

# नयाँ सन्दर्भ साप्ताहिक

Naya Sandarbha Weekly

**सबैको रोजाई**  
मेची अञ्चल मै एक मात्र सबै रोगहरुको भरपर्दो उपचारका लागि अत्याधुनिक उपकरण जडित चिचिचलनीय चिकित्साकहरु भएको चिकित्सा प्रतिष्ठान अध्यक्ष : गोपालकुमार बस्नेत  
**वित्तासिटी हस्पिटल**  
वित्तामोड, भापा

वर्ष : २५ अंक : १८ पृष्ठ ६ भद्रपुर वि.सं. २०७७ मंसिर २१ (December 6, 2020) नेपाल सम्वत् १९४९ मूल्य : रु.१०१-

## भापाबाटै गुटको अन्त्य हुन्छ : बुढाथोकी



**—केशव कुमार बुढाथोकी**  
**—विनोद सापकोटा**  
दुधै । नेपाली कांग्रेसका नेता केशव कुमार बुढाथोकीले भापालाई गुट रहितको जिल्ला बनाउन पार्टीका नेता कार्यकर्तासंग अनुरोध गरेका छन् । भापाको शिवसताक्षीमा विपन्न परिवारको घर निर्माण शिलान्यास कार्यक्रममा बोल्दै पार्टीका केन्द्रिय सदस्य समेत रहेका नेता बुढाथोकीले पार्टीमा गुटको राजनीति भए त्यसले नेता र कार्यकर्ता दुवैलाई फाइदा नहुने बताए । 'मैले पार्टीका पुर्व महामन्त्री कृष्ण सिटौला, पार्टीका प्रवक्ता विश्व

प्रकाश शर्मा, पार्टीका भापा सभापति उद्धव थापा लगायतसंग भापालाई गुट रहितको जिल्लाका रुपमा मुलुकमा चिनाउन पार्टीले अभियानका रुपमा कार्यक्रम अघि सार्नुपर्ने सुझाव दिएको छु । उहाँहरूले भापा मात्र होइन, मुलुकलाई यो समस्याबाट मुक्त गराउन सबै नेता र कार्यकर्ता लामु पर्ने बताउनु भएको छ ।'  
भापामा पार्टीलाई बलियो बनाउन गुटको राजनीति छाड्न पनि नेता बुढाथोकीले कार्यकर्तालाई आग्रह गरे । उनले भने 'प्लिज अब गुटको कुरा छोडौं, पार्टीलाई बलियो बनाउन नयाँ अर्थ बढाउन पुराना पुस्ताका नेताले पार्टीलाई सघाएर युवा पुस्तालाई पदीय जिम्मेवारी दिनुपर्ने पनि उनले सुझाव दिएका छन् ।  
'हामी पुराने नेताले पदीय जिम्मेवारी लिने काममा अर्भैपनि लडाईं गर्नु भने युवा पुस्ता पार्टीबाट पलायन हुने छन् । पछिल्ला दिनमा नेकपा पार्टी भित्रको विवादका कारण उनीहरूका कार्यकर्ता वाक्क दिक्क भएर नेपाली कांग्रेसमा प्रवेश गर्नेको जनलहर बढिरहेका बेला

उनिहरूलाई समेत समेट्दै पार्टीअघि बढनुपर्नेमा उनले सुझाव दिए ।  
नेकपाको आपसी लडाइबाट दिक्दार भएका अन्तरपार्टीका कार्यकर्ता नेपाली कांग्रेसमा प्रवेश गर्न आए भने क्षमता अनुसारका जिम्मेवारी पनि दिनुपर्ने उनले सुझाव दिए । 'कसैलाई हाल गोठाला बनाउन, पार्टीमा हुर्मत लिनका लागि मात्र ल्याइनु हुन्न । कुनै पद वा जिम्मेवारी दिनु भनेर ल्याउनुपर्ने हुदैन । तर, उसको क्षमता छ भने आफू भन्दापनि मार्थीको पदिय जिम्मेवारी दिन पनि सक्नु पर्छ,' उनले भने ।  
पूर्व सामान्य प्रशासनमन्त्री समेत रहेका बुढाथोकीले नेकपाको बेमेल दुई शक्तिशाली राष्ट्रको भगडाका कारण भएको बताएका छन् । उनले भने 'नेकपाको भगडा यो हुँदै होइन । नेकपाको बेमेलको खेल भारत र चिनले अगुलो भोसे जस्तो अनुसरको हुन्छ । भारत र चिनको ईच्छा अनुसार नेकपाको भगडा भएको हो । भारत र चिनले चाह्यो भने नेकपा मिलिकै फुटाउन र जुटाउन सक्छ । यी दुई देशसंग त्यो क्षमता छ ।'  
पार्टीका भापा सभापति उद्धव थापाले

नेपाली कांग्रेस शिवसताक्षीले गरिब जनता चिनेर उनीहरूको पुर्नस्थापनाका लागि गरेको यो अनुकरणीय कार्यको जिल्ला कार्यसमितिले खुलेर प्रसंसा गर्ने बताए । 'जनताको मन भित्रको पार्टी भनेकै नेपाली कांग्रेस हो भनेर देखाउनु भयो । सिक्ने नगर कार्यसमितिलाई धन्यवाद,' उनले भने ।  
कार्यक्रममा पार्टीका नगर सभापति पशुराम हुँगानाले पत्रकारले लेखेको सहि समाचारका कारण गरिब तथा विपन्न परिवारकी एकल महिलाले आवासका लागि घर पाएको बताए । पार्टीको ११ नम्बर वडा समितिले जग्गा र नगर समितिको समन्वयमा घर निर्माण हुने उनले बताएका छन् । उनले भने, 'फागुन ७ गते प्रजातन्त्र दिवसका दिन स्थानीय भीमाकुमारी चौधरी राईले ३ कोठा सहितको आरसीसी घर उपहार पाउने छन् ।'  
कार्यक्रम भीमाकुमारी चौधरी राईको आवास निर्माण उपभोक्ता समितिका संयोजक विनोद ढकालको सभापतित्व र वडा नम्बर ११ का सभापति अशोक बस्नेतको संचालनमा भएको थियो ।

## राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीको र्यालीमा गणतन्त्रविरुद्ध र राजतन्त्रको पक्षमा खुल्ला नाराबाजी



—सन्दर्भ समाचारदाता  
भद्रपुर । राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीले आज भापाला आयोजना गरेको मोटरसाइकल र्यालीमा गणतन्त्रविरुद्ध

र राजतन्त्रको पक्षमा खुल्ला नाराबाजी भएको छ । काँकरभित्रबाट अपरान्ह सुरु भएको र्यालीमा हजारौँ सहभागी भए । सहभागितको दृष्टिले यीलाई निकै भन्ध र विशाल थियो । र्याली वित्तामोड नपुगुञ्जेल पूर्व पश्चिम राजमार्ग अवरुद्ध भएको थियो । नेपाल प्रहरीको गाडीले र्यालीको अग्रभागमा स्काटर्ड गरेको थियो । र्यालीमा गणतन्त्र मुदीबाद र राजतन्त्र जिन्दाबादको नारा

## आगलागी बाट तिसौं लाखको क्षती



—सन्दर्भ समाचारदाता  
भद्रपुर । मयुर प्लाई उत्पादन गर्दै आएको बित्तामोड नगरपालिका र स्थित नमस्ते प्लाई फ्याक्ट्रीमा आगलागी हुदाँ लाखौंको क्षति भएको छ । आज बिहान ६ बजेतिर विद्युत सर्ट भई प्लाई फ्याक्ट्रीमा आगलागी भएको हुदाँ उद्योगमा रहेको फटि फेन नामक काठका सामग्री र सिलिड चेम्बरमा मेसिनलगायत जल्

दा करिव ५० लाखको क्षति भएको सञ्चालक राजकुमार अग्रवालले जानकारी दिए । यता जिल्ला प्रहरी कार्यालयले जनाए अनुसार आगलागी बाट ३० लाख बराबरको क्षती भएको छ ।  
फ्याक्ट्रीमा लागेको आगो बित्तामोड, भद्रपुर र दमकको दमकल, जनपद, सशस्त्र प्रहरी र स्थानीयले करिव ३ घण्टापछि नियन्त्रणमा आएको उद्योगका सञ्चालक अग्रवालले बताए ।  
आगलागी भए लगत्तै ईलाका प्रहरी कार्यालय बित्तामोड, नेपाली सेना र सशस्त्र प्रहरीलेआगलागी नियन्त्रणमा लिएका थिए ।

## उपमेयरलाई जलाउन खोजिएको आरोप भुठो

**नेपाल विद्यार्थी संघ**  
Nepal Students' Union  
विज्ञापनी

नेपाल विद्यार्थी संघ संघीयता, लोकतन्त्र, समाजवाद र विद्यार्थी हितलाई मूल उद्देश्य मान्दै शिक्षा र विद्यार्थीको हितका लागि विद्यार्थी र जनताको बीचमा जोडि रहने उद्देश्यका साथ विद्यार्थी संघको स्थापना भएको थियो । यस संघको उद्देश्य विद्यार्थीको शैक्षिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, सामाजिक र नैतिक विकास गर्ने हो । यस संघको कार्य विद्यार्थीको शैक्षिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, सामाजिक र नैतिक विकास गर्ने हो । यस संघको कार्य विद्यार्थीको शैक्षिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, सामाजिक र नैतिक विकास गर्ने हो ।



—सन्दर्भ समाचारदाता  
भद्रपुर । मंसिर १८ गते गाडीभित्रै मेचीनगर नगरपालिकाकी उपमे यर मिना उप्रेतीलाई जलाउन खोजिएको भनेर विभिन्न सञ्चार माध्यममा आएको समाचारमा कुनै सत्यता नभएको नेविसंघ भापाले स्पष्ट पारेको छ । उक्त घटनामा ने विसंघको कुनै पनि तह र त्यसमा आबद्ध कार्यकर्ताको संलग्नता नरहे को सभापति राजेन्द्र उप्रेतीले जारी गरेको विज्ञापितमा उल्लेख छ ।

**भद्रपुर नगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालय**  
भद्रपुर (भापा) प्रदेश नं. १ को

**जनहितमा जारी सूचना**

- मिसावट गरिएका, सडकगल्लेका तथा अस्वास्थ्यकर खानेकुरा नखाऔं ।
- सडक तथा सार्वजनिक स्थानमा छाडा रुपमा चौपायाहरु नछोडी सभ्य नागरिकको पहिचान दिऔं ।
- सडक तथा पेटेटी-किनारमा आवगमनमा अवरोध हुने गरी निर्माण सामग्री नराखौं ।
- बालबालिकालाई काममा होइन, विद्यालय पठाऔं ।
- सार्वजनिक स्थलमा जताततै फोहोरमैला नफालौं ।
- आफ्नो घर वरपर विरूवा रोपी हरित नगरीको रुपमा विकास गरौं ।

**अर्जुनधारा नगरपालिकाको कार्यालय**  
शनिश्चरे (भापा) प्रदेश नं. १ को

**जनहितमा जारी सूचना**

- मिसावट गरिएका, सडकगल्लेका तथा अस्वास्थ्यकर खानेकुरा नखाऔं ।
- सडक तथा सार्वजनिक स्थानमा छाडा रुपमा चौपायाहरु नछोडी सभ्य नागरिकको पहिचान दिऔं ।
- सडक तथा पेटेटी-किनारमा आवगमनमा अवरोध हुने गरी निर्माण सामग्री नराखौं ।
- बालबालिकालाई काममा होइन, विद्यालय पठाऔं ।
- सार्वजनिक स्थलमा जताततै फोहोरमैला नफालौं ।
- आफ्नो घर वरपर विरूवा रोपी हरित नगरीको रुपमा विकास गरौं ।



यसैबीच नेपाली कांग्रेस भापाला रहेका केन्द्रीय तहका एक नेताले यस्तो घटनामा नेविसंघका नेता कार्यकर्ताको संलग्नता हुन नसक्ने बताएका छन् । उनले भापाला भएको भनिएको घटनामा कुनै सत्यता नभएको उल्लेख गर्दै त्यस्तो आरोप नलगाउन सम्बन्धित पक्षलाई आग्रह गरेका छन् । उनले नेविसंघका कार्यकर्ताले त्यस्तो नगरे को र कसैले नेविसंघको नाममा त्यस्तो गरेको भए उसलाई कार बाही गरिनुपर्ने बताए । नेविसंघका कार्यकर्ता त्यस्तो गलत काममा लाग्न नसक्ने बताउँदै घटनामा ने विसंघको संलग्नता हुन नसक्ने उनले दाबी गरे ।

**रोशनी ज्वेलर्स** भद्रपुर-१० (बजार लाईन), चन्द्रगढी  
प्रो. रञ्जु साह/ मुकेश साह  
२४ क्यारेट सम्पर्क : ९८६३६९४२७०

यहाँ हरेक हिताइतका सुन र चाँदीका यत्नहरू पारदर्शिकता साथ चलाइन्छ ।

**सुनगाभा सपिङ्ग सेन्टर** भद्रपुर-१०, भापा  
घर तथा अफिस डेकोरेसन तथा फर्निचिङ्ग सामग्रीको थोक तथा खुद्रा विक्रेता

निरज निरौला ९८५२६२०२७७  
सेन्चुरी बैंक तल ०२३४५५६७२

## पत्रकार महासंघ भापाद्वारा दोषीमाथि कारबाहीको माग



## सन्दर्भ समाचारदाता

भद्रपुर। दमक मालपोत कार्यलयमा त्यहाँका कार्यलय प्रमुख एवम् कर्मचारीले पत्रकारमाथि गरेको दुर्व्यवहार र भद्रपुर भन्सार कार्यलयका कर्मचारी एवम् तस्कर ब्यापारी मिलेर पत्रकारमाथि भएको कुटपिट एवम् दुर्व्यवहारको घोर भर्त्सना गर्दै, नेपाल पत्रकार महासंघ भापा र भापास्थित संचारकर्मीका संघ संगठनले एक प्रेस विज्ञप्ति जारी गरी तुरुन्त दोषीलाई कारबाही गर्न माग गरेका छन्।

## प्रेस विज्ञप्ति

मिति: २०७७/०८/१७

अनुसन्धान अनलाइन टिभीका सम्पादक खगेन्द्र घिमिरे, क्यामेरा पर्सन भाष्कर श्रेष्ठलाई मालपोत कार्यलय दमक र न्युज २४ का भापा सम्वाददाता राजु पौडेल र पत्रकार नारायण अर्यालमाथि भद्रपुर भन्सारका कर्मचारी र ब्यापारीले गरेको कुटपिट र दुरव्यवहारप्रति नेपाल पत्रकार महासंघ भापा शाखाको गम्भिर ध्यानाकर्षण भएको छ।

मिति २०७७ साल मंसिर १६ गते अपराह्न लगभग ४ बजे मालपोत कार्यलय दमकमा शिवसताक्षीका सेवाग्राही सुरेश साहले कर्मचारी ईन्द्र राजवंशीलाई रु १०,०००/- (दश हजार) घुस दिएको भिडियो खिचिरेको अवस्थामा लछारपछार गर्दै कार्यलय प्रमुखको कार्यक्षमा लागि पत्रकार घिमिरे, क्यामेरा पर्सन भाष्कर श्रेष्ठ र सेवाग्राही साहलाई हुलहुन्जत गरी क्यामेरा खोस्ने र कुटपिट गरेको घटनाको नेपाल पत्रकार महासंघ भापा शाखा लगायतका संघ संगठन घोर निन्दा र भर्त्सना गर्दछ।

यसैगरी मिति २०७७ साल मंसिर १२ गते भद्रपुर भन्सार कार्यलयका कर्मचारी डोरराज सुनुवार र भद्रपुरका व्यापारी शुबोध कोठारीले भन्सार छली सम्बन्धी रिपोर्ट प्रसारण नगर्न दबाव दिँदै दिएको रु ५०,०००/- (पचास हजार) घुस अस्वीकार गर्दा लछारपछार गर्दै कुटपिट गर्ने र क्यामेरा खोस्न जस्ता हर्कत गर्ने सुनुवार र कोठारीलाई

अबिलम्ब कारबाही गर्न माग गर्दछौं।

अतः पत्रकार तथा क्यामेरा पर्सनमाथि भएका यि दुवै घटना स्वतन्त्र पत्रकारितामाथिको आक्रमण भएकाले पत्रकार घिमिरे र क्यामेरा पर्सन श्रेष्ठमाथि मालपोत कार्यलय दमकमा आक्रमण गर्ने कर्मचारी ईन्द्र राजवंशी र लेखापढीमा संलग्न व्यक्तिलाई अबिलम्ब कारबाहीको माग गर्दै इलाका प्रहरी कार्यालय दमकमा जाहेरी दिएपनि प्रहरी प्रशासनले कुटपिटमा संलग्नलाई कारबाही गर्ने प्रक्रियामा गरेको बिलम्बप्रति हाम्रो गम्भिर आपत्ति छ।

यसैगरी पत्रकार पौडेल र अर्यालमाथि आक्रमण गर्ने भन्सार कर्मचारी सुनुवार र व्यापारी कोठारीलाईसमेत कारबाही गर्न प्रशासनसमक्ष जोडदार माग गर्दछौं। पत्रकारमाथि आक्रमणमा संलग्न व्यक्तिलाई तत्काल कारबाही नभए नेपाल पत्रकार महासंघ भापाको नेतृत्वमा आन्दोलनमा जान बाध्य हुनेछौं।

१। तारामणि सापकोटा अध्यक्ष:

नेपाल पत्रकार महासंघ, भापा शाखा

२। मुक्ति पौडेल, संयोजक: प्रेस संगठन नेपाल, भापा

३। इन्दु पुर्वेली, अध्यक्ष: प्रेस युनियन नेपाल, भापा

४। रजिजत प्रसाई, अध्यक्ष: मिडिया नेपाल, भापा

५। देशराज नेम्वाङ, अध्यक्ष: प्रेस नेपाल, भापा

६। भीमा सिवाकोटी, अध्यक्ष: नारी सञ्चार गृह, भापा

## पुस १ गतेदेखि पशुपतिनाथ मन्दिर खुला गरिने



काठमाडौं। गत २०७६ चैत ११ गते देखि बन्द रहेको पशुपतिनाथ मन्दिर आगामी पुस १ गतेदेखि भक्तजनका लागि खुला गरिने भएको छ। भौतिक दूरी कायम गरी स्वास्थ्य सुरक्षाका विधि अपनाएर पुस १ गतेदेखि मन्दिर खोल्ने निर्णय गरिएको पशुपति क्षेत्र विकास कोषले जनाएको छ।

## गणतन्त्रविरुद्ध.....

लागेको थियो। सहभागी अधिकांशको मोटरसाइकलमा राष्ट्रिय झण्डा बाँधिएको थियो भने राप्रपाको आफ्नै झण्डा समेत उल्लेख थियो।

सडक कब्जा भएको हुँदा आयोजकले र्यालीलाई तीब्र रफ्तारमा अघि बढाएका थिए। साना गाडीको लस्कर पनि लामै थियो। सहभागीले मार्फिङ र नाराबाजी गरेका थिए।

कतिपयले पूर्वराजा ज्ञानेन्द्रको तस्वीर अंकित लुगा लगाएका थिए। र

र्याली पुछारमा रहेको एउटा गाडीमा पूर्वराजा ज्ञानेन्द्र गद्दीमा बसेको तस्वीरको भाँकीलाई आकर्षक ढंगले सजाइएको थियो। पूर्वराजा ज्ञानेन्द्रको

भाँकीलाई र्यालीको अग्रभागमा भने राखिएको थियो।

र्यालीलाई हेर्न राजमार्गको दुबै किनारमा राप्रपा कार्यकर्ता र सर्वसाधारण लामा लागेका थिए। चोक चोकमा प्रहरीको टूलो संख्या गडबडी केही नहोस् भनेर तैनाथ देखिन्थ्यो। राजमार्ग किनारमा बसेर रमिता हेरेका एक राप्रपा कार्यकर्ताले र्यालीले उत्पाहित बनाएको र अकीपटकको र्यालीमा आफु पनि जाने बताए।

र्यालीलाई रमितको रूपमा हेरेका एक नेताले राप्रपाको र्याली देखेर केन्द्रमा जुँगाको लडाईँ गरिरहेका नेकपा नेताहरू होशमा आउने अपेक्षा गरिएको बताए।

## आयुर्वेदिक औषधिले कोरोना ठिक पार्छ



काठमाडौं। जडिबुटी अनुसन्धान तथा प्रशोधन केन्द्रका अध्यक्ष शिवलाल रोक्याले सरकारले कोरोना भाइरसविरुद्ध खोप किन्न अबी रकम खर्च गर्नुभन्दा पनि आयुर्वेदिक औषधिहरूमा लगानी गर्नुपर्ने बताएका छन्। रिपोर्टर्स क्लब नेपालमा बोल्दै उनले आयुर्वेद औषधिमा विशेष ध्यान दिन सके कोरोना भाइरसको

महामारीविरुद्ध जित हासिल गर्न सकिने बताए। आयुर्वेदिक औषधिले कोरोना भाइरसलाई ठिक गर्ने उनको दाबी छ।

रोक्याले भने, "जडिबुटीमा अनुसन्धान गरी औषधि विकास गरेर कोरोनाविरुद्ध जित हासिल गर्न सकिन्छ।" उनले जडिबुटीबाट धेरै रोग ठीक हुने भन्दा देशको ढुकुटीबाट अबी बिदेसिनबाट जोगिने बताए। कोरोना संक्रमितलाई तीन दिनभित्रै खतरामुक्त राख्ने र ढिलोमा ८ दिनभित्रै मुक्त गर्ने दाबी गर्दै, सरकारले आफ्नो औषधिमा अनुसन्धान गर्नुपर्ने उनको माग छ। अहिले विश्व कोभिड-१९ बाट आक्रान्त बनेको र यसबाट नेपाल पनि अछुतो नरहेको उल्लेख गर्दै

रोक्याले भने, "हामीले तयार पारेको कोरोनानाशक चुर्ण" आयुर्वेदिक औषधिले कोरोना संक्रमितलाई निको पारेको छ। अहिलेसम्म सयौं कोरोना संक्रमितलाई यो औषधिले राम्रो गरेको र संक्रमितले यो औषधि सेवन गरेपछि उनीहरूको रिपोर्ट ८ दिनमा नेगेटिभ आएको आफूहरूसँग रहेको उनले दाबी पनि गरे।

उनका अनुसार कोरोनानाशक चुर्ण औषधीमा चिराइतो, बोभ्रो, लताकस्तुरी, वनजो, वन तोरीलगायत समिश्रण छ। "यो औषधि धेरै गुणकारी छ, यसको सेवन गर्दा सबैलाई राम्रो हुन्छ, उनले भने, 'रोग जस्तोसुकै होस्, उपचार सम्भव छ।'

## COVID-19 NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

### जनहितमा जारी जनचेतनामूलक सन्देश

नोबेल कोरोना भाइरसका मुख्य लक्षणहरू			कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?		
ज्वर (१००°F / ३८°C माथि)	सुनिश्चित रूपमा आंशिक बन्सार	खास र अर्धो	बिभिन्न रूपका कवर कपडो धुन सक्ने।	सोच्न सक्ने मास्क लगाउने।	सबै जसो सङ्घर्षपूर्ण स्थितिमा सामना गर्नुपर्ने।
कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?			नोबेल कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरूबाट आउने मानिसहरूमा दुई हप्ताभित्रै स्थायीको लागिमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउको दुखेमा, प्रवासप्रवासमा अत्यधिक समय भएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने।		
सबै जसो सङ्घर्षपूर्ण स्थितिमा सामना गर्नुपर्ने।	जसोको साथमा सामना गर्नुपर्ने।	सबै जसो सङ्घर्षपूर्ण स्थितिमा सामना गर्नुपर्ने।	सबै जसो सङ्घर्षपूर्ण स्थितिमा सामना गर्नुपर्ने।	सबै जसो सङ्घर्षपूर्ण स्थितिमा सामना गर्नुपर्ने।	सबै जसो सङ्घर्षपूर्ण स्थितिमा सामना गर्नुपर्ने।

- नयाँ सन्दर्भ साप्ताहिक

## # अब हर घर मग मगाउँछ

ADD WITH CALCIUM VITAMIN A & D3 PROTEIN

मन्सा साई फ्लोर प्रा. लि.

विभिन्न जातका फूलका किरावा तथा विउविउजनका लागि हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

### न्यू उदेश नर्सरी

भद्रपुर-८, भापा



मोडल : अलिसा श्रेष्ठ

## विद्यार्थी, शिक्षक, कर्मचारी परिचय-पत्रको लागि कम्प्युटर प्वाइन्ट चन्द्रगढी भद्रपुर-७ (चन्द्रगढी), भापा सम्पर्क : ०२३४५५७०६

अर्गानिक चिया पिउने, स्वास्थ्य जीवन जिउने

## गिनहिल टी हाउस

अर्गानिक गिन टी	ध्यू, छुपी
गोल्डेन टी	अकवरे खोर्सानी
हवाईट टी	किवि फल, ललीपप
अर्थोडक्स टी	ग्राउन एप्पल

हामी कहाँ यी सामग्री सुपथ मुल्यमा उपलब्ध छन्

सम्पर्क : ८८५२६४६४९०, ८८४२६४६४९०

उत्पादक : गिनहिल अर्थोडक्स चिया प्रशोधन उद्योग, साँखेजुङ-४, इलाम

## निर्माण जगतमा मजबुद नाम मनषा सिमेन्ट

मानिसा सिमेन्ट

ISO 9001:2008 Reg. No. RQ977/6760

## निर्माण जगतमा एक मजबुद शक्ति

# गोरखकाली सिमेन्ट

### AN ISO 9001:2008 CERTIFIED COMPANY

## नेपाल स्वर्णकला भवन

भद्रपुर-६ (भापा) फोन नं. : ०२३-५२०३५५

न्यानेजिङ्ग डाइरेक्टर सुभाषरत्न शाक्य

भापाको एक मात्र २४ क्यारेटको रसायन बिनाको गहनाको लागि यहाँ हरेक डिजाइनका सुन र चाँदीका गहनाहरू ग्यारेन्टीका साथ बनाइन्छ।

विहीवार पसल बन्द रहने छ।

## ओम साई पाथीभरा हस्पिटल प्रा.लि.

भद्रपुरमा अब थप नयाँ सेवासहित

- ❖ ल्याप्रोकोपी सर्जरी सेवा
- ❖ स्त्री तथा प्रसुति रोग विशेषज्ञ सेवा
- ❖ नाक, कान तथा घाँटी रोग विशेषज्ञ सेवा
- ❖ फिजिअसियन विशेषज्ञ सेवा
- ❖ दन्त रोग विशेषज्ञ सेवा
- ❖ डायलिसिस सेवा
- ❖ डायलिसिस गर्न पर्दा लगाइने फिन्टुला सेवा
- ❖ बाल तथा नवजात शिशुरोग विशेषज्ञ सेवा
- ❖ मानसिक तथा स्नायुरोग विशेषज्ञ सेवा
- ❖ छाला, यौन तथा कुष्ठरोग विशेषज्ञ सेवा
- ❖ भिडियो एक्स-रे सेवा
- ❖ मृत्को ईन्सुली तथा ईको कार्डियोग्राफी सेवा
- ❖ पेटको ईण्डोस्कोपी सेवा
- ❖ फिजियोथेरापी सेवा
- ❖ एसी क्यावीन तथा जनरल क्यावीन रुम सेवा
- ❖ चीबिसे घण्टे सेवा
- ❖ इमरजेन्सी सेवा, सिटी स्नयान सेवा, डिजिटल एक्स-रे सेवा, प्याथोलोजी (ल्याब) सेवा, फार्मसी सेवा, एम्बुलेन्स सेवा

भद्रपुर-९, सगरमाथा चौक, भापा, फोन नं. : ०२३-४५६५८९, ४५६९८९ मो. नं. : ९८५२६७८८२०



# साहित्य खेलकुद मनोरञ्जन स्वास्थ्य

## बलायतल कारोना भाइसविरुद्धका भ्याक्सिनलाई अनुमति दियो



—एजेन्सी बलायत कारोना भाइसविरुद्धको भ्याक्सिनलाई अनुमति दिने पहिलो मुलुक भएको छ । तीन चरणको परीक्षणपछि बलायतमा कारोनाविरुद्धको भ्याक्सिनले मान्यता पाएको हो । बलायतले अमेरिकी फार्मा कम्पनी फाइजर र

जर्मन कम्पनी बायोएन्टेकले बनाएको कारोनाविरुद्धको भ्याक्सिनलाई बुधवार अनुमति दिएको हो । यो भ्याक्सिन क्रिसमस भन्दा अगाडि नै करिब ८ लाख जना ब्रिटेनबासीलाई लगाइने भएको छ । विश्वभर अहिले २१२ वटा भ्याक्सिन निर्माणको काम चलिरहेको छ ।

चीनले पहिलो चरणको परीक्षणअघि नै चारवटा भ्याक्सिन र रूसले तेस्रो चरणको परीक्षणअघि नै दुई भ्याक्सिनलाई अनुमति दिएको थियो । दुवै देशमा भ्याक्सिन लगाउने क्रम सुरु भइसकेको छ । तर तीन चरणको परीक्षणपछि विश्वमा अहिलेसम्म कुनै पनि भ्याक्सिनलाई अनुमति मिलेको थिएन । यसैकारण फाइजर पहिलो यस्तो भ्याक्सिन भएको छ जसले तीन चरणकै परीक्षणपछि सरकारबाट अनुमति पाएको छ ।

फाइजर र बायोएन्टेकको यो कारोना भ्याक्सिन तेस्रो चरणमा १५ प्रतिशतसम्म काम गर्न सफल भएको थियो । बुधवार अनुमति मिलेको पहिले बलायतको मेडिसिन एन्ड हेल्थकेयर प्रोडक्ट्स रेगुलेटरी एजेन्सी स्वास्थ्य सुरक्षामा नगरी फाइजर भ्याक्सिनलाई जतिसक्दो चाँडो अनुमति दिनेछ । अनुमति दिएपछि बलायत सरकारले

अब भ्याक्सिन दिनुपर्ने समूहलाई प्राथमिकतामा राखेर दिन थालिने छ । यो भ्याक्सिनको पहिलो खुराक वृद्धवृद्धालाई दिने तयारी भइसकेको छ । ८ लाख डोज भ्याक्सिन ५० वटा अस्पतालमार्फत दिइने भएको छ ।

साधरणतः कुनै पनि भ्याक्सिनको रिसर्चदेखि लिएर त्यसलाई बनाउनु र अनुमतिसम्म १० वर्षसम्म पनि लाग्न सक्छ । तर फाइजर यस्तो पहिलो भ्याक्सिन भएको छ, जसले कन्सेप्टदेखि उत्पादनसम्म करिब १० महिना मात्रै कुरूपरेको छ । फाइजरले नै अमेरिकामा पनि अनुमतिका लागि निवेदन दिएको छ । अहिलेसम्म फाइजर (बायोएन्टेक, मोडर्ना, रूसको स्पूतनिक ५ र अक्सफोर्ड विश्वविद्यालय/एस्ट्राजेनेको भ्याक्सिनको तेस्रो चरणको नतिजा आएको छ । बलायतले सात अलग(अलग उत्पादकसँग ४ करोड भ्याक्सिन किन्ने सहमति जनाएको छ ।

पालिकालाई यसवर्ष आर्थिक र आगामी वर्ष बाँकी रकम पठाउने सरकारको तयारी छ ।

शिलान्यास कार्यक्रममा संविधानसभा सदस्य दिपक काकी, कार्वाहक प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत हेमचन्द्र नेम्वाङ, वार्ड अध्यक्षहरू मखना महतो, कुल प्रसाद गिरी, विजय प्रसाद सिंह, ईलाका अध्यक्ष विद्यानन्द राजवंशी, कार्यपालिका सदस्यहरू राधा अधिकारी, जेठा मुर्मु, पुर्व गाविस अध्यक्ष विजय अग्रवाल, समाजसेवीहरू श्याम ढकाल, जयनारायण दास, उद्योग वाणिज्य संघ गौरीगंजाका सचिव श्रवण गिरीलगायत विभिन्न संघ संस्थाहरूको प्रतिनिधिहरूको सहभागिता थियो । गौरीगंजा गाउँपालिका उपप्रमुख दिपेन्द्र थापाले स्वागत गरेको कार्यक्रमको औचित्यमाथि प्रकाश पारेका थिए ।

पुरानो २५ शैयाको अस्पतालमा घेराबेरा छैन । गौरीगंजा गाउँपालिका वार्ड नं ६ खजुरगाछीमा यसअघि पनि २५ शैयाको अस्पताल निर्माण भईसकेको छ । प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र खजुरगाछी गौरीगंजलाई स्तरोन्नति गरि २५ शैया अस्पताल निर्माण भएको हो । उक्त भवन ३ करोड ६२ लाख रूपैयाँको लागतमा १८ महिनामा सक्नेगरी टेक्का सम्पन्नता भएको थियो ।

उक्त भवन २०६६ सालमा टेक्का लागेर ६ विघा १७ कठ्ठा क्षेत्रफल मध्ये ३ विघामा सो अस्पताल करिव २ वर्षअघि निर्माण कार्य सकिएको थियो । पुष्पाञ्जली शंकरमाली कुनसालिङ्ग जेभी प्रािले भवन निर्माणका लागि जिम्मा पाएको थियो ।

अस्पतालसँगै बनाईएको शव परिक्षण गृह खण्डहर भईसकेको छ । खोलाको डिलैमा रहेको उक्त शव परिक्षण गृह स्थानियको लागि शौचालयको रूपमा परिणत भएको छ । अस्पतालको भित्री कोठाहरूमा वर्षातको समयमा पानी चुहिने गरेको छ भने अस्पतालमा घेराबेरा समेत छैन । हाल उक्त भवनमा ५ वेडको कोभिड अस्पतालको रूपमा सञ्चालनमा छ ।

भ्रामा मेचीनगर -१० को धुलावारीमा सोमवार १५ शैयाको अस्पतालको शिलान्यास भएको छ । शिलान्यास भई निर्माण हुन लागेको आधार भूत अस्पतालको मेचीनगर नगरपालिका प्रमुख विमल आचार्य र उपप्रमुख मीना पोखरेल उपेतीलै संयुक्तरूपमा शिलान्यास गरेका हुन् । नेपाल सरकारले चालु आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ मा एकैसाथ देशभरमा ३ सय ९६ स्थानिय तहमा आधारभूत अस्पताल बनाउने लक्ष्य अनुसार मेचीनगरमा अस्पताल निर्माण हुन लागेको हो । यसलाई नीति तथा कार्यक्रममा समावेश गरिएको थियो । ती

मध्ये २ सय ५० वटा पालिकामा सोमवार एकसाथ अस्पताल शिलान्यास गर्ने योजना अनुसार मेचीनगरमा १५ शैयाको अस्पतालको शिलान्यास गरिएको छ ।

१ सय ७ वटा स्थानिय तहमा १५ तथा बाकी स्थानिय तहमा ५ शैयाको अस्पताल बन्न लागेको छ । नीति तथा कार्यक्रममा ५ देखि १५ शैयाको अस्पताल निर्माण गर्ने लक्ष्य भए पनि सरकारले सवैतिर १५ शैयाको अस्पताल निर्माण गर्ने स्वास्थ्य मन्त्रालयको भनाई छ । अस्थायी अस्पताल सञ्चालनका लागि पालिकामा १०/१० लाख बजेट पठाई सकिने र त्यो कार्यान्वयनको चरणमा रहेको छ । मेचीनगर स्वास्थ्य शाखा सहसंयोजक रामनारायण यादवले १८ करोड ६८ लाख २ हजार रूपैयाँको लागतमा अस्पताल बन्न लागेको जानकारी दिए ।

अहिले ७ सय ५३ पालिकाहरूमध्ये १ सय ४ वटामा विभिन्न तहका अस्पताल रहेका छन् । अस्पताल नरहेका ६ सय ४९ पालिकामा आगामी दुई वर्षभित्रमा कम्तीमा १५ शैयाको अस्पताल सञ्चालनमा ल्याउने सरकारको उदेश्य छ । मेचीनगर-१० का वडाध्यक्ष सुदय पनेरुको अध्यक्षतामा भएको शिलान्यास कार्यक्रममा अस्पताल सञ्चालनका लागि पालिकाहरूसँग समन्वय गरेर नेपाल सरकारले काम गर्न लागेको नगरपालिकाले जनाएको छ ।

## मेची नगरमा दुई दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम



—सन्दर्भ समाचारदाता मेचीनगर । मेचीनगर नगरपालिकामा बिहीवारबाट महिला हिंसा विरुद्धको दुईदिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम शुरू भएको छ । 'लैङ्गिक हिंसा अन्त्यको

प्रतिवद्धता, व्यक्ति, समाज र सबैको ऐक्यवद्धता' भन्ने नारा सहित शुरु अभियानका अवसरमा नगरपालिका महिला विकास शाखाले कार्यक्रम आयोजना गरेको हो ।

नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत खेमराज ओझाको अध्यक्षतामा शुरु कार्यक्रमको प्रमुख अतिथि नगरपालिकाका कार्यवाहक प्रमुख मीना पोखरेल उपेतीलै व्यानर वाचन गरेर उद्घाटन गरिन् ।

अभिमुखीकरणमा सहभागीहरूलाई पहिलो दिन अधिवक्ता कविता शर्माले लैङ्गिक हिंसा निवारणमा स्थानिय तहको भूमिका बारेमा सहभागीहरूलाई जानकारी गराइन् । अधिवक्ता शर्माले स्थानिय तहमा आएका उजुरीबाट स्थानिय स्तरमा कस्ता प्रकारका लैङ्गिक हिंसा रहेका छन् भनेर हेर्न सहज हुने भन्दै यसका आधारमा लैङ्गिक हिंसा निवारणका कार्यक्रम बनाउन र

परिमार्जन गर्न सहजहुने सहभागीहरूलाई बताइन् । कार्यक्रममा कार्यपालिकाका सदस्यहरू, वडास्तरीय मेलमिलाप समितिका पदाधिकारी र महिला तथा बालबालिकाकाक्षेत्रमा क्रियाशील संघ संस्थाका प्रमुख प्रतिनिधिसहित २५ जना सहभागी रहेका छन् ।

शुक्रबार नगरका कार्यवाहक प्रमुख उपेतीलै कार्यक्रम प्रस्तुत गर्ने तथा नगरपालिकामा हिंसाका घटना कम गर्न कस्तो नीति बनाउने तथा त्यसमा कसरी बजेट विनियोजन गर्ने विषयमा चर्चा हुने छ । उद्घाटन कार्यक्रमको सञ्चालन नगरपालिकाका वरिष्ठ कार्यकारी अधिकृत अनन्तप्रकाश वस्तीले गरेका थिए ।

## गौरीगञ्जमा १५ शैयाको आधारभूत अस्पताल



—सन्दर्भ समाचारदाता गौरीगंजा । भ्रामाको गौरीगंजा गाउँपालिका वार्ड नं ६ खजुरगाछीमा निर्माण हुन लागेको आधारभूत

अस्पतालको प्रदेश नं.१ आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्री हिक्मत कुमार काकीले शिलान्यास गरेका छन् । नेपाल सरकारले चालु आर्थिक

वर्ष २०७७/०७८ मा एकैसाथ देशभरमा ३ सय ९६ स्थानिय तहमा आधारभूत अस्पताल बनाउने लक्ष्य अनुसार आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्री काकीले गौरीगंजा १५ शैयाको अस्पतालको शिलान्यास गरेका हुन् ।

गौरीगंजा स्वास्थ्य शाखा प्रमुख रामचन्द्र मिश्रका अनुसार १८ करोड रूपैयाँको लागतमा अस्पताल निर्माण हुन लागेको हो । त्यसमध्ये ३ करोड २३ लाख रूपैयाँ निर्माण कार्य शुरुवात गर्न गाउँपालिकामा आईपुगेको छ । १ सय ७ वटा स्थानिय तहमा १५ तथा बाँकी स्थानिय तहमा ५ शैयाको अस्पताल बन्न लागेको हो । नीति तथा कार्यक्रममा ५ देखि १५ शैयाको अस्पताल निर्माण गर्ने लक्ष्य भए पनि सरकारले सवैतिर १५ शैयाको अस्पताल निर्माण गर्ने स्वास्थ्य मन्त्रालयको भनाई छ । आगामी दुईवर्षभित्रमा गौरीगंजा

निर्माण हुन लागेको १५ शैयाको अस्पताल सञ्चालनमा ल्याउने सरकारको लक्ष्य रहेको छ । १५ शैयाको अस्पतालमा तीनजना मेडिकल अफिसरसहित २७ स्वास्थ्यकमी खटिनेछ । आधारभूत उपचार, स्त्रीरोग, बालरोग र सामान्य शल्यक्रियासहितको सेवा ती अस्पतालले दिनेछ । संघीय सरकारको बजेट र डिजाइनमा स्थानिय सरकारले काम गर्ने जनाईएको छ ।

गौरीगंजा गाउँपालिकाका अध्यक्ष बाबुराजा श्रेष्ठको अध्यक्षतामा भएको शिलान्यास कार्यक्रममा अस्पताल सञ्चालनका लागि पालिकासँग समन्वय गरेर नेपाल सरकारले काम गर्न लागेको जनाईएको छ । आगामी दुईवर्षभित्र काम सम्पन्न गर्ने गरि अब गाउँपालिकाले टेण्डर प्रक्रिया शुरु गर्ने छ । यो बहुवर्षीय योजना रहेका कारण

### कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?

- नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धुने ।
- खोक्दा र हाछ्युँ गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण देखिने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- जङ्गली तथा घरपालुवा पशुपन्छीसँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- पशुजन्य मासु, दुध तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर खाने ।

कमल गाउँपालिकाको कार्यालय  
वलाम्पाबजार, भ्रामा

### कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?

- नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धुने ।
- खोक्दा र हाछ्युँ गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण देखिने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- जङ्गली तथा घरपालुवा पशुपन्छीसँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- पशुजन्य मासु, दुध तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर खाने ।

हल्दिबारी गाउँपालिकाको कार्यालय  
हल्दिबारी, भ्रामा

### कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?

- नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धुने ।
- खोक्दा र हाछ्युँ गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण देखिने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- जङ्गली तथा घरपालुवा पशुपन्छीसँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- पशुजन्य मासु, दुध तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर खाने ।

गौरादह नगरपालिकाको कार्यालय  
गौरादह, भ्रामा

### कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?

- नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धुने ।
- खोक्दा र हाछ्युँ गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण देखिने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- जङ्गली तथा घरपालुवा पशुपन्छीसँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- पशुजन्य मासु, दुध तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर खाने ।

कचनकवल गाउँपालिकाको कार्यालय  
बनियानी, भ्रामा

# गाँजालाई खतरनाक लागुपदार्थको सूचीबाट हटाइयो



**—चेतना गुरागाई**  
राष्ट्रसंघीय नियोगले गाँजालाई खतरनाक लागुपदार्थको सूचीबाट हटाउने प्रस्ताव पारित गरेको छ । यो निर्णयसँगै गाँजालाई औषधिजन्य वनस्पतिकारूपमा स्वीकार गरिएको छ । लागुऔषधसम्बन्धी राष्ट्रसंघीय नियोगले बहुमतका आधारमा प्रस्ताव पारित गरेको अन्तर्राष्ट्रिय समाचार संस्था सिएनएनले जनाएको छ । विश्व स्वास्थ्य संगठनले गाँजालाई खतरनाक लागुऔषधको सूचीबाट हटाउन सिफारिस गरेको थियो ।

भियनामा सम्पन्न नियोगको वार्षिक सम्मेलनमा गाँजाजन्य वस्तुलाई खतरनाक लागुपदार्थको सूचीबाट हटाउने प्रस्तावमा २७ देशले समर्थन जनाएका थिए भने २५ देशको विपक्षमा मत परेको थियो । प्रस्तावको पक्षमा मतदान गरेका देशमध्ये नेपाल पनि रहेको म्याक्सुवा बिजनेस डेलीले लेखेको छ ।

अन्य पक्षधर राष्ट्रहरूमा अमेरिका, बेलायत, दक्षिण अफ्रिका, क्यानडा, अस्ट्रेलिया, फ्रान्स, इटाली, जर्मनी, भारत लगायत रहेका छन् । जापान, इराक, ब्राजिल, चीन, रूस, पाकिस्तान लगायतले भने विपक्षमा मतदान गरेका थिए । युनेस्को मतदानमा अनुपस्थित रहेको समाचार एजेन्सी रोयटर्सले जनाएको छ ।

राष्ट्रसंघको "सिंगल कन्भेन्सन अन नाकीटिक ड्रग्स १९६१" अनुसार गाँजालाई खतरनाक लागुपदार्थको सूचीमा राखिएको थियो । पछिल्लो निर्णयअनुसार अब यसलाई औषधिजन्य गुण भएको र कम खतरनाक

गाँजा र चरेस केन्द्र खुलेका थिए । विदेशीहरू स्वतन्त्र रूपमा "ब्रान्डेड" गाँजा खान असन र न्यूरोडका पसल आइपुग्ने यसको बढ्दो व्यापारसँगै सरकारले सन् १९६१ मा लागुऔषध ऐन जारी गर्यो । लगत्तै अर्को वर्ष उत्पादन, बिक्री तथा आयातनियतमा अनुमतिपत्र लिनुपर्ने नियम बनायो । गाँजा नेपालको राजस्वमा ठूलो हिस्सा ओगट्ने व्यवसाय हुँदै गर्दा समयले कोल्टे फेर्यो । राष्ट्रसंघबाट दबाव आएपछि सरकारले गाँजा उत्पादन र किनबेचमा सन् १९७३ जुलाई १६ देखि प्रतिबन्ध लगायो । त्यस बेला राष्ट्रसंघको "नाकीटिकस कन्ट्रोल बोर्ड" ले गाँजालाई हिरोइनजस्तो कडा



चलन थियो । भजनकिर्तनको आनन्द लिन, चाडपर्व मनाउन, घरपालुवा जनावर उपचार गर्न र साधुहरूलाई दान दिन पनि गाँजा प्रयोग हुन्थ्यो । नेपालमा हिन्दु धर्मको प्रभावले गाँजा चलनमा आएको पाइएको छ । नेपाल र भारतमा फागु पर्व बेला गाँजाको फूल (भाङ) खाने चलन छ । भगवान शिवले समुद्र मन्थन बेला अमृत शुद्धीकरण निमित्त शरीरबाट गाँजा उत्पादन गरेको भनाइ छ । अर्को व्याख्याअनुसार त्यही अमृतको थोपा जमिनमा परेपछि गाँजाको बिरूवा उम्रेको हो ।

गाँजालाई मान्छेको दैनिक व्यवहारमा पनि उपयोगी मानिएको छ । नेपालको मध्यपश्चिम पहाडमा यसले दाउरा आपूर्ति गर्छ । यसको चोपबाट चरेस उत्पादन हुन्छ, जुन महँगो हुनाले "ब्लू याक गोल्ड" भनिन्छ । गाँजाको रसाबाट कपडा र पातबाट उच्च कोटीको प्रांगारिक मल बनाइन्छ ।

नेपालमा गाँजा खुलाउनुपर्ने विषयले पहिलोपटक संसदमा २०७५ फागुमा प्रवेश पाएको थियो । प्रतिनिधिसभा बैठकमा सत्तारूढ नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (नेकपा) का सांसद विरोध खतिवडाले यसबारे कुरा उठाएका थिए । बैठकमा बोलुन दिइएको तीन मिनेट समयमा सांसद खतिवडाले विदेशमा धमाधम गाँजा खुला भइरहेका बेला नेपालले समयमै यसबारे पहल गर्नुपर्ने बताएका थिए ।

# लैङ्गिक हिंसा अन्त्यका लागि घरैबाट जागरुक हुनुपर्ने



**—सन्दर्भ समाचारदाता**  
बिर्तामोड । भूपाको विर्तामोडमा आयोजित एक कार्यक्रमका सहभागी वक्ताहरूले लैङ्गिक हिंसा अन्त्यका लागि घरैबाट जागरुक हुनुपर्ने तथा आर्थिक सवलीकरणको जरुरी रहेको साभा धारणा राखेका छन् ।

लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान अन्तर्गत एवीसी नेपाल, महिला सुरक्षा दवाव समूह र इलाका प्रहरी कार्यालय विर्तामोडको आयोजनामा भूपाका लैङ्गिक हिंसाको अवस्था र सरोकारवालाहरूको भूमिका

प्रदेश-१ मा घरेलु हिंसा सम्बन्धी कारवाही सम्बन्धी कानून बनिस्केको जानकारी दिँदै कानून कार्यन्वयनमा प्रदेश सरकार प्रतिवद्ध रहेको उल्लेख गर्नुभयो ।

कार्यक्रममा इलाका प्रहरी कार्यालय विर्तामोडका डिएसपी मुकुन्द रिजालले हिंसाका घटनामा कानून कार्यन्वयनको प्रतिवद्धता जनाउँदै भूपाका जिल्लामा चालु आर्थिक वर्षको वित्तको चार महिनामा भएका हिंसाको अवस्थाबारे जानकारी गराउनु भएको थियो ।

कार्यक्रममा सहभागीहरूले हिंसा अन्त्यका लागि रोजगारी, शिक्षा, हिंसा विरुद्ध कानूनी सचेतना, स्वावलम्बी प्रकृतिका कार्यक्रम आवश्यक रहेको सहभागी वक्ताहरूको जोड थियो । साथै हिंसामा परेका महिला तथा बालबालिकाको सुरक्षाका लागि सेफ हाउस, कानून कार्यन्वयनमा तदारुकता, समान ज्याला, साइबर क्राइम विरुद्ध सचेतना जगाउन जरुरी औल्याएका वक्ताहरूले हिंसामा स-साना स्वस्वलाई पनि कानून कार्यन्वयन इकाइ र सरोकारवालाहरूले नियाल्नुपर्ने बताएका छन् ।

एवीसी नेपाल भूपाका

# उपप्रमुख उप्रेती चढेको गाडी जलाउने प्रयास



**—सन्दर्भ समाचारदाता**  
भद्रपुर । भूपाको मेचीनगर नगरपालिकाको उपप्रमुख मीना उप्रेती चढेको मे १ भ १७२ नं गाडी एक समूहले आज जलाउने प्रयास गरेका छन् । जलाउने प्रयास गरेका बेला उपप्रमुख उप्रेती गाडीभित्रै थिइन् । गाडी जलाउन खोज्ने दुई युवाले आफुहरू नेपाल विद्यार्थी संघको कार्यकर्ता भएको बताएको र बाटो छेकेर गाडीको चक्कामा पेट्रोल



छर्किएको उनले बताइन् । चारआलीस्थित नेपाल आयल निगम डिपो कार्यालयको कार्यक्रममा सहभागी भएर नगरपालिका कार्यालयतर्फ फर्किरहेको बेला आज अपराह्न ३ बजेतिर पूर्व पश्चिम

राजमार्गको धाइजन् र चारआली बीच खण्डमा बाटो छेकेर उप्रेतीको गाडीमा आगो लगाउने प्रयास भएको हो । पेट्रोल छर्किएको चक्कामा सलाई निकालेर आगो लगाउन लागेपछि उपप्रमुखले डाइभरलाई जसरी भए पनि छिटो गाडी हुईक्याउन लगाएकी थिइन् । गाडी हुईक्याउन खोज्दा समेत उनीहरूले मोटरसाइकल तेर्सिएर गाडीको बाटो छेकेको उप्रेतीले बताइन् । 'मलाई गाडीभित्र जिउँदै जलाउने प्रयास भयो, धन बाँचे', उनले भनिन् । घटना बारे तत्कालै इलाका प्रहरी कार्यालय कार्काभिट्टामा जानकारी गराएको उनले बताइन् ।

# हिंसा पीडितको सुरक्षाका लागि स्थानीय सरकार सम्वेदनशील हुन नसकेका आरोप



**—सन्दर्भ समाचारदाता**  
भद्रपुर । भूपाका स्थानीय सरकार हिंसा पीडितको सुरक्षाका लागि सम्वेदनशील हुन नसकेको आरोप लगाएका हुन् ।

पीडितको सुरक्षाका लागि सम्वेदनशील हुन नसकेको आरोप लगाएका हुन् । पीडितको सुरक्षाका लागि सम्वेदनशील हुन नसकेको आरोप लगाएका हुन् । पीडितको सुरक्षाका लागि सम्वेदनशील हुन नसकेको आरोप लगाएका हुन् ।

तहका सरकार रहेको भए पनि लैंगिक हिंसामा परेर पीडित भएकाहरूको सुरक्षा दिने दायित्व कुनै पनि सरकारले नलिँदा समस्या आइपरेको गुनासो पोखेका थिए ।

कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै भूपाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्रवणकुमार तिमसेनाले घर भित्रै हुने गरेका लैंगिक हिंसालाई लुकाउने परिपाटी अन्त्य नभएसम्म हिंसा पीडितले न्याय पाउन नसक्ने भन्दै जस्तासुकै हिंसा गर्नेलाई पनि कानुनी दायरामा ल्याउने प्रष्ट पारेका थिए ।

गैर सरकारी महासंघ भूपाका अध्यक्ष हरिप्रसाद गौतमको अध्यक्षता तथा जिल्ला समन्वय समिति भूपाका प्रमुख सोमनाथ पोर्तेलको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न कार्यक्रममा भद्रपुर नगर प्रमुख जीवनकुमार श्रेष्ठ, रेडक्रस भूपाका सभापति लोकराज ढकाल लगायतले मन्तव्य राख्दै परम्पराका नाममा हिंसा सहनु नहुने धारणा राखेका थिए ।

# भूपाको अर्जुनधारामा पान खेती



**—सन्दर्भ समाचारदाता**  
भूपाको अर्जुनधारामा किसानहरूले सामूहिक रूपमा व्यवसायिक पान खेती शुरु गरेका छन् । अर्जुनधारा १० का ८ अर्जुनधारामा किसानहरूले श्रीकालिस्थान

कृषक समूह गठन गरि कालि, बंगला, जाजी जातको व्यवसायिक रूपमा पान खेती शुरु गरेका हुन् ।

भारतको कलकत्तास्थित कागदिपवाट विरुवा र प्राविधिक ल्याएर एसियाकै दोश्रो जातको रूपमा परिचित कालि बंगला जाजी पानको खेत जिल्लामै मात्र नभई संभवत नेपालमा नै पहिलो र व्यवसायिक रूपमा पानको नमुना खेती शुरु गरिएको किसानहरूको दावी छ । समूहमा किसान दिनबन्धु पोखरेलका अनुसार पान खेतीका लागि ५ कड्डा जमिन प्रतिकड्डा वार्षिक ३ हजार रूपैया भूपाका लिएर समूह मार्फत पान खेती शुरु गरिएको हो । प्रारम्भिक चरण किसानले पान बगानमा हाल ८ हजार विरुवा लगाएका छन् ।

# भाषा, लिपि, आदिको सम्बर्द्धन गर्न सरकारसँग माग

**—सन्दर्भ समाचारदाता**  
भद्रपुर । नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ भूपा तथा आबद्ध जातीय संस्थाका प्रमुखहरूले आदिवासी जनजातिको भाषा, लिपि, साहित्यको संरक्षण, सम्बर्द्धन र विकासमा सहयोग गर्न सरकारको ध्यानाकर्षण गराएका छन् । शनिवार बिर्तामोडमा भएको छलफलमा उनीहरूले स्थानीय, प्रदेश र संघीय सरकारलाई उक्त विषयमा ध्यानाकर्षण गराएका हुन् । आदिवासी जनजातिका भाषा र लिपिको संरक्षण र विकासका लागि सञ्चारमाध्यममा सामग्री प्रकाशन गर्ने लगायतका काम गर्न आफूहरू अग्रसर हुने बताउँदै उनीहरूले त्यस कार्यका लागि ठोस सहयोग गर्न सरकारको ध्यानाकर्षण गराएका हुन् ।

कार्यक्रम र बजेट बनाउँदा लक्षितवर्ग लगायत सबैको सहभागितामा सामाजिक समावेशीकरणको सिद्धान्त बमोजिम उक्त कार्य गर्न स्थानीय

महासंघ तथा जातीय संस्थाका प्रमुखहरूले संविधानमा उल्लेख भएको स्वायत्त क्षेत्र, विशेष क्षेत्र, संरक्षित क्षेत्र, उपस्वायत्त क्षेत्र लगायतका व्यवस्था तत्काल कार्यन्वयन गर्न समेत सरकारसँग माग गरेका छन् । उनीहरूले भूपाका रहेको लोपोन्मुख जाति खडिङ्ग र मुन्डा जातिलाई संघीय कानून अनुसार तत्काल सूचीकरणका लागि समेत ध्यानाकर्षण गराएका छन् । त्यस्तै स्थानीय सरकारबाट नीति काठमाडौं । लोकसेवा आयोगले कोरोनाभाइरस (कोभिड-१९) का कारण स्थगित भएको परीक्षा पुनः संचालन गर्ने निर्णय गरेको छ । जसअनुसार आयोगले बुधवार एक सूचना जारी गर्दै शाखा अधिकृत र नायब सुब्बा पदको लिखित परीक्षाको तालिका सार्वजनिक गरेको छ । आयोगको सूचनाअनुसार शाखा अधिकृतको हुन बाँकी विभिन्न पत्र र विषयको परीक्षा कार्तिक १८ देखि २७ गतेसम्म हुनेछ । यस्तै सुब्बा पदको द्वितीय र तृतीय पत्रको परीक्षा मंसिर ७ देखि १२ गतेसम्म हुनेछ । यसैबीच आयोगले सहसचिव पदको

दवुः भूपाका अध्यक्ष दिनेश शाक्य, जनजाति महासंघ भूपाका उपाध्यक्ष गंगा सेमी, टेकबहादुर देवान लगायतले आफ्ना धारणासहित सुझाव राखेका थिए ।

'नेपाल एक बहुजातिय, बहुभाषिक र बहुधार्मिक संघीय लोकतान्त्रिक गणतान्त्रिक मुलुक घोषित भई लोकतन्त्रको अभ्यास भइरहेता पनि आदिवासी जनजाति लगायत अन्य पछाडि परेका वर्ग, उनीहरूको भाषा, लिपि, धर्म र संस्कृतिको संरक्षण र विकास हुन सकेको छैन'- छलफलको साभानिक्षर् रहेको छ- 'यो सन्दर्भमा आदिवासी जनजातिको अधिकार र भावनाको सम्मान हुने गरी नीति ल्याउन र संविधान कार्यन्वयन गर्न नेपाल सरकारसहित तीनी तहका सरकार समक्ष आग्रह गर्दछौं ।

# लोकसेवा आयोगले परीक्षा संचालन गर्ने निर्णय

गरेको छ । आयोगको सूचनाअनुसार शाखा अधिकृतको हुन बाँकी विभिन्न पत्र र विषयको परीक्षा कार्तिक १८ देखि २७ गतेसम्म हुनेछ । यस्तै सुब्बा पदको द्वितीय र तृतीय पत्रको परीक्षा मंसिर ७ देखि १२ गतेसम्म हुनेछ । यसैबीच आयोगले सहसचिव पदको

परीक्षा कार्यक्रम सार्वजनिक गरेको छ भने स्थानीय तहदर्फ सहायक महिला विकास निरीक्षक पदको अन्तर्वार्ता कार्यक्रम पनि तय गरेको छ । आयोगले कोभिड -१९ का कारणले गत चैत ११ गतेदेखि यताका सबै लिखित परीक्षा स्थगन गरेको थियो ।

# जन्म दिनमा न्यानो कपडा वितरण



**—सन्दर्भ समाचारदाता**  
भद्रपुर । भद्रपुर जेसीजका निर्वर्तमान अध्यक्ष अनुज खतिवडाले आफ्नो छोराको जन्म दिनको अवसर पारेर जाडोमा लगाउने न्यानो कपडा वितरण गरेका छन् ।

खोज पत्रकारिता मन्त्र चन्द्रगढीसित सहकार्य गरी भद्रपुर नगर क्षेत्रमा रहेर पत्रिका वितरण गर्ने तथा वितरण व्यवस्थापन गर्ने दश जनालाई जाडोबाट जोगाउन छोराको जन्म दिनको अवसरमा भद्रपुर जेसीजका निर्वर्तमान अध्यक्ष खतिवडाले ज्याकेट वितरण हुन् ।

भद्रपुर जेसीजका अध्यक्ष डिल्लीराम पोखरेलको अध्यक्षता तथा भद्रपुर

१० का वडाध्यक्ष टेकबहादुर खड्का काजीको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न कार्यक्रमको सञ्चालन महासचिव खिलनाथ पाण्डे निकासले गरेका थिए । कार्यक्रममा खतिवडाले सामाजिक कार्य अर्न्तर्गत पत्रिका वितरण पेशा अपनाएर जीवन गुजरा गर्ने वितरकलाई प्राथमिकतामा राखेर न्यानो कपडा प्रदान गरिएकोमा खोज पत्रकारिता मन्त्रको तर्फबाट जेसीज टिमलाई समेत धन्यवाद दिँदै मन्त्रका अध्यक्ष ईश्वर अधिकारीले आभार प्रकट गरेका थिए ।

# फुटपाथमा पाउरोटी बेच्ने लण्डनस्थित पाँचतारे होटलको हेड सेफ

सिरहा। पिताको निधनपछि आमाको सहारा बनेको एउटा सानो बालक, जीविकोपार्जनका लागि आमाछोराले गरेको संघर्ष, अनि पछि ठुलो भएर त्यो छोराले एकपछि अर्को गर्दै आफ्ना सपना साकार पार्दै आमाको चरणमा खुसी सजाइदिएको दृष्य धेरैका लागि कुनै चलचित्रको कथावस्तुजस्तो लाम सक्छ। यो कुनै चलचित्रको कथावस्तु होइन। अहिले लण्डनमा रहेका ३५ वर्षीय सन्तोष साहको जीवन भोगाइ हो यो। सिरहा, कर्जन्हाका सन्तोष साह ५ वर्षको हुँदा उनका बुबाको निधन भएको थियो। बुबाको निधनपछि आमाको सम्पूर्ण जिम्मेवारी सन्तोष साहकै काँधमा आयो।

हुन त सन्तोषका चारजना दाजु छन्। जतिबेला उनलाई दाजुहरूको अभिभावकत्वको खाँचो थियो, उनले कसैबाट साथ र सहयोग पाएन। उनीहरू आ-आफ्नो व्यापार, व्यवसाय तथा जागिरमा व्यस्त थिए। आमा र आफ्नो बास्ता दाजुहरूबाट नभएपछि सानै उमेरदेखि सन्तोषले मजदुरी गरेर गुजारा चलाउनु परेको थियो।

५-६ वर्षको उमेर आमाको काखमा खेलेर बिताउने समय मानिन्छ। तर सन्तोष कर्जन्हा बजारमा गएर मजदुरी गर्थे। कर्जन्हामा लामै साप्ताहिक बजारमा सन्तोषले कहिले पोलोथिन, त कहिले पाउरोटी, कहिले भुजा १मुर्ही०, फिल्लाली (एक प्रकारको खानेकुरा) बेच्थे। यसरी उनले दैनिक २०/३० रूपैयाँ कमाउँथे। उक्त रकमबाट उनको र उनकी आमाको जसोतसो गुजारा चलथ्यो।

विगतलाई स्मरण गर्दै सन्तोष भन्छन्, 'जुन दिन कमाई हुँदैनथ्यो, त्यो दिन भोकै सुत्नु पर्थ्यो। यसरी भोकै त कति दिन सुतियो कति, हिसाब नै छैन।' पैसा बचाउनका लागि उनी गाडी चढ्दैनथे। कर्जन्हाबाट पाँच किलोमिटर टाढा हिँडेर गोदाही जाने उनी र त्यहाँबाट पाउरोटी खरिद गर्थे र त्यहाँबाट पाउरोटी खरिद गर्थे र त्यहाँबाट पाउरोटी खरिद गर्थे। उनी भन्छन्, 'कमाई २०-२५ रूपैयाँ हुन्थ्यो, त्यसबाट पाँच रूपैयाँ तिरै गाडी चढ्दो भन्ने गुजारा गर्न गाह्रो हुन्थ्यो, त्यही भएर पाँच रूपैयाँ बचाउनका लागि पाँच किलोमिटर टाढा हिँडेर जान्थे।'

त्यसो त, पढ्नका लागि उनलाई उनकी आमाको स्कूलमा नाम पनि लेखाइदिएकी थिइन्। तर उनी धेरैजसो स्कूल बाहिर हुन्थे। 'पेट भर्ने जोहो गर्ने कि स्कूल जाने?', सन्तोष भन्छन्, 'पढ्ने इच्छा त थियो तर घरमासम्मै समस्याका कारण कहिलेकाहीँ मात्र स्कूल जान्थे, पढाइमा ध्यान थिएन, आमाको हेरचाह गर्नुपर्थ्यो, मजदुरी गर्नुपर्थ्यो। जसोतसो टेस्ट त पास गरियो तर एएलसी पास गर्न सकिन।' आफ्नो उमेर सानै रहेको र आमा बुढी भएका कारण त्यतिबेला दाजुहरूले

आफूहरूको जिम्मेवारी लिनुपर्ने भए पनि कसैले वास्ता नगरेपछि मेहनत मजदुरीमै आफूले बाल्यकाल बिताउनु परेको उनले बताए। हाल लण्डनमा रहेका सन्तोष साहले रातोपाटीसँग फोनमा कुरा गर्दै भने, 'मेरो ठुलो दाजुले सिन्धुलीमा पसल गर्नुहुन्थ्यो, म आमालाई लिएर त्यहाँ गएँ। आमालाई त्यहाँ राखेर त्यतै केही काम पनि गर्छु र पढ्छु पनि भन्ने योजना थियो तर दाईले बस्न दिनुभएन। अनि आमा र फर्केर घर आयौँ।'

चार दाजुमध्ये कसैले पनि बुढी आमा र आफ्नो दुःखमा साथ नदिएको उनको गुनासो छ। उनी दुःख र अभावका साथ हुकिँदै थिए। उनको उमेरसँगै दुःखको पहाड पनि अमिलैँदै गयो। पाउरोटी बेचेर आमालाई सुख दिन सकिँदैन भन्ने कुरा सन्तोषले



बुझिसकेका थिए। १०-१२ वर्षकै उमेरमा उनले यति सास्ती व्यहोरे कि अब बाँच्नलाई के गरौँ, कसो गरौँ भन्ने लाम थालेको थियो।

गाउँका युवाहरू हुलका हुल मजदुरीका लागि भारत जान्थे। उनलाई पनि एकपटक भारत गएर हेरौँ जस्तो भयो। १५ वर्षको कालिलो उमेरमा उनी गाउँका राजदेव महासेठसँग भारतको गुजरात पुगे। त्यहाँ गएर के काम गर्ने भन्ने कुनै योजना थिएन उनीसँग। जे काम पाइन्छ, त्यही गर्ने भनेर उनी गुजरात पुगेका थिए। उनले एउटा होटलमा काम पाए। उनी भन्छन्, 'जुटो भाँडा माफ्ने, टेबल सफा गर्ने काम सुरु गरेँ। महिनाको नौसय भारु तलब थियो।' त्यतिबेला सन्तोषका लागि नौसय भारुको महत्व धेरै थियो। जहाँ दिनको २०-२५ रूपैयाँमा गुजारा गर्थे, त्यहाँ नौ सय भारु प्रतिमहिना आउन थालेपछि सन्तोष साहका लागि खुसीको सीमा भएन। महिनाको एकसय रूपैयाँ घरभाडा तिर्नुपर्थ्यो। खानाका लागि आफूले काम गरेको होटलमै व्यवस्था थियो, बाँकी ८०० रूपैयाँ चोखो बच्यो। पैसा कमाउने बाहेक उनको अरु कुनै चाहना थिएन। प्रत्येक महिना उनले आमाका लागि घरमा पैसा पठाउँथे। सानैदेखि आमासँग दुःख भोगेका सन्तोषले आमाको ख्याल निकै गर्दथे।

ठुला होटल तथा रेष्टुरेन्टहरूमा सेतो लुगा लगाएर, सेतो टोपी धिरेका मान्छेहरू खाना पकाउँदै, पकिँस्दै गरेको देख्दा उनलाई पनि त्यस्तै गरौँ जस्तो लाग्थ्यो। त्यो कसरी सम्भव हुन्छ भनेर धेरैसँग उनले जिज्ञासा राखेका थिए। उनले सबैबाट एउटै जवाफ पाए- त्यसका लागि पढ्नुपर्छ। गाउँमा आर्थिक समस्याका कारण पढ्न नसकेका सन्तोषलाई त्यहाँ पढ्ने हुटहुटी जाग्यो। पढेर भए पनि होटलको सेफ बन्ने चाहना जाग्यो। उनले आफ्नो पढाइलाई निरन्तरता दिँदै अर्को होटलमा काम सुरु गरेका थिए। त्यहाँ उनले सेफहरूको सहयोगीमा काम थालेका थिए। त्यहाँ उनले तन्दुरी रोटीका लागि आँटा मुछ्नुका साथै रोटी पकाउने भट्ठीमा कोइला हाल्ने काम गर्थे। सेफहरूको साथमा काम

गर्न पाउँदा उनी निकै खुसी थिए। त्यसपछि उनी सेफको तालिम दिने होटलमा काम गर्न थाले। उनले त्यहाँ काम गर्नुको साथै पढाइ १तालिम० पनि सुरु गरे। उनी भन्छन्, 'म कामको खोजीमा एउटा होटलमा पुगें, त्यहाँ होटलसम्बन्धी पढाइ पनि हुन्छ भन्ने कुरा पछिमात्र थाहा पाएँ, अनि मैले होटल मालिकसँग कुरा गरेर आफ्नो तलबबाट मासिक केही रकम काटेर अध्ययनको समय मिलाइदिन आग्रह गरेको थिएँ, त्यो आग्रह उहाँले सहर्ष स्वीकार गर्नुभयो र मैले त्यहाँ कामका साथै पढाइ पनि गरें।'

सन्तोषको लगनशीलता र मेहनत देखेर उनलाई एउटा पाँचतारे होटलले जागिर दियो। त्यो होटलमा काम गर्दा उनले अंग्रेजी भाषाको ज्ञान पनि चाहिने रहेछ भन्ने महसुस गरे। खाना पकाउने कलासँगै अंग्रेजी भाषाको ज्ञान पनि आवश्यक रहेको भन्दै उनले अंग्रेजी सिक्न थाले। अंग्रेजीका लागि उनले निकै मेहनत गरे। उनी भन्छन्, 'सानैदेखि मेरो अध्ययन त्यति राम्रो थिएन, अंग्रेजी त परै जावस्। अंग्रेजी पनि चाहिने चिज रहेछ भन्ने थाहा पाएर मैले निकै मेहनत गरे, जहाँ राम्रो पढाउँछ, त्यहाँ गएर पढ्न सुरु गरें। एक दिनमा तीनवटा इन्स्ट्रुटमा पुगेर पनि अंग्रेजी पढ्थेँ, त्यसले गर्दा मलाई अभ्यास गर्न सजिलो बनाउँथ्यो,

अंग्रेजी भाषा सिक्ने सबभन्दा राम्रो माध्यम भनेको प्रयोग हो, सिकेका कुरा प्रयोगमा ल्याउँथे र चाँडै अंग्रेजी पनि सिक्ँँ।' उनले अंग्रेजीमात्र होइन, कम्प्युटर पनि सिके। होटलमा काम गर्दा उनलाई कम्प्युटर सम्बन्धी ज्ञानको आवश्यकता महसुस भयो र उनले त्यो पनि सिके। अंग्रेजीमा राम्रो भएपछि सन्तोषमा आत्मविश्वास भन् बढेर आयो। उनले दोहोरो कुरा गर्न थाले। लेख्न पनि थाले। अर्को एक होटलमा काम गर्नका लागि उनले अन्तरवार्ता दिए। त्यसमा पास भएपछि त्यहाँको सेफहरूको मेनेजर नै भए। उनको मातहत ७० जनाले काम गर्थे। त्यतिबेलासम्म उनको कमाई महिनाको ४० हजार भारु भइसकेको थियो।

भारतको पाँचतारे होटलमा काम गर्दै गएपछि उनलाई विदेश जाने इच्छा जाग्यो। त्यसका लागि उनले प्रयास पनि गरे। एक/दुई पटक त्यसका प्रयास गर्दा उनको पैसा पनि डुब्नो तर प्रयास गर्न छाडेन। सन् २००९ मा मोन्टेनिग्रो पुगेका उनलाई त्यहाँ काम गर्न मन नलागेपछि फेरि भारत फर्किए। उनले भारत फर्केर फुड फेस्टिभल आयोजना गरे, जसको निकै चर्चा भयो। त्यो देखेर लण्डनको एउटा रेष्टुरेन्टले काम गर्नका लागि उनलाई बोलायो। सबै प्रकृया पुरा गरी उनी लण्डन पुगे। तर त्यहाँ उनले सोचेजस्तो काम गर्न पाएन। जे सोचेर गएका थिए, त्यो भएन त्यहाँ। भाँडा माफ्नेदेखि लिएर खाना पकाउनेलागायतका सबै काम गर्नुपर्थ्यो त्यहाँ। उनले अन्यत्र अवसर खोज्न थाले। विस्तारै उनी कार्यकारी सेफको रूपमा त्यहाँको पाँचतारे होटलसम्म पुगे। करिब १२/१३ वर्षसम्म भारतमा काम गरिसकेका सन्तोष साहलाई लण्डनमा संघर्ष गर्न त्यति गाह्रो भएन।

लण्डनमा करिब १० वर्षको मेहनत र लगनशीलताका कारण उनी बीबीसीबाट प्रसारण हुने विश्वकै प्रतिष्ठित टिभी रियलिटी शो 'मास्टर सेफ प्रोफेशनल युके २०२० च्यालेञ्ज' को सेमिफाइनलमा पुगेका छन्। २० वर्षदेखि सञ्चालनमा रहेको उक्त प्रतियोगिताको सेमिफाइनलमा पुगे सन्तोष साह पहिलो नेपाली हुन्। लण्डनको सिनामन होटलमा कार्यकारी सेफको रूपमा कार्यरत सन्तोष साह नेपाली खानाको परिकार पस्केर सेमिफाइनलमा पुगेका हुन्। फाइनमा जान तीन/चार राउण्ड अफ्रै बाँकी छ। उनलाई आफू फाइनलमा पुगे विश्वास छ। उनी भन्छन्, 'म यो प्रतिस्पर्धा जित्छु वा जित्दैनँ, त्यो बेग्लै कुरा हो तर नेपाली खानालाई विश्वभर चिनाउने मौका पाएँ, मेरो लागि त्यो नै ठुलो कुरा हो।' नेपाली खानाका परिकारलाई विदेशमा धेरैले खाइ मन पराएको उनको अनुभव छ। त्यसलाई

अभ्र परिसकृत बनाएर विश्वसामु लैजाने आफ्नो सोच रहेको उनले बताए। उनले भने, 'कतिपय अवस्थामा नेपालमै नेपाली खानालाई हेला गरेको देखिन्छ तर त्यही खाना मैले विदेशमा प्रदर्शन गर्दा सेमिफाइनलमा पुग्न सफल भएको छु। अब नेपालकै हिमाली भेगको खाना परिकर मेरो तयारी छ, त्यसको लागि मैले निकै मेहनत गरिरहेको छु, मलाई विश्वास छ, म फाइनलमा पुग्छु र जित्छु पनि।' प्रतियोगितामा उनले पोलेको माछा, तिल र टमाटरको अचार, करेलाको अचार, आलुको अचार, जेरी, कुराउनी, बुन्दी, बुनियाँ,

कुल्फी, फोफी, टिमुको अचार, सिस्नु र आलुको तरकारी, भाडको अचार, कर्कलोको पातको तरकारी, विरिया, भैंडाको मासु, खसीको मासु, बेथेको साग, चिप्ले भिन्डी, तामाको आचार, माछाको रोटीलागायतका नेपाली परिकार उनले प्रदर्शन गरिसकेका छन्। सुरमा उनको घरको अवस्था राम्रै थियो। बुवा बितेपछि दाजुहरू अलग बस्न थाले। त्यसपछि सन्तोषको अवस्था खराब भएको थियो। अहिले भारत तथा लण्डनको कमाइले सन्तोषको अवस्था सुधिएको छ। सन्तोष लण्डनकै बासिन्दा भएका छन्। सन्तोषको

अवस्था जसरी जसरी राम्रो हुँदै गयो त्यसरी नै उनका दाजुको मन बदलिँदै गयो। सन्तोषले लण्डनबाट पैसा पठाउन थालेपछि उनका दाजुहरूले आमालाई त्यतिकै स्थार सुसार गर्न थाले। उनका एकजना दाजु अमेरिका बस्छन् भने तीनजना दाजु नेपालमै छन्। उनीहरूले नै अहिले आमालाई हेरचाह गरिरहेका छन्। सन्तोषले नेपालमै बिहे गर्ने सोच बनाएका छन्। उनको विवाहका लागि केटी खोज्ने काम भइरहेको छ। मास्टर सेफ प्रतियोगिता सकिँएपछि नेपाल फर्किएर बिहे गर्ने सोच उनले बनाएका छन्। साभार थाहाखबर

## चालक अनुमतिपत्रको प्रक्रिया खुल्ने



काठमाडौँ। सवारी चालक अनुमतिपत्र (लाइसेन्स) को नयाँ प्रक्रिया खुल्ने भएको छ। यातायात व्यवस्था विभागले बुधवार एक फारम जारी गर्दै नयाँ लाइसेन्सका लागि अनलाइनमार्फत आवेदन खुला गर्न लागिएको जनाएको छ।

विभागले प्रदेश कार्यालयहरूको मागका आधारमा लाइसेन्सको लिखित तथा टायल परिक्षाका लागि अनलाइन फारम खुल्ला गर्न लागिएको जनाएको छ। तर, अनलाइन फारम तथा परीक्षा सञ्चालन गर्ने सम्बन्धमा भने स्वयं

प्रदेश सरकार भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय तथा यातायात कार्यालयहरूको स्व-अधिकार हुने विभागले जनाएको छ। 'नयाँ लाइसेन्सको आवेदन खुल्नु ला गर्नेपरीक्षा सञ्चालन गर्ने र यातायात सम्बन्धी नवीकरण, दर्ता लगायतका अधिकार विभागले सम्बन्धीत प्रदेशहरूलाई नै दिइसकेको छ। प्रदेश १, प्रदेश २, लुम्बिनी प्रदेश, कर्णाली प्रदेश र सुदूरपश्चिम प्रदेशले समेत केहि दिनभित्रै लाइसेन्सको प्रक्रिया अघि बढाउने गरी तयारी थालिएको जनाएका छन्। कोभिड-१९ को प्रकोपसँगै गत चैत ११ गतेदेखि मुलुक पूर्णतः लकडाउनमा गएसँगै नयाँ लाइसेन्सको लिखित तथा प्रयोगात्मक (टायल) परीक्षा प्रभावित हुँदै आएको छ।

### भद्रपुर नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय  
भद्रपुर, भापा  
१ नं. प्रदेश, नेपाल

मिति : २०७७/०८/१५

प्रस्ताव स्विकृत गर्ने आशयको सूचना

(प्रकाशित मिति : २०७७/०८/१५)

उपयुक्त सम्बन्धमा भापा जिल्लाका भद्रपुर, मेचीनगर, दमक नगरपालिका तथा गौरीगंज गाउँपालिका सुरक्षित आप्रवासन परियोजना (सामी) संचालन गर्नको लागि यस कार्यालयबाट प्रकाशित भएको संचिप्त सूचीमा परेका आशयदाताहरूसँग प्राविधिक तथा आर्थिक प्रस्ताव माग गर्ने सूचना बमोजिम रितपूर्वक म्यादभित्र कार्यालयमा दर्ता हुन आएका प्राविधिक तथा आर्थिक प्रस्ताव मूल्याङ्कन गर्दा सारभूत रुपमा प्रभावग्राही भएको निम्न अनुसारको प्रस्ताव स्वीकृत गरिने भएकोले सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ को दफा ३८ (क) बमोजिम सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

सि.न.	कामको विवरण	सारभुत रुपमा प्रभावग्राही आवश्यकता	कबोल अङ्क भ्याट सहित	कैफियत
१	सुरक्षित आप्रवासन परियोजना (सामी) संचालन	विराट सामुदायिक अध्ययन केन्द्र, विर्तामोड	८५,५९,९६५।२५	

होमनाथ भट्टराई  
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

### भद्रपुर नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, भद्रपुर, भापा प्रदेश १, नेपाल

सूचना! सूचना!! सूचना!!!

प्रकाशित मिति : २०७७/०८/१५  
विषय : दरभाउपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

यस कार्यालयलाई आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ मा आवश्यक पर्ने विभिन्न मालसामानहरू आपूर्ति सम्बन्धि पर्न आएको दरभाउपत्रहरू मध्ये तल उल्लेखित दरभाउपत्रहरू सारभूत रुपमा प्रभावग्राही भई स्वीकृतिका लागि आशय प्रकट गरिएको हुँदा सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ को दफा २७ को उपदफा २ को प्रयोजनार्थ यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ। साथै उक्त कामका लागि सरोकारवाला व्यक्ति तथा फर्म वा दरभाउपत्र पेश गरेका अन्य सबै दरभाउपत्रदाताहरूलाई यसै सूचनाबाट सार्वजनिक खरिद ऐन, २०६३ को दफा ४७ को प्रयोजनका लागि समेत जानकारी गराइएको छ।

तपसिल :

सि.न.	दरभाउपत्र/ठेक्काको कामको विवरण	स्वीकृतका लागि छनोट भएका दरभाउपत्र दाताको नाम, ठेगाना	दरभाउपत्रमा स्वीकृत रकम	कैफियत
१	औषधी सम्बन्धि	श्री धिराग फार्मसी, पोखरा उप-१३	५,४५,२५०।०० (अक्षरूपी पाँच लाख पैतालि स हजार दुई सय पचास रुपैया मात्र)	
२	सर्जिकल सम्बन्धि	श्री अमन फार्मसी, विर्तामोड न.पा. (भापा)	१६,९५,३६०।०० (अक्षरूपी सो ह्र लाख पन्चानब्बे हजार तीन सय साठी रुपैया मात्र)	

होमनाथ भट्टराई  
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

### कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?

- नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धुने।
- खोक्दा र हाक्नु गर्दा नाक र मुख छोप्ने।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने।
- जङ्गली तथा घरपालुवा पशुपन्छीसँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने।
- पशुजन्य मासु, दुध तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर खाने।

बाहदशी गाउँपालिकाको कार्यालय  
फुलबारी, भापा

### कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?

- नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धुने।
- खोक्दा र हाक्नु गर्दा नाक र मुख छोप्ने।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने।
- जङ्गली तथा घरपालुवा पशुपन्छीसँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने।
- पशुजन्य मासु, दुध तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर खाने।

भापा गाउँपालिकाको कार्यालय  
कामाटोली, भापा