ने गम्भीर प्रश्न उठाएको छ ।

नेपालमा सञ्चार संस्थाहरूको आम्दानीको प्रमुख स्रोत सरकारी र निजी क्षेत्रका विज्ञापन थिए। अहिले ती विज्ञापनको ठूलो अंश डिजिटल प्लेटफर्ममा सरेको छ। सामाजिक सञ्जालले लक्षित उपभोक्तासम्म सस्तो, छिटो र मापनयोग्य रूपमा पुग्ने सुविधा दिएको छ । यस कारण व्यवसायीहरू परम्परागत विज्ञापनभन्दा डिजिटल प्रचारलाई प्राथमिकता दिन थालेका छन फलत: धेरै पत्रपत्रिकाले प्रकाशन बन्द गरेका छन्, केही रेडियो र टेलिभिजनले कर्मचारी कटौती गरेका छन्, र धेरै पत्रकारले पेशा परिवर्तन गर्न बाध्य भएका छन् ।

नेपाली पत्रकारिताले अहिले आर्थिक संकटको सामना गरिरहेको छ । तर इतिहासले देखाएको छ : प्रविधि बदलिन्छ, माध्यम बदलिन्छ, तर विश्वसनीय सूचनाको आवश्यकता कहिल्यै समाप्त हुँदैन। त्यसैले यो समय निराश हुनेभन्दा पनि पत्रकारिताको आर्थिक संरचना, कार्यशैली र व्यावसायिक मोडललाई पुनर्विचार गर्ने अवसरका रूपमा लिनुपर्छ।

यस आर्थिक संकटले पत्रकारिताको गुणस्तरमा समेत प्रतिकूल प्रभाव पारेको छ। स्रोत अभाव हुँदा अनुसन्धानमूलक पत्रकारिता, खोज समाचार र ग्रामीण क्षेत्रका समाचार संकलनमा लगानी घट्छ। पत्रकारहरू कम स्रोत र बढी कार्यभारमा काम गर्न बाध्य हुन्छन् । यसले समाचारको गहिराइ, तथ्य पुष्टि गर्ने प्रक्रिया र सम्पादकीय स्वतन्त्रता माथि समेत दबाब सिर्जना गर्छ । जब आर्थिक आधार कमजोर हुन्छ, पत्रकारिताको सार्वजनिक उत्तरदायित्व पनि कमजोर हुने जोखिम बढ्छ।

अर्कोतर्फ, सामाजिक सञ्जालले सूचना प्रवाहलाई लोकतान्त्रिक बनाएको छ। अब जोसुकैले सूचना सार्वजनिक गर्न सक्छ। यो अवसर पनि हो। तर सम्पादकीय परीक्षण बिना सामग्री सार्वजनिक हुने भएकाले गलत सूचना, भ्रामक सामग्री र अफवाह तीव्र रूपमा फैलिने चुनौती पनि उत्तिकै बढेको छ। यस्तो अवस्थामा विश्वसनीय पत्रकारिताको आवश्यकता झन् बढेको छ । विडम्बना के छ भने, समाजलाई सबैभन्दा बढी आवश्यक परेको बेला नै व्यावसायिक पत्रकारिता आर्थिक रूपमा सबैभन्दा कमजोर अवस्थामा पुगेको छ ।

यस परिस्थितिलाई केवल संकटका रूपमा हेर्नु पर्याप्त हुँदैन। यसले नयाँ सम्भावनाहरू पनि देखाएको छ। सञ्चार संस्थाहरूले परम्परागत विज्ञापनमा मात्र निर्भर रहने सोचबाट बाहिर निस्कन आवश्यक छ। सदस्यता, डिजिटल सदस्य शुल्क, विशेष अनुसन्धान सामग्री, डेटा पत्रकारिता, पोडकास्ट, भिडियो डकुमेन्ट्री, तालिम, परामर्श सेवा र सार्वजनिक कार्यक्रमजस्ता वैकल्पिक आय स्रोतहरू विकास गर्न सकिन्छ । विश्वका धेरै सञ्चार संस्थाले यस्ता मिश्रित आर्थिक मोडल अपनाएर आफूलाई पुनर्संरचना गरिरहेका छन् ।

नेपालका सञ्चार संस्थाहरूले पनि आफ्ना सामग्रीको गुणस्तर, विश्वसनीयता र विशिष्टतालाई केन्द्रमा राख्नुपर्छ। सामाजिक सञ्जालसँग प्रतिस्पर्धा गर्ने होइन, बरु सामाजिक सञ्जालमा नपाइने प्रमाणित, विश्लेषणात्मक र अनुसन्धानमूलक सामग्री उत्पादन गर्नु नै दीर्घकालीन रणनीति हुन सक्छ। समाचारको गति मात्र होइन, समाचारको विश्वसनीयता नै भविष्यको सबैभन्दा ठूलो सम्पत्ति हुनेछ ।

सरकारको पनि यसमा महत्वपूर्ण भूमिका छ। राज्यले सार्वजनिक हितका पत्रकारितालाई पारदर्शी र निष्पक्ष नीतिमार्फत प्रोत्साहन गर्नुपर्छ। सरकारी विज्ञापन वितरण प्रणालीलाई न्यायोचित, स्पष्ट र राजनीतिक प्रभावबाट मुक्त बनाउन आवश्यक छ। साथै डिजिटल विज्ञापन बजार, कर नीति र अन्तर्राष्ट्रिय डिजिटल प्लेटफर्मसँग सम्बन्धित नीतिमाथि पनि गम्भीर बहस हुनुपर्छ।

पत्रकारिता शिक्षाले पनि समयअनुकूल परिवर्तन गर्नुपर्ने आवश्यकता छ। अब समाचार लेखन मात्र पर्याप्त छैन। डेटा विश्लेषण, कृत्रिम बुद्धिमत्ता, तथ्य परीक्षण, मल्टिमिडिया कथा निर्माण, डिजिटल व्यवसाय मोडल र दर्शक विश्लेषण सम्बन्धी सीपलाई पाठ्यक्रममा समेट्नुपर्छ। भविष्यका पत्रकार केवल समाचार लेखक होइन, बहुआयामिक सञ्चारकर्मी हुनुपर्ने अवस्था आएको छ ।

नेपाली पत्रकारिताले अहिले आर्थिक संकटको सामना गरिरहेको छ । तर इतिहासले देखाएको छ : प्रविधि बदलिन्छ, माध्यम बदलिन्छ, तर विश्वसनीय सूचनाको आवश्यकता कहिल्यै समाप्त हुँदैन। त्यसैले यो समय निराश हुनेभन्दा पनि पत्रकारिताको आर्थिक संरचना, कार्यशैली र व्यावसायिक मोडललाई पुनर्विचार गर्ने अवसरका रूपमा लिनुपर्छ।

यदि नेपाली पत्रकारिताले गुणस्तर, विश्वसनीयता, नवप्रवर्तन र पाठकसँगको प्रत्यक्ष सम्बन्धलाई आफ्नो मूल आधार बनाउन सक्छ भने डिजिटल युग चुनौती मात्र होइन, नयाँ पुनर्जागरणको आधार पनि बन्न सक्छ। आर्थिक संकट अस्थायी हुन सक्छ, तर सत्य, तथ्य र सार्वजनिक उत्तरदायित्वमा आधारित पत्रकारिता सधैं लोकतन्त्रको अपरिहार्य आधार रहनेछ।

बिहान उठ्ने बित्तिकै खान हुने र नहुने कुराहरु

बिहान उठ्नेबित्तिकै खाली पेटमा चिया वा कफी नपिउन चिकित्सकहरु सुझाव दिन्छन्। यसमा हुने क्याफिन र एसिडले ग्यास्ट्रिक बढाउँछ। एसिडका कारण पेट दुख्ने र अम्लीयपना जस्ता समस्या निम्तिन सक्छन् । यसका साथै बिहान उठ्नेबित्तिकै खान नहुने केही खानेकुराहरू निम्नानुसार छन् :

खान नहुने खानेकुराहरू :

अमिलो फलफूल : कागती, सुन्तला र भोगटे जस्ता अमिला फलफूलले पेटमा एसिड बढाउँछन् ।
चिसो पेय पदार्थ : आइस टी वा चिसो जुसले पाचन प्रक्रियालाई सुस्त बनाउँछन् ।
धेरै मसलादार खानेकुरा : खुर्सानी र गरम मसलाले पेटको भित्री पत्रमा जलन गराउँछन् ।
चिया र कफी : यसमा हुने क्याफिनले ग्यास्ट्रिक र छाती पोल्ने समस्या निम्त्याउँछ ।
काँचो सागसब्जी : काँचो सलादमा हुने फाइबरले खाली पेटमा अपच गराउन सक्छ ।
गुलियो र बेकरी आइटम : डोनट, केक वा बिस्कुटले रगतमा चिनीको मात्रा ह्वात्तै बढाउँछन् ।
प्रशोधित मासु : ससेज वा सलामी जस्ता खानेकुराले पाचनतन्त्रमा धेरै भार पार्छन् ।

यसको सट्टा के खाने ?

मनतातो पानी : पेट सफा गर्न र पाचन प्रणाली सक्रिय बनाउन मद्दत गर्छ ।
भिजाएको बदाम : ऊर्जा दिन्छ र पेटका लागि हल्का हुन्छ ।
केरा वा दलिया : पेटलाई शान्त राख्छ र ऊर्जा प्रदान गर्छ ।

झापाका शैक्षिक परामर्श व्यवसायीहरुलाई साइप्रसबारे अभिमुखीकरण

दमक/ युरोपियन मुलुक साइप्रस नेपाली विद्यार्थीहरुको रोजाइमा परेको साइप्रस अध्ययनका लागि जाने प्रकृया र यसमा आवश्यक सहजीकरणका विषयमा झापाका शैक्षिक परामर्श व्यवसायीहरुका लागि एक दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम दमकमा सम्पन्न भएको छ। शैक्षिक परामर्श व्यवसायी संघ (इक्यान) झापाको आयोजनामा साइप्रसस्थित नियोपोलिस युनिभर्सिटी पाफोसको सहजीकरणमा बिहीबार दमकमा त्यस्तो कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको हो। नेपालले निकट भविष्यमा आवश्यक मापदण्डहरु पुरा गरेर १८५ जना विद्यार्थी साइप्रस अध्ययनका लागि पठाउन सक्ने कानुनी बाटो खुलिसकेको कार्यक्रममा जानकारी गराइएको थियो।

इक्यान झापाका अध्यक्ष राजकुमार कार्कीको अध्यक्षतामा सञ्चालन भएको सो अभिमुखीकरण कार्यक्रममा सो युनिभर्सिटीका नेपालस्थित कन्ट्री मेनेजर सुमन अधिकारीले साइप्रसमा अध्ययन गर्न चाहने नेपाली विद्यार्थीहरुको शैक्षिक भविष्य, अपनाउनुपर्ने कानुनी प्रकृयाहरु, युनिभर्सिटीले प्रदान गर्ने छात्रवृत्ति लगायतका सुविधाहरु, त्यहाँ अध्ययनसँगै हुन सक्ने रोजगारीको सम्भावनाहरु, त्यहाँको प्रचलित कानुन आदिका बारेमा संक्षेपमा जानकारीमुलक प्रशिक्षण दिएका थिए। शैक्षिक परामर्श व्यवसायी संघ संघर्ष समिति झापाका संयोजक तथा दमक क्षेत्रका परामर्श व्यवसायी समुहका संयोजक चिरन न्यौपानेसहित शैक्षिक परामर्श व्यवसायीका नेतृत्वकर्ता तथा सो युनिभर्सिटीका प्रतिनिधिहरुको विशेष उपस्थिती रहेको थियो।

कार्यक्रममा सहभागी दमक र आसपास क्षेत्रका शैक्षिक परामर्श व्यवसायीहरुको उल्लेखीय सहभागिता थियो। कार्यक्रममा इक्यान झापाका तालिम संयोजक नविन बोहोराले कार्यक्रमको औचित्यमाथी प्रष्टयाउँदै स्वागत मन्तव्य राखेका थिए भने कार्यक्रमको सञ्चालन इक्यान झापाका सचिव विशाल सिटौलाले गरेका थिए।

सरोजको मृत्यु प्रकरणमा चार जना आफन्त जोडिए

इटहरी/ इटहरी उपमहानगरपालिका–९ भद्रटोलस्थित नन्द बिष्टको घरमा डेरा गरी बस्दै आएका जनता माध्यमिक विद्यालय, इटहरीमा कक्षा ११ मा अध्ययनरत १७ वर्षीय सरोज न्यौपानेको मृत्यु प्रकरणमा पक्राउ परेका उनका बुबा, सौतेनी आमा र दुई काका अनुसन्धानमा तानिएका छन्। उनीहरुलाई अनुसन्धानका लागि पाँच दिनको म्याद थपको आदेश लिएर प्रहरीले राखेको छ।

इलाका प्रहरी कार्यालय इटहरीका अनुसार सरोजलाई शारीरिक तथा मानसिक यातना दिई आत्महत्या गर्न बाध्य बनाएको आरोपमा उनका बुबा बुद्धि सागर न्यौपाने, सौतेनी आमा मुना न्यौपाने तथा काकाद्वय अशोक न्यौपाने र नवराज न्यौपानेविरुद्ध आत्महत्या दुरुत्साहन सम्बन्धी कसुरमा जाहेरी दर्ता गरी आवश्यक कानुनी प्रक्रिया अघि बढाइएको छ।

बुधबार सरोजको शव मावली पक्षलाई जानकारी नै नदिई दाहसंस्कार गर्न लागिएको भन्दै उनका साथीहरू र विद्यार्थीहरूले विरोध जनाएका थिए। उनीहरूले सरोजलाई परिवारकै शारीरिक तथा मानसिक यातनाका कारण आत्महत्या गर्न बाध्य पारिएको दाबी गर्दै शव नियन्त्रणमा लिएर निष्पक्ष अनुसन्धानको मागसहित आन्दोलन सुरु गरेका थिए।

आन्दोलनमा उत्रिएका विद्यार्थीहरूले सरोज बस्दै आएको घर घेराउ गर्दै घटनाको सूक्ष्म अनुसन्धान गर्न, दोषीमाथि कडा कानुनी कारबाही गर्न तथा सत्यतथ्य सार्वजनिक गर्न माग गरेका थिए। आन्दोलन चर्किएपछि प्रहरीले सरोजका बुबा, सौतेनी आमा र दुई काकालाई पक्राउ गरेको हो। त्यसपछि शवलाई थप परीक्षणका लागि धरानस्थित बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान (घोपा) को शवगृहमा राखिएको थियो।

बुधबार साँझ विद्यार्थीहरूले श्रद्धाञ्जली तथा कोणसभा आयोजना गर्दै घटनाको निष्पक्ष छानबिन र दोषीलाई कडा कारबाहीको माग दोहोर्‍याएका थिए।

उनीहरूले सरोजको आँखामा स्पष्ट चोट देखिएको भए पनि प्रारम्भिक अनुसन्धानका क्रममा प्रहरीले त्यसतर्फ चासो नदेखाएको र आन्दोलनपछि मात्र पक्राउ प्रक्रिया अघि बढाएको भन्दै प्रहरीको भूमिकाप्रति असन्तुष्टि व्यक्त गरेका थिए।

बिहीबार पनि विद्यार्थीहरूले इटहरीको मुख्य चोकमा प्रदर्शन गर्दै सरोजलाई न्याय दिन, पक्राउ परेकाहरूलाई कुनै पनि हालतमा उन्मुक्ति नदिन तथा निष्पक्ष अनुसन्धान गर्न माग गरेका थिए। उनीहरूले इटहरी उपमहानगरपालिकाका मेयर हेमकर्ण पौडेललाई भेटेर घटनामा दोषीमाथि कडा कानुनी कारबाहीका लागि सहयोग गर्न आग्रह गरेका थिए। मेयर पौडेलले सरोजको मृत्यु दुःखद भएको उल्लेख गर्दै घटनाको निष्पक्ष अनुसन्धान र कानुनी प्रक्रियामा आफूबाट सक्दो सहयोग रहने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका छन्।

साप्ताहिक राशिफल

साउन २४ गते आइतबारदेखि साउन ३० गते शनिबारसम्म

ज्यो. दुर्गाप्रसाद भण्डारी

मेष (चू,चे,चो,ला,लि,लू,ले,लो,अ)
साताको प्रारम्भमा स्वास्थ्यलाई लिएर सावधान रहनुपर्ने देखिएको छ नयाँ कार्य प्रारम्भ गर्नमा उपयुक्त समयको प्रतिक्षा गर्नुहोला। साताको मध्यमा आँटेको कार्यमा सफलता पाइनेछ। आयका नयाँ स्रोतहरू बन्नेछन् साताको अन्तिममा व्यापार व्यवसायमा पिताको सहयोग मिल्नेछ। परिवारसँग रमाइलो समय बित्नेछ। सदैव गणेशजीको दर्शन गरेर दिनको प्रारम्भ गर्नुहोला। यो साताको शुभ रंग हल्का हरि यो र निलो हो भने शुभ अंक ३ र ६ रहेको छ।

सिंह (मा,मी,मू,मे,मो,टा,टी,टू,टे) साताको प्रारम्भमा साझेदारी व्यापारबाट लाभ आर्जन गर्न सकिएला। दाम्पत्य जीवन सुमधुर रहनेछ। साताको मध्यमा सवारी साधन चलाउँदा सावधान रहनुहोला। धर्म कर्मप्रति आस्था बढ्नेछ। साताको अन्तिममा भाग्यको साथ मिल्नाले अप्ठ्यारा कार्यहरु पनि सजिलै सम्पादन गर्न सकिएला। नोकरी वा पेशामा शुभचिन्तकहरूको साथ मिल्नेछ। सदैव भैरवको उपासना गरी दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस। यो साताको शुभ रंग सेतो र बैजनी हो भने शुभ अंक २ र ८ रहेको छ।

धनु (ये,यो,भा,भी,भू,ध,फा,ढा,भे) साताको प्रारम्भमा वैदेशिक रोजगारबाट लाभ मिल्नेछ। रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउनको लागि पौष्टिक भोजनको सेवन गर्नुहोला। साताको मध्यमा कार्यक्षेत्रमा पुरानो गरिएको कार्यको प्रशंसा हुनेछ। उद्योग व्यापारमा नयाँ कीर्तिमान स्थापित गर्न सकिनेछ। साताको अन्त्यमा विद्यार्थीहरूलाई कला वा संगीतको क्षेत्रमा विशेष सफलता मिल्नेछ। नयाँ नोकरीको मार्ग प्रशस्त हुनेछ। सदैव गायत्री मन्त्रको जप गरेर दिनको प्रारम्भ गरौं।

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।

कन्या (टो,पा,पी,पु,ष,ण,ठ,पे,पो) साताको प्रारम्भमा धैर्य र पराक्रमले सोचेका कार्यसम्पादन हुनेछन्। पायक स्थानमा यात्राका योग छन साताको मध्यमा व्यापार व्यवसायमा जीवनसाथीबाट सहयोग मिल्नेछ। साताको अन्तिममा युवाहरूलाई करियरलाई लिएर चिन्ता रहनेछ। कार्यक्षेत्रमा नयाँ अनुबन्धले लाभको स्थिति बनिरहनेछ। सदैव गणेशजीलाई दुबो अर्पण गरेर दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस यो साताको शुभ रंग सेतो र बैजनी हो भने शुभ अंक ७ र ९ रहेको छ।

मकर (भो,जा,जी,जू,जे,जो,ख,खी,खू,खे,खो,गा,गी) साताको प्रारम्भमा आँटेको कार्यसम्पादन गर्नमा सफल भइएला। शुभचिन्तकहरूको साथ र सहयोग जुट्नेछ। साताको मध्यमा फिजुलखर्चबाट बच्नुहोस आर्थिक पक्ष सामान्य रहनेछ। पारिवारिक सम्बन्धले नयाँ समस्याहरू निम्त्याउन सक्ला। साताको अन्त्यमा नयाँ कार्य को थालनिको लागि उपयुक्त समय रहेको छ। प्रतिष्ठित कार्य गर्ने अवसर मिल्नेछ। सदैव कालभैरवको दर्शन गरी दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस्।

मिथुन (का,की,कू,घ,ङ,छ,के,को,हा) साताको प्रारम्भमा प्रतियोगी परीक्षामा सफलता मिल्नेछ। वित्तीय र सहकारी संस्थाबाट लाभ मिल्ला। साताको मध्यमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउनको लागि पौष्टिक भोजनको सेवन गर्नुहोस्। दाम्पत्य जीवन सुमधुर रहनेछ। साताको अन्तिममा कानुन विपरीत कार्य नगर्नुहोला। सामाजिक संघ संस्थामा बोल्दा शब्द चयनमा ध्यान राख्नुहोस् सदैव भगवान सूर्यलाई अर्घ्य दिएर दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस्।

तुला (रा,री,रु,रे,रो,ता,ती,तू,ते) साताको प्रारम्भमा कार्यक्षेत्रमा कार्यकुशलताले अधिकारी वर्गहरु प्रभावित रहनेछन घरपरिवारसँग भ्रमणका योग रहेका छन अध्यापनको क्षेत्रबाट सम्मान पाइनेछ। साताको मध्यमा नयाँ व्यापार प्रारम्भ गर्नुभन्दा अघि माता पिता वा जानकार को सल्लाह अवश्य लिनुहोस साताको अन्तिममा व्यापार व्यवसायमा सहयोगीहरूको सहयोगले गर्दा रोकिएका काम प्रारम्भ हुनेछन व्यापार क्षेत्रमा पारदर्शिता राख्नुहोस सदैव भगवान सूर्यलाई जल अर्पण गरेर दिनको प्रारम्भ गरौं।

कुम्भ (गू,गे,गो,सा,सी,सू,से,सो,दा) साताको प्रारम्भमा सामूहिक कार्यक्रममा व्यक्तिहरूसँगको भेटघाटले मन आनन्दित रहनेछ। व्यापार व्यवसायमा लाभ रहनेछ। साताको मध्यमा पारिवारिक समस्यालाई प्राथमिकता दिनुहोस नोकरी वा पेशामा अधिकारी वर्गहरूबाट प्रशंसा पाइएला। साताको अन्त्यमा अरूको कुरामा नलाग्नुहोस महत्वहीन कार्यमा समय खर्च हुन सक्छ सचेत रहनुहोस सदैव भगवान शंकरजीलाई जल अर्पण गरेर दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस्।

कर्कट (ही,हू,हे,हो,डा,डी,डू,डे,डो) साताको प्रारम्भमा मेहनतको परिणामले आत्मविश्वासमा वृद्धि हुनेछ। कार्यक्षेत्रमा परिवर्तनले नयाँ अनुभव प्राप्त हुनेछ। उच्च शिक्षालाई लिएर नयाँ अवसरहरू हात लाग्नेछन साताको मध्यमा कार्यक्षेत्रमा योग्यताको उचित मूल्यांकन हुनेछ। साहसिक कार्य गर्ने समय रहेको छ। सदैव गायत्री मन्त्रको जप गरेर दिनको प्रारम्भ गर्नुहोस यो साताको शुभ रंग हरियो र सुन्तला हो भने शुभ अंक २ र ८ रहेको छ।

वृश्चिक(तो,ना,नी,नू,ने,नो,या,यी,यू) साताको प्रारम्भमा धनलाभका नयाँ अवसरहरू जुट्नेछन सुख सुविधामा वृद्धि हुनेछ। गृहणीहरूको घरायसी कामकाजमा समय बित्नेछ। साताको मध्यमा अगाडिका गल्तीहरूबाट पाठ सिकेर अगाडि बढ्नुहोस आफन्तहरूबाट टाढा हुनाले मन खिन्न रहनेछ। साताको अन्तिमा जग्गा जमिनबाट लाभ मिल्नेछ। सदैव हनुमानजीको दर्शन गरेर दिनको प्रारम्भ गर्नुहोला। यो साताको शुभ रंग हरियो र निलो हो भने शुभ अंक ७ र ९ रहेको छ।

मीन (दी,दू,थ,झ,ञ,दे,दो,चा,ची) साताको प्रारम्भमा धर्मकर्मप्रति मन जानेछ। शिक्षाको क्षेत्रमा पुरस्कृत भइएला। साताको मध्यमा अप्ठ्यारा परिस्थितिहरूलाई सहज बनाउन सकिनेछ। बुद्धिको उपयोगले कार्यसम्पादन गर्न सकिनेछ। साताको अन्तिममा आयआर्जनका नयाँ स्रोतहरू खुल्नेछन्। विद्यार्थीहरूलाई पठनपाठनमा गुरुजनहरूको सहयोग मिल्नेछ। भगवान सूर्यलाई अर्घ्य दिएर दिनको प्रारम्भ गरौं। यो साताको शुभ रंग रातो र केसरी हो भने शुभ अंक ३ र ७ रहेको छ।

अनिशाले जितिन् क्यापिटल क्विनको उपाधि

दमक/क्यापिटल क्विन नेपाल २०२६ को उपाधि अनिशा खड्काले जितेकी छन्। हिमालयन मुभिज प्रोडक्सन हाउसले आयोजना गरेको प्रतियोगितामा अनिशाले दशौं संस्करणको उपाधि जितेकी हुन्। त्यस्तै, अनिता थापा अर्याल फर्स्ट रनरअप र अस्मिता तिमल्सिना सेकेन्ड रनरअप भएका छन्।

विवाहित तथा अविवाहित र विविध पेशामा आबद्ध नारीको सहभागिता रहेको प्रतियोगिताका सहभागीलाई करिब तीन सातासम्म विशेष प्रशिक्षण दिइएको थियो। वरिष्ठ फेसन कोरियोग्राफर हिमानी सुब्बाको प्रशिक्षण तथा कोरियोग्राफीमा सहभागीलाई व्यक्तित्व विकास, बोलीचाली अभ्यास, क्याटवाक, फोटोसुट र भिडिओ सुटका साथै आकर्षक ओपनिङ थिम नृत्यसमेत सिकाइएको थियो।

प्रतियोगितामा विभिन्न विधाका उप-विजेताहरूको पनि घोषणा गरिएको थियो। जसअन्तर्गत मिमिता थापाले मोस्ट स्मार्ट, अस्मिता तिमल्सिनाले मोस्ट एक्टिभ, अनिशा खड्काले मोस्ट डाइनामिक र अनिता थापा अर्यालले मोस्ट कन्फिडेन्टको शीर्षक उपाधि हात पारेका छन्।।

त्यस्तै, नविनाकुमारी ओलीले बेस्ट फोटोजेनिक र मोस्ट पपुलर, प्रेमीशा गजमेरले बेस्ट ट्यालेन्ट, पवित्र गोलेले बेस्ट पर्सनालिटी र अन्जना श्रेष्ठले मोस्ट चार्मिङको उपाधि जितेका छन्। प्रतियोगितामा सबिता तोलानी मोस्ट डेडिकेटेड र प्रविना कुमाल मोस्ट डेलिजेन्ट र बेस्ट मल्टिमिडिया घोषित भए।

बिहान उठ्नेबित्तिकै खाली पेटमा के खाने भन्ने जिज्ञासा हामीमध्ये धेरैमा हुन सक्छ। बिहान सबेरै कतिपयले तातो पानी, कसैले कागती पानी, कसैले मेथी पानी त कसैले चिया वा कफी पिउने गर्छन्।

राति ८-१० घण्टाको उपवासपछि शरीरमा पानीको कमी हुन्छ, पाचन एन्जाइमहरू सुस्त हुन्छन् र आन्द्राको गति कम हुन्छ। यस अवस्थामा सर्वप्रथम शरीरमा पानीको मात्रा पूर्ति गर्नु आवश्यक हुने पेट तथा कलेजो रोग विशेषज्ञ डा. खलिल मियाँ बताउँछन्।

राप्रपा महाधिवेशनबारे लिङ्देनको निर्देशन

काठमाडौं/राप्रपा अध्यक्ष राजेन्द्र लिङ्देनले महाधिवेशन भव्य बनाउने गरी तयारी गर्न निर्देशन दिएका छन् । बुधबारको केन्द्रीय कार्यसम्पादन समिति बैठकले महाधिवेशन तयारीसम्बन्धी विभिन्न समितिहरू गठन गरेको थियो। समितिहरूका संयोजकहरूसँग अध्यक्ष लिङ्देनले छलफल गरेका थिए। 'आ-आफ्नो समितिलाई पूर्णता दिन र विस्तृत कार्ययोजना बनाएर अविलम्ब कार्य प्रारम्भ गर्न निर्देशन गर्छु,' लिङ्देनले भनेका थिए। राप्रपाले मंसिर २६ देखि २८ गतेसम्म महाधिवेशन गर्दैछ।

अध्यक्ष राजेन्द्र लिङ्देनको संयोजकत्वमा राजनीतिक प्रतिवेदन समिति, उपाध्यक्ष बुद्धिमान तामाङको संयोजकत्वमा सभा, जुलुस व्यवस्थापन समिति, उपाध्यक्ष ध्रुवबहादुर प्रधानको संयोजकत्वमा अतिथि सत्कार समिति, उपाध्यक्ष हेमजङ गुरूङको संयोजकत्वमा भोजन व्यवस्थापन समिति गठन भएको छ। साथै महामन्त्री भुवन पाठकको संयोजकत्वमा समारोह व्यवस्थापन समिति, महामन्त्री राजेन्द्र गुरूङको संयोजकत्वमा जिल्ला समन्वय तथा सम्पर्क समिति, कोषाध्यक्ष निलकण्ठ काफ्लेको संयोजकत्वमा आर्थिक समिति, गण्डकी प्रदेश अध्यक्ष पन्चराम गुरूङको संयोजकत्वमा सांस्कृतिक कार्यक्रम तथा झाँकी व्यवस्थापन समिति गठन भएको हो।

कार्यसम्पादन समिति सदस्य विष्णु भण्डारीको संयोजकत्वमा बौद्धिक सम्पर्क तथा समन्वय समिति, प्रवक्ता मोहन श्रेष्ठको संयोजकत्वमा प्रचारप्रसार समिति, केन्द्रीय सदस्य दीपक रन्जितको संयोजकत्वमा शान्ति सुरक्षा तथा व्यवस्थापन समिति, केन्द्रीय सदस्य सजिना कार्कीको संयोजकत्वमा स्वास्थ्य समिति, केन्द्रीय सदस्य ध्रुबविक्रम मल्लको संयोजकत्वमा स्वयंसेवक व्यवस्थापन समिति र काठमाडौं, ललितपुर, भक्तपुर जिल्लालाई स्वागतद्वार व्यवस्थापन समितिको जिम्मेवारी दिइएको छ।

जेष्ठ नागरिक वडा समितिको अधिवेशन

दुधे/ शिवसताक्षी नगरपालिका वडा नम्बर ११ को १४ औं वार्षिक साधारण सभा तथा पाँचौं अधिवेशने बिहिबार सम्पन्न भएको छ।

जेष्ठ चौतारी शिवशताक्षी ११ को सभाहलमा अधिवेशन सम्पन्न भएको हो। नगरपालिकाका प्रमुख मेगाहाङ थोप्रा (रोशन)को प्रमुख आतिथ्यमा भएको अधिवेशनमा जेष्ठ नागरिक नगर समितिका वरिष्ठ उपाध्यक्ष नरपति पाठक, समितिका कार्यवाहक वडा समिति अध्यक्ष परशुराम अधिकारी, जेष्ठ नागरिक नगर समितिका कोषाध्यक्ष प्रेम ढकाल लगायतले शुभकामना मन्तव्य राखेका थिए। अधिवेशनबाट आगामी तीन वर्षे कार्यकालका लागि ११ सदस्यीय वडा कमिटी सर्वसम्मत निर्वाचित भएका छन्।

वडा समितिको अध्यक्षमा गोकुल मिश्र, उपाध्यक्षमा टेकबहादुर बुढाथोकी, सचिवमा छविलाल दवाडी, सहसचिवमा कृष्ण कँडरिया, कोषाध्यक्षमा सीता दाहाल, र सदस्यहरूमा भैरवकुमार आचार्य , पिताम्बर पोखरेल, डेगप्रसाद गुरागाईं, देवीप्रसाद सुवेदी सरस्वता मिश्र र भद्रीमाया दर्जी चुनिएका छन्। अधिवेशनको अध्यक्षता वडा समितिका अध्यक्ष मित्रप्रसाद थापाले गरेका थिए भने स्वागत टेकबहादुर बुढाथोकीले गरेका थिए। कार्यक्रमको सञ्चालन वडा कमिटीका सचिव गंगाराम नेपालले गरेका थिए। सो अवसरमा जेष्ठ नागरिक ब्रह्मलाल फुयाललाई नेपाली ढाका टोपी तथा सम्मानपत्रद्वारा सम्मानित गरिएको थियो।

snf÷;flxTo

उपन्यासकार दुर्गा काफ्लेको चौथो कृति लोकार्पण

दमक/ साहित्यकला सङ्गम दमक झापाले एक कार्यक्रमबीच पुस्तक लोकार्पण कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ। साहित्य कला सङ्गमका उपाध्यक्ष समेत रहेकी साहित्यकार तथ उपन्यासकार दुर्गा खनाल काफ्लेको कृति अनुराग र वियोगको लोकार्पण गरिएको हो।

उपन्यासकार दुर्गा खनाल काफ्लेको यो चौथो उपन्यास हो। यस अधि मनको बिचलन,प्रेम सरोवर र चादनी उपन्यास बजारमा आईसकेका छन।

संस्थाका अध्यक्ष बिन्दु दहाल मूकदर्शकको अध्यक्षतामा, बरिष्ठ साहित्यकार प्रा।डा। गोबिन्दराज भट्टराईको प्रमुख आतिथ्यतामा र दमक प्रज्ञा प्रतिष्ठानका अध्यक्ष डा। गोपालप्रसाद भण्डारीको बिशिष्ठ आतिथ्यतामा सम्पन्न कार्यक्रममा सो कृतिको लोकार्पण गरिएको हो।

कृतिको विषयमा साहित्यकारहरु शिव रेग्मी प्रणत र भीम दहालले समिक्षात्मक टिप्पणी गरेका थिए। कार्यक्रममा दमक प्रज्ञा प्रतिष्ठानका पूर्व अध्यक्ष तथा सल्लाहकार हेम अधिकारी , दमक क्याम्पसका पूर्व क्याम्पस प्रमुख ,साहित्य कला सङ्गमका सल्लाहकार डा उत्तम भट्टराई ,संस्थाका सल्लाहाकार सदस्य पुस्ता राई ,प्रतिभा निकेतनका अध्यक्ष कमलराज भट्टराई , मिक्लाचोङ साहित्य समाज अध्यक्ष इन्द्र घिमिरे , नेपाली साहित्य समाज उर्लाबारीका अध्यक्ष यज्ञ परिश्रमी, नवनासो प्रतिष्ठान धरमपुरका अध्यक्ष दिलिप घिमिरेको उपस्थिति रहेको थियो।

कोशी साहित्य प्रतिष्ठानका अध्यक्ष केशु बिरही, उर्जाशिल साहित्य कला प्रतिष्ठान चारपानेका अध्यक्ष डि .पी.शर्मा,प्रगतीवादी समालोचक प्रा.डा. बद्री बिलास पोखरेल, छथर साहित्य समाजका अध्यक्ष दिनेश थापा ,प्राज्ञ सुमित्रा वाङ्देल चेली र डा।गोपालप्रसाद भण्डारीले शुभकामना मन्तव्य राखेका थिए।

यसरी नै कवि तथा साहित्यकारहरु डा। खगेन्द्र प्रसाद दहाल , मिना अधिकारी , चिरञ्जीवी काफ्ले ,बिबश बलीभद्र कोईराला , रोशन यात्री लगायतले रचना गरेका थिए। स्वागत गीत र साङ्गीतिक प्रस्तुति सुरसुधा संगीत बिद्यालयको तर्फबाट संस्थाकी उपाध्यक्ष चन्द्रा गडतौलाको टिमले प्रस्तुत गरेको थियो। कार्यक्रमको सन्चालन साहित्य कला सङ्गमका महासचिव ओमप्रसाद खनालले गरेका थिए। कार्यक्रममा झापा ,मोरङ्ग, सुनसरी ईलाम र तेह्रथुमका साहित्यकारहरुको उपस्थिति रहेको थियो। कार्यक्रममा करिब तीन सय स्रष्टाहरुको उपस्थिति रहेको थियो।

तेक्वान्दोमा शुभमले जिते काँस्य पदक

थाइल्यान्डमा भएको नवौं हिरोज अन्तर्राष्ट्रिय तेक्वान्दो च्याम्पियनसिपमा नेपालका शुभम रायमाझीले कास्य पदक जितेका छन्। प्रतियोगितामा रौतहटको चन्द्रपुर नगरपालिका-१ का रायमाझीले ५९ देखि ६३ केजी तौल समूहमा कास्य पदक जितेका हुन्। प्रतियोगिता ३१ जुलाईदेखि २ अगस्टसम्म भएको थियो। प्रतियोगितामा विभिन्न देशका खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। उनले नेपालका लागि कास्य पदक जितेका हुन्। । अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा देशका लागि पदक जित्दा खुशी लागेको रायमाझीले बताए। यस पदकले आगामी दिनमा अझ राम्रो गर्ने हौसला मिलेको उनको भनाइ छ।

d}h]bj]Tox.Fnj]

मन रुवाउने किसानको पीडाको साक्षी बन्दा

✍ बिष्णुप्रसाद पोखरेल

मैले एउटा यस्तो दृश्य देखेँ, जसले मेरो मन भारी बनायो। आँखाअघि जे देखेँ, त्यो कुनै चलचित्रको दृश्य थिएन, कुनै विपत्तिको कथा पनि थिएन। त्यो त नेपालको कृषि यथार्थ थियो–देशको पेट भर्ने किसान मलको एक बोराका लागि भाग्यको चिट्ठा तान्न बाध्य भएको दृश्य।

बिहीबार झापाको कमल गाउँपालिका-६ स्थित लखनपुर साना किसान सहकारी पुगेँ। त्यहाँ पुग्दा बिहानैदेखि किसानहरूको लामो लाइन लागेको थियो। कोही वृद्ध थिए, कोही युवावस्था पार गरिसकेका, कोही महिलाहरू पनि थिए। सबैको अनुहारमा एउटै आशा थियो–आज जसरी भए पनि एउटा बोरा युरिया मल लिएर घर फर्किन पाए हुन्थ्यो।

तर त्यहाँको वास्तविकता निकै पीडादायी थियो। सहकारीमा जम्मा पाँच बोरा युरिया रहेको रहेछ। तर मल लिन आएका किसान करिब ५० जना। पाँच बोरा मल र पचास जना किसान। यो तथ्यले नै हाम्रो कृषि प्रणालीको अवस्था कति दयनीय छ भन्ने स्पष्ट देखाउँथ्यो।

सबै किसानलाई मल पुग्ने अवस्था थिएन। त्यसैले सुरक्षाकर्मीको उपस्थितिमा चिट्ठा तान्ने निर्णय गरियो। किसानहरू एकपछि अर्को गर्दै आफ्नो नाम लेखिएको चिट्ठा निकाल्दै थिए। सबैको मुटुको ढुकढुकी बढेको थियो। त्यो कुनै खेलको पुरस्कार थिएन, त्यो उनीहरूको बाली बचाउने अन्तिम आशा थियो।

जसको चिट्ठा पर्यो, उसको अनुहारमा युद्ध जितेजस्तो मुस्कान थियो। उसले एक बोरा मल काँधमा बोकेर फर्कँदा वरिपरिका किसानहरूले हेरेर मात्रै बस्नुर्पयो। कसैले खुसी साटे, कसैले आफ्नै भाग्यलाई दोष दिए। तर जसको चिट्ठा परेन, उनीहरूको अनुहारमा देखिएको निराशा शब्दमा बयान गर्न गाह्रो थियो।

मेरो छेउमै उभिएका एक किसानले बिस्तारै भने, - १० किलोमिटर साइकल चलाएर आएँ। खेतमा धान मल कुरेर बसेको छ। आज पनि मल पाएन भने बाली बिग्रिन्छ।

अर्का किसान सिटी चढेर आएका रहेछन्। उनले भने, भाडा तिरेर आएँ, दिनभरको काम छोडेर आएँ, अब रित्तै घर फर्किनपर्यो। यी शब्दहरू सुन्दा मन चसक्क भयो। देशलाई अन्न खुवाउने किसान आज आफ्नो खेती जोगाउन यति धेरै संघर्ष गर्न बाध्य छन् भन्ने यथार्थ निकै दुःखद लाग्यो।

मल वितरणको व्यवस्था निकै व्यवस्थित थियो। सुरक्षाकर्मी थिए, नियम थियो, प्रक्रिया थियो। तर किसानलाई चाहिएको व्यवस्था त्यो थिएन। उनीहरूलाई चिट्ठा होइन, पर्याप्त मल चाहिएको थियो। सुरक्षा होइन, समयमै मल उपलब्ध गराउने राज्यको जिम्मेवारी चाहिएको थियो।

आजको यो दृश्यले एउटा गम्भीर प्रश्न उठाएको छ–कृषिलाई देशको मेरुदण्ड भन्ने हामी, आखिर किसानलाई कति सम्मान गरिरहेका छौं ? चुनावका बेला किसानका नाममा भाषण गर्ने नेताहरू खेतीको समयमा किसान मल नपाएर चिट्ठा तान्न बाध्य भएको यो दृश्य देखिरहेका छन् कि छैनन ?

हामी आत्मनिर्भर कृषि, उत्पादन वृद्धि र किसानको समृद्धिको कुरा गर्छौं। तर वास्तविकता भने फरक छ। किसानले खेतमा पसिना बगाउँछ, तर मल खोज्दै कार्यालय-सहकारी धाउनुपर्छ। समयमै मल नपाउँदा उत्पादन घट्छ, घाटा किसानले बेहोर्छ, तर त्यसको जिम्मेवारी कसैले लिँदैन।

मैले देखेको दृश्य कुनै एक सहकारीको मात्र समस्या होइन। यो देशभर दोहोरिँदै आएको किसानको पीडाको प्रतिनिधि दृश्य हो। हरेक वर्ष खेती गर्ने समयमा मलको अभाव हुन्छ। किसान लाइनमा बस्छन आश्वासन दिइन्छ। केहीले मल पाउँछन्, धेरैजसो खाली हात फर्किन्छन्। वर्ष बदलिन्छ, सरकार बदलिन्छ, मन्त्री बदलिन्छन्, तर किसानको नियति भने बदलिँदैन। घर फर्कँदै गर्दा मेरो मनमा एउटै प्रश्न घुमिरह्यो–देशको पेट भर्ने किसानलाई आखिर कहिलेसम्म यस्तै भाग्यको भरोसामा बाँच्न बाध्य बनाइने ?

आज पाँच बोरा मलका लागि पचास जना किसान लाइनमा थिए। पाँच जनाले मल पाए। बाँकी ४५ जनाले निराशा पाए।

सायद यो बिषय कसैका लागि सामान्य लाग्ला। तर जसले आफ्नै आँखाले त्यो दृश्य देख्यो, किसानका अनुहारमा देखिएको पीडा महसुस गर्यो , उसका लागि यो केवल समाचार होइन–यो राज्यको कृषि व्यवस्थामाथिको एउटा मौन प्रश्न हो। आज मैले किसानको अनुहारमा आशा भन्दा बढी पीडा देखेँ। एउटा बोरा मलका लागि भाग्यको चिट्ठा तान्न बाध्य किसान देखेँ। र त्यो दृश्यले मनलाई धेरै बेरसम्म रुवाइरह्यो।

बैदेशिक व्यापार घाटा ४० प्रतिशतले बढयो

भद्रपुर/ पूर्वी नाका काँकरभिट्टाबाट हुने वैदेशिक व्यापारमा घाटा बढेको छ। मेची भन्सार कार्यालयको तथ्यांकअनुसार आर्थिक वर्ष २०८१-८२ को तुलनामा आर्थिक वर्ष २०८२-८३ मा व्यापार घाटा ४० दशमलव ८५ प्रतिशतले बढेर रु ३६ अर्ब ३८ करोड नाघेको हो।

आव २०८१-८२ को असारसम्म काँकरभिट्टा नाका भएर २५ अर्ब ८३ करोड १० लाख ६४ हजार बराबरको व्यापार घाटा रहेकामा आव २०८२-८३ को सोही अवधिमा १० अर्ब ५५ करोड १९ लाख ७८ हजारले वृद्धि भई रु ३६ अर्ब ३८ करोड ३० लाख ४२ हजार पुगेको छ।

समीक्षा अवधिमा यस नाकाबाट हुने आयात (पैठारी) २२ दशमलव ७१ प्रतिशतले बढेको छ। आव २०८१-८२ मा रु ५१ अर्ब आठ करोड ६५ लाख आठ हजार बराबरको सामान आयात भएकोमा गत आव २०८२-८३ मा ११ अर्ब ६० करोड नौ लाख १८ हजारले बढेर रु ६२ अर्ब ६८ करोड ७४ लाख २६ हजार पुगेको छ।

सोही अवधिमा निर्यात (निकासी) तर्फ चार दशमलव १५ प्रतिशतको वृद्धि दर्ता भएको छ। आव २०८१र८२ को असारसम्म रु २५ अर्ब २५ करोड ५४ लाख ४४ हजारको वस्तु निर्यात भएकामा आव २०८२र०८३ मा रु एक अर्ब चार करोड ८९ लाख ३९ हजारले बढेर रु २६ अर्ब ३० करोड ४३ लाख ८३ हजार पुगेको छ।

आयात र निर्यात दुवैमा वृद्धि भएसँगै कूल वैदेशिक व्यापार १६ दशमलव ५७ प्रतिशतले बढेर रु ८८ अर्ब ९९ करोड १८ लाख १० हजार पुगेको छ। अघिल्लो आवको सोही अवधिमा कूल वैदेशिक व्यापार रु ७६ अर्ब ३४ करोड १९ लाख ५३ हजार रहेको थियो।

पूर्वी नाकाबाट हुने कूल व्यापारमा आयातको वर्चस्व झन् बढेको छ। आयात(निर्यात अनुपातको हिसाब गर्दा आव २०८१/८२ मा रु एकको निर्यात गर्दा रु दुई दशमलव शून्य दुईको आयात हुने गरेकामा गत आवमा अनुपात बढेर रु दुई दशमलव ३८ पुगेको छ। कूल व्यापारमा निर्यातको हिस्सा ३३ दशमलव शून्य आठ प्रतिशतबाट घटेर २९ दशमलव ५६ प्रतिशतमा सीमित भएको छ भने आयातको हिस्सा ६६ दशमलव ९२ प्रतिशतबाट बढेर ७० दशमलव ४४ प्रतिशत पुगेको छ।

यायोक्खाको स्थापना दिवसमा रक्तदान

दमक/ किराँत राईहरुको साझा संस्था किराँत राई यायोक्खाको ३९ औं स्थापना दिवस मनाइएको छ। दिवसको अवसरमा किरात राई यायोक्खा कमल गाउँ समितिले कमल ५ पाडाजुँगीमा खुल्ला रक्तदान कार्यक्रम गरेको छ। सो अवसरमा ६५ पिन्ट रगत संकलन भएको जनाइएको छ।

किरात राई यायोक्खा कमल र नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ समन्वय परिषद् कमलको संयुक्त आयोजना तथा नेपाल रेडक्रस सोसाईटी कमल पालिका शाखाको समन्वय र दमकस्थित नेपाल रेडक्रस सोसाइटी रक्तसंचार विभागको प्राविधिक सहयोगमा भएको रक्तदानमा कमल गाउँपालिका अध्यक्ष हुकुमसिंह राईको प्रमुख आतिथ्य रहेको थियो। सो अवसरमा ११ महिलासहित ६५ जनाले रगतदान गरेका आयोजकले जनाएको छ। नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ समन्वय परिषद् कमल गाउँपालिकाका अध्यक्ष बद्री साम्पाङ राईले स्वागत मन्तव्य राखेको कार्यक्रमको सञ्चालन यायोक्खा कमल गाउँ कार्यसमितिका सदस्य चन्द्रप्रकाश राईले गरेका थिए।

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

पान नं. ३०१५६२८४७ अनुमति पत्र नं.: १०/०७८/७९
दमक ड्राईभिङ ट्रेनिङ सेन्टर
प्रो. पवन लिम्बू
९८५२६५५७९५
९८१७०००७९५
अफिस
९८४२६२२४८७
९८०१६१५१०२
लिङ्देन मिनि मार्केट, दमक-५, झापा

ट्रायल स्पोर्ट: मिष्ट कलेज पश्चिम, ४ नं. वडा कार्यालय छेउ
क र ख को मापदण्ड अनुसार ट्रायल स्पोर्ट तयार गरिएको।
प्रत्येक शुक्रबार सिटी सफारी चालकलाई प्रशिक्षण

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

वाणिज्य संघमा नापतौलका सामग्री जाँच तथा नविकरण शिविर

दमक/ दमक र आसपास क्षेत्रका उद्योगी व्यवसायीहरुको संगठन दमक उद्योग वाणिज्य संघले नापतौलका सामग्री प्रयोग गर्ने व्यवसायीहरुको सहजताका लागि सम्बन्धित निकायसँगको सहकार्यमा नापतौलका सामग्री (ढक तराजु) परिक्षण तथा नविकरण शिविर सञ्चालन गरेको छ। बिहीबारदेखि संघको कार्यालयमा सञ्चालन भएको शिविर जारी रहेको कार्यालय प्रमुख निरज विष्टले जानकारी दिए। उनका अनुसार हरेक बर्ष नयाँ आर्थिक बर्ष शुरु भएसँगै प्रत्येक नापतौल सामग्रीको अवस्थाको परिक्षण (जाँच) गरेर मात्रै प्रयोगमा ल्याउनु पर्ने कानुनी व्यवस्था छ।

नाप तौल तगा गुणस्तर विभागको कार्यालयले आकस्मिक रुपमा गर्ने अनुगमनका क्रममा त्यस किसिमको परिक्षण मापदण्ड पुरा नगरेका वा नविकृत नगरिएका ढक तराजु राखेको पाइएमा कानुनी कारवाहीमा पर्न सकिने खतरा रहन्छ।

बालिका हत्या अनुसन्धानमा पक्राउ

मोरङ/ मोरङको सुनवर्षी नगरपालिका-९ डाइनियामा चार वर्षीया बालिकाको हत्या गरेको आरोपमा प्रहरीले छिमेकीलाई पक्राउ गरेको छ। घटनाको दुई सातापछि प्रहरीले हत्यामा संलग्न रहेको आरोपमा ५९ वर्षीय जान मोहमद मन्सुरीलाई नियन्त्रणमा लिएको हो। जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरङका अनुसार साउन ८ गते अपराह्नदेखि हराएकी जफारुल मियाँकी चार वर्षीया छोरी कायानत खातुनको शव सोही दिन साँझ घरदेखि करिब २ सय मिटर पूर्व रहेको घाँसीबारीमा फेला परेको थियो। बालिकाको निधार र कन्चटमा गम्भीर चोट लागेको अवस्थामा शव भेटिएको थियो।

लागूऔषध दुर्व्यसन नियन्त्रण गरौं

- लागूऔषधबाट हुने स्वास्थ्य, सामाजिक र पारिवारिक असरबारे सचेत बनौं,
- युवा तथा बालबालिकालाई सिर्जनात्मक कार्यमा सहभागी गराऔं,
- साथीको दबाब वा गलत संगतबाट जोगिन प्रेरित गरौं,
- लागूऔषध कारोबार र दुर्व्यसनविरुद्ध सचेतना बढाऔं,
- समस्यामा परेकालाई घृणा होइन, सहयोग र पुनर्स्थापनाको अवसर दिऔं,
- परिवार, विद्यालय र समुदायबीच सहकार्य बढाऔं,
- लागूऔषध प्रयोग नगरौं/नगराऔं।

लागूऔषध मुक्त, सुरक्षित र जिम्मेवार समाज निर्माणमा योगदान गरौं

गौरादह नगरपालिका
१ नम्बर वडा कार्यालय, गौरादह झापा

लागूऔषध दुर्व्यसन नियन्त्रण गरौं

- लागूऔषधबाट हुने स्वास्थ्य, सामाजिक र पारिवारिक असरबारे सचेत बनौं,
- युवा तथा बालबालिकालाई सिर्जनात्मक कार्यमा सहभागी गराऔं,
- साथीको दबाब वा गलत संगतबाट जोगिन प्रेरित गरौं,
- लागूऔषध कारोबार र दुर्व्यसनविरुद्ध सचेतना बढाऔं,
- समस्यामा परेकालाई घृणा होइन, सहयोग र पुनर्स्थापनाको अवसर दिऔं,
- परिवार, विद्यालय र समुदायबीच सहकार्य बढाऔं,
- लागूऔषध प्रयोग नगरौं/नगराऔं।

लागूऔषध मुक्त, सुरक्षित र जिम्मेवार समाज निर्माणमा योगदान गरौं

दमक नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, दमक झापा

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

बालुवथानको सामुदायिक बिद्यालयमा दमक थुलुङ डेन्टलको शिविर

गौरादह/ दाँत सम्बन्धी समस्यामा उचित परामर्श र उपचार सेवा प्रदान गर्दै आएको दमकस्थित दमक थुलुङ डेन्टलले ग्रामिण क्षेत्रमा शिविर मार्फत नागरिकहरुलाई निशुल्क सेवा प्रदान गरेको छ। गौरादह-५ साविक कोहोबरास्थित बालुबथान गाउँमा रहेको जनता माध्यमिक विद्यालयले शुक्रबार आयोजना गरेको दन्त शिविरमा सो डेन्टलले निशुल्क सेवा प्रदान गरेको हो।

शिविरबाट २ सय ११ जना बालबालिका तथा अन्य उमेर समुहका नागरिकहरु समेतले सेवा लिएका छन्। विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष राजकुमार श्रेष्ठको अध्यक्षतामा सञ्चालित दन्त शिविरमा विद्यार्थीहरु, अभिभावक र शिक्षक-शिक्षिकाहरु समेतले सेवा लिएका जनाइएको छ।

सो शिविरमा सेवा लिन आएका मध्ये ३३ जनाको किराले खाएर बिग्रिएका दाँत निकालिएको छ। त्यस्तैं, शिविरमा दन्त परिक्षण भएकाहरु मध्ये २७ जनाको दाँत सम्बन्धीको स्वास्थ्य समस्या देखिएको दन्तरोग विशेषज्ञ डा. सोफिया थुलुङले जानकारी दिइन्। थुलुङले जनता माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरुलाई दाँतको हेरचार, रोकथाम र उपचारका बारेमा थप सचेतना कार्यक्रम आवश्यक देखिएको बताइन्।

शिविरमा दमक थुलुङ डेन्टलकी सञ्चालिका वरिष्ठ दन्त रोग विशेषज्ञ थुलुङसहित डा. हाङमा माखिम, करुणा कार्की, धनमाया घिमिरे र शरद राजवंशी लगायतको टोलीले स्वास्थ्य परिक्षण गरेका थिए।

***एकपद्धि*......**अरेबियाको एस.भी.पी र बायोमेट्रिक प्रणाली तथा मलेसियाको भर्ती प्रक्रियामा रहेको एकाधिकार अन्त्य गर्न कूटनीतिक पहल गर्नुपर्ने माग पनि गरिएको छ। संघले वैदेशिक रोजगार ऐनअनुसार पाँच हजारभन्दा बढी नेपाली रहेका मुलुकमा श्रम सहचारी र काउन्सेलरको व्यवस्था गर्न, प्रत्येक पाँच वर्षमा मापदण्डका आधारमा इजाजतपत्र नवीकरण गर्न, व्यवसायीले राखेको नगद धरौटीमा ब्याज उपलब्ध गराउन तथा अनधिकृत लेनदेन र मिटरब्याज नियन्त्रण गर्दै श्रमिकलाई सहुलियतपूर्ण ऋण उपलब्ध गराउने व्यवस्था लागू गर्नसमेत माग गरेको छ।

नीतिगत जटिलता, अव्यावहारिक व्यवस्था र समाधानमुखी सुधारको अभावका कारण व्यवसायी, श्रमिक र राज्य सबै प्रभावित भएको संघको भनाइ छ। त्यसैले सरकारले वैदेशिक रोजगार क्षेत्रलाई व्यवस्थित, मर्यादित, पारदर्शी र दिगो बनाउन आवश्यक नीति सुधार गर्नुपर्ने संघले माग गरेको छ। सरकारले तत्काल नीतिगत सुधारको प्रक्रिया अघि बढाए व्यवसायीहरू कानुनको पूर्ण पालना गर्दै पुनः नियमित रूपमा वैदेशिक रोजगार व्यवसाय सञ्चालन गर्न प्रतिबद्ध रहेको अध्यक्ष खत्रीले बताए। संघले जारी गरेको विज्ञप्तीमा वैदेशिक रोजगार क्षेत्रले नेपालको अर्थतन्त्र, सामाजिक रूपान्तरण तथा लाखौं नेपाली परिवारको जीवनस्तर उकास्न महत्वपूर्ण योगदान दिँदै आएको उल्लेख गरेको छ। संघका अनुसार वैदेशिक रोजगारबाट ठूलो परिमाणमा रेमिट्यान्स भित्रिएको, विदेशी मुद्रा सञ्चिति बढेको, व्यापार घाटा न्यूनीकरणमा सहयोग पुगेको तथा करिब ६५ प्रतिशत नेपाली घरधुरी प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा लाभान्वित भएका छन्।

कमल गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
तोपगाछी, झापाकोंशी प्रदेश, नेपाल

मिति: २०८३/०४/१८

सूचना !!!

प्रस्तुत विषयमा कमल गाउँपालिकाको आर्थिक ऐन, २०८३ मा भूमि कर, सम्पति कर तथा स्थानीय व्यवसाय कर सम्बन्धमा गरिएको छुट सम्बन्धी व्यवस्था अनुसार सम्पूर्ण कमलबासीको जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

कर छुट सम्बन्धी व्यवस्था:

१. यस ऐनमार्फत कर तिर्ने दायित्व भएका व्यक्ति वा संस्थाहरुलाई चालु आर्थिक वर्षको असोज मसान्त चालु आर्थिक वर्षको सम्पति तथा भूमि करमा मात्र दश प्रतिशत (१०%) छुट दिइंने छ।
२. २०८३ साल पौष मसान्त सम्म व्यवसाय दर्तामा व्यवसाय दर्ता प्रमाण पत्र निःशुल्क प्रदान गरिनेछ।
३. गाउँपालिका वा वडा कार्यालयमा आ.व. २०७८/७९ वा सो भन्दा अधि दर्ता गरि हालसम्म नवीकरण नभएका व्यवसायहरु २०८३ साल पौष मसान्त सम्ममा नवीकरण वा खारेजिका लागि निवेदन प्राप्त भए पछिल्ला पाँच वर्षको व्यवसाय कर लिई त्यसमा लाग्ने सबै जरिवाना छुट दिइंनेछ।
४. अन्य निकायबाट पाँच वर्ष अधि देखिनै इजाजत तथा अनुमति लिएका व्यवसायिक फर्म तथा कम्पनीहरुले कमल गाउँपालिकामा चालु आ.व. को पौष मसान्त भित्र दर्ता/सूचीकृत प्रक्रियामा आए पछिल्लो पाँच वर्षको मात्र व्यवसाय कर लिई त्यसमा लाग्ने सम्पूर्ण जरिवाना मिनाहा गरिनेछ।

कर बुझाउँदा आवश्यक पर्ने कागजातहरु

व्यवसाय कर भुक्तान गर्नका लागि:
- ☑ निवेदन
- ☑ व्यवसाय दर्ता प्रमाण पत्रको सक्कल प्रति
- ☑ वहालकर सम्झौता पत्र (बहालमा संचालन रहेको भए)
- ☑ आ.व. २०८३/८४ मा भूमि/सम्पत्तिकर तिरेको रसिदको प्रतिलिपि (आफनै घरजग्गामा संचालनमा रहेको भए)
- ☑ अधिल्लो आर्थिक वर्षमा भुमिकर/सम्पत्तिकर तिरेको रसिद
- ☑ व्यवसाय संचालकको नागरिकता प्रमाण पत्रको प्रतिलिपि

भूमिकर/सम्पत्तिकर भुक्तान गर्नका लागि:
- ☑ निवेदन
- ☑ घर जग्गा धनिको/नागरिकता प्रमाण पत्रको प्रतिलिपि
- ☑ जग्गाधनि पूर्जाको प्रतिलिपि
- ☑ घरनक्सा पास प्रमाण पत्रको प्रतिलिपि
- ☑ आवश्यकता अनुसार वडा कार्यालयको स्थलगत सरजमिन

पुनश्च: आफनो व्यवसाय नियमित/दर्ता खारेज गर्न आवश्यक कागजात तथा विवरण तोकिएको म्यादभित्र व्यवसाय दर्ता रहेको सम्बन्धित वडा कार्यालय/गाउँपालिकाको कार्यालयमा पेश गर्न सबै सरोकारवालालाई अनुरोध गरिन्छ।

" समृद्ध कमल हाम्रो सरोकार "

Email: info@kamalmun.gov.np
Website: kamalmun.gov.np
फोन नं.: ०२३-४७३०९९, ०२३-४७३०८१

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