वि.सं. २०३९ सालदेखि निरन्तर प्रकाशित

www.bhanjyangnews.com

bhanjyangnews.com

भञ्ज्याङ

BHANJYANG NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष ४४ अंक २७४ | २०८२ फागुन १० गते आइतबार, नेपाल सम्वत् ११४६ February 22, 2026 | पृष्ठ ४ | मूल्य : रू. ५/-

पहिरोको जोखिममा परेका घर

मुग्लिन–पोखरा सडक विस्तार योजनाअन्तर्गत पूर्वीखण्डको दमौलीस्थित मादी नदी पुल खण्डमा सडक विस्तारका लागि बित्तो कटान गर्दा पहिरोको जोखिममा परेका व्यास–४ का केही घरहरू । भित्तो कटानका कारण पहिरो झर्न थालेपछि सडक माथीका केही घरहरू उच्च जोखिममा परेका छन् ।

तस्विर : भञ्ज्याङ

चुनावी घोषणापत्रमा शिक्षा : लगानी वृद्धि र नयाँ शिक्षा ऐन प्राथमिकतामा

प्रकाश सिलवाल/काठमाडौं

आसन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि अधिकांश दलहरूले विगतमा झैँ सार्वजनिक शिक्षाको सुधार र शिक्षामा लगानी वृद्धिलगायतका विषयलाई मुद्दा अघि सारेका छन्। विघटित प्रतिनिधिसभामा रहेका प्रमुख दल र अन्य दलले गुणस्तरीय, नि:शुक तथा समावेशी शिक्षामा प्राथमिकता दिएका छन् । नेपालको संविधानको धारा ३१ मा उल्लेखित 'प्रत्येक नागरिकलाई आधारभूत तहसम्म अनिवार्य र माध्यमिक तहसम्म नि:शुल्क शिक्षा पाउने हक'लाई ती दलले घोषणापत्रमा समेटेका छन् । तर विगतमा पनि यस्ता प्रतिबद्धता आउने गरेकामा किन पूरा भएनन् र अब कसरी पूरा गर्ने भन्नेमा दलहरू स्पष्ट देखिएका छैनन् ।

सरकारी तथ्याङ्कअनुसार ५ देखि १७ वर्ष उमेर समूहका १० प्रतिशत (करिब आठ लाख) बालबालिका अझै विद्यालयको पहुँचभन्दा बाहिर छन् । तीमध्ये साढे तीन लाख बालबालिका विद्यालय भर्नामा आएका छैनन् । बाँकीले बीचमै कक्षा छाड्ने गरेका छन् । 'अनिवार्य तथा नि:शुल्क शिक्षा ऐन, २०७५' ले २०८५ को वैशाखसम्म कक्षा ८ पूरा नगरेको व्यक्तिलाई सरकारी नियुक्ति, सुविधालगायतबाट वञ्चित गर्ने व्यवस्था गरेको अवस्थामा दलहरूले मतदातासँग नि:शुल्क शिक्षा दिने वाचा दोहोऱ्याएका छन्।

यसपटकको निर्वाचनका लागि नेपाली कांग्रेसले सार्वजनिक गरेको प्रतिज्ञापत्रमा प्रतिनिधिसभाको अबको एक वर्षभित्र नयाँ विद्यालय शिक्षा ऐन पारित गर्ने उल्लेख गरेको छ। शिक्षक सङ्घ, सङ्गठन, निजी विद्यालय र राजनीति दलबीचको खिचातानी र पर्याप्त स्रोतका कारण विघटित संसद्मा विद्यालय शिक्षा लामो समयदेखि विचाराधीन रहेको थियो । कांग्रेसले विद्यालय शिक्षा

(गुणस्तर तथा नियमन) ऐन सरोकारवालाहरूको परामर्शमा, कुनै पनि स्वार्थ समूहको दबाबमुक्त भई सबै जायज र उपयुक्त विषयलाई समेटेर विद्यार्थीको सिकाइ र गुणस्तरलाई केन्द्रमा राखी एक वर्षभित्र नयाँ शिक्षा ऐन पारित गर्ने वाचा गरेको छ । सो पार्टीले बालिका शिक्षालाई प्राथमिकता दिने र शिक्षण पेसालाई सम्मानजनक बनाउने भनेको छ ।

यस्तै, शिक्षामा कूल बजेटको २० प्रतिशत राज्यको लगानी सुनिश्चित, नमुना विद्यालयको विस्तार, पाठ्यक्रम परिमार्जन, पठन संस्कृतिको विकास, समावेशी र न्यायपूर्ण शिक्षाको पहुँच, मातृभाषा शिक्षा, प्रविधिमैत्री, प्राविधिक तथा व्यावसायिक शिक्षा, राष्ट्रिय आजीवन सिकाइका विषयलाई सो पार्टीले प्रतिज्ञापत्रमा समावेश गरेको छ ।

कांग्रेस र राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीले विश्वविद्यालयमा प्रधानमन्त्री, मन्त्री कुलपति र सहकुलपतिको व्यवस्था हटाउने भनेको भने भने नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी (एमाले) ले प्राज्ञिक स्वायत्तता हुनुपर्नेमा जोड दिएको छ ।

नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी (एमाले) ले प्राविधिक उच्च शिक्षाका लागि विद्यार्थीलाई २० लाख निर्व्याजी ऋण, पारिश्रमिकसहित इन्टर्नशीपको व्यवस्था शिक्षा र अनुभवको ग्यारेन्टीजस्ता विषयलाई घोषणापत्रमा राखेको छ । सरकारी सेवा, निजी क्षेत्र र अध्यापन क्षेत्रमा न्यूनतम पारिश्रमिकसहितको व्यवस्था गर्नै पनि एमालेको सङ्कल्प रहेको छ ।

सो पार्टीले सबै विद्यालयका किशोरीलाई नि:शुल्क प्याड र कक्षा १० सम्मका विद्यार्थीलाई दिवा खाजाको प्रबन्ध गर्ने वाचा गरेको छ । एमालेले भनेको छ, "मुलुकमा आर्थिक, भौगोलिक वा शारीरिक अवस्थाका कारण कोही पनि बालबालिका विद्यालय शिक्षाबाट र किशोरकिशोरी प्राविधिक वा उच्च शिक्षाबाट वञ्चित हुने अवस्था हामी अन्त्य गर्नेछौँ ।"

यसैगरी शिक्षा प्रणालीलाई भर्ना र परीक्षाकेन्द्रित मात्र नराखी राष्ट्रप्रेम, उद्यमशीलता, सामाजिक उत्तरदायित्व, नवप्रवर्तनशील सोच र राष्ट्रिय क्षमता अभिवृद्धिमा योगदान गर्नसक्ने जनशक्ति निर्माणतर्फ उन्मुख गराउने एमालेले योजना अघि सारेको छ । उसले उच्च शिक्षामा अनुसन्धान तथा विकासमा राज्यको लगानी बढाई विश्वविद्यालय–उद्योग सहकार्य विस्तार गर्ने, उच्च योग्यताका उत्कृष्ट जनशक्तिलाई शिक्षण

बाँकी तेश्रो पेजमा

वानटाङ खोलामा पक्की पुल निर्माण सुरू

भञ्ज्याङ समाचारदाता/दमौली

तनहुँको भिमाद नगरपालिका–५ स्थित वानटाङ खोलामा पक्की पुल निर्माण सुरू भएको छ । निर्माणाधीन १४० मेगावाट क्षमताको तनहुँ जलविद्युत् आयोजनाको सामाजिक उत्तरदायित्वअन्तर्गत १३० मिटर लम्बाइको पुल निर्माण कार्य सुरू गरिएको हो ।

पुलको डिजाइन स्वीकृत भएसँगै निर्माण व्यवसायीबाट नदीको बायाँ किनारतर्फ पुलको जग खन्ने काम सुरू गरिएको आयोजना प्रमुख श्यामजी भण्डारीले जानकारी दिए ।

आयोजनाको जलाशयका कारण डुबानमा पर्ने भिमाद ऋषिङ खण्डअन्तर्गत पर्ने वानटाङ खोलामा स्थायी पुल डिजाइन तथा निर्माण ढाँचा बनाउन विसं २०८१ फागुन २८ गते सपना निर्माण प्रालिसँग सम्झौता गरिएको थियो। ठेक्का सम्झौता भएको ३० महिनाभित्र पुलको निर्माण सम्पन्न गर्ने कार्यतालिका छ ।

निर्माण व्यवसायीले नै पुलको डिजाइन र निर्माण गर्ने (डिजाइन एण्ड बिल्ड) गरी रू २३ करोड सात लाख (मूल्य अभिवृद्धि करसहित)मा ठेक्का सम्झौता भएको थियो । भिमाद नगरपालिका प्रमुख दधिराज सुवेदीले भिमाद हुँदै ऋषिङ गाउँपालिकाका विभिन्न वडा जाने उक्त खोलामा पुल नहुँदा वर्षायाममा यस भेगका हजारौँ नागरिकले सास्ती भोग्नुपरेको बताए।

वानटाङ सेती नदीको सहायक खोला हो । आयोजनाले व्यास नगरपालिका–५ र ऋषिङ गाउँपालिका–१ को सिमानामा निर्माण गर्ने १४० मिटर अग्लो बाँध निर्माण गर्दैछ । समुद्र सतहबाट ४१५ मिटरसम्म बन्ने जलाशयका कारण त्यस भेगका बासिन्दाको आवतजावतमा अवरोध हुनेभएपछि आवागमनलाई सहज बनाउन पक्की पुल निर्माण गर्न लागिएको आयोजनाले जनाइएको छ ।

पत्रिका नआइपुगे, ग्राहक बन्नु परेमा तथा विज्ञापन प्रकाशित गर्नु परेमा ।

सम्पर्क : ०६५-५६३९०७, ९८५६०६०३७६

www.bhanjyangnews.com

E-mail : bhanjyangdml@gmail.com

'बंगलादेशको निर्वाचन-सडकको जोस र सत्ताको होस्'

♦ सविन धमला

सन् २०२६ को फेब्रुअरी महिना दक्षिण एशियाको राजनीतिक इतिहासमा एउटा यस्तो मोड बन्यो जसलाई आगामी धेरै वर्षसम्म सम्झिइनेछ । बंगलादेशमा भर्खरै सम्पन्न आम निर्वाचनको नतिजाले सत्ता समीकरण मात्र बदलेको छैन यसले हाम्रो जस्तो विकासोन्मुख र भूराजनीतिक चेपुवामा परेका देशहरूको सोच्ने तरिका नै बदलिदिएको छ ।

लामो समय शासन गरेकी शेख हसिना देश छोडेर हिँडेपछि सडकमा देखिएको त्यो अभूतपूर्व जोस र जेन जी भनिने नयाँ पुस्ताको आन्दोलन देख्दा धेरैलाई लागेको थियो अब बंगलादेश पूरै नयाँ हातमा जान्छ र अब पुरानाको दिन गए। तर जब ब्यालेट बाकस खुल्यो कथाले अर्कै मोड लियो । सडक तताउन जति सजिलो थियो सरकार चलाउने विश्वास दिलाउन त्योभन्दा कयौं गुणा गाह्रो रहेछ भन्ने कुरा यो चुनावले छर्लङ्ग पारिदिएको छ । १८ वर्षदेखि विदेशमा निर्वासित जीवन बिताएका तारिक रहमानको पार्टीले भारी बहुमत ल्याउनु र क्रान्तिको नेतृत्व गरेका नाहिद इस्लामजस्ता नयाँ अनुहारहरू जम्मा ६ सिटमा खुम्चिनु चानचुने कुरा होइन । यो नतिजाले नेपालको राजनीतिलाई पनि ऐना देखाइदिएको छ र थुप्रै अनुत्तरित प्रश्नहरूको जवाफ दिएको छ ।

नेपालका लागि राजनीति बुझ्ने मौका

बंगलादेशको यो घटनाबाट नेपालले सिक्नैपर्ने पहिलो र गम्भीर कुरा भनेको 'भरोसाको संकट' हो । पुराना नेतालाई गाली गरेर वा उनीहरूको पुत्ला जलाएर वा व्यवस्था खराब भयो भनेर सडकमा मान्छे जम्मा गर्न सकिन्छ त्यो एउटा कला हो । तर भोलि बिहान उठेर देशको अर्थतन्त्र कसरी चलाउने अनि परराष्ट्र सम्बन्ध कसरी सुधार्ने भन्ने स्पष्ट नक्शा नहुँदा जनताले नयाँलाई पनि पत्याउँदा रहेनछन् ।

बंगलादेशका नयाँ पिँढीले आन्दोलन त गरे तर शेख मुजिबुर रहमानको ऐतिहासिक सालिक तोड्ने वा प्रधानमन्त्रीको घर लुट्ने र फरक मत राख्नेमाथि जाइलाग्ने जस्ता काम गरेर उनीहरूले जनतालाई तर्साए । ती दृश्यहरू हेर्दा आम नागरिक र मध्यमवर्गीय परिवारलाई लाग्यो यिनीहरूको हातमा देश पर्यो भने त भोलि झन् भद्रगोल हुन्छ र कानूनको शासन नै रहँदैन । त्यसैले जनताले बरू पुरानै भएपनि वा अलिकति दाग लागेकै भएपनि अनुभव भएको पार्टीलाई भोट दिए । नेपालमा पनि अहिले उदाएका नयाँ दल वा स्वतन्त्रहरूले यो कुरा बेलैमा बुझ्नुपर्छ । गालीको भरमा र नो नट अगेन भनेर एकपटक ताली त बज्ला तर भोट पाउन र राजनीतिमा टिकिरहन परिपक्वता चाहिन्छ । स्टन्ट र लाइभ भिडियो वा भाइरल कन्टेन्टले मात्रै चुनाव जितिने र देश चल्ने भए बंगलादेशका ती युवाहरूले आज सरकार चलाइरहेका हुन्थे र प्रतिपक्षमा बस्नु पर्दैन थियो ।

विचारको अस्पष्टता र गठबन्धनको पासो

र्को महत्त्वपूर्ण पाटो भनेको विचार र नैतिकताको हो । चुनाव जित्नकै लागि बंगलादेशको नयाँ पार्टीले आफ्नो आदर्श बिर्सेर कट्टरपन्थी मानिने जमात ए इस्लामीसँग घाँटी जोड्यो । यसले सहरका पढेलेखेका र उदार तथा प्रगतिशील मान्छेहरू भड्किए । उनीहरूलाई लाग्यो हिजो लोकतन्त्रको कुरा गर्नेहरू आज किन अतिवादसँग मिल्दैछन् भन्ने प्रश्न उठ्यो ।

नेपालमा पनि सत्ताको लागि जोसँग पनि मिल्ने र जसरी पनि सरकारमा जाने चलन छ । तर जनता लाटा छैनन्। कुरा र काम नमिलेपछि जनताले कसरी ठेगान लगाइदिन्छन् भन्ने यो राम्रो उदाहरण हो । नयाँ शक्तिहरूले आफ्नो मौलिकता गुमाउनु हुँदैन । पुराना दलको विकल्प दिन्छु भनेर आएकाहरूले पुरानै शैली र गलत तत्त्वसँग सम्झौता गरे भने उनीहरूको आयु लामो हुँदैन । राजनीतिमा सर्टकट खोज्दा गन्तव्यमा पुग्न सकिँदैन भन्ने पाठ ढाकाको नतिजाले सिकाएको छ ।

युनुसको आक्षेप र तारिकको कुटनीतिक परिपक्वता

यही राजनीतिक संक्रमणका बीचमा अन्तरिम सरकार चलाएका नोबेल पुरस्कार विजेता मोहम्मद युनुसको भुमिका र उनको बोलीको पनि समीक्षा हुन जरूरी छ । उनी अर्थशास्त्रका विद्वान त हुन् तर राजनीतिज्ञ होइनन् भन्ने कुरा उनको

राजीनामा दिने बेलाको बोलीले देखायो । देशको आन्तरिक सुरक्षा र व्यवस्थापन सम्हाल्न नसकेपछि उनले निकै घुमाउरो तर आपत्तिजनक पाराले छिमेकी देश भारतलाई दोष दिएर उम्किन खोजे ।

नेपालको राजनीतिमा पनि नागरिक सरकारका मन्त्रीहरूले दिएको अभिव्यक्तिहरू जिम्मेवार देखिँदैनन् । बंगलादेशको सरकार प्रमुख भएको/जिम्मेवार पदमा बसेको मान्छेले आफ्नो असफलता र कमजोरी लुकाउन छिमेकीलाई गाली गर्नु वा षड्यन्त्रको सिद्धान्त अघि सार्नु कुटनीतिक अपरिपक्वता थियो । उनको त्यो बोलीले दुई देशको सम्बन्धमा अनावश्यक चिसोपना ल्यायो । तर ठिक यसको विपरित चुनाव जितेर आएका अनुभवी नेता तारिक रहमानले भने गज्जबको परिपक्वता देखाए ।

उनले जितेलगत्तै दिएको अभिव्यक्ति निकै सन्तुलित थियो । उनले हाम्रा लागि दिल्ली र पिण्डी अर्थात भारत र पाकिस्तान दुवैसँगको सम्बन्ध उत्तिकै महत्वपूर्ण छ तर हाम्रो पहिलो प्राथमिकता भनेको बंगलादेशको हित हो भने । उनले भारतसँगको तितो इतिहास वा सीमाको समस्या कोट्याएर सम्बन्ध बिगार्न चाहेनन् न त पाकिस्तानसँगको निकटता देखाएर भारतलाई चिढ्याउन नै चाहे । नेपालका नेताहरूले सिक्नुपर्ने मुख्य कुरा यही हो । भोट माग्नलाई र कार्यकर्ता उचाल्नलाई भारतलाई गाली गर्ने अनि सत्तामा पुगेपछि लम्पसार पर्ने हाम्रो बानीले राष्ट्रको हित गर्दैन। तारिकले जस्तै शब्द चयनमा संयमित र व्यवहारमा सन्तुलित हुन सक्नुपर्छ ।

भूगोलको बाध्यता र छिमेकीको यथार्थ

हामीले बिर्सन नहुने अर्को ठूलो र पेचिलो सत्य के हो भने छिमेकी फेर्न सकिन्न । नेपाल होस् वा बंगलादेश वा भूटान होस् वा श्रीलंका हामी सबै दक्षिण एशियाको यो भूगोलमा भारतको प्रभाव क्षेत्र भित्र वा वरिपरि छौं । हाम्रो क्षेत्रमा राजनीति फेरिएको छ । भारत र भूटान बाहेकक देशमा सरकारहरू फेरिएका छन् । नयाँ र फरक प्राथमिकता आएका छन् तर छिमेक फेरिएको छैन । यो कसैको रहर होइन भूगोलले कोरिदिएको बाध्यता हो । श्रीलंकाले चीनतिर ढल्किएर भारतलाई चिढ्याउँदा कस्तो आर्थिक संकट भोग्नुपर्यो वा माल्दिभ्समा इण्डिया आउट भन्दा पर्यटन र अर्थतन्त्रमा कस्तो असर पर्‍यो हामीले आफ्नै आँखाले देखिसकेका छौं । बंगलादेश पनि तीन तिरबाट भारतले घेरिएको छ। उसले भारतसँग मिलेर नहिँडी वा भारतको सुरक्षा चासोलाई सम्बोधन नगरी सुखै छैन । यो सत्यलाई बंगलादेशका जनताले बुझेका छन् । सम्भवतः बिएनपीलाई रोज्नुको पछाडी भूगोल र छिमेकको यथार्थ बुझेर पनि हो ।

नयाँ शक्ति भनेकाले सम्बन्ध बनाउनुको साटो बिगार्ने देखे पछि मत बदलिएको हुनुपर्छ । नेपालको सत्यता पनि ठ्याक्कै त्यही हो । हामीले जतिसुकै चर्को स्वरमा राष्ट्रवादको कुरा गरे पनि अन्ततः हाम्रो भान्सामा पाक्ने नुनदेखि सुनसम्म र बिरामीले खाने औषधिदेखि गाडी चल्ने इन्धनसम्म भारतकै बाटो भएर आउने हो। त्यसैले भारतको जायज सुरक्षा चासोलाई बेवास्ता गरेर वा उसलाई जिस्क्याएर हामीले विकास गर्न सक्दैनौं ।

छिमेकीसँग झगडा गरेर घरमा शान्ति हुँदैन र व्यापार पनि चल्दैन भन्ने यथार्थ बुझ्न अब ढिला गर्नुहुँदैन । भारतसँग हाम्रा समस्या छन् र सीमाका विवाद छन् तर ती समस्यालाई टेबुलमा बसेर हल गर्ने हो सडकमा टायर बालेर वा सामाजिक सञ्जालमा गाली गरेर होइन।

त्रिपक्षीय साझा मुद्दा र क्षेत्रीय सहकार्यको बाटो

दक्षिण एशियाको बदलिँदो राजनीतिक परिदृश्यमा नेपाल भारत र बंगलादेशले एक्लाएक्लै हिँड्नसक्ने अवस्था छैन । त्रिपक्षीय सहकार्यमा जोड दिनु अपरिहार्य भइसकेको छ । यी तीन देशहरू भूगोल संस्कृति नदीनाला र अर्थतन्त्रले एकअर्कासँग यसरी जोडिएका छन् कि एउटाको समस्या अर्कोको समस्या बन्न पुग्छ । यस्तो अवस्थामा एकअर्काको समस्यालाई अवसरमा परिणत गर्दै साझा हितमा अगाडि बढ्नु नै बुद्धिमानी हो । त्रिपक्षीय सहकार्यको शुरूवात ऊर्जा क्षेत्रबाट हुनुपर्छ किनभने यो क्षेत्रले तीनै देशको अर्थतन्त्रलाई सीधै असर गर्छ ।

ऊर्जा सहकार्य तीन देशको लागि सबैभन्दा महत्वपूर्ण साझा मुद्दा पनि हो । नेपालसँग जलविद्युतको अपार सम्भावना छ भने बंगलादेशमा ऊर्जाको चरम अभाव छ र यी दुई देशको बीचमा भारत अवस्थित छ । भारतको प्रशारण लाइन प्रयोग नगरी नेपालको बिजुली बंगलादेश पुग्न सक्दैन । तसर्थ नेपालले भारतलाई विश्वासमा लिएर बंगलादेशसम्मको ऊर्जा व्यापारलाई त्रिदेशीय रणनीतिको मुख्य अंग बनाउनुपर्छ । यसले नेपाललाई आफ्नो जलविद्युतको बजार विस्तार गर्न मद्दत गर्छ बंगलादेशलाई विश्वसनीय ऊर्जा आपूर्ति सुनिश्चित गर्छ र भारतलाई क्षेत्रीय ऊर्जा हबको रूपमा स्थापित गर्न सहयोग पुग्छ ।

यो त्रिपक्षीय ऊर्जा सहकार्यले तीनै देशलाई आर्थिक लाभ प्रदान गर्नुका साथै क्षेत्रीय विकासको नयाँ आयाम थप्नेछ । पारवहन र सम्पर्क सञ्जाल दोस्रो महत्वपूर्ण मुद्दा हो। नेपाल जस्तो भूपरिवेष्टित देशका लागि बंगलादेशका मोंगला र चट्टोग्राम बन्दरगाहहरू समुद्रसम्म पुग्ने वैकल्पिक मार्ग हुन सक्छन् । यसका लागि भारतको फुलबारी बंगलाबन्ध कोरिडोरलाई सहज बनाउनुपर्छ ।

जब नेपालका अन्न र व्यापारिक वस्तुहरु बंगलादेशका बन्दरगाहहरु हुँदै विश्व बजारसम्म पुग्नेछन् तब नेपालको अर्थतन्त्रले नयाँ गति लिनेछ । यस्तै बंगलादेशले पनि नेपाललाई आफ्नो प्राकृतिक बजारको रूपमा उपयोग गर्नसक्छ। यो सम्पर्क सञ्जालले तीनै देशको व्यापारलाई विस्तार गर्नुका साथै क्षेत्रीय एकीकरणलाई पनि बलियो बनाउनेछ । जलवायु परिवर्तन तेस्रो महत्त्वपूर्ण साझा मुद्दा हो ।

हिमाल पग्लिएर आउने बाढीले नेपाल भारतको बिहार र बंगलादेशलाई डुबाउँछ। यो साझा प्राकृतिक चुनौतीको सामना गर्न संयुक्त संयन्त्रको आवश्यकता छ । जलवायु परिवर्तनको असर कुनै एक देशसम्म सिमित नरही तीनै देशलाई समान रूपमा प्रभावित गरिरहेको छ। बाढी नियन्त्रण सिंचाई व्यवस्थापन र वातावरण संरक्षणमा तीनै देशले मिलेर काम गर्नुपर्छ । यस्तो संयुक्त प्रयासले मात्र यस क्षेत्रको जलवायु परिवर्तनको चुनौतीलाई प्रभावकारी ढंगले सम्बोधन गर्न सकिन्छ। यी मुद्दाहरूमा प्रसिद्ध भारतीय कूटनीतिज्ञ र विद्वानहरूले पनि बारम्बार दक्षिण एशियाको समृद्धि कनेक्टिभिटीमा निर्भर छ भन्दै भारतले ठूलो दाइको हेपाहा प्रवृत्ति त्यागेर जेठो दाइको उदार भूमिका खेल्नुपर्नेमा जोड दिँदै आएका छन् ।

ढाका दिल्ली मित्रतामा नेपालको समृद्धि

पालको लागि एउटा विशेष स्वार्थ छ भारत र बंगलादेशको सम्बन्ध जति राम्रो भयो त्यति धेरै फाइदा नेपाललाई हुन्छ। कतिपयलाई लाग्ला कि भारत र बंगलादेशको सम्बन्ध बिग्रिएमा वा उनीहरु बीच तनाव बढेमा नेपालले फाइदा लिनसक्छ । तर यो एकदमै गलत र आत्मघाती सोच हो। यदि भारत र बंगलादेशको सम्बन्धमा अविश्वास पैदा भयो भने भारतले आफ्नो सुरक्षाको कारण देखाउँदै चिकेन नेक वा सिलिगुडी करिडोरमा कडाइ गर्नसक्छ ।

यस्तो अवस्थामा नेपालले बंगलादेशमा बिजुली बेच्ने जुन सपना देखेको छ वा उनीहरूको मोंगला र चट्टोग्राम बन्दरगाह प्रयोग गरेर समुन्द्रसम्म पुग्ने सोचेको छ ती सबै कुरा धरापमा पर्न सक्छन् । हाम्रो भूराजनीतिक यथार्थ के हो भने नेपाल भूपरिवेष्टितबाट भूजडित बन्दै समुन्द्रसम्मको पहुँच र ऊर्जा व्यापारको विविधिकरण गर्न चाहन्छ र यसका लागि ढाका र दिल्लीबीचको सम्बन्ध पानी र दुध जस्तै कसिलो हुनु अपरिहार्य छ । नेपालले बंगलादेशको मोंगला र चट्टोग्राम बन्दरगाह प्रयोग गर्ने होस् वा आफ्नो जलविद्युत बंगलादेशको बजारमा बेच्ने त्यसको एकमात्र मार्ग भारतीय भूमि नै हो ।

बीबीआइएन जस्तो संरचानाले क्षेत्रीय यातायात र पारवहनलाई पनि मद्दत गर्नेछ। सम्झौता भएर पनि निस्क्रिय जस्तै रहेको यो संरचनालाई बंगलादेशको नयाँ सरकारले प्राथमिकतामा राख्नसक्छ । यसको सक्रियताले नेपालमा पर्यटनको बजारलाई सहयोग पुग्नेछ । नेपालको समृद्धिको एउटा सपना तब मात्र जीवन्त हुन्छ जब छिमेकका दुई ठूला खम्बाहरु भारत र बंगलादेश एकै लयमा हिँड्छन्।

दलहरूको मौनता र कुटनीतिक अपरिपक्वता

बंगलादेशमा नयाँ सरकार नयाँ प्राथमिकताको कुरा गरे पनि हामीले एक गल्ति गरिरहेका छौं। बंगलादेशको शान्ति र स्थिरतामा हामीले समृद्धि देखे पनि त्यहाका जनताले दिएको नयाँ र स्पष्ट जनादेशलाई नेपालका प्रमुख राजनीतिक दलहरूले अहिलेसम्म औपचारिक रूपमा

बाँकी तेश्रो पेजमा

तपाईंको आज

मेष
दिन उत्साहजनक रहनेछ। रोकिएका कामहरु अघि बढ्ने सम्भावना छ। आफन्तसँग भेटघाट हुने योग देखिन्छ।

वृष
काममा अलि धैर्य गर्नुपर्ने दिन छ। हतारमा निर्णय नगर्नु राम्रो हुन्छ। परिवारको साथ सहयोग प्राप्त हुनेछ।

मिथुन
नयाँ कामको सुरूवात गर्न उपयुक्त समय छ। मित्रजनबाट सहयोग मिल्नेछ। अध्ययन सम्बन्धी कार्यमा सफलता ।

कर्कट
मानसिक चञ्चलता बढ्न सक्छ। अनावश्यक विवादबाट टाढा रहनु राम्रो हुन्छ। आर्थिक लाभको सम्भावना देखिन्छ।

सिंह
आत्मविश्वास बढ्ने दिन छ। सामाजिक क्षेत्रमा सम्मान प्राप्त हुन सक्छ। कार्यक्षेत्रमा प्रगति हुने संकेत देखिन्छ।

कन्य
योजना अनुसार काम सम्पन्न हुनेछन्। सानो प्रयासले पनि राम्रो उपलब्धि मिल्न सक्छ। पारिवारिक वातावरण सुखद

तुला
खर्च बढ्न सक्छ। आर्थिक व्यवस्थापनमा ध्यान दिनु आवश्यक छ। साथीभाइसँग रमाइलो भेटघाट हुन सक्छ।

वृश्चिक
काममा सफलता मिल्ने योग छ। व्यवसायमा लाभ हुने सम्भावना छ। नयाँ चिनजानबाट फाइदा मिल्न सक्छ ।

धनु
यात्राको अवसर मिल्न सक्छ। नयाँ अनुभव प्राप्त हुने दिन छ। परिवारबाट सहयोग प्राप्त हुनेछ।

मकर
मेहनत अनुसार उपलब्धि प्राप्त हुनेछ। काममा ध्यान केन्द्रित गर्दा राम्रो परिणाम आउन सक्छ। स्वास्थ्य सामान्य रहनेछ ।

कुम्भ
सहकार्यबाट सफलता मिल्नेछ। वैवाहिक तथा प्रेम सम्बन्ध सुमधुर रहनेछन्। सामाजिक काममा रूचि बढ्नेछ।

मीन
काममा व्यस्तता बढ्नेछ। जिम्मेवारी थपिन सक्छ। धैर्य र संयम अपनाउँदा सफलता मिल्नेछ।

चुनावी घोषणापत्रमा शिक्षा : ....

पेसामा आकर्षित गर्ने नीति ल्याउने कुरा घोषणापत्रमा राखेको छ ।

नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी (नेकपा) ले संसद्को पहिलो बैठकबाटै संकल्प प्रस्तावका माध्यमबाट विद्यालय शिक्षा ऐन पारित गर्ने विषयलाई महत्व दिएको छ । पार्टीले विश्वविद्यालय अनुदान आयोग र चिकित्सा शिक्षा आयोगलाई एकीकृत गरी पूर्ण स्वायत्त र राजनीतिक हस्तक्षेपमुक्त गरी उच्च शिक्षा आयोग गठन गर्ने घोषणा गरेको छ ।

एक पालिका एक नमुना स्मार्ट आवासीय विद्यालय, प्राविधिमैत्री शिक्षा र डिजिटल साक्षरताका विषयलाई सो पार्टीले प्राथमिकता दिएको छ । माध्यमिक तहसम्मको पाठ्यक्रम तथा जनशक्ति व्यवस्थापन संघीय सरकारअन्तर्गत रहने र विद्यालयको भौतिक पूर्वाधार तथा सञ्चालन स्थानीय सरकारले गर्ने व्यवस्था मिलाइने सो पार्टीको प्राथमिकता रहेको छ । राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीले विश्वविद्यालयका कुलपति र सहकुलपतिमा प्रधानमन्त्री र शिक्षामन्त्रीको व्यवस्था हटाउने तथा शिक्षक, प्राध्यापकको राजनीतिक आबद्धतालाई पूर्णतः निषेध गर्ने भनेको छ । विश्वविद्यालयलाई पुनःसंरचना गरी अनुसन्धानमुखी र रोजगारउन्मुख बनाउने नीति लिएको रास्वपाले नेपालमा विदेशी विश्वविद्यालयको आङ्गिक क्याम्पस र विदेशी डिग्री कार्यक्रम सञ्चालन गर्न सरल प्रक्रिया बनाउने घोषणा गरेको छ ।

विश्वविद्यालय र विद्यालयमा दलीय राजनीतिक गतिविधिको अखडा हुनबाट मुक्त गर्ने, सार्वजनिक शिक्षाको गुणस्तर, पहुँच र पेसागत विकास र स्पष्ट जवाफदेहीतामा आधारित प्रणाली लागू गर्ने, उच्च शिक्षालाई प्रतिस्पर्धी, अनुसन्धानमुखी तथा रोजगार उन्मुख बनाउन विश्वविद्यालयको पुनःसंरचना गर्ने, नेपाललाई अन्तर्राष्ट्रिय शिक्षाको केन्द्र बनाउने रास्वपाको प्रतिबद्धता रहेको छ ।

यस्तै, राष्ट्रिय जनमोर्चाले संघीयतामा खर्च भइरहेको अनावश्यक रकममा कटौती गरी शिक्ष निःशुल्क गरिनुपर्ने उल्लेख गरेको छ । स्वास्थ्य जस्तै राज्यले प्रदान गर्ने शिक्षा जीवनोपयोगी र रोजगारमूलक तथा शिक्षाको निजीकरण र व्यापारीकरण बन्द गरिनुपर्ने भनेको छ । नेपाल शिक्षक महासङ्घका अध्यक्ष लक्ष्मीकिशोर सुवेदीले आफूहरूले जुन ढङ्गले शिक्षामा मुद्दा आओस् भनेका थियौँ, त्यसरूपमा आएको नआएको प्रतिक्रिया दिनुभयो । "समय सुहाउँदो विश्वस्तरीय प्राविधिक शिक्षाका लागि लगानी बढाउने, विगतको सहमतिका आधारमा विद्यालय शिक्षा ऐन पारित गर्ने र शिक्षक पेसालाई आकर्षित र सम्मानित बनाउने हाम्रा मुद्दामा मूर्त रूपमा प्रतिबद्धता आएको छैन", अध्यक्ष सुवेदीले राससस‌ँग भन्नुभयो। सार्वजनिक शिक्षाको सुधारका लागि नागरिक क्षेत्रबाट कार्यरत संस्था शिक्षाका लागि राष्ट्रिय अभियान (एनसिइ)नेपालका अध्यक्ष लवराज ओली शिक्षामा कुल बजेटको २० प्रतिशत लगानी गर्ने र विद्यालय शिक्षा ऐन ल्याउने कुरा विगतदेखि उठ्दै आएकामा अहिले घोषणापत्रमा ल्याइनु सकारात्मक भएको बताउनुभयो। अध्यक्ष ओलीले अहिलेको आवश्कता सीपमूलक शिक्षा र शिक्षक व्यवस्थापन हो भन्दै विद्यालय सञ्चालनमा संघ, प्रदेश र स्थानीय तहको अधिकार क्षेत्रजस्ता विषयमा अझै स्पष्टता आउनुपर्नेमा जोड दिनुभयो । रासस

मिर्लुङ पोलिक्लिनिक प्रा.लि.

व्यास नगरपालिका-२, दमौली तनहुँ

फोन : ०६५-५६४५७८, ९८४६०६२४६५, ९८४६७७०४७२, ९७०३४५७५७८

हाम्रा उपलब्ध सेवाहरू :

१) भिडियो एक्सरे २) आधुनिक प्रयोगशाला सेवा (रगत, दिशा, पिसाव, विर्य, खकार तथा Whole body test पनि गरिन्छ ३) इ.सि.जी. सेवा, मुटुको जाँच, ४) इको (ECHO) गंगालाल हस्पिटलका डा.द्वारा मुटुको भिडियो एक्सरे गरिन्छ ५) माइनर अपरेशन सेवा तथा प्लास्टर, ड्रेसिङ्, स्टेचिङ् आदी सेवा, ६) नेवुलाइजर सेवा, ७० किशोर किशोरीहरूलाई यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य सम्बन्धी निःशुल्क परामर्श सेवा, ७) परिवार नियोजनका अस्थायी स्वास्थ्य सेवा तथा सुविधा ८) गुणस्तरीय फार्मेसी सेवा

'बंगलादेशको निर्वाचन-सडक ......

सम्मान गरेको वा बधाई दिएको पाइएन । हामी आफैं पनि निर्वाचनको संघारमा छौं र हाम्रा दलहरु बहुमत ल्याएर सरकार चलाउने एजेण्डा फलाकिरहेका छन् । तर भोलि चुनाव जितेर सरकारमा पुगेपछि यिनै दलले ऊर्जा व्यापार वा पारवहनका लागि बंगलादेशसँग द्विपक्षीय हितको कुरा गर्नुपर्ने हुन्छ ।

छिमेकीको घरमा आएको यत्रो परिवर्तनलाई सम्मान गर्न नसक्नु वा बधाई दिन समेत कञ्जुस्याइँ गर्नुले हाम्रो कुटनीतिक अपरिपक्वता छर्लङ्ग पारेको छ । हामीले यो पनि हेर्नुपर्छ कि हामीभन्दा चिसो सम्बन्ध भएको र सरकार परिवर्तनले सबैभन्दा ठूलो धक्का लागेको भारतले समेत नयाँ जनादेश र नेतृत्वसँग सम्बन्ध अगाडि बढाउन कत्रो गरमजोशी देखाइसक्यो । दिल्लीले ढाकालाई न्यानोपन दिन खोजिरहँदा भूगोल नजोडिए पनि मन र सम्बन्ध जोडिएको हाम्रो जस्तो नजिकको मित्रले बंगलादेशको परिवर्तनलाई यसरी बेवास्ता गर्नु सर्वथा गलत हो । यो गल्तीलाई समयमै नसच्याउने हो भने भोलि सहकार्यको हात बढाउँदा हामीलाई नै नैतिक संकट पर्नसक्छ ।

बिमस्टेक, सार्क र बहुपक्षीय कुटनीतिको बाटो अनि भारत

अबको दुनियाँमा एक्लै हिँडेर वा दुईपक्षीय सम्बन्धमा मात्र अल्झिएर पार लाग्दैन । दक्षिण एशियामा शक्ति राष्ट्रहरुको खेल बढिरहेको छ । यस्तो बेला हामी जोगिनको लागि र आफ्नो बार्गेनिङ पावर बढाउनको लागि सार्क र बिमस्टेक जस्ता क्षेत्रीय मञ्चहरुलाई ब्युँताउनुपर्छ र सक्रिय बनाउनुपर्छ । यति मात्र होइन हामीले ग्लोवल साउथ वा साङ्घाई सहयोग संगठन जस्ता धेरै ढोकाहरु वा मल्टी डोर कुटनीति खुल्ला राख्नुपर्छ । हामीसँग जति धेरै विकल्प हुन्छन् र जति धेरै मञ्चमा हामी आफ्ना कुरा राख्नसक्छौं त्यति नै हामी बलियो हुन्छौं ।

एउटा शक्तिले पेल्न खोज्यो भने अर्को ठाउँमा बोल्ने र सहयोग माग्ने बाटो हुन्छ । यसले कुनैपनि एउटा देशलाई नेपालमाथि मनपरी गर्न दिँदैन । यसको लागि भारतले पनि अब ठूलो दाइको अहंकार छोडेर जेठो दाइको जस्तो अभिभावकीय र उदार भुमिका खेल्नुपर्छ। साना छिमेकीलाई साथमा लिएर र उनीहरुको चित्त बुझाएर हिँड्दा नै भारतको पनि भलो हुन्छ । नत्र आफ्नै आँगनमा आगो लाग्दा घर सुरक्षित हुँदैन भन्ने कुरा दिल्लीले पनि बुझ्नुपर्छ।

अन्त्यमा मन बदलिए पनि मत नबदलौं

अहिले एउटा गम्भीर प्रश्न हाम्रो अगाडि उभिएको छ 'भोट' कसलाई दिने केवल सत्ता जित्न खोज्नेलाई कि 'राजनीति र देशको भविष्य' जित्न सक्नेलाई यो छुट्याउने बेला आएको छ । हामी भित्र पुराना दलहरुप्रति रिस र कुण्ठा छ । उही पुराना अनुहार र उही घ्यारघ्यार सुनिने भाषणले हामीलाई वाक्क बनाएको छ । हामीलाई एक किसिमको दृष्टि थकान भएको छ । तर यो संगीन घडीमा नेपाली जनताले एकछिन रोकिएर अडिएर र ठण्डा दिमागले सोचेर निष्कर्ष निकाल्नुपर्ने आवश्यकता छ ।

भावावेश र आक्रोशलाई एकैछिन रोक्नुपर्ने अवस्था छ । मैले मन बदले पनि मत बदल्दा भोलि देशको अवस्था के हुन्छ र के हुँदैन भन्ने कुराको गहिरो हेक्का राख्नैपर्छ । बंगलादेशका जनताले यही बुद्धिमानी तरिकाले व्यवहारमा उतारे । उनीहरुको मन बदलिएको थियो उनीहरु पनि पुराना अनुहारसँग खुशी थिएनन् होला । तर उनीहरुले मत बदल्दा देश दुर्घटनामा जानसक्छ भन्ने बुझे ।

मन बदलिए पनि मत नबदलेको कारण आज बंगलादेश फेरि विकासको बाटोमा निस्कने तरखरमा छ। त्यहाँ अब राम्रो नै हुन्छ नराम्रो हुने गुञ्जायस छैन । त्यसैले हामीले पनि भावनामा बगेर होइन विवेक प्रयोग गरेर निर्णय लिनु नै बुद्धिमानी हुनेछ । रातोपाटीबाट (लेखक सविन धमला न्युज एजेन्सी नेपालसँग आवद्ध हुनुहुन्छ । लेखक धमला समयामयिक राजनीति, नीति पैरवी, विश्लेषण, संसदीय मामिलामा नियमित लेख्दै आउनुभएको छ।)

हार्दिक बधाई

श्री सुनिल श्रेष्ठ

झिंगु नेवाः पुच बन्दीपुर-१ डुम्रे तनहुँको दशौ साधारणसभा तथा चौथो अधिवेशनबाट अध्यक्ष पदमा सर्वसम्मत निर्वाचित हुनु भएकोमा **श्री सुनिल श्रेष्ठ** ज्यू तथा नवनिर्वाचित सम्पूर्ण कार्यसमितिलाई **हार्दिक बधाई** तथा कार्यकाल पूर्ण सफलताको **शुभकामना** व्यक्त गर्दछौं ।

तनहुँ मोबाईल तथा इलेक्ट्रोनिक्स संघ

खड्गमाई ईलेक्ट्रोनिक सेन्टर डुम्रे परिवार

स्वस्थ जीवनका लागि असल खानपानका उपायहरु :

- विभिन्न थरीका खाने कुराहरू हरेक दिन उपभोग गर्ने ।
- फलफुल र हरिया सागसब्जि हरेक दिन पर्याप्त मात्रामा उपभोग गर्ने।
- दाल र गेडा गुडी हरेक दिन उपभोग गर्ने ।
- माछा, मासु वा अण्डा नियमित रूपमा उपभोग गर्ने ।
- खाना पकाउँदा तेल वा घ्यू थोरै मात्रामा प्रयोग गर्ने ।
- खानपान सम्बन्धी अन्धविस्वास बाट सावधान रहने ।
- खानामा आयोडिनयुक्त नुन मात्र प्रयोग गर्ने, नुन कम मात्रामा उपभोग गर्ने
- गुलिया र चिल्ला खानेकुरा कम मात्रामा उपभोग गर्ने ।
- सँधै ताजा र सफा खाद्य वस्तु उपभोग गर्ने ।
- पर्याप्त मात्रामा शुद्ध पानी पिउने ।
- परम्परागत तथा स्थानीय स्तरमा पाईने पौष्टिक खाद्य वस्तु उपभोग गर्ने
- मदिराजन्य पेय पदार्थ सेवन नगर्ने ।
- शिशुलाई ६ महिनासम्म पूर्ण स्तनपान (आमाको दुध मात्र खुवाउने) गराउने
- शिशु ६ महिना पुरा भएपछि स्तनपानको साथसाथै थप तथा परक खाना खुवाउने
- गर्भवती र स्तनपान गराउने आमाले थप पोषिलो खाना खाने ।
- किशोर किशोरीहरूले खानपान सम्बन्धी स्वस्थ बानी बसाल्ने ।
- ज्येष्ठ नागरिकको खानपानमा विषेश ध्यान दिने ।
- अति प्रशोधित खाना (Junk Food)जस्तैः चाउचाउ, विस्कुट, कुरकुरे आदि उपभोग नगर्ने र बच्चाहरूलाई पनि नखुवाउने ।

यी उपायहरू नियमित रूपमा आफ्नो जीवनमा लागु गर्न सकेमा धेरै किसिमका रोग तथा संक्रमणहरूबाट जोगिन सकिन्छ । स्वस्थ रहन सकेमा आफुले गर्ने हरेक कार्य र योजना सफल पार्न सकिन्छ ।

त्यसैले सबैले यी उपायहरू आफ्ना दैनिक जीवनमा लागु गर्न उपयुक्त हुन्छ ।

व्यास नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
दमौली, तनहुँ । गण्डकी प्रदेश

भिमाद नगरपालिका
नगरकार्यपालिकाको कार्यालय

भिमाद, तनहुँ, गण्डकी प्रदेश, नेपाल

विद्युतीय बोलपत्र आव्हान सम्बन्धी सूचना

Date of publication : 22th February 2026 A.D. (2082/11/10 B.S.)

यस कार्यालयबाट हुने तपसिल अनुसारको खरिद कार्यका लागि योग्य आपुर्तिकर्ताहरूबाट रितपूर्वकको ३० दिने विद्युतीय बोलपत्र आव्हान सम्बन्धी सूचना प्रकाशन गरिएको छ । सो को विस्तृत विवरण PPMO को website: www.bolpatra.gov.np/egp मा हेर्न सकिने छ ।

S. N	Contract identification no.	Name of Project	Bid Security amount (NRs.)	Bid document fee (NRs.)
1.	2/BM/AGRI/ GOODS/NCB/ 082/83	Procurement of Agricultural Machinery	70000.00	3000.00

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

स्तनपान सम्बन्धी महत्त्वपूर्ण जानकारी

स्तनपान भन्नाले शिशुलाई जन्म दिएपछि आमाले आफ्नो स्तनबाट निस्किने प्राकृतिक दूध खुवाउनु हो। शिशु जन्मेको जतिसक्दो चाँडो १ घण्टा भित्र आमाको दूध खुवाउन सुरु गर्नुपर्छ। शिशुलाई आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण पौष्टिक तत्व आमाको दूधमा पाइने हुनाले शिशु जन्मेदेखि ६ महिना पुरा नभएसम्म आमाको दूध मात्र खुवाउनु पर्छ, पानी पनि खुवाउनु हुँदैन जसलाई पूर्ण स्तनपान भनिन्छ। शिशुलाई कम्तीमा २ वर्षसम्म निरन्तर स्तनपान गराउनुपर्छ।

आमाको दूध खुवाउँदा हुने फाइदाहरू

- आमाको दूध बालबालिकाको लागि अमृत समान हो। यसले बालबालिकाको जीवन रक्षा गर्छ।
- पहिलो पहेँलो बिगौती दूधले खोप सरह काम गर्छ र निमोनिया, झाडापखाला, कान, छाला, पेट तथा श्वासप्रश्वासका संक्रमणसँग लड्न सक्ने क्षमता बढाउँछ।
- यसमा बालबालिकालाई आवश्यक पर्ने पर्याप्त पानी र खनिज तत्वहरु हुन्छ।
- शिशु जन्मने बित्तिकै आमाको दूध चुसायो भने सालनाल छिटै बाहिर निस्किन्छ किनभने शिशुले दूध चुस्दा पाठेघर खुम्चिन्छ जसले गर्दा बच्चा जन्माएपछि बढी रगत बग्ने खतरालाई घटाउँदछ।
- महिलालाई हुने स्तन र पाठेघर सम्बन्धी क्यान्सरको खतरालाई घटाउँदछ।
- आमाको कामको भारलाई घटाउँदछ। पानी उमाल्न इन्धन जुटाउने, दूध बनाउने आदि काम गर्नु पर्दैन। आमाको दूध जुनसुकै बेला र जहाँपनि खुवाउन सकिन्छ।
- यो सधैं सफा, पोसिलो र ठिक तापक्रमको हुन्छ। यो कम खर्चिलो छ।
- आमासँगको आत्मीयता बढाई शिशुको मानसिक, बौद्धिक, शारीरिक तथा सामाजिक विकास गर्छ।

स्तनपान सम्बन्धी सिफारिस गरिएका व्यवहारहरु

- शिशु जन्मने बित्तिकै आमाको छातीमा टाँसिएर रहन दिने।
- बालबालिका जन्मेको १ घण्टाभित्रै आमाको स्तनमा राख्ने र दूध खुवाउने।
- बालबालिकालाई बिगौती दूध खुवाउने।
- बालबालिकालाई ६ महिनासम्म पूर्ण स्तनपान गराउने।
- एकातिरको दूध निखिए पछि मात्र अर्को स्तनको दूध खुवाउने।
- बालबालिकालाई दिनको १० देखि १२ पटक स्तनपान गराइराख्ने।
- बालबालिकाले जति पटक दूध खान खोज्छ त्यति नै पटक स्तनपान गराउने।
- बालबालिकालाई सही आसन र सम्पर्कमा राखेर स्तनपान गराउने।
- आमा वा बालबालिका, जो बिरामी भए पनि निरन्तर स्तनपान गराइरहने।
- बालबालिका २ वर्ष वा सो भन्दा पछिसम्म पनि निरन्तर रूपमा स्तनपान गराइरहने।
- स्तनपान गराइरहेकी आमाले दैनिक खाने गरेको खाना भन्दा २ पटक थप खाना खाने। बोतलबाट दूध नखुवाउने।
- स्तनपान सम्बन्धी सिफारिस गरिएका व्यवहारहरु हरेक शिशुहरुमा हरेक अवस्थामा लागु हुन्छ।
- यी व्यवहारहरु अपनाउँदा आमाहरुले लगातार रूपमा दूध उत्पादन गरिरहन सक्छन्।

शिशुलाई आमाको दूध पुगे नपुगेको कसरी थाहा पाउने?

- दूध प्रशस्त खान पुगेको शिशुले एक दिनमा (२४ घण्टामा) कम्तीमा ६ देखि ८ पटकसम्म पिसाब फेर्छ र पिसाबको रङ्ग सफा हुन्छ।
- यदि शिशुलाई दूध प्रशस्त खान पुगेको छैन भने २४ घण्टामा ६ पटक भन्दा कम पिसाब फेर्छ र पिसाबको रङ्ग गाढा पहेँलो, बाक्लो, एकदम गन्हाउने हुन्छ।

म्याग्दे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
थर्पु, तनहुँ । गण्डकी प्रदेश

जि.का.कास्की द.नं. ११/२०३९/०४०, जि.प्र.का. तनहुँको स्वीकृत मितिः २०५९/०३/२४, त.जि.हु.द.नं. २/२०७८/०७९

उम्मेदवार न्यौपाने मतदाताको घरदैलोमा

भञ्ज्याङ समाचारदाता/दमौली

आसन्न प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका उम्मेदवारहरू मतदाताको घरदैलोमा व्यस्थ भएका छन् । आ–आफ्ना चुनावी एजेण्ड, प्रतिवद्धता लिएर मतदातालाई रिजाउन थालेका छन् ।

नेकपा एमालेबाट तनहुँ क्षेत्र नम्बर १ मा प्रतिनिधिसभा सदस्य पदकी उम्मेदवार भगवती न्यौपाने पनि चुनावी प्रचार अभियानलाई तीव्र बनाउँदै मतदाताको घरदैलोमा पुगिरहेकी छन् । उनि विभिन्न स्थानमा घरदैलो कार्यक्रम र कोणसभा सञ्चालन गर्दै मतदातासँग प्रत्यक्ष संवाद गरिरहेकी छन्।

बन्दीपुर गाउँपालिका–१ का विभिन्न स्थानमा पुगेकी न्यौपानेलाई उल्लेख्य संख्यामा महिलाहरूले साथ दिएका थिए । सहभागी महिलाहरूले यस पटक तनहुँ–१ मा महिला उम्मेदवार भएकाले महिलाहरूले नै साथ दिनुपर्ने धारणा राखेका थिए। महिला उम्मेदवारलाई विजयी गराएर इतिहास रच्ने बन्दीपुरका महिलाहरूले प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका थिए ।

नेकपा एमाले बन्दीपुर गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष अमिर गुरूङले महिलाहरूको उल्लेख्य सहभागिताले यस पटक नेकपा एमालेको जित सुनिश्चित हुने विश्वास व्यक्त गरे । शनिबार व्यास नगरपालिका–७, ८, ९ र १० का विभिन्न स्थानमा आयोजित चुनावी कार्यक्रममा पनि महिलाहरूको उल्लेख्य सहभागिता देखिएको थियो। घरदैलो अभियान र चुनावी सभामा महिलाहरूको सक्रिय उपस्थितिले अभियान थप उत्साहजनक बनेको बताइएको छ।

उम्मेदवार न्यौपानेले मतदातासँगको भेटघाटमा महिला सशक्तीकरण र सामाजिक न्यायलाई प्राथमिकतामा राखेर काम गर्ने प्रतिबद्धता जनाइन । महिला तथा पुरुष दुवैलाई समान अवसर, सम्मान र सहभागिता सुनिश्चित गर्ने गरी कार्यक्रम अघि बढाइने उनले बताइन् ।

महिलाको आर्थिक सशक्तीकरणका लागि सहकारी, उद्यमशीलता र सीप विकास कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने, हिंसा पीडित, एकल तथा विपन्न महिलाका लागि सुरक्षा र पुनःस्थापना कार्यक्रम ल्याउने न्यौपानेले बताइन् । नीति तथा निर्णय तहमा महिलाको अर्थपूर्ण सहभागिता बढाउने र दलित, जनजाति, अपाङ्गता भएका नागरिक तथा पिछडिएका समुदायको समावेशी पहुँच सुनिश्चित गर्ने जनाइन् ।

रोजगारीका क्षेत्रमा महिलाको सहभागिता वृद्धि, बालबालिकाको विशेष संरक्षण, लैङ्गिक समानता तथा सामाजिक न्याय प्रवर्द्धन र नेतृत्व क्षमता विकासलाई प्राथमिकता दिइने न्यौपानेको प्रतिबद्धता छ । साथै स्थानीय तहमा महिला उद्यम, स्वरोजगार तथा वित्तीय पहुँच विस्तार गर्न पहल गरिने उनले बताइन् ।

महिला आधा आकाश मात्र नभई सिर्जना र सृष्टिको आधार भएको उल्लेख गर्दै न्यौपानेले यस पटक महिला उम्मेदवारलाई विजयी गराएर नयाँ इतिहास रच्ने महिलाहरूको चाहना रहेको बताइन्। विगतमा ठूला दलहरूले महिला उम्मेदवार नबनाउँदा मतदातामा निराशा रहेको अवस्थामा आफू उम्मेदवार बनेपछि महिला मतदातामा उत्साह थपिएको उनको भनाइ थियो ।

“अबको जित हाम्रो हो, जनताको सम्मान र हाम्रो भविष्यको जित हो”, न्यौपानेले भनिन् “जनताको सम्मान र भविष्यका लागि सूर्य चिन्हमा मतदान गरी मलाई विजयी गराउनुहोस् ।”

तनहुँमा लगानीमैत्री वातावरण निर्माणमा लाग्ने गोविन्द भट्टराईको प्रतिबद्धता

भञ्ज्याङ समाचारदाता/दमौली

व्यवसायी तथा उद्यमीहरूलाई साथ दिने प्रतिबद्धतासहित तनहुँ–१ मा नेपाली कांग्रेस का उम्मेदवार गोविन्द भट्टराईले तनहुँमा लगानीमैत्री वातावरण निर्माणका लागि सक्रिय रहने बताएका छन्। उनले व्यवसाय गरिरहेका व्यक्तिहरूको लगानी सुरक्षा, नीतिगत सुधार तथा व्यावसायिक अभ्यासलाई सहज बनाउनेतर्फ आफू निरन्तर लागिरहने उल्लेख गरेका छन्।

भट्टराईका अनुसार राज्यका विद्यमान नीतिहरुलाई समयसापेक्ष परिमार्जन गर्दै उद्यमशीलता प्रवर्द्धन गर्न आवश्यक छ। “तनहुँलाई देश तथा विदेशबाट लगानी आकर्षित गर्ने उत्कृष्ट गन्तव्यका रूपमा स्थापित गर्नुपर्छ”, उनले भने, “त्यसका लागि स्पष्ट नीति, पारदर्शी प्रक्रिया र व्यवसायीमैत्री वातावरण अनिवार्य छ।”

उनले स्थानीय उद्यमीहरूको समस्या समाधान, उद्योग–व्यवसाय विस्तार तथा रोजगारी सिर्जनामा जोड दिँदै तनहुँको आर्थिक विकासलाई प्राथमिकतामा राख्ने बताए। साथै व्यवसायीहरूको सुझाव र सहकार्यलाई महत्व दिँदै अघि बढ्ने उनको भनाइ छ। भट्टराईले आफूलाई “तनहुँको भरोसायोग्य साथी” का रूपमा प्रस्तुत गर्दै व्यवसायीहरूको साथ र समर्थनको अपेक्षा पनि व्यक्त गरेका छन् ।

गण्डकीका सबै जिल्लामा पुग्यो निर्वाचन सामग्री

भञ्ज्याङ समाचारदाता/गण्डकी

यही फागुन २१ गते हुने प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनका लागि चाहिने मतपत्रबाहेक ५२ प्रकारका निर्वाचन सामग्री गण्डकी प्रदेशका ११ वटै जिल्लामा पुगिसकेको छ । मतपत्र ढुवानीको काम पनि सुरू भएको प्रदेश निर्वाचन कार्यालय, पोखराले जनाएको छ । कास्कीमा मतपत्र आइपुगेको कार्यालयका सूचना अधिकारी रूद्रनाथ न्यौपाने बताउनुभयो । “निर्वाचनका लागि आवश्यकपर्ने ५२ प्रकारका सामग्री जिल्लामा पुगिसकेको छ, आइतबारदेखि कास्कीबाहेक अन्य जिल्लामा पनि मतपत्र ढुवानी सुरू हुन्छ”, उहाँले भन्नुभयो, “निर्वाचन कार्यालय र मुख्य निर्वाचन अधिकृतको कार्यालय निर्वाचनको अन्तिम तयारीमा जुटेको छ ।” निर्वाचनका बेला प्रयोग हुने ५३ प्रकारका सामग्रीमध्ये ४९ वटा सामग्रीलाई मतदानस्थलमा पठाइने र अन्य सामग्री कार्यालयमा प्रयोग हुने सूचना अधिकारी न्यौपानेले बताउनुभयो ।

सामग्री व्यवस्थापनसँगै निर्वाचनमा परिचालन हुने कर्मचारीको खटनपटनको काम पनि सँगसँगै भइरहेको प्रदेश निर्वाचन कार्यालयले जनाएको छ । गण्डकी प्रदेशमा १४ हजारभन्दा बढी कर्मचारी निर्वाचनमा खटिने भएका छन् । मतदान अधिकृत, सहायक मतदान अधिकृतलगायत कर्माचारीलाई तालिम दिएर मतदान केन्द्रमा पठाइने सूचना अधिकारी न्यौपानेले बताउनुभयो। यस प्रदेशका एक हजार २९७ मतदानस्थल र दुई हजार ३९६ मतदान केन्द्र रहेका छन् । मतदाताको संख्या १८ लाख ७० हजार ६५ रहेको छ ।

गण्डकीमा विसं २०७९ को प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनमा १६ लाख ६२ हजार २४६ मतदाता थिए । अहिलेको चुनावमा दुई लाख सात हजार ८१९ नयाँ मतदाता थपिएका हुन् । यहाँ १८ प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचन क्षेत्र रहेका छन् । रासस

facebook twitter

Dr. Mukul Dhakal
x.com/mukuldhakal

इतिहासको एउटा बिन्दुमा उभिएर हेर्दा प्राप्ति र विध्वंसको हिसाब निकै डरलाग्दो देखिन्छ । हिजो माओवादीको १० वर्षे सशस्त्र युद्धमा १७ हजारले ज्यान गुमाए, तर गत भदौ २३ र २४ को त्यो दुई दिने उत्पातमा ७७ जनाको बलिदानी भयो । अचम्म त के छ भने, १० वर्षको दीर्घकालीन युद्धमा भएको समग्र भौतिक क्षतिभन्दा गत भदौका ती दुई दिनमा भएको सार्वजनिक सम्पत्तिको विनाश निकै भयानक देखिन्छ ।

जुन सिंहदरवार, सर्वोच्च अदालत र संसद् भवनलाई माओवादीले आफ्नो १० वर्षे कालखण्डमा समेत प्रत्यक्ष प्रहार गर्न सकेको थिएन, गत भदौको त्यो आक्रोशले तिनै राज्यका अङ्गहरूलाई कुनै ‘शत्रु देश’ले गर्ने आक्रमण झैँ तहस–नहस बनाइदियो। एउटा शत्रु देशले जे–जे संरचनामा प्रहार गरेर अर्को देशलाई पछाडि धकेल्न खोज्छ, ठ्याक्कै त्यही–त्यही ठाउँमा भएको यो प्रहारले आन्दोलनको चरित्र र नियतमाथि ठुलो प्रश्न उठाएको छ ।

समयको अन्तरालमा अनुहार फेरिएका छन्, तर प्रवृत्ति उस्तै छ । २०६४/६५ का प्रचण्ड र बाबुराम हुन् वा २०८२ का रवि र बालेन– उनीहरूको उदय, ‘पपुलिस्ट’ नारा र समर्थकहरूको ‘रेडिकल’ व्यवहारमा एउटा अनौठो समानता भेटिन्छ । हिजोका ‘मसिहा’ हरूले जे–जे गरेर व्यवस्था बदले, आजका पात्रहरूले पनि प्रविधि र युवा जोशलाई त्यसरी नै प्रयोग गरिरहेका छन् ।

के यो केवल एउटा संयोग मात्र हो ?

वा

एउटै अदृश्य शक्तिबाट निर्देशित कुनै गहिरो ‘डिजाईन’? भविष्यको इतिहासले यसको निर्मम व्याख्या त पक्कै गर्ला, तर इतिहासले ठम्याउनु अघि वर्तमानको मूल्याङ्कनले यो पात्रता र प्रवृत्तिको सत्य पहिचान गर्न सके मात्र देश दुर्घटनाबाट जोगिन सक्छ । देशलाई राम्रो बनाउने नाममा कतै हामी फेरि त्यही पुरानो विनासकै बाटोमा त दौडिरहेका छैनौं ? गम्भीर भएर सोच्ने बेला आएको छ ।

झिंगु नेवा पुचः डुम्रेको अध्यक्षमा सुनिल

भञ्ज्याङ समाचारदाता/डुम्रे

तनहुँको बन्दीपुर गाउँपालिका–१ डुम्रेको झिंगु नेवा पुचःको दशौं साधारण सभा तथा चौथो अधिवेशन सम्पन्न भएको छ । संस्थाका अध्यक्ष पुननारायण श्रेष्ठको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रमको बन्दीपुर गाउँपालिका–१ का वडा अध्यक्ष शिवकुमार श्रेष्ठले उद्घाटन गर्दै विभिन्न जातजाति तथा समुदायले आफ्नो मौलिक संस्कार र संस्कृतिको संरक्षण तथा प्रवर्द्धनमा सक्रिय हुनुपर्नेमा जोड दिए । उनले भने, ‘समुदायको पहिचान जोगाउन सांस्कृतिक संस्थाहरूको भूमिका महत्वपूर्ण रहने छ ।’

कार्यक्रममा नेवा देय दवु जिल्ला अध्यक्ष किसान प्रधान, राजेश पिया, राजेन्द्र पिया लगायतले आ–आफ्ना विचार व्यक्त गरेका थिए ।

यस्तै, दशौं साधारण सभा तथा चौथो अधिवेशनले सुनिल श्रेष्ठको अध्यक्षतामा नयाँ कार्यसमिति सर्वसम्मत रूपमा चयन गरेको छ । समितिको उपाध्यक्षमा तारा पिया, कोषाध्यक्षमा अर्जुन श्रेष्ठ चयन भएको निर्वाचन समितिका संयोजक राजेन्द्र पियाले जानकारी दिए ।

त्यस्तै सदस्यहरूमा सुलभकुमार श्रेष्ठ, रविन्द्र श्रेष्ठ, लक्ष्मण जोशी, शर्मिला श्रेष्ठ र विशाल श्रेष्ठ सर्वसम्मत रूपमा चयन भएका छन्। नव निर्वाचित कार्यसमितिले नेवार समुदायको भाषा, संस्कृति तथा परम्पराको संरक्षण गर्दै संस्थालाई थप सक्रिय बनाउने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेको छ ।

उपभोक्ताहरूले खाद्य वस्तु खरिद गर्दा खाद्य पदार्थको बाहिरी आवारणको लेवलमा खुलाउनु पर्ने अनिवार्य मापदण्ड (उत्पादन मिति, उपभोग्य मिति, व्याच नम्बर, तौल/आयतन, उद्योगको पुरा नाम ठेगाना) हेरेर मात्र खरिद गरौं ।

भञ्ज्याङ पब्लिकेशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित **भञ्ज्याङ राष्ट्रिय दैनिक** पत्रिकाको लागि **सम्पादक** : नारायण खड्का ।
कार्यालय : ब्यास–२, दमौली, तनहुँ । **फोनः** ०६५–५६३९०७, E-mail:- bhanjyangdml@gmail.com, Web : www.bhanjyangnews.com **मुद्रण** :- विज्ञान प्रिन्टर्स दमौली, फोन : ०६५–५६०१२४