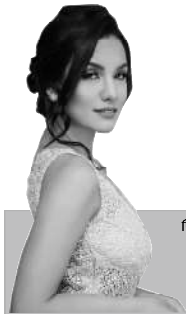
स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको प्रतीक

नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक



प्रियाङ्का कार्की एक नेपाली मोडल तथा अभिनेत्री हुन्। थ्री लभर्सबाट उनले नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा कदम राखेकी हुन्। प्रियंकाको जन्म नेपालको राजधानी सहर काठमाडौंमा भएको हो। उनका बुवा भुपेन्द्र कार्की हुन् भने आमा रक्षा मल्होत्रा हुन्। उनका एक भाइ प्रणित कार्की छन् जो अमेरिकाको न्यु योर्कमा बस्छन्।

आजको विचार...

गति, ...
(दुई पेजमा)

डा. डीआर उपाध्याय

अभिनेता दयाहाङ राईको यस वर्षका लागि पहिलो फिल्म “मितज्यू” जेठ ८ गतेबाट प्रदर्शनमा आउँदैछ। मितेरी साइनोको कथामा बनेको यस फिल्ममा दयाहाङले ग्रामीण भेगको एक ड्राइभरको भूमिका निभाएका छन्। अर्का अभिनेता सौगात मल्लसँग उनको घम्साघम्सी परेको टिजरमा देख्न सकिन्छ। उनीहरूको जोडीका कारण पनि फिल्मप्रति दर्शकको चासो बढेको छ। दयाहाङले यो फिल्मको स्क्रिप्ट भने करिब ८ वर्षअघि नै पढिसकेका रहेछन्।

❒ वर्ष ३१ ❒ अंक २८६ ❒ २०८३ जेठ १ गते शुक्रबार 15 May 2026, Friday ❒ पृष्ठ संख्या ४ मूल्य रू ५/-

अझै बनेन पालिका घर, जग्गा जुटाउन चन्दाको भर

हाम्रा संवाददाता/ रासस

बलेवा (बागलुङ), वैशाख ३१/ स्थानीयतह गठनको नौ वर्ष पग्दासमेत यहाँका केही पालिकाले भाडाकै घरबाट कार्यालय सञ्चालन गरिरहेका छन् । बागलुङको जैमिनी नगरपालिका, काठेखोला गाउँपालिका र गलकोट नगरपालिका आफ्नै भवन तयार नहुँदा भाडाको घरबाट सञ्चालन गर्न बाध्य भएका हुन् ।

पाँच वर्ष पहिले सुविधासम्पन्न भवन निर्माण थालेका जैमिनी नगरपालिका र गलकोट नगरपालिकाको भवन निर्माणमा निर्माण व्यवसायीको ढिलासुस्तीका कारण समस्या छ । जिल्लाका अन्य सात स्थानीय तहका भने आफ्नै सुविधासम्पन्न भवन छन् । निर्माण थालेको पाँच वर्षमा समेत भवन नबन्दा पालिकाको सेवा प्रवाहनै प्रभावित बनेको जैमिनी नगरपालिकाका उपप्रमुख हरिहर शर्माले बताए । मासिक लाखौँ रुपैयाँ भाडा तिरेर व्यक्तिको साँघुरो घरबाट सेवा प्रवाह गर्न बाध्यता रहेको उनले

बताए । सदरमुकाम बागलुङ बजारसँग जोडिएको काठेखोला गाउँपालिकाले प्रशासनिक भवन बनाउन नौ वर्षको प्रयासपछि जग्गा प्राप्ती गरेको छ । विभिन्न संघसंस्थाले चन्दा संकलन गरेर पालिकाको प्रशासनिक भवन बनाउन जग्गा खरिद गरिएको हो । बिहुँकोट समाज जापान, बिहुँकोट विकास मञ्च र जापान समाज बिहुँकोटलगायतका संघ संस्था र स्थानीयवासीसँग चन्दा संकलन गरेर काठेखोला गाउँपालिका-६ बिहुँको आमपाटामा छ रोपनी जग्गा खरिद गरिएको वडा अध्यक्ष तथा जग्गा व्यवस्थापन समितिका संयोजक बृहस्पति शर्मा कँडेलले जानकारी दिए । प्रतिरोपनी सात लाखका दरले ४२ लाखमा छ रोपनी जग्गा खरिद गरिएको हो । स्थानीय चार जनाको जग्गा खरिद गरिएको र केही जग्गा स्थानीयले नि:शुल्क उपलब्ध गराएको कँडेलको भनाइ छ । “चार वर्षको प्रयासपछि सबै प्रक्रिया पुर्‍याई गाउँपालिकालाई सरकारी प्रयोजनार्थ जग्गाधनी-पुर्जा हस्तान्तरण गरियो”, संयोजक कँडेलले भने । लामो समयको अथक प्रयासपछि गाउँपालिकाको प्रशासनिक भवन बनाउन जग्गा प्राप्ति भएको पालिका अध्यक्ष राजु थापाले बताए । जग्गा प्राप्तिमा भूमिका खेल्ने र नि:शुल्क जग्गा उपलब्ध गराउने दाताप्रति गाउँपालिकाले आभार व्यक्त गरेको छ । “जग्गा प्राप्ति र केन्द्रको विवाद टुंग्गिएको छ, अब छिट्टै प्रदेश र संघीय मन्त्रालयको प्रक्रिया पुर्‍याएर प्रशासकीय भवन बनाउने काममा लाग्छौँ”, अध्यक्ष थापाले भने । काठेखोलाको १७ औँ गाउँसभाको तेस्रो बैठकले सर्वसम्मत निर्णय गर्दै गाउँपालिकाको प्रशासनिक भवन आमपाटामा निर्माण गर्ने निर्णय गरेको थियो । राजनीतिक दलबीच असहमति र स्थानीयको असहयोगका कारण लामो समयदेखि पालिकाको केन्द्र काठेखोला-२ को अक्षते कि वडा नं ६ को आमपाटा भन्ने विवाद लामो समय चल्यो । सर्वदलीय बैठकले अक्षते र सुल्डाँडालाई प्रशासनिक केन्द्र मान्ने र भवन आमपाटामा बनाउने सहमति जुटाएपछि १७ औँ गाउँसभामा सर्वसम्मत निर्णय गरिएको हो । हरेक वर्ष रु सात लाख बढी घरभाडा तिर्दै आएको पालिकाले अहिले भीमसेन मविको भवनबाट सेवा दिइरहेको छ ।

सङ्क्षिप्त समाचार

मौसमी प्रकोपका कारण ८० जनाको मृत्यु

(रासस/सिन्हुवा)

नयाँदिल्ली, वैशाख ३१/भारतको उत्तर प्रदेश राज्यमा विगत २४ घण्टामा भारी वर्षा र तीव्र हावा सहित असिना पानी पर्दा ८० भन्दा बढी मानिसको मृत्यु भएको र एक सय भन्दा बढी घाइते भएको सरकारी अधिकारीहरूले बिहीबार पुष्टि गरेका छन् । यसै गरी उत्तर प्रदेशका विभिन्न ठाउँहरू बाट मौसमी प्रकोपका कारण पशुधन ,आवासीय घर र अन्य सम्पत्तिमा क्षति भएको रिपोर्ट गरिएको छ । तीव्र हावाले हजारौँ रुखहरू ढलेको र पर्खाल भत्केको घटनाहरू रिपोर्ट गरिएका छन् । उत्तर प्रदेशका मुख्यमन्त्री योगी आदित्यनाथले सबै जिल्लाका राहत अधिकारीहरुलाई सबै पीडितलाई यथा सम्भव राहत र सहायता उपलब्ध गराउन निर्देशन दिएका छन् । सबैभन्दा बढी प्रभावित प्रयागराज जिल्लामा मात्र लग-भग २० जनाको मृत्यु भएको जनाइएको छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय परिवार दिवस मनाइँदै

पाल्पा, वैशाख ३१/ आज अन्तर्राष्ट्रिय परिवार दिवस विविध कार्यक्रम गरी मनाइँदै छ । यो दिवस अंग्रेजी क्यालेन्डर अनुसार मे १५ तारिखका दिन विश्वभर मनाईनुका साथै नेपालमा पनि मनाईन्छ । एउटा ब्यक्तिवको जीवनमा परिवारको अहम भूमिका र महत्वलाई स्मरण गर्दै हरेक वर्ष यो दिवस मनाउने गरिएको हो ।

संयुक्त राष्ट्रसंघले सन् १९९४ लाई परिवार वर्षको रुपमा घोषणा गरे यता विश्वभर परिवार, व्यक्ति, समाज र संस्कृतिको महत्व दर्शाउन संयुक्त राष्ट्रसंघले शुरु गरेको अभियानलाई विश्वव्यापीरुपमा मनाउने गरिएको छ । सन् १९९५ देखि भने हरेक वर्ष यो दिवस मनाउने गरिएको छ । विश्वका धेरै क्षेत्रमा परिवारको संरचना र स्थायित्वमा प्रभाव पार्दै आएको सामाजिक, आर्थिक संरचनामा परिवर्तन गर्ने उत्तरदायित्व स्वरुप परिवार दिवस मनाउने गरिएको हो ।

रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाको ५६ प्रतिशत प्रगति हासिल

हाम्रा संवाददाता

पाल्पा, बैशाख ३१/ जिल्लाको रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाले आर्थिक बर्षको बैशाख मसान्त सम्म ५६ प्रतिशत प्रगति हासिल गरेको छ । पालिकाले चालु तर्फ ५९ प्रतिशत २९ करोड ७८ लाख र पुँजीगत तर्फ १४ करोड ७८ लाख गरी ५१ प्रतिशत बजेट खर्च भएको जनाएको छ ।

बैशाख मसान्त सम्म पालिकाले ८५ लाख आन्तरीक राजश्व संकलन गरेको छ । पालिकले १ करोड राजश्व संकलन गर्ने लक्ष्य लिएकोमा ८५ प्रतिशत प्रगति आसिल गरेको जनाएको छ । गाउँपालिकाले पालिका परिसरमा दोस्रो चौमासिक सार्वजनिक सुनवाई गर्दै सेवाग्राही बाट आवश्यक राय, सुझाव तथा गुनासाहरु संकलन गरेको छ । पालिकाको समग्र

प्रतिवेदन प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत विबेक रणपाल परियारले प्रस्तुत गर्दै निति, नियम र कानुन भित्र रहेर सेवाग्रहीलाई छिटो भन्दा छिटो सेवा प्रवाहमा सम्पूर्ण कर्मचारीहरु खटिएको बताए । पालिका भित्र कृषि तथा पशुपालनलाई व्यबसायिक र व्यस्थित बनाउन कृषकहरुलाई फर्ममा आवद्ध गराएर पालिकाले आवश्यक सहयोग तथा विभिन्न किसिमका अनुदानहरु सहयोग गर्दै आएको छ । पालिकामा चालु आवमा २६ वटा कृषी तथा पशुपक्षी फर्म दर्ता भएको ३३ वटा नविकरण भएका छुन भने ४ वटा व्यबसायिक तथा फलफूल नर्सरी सञ्चालनमा रहेका छन् । पालिका भित्र ८ वटा सहकारी संस्थाले मलको कारोवार गर्दै आएका छन् । पालिकाले व्यबसायिक कृषिको लागि आधुनिकरण, उत्पादनमा विस्तार तथा बजारीकरणको लागि १९ किसिमका कृषि कार्यक्रम सञ्चालन भएकोमा ७० प्रतिशत कार्यक्रम सकिएको र बाँकी काम जेठ मसान्त भित्र सकिने प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत रणपालले जानकारी दिए । पालिकाको शिक्षा तथा सिकाई उपलब्धी विगतका तुलनामा बढ्दै गएको एसईई नतिजा ४८ प्रतिशत बाट बढाएर ६० प्रतिशत पुर्‍याउन सफल भएको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत रणपालले बताए । *(... बाँकी अन्तिम पेजमा)*

पा.जि.हु.द.नं. ०५१/०५२ पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२
जनचेतना

सम्पादकीय

परिवार दिवसले दिने सन्देश

अन्तर्राष्ट्रिय परिवार दिवस आज विविध कार्यक्रम गरी मनाइँदै छ । यो दिवस अंग्रेजी क्यालेण्डर अनुसार मे १५ तारिखका दिन विश्वभर मनाईनुका साथै नेपालमा पनि मनाइन्छ । एउटा व्यक्तिको जीवनमा परिवारको अहम भूमिका र महत्वलाई स्मरण गर्दै हरेक वर्ष यो दिवस मनाउने गरिन्छ । संयुक्त राष्ट्रसंघले सन् १९९४ लाई परिवार वर्षको रुपमा घोषणा गरे यता विश्वभर परिवार, व्यक्ति, समाज र संस्कृतिको महत्व दर्शाउन संयुक्त राष्ट्रसंघले शुरु गरेको अभियानलाई विश्वव्यापीरुपमा मनाउने गरिएको हो । सन् १९९५ देखि भने हरेक वर्ष यो दिवस मनाउने गरिएको छ ।

दिवसले सबैलाई प्रेम, समझदारी र जिम्मेवारीमा आधारित पारिवारिक जीवनको पुन: महत्व झल्काउने प्रेरणाको स्रोत बन्ने छ । संस्कार, शिक्षा, सहिष्णुता र सहयोगको पहिलो पाठशाला परिवार नै हो । दिवसले पारिवारिक संरचना, त्यसको महत्व, चुनौती र योगदानलाई अन्तर्राष्ट्रिय रुपमा उजागर गर्ने प्रयास गर्दै आएको छ । परिवार केवल जैविक सम्बन्धको मात्र नाम होइन, यो सामाजिक, भावनात्मक र नैतिक मूल्यको जरा हो । हामी र हाम्रो समाजको सबै भन्दा नजिक र मानव जीवनको विकसित स्वरुपलाई झल्काउँने कार्यका लागि हरेक परिवारको महत्वपुर्ण योगदान रहन्छ । मुलुकमा जहाँ सांस्कृतिक मूल्य र परम्पराहरू पारिवारिक जीवनसँग गहिरोरूपमा गाँसिएका छन् । यस दिनको पालनाले विशेष अर्थ राख्छ ।

जसरी परिवारले कहिलेकाँही हामीलाई संकुचित पनि बनाउँछ, परिवार र समुदायमा मात्र सीमित नभइकन समग्र विश्वभरिका परिवार र मान्छेलाई नै विश्वबन्धुत्वको भावनाले हेर्न पनि यस दिनले सन्देश दिन्छ । विश्वका हरेक परिवारलाई समावेशीपनाको आवश्यकता छ, समावेशी भएर हरेक वर्ग, धार, जात, धर्म या सोचका सदस्यलाई बृहतरूपमा स्वीकार गर्न सक्नु आजको परिवारको आवश्यकता पनि हो । पारिवारिक मूल्यको संरक्षणमा लाग्न सहअस्तित्व, संवाद र समर्पणको भावना पुन:जागृत गर्नु यो दिवसलाई व्यवहारिक बनाउन जरुरी छ ।

Opinion @ Social Network

सबै कुरा अपनाउन सक्नु पर्छ किन कि आजको हार तिम्रो हो
भने भोलिको जित पनि तिम्रै हो ।
(नुर अर्गालीको फेसबुक स्टाटसबाट www.facebook.com/Nur.argali)

यो स्तम्भमा सामाजिक संजालमा पोष्ट गरिएका धारणाहरु राख्नेछौं । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shittalpati मा लगअन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नवजनचेतना दैनिकको रुपमा तपाईसामु आईरहेको छ । यो पत्रिका अझ स्तरीय अनि पठनीय बनाउनको लागि तपाईहरुको अमूल्य सुझावहरुको हामीलाई अत्यन्तै जरुरी छ । पाठकवृन्द तपाईका सुझावहरु दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

नवजनचेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

गति, गन्तव्य र लोकतन्त्रको सन्तुलन

डा. डीआर उपाध्याय

वर्तमान नेतृत्वले जनताको समर्थनलाई शक्तिमात्र होइन, जिम्मेवारीका रुपमा बुझ्नुपर्छ । जनताले दिएको विश्वासलाई अहंकारमा होइन, सहकार्यमा रुपान्तरण गर्नुपर्छ । विपक्षलाई कमजोर बनाउने होइन, राष्ट्रिय सहमतिमा जोड्ने प्रयास गर्नुपर्छ । आज देशलाई झगडा होइन, साझा यात्रा, दोषारोपण होइन समाधान चाहिएको छ । यदि सबै राजनीतिक शक्ति, नयाँ र पुराना दुवैले विगतका गल्तीबाट सिकेर मिलेर अघि बढ्नसके भने नेपाललाई स्थिर, समृद्ध र न्यायपूर्ण राष्ट्र बनाउने सपना असम्भव छैन । किनकि अन्ततः देश कसैको एकल सम्पत्ति होइन । नेपालीको साझा घर हो । र, घर तबमात्र बलियो बन्छ, जब सबै सदस्य मिलेर जिम्मेवारी बाँड्छन् । लोकतन्त्र केवल चुनाव जितेर सरकार बनाउने प्रणालीमात्र होइन, यो निरन्तर उत्तरदायित्व, आलोचना सहने क्षमता र संस्थागत सन्तुलनको अभ्यास पनि हो ।

नेपालको राजनीतिमा जनताले कहिलेकाहीँ यस्ता फैसला गर्छन्, जसले पुराना शक्ति केन्द्रहरूलाई स्तब्ध बनाइदिन्छ । पछिल्लो निर्वाचन त्यस्तै एउटा विष्फोट थियो । दशकौंदेखि आलोपालो सत्तामा पुगेका पुराना दलहरू नेपाली कांग्रेस, नेकपा एमाले, नेकपा माओवादी केन्द्र, राप्रपालगायत दलहरूले जनताको भरोसा क्रमश: गुमाउँदै गए । उनीहरूका भाषणमा परिवर्तन थियो, घोषणापत्रमा सपना थियो, तर जनताको जीवनमा निराशा, बेरोजगारी, महँगी, भ्रष्टाचार र असमानता मात्र बढ्दै गयो ।

जनताले धेरै समयसम्म सहेर बसे । नेताहरूले अब देश बन्छ भन्ने नारा हरेक चुनावमा दोहोऱ्याइरहे । तर, गाउँका युवाहरू विदेशिन बाध्य भए । खेत बाँझिए । शहरहरू अव्यवस्थित भए । शिक्षा महँगो, स्वास्थ्य कमजोर, प्रशासन भ्रष्ट र अवसर सीमित बन्दै गयो । जनता बिस्तारै बुझ्न थाले समस्या केवल एउटा सरकारको होइन, पुरै राजनीतिक संस्कृतिको हो । त्यसैले यसपटक जनमत विद्रोहजस्तै बन्यो । जनताले पुराना अनुहारलाई दण्ड दिए र नयाँ शक्तिलाई अवसर दिए । यही माहोलमा बालेन साह नेतृत्वको वर्तमान सरकार अत्यन्त शक्तिशाली रूपमा उदायो ।

लोकतन्त्रको सुन्दरता नै फरक विचारलाई स्थान दिनु हो । असहमति सुन्नु लोकतन्त्रको कमजोरी होइन, शक्ति हो । त्यसैले सरकारलाई आलोचना गर्ने सबै व्यक्ति देशविरोधी हुँदैनन् । कहिलेकाहीँ आलोचनाभित्रै सुधारको संकेत लुकेको हुन्छ । आज पुराना दलहरूप्रति जनताको आक्रोश हुनु स्वाभाविक हो । उनीहरूले विगतमा धेरै अवसर गुमाए । भ्रष्टाचार, गुटबन्दी, पहुँचवाद र सत्ताकेन्द्रित राजनीतिले जनताको विश्वास कमजोर बनायो । तर, त्यसो भन्दैमा पुराना दलभित्र कुनै सक्षम, इमानदार र दूरदर्शी नेता छैनन् भन्न मिल्दैन । अझै ती दलभित्र नयाँ सोच, नवीन दृष्टिकोण र राष्ट्रिय हितलाई प्राथमिकता दिने व्यक्तिहरू छन् । उनीहरूको अनुभव, संस्थागत बुझाइ र राजनीतिक परिपक्वतालाई पूर्णरूपमा अस्वीकार गर्नु बुद्धिमानी हुँदैन । देश निर्माण कुनै एक व्यक्ति, एक दल वा एक पुस्ताले मात्र गर्न सक्दैन । नेपालजस्तो विविधतायुक्त र संवेदनशील मुलुकमा सबै पक्षलाई समेटेर अघि बढ्नु अनिवार्य हुन्छ । सरकार, प्रतिपक्ष, नागरिक समाज, निजी क्षेत्र, कर्मचारी संयन्त्र, युवा र आमजनता सबैको साझा सहभागिताले मात्र दिगो परिवर्तन सम्भव हुन्छ । यदि देशलाई साँच्चै आर्थिक समृद्धिको मार्गमा लैजानु छ भने राजनीतिक स्थिरता आवश्यक छ । स्थिरता केवल शक्ति प्रदर्शनबाट आउँदैन, विश्वास निर्माणबाट आउँछ । जब सरकार र विपक्ष एकअर्कालाई शत्रु होइन, लोकतान्त्रिक सहयात्रीका रूपमा हेर्न थाल्छन्, तब राष्ट्रिय मुद्दामा सहमति बन्न थाल्छ । आज देशलाई विकास चाहिएको छ, विकाससँगै सामाजिक न्याय, सुशासन चाहिएको छ । तर त्यससँगै नागरिक स्वतन्त्रताको संरक्षण आवश्यक छ । तीव्र निर्णय, त्यससँगै कानुनी प्रक्रिया र मानवीय संवेदनशीलता उत्तिकै आवश्यक छ । लोकतन्त्र बचाउनु आजको सबैभन्दा ठूलो जिम्मेवारी हो । किनकि लोकतन्त्र कमजोर भयो भने विकास दीर्घकालीन हुँदैन । निरंकुश शैलीले केही समय परिणाम देखाएजस्तो लाग्नसक्छ, तर त्यसले अन्तत: असन्तोष, प्रतिरोध र अस्थिरता जन्माउँछ । नेपालको इतिहासले यही सिकाएको छ ।

वर्तमान नेतृत्वले जनताको समर्थनलाई शक्तिमात्र होइन, जिम्मेवारीका रूपमा बुझ्नुपर्छ । जनताले दिएको विश्वासलाई अहंकारमा होइन, सहकार्यमा रूपान्तरण गर्नुपर्छ । विपक्षलाई कमजोर बनाउने होइन, राष्ट्रिय सहमतिमा जोड्ने प्रयास गर्नुपर्छ । आज देशलाई झगडा होइन, साझा यात्रा, दोषारोपण होइन समाधान चाहिएको छ । यदि सबै राजनीतिक शक्ति, नयाँ र पुराना दुवैले विगतका गल्तीबाट सिकेर मिलेर अघि बढ्नसके भने नेपाललाई स्थिर, समृद्ध र न्यायपूर्ण राष्ट्र बनाउने सपना असम्भव छैन । किनकि अन्तत: देश कसैको एकल सम्पत्ति होइन । नेपालीको साझा घर हो । र, घर तबमात्र बलियो बन्छ, जब सबै सदस्य मिलेर जिम्मेवारी बाँड्छन् । लोकतन्त्र केवल चुनाव जितेर सरकार बनाउने प्रणालीमात्र होइन, यो निरन्तर उत्तरदायित्व, आलोचना सहने क्षमता र संस्थागत सन्तुलनको अभ्यास पनि हो । जनताले परिवर्तनको अपेक्षासहित नयाँ नेतृत्वलाई अवसर दिएका छन् भन्ने सत्य हो । देशमा वर्षौंदेखि थुप्रिएका बेथिति, भ्रष्टाचार, ढिलासुस्ती र राजनीतिक विकृतिले जनता निराश बनेका थिए । त्यसैले अहिलेको सरकारमाथि जनताको ठूलो आशा र भरोसा छ । तर, जनताको समर्थन प्राप्त गर्नु र लोकतान्त्रिक मर्यादाभित्र रहेर शासन गर्नु दुई फरक कुरा हुन् । लोकतन्त्रमा सरकार शक्तिशाली हुनसक्छ, तर त्यो शक्ति संविधान, कानुन, प्रेस स्वतन्त्रता र संस्थागत नियन्त्रणभित्र सीमित रहनुपर्छ । यदि सरकार आलोचनाबाट असहज भएर लोकतन्त्रका आधारभूत अंगहरूलाई कमजोर बनाउनतर्फ उन्मुख हुन्छ भने दीर्घकालीन रूपमा देशका लागि घातक हुनसक्छ । यही सन्दर्भमा आमजनताको आवाज बोक्ने सञ्चारमाध्यमलाई सरकारी विज्ञापनबाट वञ्चित गर्ने निर्णय गम्भीर बहसको विषय बनेको छ । सरकारले आफ्नो आलोचना गर्ने मिडियालाई दण्डित गर्ने शैली अपनायो भने त्यो लोकतान्त्रिक संस्कृतिका लागि राम्रो संकेत मानिँदैन । किनकि प्रेस राज्यको शत्रु होइन, लोकतन्त्रको एउटा महत्त्वपूर्ण अंग हो । सञ्चारमाध्यमले कहिलेकाहीँ अतिरञ्जना गर्न सक्छन्, त्रुटि गर्न सक्छन्, पक्षपाती देखिन सक्छन् । समाधान प्रेसलाई कमजोर बनाउने होइन, तथ्य र पारदर्शितामार्फत जवाफ दिने हो । लोकतन्त्रमा स्वतन्त्र प्रेसलाई नियन्त्रण गर्ने प्रयास अन्ततः सरकारकै लागि प्रतिकूल सावित हुन्छ । इतिहासले बारम्बार देखाएको छ- लोकतन्त्रको परिधि बाहिर गएर गरिएका कामहरू सुरुमा लोकप्रिय देखिए पनि अन्तत: त्यसले प्रतिरोध जन्माउँछ । शक्तिको अत्यधिक केन्द्रीकरण, आलोचनामाथि असहिष्णुता र संस्थाहरूलाई कमजोर बनाउने प्रवृत्तिले केही समय सरकार बलियो देखिएला तर दीर्घकालमा त्यही कदम राजनीतिक संकटको कारण बन्नसक्छ ।

नेपालको इतिहासमात्र होइन, विश्व राजनीतिका धेरै उदाहरणले यही सन्देश दिएका छन् । जुन नेतृत्वले आफूलाई कानुनभन्दा माथि ठान्यो, आलोचनालाई शत्रु सम्झियो र लोकतान्त्रिक संस्थालाई बाधा मानेर कमजोर बनाउन खोज्यो, इतिहासले अन्तत: त्यसलाई कठोर रूपमा मूल्यांकन गरेको छ । आजको सरकारलाई यही चेतावनी लागू हुन्छ । जनताको समर्थन ठूलो छ भन्दैमा लोकतन्त्रका अन्य अंगहरूलाई कमजोर बनाउने छुट कसैलाई हुँदैन । अदालत, संसद्, सञ्चारमाध्यम, नागरिक समाज र प्रतिपक्ष-यी सबै लोकतन्त्रका सुरक्षाकवच हुन् । यिनलाई बाधा होइन, सहयात्रीका रूपमा बुझ्नुपर्छ । सरकारले बुझ्नुपर्छ कि आलोचना सधैं विरोध होइन । कतिपय आलोचनाले शासनलाई अझ प्रभावकारी, पारदर्शी र उत्तरदायी बनाउन सहयोग गर्छ । यदि मिडियाले उठाएका प्रश्नहरूलाई दमन गर्ने प्रयास भयो भने समाजमा डर र अविश्वास बढ्नसक्छ । लोकतन्त्रमा सबैभन्दा ठूलो शक्ति संवाद हो । सरकार र मिडियाबीच टकराव होइन, सहकार्य आवश्यक हुन्छ । सरकार पारदर्शी बनोस्, मिडिया जिम्मेवार बनोस् यही स्वस्थ लोकतन्त्रको आधार हो । आज देशलाई विकास चाहिएको छ, तर त्यो विकास लोकतान्त्रिक मूल्य कुचल्दै होइन । जनताको अधिकार सुरक्षित राख्दै, संस्थालाई बलियो बनाउँदै र सबै पक्षसँग हातेमालो गर्दै अघि बढ्नुपर्छ । यदि वर्तमान नेतृत्वले साँच्चै नयाँ नेपाल निर्माण गर्ने लक्ष्य राखेको छ भने उसले आलोचनालाई सहन सिक्नुपर्छ । मिडियालाई शत्रु ठान्ने होइन, जनमतको दर्पणका रूपमा बुझ्नुपर्छ । किनकि जनताको आवाजलाई दबाएर केही समय सत्ता टिक्न सक्ला, तर इतिहासमा सम्मानित हुन सकिँदैन । देश तब बलियो बन्छ जब सरकार, मिडिया, नागरिक समाज र राजनीतिक शक्तिहरू प्रतिस्पर्धासँगै सहकार्य गर्न सिक्छन् । लोकतन्त्रको सौन्दर्य नै यही हो ।

(लेखक डा.उपाध्याय १५३ विश्व कीर्तिमानी व्यक्तित्व समेत हुन् ।)
-इहिमालय टाइम्स

महत्वपूर्ण टेलिफोन

प्रहरी कार्यालय
बुटवल ०७१-५४०२२२
स.प्र.क्याम्प बुटवल ९७४७०४३४६९
बुटवल रामनगर ०७१-५४१२३३
भैरहवा ०७१-५२०१९९
अर्घाखाँची ०७७-५२११९९
गुल्मी ०७९-५२०१९९
परासी ०७८-५२०१९९
तौलिहवा ०७६-५६००९९
पाल्पा ०७५-५२०५३६, ५२०१९९
इप्रका रामपुर ०७५-६९१५१५

अस्पताल कार्यालय
लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५५१५५७, ५५१५५८
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२००, ५४०२०१
भिमअस्पताल भैरहवा ०७१-५२०१९३
मिसनअस्पताल पाल्पा ०७५-५२०१११, ५२०४८९
परिवार नियोजन संघ पाल्पा ०७५-५२०७२३
पाल्पा जिल्ला अस्पताल ०७५-५२०१५४
लुम्बिनी मेडिकल कलेज प्रभास ०७५-४११२०१
पिचन्द्र परासी ०७८-५२०१८८
भैरहवा आँखा अस्पताल ०७१-५२०२६५
अर्घाखाँची जिल्ला अस्पताल ०७७-५२०२५७
तम्घास जिल्ला अस्पताल ०७९-५२०१८८
तौलिहवा जिल्ला अस्पताल ०७६-५६०२००
सिद्धार्थबाल महिला अस्पताल ०७१-५४४४५०
बुटवल हस्पितल ०७१-५४६४३२
लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४१, ५४५६४१
रेडक्रस बुटवल ५४१००४
लायन्स आँखा उ. केन्द्र बुटवल ५४५८४५
मेडिटेक अस्पताल ५४९०७२
कान्तिपूर डेण्टल हस्पिटल ०७१-५४७८४०
आँखा अस्पताल पाल्पा:०७५-५२०३३३, ५२११७९
रामपुर अस्पताल: ०७५-४००१५४

एम्बुलेन्स न.
रोटरी क्लब बुटवल ०७१-५४४६००
लियो क्लब अफ बुटवल ०७१-५४५८९३
रेडक्रस भैरहवा०७१-५२०२६३
रेयुकाई भैरहवा ०७१-५२६६७३,९८४७०२२४६४
परासी ०७८-५२०१२५
रेडक्रस पाल्पा ०७५-५२०६००
रेडक्रस तौलिहवा ०७६-५६००१५
रेडक्रस अर्घाखाँची ०७७-४२०२७५, ४२०११७
रेडक्रस गुल्मी ०८९-५२०१६३
नेपाल परिवार नियोजन संघ ०७१-५४००८१
लुम्बिनी नसिङ होम प्रा.लि. ०७१-५४१६४१
नेपाल भारतमैत्री समाज मो. ९८४७०२५०९९
जनसेवा क्लब नयाँमिल ९९५७०२१२४६
लुम्बिनी नि.व्या.संघ भैरहवा ६२१०५८
बनगाई क्लब बनगाई ०७६-६९०१०२
रेडक्रस देवदह ०७१-५७७०९९
लुम्बिनी मेडिकल कलेज ०७५-५२०८४०
बुटवल जेसिस ९८४७१२९९६४
न्यू एकता क्लव तानसेन : ०७५-५२२२००
परिवार नियोजन संघ पाल्पा : ९८४७१०२७६५
रामपुर टे.इन्स्टी.:९८५७०६२२४७,९८५७०६०५०४

दैनिक राशिफल

मेष : घरायसी काममा समय बित्नेछ । मन संवेदनशील बन्ने संकेत छ।	**तुला** : काममा जिम्मेवारी बढ्न सक्छ । मेहनतको परिणाम प्राप्त हुनेछ।
वृष : छोटो यात्रा हुन सक्ने संकेत छ । नयाँ जानकारीले फाइदा दिन सक्छ ।	**वृश्चिक** : भाग्यले साथ दिने दिन छ । नयाँ कुरा सिक्न अवसर मिल्नेछ।
मिथुन : खर्चभन्दा बचतमा ध्यान दिनु राम्रो हुनेछ। काममा सामान्य प्रगति देखिनेछ।	**धनु** : अरूको कुरामा धेरै भर नपर्नुहोस्। स्वास्थ्यमा ध्यान दिनु राम्रो हुनेछ।
कर्कट : आत्मविश्वास बढ्नेछ । मनमा नयाँ उत्साह जाग्नेछ।	**मकर** : जीवन सुखद रहनेछ। खुलेर कुरा गर्दा मन हलुका हुनेछ।
सिंह : धेरै सोच्दा मन थाक्न सक्छ। शान्त वातावरणले फाइदा दिनेछ।	**कुम्भ** : दैनिक काममा व्यस्तता बढ्न सक्छ ।शरीरमा थकान महसुस हुन सक्छ।
कन्या : साथीभाइको सहयोग लाभदायक रहनेछ । नयाँ योजना बन्ने संकेत छ।	**मीन** : मन रमाइलो र हलुका रहनेछ । सिर्जनात्मक काममा रुचि बढ्नेछ।

स्वास्थ्य चर्चा

जीवन र मृत्युको मोलतोलमा अल्झिएको एउटा मान्छे

बोनम्यारो प्रत्यारोपणबिना पूर्ण उपचार अधुरो छ । औषधि सकिएको छ, पैसा छैन । तर पनि प्रवीण हार मानेका छैनन् । प्रवीण दर्जीलाई ब्लड क्यान्सर भएको चार वर्षपछि बोनम्यारो प्रत्यारोपणका लागि ५० लाख रुपैयाँ आवश्यक छ । उनी भारतमा उपचार गराए पनि आर्थिक अभावले उपचार अधुरो छोड्नुपर्‍यो र अहिले नेपालमा उपचार भइरहेको छ।टिकटकमार्फत सहयोग संकलन गरिए पनि औषधि र उपचार खर्च जुटाउन नसक्दा प्रवीणको स्वास्थ्य अवस्था जटिल बन्दै गएको छ।साँघुरो कोठा । ओछ्यान अघिल्तिर औषधिको थुप्रो । बिलको थुप्रो ।झ्यालबाट उज्यालोभन्दा बढी निराशा छिरेको छ । यस्तै लाग्छ, जब उनको अनुहारमा दृष्टि पर्छ ।

नाम, प्रवीण दर्जी । उमेर, २८ वर्ष । खाने, रमाउने यो कलकलाउँदो उमेरमा उनको सबैकुरा ठिकठाक चलिरहेको थियो । रोजगारी गरिरहेका थिए, घर-परिवार पालिरहेका थिए, घरजामका लागि मेसो मिलाइरहेका थिए, भाइ-बहिनीको बन्दोबस्ती गर्दै थिए ।त्यहीबेला अचानक उनको जीवन नसोचेको मोडमा पुगिदियो ।डाक्टरले भने, 'तपाईंलाई क्यान्सर छ । ब्लड क्यान्सर ।' त्यसपछि उनको जिन्दगीमा के-के भयो ? के-के गरे ? स्वयम्लाई थाहा छैन । थाहा यतिमात्र छ कि, उनको शरीर चलनका लागि अरूको रगत चाहिन्छ । किनभने उनको शरीरले रगत बनाउन सक्दैन । बोनम्यारोले काम गर्न छाडेको छ ।डाक्टरले घुमाइफिराई भनेका छन्, 'रगत पाएन भने, जुनसुकै बेला सास रोकिन सक्छ ।'यही एउटा कुरा, जसले रातमा उनको सासको तीव्रता बढाइदिन्छ । छातीमाथि ढुंगा राखेसरह हुन्छ । मन उकुसमुकुस हुन्छ ।त्यसक्षण उनी यस्तो कल्पना गर्छन्, 'एक दिन यस्तो बिहान आओस्, जहाँ शरीरमा कुनै पीडा नहोस् । जहाँ म बिरामी होइन, सामान्य मानिसझैँ हिँडिरहेको होऊँ ।'कल्पना गर्न पैसा लाग्दैन । तर त्यो कल्पनासम्म बाँचेर पुग्न, उनी हरेक दिन मृत्युसँग सौदाबाजी गरिरहेका छन् । किनभने उनलाई बाँच्नका लागि अब बोनम्यारो प्रत्यारोपण गर्नुपर्छ । यसका लागि चाहिन्छ, ५० लाख रुपैयाँ । **जायजेथा नै नभएकाले कहाँबाट जुटाउने यत्रो पैसा ?**

थिए परिवारको सहारा

सिन्धुपाल्चोकको एमुना डाँडा, मामाघरमै हुर्किएका प्रवीणको बाल्यकाल सहज थिएन । बुबाका दुईवटा श्रीमती । आमाले कपडा सिलाएर घर चलाउँथिन् ।भूकम्पपछि परिवार झन् तितरबितर भयो । मानसिक तनाव बढ्यो ।अभावले लेखेटेपछि उनी काठमाडौं आए, १७ वर्षको उमेरमा । काठमाडौं आएर उनले दु:खजिलो गरे । गाडी सिके । तीनकुनेमा डेरा लिए । अनि जसोतसो पैसा जुटाउँदै आफ्नो सपनाको टेको लगाउन थाले । परिवार पाल्ने, भाइबहिनी हुर्काउने सबै-सबै ।आफू पढ्न नपाएपनि भाइलाई उनले काठमाडौं बोलाए । पढाए । जतन गरेर दुई-चार पैसा बचाए । क्रमश: घर व्यवहार मिल्दै थियो । तर, सोचेजस्तो भएन जीवन ।

जब बोन म्यारो क्यान्सर भएको थाहा पाए

चार वर्षअघि उनलाई डेंगु देखियो । सिभिल अस्पतालमा ७-१० दिन भर्ना भए । डिस्चार्जपछि बीचमा क्षयरोग भयो । औषधि खाइरहेका उनलाई केही महिनापछि समस्या बढ्यो ।सास फुल्ने, उकालो चढ्न गाह्रो हुने, हिँड्दा चक्कर लाग्ने र छाती दुख्ने । चिकित्सकले उनको केही परीक्षण गर्न लगाए ।रिपोर्ट हेरेर चिकित्सकले भने- तिमीलाई ब्लड क्यान्सर भएको छ । ७० प्रतिशत ब्लास्ट देखियो ।'म हिँडिरहेको थिएँ, काम गरिरहेको थिएँ । एक्कासी क्यान्सर भयो भन्दा पत्यारै लागेन, छाँगाबाट खसेझैं भयो' प्रवीण सुनाउँछन् ।अस्पतालमा त्यो बेला उनी र भाइ दिपेश मात्र थिए । दिपेशलाई पनि लाग्थ्यो, रिपोर्ट गलत होला । अन्तत: डाक्टरहरूले कन्भिन्स गरे, 'रिपोर्ट यही हो, मान्नै पर्छ ।'त्यसो भनिरहँदा उनले परिवारको अवस्था सम्झिए । जायजेथा केही नभएको व्यक्तिले क्यान्सरसँग कसरी लड्ने ।तर, विकल्प थिएन । उनले रोगसँग लड्ने निधो गरे । सुरुमा किमोको डर पनि मानेनन् । 'मैले गुगल पनि हेरिनँ । सहजै स्वीकारेँ । निको भएर मलाई घरको अवस्था ठिक गर्नु छ भन्ने मात्र लाग्यो, 'उनी भन्छन् । तर वास्तविकता क्रूर थियो । '२० लाखमै निको हुन सक्थ्यो, जुटाउन नसक्दा उपचार ढिलो भई ५० लाख लाग्ने भयो'चिकित्सकले बोन म्यारो ट्रान्सप्लान्ट सिफारिस गरे । खर्च १५ देखि २० लाख ।'चिकित्सकले भनेका थिए, निरन्तर उपचार गराइयो भने २० लाखसम्म लाग्छ । नभए समय पनि सकिँदै जान्छ । उपचार जटिल बन्छ । खर्च बढ्दै जान्छ, 'उनी सम्झन्छन्, 'आर्थिक अभावका कारण हामीले निरन्तरता दिन सकेनौं ।'रोग छिप्पिँदै गयो । अब प्रत्यारोपणको खर्च ४५ लाख लाग्ने भयो । 'अब बाँच्ने मिठो सपनामै सिमित होला जस्तो छु' उनी निराशा पोख्छन् ।प्रवीणसँग सुरुका दिनमा वर्षौंको मेहनतले जोगाएको दुई-तीन लाख थियो । 'त्यो रिपोर्ट र औषधिमै सकियो । सरकारले दिने एक लाख सहायता पनि केही परीक्षण गर्दैमा सकियो ।ऋण खोज्न थाले । तर समाजले ढोका बन्द गर्‍यो । 'क्यान्सर लागेको मान्छे मर्‍यो भने पैसा कसले तिर्छ ?' प्रवीणको यो वाक्य अझै घोकिन्छ । आफन्तबाट पनि ठोस सहयोग आएन । घरको पृष्ठभूमि कमजोर थियो, दुई परिवार, जग्गा जमिन छैन । सरकारी अस्पतालमा लाइनको यातना अर्को थियो । बिहान ४ बजे पुग्दा ४०० जनाको लाइन । उसै गलेको शरीर सरकारी अस्पतालमा यता र उता कोठा जानु पर्ने बाध्यता यो झन्झटले प्राइभेट ल्याबमा जान बाध्य भए, पैसा छिटो सकियो ।

भारतमा उपचार गर्न पैसा भएन

प्रत्यारोपण गराउने सोचले भारत जाने योजना गरे । यसरी जानका लागि उनलाई साथीभाइ र हाइड्रोको बोसको ढाडस थियो ।बोसको ठूलो आर्थिक सहयोग र उनको सिफारिसमा चिनेको डाक्टर भेट्न प्रवीण भारत गए । त्यहाँ किमोथेरापीले शरीर गलायो । एक महिनासम्म निरन्तर ज्वरो, इन्फेक्सन भयो । 'एक दिनमा तीन पिन्ट रगत चाहिन्थ्यो' उनी सम्झिन्छन् ।विदेशी ठाउँमा चिनेको कोही थिएन । नेपाली दाताहरूबाट मुस्किले रगत पाए । दिपेशले दाइको हरेक पीडा देखे । किमोको साइड इफेक्ट, रगतको झन्झट, पैसाको चिन्ता ।'नेपालमा जस्तो भारतमा बसेका नेपालीले त्यति रगत दिन मान्दैन थिए । मलाई टेन्सन हुन्थ्यो, तर दाइको अगाडि बोल्दिनथेँ' दिपेश भन्छन्।पैसा सकिएपछि हार खाएर उपचार अधुरै छोडेर एक वर्षअघि दाजुभाइ नेपाल फर्किए ।रक्त क्यान्सरको उपचार अलि सस्तोमा निजामती कर्मचारी अस्पताल र अर्को त्रिवि शिक्षण अस्पतालमा हुन्छ । निजामतीमा बेड नपाएपछि । अहिले टिचिङमा उपचार भइरहेको छ ।'पैसा भए अस्पताल गइहाल्छौं । नहुँदा एकअर्कोको अनुहारमा हेरेर बस्ने बाहेक विकल्प हुँदैन'भाइ दिपेश सुनाउँछन्।

टिकटक बन्यो अन्तिम सहारा :

दिपेशले टिकटक सुरुमा आफ्नै लागि खोलेका थिए । सामान्य भिडियो हाल्ने, समय बिताउने माध्यम मात्रै थियो त्यो । तर दाइ प्रवीणको उपचारमा भएको सबै पैसा सकिएपछि त्यही टिकटक उनीहरूको अन्तिम आशा बन्यो । अस्पतालको बेडबाट खिचिएका भिडियो, रगत चढाइरहेको दृश्य र दाइको संघर्ष उनले सामाजिक सञ्जालमा राख्न थाले ।विस्तारै मानिसहरूले हेर्न थाले, माया गर्न थाले, थोरै-थोरै सहयोग आउन थाल्यो । अहिले त्यही सहयोगले कोठा भाडा, अस्पताल आउजाउ र दैनिक खर्च धानिएको छ । तर अवस्था फेरि कठिन बन्दै गएको छ । औषधि सकिएको छ । दिपेश भन्छन्, 'अहिले त औषधि किन्ने पैसा पनि छैन, जति सकिन्छ रगत थपेर दाइलाई बचाइरहेका छौं ।'

अरूकै रगतको भरमा अडिएको सास

आज प्रवीणको जीवन एउटा नियमित संघर्ष बनेको छ । बोन म्यारोले रगत बनाउन छोडिसकेको छ । त्यसैले, हप्तैपिच्छे रगत चढाउनुपर्छ । रगत कम भयो भने सास फेर्न गाह्रो हुन्छ । छाती दुख्छ । हिँड्दा ढलिएलाजस्तो हुन्छ ।'अब मेरो शरीरले काम गर्दैन, 'उनी भन्छन् । रगत नि:शुल्क दान गरिने भए पनि त्यसको प्रक्रिया, टेस्ट, बेड चार्ज, डे-केयर शुल्क -सबै महँगो छ । हरेक हप्ता हजारौं रुपैयाँ खर्च हुन्छ ।र उनीहरूले अहिले लगभग हार खाइसकेका छन् । शरीरमा निलडाम । खुट्टामा संक्रमणले वैशाखी र भाइको सहारामा शौचालय जाने, हिँड्ने गर्छन् । दाहिने खुट्टाको संक्रमण निको हुँदैछ, तर समय लाग्छ ।'अस्पताल नजाँदा, खुट्टा अलिकति टेक्न सक्दा, दुखाइ कम हुँदा साह्रै खुसी लाग्छ' प्रवीण भन्छन्, 'सानो जीवन र मृत्युको मोलतोलमा अल्झिएको एउटा मान्छेसानो कुरामा खुसी खोजिरहेको छु । पैसा भए बच्न सकिन्थ्यो ।''क्यान्सर सर्छ' भनेर कोठाबाट निकालियो चार वर्ष उनी तिनकुनेको एक घरमा डेरामा बसेका थिए । टिचिङमा लामो समय आईसीयूमा बसेर फर्किने तरखरमा रहँदा एक महिनाअगाडि घरबेटीको फोन आयो ।टिकटकबाट भिडियो हेरेर क्यान्सर रहेको थाहा पाए पछि छिमेकी र वरपर कोठामा बस्नेहरू उनीहरू देखि डराए । क्यान्सर सर्छ भनेर उनीहरूलाई त्यहाँ बस्न दिएनन् । उनीहरूले दलित भएकै कारण छुवाछुतको कुरा पनि सुनिरहेका थिए।'दलित, गरिब, त्यहींमाथि रोगी । २१ औं शताब्दीमा पनि यस्तो । हाम्रा वरपर सबै पढेलेखेका देखिन्थे ।तल्लो जात बसेर उनीहरूको छोरी काम्ने, बौलाउने भएको भनेको पनि यदाकदा सुनिरहेका थियौं' प्रवीण भन्छन्, 'अहिले रोगले च्यापे पछि त उनीहरूलाई नै सर्छ भनेर बस्न दिइएन अनि हामी निस्कियौं ।'

दाइका सहारा दिपेश

उनका भाइ दिपेशले ४ वर्षदेखि दाइको हरेक पीडा बोकेका छन् । पढाइ छुट्यो, रातभर अस्पताल बसे, रगत खोजे ।भारतमा दाइको कमजोर शरीर देख्दा, टिचिङको एचडीयूमा दाइ बोल्न नसक्दा पनि दिपेश बलियो रहे । टिकटक/फेसबुकबाट भिडियो हाल्न थाले(दाइको कमजोर शरीर, रगत चढाइरहेको दृश्य ।'हामीसँग लुकाउने केही बाँकी थिएन' दिपेश भन्छन् । पहिले मनिटाइज भएको अकाउन्टबाट सहयोग माग्न थाले । केही सहयोग आउन थालेको छ ।**हार मानेका छैनन्** :प्रवीणको स्वभाव अचम्मको छ । अनुहारका छाला हयीमा टाँसिसकेको छ । ओठमुख सुकेर मुस्किलले बोल्न सक्छन् । बेलाबखतमा संक्रमणले शरीरलाई दु:ख दिइरहेको छ । तर उनी हारेका छैनन् । 'जत्रै ठूलो समस्या आए पनि यो समस्याले मलाई लान्छ भन्ने लाग्दैन' उनी भन्छन्, 'सानैदेखि दु:ख गरेको मान्छे जीवनबाट त्यसै हार खान्न ।' आफ्नो भाग्यमै यही रोग लेखिएको रहेछ भनेर उनले चित्त बुझाइरहेका छन् । 'कुनै गुनासो छैन जति दिन बाँच्छु, लडेरै बाँच्छु' प्रवीण भन्छन्, 'म भगवानलाई किन यस्तो गर्‍यौं भन्दिन । मैले स्वीकारिसकेँ ।' तर पनि जीवनप्रति आशा अझै जीवित उनीसँग । निको भए गाडी चलाउने पूरानै काममा फर्किने योजना छ । डाक्टरले भनेका कतिपय दाइलाई पनि भन्न नसकेको भाइ दिपेश सुनाउँछन् ।बोन म्यारो प्रत्यारोपणबिना पूर्ण उपचार अधुरो छ । औषधि सकिएको छ, पैसा छैन । तर, प्रवीण मृत्युको होइन, उपचारको पखाईमा बसेका छन् ।

-अनलाइन खबर डटकम

विज्ञान भन्छ 'रक्सीले शरीरमा पुर्‍याएको क्षति उल्ट्याउन सकिन्छ'

काठमाडौं, रक्सी आधुनिक जीवनशैलीको एउटा सामान्य हिस्सा नै बनिसकेको छ । साथीभाइसँग भेट हुँदा बियर वा वाइन खाने, दिनभरको थकानपछि ककटेल, पार्टीमा 'चियर्स' गर्दै गिलास ठोक्काउने संस्कृति संसारभर सामान्य बनेको छ । धेरै मानिसका लागि रक्सी सामाजिक सम्बन्ध, मनोरञ्जन वा तनाव कम गर्ने माध्यम हो । तर रक्सीले शरीरमा पुर्‍याउने असर अत्यन्त गम्भीर हुन सक्छ । विशेषज्ञहरूका अनुसार रक्सी स्वभावत: विषाक्त पदार्थ हो । अमेरिकाको डेनभरस्थित नेशनल जुइश हेल्थमा फदय रोग विशेषज्ञ डा. एन्ड्रियू फ्रिम्यान भन्छन्, 'हामी रक्सीलाई कीटाणु मार्न प्रयोग गर्छौं । जीवाणु नष्ट गर्न प्रयोग हुने वस्तु शरीरका लागि पूर्ण सुरक्षित कसरी हुन सक्छ ?' उनका अनुसार अहिलेका धेरै अध्ययनहरूले थोरै मात्रामा रक्सी सुरक्षित हुन्छ भन्ने पुरानो धारणालाई चुनौती दिएका छन् ।रक्सी प्रत्यक्ष रूपमा कम्तीमा ६२ प्रकारका रोगसँग सम्बन्धित रहेको अनुसन्धानले देखाएको छ । यसमा मुटुसम्बन्धी रोग, मानसिक विकार, ग्यास्ट्राइटिस, पेटको अल्सर, प्यान्क्रियाटाइटिस,ग्याटी लिभर, सिरोसिस, गर्भावस्थामा हुने फेटल अल्कोहल सिन्ड्रोम (गर्भावस्थामा आमाले रक्सी सेवन गर्दा शिशुमा हुने गम्भीर शारीरिक र मानसिक विकाससम्बन्धी समस्या) लगायत रोग समावेश छन् । टोरन्टोस्थित इन्स्टिच्युट फर मेन्टल हेल्थ पोलिसी रिसर्चका वरिष्ठ वैज्ञानिक जुर्गेन रेह्मका अनुसार यी रोगहरू शतप्रतिशत रक्सीजन्य हुन् । अर्थात् रक्सी नभएको भए यस्ता रोगहरू अस्तित्वमै आउने थिएनन् ।

रक्सीले अन्य करिब ३० अन्य रोग निम्त्याउन पनि योगदान पुर्‍याउने उनी भन्छन् । स्तन क्यान्सर, मुटुरोग, स्ट्रोक, मधुमेह, डिमेन्सिया लगायतका रोगहरूमा रक्सीले जोखिम बढाउने भूमिका खेल्छ । वैज्ञानिकहरूका अनुसार रक्सीले शरीरको प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर बनाउँछ । एउटा पेय पदार्थ सेवन गरेपछि केवल २० मिनेटभित्रै शरीरको रोगसँग लड्ने क्षमता घट्न थाल्छ । दीर्घकालीन रूपमा धेरै रक्सी सेवन गर्दा प्रतिरक्षा प्रणालीका महत्वपूर्ण कोषहरू स्थायी रूपमा प्रभावित हुन सक्छन् ।विशेषज्ञहरूका अनुसार दैनिक अत्यधिक रक्सी सेवन गर्नेहरूमा स्वास्थ्य जोखिम सबैभन्दा बढी हुन्छ । तर अत्यधिक सेवनको परिभाषा धेरै मानिसले सोचेभन्दा फरक छ । अनुसन्धानले महिलाले दिनमा ४० ग्रामभन्दा बढी र पुरुषले ६० ग्रामभन्दा बढी शुद्ध अल्कोहल सेवन गरेमा त्यसलाई भारी मदिरापान मानेको छ । धेरै ककटेल वा अन्य पेय पदार्थमा मानिसले अनुमान गरेभन्दा धेरै अल्कोहल हुने भएकाले जोखिम अझ बढ्छ । यद्यपि, वैज्ञानिकहरूले एउटा सकारात्मक पक्ष पनि औँल्याएका छन्, यदि समयमै रक्सी सेवन बन्द गरियो भने शरीरमा भएको धेरै क्षति कम गर्न, रोक्न वा आंशिक रूपमा उल्ट्याउन सकिन्छ ।

संक्रमणसँग लड्ने क्षमता कमजोर हुन्छ

रक्सी र संक्रमणबिचको सम्बन्ध धेरै पुरानो भए पनि यसबारे व्यापक चर्चा पछिल्ला दशकहरूमा मात्र सुरु भएका हुन् । रक्सीले शरीरको जन्मजात प्रतिरक्षा प्रणालीलाई कमजोर बनाउने अनुसन्धानले देखाएको छ । यसले भाइरस, ब्याक्टेरिया र क्यान्सर कोषसँग लड्ने म्याक्रोफेज, न्युट्रोफिल र प्राकृतिक हत्यारा कोषलगायत सेतो रक्तकोषहरूको क्षमता घटाउँछ । एकैपटक धेरै रक्सी पिउनाले २४ घण्टासम्म प्रतिरक्षा प्रणालीलाई असर गर्न सक्छ । विशेषगरी ३० वर्ष माथिका महिलाहरू र ६५ वर्षभन्दा माथिका वृद्धहरूमा यस्तो प्रवृत्ति बढिरहेको अध्ययनले देखाएको छ । तर राम्रो पक्ष के हो भने तत्कालीन असर केही दिनदेखि एक साताभित्र कम हुन सक्छ । दीर्घकालीन रूपमा अत्यधिक सेवन नगरेमा शरीरले पुन: सुधार गर्ने क्षमता राख्छ । तर धेरै वर्षसम्म भारी मदिरापान गरेका व्यक्तिहरूमा केही क्षति स्थायी हुन सक्छ । रक्सी अमेरिकामा क्यान्सरको तेस्रो ठूलो रोक्न सकिने कारण मानिन्छ । पूर्वअमेरिकी सर्जन जनरल विवेक मूर्तिका अनुसार अमेरिकामा प्रत्येक वर्ष करिब १ लाख जनामा क्यान्सरको हुनु र २० हजार मृत्यु रक्सीसँग सम्बन्धित छन् ।

अमेरिकी रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम केन्द्र (सीडीसी)का अनुसार सबै प्रकारका रक्सीले डीएनएमा क्षति पुर्‍याएर अनि दीर्घकालीन इन्फ्लामेशन बढाएर क्यान्सरको जोखिम बढाउँछ। महिलामा स्तन क्यान्सर र पुरुषमा कोलोरेक्टल क्यान्सरसँग रक्सीको सम्बन्ध बढी देखिएको छ । विशेषज्ञहरूका अनुसार रक्सी सेवन बन्द गर्दा क्यान्सरको जोखिम कम हुन्छ । तर क्यान्सर बन्ने प्रक्रिया लामो भएकाले केही अवस्थामा रोगको सुरुवात भइसकेको हुन सक्छ । वैज्ञानिक सिन्क्लेयर कारका अनुसार शरीरमा क्यान्सरको प्रक्रिया सुरु भइसकेको छैन भने रक्सी छोड्दा भविष्यमा हुने रक्सीसँग सम्बन्धित क्यान्सरको जोखिम हटाउन सकिन्छ । रेह्मका अनुसार भारी मदिरापानको प्रभाव पूर्ण रूपमा कम हुन करिब ३० वर्ष लाग्न सक्छ । उनले भनेका छन्, 'एक गिलास रक्सीलाई एउटा चुरोट बराबर सोच्न सकिन्छ ।'

मस्तिष्कमा असर

कुनै समय 'रक्सीले मस्तिष्कका कोष मार्छ' भन्ने भनाइ प्रचलित थियो । अहिले विज्ञानले रक्सीले न्यूरोनबिचको सम्बन्ध बिगार्ने देखाएको छ । यसले मस्तिष्क सुकाउने प्रक्रिया बढाउँछ । यसले स्मरणशक्ति र निर्णय क्षमता प्रभावित गर्छ । अनुसन्धान अनुसार हप्तामा तीन पटक रक्सी पिउँदा डिमेन्सियाको जोखिम १५ प्रतिशतले बढ्न सक्छ । तर रक्सी छोडेपछि केही सुधार भने सम्भव छ । मस्तिष्कको आकार र कार्यक्षमतामा केही हप्तादेखि महिनाभित्र सुधार देखिन सक्छ । ध्यान, सम्झना र निर्णय क्षमतामा पनि सुधार आउन सक्छ । यद्यपि लामो समयसम्म भारी मदिरापान गर्नेहरूमा डिमेन्सियाको जोखिम पूर्ण रूपमा हट्दैन ।

मुटु र रक्सी

धेरै वर्षदेखि थोरै रक्सी मुटुका लागि राम्रो हुन्छ भन्ने धारणा रहँदै आएको छ । केही अध्ययनले कम मात्रामा रक्सी सेवनले मुटुमा सकारात्मक असर देखाए पनि नयाँ अनुसन्धानहरूले जोखिम धेरै भएको संकेत गरेका छन् । २०२३ को एक अध्ययनले दिनमा एउटा मात्रै रक्सीजन्य पेय पिउँदा पनि रक्तचाप बढाउन सक्ने देखाएको थियो । यदि कसैलाई पहिले नै उच्च रक्तचाप, मधुमेह वा पेटमा बोसोको समस्या छ भने रक्सीले कलेजो र मुटुको जोखिम अझ बढाउँछ । डा. एन्ड्रियू फ्रिम्यानकाअनुसार अहिलेको प्रमाण हेर्दा रक्सीको फाइदाभन्दा हानिकारक प्रभाव बढी देखिन्छ । त्यसैले धेरै स्वास्थ्य संस्थाहरूले रक्सी सुरु नगर्नु, सेवन गरे पनि कम गर्नु वा पूर्ण रूपमा छोड्नु भन्ने सल्लाह दिन थालेका छन् ।

-रातोपाटी डटकम

मोहन कन्यामा नयाँ विद्यार्थीलाई स्वागत तथा सम्मान

तानसेन, बैशाख ३१ /तानसेनस्थित मोहन कन्या माध्यमिक विद्यालयले शैक्षिक सत्र २०८३ मा विद्यालयमा भर्ना भएका नयाँ विद्यार्थीहरुलाई स्वागत तथा सम्मान गरेको छ । विद्यालयले एक औपचारिक कार्यक्रम गरी विद्यार्थीलाई स्वागत तथा सम्मान गरेको हो ।

कार्यक्रममा २९ जना नयाँ विद्यार्थीहरुलाई स्वागत गरिएको हो । नवआगन्तुक विद्यार्थीहरुलाई विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्य मुक्तिराम तिमिल्सीना, विद्यालय व्यवस्थापन समितिका निवर्तमान अध्यक्ष विधान प्रसाद श्रेष्ठ, विद्यालयका प्रधानाध्यापक दिपक प्रसाद ज्ञवाली, शिक्षकहरु गोपाल प्रसाद वश्याल र आशा आले मगरले स्वागत गर्दै नि:शुल्क पोशाक समेत वितरण गरे । कार्यक्रममा बोल्दै पूर्व अध्यक्ष श्रेष्ठले विद्यालयले गत वर्ष हीरक महोत्सव भव्यताकासाथ सम्पन्न गरेको स्मरण गर्दै हालै प्रकाशित एसईइ नतिजामा मोहन कन्या विद्यालयका छात्रा एञ्जिला रानाले ४.० जिपिए प्राप्त गरेकोमा बधाई एवम् विद्यालयको निरन्तर सफल नतिजाको कामना गरे । विद्यालयका प्रधानाध्यापक दिपक प्रसाद ज्ञवालीले नवआगन्तुक विद्यालर्थीलाई स्वागत गर्दै विद्यालयमा गुणस्तर एवम् कम्प्युटर इञ्जिनियरिङ सञ्चालन भैरहेको र विद्यालयले भर्ना हुन आउने विद्यार्थीलाई पहिलो पटक पोशाक दिने, कक्षा आठसम्म दिवा खाजाको व्यवस्था, कक्षा १२ सम्म नि:शुल्क पाठ्यपुस्तक र विभिन्न छात्रबृत्तिहरु प्रदान, कमजोर विद्यार्थीलाई अतिरिक्त कक्षाको व्यवस्था गरिएको जानकारी दिए । उनले कम्प्युटर इञ्जिनियरिङ अध्ययनबाट रोजगारी एवम् स्वरोजगारीको अवसर रहेको बताए । कार्यक्रमका विचमा छात्राहरुको मनोरञ्जनात्मक प्रस्तुतिका साथै मोहन कन्या आरती हीरक स्मारिका वितरण गरिएको थियो । कार्यक्रम विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्य मुक्तिराम तिमिल्सीनाको अध्यक्षता, सहायक प्रधानाध्यापक रीना श्रेष्ठको सञ्चालनमा भएको थियो ।

मनको आवाज............
'नाम पनि यूनिक, काम पनि यूनिक'
यूनिक एफ.एम. ९४.२ मेगाहर्ज
विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
यूनिक शोसियल कम्यूनिकेशन प्रा.लि.
तानसेन, पाल्पा
०७५-५२१४६४, ५२१४६६
E-mail
news.uniquefm@gmail.com
www.uniquefm942.com

वर्गिकृत डिस्प्ले
१ X ५ साइजमा मात्र
वर्गिकृत डिस्प्लेमा विज्ञापन दिनुहोस् व्यवसाय बढाउनुहोस् ।
सम्पर्क: ०७५-५२०६०१

शिक्षक आवश्यकता

मिति : २०८३/०१/३१

उपरोक्त सम्बन्धमा शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइ पाल्पाको च.न. ११४९ मिति: २०८३/०१/३१ को अनुमति पत्रानुसार तथा यस श्री कालिका आधारभूत विद्यालय रिब्दीकोट-१, जोगिथुम पाल्पाको मिति २०८३/०१/२८ गतेको विद्यालय व्यवस्थापन समितिको निर्णय अनुसार रिक्त रहेको प्राथमिक तह तृतीय श्रेणी शिक्षकको पद रिक्त रहेकोले उक्त पद पूर्तिका लागि तपशिलका इच्छुक योग्य नेपाली नागरिकहरुबाट दरखास्त आह्वान गरिन्छ ।

तपशिल :

विज्ञापन नं.: ०२/०८२/०८३
पद : शिक्षक
तह : प्राथमिक
पद संख्या: १ जना
नियुक्तिको किसिम : करार
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता : आई.एड.वा सो सरह उर्तिण
उमेर : १८ वर्ष पुरा भइ ४० वर्ष ननाघेको
तलव स्केल : नेपाल सरकारको प्रचलित नियम अनुसार
दरखास्त दस्तुर : ७००/-
परीक्षाको किसिम : लिखित र अन्तर्वार्ता (आवश्यक परेमा प्रयोगात्मक)
आवश्यक कागजातहरु : शैक्षिक योग्यताका प्रमाणपत्रका प्रतिलिपी, नागरिकता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी, अध्यापन अनुमती पत्रको प्रतिलिपी, निरोगीताको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि र हस्त लिखित निवेदन ।
विज्ञापन मिति : २०८३/०२/०१
दरखास्त बुझाउने अन्तिम मिति : २०८३/०२/१५
सम्पर्क मिति : २०८३ /०२ /१८ गते (विद्यालय समय भित्र)
सम्पर्क नं. प्र.अ.: ९८४७२१९०२८, वि.व्य.स. अध्यक्ष ९७४२९८७२३३
(नोट :शिक्षक सेवा आयोगबाट करार नियुक्तिका लागि सिफारिस भएका करार योग्यता क्रम सूचीका उम्मेद्वारहरुले आवेदन दिएमा माथिल्लो योग्यता क्रमका उम्मेद्वारलाई नियुक्तिका लागि सिफरिस गरिनेछ ।)

श्री कालिका आधारभूत विद्यालय
रिब्दीकोट-१, ख्याहा, जोगिथुम, पाल्पा

रैनादेवी छहरा...

...पालिका पूर्ण खोप तथा संस्थागत सुत्केरी भएको गाउँपालिका घोषण भएको, मानसिक स्वास्थ्य तथा आत्महत्या रोकथाम कार्यक्रम सञ्चालन गरेको सर्ने तथा नसर्ने रोगका विषयमा अभिमुखीकरण कार्यक्रम सञ्चालन गरेको छ ।कार्यक्रममा सेवाग्रहीले कृषि उत्पादन तथा बजारीकरणलाई प्राथमिकता दिएर कार्यक्रम बजेट बनाउनु पर्ने, कृषि सामाग्री वितरण संगै हरेक किसिमका कृषि उत्पादनमा आधारित अनुदान कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्ने, जनताको आवश्यकताको आधारमा रहेर बस्ती स्तरबाट योजना संकलन गरी कार्यान्वयन गर्नुपर्ने, इन्धनको मुल्यबृद्धि संगै योजना सञ्चालन गर्न कठिनाई भएकोले पालिकाले मुल्य बृद्धि बराबरको रकम थप गरी बाँकी योजनाहरु पुरा गर्नुपर्ने सुझाव दिएका छन् । आएका सुझाव, सल्लाह तथा गुनासाहरु टिपोट गरिएको, जनप्रतिनिधी तथा कर्मचारी तह संगै कार्यपालिका बैठक एव आगामी निती कार्यक्रमबाट सम्वोधन गरिने गाउँपालिकाका अध्यक्ष रुक्मागत भट्टराईले बताए । पालिकाले कृषि तथा पशुपालनलाईनै पहिलो प्राथमिकता दिएर कार्यक्रम र बजेट ल्याएको, अन्तरजिल्ला जोड्ने सडकलाई प्राथमिकता दिएर काम गरेको, एक घर एक धारा खानेपानी सुविधालाई प्राथमिकता दिएको, पालिका भित्रका पर्यटकीय पुर्वाधार विस्तारमा जोड दिएको, शिक्षाको गुणस्तर सुधारमा प्राथमिकता दिएको, पालिका भित्रको सेवा प्रवाहमा चुस्त दुस्त बनाउन जनप्रतिनिधी र कर्मचारीहरु खटिएको, आर्थिक पारदर्शी तथा शुसासनमा कडाई गरेको अध्यक्ष भट्टराईले बताए । जनताले उठाएका गुनासा तथा जिज्ञासाको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत विवेक रणपाल परियार, शिक्षा शाखा प्रमुख तेज बहादुर कुमाल, वन तथा वातावरण शाखाकी प्रतिमा क्षेत्री, सहकारी शाखाका पारसमणी पाण्डेले जवाफ दिएका थिए ।पालिकाका अध्यक्ष रुक्मागत भट्टराईको अध्यक्षता, वडा नं. ४ का वडा अध्यक्ष गोविन्द बहादुर रायमाझीको स्वागत र पाल्पा विकास केन्द्रका कार्यक्रम संयोजक किरण कौशल र पत्रकार कृष्ण दर्नालको सहजीकरणमा सार्वजनिक सुनुवाई भएको थियो ।

जिल्ला क्रिकेट संघ पाल्पाको अधिवेशन सम्बन्धी सूचना

प्रकाशित मिति : २०८३ /२/१

नेपाल क्रिकेट संघको विधान बमोजिम जिल्ला क्रिकेट संघ पाल्पाको अधिवेशन यही २०८३ जेष्ठ २३ गते शनिवारका दिन तानसेनमा आयोजना गरिएको हुँदा उक्त कार्यक्रममा उपस्थितिका लागि संघको विधान बमोजिमका सम्पूर्ण साधारण सदस्य एवं संघसँग आबद्ध क्लबका प्रतिनिधि, सदस्यहरु लगायत सम्बन्धित सबैको जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । यहीं सूचनालाई आधार मानी उपस्थितिका लागि हार्दिक आह्वान गर्दछौं ।

अधिवेशन कार्यक्रम तालिका:
मिति: २०८३/२/२३ गते (शनिवार)
समय: बिहान १० बजे
स्थान: होटल पौवा, तानसेन-४ पाल्पा

जिल्ला क्रिकेट संघ,पाल्पा

भर्ना सम्बन्धी अत्यन्त जरुरी सूचना

CTEVT बाट स्वीकृति प्राप्त यस पाल्पा टेक्निकल इन्स्टिच्यूट तानसेन, पाल्पामा शैक्षिक वर्ष २०८३/०८४ को लागि ३ वर्षे डिप्लोमा कार्यक्रम/प्रमाण पत्र तह **सामान्य चिकित्सा**(H.A.), **मेडिकल ल्याव्रोटोरी टेक्नोलोजि** (CMLT) र **फिजियोथेरापी** विषयमा भर्ना खुलेको जानकारी गराउँदै उक्त विषय अध्ययन गर्न ईच्छुक SLC वा SEE मा अनिवार्य अंग्रेजी, गणित र विज्ञान विषय लिई समग्रमा न्यूनतम स्तरिकृत अंक ४.० मा २.० जि.पि.ए. अथवा सो सरह वा परिषद्बाट सम्बन्धित प्राविधिक एस.एल.सी/प्रि-डिप्लोमा तहको कुल पूर्णाङ्कमा ६८.३३ प्रतिशत अंक प्राप्त गरी उत्तीर्ण गरेको विद्यार्थीहरुले भर्नाको लागि समयमै सम्पर्क गर्न जानकारी गराईन्छ ।

आवेदन फारम साथ पेश गर्नुपर्ने कागजातहरु :

१) स्पष्ट मुखाकृती देखिने हालसालै खिचिएको पासपोर्ट साइज (35mmx45mm) को दुई प्रति रंगीन फोटो ।
२) एस.एल.सी.वा प्राविधिक एस.एल.सी (प्रि-डिप्लोमा) वा एस.ई.ई. वा सो सरहको शैक्षिक योग्यताको लब्धांकपत्र र प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी ।
३) नागरिकता वा जन्मदर्ताको प्रमाणपत्र तथा चारित्रिक प्रमाण पत्रको प्रतिलिपि ।
४) नेपाल बाहेक अन्य मुलुकबाट एस.एल.सी. वा सो सरहको परीक्षा उत्तीर्ण गर्नेको हकमा नेपाल सरकारले तोकेको निकायद्वारा समकक्षता निर्धारण गरिएको पत्रको प्रतिलिपी ।
५) आफु पर्ने लक्षित वर्ग खुल्ने कागजातको सक्कल प्रति ।

- आवेदन फारम ईन्स्टीच्युटबाट वितरण भैरहेको छ ।
- फारम बुझाउने अन्तिम मिति-२०८३ जेष्ठ १३ गते बुधबार
(कार्यालय समय भित्र)

सम्पर्क
पाल्पा टेक्निकल ईन्स्टिच्युट
मेहलधारा -२, तानसेन, पाल्पा
(पाल्पा आयुर्वेद स्वास्थ्य केन्द्र नजिकै (आफ्नै भवनमा)
फोन नं. ०७५-५२०७१४
मोबाईल नम्बर ९८५७०६०३४६, ९८४७०२९८१६, ९८४७०६८०५२,९८४५६३५१७४

जिल्ला क्रिकेट संघ पाल्पाको अत्यन्त जरुरी सूचना

प्रकाशित मिति : २०८३ /२/१

नेपाल क्रिकेट संघको निर्देशन अनुसार जिल्ला क्रिकेट संघको जेष्ठ २३ गते शनिबार तानसेनमा जिल्ला अधिबेशन गर्नु पर्ने भएकोले नेपाल क्रिकेट संघको बिधान बमोजिम जिल्ला क्रिकेट संघमा आवद्ध सम्पुर्ण साधरण सदस्य,संघसँग आवद्ध क्लबका प्रतिनिधि,नेपाल क्रिकेट संघबाट मान्यता प्राप्त कोच ,एम्पायर,खेलाडी स्कोरर लगायत सम्बन्धित सबैका लागि सदस्यता नवीकरण तथा नयाँ सदस्यताका लागि सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५(पन्ध्र)दिन भित्रमा नवीकरण तथा नयाँ सदस्यता लिनका लागि यो सूचना प्रकाशन गरिएको जानकारी गराउदछौं।

सदस्यता नवीकरण र नयाँ सदस्यता शुल्क:
१) साधारण सदस्य रु. १०००। (पुरानाको हकमा नवीकरण मात्र)
२) साधारण सदस्य रु. १५००। (नयाँको प्रवेश र नवीकरण शुल्क)
३) क्लबका लागि रु. ४०००। (पुरानाको हकमा नवीकरण मात्र)
४) क्लबका लागि रु. ९०००। (नयाँको प्रवेश र नवीकरण शुल्क)

सदस्यताको मापदण्ड:
१) तीन अलगअलग वर्षमा तीनवटा सिनियर राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगितामा सहभागी भएका खेलाडी।
२) अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट खेलेका महिला तथा पुरुष खेलाडी ।
३) आईसीसी, एसीसी अथवा नेपाल क्रिकेट संघबाट आयोजित प्रशिक्षण कार्यक्रमबाट 'क' श्रेणी उत्तीर्ण गरेका अम्पायर, कोच तथा स्कोररहरु ।
४) दुई कार्यकाल नेपाल क्रिकेट संघ, क्षेत्रीय क्रिकेट विकास समिति वा जिल्ला क्रिकेट संघमा कार्य गरेका सदस्यहरु।
५) वर्तमान जिल्ला कार्यसमितिका सम्पूर्ण सदस्यहरु ।
६) विगत आठ वर्षमा जिल्ला क्रिकेट संघद्वारा आयोजित क्रिकेट प्रतियोगितामा कम्तिमा दुईपटक सहभागी भएका क्लबहरु ।

जिल्ला क्रिकेट संघ,पाल्पा

हरेक प्रहरका ताजा समाचारका लागि www.shittalpati.com क्लिक गर्नुहोस् ।

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित, कार्यालय:कैलाशनगर-५,तानसेन,पाल्पा,फोन:०७५-५२०६०१,E-mail:njdnews@gmail.com पा.जि.हु.द.नं. ५/२०७८/०७९, पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२ प्रबन्धक : इन्द्रा भट्टराई, सम्पादक: रामचन्द्र रायमाझी, प्रधान सम्पादक: जगदीशप्रसाद भट्टराई