nepalpostdaily.com

नेपाल पोष्ट डेली

दैनिक

28°C । वर्ष : ११, अंक : १३ पृष्ठ ४ । शनिबार,१४ भदौ २०८२ । SATURDAY, AUGUST 30, 2025.nepalpostdaily .com । मुल्य ५ रुपैंया

पर्सामा हैजाको प्रकोप संगसंगै देखियो जापनिज इन्सेफलाइटिस, एक बालकको अवस्था गम्भीर

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,१३ भदौ ।

पर्सामा हैजाको प्रकोप नियन्त्रण नहुँदै अब जापनिज इन्सेफलाइटिस (JE) को सङ्क्रमण देखिएको छ । जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय पर्साले वीरगञ्ज महानगरपालिका-८ का आठ वर्षीय बालक र ठोरी गाउँपालिका-३ की ८४ वर्षीया वृद्ध महिलामा जापनिज इन्सेफलाइटिस पुष्टि भएको जानकारी दिएको छ । जिल्ला जनस्वास्थ्य अधिकृत जयमोद ठाकुरका अनुसार वृद्ध महिलाको काठमाडौंस्थित न्युरो अस्पतालमा उपचार भइसकेको र अहिले उनी स्वास्थ्य सुधारसहित घर फर्किसकेकी छन् । तर बालकको अवस्था भने अझै गम्भीर छ । रोग पुष्टि भएपछि करिब एक महिना काठमाडौंस्थित कान्ति बाल अस्पतालमा उपचार गरिएको थियो । सुधार नभएपछि परिवारले उनलाई घर ल्याएको र अहिले पनि उनको स्वास्थ्य चिन्ताजनक रहेको ठाकुरले बताए । **देशभर बढ्दो प्रकोप** स्वास्थ्य सेवा विभागअन्तर्गत बाल स्वास्थ्य तथा खोप शाखा प्रमुख डा. अभियान गौतमका अनुसार यस वर्ष जुलाईदेखि अगस्टसम्म मात्रै २० जनाले यो रोगका कारण ज्यान गुमाएका छन् । मधेश प्रदेशमै ४ जनाको मृत्यु भइसकेको छ । उनका अनुसार कोशी प्रदेशका झापा, मोरङ र तेह्रथुममा एक-एक जना, मधेश प्रदेशको रौतहट र बारामा दुई-दुई जना, चितवन र नवलपरासीमा तीन-तीन, पश्चिम नवलपरासीमा दुई, अर्घाखाँचीमा एक, प्युठान-दाङ-बर्दियामा तीन र कैलालीमा एकजनाको मृत्यु भएको सरकारी तथ्यांक छ । **कसरी सर्छ जापनिज इन्सेफलाइटिस ?** जापनिज इन्सेफलाइटिस क्युलेक्स प्रजातिको पोथी लामखुट्टे मार्फत सर्ने भाइरल रोग हो । यी लामखुट्टेले सुँगुर, हाँस, बङ्गुर, घोडा जस्ता पशु-पक्षीलाई टोकेर सङ्क्रमित हुन्छन् र पछि

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

बीरगन्जमा हैजा निको हुनेको संख्या ४४७ पुग्यो

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,१३ भदौ ।

पर्सा जिल्लामा हैजा र झाडापखालाबाट सङ्क्रमित भएर उपचार गराइरहेका बिरामीमध्ये ४४७ जना निको भएर घर फर्केका छन् । जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्साका अधिकृत जयमोद ठाकुरका अनुसार अहिलेसम्म झाडापखाला र हैजाका शङ्कास्पद ६७६ जना बिरामीको विवरण संकलन गरिएको छ । यसमध्ये ७८ जना बिरामीमा हैजा पुष्टि भएको थियो र ७४ जना अझै अस्पतालमा उपचाररत छन् । बीरगन्जका विभिन्न अस्पतालमा हाल ३२ जना आईसीयू, ७ जना एचडीयू र १८७ जना सामान्य वार्डमा उपचाररत छन् । नारायणी अस्पतालमा ४९, तराई अस्पतालमा ४६, भवानी अस्पतालमा ४, वीरगन्ज हेल्थ केयरमा ७, नेशनल मेडिकल कलेजमा २० र अन्य निजी अस्पतालमा कुल १५२ जना बिरामी उपचाररत रहेको जनस्वास्थ्य कार्यालयले जनाएको छ । अधिकृत ठाकुरका अनुसार, अहिले अधिकांश बिरामी नारायणी अस्पतालमा भर्ना भइरहेका छन् । अस्पताल विकास समितिका अध्यक्ष धिरज गुप्ताले

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

बीरगन्जमा हैजा नियन्त्रणका लागि भ्याक्सिन ल्याउन पहल गर्ने कांग्रेस महामन्त्री थापाको प्रतिबद्धता

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,१३ भदौ ।

नेपाली कांग्रेसका महामन्त्री तथा पूर्व स्वास्थ्य मन्त्री गगन थापाले बीरगन्जमा हैजाविरुद्धको भ्याक्सिन उपलब्ध गराउन सक्दो पहल गर्ने बताएका छन् । शुक्रबार हैजा र झाडापखालाका बिरामीको अवस्था बुझ्न नारायणी अस्पताल पुगेका थापाले त्यसपछि सरोकारवालासँगको छलफलमा बोल्दै, "हैजा विरुद्ध भ्याक्सिन आवश्यक परे विश्व स्वास्थ्य संगठन र संघीय स्वास्थ्य मन्त्रालयसँग तत्काल समन्वय गरी सञ्चालनका लागि पहल गर्छु," भन्ने प्रतिबद्धता जनाए । उनले कोरोनाकालमा भन्सार परिसरमा निर्माण गरिएको होल्डिङ सेन्टर आवश्यक परे प्रयोगमा ल्याउनेतर्फ पनि पहल गर्ने आश्वासन दिए । साथै, नारायणी अस्पतालले हैजा तथा झाडापखालाका बिरामीलाई निःशुल्क र गुणस्तरीय सेवा दिनुपर्नेमा जोड दिए । नारायणी अस्पतालको ५०० शय्याको भवन अझै निर्माण सम्पन्न नभएकोप्रति दुःख व्यक्त गर्दै थापाले काम प्राविधिक कारणले अड्किएकोमा चिन्ता व्यक्त गरे । "हाम्रै दलका नेता स्वास्थ्य मन्त्री हुनुहुन्छ । मैले पहिलो दिनमै नारायणी अस्पतालको भवन निर्माणलाई प्राथमिकतामा राख्न सुझाव दिएको थिएँ," उनले भने । अस्पतालमा सरसफाइको अवस्था

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

नेपाल-भारत क्रस बोर्डर मिडिया कन्क्लेभ आयोजना हुँदै

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,१३ भदौ ।

मिडिया फर बोर्डर हार्मोनी नेपालले आयोजना गर्ने नेपाल-भारत क्रस बोर्डर मिडिया कन्क्लेभ २०२५ भदौ १४ गते शनिबार बीरगन्जको भिस्वा होटलमा आयोजना हुँदैछ । सम्मेलनमा दुवै मुलुकका ८० भन्दा बढी पत्रकार र सञ्चारक्षेत्रका व्यक्तित्वहरूको सहभागिता रहने आयोजक संस्थाले जानकारी दिएको छ । मिडिया फर बोर्डर हार्मोनी नेपालका अध्यक्ष अनिल तिवारीले कन्क्लेभमा सम्पादक, सञ्चारकर्मी, डिजिटल कन्टेन्ट क्रियटर्स र नीतिनिर्माताहरूको सहभागिता रहने बताए । उनले कन्क्लेभको मुख्य उद्देश्य दुवै मुलुकका पत्रकारबीच आपसी सहयोग र समझदारी बढाउनु रहेको बताए । साथै, सञ्चारमाध्यममार्फत दुवै देशको साझा हितलाई सुरक्षित गर्न सहयोग पुग्ने विश्वास पनि व्यक्त गरे । कन्क्लेभमार्फत नेपाल-भारत मिडिया नेटवर्क स्थापना गरी दुवै देशका पत्रकारबीच दीर्घकालिन र साझा हितमा आधारित सहकार्यलाई सहज बनाउने योजना रहेको तिवारीले जानकारी दिए । मिडिया फर बोर्डर हार्मोनी भारतका अध्यक्ष अमरेन्द्र तिवारीले भने, सञ्चारमाध्यमले सार्वजनिक विचार निर्माण गर्ने र कूटनीतिक दृष्टिकोण उजागर गर्ने भएकाले पनि नेपाल-भारत सम्बन्धलाई अझ प्रगाढ बनाउन कन्क्लेभले योगदान गर्ने विश्वास व्यक्त गरे । उनीहरूले खुला सीमा नाका, सांस्कृतिक, ऐतिहासिक, भाषिक र सामाजिक-आर्थिक सम्बन्धको महत्व औंल्याउँदै सुरक्षा, क्षेत्रीय, आर्थिक, सामाजिक र भूराजनीतिक चुनौतीमा समेत दुवै

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

रगत अभाव घटाउन बीरगन्जमा रक्तदान कार्यक्रम सम्पन्न

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,१३ भदौ ।

बीरगन्जमा रगतको अभावलाई मध्यनजर गर्दै सामाजिक संस्था जिल्ला समन्वय समिति पर्साले शुक्रबार आकस्मिक रक्तदान कार्यक्रम आयोजना गरेको छ । "रक्तदान जीवन दान, सेवा नै धर्म" भन्ने नाराका साथ गरिएको यस कार्यक्रममा ४ जना महिलासहित १७ जनाले रक्तदान गरेका छन् । कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मधेस प्रदेशका सभापति फुलमहम्मद मियाँले रगतको बढ्दो अभावमा यस्ता सामाजिक पहलहरूले ठूलो महत्त्व राख्ने बताएका छन् । कार्यक्रमको अध्यक्षता समितिका अध्यक्ष इब्राहिम देवानले गरेका थिए । रक्तदान गर्नेहरूमा चन्देश चौहान, रामअयोध्य यादव, बिशाल गुप्ता, केशर जाहन, उम्रावति देवी, अन्सार मियाँ, पूजा कुमारी, गिरिया देवी कानु, विक्रम साह, अन्त यादवलगायत १७ जना सहभागी थिए । समितिका जिन्सी प्रमुख दुलारचद साहका अनुसार, यो आकस्मिक रक्तदान कार्यक्रमबाट कुल १७ युनिट रगत संकलन भएको छ । कार्यक्रममा नेपाल

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा⇨

जिराभवानीमा निःशुल्क आँखा शिविर

नेपाल पोष्ट संवदाता

बीरगन्ज,१३ भदौ ।

जिराभवानी गाउँपालिका वार्ड नं. १ मा आज एक दिने निःशुल्क आँखा उपचार शिविर सम्पन्न भएको छ । वीरगञ्ज सामुदायिक आँखा अस्पताल र आसमान नेपालको सहकार्य तथा श्री नेपाल राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालयको आयोजनामा भएको यस शिविरमा सयौं मानिसले लाभ लिएका छन् । शिविरमा विद्यार्थी, शिक्षक र अभिभावकसहित कुल ५९८ जनाको आँखा परीक्षण गरिएको थियो । जसमध्ये २१ जनामा मोतियाबिन्दु पत्ता लागेको थियो । आयोजकका अनुसार मोतियाबिन्दु पत्ता लागेका सबै २१ जनाको निःशुल्क शल्यक्रिया आगामी सोमबार गरिनेछ । विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष सोमनाथ सापकोटा र जिराभवानी गाउँपालिका वार्ड नं. १ का अध्यक्ष रामशरण खवासको प्रमुख आतिथ्यमा भएको शिविरमा सामुदायिक आँखा अस्पतालका डाक्टर प्रभात चौरसिया र पूजा पासीको टोलीले परीक्षण गरेका थिए । कार्यक्रममा सशस्त्र प्रहरी, नेपाल प्रहरी र विभिन्न सामाजिक संस्थाका प्रतिनिधिहरू पनि उपस्थित थिए ।

हैजाका लक्षण र बच्ने उपाय

लक्षणः

- बारम्बार पानीजस्तो पातलो पखाला लाग्ने,
- बारम्बार वान्ता हुने,
- शरीर कमजोर हुने, आँखा भासिने,
- शरीरमा पानीको कमी भई अत्यधिक पानी तिर्खा लाग्ने,
- मुख र छाला सुख्खा हुने,
- कमजोरी र थकान महशुस हुने,
- चक्कर लाग्ने वा होश हराउने,
- कम रक्तचाप र छिटो नाडी चल्ने ।

बच्ने उपायहरूः

- पानी उमालेर वा फिल्टर गरेर पिउने,
- खाना पकाउँदा र खाँदा साबुनपानीले हात धुने,
- खुला रुपमा राखिएको खाना नखाने,
- जथाभावी दिशापिसाव नगर्ने र शौचालय सफा राख्ने,
- खानेकुरा राम्रोसँग पखालेर खाने,
- झोलिलो खाना र प्रशस्त पानी पिउने,
- लक्षण देखिएमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा जाने ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

नेपाल पोष्ट डेलीका लागि

प्रकाशक :- नेपाल पोष्ट मिडिया प्रा.लि.
सम्पादक :- मनोज पटेल
कार्यकारी सम्पादक :- संतोष साह
सहसम्पादक :- सरोज पटेल
सम्पर्क कार्यालय :- वीरगञ्ज 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

सरकारले संविधान मानोस्

सरकारले संसदमा रहेका महत्वपूर्ण विधेयक अगाडि बढाउनेगरी प्राथमिकता तय गरेको छ । सत्तारूढ एमाले र कांग्रेसको आग्रहबमोजिम प्रतिनिधि सभाले भदौ महिनाको क्यालेन्डर तयार पारेको छ । जसमा संविधान कार्यान्वयनसँग जोडिएका महत्वपूर्ण विधेयकहरू कुन दिन पास गर्ने भनेरै किटान गरिएको छ । जसअनुसार संघीय निजामती सेवा विधेयक यही भदौ १९ गते संघीय संसदबाट पारित गरिनेछ । नयाँ निजामती ऐन बनेर कार्यान्वयनमा आएसँगै प्रशासनिक संघीयता औपचारिक रूपमा कार्यान्वयनमा आउनेछ । २०७२ सालमा जारी भएको संविधानअनुसार २०७४ सालमा चुनाव भएसँगै राजनीतिक संघीयता लागू भएको थियो । १० वर्षपछि प्रशासनिक संघीयता लागू हुने वातावरण बनेको छ । सुरक्षा निकाय त केन्द्रीकृत छँदै छ । प्रशासनिक संघीयता लागू गर्दै गर्दा विद्यालय शिक्षा विधेयक ऐनमा रूपान्तरित हुने गरी अगाडि बढेको छ । सभामुख र पाँच राजनीतिक दलका प्रमुख सचेतक र सचेतकहरूको बैठकले यही भदौ २६ गते विद्यालय शिक्षा विधेयकलाई प्रतिनिधि सभाबाट पारित गर्ने तय गरेका छन् । यस विधेयकले शिक्षामा तीन तहको सरकारको अधिकार क्षेत्र र समन्वयको पक्ष छुट्याएको छ । विधेयकले संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक शासन व्यवस्थामा शिक्षाको अधिकार तीन तहको सरकारमा विकेन्द्रीकरण मात्रै गर्ने छैन, तीनवटै तहको सरकारले कस्तो शिक्षा नीति अवलम्बन गर्ने भनेर भूगोल र क्षमताअनुसारको प्राथमिकता निर्धारण गर्न सक्नेछ । आमाको नामबाट नागरिकता जारी हुन सक्ने र आमाले पनि वंशको मान्यता पाउनेगरी अगाडि बढेको विधेयकले पनि कानुन निर्माणको प्रक्रिया पूरा गर्दै छ । प्रतिनिधि सभाले तय गरेको क्यालेन्डरअनुसार यही भदौ १८ गते प्रतिनिधिसभाले आमाको नाममा वंश विस्तार हुनेगरी बन्न लागेको नागरिकतासम्बन्धी विधेयक पारित गर्दै छ । यो पनि संविधान कार्यान्वयनको एक महत्वपूर्ण पक्ष हो । कानुन निर्माणलाई प्राथमिकता दिइरहँदा संविधानको मर्म, लोकतान्त्रिक विधि र प्रक्रिया कति अवलम्बन गरियो भन्ने पक्ष पनि महत्वपूर्ण छ । नागरिकको हित केन्द्रित ऐन बने कि बनेनन् भन्ने विषयले नेपालको भविष्य निर्धारण गर्नेछ । घरजग्गा व्यवसायीलाई हदबन्दी छुटमा जग्गा दिएर घर बनाउन लगाएर बेच्न दिने, संवैधानिक परिषद् जस्तो निकायलाई राजनीतिक दाउपेचको सिकार बनाउने नियतका साथ अगाडि बढेका विधेयक पनि सरकारको प्राथमिकतामा छन् । निजामती ऐन बनाउँदा प्रदेशलाई संघीय सरकारले विश्वास गरेको अनुभूत नहुने र विद्यालय शिक्षा ऐन बनाउँदा अधिक अधिकार संघमै राख्ने प्रयासले संविधानको मर्ममाथि प्रहार गर्दै छ ।

करिअर छनोटमा जेनजी र अभिभावकबीचको द्वन्द्व

सुशील खनाल

केही वर्षअघिसम्म 'राम्रो विद्यालय' भन्नासाथ सबैका मनमा एउटै चित्र आउँथ्यो- 'जहाँका विद्यार्थीले परीक्षामा उत्कृष्ट अंक ल्याउँछन् र एसईई वा कक्षा १२ को नतिजा बोर्डभरि टाँसिन्छ ।' त्यस्ता विद्यालयमा भर्ना गराउन अभिभावक लालायित हुन्थे । तर समयसँगै यो अवधारणामा परिवर्तन आएको छ । अहिलेका अभिभावकले प्रमाणपत्रमा थुप्रै विषयमा 'ए+' वा समग्रमा जीपीए ४ ल्याए पनि जीवनको परीक्षामा असफल हुनुको पीडा कस्तो हुन्छ भनेर राम्रोसँग बुझेको हुनुपर्छ । अहिलेका अभिभावकले खोजेको विद्यालय अब नतिजाको कारखाना मात्र होइन, बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासको केन्द्र हो ।हरेक नयाँ पुस्तासँग समाजमा नयाँ विचार, नयाँ सपना र नयाँ चुनौती आउँछन् । अहिलेको 'जेनजी' पुस्ता अर्थात् सन् १९९७ देखि २०१२ को बीचमा जन्मेका युवा, नेपालको सन्दर्भमा एक अभूतपूर्व परिवर्तनको प्रतिनिधित्व गर्छन् । उनीहरू यस्तो डिजिटल युगमा हुर्किए, जहाँ सूचनाको कुनै कमी छैन र विश्वभरिको ज्ञान एक क्लिकमै उपलब्ध छ । उता, उनीहरूका अभिभावक, जो प्रायः 'जेन एक्स' पुस्ताका छन्, उनीहरूको बुझाइ र योजना अलि फरक छ । उनीहरूले सीमित स्रोत-साधन, परम्परागत समाज र कम प्रतिस्पर्धात्मक शैक्षिक वातावरणमा संघर्ष गरेका थिए । यही फरक पृष्ठभूमिका कारण यी दुई पुस्ताका रुचि, चाहना र योजनामा ठूलो अन्तर देखिएको छ । नेपालको शैक्षिक प्रणाली लामो समयदेखि सैद्धान्तिक ज्ञानमा आधारित र परीक्षाकेन्द्रित रहँदै

आएको छ । सरकारी र निजी विद्यालयबीचको गुणस्तरको खाडल फराकिलो छ । धेरैजसो विद्यालयमा विद्यार्थीलाई घोकाउने र परीक्षामा उत्कृष्ट अंक ल्याउन प्रेरित गर्ने शिक्षण विधि अपनाइन्छ । यसले गर्दा विद्यार्थीले किताबी ज्ञान त प्राप्त गर्छन् तर त्यसलाई वास्तविक जीवनमा कसरी प्रयोग गर्ने भन्ने कुरामा कमजोर हुन्छन् । हाम्रो शिक्षा प्रणालीले 'किन ?' भन्दा पनि 'के ?' मा बढी जोड दिएको छ । विद्यार्थीले कुनै पनि कुराको गहिरो अर्थ नबुझीकन कण्ठस्थ गर्छन् । यसले उनीहरूको सिर्जनात्मक सोच र समालोचनात्मक विश्लेषणको क्षमतालाई विकास हुन दिँदैन । हामीले प्रमाणपत्रलाई सफलताको मापदण्ड मान्ने गरेका छौं । राम्रो अंक ल्याउने र राम्रो कलेजमा नाम निकाल्ने सोचका कारण विद्यार्थीहरू आफूलाई मन नपर्ने विषय पनि पढ्न बाध्य छन् । यसले उनीहरूको व्यक्तिगत रुचि र क्षमतालाई मार्छ । त्यस्तै गरी विद्यालयमा सिकाइने धेरै विषयवस्तु हाम्रो दैनिक जीवन र समाजसँग जोडिएका छैनन् । उदाहरणका लागि, कृषिप्रधान देशमा धेरैजसो विद्यार्थीले खेतीपातीको व्यावहारिक ज्ञान पाउन सकेका छैनन् । यो खाडलले बालबालिकालाई आफ्नो देश र समाजसँग जोड्न बाधा पुर्‍याएको छ ।

फरक पुस्ता, फरक रुचि

जेनजी पुस्तालाई अक्सर 'डिजिटल नेटिभ' भनिन्छ । उनीहरूका रुचि मोबाइल, इन्टरनेट र सामाजिक सञ्जाल वरिपरि घुम्छन् । धेरैजसो जेनजी युवा परम्परागत जागिरको पछि लाग्नुभन्दा आफ्नै व्यवसाय, युट्युब च्यानल वा सामाजिक सञ्जालमा 'कन्टेन्ट क्रिएटर' बन्न चाहन्छन् । उनीहरू आफ्नो समय र कामको शैलीमा स्वतन्त्रता खोज्छन् । यो पुस्ता आफ्नो मानसिक स्वास्थ्यप्रति धेरै सचेत छ । उनीहरू मानसिक तनाव, चिन्ता र डिप्रेसनलाई खुलेर कुरा गर्न डराउँदैनन् र यसको समाधानका लागि पनि तयार हुन्छन् । यिनीहरू परम्परागत 'किताबी ज्ञान' भन्दा सिर्जनात्मक सीपलाई बढी महत्त्व दिन्छन् । यसमा ग्राफिक डिजाइन, भिडियो सम्पादन, डिजिटल आर्ट, संगीत उत्पादन र लेखनजस्ता विषय पर्छन् । यो पुस्ता सामाजिक न्यायका मुद्दा, जस्तै- जलवायु परिवर्तन, लैंगिक समानता र जातीय विभेदप्रति बढी सचेत छ । उनीहरू यस्ता मुद्दामा आफ्नो विचार राख्न र आवाज उठाउन हिचकिचाउँदैनन् । अभिभावकहरू विद्यालयको छनोट गर्दा परीक्षाफल, विद्यालयको अनुशासन, शिक्षकहरूको योग्यता र विद्यालयको सामाजिक प्रतिष्ठा हेर्छन् । उनीहरूका लागि विद्यालय 'उत्कृष्ट नतिजा' उत्पादन गर्ने कारखाना हो । यसको विपरीत जेनजी युवाले त्यस्तो विद्यालय चाहन्छन्, जहाँ उनीहरूको सर्वाङ्गीण विकास हुन्छ । उनीहरू कला, संगीत, खेलकुद र सामाजिक गतिविधिलाई महत्त्व दिने विद्यालयमा आकर्षित हुन्छन् । उनीहरूलाई त्यस्तो वातावरण चाहिन्छ, जहाँ उनीहरूलाई प्रश्न गर्न र आफ्नो विचार व्यक्त गर्न प्रोत्साहन दिइन्छ । यसका अतिरिक्त अभिभावक र जेनजी पुस्ताबीच विषय र संकायका रुचिमा पनि अहिले ठूलो खाडल देखिन्छ । अभिभावक आफ्ना सन्तानलाई विज्ञान वा व्यवस्थापन विषय पढ्न जोड दिन्छन् किनकि यी विषयले भविष्यमा 'राम्रो जागिर' को ग्यारेन्टी गर्छ भन्ने उनीहरूको बुझाइ छ । उनीहरूले आफ्ना सन्तानले कला वा मानविकीजस्ता विषय पढ्दा भविष्यमा केही गर्न सक्दैनन् भन्ने सोच्छन् । तर, जेनजी युवाहरूले आफ्नो रुचिअनुसारका विषय, जस्तै- समाजशास्त्र, मनोविज्ञान, फिल्म मेकिङ, ग्राफिक डिजाइन र डिजिटल मार्केटिङजस्ता विषयमा रुचि देखाउँछन् । उनीहरूले परम्परागत विषयभन्दा सिर्जनात्मकता र डिजिटल सीपले भविष्यमा ठूलो अवसर सिर्जना गर्न सक्छ भन्ने बुझेका छन् । दुवै पुस्ताको सोचमा रहेको यो खाडललाई पुर्न नसके यसले पारिवारिक सम्बन्धमा तनाव मात्र होइन, युवाहरूको भविष्यमा पनि नकारात्मक असर पार्न सक्छ ।

शिक्षण विधिमा परिवर्तनको खाँचो

पारम्परिक 'शिक्षक बोल्छन्, विद्यार्थी

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा

विश्वविद्यालयमा संगठनको बिगबिगी, विचारको शून्यता

प्रेम फ्याक

नेपालमा विश्वविद्यालयको सुधारका बारेमा विभिन्न कोणबाट विश्लेषण र बहस भइरहेका छन् । विश्वविद्यालयका समस्या बहुआयामिक छन् । सार्वजनिक बहसमा राज्यको कमजोर लगानी, स्पष्ट नीतिको अभाव र चरम दलीयकरणले गर्दा विश्वविद्यालयले सोचेजस्तो गति लिन नसकेको चर्चा बढी छ । त्रिभुवन विश्वविद्यालयलाई केन्द्रमा राखेर भइरहेका यस्ता बहसले दलीय भागबन्डाले सिर्जना गरेका समस्यालाई बढी उठाउने गरेका छन् । तर, विश्वविद्यालयले गति लिन नसक्नुमा प्राध्यापककै भूमिकाचाहिँ कति जिम्मेवार छ भन्ने विषयमा त्यति छलफल हुन सकेको छैन । यस लेखमा हामीले त्रिभुवन विश्वविद्यालयमा भएका प्राध्यापकका 'वैचारिक' संगठनहरूको क्रियाकलापका अध्ययनका आधारमा विचार र ज्ञान निर्माणका लागि प्राध्यापकले खेल्न सक्ने भूमिकाका बारेमा छलफल गरेका छौं ।

प्राध्यापक एक चिन्तक प्राध्यापक एक चिन्तक हुन् । उनीहरूको चिन्तनको कुनै भौगोलिक सीमा हुँदैन । प्राध्यापकले गर्ने अध्ययन-अनुसन्धान र प्रकाशनले विश्वविद्यालयको विशिष्ट पहिचान निर्माण गर्छ । अनुसन्धानमुखी विचारले शिक्षा र समाज विकासमा विशिष्ट योगदान गरेको हुन्छ । बीसौं शताब्दीको सुरुवाततिर समाज निर्माणमा शिक्षाको भूमिका कस्तो हुनुपर्ने भन्ने बहस चलिरहेका बेला सिकागो विश्वविद्यालयका प्राध्यापकको चिन्तनले 'सिकागो स्कुल अफ थट' जन्मायो । यही स्कुलले शिक्षा, अर्थशास्त्र र समाजमा उदारवादको जग तयार गर्‍यो । शिक्षाको सवालमा मुख्य गरेर जोन डिवीजस्ता प्राध्यापकहरूले शिक्षाले मानिसलाई प्राविधिक वस्तुका रूपमा मात्र चित्रित गर्न नहुने र परम्परागत एकोहोरो ज्ञान जम्मा गर्ने प्रणालीका विरुद्ध शिक्षालाई सक्रिय, अनुभवमूलक र 'गरेर सिक्ने' माध्यमका रूपमा अघि सार्‍यो । 'प्रोग्रेसिभ एजुकेसन' का रूपमा चिनिने यो चिन्तनले शिक्षालाई पुरातन ज्ञानको ठेली पढाउनेभन्दा वर्तमानका समस्या र जटिलतासँग जुध्न सक्ने बनाउन नयाँ वैचारिक आन्दोलनको रूप लियो । यो चिन्तनले शिक्षालाई प्रजातान्त्रीकरण र स्वतन्त्रता प्राप्तिको साधन बनाउनुपर्ने तर्क अघि सार्‍यो । जोन डिवीले सिकागो विश्वविद्यालयमा आफ्नो प्रगतिशील शिक्षाको अवधारणालाई परीक्षण र लागू गर्न एउटा ल्याब स्कुल नै स्थापना गरे । सिकागो स्कुलको विचारका आधारमा अमेरिका तथा विश्वव्यापी रूपमा ' कोर करिकुलम' को अवधारणाको निर्माण भयो । यही अवधारणालाई आधार मानेर आज विश्वभरिका विद्यालय तथा विश्वविद्यालयमा आधारभूत मानवीय मूल्य मान्यता र प्रजातान्त्रिक चिन्तनलाई सबैले सिक्नुपर्ने विषयका रूपमा राखेर पाठ्यक्रम निर्माण गरिने प्रचलन छ । सोही बेला युरोपतिरका प्राध्यापकहरूले शिक्षालाई आलोचनात्मक चेत निर्माण गर्ने र यथास्थितिमाथि प्रश्न गर्ने सशक्त माध्यमका रूपमा विकास गरे । 'फ्र्याांकफर्ट स्कुल' का नामले चिनिने यो चिन्तनले शिक्षामा विभिन्न आलोचनात्मक सिद्धान्तको निर्माण र पैरवी गर्‍यो । **म्याक्स होर्खेइमर, हर्बट मार्कुज तथा युर्गेन** ह्याबरमासजस्ता अनुसन्धाता र प्राध्यापकहरूको प्राज्ञिक कार्यले वर्गीय समाजमा स्रोत साधन र पुँजीको अधिकारबाट वञ्चित समुदायको सशक्तीकरण, समानता र न्यायका लागि शिक्षाले कसरी काम गर्नुपर्छ भन्ने नयाँ दृष्टिकोण जन्मायो । यही स्कुलले शिक्षा, समाज र अर्थशास्त्रमा स्पष्ट 'समाजवादी' दृष्टिकोणको आधार तयार गर्‍यो । सिकागो र फ्र्याांकफर्ट स्कुलले आजका दुई ठूला विश्वव्यापी विचारधाराको प्रतिनिधित्व गरेका छन् । पछिल्लो समयमा लन्डन स्कुल अफ इकोनोमिक्सका प्राध्यापक एन्थोनी गिडेन्सले 'थर्ड वे' विचारधाराको निर्माण गरे । यो विचारधाराले सिकागो स्कुल र फ्र्याांकफर्ट स्कुलको बीचको नयाँ बाटो रोज्यो । गिडेन्सले प्रस्तुत गरेको 'थर्ड वे' ले परम्परागत समाजवाद र बजारमुखी नवउदारवादी अर्थतन्त्रभन्दा सामाजिक न्याय र बजारीकृत अर्थतन्त्रबीचको सन्तुलनमा जोड दिएको छ । यो विचारधारा यति बलियो र प्रभावकारी भयो कि बेलायतका तत्कालीन प्रधानमन्त्री टोनी ब्लेयर र उनको न्यु लेबर पार्टीले आफ्नो मुख्य राजनीतिक दर्शनका रूपमै यसलाई अघि सार्‍यो । यो विचारधाराले अहिले युरोप, ल्याटिन अमेरिका, अस्ट्रेलिया र एसियाका कैयौं देशको राजनीतिक दिशालाई प्रभाव पारेको छ । यसरी प्राध्यापकहरूले विश्वविद्यालयमा आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक विचारधारा निर्माण गर्छन् । विज्ञान र प्रविधिका नयाँ-नयाँ चिन्तन र आविष्कारहरूको सिर्जना गर्छन् । आज ज्ञान र प्रविधिले यति ठूलो फड्को मार्न र मानव जीवनलाई यति सहज बनाउन सम्भव गराउने तिनै ज्ञानकर्मी र चिन्तक प्राध्यापक हुन् ।

विचारबिनाका 'वैचारिक' संगठन

हाम्रा विश्वविद्यालयमा विभिन्न 'वैचारिक' संगठनहरू क्रियाशील छन् । हामीलाई लाग्थ्यो- 'वैचारिक' भनेर दाबी गरिसकेपछि यी संगठनले शिक्षा र समाज परिवर्तनमा चाहिने सिद्धान्त, विचार, ज्ञान निर्माण र पैरवीमा सशक्त भूमिका खेल्छन् । 'प्रजातान्त्रिक', 'प्रगतिशील' तथा 'समाजवादी' नाम भएका यस्ता प्राध्यापक संगठनहरूले शिक्षा, समाज र राष्ट्र निर्माणका लागि आवश्यक ज्ञान र दर्शन निर्माण गर्नुपर्ने होइन र ? हामीलाई लाग्थ्यो आफूलाई ' प्रजातान्त्रिक' दाबी गर्ने प्राध्यापकले नेपालको शिक्षा र समाज निर्माणमा चाहिने प्रजातान्त्रिक सिद्धान्त, दर्शन र चिन्तनको अध्ययन-अनुसन्धान, निर्माण, पैरवी र प्रकाशन गर्नुपर्ने हो । त्यस्तै 'प्रगतिशील' प्राध्यापकले शिक्षामा प्रगतिशील चिन्तन, ज्ञान र अध्ययन-अनुसन्धानको प्राज्ञिक

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

विदेशी विद्यार्थी र पत्रकारको अमेरिका बसाइमा कटौती हुने

काठमाडौं,१३ भदौ ।

अमेरिकी प्रशासनले विदेशी विद्यार्थी र पत्रकारलाई अमेरिकामा कति समयसम्म बस्न पाउने भन्ने विषयमा कडा प्रतिबन्ध लगाउने निर्णय गरेको छ । प्रस्तावित परिवर्तनअनुसार विदेशी नागरिकले अमेरिकामा विद्यार्थी भिसामा चार वर्षभन्दा बढी बस्न पाउने छैनन् । विदेशी पत्रकारको बसाइको हकमा भने २ सय ४० दिन मात्र बनाइने प्रस्ताव गरिएको छ, यद्यपि उक्त समयपछि पनि पत्रकारले थप २ सय ४० दिनसम्म समयावधि बढाउनका लागि आवेदन दिन सक्ने बताइएको छ । चिनियाँ पत्रकारहरूले भने ९० दिनको भिसा मात्र पाउने छन् । अमेरिकाले हाल सामान्यतया विद्यार्थीको शैक्षिक कार्यक्रम वा पत्रकारको कामको अवधि हेरेर भिसा जारी गर्दै आएको छ, यद्यपि कुनै पनि गैरआप्रवासी भिसा १० वर्षभन्दा बढीका लागि मान्य हुँदैन । फेडरल रजिस्टरमा प्रकाशित प्रस्तावित परिवर्तनहरू लागू हुनुअघि सार्वजनिक टिप्पणीका लागि राखिएको छ । ट्रम्पको 'डिपार्टमेन्ट अफ होमल्यान्ड सेक्युरिटी' ले अनिर्दिष्ट संख्यामा रहेका विदेशी विद्यार्थीले अनिश्चितकालसम्मका लागि आफ्नो अध्ययन लम्ब्याएको आरोप लगाएको छ । 'विगतको प्रशासनले विदेशी विद्यार्थी र अन्य भिसा वाहकलाई अनिश्चितकालका लागि अमेरिकामा बस्न अनुमति दिएको छ, जसले सुरक्षा जोखिम निम्त्याएको छ, करदाताको डलर खर्च गरेको छ र अमेरिकी नागरिकलाई असुविधा भएको छ,' विभागले बुधबार जारी गरेको विज्ञप्तिमा भनिएको छ ।
वाणिज्य विभागको तथ्यांकअनुसार २०२३ मा अमेरिकी अर्थतन्त्रमा ५० अर्ब डलरभन्दा बढी योगदान पुऱ्याएका अन्तर्राष्ट्रिय विद्यार्थीले अमेरिकी नागरिक र करदातालाई कसरी चोट पुऱ्याएका छन् भन्नेबारे विभागले केही बताएको छैन । संयुक्त राज्य अमेरिकाले २०२३ र २०२४ को शैक्षिक सत्रमा ११ लाखभन्दा बढी अन्तर्राष्ट्रिय विद्यार्थीलाई भिसा प्रदान गरेको छ, जुन कुनै पनि अन्य देशको तुलनामा बढी हो ।
विदेशी विद्यार्थीले सामान्यतया पूर्ण ट्युसन शुल्क तिर्ने हुँदा यसले राजस्व संकलनमा पनि ठूलो योगदान पुऱ्याउँदै आएको छ ।
अमेरिकी कलेज र विश्वविद्यालयको नेतृत्व गर्ने एक समूहले अमेरिकी प्रशासनको पछिल्लो कदमलाई अनावश्यक नोकरशाही अवरोधका रूपमा निन्दा गर्दै यसले शैक्षिक निर्णय प्रक्रियामा हस्तक्षेप गरेको आरोप लगाएको छ । यसले सम्भावित विद्यार्थीलाई थप रोक्न सक्ने र रोजगारी सिर्जनामा अवरोध पुऱ्याउन सक्ने देखिन्छ ।

'यो प्रस्तावित नियमले विश्वभरका प्रतिभाशाली व्यक्तिहरूलाई अमेरिकामा उनीहरूको योगदानको कदर गरिएको छैन भन्ने सन्देश दिन्छ,' उच्च शिक्षा र आप्रवासनसम्बन्धी 'प्रेसिडेन्ट्स एलायन्स' का अध्यक्ष तथा प्रमुख कार्यकारी अधिकृत मिरियम फेल्डब्लम भन्छन्, 'यो अन्तर्राष्ट्रिय विद्यार्थीका लागि मात्र हानिकारक छैन, यसले अमेरिकी कलेज र विश्वविद्यालयहरूको उच्च प्रतिभालाई आकर्षित गर्ने क्षमतालाई पनि कमजोर पार्छ, यसले हाम्रो विश्वव्यापी प्रतिस्पर्धात्मक क्षमतालाई कम गर्छ ।'

राजधानी किभकै केन्द्रमा रुसी हमला, कम्तीमा १७ को मृत्यु

काठमाडौं,१३ भदौ ।

युक्रेनको राजधानी किभको केन्द्रमा बिहीबार बिहान रुसले गरेको ठूलो हवाई हमलामा कम्तीमा १७ जनाको मृत्यु भएको छ भने ४८ जना घाइते भएका छन् । उक्त हमलामा परी युरोपेली संघको कूटनीतिक कार्यालयसमेत क्षतिग्रस्त भएको छ । युक्रेनका अधिकारीका अनुसार तीन वर्षदेखि चलिरहेको युद्धमा रुसले किभमाथि गरेको यो पहिलो ठूलो हमला हो । उक्त हमलामा ५ सय ९८ ड्रोन र ३१ वटा विभिन्न प्रकारका मिसाइलहरू प्रयोग भएको युक्रेनको वायुसेनाले जनाएको छ । रुसको रक्षा मन्त्रालयले उक्त हमला युक्रेनको सैन्य हवाई अड्डा र सैन्य औद्योगिक क्षेत्रलाई लक्षित गर्दै भएको दाबी गरेको छ । क्रेमलिनले बिहीबारको हवाई हमलाको बाबजुद पनि शान्ति वार्ता जारी राख्न चासो राखेको बताएको छ । युक्रेनले रुसी हमलाले सर्वसाधारणलाई निसाना बनाएको र धेरै गैरसैनिकको ज्यान गएको बताएको छ । किभका १० वटै जिल्लाका ३३ स्थानमा प्रत्यक्ष हमलाका कारण क्षति पुगेको जनाइएको छ । हमलामा परी २ देखि १७ वर्ष उमेर समूहका ४ जना बालबालिकाको मृत्यु भएको किभ सहर प्रशासनका प्रमुख टिमुर तकाचेन्कोले बताए । मृतक र घाइतेको संख्या अझै बढ्न सक्ने अनुमान गरिएको छ । हमलामा सहरको एक सपिङ मलसहित करिब १ सय भवनहरूमा क्षति पुगेको छ । स्थानीय ओलेक्जेन्डर खिल्कोले आफ्नी बहिनी बस्ने भवनमा मिसाइल हमला भएको र तीन जनालाई उद्धार गरेको बताए ।

'सर्वसाधारणमाथि आक्रमण गर्नु निकै अमानवीय छ, यो युद्ध चाँडै अन्त्य होस् भन्ने मेरो चाहना छ,' उनले भने । युक्रेनी राष्ट्रपति भोलोदिमिर जेलेन्स्कीले रुसले वार्ताको सट्टा आक्रमण जारी राखेको भन्दै आलोचना गरिरहेका छन् । 'रुसले वार्ताको टेबलको सट्टा ब्यालिस्टिक रोजेको छ,' जेलेन्स्कीले किभ हमलापछि 'एक्स' मा लेखेका छन्, 'जसले शान्तिका लागि निरन्तर आह्वान गर्दै आएका छन्, हामी उनीहरूबाट यो हमलाका बारेमा प्रतिक्रियाको अपेक्षा गर्छौं । तर सबै सिद्धान्ततः अडान लिनुको सट्टा प्रायः मौन बस्छन् ।' जेलेन्स्कीले युक्रेन बिनासर्त पनि शान्ति सम्झौताका लागि तयार रहेको उल्लेख गर्दै रुसलाई पनि वार्ताको टेबलमा आउन बाध्य पार्ने गरी उसको अर्थतन्त्रलाई कमजोर पार्ने गरी अमेरिकाले उसमाथि कडा प्रतिबन्धहरू लगाउन माग गरेका छन् ।

गरिब तथा वातावरणिय कृषि विकास -दिगो विकासको आधार

महागढीमाई नगरपालिकाको कार्यालय
कलैया, बारा

दैवी प्रकोपबाट बच्न सतर्कता अपनाऔं ।

कालिकामाई गाँउपालिकाको कार्यालय, पर्सा

वातावरण हामी सबैको साझा सम्पत्ति हो ।

जगरनाथपुर गाँउपालिकाको कार्यालय, पर्सा

करिअर छनोटमा जेनजी.....

सुन्छन्' भन्ने विधि अब अप्रभावकारी भइसकेको छ । अहिलेका अभिभावकले खोजेका विद्यालयले विद्यार्थीलाई निष्क्रिय श्रोता होइन, सक्रिय सिकारु बनाउनुपर्छ । अबको समय शिक्षक सक्रिय होइन, विद्यार्थी सक्रिय रहने समय हो, जसका लागि यी विधि महत्त्वपूर्ण र प्रभावकारी हुन सक्छन् : परियोजनामा आधारित सिकाइ : विद्यार्थीलाई पाठ्यक्रममा आधारित कुनै एक परियोजनामा काम गर्न लगाइन्छ, जहाँ उनीहरूले सैद्धान्तिक ज्ञानलाई व्यावहारिक रूपमा प्रयोग गर्न पाउँछन् । उदाहरणका लागि, विद्यार्थीलाई 'नेपालको सांस्कृतिक सम्पदा' विषयमा एउटा परियोजना दिन सकिन्छ । यस परियोजनामा उनीहरूले आफ्नो नजिकैको मन्दिर, गुम्बा वा ऐतिहासिक ठाउँबारे अनुसन्धान गर्न सक्छन्, स्थानीय मानिससँग कुराकानी गर्न सक्छन् र त्यसको इतिहास र महत्त्वबारे लेख्न सक्छन् । साभार ईकान्तिपुर ।

विश्वविद्यालयमा संगठन....

नेतृत्व गर्नुपर्ने हो । विडम्बना ! यी संगठन विचार निर्माण गर्नेभन्दा दलका भ्रातृ संगठनका रूपमा दलीय स्वार्थ प्राप्तिमै व्यस्त रहेका देखिन्छन् । यिनीहरूले विगत दुई दशकमा गरेका कार्य र प्रकाशनको हाम्रो अध्ययनले यी संगठनमा वैचारिक चिन्तन र ज्ञान निर्माणमा हुनुपर्ने जिम्मेवारी र भूमिका शून्यप्रायः नै छ भन्ने देखाउँछ ।
वैचारिक प्राध्यापक संगठनको विगत दुई दशकको कार्य विश्लेषण गर्दा यिनीहरू मुख्यतया निम्न चार कार्यमा बढी तल्लीन देखिन्छन् । पहिलो, दलीय आधारमा सदस्यता वितरण, नवीकरण र अधिवेशन गर्ने र दलको कार्यक्रममा सहभागिता जनाउने । कतिपय यस्ता अधिवेशनमा राजनीतिक गुटको प्रतिनिधित्व गर्दै नेतृत्व प्राप्त गर्न लबिइङ गर्ने । दोस्रो, विश्वविद्यालयका विभिन्न पदमा भागबन्डा गर्न दलीय शक्ति प्रयोग गरेर मानवशास्त्री डोरबहादुर विष्टले भनेझैं 'आफ्नो मान्छे' नियुक्ति गर्न-गराउन पहल गर्ने । अनि आफूअनुकूल नियुक्ति नभए त्यस्तो नेतृत्वलाई असहयोग गर्ने, दबाब दिने वा तालाबन्द गर्ने । तेस्रो, सेवा र सुविधाका लागि मागपत्र, ज्ञापनपत्र प्रस्तुत गर्ने र आन्दोलन गर्ने । चौथो, सामाजिक कार्यहरू जस्तै शुभकामना आदानप्रदान, स्वागत, बिदाइ, सम्मान, चियापान, पिकनिक आदि कार्यक्रम गर्ने । यस्ता कार्यक्रममा आफ्ना दलका नेताहरू बोलाएर अतिथि बनाउने, चाकडी गर्ने र उनीहरूको भाषण सुन्ने । साभार ईकान्तिपुर ।

पर्सामा हैजाको प्रकोप.........

मानिसलाई टोक्दा रोग फैलिन्छ ।
रोगले मस्तिष्कमा गम्भीर असर पुऱ्याउँदै उच्च ज्वरो, टाउको दुख्ने, वाकवाकी, चक्कर, मानसिक भ्रम ल्याउँछ । गम्भीर अवस्थामा पक्षाघात वा मृत्युसम्म हुन सक्छ । तथ्यांकअनुसार, संक्रमितमध्ये करिब ३० प्रतिशत बिरामीले ज्यान गुमाउने गरेका छन् । **वीरगञ्जका लागि खतरा** तराई क्षेत्रलाई यो रोगको उच्च जोखिम क्षेत्र मानिन्छ । हाल पर्सामा दुई बिरामी पुष्टि भएपछि वीरगञ्जमा विशेष सतर्कता आवश्यक भएको जनस्वास्थ्य अधिकृत ठाकुरले बताए । "लक्षण देखिएलगत्तै स्वास्थ्य संस्थामा पुगेर उपचार गर्नुपर्छ । समयमै उपचार भए अपाङ्गता वा मृत्युबाट जोगाउन सकिन्छ," उनले भने । **बच्ने उपायहरू** डा. गौतमका अनुसार यो रोग डेंगीभन्दा पनि जोखिमपूर्ण छ । रोग नियन्त्रणका लागि लामखुट्टेको टोकाइबाट जोगिन आवश्यक सतर्कता अपनाउनुपर्छ । हैजा संक्रमणकै बीचमा वीरगञ्जमा जापनिज इन्सेफलाइटिस देखा पर्नु स्थानीय स्वास्थ्य प्रणालीका लागि थप चुनौती बनेको छ । स्वास्थ्यकर्मीहरूले सामुदायिक सतर्कता र व्यक्तिगत सावधानीलाई नै रोग नियन्त्रणको मुख्य उपाय भन्दै आएका छन् ।

बीरगञ्जमा हैजा निको........

बताएअनुसार, सबै उपचार निःशुल्क हुने भएपछि बिरामीको भीड बढेको हो । बीरगन्जमा हैजाका बिरामी ६ गतेदेखि फेला परेको थियो ।

नेपाल-भारत क्रस...............

मुलुकबीच दीर्घकालिन साझेदारीमा आधारित सहकार्य आवश्यक रहेको बताए ।

बीरगञ्जमा हैजा नियन्त्र.....

सुधार गर्न व्यवस्थापनलाई आग्रह गर्दै थापाले, "म स्वास्थ्य मन्त्री हुँदा वीर अस्पताल सफा राख्न नसकेको स्वीकार्छु । अहिले हैजाको प्रकोप फैलिएको बेला नारायणी अस्पतालमा सरसफाइलाई अझ प्राथमिकतामा राख्न आवश्यक छ," भने । यसअघि उनले अस्पतालमा भर्ना भएका हैजा तथा झाडापखालाका बिरामीलाई भेटी स्वास्थ्य अवस्थाबारे जानकारी लिएका थिए ।

रगत अभाव घटाउन...........

रेडक्रस सोसाइटी पर्साका सभापति बृजकिशोर पटेललगायत विभिन्न सामाजिक व्यक्तित्वहरूको पनि उपस्थिति थियो ।

दोब्बर महँगियो................

गन्तव्यहरू – विराटनगर, भैरहवा, जनकपुर, नेपालगन्ज र धनगढी तर्फ पनि यात्रुहरूलाई सामान्य भन्दा धेरै भाडा तिर्नुपर्ने अवस्था आएको छ । नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरणका सूचना अधिकारी ज्ञानेन्द्र भूलका अनुसार, हवाई टिकटको मूल्य वायुसेवा सञ्चालन लागत, इन्धन मूल्य, इन्जिन मर्मत र

स्वास्थ्य

खाना र निद्राबीच के छ सम्बन्ध ?

कहिलेकाहीं राति धेरै खाना खाएपछि बिहान भारीपन महसुस हुन्छ । कहिले त पेटभरि खाना खाँदा निद्रामा समेत असर पर्छ । भारी र धेरै तेल-मसला भएको खानालाई पचाउन हाम्रो शरीरले अतिरिक्त प्रयास गर्नुपर्छ, जसले निद्रामा बाधा पुऱ्याउँछ ।
केही खाना र पेय पदार्थहरूबाट बचेर आफ्नो निद्रालाई सुधार गर्न सकिन्छ । सुत्नुअघि केही खास प्रकारका खानाहरूको सहयोगले निद्राको गुणस्तर सुधार गर्न सकिन्छ । धेरै अनुसन्धानहरूले रातमा केही विशेष खाद्य पदार्थहरू निद्रा सुधार गर्न सहयोगी हुने पत्ता लगाएका छन् । त्यस्तै, केही अनुसन्धानहरूले सुत्नुअघि किवी फल खानु पनि फाइदाजनक हुन सक्छ भन्ने बताएका छन् । **राम्रो निद्राका लागि के गर्ने ?** केही अनुसन्धानका अनुसार सुत्नुअघि तातो दूध पिउनाले निद्रा आउन सहयोग गर्छ । दूधमा ट्रिप्टोफानको मात्रा धेरै हुन्छ, जसले शरीरले मेलाटोनिन नामक हर्मोन बनाउँछ । यो हर्मोन निद्रा ल्याउन सहयोगी हुन्छ । मेलाटोनिनले हाम्रो सुत्ने र ब्यूँझने चक्रलाई नियन्त्रण गर्छ । दिन ढल्दै जाँदा शरीरमा यसको स्तर स्वाभाविक रूपमा बढ्छ । यसबाहेक केही खास खाद्य पदार्थहरू मार्फत पनि मेलाटोनिन प्राप्त गर्न सकिन्छ । यसमा अण्डा, माछा, नट्स र सिड्सहरू आदि पर्छन् । मेलाटोनिनले भरपूर खाद्य पदार्थहरूले निद्राको गुणस्तर सुधार गर्न र लामो समयसम्म सुत्न सहयोग गर्न सक्छन् । यद्यपि, केही अनुसन्धानहरूले यो पनि बताउँछन्-केवल एउटा खाना वा पेय पदार्थले निद्रा सुधार गर्न पर्याप्त हुँदैन, बरु यसका लागि समग्र आहारको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।
मेरी पियरे सेन्ट-ओन्ज, न्यूयोर्कस्थित कोलम्बिया विश्वविद्यालयको इन्स्टिच्युट अफ ह्युमन न्यूट्रिशनमा पोषण चिकित्साकी प्रोफेसर हुन् । उनी भन्छिन्, 'यदि दिनभर खराब खाना खाएर र सुत्नुअघि किवी खानाले निद्रा पर्याप्त हुन्छ, भन्नु गलत हो ।' उनको भनाइ अनुसार शरीरले निद्रा ल्याउने न्यूरोकेमिकल्स बनाउन खानाबाट पोषक तत्वहरू निकाल्न समय लाग्छ र यो प्रक्रिया केही घण्टामै पूरा हुँदैन । बरु, हामीले दिनभर के खान्छौं, त्यसले नै निद्राको गुणस्तरमा असर गर्छ । **खानाको समय र तरिका** निद्राका लागि सबैभन्दा फाइदाजनक आहारमा तजा अन्नबाट तयार गरिएको खाद्य हो जुन बिरुवाहरूबाट प्राप्त हुन्छ । साथै, दूधजन्य उत्पादनहरू र माछाजस्ता कम चिल्लो भएको प्रोटिन पनि फाइदाजनक मानिन्छन् । मिशिगन विश्वविद्यालयकी सहायक प्रोफेसर एरिका जान्सनको २०२१ को अध्ययन अनुसार तीन महिनासम्म नियमित रूपमा धेरै फलफूल र तरकारीहरू खाने व्यक्तिहरूको निद्रामा उल्लेखनीय सुधार भएको देखायो । जसको आहार राम्रो हुन्छ, उनीहरूको निद्रा पनि राम्रो हुन्छ । उनीहरूले राम्रो निद्राको कारणले नै राम्रो खाना खाइरहेको भन्ने पनि सम्भावना रहेको उनी बताउँछिन् । जान्सनले पत्ता लगाइन् जुन महिलाहरूले दिनमा तीन वा त्योभन्दा धेरै पटक फलफूल र तरकारीहरू खान थाले, उनीहरूमा निद्रा नआउने लक्षणहरूमा सुधार हुने सम्भावना दोब्बर भन्दा बढी थियो ।

बीरगन्जमा हैजा नियन्त्रणका लागि तीनै सुरक्षा निकायका स्वास्थ्यकर्मी परिचालित हुने : प्रधानमन्त्री ओली

काठमाडौं,१३ भदौ ।

प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले बीरगन्जमा फैलिएको हैजा नियन्त्रणका लागि सरकारले नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरीका स्वास्थ्यकर्मी र डाक्टरहरू परिचालित गर्ने निर्णय गरेको बताएका छन् । शुक्रबार संसदमा सम्बोधन गर्दै ओलीले स्वास्थ्य मन्त्रालयको समन्वयमा तीव्र रूपमा रोग नियन्त्रणका लागि आवश्यक बजेट व्यवस्था गरिएको जानकारी दिए । उनले भने, "यस रोगलाई सकेसम्म छिटो नियन्त्रण गर्न, बिरामीलाई उपचार गरेर निको पार्न र थप फैलिन नदिने प्रयास भइरहेको छ ।" प्रधानमन्त्रीका अनुसार, सरकारले हैजाको स्रोत पत्ता लगाउने काम पनि गरिरहेको छ । "यस रोगको स्रोत के हो, कहाँबाट फैलियो, खानेपानी वा

ढलबाट कि अन्य स्रोतबाट फैलियो भन्ने अनुसनन भइरहेको छ," उनले बताए । उनीहरूले नारायणी उपक्षेत्रीय अस्पतालमा बिरामीहरूको निःशुल्क उपचार भइरहेको र कोरोनाकालमा नेपाली सेनाले बनाएको अस्पताललाई प्रयोग गरेर उपचारको व्यवस्था मिलाउने प्रयास भइरहेको जानकारी दिए। बीरगन्जमा अहिलेसम्म ६२४ जना हैजा तथा झाडापखालाबाट सङ्क्रमित भइसकेका छन् । तीमध्ये ४३७ जना निको भएर घर फर्किसकेका छन् भने १८७ जना अझै उपचाररत छन् । पछिल्लो २४ घण्टामा मात्रै ८४ जना नयाँ बिरामी थपिएका छन् । यसैबीच, हालसम्म ३ जनाको मृत्यु भएको छ ।

मधेश प्रदेशसभा अर्को सूचना नभएसम्मका लागि स्थगित

जनकपुर,१३ भदौ ।

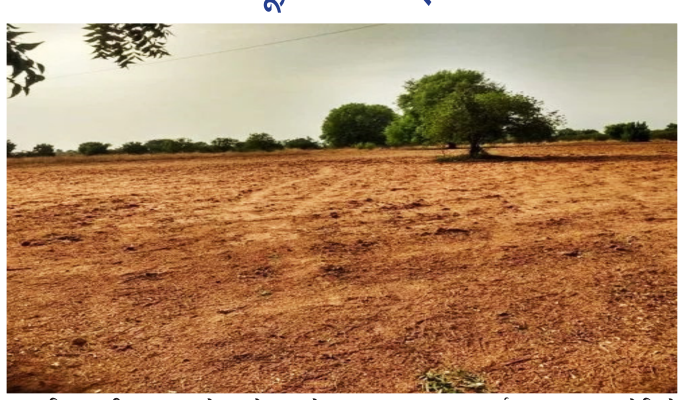
प्रतिपक्षी दलको विरोधका कारण मधेश प्रदेशसभाको बैठक अर्को सूचना नभएसम्म स्थगित भएको छ। शुक्रबार छैटौं अधिवेशनको दोस्रो बैठक सुरु हुँदै गर्दा प्रतिपक्षी दलले उठेर विरोध जनाएका थिए । नेकपा (माओवादी केन्द्र) का सांसद जवाहरलाल कुशवाहाले बजेट असमान र बिचौलियाको प्रभुत्वमा आएको आरोप लगाउँदै अर्थमन्त्रीको राजीनामा माग गरे । उनले भने, "बजेट ल्याउने प्रक्रियामा वित्तीय अनुशासन उल्लङ्घन भएको छ, त्यस कारण हामीले राजीनामा माग गरेका छौं । राजीनामा नआएसम्म सदन अवरुद्ध गर्नेछौं ।" सत्तापक्षका नेपाली कांग्रेसका सांसद कुमरकान्त झाले भने सरकार र अर्थमन्त्रीको बचाउ गर्दै प्रतिपक्षले समाधान खोज्न नचाहेको

आरोप लगाए । उनले सर्वदलीय बैठकमा छलफल गर्न आग्रह गर्दै भने, "झगडा अन्त्य हुन्छ, तर रगडा कहिल्यै अन्त्य हुँदैन । सकारात्मक सोच लिएर आउनुपर्छ ।" सरकारले प्रतिपक्षको अनुपस्थितिमा बजेट पारित गरेको थियो । प्रदेशसभामा चार सय ६१ पृष्ठको रेडबुक प्रस्तुत गरिएको भए पनि पछि कार्यदलले सात सय ५५ पृष्ठको रेडबुक भएको फेला पारेको थियो । प्रतिपक्षले चार सय ६१ पृष्ठलाई मात्र मान्यता दिन र बाँकी योजनालाई खारेज गर्न माग गर्दै आएको थियो ।

घरजग्गा कारोबारमा नयाँ नियम लागू, अब लाइसेन्स अनिवार्य

काठमाडौं,१३ भदौ ।

सरकारले मालपोत नियमावली, २०३६ संशोधन गरी घरजग्गा कारोबारका लागि लाइसेन्स अनिवार्य गरेको छ। नयाँ नियमावली राजपत्रमा प्रकाशित भइसकेको छ र यसले घरजग्गा व्यवसायलाई थप व्यवस्थित बनाउने अपेक्षा गरिएको छ । नियमअनुसार अब घरजग्गा व्यवसाय गर्न चाहने हरेक व्यक्ति वा कम्पनीले इजाजतपत्रका लागि निवेदन दिनुपर्नेछ । कारोबारको रकमअनुसार शुल्क तोकिएको छ । पाँच करोड रुपैयाँसम्मको कारोबार गर्ने व्यवसायीले ५ लाख रुपैयाँ र पाँच करोडभन्दा बढी कारोबार गर्नेले १० लाख रुपैयाँ शुल्क तिर्नुपर्नेछ । इजाजतपत्र नवीकरणका लागि पनि शुल्क तोकिएको छ; तोकिएको



समयभित्र नवीकरण नगरे कारोबारको प्रकृतिअनुसार ४ लाख वा ८ लाख रुपैयाँ जरिवाना लाग्ने व्यवस्था छ। नयाँ नियमले व्यवसायमा पारदर्शिता र जवाफदेहिता बढाउने लक्ष्य राखेको छ । व्यवसायीले गलत सूचना, नक्शा, मूल्य वा स्वामित्वसम्बन्धी झूटो विवरण दिन पाउने छैनन् । इजाजतपत्र कार्यालयमा स्पष्ट देखिने गरी राख्नुपर्नेछ र प्रत्येक आर्थिक वर्षको कारोबारको अभिलेख तीन महिनाभित्र विभागमा पेश गर्नुपर्नेछ। यस्ता व्यवस्थाले घरजग्गा कारोबारलाई थप नियमन गर्ने र उपभोक्ताको हित संरक्षण गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

देशभरका स्थानीय तहमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत खटाइयो

काठमाडौं,१३ भदौ ।

सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयले देशभरका सबै गाउँपालिका र नगरपालिकामा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत (प्र.प्र.अ.) खटाएको छ । मन्त्री भगवती न्यौपानेका अनुसार, यसअघि १०५ नगरपालिका र ८६ गाउँपालिका निमित्त प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको भरमा सञ्चालन हुँदै आएका थिए । तर, अब सबै तहमा स्थायी प्र.प्र.अ. पठाइसकिएको छ। मन्त्रालयका अनुसार, पारदर्शिता र कार्यकुशलता बढाउने उद्देश्यले लामो समयदेखि मन्त्रालय वा उपत्यका-केन्द्रित कार्यालयमा कार्यरत, स्थानीय तहमा अनुभव नजमाएका, प्रदेशमा खटिएका वा फाजिलमा रहेका कर्मचारीहरूलाई प्राथमिकतामा राखेर खटनपटन गरिएको हो । यससँगै, निमित्त प्र.प्र.अ.लाई दिइएको आर्थिक र प्रशासनिक अधिकार स्वतः खारेज भएको छ ।

स्रोतका अनुसार, ९ उपमहानगरपालिका र १ महानगरपालिकामा दरबन्दीअनुसार सहसचिवस्तरीय प्र.प्र.अ. खटाउने तयारी पनि मन्त्रालयले थालेको छ ।

जनमत पार्टी राम मनोहर यादवको स्मृति दिवस मनाउने

जनकपुर,१३ भदौ ।

जनमत पार्टीले भाद्र १५ गते आफ्नो 'स्वराज आन्दोलनका प्रथम वीर शहीद' राम मनोहर यादवको आठौं स्मृति दिवस मनाउने भएको छ । यस अवसरमा पार्टीले देशभरका सबै वडा, जिल्ला सदरमुकाम र पार्टी कार्यालयहरूमा श्रद्धाञ्जली कार्यक्रम आयोजना गर्ने जनाएको छ। पार्टीका केन्द्रीय प्रवक्ता डा. शरद सिंह यादवका अनुसार, साँझ ७ बजे शहीद यादवको तस्बिरमा दीप तथा मैनबत्ती प्रज्वलन गरी श्रद्धाञ्जली अर्पण गरिनेछ ।

पार्टीले आफ्ना वडा समिति र जिल्ला समन्वय समितिलाई यो कार्यक्रम सञ्चालन गर्न निर्देशन दिएको छ। कार्यक्रमको उद्देश्य राम मनोहर यादवको 'स्वराज आन्दोलन'मा योगदान सम्झनुका साथै पार्टीका कार्यकर्ताहरूमा त्याग र समर्पणको भावना जगाउनु रहेको बताइएको छ ।

जनमत पार्टीले विगतदेखि आफ्ना शहीदहरूको सम्मान र स्मरणलाई निरन्तरता दिँदै आएको छ ।

दोब्बर महँगियो दसैंका लागि हवाई टिकट

काठमाडौं,१३ भदौ ।

महान् चाड दसैं नजिकिँदै जाँदा आन्तरिक हवाई यात्राका टिकट मूल्य आकाशिएको छ । काठमाडौंबाट बाहिर जाने यात्रुको चाप बढेसँगै दुर्गमदेखि सुगम गन्तव्यसम्मका टिकट मूल्य सामान्य भन्दा झण्डै दोब्बर पुगेका छन् । वायुसेवा कम्पनीका अनुसार अहिले विभिन्न गन्तव्यतर्फका करिब ४० प्रतिशत टिकट बुक भइसकेका छन् । तुम्लिङटार, लुक्ला, सिमकोट, डोल्पा, रुम्जाटार, भोजपुर र खानीडाँडा जस्ता दुर्गम गन्तव्यमा त महँगो शुल्क तिरेर पनि टिकट पाउन मुस्किल भएको छ । बुद्ध एयरका सूचना अधिकृत दीपेन्द्र कर्ण भन्छन्, "दसैं आउन करिब एक महिना बाँकी रहँदै सुगम गन्तव्यतर्फका ४० प्रतिशत उडान बुक भइसकेका छन्। तुम्लिङटारतर्फका सबै टिकट बिक्री भइसकेका छन्।" श्री एयरलाइन्सका प्रबन्धक अनिल मानन्धरका अनुसार, दसैं लक्षित यात्राका करिब ५० प्रतिशत टिकट पहिले नै होल्ड वा बुक भइसकेका छन् । उनले भने, "वायुसेवा प्राधिकरणले

तोकेको अधिकतम दरभित्रै टिकट राखिन्छ । तर माग बढेसँगै सस्तो दरको टिकट छिट्टै सकिन्छ र यात्रु महँगो टिकट किन्न बाध्य हुन्छन् ।" दुर्गम विमानस्थलमा जहाजको सङ्ख्या सीमित भएकाले टिकट पाउन झन् कठिन बनेको छ भने सुगम

बाँकी तेश्रो पृष्ठमा

२७ किलो गाँजासहित युवक पक्राउ

जनकपुर,१३ भदौ ।

सर्लाहीको लालबन्दी नगरपालिका-१४ कामिटारका २० वर्षीय सन्ते ब्लोनलाई प्रहरीले २७ किलो गाँजासहित पक्राउ गरेको छ। इलाका प्रहरी कार्यालय लालबन्दीका प्रहरी निरीक्षक बिरेन्द्र जोहारीका अनुसार, बाग्मती प्रदेश-०२-०४२ प ४०५३ नम्बरको मोटरसाइकलमा सवार दुई जनाको खानतलासी गर्दा पाँच पोका गाँजा बरामद भएको हो। पक्राउ परेका ब्लोनसँगै रहेका अर्का युवक भने प्रहरीलाई चक्मा दिई फरार भएका छन् ।

मोटरसाइकल र बरामद गाँजा नियन्त्रणमा लिएर थप अनुसन्धान अघि बढाइएको प्रहरीले जनाएको छ ।

जन्म दर्ता,मृत्यु दर्ता,विवाह दर्ता,सम्बन्ध बिच्छेद एवम बसाई सराई जस्ता व्यक्तिगत घटना समयमै दर्ता गराऔं ।
बारागढी गाउँपालिकाको कार्यालय, बारा

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

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

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