nepalpostdaily.com

नेपाल पोष्ट डेली

दैनिक

30°C । वर्ष : ११, अंक : ०८ पृष्ठ ४ । सोमबार,०९ भदौ २०८२ । MONDAY, AUGUST 25, 2025.nepalpostdaily .com । मुल्य ५ रुपैंया

हैजा जोखिम बढ्दा बीरगन्ज महानगर प्रमुखद्वारा संयमित सेवा प्रवाहमा जोड

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,०८ भदौ ।

हैजाको प्रकोप फैलिन सक्ने जोखिम बढिरहेको अवस्थामा बीरगन्ज महानगरपालिकाका प्रमुख राजेशमान सिंहले कर्मचारीहरूलाई सतर्क र संयमित भएर सेवा प्रवाह गर्न निर्देशन दिनुभएको छ । प्रमुख सिंहका अनुसार हाल डार्नुपर्ने अवस्था छैन र हैजा नियन्त्रणका लागि आवश्यक सबै उपायहरू अपनाइरहेको महानगर सक्रिय रहेको छ । उहाँले बिरामी भेटिनेबित्तिकै तत्काल उपचार सुनिश्चित गर्न सबै अस्पतालमा आवश्यक प्रबन्ध मिलाउन निर्देशन दिनुभएको छ । यसैगरी, प्रभावित वडामा स्वास्थ्यकर्मी टोली परिचालन गरेर घरघर पुगेर संभावित संक्रमितको पहिचान, परामर्श र सरसफाइ सम्बन्धी सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन भइरहेको छ । महानगर प्रमुखले नागरिकलाई स्वच्छ पानी मात्र पिउन, तरकारी-खाद्यपदार्थ राम्ररी धोएर पकाउन र व्यक्तिगत सरसफाइमा विशेष ध्यान दिन आग्रह गर्नुभयो । प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अरविन्द लाल कर्णले पनि कर्मचारीहरूलाई आफ्नो जिम्मेवारी गम्भीरतापूर्वक पूरा गर्न र महामारी नियन्त्रणमा समन्वय, सूचना आदानप्रदान तथा तत्कालीन उपचार व्यवस्थामा कुनै कमी

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

बीरगन्जका अधिकांश अस्पतालमा झाडापखालाका बिरामी

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,०८ भदौ ।

बीरगन्जमा हैजाको प्रकोप फैलिएको छ । हाल यहाँका दर्जनौं अस्पतालमा झाडापखाला तथा हैजाका कुल १२९ बिरामी उपचाररत छन्, जसमा ४१ जनामा हैजा संक्रमण पुष्टि भइसकेको छ । शनिबार राति ९२ जना भर्ना भएका बिरामी आइतबारसम्म १२९ पुगेका छन् । नारायणी अस्पतालमा ३३ जना भर्ना भएका बिरामीमध्ये १५ जनामा हैजा पुष्टि भएको छ । तराई अस्पतालमा ३५ जना भर्ना भएका बिरामीमध्ये १२ जनामा संक्रमण पुष्टि भएको छ । एड्भान्स अस्पताल र नेसनल मेडिकल कलेजमा क्रमशः १४-१४ जना उपचाररत छन्, जसमा नेसनल मेडिकल कलेजका ६ जनामा हैजा पुष्टि भएको छ । अन्य अस्पतालहरूमा पनि २-४ जना बिरामीमा संक्रमण पुष्टि भएको छ । अधिकांश बिरामी वीरगन्ज महानगरपालिका वडा नं.११, १२, १६ र १८ का छन् ।

अहिलेसम्म हैजाबाट कसैको मृत्यु नभएको स्थानीय प्रशासनले जनाएको छ । तर, शुक्रबार वीरगन्जको नारायणी अस्पताल र वीरगन्ज हेल्थकेयर अस्पतालमा ३५ वर्षीय युवक र १९ वर्षीया युवतीको झाडापखालासँग मिल्दोजुल्दो लक्षण देखिएपछि मृत्यु भएको थियो । स्वास्थ्य परीक्षण नहुँदा ती मृतकको मृत्यु हैजा कारण हो भनी यकिन गर्न सकिएको छैन । हैजा संक्रमण फैलिनुको मुख्य स्रोतबारे अझै आधिकारिक पुष्टि भने आएको छैन ।

चिकित्सक-कर्मचारीलाई विदा विदामा नबस्न निर्देशन

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,०८ भदौ ।

बीरगन्जमा हैजा (झाडापखला) को प्रकोप बढेसँगै नारायणी अस्पतालले चिकित्सक र सम्पूर्ण कर्मचारीलाई विदा नबस्न अनुरोध गरेको छ । अस्पताल प्रशासनले आइतबार जारी सूचना मार्फत विदामा रहेका चिकित्सकहरूलाई पनि तुरुन्त हाजिर हुन आग्रह गरेको छ । नेपाल सरकार स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय अन्तर्गत सञ्चालनमा रहेको नारायणी अस्पतालले हालको स्वास्थ्य संकटलाई गम्भीरतापूर्वक लिएर यस्तो निर्णय गरेको हो ।

अस्पतालले जनाएको छ, "बीरगन्जमा हैजाको प्रकोप फैलिँदै गएको हुँदा रोग नियन्त्रण र उपचार सेवामा प्रभावकारी संचालनका लागि चिकित्सक र स्वास्थ्यकर्मीहरूको उपस्थिति अत्यावश्यक छ ।"

अस्पतालले सबै चिकित्सक, नर्स तथा कर्मचारीलाई आफ्नो कार्यक्षेत्रमा तत्काल हाजिर भएर सेवा दिन आह्वान गरेको छ । साथै, आपतकालीन सेवा प्रवाहमा कुनै अवरोध नआओस् भन्ने उद्देश्यले विदा स्थगन गरिएको जनाइएको छ ।

हैजा प्रभावित बीरगन्जमा तत्काल जनशक्ति थप्ने खानेपानीमन्त्री यादव र स्वास्थ्यमन्त्री पौडेलबीच सहमति

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,०८ भदौ ।

खानेपानीमन्त्री प्रदीप यादव र स्वास्थ्य तथा जनसंख्यामन्त्री प्रदीप पौडेलबीच वीरगन्जमा देखिएको हैजा संक्रमण नियन्त्रण तथा रोकथामका विषयमा छलफल भएको छ । बुधबार मन्त्री यादवले स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयमा स्वास्थ्यमन्त्री पौडेलसँग प्रत्यक्ष भेटेर वीरगन्जमा देखिएको हैजा संक्रमणका सम्बन्धमा ध्यानाकर्षण गराउँदै विस्तृत छलफल गरेको मन्त्री यादवको स्वकीय सचिवालयले जनाएको छ । उक्त छलफलमा वीरगन्जका प्रभावित क्षेत्रमा कोलेरा किट तत्काल व्यवस्था गर्ने, लक्षणको आधारमा संक्रमितलाई तुरुन्त उपचार उपलब्ध गराउने, प्राइभेट अस्पतालहरूमा निःशुल्क परीक्षणको व्यवस्था गर्ने र आवश्यक थप मेडिकल अफिसर, हेल्थ असिस्टेन्ट तथा नर्सलगायतको जनशक्ति तत्काल परिचालन गर्ने सहमति भएको खानेपानीमन्त्री यादवले जानकारी दिए । उनले भने, 'हैजा नियन्त्रणका लागि केन्द्र र स्थानीय सरकारबीच घनिष्ठ समन्वय गर्दै आवश्यक सबै कदमहरू तत्काल लागू गर्ने निर्णय गरिएको छ ।बीरगन्ज महानगरपालिकाका विभिन्न वडा र टोलहरूमा देखापरेको हैजा

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

हैजा संक्रमण दुषित पानीकै कारण फैलिएको कार्यवाहक मुख्यमन्त्री यादवको दावी

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,०८ भदौ ।

मधेश प्रदेशका कार्यवाहक मुख्यमन्त्री तथा भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्री सरोज कुमार यादवले वीरगंजमा फैलिएको हैजा संक्रमणको विषयमा सबैलाई सचेत रहन आग्रह गरेका छन् । 'क्लोरा शून्य वन' नामक हैजा संक्रमणको पुष्टि भएसँगै मुख्यमन्त्री यादवले प्रदेश सरकारको स्वास्थ्य मन्त्रालयका मन्त्री शत्रुघ्न सिंहको नेतृत्वमा प्रभावित क्षेत्रमा टोली परिचालन गरिएको जानकारी दिएका छन् । उनले प्रदेश सरकारले संक्रमण नियन्त्रणका लागि हरसम्भव प्रयास गर्ने प्रतिवद्धता जनाएका छन् । मुख्यमन्त्री यादवले आफ्नो फेसबुक पेजमार्फत दुषित पानीकै कारण संक्रमण फैलिएको उल्लेख गर्दै नागरिकहरूलाई सचेत रहन अपिल गरेका छन् । संक्रमित क्षेत्रका नागरिक सेवामा प्रदेश सरकारको स्वास्थ्य मन्त्रालयको सम्पूर्ण टोली परिचालित गरिएको

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

बीरगन्जमा आत्मरक्षा युएसी तालिम सम्पन्न

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,०८ भदौ ।

सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल नं. १३ गण हे.क्वा. पर्साको आयोजनामा तथा बीरगन्ज तेक्वान्डो डोजाङ्गको विशेष सहयोगमा सञ्चालन भएको 'सेल्फ डिफेन्स युएसी अनुशिक्षण तालिम' आज विशेष समारोहबीच सभ्य र भव्य रुपमा सम्पन्न भएको छ । यो तालिम साउन २८ गतेदेखि सुरु भई भदौ ८ गतेसम्म सञ्चालन गरिएको थियो ।तालिममा नं.१३ गण हे.क्वाबाट ५ महिला र ५ पुरुष गरी १० जना तथा मातहत युनिटहरूबाट ५ महिला र २० पुरुष गरी २५ जना, यसरी कुल ३५ जना (१० महिला सहित) सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरू सहभागी भएका थिए । तालिमलाई सफल बनाउन बीरगन्ज तेक्वान्डो डोजाङ्गका प्रमुख प्रशिक्षक ४ ड्यान ब्ल्याक बेल्ट एशियन प्लेयर महमद वेशसहित ९ जना प्रशिक्षकहरूको सक्रियता रहेको थियो । प्रशिक्षकहरूमा २थ ड्यान ब्ल्याक बेल्ट प्रथम बर्णवाल, ईमरान शेख, रोशन पटेल, सुजित यादव, राजन गुप्ता, हिमानी गुप्ता, नेहा झा, सन्तोष कुमार रौनियार लगायतको उल्लेखनीय उपस्थिति थियो । समापन समारोहमा बोल्ने वक्ताहरूले आत्मरक्षा तालिमको आवश्यकता र महत्वलाई जोड दिए ।उनका अनुसार "सीमा सुरक्षामा खटिएका सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरूको कार्य दक्षता र आकस्मिक परिस्थिति व्यवस्थापन क्षमतामा वृद्धि गर्न आत्मरक्षा तालिम अपरिहार्य छ । आत्मरक्षा भन्नाले केवल तत्काल आक्रमणको प्रतिकार मात्र होइन, सम्भावित आक्रमणलाई पनि विफल पार्ने क्षमता हो । यसले सुरक्षाकर्मीलाई सुरक्षित रहँदै अनावश्यक आक्रमणलाई निस्तेज पार्न मद्दत

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

बालअधिकार सुनिश्चित गरौं

बालअधिकारः

❖ शिक्षा, स्वास्थ्य र पालनपोषणको अधिकार,

❖ हिंसा र शोषणबाट जोगिने अधिकार,

❖ अभिव्यक्ति र सहभागिताको अधिकार,

❖ माया, स्नेह र संरक्षण पाउने अधिकार,

❖ खेल र मनोरञ्जनको अधिकार ।

त्यसैले,

❖ बालश्रम अन्त्य गरौं,

❖ सबै बालबालिकालाई विद्यालय पुऱ्याऔं,

❖ बालबालिकाको आवाज सुन्ने संस्कार बसालौं,

❖ बालमैत्री समाजको निर्माण गरौं,

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

"आजका बालबालिका. भोलिका कर्णधार"

नेपाल पोष्ट डेलीका लागि

प्रकाशक :- नेपाल पोष्ट मिडिया प्रा.लि.
सम्पादक :- मनोज पटेल
कार्यकारी सम्पादक :- संतोष साह
सहसम्पादक :- सरोज पटेल
सम्पर्क कार्यालय :- वीरगन्ज महानगरपालिका पर्सा,नेपाल
मुद्रक :- कोमल प्रिन्टिङ्ग प्रेस,वीरगंज-१२,पर्सा

Email: nepalpostdaily@gmail .com
Facebook: www .facebook .com/nepalpostdaily
सम्पर्क नम्बर :- ९८४५३१८६६९,०५१-५२००४०

सम्पादकीय

विश्वासको मतको व्याख्या चाहियो

सरकारमा सहभागी दलले समर्थन फिर्ता लिएपछि प्रधानमन्त्रीले विश्वासको मत लिनुपर्ने संवैधानिक व्यवस्था छ । तर कुनै समयमा लिने र कुनै समयमा विश्वासको मत नलिने अभ्यास नेपालमा छ । सरसर्ती हेर्दा सरकारको पक्षमा बहुमत छ कि छैन भन्ने हेर्ने र विश्वासको मत लिने कि नलिने निर्णय प्रधानमन्त्री स्वयंले लिने प्रवृति छ । यसरी हेर्दा विश्वासको मत लिने विषय ऐच्छिक जस्तो हुन पुगेको छ । के संविधानले विश्वासको मत लिने कि नलिने भनेर प्रधानमन्त्रीलाई आफैं निर्णय लिने अधिकार प्रत्यायोजन गरेको छ ? यसबारे सर्वोच्च अदालतबाटै व्याख्या हुनुपर्छ ।

संविधानको धारा १०० मा विश्वासको मत र अविश्वासको प्रस्तावसम्बन्धी व्यवस्था छ । संविधानको धारा १०० को उपधारा १ मा प्रधानमन्त्रीले कुनै पनि बखत आफूमाथि प्रतिनिधि सभाको विश्वास छ भन्ने कुरा स्पष्ट गर्न आवश्यक वा उपयुक्त ठानेमा विश्वासको मतका लागि प्रतिनिधि सभासमक्ष प्रस्ताव राख्न सक्ने व्यवस्था छ । उपधारा २ मा प्रधानमन्त्रीले प्रतिनिधित्व गर्ने दल विभाजित भएमा वा सरकारमा सहभागी दलले आफ्नो समर्थन फिर्ता लिएमा ३० दिनभित्र प्रधानमन्त्रीले विश्वासको मतका लागि प्रतिनिधि सभासमक्ष प्रस्ताव राख्नुपर्नेछ । यदि यो व्यवस्थाको कार्यान्वयन हुन्थ्यो भने प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले विश्वासको मत लिनुपर्ने थियो । किनभने नागरिक उन्मुक्ति पार्टीले सरकारलाई समर्थन नदिने र विपक्षीको भूमिकामा रहने भनेर २२ असार २०८२ मा निर्णय गरेको थियो । यो जानकारी संसदलाई गराएर नाउपा प्रतिपक्षी बेन्चमा बस्न थालेको थियो । तर यस विषयमा पछिल्लो समय नाउपा आन्तरिक विवादमा छ । जनता समाजवादी पार्टी (जसपा) नेपालले पनि ३१ असार २०८२ मा सरकारलाई दिएको समर्थन र प्रधानमन्त्री ओलीलाई विश्वासको मत फिर्ता लिएको थियो । जसपा नेपाल आफ्नो निर्णयमा अडिग छ । दुईवटा दलले सरकारलाई दिएको विश्वासको मत फिर्ता लिँदासमेत प्रधानमन्त्रीले संवैधानिक प्रावधानबमोजिम विश्वासको मत परीक्षण संसद्मा गरिरहेका छैनन् । सरकार बनाउन आवश्यक संख्या रहेको तर्क सत्तारूढ दलको छ ।प्रधानमन्त्री पद संसदीय अंकगणितसँग जोडिन्छ । बहुमत हुनेले सरकार चलाउँछ । यसको अनुमान गर्न सकिन्छ । तर परीक्षण अनुमानमा नभएर संसदमा हुन्छ । आवश्यक संख्या छ भने पनि त संसद्मा परीक्षण हुनुपर्छ । संविधानको यही मर्म छ भने प्रधानमन्त्रीले संख्या देखाएर उम्किन मिल्दैन । आगामी दिनमा संख्या देखाएर विश्वासको मत लिनबाट प्रधानमन्त्री उम्किने प्रवृति रोकिनेगरी सर्वोच्च अदालतले व्याख्या गरोस् ।

सामाजिक सञ्जालमा अल्झिएको समाज

किशोर नेपाल

गणतन्त्र स्थापनाको दुई दशक बित्दा नबित्दै नेपाली राजनीतिको चरित्र र स्वभावमा आमूल परिवर्तन आएको छ । यो 'सेवा' होइन, 'धन्दा' बनेको छ । हिजोसम्म 'राजनीतिलाई पेसाका रूपमा होइन, धर्म र सामाजिक सेवाका रूपमा हेर्छौं' भन्नेहरू सम्पत्ति थुपार्ने लोभबाट बाहिर आउन सकेका छैनन् । देशका ठूला वा साना सबै नेता अनेकन् धन्दा र धाँधलीमा जोडिएका तथ्यहरू छताछुल्ल भएका छन् । संविधानको निर्माणसँगै स्थापित भएका प्रभावशाली नेताहरू कोरोना महामारी, भुइँचालो र नाकाबन्दीजस्ता ठूला विपत्ति बेहोरेर पनि देशको सुशासनको पक्षमा गतिशील हुन सकेका छैनन् । यस्तो नेतृत्वसँग जनताले के आशा गर्ने ? अहिलेको अवस्थामा देशमा कुनै सचेत नेतृत्वको प्रादुर्भाव होला र देशले गति लेला भन्ने आधार देखिएको छैन । जनताले संघीय गणतन्त्रको स्थापनाका लागि आफ्नो रगत, पसिना बहाएर राजनीतिक शक्तिलाई साथ त दिए । तर, राजनीतिक शक्तिहरू जनताको पक्षमा उभिन सकेनन् । संघीय गणतन्त्रका लागि नेपाली जनताको संघर्षको सम्मान नयाँ वा पुराना कुनै पार्टीका कुनै नेताले पनि गर्न सकेनन् । नेताहरू आफ्नै अहंकारमा रमाए । देश अलोकतान्त्रिक राजनीतिको व्यूहमा फस्यो । पत्रकार लिंकन स्टेफेन्सले आफ्नो पुस्तक 'रिभोल्ट इज नट रिफर्म' मा लेखेका छन्, 'भ्रष्ट पद्धतिलाई परिवर्तन गर्न आक्रोशको एक झोक्का मात्र पर्याप्त हुँदैन ।' स्टेफेन्सको पुस्तक पढेपछि यो स्तम्भकारलाई लाग्यो, आर्थिक र सामाजिक जीवनमा हाम्रो देशले आक्रोशका अरू कति झोक्का र

कति थप्पड झेल्नपर्ने हो ? २००७ सालमा राणातन्त्रको समाप्तिपछि नेपाल निरन्तर राजनीतिक संक्रमणमा रहेको छ । राजनीतिक स्थिरताको अभावमा देशको विकास हुन सकेको छैन । तर, राजनीतिक स्थिरताका लागि आवश्यक आर्थिक विकास फिटिक्क भएको छैन । देशका प्राकृतिक स्रोतहरू राजनीतिक दादागिरीको कब्जामा छ । विकासका नाममा जे भएका छन्, ती सबै अनुत्पादक अवस्थामा छन् । देशको राजनीतिक व्यवस्थामा यत्रो परिवर्तनपछि पनि अब आक्रोशका कति झोक्का आयो भने हाम्रो दशा र दिशा सुखद परिवर्तनतिर मोडिएला ? यसको जवाफ स्टेफेन्सले पनि दिन सकेका छैनन् । यस्तो अवस्थामा नेपाली समाजमा सामाजिक सञ्जालको प्रयोग र प्रभाव हलक्क बढेको छ भने यो अस्वाभाविक होइन । सामाजिक सञ्जालको प्रभाव कुनै एउटा सहर वा कुनै एउटा बजारमा मात्र सीमित रहेको छैन । सामाजिक सञ्जालको प्रयोग देशका सानातिना सबै गाउँ र सहरसम्म पुगेको छ । मोबाइल, टेलिफोनले आवाज दबाइएका जनतालाई स्वच्छन्दताको हदैसम्म गएर स्वतन्त्रताको उपभोग गर्न हौस्याएको छ । सञ्चार क्षेत्रको विकास र विस्तारसँगै सामाजिक सञ्जालका प्रयोगकर्ता हलक्क बढेका छन् । सामाजिक सञ्जालमार्फत नेपाली समाजले शासनका विविध पक्षसँग आफूलाई जोड्न थालेका छन् । सञ्चार प्रविधिको विकास र विस्तारले देशबाट टाढा बसेका मानिसलाई नजिक ल्याइदिएको छ । खाडी क्षेत्रको कुनै सहरमा कार्यरत युवक 'लन्च' खाँदै आफ्नी पत्नी वा प्रियतमासँग मोबाइल फोनमा वार्ता गरेर आफ्नो न्यास्रो मेटाउँछ । काम सकिएपछि समय मिलाएर त्यही फोनमा ज्योति मगर वा अरू कुनै लोकप्रिय कलाकारको कार्यक्रम हेर्छ, मन रसिलो पार्छ र निदाउँछ ।

सञ्चारमाध्यम र सामाजिक सञ्जाल एकअर्काका दुस्मन पक्कै होइनन्, तर दुवैकाबीच कोरिएको एउटा लक्ष्मणरेखाले दुवैको अलग महत्त्व भने स्थापित गरेको छ ।

यो त अहिले देखिएको मानवीय स्वभावको एउटा सरल पाटोमात्रै हो । भनिन्छ, सामाजिक सञ्जाल व्यावसायिक होइन । आवाजहीन मानिसका मनका वेग र उद्वेगलाई आवाज दिने माध्यम हो । तर, पछिल्लो समयमा 'व्यावसायिक' हिसाबले नै सामाजिक सञ्जालको विस्तार भएको छ । सामाजिक सञ्जालका आविष्कारक र सञ्चालकहरूले यसलाई नाफा कमाउने यन्त्रका रूपमा विकसित गर्दै लगेका छन् । सामाजिक सञ्जाल पूर्णत: व्यावसायिक बनेको छ । सञ्जालको व्यवसायीकरणले विश्वका सबै समाजको दिशा र दशामा आमूल परिवर्तन ल्याएको छ । सामाजिक सञ्जालको शक्तिको परीक्षण ट्युनिसियाबाट सुरु भएको थियो । सन् २०१० को अन्त्यदेखि २०१२ सम्म भएको 'अरब स्प्रिङ' आन्दोलनको विस्तारमा सामाजिक सञ्जालको ठूलो देन थियो । ट्युनिसियाको सडकमा फुटपाथे व्यापारी मोहम्मद वाउजिजीले सरकारको अत्याचार र भ्रष्टाचार सहन नसकेर आत्मदाह गरेपछि त्यहाँ जनताको आक्रोश डढेलोजस्तै सल्कियो । सरकारका विरुद्ध जनताले स्वत:स्फूर्त आन्दोलन गरे । ट्युनिसियाबाट सुरु भएको अरब स्प्रिङको डढेलो लिबिया, इजिप्ट, यमन, सिरिया र बहराइनसम्म फैलियो । यो जनक्रान्तिसँगै कर्नेल गद्दाफी, होस्नी मुबारक, अब्दुल्ला सलेहजस्ता तानाशाह शासकहरूको अन्त्य भयो । सामाजिक सञ्जालका प्रयोगकर्ताले राजाहरूको तानाशाही शासनमा उन्नत भएका चोरतन्त्र, राजनीतिक भ्रष्टाचार, गरिबी, विभेद र बेरोजगारीका विरुद्ध जनताको आन्दोलनलाई यसैमार्फत गति प्रदान गरेका छन् । जनताको मनमा लोकतन्त्र र सुशासनप्रति आस्था जगाएका छन् । सञ्चारको गतिशील स्वभावको विस्तारसँगै पत्रपत्रिका, रेडियो, टेलिभिजनजस्ता 'मूलधार' का भनिने सञ्चारमाध्यमको बजार खुम्चिन थालेका छन् । संसारभरि

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

नेपालीका नाममा बगेको इजरायली आँसु

खेमराज जम्मर कट्टेल

२०२३ अक्टोबर ७ तारिखको दिन । इजरायलमाथि भएको हमासको आकस्मिक आक्रमणले केवल मध्यपूर्वको राजनीतिक समीकरणलाई मात्र होइन, विश्वकै शान्ति र सुरक्षा अवधारणालाई हल्लाइदियो । हजारौं रकेट, निर्दोष सर्वसाधारणमाथिको आक्रमण, क्रूरतापूर्वक गरिएको हत्या र अपहरणले इजरायली समाजलाई मात्र नभई त्यहाँ कार्यरत लाखौं विदेशी श्रमिकलाई समेत अन्धकारमा धकेल्यो । त्यस दिन इजरायलको दक्षिणी क्षेत्रमा अध्ययनरत १७ जना नेपाली विद्यार्थीमध्ये १० जनाले ज्यान गुमाए । उनीहरूमध्ये धेरैको सपना आफ्ना परिवारका लागि उज्यालो भविष्य बनाउने थियो । तर त्यो सपना अधुरै रह्यो । बाँकी रहेका विद्यार्थीमध्ये एक विपिन जोशी हमासद्वारा अपहरणमा परे ।

विपिनको कथा व्यक्तिगतमात्र होइन । यो सम्पूर्ण नेपाली समाजको कथा हो । एक सामान्य परिवारको छोरा । परिश्रमी विद्यार्थी । उज्यालो भविष्यको आकांक्षा बोकेका एक युवा तर भाग्यले अन्धकारमा धकेल्यो । हिंसात्मक यथार्थमा फ्याँक्यो, जसले नेपाल सरकार, इजरायल सरकार र विश्व समुदायलाई गहिरो प्रश्न सोधिरहेछ । विपिन आजसम्म हमासको कैदमा छन् र उनको रिहाइका लागि भएको संघर्षले धेरै तहका यथार्थलाई उजागर गरेको छ । **इजरायल सरकार र जनताको साथ** विपिन जोशीको रिहाइको सवाललाई इजरायलले आफ्नो नागरिक सरह प्राथमिकता दिएको उल्लेखनीय छ । बन्धकहरूको सूची सार्वजनिक गर्ने, अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा मुद्दा उठाउने, विश्वभरका सरकार र संस्थालाई दबाब सिर्जना गर्ने प्रक्रियामा विपिनलाई पनि निरन्तर समेटिएको छ । यो नेपाल र नेपालीप्रति गरिएको इजरायलको विशेष सहानुभूति हो । इजरायली जनताले देखाएको समर्थन पनि त्यत्तिकै प्रेरणादायी छ । 'ब्रिङ विपिन होम' नारासहित नेपालीहरूसँग हातेमालो गर्दै इजरायली नागरिकले तेलअविवदेखि जेरुसलमसम्मका प्रदर्शन गरे । सभाहरूमा सहभागिता जनाए । पीडामा परेका नेपाली परिवारको सहयोगार्थ खुलेर समर्थन जनाउनु, नेपालीलाई आफ्नो समुदायको हिस्सा ठान्नु मानवताको सन्देश पनि हो । त्योभन्दा अझै हृदयस्पर्शी पहल इजरायल सरकारले विपिनको परिवारलाई देखाएको व्यवहारमा प्रस्ट हुन्छ । विपिनकी आमा र बहिनीलाई नेपालबाट इजरायलसम्म ल्याएर यहाँका उच्चस्तरीय भेटघाटहरूमा सहभागी गराइयो । प्रधानमन्त्रीदेखि राष्ट्रपति, क्याबिनेटका मन्त्रीदेखि सांसदहरूसम्म प्रत्यक्ष भेट गराएर परिवारलाई आफ्नो पीडा राख्ने अवसर उपलब्ध गराइयो । त्यतिमात्र होइन, विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन, बन्धक परिवारहरूको सभा र मिडिया प्लेटफर्ममा पनि उपस्थित गराइयो । यसले गर्दा विपिनको मुद्दा विश्वव्यापी रूपमा उजागर भएको छ । यो १० दिन बसाइको दौरान इजरायल सरकारले परिवारलाई हरेक ठाउँमा भरपूर साथ, समय र सम्मान दियो । उनीहरू नेपाल खाली हात फर्के तर यो छोटो बसाइले नेपाली समुदायलाई विपिनका लागि निरन्तर आवाज उठाउन ठूलो आत्मबल दिएको छ । यहाँका नेपाली समुदाय, व्यक्ति, विभिन्न संघ संस्था, गैरआवासीय नेपाली संघ इजरायल र नेपाल राजदूतावासले पनि परिवारलाई बसाइ अवधिभर हौसला दिएर कार्यक्रमहरूमा सहभागी भएर, गराएर निरन्तर सहयोग र साथ दिएका थिए । **नेपाली समुदाय र दूतावासको भूमिका** इजरायलमा रहेका नेपाली समुदायले यो घटनालाई आफ्नै पीडा ठाने । नेपाली संघसंस्था, अगुवा र विभिन्न समाजसेवीहरूले एकजुट भई विपिनको रिहाइका लागि निरन्तर दबाब सिर्जना गरे । तेलअविवदेखि जेरुसलमसम्म भएका प्रदर्शनमा नेपाली युवायुवतीले 'फ्रि विपिन' भन्दै आवाज बुलन्द गरे । नेपाल दूतावासले पनि आफ्नो भूमिकामा सक्रियता देखायो । विपिनको आमा र बहिनीलाई इजरायल बसाइको क्रममा उच्चस्तरीय भेटघाटमा सहभागी गराइयो । उनीहरूले यहाँ भएका नेपाली समुदायका कार्यक्रम, भेलाहरूमा उपस्थित गराइयो । यस क्रममा पीडित परिवारको आवाज प्रत्यक्षरूपमा नेपाली समुदायहरूसम्म पुग्यो । **नेपाल सरकारमाथि आलोचना र अविश्वास** तर यता नेपालभित्र सरकारप्रतिको दृष्टिकोण फरक रह्यो । जनताले ठाने नेपाल सरकारले आफ्ना नागरिकको जीवनरक्षामा आवश्यक तत्परता देखाएन । किन कि घटना भएको महिनौंसम्म सरकारले ठोस उपलब्धि ल्याउन सकेन । सरकारका प्रधानमन्त्री, परराष्ट्रमन्त्रीलगायतले समयसमयमा सामाजिक सञ्जालहरूमा वक्तव्य जारी गर्दै, इजरायल, कतारलगायत तटस्थ मुलुकलगायत अन्य निकायहरूसँग सम्पर्कमा रहेको दाबी गरेका छन् । तर व्यवहारमा विपिन जोशीको रिहाइका लागि निर्णायक प्रगति भएको संकेत पाइँदैन । इजरायलमा रहेका नेपाली समुदाय, विभिन्न देशका कूटनीतिक नियोग, इजरायलका प्रधानमन्त्री, राष्ट्रपति र अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमसम्म पुगेर बहिनी पुष्पा र आमाले गरेको गुहारले राज्यले गरेको प्रयासको कमजोरी अझ प्रस्ट बनाएको छ । जोशी परिवारको पीडा अब केवल व्यक्तिगतमात्र होइन, यो सम्पूर्ण राष्ट्रको पीडा हो भन्ने जबर्जस्त मुद्दा स्थापित हुँदै गएको छ । कूटनीति भन्नाले केवल आधिकारिक पत्राचार वा सामान्य चासो देखाउनु मात्र हुँदैन । यसले निरन्तर दबाब सिर्जना गर्नुपर्छ । बहुपक्षीय मञ्चहरूमा मुद्दा उठाउनुपर्छ । मित्रराष्ट्रहरूसँग गहिरो तहमा छलफल र दबाब सिर्जना गर्नुपर्छ । तर नेपाल सरकारले यस दिशामा देखाएको सक्रियता सीमित रहँदै आएको छ । यहाँसम्म कि घटनापछि लामो समयसम्म

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

६ जना इजरायली लडाकु मारिएको इरानको दाबी

काठमाडौं,०८ भदौ ।

इरानको दक्षिणपूर्वी क्षेत्रमा इरानी सेनाले गरेको कारबाहीमा छ जना 'इजरायल निकट लडाकु' मारिएको इरानी सरकारी सञ्चारमाध्यमले जनाएका छन् । 'सिस्तान-बलुचिस्तान प्रान्तमा आतङ्ककारीसँग भएको व्यापक सशस्त्र आक्रमणका क्रममा छ जना आक्रमणकारी मारिएका छन् भने अन्य दुई जनालाई पक्राउ गरिएको छ,' गुप्तचर सेवाको एक विज्ञप्तिलाई उद्धृत गर्दै इरानी सरकारी समाचार संस्था इरनाले जनाएको छ । उक्त रिपोर्टमा छापा कहिले मारिएको हो भन्ने बारे कुनै जानकारी दिइएको छैन । पाकिस्तान र अफगानिस्तानसँग सीमा जोडिएको सिस्तान-बलुचिस्तान लामो समयदेखि सुरक्षा बल र लागुऔषध तस्कर र पृथकतावादीलगायत सशस्त्र समूहबीच झडपको 'केन्द्र' बनेको छ । इरनाले पछिल्लो आक्रमणमा लक्षित समूहको 'यहूदी प्रकृति'

लाई सङ्केत गर्ने 'कागजात' रहेको बताएको छ र यसका सदस्यहरूले इरानको पूर्वमा रहेको 'महत्त्वपूर्ण' सुविधामा आक्रमण गर्ने योजना बनाएको बताएको छ । दुई गुप्तचर अधिकारी र एक प्रहरी अधिकारी झडपमा घाइते भएको इरनाले जनाएको छ । इरानले यस प्रान्तमा प्रहरी वा इस्लामिक रिभोल्युसनरी गार्ड कोरका सदस्यलाई लक्षित गरी घातक आक्रमण हुने गरेको जनाएको छ । गत शुक्रबार सुन्नी जिहादी समूह जैश अल-अदल (आर्मी अफ जस्टिस) ले सिस्तान-बलुचिस्तानमा भएको आक्रमणको जिम्मेवारी लिएको थियो जसमा पाँच प्रहरी अधिकारीको मृत्यु भएको थियो । आइतबार इरानको सरकारी सञ्चारमाध्यमका अनुसार सुरक्षा बलले अर्को जिहादी समूह अन्सार अल फुरकानका सात जना सदस्यलाई सिस्तान-बलुचिस्तानमा पनि हत्या गरेको थियो । ठूलो सुन्नी मुस्लिम बलुच अल्पसंख्यकको घर रहेको यो प्रान्त शिया बाहुल्य देशको सबैभन्दा गरिब क्षेत्रमध्ये एक हो ।

बन्धक रिहाइ र युद्धविराम माग गर्दै इजरायलमा थप प्रदर्शन

काठमाडौं,०८ भदौ ।

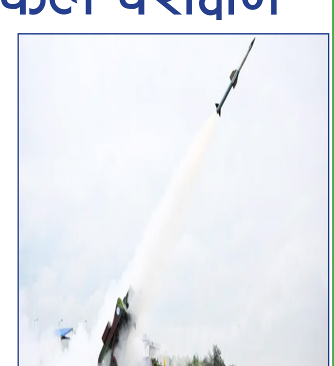
गाजापट्टीमा सक्रिय लडाकु समूह हमासलाई निमिट्यान्न पार्ने भन्दै हमला गरिरहेको इजरायलमा बन्धक रिहाइ र युद्धविराम माग गर्दै थप प्रदर्शन भएको छ । झण्डै एक महिनादेखि जारी प्रदर्शन पछिल्ला दिनमा व्यापक बनेको हो । शनिबार इजरायलका कयौं शहरमा भएका प्रदर्शनमा निकै ठूलो सङ्ख्यामा इजरायलीहरूले भाग लिएका छन् । प्रदर्शनमा सहभागीहरूले गाजा शहर कब्जा गर्ने सेनाको योजनाका कारण हमासको कब्जामा बाँकी रहेका बन्धनहरूको जीवन थप जोखिममा परेको बताएका छन् । इजरायलका पूर्व रक्षामन्त्री बेनी गेट्जले बन्धक रिहाइलाई प्राथमिकता दिँदै एक अन्तरीम राष्ट्रिय एकताको सरकार बनाउन आह्वान गरेका छन् । प्रधानमन्त्री बेञ्जामिन नेतन्याहूको वर्तमान सत्ता गठबन्धन उग्रदक्षिणपन्थी सदस्यहरूको भरमा टिकेको छ । यो पक्षले युद्ध अन्त्य गर्ने नाममा हमाससँग कुनै पनि सम्झौता गर्न नहुने अड्डी लिने गरेको छ । यसबीच गाजाको स्वास्थ्य मन्त्रालयले पछिल्लो २४ घण्टामा इजरायली हमला र कुपोषणका कारण ६० भन्दा बढी मानिसको मृत्यु भएको जनाएको छ । राष्ट्रसङ्घका महासचिव एन्टेनियो गुटरेसले गाजाको अवस्थालाई लिएर 'मानवता विफल' भएको बताएका छन् । उनले तत्काल युद्धविराम, बाँकी बन्धक रिहाइ र मानवीय पहुँच सुनिश्चितता निम्ति आह्वान गरेका छन् । निरन्तर आक्रमण र लादेको प्रतिबन्धले गाजामा गम्भीर मानवीय सङ्कट निम्तिएपछि यतिखेर

विश्वभर नै इजरायलको चर्को आलोचना भइरहेको छ । त्यहाँ भोका मानिसहरूलाई खाना पुऱ्याउन र युद्धपीडितलाई उद्दार गर्न खटिएका सहायताकर्मीको समेत इजरायलले हत्या गरिरहेको छ । बालबालिकाहरू अभिभावकसँगै भोकैप्यासै तड्पिरहेका छन् । सङ्युक्त राष्ट्रसङ्घले गाजामा 'अनिकाल' घोषणा गरिसकेको छ ।

भारतले गऱ्यो हवाई प्रतिरक्षा प्रणालीको सफल परीक्षण

काठमाडौं,०८ भदौ ।

भारतले हवाई प्रतिरक्षा प्रणालीको सफल परीक्षण गरेको छ । भारतीय रक्षा अनुसन्धान एवम् विकास सङ्गठन (डीआरडीओ) ले शनिबार ओडिसाको तटमा एकीकृत वायु रक्षा प्रणालीको पहिलो सफल परीक्षण गरेको हो । अधिकारीहरूका अनुसारस यो हतियार प्रणालीमा सतहबाट वायुमण्डलमा प्रहार गर्न सक्ने मिसाइल, छोटो दूरीको मिसाइल र शक्तिशाली लेजर हतियार जडान गरिएको छ । यो प्रतिरक्षा प्रणालीले दुश्मनको युद्धक विमान, ड्रोन र क्रूज मिसाइललाई भेदन गर्न सक्ने डीआरडीओले जानकारी दिएको छ । भारतीय रक्षामन्त्री राजनाथ सिंहले हवाई प्रतिरक्षा



प्रणालीको सफल परीक्षण गरेको डीआरडीओलाई बधाई दिएका छन् । सिंहले विद्युतीय सञ्जाल एक्समा लेखेका छन्, 'यसले दुश्मनबाट सम्भावित हवाई खतरासँग जुध्न सहयोग मिल्नेछ, देशको रक्षा पङ्क्तिलाई थप बलियो बनाउनेछ ।'

गरिब तथा वातावरणिय कृषि विकास -दिगो विकासको आधार

महागढीमाई नगरपालिकाको कार्यालय
कलैया, बारा

दैवी प्रकोपबाट बच्न सतर्कता अपनाऔं ।

कालिकामाई गाउँपालिकाको
कार्यालय, पर्सा

वातावरण हामी सबैको साझा सम्पत्ति हो ।

जगरनाथपुर गाउँपालिकाको
कार्यालय, पर्सा

सामाजिक सञ्जालमा.........

नै मूलधारका सञ्चारमाध्यम 'मल्टी' मिडियाको प्रयोगद्वारा सामाजिक सञ्जालले खुम्च्याउन थालेको आफ्नो बजारको प्रभाव बढाउने प्रयत्नमा लागेका छन् । नेपालको अवस्था पनि अन्यत्रको भन्दा फरक छैन । तर, प्रविधि जतिसुकै नयाँ भए पनि र नयाँ शैलीको प्रयोगको सम्भावना रहे पनि मूलधारका सञ्चारमाध्यमहरू पेसागत अनुशासनको हदभन्दा बाहिर जान सक्दैनन् । सञ्चारमाध्यम र सामाजिक सञ्जाल एकअर्काका दुस्मन पक्कै होइनन् । तर, दुवैका बीच कोरिएको एउटा लक्ष्मणरेखाले दुवैको अलग महत्त्व स्थापित गरेको छ । त्यो रेखालाई सञ्चारमाध्यमले उल्लंघन गर्न मिल्दैन भने सामाजिक सञ्जाल कुनै प्रकारको घेरा वा बन्धनमा बाँधिन सक्दैन । साभार ईकान्तिपुर ।

नेपालीका नाममा बगे.........

नेपालका कूटनीतिक निकाय मौन बसेको देखियो । नेपालमै विपिनको रिहाइका लागि आन्दोलन सुरु भयो । सडकमा युवाहरू नारा घन्काइरहेका थिए 'सरकार जाग', 'हाम्रो छोरालाई फर्काऊ' । किन जनता आफ्नो सरकारविरुद्ध उत्रिए त! यसको कारण थियो विश्वासको कमी । नागरिकले ठाने कि सरकार ढिलो छ, कमजोर छ र अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा प्रभावशाली कूटनीति गर्न असमर्थ छ । **अरब मुलुकहरूसँगको सम्बन्ध र इजरायल** नेपालले परम्परागत रूपमा अरब मुलुकहरूसँग राम्रो सम्बन्ध राख्दै आएको छ । लाखौं नेपाली रोजगारीको सिलसिलामा खाडी मुलुक गएका छन् । यस्तो अवस्थामा इजरायलमा प्रत्यक्ष नेपाल सरकारको उपस्थिति अरब मुलुकहरूसँगको सम्बन्धमा असर पार्छ कि भन्ने चिन्ता पनि गरिएको थियो । तर यथार्थ के हो भने कुनै पनि सार्वभौम राष्ट्रले आफ्ना नागरिकको सुरक्षालाई प्राथमिकतामा राख्नैपर्छ । त्यसैले विपिनको रिहाइका लागि नेपाल सरकार इजरायलसँग खुलेर कुरा गर्न डराउनु हुँदैन । बरु यो प्रसंगले नेपाललाई सिकाएको कुरा के हो भने, आफ्नो नागरिक सुरक्षित राख्न सक्ने राष्ट्रमात्र विश्वमै सम्मानित हुन्छ । **प्रवासी नेपालीको पीडा र भूमिका** यस घटनाले अर्को यथार्थ उजागर गऱ्यो- विदेशमा रहेका नेपालीहरूको असुरक्षा । लाखौं नेपाली विभिन्न मुलुकमा पसिना बगाइरहेका छन् । उनीहरूको योगदानले नेपालको अर्थतन्त्रलाई धानेको छ । तर जब संकट आउँछ, उनीहरू असुरक्षित महसुस गर्छन् । विपिनको मुद्दामा प्रवासी नेपालीहरूले देखाएको एकता ऐतिहासिक छ । साभार ईकान्तिपुर ।

हैजा जोखिम बढ्दा..............

नआउने सुनिश्चित गर्न निर्देशन दिनुभएको छ । महानगरले हेल्प डेस्क स्थापना, जोखिमयुक्त क्षेत्रको नियमित अनुगमन, पानीको नमूना परीक्षण र सरसफाइ कार्यक्रमलाई प्रभावकारी बनाउन विशेष कदम चालेको जनाएको छ ।

हैजा संक्रमण दुषित.............

उनले जानकारी दिएका छन् । प्रदेश सरकारको प्रादेशिक प्रयोगशालाले दुषित पानीबाट हैजा फैलिएको रिपोर्ट मधेश सरकारलाई बुझाएको छ । प्रतिवेदनअनुसार हालसम्म ३४ जनामा हैजा संक्रमण पुष्टि भएको छ र ती सबै वीरगंजका विभिन्न अस्पतालमा उपचाररत छन् । वीरगंज महानगरपालिकाका अनुसार, आइतवारसम्म संक्रमितको संख्या ४२ पुगेको छ । महानगरपालिकाले प्रभावित क्षेत्रको पानीको नमूना परीक्षणका लागि केन्द्रीय प्रयोगशाला, काठमाडौं पठाएको छ । स्वास्थ्य महाशाखाका प्रमुख राजु साहले रिपोर्ट अझै प्राप्त नभएको जानकारी दिएका छन् । हैजा नियन्त्रणका लागि वीरगंज महानगरपालिकाको स्वास्थ्य महाशाखा र मधेश प्रदेश स्वास्थ्य मन्त्रालयको टोली सम्पूर्ण जनशक्ति परिचालन गरी सक्रिय रुपमा काम गरिरहेको छ ।

हैजा प्रभावित बीरगन्जमा....

संक्रमण नियन्त्रणका लागि आफ्नो प्रयास अविच्छिन्न रूपमा जारी रहेको मन्त्री यादवले बताए । उनले भने, 'वीरगन्जमा फैलिरहेको हैजा नियन्त्रणका लागि हामी पूर्ण रूपमा सक्रिय छौं । यस कार्यमा सम्पूर्ण सरोकारवाला निकाय, नागरिक समाज र स्थानीय समुदायको सहकार्य अपरिहार्य रहेको हुँदा सबैलाई साथ र सहयोगका लागि हार्दिक अनुरोध गर्दछु ।

बीरगन्जमा आत्मरक्षा.........

पुऱ्याउँछ ।" त्यस्तै, आत्मरक्षालाई केवल तत्काल घटनास्थलमै सीमित गर्ने मानसिकता र कानुनी दृष्टिकोण अपूरो र अवैज्ञानिक भएको भन्दै, सम्भावित खतराबाट जोगिन र सुरक्षाकर्मीलाई सजग राख्न यस्तो सीप अत्यन्तै महत्वपूर्ण हुने उल्लेख गरियो । सशस्त्र प्रहरी बल पर्साद्वारा आत्मरक्षा तालिमलाई निरन्तरता दिँदै जाने जानकारी दिइएको छ । तालिमले सुरक्षाकर्मीहरूलाई अधिक दक्ष, आत्मविश्वासी र जिम्मेवार बनाउने विश्वास आयोजकहरूले व्यक्त गरेका छन् ।

हैजा उपचारका लागि..........

जनसंख्यामन्त्री सत्रुघन प्रसाद सिंहको पहलमा झाडापखाला र हैजाका बिरामीहरूको उपचारका लागि आवश्यक १७ प्रकारका औषधि र सामग्री उपलब्ध गराइएको हो । जनस्वास्थ्य अधिकृत ठाकुरले महामारी रोकथाम र नियन्त्रणका लागि प्रदेश सरकार पूर्ण रूपमा प्रतिबद्ध रहेको बताउँदै थप आवश्यक सामग्री उपलब्ध गराउन तयार रहेको पनि जानकारी दिए । यस अवसरमा स्वास्थ्य कार्यालय पर्साका निमित्त प्रमुख विनोद झाले वीरगन्जमा दिनहुँ झाडापखाला र हैजाका बिरामीहरू थपिँदै गएको बताए ।

नेपाल पोष्ट डेली ई -पेपरका लागि स्क्यान गर्नुहोस्

स्वास्थ्य

महिनावारीमा धेरै रक्तस्राव किन हुन्छ ?

महिनावारी अवधि बढ्नु र सामान्य भन्दा बढी रगत बग्नुलाई अत्यधिक रक्तस्राव अर्थात् हेभी बिल्डिङ भनिन्छ । यसलाई मेनोरेजिया पनि भनिन्छ । रगतको प्रवाह बढ्नुका साथै यस समस्याबाट पीडित महिलाले दुखाइ 'क्र्याम्प'को पनि सामना गर्नुपर्ने हुन्छ ।

यस्तो समस्या हुनुमा हर्मोनल कार्यमा असन्तुलन, फाइब्रोइड र पाठेघर सम्बन्धी समस्यासहित धेरै कारणले हुन्छ । महिनावारीको समयमा इन्डोमेट्रियल अर्थात् गर्भाशयको तह बग्छ । जसकारण रक्तस्रावको सामना गर्नुपर्ने हुन्छ । यस प्रक्रियाको मद्दतले शरीर भविष्यको गर्भावस्थाको लागि तयार हुन्छ ।

गर्भावस्था नभएको अवस्थामा पाठेघरले आफ्नो तह बगाउँछ, जसकारण योनीबाट रगत ३ देखि ५ दिनसम्म बग्छ । पाठेघरको तहमा बन्ने पाठेघरको पोलिप्सले पाठेघरको मांसपेशीलाई असर गर्छ, जसले गर्दा रगत बग्ने गर्छ । यसबाहेक शरीरमा भिटामिनको कमीले पनि यो समस्या बढाउँछ । साथै, हर्मोनल असन्तुलनले पीसीओडीको जोखिम बढ्छ, जसले रक्तप्रवाह बढाउँछ । **लक्षण** महिनावारीको समयमा रगत जम्न थाल्छ र प्रत्येक दुई-तीन घण्टामा प्याड फेर्नुपर्ने हुन्छ । पाँच दिनसम्मको अवधिको सट्टा एक हप्ता वा सोभन्दा बढी समयसम्म रगत बग्नुले भारी रक्तस्रावलाई जनाउँछ । एनिमियाका लक्षणहरूमा वृद्धि, जसले थकान र कमजोर महसुस गराउँछ । दुखाइको सामना गर्नुपर्छ । यी कारणले महिनावारीको समयमा धेरै रक्तस्राव हुनसक्छ । **क्षमता भन्दा बढी शारीरिक गतिविधि** अत्यधिक व्यायामले पाठेघरमा असर गर्ने भएकाले पाठेघरको तहमा गडबडी हुन्छ । यस्तो अवस्थामा एन्डोमेट्रियल वा पाठेघरको पोलिप्स प्रभावित हुँदा भारी रक्तस्राव हुनसक्छ । **संक्रमण** सङ्क्रमणले पनि महिनावारीको समयमा अत्यधिक रक्तस्रावको समस्या बढाउँछ । असुरक्षित यौन सम्पर्क, धेरै पार्टनरसँग यौन सम्पर्क र डेलिभरीलगत्तै यौन सम्पर्क गर्नु सङ्क्रमणको कारक साबित हुनसक्छ । सङ्क्रमणले योनी सुन्निने, चिलाउने र रातो हुने समस्या हुन्छ । जसले पनि रक्तस्राव हुने समस्या हुन्छ । **हर्मोनल असन्तुलन** एस्ट्रोजन र प्रोजेस्टेरोन हर्मोनबीच सन्तुलन कायम हुँदा पाठेघरको तहको निर्माणलाई नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्छ । बढ्दो हर्मोनल असन्तुलनका कारण एन्डोमेट्रियमको मोटाइ अर्थात् त्यो नरम तह बढ्छ र भारी रक्तस्राव हुन्छ । थाइराइडबाट पीडित महिलालाई अत्यधिक रक्तप्रवाहको जोखिम हुन्छ । **अण्डाशयसँग सम्बन्धित समस्या** कहिलेकाहीं अण्डाशयले महिनावारीको समयमा अण्डा छोड्दैन ।

उखु किसानको आन्दोलन आजदेखि काठमाडौंमा केन्द्रित

जनकपुर,०८ भदौ ।

सरकारले उखु किसानलाई दिँदै आएको अनुदान रकम कटौती गरेपछि देशभरका किसान आजदेखि काठमाडौंमा केन्द्रित आन्दोलनमा उत्रिएका छन् । नेपाल उखु उत्पादक महासंघ, लुम्बिनी प्रदेश समितिका संयोजक उमेशचन्द्र यादवका अनुसार माग सम्बोधन नभएसम्म माइतीघर मण्डलामा धर्ना र विरोध कार्यक्रम निरन्तर हुनेछन् । यसका लागि १३ जिल्लाका अगुवा किसान माइतीघरमा भेला भएका छन् । चालु आर्थिक वर्ष २०८२/८३ को बजेटमा सरकारले उखु अनुदानका लागि रकम नै विनियोजन नगरेको भन्दै किसान असन्तुष्ट छन् । महासंघका अनुसार करिब एक अर्ब ६० करोड रुपैयाँ अनुदान रकम अझै भुक्तानी हुन बाँकी छ । गत वर्ष तोकिएको प्रतिक्विन्टल ६५५ रुपैयाँमध्ये चिनी उद्योगले ५८५ रुपैयाँ तिर्ने र बाँकी ७० रुपैयाँ सरकारले अनुदान स्वरूप दिने व्यवस्था थियो । तर सरकारले यो अनुदान आधा घटाएर ३५ रुपैयाँमा सीमित गरेपछि किसानले अस्वीकार गर्दै पुरानै ७० रुपैयाँ कायम गर्न माग गरेका छन् । महासंघका संयोजक यादवले अनुदान कटौतीले उखु उत्पादनमै कमी आउने खतरा रहेको बताए । उनका अनुसार, अनुदान पाउने आशामा खेती विस्तार गरेका किसान अहिले निराश बनेका छन् र खेतीमै पलायन हुने अवस्थामा पुगेका छन् ।

बीरगन्जमा हैजा नियन्त्रणका लागि सुरक्षा निकायलाई तयारी अवस्थामा रहन गृहमन्त्रीको निर्देशन

काठमाडौं,०८ भदौ ।

वीरगन्जमा हैजाको प्रकोप फैलिएपछि गृहमन्त्री रमेश लेखकले त्यसलाई नियन्त्रण गर्न नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरी बललाई तयारी अवस्थामा रहन निर्देशन दिएका छन् । आइतबार गृह मन्त्रालयमा बसेको केन्द्रीय सुरक्षा समितिको बैठकमा उनले आवश्यक परेमा सुरक्षा निकायलाई तुरुन्तै परिचालन गर्न सक्ने गरी पूर्वतयारी गर्न भनेका हुन् ।

गृह मन्त्रालयका प्रवक्ता आनन्द काफ्लेका अनुसार, गृहमन्त्रीले चिकित्सकसहितको मेडिकल टोली आवश्यक परेमा परिचालन गर्न सक्ने गरी तयारी गर्न निर्देशन दिएका छन् । सोहीअनुसार, सबै सुरक्षा निकाय तयारीमा जुटेका छन् । बैठकमा गृहसचिव गोकर्णमणि दुवाडीसहित नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी बल र राष्ट्रिय अनुसन्धान विभागका उच्च अधिकारीहरू सहभागी थिए । बैठकमा मुलुकभरको शान्ति सुरक्षाको अवस्थाबारे पनि गहन समीक्षा भएको जानकारी दिइएको छ । प्रवक्ता काफ्लेका अनुसार, विभिन्न मागसहित भइरहेका धर्ना, जुलुस र अन्य अवाञ्छित गतिविधिहरूलाई मध्यनजर गर्दै सुरक्षा व्यवस्थालाई थप प्रभावकारी बनाउने विषयमा पनि छलफल भएको थियो । गृहमन्त्रीको यो निर्देशनले हैजाको प्रकोप नियन्त्रणका लागि सरकारले बहुआयामिक तयारी गरिरहेको संकेत दिएको छ ।

संस्कृति संरक्षण हाम्रो नैतिक दायित्व हो : मन्त्री क्षेत्री

नेपाल पोष्ट संवदाता
बीरगन्ज,०८ भदौ ।

मधेस प्रदेश सरकारका भूमि व्यवस्था, कृषि तथा सहकारी मन्त्री जनार्दन सिंह क्षेत्रीले भौतिक विकाससँगै परम्परा, धर्म र संस्कृतिको संरक्षण गर्नु सबैको नैतिक दायित्व भएको बताएका छन् । जगरनाथपुर गाउँपालिकाले आयोजित तीज विशेष कार्यक्रममा शुभकामना व्यक्त गर्दै मन्त्री क्षेत्रीले आधुनिकताका कारण समाजमा बढ्दै गएको विकृति र विसंगतिले परम्पराहरू ओझेलमा परेकोमा चिन्ता व्यक्त गरे । उनले घर-घरमा हुने पूजापाठ हराउँदै गएको र युवा तथा विभिन्न उमेरका मानिसहरू मद्यपान र लागुऔषध दुर्व्यसनतर्फ आकर्षित भइरहेको बताए । कार्यक्रममा गाउँपालिका अध्यक्ष श्रीकान्त प्रसाद यादवको सभापतित्व रहेको थियो । उपाध्यक्ष बबिता सिंह क्षेत्री, नेपाली कांग्रेस पर्साका प्रवक्ता रमेश पाण्डे, कोषाध्यक्ष प्रेम बहादुर थापा लगायतले शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए । नेरा मा .वि. सन्ठीमा आयोजना गरिएको कार्यक्रममा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सन्देश कुमार यादवले पनि आफ्नो भनाइ राखे ।

सहभागी महिला जनप्रतिनिधि, शिक्षिका, स्वास्थ्यकर्मी तथा स्थानीय महिलाहरूले तीजका गीतमा नृत्य प्रस्तुत गर्दै रमाइलो वातावरण सिर्जना गरेका थिए ।

हैजा उपचारका लागि प्रदेश सरकारद्वारा नारायणी अस्पताललाई स्वास्थ्य सामग्री हस्तान्तरण

नेपाल पोष्ट संवदाता
बीरगन्ज,०८ भदौ ।

मधेस प्रदेश सरकारले हैजाको महामारी फैलिएको वीरगन्जमा बिरामीको उपचारका लागि आवश्यक औषधि तथा स्वास्थ्य सामग्री पठाएको छ । मधेस प्रदेशको स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयबाट आएका स्वास्थ्य महाशाखा प्रमुख डा. विपिनकुमार झा र जनस्वास्थ्य अधिकृत सन्तोष ठाकुरले आइतबार नारायणी अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट (मेसु) डा. चुमनलाल दासलाई ती सामग्री हस्तान्तरण गरेका हुन् ।मुख्यमन्त्री सतिशकुमार सिंहको निर्देशन र स्वास्थ्य तथा

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

जलेश्वरमा संघीय गणतान्त्रिक गठबन्धनको शक्ति प्रदर्शन

जनकपुर,०८ भदौ ।

संघीय गणतान्त्रिक गठबन्धनले महोत्तरीको जलेश्वरमा विशाल जनजागरण र शक्ति प्रदर्शन कार्यक्रम आयोजना गरेको छ । हजारौंको उपस्थिति रहेको रैली जिल्ला समन्वय समितिको हलबाट सुरु भई नगर परिक्रमा गर्दै सभामा परिणत भएको थियो । सहभागीहरूले "एक मधेश, एक प्रदेश", "उत्पीडित जनताको अधिकार सुनिश्चित गर", "भ्रष्टाचारीलाई कारबाही गर" जस्ता नारा लगाएका थिए । सभालाई सम्बोधन गर्दै गठबन्धनका संयोजक तथा नेपाल संघीय समाजवादी पार्टीका अध्यक्ष रिजवान अन्सारीले मधेशी र उत्पीडित समुदायको मुक्ति, समानता र सामाजिक न्यायका लागि आन्दोलनलाई अझ सशक्त बनाउनुपर्ने बताए । उनले आन्दोलनलाई "तेस्रो जनआन्दोलन" का रूपमा अघि बढाउनुपर्ने धारणा राखे । साथै, लिपुलेक-कालापानी जस्ता संवेदनशील विषयमा सरकार कडाइका साथ उभिनुपर्नेमा जोड दिए । अन्य वक्ताहरूले पनि वर्तमान मधेशी नेतृत्वप्रति असन्तुष्टि व्यक्त गर्दै दलित, मुस्लिम, निषाद र पिछडावर्ग एकजुट भएर आफ्नो अधिकार सुनिश्चित गर्नुपर्नेमा जोड दिए । उनीहरूले न्याय, समानता र आत्मनिर्णायक नेतृत्वको आवश्यकता औंल्याए ।

हैजा तथा झाडापखाला लगायत पानीजन्य रोगहरूबाट बच्न स्वस्थ व्यवहार अपनाऔं

- उमालेर वा क्लोरिन झोल हालेर शुद्धिकरण गरिएको पानी मात्र पिऔं ।
- खानेपानीलाई सधैं सफा भाँडामा ढाकेर राखौं । सफा भाँडाले मात्र खानेपानी निकालौं ।
- खानेकुरालाई राम्ररी पकाएर मात्र खाऔं । सडेगलेको, बासी र झिङ्गा भन्केको खानेकुरा नखाने । खानेकुरा सफा भाँडाले ढाकेर राखौं ।

वीरगन्ज महानगरपालिका कार्यपालिकाको कार्यालय
वीरगन्ज , पर्सा

मधेसका २५ पालिकामा कृषि-पशुपन्छी उपचार केन्द्र निर्माण

जनकपुर,०८ भदौ ।

मधेस प्रदेशका १३६ पालिकामध्ये २५ वटामा कृषि तथा पशुपन्छी उपचार केन्द्र निर्माण भइरहेको छ । संघीय सरकारको कृषि तथा पशुपक्षी विकास मन्त्रालयद्वारा रु ७५ करोडको लागतमा भूकम्प प्रतिरोधात्मक, सुविधा सम्पन्न केन्द्र निर्माण भइरहेको हो । विश्व बैंकको ऋण सहयोगमा सञ्चालन भइरहेको ग्रामीण उद्यम तथा आर्थिक विकास आयोजना अन्तर्गत आर्थिक करिडोर कार्यालय, बर्दिबासले २५ पालिकामा अत्याधुनिक उपकरणसहित दुई तले भवन निर्माण गरिरहेको छ । एक भवनमा करिब रु ३ देखि ५ करोड खर्च हुने अनुमान गरिएको छ । कृषि तथा पशुपन्छी रोगको उपचार, माटो परीक्षण, गोबर तथा दूधजन्य पदार्थको परीक्षण गर्नका लागि ल्याब सहितको भवनमा अलग-अलग उपचार कक्ष, प्रयोगशाला र औषधि बिक्री कक्षका लागि सटर निर्माण हुने योजना रहेको छ ।

जन्म दर्ता,मृत्यु दर्ता,विवाह दर्ता,सम्बन्ध बिच्छेद एवम बसाई सराई जस्ता ब्यक्तिगत घटना समयमै दर्ता गराऔं ।
छिपहरमाई गाउँपालिकाको कार्यालय, पर्सा

निर्धारित मापदण्डको पालना गरौं,ग्रामिण विकासको भियानमा सघाऔं ।
जिराभवानी गाँउपालिकाको कार्यालय,जिराभवानी ,पर्सा

पर्यटकिय स्थलको संरक्षण र प्रचार-प्रसार गरौं,नगरको विकासमा जुटौं ।
प्रसौनी गाँउपालिकाको कार्यालय,प्रसौनी,बारा

पर्यटकिय स्थलको संरक्षण र प्रचार-प्रसार गरौं,नगरको विकासमा जुटौं ।
पकहाँमैनपुर गाँउपालिकाको कार्यालय, पकहाँमैनपुर,पर्सा

घरबाट निस्केको फोहोर डस्बिनमा हालौं, सभ्यताको परिचय दिऔं ।
विन्दवासिनी गाँउपालिकाको कार्यालय, विन्दवासिनी, पर्सा

निर्धारित मापदण्डको पालना गरौं,ग्रामिण विकासको भियानमा सघाऔं ।
करैयामाई गाँउपालिकाको कार्यालय,बारा