अग्रता साप्ताहिक
Agrata Weekly

सूचना

चितवनबाट हरेक **शनिबार** प्रकाशित भईरहेको अग्रता साप्ताहिक अब हरेक **मङ्गलबार** प्रकाशित हुने सम्पूर्ण पाठक, विज्ञापनदाता एवम् शुभेच्छुकहरूमा जानकारी गराईन्छ। –सम्पादक

सम्पर्क :
weeklyagrata@gmail.com

वर्ष ४ अङ्क १ पूर्णाङ्क १२३ | चितवन जि.प्र.का.द.नं. १६८/०७२/०७३ चि.जि.हु.का.द.नं. ४/०७३/०७४ | मूल्य रु.५।– (पृष्ठ–६) | २०७६ साउन ७ गते मङ्गलबार (Jul 23, 2019)

महिला दुर्व्यसनीको संख्या बढ्दो

शान्ता अधिकारी

भरतपुर । सेतो कुर्था सलवालमा सजिएकी माया गुरूङ्ग नाम परिवर्तन नसिङ्ग पढ्दै गरेकी विद्यार्थी हुन् । दोस्रो वर्ष नसिङ्ग पढ्दै गरेकी मायाको यो विषय पढ्नको कारण भने अनौठो छ । सम्पन्न परिवारकी कान्छी छोरी उनी । बाबु व्यापार गर्छन । एक दाई भारतमा नाम चलेको होटलमा कुक छन् । भने एक दिदी रोजगारीको सिलसिलामा विदेशम छिन्। कान्छी बहिनी मायालाई कुनै कुराको कमि छैन् । मन लागेको उनले खर्च गर्न पाउछीन् । पैसा उनले बाबा आमा संग माग्नु पर्दैन घरमा नै रहेको पसलबाट दिनमा आफुले चाहिने एक हजार सम्म उनले लिन पाउँछिन् ।

मायाबाट उनका बाबु आमाले ठुलो सपना देखेका थिए । तर केही समय अगाडी जब उनको बास्तविक अवस्था थाहा भयो त्यसपछी भने आमा मुर्छीत छन् भने सधै हासि रहने बाबुको अनुहार मलिन छ। नहोस पनि किन ? १९ वर्षमा हिड्दै गरेको छोरी कुलतमा लागेको थाहा पाएपछी उनको परिवार छागाबाट खसेजस्तै भएको छ ।

घरमा धेरै नवोल्ने बानी मायाको सानै बाट भएको आमा बताउँछीन् । सानामा पढाई राम्रो भएको छोरी सात आठ कक्षामा पुगेपछी खस्कदै गयो । दशमा पुगेर फेल भईन । आमाले अनेक गरेर घरमा नै शिक्षक राखेर जेनतेन एसएलसी पास भईन माया । एसएलसी पछी के पढ्ने भनेर घरमा सल्लाह हुदाँ उनले नर्सिङ्ग पढ्ने कुरा गरिन् । आमा बुबाले पनी सहजै अनुमती दिएर । भरतपुकै एक प्राईभेटमा कलेजमा भर्ना गरिदिए ।

अभिभावकहरू छोरीले राम्रोसंग पढीरहेकी होला भने । तर, छोरीको नर्सिङ्गको पढाई रोज्नुको कारण भने लागुपदार्थ सहजै खान पाईने र किन्न पाईने रहेछ। माया आफु कुलतमा कसरी लागेको यसरी भन्छिन्, 'म आठ कक्षामा पढ्दै गर्दा सरस्वती पुजाको दिनमा साथीको करले गर्दा चुरोट खाए । जाडो थियो । केटा केटी गरेर पाँच जना थियो । त्यसपछी पनि हामी टिउसन पढ्न जादा बेलुका केटाहरूसंग मिलेर कहिले काही चुरोट खाएर पानीपुरी खाने गर्न थाल्यो । नौ मा पढ्दै गर्दा दिनमा एक पटक नियमित चुरोट खाने भैसकेको थिए । दशमा पढ्मा हामी टेष्ट दिएर पिक्नीक गयौ । त्यसखेर मैले गाँजा खाए । नगरवनमा त्यो बेलामा खाएको गाँजा साह्रै मञ्जा लाग्यो । त्यसरी मैले एक पछी अर्को गर्दै सबै खाएको छु । दिनमा एक बट्टा सम्म चुरोट सकेको छु, अहिले मलाई चुरोट खान मन लाग्दैन । मुख गनाउने । सबैले देख्ने भन्दा सुई लगाउन मन लाग्छ । सुई किन्न पनि नपर्ने र रातभरी बाहिर साथीहरू संग बस्दा पनि घरमा डिउटीमा थिए भन्न सजिलोका लागि मैले यो पढेको हु । अहिले म छुट्नै नसक्ने गरेर फसेको छु । मेरो एक जना केटा साथी केही समय अगाडी बितेपछी भने अहीले आएर मलाई पछुतो लागेको छ ।'

चितवन प्रहरीले ठूलो परिमाणमा लागुऔषध चरेस सहित असार ३० गते सोमबार एकजना महिलालाई पक्राउ गर्यो । प्रहरीले ४३ किलो चरेस सहित एक भारतीय महिलालाई पक्राउ गरेको हो । ईलाका प्रहरी कार्यालय टाँडी बाट प्रहरी नायब उपरीक्षक सन्तोष आचार्यको कमाण्डमा खटिएको प्रहरी टोलीले सोमबार राती रत्ननगर नगरपालिका २ बाट भारतको मोतिहारी घर भएकी अन्दाजी बर्ष ७० की नुर्जाहा खातुनलाई पक्राउ गरेको हो । रत्ननगरमा आफ्नो छोरीको घरमा बस्दै आएकी थिईन ।

यी दुई त प्रतिनीधि पात्र हु । पछील्लो समय लागुपदार्थ प्रयोगकर्ताको संख्या त्यसमा पनि महिलाको संख्या बढ्दै गएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय चितवनका प्रहरी प्रमुख दानबहादुर मल्ल बताउछन् । एक्लो महसुस गर्ने, घरपरिवरको माया नपाएको साथीहरूको संगत जस्ता कारणबाट उनीहरू कुलतमा फस्ने गरेको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय चितवनले लागुऔषध ओसारपसार मुद्धामा चालु आर्थिक वर्षमा १ सय ५९ जनालाई नियन्त्रणमा लिई कारवाही गरेको छ । जसमा ८८ जनालाई मुद्धा चलाएको छ ।

कार्यालयले दिएको जानकारी अनुसार एक जना विदेशी महिला सहित चार जना विदेशी र अन्य नेपाली रहेका छन ।

चालु आर्थिक वर्ष २०७५, ७६ को एक वर्षमा डाईजेपाम १२ सय ७० एम्पुल, व्युप्रिनोर्फिन १२ सय ५४ एम्पुल, फेनारगन १२ सय ६९ एम्पुल, नाईट्राजेपाम ४८ सय २९ ट्याबलेट, फेन्सिडिल ११ सय एमएल, पास्मो फ्रोक्जीभोन ५९ क्याप्सुल, गाँजा ५ सय ३७ किलो, चरेश ४४ किलो बरामद गरिएको कार्यालयले जनाएको छ ।

जिल्लालाई लागुऔषध ओसारपसार र बेचबिखनका द्धष्टिले केन्द्रबिन्दु मानिँदै आइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय चितवनका प्रमुख प्रहरी उपरीक्षक मल्लले बताए ।

जिल्लालाई केन्द्र बिन्दु बनाएर लागुऔषधको ओसारपसार गर्ने क्रम बढेको भन्दै कार्यालयले यसको नियन्त्रणका लागि अभियानकै रूपमा अघि बढेको कार्यालय प्रमुख मल्लले जानकारी दिए । उनले भने –'क्लिन चितवन अभियान अर्न्तगत केही समय अगाडी जिल्ला प्रहरी कार्यालय चितवनले लागु औषध ओसार पसार विरूद्ध एक हप्तासम्म अभियान नै सञ्चालन गर्दा करिब दुई सय जना प्रयोग कर्तालाई सम्झाई बुझाई छाड्ने र केहीलाई सुधार गृहमा पठाउने काम गरिएको छ ।'

चितवनमा ६० प्रतिशत खानेपानी योग्य

अग्रता सम्वाददाता

भरतपुर । चितवनको ६० प्रतिशत खानेपानी आयोजनामा कोलिफर्म (दिसाजन्य पदार्थ) फेला परेको छ । स्वास्थ्य कार्यालय चितवनले गरेको खानेपानी आयोजनाको अनुगमनको क्रममा ६० प्रतिशत खानेपानी आयोजनाहरूमा फोलिफर्म भेटिएको जानकारी दिएको छ । स्वास्थ्य कार्यालयले आज खानेपानी आयोजनाहरूको नमुना परीक्षण प्रतिवेदन सार्वजनिक गर्दै सो कुरा जनाएको हो ।

आजभरतपुरमा भएको चितवनका २१ वटा खानेपानी आयोजनाहरूको गुणस्तर परीक्षण प्रतिवेदनमा चितवनमा ६० प्रतिशत पानी गुणस्तरहिन अशुद्ध रहेको पाइएको हो । प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्दै जनस्वास्थय कार्यालय चितवनका जनस्वाथ्य अधिकृत अनुप अधिकारीले आर्थिक वर्ष २०७४,७५ का १३ वटा खानेपानी आयोजना मध्ये ८ वटा खानेपानी आयोजनामा खानेपानी अशुद्ध देखिएका छन् तथा केहीमा गुणस्तर कायम गरिएको उनले बताए ।

त्यस्तै २०७५,७६ मा आठ वटा खानेपानी आयोजनाको गुणस्तर परीक्षणमा पर्सा खनोपानी आयोजना, पिप्ले खानेपानी आयोजना, मेघौली खानेपानी आयोजना गुणस्तरयुक्त रहेको प्रतिवेदनले देखाएको छ । त्यस्तै अरू पाँच वटा आयोजना, छरछरे खानेपानी आयोजना, कल्याणपुर खानेपानी आयोजना, कुसुमखोला चैनपुर, पटिहानी खानेपानी आयोजना , ठूलो खोल्चा खैरहनी) मा अस्वस्थ खानेपानी रहेको प्रतिवेदनमा बताइएको छ ।

यस्तै जनस्वाथ्य अधिकृत अधिकारीले २१ खानेपानी १२ खानेपानी आयोजनामा विभिन्न समस्याहरू देखिएको बताए । उनले भरतपुरको खानेपानीमा कोलिफर्म देखिएको छ। मुग्लिन, कुरिनटार पनि कोलिफर्म देखिएको छ । त्यस्तै भरतपुरको जगतपुर शुक्रनगर, पिठुवा, भण्डारामा पनि कोलिफर्म देखिएको छ । यसरी धेरैजसो खानेपानी आयोजनामा कोलिफर्म (दिसामा पाइने किटाणु) पाइने गरेको बताए ।

अनुगमनको क्रममा सबैभन्दा उत्कृष्ट खानेपानी योजना मेघौली खानेपानी आयोजना रहेको भेटियो ।'

यस वर्षको अनुगमनमा छरछरे खानेपानी योजना माडी, कल्याणपुर खानेपानी योजना कल्याणपुर, कुसुमखोला खानेपानी योजना चैनपुर, ठूलो खोल्चा खानेपानी योजना खैरहनी, पटिहानी खानेपानी योजना पटिहानीको पानीमा कोलिफर्म भेटिएको अधिकृत अधिकारीले जानकारी दिए। उनका अनुसार अधिकांश खानेपानी योजनाको स्रोतमै कोलिफर्म भेटिएको छ। अनुगमनमा पर्सा खानेपानी, पिप्ले खानेपानी र मेघौली खानेपानीको अनुगमनमा शुद्धता पाइएको स्वास्थ्य कार्यालयले जनाएको छ ।

'स्रोतमा, ट्यांकीमा र उपभोक्ताको धारमा कोलिफर्म भेटियो' उनले भने, 'यस पटक सेचत गराइएको छ, स्थानीय तहलाई भनिएको छ ।' उनले कोलिफर्म भेटिएको खानेपानी योजनाहरूमा पानीको शुद्धीकरणसमेत नगरिएको बताए ।

कार्यक्रममा जनस्वास्थ्य निरीक्षक पद्मनाथ ढकालले चितवनको खानेपानी आयोजनामा आसेनिकको समस्या नरहेको तर कोलिफर्मको समस्या रहेको बताईन । उनले भनिन्, 'चितवनको ९० प्रतिशत जनसंख्यामा खानेपानी पुगेको छ, तीमध्ये ६० प्रतिशत अशुद्ध पानी खान बाध्य भइरहेका छन् ।' निरीक्षक ढकालका अनुसार कोलोरिन पाउडर हालेदेखि कोलिफर्म शून्यमा झर्ने छ। उनले थपिन, 'कोलिफर्म भेटिएको आयोजनामा कोलोरिन पाउडर हाल्न सुझाव दिएका छौं ।'

राजस्व सात अर्ब बढ्यो

अग्रता सम्वाददाता

भरतपुर। चितवन जिल्लामा विकास बजेट कम खर्च भएको देखिए पनि राजस्व भने सात अर्ब रूपैया बढेको छ ।

अघिल्लो आर्थिक वर्ष २०७४/०७५ मा संकलन भएको राजस्व भन्दा गत वर्ष २०७५/०७६ मा सात अर्ब रूपैयाँ बढी संकलन भएको हो । चितवनमा गत आर्थिक वर्षमा झन्डै ३० अर्बको हाराहारीमा राजस्व संकलन भएको छ । अघिल्लो आर्थिक वर्ष २०७४/०७५ मा राजस्व संकलन २३ अर्ब ९३ करोड रूपैया मात्र रहेको कार्यालयका सूचना अधिकारी कृष्णबहादुर अधिकारीले जानकारी दिए ।

यस वर्ष २९ अर्ब १८ करोड रुपैयाँ राष्ट्रिय वाणिज्य बैंकमा जम्मा भएको राजस्व रहेको र अन्य पाँचवटा बैंकमा पनि राजस्व संकलन हुने हुँदा केही दिनपछि ठीक तथ्यांक आउने अधिकारीले बताए ।

त्यस्तै अघिल्लो आर्थिक वर्षमा ८१.७७ प्रतिशत विकास खर्च भएकोमा गत आर्थिक वर्षमा ७१.२२ प्रतिशतमात्रै विकास बजेट खर्च भएको देखिएको छ । कोष तथा लेखा नियन्त्रक कार्यालय चितवनले पत्रकार सम्मेलन गरी गत आर्थिक वर्ष ०७५/०७६ को वित्तीय प्रगतिको बारेमा जानकारी दिएको हो । संघीय सरकारको कुल चार अर्ब ९३ करोड १६ लाख ३१ हजार रूपैया विकास बजेट रहेकोमा तीन अर्ब ५१ करोड २१ लाख २७ हजार रुपैया अर्थात् जम्मा ७१.२२ प्रतिशतमात्रै खर्च भएको कोष तथा लेखा नियन्त्रक कार्यालय भरतपुरका प्रमुख महेन्द्रप्रसाद भण्डारीले बताए ।

संघको चालू खर्च भने ९५.९५ प्रतिशत देखिएको छ ।

नेपालको संविधानमा नागरिकता सम्बन्धी प्रावधान

नेपालको संविधानमा नागरिकता सम्बन्धी प्रावधान देहाय बमोजिम व्यवस्था गरिएको छ ।

- कुनै पनि नेपाली नागरिक नागरिकता प्राप्त गर्ने हकबाट वञ्चित नहुने ।
- प्रादेशिक पहिचान सहितको एकल संघीय नागरिकताको व्यवस्था गरिएको ।
- संविधान प्रारम्भ हुँदाका बखत नेपालको नागरिकता प्राप्त गरेका व्यक्ति नेपालको नागरिक हुने ।
- वंशजको आधारमा नेपालको नागरिकता प्राप्त गर्ने व्यक्तिले निजको बाबु वा आमाको नामबाट लैङ्गिक पहिचान सहितको नागरिकताको प्रमाणपत्र पाउने ।
- नागरिकको परिचय खुल्ने गरी अभिलेख राखिने ।

नेपाली नागरिकता प्राप्त हुने अवस्था :–

१. वंशजको नागरिकता

- संविधान प्रारम्भ हुनु भन्दा अघि वंशजको नागरिकता प्राप्त गरेका व्यक्ति,
- जन्म हुदाँ कुनै व्यक्तिको बाबु वा आमा नेपालको नागरिक रहेको अवस्थामा त्यस्तो व्यक्ति,
- संविधान प्रारम्भ हुनुभन्दा अघि बाबु र आमा दुवैले जन्मको आधारमा नेपालको नागरिकता प्राप्त गरेका सन्तान बालिग भएपछि,
- नेपालभित्र फेला परेको पितृत्व र मातृत्वको ठेगान नभएको नाबालक निजको बाबु वा आमा फेला नपरेसम्म,
- नेपालको नागरिक आमाबाट नेपालमा जन्मभई नेपालमा नै बसोबास गरेको र बाबुको पहिचान हुन नसकेको व्यक्ति, तर बाबु विदेशी नागरिक ठहरेमा संघीय कानून बमोजिम अंगीकृत नागरिकतामा परिणत हुने,
- विदेशी नागरिकसँग विवाह गरेकी नेपाली महिला नागरिकबाट जन्मिएको, निज नेपालमा नै स्थायी बसोबास गरी निजले विदेशी मुलुकको नागरिकता प्राप्त नगरेको र नागरिकता प्राप्त गर्दाका बखत निजका आमा र बाबु दुवै नेपाली नागरिक रहेछन् भने नेपालमा जन्मेको त्यस्तो व्यक्ति ।
- नागरिकता प्राप्त गर्दाका बखत आमा र बाबु दुवै नेपाली नागरिक रहेछन् भने नेपालमा जन्मेको त्यस्तो व्यक्तिले वंशजको आधारमा नेपाली नागरिकता प्राप्त गर्ने । धारा (११) (७)

२. अंगिकृत नागरिकता प्राप्त गर्न सक्ने:

क. विदेशी नागरिकले संघीय कानून बमोजिम अंगीकृत नागरिकता प्राप्त गर्न सक्ने ।

ख. वैवाहिक अंगिकृत देहाय बमोजिम प्राप्त गर्न सकिने ।

- नेपाली नागरिकसँग वैवाहिक सम्बन्ध कायम गरेकी विदेशी महिलाले संघीय कानून बमोजिम,
- विदेशी नागरिकसँग विवाह गरेकी नेपाली नागरिकबाट जन्मिएको, नेपालमा नै स्थायी बसोवास गरेको र विदेशी नागरिकता प्राप्त नगरेको व्यक्तिले संघीय कानून बमोजिम

नेपाल सरकार
कानून, न्याय तथा संसदीय
मामिला मन्त्रालय

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

अग्रता
Agrata Weekly साप्ताहिक

सम्पादक/प्रकाशक: शान्ता अधिकारी
कार्यालय : भरतपुर-११, बसेनी, चितवन
सम्पर्क कार्यालय :
मिडिया क्राफ्ट नेपाल, भरतपुर-१०
मोबाइल नं: ९८५१२३५३११/९८४५३६४१६५
Email : weeklyagrata@gmail.com
Web : www.chitawan.com
मुद्रक: कालिका छापाखाना, नारायणगढ

एउटा पुरै गाग्री थोपा थोपा पानीले भरिने हो । -गौतम बुद्ध

सम्पादकीय

वैदेशिक मोहमा महिला

नेपाल सरकारले महिलालाई वैदेशिक रोजगारीमा जान प्रतिबन्ध लगाएको खाडी मुलुकमा ठूलो संख्यामा नेपाली महिला कामदार रहेको बताइन्छ । धेरै रकम कमाउन सकिने प्रलोभन देखाएर दलालहरूले भारतको बाटो हुँदै महिलाहरूलाई कुवेत, बहराइन, इराक, कतार लगायतको मुलुकमा लैजान्छन् । गाउँगाउँमा पुगेर दलालहरूले मासिक ३०-४० हजारसम्म कमाउन सकिने बताएपछि गरीव र अशिक्षित महिलाहरू सजिलै फस्ने गरेका छन् ।

पछिल्लो समय नेपाली युवाहरूमा वैदेशिक रोजगारीको मोह बढ्दो छ । विभिन्न संघसंस्थाहरूले संकलन गरेको तथ्याङ्कले नेपाली युवाहरू सयबढि मुलुकमा रोजगारीको लागि जाने गरेको खुलेको छ । मुलुकमा रोजगारी अवसर कम हुँदै गएको तर महँगी बढेर जीवन कष्टकर बन्दै गएको अवस्थामा बैदेशिक रोजगारीले धेरैलाई राहत पनि दिएको छ । यस्तोमा बैदेशिक रोजगारी फष्टाउने कुरा स्वभाविक पनि हो । केहि समयअघिसम्म युवाहरूमात्र रोजगारीका लागि विदेश जान्थे तर हिजोआज युवतीहरूको संख्या पनि उस्तै छ । यहाँसम्मकी नेपाल सरकारले महिलालाई रोजगारीमा जान प्रतिबन्ध लगाएको खाडी मुलुकहरूमा समेत ठूलो संख्यामा युवतीहरू रोजगारीको लागि गएको अवस्था छ ।

चितवनको माडी, नारायणी, चित्रवन, रत्ननगर तथा खैरहनी नगरपालिका, भरतपुर उपमहानगरपालिका एवम् पदमपुर, भण्डारा, जुटपानी र लोथर गाविसका धेरै महिलाहरू रोजगारीको लागि खाडी मुलुक जाने गरेको पाइन्छ । अधिकाँश महिलाहरू दलालले धेरै कमाइ हुन्छ भनेकै भरमा कुरा नबुझी विदेश जान्छन् । उनीहरूलाई कुन देशमा जान कति रूपैया लाग्छ ?, के काम गर्नु पर्ने हो ?, कति रूपैया पाइन्छ ?, र खाने बस्ने व्यवस्था कस्तो छ ? भन्नेसम्म पनि थाहा हुँदैन । यस्तोमा उनीहरू विदेशमा गएपछि समस्यामा पर्ने गरेका छन् ।

नेपालमा बसेर नेपालीलाई ठग्ने जोकसैलाई कानून बमोजिम कार्वाही गरिनुपर्दछ, तर नेपाल सरकारले न नेपालीलाई ठग्नेमाथि कार्वाही गर्न सकेको छ न समस्यामा परेका नेपालीहरूलाई सहयोग गर्न सकेको छ । यसबाट ठग्नेहरूले उन्मुक्ति पाउने र अझ धेरै नेपाली युवाहरू ठगिने अवस्था सिर्जना भैरहेको छ । हुनत: नेपालको कानूनले वैदेशिक रोजगारीको नाममा ठगी गर्नेमाथि कडा कार्वाही हुने व्यवस्था छ तर जानकारीको अभावमा ठगिएका धेरैले उजुरी गर्दैनन् । यस्तोमा विभिन्न संघसंस्था तथा स्थानीय निकायहरूले बैदेशिक रोजगारीमा जान चाहने युवाहरूलाई सचेत पार्ने, बैदेशिक रोजगारीमा गएकाहरूको रेकर्ड राख्ने र बैदेशिक रोजगारीका नाममा ठगिनेहरूलाई सहयोग गर्नुपर्दछ ।

गर्भभित्र छोरीको मनोवाद !

सबै भन्छन् ,
छोराछोरी बराबरी,
म भन्छु,
बाबाआमा बराबरी ।

'बेबी हुम डु यु लभ मोर ?'

म साढे तीन वर्षकी छु । र, बाबाले यो प्रश्न तेर्स्याउँदा फ्याट्टै जवाफ दिन्छु ।

'बाबा ।'

खै मलाई थाहा छैन किन जवाफ 'बाबा' नै आउँछ । आमाको अलि बढी लाडप्यारले मात्तिएको पो हुँ कि ?

आमाले कहिल्यै पनि मैंले तँलाइ नौ महिना पेटमा राखेर कति दुःखले जन्माएको भनेर भन्नुभएन । र, बाबा त सँधै 'मैले तिमीलाई होइन तिमीले मलाई जिन्दगी दियौं भनिरहनुहुन्छ ।'

म पेटमा हुँदा आमालाई मेरो चिन्ता धेरै थियो । र, बाबालाई त मसँगै आमाको पनि ।

म सानो बयरको गेडा जत्रै हुँदो हुँ । आमाको पेटमा मेरो अस्तित्व सुरू भइसकेको थियो ।

१० वर्ष भइसकेको थियो बाबा र आमाको बिहे भएको । तर, म किन आइन त्यतिका वर्ष ? मलाई सम्झेर दुःख लाग्छ ।

फेरि सम्झन्छु, म उहिल्यै आको भए यति मिठो अनुभव गर्न पाउँदिन थिएँ कि ? 'जे हुन्छ, राम्रै हुन्छ' भन्छन् नि !

खहरे भेलजस्तै थियो आमाको महिनावारी । कतिबेला आउँछ र कतिबेला सुक्छ ठेगान नभएको ।

त्यसैले त म बस्न खोज्थें, तर पखालिहालिन्थें । १० वर्षसम्म आमाको त्यान्द्रो समात्न खोजें तर बगिरहें । बस्न सकिन आमाको पेटभित्र । र, बाबा आमालाई भन्नुहुन्थ्यो, म नआएकै राम्रो ।

बाबा आमा सँधै जोडी भएर बाँधिनुहुन्छ । म आएँ भने त, बाँडिन्छ रे माया । म, बाबा आमाको बीचमा पर्खाल हुन्छु रे । तर, मलाई थाहा छ, त्यो बाबाले आमालाई गरेको माया थियो । कतै आमा मेरो आशामा निराश हुनुहुन्छ कि भनेर ?

म भित्र टुसाएँ कि टुसाएन बा-आमालाई थाहा नै हुँदैनथ्यो । आउनुस् म तपाईंलाई त्यो रातको कथा सुनाउँछु ।

'डियर, मिन्स नभाको चार महिना भयो, पेट दुखिराख्छ, तर खै किन यो पटक यस्तो लाग्दैछ, हाम्रो नयाँ साथी त आएन ?'

१० वर्षसम्म हराएको विश्वासले आज ढोका ढकढकाएको थियो । आमालाई अंगालो हाल्दै बाबाले 'भोलि बिहानै अस्पताल जानुपर्छ र मिन्स सुरू हुने औषधि खुवाउनुपर्छ ।' भन्दै गर्दा आँखा रसाएको हुनुपर्छ, बोली अलिक बाक्लो थियो ।

तर, अचानक बाबाले आमाको पेट सुमसुम्याउनुभयो । म टुसाइसकेकी थिएँ । पहिलोपटक बाबाको स्पर्शले मलाई बाबाको मायाको आनन्द महशुस भएको थियो । तर, बाबा र आमा दुवैलाई थाहा छैन कि म भित्रबाट सबै कुरा सुनिरहेछु ।

'भोलि प्रेगनेन्सी टेस्ट गर्ने किड ल्याएर जाँच । खै किन मलाई यस्तो लाग्दैछ, साँच्चै हाम्रो आफ्नो भित्रैछ ।'

कुनै तरङ्ग पुग्यो कि बाबासम्म । बाबाले निर्णय फेर्नुभो ।

बाबा कामबाट फर्किएपछि फेरि आमासँगको भलाकुसारी सुरू भयो ।

मलाई बडो मजा आइरहेको थियो, लुकामारी खेलेजस्तो । म लुकेकी थिएँ र बाबा आमा मलाई खोज्दै हुनुहुन्थ्यो ।

'डियर, टेस्ट त पोजिटिभ देखियो ।'

आमाले यति भन्न नपाउँदै बाबाले आमाको भुँडी सुमसुमाउनुभो ।

साँच्चै भनुँ, आमालेभन्दा बाबाले सुमसुमाउँदा मलाई अलि बढी आनन्द आउँथ्यो ।

बाबाले खै के सोँच्नुभो, त्यो टेस्टर समात्नुभो । चाइनिज सस्तो टेस्टर भएकाले बाबा ढुक्क हुनुभएन, र जुरूक्क उठेर राती नै अलि महँगो अर्को टेस्टर ल्याउनुभो ।

जे सुकै होस्, फर्केर आएपछि तातो तोरीको तेलले आमालाई तेल लगाइदिनुभयो । अलि स्वार्थी हुनुभयो क्यारे, भुँडीमा अलिक धेरै बेर लगाउनुभयो ।

मनमनै सोचें बाबाले मलाई आमालाईभन्दा धेरै माया गर्नुहुन्छ कि ! आमा अस्पताल गएपछि बल्ल दुवैजना ढुक्क हुनुभएको थियो, म भित्रै छु र करिब साढे दुई महिनाको भइसकेकी छु ।

आमाको दैनिकी करिब त्यही थियो, काममा जाने फर्कने ।

तर, बाबाको दैनिकी अचानक परिवर्तन भयो । बिहान खाजा बनाएर आमालाई तेल लगाइवरीमात्र पसल जानुहुन्थ्यो । तेल लगाउँदा भुँडीमै धेरै लगाउनुहुन्थ्यो । र, त्यो मसम्म पुग्थ्यो ।

अँ, साँच्ची म पाँच महिनाको भइसकेकी छु । तर, बाबा आमालाई र मलाईबाहेक कसैलाई थाहा थिएन । १० वर्षसम्म नटुसाएकी म । आमाको पेट कमजोर भएर म बगें भने ? यही डर थियो बाबा आमालाई ।

तर, म डराएकी थिइँन, म बलियो भइसकेकी थिएँ । झुन्डिएरै भए पनि पाँच महिनापछि बाबा आमाको काखमा आएरै छाड्छु भन्ने अठोट थियो ।

फेरि भावुक भएँ म । छोरी मान्छे न हुँ, गन्थन धेरै गर्छु । म सात महिनाकी भइसकेकी थिएँ । अब त आमाले लुकाएर लुक्ने कुरा पनि भएन । आमाले मेरै लागि काम छाडिसक्नुभएको थियो । बाबाको दैनिकी पनि म र आमामै केन्द्रित थियो ।

तर, त्यो रात भने म धेरै बेर रोएँ ।

'डियर, डर लाग्छ छोरी ठिकठाक त जन्मिन्छे नि ?' आमाको प्रश्न स्वाभाविक थियो ।

यतिका वर्ष आमाको पेटबाटै बगेको या उम्रिन नसकेको म । आमाको संकेत म लाटी, लुली या लंगडी हुन्छु कि भन्ने थियो । ढुक्क हुनलाई पेट भित्रैको मेरो जाँच आवश्यक थियो । र, त्यो जोखिमपूर्ण थियो । मेरो लागि पनि र आमाको लागि पनि ।

म ठिकठाक छैन भने मलाई यो संसार देखाउने या नदेखाउने अधिकार बाबा आमामा हुन्थ्यो । र, यदि यो जाँच भए, मलाई गाह्रो हुने थियो ।

'यहाँ हरेक केही न केही खुबी बोकेर जन्मन्छ, टेन्सन नलेउ, लाटी होस्, लंगडीहोस् जेसुकै होस्, मैले प्रार्थना गरेको छु, अन्धी नहोस्, यो संसार उसले देख्न पाउनैपर्छ ।'

बाबा यतिमै रोकिनु भएन ।

'जाँच गरिँदैन । केही भए म सम्हाल्छु । चिन्ता नलेऊ, छोरी पूरै फिट छे ।'

बाबाले मलाई कसरी देख्नु भो हँ ? मेरो थप जाँच गरिएन । त्यसै रातको छाप मेरोमा परेको छ र बाबाले 'बेबी हुम डु यु लभ मोर ?' भन्दा फ्याट्टै 'बाबा' आइहाल्छ ।

छोरीको जात बकबक धेरै गर्ने भन्छन् । म पनि कति बकबक गर्छु है ? भोलिपल्ट बिहानै बाबाआमाले हजुरबा हजुरआमालाई मेरो बारे जानकारी गराउनुभयो ।

फेसबुकमा आमाको ठूलो भुँडी आदि छोपेर हाल्नुभो । बधाईको ओइरो लाग्या हुनुपर्छ । पक्कै यो सबै गरेर बाबाले आमालाई आत्मबल दिनुभएको थियो, छोरी गज्जब छे भनेर ।

आज त मेरो जन्मिने दिन, कौतुहल छ बाबा र आमालाई देख्ने । तर, बाबा भन्नुहुन्छ मैले त सेतोमात्र देख्छु रे जन्मिँदा । बाबाआमा हेर्न त मलाई अझै एक वर्ष कुर्नुपर्छ ।

तर, स्पर्शले मैले मेरा बाबाआमा देखिसकेको थिएँ । बाबा कालो(कालो, नाक ठूलो भएको आमा गोरी-गोरी चिटिक्क परेकी राम्री । बाबाको ठूलो नाक र कालोकालो रङ अनि आमाको फुच्ची हाइट आयो भने म कस्ती देखुँला है ?

रातीको ११ बजेको हुँदो हो । अचानक आमाको पेट दुख्यो । डाक्टरले असाध्यै दुख्यो भनेमात्र अस्पताल ल्याउनु भनेको छ । बाबाले आमालाई डोर्‍याउँदै नजिकैको पार्क जाउँ भन्नुभयो ।

'भोलि बिहान अस्पताल जाउँला' बाबाको कुरामा आमाको स्वीकृति थियो । तर, पार्क पुग्ने बित्तिकै आमालाई असह्य भयो ।

'अस्पताल नै जाऊँ'

बाबाले नजिकैको ट्याक्सीमा हालेर आमा र मलाई अस्पताल लग्नुभयो । नर्सहरू आएर भोलि बिहानसम्म म जन्मिन्छु भनेपछि आमा बेडमा पल्टिनुभयो । बाबा कुर्सीमै पहरा दिएर बस्नुभयो ।

महिला आवाज -निकेश चपाई

म निस्कन सकिनँ भने आमालाई चिर्छन् रे । बल लगाउँदा आमाको ढाड खुस्किन्छ रे । के-के खेलिरह्यो मनमा । तर, म दृढ थिएँ । सकेसम्म आमालाई दुःख दिने छैन ।

बिहान भयो, अब मेरो निस्कने समय । बाबाले आमाको हात समात्नुभएको छ । चार(पाँच जना नर्स छन् । आमाले बल लगाउनुहुन्छ, ती नर्स हाँस्छन् । बाबा हेर्न सक्नुहुन्न, आमाको हात समातेर चुपचाप उभिनुभएको छ ।

आमा फेरि बल लगाउनुहुन्छ, म जहाँको तहीँ । म आफैं बल लगाउन पनि त सक्दिन । नर्स फेरि हाँस्छन् । बाबालाई असह्य भयो, नर्सहरूलाई एकमुष्ट गाली गर्दिनुभो । डाक्टरले बाबालाई बाहिर निकालिन् । र बोलाएपछिमात्र भित्र आउन भनिन् । आमा र मलाई नरमाइलो लाग्यो । बाबा निस्कनुभो ।

म जन्मीसकेकी थिएँ । तर, बाबा हुनुहुन्थेन । नर्सले मलाई मन तातो पानीले नुहाइदिएर आमाको काखमा राखिदिए । अहो, कति मिठो ! साँच्ची बाबाको काख कस्तो हुँदो हो ? आमा जत्तिकै ?

कोठाभित्र म र आमामात्र थियौं । आमाको ओछ्यानको टाउकोमा मेरो सानो ओछ्यान थियो, र म त्यसैमा पल्टेर बाबा पर्खंदै थिएँ, आमासँगै ।

बाबा आउनुभो । मलाई हेर्नुभयो, तर बोक्नु भएन । आमालाई हेरिरहनुभयो । आमाको निधारमा चुम्नुभयो । मलाई वास्तै गर्नु भएन ।

'कस्तो छ डियर तिमीलाई, छोरी त निकै राम्री छे त ?'

आमा मुसुक्क मुस्कुराएछि, बाबाले मलाई बोक्नुभयो । आमाजस्तै थियो बाबाको काख पनि ।

'डियर सत्य कुरा भनौं ?' एकपटक मलाई अनि आमालाई हेर्दै बाबाले केही भन्न खोज्नुभयो ।

'मलाई छोरीको खासै माया लागेन, तिम्रो धेरै लाग्यो ।'

मलाई रिस उठयो । आमा मुसुक्क हाँस्नुभयो । केही बेर बोकेपछि मलाई आमाको काखमा राखिदिनुभयो । बाबाले भनेको ठीकै त हो नि !

'आखिर एक दिन म पनि त आमा बन्नुछ !'

र, आज बाबाको जन्मदिन । उपहार बोकेर बाबाको प्रतीक्षामा छु ।

सेतो कागजमा रातो अक्षरले बाबाको नाम लेखेर । पक्कै बाबाले मन पराउनुहुनेछ ।

मेरो गन्थन सुन्नुभो नि । गन्थने केटी नभन्नुहोला । एउटामात्र ढाँटेको छु । के थाहा छ ?

'बेबी हुम डु यु लभ मोर ?' 'बाबा' ।

बाबा मख्ख पर्नुहुन्छ के । आमाले सिकाउनुभाको मलाई ।

साभार : नेपालन्यूज डटकम

क्यान्सरबाट बचौं र बचाऔं

क्यान्सर रोग लागेमा शरीरमा भएको कोषहरु असामान्य र अनियन्त्रित रुपले बृद्धि भएर अन्य भागमा पनि सर्दछ । क्यान्सर एक जटील रोग भएता पनि ४० प्रतिशत रोकथाम गर्न सकिने, एक तिहाई क्यान्सर समयमा उपचार गरी निको पार्न सकिने र बाँकीलाई पनि उचित उपचारबाट आयु लब्याउन सकिन्छ ।

त्यसैले निम्न चिन्ह र लक्षणहरु देखिएमा क्यान्सर पनि हुन सक्ने भएकोले नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा क्यान्सर अस्पतालमा परीक्षण गराउनु पर्दछः

- ❑ लामो समयसम्म खोकी निको नहुनु, खकारमा रगत देखा पर्नु ।
- ❑ खाना निल्न गाह्रो हुनु, स्वर परिवर्तन वा धोद्रो हुनु ।
- ❑ लामो समयसम्म कब्जियत हुनु, पातलो दिसा हुनु, दिसामा रगत देखापर्नु ।
- ❑ महिलाहरुमा महिनावारी नभएको बेलामा रगत देखिनु वा सहवास गर्दा रगत देखा पर्नु ।
- ❑ स्तनमा गाँठागुँठीहरु देखिनु, मुन्टोबाट रगत मिसिएको दूध आउनु ।
- ❑ शरीरमा गिर्खा, गाँठागुँठी देखिनु ।
- ❑ शरीरमा भएका कोठी र मुसाहरुको रंग बदलिनु वा आकार परिवर्तन हुनु ।
- ❑ छोटो समयमै शरीरको वजन घट्नु, रक्त अल्पता देखिनु ज्वरो आइरहनु ।
- ❑ धेरै दिनसम्म टाउको दुखिरहनु, वान्ता हुनु, रिंगटा लाग्नु, आँखा धमिलो देखिनु वा कम्पन (मृगी) आउनु ।

निम्न उपाय अपनाएमा क्यान्सर रोगबाट बच्न सकिन्छ :

- ❑ चुरोट, बिडी, खैनी, सूर्ती, जाँड रक्सीको सेवन नगर्ने ।
- ❑ अखाद्य रंग, रासायनिक मल, किटनासक औषधि प्रयोग गरिएका खानेकुराहरु नखाने ।
- ❑ चिल्लो बोसोयुक्त खानेकुराहरु र धेरै नून नखाने ।
- ❑ बासी, सडेगलेको, ढुसी परेको खानाहरु र पोलेर डढेको मासुहरु नखाने ।
- ❑ मौसम अनुसारको हरियो सागपात, तरकारी र फलफूल दिनहुँ खाने ।
- ❑ धुलो, धुँवा, तथा वातावरणीय प्रदुषणबाट जोगिने ।
- ❑ महिलाहरुले नियमित रुपले गर्भासय स्रावको परीक्षण गर्ने ।
- ❑ स्तनमा गिर्खा, गाँठागुँठी छ छैन प्रत्येक महिना राम्ररी छामेर हेर्ने र फेला परेमा स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श लिने।
- ❑ आफ्नो गुप्ताङ्ग नियमितरुपले सफा राख्ने ।
- ❑ दिनहुँ शारीरिक व्यायाम गर्ने, अनावश्यक मोटापन घटाउने ।

बी.पी. कोइराला मेमोरियल क्यान्सर अस्पताल

क्यान्सर रोकथाम, नियन्त्रण तथा अनुसन्धान विभाग

भरतपुर, चितवन, नेपाल

समाचार

मुख्यमन्त्रीद्वारा गणेशधामको निरीक्षण

अग्रता सम्वाददाता

भरतपुर । प्रदेश नम्वर ३ का मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेलले भरतपुर ११ मा निर्माणाधिन गणेशधामको स्थलगत निरिक्षण गरेका छन् । उनले गणेशधामको मन्दिर क्षेत्र र तलाउ क्षेत्रको निरिक्षण गरेका हुन् ।

प्रदेश सरकारबाट विनियोजित ८० लाखको ड्याम र पर्खालको निर्माण सोचेभन्दा राम्रो भएको उनले बताए । पहिलो पटक आउँदा नै म यस ठाँउबाट प्रभावित भएको थिएँ,मुख्यमन्त्री पौडेलले भने,त्यो समयमा नै केही गर्न सकिन्छ भन्ने मलाई लागेको थियो । उहाले देशमा प्रशस्त सम्पदाहरू भएपनि संरक्षण गर्न नसकिएको बताए । उनले पहिलो बर्षमा थोरै बजेटबाट पनि राम्रो काम भएको भन्दै यसबर्ष पनि प्रदेश सरकारले राम्रै सहयोग गर्ने बताए ।

उनले देवघाट र सौराहासंग जोडेर गणेशधामलाई वृहत्तर धामको रूपमा विकास गर्नुपर्नेमा जोड दिए । गणेशधाममा भएको प्रगतिबारे प्रदेश सांसद विजय सुवेदीले मुख्यमन्त्री पौडेललाई जानकारी गराएका थिए ।

सो अवसरमा वडा नम्वर ११ का वडाध्यक्ष बाबुराम अधिकारी, गणेशधाम क्षेत्र संरक्षण सम्बर्द्धन समितिका अध्यक्ष दिनेश कुमार चुके लगाएतको उपस्थिति रहेको थियो। यसैबीच, मुख्यमन्त्री पौडेलले भरतपुर महानगरपालिका वडा नम्बर २ मा रहेको पुंगीखोलाको समेत स्थलगत अवलोकन गरेका छन् ।

वडा अध्यक्ष पूर्णबहादुर श्रेष्ठ सहित पुगेका मुख्यमन्त्रीले पुंगी खोलामा निर्माण भइरहेको ड्यामको अवलोकन गरेका हुन् ।

फोहोर फाल्नेलाई आजदेखि कानूनी जरिवाना

रश्मिता पोखरेल

भरतपुर । भरतपुर महानगरपालिकाले महानगरभित्र जथाभावी फोहोर फाल्नेलाई नगद जरिवाना तिराउनेगरी कानूनी व्यवस्था गर्ने भएको छ ।

महानगरको सौन्दर्यता बिगार्ने क्रियाकलाप गर्ने र गराउनेलाई आर्थिक ऐन २०७६ अन्तर्गत कानुनी जरिवाना तोकेको हो।महानगरले फोहोरको मात्रा र प्रकृति हेरी पाँच सयदेखि ५० हजारसम्मको जरिवाना तोकेको छ ।

साउन ७ गतेदेखि लागू हुने व्यवस्थामा ऐन अटेर गर्नेलाई महानगरले प्रथम पटक क्रियाकलाप अनुसार कम र सोही कार्य दोर्होयाएमा जरिवाना रकम बढ्दै जाने सूचना जारी गरेको छ।महानगरपालिकाका अनुसार तोकिएको समय र स्थानभन्दा बाहिर फोहोर फालेमा पहिलो पटक ५ हजार जरिवाना तिर्नुपर्नेछ । सोही कार्य दोस्रो पटक गरे १० हजार र तीन वा सोभन्दा बढी पटक दोर्होयाएमा १५ हजार जरिवाना तिर्नुपर्नेछ ।

महानगरले फोहोरबाट निस्केको दुषित पानी (लिचेट) वा ढल चुहाई अन्य व्यक्तिको घर वा जग्गा वा सडक एवं सार्वजनिक स्थान प्रदुषित गराएमा पनि ५ हजार देखि १५ हजारसम्मको जरिवाना तोकेको छ।यसैगरी, जनस्वास्थ्यमा प्रतिकुल असर पर्नेगरी सडक वा सार्वजनिक स्थानमा हानिकरक वस्तु वा फोहोर थुपारेमा ३० हजारदेखि ५० हजारसम्मको जरिवाना तोकिएको छ । महानगरभित्रको फोहोर व्यवस्थापनको कार्य पनि अनुमति लिएर गर्नु पर्ने महानगरले जनाएको छ ।

अनुमति नलिइ व्यवस्थापनको कार्य पहिलो र दोस्रो पटक गरेमा २५ हजार जरिवाना र तेस्रो वा सोभन्दा बढी पटक गरेमा प्रत्येम पटक ५० हजार जरिवाना तिर्नुपर्ने छ । सतही ढलमा शौचालयको ढल मिसाएमा तथा खुल्ला रूपमा प्लाष्टिकजन्य पदार्थ बालेमा पनि १० हजारदेखि २० हजारसम्म जरिवानाको व्यवस्था छ । महानगरले स्रोतमै फोहोरमैलाको वर्गीकरण नगरी मिसाएर निष्कासन गरेमा प्रति घर प्रत्येक पटक पाँच समय रूपैँया तिर्नुपर्ने जनाएको छ ।

फुटपाथ र सडकमा निर्माण सामग्री राख्ने वा सडकमा छतको पानी खसाल्ने कार्य गरेमा ५ हजार देखि १५ हजारसम्म जरिवाना तोकिएको छ।

तपाईंको यो साता - ज्यो. पं. हरिशरण उपाध्याय

(२०७६ साउन ७ गतेदेखि साउन १३ गतेसम्म)

मेष — *आयस्रोत बढ्नुका साथै धन संग्रह हुनेछ । लगनशीलताले कीर्तिमानी दिलाउन सक्छ । आम्दानी बढ्नाले धेरै काममा सफलता हातलागी हुनेछ । पछिसम्म फाइदा हुने काम प्रारम्भ गर्ने मौका छ । पहिलेका कामबाट राम्रै उपलब्धि हातपार्ने समय छ ।*

वृष — *अप्ठ्यारो परिस्थितिसँग सम्झौता गर्नुपर्ला । नियमित काममा बाधा पुग्न सक्छ । ईर्ष्या गर्नेहरु बढ्नेछन् भने विरोधीहरुले आफ्ना कमजोरीको फाइदा उठाउन सक्छन् । काम गरेर पनि जस नपाइनाले मन खिन्न रहनेछ ।*

मिथुन — *मंगलबारदेखि केही अनियन्त्रित खर्च पनि हुनेछ । अर्थ अभावले काम समेत रोकिन सक्छ । कर्मप्राप्तिको समय छ । प्रारम्भमा एकपछि अर्को अवसर आउनाले मन प्रसन्न रहनेछ । आफन्त र साथीभाइबाट काममा सहयोग मिल्नेछ ।*

कर्कट — *केही अवसर प्राप्त भए पनि विवादले अप्ठ्यारोमा पार्न सक्छ । आलोचकहरुले आफ्ना छिद्र खोतल्ने प्रयत्न गर्लान्, गोपनीयतामा विशेष ध्यान पुर्याउनुहोला । मंगलबार र बुधबार स्थितिमा सुधार आउनुका साथै रोकिएका काम सम्पादन हुनेछन् ।*

सिंह — *छोटो समयमा केही लक्ष्य प्राप्त गर्न सकिनेछ । धेरैले आफ्ना कामको प्रशंसा गर्नेछन् । नजिकका साथीभाइ टाढिए पनि टाढाका साथीभाइसँग सम्बन्ध विस्तार गर्न सकिनेछ । पदासीन व्यक्तिसँग निकटता बढ्नेछ । प्रारम्भमा काममा बाधा पुर्याउनेहरु सक्रिय रहनेछन् ।*

कन्या — *प्रतिस्पर्धामा उत्रनुपरे पनि हिम्मतले काम लिँदा लाभ मिल्नेछ । पुरूषार्थी काम बन्नाले जोश-जाँगर पनि बढ्नेछ । लगनशीलताले जीवनशैलीमा परिवर्तन ल्याउन सक्छ । दिगो फाइदा हुने काम प्राप्त हुनेछ भने पारिवारिक भेटघाटले मन प्रफुल्लित हुनेछ। अरुको मन जितेर अवसर हात पार्न सकिनेछ ।*

तुला — *अस्वस्थताका बीच कामको जिम्मेवारी बढ्नाले मन दुस्खी हुनेछ । बाधा र केही चुनौती पनि देखिनेछन् । प्रतिकूल परिस्थितिका बाबजुद काममा सम्झौता गर्नुपर्दा मन खिन्न रहनेछ । अरुको स्वार्थमा उपयोग भइए पनि लामो समयदेखि रोकिएको काम बन्नुका साथै नयाँ काम सुरू हुनेछ ।*

वृश्चिक — *पठनपाठनमा त्यति ध्यान दिन नसकिएला । स्वास्थ्यमा समस्या देखिन सक्छ । मंगलबारदेखि स्थिति अनुकूल बन्नुका साथै प्रयत्न गर्दा लक्ष्य पूरा हुनेछ । प्रतिद्वन्द्वीहरुलाई तह लगाउन सकिनेछ । व्यापारमा फाइदा होला । धेरै आवश्यकता पूरा गर्न सकिनेछ ।*

धनु — *सातामा केही उतारचढाव देखिए पनि मेहनत र होसियारीले धेरै काम सम्पादन गर्न सकिनेछ । दृढ इच्छाशक्तिले लक्ष्यमा पुर्याउनेछ र जीवनशैलीमा परिवर्तन ल्याउन सकिनेछ । साताको प्रारम्भ उत्साहवर्द्धक रहनेछ । विभिन्न अवसर जुट्नुका साथै कर्मप्राप्ति हुनेछ ।*

मकर — *प्रारम्भमा खर्च बढ्नुका साथै अर्थ अभावले सताउन सक्छ। आफ्ना विषयवस्तुमा अरुले अधिकार जमाउन सक्छन् । अचानक रोकिएका काममा दोहोर्याएर प्रयत्न गर्नुहोला । मंगलबारपछि परिवारजनसँगको सम्पर्कले मनमा आनन्द मिल्नेछ । बिहीबारदेखि पहिलेका कमजोरी तथा बाधाहरु स्वतस् हट्नेछन् ।*

कुम्भ — *वादविवादले धन र मान हानि गराउन सक्छ । प्रियजनसँगको भेटघाटले सुरूआत रमाइलो रहनेछ । लगनशीलताले राम्रै फाइदा दिलाउनेछ । व्यापारिक यात्राको प्रक्रिया अघि पढ्न सक्छ । तर अर्थ उपार्जन राम्रै भए पनि आकस्मिक खर्च बढ्न सक्छ । मंगलबारपछि विरोधीहरु बढ्नाले काममा चुनौती देखापर्न सक्छ ।*

मीन — *प्रारम्भमा घरेलु समस्या देखापर्न सक्छन् । बेसुरमा वचन दिने बानीले काममा समस्या उत्पन्न होला । पेटको खराबीले पनि सताउला । पढाइलेखाइमा ध्यान दिन नसकिए पनि पारिवारिक आवश्यकता पूरा होलान् ।*

A SCHENGEN COUNTRY

POLAND | PORTUGAL

STUDY IN EUROPE

University and courses of your choice

Programs
Bachelors
Masters

Features
- Easy Visa Procedures
- Educational Gap ? No Problem
- IELTS not required
- Cheap Tuition Fee
- Easy to get TRC

HIMALAYAN White House Education Consultancy

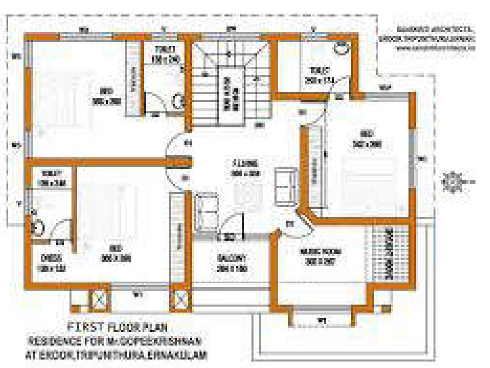
HIMALAN WHITE HOUSE EDUCATION CONSULTANCY

Head Office
Bagbazzar, Kathmandu
PH: 01-4244499

Chitwan Office
Sahid Chowk, Narayangarh (Above NCC Bank)
PH: 056-570565, Mob. 9855060764
E-mail:- hwhchitwan@gmail.com

आधुनिक एवं किफायती इन्जिनियरीङ प्रविधि
नयाँ नेपालको अपरिहार्य निधि

नगरपालिका नक्सा पास
आधुनिक एवं किफायति तथा भुकम्प प्रतिरोधि भवनको नक्सा डिजाईन
सबै बैंकहरूमा पेश गर्ने धितो मुल्याङकन
2D र 3D नक्सा डिजाईन



प्रबन्ध निर्देशक : ई .केशब अधिकारी
रेन्बो इन्जिनियरीङ कन्सल्टेन्सी
आँखा अस्पताल अगाडी ,भरतपुर ११ चितवन, मो. ९८५५०६३१५०

कला/मनोरञ्जन

फेरि विवादमा साम्राज्ञी !

अहिलेकी चल्तीकी अभिनेत्री साम्राज्ञी आरएल शाहको रिल लाइफको चर्चा जति हुन्छ त्योभन्दा कम हुँदैनन् रियल लाइफको पनि । उनको रिल र रियल लाइफ दुबै हिट छ । पर्दामा बोल्ड भूमिकामा प्रस्तुत हुँदै आएकी उनलाई विवादले पनि केही वर्षयता राम्रै पछ्याइरहेको छ ।

कहिले गाउँले भूमिका गर्न अस्वीकार गरेको कारणले उनको आलोचना भयो त कहिले दायाँ स्तनमुनी खोपेको ट्याटुको तश्विर बाहिरिएपछि विवादमा फसिन् ।

उनको प्रेम सम्बन्धको प्रशंगले पनि समय(समयमा फिल्मवृत राम्रै तताउने गरेको छ । मयंक खड्कासँग ब्रेकअप भएपछि उनी केही महिनायता धनाड्य प्रेमी देवाङ्कस राणाको प्रेममा रमाइरहेकी छन् ।

उद्योग वाणिज्य महासंघकी अध्यक्ष भवानी राणाका छोरा हुन् देवाङ्कस । साम्राज्ञी प्रेमीलाई लिएर सार्वजनिक कार्यक्रममा पनि निर्धक्क पुग्ने गरेकी छन् । गत वर्ष फिल्म 'मारूनी' को कार्यक्रममा दुईले पत्रकारसँग गरेको लुकामारी निकै चर्चित भएको थियो ।

भदौ १३ मा रिलिज हुने फिल्म 'मारूनी' र दशैं टार्गेट फिल्म 'रातो टिका निधारमा' को छायांकन सकेपछि केही दिनको 'होलिडे ट्रिप' का लागि अभिनेत्री साम्राज्ञी प्रेमी देवाङ्कससँग इन्डोनेशियाको बाली पुगेकी छन् ।

बालीको एक समुन्द्री किनार नजिक उनले रातो विकिनीमा खिचेका तश्विरहरू अहिले सामाजिक सञ्जालमा निकै भाइरल भएका छन् । तश्विरलाई लिएर दर्शकबाट उनले ताली कम गाली ज्यादा पाइरहेकी छन् । तर, यसको उनलाई कुनै प्रवाह छैन ।

शुक्रबार दिउँसो प्रेमीसँग समुन्द्री किनारमा रातो विकिनीमा रोमान्स गरेको तश्विर बाहिरिएपछि भने साम्राज्ञीको फेरि एकाएक चर्चा चुलिएको छ । तीन तश्विरमा देवाङ्कसले साम्राज्ञीको ओठ, छाती र कम्मरको पछाडिको भाग चुमेका छन् । ती तश्विरहरू उनले आफ्नो इन्टाग्राममा साझेदार गरेका थिए । तर, गालीको वर्षात भएपछि हटाए ।

धेरैले यसलाई अपाच्य तश्विरको रूपमा ब्याख्या गरेका छन् । भने, यसले साम्राज्ञीको छविमा समेत असर पुग्ने कतिपयको टिप्पणी छ ।

हुनत, सेलिब्रेटीहरूको पनि पर्सनल लाइफ हुन्छ । आम सर्वसाधारण जसरी उनीहरू पनि खुलेर रमाउन चाहन्छन् । मास्कबिना निर्धक्क हिँड्न चाहन्छन् । तर, स्वदेशमा त्यो अवसर निकै कम मिल्छ ।

यसकारण उनीहरू 'क्वालिटी टाइम स्पेन्ड' गर्न विदेश निस्कन्छन् । नेपालमा कुर्था(सुरूवालमा देखिने अभिनेत्री पनि विदेश पुगेपछि विकिनी लगाउँछन् । र, पोज(पोजका तश्विर सामाजिक सञ्जालमा साझेदार गर्छन् । तर, कहिले काहिँ साधारण लागेको तश्विरले पनि असाधारण रूप धारण गर्ने गर्छ ।

अभिनेत्री साम्राज्ञीलाई प्रेमीसँग मस्ती मुडमा देखिएको तश्विर पाच्य लागे पनि दर्शकलाई भने पचाउन गाह्रो भएको छ । भकाभक ट्रोलर्सको शिकारमा पर्दै गएकी उनको उक्त तश्विरले ठूलै विवादको रूप लिने छनक देखाएको छ ।

डेढ वर्षअघि स्तनमुनी खोपेको ट्याटुको तश्विर बाहिरिएपछि भएको विवादबाट बल्लतल्ल मुक्त भएकी उनलाई फेरि प्रेमीको अंगालोमा विकिनी अवतारमा रमाइरहेको अन्तरंग तश्विरले विवादको झमेलामा फसाउने देखिन्छ ।

यसको प्रतिवाद उनले कसरी गर्लिन् ? धेरैलाई चासोको विषय बनेको छ ।

फिल्मीखबरबाट साभार

सूचना/प्रविधि

नेपालमै बनेको भेइकल ट्राकिङ सफ्टवेयर 'प्रमिस टु सेक्युर' सार्वजनिक

शास्त्र क्रिएसन प्रा.लि.ले नेपालमा नै पहिलोपटक विकास गरेको भेइकल ट्राकिङ सफ्टवेयर 'प्रमिस टु सेक्युर' सार्वजनिक गरेको छ ।

२ वर्षको रिसर्च र डेभलपमेन्टपश्चात् सफ्टवेयर बजारमा ल्याइएको हो । यो सफ्टवेयर नेपालमा विकास भएको पहिलो फ्लिट म्यानेज्मेन्ट सफ्टवेयर बताइएको छ।

अब तपाईंको गाडीको जानकारी तपाईंकै हातमा भन्ने स्लोगनसहित सुरू गरिएको यो सफ्टवेयर विकास भएको छोटो समयमा नै पाँच सयभन्दा बढी गाडीहरूमा प्रयोग भइसकेको छ ।

पछिल्लो समय नेपाल सरकारले नै सम्पूर्ण सार्वजनिक यातायात र भन्सारको गाडीहरूमा समेत जिपिएस ट्राकिङ सिस्टम प्रयोग गर्ने सार्वजनिक गरेको हुँदा यो सफ्टवेयरको आवश्यक्ता अझ बढेको कम्पनीको भनाइ छ ।

अहिले केही विदेशी दुतावास, आइएनजिओ, बस सेवा तथा विभिन्न इकर्मश कम्पनीहरूमा यसको प्रयोग भइरहेको छ । नेपालमा सबैभन्दा बढी गाडी बिक्री गर्ने सिप्रद्धी ट्रेडिङ समेत यो सफ्टवेयरको प्रयोगकर्ता हुने भएको छ । सिप्रद्धीको टेक्निकल पार्टनरको रूपमा यस कम्पनीले काम सुरू गरेको छ ।

यस सफ्टवेयर तथा सोलुसन्सले भेइकल ट्राकिङ, फ्युल म्यानेज्मन्ट लगायतको समाधान दिनेछ । यस सफ्टवेयरले गाडीहरूको रियल टाइम ट्राकिङ, रिमाइन्डर हिस्ट्री, अलर्ट तथा रिपोर्ट, दैनिक खर्च व्यवस्थापन, रूट म्यानेज्मेन्ट लगायतका सुविधाहरू दिनेछ ।

यसैगरी तेल तथा तापक्रम सेन्सर, डेलिभरी तथा अर्डर म्यानेज्मेन्ट समेत यस सफ्टवेयरबाट गर्न सकिन्छ । यसको लागि हार्डवेयर डिभाइससँग इन्टिग्रेट गर्नुपर्ने हुन्छ । प्रमिश टु सेक्युरमा विश्वको न. १ जिपिएस म्यानुफ्याक्चर कम्पनी कन्कस ब्राण्डका हार्डवेयर प्रयोग गरिएको छ ।

१५० बढी देशहरूमा सेवा दिइरहेको कन्कसको लागि नेपालको एकमात्र आधिकारिक वितरकको रूपमा शास्त्र क्रिएशन रहेको समेत जानकारी सो अवसरमा गराइयो ।

यो सिस्टम प्रयोग गर्नको लागि डिभाइसमा सिम प्रयोग गरिन्छ र सफ्टवेयरसँग इन्टिग्रेट गरिन्छ । तपाईंले एप डाउनलोड गरेर मोबाइलबाट गाडी वा वस्तुको जानकारी लिन सक्नुहुनेछ भने वेबसाइटबाट पनि अपडेट लिन सकिन्छ ।

यो सिस्टम सेक्युर रहेको दाबी कम्पनीको छ । नेपालकै डेटा सेन्टरमा सिस्टम होस्ट गरिएको छ, जसले गर्दा डेटा स्वदेशमै रहन्छ । सम्वन्धित व्यत्ति, सस्थाहरूले वाहेक डेटा एक्सेस गर्न पाउने छैनन् ।

यो सिस्टम अटोमोवाइल इन्डस्ट्री, फक्ट्री, डेलिभरी कम्पनीहरू, फाइनान्सियल इन्स्टिच्युसन, स्कुल तथा सार्वजनिक यातायातमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसको प्रयोग अबको समयममा दिनानुदिन बढ्ने नै छ ।

सरकारको योजना अनुरूप अनिवार्य जिपिएस सिस्टम लागु भए केहि वर्ष भित्र नेपालमा गाडीहरू यस प्रकारको सिस्टममा अनुवन्धित हुनेछन, जसले गर्दा कुनै दुर्घटना, चोरीबाट बचाउन र सजिलै नियन्त्रणमा लिन सकिन्छ ।

यसैगरी ढाँट्ने, छल्ने र गलत तरिकाले सवारीको प्रयोग गर्नलाई पनि यो सफटवेयर निरूत्साहित गर्नेछ । सरकारको डिजिटल नेपालको अभियानलाई सार्थक तुल्याउन पनि यस प्रकारको नयाँ प्रविधिले सहयोग गर्नेछ ।

साभार : लिभिङवीथ आइसिटी डटकम

बिचित्र विश्व

अर्ना गर्भवती हुँदा पूरै राज्यमा खुशीयाली

काठमाडौं । भारतको छत्तिसगढमा एउटा अर्ना गर्भवती भएसँगै पूरै राज्य नै खुसियाली मनाउन जुटेको छ ।

अर्ना गर्भवती हुँदा पनि राज्यभर खुसियाली किन मनाउनु परेको हो ? भन्ने लाग्नसक्छ ।

खासमा यो कुनै मामुली वन्यजन्तु होइन । एउटा विशेष वन्यजन्तु हो, जुन छत्तिसगढको राष्ट्रिय जनावर पनि हो ।

तीन दशक यता छत्तिसगढमा यो अर्नाको प्रजातिको संख्यामा ५० प्रतिशतले कमी आएको छ । र, यो प्रजाति विस्तारै लोप हुने खतरा बढेको थियो ।

यस्तो बेला एउटा अर्ना गर्भवती भएको थाहा पाएसँगै छत्तिसगढका वन्यजन्तु प्रेमीहरू उसको हेरचाहमा जुटेका छन् । त्यो अर्ना अहिले सबैको चर्चाको विषय बनेको छ ।

यो अर्नाको नाम खुसी हो । उसको स्वास्थ्यको पूरा ख्याल राखिएको छ । अर्नाको स्वास्थ्य जाँच गर्न बेलाबेलामा भेटनरी डाक्टर पनि आउँछन् ।

यो महिनाको अन्त्य सम्ममा यो अर्नाले बच्चा जन्माउने सम्भावना छ । यो अर्नाले बच्चा जन्माएसँगै यस प्रजातिको संरक्षणमा महत्वपूर्ण सफलता प्राप्त हुने वन विभागको भनाई छ ।

स्मरण रहोस् अर्ना छत्तिसगढ राज्यको राष्ट्रिय जनावर हो । यो लोप हुने खतरामा परेको छ । उदन्ती राष्ट्रिय निकुञ्जमा अहिले केवल ८ वटा मात्र अर्ना रहेका छन् । त्यसमा केवल दुईवटा मात्र पोथी छन् । त्यसमध्ये एउटा खुसी हो भने अर्को पोथी अर्नाको नाम आशा हो ।

आशा बुढी भैसकेकी छे, त्यसले अब आमा बन्न सक्दिन । त्यसैले छत्तिसगढमा अब अर्नाको वंशको भविष्य आशाको गर्भमै अडिएको छ ।

एजेन्सीको सहयोगमा अनलाइनखबरबाट साभार

लेदोसहित सेफ्टी ट्याङ्की सफाइ गर्नु परेमा

भरतपुर : ९८५५०५२८२२
भरतपुर : ९८५५०६४६८६
टाँडी : ९८४५१११८२२
पर्सा : ९८५५०५७९२६
कावासोती : ९८४५१७७४२७

पत्रिका प्राप्त नभए : ९८५१२३५३११

स्वास्थ्य

निरोगी बन्ने १२ तरिका

स्वास्थ्य नै सम्पत्ति हो । त्यसैले अन्य कुरामा भन्दा पहिले स्वास्थ्यमा ध्यान दिनुपर्छ । यसका लागि केही त्याग र केही नियमको पालना अनिवार्य हुन्छ । तर, रोगी भएपछि पछुताउने हामीहरू निरोगी बन्न सामान्य व्यवहार अपनाउदैनौं । खासगरी उचित खानपिन र स्वस्थ जीवनशैलीले मात्रै जीवन सुखमय बनाउँछ ।

फलफुल र सागसब्जीमा जोड

भिटामिन, पोषण र खनिजयुक्त सन्तुलित फलफुल र तरकारीले स्वस्थ बनाउँछ । यिनीहरूमा पर्याप्त पोषणतत्व र न्यून क्यालोरी हुन्छ जसले शरिरलाई स्वस्थ बनाउँछ । जतिपनि फलफुल खान सकिन्छ खाए हुन्छ । तर ताजाचाहिँ हुनुपर्छ । मौसमी फलफूल तथा सब्जीहरूमा काउली, स्पिनिच, गाँजर, बन्दा लगायतका हरियो तरकारी खानुपर्छ ।

मासु कम

मासुजन्य खानेकुरा घटाएकै राम्रो हुन्छ । डेरीका उत्पादन उपभोग गर्दा राम्रो हुन्छ । शरिरलाई आवश्यक तत्व दुध, चिज, पास्ता र अन्य डेरीजन्य खानेकुरामा पनि पाइन्छ । गेडागुडी खाँदा खैरा गेडागुडी रोज्नुपर्छ । किनकी प्राय सेतो गेडागुडीमा पोषणतत्व कम हुन्छ ।

जंक फुड नखाने

प्याक गरिएका खाना स्वास्थ्यका लागि फाइदा जनक मानिदैन । प्याकेटमा राखिएका र परिष्कृत गरिएका खानेकुराले स्वास्थ्यमा गम्भीर असर गर्छ ।

पर्याप्त पानी पिउने

प्रशस्त पानी पिउनुपर्छ । स्वास्थ्यलाई ठीक राख्न पानीको उपयोगिता वर्णन गरी साध्य छैन् । जतिखेर पनि हाइड्रेड रहनुपर्छ । पानीले शरिरको छाला, कपाल, नङ, अन्य अंग र दिमागलाई समेत स्वस्थ बनाउँछ । विज्ञहरूका अनुसार सकभर चिसो पानी पिउदा शरिरलाई हित गर्छ ।

राम्रोसँग पकाउने

राम्रोसँग पकाएर खानुपर्छ । त्यसो त कतिपय सागसब्जी र तरकारीलाई काँचै खादा पनि फाइदा हुन्छ । तरकारी पकाउँदा राम्रो तेलको छनौट गर्नपर्छ । खानेकुरालाई धेरै फ्राई गर्नुहुँदैन । खानामा सकभर नुन धेरै राख्नुहुँदैन । अमेरिकाको हर्ट एशोसियसनका अनुसार दैनि १५ सय एमजी नुन खाँदा मानिसलाई ठिक राख्छ ।

चिल्लो कम

चिल्लो खाँदै नखाने भन्ने होइन । तर स्वस्थ र सिमित मात्रामा चिल्लो खानुपर्छ । कपाल चम्किलो बनाउन, नङ स्वस्थ बनाउन र पाचन प्रणालीलाई सामान्य रूपमा काम गर्न शरिरमा सामान्य चिल्लोको आवश्यक पर्छ । जैतुनको तेल, एभोकाडो, नटको चिल्लो प्रयोग स्वस्थ मानिन्छ । यिनीहरूबाट लिइने चिल्लोलाई थप माात्रामा होइन कि पुरकको रूपमा प्रयोग गर्नपर्छ । चकलेट खानुभन्दा एकमुठी आलमन्ड खाँदा उत्तम हुन्छ ।

व्यायाम

कहिल्यै पनि आरामदायी जीवन रोज्नुहुँदैन । स्वस्थ रहन सक्रीय हुनुपर्छ । फटाफट हिड्नुपर्छ । यसले मुटु र मस्तिष्क दुबैलाई फाइदा पुर्याउँछ । दैनिक २ घन्टा हिड्दा विभिन्न रोगबाट मुक्ति मिल्ने अध्ययनले देखाएका छन् । मोटोपनले विभिनन रोग निम्त्याउने भएकोले पनि हिडडुल गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

मदिरा सेवन कम

सकभर मदिरा पिउनुहुँदैन । यदि पिउने नै हो भने थोरै मात्रामा पिउनुपर्छ । थौरे परिणामको मदिराले मुटु स्वस्थ बनाउँछ ।

धुम्रपान नगरौं

धुमपान स्वास्थ्यका दृष्टिले पनि फाइदा मानिदैन । धुमपानले मुटु, फोक्सो, कलेजोमा क्यान्सर लगायतका समस्या ल्याउँछ । धुमपान गर्न छोडेको २० मिनेटपछि नै मुटुको धड्कन शान्त हुन्छ ।

नियमित परीक्षण

नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गराउनुपर्छ । उमेर बढ्दै जाँदा स्वास्थमा पनि समस्या आउँछ । वर्षमा कम्तिमा एक पटक सम्पूर्ण शरिर परीक्षण (होल बडी चेक) गन राम्रो हुन्छ । अधिकांश मानिसलाई ४० वर्ष पुगेपछि रोग लाग्ने गरेको भेटिन्छ । मुटु, प्रेसर, सुगर जस्ता समस्याबारे सचेत हुनुपर्छ ।

रमाइलो गर्नुपर्छ

रमाइलो गर्नुपर्छ । कामबाट फुर्सद निकालेर रमाइलो गर्नु राम्रो हुन्छ । चिन्ता र दु:ख लिदा अनावश्यक रोग निम्तिन्छ । जीवनलाई मानसिक रूपमा फूर्तिलो बनाउन पनि हसिमजाक आवश्यक पर्छ । ध्यान गर्ने, पत्रपत्रिका पढ्ने र नाँचगान गर्नाले पनि मुड फ्रेस हुन्छ ।

निरन्तर सक्रीयता

सानातिना विषयमा पनि सक्रीय हुनुपर्छ । समयको सदुपयोग गरी व्यस्त रहँदा पनि मनमा सन्तोष हुन्छ । साभार : स्वास्थ्यखबर डट कम

तपाईंको शहरमा ....

हाम्रा सेवाहरु:
- Computer Sales and Maintainess, Networking, home services, Annual maintenance contract (AMC)
- Repair- Hardisk, CD-ROM, Motherboard Printer, Fax, Monitors, Power Supply Saler etc.

SKYLAND INTERNATIONAL

प्रेम सुपरमार्केट, शहीदचोक, नारायणगढ

यस साप्ताहिकमा आफ्ना लेख, रचना तथा विभिन्न खोजमुलक सामाग्री प्रकाशन गर्नु परेमा सम्पर्क गर्नुहोस् । -सम्पादक

अग्रता साप्ताहिक

weeklyagrata@gmail.com

सिनर्जी एफ. एम. ९१.६

SYNERGY FM 91.6 MHz चितवनको आवाज

बहान सबेरै पौने ६ बजे,

सिनर्जी डायरी

पत्रपत्रिकामा छापिएका देश विदेशका ताजा खबर साथमा, विचार एवम् विश्लेषण

सिनर्जी डायरी

सुन्न नविर्सनुहोला

लोकप्रिय रेडियो सिनर्जी एफ. एम. ९१.६ मेगाहर्जमा

पार्वतीको प्राप्ति

आफ्नो उद्देश्यमा सधै अडिग रहने, आँटेको कुरा पूरा गरेरै छाड्ने, एक साहसी र सशक्त महिला हुन् पार्वती साह। आफ्नो कामप्रति दिलोज्यान दिएर अहोरात्र खट्ने । आफ्नो मन, वचन र कर्ममा विश्वास राख्ने पार्वती शाहको थप परिचय हो भरतपुर महानरगपालिकाको उपप्रमुख ।

उनी अहिले जनप्रतिनीधि बनेर भरतपुर महानगरपालिकाको उपमेयर भएकी छन् । यो ठाँउसम्म आउनलाई उनले निकै ठुलो मेहनत गर्नु परेको छ । वि स २०२४ साल साउन ५ गते साविकको गुञ्चानगर गाविस ५ (शशिनगर) मा बुवा कृष्ण बहादुर शाह र आमा देवीमाया शाहको कोखबाट पहिलो सन्तानको रूपमा उनको जन्म भयो । परिवारको जेठो सन्तान भएकै कारण उनी धेरै मायामा हुर्कन पाईन । उनी चार बहिनी र एक भाईको दिदी हुन् ।

स्कुल आउने जाने गरेर सामान्य तरिकाले उनको बाल्यकाल वित्यो । एस एलसी पछी थप अध्ययन गर्न वीरेन्द्र बहुमुखी क्याम्पसमा भर्ना भईन। त्यहाँबाट नै उनको राजनीतिक यात्रा सुरू भयो । उनी नेपाल विद्यार्थी संघमा आवद्ध भईन । घर र मामाघर दुवै तिर काग्रेस भएका कारण उनलाई नेपाल विद्यार्थी संघको राजनीति गर्न गाह्रो भएन ।

वि स २०३३ सलबाट विद्यार्थी राजनीतिमा लागेकी उनी नेपाल विद्यार्थी संघ, तरूण दल, महिला संघ, हुदै अहिले उनी भरतपुर महानगरपालिकाको उपमेयर हुन सफल भएकी छीन् । तत्कालिन भरतपुर नगरपालिका वडा नम्बर १२ को तरूण दल अध्यक्ष, तरूण दल नगर समिति सदस्य, तरूण दल जिल्ला सदस्य, केन्द्रिय सदस्य हुदै उनी तरूण दलको केन्द्रिय निर्वाचित सचिव र तरूण दल काठमाण्डौ नारायणी सम्पर्क समितिको अध्यक्ष भईन ।

त्यति मात्रै सिमित भईनन उनी । राजनीतमा उनको पाईला अगाडी वढीरह्यो । राजनीति तथा महिलाहरू सेवामूलक कार्यमा संलग्न भएमा बिग्रन्छन् । महिलाहरू आरक्षणमा मात्र सिमित रहनु पर्छ, महिलाले नेतृत्व लिन सक्दैनन् भन्ने धारणालाई पछि पार्न सफल उनलाई धेरै महिलाहरूले आफ्नो आइडलको रूपमा लिने गरेका छन् । काँग्रेसमा महिला सहभागिता बढाउनु पर्छ र महिलाहरूलाई निर्णायक तहसम्म पुऱ्याउनु पर्छ भनेर उनी लागिरहदा महिला संघ ३ नम्बर क्षेत्रको सचिव भएर कार्यकाल सम्हालीन् । महिलाहरूको साथ र मायाका कारण पार्वतीले महिला संघको जिल्ला अध्यक्ष भएर अहिले जिल्ला हाँकिरहेकी छन् । भने ११ औं केन्द्रिय महाधिवेसन पाटी

व्यक्ति/व्यक्तित्व-शान्ता अधिकारी

प्रतिनीधिको भूमिका निर्वाह गरिन् ।

२०६२/६३ सालको जनआन्दोलनमा नब्बे दिनसम्म भक्तपुरमा रहेका कारागार जेल जीवन विताउदा उनले राजनीतिलाई अझै राम्रो संग बुझ्ने अवसर पाईन ।

राजनीतिका विभिन्न सिढीहरू चढ्दै उनी अगाडी बढीन् । राजनीति उनको जीवनमा यसरी बस्यो की उनले खाई आएको जागिर समेत त्यागेर राजनीतिमा सक्रिय भएर लागिन्। उनी विगत सम्झदै भन्छीन्, "घरमा बुवा आमा खेती किसानी गर्नुहुन्थ्यो । पाचँ सन्तानकी मध्यकी म जेठी , म चार बहिनी र एक भाईको प्यारो दिदी थिए । परिवार हाँसीखुसी बितेको थियो। त्यसमा पनि एस एल सी दिएपछी म छोरी भए पनि छोरा सरह घर परिवार सम्हाल्न सक्छु भन्ने सोच आयो। थप अध्ययन र कामलाई संगससंगै लगे । जिल्ला परिवार नियोजन संघमा जागिर खाए । म पाटी राजनीति पनि गर्थे । म विरूद्धमा अनेक कुरा भए । पाटी झण्डा बोकेर कार्यालय आउने भन्ने कुरा हुन थाले पछी मैले खाईपाई आएको जागिरै छाडेर पुरै राजनीति गर्न थाले । उनीसंग चुनौतीका पहाड थुप्रै छन् । जसलाई उनले सहज रूपमा लिईन । किनकी उनलाई राजनीतिमा नै अगाडी बढ्नु छ ।"

समाजको असमानतालाइ चुनौती दिदै अगाडि बढ्ने क्रम त्यति सहज थिएन उनलाई । पुरूषवादी सोचले ग्रसित समाजमा एउटी महिलालाई अगाडि बढ्नका लागि प्रसस्तै बाधा अड्चन आउछन् तर उनले त्यसलाई चिर्दै अगाडि बढिन् । अगाडी बढ्दै जादा उनले चीन, थाईल्याण्ड, दक्षिण कोरिया, फिलिपिन्स, भारत, मलेशिया लगाएतका देशहरूको भ्रमण गर्ने अवसर पाएकी छन् ।

समाज परिवर्तन हुनको लागि विभिन्न किसिमका पितृसत्तात्मक सोच परिवर्तन हुन जरूरी छ र त्यसको लागि आँफू स्वयंले प्रयास गर्नुपर्छ भन्ने लाग्छ उनलाई । विभिन्न संघ संस्थामा आवद्ध हुदै उनी राजनीतिलाई पनि संगै लैजान सफल भईन ।

भरतपुर बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाको कार्य समित सदस्य हुदै सल्लाहकार भईन । त्यसैगरी मार्थ नवजीवन समाजको संस्थापक अध्यक्ष, शैलजा आचार्य स्मृति प्रतिष्ठानको संस्थापक सचिव हुदै उपाध्यक्षको भूमिका निर्वाह सफलताका साथ सम्पन्न गरिन् ।

राजनीतिका लागि आफ्नो व्यक्तिगत ईच्छा चाहनाहरूलाई तिलाञ्जली दिदै अगाडी बढै जादा उनले विवाहलाई समेत पाखा लगाईन । विवाह गरेमा आमा बुवा राजनीति र श्रीमान घर परिवारलाई एक साथ लैजान नसकिएला भन्ने सोच उनको मनमा आयो । यसरी राजनीतिक यात्रामा अगाडी बढ्दै जादा महिला भएकै कारण अनेक हन्डर र ठक्कर खाएका तिता अनुभूति पनि उनी संग छन् । जति उनी अप्ठयारो परिस्थितमा हुर्थीन उनी आफुले आफैलाई बलियो बनाउने प्रयास गर्थिन । उनी भन्छिन् हाम्रो समाजले जुन छुट दिएको छ पुरूषलाई त्यो छुट महिलालाई दिन सक्दैन, जुन अवसर पुरूषलाई दिएको छ त्यो अवसर दिनको लागि हिच्कचाउछ । त्यसैले पनि महिलाहरूलाई काम गर्न पुरूषको तुलनामा कैयौ गुणा बढी चुनौती छ। अर्कोकुरा महिलाको कामलाई शंकाको दृष्टिले हेर्ने प्रवृति अहिले सम्म गएको छैन । महिलाको क्षमतालाई नै अझैपनि स्विकार्न सकिरहेको अवस्था छैन ।

अहिले भरतपुर महानगरपालिकाको उपप्रमुख छिन्। महिला दिदी बहिनीहरूको प्रतिनिधीत्व गरेर यो ठाउँसम्म पुगेको आभाष हुन्छ उनलाई । भन्छीन् विभिन्न समितिहरूको संयोजक भएर काम गरेको छु । न्यायिक समिति, राजश्व समिति, योजना तर्जुमा, अनुगमन र लक्षीत वर्ग समितिको संयोजक हुदै गर्दा सबै नरगवासिको मनमा र घर दैलोमा पुग्ने प्रयासमा उनी छिन्। उनी थप्छीन्, जति अधिकार ऐनले दिएको छ त्यो सबै अधिकार प्रयोग गर्न पाएको छैन । काम गर्न सहज छैन् । त्यसका बावजुद पनि उनी थप्छीन्, दुई वर्षमा पहिला योजना बनाउदैमा धेरै समय गयो अब तिन वर्ष बाँकि छ यस अवधिमा सबै वर्गको समस्या पहिचान गरी त्यसमा मलम पटी लगाउने छु ।

महानगरपालिका भित्र रहदा आफुले कुनै पनि राजनीतिक आस्था नराखिकन निश्पक्ष भएर काम गरेको बताउदै भन्छीन्, हामीमा अझै पनि महिलाहरूलाई कम्जोर सोच्ने गलत संस्कार छ ।

महिला अघि बढ्नको लागि कोटामा नै भर पर्नुपर्छ भन्ने सोचले छाडेको छैन । तर, महिलाहरू अब पुरानो ठाउँमा छैनन् र उनीहरू पुरूषहरूजत्तिकै सक्षम छन् भन्ने कुरा हरेक ठाउँमा प्रमाणित पनि भइसकेको छ ।

राजनीतिक करियरको मुख्य आधार वीरेन्द्र क्याम्पसबाट सुरू गरेकी उनले अहिले त्यसै क्यापसको छेउमा रहेको महानरगपालिकाको उपप्रमुख सम्म हुन सफल भएकी छन् ।

समाजमा महिला र पुरूषको भूमिका समान हुनुपर्छ भन्ने सोचेर अगाडि बढिरहेका उनका पाईला अनवत रूपमा अगाडी वढीरहनु हाम्रो पनि शुभकामना छ ।

फोहोर व्यवस्थापन अहिलेको चुनौति

अग्रता सम्वाददाता

भरतपुर । चितवनको भरतपुरमा सरसफाई तथा हरियाली प्रवर्द्धन कार्यक्रमको बुधबार शुभारम्भ गर्दै प्रदेश नम्बर ३ का मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेलले कुनै एक क्षेत्रको मात्र नभई सिंगो प्रदेशको चुनौतीको रूपमा फोहोर रहेको बताएका छन् । उनले भौतिक विकासमात्रै विकास देख्ने मानसिकताले दीर्घकालीन समस्यामा परिने भएकाले वातावरण र अन्य सामाजिक विकासलाई सँगै अघि बढाउनु पर्ने बताए ।

फोहोरको मुख्य श्रोत भनेको घर भएको भन्दै उनले घरेलु फोहोर घरमै व्यवस्थापन गर्न आग्रह गरे । उनले भने 'सरकारले घरघरमा गएर फोहोर उठाउनु पर्छ भन्ने मान्यताभन्दा माथि उठ्ने हो भने हाम्रो गाउँ, सहर थोरै खर्चमा सरसफाईयुक्त हुनेछ ।'

उनले फोहोर व्यवस्थापन गर्दा दीर्घकालीन सोचका साथ सरकारले पनि काम गरिरहेकाले स्थानीय स्तरबाट आमनागरिकले पनि सक्दो योगदान दिनुपर्ने बताए । उनले भौतिक विकाससँगै वातावरणीय सौन्दर्यलाई पनि जोगाउँदै अघि बढ्नु पर्नेमा जोड दिए । उनले भने, 'स्थिर सरकार भनेकै विकास हो, समृद्धिका लागि सवै एक भएर अघि बढ्नु पर्छ' पौडेलले भने ।

प्रदेश सांसद विजय सुवेदीले वातावरणको संरक्षणमा ध्यान नदिए हाम्रो भविष्य अन्धकारमय हुने भन्दै भौतिकसँगै आर्थिक विकास हुँदै जाँदा वातावरणीय प्रदुषण पनि बढ्ने भएकाले यसको सही व्यवस्थापन अहिलेको मुख्य चुनौतीको विषय भएको बताए ।

भरतपुर महानगरपालिका प्रमुख रेनु दाहालले महानगरले भौतिक विकाससँगै वातावरण र सामाजिक विकासलाई पनि सँगै अघि बढाएको बताइन् । उनले महानगरले कुल बजेटको १० प्रतिशत वातावरण संरक्षणमा छुट्याएर काम गरिरहेको जानकारी दिइन् ।

बजार अनुगमनलाई निरन्तरता

अग्रता सम्वाददाता

भरतपुर । खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण डिभिजन कार्यालय चितवनले बजार अनुगमनलाई निरन्तरता दिएको छ । बजार अनुगमन न्यून हुँदा उपभोक्ताहरू ठगिनुपरेको गुनासो बढेपछि बजार अनुगमनलाई निरन्तरता दिइएको हो । उपभोक्ता अधिकारी संरक्षण मञ्च चितवनका वरिष्ठ उपाध्यक्ष विष्णु भुषालले बजार अनुगमन प्रभावकारी हुन नसकेको बताए ।

बजार अनुगमन प्रभावकारी नहुँदा उपभोक्ताहरूले कम गुणस्तरीय, म्याद गुज्रिएको तथा जनस्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने खालका खाद्य सामग्रीको उपभोग गर्नुपरेको भुषालले बताए । बजार अनुगमनलाई बजार केन्द्रित भन्दा पनि सबै ठाउँमा प्रभावकारी रूपमा गर्नुपर्ने भुषालले बताए ।

उपभोक्ताहरूको गुनासो बढ्दै गएपछि बुधबार भरतपुरको विभिन्न पसलमा अनुगमन गरिएको छ। कार्यालयले गरेको अनुगमनका क्रममा कटेरो पार्टी प्यालेसलाई किचन व्यवस्थित गर्न आग्रह गरिएको खाद्य निरीक्षक प्रदीप काफ्लेले बताए । त्यस्तै पाउरोटी उद्योगको सुगन्धित रासायनिक पदार्थ नष्ट गरिएको सौभाग्य र राधे राधे ब्राण्डका घ्यूको ल्याब परीक्षणका लागि नमुना संकलन गरिएको काफ्लेले बताए । बजार अनुगमनकै क्रममा केही पसलहरूले म्याद गुज्रिएको खाद्य पदार्थहरू विक्री वितरण गरेको पाइएकाले त्यस्ता बस्तुहरू नियन्त्रणमा लिएर नष्ट गरिएको काफ्लेको भनाइ छ ।

आगामी दिनमा बजार अनुगमनलाई अझ प्रभावकारी रूपमा अगाडि बढाइने काफ्लेले बताए । गुणस्तर परीक्षणका लागि लिइएको घिउको गुणस्तर कम भएमा उद्योगलाई कारबाही गरिने काफ्लेले जानकारी दिए ।

दूर्घटनामा एक सय ४६ को ज्यान गयो

अग्रता सम्वाददाता

भरतपुर । गत आर्थिक वर्ष २०७५/०७६ मा चितवनमा सवारी साधन दुर्घटनाका कारण एक सय ४६ जनाले ज्यान गुमाएका छन् । जिल्लामा भएका दुई सय ९५ दुर्घटनामा परी उनीहरूको ज्यान गएको हो । अघिल्लो आर्थिक वर्ष २०७४/०७५ मा दुई सय ७१ दुर्घटनामा एक सय ३२ जनाको मृत्यु भएको थियो ।

जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय चितवनले दिएको जानकारीअनुसार अघिल्लो वर्षभन्दा गत वर्ष २४ वटा दुर्घटना बढेर मृत्यु हुनेको संख्या समेत १४ जना बढेको हो । दुर्घटना न्यूनीकरणका लागि विभिन्न कार्यक्रम गरिएको भए पनि दुर्घटनाको क्रम भने रोकिएको छैन । गत आवमा भएका दुर्घटनामा चार सय ५३ सवारीसाधन परेको जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय चितवनले जनाएको छ ।

कार्यालयका प्रमुख प्रहरी निरीक्षक चन्द्रकुमार गिरीका अनुसार गत वर्ष भएका सवारी दुर्घटनामा परी पाँच सय ५८ घाइते भएका छन् । जिल्लामा भएका सवारी दुर्घटनामध्ये मोटरसाइकल बढी रहेको छ । गत वर्ष दुई सय पाँच मोटरसाइकल दुर्घटनामा परेका छन् ।

यस्तै ८० ट्रक तथा ट्यांकर, ५३ बस, ५२ जिप–कार दुर्घटनामा परेको कार्यालयको तथ्यांकले देखाएको छ । यस्तै कार्यालयले गत आवमा ४० हजार २९ वटा सवारी साधन कारबाही गरी तीन करोड सात लाख ६६ हजार पाँच सय रूपैयाँ राजस्व संकलन गरेको छ। अघिल्लो आर्थिक वर्षमा ४५ हजार एक सय ५० सवारीसाधनलाई कारबाही गरी तीन करोड ३६ लाख ८७ हजार पाँच सय रूपैयाँ राजस्व संकलन गरेको थियो ।

कारबाहीको संख्या हेर्ने हो भने जनचेतनाका कारण घट्दै गएको तर दुर्घटना न्यूनीकरण गर्न नसकेको प्रमुख गिरीले बताए । हलुका सवारीसाधनको तीव्रगतिका कारण दुर्घटना बढी हुने गरेको उनले जानकारी दिए ।

बढ्दो सवारीको चाप र साँघुरा सडकका कारण भित्री सडकमा बढी संख्यामा दुर्घटना भएको उनले बताए ।