



नव जन्मचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक



अभिनेत्री साक्षाती राज्यलक्ष्मी शाहको १२औं फिल्म हो, 'नाझे गाउँ' । केही वर्षदेखि असफलतासँग जुधिरहेकी उनलाई यो फिल्म सफल हुनैपर्ने दबाव छ । तर, फिल्म प्रदर्शनको संघारमा रहँदा समेत प्रचारमा उनको उपस्थिति न्यून छ । त्यति मात्र होइन, एक पोस्टरबाहेक ट्रेलर र गीत समेत उनले सामाजिक सञ्जालमा सेभर गरेकी छैनन् । उनी सामाजिक सञ्जालमा सक्रिय छिन् । केही दिनअघिको एक भेटमा निर्देशक तथा लेखक दीपेन्द्र लामाले साक्षाती व्यस्त भएकाले प्रचारमा हिँड्न नभ्याएको बताएका थिए ।

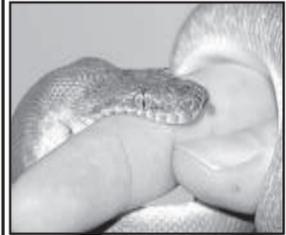
आजको विचार...
कता...
(दुई पेजमा)
डा. शान्ति कृष्ण अधिकारी

अभिनेत्री मिरुना मगरको जन्म हङकङमा भयो । बाल्यकाल नेपालको धरानमा विट्यो । अलि, पढाई बेलायतमा भयो । अहिले पनि उनको परिवार बेलायतमा बस्ने गर्छन् । आज (शुक्रबार)देखि प्रदर्शन हुन लागेको फिल्म 'नाझे गाउँ'को पत्रकार भेटघाटमा उनले भनिन्, 'म पहिला फिल्म गर्न नेपाल आउने र फिल्म सकिइपछि यूके गैँहाल्थे । अहिले चाहिँ नेपालमै बसेर धेरै कुरा बुझ्न खोजिरहेकी छु । काम गर्दै जाँदा जुन-जुन क्यारेक्टर गरें, त्यसमा खुसी छु । म धेरै स्टेरियोटाइप भएँ भन्ने पनि लाग्दैन । अलि-अलि त भइन्छ नै । त्यो भोलिका दिनमा पनि हुनसक्ला ।'

□ वर्ष २८ □ अंक ६० □ शतक १० □ भदौ २५ गते शुक्रबार 15 September 2023, Friday □ पृष्ठ संख्या ८ मूल्य रु ५/-

सक्षिप्त समाचार

सर्पले डसेर छ जनाको मृत्यु



तुलसीपुर (दाङ), भदौ २८/दाङमा दुई महिनामा सर्पको टोकाइबाट छ जनाको मृत्यु भएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालयको तथ्याङ्कअनुसार दुई महिनामा सर्पदंशका एक सय सात घटना भएका थिए । साउनमा ३६ र भदौमा १८ गरी ५४ जना महिला तथा साउनमा २८ र भदौमा १३ गरी ४१ पुरुष सर्पले टोकेर घाइते भएका थिए । त्यस्तै साउन र भदौमा छ-छ बालबालिकालाई सर्पले टोकेको थियो । सर्पदंशका विरामी मध्ये साउनमा एक महिला, दुई बालबालिका, दुई पुरुष तथा भदौमा एक पुरुषको मृत्यु भएको हो । जिल्लामा सर्पदंशको प्रभावकारी उपचार नहुँदा यसरी विरामीको मृत्यु हुने गरेको छ भने कतिपय विरामीलाई दाङबाट नेपालगञ्ज वा गोर्खासम्म लैजाने गरिएको छ । -रासस

वेद माविको समिति गठनमा विवाद

गठित समिति बदर गर्न अभिभावकको माग

रामचन्द्र रायमाझी
पाल्पा, भदौ २८/जिल्लाको बगनासकाली गाउँपालिका-८ बराङ्दीस्थित ढावखोलमा रहेको वेद माध्यमिक विद्यालयमा विद्यालय व्यवस्थापन समिति गठन विवादमा परेको छ । अभिभावक भेलाबाट निर्वाचित भएका र मनोनित सदस्यको उपस्थितिबिना नयाँ समिति गठन गरिएपछि विवाद भएको हो ।

समितिलाई लिएर अभिभावक, प्रधानाध्यापक र जनप्रतिनिधि बीच विवाद देखिएको छ । वडाध्यक्ष र प्रअले विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा रहेको शिक्षा नियम विपरित समिति गठन गरेको अभिभावकले गुनासो गरेका छन् । ३० फागुन २०७९ मा समितिको म्याद सकिए पनि नयाँ समिति छनोटको लागि २२ साउन २०८० मा दोस्रो भेला बसेको थियो । उक्त भेलाले अभिभावक मध्येबाट चार जना सदस्य निर्वाचित गरेको थियो । जसमा सजना बस्याल, तुलसा न्यौपाने, गणेश बस्याल र दामोदर भुसाल सर्वसम्मत निर्वाचित भएका थिए । सोही दिन समितिले दुई जना सदस्य मनोनित गर्ने व्यवस्था रहे पनि त्यसको टुंगो लाग्न सकेको थिए । तर



प्रधानाध्यापक टुनवीर रेग्मी र वडा अध्यक्ष मोतिलाल बस्यालले १५ भदौ २०८० मा महिला सदस्य सजना बस्याल र तुलसा न्यौपाने अनुपस्थित भएको मौकामा जगदीश बस्याल र जीवकला बस्याललाई सदस्यमा मनोनित गरेका थिए । अभिभावकबाट चयन भएका सदस्यहरू, प्रधानाध्यापक र जनप्रतिनिधिले सदस्य मनोनित गर्ने व्यवस्था भए पनि दुई जना सदस्यको अनुपस्थितिमा सदस्य चयन गर्नु गलत भएको अभिभावक दामोदर भूषालले बताए । उनले भने 'अभिभावकबाट चुनिएका मध्ये दुई जनाको अनुपस्थितिमा सदस्य मनोनित गर्न हुँदैन थियो, तर वडा अध्यक्ष र प्रधानाध्यापकले मनोमानी ढंगले सदस्य चयन गरेकोमा हाम्रो आपत्ति हो ।' उनीहरूले निर्वाचित दुई सदस्य सहित मनोनित सदस्य जगदीश बस्यालको अनुपस्थितिमा समेत अध्यक्ष छनोट गरेका छन् । गणेश बस्याललाई अध्यक्षमा छनोट गर्नु शिक्षा नियम विपरित भएको अभिभावकको आरोप छ । अभिभावकहरूको चाहाना विपरीत समिति गठन भएको भन्दै ३६ जना अभिभावकहरूले आपत्ति जनाएका छन् । उनीहरूले समिति बदरको माग

गर्दै जिल्ला शिक्षा समन्वय इकाई पाल्पा, बगनासकाली गाउँपालिका र विद्यालयमा उजुरी दिएका छन् । 'शिक्षा ऐन नियम राष्ट्रिय शिक्षा नीति २०७९ को १४० (१२०) विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा रहेको शिक्षा नियम विपरित भएको र गणेश बस्याललाई अध्यक्ष छनोट गरी निर्णय गर्ने कार्य प्रति सम्पूर्ण अभिभावकहरूले असहमति प्रकट गर्दै उक्त निर्णय मनोमानी र दम्वको भावनाले गरिएको हाम्रो ठहर छ' उजुरी पत्रमा भनिएको छ । अभिभावकको चाहना विपरित समिति गठन भएकाले तत्काल बदर गर्नुपर्ने उनीहरूको माग छ । अभिभावकको उजुरीलाई आधार मान्ने हो भने नियमसंगत नभएको जिल्ला शिक्षा समन्वय इकाई पाल्पाका प्रमुख महेन्द्र सुवेदीले बताए । उनले भने 'अभिभावकबाट चुनियनका सम्पूर्ण पदाधिकारी र वडा अध्यक्ष र प्रअको उपस्थितिमा सर्वसमत समिति गठन गरिनुपर्छ' तर त्यसो नगरेर केही पदाधिकारीको अनुपस्थितिमा समिति गठन गर्नु नियम संगत हैन ।' उनले स्थलगत अनुगमन गरेर पालिकाले त्यसको विकास निकाल्नुपर्ने बताए ।

गाउँपालिकाका शिक्षा शाखा प्रमुख गुनराम खनालले यस विषयमा अनुसन्धान गरेर मात्र भन्न सकिने बताए । उनले समिति गठन प्रक्रिया अभिभावकको उपस्थितिमा हुनुपर्ने व्यवस्था भए पनि अभिभावकबाट चुनियनका पदाधिकारी अनुपस्थित भएमा के हुने भन्ने कुरा कार्यविधिमा नरहेको बताए । वडा अध्यक्ष मोतिलाल बस्यालले भने आफुहरूले सहमति गर्ने प्रयास गरे पनि महिला सदस्यहरू बैठकमै उपस्थित नभएको बताए । आफुहरूले कुनै पनि गलत नियत र नियम विपरित काम नगरेको उनले दावी गरे । विद्यालयका प्रधानाध्यापक टुनवीर रेग्मीले भने पटक-पटक बैठकमा बोलाउदा समेत महिला सदस्यहरू उपस्थित नभए पछि प्रक्रिया अगाडि बढाइएको बताए । उनले भने 'कॉंग्रेस सम्बद्ध दुई जना महिलाहरू बैठकमा उपस्थित नभएर विद्यालयलाई अनिर्णयको बन्दी बनाएपछि बहुमतका आधारमा समिति गठन अगाडि बढेको हो ।' अध्यक्षमा चयन भएका गणेश बस्याल भने एमालेका हुन् । व्यवस्थापन समिति गठन नहुँदा विद्यालयका हरेक काममा बाधा पुगेको प्रधानाध्यापक रेग्मीले बताए । उनले भदौ १५ गते सामाजिक

डिभिजन विकास कार्यालयमा कार्यक्रम, योजनाहरू पेश गर्नुपर्ने अन्तिम समय भएकाले पनि तत्काल समिति गठन गर्नुपर्ने अवस्था आएको बताए । महिला सदस्य सजना बस्यालले भने आफुहरूको अनुकूल व्यक्तिलाई सदस्यमा मनोनित गर्न थालेपछि आफुहरू बैठकमा नगएको बताइन् । उनले भनिन् 'हामीले एक जना व्यक्तिको नाम सिफारिस गरेका थियौं तर उहाँहरूले मनोमानी ढंगले आफ्नो अनुकूलको व्यक्तिको नाम लेख्नुभयो, बैठकमा हाम्रो कुरा नै सुनुवाई नै भएन ।'

विद्यालय व्यवस्थापन समिति किन आवश्यक ?
सामुदायिक विद्यालयलाई सक्रिय, सबल र सक्षम बनाउन अभिभावकको नेतृत्व रहने समितिले संघीय, प्रदेश र स्थानीयबाट प्राप्त हुने स्रोतको उच्चतम सदुपयोग गर्ने र अन्य स्रोतको खोजी गर्ने कार्यमा व्यवस्थापन समितिको भूमिका रहेको छ । साथै, विद्यालयको सञ्चालन, रेखदेख, निरीक्षण र व्यवस्थापन गर्ने, विद्यालयको लागि आवश्यक अन्य आर्थिक स्रोत जुटाउने कार्यमा समेत समितिको भूमिका रहँदै आएको छ । त्यसबाहेक शिक्षक तथा कर्मचारीलाई तालिमको लागि छनोट तथा सिफारिस गर्नेलगायतको कार्यमा अभिभावकको संलग्नता हुँदा उनीहरूको सहभागिता र अपनत्वले विद्यालय समुदायको हो भन्ने धारणा बन्न जाने र विद्यालयप्रतिको चासो र सरोकार बढ्दै जाने हुन्छ । आफ्नै छोराछोरीको भविष्यप्रति अभिभावकहरूको जिम्मेवारी र दायित्वलाई आत्मसात गराउन र उनीहरूको शैक्षिक गुणस्तर अभिवृद्धिको लागि स्वजागृत गराउन विद्यालय व्यवस्थापन समितिको आवश्यकता पर्दछ ।

सर्पको टोकाईबाट बचाउ

- घर वरिपरी सफा राखौं, प्वालहरू टालौं,
- भ्वाडी एवं खुलास्थानमा शौच नगरौं,
- खाली खुट्टा नहिडौं, जुत्ता वा गमबुट लगाऔं,
- लठ्ठी लिएर हिँडौं,
- सम्भव भएसम्म खाटमा सुतौं,
- सुत्दा भुलको प्रयोग गरौं,
- सुत्ने बेलामा ओछ्यान राम्ररी हेरौं,
- राती हिँड्दा टर्चको प्रयोग गरौं,
- पराल, दाउरा आदि निकाल्दा होसियारी अपनाऔं ।



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बङ्गुरपालन व्यवसाय संकटमा

गल्याङ (स्याङ्जा), भदौ २८/ स्याङ्जाको वालिङ नगरपालिका-१३, का श्यामबहादुर विश्वकर्मांले बङ्गुरपालन व्यवसाय गर्न थालेको सात वर्ष भयो । वैदेशिक रोजगारमा छ वर्ष बिताएर फर्किएका उनले भल्लुङ्गे बजार स्थित अर्चलेमा तीन रोपनी जग्गा भाडामा लिएर केबी एस बङ्गुर फार्म दर्ता गरी व्यवसाय सुरु गरेका थिए ।



कोरोना कहर अघि विश्वकर्माको फार्ममा करिब तीन सय बङ्गुरका माउ र पाठापाठी थिए । अहिले भने त्यो संख्या घटेर एक सय वटाको हाराहारीमा बङ्गुर छन् । मासिक रु १२ लाख मुनाफा कमाउँदै

आएका उनको आमदानी हाल भने क्रमशः घट्दै जान थालेको छ । उनले व्यवसाय सञ्चालन गरेको चार वर्ष बङ्गुरपालनबाटै परिवार राम्रोसँग पाल्दै आएका थिए । उनले पछिल्लो समय बङ्गुरलाई खुवाउने दानामा मूल्यवृद्धि भएकाले व्यवसाय नै धरापमा परेको बताए । 'व्यवसाय सुरु गरेको वर्ष

कसरी मासु बिक्री गर्ने भन्ने चिन्ता हुन्थ्यो, एक वर्षपछि प्रचारप्रसार राम्रो भयो र बङ्गुरका पाठापाठी र मासु पुऱ्याउने घौ भयो', उनले दुखेसो पोखे, 'अहिले हामी महँगौंको मारमा परेका छौं, दानापानीमा लगानी गर्न गाह्रो हुँदै गएको छ, ढुवानी खर्च बढी हुँदा बङ्गुर निर्यातमासमेत समस्या हुँदै आएको छ ।'

'व्यवसाय सुरु गर्दा आठ सयमा किनेको मकै अहिले १७ सय पुगेको छ', किसान विश्वकर्मांले भने, 'यस्तै समस्या यथावत रहेमा व्यवसायबाट पलायन हुने स्थिति नआउला भन्न सकिन्न ।'
(...बाँकी अन्तिम पेजमा)

पा.बि.हु.द.नं. ०५१/०५२ | पा.बि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२



सम्पादकीय

बालदिवसको सन्दर्भ

हरेक वर्ष भदौ २५ गते राष्ट्रिय बाल दिवस मनाउने गरिन्छ । यस वर्ष पनि आज विभिन्न कार्यक्रमहरू गरी दिवस मनाउन लागिएको छ । बालबालिकाहरूको नाममा मनाइने दिवसलाई बाल दिवस भनिन्छ । बाल दिवस आफैमा एउटा महत्वपूर्ण दिवस हो । पहिले भदौ ४ गते मनाइने गरिएको बाल दिवस लोकतन्त्र आएपछि भदौ २५ मा मनाउन थालिएको हो । सन् १९५० मा नेपालले बालअधिकार महासन्धिमा हस्ताक्षर गरेको दिनको सम्भनामा यो दिवस मनाउन थालिएको पाइन्छ । बालबालिका प्रकृतिका सुन्दर संरचना हुन, आमाबाबुका सुनौला सपना हुन, समाज र राष्ट्रका भविष्यका संवाहक पनि हुन । बालबालिका बिनाको समाज कल्पनासम्म गर्न सकिँदैन । आजका बालबालिका भोलिका आमाबाबुका सहारा र राष्ट्रका कर्णधार हुन् । त्यसैले पनि बालदिवस आफैमा महत्वपूर्ण रहेको छ ।

एकदिन दिवस मनाउँदैंमा आमूल परिवर्तन भइहाल्छ भन्ने होइन, तर दिवसहरू मनाइने त्यो एक दिन भनेको सम्बन्धित विषयमा केन्द्रित रहने, भएका प्रयासको समीक्षा गर्ने र नयाँ प्रतिबद्धतासहित कार्यान्वयनमा जाने अवसर हो । सबैलाई घचघच्याउने दिन हो । बालबालिकाले रमाइलो गर्ने, सिर्जनात्मक प्रतिभा देखाउने, खुसी मनाउने, बालबालिकाले आम्नो अस्तित्व र महत्व महशुस गर्ने दिन पनि हो, बालदिवस । वास्तवमा बालदिवस घर-घरमा, परिवार-परिवारमा मनाइनुपर्ने हो । तर यो अभिभावककै पनि प्राथमिकतामा परिरहेको छैन । यो अत्यन्त दुखको कुरा हो । बालदिवस बालबालिकाका लागि मात्रै होइन, सिंगो राष्ट्रका निम्ति हुनुपर्छ । प्रत्येक जिम्मेवार निकाय र व्यस्कले बालबालिकाका निम्ति बालबालिकाका साथमा मनाउनुपर्छ । बालबालिकाप्रतिको जिम्मेवारी हामी सबैमा तीन सय ६५ दिन नै रहनुपर्छ, तर यो एक दिन, विशेष दिनका रूपमा सबैले गम्भीरताका साथ आफूलाई व्यक्तिगत रूपमा र पदीय रूपमा समेत अभि बढी दायित्ववान बनाउन जरुरी छ ।

f Opinion @ Social Network f

जिन्दगीमा प्रेम र मृत्यु कति बेला आउछ थाहा नै हुँदैन, फरक यति हो प्रेमले मुटु जोडछ, मृत्युले मुटु तोड्छ !
(साम्दने लामाको फेसबुक स्टेटसबाट www.facebook.com/sampunk.cool)

यो स्तम्भमा सामाजिक संजालमा पोस्ट गरिएका धारणाहरू राख्नेछौं । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shitalapati मा लगन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नवजनचेतना दैनिकको रूपमा तपाईंसामु आईरहेको छ । यो पत्रिका अठ्ठ स्तरीय अति पठनीय बनाउनको लागि तपाईंहरूको अमूल्य सुभावहरूको हामीलाई अत्यन्तै जरुरी छ । पाठकवृन्द तपाईंका सुभावहरू दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

नवजनचेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

कता जाँदैछ नेपाली समाज ?



डा.शान्तिकृष्ण अधिकारी

नेपाली समाजमा पुस्तौँदेखि मानिँदै आएका मान्यताहरूलाई जसले भत्काउन सक्थ्यो, उही नै आधुनिक, विकासशील र समाज निर्माणमा संलग्न हो भन्ने भाष्य तयार गरिएको छ । पश्चिमा संस्कृतिको अनुकरण गर्दै नेपाली वैदिक, धार्मिक, सांस्कृतिक परम्पराहरूलाई तोड्नु नै नेपाली समाजलाई कुरीतिको मार्गबाट अग्रगामी बनाइएको नयाँ परिभाषा स्थापित हुँदै गएको छ । यतिसम्म नेपाली समाज विकृत भइसक्यो कि बाबुआमाको सम्मान गर होइन भने पैतृक सम्पत्तिबाट विमुख हुनेछौं र कानुनले दण्डितसमेत गर्नेछ भनेर ऐन नै बनाउनुपर्ने अवस्थामा नेपाल पुगिसकेको छ । धनका पछिमात्रै समाज दौडिरहेको छ ।

आजभोलि छोराहरूले बाउआमालाई पिट्न थालेका छन् । मातापिताका सरसल्लाह र सुझावहरूको उल्लंघन गर्नु नै आफ्नो क्षमतावृद्धि भएको छोरीहरू ठान्दछन् । मन्त्री भएका, जागिर खाएर सचिव तहमा पुगेका, इन्जिनियर, डाक्टर, वकिल जस्ता समाजले प्रतिष्ठित भन्ने ओहोदामा पुगेकाहरूले वृद्ध बा-आमाहरूलाई नहेरेका, खान नदिएका, वृद्धाश्रममा पठाएका जस्ता खबरहरू आइरहन्छन् । बरू आर्थिक अवस्थालाई सुदृढ बनाउन नसकेकाहरूले नै मातापिताको सेवा गरेको देखिन्छ तर जति सम्पन्न छ उति नै अनुदार बन्न पुगेको हो कि जस्तो लाग्दछ । पहिले पहिले ठूलो वर्णमालाबाट अध्ययन अध्यापनको आरम्भ गरिन्थ्यो । त्यसमा कक्षादेखि लिएर नीति आदिका कुराहरूसम्म पढिन्थ्यो, पढाइन्थ्यो । अक्षरारम्भको आरम्भदेखि कसलाई पुग्ने, कोसँग संगत नगर्ने आदि सिकने अवसर मिल्दथ्यो । यस्ता कुराहरूलाई थोत्रा आडम्बर भन्ने व्याख्या गर्दै जब अंग्रेजी भाषालाई मात्रै प्राथमिकता दिन थालियो तब बालबालिकाले संस्कार सिकेनन् भनेर थक्काउनु पनि व्यर्थमात्रै हो । सिकाउने एकथरि अनि अपेक्षा अर्कै खाले गरेर सोचेअनुरूपको फल कसरी प्राप्त गर्न सकिन्छ र ?

जो बढी अपराधी छ, उसैको सम्मानमा समाजमात्रै होइन, राष्ट्र नै भुक्ने गरेको छ । सत्कर्मद्वारा जीवन चलाएको मानिसविना प्रसिद्धि लुप्त रहनुपर्ने तर राष्ट्र, समाज र मानव समुदायलाई घात गर्नेहरू सदैव उच्च मर्यादा प्राप्त गर्ने चलन बसाइएको छ । मानिसले जति बढी कुकर्म गर्न सक्थ्यो, ऊ नै आधुनिक समाजमा सबैभन्दा प्रतिष्ठित हुने लहर चलेको छ । हुर्कंदो पुस्ताले सिकने भनेको पुरानो पुस्ताबाटै हो । पुरानो पुस्ताले खराब प्रवृत्तिलाई बढावा गरेपछि नयाँ पुस्ताले असल संस्कार सिकेन भनेर पछुताउनु पनि बेकारै हो । गाईको पूजा गर्ने परियार, विश्वकर्मा, साकी आदि थर भएका हाम्रा नेपाली दाजुभाइहरूलाई अछूतको संज्ञा दिइएको छ । हामीले देवी मानेकी गाई खानेहरूसँग फोटोमात्रै खिचाउन पाइयो भने संसार जितेको अनुभव नेपालीहरूले गर्न थालेका छन् । अभि तिनीहरूसँग दुई-चार दिनसँगै बिताएर आफ्नो घरको भान्साका एकैसाथ भात खाएको फोटो सामाजिक सञ्जालमा राख्न पाए त अरुभन्दा दुई वित्ता माथि पुगे भन्ने लाग्दछ । गलत संस्कारले नेपाली समुदायलाई गाँज्दै लगेको छ तर गलतलाई नै शाश्वत सत्य मान्न थालिएको छ ।

जसले सिलाएको लुगा नलाए नागै भइन्छ, जसले हँसिया, फाली, हलो आदि नबनाई दिए गुजारा चल्दैन, जसले जुता चप्पल नबनाई दिए हाम्रा पाइला चल्दैनन्, तिनलाई हामी किनारामा राख्दछौं । जसका कामकर्तुतहरूले हाम्रो दैनिक जीवनलाई नरक बनाइदिएको छ, जसले देशलाई नरक बनाइदिएको छ, जसले देशलाई भविष्यलाई अन्धकारतर्फ धकेल्दै लगेको छ, जसले भ्रष्टाचारलाई नै आदर्श मानेको छ, उसलाई भने शीरमा राख्ने

संस्कार हाम्रो बन्दै गएको छ । जसको श्रमको सम्मान गर्नुपर्ने उसलाई पर सार्ने र जसलाई बाटोमा देखे पनि थुक्दै हिँड्नुपर्ने उसको पाउ पर्ने बानी पर्दै गएको छ । भ्रष्टाचारी भनेको राष्ट्रको त शत्रु हुँदै हो । ऊ समस्त मानवजगतको मात्र होइन कि चराचर जगतकै अपराधी हो । भ्रष्टाचारले देशको प्रणाली बिगार्दछ र प्रणाली नै बिग्रेपछि कुनै पनि कुरा राम्रो होला भन्ने आशा गर्न सकिँदैन । सबैभन्दा ठूलो भ्रष्टाचारी भेटियो र ऊसँग संगत गरेका प्रमाणहरू समाजमा देखाउन सकियो भने आफू पनि ठूलो मान्छे भएको महसुस आजभोलिको नेपाली समुदायले गर्न थालेको छ । यही प्रवृत्ति बढ्दै जाँदा देश दिनानुदिन ओरालो बाटो हिँड्दै छ । भातभान्सा नचलाउने हो भने तिनै भ्रष्टाचारीको नचलाउनुपर्ने हो तर नेपालमा उल्टो थिति बसालिएको छ ।

कानुनभन्दा माथि आफूलाई देखाउनुमा हरेक नागरिक सक्रिय भए जस्तै लाग्दछ । नेपाली समाजमा पुस्तौँदेखि मानिँदै आएका मान्यताहरूलाई जसले भत्काउन सक्थ्यो, उही नै आधुनिक, विकासशील र समाज निर्माणमा संलग्न हो भन्ने भाष्य तयार गरिएको छ । पश्चिमा संस्कृतिको अनुकरण गर्दै नेपाली वैदिक, धार्मिक, सांस्कृतिक परम्पराहरूलाई तोड्नु नै नेपाली समाजलाई कुरीतिको मार्गबाट अग्रगामी बनाइएको नयाँ परिभाषा स्थापित हुँदै गएको छ । यतिसम्म नेपाली समाज विकृत भइसक्यो कि बाबुआमाको सम्मान गर होइन भने पैतृक सम्पत्तिबाट विमुख हुनेछौं र कानुनले दण्डितसमेत गर्नेछ भनेर ऐन नै बनाउनुपर्ने अवस्थामा नेपाल पुगिसकेको छ । धनका पछिमात्रै समाज दौडिरहेको छ । धर्म, समाजसेवा, मानवसेवा, कर्तव्य, जिम्मेवारी जस्ता कुराबाट आधुनिक भनिएको अहिलेको नेपालको

मानव समुदाय निकै पर गइसकेको छ । जोसँग बढी धन छ उही नै पूज्य हुन्छ तर अवैध काम नगरेका कारण सम्पत्ति जोड्न नसकेको मानिस जतिसुकै सम्मान्य हुनुपर्ने भए तापनि समाजले हेर्ने गरेको छैन । भ्रष्टाचारीसँग तपाईंको यति सम्पत्ति कहाँबाट आयो भनेर कसैले सोध्दैन बरू समाजमा हुने विभिन्न कार्यक्रममा उसैलाई विशिष्ट अतिथि बनाएर मञ्चमा राख्नमा नै आनन्द मान्दछ । जन्ममा रमाउने हो कि मृत्युमा भन्ने पनि नेपाली समाजले बिसँ जस्तै छ । मान्छे मरेका बेलामा खुसीका शब्दहरू सामाजिक सञ्जालमा छरपट पोखिएका परिदृश्यहरू सामान्य बन्दै गएका छन् । मान्छेका पीडामा नून-चूक छर्कनु अपराध हो भन्ने पनि ठान्दैन । मान्छेको मृत्युको कामना सार्वजनिक रूपमा गर्न पनि तँडोमछाड गरेको देखिन्छ । अपराधलाई खुलेयाम प्रश्रय दिन कति पनि अप्ठ्येरो नमान्ने नेपाली समाज निर्माण भएको छ । जति बढी पढेको भनिएको मान्छे छ, उति नै अपराध कर्ममा संलग्न हुने गरेको छ ।

नेपालमा पढाउने उल्टा कुराहरू थालिएको त होइन ? नेपाल र नेपालीको संस्कार के हो भन्ने बुझाउन मुलुकले आवश्यकता नै नदेखेको त होइन ? हाम्रा धर्म, संस्कृति, भाषा, परम्पराहरू जोगाएमात्रै हामी जोगिन्छौं भन्ने कुरा हामीले नजानेको त होइन ? हाम्रा मौलिक परिचय हराए भने न नेपाल रहन्छ न नेपाली नै रहन्छौं भन्ने बोध हामीलाई हुन नसकेको त होइन ? होइन भने अरूको अन्धानुकरण गर्दै हामी हाम्रा मूल्यमान्यतालाई तिलाञ्जली दिन किन यति अबुभ भएर दौडी रहेका छौं भन्ने जान्ने सकिएको छैन । मातृ देवो भवः, पितृ देवो भवः, गुरु देवो भवः आदि कुराहरू बच्चेदेखि दिमागमा राखिदिएको भए केही न केही पक्कै सिक्दथे होला । अंग्रेजी शुद्ध लेखन, बोल्न र

पढ्न जान्ने पर्दछ भन्नेमात्रै सिकाउन थालियो । नेपाली विषयका सन्दर्भमा भने भाषा भनेको बुझ्नका लागि मात्र हो, शुद्ध हुनैपर्दछ भन्ने मान्यता गलत हो भन्ने पढाइयो । अंग्रेजी विषयमा गल्ती गर्नुलाई अपराध ठान्ने र संस्कृत, नेपाली आदि विषय पढ्ने नपर्ने कोटिमा आजको समाजले राखेको छ । नेपालका अनेकौँ मातृभाषाहरू त भर्खरैमात्रै प्राथमिक तहका कक्षाहरूमा राख्न थालिएको छ । समाजमा मानिसले पालना गर्नुपर्ने चरित्र र व्यवहार दिने नैतिक शिक्षा त पढाउन आवश्यकै ठानिएको छैन । अनि छोराले बाउ किन नकुटोस् । आमालाई वृद्धाश्रममा राख्नेहरू किन नबढुन् त ? शिक्षक पिट्नु महाअपराध हो भनेर सुन्दै नसुनेका विद्यार्थीले गुरु पिटेका समाचार त्यसै आउने गरेको हो र ? विश्वविद्यालयको उपकुलपति पिटेर राजनीतिक दलको सभापतिकहाँ कोही पुग्यो भने उसलाई अफ बढी प्रोत्साहन गर्ने नेताहरू भएको मुलुकमा असल परिणाम खोजेर कसरी पाइएला र ? नेपाली संस्कार, संस्कृति र परम्पराहरूलाई भाँडमा लामिँदै गइएको छ । छोराछोरीलाई डाक्टर किन बनाउने ? सन्ततिलाई इन्जिनियरिङ किन पढाउने ? प्राध्यापक, वकिल, पत्रकार आदि सम्मानित पेशामा पुग्न लायकका किन बनाउने ? मातापिताहरूसँगै सोधियो भने पनि उनीहरूबाट आउने सहज उत्तर भनेको सन्ततिले सजिलो तरिकाले धन कमाउन सक्दछन् र उनीहरूको जीवन सरल हुन्छ भन्ने हो । सबै पेशा र व्यवसायलाई धनसँग मात्रै जोड्ने प्रचलन बढ्दै गएको छ । कर्तव्य, जिम्मेवारी र समाजसेवालाई गौण बनाइएको छ ।

डाक्टर भयो भने बिरामीको सही उपचार गरेर देशलाई रोगीमुक्त बनाउन मेरा सन्ततिले सहयोग गर्नु भन्ने मनसाय भएका शायदै कोही होलान् जस्तो लाग्न थालेको छ । मेरा छोराछोरी इन्जिनियर बनेर नयाँ डिजाइनका पुल, बलिया भवन र लामो समय टिक्ने सडकहरूको निर्माण गरौस् भन्ने कामना राखेका अभिभावकहरू खोज्ने हो भने औलामा गन्न सकिनेमात्रै होला जस्तो नेपाल बनेको छ । डाक्टरले प्रयोगशालासँग सम्बन्ध राखेर बढीभन्दा बढी कमाउनु र इन्जिनियरले टेकेदारसँगको सम्बन्धमा धन कमाउनुलाई नै आफ्नो जिम्मेवारी हो भन्ने ठान्न थालेको समाज उँभो लाग्न कसैगरी सक्दैन । नेपाली समाजले गलत बाटो समात्न थालेको धेरै भइसकेको छ । यसलाई सुधार्न ढिलो भएको अनुभव नेपाली समाजले गर्न सकेन भने नेपाल र नेपालीको भविष्य उज्वल हुने कल्पना गर्न सकिँदैन । कोही त अधि सर्ला नि ! भन्ने आशा गरेर सबैजना बस्यौं भने कोही पनि तयार हुँदैन । सबैजना आ-आफै उठ्नु नै अहिलेको आवश्यकता हो । धर्मान्तरण गर्नेलाई आदर्श ठान्ने, नेपाली परम्परालाई ध्वस्त पार्नेहरूलाई महापुरुष देख्ने र देशको अस्तित्व समाप्त पार्न खोज्नेहरूलाई सम्मान गर्ने प्रचलनको अन्त्य गर्ने पर्दछ ।

-इतिहालय टाइम्स डटकम

प्रहरी कार्यालय	५४०२०१
बुटवल ०७१-५४०२२२	सिमरामताल भैरहवा ०७१-५२०१९३
स.प्र.क्याम्प बुटवल ९७४३०४३४६९	मिसनअस्पताल पाल्पा ०७५-५२०१११, ५२०४८९
बुटवल रामनगर ०७१-५४१२३३	परिवार नियोजन संघ पाल्पा ०७५-५२०७२३
भैरहवा ०७१-५२०१९९	पाल्पा जिल्ला अस्पताल ०७५-५२०१४४
अर्घाखाँची ०७७-५२०१९९	लुम्बिनी मेडिकल कलेज प्रयास ०७५-४११२०१
गुल्मी ०७९-५२०१९९	पिचन्द्र परासी ०७८-५२०१८८
परासी ०७८-५२०१९९	भैरहवा आँखा अस्पताल ०७१-५२०२६५
तौलिहवा ०७६-५६००९९	अर्घाखाँची जिल्ला अस्पताल ०७७-५२०२५७
पाल्पा ०७५-५२०१३६, ५२०१९९	तम्घास जिल्ला अस्पताल ०७९-५२०१८८
इन्द्रका रामपुर ०७५-६९१५१५	तौलिहवा जिल्ला अस्पताल ०७६-५६०२००
अस्पताल कार्यालय	सिद्धार्थशाल महिला अस्पताल ०७१-५४४४५०
लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५४५५५७, ५५५५५८	बुटवल हस्पिटल ०७१-५४६४३२
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२००, लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४९, ५४५६४९	

रेडक्रस बुटवल ५४१००४	रेडक्रस अर्घाखाँची ०७७-५२०१९५, ४२०१९७
लायन्स आँखा उ. केन्द्र बुटवल ५४५८४५	रेडक्रस गुल्मी ०८९-५२०१६३
मेडिकल अस्पताल ५४९०७२	नेपाल परिवार नियोजन संघ ०७१-५४००८९
कानिपुर टेपल हस्पिटल ०७१-५४७५८०	लुम्बिनी नर्सिङ होम प्रा.लि. ०७१-५४१६४९
आँखा अस्पताल पाल्पा:०७५-५२०३३३, ५२११७९	नेपाल भारतमैत्री समाज संघ ९८४७०२०९९
रामपुर अस्पताल: ०७५-४००५४	जन्तसेवा क्लब न्यामिल ९९५७०२२४६
उपकुलपतिका	लुम्बिनी नि.व्या.संघ भैरहवा ६२०५८८
रेट्रो क्लब बुटवल ०७१-५४४६००	बनगाई क्लब बनगाई ०७६-६९०१०२
लियो क्लब अफ बुटवल ०७१-५४५८९३	रेडक्रस केन्द्र ०७१-५७७०९९
रेडक्रस भैरहवा ०७१-५२०२६३	लुम्बिनी मेडिकल कलेज ०७५-५२०८६०
रेडक्रस भैरहवा ०७१-५२६६७३, ९८४७०२२६४	बुटवल जेसिस ९८४७१२९६४
परासी ०७८-५२०१९५	न्यू एक्सा क्लब तानसेन : ०७५-५२२२००
रेडक्रस पाल्पा ०७५-५२०६००	परिवार नियोजन संघ पाल्पा : ९८४७१०७६५
रेडक्रस तौलिहवा ०७६-५६००५५	रामपुर टे.इन्स्टी.: ९८५७०६२४७, ९८५७०६०४०४

गोष् : प्रियजनको भेटघाटले दिन रमाइलो बनाउनेछ । नयाँ ज्ञान सिकने मौका छ ।	तुला : काम गर्न हैसला मिल्नेछ । नयाँ कामको प्रस्ताव आउनेछ ।
बुध : लक्ष्यमा पुग्न सकिनेछ । मिहिनेतले प्रतिस्पर्धाले दौड जिताउन सक्छ ।	बृश्चिक : साथीभाइसँग असमझदारी बढ्न सक्छ । आर्थिक अभाव देखा पर्न सक्छ ।
मिथुन : निर्णयले काम विग्रन सक्छ । बेसुरमा वचन दिने बानीले दु:ख पाइनेछ ।	धनु : उठ्नुपर्ने रकम हात लागी भए पनि तत्काल खर्चनुपर्ने स्थिति आउन सक्छ ।
कर्कट : सामाजिक काममा फाइदा होला । घर-गृहस्थीमा भने समस्या आउन सक्छ ।	मकर : काम बनाउने समय छ । आफ्नो क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाउन सकिनेछ ।
सिंह : आमदानी प्रशस्तै बढ्नेछ । कर्मको उचित प्रतिफल पाइनेछ ।	कुम्भ : काम समयमा गर्न नसकिएला । अरूका काममा समय बित्न सक्छ ।
कन्या : दोहोरो लाभ मिल्नेछ । गरेका कामबाट धेरैलाई फाइदा पुग्न सक्छ ।	मीन : कामका लागि गरिएको भ्रमणमा समय बित्नेछ । समय थपिन सक्छन् ।



धेरै मासु खाँदा के हुन्छ ?

मासु जिब्रोको लागि स्वादिलो त हुन्छ नै, यो प्रोटीनको राम्रो स्रोत पनि हो । बदलिँदो खानपान शैलीसँगै मासु दिनहुँ खाने चलन पनि बढिरहेको छ । तर यसरी हरेक दिन मासु खानु कति स्वास्थ्यबर्द्धक हुन्छ ? यो प्रश्न धेरैको मनमा आउन सक्छ । पोषणविद् आयुष अधिकारी भन्छन्, 'धेरै खाएमा मासु मात्र होइन, सबै खानेकुराले हानि गर्छ । दैनिक वा नियमित शरीरलाई चाहिने भन्दा बढी मासु खाँदा फाइदा भन्दा पनि बेफाइदा हुन्छ ।' रातो र प्रशोधित मासु धेरै मात्रामा खाँदा शरीरमा खराब कोलेस्टेरल बढ्ने र मासुमा हुने बोसो र चिल्लो घमनीमा जमेर मुटुरोगको तथा उच्च रक्तचापको जोखिम पनि उत्तिकै हुने उनी बताउँछन् । त्यस्तै पाचन प्रक्रियामा समस्या भएर कब्जियत, पायल्स, फिसर, फिस्टुला जस्ता समस्या हुन सक्छ ।



विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ)ले धेरै मात्रामा प्रशोधित मासु खाँदा क्यान्सर हुन सक्नेसमेत उल्लेख गरेको छ । मासु धेरै खाँदा शरीरमा बोसो जम्छ र प्रोटीन धेरै भएर मोटोपन पनि हुने पोषणविद् अधिकारी बताउँछन् । मासु धेरै खाँदा रक्तसञ्चार प्रणाली वृद्धि भएर रक्तचाप बढ्छ । साथै मधुमेह र अन्य रोग लाग्ने जोखिम हुन्छ । पेट तथा कलेजोरोग विशेषज्ञ डा. सुरेन्द्र शाह भन्छन्, 'धेरै खायो भने चिनी पनि तीतो हुन्छ भनेजस्तो मासु धेरै खानाले पनि नकारात्मक असर गर्छ । तर मासुले नै प्रत्यक्ष रूपमा असर गर्ने होइन, त्यसमा प्रयोग गरिने मरमसला, चिल्लो पदार्थ र पकाउने तरिकाका कारण पेटमा असर गर्छ । यदि मासु उसिनेर कम मरमसला हालेर सन्तुलन गरी खान सके यसले शरीरमा हानि नहुने उनी बताउँछन् ।

आन्द्राको पचाउने क्षमतामा पनि समस्या आउन सक्ने हुन्छ । पेटको संक्रमण भएमा, भर्खरै कुनै शल्यक्रिया गरेकोमा, आन्द्रा सम्बन्धी समस्या भएका मानिसले धेरै मासु नखानु नै राम्रो हुने डा. शाह बताउँछन् । मासुमा पनि रातो मासु भन्दा कुखुरा र माछाको मासु खानु उपयुक्त हुने उनी बताउँछन् । 'सेतो मासुमा कोलेस्टेरलको मात्र कम हुन्छ । जसले गर्दा मुटु, मधुमेह र उच्च रक्तचापको जोखिम कम हुन्छ,' उनी भन्छन् ।

मासु कति खाने, कसरी खाने ?
मानिसको तौल, शारीरिक बनावट, कामको प्रकृति, व्यायाम र स्वास्थ्य अवस्था अनुसार मासु खानु उपयुक्त हुने पोषणविद् उमा कोइराला बताउँछिन् । 'सबैलाई यति नै मासु खाएमा फाइदा हुन्छ भन्न मिल्दैन । तर विश्वव्यापी मान्यताअनुसार शरीरमा एक किलो तौल बराबर एक ग्राम प्रोटीन चाहिन्छ भनिन्छ । त्यस हिसाबले हेर्दा हामीलाई सरदर ५० किलो तौलको मान्छे छ भने ५० ग्राम मासु खानुपर्छ,' उनी भन्छिन्, 'तर हामीले मानिसको तौल र मासु नापतौल गरेर खाने सम्भव हुँदैन र छैन पनि । त्यसैले सरदर एक जनाले दिनमा सय ग्राम मासु खान सकिन्छ ।'

नेपालको परिवेशमा हेर्ने हो भने शहरी क्षेत्रका मानिस दिनहुँजस्तै

मासु खाइरहेका हुन्छन् भने गाउँघरतिर नियमित खाने चलन हुँदैन । यस हिसाबले गाउँघरका मानिसले केही बढी खाए पनि खासै ठूलो हानि नगर्ने पोषणविद् कोइराला बताउँछिन् । 'शहरका मान्छे हिउँदैनौं, बुल्दैनौं । खाएर सुत्ने, एकै ठाउँमा बसिराख्छौं र पचाउन सकिँदैन । जसकारण अलिकति सोचेर खानु नै राम्रो हुन्छ,' उनी भन्छिन्, 'हप्तामा तीन-चार पटकसम्म बढीमा चार-पाँच पिसका दरले मात्र मासु खानसके उत्तम हुन्छ । सकेसम्म मासु भोल बनाए वा उसिनेर खान सकिन्छ ।' स्वास्थ्यलाई भन्दा जिब्रोको स्वास्थ्यलाई ध्यान दिएर मासु खानु राम्रो नहुने उनी बताउँछिन् । भुटेर, तारेर, पोलेर, फ्राइ गरेर चिल्लो र मरमसला धेरै हालेर मासु खानु हानिकारक हुन्छ । मासु पचनै पनि अरु खानेकुराभन्दा बढी समय लाग्छ । शाकाहारी खाना २४ घण्टामा पच्य भने मासु पचन ७२ घण्टा लाग्ने कोइराला बताउँछिन् ।

मासु धेरै खाँदा हुने समस्याका बारेमा १८ वर्ष लामो अनुसन्धान गरिएको थियो । अनुसन्धानमा १० युरोपेली देशका पाँच लाख मानिस सहभागी थिए । यस अवधिमा उनीहरूको खानपानको ट्याक राखिएको थियो । जसमा क्यान्सर, मुटुरोग र मधुमेहको पनि निगरानी गरिएको थियो । उक्त अनुसन्धानले धेरै मासु खाने मानिसको अल्पायुमै मृत्यु हुने सम्भावना अधिक देखाएको थियो । साथै शाकाहारी खानेकुरा मात्रा खाने मानिस पनि खासै लामो समय नबार्ने देखाएको थियो । यी दुवैको तुलनामा कम वा ठिक्क मात्रामा मासु खाने मानिस लामो समय बाँच्ने निष्कर्ष निकालिएको थियो । त्यस्तै जर्मन पोषण समाज र विश्व क्यान्सर अनुसन्धान कोषले एक हप्तामा ५०० ग्रामभन्दा बढी मासु नखान सुझाव दिएको । साथै ससेज जस्ता प्रशोधित मासुबाट टाढा बस्न पनि सुझाइएको छ ।

कस्ता बिरामीले मासु नखाने ?
उच्च रक्तचाप, कोलेस्टेरल, मिर्गौला, पित्तसम्बन्धी रोग, बाथरोगका बिरामी, युरिक एसिडका बिरामीले माछामासु नखाँदा राम्रो हुने पोषणविद् कोइराला बताउँछिन् । 'कतिपय मिर्गौलाका बिरामीले तागतका लागि मासुको एकदम पातलो भोल चाहिँ खान सकिन्छ । मधुमेहका बिरामीले मासु कम खानु राम्रो हुन्छ,' उनी भन्छिन् ।

-अनलाइन खबर डटकम

टन्सिल के हो, किन हुन्छ टन्सिलाइटिस ?

घाँटी दुख्ने विभिन्न कारणमध्ये एउटा टन्सिलाइटिस हो । काठमाडौँ उपत्यकाका अस्पतालका ओपीडीहरूमा टन्सिलाइटिसका बिरामी धेरै पुग्ने गरेको नाक, कान, घाँटी रोग विशेषज्ञहरू बताउँछन् । वीर अस्पतालअन्तर्गत नाक, कान, घाँटी विभागका पूर्वप्रमुख तथा प्राडा दीपेन्द्र श्रेष्ठका अनुसार घाँटी टन्सिलाइटिसका कारण मात्रै नदुखेर अन्य धेरै कारणले दुख्न सक्छ । सबै घाँटी दुखाई टन्सिलाइटिस हुँदैन । घाँटीको माथिल्लो भाग र जिब्रोको तल्लो भागको बीचमा रहेको ग्रन्थीलाई टन्सिल भनिन्छ । सोही घाँटी पछाडिको दुईवटा ग्रन्थीमा संक्रमण हुनुलाई टन्सिलाइटिस भनिने प्राडा श्रेष्ठ जनाउँछन् ।

डा श्रेष्ठका अनुसार जिब्रोको तल्लो भाग र घाँटीको माथिल्लो भागको टन्सिलले फिल्टरको रूपमा काम गरी संक्रमण हुनबाट जोगाउन एन्टिबडी पनि बनाउँछन् । यदि टन्सिलले फिल्टरको रूपमा काम गरेन भने श्वासप्रश्वासका माध्यबाट भाइरस वा ब्याक्टेरिया संक्रमण हुन्छ । टन्सिलाइटिस तीन प्रकारको हुन्छ । जस्तै, 'तीव्र टन्सिलाइटिस' हुँदा सामान्यतया ३-४ दिनदेखि २ हप्तासम्म रहन सक्छ । अर्को 'बारम्बार देखिने टन्सिलाइटिस' यो एक वर्षमा धेरै पटक पटक देखिन्छ । तेस्रोमा 'क्रोनिक टन्सिलाइटिस' यो तब हुन्छ, जब तपाईंलाई लामो समयसम्म टन्सिल संक्रमण हुन्छ ।

टन्सिलाइटिस लक्षण
टन्सिलाइटिस भएपछि घाँटी दुख्छ । तर, टन्सिलाइटिसको घाँटी दुखाई अन्य घाँटी दुखाई भन्दा फरक हुने उनले बताए । सामान्यतया सबै उमेर समूहकालाई टन्सिलाइटिसका हुन सक्छ । यद्यपि अरु उमेर समूहका व्यक्तिलाई भन्दा साना बच्चाहरूमा टन्सिलाइटिस दोहोर्‍याएर लाग्ने गर्छ । तीव्र टन्सिलाइटिस हुँदा बालबालिकालाई जस्तो अन्य उमेरमा ज्वरो आउने, पेट दुख्ने, उल्टी हुने, खान निल्ने समस्या हुन्छ । यस्ता छुन् टन्सिलाइटिस हुँदाका लक्षणः

- खान गाह्रो हुने
 - थुक निलन गाह्रो हुने
 - घाँटी दुख्ने
 - ज्वरो आउने
 - टाउको दुख्ने
 - भोक नलाग्ने
 - कान दुख्ने
 - श्वास गनाउने आदि ।
- बालबालिकामा बढी टन्सिलाइटिस**
डा. श्रेष्ठका अनुसार वयस्कहरूको तुलनामा बालबालिकाहरूलाई



टन्सिलाइटिसको समस्या बढी हुन्छ । ६ महिनादेखि एक वर्षसम्मका बालबालिकालाई ब्याक्टेरियाको संक्रमणका कारण टन्सिलाइटिस हुने सम्भावना हुन्छ । यस्तै, भाइरल (इन्फेक्सन) संक्रमणबाट हुने टन्सिलाइटिस धेरै साना बच्चाहरूमा बढी हुन्छ । त्यस्तै, वृद्धवृद्धाहरूलाई पनि टन्सिलाइटिसको उच्च जोखिम हुन्छ । यद्यपि टन्सिलाइटिस भाइरल (इन्फेक्सन) वा ब्याक्टेरियाको (इन्फेक्सन) हो भनेर थाहा पाउनका आएमा भाइरसका कारण संक्रमण भएको हुन सक्छ । बच्चाहरूमा पटकपटक टन्सिलाइटिस भएमा मुटुको भल्बहरू बिग्रिने, बाथ रोग लाग्ने जस्ता समस्या देखिन सक्ने उनको भनाइ छ ।

जसलाई टन्सिलाइटिसले धेरै पटक दुःख दिएको छ भने विशेषज्ञको सल्लाहमा अप्रेशन गर्न उपयुक्त हुने डा. श्रेष्ठको भनाइ छ । डा. श्रेष्ठका अनुसार कुनै कुनै बच्चाको टन्सिल घाँटीमा एकदम ठूलो छ । तर, सो टन्सिल दुख्ने भन्दा पनि ठूलो भई श्वास नली साँघुरो हुन्छ । जुन टन्सिलटाइटिसले बच्चाहरूमा हुँदा नदुख्ने घाँटीको टन्सिल ठूलो हुन्छ, उनीहरूको नाक पछाडिको भाग पनि ठूलो हुन्छ । नदुख्ने टन्सिलटाइटिस हुने ४ वर्षदेखि १२ वर्षसम्मको बच्चाहरूमा नाकको पछाडि पट्टीको भागमा पनि मासु पलाउन सक्छ । जुन बच्चाहरूमा नाक, घाँटीको टन्सिल ठूलो छ, ती बच्चाहरू राती सुतेको बेलामा अत्याधिक घुर्ने, राम्रोसँग श्वासप्रश्वासमा समस्या हुने उनले बताए । समयमै उपचार नगरेमा आवाज पनि परिवर्तन हुने समस्या पनि आउन सक्छ । यस्ता समस्या कुनै बच्चाहरूमा देखिएमा अप्रेशन मार्फत नाक पछाडिको टन्सिल र घाँटीको टन्सिल भिक्रिएमा सधैंका लागि निको पार्न सकिने डा. श्रेष्ठले बताए । टन्सिलाइटिस भाइरल इन्फेक्सन हो । पछि गएर धेरैजसोमा ब्याक्टेरियल इन्फेक्सन हुने गरेको प्राडा श्रेष्ठले बताए । ब्याक्टेरिया र भाइरल संक्रमणले टन्सिलाइटिस बनाउँछ ।

यसको सामान्य कारण स्ट्रेप्टोकोकस (स्ट्रेप्ट) ब्याक्टेरिया हो, जसले स्ट्रेप थ्रोट निम्त्याउँछ ।

टन्सिल भएपछि के गर्ने ?
टन्सिलाइटिस भएपछि सामान्यतया स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाहमा औषधि सेवन गर्नुपर्छ । किनभने टन्सिलाइटिस भएकामध्ये धेरैलाई भाइरल भन्दा पनि ब्याक्टेरियर (इन्फेक्सन) भएको पाइएकोले औषधिको सेवन गर्न उपयुक्त हुने उनले बताए । कहिलेकाहीँ टन्सिल हुनु सामान्य कुरा हो । तर, कुनै कुनै मानिसमा पटक पटक टन्सिलाइटिस हुने गर्छ । औषधि सेवन गरुन्जेल निको हुने, औषधि सकिएपछि पुनः टन्सिलटाइटिस पाक्ने, सुनिने समस्याहरू उत्पन्न हुने उनले बताए । वर्षमा ४ पटक भन्दा बढी टन्सिलटाइटिस भई दुःख दिएमा बिरामीलाई अप्रेशन गराउनउनको सुझाव छ । उनले भने, 'औषधि प्रयाग गरेर तत्काललाई निको पार्न सक्छौं । पुनः टन्सिलटाइटिस निको पार्न नसकिने भएकाले टन्सिलटाइटिस बिगिसकेकाले क्रोनिक डिडिज भएकाले टन्सिलटाइटिस अप्रेशन गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।' पटक पटक टन्सिलटाइटिस हुँदा एन्टिबायोटिकले काम नगर्ने, मुटु, बाथ जस्ता रोगहरूले सताउने भएकाले भन्नु धेरै समस्याहरू उत्पन्न हुने भएकाले चिकित्सकहरूको सल्लाहमा अप्रेशन गर्न उपयुक्त हुने उनको सुझाव छ ।

टन्सिलटाइटिस भएकाले के गर्ने ?
टन्सिलटाइटिस नै भनेर पत्ता लागिसकेपछि स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाहमा एन्टिबायोटिक नै सेवन गर्न उनको सुझाव छ । यस्तै, टन्सिलटाइटिस भएकाले निम्न कुरामा ध्यान दिनुपर्छः

- मनतातो खानेकुरा खाने
- घाँटीलाई इरिटेसन गराउने खानीकुरानखाने ।
- धेरै चिसो खानेकुरा नखाने ।
- धेरै अमिलो खानेकुरा नखाने ।

जबसम्म घाँटी निको हुँदैन, तबसम्म घाँटीलाई (इरिटेसन) गराउने खानेकुरा नखाने ।

-रातोपाटी डटकम

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!

यस तानसेन खानेपानी उपभोक्ता समितिको निम्न मिति, समय तथा स्थानमा हुन गैरहेको विशेष साधारण सभामा उपस्थितिको लागि सादर-निमन्त्रणा गर्दछौं । कार्यक्रम :

मिति : २०८० भाद्र ३० गते शनिबार
समय : विहान ११:०० बजे
स्थान : तानसेन नगरपालिकाको हल
प्रस्ताव : विधान शंशोधन तथा जानकारी सम्बन्धमा ।

अनुरोधक

मोहन प्रसाद श्रेष्ठ
अध्यक्ष

तदर्थ समिति एवं

तानसेन खानेपानी उपभोक्ता समिति परिवार

सम्पर्क नं. : ०७५-५२२०८७

सन्तोष चलचित्र मन्दिरमा...



सन्तोष चलचित्र मन्दिर तानसेनमा भदौ २५ गतेदेखि भव्यताका साथ दैनिक ३ शो प्रदर्शन हुनगइरहेको छ नेपाली चलचित्र 'नाङ्को गर्द' ।

पहिलो शो : ११:१५ बजे, दोस्रो शो : २:१५ बजे र तेस्रो शो साभ ५:१५ बजे (नयाँ डल्बी डिजिटल साउण्ड, न्यू प्रोजेक्टर र लक्जरी सिटमा)

स्वादिलोसँगै पौष्टिक गुणले भरिपूर्ण नासपाती

नासपाती स्वादका लागि मात्र नभई स्वास्थ्यका लागि पनि उत्तिकै फाइदाजनक मानिन्छ । यसको सेवन तत्त्वले शरीरमा रगतको मात्रा नासपाती मौसमी फल हो । यतिबेला नासपातीको मौसम हो । यसमा भिटामिन 'सी', भिटामिन 'के', फाइबर, कपर, पोटासियम, म्याग्नेसियम, म्यागनिज र फोलेटजस्ता विभिन्न पोषक तत्व पाइन्छ । मनसुनमा नासपाती खाँदा विभिन्न खालका मौसमी रोगबाट बच्न सकिने विज्ञहरू बताउँछन् । यसमा क्यालोरीको मात्रा निकै कम हुन्छ । त्यसैले तौल घटाउनमा पनि सहयोग गर्छ । तपाईं दिनको जुनसुकै समय पनि नासपाती खान सक्नुहुन्छ । यद्यपि बिहान खाली पेटमा नासपाती खाँदा स्वास्थ्यलाई अधिक फाइदा मिल्छ । यदि तपाईं कुनै रोगसँग जुधिरहनुभएको छ भने

विशेषज्ञको सल्लाह लिएपछि मात्रै यसको सेवन गर्नुहोस् । यसमा रहेको भिटामिन, मिनरल्स तथा अन्य पोषक तत्वले शरीरमा रगतको मात्रा बढाउनुका साथै हाडजोर्नी मजबुत बनाउनमा समेत मद्दत गर्ने बताइन्छ । यसको सेवन गर्दा हाम्रो शरीरलाई विभिन्न किसिमका फाइदा हुन्छन् । नासपातीमा पाइने आइरनले रगतमा हेमोग्लोबिनको मात्रा बढाउनमा मद्दत गर्छ । एनेमियाजस्ता रोगको शिकार भएकाले यसको सेवनलाई प्रभावकारी मानिन्छ ।

नासपातीमा पाइने बेरोन नामक तत्वले हाडजोर्नी मजबुत पार्न सहयोग गर्छ । साथै यसको सेवनले मांसपेशी सम्बन्धी विभिन्न समस्याहरूबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ । मधुमेह रोगीलाई गुलिया

वस्तुहरूको सेवन गर्नमा रोक लगाइएको हुन्छ तर पनि नासपाती खानमा गुलियो हुनुका साथै यसले मधुमेह रोगीलाई कुनै असर नगर्ने बताइन्छ । नासपातीमा फाइबरको मात्रा प्रशस्त पाइन्छ । जसले कोलेस्टेरलको मात्रा नियन्त्रण गर्नुका साथै मुटुसम्बन्धी समस्याबाट बचाउँछ । यसका अलावा यसले अथेरोस्केलेरोसिस, हृदयाघात र पक्षाघातजस्ता समस्या हुने सम्भावनासमेत कम हुन्छ । तपाईं दिनको जुनसुकै समय पनि नासपाती खान सक्नुहुन्छ । यद्यपि, बिहान खाली पेटमा नासपाती खाँदा स्वास्थ्यलाई अधिक फाइदा मिल्छ । यदि तपाईं कुनै रोगसँग जुधिरहनुभएको छ भने विशेषज्ञको सल्लाह लिएपछि मात्रै यसको सेवन गर्नुहोस् ।

-इहिमालय टाइम्स डटकम

राजकीय सम्मानसहित नेम्वाङको अन्त्येष्टि

पाल्पा, भदौ २८/संविधानसभाका अध्यक्ष तथा नेकपा एमालेका नेता सुवास नेम्वाङको राजकीय सम्मानका साथ पशुपति आर्यघाटमा अन्त्येष्टि गरिएको छ । उनलाई बिहीबार पशुपति आर्यघाटमा छोराहरु मिडुसो र सुहाङ नेम्वाङले दागबत्ती दिएका छन् । उनको सम्मानमा नेपाली सेनाको टोलीले शोक धुन बजाएको थियो ।



अन्तिम श्रद्धाञ्जलि का प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहालले पशुपति आर्यघाटमा राष्ट्रिय झन्डा ओढाएर नेम्वाङप्रति श्रद्धाञ्जलि व्यक्त गरेका थिए । यसैगरी नेकपा (एमाले)का अध्यक्ष केपी शर्मा ओलीले पार्टीको झन्डा ओढाएर सम्मान व्यक्त गरेका थिए । प्रतिनिधिसभाका सभामुख देवराज घिमिरे, उपप्रधानमन्त्री एवं गृहमन्त्री नारायणकाजी श्रेष्ठसहित विशिष्ट व्यक्तिहरुले नेम्वाङलाई श्रद्धाञ्जलि व्यक्त गरेका छन् । राजकीय सम्मानका साथ अन्त्येष्टिका लागि नेम्वाङको निवास बालुवाटारबाट शव आर्यघाट पुऱ्याइएको थियो । नेम्वाङको पार्थिव शरीरमा अन्तिम श्रद्धाञ्जलि व्यक्त गर्न आर्यघाटमा एमालेका शीर्ष नेता, सांसद, कार्यकर्ता, शुभ्रेच्छुक, आफन्त र सर्वसाधारणको बाक्लो सहभागिता रहेको थियो । सोमबार मध्यराति घरकै शौचालयमा बेहोस भेटिएका नेम्वाङलाई लगत्तै शिक्षण अस्पताल महाराजगञ्जमा लगिएको थियो । जहाँ उनलाई चिकित्सकहरुले मृत घोषणा गरेका थिए । अन्त्येष्टि हुने दिन सरकारले सार्वजनिक बिदा समेत दिएको थियो । प्रतिनिधिसभाको बिहीबारको बैठकले समेत नेम्वाङको निधनप्रति शोक प्रस्ताव पारित गरेको छ । बैठकमा सभामुख देवराज घिमिरेले प्रस्तुत गरेको शोक प्रस्तावलाई बैठकको सर्वसम्मते पारित गरेको हो । बैठकले स्व नेम्वाङको निधनप्रति शोक व्यक्त गर्दै श्रद्धाञ्जलि अर्पण गर्नुका साथै परिवार जनमा गहिरो समवेदना प्रकट गरेको छ । नेम्वाङ नेकपा (एमाले) पार्टीको तर्फबाट २०४८ साल र २०५२ सालमा राष्ट्रियसभा सदस्य, २०५६ सालमा

प्रतिनिधिसभा सदस्य, २०६३ सालमा पुनःस्थापित प्रतिनिधिसभा सदस्य र व्यवस्थापिका संसद् सदस्य, २०७२ मा रूपांतरित व्यवस्थापिका संसद् सदस्य, २०७४ र २०७९ मा प्रतिनिधिसभा सदस्य थिए । उनी २०६३ सालमा पुनःस्थापित प्रतिनिधिसभाको सभामुख, २०६३ सालमै व्यवस्थापिका संसद्को सभामुख तथा २०६५ साल र २०७० सालको संविधानसभाको अध्यक्ष थिए । यसैगरी, २०५६ सालमा प्रतिनिधिसभा अन्तर्गतको सार्वजनिक लेखासमिति सभापति भएका स्वर्गीय नेम्वाङ कानुन, न्याय तथा संसदीय व्यवस्था र सामान्य प्रशासन मन्त्रीसमेत भएका थिए । संविधानसभामार्फत् नेपालको संविधान निर्माणमा उनको अग्रणी भूमिका रहेको थियो ।

आज राष्ट्रिय बाल दिवस मनाइँदै

पाल्पा, भदौ २८/आज विभिन्न कार्यक्रमहरुको आयोजना गरी ५९ औँ राष्ट्रिय बाल दिवस मनाइँदैछ । हरेक वर्ष नेपालमा भदौ २९ गते राष्ट्रिय बाल दिवस मनाउने गरिएको छ । दिवसको अवसरमा सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरुले विभिन्न कार्यक्रमको आयोजना गर्दै छन् । नेपालले बालअधिकार सम्बन्धी महासन्धी १९८९ लाई सेप्टेम्बर १४, १९९० मा अनुमोदन गरेर बालबालिकाको विकास, बालअधिकारको संरक्षण तथा बालसहभागिता जस्ता विषयमा आफ्नो अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिवद्धता प्रकट गरेको दिनकै अवसरमा यो दिवस मनाउने गरिन्छ । नेपालमा बालदिवसमा पूर्व बडामहारानी रत्नराज्यलक्ष्मी देवी शाहले सुरु गरेको इतिहासमा उल्लेख छ । नेपालमा हरेक वर्ष बाल दिवस मनाइँदै आए पनि बालबालिकाको अवस्थामा खासै सुधार भने हुन सकेको पाइँदैन । अझैपनि



बालश्रम शोषणको घटना उत्तिकै छ भने सडकबालबालिका देखि बालबालिकाको बेचबिखन तथा विद्यालय जान पाउने अधिकारबाट बञ्चित बालबालिकाको संख्या ठूलो रहेको छ । सरकारले अहिलेसम्म बालबालिकाको क्षेत्रमा कुनै पनि खास अध्ययन अनुसन्धान गरेको पाइँदैन । बरु उसले प्रत्येक वर्ष सार्वजनिक सञ्चार माध्यममा आएका भने हुन सकेको पाइँदैन । अझैपनि

छ । सरकारी तथ्याङ्क भन्दा धेरै घटना भने अझै समाजबाट बाहिर आउन सकेका छैनन् । तर पनि सार्वजनिक भएका तथ्याङ्कलाई हेर्दा चिन्ताजनक अवस्था रहेको पाइँन्छ । बालश्रम, बाललाकार, मृत्यु, बाल विवाह, हत्या, बेचबिखन तथा ओसार-प्रसार, कुपोषण, गर्भपतन, आत्महत्या, अपहरण र शारीरिक सजाय जस्ता बालबालिका सम्बन्धी घटनाहरु हुने गर्दछन् ।

बङ्गुरपालन व्यवसाय...

...“व्यवसाय गरेको करिब चार वर्ष सन्तुष्ट थिएँ, अहिले दानापानीमा भएको मूल्यवृद्धिले व्यवसाय नै छोडौँ कि जस्तो हुन्छ”, उनले थपे, “भन्दा सजिलो जस्तो पेशा देखिए पनि बङ्गुरलाई दाना पुऱ्याउन गाह्रो हुने रहेछ ।” विश्वकर्माले कोरोनाको समय मासुका लागि तयार भएका बङ्गुरलाई दाना पुऱ्याउन नसक्दा सस्तो मूल्यमा मासु बिक्री गर्न बाध्य भएको स्मरणसमेत गरे । उनले लगानी अनुसार अन्य पशुपक्षीको तुलनामा बङ्गुरको मासुको मूल्य उचित नभएको दाबी गरे । “स्थानीय बजारमा एक किलो खसीको मासुको मूल्य नौ सय रुपैयाँ हुँदा

बङ्गुरको मासुको मूल्य धानीको आठ सय रुपैयाँ हुनु किसान मारमा पर्नु हो”, विश्वकर्माले भने, “खसीबोकामा भन्दा बङ्गुरपालनमा उत्पादन लागत दोब्बर छ, सरकारले बङ्गुरको मासुको उचित मूल्य निर्धारण गरिदिएर किसानलाई राहत दिनुपर्छ ।” उनले सरकारले किसानलाई अनुदान नदिएर सस्तो किसानलाई अनुदान गराइदिनुपर्ने माग राखे । विश्वकर्माले साना व्यवसाय गर्ने किसानलाई टिकाइराख्न मूल्यवृद्धि नियन्त्रण गर्नुपर्नेमा समेत जोड दिए । “विदेशमा छ वर्ष बिताए, आर्थिक स्थिति तब पनि सुल्झेन”, उनले भने, “प्रदेशको कमाइले जीवनस्तरमा सुधार नआएपछि देशमै

स्वरोजगार बन्ने अठोटका साथ गाउँ फर्केर बङ्गुरपालन गरेको छु तर पछिल्लो महँगीले अबको बाटो सहज देखेको छैन ।” किसान विश्वकर्माले घरमा पाल्दै आएका तीन माउँ र एउटा बङ्गुरको पाठोबाट संख्या बढाएर २६ बङ्गुर उत्पादन गरेर फार्म दर्ता गरेका थिए । उनले सुरुमा मासु उत्पादनका लागि बङ्गुरपालन गरे पनि हाल पाठापाठी उत्पादनमा जोड दिएको बताए । यहाँ उत्पादित मासु स्थानीय बजारसँगै, पर्वत, पोखरा, काठमाडौँसम्म निर्यात हुने गरेको छ । उनलाई श्रीमती विष्णुमायाले व्यवसाय सञ्चालनमा साथ दिँदै आएकी छिन् ।

खेलकुद समाचार



पोल्याण्डका प्रशिक्षक फर्नान्डो सान्तोस बर्खास्त

काठमाडौँ, भदौ २८/पोल्याण्डले एक वर्ष नबित्दै फुटबल टिमका प्रशिक्षक फर्नान्डो सान्तोसलाई बर्खास्त गरेको छ । युरोकप छनोटमा कमजोर प्रदर्शनपछि पोल्याण्डले प्रशिक्षक सान्तोसलाई बर्खास्त गरेको हो । सान्तोसको प्रशिक्षणमा पोल्याण्डले ६ खेल मात्र खेलेको छ । आइतबार पोल्याण्ड युरो २०२४ को छनोटमा अल्बानियासँग २-० ले पराजित बनेको थियो । सान्तोसको प्रशिक्षणमा भएको पछिल्ला ५ खेलमा पोल्याण्डको यो तेश्रो पराजय हो । युरो छनोटको समूह ई मा पोल्याण्ड चौथो स्थानमा भरिएको छ । यसअघि पोर्चुगलको प्रशिक्षक रहँदा सान्तोसले २०१६ मा युरो कप जिताएका थिए । यस्तै २०१८-१९ को पहिलो नेसन्स लिग पनि जितेका थिए तर २०२२ को विश्वकपपछि उनले पोर्चुगल छाडे । पोल्याण्डले अर्को खेल अक्टोबरमा आइसल्याण्डसँग हुनेछ । पोलिस फुटबल संघले सान्तोसको प्रयासलाई धन्यवाद दिएको छ । सान्तोसले पोल्याण्डको टिमलाई व्यवस्थापन गर्न पाउँदा आभार व्यक्त गरेका छन् । पोल्याण्डसँग छोटो समय काम गर्दा गत जूनमा जर्मनीलाई मैत्रीपूर्ण खेलमा १-० ले हराउनु सान्तोसको लागि सबैभन्दा सुखद नतिजा रह्यो । युरो छनोटमा आफ्नो समूहमा शीर्ष वरियता पाएको पोल्याण्ड अल्बानिया, मोल्दोभा र चेक रिपब्लिक भन्दा पछि छ ।

वर्गिकृत डिस्प्ले
१ X ५ साइजमा मात्र
वर्गिकृत डिस्प्लेमा विज्ञापन दिनुहोस्
व्यवसाय बढाउनुहोस् ।
सम्पर्क: ०७५-५२०६०९

अर्थ/कर्पोरेट समाचार



सिटिजन लाइफ इन्स्योरेन्सको आईपीओ बाँडफाँट

काठमाडौँ, भदौ २८/सिटिजन लाइफ इन्स्योरेन्सको प्राथमिक सेयरको सार्वजनिक निष्कासन (आईपीओ) बाँडफाँट भएको छ । बिहीबार कम्पनीको धितोपत्र निष्कासन तथा विक्री प्रबन्धक एनआइएमबी एस क्यापिटलले आईपीओ बाँडफाँट भएको हो । कम्पनीको आईपीओमा माग अनुसार आवेदन परेकोले धितोपत्र निष्कासन तथा बाँडफाँट निर्देशिका अनुसार गोलाप्रथामार्फत बाँडफाँट भएको छ । जसअनुसार ९ लाख जना योग्य आवेदकले १० किताका दरले सेयर पाएका छन् । कम्पनीले १५ भदौदेखि १९ भदौसम्म आईपीओको लागि आवेदन खुलाएको थियो । कम्पनीले प्रतिकिता १०० रुपैयाँ अंकित मूल्यमा १४४ रुपैयाँ प्रिमियम सहित प्रतिकिता कुल २४४ रुपैयाँमा सेयर आईपीओ निष्कासन गरेको हो । कम्पनीको जारी पुँजी ३ अर्ब ७५ करोड रुपैयाँको ३० प्रतिशतले हुने १ अर्ब १२ करोड ५० लाख रुपैयाँ बराबरको १ करोड १२ लाख ५० हजार किता सेयर निष्कासन गर्ने नेपाल धितोपत्र बोर्डबाट अनुमति पाएको थियो । जसमध्ये ५ प्रतिशतले हुने ५ करोड ६२ लाख ५० हजार रुपैयाँ बराबरको ५ लाख ६२ हजार ५००

किता प्रतिसेयर १०० रुपैयाँमा कम्पनीका कर्मचारीहरुका लागि निष्कासन गरेको थियो । त्यस्तै, कम्पनीले बाँकी सार्वजनिक निष्कासनका लागि स्वीकृत पाएको सेयरको १० प्रतिशतले हुने ११ लाख २५ हजार किता सेयर नेपाल सरकारको सम्बन्धित निकायबाट श्रम स्वीकृति प्राप्त गरी विदेशमा रोजगारीमा रहेका नेपाली नागरिकका लागि र ५ लाख ६२ हजार ५०० किता सेयर सामूहिक लगानी कोषहरुका लागि निष्कासन गरी बाँडफाँट गरिसकेको छ । बाँकी रहेको ९० लाख किता सेयर कम्पनीले सर्वसाधारण लगानीकर्ताहरुका लागि निष्कासन गरेको थियो । सोही सेयरमध्ये योग्य आवेदकहरुमध्ये गोलाप्रथाबाट ९ लाख जनालाई १० किताको दरले बाँडफाँट भएको हो । कम्पनीको आईपीओमा कुल १५ लाख ८४ हजार ५९७ जनाले आवेदन दिएकोमा १ लाख ७७ हजार ३६० जनाको आवेदन रद्द भएको विक्री प्रबन्धकले जनाएको छ । यस्तै १४ लाख ७ हजार २३७ आवेदकको आवेदन स्वीकृत भएकोमा सोहीमध्ये गोलाप्रथामा सहभागी गराएर ९ लाख जना आवेदकले १० किता सेयर प्राप्त गरेका हुन् ।

मनको आवाज.....
'नाम पनि यूनिक्, काम पनि यूनिक्'
यूनिक् एफ.एम. ५४.३ मेगाहर्ज
विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
यूनिक् शोसियल कम्युनिकेशन प्रा.लि.
तानसेन, पाल्पा
०७५-५२१४६४, ५२१४६६
E-mail
news.uniquefm@gmail.com
www.uniquefm942.com

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

जैनवेतना दैनिकको आधिकारीक वेबसाईट
शितलपाटी .कम
www.shitalpati.com डिजिटल पत्रिका