कर्णाली प्रदेशको पहिलो राष्ट्रिय दैनिक

युगआह्वान

yugnews.com

निष्पक्षता, निर्भिकता, निरन्तरता...

(ई-पेपरका लागि स्क्यान गर्नुहोस्।)

वर्ष: २६ अंक: १८६ वि.सं. २०८३ कार्तिक १ आइतवार नेपाल संवत: ११४६, असोज शुक्ल अष्टमी Sunday 18 October 2026 yugaawhan@gmail.com पृष्ठ: ४ मूल्य: ५ ।-

घ्यूका नाममा बेच्न प्रतिबन्धित चिल्लो पदार्थ जफत गरी नष्ट

युग संवाददाता
सुर्खेत, ३१ असोज ।

खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण कार्यालय सुर्खेतले वीरेन्द्रनगरस्थित एक पसलबाट प्रतिबन्धित चिल्लो पदार्थ जफत गरी नष्ट गरेको छ। उक्त कार्यालयबाट आज बजार अनुगमन तथा निरीक्षणमा गएको टोलीले वीरेन्द्रनगरको पुजा पसल तथा स्टोरबाट पुजामा प्रयोग गर्ने घ्यूको नाममा प्रतिबन्धित रसायन मिसिएको चिल्लो पदार्थ जफत गरेको थियो।

उक्त जफत गरिएको चिल्लो पदार्थका करिब दुई दर्जन श्रीकृष्ण पुजा घ्यू लेखिएका सबै बट्टा जफत गरी आजै नष्ट गरिएको कार्यालयका सूचना अधिकारी सन्तोष दाहालले जानकारी दिए। उनले भने, "दसैँ तिहारलाई लक्षित गरेर खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण प्रविधि विभागले पुजा, होम, हवन तथा दीप प्रज्ज्वलनका लागि तयार गरिने चिल्लो पदार्थलाई घ्यूका रूपमा उत्पादन गरी बिक्री वितरणकार्यलाई प्रतिबन्ध लगाइएको सूचना जारी गरेको छ। यद्यपि देशका विभिन्न सहर तथा बजारमा सो प्रतिबन्धित पदार्थ बेचिएको छ। यो अवैधकार्य हो, जुन सुर्खेत वीरेन्द्रनगरमा पनि भेटिएको छ।"

पहिलो पटक भएकोले पसल धनीलाई सचेत बनाइएको र पुनः भेटिएमा कारवाहीका लागि सिफारिस गरिने चेतावनी दिइएको सूचना अधिकारी दाहालले बताउनुभयो। चाडपर्वका बेला मान्छेको भीड धेरै हुने र त्यस्तो चापाचापको बेलो व्यापारीले कालो बजारी गर्ने अवस्थालाई ध्यानमा राखेर बजार अनुगमनलाई नियमित र तीव्र बनाइएको उहाँको भनाइ थियो।

उक्त कार्यालयका प्रमुख श्रीराम न्यौपानेका अनुसार खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण कार्यालय सुर्खेतले सीमित जनशक्ति र स्रोत साधनका बाबजुद पनि कर्णाली प्रदेशका दशमध्ये सात जिल्लालाई आफ्नो कार्य क्षेत्र बनाएर खाद्य स्वच्छता कायम गर्ने अभियानलाई स्थानीय तह तथा अन्य सरोकारवालासँगको समन्वयमा अगाडि बढाउँदै मिति नाघेका एवं अखाद्य वस्तु बिक्री वितरण हुन नदिन नियमित अनुगमन तथा निरीक्षण गर्दै आइरहेको छ। जुम्ला कार्यालयले भने जुम्ला, मुगु र कालीकोट जिल्लालाई हेर्दै आएको जनाइएको छ।

दशैँ-तिहारले चम्कायो कुमाल समुदायको परम्परागत पेसा माटाका दियो बनाउन भ्याइनभ्याई

सरला सुवेदी
बाँके, ३१ असोज ।

नेपालीहरूको महान् पर्व दशैँ र दिपावली नजिकिएसँगै बाँकेका कुमाल समुदायमा चाडपर्वको रौनकसँगै कामको चटारो पनि बढेको छ। पुस्तौँदेखि माटोका भाँडाकुँडा र दियो बनाएर जीविकोपार्जन गर्दै आएको कुमाल समुदायका परिवार यतिबेला माटो मुछ्न, दियोको आकार दिन र बिक्रीका लागि तयार पार्न दिनरात खटिरहेका छन्।

आधुनिक विद्युतीय बत्तीको प्रयोग बढ्दै गए पनि दिपावलीमा माटोको दियो बाल्ने धार्मिक तथा सांस्कृतिक परम्परा कायम रहेकाले कुमाल समुदायका लागि दसैँ-तिहार आम्दानीको महत्वपूर्ण अवसर बनेको छ।

दिपावलीमा घरआँगन, मठमन्दिर तथा पूजास्थलमा माटोको दियो बाल्ने चलन रहेकाले नेपालगञ्जसहित बाँकेका विभिन्न स्थानमा रहेका कुमाल परिवारलाई दियो बनाउन भ्याइनभ्याइ भएको हो। विशेषगरी मधेसी समुदायमा दिपावलीका बेला माटोको दियो बाल्ने परम्परा रहेकाले यस समयमा बजारमा दियोको माग बढ्ने गरेको नेपालगञ्जका सामाजिक अगुवा विष्णुलाल कुमालले बताए।

बाँकी ३ पेजमा

राष्ट्र बैंकको तथ्यांकमा अर्थतन्त्र

६.३४ प्रतिशत पुग्यो बजार महँगी

ओम शाही
सुर्खेत, ३१ असोज ।

चालु आर्थिक वर्ष २०८३/८४ को पहिलो दुई महिनामै उपभोक्ता मुद्रास्फीति ६.३४ प्रतिशत पुगेको छ। बजारमा खाद्यवस्तुको मूल्य तीव्र रूपमा बढ्दा सर्वसाधारणको भान्सा महँगिएको छ भने अर्कोतर्फ रेमिट्यान्स आप्रवाह, विदेशी मुद्रा सञ्चिति र शोधनान्तर स्थितिमा सुधार देखिएको छ।

नेपाल राष्ट्र बैंकले बिहीबार सार्वजनिक गरेको चालु आर्थिक वर्षको साउन र भदौ महिनाको आर्थिक तथा वित्तीय अवस्थासम्बन्धी प्रतिवेदनले अर्थतन्त्रमा महँगीको दबाबसँगै बाह्य क्षेत्रका केही सूचकमा सुधार देखाएको हो। राष्ट्र बैंकले चालु आर्थिक वर्षको मौद्रिक नीतिमार्फत मुद्रास्फीति अर्थात् बजार महँगी बढीमा ५.५ प्रतिशतको हाराहारीमा राख्ने अनुमान गरेको थियो। तर, आर्थिक वर्षको सुरुवातमै बाजर महँगी ६.३४ प्रतिशत पुगेको छ। यो केन्द्रीय बैंकको अनुमानित सीमाभन्दा माथि हो। खाद्य तथा पेयपदार्थको मूल्य १६.६८ प्रतिशतले बढेको छ।

फलफूलको मूल्य १५.९९ प्रतिशत, चिनी तथा चिनीजन्य पदार्थको १२.१४ प्रतिशत, माछा तथा मासुको ७.३४ प्रतिशत, तरकारीको ७.०७ प्रतिशत र मरमसलाको मूल्य ६.७१ प्रतिशतले बढेको राष्ट्र बैंकको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। दसैँ, तिहार र छठजस्ता प्रमुख चाडपर्वको समयमा बढेको महँगीले उपभोक्ताको खर्च बढाएको छ। बाढीपहिरोका कारण आपूर्ति व्यवस्थामा परेको अवरोध, अन्तर्राष्ट्रिय बजारको मूल्य परिवर्तन, शक्ति राष्ट्रबीचको बढ्दो तनाव र पेट्रोलियम पदार्थको मूल्यवृद्धिलाई महँगी बढ्नुका सम्भावित कारणका रूपमा लिन सकिन्छ।



रेमिट्यान्समा २३.९ प्रतिशतको वृद्धि

महँगी बढिरहँदा अर्थतन्त्रलाई राहत दिने पक्षका रूपमा रेमिट्यान्स आप्रवाह देखिएको छ। चालु आर्थिक वर्षको पहिलो दुई महिनामा चार खर्ब ३६ अर्ब ३६ करोड रुपैयाँ बराबरको रेमिट्यान्स भित्रिएको छ। यो अघिल्लो वर्षको सोही अवधिको तुलनामा २३.९ प्रतिशतले बढी हो।

भदौ महिनामा मात्रै दुई खर्ब २१ अर्ब ३१ करोड रुपैयाँ रेमिट्यान्स भित्रिएको राष्ट्र बैंकले जनाएको छ। वैदेशिक रोजगारीमा जाने श्रमिकको संख्या घटे पनि रेमिट्यान्स बढेको छ। अघिल्लो आर्थिक वर्षको साउन र भदौमा श्रम स्वीकृति लिएर वैदेशिक रोजगारीमा जानेको संख्या एक लाख ३६ हजार थियो। चालु आर्थिक वर्षको सोही अवधिमा यस्तो संख्या घटेर एक लाख ३० हजार चार सय ८३ मा झरेको छ। श्रमिकको संख्या घट्दा पनि रेमिट्यान्स बढ्नुले विदेशबाट नेपाल भित्रिने रकमको प्रवाह बढेको देखाउँछ।

निर्यात बढे पनि घटेन व्यापार घाटा

वैदेशिक व्यापारमा निर्यात र आयात दुवै बढेका छन्। राष्ट्र बैंकका अनुसार समीक्षा अवधिमा वस्तु निर्यात ६१.९ प्रतिशतले बढेर ७६ अर्ब ५९ करोड रुपैयाँ पुगेको छ। तर, आयात पनि ३१.६ प्रतिशतले बढेर चार खर्ब एक अर्ब ५२ करोड रुपैयाँ पुगेको छ। निर्यातको वृद्धिदर आयातको भन्दा बढी भए पनि कुल रकमका आधारमा आयात धेरै भएकाले व्यापार घाटा उच्च छ।

चालु आर्थिक वर्षको पहिलो दुई महिनामै नेपालले तीन खर्ब २४ अर्ब ९३ करोड रुपैयाँ बराबरको वैदेशिक व्यापार घाटा बेहोरेको छ। समीक्षा अवधिमा सेवा आयतर्फको खुद घाटा २२ अर्ब चार करोड रुपैयाँमा झरेको छ। अघिल्लो आर्थिक वर्षको भदौ मसान्तसम्म यस्तो घाटा ३० अर्ब ८८ करोड रुपैयाँ थियो। यसरी सेवा आय घाटा झन्डै २ ९ प्रतिशतले घटेको छ।

राष्ट्र बैंकका अनुसार चालु आर्थिक वर्षको पहिलो दुई महिनामा भ्रमण आय २८.६ प्रतिशतले बढेर १४ अर्ब ९४ करोड रुपैयाँ पुगेको छ। अघिल्लो वर्षको सोही अवधिमा यस्तो आम्दानी ११ अर्ब ६२ करोड रुपैयाँ थियो। यसैगरी भ्रमण व्यय पनि घटेको छ। आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा भ्रमण व्यय ४७ अर्ब ३१ करोड रुपैयाँ रहेकोमा चालु आर्थिक वर्षको समीक्षा अवधिमा यस्तो खर्च ४१ अर्ब १० करोड रुपैयाँमा झरेको राष्ट्र बैंकले जनाएको छ।

शैक्षिक प्रयोजनका लागि विदेशिने रकममा पनि कमी आएको छ। अघिल्लो वर्षको साउन र भदौमा शैक्षिक खर्चका रूपमा ३२ अर्ब ७६ करोड रुपैयाँ बाहिरिएको थियो। चालु आर्थिक वर्षको सोही अवधिमा यस्तो खर्च घटेर २९ अर्ब ५५ करोड रुपैयाँ पुगेको छ। भ्रमण आय बढ्नु र भ्रमण तथा शैक्षिक खर्च घट्नुले सेवा आय घाटा कम गर्न सहयोग गरेको छ।

विदेशी मुद्रा सञ्चिति ४० खर्ब ६५ अर्ब

रेमिट्यान्स आप्रवाहमा वृद्धि र सेवा आय घाटामा सुधारसँगै विदेशी मुद्रा सञ्चिति पनि बढेको छ। भदौ मसान्तसम्म नेपालको कुल विदेशी विनिमय सञ्चिति ४.३ प्रतिशतले बढेर ४० खर्ब ६५ अर्ब ७८ करोड रुपैयाँ पुगेको राष्ट्र बैंकले जनाएको छ।

विदेशी मुद्रा सञ्चिति बढ्नुले अन्तर्राष्ट्रिय बजारबाट वस्तु तथा सेवा खरिद गर्न र बाह्य भुक्तानी गर्न सहज बनाउँछ।

तर, पर्याप्त सञ्चिति हुनु मात्रै उपलब्धि होइन, त्यसबाट अर्थतन्त्रले लाभ लिन सक्ने गरी उत्पादन, लगानी र आर्थिक गतिविधि विस्तार गर्नु पनि महत्वपूर्ण हुन्छ।

हालको आयातलाई आधार मान्दा विदेशी मुद्रा सञ्चितिले २०.९ महिनाको वस्तु आयात र १७.८ महिनाको वस्तु तथा सेवा आयात धान्न पर्याप्त रहेको राष्ट्र बैंकले जनाएको छ।

चालु आर्थिक वर्षको मौद्रिक नीतिले कम्तीमा सात महिनाको वस्तु तथा सेवा आयात धान्न सक्ने गरी विदेशी मुद्रा सञ्चिति व्यवस्थापन गर्ने लक्ष्य राखेको छ। अहिलेको सञ्चिति उक्त लक्ष्यभन्दा निकै माथी छ।

अर्थतन्त्रको बाह्य क्षेत्रको अवस्था देखाउने प्रमुख सूचक शोधनान्तर स्थिति पनि बचतमा रहेको छ। चालु आर्थिक वर्षको पहिलो दुई महिनामा शोधनान्तर स्थिति एक खर्ब ८७ अर्ब ६८ करोड रुपैयाँले बचतमा रहेको राष्ट्र बैंकले जनाएको छ। अघिल्लो आर्थिक वर्षको सोही अवधिमा यस्तो बचत एक खर्ब ५३ अर्ब ६८ करोड रुपैयाँ थियो।

त्यस्तै, चालु खाता पनि एक खर्ब ६९ अर्ब चार करोड रुपैयाँले बचतमा रहेको छ। अघिल्लो वर्षको सोही अवधिमा चालु खाता बचत एक खर्ब ३० अर्ब ९७ करोड रुपैयाँ थियो।

यस वर्ष चालु खाता बचतमा वृद्धि भएको छ। रेमिट्यान्स आप्रवाह र बाह्य क्षेत्रका अन्य सूचकमा देखिएको सुधारले अर्थतन्त्रको बाह्य सन्तुलनलाई बलियो बनाएको छ। तर, उच्च मुद्रास्फीति र बढ्दो व्यापार घाटाले आन्तरिक अर्थतन्त्रमा चुनौती कायमै रहेको देखाउँछ।

त्यसैले बाह्य क्षेत्रको सुधारसँगै बजार महँगी नियन्त्रण, स्वदेशी उत्पादन विस्तार र आयातमा निर्भरता घटाउने प्रयासलाई प्राथमिकता दिनुपर्ने देखिन्छ।



सम्पादकीय....

जुम्ली स्याउमा आर्थिक समृद्धिको सम्भावना

जुम्लाको स्याउ अब स्थानीय बारीमा सीमित छैन। कर्णालीको पहिचान बनेको यो उत्पादन देशका प्रमुख सहरका बजारसम्म पुगेको छ। पाहुनालाई सत्कार गर्न र आफन्तलाई कोशेली दिन प्रयोग हुने जुम्ली स्याउले उपभोक्ताको मन जित्दै गएको छ। तर, उत्पादन र बजार विस्तारको सम्भावना बढे पनि किसानले त्यसको अपेक्षित लाभ लिन सकेका छैनन्। बारीदेखि बजारसम्मको मूल्य शृंखला, भण्डारण, प्रशोधन र बजारीकरण व्यवस्थित हुन नसक्दा जुम्ली स्याउको आर्थिक सम्भावना पूर्ण रूपमा उपयोग हुन सकेको छैन। जुम्लामा स्याउ खेतीको विस्तार उत्साहजनक छ। आर्थिक वर्ष २०७८/७९ मा तीन हजार आठ सय २५ हेक्टरमा रहेको स्याउ खेती गत आर्थिक वर्ष २०८२/८३ सम्म चार हजार चार सय ४५ हेक्टर पुगेको छ। स्याउ खेती गर्ने किसानको संख्या १८ हजार तीन सय १५ पुगेको छ। गत आर्थिक वर्षमा १८ हजार दुई सय ४५ मेट्रिक टन स्याउ उत्पादन भएको थियो। चालु आर्थिक वर्षमा उत्पादन १९ हजार पाँच सय मेट्रिक टन पुग्ने अनुमान छ। यी तथ्यांकले स्याउ खेती जुम्लाको प्रमुख व्यावसायिक सम्भावना बन्दै गएको देखाउँछन्।

तर, उत्पादन बढ्नु मात्रै आर्थिक समृद्धिको आधार होइन। किसानले बारीमा प्रतिकिलो ६५ रुपैयाँ हाराहारीमा बिक्री गर्ने स्याउ सुर्खेत र नेपालगञ्ज हुँदै उपभोक्तासम्म पुग्दा एक सय ५० देखि दुई सय रुपैयाँसम्म पर्ने गरेको छ। उत्पादन र उपभोक्ता मूल्यबीचको यो अन्तरले ढुवानी, भण्डारण, बिक्री वितरण र मूल्य निर्धारणको प्रणालीमा सुधार गर्नुपर्ने आवश्यकता देखाउँछ। किसानले उचित मूल्य पाउने र उपभोक्ताले पनि सुलभ मूल्यमा गुणस्तरीय स्याउ पाउने व्यवस्था बनाउन राज्यले ध्यान दिनुपर्छ। जुम्लामा अहिले एक हजार पाँच सय मेट्रिक टन क्षमताको एउटा र साना क्षमताका ५१ वटा चिस्यान केन्द्र सञ्चालनमा छन्। तर, कुल उत्पादनको तुलनामा भण्डारण क्षमता न्यून छ। पर्याप्त चिस्यान केन्द्र नहुँदा किसानले उत्पादनको मौसममै स्याउ बिक्री गर्नुपर्ने बाध्यता छ। यसले बजारमा आपूर्ति बढेका बेला मूल्य घट्ने र किसानको आम्दानी प्रभावित हुने जोखिम बढाउँछ। उत्पादनलाई वर्षभरि बजारमा पुऱ्याउन सक्ने गरी शीत भण्डारण पूर्वाधार विस्तार गर्नु आवश्यक छ। त्यस्तै, स्याउको आकार, रङ र गुणस्तरअनुसार वर्गीकरण गर्ने अभ्यास पनि कमजोर छ। अधिकांश किसानले सबैखाले स्याउ एउटै मूल्यमा बिक्री गर्दा गुणस्तरीय उत्पादनले समेत उचित मूल्य पाउन सकेको छैन। ग्रेडिङ, गुणस्तरीय प्याकेजिङ, प्रशोधन र अर्गानिक पहिचानमा आधारित ब्रान्डिङलाई एकीकृत गर्न सके जुम्ली स्याउले उच्च मूल्यको बजारमा आफ्नो स्थान बलियो बनाउन सक्छ। जुस, जाम, साइडर र सुकुटीलगायत प्रशोधित वस्तु उत्पादन गर्ने उद्योगले स्थानीय रोजगारी र आम्दानीका अवसरसमेत विस्तार गर्न सक्छन्।

स्याउ खेतीमा जलवायु परिवर्तनका कारण देखिएका रोग, किराको संक्रमण, अनिश्चित वर्षा, तुसारो र असिनाले पनि चुनौती थपेका छन्। त्यसैले किसानलाई उन्नत प्रविधि, प्राविधिक ज्ञान, सिँचाइ, माटो परीक्षण र जलवायु अनुकूल खेती प्रणालीमा सहयोग गर्नुपर्छ। वर्षायाममा सडक अवरुद्ध हुँदा बजारसम्म स्याउ पुऱ्याउन हुने समस्या समाधान गर्न कृषि सडक र ढुवानी पूर्वाधारमा लगानी बढाउन आवश्यक छ। कर्णाली प्रदेश सरकारले स्याउ विकास बोर्ड स्थापनाका लागि विधेयकको मस्यौदा तयार गरी सैद्धान्तिक सहमतिका लागि सम्बन्धित निकायमा पठाएको छ। यस्तो बोर्ड स्थापना भएमा उत्पादन, भण्डारण, प्रशोधन र बजारीकरणलाई एउटै प्रणालीमा जोड्ने अवसर बन्न सक्छ। तर, बोर्ड गठनको तयारीसँगै आवश्यक पूर्वाधार, गुणस्तर मापदण्ड र बजार व्यवस्थापनमा ठोस काम अघि बढ्नुपर्छ। जुम्लाका किसानले स्याउ फलाउन र बजारसम्म पुऱ्याउन सिकिसकेका छन्। अब राज्यले उत्पादनपछि किसानले पाउने मूल्य सुनिश्चित गर्ने व्यवस्था बनाउनुपर्छ। कृषि उत्पादनलाई भण्डारण, प्रशोधन, उद्योग र बजारसँग जोड्न सके जुम्ली स्याउ किसानको आम्दानी बढाउने माध्यम मात्र रहने छैन, कर्णालीको आर्थिक रूपान्तरणको आधारसमेत बन्न सक्छ।

मुलुकप्रतिको समर्पण कि सत्ता स्वार्थ ?



बद्रि आर्याल

> नेपालको राजनीतिमा पुराना दलहरूप्रतिको विश्वास कमजोर हुनुको एउटा कारण नेतृत्व र जनताको अपेक्षाबिच बढेको दुरी हो।

राजनीति जनताको सेवा गर्ने माध्यम हो कि उसको व्यक्तिगत महत्त्वाकांक्षा पूरा गर्ने साधन? सार्वजनिक जीवनमा उच्च पद प्राप्त गर्नु राष्ट्रप्रतिको जिम्मेवारी बढ्नु हो कि भविष्यमा पुनः सत्तामा फर्किने भऱ्याङ प्राप्त गर्नु हो? आज नेपाली राजनीतिमा उठेको यो प्रश्न कुनै एक व्यक्ति वा दलमा सीमित छैन। यो राजनीतिक नैतिकता, संवैधानिक संस्थाको गरिमा, नेतृत्वको जवाफदेहिता र लोकतन्त्रको भविष्यसँग जोडिएको गम्भीर प्रश्न हो। पूर्वराष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारीको नेकपा एमालेको सक्रिय राजनीतिमा पुनरागमनले यस बहसलाई थप सान्दर्भिक बनाएको छ।

२०८३ असोजमा एमालेले उनलाई वरिष्ठ नेताको जिम्मेवारी दिएपछि उनी पार्टीको स्थायी कमिटी बैठकमा सहभागी भएको समाचार सार्वजनिक भएको छ। यसले उनको राजनीतिक पुनरागमनलाई व्यक्तिगत आकांक्षाको विषयबाट माथि उठाएर संवैधानिक पदको मर्यादा र दलीय राजनीतिबीचको सम्बन्धबारे राष्ट्रिय बहसको विषय बनाएको छ।

नेपालको संविधानको धारा ६१ ले राष्ट्रपतिलाई राष्ट्राध्यक्षका रूपमा परिभाषित गर्दै राष्ट्रिय एकताको प्रवर्धन तथा संविधानको पालन र संरक्षणलाई प्रमुख जिम्मेवारी मानेको छ। राष्ट्रपति कुनै दलको राजनीतिक प्रतिनिधि मात्र नभई समग्र राष्ट्रको संवैधानिक संस्थाको प्रतिनिधि हो। त्यसैले राष्ट्रपतिमा निर्वाचित भएपछि दलीय आबद्धताभन्दा माथि उठेर निष्पक्ष भूमिका निर्वाह गर्नु संवैधानिक पदको आधारभूत अपेक्षा हो।

विद्या भण्डारीलाई सक्रिय राजनीतिमा फर्किने अधिकार छ कि छैन भन्ने प्रश्नभन्दा पनि उनको राजनीतिक पुनरागमनलाई लिएर उठेका प्रश्नको जवाफ व्यक्तिको आलोचना वा समर्थनले मात्र दिँदैन, संवैधानिक मर्यादा, विगतको भूमिका, वर्तमान राजनीतिक आचरण र भविष्यमा स्थापित हुने नजिरको निष्पक्ष मूल्यांकनले दिन्छ।

यहाँ एउटा आधारभूत भिन्नता बुझ्न आवश्यक छ, कानुनले अनुमति दिनु र सार्वजनिक नैतिकताले उचित ठहऱ्याउनु एउटै कुरा होइन। कुनै कार्य कानुनी रूपमा सम्भव भए पनि त्यसले संस्थागत निष्पक्षता र जनविश्वासमा कस्तो प्रभाव पार्छ भन्ने प्रश्न उठ्न सक्छ।

त्यसैगरी, राजनीतिक अधिकारको प्रयोग गरेकै आधारमा कसैलाई अनैतिक ठहऱ्याउनु पनि न्यायोचित हुँदैन। आलोचनाको आधार व्यक्तिको पूर्वाग्रह होइन, सार्वजनिक पदको मर्यादा र व्यवहारबिचको सम्बन्ध हुनुपर्छ। राष्ट्रपतिको पदमा पुगेको व्यक्तिको वास्तविक उचाइ पुनः पार्टीको शक्ति केन्द्रमा पुग्नुमा होइन, आफूले निर्वाह गरेको भूमिकाको गरिमा कायम राख्न सक्नुमा हुन्छ। पूर्वराष्ट्रपतिले सक्रिय राजनीतिमा फर्किने निर्णय गर्दा आफ्नो अधिकारसँगै राष्ट्राध्यक्षको संस्थाप्रति जनताले राखेको विश्वास र भविष्यका राष्ट्रपतिहरूका लागि स्थापित हुने राजनीतिक संस्कारबारे पनि विचार गर्नुपर्छ।

पदको मोह र नेतृत्व हस्तान्तरण

नेपालको राजनीतिक समस्याको अर्को गम्भीर पक्ष नेतृत्व हस्तान्तरणको कमजोर संस्कार हो। बहुदलीय लोकतन्त्र पुनःस्थापित भएको दशकौं बितिसक्दा पनि प्रमुख राजनीतिक दलहरूमा नेतृत्वको नियमित परिवर्तन, आन्तरिक प्रतिस्पर्धा र नयाँ पुस्तालाई निर्णायक जिम्मेवारी दिने अभ्यास पर्याप्त संस्थागत हुन सकेको छैन। नेतृत्वमा रहेका व्यक्तिहरू सरकार, पार्टी र विभिन्न शक्ति संरचनामा लामो समयसम्म प्रभावशाली रहिरहने प्रवृत्तिले राजनीतिक अवसरको वितरणलाई सीमित बनाएको छ।

अनुभव आफैंमा कमजोरी होइन। लामो राजनीतिक यात्राले इतिहास, नीति, संस्थागत जटिलता र राष्ट्रिय परिस्थितिको ज्ञान दिन्छ तर अनुभवको अर्थ अनन्तकालसम्म नेतृत्वमा रहने अधिकार होइन। परिपक्व नेतृत्वले आफूले प्राप्त गरेको अनुभवलाई नयाँ पुस्ताको क्षमता विकास गर्न, सक्षम उत्तराधिकारी तयार पार्न र आफूविना पनि संस्था चल्न सक्ने बनाउन प्रयोग गर्छ। आफूलाई अपरिहार्य ठान्ने नेतृत्वले भने संस्थालाई व्यक्तिनिर्भर बनाउँछ। राजनीतिक दलभित्र पदाधिकारीको सङ्ख्या बढाउनु मात्र लोकतान्त्रिक सुधारको प्रमाण होइन। संगठन विस्तार, जिम्मेवारीको स्पष्ट बाँडफाँट र कार्यसम्पादनको प्रभावकारिताका लागि पद थप्न सकिन्छ तर पदको विस्तार असन्तुष्ट समूहलाई व्यवस्थापन गर्न, समर्थकलाई पुरस्कृत गर्न वा नेतृत्वको पकड सुरक्षित राख्न केन्द्रित भयो भने त्यसले संस्थागत लोकतन्त्रलाई कमजोर बनाउँछ। पदको संख्या बढ्दै जाने तर निर्णय प्रक्रियामा पारदर्शिता, आन्तरिक प्रतिस्पर्धा र जवाफदेहिता नबढ्ने हो भने संगठन ठूलो देखिए पनि लोकतान्त्रिक बन्न सक्दैन। यही संरचनाले चाकडीमुखी राजनीति जन्माउँछ। जब अवसर योग्यता, योगदान र प्रतिस्पर्धाका आधारमा भन्दा नेतृत्वसँगको निकटताबाट प्राप्त हुन्छ, तब कार्यकर्ता विचारको प्रतिनिधि नभई व्यक्तिको समर्थक बन्न थाल्छ। नेतृत्वको गलत निर्णयमाथि प्रश्न उठाउनु जोखिमपूर्ण हुन्छ, आलोचनाभन्दा प्रशंसा सुरक्षित बन्छ र स्वतन्त्र सोच राख्नेहरू किनारामा पुग्छन्। नयाँ पुस्ताले यस्तो प्रवृत्तिलाई 'झोले राजनीति' भनेर आलोचना गर्नुको **पृष्ठभूमिमा यही असन्तुष्टि छ।**

यस समस्याको समाधान कार्यकर्तालाई मात्र दोष दिएर सम्भव छैन। नेतृत्वले कस्तो संस्कारलाई पुरस्कृत गर्छ भन्ने कुराले संगठनको चरित्र निर्धारण गर्छ। प्रश्न गर्ने कार्यकर्तालाई अवसरबाट वञ्चित गर्ने र व्यक्तिगत निष्ठालाई योग्यताभन्दा माथि राख्ने नेतृत्वले अन्ततः आफ्नो वरिपरि सत्य बोल्न नसक्ने समूह निर्माण गर्छ। त्यसपछि पार्टीभित्र गलत निर्णय सच्याउने क्षमता घट्छ र जनताको वास्तविक समस्या नेतृत्वसम्म पुग्न कठिन हुन्छ।

सन् २०२५ को सेप्टेम्बरमा नेपालमा भएको जेनजी आन्दोलनले भ्रष्टाचारप्रतिको आक्रोश, रोजगारीको अभाव, असमानता र राजनीतिक नेतृत्वप्रतिको अविश्वासलाई तीव्र रूपमा सार्वजनिक गऱ्यो। यस आन्दोलनलाई केवल पुराना नेताविरुद्धको आक्रोशका रूपमा बुझ्नु पर्याप्त हुँदैन। यो राजनीतिक दलहरूले युवालाई निर्णय प्रक्रियामा कति स्थान दिएका छन्, सार्वजनिक स्रोतको उपयोग कति पारदर्शी छ र राज्यले नागरिकलाई कति अवसर दिएको छ भन्ने प्रश्नसँग पनि जोडिएको छ। नयाँ अनुहार ल्याउनु मात्र परिवर्तन होइन, निर्णय गर्ने तरिका, अवसर वितरण, सार्वजनिक जवाफदेहिता र शासनको परिणाम बदलिनु वास्तविक परिवर्तन हो। त्यसैले दलभित्र नेतृत्वको कार्यकाल, प्रतिस्पर्धात्मक निर्वाचन, पदको उत्तराधिकार र जिम्मेवारी हस्तान्तरणका स्पष्ट नियम आवश्यक छन्।

निश्चित समयपछि सबैले अनिवार्य रूपमा राजनीति छाड्नुपर्छ भन्ने कठोर प्रस्तावभन्दा आन्तरिक लोकतन्त्रलाई बलियो बनाउने, नेतृत्वको निरन्तर मूल्यांकन गर्ने र नयाँ पुस्तालाई प्रतिस्पर्धाबाट माथि उठ्ने अवसर दिने व्यवस्था बढी लोकतान्त्रिक हुन्छ। नेतृत्व परिवर्तन व्यक्तिको सदाशयतामा मात्र निर्भर हुनु हुँदैन, संस्थागत नियमले त्यसलाई सुनिश्चित गर्नुपर्छ।

सत्ता होइन, राष्ट्र निर्माणको प्रतिबद्धता

लोकतन्त्रको शक्ति निर्वाचनमा मात्र सीमित हुँदैन। निर्वाचनले नेतृत्व चयन गर्छ, तर नेतृत्वको वैधता उसको आचरण, निर्णय र जनताले अनुभव गर्ने परिणामबाट निरन्तर परीक्षण हुन्छ। राजनीतिक दलले चुनाव जिते पनि नागरिकले रोजगारी, गुणस्तरीय शिक्षा, सहज स्वास्थ्य सेवा, उत्पादनका अवसर, न्याय र सुशासन अनुभव गर्न पाएनन् भने जनविश्वास कमजोर हुँदै जान्छ। त्यसैले राजनीतिक सफलताको मापन पद, गठबन्धन र सत्तामा बिताएको समयबाट मात्र होइन, जनताको जीवनमा आएको परिवर्तनबाट हुनुपर्छ। पूर्वराष्ट्रपति भण्डारीको राजनीतिक पुनरागमनले पनि यही व्यापक प्रश्न उठाएको छ। उनको निर्णयलाई समर्थन गर्ने वा विरोध गर्ने दुवै पक्षले व्यक्तिगत राजनीतिक अधिकार, संवैधानिक संस्थाको गरिमा र दलीय नेतृत्वको आवश्यकताबीच सन्तुलित बहस गर्नुपर्छ। कुनै व्यक्तिको राजनीतिक सक्रियताले मात्रै सम्पूर्ण दलको चरित्र प्रमाणित गर्दैन तर यस्ता घटनाले दलभित्रको नेतृत्व चयन, उत्तराधिकारको सम्भावना र राजनीतिक शक्ति वितरणबारे जनतामा रहेका शंकालाई उजागर गर्न सक्छन्। त्यसैले दलहरूले प्रश्नलाई व्यक्तिगत विवादमा सीमित नगरी संस्थागत सुधारको अवसरका रूपमा लिनुपर्छ।

नेपालको राजनीतिमा पुराना दलहरूप्रतिको विश्वास कमजोर हुनुको एउटा कारण नेतृत्व र जनताको अपेक्षाबिच बढेको दुरी हो। दशकौंको राजनीतिक अनुभव भएका दलहरूले लोकतान्त्रिक परिवर्तनमा योगदान दिएका छन्; त्यस योगदानलाई अस्वीकार गर्नु इतिहासप्रति अन्याय हुन्छ तर ऐतिहासिक योगदानले वर्तमानको जवाफदेहिताबाट छुट दिँदैन। विगतको उपलब्धि वर्तमानको कमजोरी ढाक्ने कवच बन्नु हुँदैन। लोकतन्त्रमा कुनै दल वा नेताको मूल्यांकन निरन्तर काम, आचरण र परिणामका आधारमा हुनुपर्छ।

यसका लागि पहिलो सुधार राजनीतिक दलको आन्तरिक लोकतन्त्रमा आवश्यक छ। नेतृत्व चयन नियमित, प्रतिस्पर्धात्मक र पारदर्शी हुनुपर्छ। उम्मेदवार छनोटमा योगदान, क्षमता, सार्वजनिक छवि र कार्यसम्पादनलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ। दोस्रो, उच्च पदमा पुगेका व्यक्तिहरूका लागि सार्वजनिक नैतिकता र संस्थागत मर्यादासम्बन्धी स्पष्ट आचारसंहिता आवश्यक छ। यस्तो आचारसंहिता राजनीतिक अधिकार खोस्ने माध्यम नभई सार्वजनिक विश्वासको संरक्षण गर्ने साधन हुनुपर्छ। तेस्रो, दलभित्र आलोचना र असहमतिको सम्मान हुनुपर्छ। असहमति विद्रोह होइन, उचित प्रक्रियाबाट व्यक्त गरिएको असहमति संगठनलाई सुधार्ने लोकतान्त्रिक शक्ति हो।

चौथो, नयाँ पुस्तालाई केवल चुनावी अभियानमा परिचालन गर्ने साधनका रूपमा होइन, नीति निर्माण र निर्णय प्रक्रियाका साझेदारका रूपमा स्वीकार गर्नुपर्छ। युवाले जिम्मेवारी पाउन उमेर मात्र पर्याप्त हुँदैन, योग्यता, इमानदारी, कार्यक्षमता र जनतासँगको सम्बन्ध पनि महत्त्वपूर्ण हुन्छ। त्यसैले नयाँ पुस्ताको प्रवेशले पुरानै गुटगत संस्कारको पुनरावृत्ति नगरोस् भन्ने सुनिश्चित गर्न संस्थागत सुधार आवश्यक छ।

पाँचौं, राजनीतिक नेतृत्वको मूल्यांकनलाई उत्पादन, रोजगारी, कृषि, उद्यमशीलता, शिक्षा, स्वास्थ्य र सुशासनका ठोस परिणामसँग जोड्नुपर्छ। राजनीतिक दलको शक्ति जनतालाई कति अवसर उपलब्ध गराउन सक्यो भन्नेबाट मापन हुनुपर्छ, कति पद बाँड्न सक्यो भन्नेबाट होइन।

▶ बाँकी ३ पेजमा

विश्व

रुसमाथि प्रतिबन्ध लगाउन जेलेन्स्कीको आग्रह, ट्रम्पको निर्णयप्रति असन्तुष्टि

युक्रेन। युक्रेनका राष्ट्रपति भोलोदिमिर जेलेन्स्कीले रुसमाथि नयाँ अमेरिकी प्रतिबन्ध लगाउने पक्षमा आवाज उठाउन आफ्ना समर्थकहरूलाई आग्रह गरेका छन्।

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले रुसी अर्थतन्त्रलाई लक्षित गरी प्रस्तावित व्यापक प्रतिबन्धहरू अघि बढ्न नदिने निर्णय गरेको केही घण्टापछि जेलेन्स्कीले यस्तो आग्रह गरेका हुन्। ह्वाइट हाउसको यस निर्णयले युक्रेनमाथि रुसको आक्रमण तीव्र भइरहेका बेला र जाडो मौसम नजिकिँदै गर्दा युक्रेनको सुरक्षा जोखिम थप बढ्नसक्ने चिन्ता उत्पन्न गरेको छ।

जेलेन्स्कीले ट्रम्पको प्रतिबन्ध रोक्ने कदमलाई 'दुर्भाग्यपूर्ण' बताएका छन्। यद्यपि, पछिल्ला दिनमा युक्रेन र वासिङ्टनबीच तनाव बढ्दै गए पनि उनले अमेरिकी राष्ट्रपतिको प्रत्यक्ष आलोचना भने गरेका छैनन्।

जेलेन्स्कीले सामाजिक सञ्जालमा लेखेका छन्, "दुर्भाग्यवस, अमेरिकामा 'लिन्ड्से ग्राहम ऐन'लाई पूर्ण रूपमा बेवास्ता गर्ने निर्णय गरिएको छ। यस ऐनबाट रुसमाथि प्रभावकारी दबाब सिर्जना गरी युद्ध अन्त्य गर्न मद्दत पुग्ने अपेक्षा गरिएको थियो।"

उनले प्रस्तावित प्रतिबन्ध अझै कार्यान्वयन हुनसक्ने आशा व्यक्त गर्दै भनेका छन्, "यो ऐनले ठूलो मद्दत गर्न सक्थ्यो र अझै पनि गर्न सक्छ। तर यसको कार्यान्वयन आवश्यक छ। यसलाई समर्थन गर्दै उठ्ने हरेक आवाज महत्वपूर्ण छ।"

युक्रेनको ऊर्जा पूर्वाधारमा ठूलो आक्रमण भएको किभको दाबी

जेलेन्स्कीले शनिबार रुसले युक्रेनको ऊर्जा पूर्वाधारलाई लक्षित गरी ठूलो आक्रमण गरेको पनि बताएका छन्। उनका अनुसार, देशभरका १५ भन्दाबढी स्थानमा आक्रमण गरिएको थियो।

उनले भनेका छन्, "रुसले विशेषगरी हाम्रो ऊर्जा क्षेत्रलाई लक्षित गर्दै व्यापक र निरन्तर आक्रमण गरिरहेको छ। यसले दुर्भाग्यवस गम्भीर परिणाम निम्त्याइरहेको छ।"

युक्रेनी वायुसेनाका अनुसार, रुसी सेनाले रातभर चार वटा क्रुज मिसाइल र ३३२ वटा आक्रमणकारी ड्रोन प्रहार गरेको थियो। तीमध्ये चारवटै मिसाइल र २८९ वटा ड्रोनलाई निष्क्रिय पारिएको वा खसालिएको वायुसेनाले जनाएको छ।

जाडो मौसम सुरु हुनुअघि युक्रेनको विद्युत् प्रणालीमाथि रुसी आक्रमण तीव्र हुनु युद्धको नियमित प्रवृत्तिजस्तै बनेको छ। यस्ता आक्रमणले सर्वसाधारणलाई ताप, विद्युत् र खानेपानीजस्ता अत्यावश्यक सेवाबाट वञ्चित गराउँदै युक्रेनको प्रतिरोध क्षमतामा असर पार्ने उद्देश्य राखेको युक्रेनी पक्षको भनाइ छ।

युक्रेनी अधिकारीले आगामी महिनामा थप आक्रमण गर्न रुसले ब्यालिस्टिक मिसाइलहरू भण्डारण गरिरहेको चेतावनीसमेत दिएका छन्। जाडो नजिकिँदै गर्दा ऊर्जा पूर्वाधारमाथि हुने सम्भावित आक्रमण र अमेरिकी प्रतिबन्धसम्बन्धी निर्णयले युक्रेनको सुरक्षा अवस्थाबारे चिन्ता थपिएको छ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बर

एम्बुलेन्स

एम्बुलेन्स (नेपाल रेडक्रस)	: ०८३-५२०३१०
एम्बुलेन्स (वीरेन्द्रनगर सहकारी)	: ९८४८०२०८६७
एम्बुलेन्स (भू.पू. सैनिक कल्याणकारी समिति)	: ९८२२४११५८६
शव वाहन	: ०८३-५२४२३६/९८५८०४३६००
जिल्ला प्रहरी कार्यालय	: १००, ०८३-५२०२२२
जिल्ला ट्राफिक कार्यालय	: ०८३-५२५४९६
विद्युत फ्यूज सेवा	:०८३-५२०२६७/५२०२६५
महिला तथा बाल हेल्पलाइन	: १०९८
विमान स्थल	
सुर्खेत	: ०८३-५२१९४५/५२५२१९
जुम्ला	: ०८७-५२०१९०
मुगु ताल्चा :	
हुम्ला	: ०८७-६८००८०
डोल्पा	: ०८७-५५१०१९
चौरजहारी (पश्चिम रुकुम)	: ०८८-४०१०४८
नेपालगन्ज	: ०८१-५६५२०५
दमकल	
वीरेन्द्रनगर न.पा. :	: १०१
भेरीगंगा न.पा.	: ०८३-५४०११०, ९८५८०५१०५७
नारायण न.पा.	: ०८९-४१०२०१
अस्पताल	
दैलेख जिल्ला अस्पताल	: ०८९-४१०११७
प्रदेश अस्पताल सुर्खेत	: ०८३-५२३२००
सुर्खेत हस्पिटल प्रा.लि.	: ०८३-५२५४१७
माया नर्सिङ्ग होम प्रा.लि.	: ०८३-५२१४३०, ५२५४३०
एम्बुलेन्स (माया नर्सिङ्ग होम)	: ०८३-५२१४३०
एम्बुलेन्स (देउती नर्सिङ्ग होम)	: ०८३-५२०५२८
एम्बुलेन्स (स्वास्थ्यकर्मी संघ)	: ९८४४८३५६६६
एम्बुलेन्स (नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था)	: ९८६८११६०५२
जाजरकोट अपस्ताल	: ०८९-४३०१२०
जिल्ला अस्पताल डोल्पा	: ०८७-५५०१११
जिल्ला अस्पताल मुगु	: ०८७-४६०१६२

आजको राशिफल

मेष
आफ्नो अडानमा स्पष्ट रहँदा अरूले तपाईंको कुरा बुझ्नेछन्। कसैलाई पैसा सापटी दिनुअघि फिर्ता पाउने समयबारे कुरा मिलाउनुहोला।

तुला
आफ्नो सामान अरूलाई दिँदा फर्काउने समय पहिल्यै बताउनुहोला। घरको सजावट वा पहिरनमा परिवर्तन गर्ने सोच आए खर्चको सीमा नाघ्न नदिनुहोस्।

वृष
सामान किन्दा अरूको रोजाइभन्दा आफ्नै आवश्यकतालाई हेर्नुहोला। पढाइ वा सीप सिक्ने काममा अलि बढी अभ्यास गर्नुपर्ने देखिन्छ।

वृश्चिक
कुनै प्रस्ताव स्वीकार गर्नुअघि त्यसबाट आउने फाइदा र अप्ठ्यारो दुवै बुझ्नुहोला। घरको सुरक्षामा ध्यान दिँदा ढोका, चाबी र आवश्यक सामान जाँच्नु उपयोगी हुनेछ।

मिथुन
कुनै विषयमा आफ्नो कुरा राख्ने मौका मिल्दा डर नमानी स्पष्ट बोल्नुहोला। साथीको समस्यामा सुझाव दिनुअघि उसको कुरा पूरा सुन्नुहोस्।

धनु
नयाँ ठाउँ जाने वा कुनै कार्यक्रम हेर्ने अवसर मिल्न सक्छ। यात्रामा निस्कनुअघि बाटो र फर्कने समय तय गर्नुहोला।

कर्कट
घरमा आवश्यक सामानको सूची बनाएर किनमेल गर्दा खर्च नियन्त्रणमा रहनेछ। आफन्तसँगको कुराकानीमा पुरानो विषय उठे पनि रिसाएर जवाफ नदिनुहोला।

मकर
घरको खर्च र व्यक्तिगत आवश्यकताबीच मिलाउनुपर्ने अवस्था आउन सक्छ। अरूले दिएको जिम्मेवारी स्वीकार्नुअघि त्यसका लागि पर्याप्त समय छ कि छैन।

सिंह
अरूले जिम्मा दिएको काम पूरा गरेर आफ्नो भरोसा कायम राख्न सकिनेछ। कुनै कार्यक्रममा सहभागी हुने अवसर आए आफ्नो रुचि र समय दुवै विचार गर्नुहोला।

कुम्भ
समूहमा काम गर्दा सबैको कुरा सुनेपछि आफ्नो निर्णय सुनाउनुहोला। सार्वजनिक काममा सहभागी हुँदा आफ्नो जिम्मेवारी पूरा गर्नु नै मुख्य हुनेछ।

कन्या
बिग्रिएको हिसाब वा छुट्टेको विवरण मिलाउने काममा ध्यान जानेछ। सानो गल्तीका कारण आफैंलाई दोष दिइरहनुभन्दा त्यसलाई सच्याउने उपाय खोज्नु उचित

मीन
घरमा थन्किएका कागजपत्र र आवश्यक सामान मिलाएर राख्ने काम पूरा हुनेछ। कसैलाई सहयोग गर्दा आफूलाई अप्ठ्यारो पर्ने गरी वचन नदिनुहोला।

दशैं मनाउनुहोस्, तर मुटु जोगाउनुहोस्

युग संवाददाता
काठमाडौं, ३१ असोज ।

चाडपर्वका समयमा मासु, चिल्लो पदार्थ, मिठाई, मदिरा तथा चिसो पेय पदार्थको सेवन अरु समयका तुलनामा बढ्ने गर्छ । अझ दशैंमा त अन्य दिनहरुका तुलनामा कैयौं गुणा बढी मासु खाने नेपालीहरुको परम्परा नै छ । चाडपर्वमा खानपान र रमाइलोमा ध्यान दिँदा स्वास्थ्यप्रति भने पर्याप्त सचेतना अपनाएको पाइँदैन । चाडबाडका नाममा शरीरलाई चाहिनेभन्दा बढी खानेकुराहरु खाने, शारीरिक सक्रियता र व्यायाम नगर्ने अनि नियमित औषधि सेवनमा समेत ध्यान नदिने कारणले गर्दा यस्तो समयमा मुटुरोगको जोखिम बढ्न सक्छ ।

मुटुरोग विषेशज्ञ चिकित्सकहरु मुटुको स्वास्थ्य जोगाइराख्न सन्तुलित खानपान, नियमित व्यायाम, रक्तचाप, मधुमेह तथा कोलेस्ट्रोलको नियन्त्रण र धूमपान तथा मदिराको सेवनबाट टाढा रहन सुझाइरहेका हुन्छन् । तर त्यसमा नागरिकको ध्यान पुग्छ कि पुग्दैन ? आमनागरिकले चिकित्सकका सल्लाह र सुझावलाई कतिको अनुशरण गर्दछन् ? दशैंको खानपानलाई सुव्यवस्थित र सन्तुलित कसरी बनाउने, यस्तो समयमा मुटुरोगको जोखिम कसरी घटाउने र हृदयाघातका लक्षण देखिएमा के गर्ने भन्ने विषयमा केन्द्रित रहेर वरिष्ठ मुटुरोग विशेषज्ञ डा कमल शर्मा लम्सालसँग रासस्का समाचारदाता प्रगति ढकालले गरेको कुराकानीको सम्पादित अंशः

दशैंलाई नेपालीको ठूलो पर्व मानिन्छ र मीठा परिकार खाने र रमाइलो गर्ने चलन छ । चाडपर्वमा हाम्रो खानपानको मात्रा र शैली नमिल्दा मुटुको स्वास्थ्य बिग्रने खतरा रहन्छ । दशैंको खानपानलाई कसरी व्यवस्थित गर्नुपर्ला ?

हाम्रो स्वास्थ्यसँग दैनिक जीवनशैली, शारीरिक गतिविधि या गतिशीलता, सोचाइ र खानपानको प्रत्यक्ष सम्बन्ध हुन्छ । मुटुको स्वास्थ्यका लागि यी सबै र खानपानको विशेष महत्व छ । धेरै क्यालोरी भएका खानेकुरा, अत्यधिक मासु, भात, गुलियो पदार्थ तथा चिसो पेय पदार्थको सेवन गर्दा शरीरमा आवश्यकताभन्दा बढी ऊर्जा सञ्चित हुन्छ ।

यसले तौल बढ्ने, रक्तचाप बढ्ने, मधुमेह हुने र शरीरमा बोसोको मात्रा (कोलेस्ट्रोल) बढ्ने जोखिम बढी मात्रामा निम्त्याउँछ । त्यसमाथि शारीरिक गतिविधि पनि कम भयो भने यससँग जोडिएर आउने अरु विभिन्न कारणले मुटुरोगको जोखिम बढ्छ । त्यसैले चाडपर्वमा पनि सन्तुलित खानपान र सक्रिय जीवनशैली अपनाउनुपर्छ । चाडबाडका नाम र निहुँमा शरीरले नथेग्ने र आवश्यक पनि नपर्नेगरी अत्यधिक खानपान गर्नु हुदैन । अघिपछि जस्तै सन्तुलित र आवश्यक खानामा मात्र ध्यान दिनुपर्दछ ।

दशैंमा चिल्लो पदार्थको मात्रा बढी भएका तथा एउटै तेल पटक-पटक प्रयोग गरेर तारे भुटेका परिकार बढी खाने चलन छ । यस्ता खानाले विशेषगरी मुटुरोगको जोखिम के कस्तो हुन्छ ?

एक-दुई दिन यसरी तारेका या भुटेका चिल्ला परिकार खाँदैमा तत्कालै ठूलो जोखिम हुन्छ भन्ने त होइन । तर नियमित रूपमा यस्ता खानेकुरा खाँदा स्वास्थ्यमा असर पक्कै गर्छ । एउटै तेल पटक-पटक प्रयोग गरेर खाना तार्दा त्यसको गुणस्तर बिग्रन सक्छ र मुटु र त्यो मात्र नभएर शरीरलाई हानि पुऱ्याउने पदार्थ बन्न सक्दछ ।

त्यसैले यस्ता परिकारहरु कम खानु नै राम्रो हुनेछ । विशेषगरी मधुमेह, उच्च रक्तचाप वा मुटुरोग भएका व्यक्तिहरु त झन यस्ता खानेकुराबाट टाढा रहेकै



वरिष्ठ मुटुरोग विशेषज्ञ
डा. लम्साल

राम्रो हुन्छ । सकेसम्म कम चिल्लो भएका, उमालेर वा अन्य स्वस्थ तरिकाले पकाइएका परिकार खानु उपयुक्त हुन्छ ।

हामी नेपालीका पर्वमध्ये दशैंसँग जोडिएर आउनेमा मासु एक हो । दशैंका नाम र निहुँमा अनियन्त्रित रुपमा मासु खाने प्रचलन अद्यापि छ ।

मुटुको स्वास्थ्यका दृष्टिले कस्तो प्रकारको मासु सेवन गर्नु उपयुक्त होला ?

मासु आफैंमा नराम्रो या अखाद्य पदार्थ होइन । तर यसको सेवन मात्रा र पकाउने तरिकामा ध्यान दिनुपर्छ । सबैभन्दा पहिले त मासु तयार पार्ने या किन्ने ठाउँ सफा हुनु अति आवश्यक छ । यो स्वच्छ र सफा भएन भने यहींको मासुका कारण खाद्य विषाक्तता, झाडापखाला लगायतको जोखिम रहन्छ ।

त्यसपछि मासु केको भन्ने पनि हुन्छ । जस्तो कि रातो मासुको अत्यधिक सेवनले कोलेस्ट्रोल तथा युरिक एसिड बढ्ने र स्वास्थ्यमा अन्य जोखिम निम्त्याउने सम्भावना हुन्छ । धेरै तेलमा तारिएको मासु तथा अत्यधिक पोलेको मासुको सेवनमा पनि ध्यान दिनु आवश्यक छ । त्यसैले रातो मासुको अत्यधिक सेवन धेरै राम्रो होइन भनेर बुझ्नुपर्दछ । मासुको विकल्पमध्ये माछा राम्रो मानिन्छ । त्यसपछि कुखुराको हो । तर माछा खाँदा पनि धेरै तेलमा तारेर खानु हुँदैन । मासुको मात्रा सीमित राख्ने र पकाउने स्वस्थ तरिका अपनाउने गर्नुपर्दछ । त्यसैले म भन्छु, मासु खानुहोस्, दशैं मनाउनुहोस् तर मुटु भने जोगाउनुहोस् ।

उमेरअनुसार खानपानमा के कस्तो सावधानी अपनाउनुपर्ला ?

उमेरसँगै स्वास्थ्य अवस्था र रोगको जोखिम पनि फरक हुन्छ । ६०-७० वर्ष उमेरका व्यक्तिमा उच्च रक्तचाप, मुटुरोग वा पाचनसम्बन्धी समस्या हुन सक्छ । त्यस्ता व्यक्तिले आफ्नो स्वास्थ्य अवस्थाअनुसार खानपानमा नियन्त्रण गर्नुपर्छ ।

बालबालिका तथा किशोरकिशोरी शारीरिक रूपमा बढी सक्रिय हुन्छन् । उनीहरूको आवश्यकता फरक हुन सक्छ । तर उमेर जुनसुकै भए पनि आवश्यकताभन्दा बढी खाने बानी राम्रो होइन ।

दशैंमा मासुसँगै मदिरा, चिसो पेय पदार्थ तथा धूमपानको सेवन पनि बढ्ने गरेको छ । मुटुरोग भएका वा जोखिम समूहमा रहेका व्यक्तिले विशेष सावधानी अपनाउनुपर्छ । नियमित औषधि सेवन गरिरहेका व्यक्तिले चाडपर्वका कारण औषधि छुटाउनु हुँदैन ।

हृदयाघातका प्रमुख लक्षण के-के हुन् ? लक्षण देखिएमा तत्काल के गर्नुपर्छ ?

हृदयाघातका प्रमुख लक्षणमध्ये छातीको बीच भागमा दुख्ने, भारी हुने वा कुनै वस्तुले थिचेजस्तो महसुस हुनु हो । यसबाहेक मुटुको धड्कन बढ्ने, धेरै पसिना आउने, वाकवाकी लाग्ने, सास फेर्न गाह्रो हुने, चक्कर लाग्ने तथा बेहोस हुनेजस्ता लक्षण पनि देखिन सक्छन् ।

सबै व्यक्तिमा एउटै प्रकारका लक्षण नदेखिन सक्छन् । त्यसैले छातीमा असहजता हुने वा हृदयाघातको शङ्का लाग्ने लक्षण देखिएमा त्यसलाई सामान्य ठानेर बस्नु हुँदैन ।

यस्तो अवस्थामा नजिकको अस्पतालको आकस्मिक कक्षमा तत्काल पुग्नुपर्छ । अस्पतालमा प्रारम्भिक रूपमा इलेक्ट्रोकार्डियोग्राम (इसिजी) र आवश्यक रगत परीक्षण गरी हृदयाघात भए-नभएको जाँच गरिन्छ । त्यसपछि अवस्थाअनुसार उपचार अघि बढाइन्छ ।

मुटुरोगको जोखिम भएका व्यक्तिका परिवारका सदस्यले के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?

पहिले नै मुटुरोग भएका, उच्च रक्तचाप वा मधुमेह भएका, कोलेस्ट्रोल बढी भएका, लामो समयदेखि धूमपान गर्ने तथा मोटोपन भएका व्यक्ति मुटुरोगको जोखिममा हुन्छन् ।

परिवारका सदस्यले यस्ता व्यक्तिलाई छाती दुख्ने, सास फेर्न गाह्रो हुने वा अन्य असामान्य लक्षण देखिएमा तत्काल अस्पताल लैजानुपर्छ भन्ने कुरा बुझ्नुपर्छ । उनीहरूले नियमित सेवन गरिरहेका औषधि छुटाउनु हुँदैन । चाडपर्वका बेला भोजभतेर, रक्त रमाइलो बढी हुने भएकाले औषधि छुट्ने सम्भावना बढी हुन्छ । यस्तो बेलामा परिवारका सदस्यहरुले पनि ध्यान दिनुपर्छ । खानपानमा नियन्त्रण र नियमित स्वास्थ्य जाँच परिवारले ध्यान दिने र निगरानी गर्नुपर्ने कुरा हुन् ।

स्वस्थ व्यक्तिले पनि दशैंमा खानपान नियन्त्रण गर्नुपर्छ कि मुटुरोग भएका व्यक्तिले मात्र सावधानी अपनाए पुग्छ ?

स्वस्थ व्यक्तिले पनि खानपानमा ध्यान दिनुपर्छ । रोग लागेपछि उपचार गर्नुभन्दा रोग लाग्नै नदिनु राम्रो हो भन्ने त सबैले बुझेकै कुरा हो । दशैं, तिहारलगायत विभिन्न चाडपर्वमा नेपालीले खाने र रमाइलो गर्ने परम्परा छ । यो राम्रो पक्ष हो, तर त्यसलाई अत्यधिक बनाउनुहुँदैन ।

दशैं धार्मिक, सांस्कृतिक र सामाजिक महत्व बोकेको पर्व हो । यस समयमा परिवारका सदस्य भेट्ने, आफन्तसँग समय बिताउने, पूजापाठ गर्ने र नयाँ ठाउँमा घुम्न जाने अवसर पनि त मिल्छ । यस्ता गतिविधिले मुटुमात्र होइन समग्र स्वास्थ्यमा नै सकारात्मक प्रभाव पार्दछ । त्यसैले दशैंलाई खानपिनमा मात्र केन्द्रित गर्नुहुँदैन । परिवारसँग भेटघाट गर्ने, रमाइलो गर्ने, घुमघाममा जाने, शारीरिक रूपमा सक्रिय रहने अवसरका रूपमा पनि लिनुपर्छ ।

नियमित हिँडडुल र व्यायामले मुटुको स्वास्थ्यमा कस्तो फाइदा पुऱ्याउँछ ?

नियमित व्यायामले मुटुको स्वास्थ्य कायम राख्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । दिनमा कम्तीमा ३० देखि ४५ मिनेट छिटो छिटो हिँड्ने, दौडिने, पौडी खेल्ने वा आफूलाई अनुकूल हुने शारीरिक गतिविधि गर्नुपर्छ ।

सबैले एकै प्रकारको व्यायाम गर्नुपर्छ भन्ने छैन । कसैले हिँडडुल गर्न सक्छन्, कसैले खेलकुदमा सहभागी हुन सक्छन् भने कसैले खेतीबारीमा पनि काम गर्न सक्छन् । जसरी होस् शरीरलाई चलायमान र जतिसक्दो सक्रिय राख्ने गर्नाले शारीरिक तन्दुरुस्तीका साथै मुटुलाई पनि स्वस्थ राख्न सहयोग पुग्दछ ।

सन्तुलित खानपान, नियमित व्यायाम, तौल नियन्त्रण, रक्तचाप, मधुमेह र कोलेस्ट्रोलको नियमित जाँच तथा नियन्त्रण आवश्यक छ । चिकित्सकको सल्लाहअनुसार औषधि सेवन गर्ने र धूमपान तथा मदिराबाट टाढा रहने हो भने मुटुरोगको जोखिम घटाउन सकिन्छ ।

पछिल्लो समय कम उमेरमै हृदयाघात हुने गरेका समाचार सुन्ने गरिएको छ । यसका कारणहरु के हुन सक्छ ?

उमेर बढ्दै जाँदा मुटुरोगको जोखिम पनि बढ्छ । तर पहिले ५०-६० वर्षको उमेरमा बढी देखिने हृदयाघात अहिले ३०-३५ वर्षका व्यक्तिमा पनि देखिन थालेको छ । कतिपय २०-२५ वर्षका व्यक्तिमा समेत भएका घटना पनि हाम्रा अभिलेखमा छन् ।

यसमा बजारीया खाना (जङ्क फुड)को अत्यधिक सेवन, शारीरिक गतिविधिमा कमी, धूमपान र बदलिँदो जीवनशैलीले भूमिका खेलेको हुन सक्छ । सहरी जीवनशैलीमा लामो समय मोबाइल वा कम्प्युटर प्रयोग गर्दै बस्ने र शारीरिक श्रम कम गर्ने प्रवृत्ति पनि बढ्दै गएको छ । बालबालिकामा पनि जङ्क फुडको सेवन बढ्दै गएको छ । त्यसैले घरपरिवार, स्वास्थ्य संस्था र राज्यका विभिन्न तहबाट स्वस्थ खानपान र सक्रिय जीवनशैलीका बारेमा सचेतना बढाउन आवश्यक छ । अबका दिनमा यस्ता कुरामा राज्य र सम्बद्ध निकाय एवं संस्थाहरुले लगानी बढाउनुपर्ने अवस्था मैले देखेको छु । अन्यथा मुटुरोगको अहिलेको अवस्था झन् बढ्दै गयो भने यसले भोलिका दिनहरु थप भयावह बन्दै जाने खतरा देखिँदै छ ।

अन्त्यमा, मानिसलाई आफ्नो मुटु जोगाउन आम नागरिकलाई के सुझाव दिन चाहनुहुन्छ ?

हामीले स्वास्थ्यका लागि के गर्नुपर्छ भन्ने धेरै कुरा थाहा पाएकै छौं । नियमित व्यायाम गर्नुपर्छ, धेरै खानु हुँदैन, खानपान नियन्त्रण गर्नुपर्छ र धूमपान तथा मदिराबाट टाढा रहनुपर्छ भन्ने कुरा बुझेकै छौं । अब आफूले बुझेका कुरा व्यवहारमा लागू गर्न आवश्यक छ । सन्तुलित खानपान गर्ने, शरीरलाई सक्रिय राख्ने, तौल नियन्त्रण गर्ने र रक्तचाप, मधुमेह तथा कोलेस्ट्रोललाई नियन्त्रणमा राख्ने बानी बसालौं । दीर्घरोग भएका व्यक्तिले नियमित औषधि सेवन गरौं ।

चाडपर्वमा रमाइलो गर्दा पनि स्वास्थ्यलाई बेवास्ता नगरौं, ध्यान दिउँ ।

औषधि र उपचारको आफ्नै भूमिका हुन्छ, तर आफ्नो स्वास्थ्यको हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी सबैभन्दा पहिला त आफ्नै हो । त्यसैले यस दशैंमा हामी सबैले स्वस्थ जीवनशैली अपनाउने प्रयास गरौं ।

रोग लागेपछि उपचार गर्नुभन्दा रोग लाग्नै नदिउँ । चाडबाड मनाउँदा खानपान र त्यसबाट मुटु स्वास्थ्यमा आउन सक्ने जोखिमलाई विशेष ध्यान दिउँ ।

कर्णालीको पर्यटन क्षेत्रमा प्रदेश सरकारको लगानी भए पनि छैन आम्दानी

पंखबहादुर शाही/रातोपाटी
सुर्खेत, ३१ असोज ।

कर्णालीका प्रायः नेताहरू पर्यटनबाटै आर्थिक समृद्धि सम्भव छ भन्ने दाबी गर्छन् । यसका लागि उनीहरू कर्णालीलाई पर्यटन सम्भावनाको 'भर्जिन ल्यान्ड' भएको तर्क अघि सार्छन् । कर्णाली प्रदेश स्थापनादेखि हालसम्मका सबै सरकारले पर्यटन क्षेत्रको विकासलाई उच्च प्राथमिकतामा राखेको दाबी गर्दै आएका छन् । प्रदेश सरकारबाट कर्णालीको पर्यटन क्षेत्रमा भइरहेको लगानीको तथ्याङ्क केलाउने हो भने पनि हरेक वर्ष करोडौं रकम खर्च भइरहेको छ ।

चालु आर्थिक वर्ष पनि पर्यटन शीर्षकमा ५३ करोड ८६ लाख बजेट विनियोजन भएको छ । गत वर्ष ४३ करोड रुपैयाँ विनियोजन भएको थियो । तर पर्यटन क्षेत्रमा भइरहेको लगानीको प्रतिफलबारे भने न समीक्षा भएको छ, न त आम्दानी नै देखिएको छ । योजनाविहीन तरिकाले प्रदेश सरकारले बर्सेनि करोडौं लगानी गरे पनि त्यो प्रतिफलविहीन बनेको छ ।

'हरेक वर्ष करोडौं बजेट विनियोजन भएको छ । आर्थिक वर्षको अन्त्यमा खर्च भएको पनि देखाउँछ, तर त्यसबाट प्रतिफल के आइरहेको छ भन्नबारे न समीक्षा भएको छ, न त कुनै प्रतिफल नै,' उद्योग, पर्यटन, वन तथा वातावरण मन्त्रालयकै एक उच्च अधिकारीले भने ।

ती अधिकारीका अनुसार पर्यटन क्षेत्रमा भएको लगानीबाट प्रदेशको आम्दानीमा खासै टेवा पुगेको देखिँदैन । प्रदेश सरकारले पर्यटन ऐन-२०७८ पनि बनाएको छ, तर उक्त ऐनबमोजिम कुनै कार्य भएको छैन ।

पर्यटन ऐन प्रदेशको आर्थिक विकासका लागि पर्यटन प्रवर्द्धन र विकास अनिवार्य भन्ने जस्ता शब्दले उनिएको छ, तर हालसम्म सरकारले गरेको लगानीको रिजल्टबारे स्वयं सरकार नै अनभिज्ञ छ ।अर्कातिर लगानी अनुसार, प्रदेशभित्रका पर्यटकीय क्षेत्रको समुचित विकास भएको पनि देखिँदैन । कर्णालीमा हरेक वर्ष आउने पर्यटकको संख्या राख्ने गरिए पनि त्यसबाट कति राजस्व भित्रियो भन्ने कुनै तथ्याङ्क सरकारसँग छैन ।

पर्यटकको संख्या छ, आम्दानी छैन प्रदेशको उद्योग, पर्यटन, वन तथा वातावरण मन्त्रालयले केही दिन अगाडि पत्रकार सम्मेलन आयोजना गर्दै प्रदेशभित्र आएका पर्यटकको संख्या जानकारी गरायो । पर्यटकले अवलोकन गरेपछि कर्णालीमा कति रकम भित्रियो भन्ने वास्तविक रेकर्ड प्रदेश सरकारसँग छैन । पर्यटनमन्त्री कल्याणी खड्का, सचिवदेखि कर्मचारी सहभागी सम्मेलनमा आर्थिक वर्ष (२०८२/०८३) मा कर्णालीका पर्यटकीय क्षेत्रमा ५ लाख ४० हजार ७२८ पर्यटकले अवलोकन गरेको उल्लेख छ ।

उक्त विवरणमा प्रदेशभर ८ वटा पर्यटकीय क्षेत्रमा अवलोकन गरेका पर्यटकको विवरण राखिएको छ । तथ्याङ्क विश्लेषण गर्दा विगत ६ वर्षको तुलनामा गत वर्ष पर्यटकको संख्यामा वृद्धि पनि देखिएको छ । यद्यपि यी पर्यटन क्षेत्रबाट प्रतिफल के आयो ? कति आम्दानी भयो ? प्रदेश सरकारको आन्तरिक आयमा कति प्रतिशत योगदान भयो भन्ने प्रश्नको जबाफ प्रदेश सरकारसँग छैन ।

उद्योग, पर्यटन, वन तथा वातावरण मन्त्रालय अन्तर्गतको प्रदेश वन निर्देशनालयका निर्देशक शेरबहादुर श्रेष्ठले त्यो रेकर्ड आफूहरूसँग नभएको बताए । 'त्यो अध्ययनको विषय भयो,' उनले भने । पर्यटकले अवलोकन गरेपछि कर्णालीमा कति रकम भित्रियो भन्ने वास्तविक रेकर्ड प्रदेश सरकारसँग छैन । यद्यपि प्रदेश लेखा नियन्त्रकको कार्यालयको आन्तरिक आय तथ्याङ्कमा पर्यटन शुल्क शीर्षकमा ११ लाख २२ हजार ४०० रुपैयाँ राजस्व उठेको उल्लेख छ । यद्यपि पर्यटकीय क्षेत्रमा अवलोकन गरेको पर्यटकको संख्या अनुसार आम्दानीको रेकर्ड भेटिँदैन ।

कुन देशबाट कति आए पर्यटक ?

प्रदेश वन निर्देशक श्रेष्ठले गत वर्ष प्रदेशबाट सर्वेक्षण नै गरिएको ठोकुवा गरे । त्यसमा सबैभन्दा धेरै पर्यटक रारामा पुगेका छन् । रारामा पुगेका २४ हजार ९३१ जनामध्ये करिब ३५० जना विदेशी पर्यटक रहेको उनले बताए ।

'गत वर्षमा कर्णाली प्रदेशमा आउने पर्यटकको संख्या औसतमा ११ प्रतिशतले वृद्धि भएको देखिन्छ र त्यो वृद्धिमा भारतबाट १२.८२, चीनबाट ३.६९ तेम्रो मुलुकबाट १३.८४ प्रतिशत छ,' श्रेष्ठले भने । तर विदेशी वा स्वदेशी जुनसुकै पर्यटक आए पनि त्यसबाट प्रदेशमा कति रकम भित्रियो भन्ने तथ्याङ्क राख्ने संयन्त्र नै प्रदेश सरकारसँग छैन ।

योजनाविहीन तरिकाले बन्छन् पर्यटनका योजना

कर्णाली प्रदेश सरकारले चालु आर्थिक वर्षका लागि पर्यटन शीर्षकमा छुट्ट्याएका अधिकांश योजना कुलदेवताका थान, नेताका नामका प्रतिष्ठानदेखि मठमन्दिरसँग सम्बन्धित छन् । त्यसमा पनि अधिकांश ताराजाली लगाउने, घेरबार लगाउने जस्ता टुक्रे योजना छन् ।

त्यस्ता योजना सांसद तथा मन्त्रीले आफ्ना नेता, कार्यकर्तालाई रिझाउनका लागि छनोट गर्ने गरेको आरोप लाग्दै आएको छ । राज्यको स्रोत त्यसरी अनुत्पादक क्षेत्रमा लगानी गरिनु राम्रो नभएको भन्दै सरकारमाथि नै प्रश्न उठेको छ । अर्कोतर्फ ठुला पर्यटकीय क्षेत्रमा विनियोजित बजेटको पनि सदुपयोग भइरहेको देखिँदैन ।

दशैं-तिहारले...

उनका अनुसार कुमाल समुदायका दर्जनभन्दा बढी परिवार अहिले बिहान सबैरैदेखि रातीसम्म दियो बनाउने काममा व्यस्त छन् । कतिपय परिवार राती २ बजेदेखि नै उठेर माटो मुछ्ने, दियोलाई आवश्यक आकार दिने, सुकाउने र बिक्रीका लागि तयार पार्ने काममा जुट्ने गरेका छन् । चाडपर्वको समय सीमित अवधिमा धेरै दियो उत्पादन गर्नुपर्ने भएकाले परिवारका सदस्य नै काममा खटिने गरेका छन् ।

यस सिजनमा एक परिवारले एक लाखदेखि पाँच लाख वटासम्म दियो उत्पादन गर्ने लक्ष्य राखेको कुमालले जानकारी दिए । उत्पादन र बिक्रीको अवस्था हेरेर प्रतिपरिवार एक लाखदेखि तीन लाख रुपैयाँसम्म आम्दानी हुने अपेक्षा गरिएको उनले बताए । चाडपर्वका बेला दियोको माग बढ्ने भएकाले कुमाल समुदायका लागि यो समय वर्षभरिको आम्दानी जुटाउने अवसरसमेत बन्ने गरेको छ ।

कुमालहरूले तयार पारेका दियो खरिद गर्न ग्राहक तथा व्यापारी कतिपय अवस्थामा घरमै पुग्ने गरेका छन् । त्यस्तै, केही कुमाल परिवारले नेपालगञ्जको त्रिभुवन चोकमा लगेर दियो बिक्री गर्ने गरेका छन् । दशैं-तिहार नजिकिँदै जाँदा बजारमा दियो किन्ने ग्राहकको चहलपहल बढ्न थालेको छ । मागअनुसार समयमै दियो तयार पार्नुपर्ने भएकाले उनीहरूलाई उत्पादन र बिक्री दुवैको व्यवस्थापन गर्नुपर्ने चुनौती पनि छ ।

आधुनिक विद्युतीय बत्ती, झिलिमिली बत्ती र अन्य सजावटका सामग्रीको प्रयोग बढ्दै गए पनि धार्मिक अनुष्ठान तथा पूजाआजामा माटोको दियोको महत्व कायमै रहेको कुमालको भनाइ छ । परम्परागत रूपमा माटोको दियो बाल्ने चलनले निरन्तरता पाएकाले यसको माग पूर्ण रूपमा घट्न नसकेको उनले बताए ।

कुमाल समुदायको जीवनशैली र पहिचानसँग जोडिएको माटाका सामग्री बनाउने पेसा केवल आम्दानीको माध्यम मात्र होइन, पुस्तौंदेखि हस्तान्तरण हुँदै आएको परम्परागत सीप पनि हो । माटोको छनौट, त्यसलाई मुछ्ने, चक्रमा राखेर आकार दिने र घाममा सुकाउनेजस्ता काममा सीप, धैर्य र अनुभव आवश्यक पर्छ । यही सीपका आधारमा कुमाल समुदायले वर्षौंदेखि घरायसी प्रयोजन तथा चाडपर्वमा प्रयोग हुने विभिन्न सामग्री उत्पादन गर्दै आएको छ । तर बदलिँदो समयसँगै बजारमा प्लास्टिक, धातु र अन्य आधुनिक सामग्रीबाट बनेका भाँडाकुँडाको प्रयोग बढ्दै जाँदा परम्परागत पेसालाई निरन्तरता दिन चुनौतीसमेत थपिएको छ ।

यस्तो अवस्थामा दसैं-तिहारजस्ता चाडपर्वमा माटाका दियोको माग बढ्नुले कुमाल समुदायको परम्परागत सीप जोगाउन र परिवारको आर्थिक अवस्था सुधार गर्न सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । माटोको दियो बाल्नु केवल धार्मिक आस्थासँग जोडिएको अभ्यास मात्र होइन, स्थानीय उत्पादन, परम्परागत सीप र समुदायको जीविकोपार्जनसँग पनि सम्बन्धित छ । कुमाल समुदायले बनाएका दियो प्रयोग गर्नुले स्थानीय श्रम र उत्पादनलाई प्रोत्साहन दिनुका साथै पुस्तौंदेखि चल्दै आएको मौलिक पेसालाई निरन्तरता दिन सहयोग पुग्छ ।

चाडपर्वको उज्यालो फैलाउन माटोका दियो बनाउन जुटेका कुमाल समुदायका लागि बजारमा उचित मूल्य, सहज बिक्री र आवश्यक कच्चा पदार्थको उपलब्धता महत्त्वपूर्ण छन् । परम्परागत सीपको संरक्षणसँगै स्थानीय उत्पादनको प्रवर्द्धन गर्न सके माटाका सामग्री निर्माण पेसालाई नयाँ पुस्तासम्म हस्तान्तरण गर्न सहज हुने देखिन्छ ।

आधुनिकतासँगै परम्परालाई पनि जोगाउँदै आएको कुमाल समुदायको मेहनतले यस बर्षको दशैं-तिहारलाई उज्यालो बनाउनुका साथै स्थानीय अर्थतन्त्रमा समेत योगदान पुऱ्याउने अपेक्षा गरिएको छ ।

६.३४...

महँगीको चापले उपभोग, उत्पादन, बजारीकरण र बैंक तथा वित्तीय संस्थाको लगानीमा समेत असर पार्न सक्छ ।

मुलुकप्रतिका...

सार्वजनिक संस्थाप्रतिको विश्वास बढाउने, राज्यका स्रोतको दुरुपयोग रोक्ने र नागरिकलाई सम्मानपूर्वक सेवा दिने व्यवस्था नै राष्ट्र निर्माणको आधार हो । अन्तमा, राजनीति गर्नु अधिकार हो, नेतृत्वमा पुग्नु अवसर हो, तर राष्ट्र र जनताप्रति इमानदार रहनु कर्तव्य हो । राष्ट्रको सर्वोच्च पदमा पुगिसकेको व्यक्तिको महानता पुनः शक्ति केन्द्रमा फर्किनुमा होइन, पदबाट बाहिरिएपछि पनि संस्थागत मर्यादा र सार्वजनिक विश्वास कायम राख्न सक्नुमा हुन्छ ।

त्यस्तै, राजनीतिक दलको परिपक्वता एउटै नेतृत्वलाई निरन्तरता दिनुमा होइन, आफूले निर्माण गरेको संस्थालाई सक्षम उत्तराधिकारीका हातमा जिम्मेवारीपूर्वक हस्तान्तरण गर्न सक्नुमा हुन्छ ।

नेपाललाई आज पुराना अनुहारको पुनरावृत्ति होइन, राजनीतिक संस्कारको रूपान्तरण चाहिएको छ । पदको उचाइभन्दा नैतिकताको उचाइ ठुलो हुनुपर्छ ।

सत्ता प्राप्त गर्ने क्षमताभन्दा सत्ता जनताको हितमा प्रयोग गर्ने प्रतिबद्धता महत्त्वपूर्ण हुनुपर्छ । नेतृत्वको वास्तविक सफलता आफू सधैं अगाडि रहनुमा होइन, आफूपछि आउने पुस्ताले अझ राम्रो नेतृत्व दिन सक्ने वातावरण निर्माण गर्नुमा हुन्छ । नेपाली राजनीतिसामु एउटै निर्णायक प्रश्न छ, हाम्रो नेतृत्व मुलुकप्रतिको समर्पणबाट निर्देशित छ कि सत्ता स्वार्थबाट? यसको उत्तर भाषण, घोषणापत्र र राजनीतिक दाबीले होइन, नेताहरूको आचरण, निर्णय, जिम्मेवारी हस्तान्तरण र जनताले अनुभूति गर्ने परिणामले दिनेछ । यही उत्तरले पुराना दलप्रतिको विश्वास पुनर्निर्माण गर्ने वा उनीहरूबाट जनताको दुरी अझ बढाउने बाटो निर्धारण गर्नेछ ।

८० निकायमा ६११ पदाधिकारी नियुक्त

युग संवाददाता
काठमाडौं, ३१ असोज ।

सार्वजनिक पदाधिकारीको पदमुक्ति सम्बन्धी विशेष व्यवस्था अध्यादेश, २०८३ जारी भएपछि सरकारले विभिन्न सार्वजनिक निकायमा ६११ जना पदाधिकारी नियुक्त गरेको छ ।

प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयका सहसचिव हेमराज अर्यालका अनुसार विभिन्न मन्त्रालय, आयोग, प्रतिष्ठान, विश्वविद्यालय, बोर्ड, काउन्सिल तथा संस्थानअन्तर्गतका निकायमा नयाँ पदाधिकारी नियुक्त तथा पदपूर्ति गरिएको हो । अर्यालले असोज २६ देखि हालसम्म प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय र मातहतका निकायबाट सम्पादन भएका प्रमुख कामबारे जानकारी दिँदै शुक्रबार नियुक्ति प्रक्रियालाई खुला, प्रतिस्पर्धात्मक र पारदर्शी बनाइएको बताए ।

उनका अनुसार विभिन्न मन्त्रालयबाट मात्रै ४ सय १९ जना पदाधिकारीको नियुक्ति तथा पदपूर्ति भएको छ ।

प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयको प्रस्तावमा मन्त्रिपरिषद्बाट १४ जना नियुक्त भएका छन् भने विभिन्न विश्वविद्यालय, आयोग तथा प्रतिष्ठानमा प्रधानमन्त्रीबाट नियुक्त हुने १७८ जनाको नियुक्ति गरिएको छ । यी सबै जोड्दा हालसम्म ६११ जनाको नियुक्ति भएको अर्यालले जानकारी दिए ।

अर्यालले भने,'सार्वजनिक पदाधिकारीको पदमुक्ति सम्बन्धी विशेष व्यवस्था अध्यादेश, २०८३ जारी भएपछि विभिन्न मन्त्रालय तथा मातहतका सार्वजनिक निकायमा पदाधिकारीहरूको नियुक्ति खारेज भएको थियो । त्यसपछि हालसम्म कति पदाधिकारी नियुक्त भए र उनीहरूलाई कसरी नियुक्त गरिएको छ भन्ने विषयमा जानकारी गराउन चाहन्छु । हालसम्म विभिन्न स्वायत्त निकाय, बोर्ड, काउन्सिल, संस्थान, आयोग तथा विश्वविद्यालय गरी ८० वटा निकायमा नियुक्ति तथा पदपूर्ति गरिएको छ । विभिन्न मन्त्रालयको तथ्यांकअनुसार मात्रै ४१९ जना पदाधिकारी नियुक्त भएका छन् ।'

उनले अगाडि भने, 'प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयको प्रस्तावमा नेपाल सरकारको मन्त्रिपरिषद्बाट १४ जनाको नियुक्ति भएको छ भने विभिन्न विश्वविद्यालय, आयोग तथा प्रतिष्ठानमा प्रधानमन्त्रीबाट नियुक्त हुने १७८ जना पदाधिकारी नियुक्त भएका छन् । यसरी विभिन्न मन्त्रालय र प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय समेतबाट हालसम्म कुल ६११ जना पदाधिकारी नियुक्त भइसकेका छन् । नियुक्ति प्रक्रियालाई खुला, प्रतिष्पर्धात्मक र पारदर्शी बनाउँदै योग्य उम्मेदवार छनोट गर्ने गरी अघि बढाइएको छ । सोही प्रक्रियाअनुसार नियुक्तिहरू गरिएको हो ।'

मन्त्रालयगत विवरणअनुसार संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयअन्तर्गत सबैभन्दा धेरै १६९ जना पदाधिकारी नियुक्त भएका छन् । मन्त्रालयअन्तर्गतका १३ वटा निकायमा उक्त नियुक्ति गरिएको हो ।

स्वास्थ्य तथा खाद्य स्वच्छता मन्त्रालयअन्तर्गत १५ वटा निकायमा ८२ जना र शिक्षा तथा खेलकुद मन्त्रालयअन्तर्गत १८ वटा निकायमा ७० जना पदाधिकारी नियुक्त भएका छन् ।

यसैगरी पूर्वाधार विकास मन्त्रालयअन्तर्गत सात वटा निकायमा २९ जना र अर्थ मन्त्रालयअन्तर्गत सात वटा निकायमा २५ जनाको नियुक्ति भएको छ ।

जाजरकोटमा अटो दुर्घटना हुँदा २ जनाको मृत्यु, ३ जना घाइते

युग संवाददाता
जाजरकोट, ३१ असोज ।

जाजरकोटमा अटो दुर्घटना हुँदा दुई जनाको मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा नलगाड नगरपालिका-९ का १७ वर्षीय सन्तोष विक र ५५ वर्षीय रमेश विक रहेका छन् । शनिबार दिउँसो भेरी करिडोरअन्तर्गत जाजरकोटको नलगाड नगरपालिका-८, मालुवामा लुप्र ०१–००१ ह ०५२९ नम्बरको अटो अनियन्त्रित भई सडकबाट करिब ६५ मिटर तल खसेको थियो ।

दुर्घटनामा नलगाड नगरपालिका-२ डाँडागाउँका ३५ वर्षीय प्रेम परियार, वडा नम्बर ३ का ३८ वर्षीय गोपाल परियार तथा अटो चालक रुकुम पश्चिम चौरजहारी नगरपालिका-११ का २२ वर्षीय करण परियार घाइते भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय जाजरकोटले जनाएको छ । घाइतेको उद्धार गरेर अस्पताल पठाइसकिएको छ भने दुई जनाको अवस्था गम्भीर रहको प्रहरीले जनाएको छ ।

चिकित्सा शिक्षामा पहुँच विस्तार गर्न ४१८ सिट थपिए

युग संवाददाता
काठमाडौं, ३१ असोज ।

चालु शैक्षिक सत्रमा चिकित्सा शिक्षातर्फ ४१८ नयाँ सिट थपिएका छन् । शिक्षा तथा खेलकुदमन्त्री सस्मित पोखरेलका अनुसार थपिएका सिटमध्ये एमबीबीएसतर्फ ११०, बीएससी नर्सिङतर्फ २१० र बीएमएसतर्फ ९८ रहेका छन् ।

थपिएका सबै सिट सरकारी शिक्षण संस्थालाई उपलब्ध गराइएको छ भने निजी कलेजहरूको सिट संख्या यथावत् राखिएको छ । सरकारी शिक्षण संस्थामा कम शुल्कमा अध्ययन गर्ने अवसर विस्तार गर्ने उद्देश्यले नयाँ सिट थपिएका हुन् ।

यसैबीच, कैलालीको गेटास्थित सहिद दशरथ चन्द स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालयमा ५० सिटसहित एमबीबीएसको पढाइ सुरु हुने भएको छ । त्यसैगरी, धरानस्थित बिपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान र नेपाली सेना स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानमा एमबीबीएसतर्फ ३० सिट थपिएका छन् ।

मतदाता नामावली अद्यावधिक : एक लाख ८७ हजार मतदाता थपिए

युग संवाददाता
काठमाडौं, ३१ असोज ।

निर्वाचन आयोगले मतदाता नामावली अद्यावधिक गरेको छ । गत प्रतिनिधिसभा निर्वाचनपछि एक लाख ८७ हजार ६८६ मतदाता थपिएका छन् । उक्त निर्वाचनमा एक करोड ८९ लाख तीन हजार ६८९ जनाले मताधिकार पाएका थिए । आयोगका अनुसार अद्यावधिक गरिएको मतदाता नामावलीमा ९७ लाख ६९ हजार ८२५ पुरुष, ९३ लाख २१ हजार ३३६ महिला र २१४ अन्य मतदाता कायम छन् । यो गत चैत २२ देखि भदौ १५ गतेसम्मको विवरण हो । आयोगले मृत्यु भएका ४५ हजार ३२२ जनाका साथै दोहोरो नाम भएका, नागरिकता त्यागेका वा रद्द भएकासहित एक लाख ५८ हजार २६४ जनाको नाम हटाएको शुक्रबार विज्ञप्ति निकालेर बताएको छ ।

पाटन संरक्षणमा एक करोड

युग संवाददाता
सुर्खेत, ३१ असोज ।



प्राकृतिक स्रोत र सम्पादले भरिएका कर्णालीका हिमाली क्षेत्र पछिल्लो समय सङ्कटमा परेका छन् । पूर्वाधार विकास र जलवायु परिवर्तनको प्रभावका कारण लेकाली क्षेत्रको अस्तित्व सङ्कटमा परेको छ । विशेष गरी सडक पूर्वाधारका कारण नाश भएका लेकाली क्षेत्र संरक्षण गर्न कर्णाली प्रदेश सरकारले हिमाली जिल्लाका लेकाली क्षेत्र संरक्षण योजना अघि सारेको हो ।

कर्णाली प्रदेश सरकारले लेक, पाटन र खर्क जोगाउन यस्तो योजना बनाएको छ ।

उक्त योजना कार्यान्वयनका लागि यो वर्ष एक करोड रुपियाँ विनियोजन गरिएको उद्योग, पर्यटन, वन तथा वातावरण मन्त्रालयले जनाएको छ ।

लेकाली क्षेत्र संरक्षण योजना प्राथमिकताका साथ समावेश गरेको छ । लेक तथा पाटन संरक्षण रणनीति योजना निर्माण गरेर कार्यक्रम कार्यान्वयन गरिने छ । रणनीतिक योजना निर्माण गरेर लेकाली क्षेत्रमा जलवायु अनुकूलनका कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्न लागिएको मन्त्रालयका सचिव अजितकुमार कर्णले बताउए ।

यो वर्षमा लेक तथा पाटन संरक्षण रणनीतिक योजनाका विषयमा विभिन्न तहमा छलफल चलाइएको छ । रणनीतिक योजना निर्माणको काम अन्तिम चरणमा पुगेको उनले जानकारी दिए ।

कर्णालीका पाँच हिमाली जिल्लासहित जाजरकोट र रुकुमपश्चिमका क्षेत्र समेटेर रणनीतिक योजना निर्माण गर्न लागिएको हो । अहिले रणनीतिक योजनाको मसौदा निर्माणको काम अन्तिम चरणमा पुगेको छ ।

जलवायु परिवर्तनका नकारात्मक प्रभावको न्यूनीकरण गर्न लेक तथा पाटन संरक्षण रणनीति योजना निर्माण गरी आवश्यक कार्यक्रम कार्यान्वयन गरिने सरकारले जनाएको छ । त्यसो त यो प्रदेश सरकारको नयाँ योजना भने हो इन । सरकारले प्रत्येक वर्षको नीति तथा कार्यक्रम र बजेटमा लेकाली क्षेत्र संरक्षणको योजना समावेश गरेको भए पनि संरक्षणको योजनाले सार्थकता पाएको छैन ।

गत वर्ष रणनीतिक योजना निर्माणका लागि सात वटै जिल्ला तथा स्थानीय कृषकसँग जिल्ला जिल्लामा छलफल चलाइएको थियो ।

यो वर्ष रणनीति योजना बनाएर कार्यान्वयन गर्ने सरकारको नीति देखिएको छ । यसले कर्णालीका हिमाली क्षेत्रको संरक्षणमा योगदान पुग्ने अपेक्षा गर्न सकिन्छ ।

घुयँत्रो



कुरो गर्यो कुरैको दुख भन्या भैँ ! हैन! सुर्खेतको बजार अनुगमन समितिले बजारमा उपभोक्ता अधिकार विरुद्धका केही बस्तु भेटाउन्न कि क्या । बजार अनुगमन गर्न गयो कि जैले नि पानीकै बिषयाँ कुरो उठाउँदै पानी व्यापारलाई मात्रै ईङ्गित गरेर अनुगमनको खेल सिध्या सम्चार मात्रै सुन्न पाया हुन्छ । अनुगमन समितिको यो खेल देखेर साह्रै खुशि लायो भन्ने होला कि दुखि भएँ भन्ने होला मत रनभूल्लमा पर्ें । बेखुसी वा दुखि हुम् भने नि कुनै पनि व्यापारीले गलत गर्या भेट्टिया छैन । सबका सब अपटु डेट छन । न तरकारी व्यापारीले बीषाधि मिस्या तरकारी बेच्या कुरा आछ , न मूल्य बढाएर तरकारी बेच्या भनेर कार्वाहीको कुरो आछ नत अन्य व्यापारीले कुनै सामानाँ मिसावट गर्या देखियर जरिबाना भाछ । बजाराँ हर प्रकारका सामान एकदम उपभोक्ता अधिकार भित्र रहेर विक्रि भा छन कहिँ कतै खोटछैन । यस्तो पो बजार अनुगमन हुनु । अरु जिल्लाँ त्यै तेल त्यै चिनि,त्यै चामल,दालाँ मूल्य आकासियो कार्वाहि गर भन्या छन तर त्यै चिज सुर्खेताँ जति र जस्तो मुल्याँ बेचेनि न सरकारको कानुन विपरित भाछ न उपभोक्ताले त्यसको पिरोध गर्या छन । हामी कर्नालिका जनता कति महान छम् हगि! घाँस, पराल,गू,गोबर छुट् याउननि जान्दैनम् अनि सूतो महंगो खान हुने नहुने जस्तो पनि किन्याछ खाछ । हामी कतिसम्म बेबकुफ छम्भने त्यहिँनिर सरकारले ११० मा चिनि बेच्याछ तर हाम्लाई त्याँ गएर लाईन लागेर झोला थाप्न लाजलाग्छ अनि त्यहिँ नजिकको व्यापारीले १५० का दरले बेच्या चिनि किनेर लिएर सानसित त्याँट घरतिर लाग्छम् । सरकार फेरि त्यो प्रतिकेजि १५० मा चिनि बेच्न पाउनु व्यापारीको अधिकार सम्झिन्छ न त्यल्लाई कालो बजारी सम्झिन्छ न त्यो व्यापारीलाई कार्वाही गर्छ । यो कर्नालिको राजधानी भनेको त यस्तो ठाउँ हो जाँ बाख्राँ राँगो मिसायर बेच्नोस वा खसीयाँ बाख्रो, दुधाँ पानी मिसाउनुस वा अन्य कुनै भ्होल पदार्थ,या चिउराँ सिसा वा दालाँ ढुङ्गा जे मिसायर बेचेनि हुन्छ । यति सजिला ग्राहक छन कि तपाईं (ब्यापारी) ले जेमा जुन चिज मिसायर बेच्न मिल्छ नि त्यो ढुक्कसित बेचे हुन्छ न तपाईंका विरुद्ध सरकार लाग्छ न उपभोक्ता । त्यसैले त यो दशैंमा सरकारको उर्दिले लाजकाज सिडियो कार्यालयले यौटा टिमनै लेर ब्यान नओई बजे बजार अनुगमनाँ निस्कन्छ तर बेल्का ५ / ६ बजेसम्म नि बिचरा कहीँ कतै केई भेटाउन्न । नत तर कारीयाँ २०० प्रतिसत भन्दा बढि बढ्या मूल्य भेटाउँछ । न म्या नाघ्या खाने कुरा र औषधि भेटाउँछ न अन्य अखाद्य बस्तु भेटाउँछ ! न मिलावट भेटाउछ ! यस्तो महान अनुगमन समिति जो सँधैभरि पानीयाँ खोट भेटाउँछ अनि पानीवालाहरुलाई आफ्नो महान खोज र अनुसन्धानको भारी बोकाएर बजार अनुगमन भ्याएर दशैं मनाउन घरतिर लाग्छ । सायद घटस्थापनाको अघिल्लो दिन बजार अनुगमन भ्याएर पानीवालाहरलाई २/४ जनाको रोहबराँ पानीको मूल्य कायम गराएर छोडदाको सम्चार हो । यो बर्षको बजार अनुगमनको महान उपलब्धि । जो आर्को बर्षको दशैं नआउँदासम्म र सरकारको प्रशासन ढुक्कसित निदाउँछ र बजार अनुगमनको झन्झटबाट मुक्त हुन्छ । जब जन्तै यो बिषयाँ चासो राख्दैन जेजस्तो नि खान्छ र जति पनि तिर्नतयार हुन्छ भने सरकारलाई मात्रै टाउको दुखाई के भो के ? त्यसैले व्यापारै गर्नछ भने यो प्रदेशाँ आउ जेजति जसरि लुटन सक्छौ लुटेर जाउ । शरीरको मयल डल्ला पारेर हिडको संज्ञा देर बेच्ने कि अत्तर या सिलाजित ! मान्छेहेरी जस्लाई जे भनेर बेच्न सकिन्छ बेचेर हिँडने ठाउँ हो कर्नाली । त्यसैले ह्याँ गुणस्तरीय सामान हैन खोज्या सामान पाउनु पर्यो बस सक्कि गो ।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) को उचित प्रयोग गरौं

- कृत्रिम बुद्धिमत्ताको प्रयोग मानव हित, नैतिकता र कानुनी व्यवस्था अनुसार गरौं।
- कृत्रिम बुद्धिमत्ताबाट प्राप्त जानकारीको सत्यता र विश्वसनीयता पुष्टि गरेर मात्र प्रयोग गरौं।
- व्यक्तिगत गोपनीयता र संवेदनशील जानकारीको सुरक्षा सुनिश्चित गरौं।
- कृत्रिम बुद्धिमत्ताको प्रयोगबाट गलत सूचना तथा भ्रमपूर्ण सामाजिक प्रभावहरू नफैलाऔं।
- शक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, उद्योग र सार्वजनिक सेवामा कृत्रिम बुद्धिमत्ताको
- डिजिटल सीप र कृत्रिम बुद्धिमत्तासम्बन्धी सचेतना अभिवृद्धि गरौं।
- मानव निर्णय, उत्तरदायित्व र पारदर्शितालाई प्राथमिकता दिऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

घरायसी सामानहरूका लागि :
भवानी अर्डर एण्ड सप्लायर्स
वीरेन्द्रनगर-६, सुर्खेत,
सम्पर्क नं. ९८४८२१५६००, ९८५८०२२७१८



हामी कहाँ मिक्सर, ग्याँस चुल्हो, राइसकुकर, कराही, कोल बोतल, फिल्टर, थर्मस, ईलेक्ट्रिक जग, थर्मस, आइरन, फेन, डिस्पेन्सरका साथै विभिन्न ब्राण्डका एसी.टि.भी. फ्रिज थोक तथा फुटकर मूल्यमा पाईन्छ ।

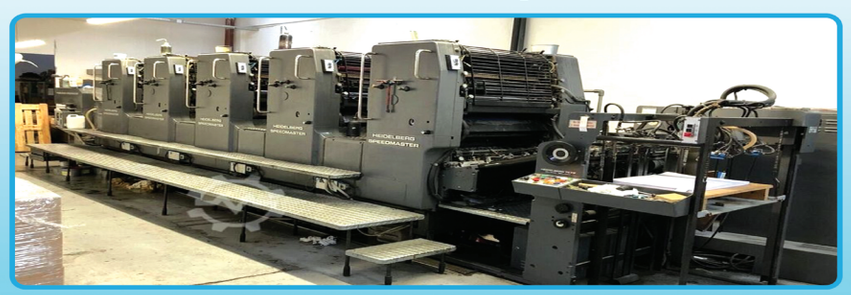
९० दिनमै अंग्रेजी भाषा बोल्न र लेख्न ग्यारेन्टीका साथै कम्प्यूटर

हाम्रा विशेषताहरू

- अंग्रेजी भाषा सिकेपछि अंग्रेजी विषयमा 99% महत गर्ने, कक्षा ६ देखि डिग्री (Degree) सम्मको अंग्रेजी ट्युशन लिन नपर्ने साथै Grammar मा पूर्णरुपमा सहयोग गर्ने र सम्पूर्ण Free Writing मा सहयोग गर्ने ।
- विद्यार्थीको क्षमताको आधारमा कक्षा सञ्चालन हुने, पहिलो दिन मात्र नेपाली बोल्न पाइने दोस्रो दिनबाट अंग्रेजी बोल्न सिकाइने र साधारण बोल्न र लेख्न ८ दिनमै सकिने ।
- प्रत्येक दिन २ जनाको बीचमा १ घण्टा लेख्ने र १ घण्टा बोल्ने व्यवस्था गरिने ।
- हप्तामा १ पटक परिक्षा हुने र 90 दिनसम्म विद्यार्थी असफल भएमा नि:शुल्क सिकाइने ।
- Audio and Video class and Projector को व्यबस्था भएको साथै विदेशीसँग कुराकानीको व्यबस्था मिलाइने ।
- Basic, Advance and Diploma पास भइसकेपछि Boarding School, INGO, NGO र अन्य अफिस मा जागिर पाउन सजिलो ।
- अंग्रेजी भाषा सिकेपछि मेजर अंग्रेजी (Major English) र विज्ञान विषयलाइ सहयोग गर्ने ।
- अंग्रेजी भाषा सिकाउने शिक्षक २०६१ सालबाट पढाएको अनुभव प्राप्त साथै आफनै किताबबाट सिकाइने र सी.सी. क्यामराबाट निगरानी गरिने ।
- साथै कम्प्यूटरका सबै कक्षाहरु बत्ती नभएको बेला पनि सञ्चालन भइरहेका छन ।

इन्टरनेशनल इंग्लिश ल्याङ्विज एण्ड कम्प्यूटर इन्स्टिच्यूट
लक्ष्मीहल अगाडि वीरेन्द्रनगर-६, सुर्खेत । मो: नं ९८४८०७६८५६ (डी.बी. राना)

RARA Printing Pvt.Ltd.
पश्चिम नेपालकै सबै भन्दा ठूलो २८x४० साईजको मेसिनबाट छपाई
रारा प्रिन्टीङ्ग प्रा.लि.
Kohalpur-11, NTV Road, Banke (कोहलपुर न.पा.–११, NTV रोड, बाँके)



Book & Copy Printing
Packaging Box Printing
Wedding Card Printing
Stamp
Fiber Bag Printing

हाम्रो यहाँ छपाई सम्बन्धी सम्पूर्ण काम गरिन्छ ।
सम्पर्क नं.
९८५८०६०६१५/९८५१४००४२३/९८५१३२९१३९

युगआव्हान दैनिकका लागि प्रकाशक/सम्पादक: दीपककुमार बुढा क्षेत्री, कार्यकारी सम्पादक: ओम बहादुर शाही, प्रधान कार्यालय: वीरेन्द्रनगर, सुर्खेत, कर्पोरेट: कोहलपुर न.पा.-११, एन.टि.भि. रोड, नेपालगञ्ज, बाँके
शाखा कार्यालय: सम्भूमार्ग एयरपोट, काठमाण्डौं, लमही-देउखोरी, दाङ, अत्तरिया-धनगढी, कैलाली फोन: ०८३-५२१६२७/९८५८०५२८१०, ९८५८०५५६२७,९८५८०५५६२८ मुद्रण: रारा प्रिन्टीङ्ग प्रा.लि., कोहलपुर, भवानी छापाखाना, सुर्खेत।