राष्ट्रिय दैनिक

समाचार दैनिक

जनकपुर

Email: sdainik99@gmail.com
Website www.esamachardainik.com

वर्ष ७ अंक ९७ २०८२ कात्तिक २१ गते शुक्रवार (7 Nov. 2025) पृष्ठ ४ मूल्य रु. ३।-

विज्ञापनको लागि सम्पर्क
९८५४०२०९२२
९८५४०२५१६४

बालेनविरुद्ध साइबर ब्यूरोमा उजुरी

दैनिक समाचारदाता

काठमाडौं, २० कात्तिक । नेकपा एमाले निकट युवा संघले काठमाडौं महानगरपालिकाका मेयर बालेन्द्र शाह (बालेन) विरुद्ध उजुरी दिएको छ । युवा संघका नेताहरू साइबर ब्युरो पुगेर बालेनविरुद्ध उजुरी दिएका हुन् ।

बालेन शाहले लेखेको स्टाटसले राजनीतिक दलहरूको मानमर्दन गरेको भन्दै युवा संघले उजुरी दिएको हो ।

साइबर ब्यूरो स्रोतका अनुसार, बालेनविरुद्ध उजुरी परेको छ । यद्यपि उक्त उजुरी दर्ताको प्रक्रियामै रहेको साइबर ब्यूरोका एक अधिकारीले जानकारी दिए । मेयर शाहले यही १६ कात्तिक मध्यराति आपत्तिजनक शब्दसहित एक स्टाटस लेखेका थिए । उनले उक्त स्टाटस केहीबेरमै पेजबाट हटाएका थिए ।

जेनजी कुनै पार्टी होइन जनताको आवाज हो: विप्लव

दैनिक समाचारदाता

काठमाडौं, २० कात्तिक । नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (नेकपा) का महासचिव नेत्रविक्रम चन्द्र विप्लवले जनयुद्ध जस्तै जेनजी विद्रोह पनि तुहिने खतरा बढेको बताएका छन् ।

जनताको अवस्था परिवर्तनका लागि लडेको तर जनयुद्धबाट त्यो पार नलगेको भन्दै विप्लवले अहिले जेनजी विद्रोह पनि तुहिन खतरा बढेको बताए ।

सर्वपक्षीय सरकारको माग गर्दै काठमाडौंमा प्रदर्शनपछिको सभामा बोल्दै अध्यक्ष विप्लवले भने, 'हामीले जेनजी युवाहरूलाई धन्यवाद दिनुपर्छ, हाम्रो पार्टीले लडेकै हो तर हाम्ले पार लगाउन सकेका थिएनौं, विभिन्न क्षेत्रबाट लडेका थिए जनताहरू तर जनताले पार लगाउन गाह्रो भएको थियो, जनयुद्ध बीचमै तुहिएको थियो त्यसलाई पार लगाउन सकेको थिएन ।'

उनले शासकको अहंकारले जेनजी विद्रोह विस्फोट भएको बताए । 'भ्रष्टचारहरूले अटेर गर्दै नसुनेपछि, मुर्खता गर्दैगएपछि, जनतालाई यी केही पनि होइनन् जे गरे पनि हुन्छ भन्ने ठान्न थालेपछि , प्रशासन छ, राज्य छ, डण्डा छ, बन्दुक छ, जेल, कानुन छ भनेर मनपरी गरेपछि जेनजी विस्फोट भयो,' उनले ।

जेनजी कुनै पार्टी नभएको बताउँदै विप्लवले पार्टीले गर्न नसकेको काम जेनजीले गरेको भन्दै सबैले धन्यवाद दिनुपर्ने बताए ।

जेनजी विद्रोहले मुलुक नयाँ मोडमा आइपुगेको बताउँदै उनले नेपालमा संसदीय व्यवस्था नराम्रोसँग असफल भएको बताए ।

भ्रष्टाचारको अन्त्य, संसदको विघटन, नयाँ संविधानको पुर्नलेखन, प्रत्यक्ष कार्यकारीको निर्वाचनको माग राख्दै जेनजीहरूले नारा लगाइरहँदा आफ्नो पार्टीले पनि पहिलो दिनदेखि नै समर्थन जनाएको उनले बताए ।

तर, आन्दोलनको दुई दिन पछि बनेको अन्तरिम सरकार हेर्दा जेनजी विद्रोह तुहिने खतरा देखिएको उनको आरोप छ ।

उनले भने, 'जब जेनजीहरू संगठित प्रक्रिया पुरा भइरहेको थिएन नेपालमा जेनजी विद्रोह फेरि असफलतातिर जाने संकेत देखिएको छ, लगभग यदि नयाँ पुस्ताले तुरन्त नयाँ नयाँ कदम चाल्ने स्थिति भएन भने, नेपालका सबै श्रमिक जनताले जेनजीसँग तालमेल मिलाएर अधुरो कामलाई पूरा नगर्ने हो भने लगभग जनयुद्धकै हालतमा, त्यो भन्दा पनि खराब स्थितिमा जेनजी विद्रोह पुग्दैछ ।'

माओवादी जनयुद्ध पछिको परिवर्तनलाई दलालहरूले कब्जा गरेको भन्दै विप्लवले जेनजी विद्रोहपछिको नेपाललाई विदेशी दलालले कब्जा गर्न खोजेको आरोप लगाए । जेनजी विद्रोहपछिको अवस्थामा पनि राज्य संयन्त्र प्रयोग गरेर मुलुकमा केही हुँदैन भन्ने भ्रम फिजाँउन खोजिएको उनको दाबी छ । जेनजी युवाहरूलाई व्यवस्थित भएर लड्न विप्लवको आग्रह छ ।

जनकपुर-ढल्केवर ६ लेन व्यापारिक राजमार्गमा तीन आकाशे पुलको निर्माण सुरु

दैनिक समाचारदाता

जनकपुरधाम २० कात्तिक । मधेश प्रदेशको भौतिक पूर्वाधार र शहरी विकासलाई गति दिने महत्वपूर्ण परियोजनाको रूपमा जनकपुर-ढल्केवर ६ लेन व्यापारिक राजमार्गमा तीन वटा आकाशे पुलको निर्माण कार्य सुरु भएको छ। यससँगै मधेश प्रदेशको राजधानी जनकपुरधाम र आसपासका नगरहरूमा सुरक्षित र आधुनिक सहर निर्माणको बाटो खुलेको छ।

करिब साढे १० करोड रुपैयाँको लगानीमा सडक डिभिजन कार्यालय मुजेलिया जनकपुरधामले आकाशे पुल निर्माणका लागि ठेक्का सम्झौता गरी काम सुरु गरेको हो।

व्यापारिक र यातायातको दृष्टिले अत्यन्त व्यस्त जनकपुर-ढल्केवर सडकखण्डमा पैदल यात्रुहरूको अत्यधिक चापका कारण हुने दुर्घटनालाई न्यूनीकरण गर्न यी पुलहरू महत्वपूर्ण मानिएका छन्।

क्षिरेश्वरनाथ नगरपालिकाको महिला विकास चोक र सखुवा चोकमा गरी दुई वटा तथा लक्ष्मीनिया गाउँपालिकाको बजार चोकमा एक वटा पुल निर्माण हुने जनाइएको छ।

महिला विकास चोकको आकाशे पुल ३ करोड ३५ लाख, सखुवा चोकको ३ करोड ५७ लाख, र लक्ष्मीनियाको ८८३ करोड ४२ लाख रुपैयाँ (भ्याटसहित)८८को लागतमा दुई निर्माण कम्पनीले कार्य अगाडि बढाएका छन्, सडक डिभिजन कार्यालयका प्रमुख इञ्जिनियर दरोगा प्रसादका अनुसार।

यसै आर्थिक वर्षको असार मसान्तभित्र निर्माण सम्पन्न गर्ने लक्ष्यसहित ती पुलहरू ५.६ मिटर उचाइ, २९.४ मिटर लम्बाइ र ३ मिटर चौडाइका हुनेछन्। साइट इञ्जिनियर उज्जवल झाका अनुसार, "यी संरचनाहरू पूर्णरूपमा पैदल यात्रु-मैत्री र आधुनिक मापदण्डअनुसार बन्नेछन्।"

जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय धनुषाका प्रमुख प्रहरी निरीक्षक सूर्यबहादुर शाहीका अनुसार, पूर्व-पश्चिम लोकराजमार्ग हुँदै मधेश प्रदेशको राजधानीमा प्रवेश गर्ने यो सडकमा आकाशे पुल बनेपछि सवारी दुर्घटनामा उल्लेखनीय कमी आउने अपेक्षा गरिएको छ।

"हाटबजार, विद्यालय र आवासीय क्षेत्र नजिकै भएका कारण सडक काट्दा धेरै दुर्घटना हुने गर्थ्यो, अब स्थानीयवासीलाई ठूलो राहत मिल्नेछ," क्षिरेश्वरका स्थानीय विनय साहले भने।

प्रदेश विकासको सन्देश

यी आकाशे पुलहरू केवल भौतिक संरचना होइनन् – ती मधेश प्रदेशको विकसित र सुरक्षित सहरको सपना साकार गर्ने प्रतीक हुन्।

राजधानी जनकपुरधाममा बढ्दो सहरिकरण, व्यापारिक चहलपहल र प्रदेशीय गतिविधिलाई सन्तुलित र व्यवस्थित बनाउने दिशामा सरकारले लिएको यो कदम विकासको नयाँ उदाहरण बनेको छ।

राजमार्गमा तीव्र गतिमा चल्ने सवारीसाधनबीच पैदल यात्रुका लागि सुरक्षित बाटो सुनिश्चित हुनु, प्रदेश सरकारको "सुरक्षित सहर, समुन्नत प्रदेश" दृष्टिकोणसँग मेल खान्छ। यी परियोजनाहरूले जनकपुरधामलाई मधेश प्रदेशको 'स्मार्ट सिटी' लक्ष्यतर्फको आधारशिला बनाउने अपेक्षा राखिएको छ।

आर्थिक र सामाजिक लाभ

राजमार्गको सहज र सुरक्षित आवागमनले स्थानीय बजार, विद्यालय र स्वास्थ्य सेवा सहज बनाउने छ।

व्यापारिक गतिविधि बढ्ने, दुर्घटनाबाट हुने क्षति घट्ने र पैदल यात्रुको जीवनस्तरमा प्रत्यक्ष सुधार आउनेछ।

स्थानीयहरूका अनुसार, यसले प्रदेशको आन्तरिक पर्यटन र लगानी वातावरणलाई पनि सुदृढ बनाउनेछ। जनकपुर-ढल्केवर व्यापारिक राजमार्गमा सुरु भएका यी तीन आकाशे पुलहरूको निर्माण मधेश प्रदेशको शहरी र आर्थिक रूपान्तरणतर्फको सानो तर अर्थपूर्ण कदम हो।

सुरक्षित आवागमन, व्यवस्थित सहर र सुशासनका माध्यमबाट मधेशले आफूलाई दिगो विकासको बाटोमा अघि बढाउँदैछ।

सचेत उपभोक्ता बनौं

सामान खरिद गर्दा देहायका विषय एकिन गरौं,

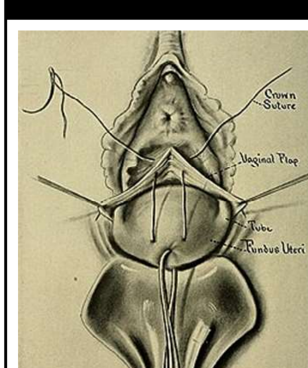
- उत्पादकको नाम, ठेगाना र दर्ता नम्बर,
- वस्तुको उत्पादन र उपभोग गरिसक्नुपर्ने मिति,
- आयातिक वस्तुको हकमा आयातकर्ताको नाम, ठेगाना,
- वस्तुमा भएको मिश्रण, तौल र परिमाण।
- वस्तुको अधिकतम् बिक्री मूल्य,
- गुणस्तर निर्धारण भएको वस्तुको हकमा त्यस्तो वस्तुको गुणस्तर,
- वस्तुको प्रयोग गर्ने तरीका र प्रयोग गर्नु पूर्वको सावधानी ।

सामान खरिद गर्दा सकेसम्म बैंकिङ माध्यमबाट भुक्तानी गरौं

भुक्तानी गरेको मूल्य बराबरको बिल अनिवार्य लिऔं !

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

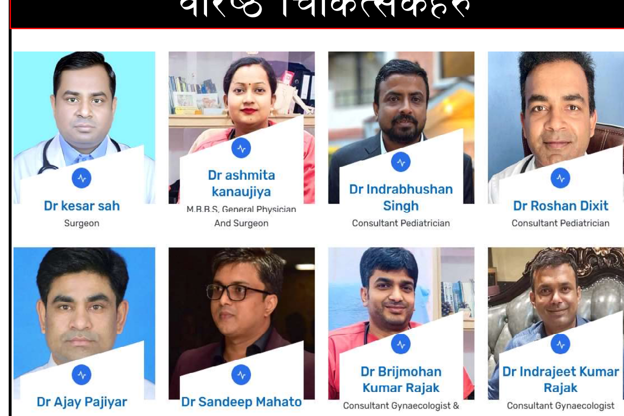
अब अनलाइनबाट बुकिङ्गको सुविधा



- पाठेघरको असामान्य रक्तस्राव
- इन्डोमेट्रिओसिस
- रजोनिवृत्ति
- पिल्भिक दुखाइ
- डिस्मेनोरिया (पीडादायी महिनावारी)
- पीडादायी यौनसम्पर्क
- स्त्री रोग तथा प्रसुती सम्बन्धी रोग
- बाल रोग
- बाँझपनको उपचार
-दुखाई बिनाको सुत्केरी

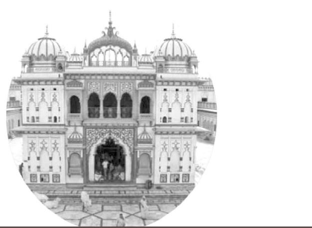
को लागि उपचार गराउन चाहनुहुन्छ भन्ने अनलाइनबाटै बुकिङ्गको लागि
www.divyaclinicjanakpur.com

वरिष्ठ चिकित्सकहरु



दिव्या क्लिनिक एण्ड डाइग्नोष्टिक सेन्टर
जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका वडा नं. १०,
Phone :9861147201

नैना होस्पिटल प्रा.लि.
जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका वडा नं. ८ रामानन्द चौक,
Phone :977041 591035
9801674020



सम्पादकीय

आत्मनिर्भर अर्थतन्त्रतर्फको संकेत

मधेश प्रदेश सरकारले चालु आर्थिक वर्ष २०८२/८३ को पहिलो त्रैमासमै दुई अर्ब ४२ करोड रुपैयाँभन्दा बढी राजस्व संकलन गर्न सफल भएको समाचार उत्साहजनक छ। यो तथ्याङ्कले प्रदेश सरकारको आर्थिक अनुशासन, प्रशासनिक क्षमता र वित्तीय व्यवस्थापनमा आएको सुधारलाई प्रष्ट पार्छ। संघीयताको अभ्यासमा प्रवेश गरेपछि मधेश प्रदेशले पहिलोपटक राजस्व संकलनमा यस्तो उपलब्धि हासिल गर्नु केवल संख्यात्मक प्रगति होइन, बल्कि आर्थिक आत्मनिर्भरता तर्फको सार्थक कदम पनि हो।

यो उपलब्धि तीन महिनाभित्रै हासिल गर्नुले देखाउँछ कि मधेश प्रदेशको कर प्रशासनले गत वर्षहरूमा अपनाएको सुधारात्मक दृष्टिकोण सही दिशामा अघि बढिरहेको छ। डिजिटल कर प्रणालीको विस्तार, लेखा व्यवस्थामा पारदर्शिता र स्थानीय तहहरूसँगको सहकार्यले राजस्व संकलनको दायरा विस्तार गर्न मद्दत पुर्‍याएको छ। सवारी दर्ता, चालक अनुमतिपत्र, व्यवसाय दर्ता र अन्तशुल्कजस्ता कर शीर्षकहरूमा देखिएको उल्लेखनीय वृद्धि यसैको परिणाम हो।

सबैभन्दा बढी आम्दानी मूल अभिवृद्धि कर (VAT) बाट भएको छ, जुन १ अर्ब २३ करोडभन्दा बढी छ। त्यसपछि अन्तशुल्क कर, सवारी साधन कर र सवारी दर्ता शुल्कजस्ता शीर्षकहरूबाट प्राप्त आम्दानीले पनि राजस्व संरचनाको मुख्य हिस्सा ओगटेका छन्। यसले मधेशको अर्थतन्त्रमा यातायात, व्यापार र सेवाक्षेत्रको प्रधानता स्पष्ट देखाउँछ। तर यस संरचनाले कृषि, उद्योग र वन क्षेत्रजस्ता उत्पादनमूलक क्षेत्रहरूमा राज्यको ध्यान अझै सीमित रहेको संकेत पनि दिन्छ।

मधेश प्रदेशको आर्थिक आत्मनिर्भरता सुनिश्चित गर्न केवल कर संकलन वृद्धि पर्याप्त छैन। राजस्व स्रोतहरूको विविधीकरण र उत्पादनमूलक क्षेत्रहरूमा लगानीको प्रवाह आवश्यक छ। प्रदेशको अर्थतन्त्र अझै पनि संघीय अनुदान र केन्द्रबाट आउने हस्तान्तरणमा निर्भर छ। यस्तो अवस्थामा आन्तरिक राजस्वबाटै विकास योजना सञ्चालन गर्न सक्ने क्षमता बनाउनु दीर्घकालीन आत्मनिर्भरताको मार्ग हो।

तर यो उपलब्धि बीच पनि केही चुनौतीहरू उस्तै छन्। आगामी त्रैमासमा मौसमी कारणले कर संकलनमा उतारचढाव आउन सक्छ। संघीय सरकारले अनुदान वितरणमा ढिलाइ गरे प्रदेशको खर्च प्रणाली प्रभावित हुन सक्छ। त्यस्तै, निजी क्षेत्रको लगानी र उत्पादनशक्ति विस्तारमा नीतिगत अनिश्चितता रहिरहे मधेश प्रदेशको आर्थिक वृद्धि स्थायी बन्न सक्दैन।

अब आवश्यक छ – मधेश प्रदेश सरकारले छोटो अवधिको कर उपलब्धिमा मात्र सन्तुष्ट नभई दीर्घकालीन आर्थिक नीति तयार गरोस्। कृषि, उद्योग र सेवाक्षेत्रलाई कर प्रोत्साहन र लगानी सुरक्षाको वातावरण दिएर अर्थतन्त्रको आधार सुदृढ पार्नुपर्छ। त्यसका लागि पारदर्शिता, जवाफदेहिता र करदातासँगको विश्वास कायम गर्नु अपरिहार्य छ। पहिलो त्रैमासको सफलता मधेश प्रदेशका लागि प्रेरणादायी हो। यसले देखाएको आर्थिक अनुशासन र प्रशासनिक प्रतिबद्धता निरन्तरता पाउँछ भने मधेशले निकट भविष्यमा आत्मनिर्भर अर्थतन्त्रको रूप लिन सक्छ। प्रदेशले अब आफ्नो राजस्व प्रणालीलाई जनमुखी, पारदर्शी र दिगो बनाउँदै संघीय नेपालको आर्थिक सन्तुलनमा सशक्त योगदान दिने अवसर पाएको छ।

मधेश प्रदेशको राजस्व उपलब्धि कुनै आकस्मिक परिणाम होइन, निरन्तर सुधार र जिम्मेवारीपूर्ण वित्तीय व्यवस्थापनको नतिजा हो। यसलाई स्थायित्व र समावेशी विकासको दिशामा रूपान्तरण गर्न सके मात्र मधेशको आर्थिक मुक्ति सम्भव हुनेछ।

नवयुवा विद्रोह के हो ? अब जाने कता हो ?

सङ्गीत स्रोता

नेपालको सामाजिक एवम् अर्थ-राजनीतिक कारणहरुले निम्त्याएको सङ्कटको विस्फोट हो, २३-२४ भदौको विद्रोह । २०७२ को संविधान निर्माणपछि जनअपेक्षा पूरा हुन सकेन । राजनीतिक स्थिरता, भ्रष्टाचार नियन्त्रण, रोजगारीको सिर्जना, उद्यमशीलता प्रवर्द्धन र समृद्धिको सुरुवात हुने अपेक्षाको उल्टो प्रमुख तीन पार्टी कांग्रेस, एमाले, माओवादी र तिनका मुली नेता 'म्युजिकल चेयर' खेलझैं सत्तामा बस्ने र आमजनलाई अपमानित गर्ने काम गरिरहे ।

जुन सरकार आए पनि कुशासन, नातावाद, घुसखोरी, नीतिगत भ्रष्टाचारमा निर्लिप्त भयो । त्यसविरुद्धको प्रतिरोध पटकपटक सडकमा प्रकट भइरहेको थियो । नेकपा (नेकपा)को शासनकालदेखि किसान आन्दोलन, मिटरब्याजविरुद्ध आन्दोलन, बैंक-वित्तीय संस्थाको शोषणविरुद्ध आन्दोलन, जातव्यवस्थाविरुद्ध आन्दोलन, नागरिक आन्दोलन, साम्राज्यवादी हस्तक्षेपविरुद्ध आन्दोलन चलिरहेकै थिए । यी सबैको उत्कर्ष भदौ २३-२४ को बानेश्वर विद्रोह हो ।

संविधानअनुसार नेपाली राज्य औपचारिक रुपमा समाजवादोन्मुख (समावेशी, लोकतान्त्रिक, संघीय गणतान्त्रिक, धर्मनिरपेक्ष) थियो्छ । नेपाली समाजको अधिरचनामा आएको यो महत्त्वपूर्ण फेरबदल थियो । उत्पादन-सम्बन्धले पनि २००७ साल र त्यसयता पटकपटकका क्रान्ति एवम् क्रमिक विकासको बाटो हुँदै पुँजीवादी ढाँचामा आकार ग्रहण गर्दै गएको हो । अर्थात् नेपाली समाज पिछडिएको, परनिर्भर तर पुँजीवादी समाज हो । पुँजीवादी राज्यमा आर्थिक विषमता, बेरोजगारी, महँगी, भ्रष्टाचार, कुशासन मूलप्रवृत्ति हुने गर्छ ।

यही व्यवस्थाभित्र पनि राज्यले संविधानको भावनाअनुसार आर्थिक लोकतन्त्रका क्षेत्रमा न्यूनतम काम गर्न सक्थ्यो । उत्पादनका क्षेत्रलाई प्राथमिकता दिन सक्थ्यो, रोजगारी सिर्जनाका क्षेत्रमा क्रियाशीलता देखाउन सक्थ्यो, उद्यमशीलतालाई प्रवर्द्धन गर्न सक्थ्यो । त्यस्तो देखिएन । राज्यका निकायमा सुशासन कायम गर्न सक्नुपर्थ्यो, सार्वजनिक क्षेत्रमा सहज सेवाप्रवाहसहित भ्रष्टाचारमुक्त र जनमुखी प्रशासन चलाउनुपर्थ्यो ।

सरकारका कामहरु पारदर्शी र जनउत्तरदायी हुन सक्नुपर्थ्यो । तर, राज्य र राजनीतिक दलको चरित्र यी सबैको ठीक उल्टो दिशामा थियो । फलतः बेरोजगारी, महँगी, आर्थिक असमानता, भ्रष्टाचार, स्वेच्छाचारी शासनका कारण बढ्दै गएको जनआक्रोश जेनजी नवयुवाको पहलमा उम्लियो र त्यसले बानेश्वर विद्रोहको रुप लिएको हो ।

नवयुवाको आह्वानमा सुरु भएको विद्रोहलाई आफ्नो स्वार्थको अनुकूलतामा ढाल्न प्रतिगामी शक्ति, संसदमा प्रतिनिधित्व गर्ने परम्परावादी पार्टी र कतिपय बाह्य शक्तिले समेत पन्जा घुसाउन खोजेको तथ्य विभिन्न सूचनाले पुष्टि गर्दै गएका छन् । तर, यी घुसपैठका प्रयत्न कारक थिएनन्, परिणति थिए ।

नेपाल राज्यमा राणाकालदेखि ठूल्ठूला षड्यन्त्र र रहस्यमै रहेका 'हत्याकाण्ड' हुँदै आएको इतिहास छ । त्यसले 'षड्यन्त्रको सिद्धान्त'मा विश्वास गर्ने पंक्ति यहाँ छ्यास्छ्यास्ती पाइन्छन् । तर, भदौ २३-२४ को विद्रोह निम्नमध्यम, मध्यम वर्गकाका नेपाली नवयुवाको राज्यविरुद्धको आक्रोश मुख्य हो । यसको कारक भ्रष्ट परिपाटीभित्र खोज्नुपर्छ, षडयन्त्रका सिद्धान्तभित्र होइन ।

विद्रोहको मुख्य सीमा थियो- सुसङ्गठित पहलकदमी नहुनु, दीर्घकालिक र सुविचारित लक्ष्य नहुनु र सुदृढ नेतृत्व नहुनु । यही सीमाका कारण यसको परिणति प्रणालीगत परिवर्तनसम्म पुग्न सक्दैनथ्यो । सकेन । सुसङ्गठित र सुविचारित नभएकै कारण यो उभारले दमनकारी सरकार बदल्यो, राज्य बदल्ने बाटो भेटेन । पात्रहरु पल्ट्याइदियो, तर प्रणालीका बाधाहरु पल्टाएन ।

भ्रष्ट पार्टीहरुलाई छेउ लगाइदियो, तर प्रवृत्ति सुधार्ने खाका दिएन । एकथरी शासकहरु लखेट्यो, तर शासनको नयाँ रुप खोजेन । यो विद्रोहपछि तीन वटा असफलता सतहमा खुलस्त उद्घाटित भएका छन्ः १. विद्यमान राजनीतिक व्यवस्था चरम सङ्कटमा छ, नाजुक छ, २. व्यवस्थाका 'पहरेदार' दलहरु सङ्कट टार्न असफल छन्, विघटित हालतमा छन्, र ३. 'वैकल्पिक' र नयाँ भनिएका सङ्गठनहरुको भूमिका अपर्याप्त र अस्पष्ट छ ।

अहिलेको अवस्था के छ ?

नेपाली राजनीतिमा लोकतन्त्र स्थापनाका लागि चलेको लडाइँको पहिलो अध्याय सकिएको छ र हामी २०७२ सालको संविधान निर्माण सँगसँगै इतिहासको नयाँ अध्यायमा छौं । नेपाली जनताले लोकतान्त्रिक राज्य र समाजको खोजी सुरु गरेको झण्डै एक शताब्दीअघि हो । इस्वी संवत्को बिसौं शताब्दीको चौथो दशक (सन् १९३०) आसपासमा काठमाडौं उपत्यकाभित्रको बौद्धिक नागरिक (त्यस समयका प्रजा) पंक्तिमा राजनीतिक जागरण सुरु भएको थियो । प्रचण्ड गोरखा, प्रजा परिषद्, नागरिक अधिकार समिति लगायतका थुप्रै राजनीतिक प्रकृतिका सङ्गठन गठनको पृष्ठभूमिमा १९९७ सालको सहिद पर्व भयो ।

त्यसपश्चात् क्रमशः नेपाली काङ्गेस, नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी आदि स्थापित भए र अन्ततः २००७ सालमा राणशाहीको अन्त्य र पुँजीवादी प्रजातन्त्रको सुरुवाती स्थापना भयो । त्यसयता २०३६, २०४६, २०५२-६२, २०६२-०६३ का पटकपटकका आन्दोलन र विद्रोहले पुँजीवादी लोकतन्त्रकै विस्तार गरेका हुन्, जुन २०७२ को संविधान निर्माणमा बिट मारिएको थियो । लोकतन्त्र स्थापनाको पौने शताब्दी लामो यो पहिलो चक्रको समीक्षा गर्ने र नयाँ अध्यायको थालनी गर्ने दायित्व नवयुवासहित आजका राजनीतिकर्मीका काँधमा छ । २३-२४ भदौको बानेश्वर विद्रोहले नेपालको समग्र लोकतान्त्रिक राजनीतिक आन्दोलनको समीक्षासहित दोस्रो अध्यायको थालनी गर्नुपर्ने आवश्यकतालाई नै पुनर्पुष्टि गरेको छ । यो विद्रोहले औपचारिक लोकतन्त्र मात्रै होइन, सुशासनको प्रत्याभूति खोजेको छ ।

अहिले मुलुकको राजनीति अत्यन्तै तरल अवस्थामा छ । अनिश्चय समाजको मूलप्रवृत्ति जस्तो देखिन्छ । अन्तर्यमा खास गरेर पुँजीपति वर्ग र गरिखाने वर्ग (धयचपष्लन अबिकक) को टकराव छ तर राजनीतिक सतहमा मुख्य तीन प्रवृत्ति क्रियाशील छन् । पहिलो प्रवृत्ति, पुरातनवादी शक्ति, जो राजतन्त्र पुनर्स्थापना, हिन्दु राज्य स्थापना, सङ्घीयताको खारेजी जस्ता नाराहरु दिन्छ । दोस्रो प्रवृत्ति, परम्परावादी राजनीतिक पार्टीले प्रतिनिधित्व गर्छ, जो भर्खरै शासनसत्ताबाट बाहिर परेको छ । मूल नेतृत्व भ्रष्ट छ र जनताबाट तिरस्कृत छ तर यो प्रवृत्ति बढी सशक्त र सङ्गठित छ । तेस्रो प्रवृत्ति, यो प्रवृत्ति नवयुवा उभारको पक्षमा उभिन्छ । विकल्पको बाटो वा नयाँ बाटो खोज्दैछ तर बढी नै असङ्गठित छ । यसमा नवउदारवादीदेखि वाम वा समाजवादीसम्म छरिएका छन् । गरिखाने वर्ग (धयचपष्लन अबिकक) असङ्गठित ढङ्गले यही प्रवृत्ति वरपर छ, जसलाई पुराना प्रवृत्तिले पुनःसङ्गठित गर्न सक्दैन ।

अब गर्नुपर्ने के हो ?

आज हामीलाई नयाँ राजनीतिक अभियान र नयाँ सङ्गठन (पार्टी) निर्माणको खाँचो छ, जसले विद्यमान व्यवस्थाको विकल्प दिन सकोस्, जसले आन्दोलनलाई सुन्दर भविष्यको दिशा दिन सकोस् ! नवयुवा विद्रोह भ्रष्टाचारका विरुद्धमा र सुशासनका पक्षमा थियो । भ्रष्टाचारको समूल अन्त्य र सुशासनको स्थापना पुँजीवादी प्रणालीको विकल्पमा पुगेर मात्रै हुन सम्भव छ ।

त्यसलाई सम्भव पार्न सोच, शैली, सपना, सङ्गठन र संस्कार-संस्कृतिका क्षेत्रमा नवीन र उन्नत ढङ्गले काम गर्ने नवयुवाहरुसहितको पहलकदमी अहिलेको युगीन आवश्यकता हो । नवीन र उन्नत ढङ्गले काम गर्नु भन्नुको अर्थ के हो त ? यसको अर्थ वैज्ञानिक ढङ्गले पुष्टि भएका दर्शन, सिद्धान्त, ज्ञानविज्ञान, विश्लेषण विधि वा प्रयोग पद्धतिलाई त्याग्नु भनेको होइन । त्यसको अर्थ हो- एक, यसअघिका राजनीति र आन्दोलनमा देखिएका सोच (दर्शन/सिद्धान्त), सङ्गठन (पार्टी) र संस्कारका कमीकमजोरी पहिल्याउनु; दुई, वैज्ञानिक ढङ्गले समाजको अद्यावधिक विश्लेषण गर्नु; तीन, सही दृष्टिकोण, कार्यदिशा र रणनीति-कार्यनीति निर्धारण गर्नु; चार, मौलिक र उन्नत तरिकाले सिद्धान्तनिष्ठ सङ्गठन निर्माण गर्नु र पाँच, निरन्तर वैचारिक सङ्घर्ष तथा सांस्कृतिक जागरण सञ्चालन गर्नु ।

नवनिर्माणको परिकल्पना बोकेका आँटिला, हिम्मतिला, उन्नत र समर्पित जोधाहा युवा अब नयाँ सङ्गठन (पार्टी) निर्माणमा कटिबद्ध हुन आवश्यक छ । नेपालका गरिखाने वर्ग (धयचपष्लन अबिकक) सँगसँगै कर्मशील र उद्यमशील पंक्तिलाई नयाँ सपनामा सङ्गठित गर्नका लागि माथि उल्लेखित तेस्रो पंक्तिभित्र विभिन्न कोसिस चलिरहेको छ । पार्टी निर्माणको कामसँगसँगै यस पंक्तिभित्रको प्रगतिशील खेमाबीच तत्कालीन मुद्दामा राजनीतिक सहकार्य र मोर्चाबन्दीको सम्भावना पनि खोजी गर्नु आवश्यक छ । त्यसो गर्दा जेनजी विद्रोहको म्यान्डेटअनुसार एक, भदौ २३ का दमनकारीलाई कारबाही गर्ने, दुई, भदौ २४ को विध्वंसको घुसपैठको छानबिन गर्ने, तीन, सबैखाले भ्रष्टाचारको अनुसन्धान गर्ने र चार, संविधानको प्रगतिशील पुनर्लेखन गर्ने प्रमुख चारवटा मागको वरपर ध्रुवीकृत र मोर्चाबद्ध अभियान सञ्चालन गर्न सकिन्छ ।

आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरू

एम्बुलेन्स

मिथिला युवा समाज नेपाल	९८४४१०४३४४,०४१-५२८९०६
श्री गणेश युवा कमिटी	९८०१६२५४२४,९८५४०२७७०३
श्री विश्वकर्मा युवा कमिटी	९८१५८९४४९५,९८१२०९२४८५
सिर्जनसिल युवा परिवार (वीरेन्द्र बजार)	९८४४९९०५,९८०४८०५६४३
माँ सहयोगी नेपाल (देवडिहा-१)	९८०१६०४३८९
नव मिथिला युवा कमिटी	९८५४०२८३०३,९८०७८९९८८१
मिथिला स्वास्थ्य सहकारी संस्था	९८५४०२२४७४,९८०१६२२४७४
रामानन्द युवा क्लव	९८०४८२७४०५
एम्बुलेन्स रेडक्रस	१०२,०४१-५२०८७०
मिथिलाञ्चल विकास केन्द्र एम्बुलेन्स	९८१५८९३००५,०४१-५२५४४८
धनुषा अस्पताल पा.लि.	५२४७७०, ५२५८००

प्रहरी कार्यालय

जिल्ला प्रहरी कार्यालय	०४१-५२००९९,१००
सशस्त्र प्रहरी बल मुजेलिया	०४१-५२७९०५,५२७२१३
सुरक्षा गुल्म जनकपुर ब्यारेक	०४१-५२६५८६
ट्राफिक प्रहरी कार्यालय जिरोमाइल	०४१-५२०३६६
जानकी प्रहरी चौकी जानकी चौकी	०४१-५२०३४४
इलाका प्रहरी कार्यालय स्टेशन	०४१-
मुजेलिया प्रहरी चौकी	०४१-५२०७५०
हनुमान नगर प्रहरी चौकी	
प्रहरी चौकी बलवा टोल	

अस्पतालहरू

जनकपुर अञ्चल अस्पताल	०४१-५२००३३
जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय	०४१-५२०६२८, ५२६२७१
धनुषा अस्पताल पा.लि.	५९०८००, ५२५८००
आँखा अस्पताल	०४१-५२०३९७
बछार प्रसुति केन्द्र	५२२४५७

महत्वपूर्ण कार्यालयहरू

जनकपुर उपमहानगरपालिका	०४१-
बरुण यन्त्र जउमनपा	०४१-५२००११
बस पार्क	०४१-५२०९९८
जनकपुर विमान स्थल	०४१-५२००४४
बुद्ध एयर	०४१-५२५०२१, ५२५०२२
यति एयर	०४१-५२५००४७, ५२५०२२
विद्युत फयुज शाखा	०४१-५२०१५१
जानकी केवुल	०४१-५२३७२८
शाह केबुल	०४१-५२४७२२

समाचार दैनिक
जनकपुर

बिहानको खाजा किन आवश्यक छ ?

दिपु सिंह राजपुत

बिहानको खाजा, जसलाई अंग्रेजीमा 'ब्रेकफास्ट' भनिन्छ, यसको अर्थ नै हो, 'रातको लामो उपवास तोड्नु।' जब हामी रातभर सुत्छौँ, शरीरले ७-८ घण्टा कुनै पनि पोषण वा ऊर्जा पाउँदैन। बिहान उठ्दा शरीरलाई पुनः ऊर्जा, ग्लुकोज र पोषक तत्त्वको आवश्यकता हुन्छ। त्यसैले बिहानको खाजा हाम्रो स्वास्थ्य, ध्यान, कार्यक्षमता र मानसिक सन्तुलनका लागि अत्यन्तै जरुरी हुन्छ।

१. ऊर्जा प्राप्तिको प्रमुख स्रोत

बिहानको खाजाबाट शरीरले दैनिक गतिविधि गर्न आवश्यक ऊर्जा पाउँछ। रातभर हाम्रो शरीरले मर्मत र पुनःनिर्माणको काम गर्छ, जसका लागि ग्लुकोज प्रयोग हुन्छ। बिहान उठेपछि शरीरको ग्लुकोज स्तर घटिसकेको हुन्छ, त्यसलाई पुनः सन्तुलनमा ल्याउन खाजा आवश्यक हुन्छ।

यदि बिहान खाजा नखाइ काममा निस्कियो भने शरीरमा ऊर्जा अभाव हुन सक्छ, जसले थकान, सुस्तता र कार्यक्षमतामा कमी ल्याउँछ। विद्यार्थी, श्रमिक, शिक्षक वा अफिसमा काम गर्ने जो कोहीका लागि पनि पर्याप्त ऊर्जा अनिवार्य हुन्छ।

२. मस्तिष्कको कार्य सुधार

हाम्रो मस्तिष्कले शरीरको कुल ऊर्जा उपभोगको करिब २०% हिस्सा प्रयोग गर्छ। जब हामी बिहान खाजा खान्छौँ, त्यसले ग्लुकोज प्रदान गर्छ – जुन मस्तिष्कको प्रमुख इन्धन हो।

खाजा नखाई विद्यालय वा अफिस जाने व्यक्तिहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्न कठिनाइ, निर्णय क्षमतामा कमी, झर्कोपन, तथा बिर्सने प्रवृत्ति बढ्न सक्छ। त्यसैले विद्यार्थी वा मानसिक श्रम गर्ने व्यक्तिहरूका लागि बिहानको खाजा झन् महत्वपूर्ण हुन्छ।

३. शरीरको मेटाबोलिज्म सन्तुलनमा राख्ने

बिहान खाजा खाँदा शरीरको मेटाबोलिज्म (पाचन तथा ऊर्जा उत्पादन प्रक्रिया) सक्रिय हुन्छ। जब बिहान खाजा छोडिन्छ, शरीर ले त्यसलाई "उपवास" अवस्था मानेर ऊर्जा बचत मोडमा जान्छ, जसले क्यालोरी जल्ने दर घटाउँछ।

नियमित रूपमा खाजा खाने बानीले शरीरलाई नियमित समयमा पोषण दिन्छ, जसले पाचन प्रणालीलाई सन्तुलित राख्छ। यसले तौल नियन्त्रणमा पनि सहयोग गर्छ।

४. मोटोपन र मधुमेह नियन्त्रणमा सहयोगी

धेरै अनुसन्धानले देखाएको छ कि बिहान खाजा नखाने मानिसहरूमा मोटोपन र टाइप-२ मधुमेहको सम्भावना बढी हुन्छ। जब बिहान खाजा नखाइ दिउँसो वा बेलुका अत्यधिक खाने गरिन्छ, शरीरमा ग्लुकोजको मात्रा अचानक बढ्छ, जसले इन्सुलिनको असन्तुलन ल्याउँछ।

खाजा खानाले रक्तमा ग्लुकोजको स्तर स्थिर राख्छ र अनावश्यक भोक नियन्त्रण गर्छ। यसरी बिहान खाजा खाने बानीले मोटोपन घटाउन र मधुमेह नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्छ।

५. मुटु स्वास्थ्यमा लाभदायक

बिहान खाजा छोड्ने बानी मुटुसम्बन्धी रोगसँग पनि सम्बन्धित पाइन्छ। ज्बचखबचम क्अजयर्या एगदष्अि ज्भबतिज को अनुसन्धान अनुसार, बिहान खाजा नखाने पुरुषहरूमा हृदयघातको जोखिम २७% बढी हुन्छ।

खाजा खानाले शरीरमा कोलेस्ट्रोलको स्तर सन्तुलित राख्न र रक्तचाप नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्छ। विशेषगरी फाइबरयुक्त खाना (जस्तै ओट्स, फलफूल, सम्पूर्ण अन्न) बिहानको खाजामा प्रयोग गर्दा मुटुको स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव पार्छ।

६. मनोवैज्ञानिक र मानसिक सन्तुलन

भोक र मनोभावनाबीच सीधा सम्बन्ध हुन्छ। बिहान खाजा नखादा शरीरमा सुगरको स्तर घट्छ, जसले तनाव, रिस, चिन्ता र चिडचिडापन बढाउँछ।

अर्कोतर्फ, पौष्टिक खाजा खाँदा शरीरमा सेरोटोनिन र डोपामिनजस्ता "जबउउथ जयचकयलभक" बढ्छन्, जसले दिनभरको मूड सन्तुलित राख्छ।

७. विद्यार्थी र बालबालिकाका लागि झन् महत्वपूर्ण

बालबालिका र किशोरहरूको शारीरिक वृद्धि तीव्र हुन्छ, त्यसैले उनीहरूलाई अधिक पोषक तत्त्व र ऊर्जा चाहिन्छ। बिहान खाजा खाएका विद्यार्थीहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्ने क्षमता, स्मरण शक्ति र सिकाइ कौशल उच्च हुने विभिन्न अध्ययनहरूले देखाएका छन्।

स्कूल नजाने बच्चाले पनि बिहान फलफूल, दूध, अन्नजस्ता पौष्टिक वस्तुहरू सेवन गरेमा उनीहरूको मानसिक विकासमा ठुलो फाइदा हुन्छ।

८. काम गर्ने वयस्कहरूका लागि लाभ

वयस्क मानिसहरू प्रायः हतारमा बिहान घरबाट निस्किन्छन् र खाजा खान भ्याउँदैनन्। यसले उनीहरूको कार्यक्षमता घटाउँछ र दिनभर थकान महसुस हुन्छ।

नियमित खाजा खाने बानीले शरीरलाई आवश्यक पोषण, भोक नियन्त्रण र मानसिक फुर्तिलोपन प्रदान गर्छ। अफिसमा ध्यान केन्द्रित गर्न सजिलो हुन्छ र कार्यमा उत्पादकता बढ्छ।

९. राम्रो खाजामा के-के समावेश गर्नुपर्छ?

बिहानको खाजामा कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, भिटामिन र फाइबर सन्तुलित रूपमा हुनुपर्छ। केही उपयुक्त विकल्पहरू यसप्रकार छन्

अन्न वा ओट्स: उर्जा दिने मुख्य स्रोत

फलफूल: भिटामिन र एन्टिअक्सिडेन्टका लागि

दूध वा दही: प्रोटिन र क्याल्सियमका लागि

अण्डा, दाल वा सोया: मांसपेशीका लागि प्रोटिन

नट्स वा चिया/कफी (सिमित मात्रामा): मानसिक जागरुकता बढाउन

सकभर प्रसंस्कृत खाना, बढी बोसो वा चिनी भएको खाना परित्याग गर्नुपर्छ।

१०. बिहानको खाजा छोड्दा के हुन्छ?

यदि हामीले नियमित रूपमा बिहान खाजा छोड्यौं भने यसका केही नकारात्मक असरहरू देखापर्न सक्छन् –

१. ऊर्जा कमी र सुस्तता
२. ध्यान केन्द्रित गर्न कठिनाइ
३. पाचन समस्या
४. दिनभर बढी खाने बानी
५. तौल बढ्ने सम्भावना
६. मुटु र सुगरसम्बन्धी रोगको जोखिम

यसका कारण बिहानको खाजालाई हल्का रूपमा लिएर छोड्नु स्वास्थ्यका दृष्टिले गम्भीर गल्ती हो।

११. नेपाली परम्परागत खाजाको उदाहरण

नेपाली घरपरिवारमा बिहान दुधचिया, ढिडो, दलिया, चिउरा-दही, फलफूल, अण्डा, आलु-तरकारी वा पराठाजस्ता भोजन सेवन गर्ने चलन छ। यी सबैमा स्थानीय पोषण तत्व पाइन्छ।

ग्रामीण क्षेत्रमा मकैको भुटो, सत्तु वा गहुँको दलिया पनि निकै लाभदायक खाजाको रूपमा प्रयोग हुन्छ। यी घरेलु परिकारले शरीरलाई प्राकृतिक ऊर्जा र पोषण दिन्छन्।

१२. स्वास्थ्य विशेषज्ञहरूको सुझाव

स्वास्थ्य विज्ञहरूका अनुसार बिहान उठेपछि १ घण्टाभित्र खाजा खानु राम्रो हुन्छ। यस समयमा शरीरले पोषक तत्व छिटो अवशोषण गर्छ।

यदि बिहान समय कम छ भने पनि फलफूल, दूध वा ओट्सजस्ता सजिलो खाजाको विकल्प रोज्न सकिन्छ। खाजा पूर्ण रूपमा नखाई चिया मात्र पिउनु पर्याप्त हुँदैन।

बिहानको खाजा हाम्रो दैनिक जीवनको सबैभन्दा महत्वपूर्ण भोजन हो। यसले शरीरलाई ऊर्जा, मस्तिष्कलाई कार्यक्षमता र मनलाई सन्तुलन प्रदान गर्छ।

"ब्रेकफासट फर फ्युल फर योर डे" – बिहानको खाजाले नै दिनको शुरुवातलाई सही दिशा दिन्छ। त्यसैले व्यस्त जीवनशैलीबीच पनि बिहान खाजा खान नछोडौँ।

नियमित र पौष्टिक खाजाको बानीले दीर्घकालीन रूपमा स्वास्थ्य सुधार, तौल नियन्त्रण, मानसिक शान्ति र उत्पादकता सबैमा सकारात्मक प्रभाव पार्छ।

सेनाले मनायो युएन दिवस

दैनिक समाचारदाता

काठमाडौं, २० कात्तिक। नेपाली सेनाले युएन डे (संयुक्त राष्ट्र

संघ, दिवस) मनाएको छ। युएनको ८० औं स्थापना दिवसको अवसरमा बिहीबार वीरेन्द्र शान्ति कार्य तालिम केन्द्र पाँचखालमा एक कार्यक्रम सेनाले युएन दिवस मनाएको हो।

नेपाली सेनाका प्रधानसेनापति अशोकराज सिग्देलको प्रमुख आथित्यतामा कार्यक्रम सम्पन्न गरियो।

प्रधानसेनापतिसँगै तीन वटै सुरक्षा निकायका प्रमुखहरु रक्षा सचिव, परराष्ट्र मन्त्रालयका प्रतिनिधिहरु स्थानीय जनप्रतिनिधिहरुको सहभागिता थियो। सन् १९५८ बाट शान्ति सैनिकमा नेपाली सेना खटिँदै आएको छ। शान्ति सैनिक पठाउनको पहिलो नम्बरमा नेपाली सेना छ। सबैभन्दा बढी महिला शान्ति सैनिक खटाउनेमा पनि नेपाली सेना नै प्रथम छ।

भारत-नेपाल स्टार्टअप साझेदारी नेटवर्कको पहिलो कार्यक्रम तयारी चरणमा

दैनिक समाचारदाता

काठमाडौं, २० कात्तिक। नेपाल र भारतबीचको उद्यमशीलता र नवप्रवर्तन सहकार्यलाई सुदृढ बनाउन लक्षित भारत-नेपाल स्टार्टअप पार्टनरशिप नेटवर्क (IN–SPAN) को पहिलो कार्यक्रम आगामी डिसेम्बरमा सुरु हुने भएको छ। यसै कार्यक्रमको तयारी स्वरूप भारतीय राजदूतावासले सोमबार एक अभिमुखीकरण सत्र आयोजना गरेको छ। राजदूतावास परिसरमा आयोजित उक्त सत्रमा नेपालका विभिन्न स्टार्टअप कम्पनीका प्रतिनिधि, सरकारी विभाग, वाणिज्य संघ, रोबोटिक्स एसोसिएसन अफ नेपाल, एनएएस आईटी, फिनटेक एलायन्स, एआई एसोसिएसन अफ नेपाल लगायतका संस्थाका करिब १०० जना सहभागी भएका थिए।

त्यस्तै वीरगंज र धरानस्थित त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गतका इन्जिनियरिङ अध्ययन संस्थानका करिब ६० जना विद्यार्थीहरूले भर्चुअल रूपमा सहभागिता जनाए।

अभिमुखीकरण कार्यक्रममा सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालयकी सचिव राधिका अर्याल प्रमुख अतिथिका रूपमा उपस्थित थिइन्। उनले भारत-नेपालबीचको प्रविधि र नवप्रवर्तन क्षेत्रको सहकार्यलाई समयसापेक्ष र उपयोगी पहलका रूपमा स्वागत गर्दै यो कार्यक्रमले दुई देशबीच नयाँ पुस्ताका उद्यमीहरूलाई अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा पहुँच दिलाउने अवसर दिने विश्वास व्यक्त गरिन्।

यसैबीच, आईआईटी मद्रासका इलेक्ट्रिकल इन्जिनियरिङका प्राध्यापक तथा सेन्टर फर ह्युमन सेन्ट्रिक एआईका प्रमुख वैज्ञानिक प्रो. गौरव रैना पनि अनलाइन सत्रमार्फत सहभागी भए। उनले आईआईटी मद्रास र त्यसको इन्क्यूबेशन केन्द्र 'आईआईटीएम प्रवर्तक' का बारेमा जानकारी दिँदै भारतको स्टार्टअप इकोसिस्टममा यस संस्थाको अग्रणी भूमिकाको चर्चा गरे।

विज्ञप्तिअनुसार, IN–SPAN कार्यक्रम सन् २०२५ डिसेम्बरमा आईआईटी मद्रासमा सुरु हुनेछ। यस कार्यक्रम अन्तर्गत नेपालका स्टार्टअपहरूका प्रतिनिधिहरूका लागि ८ हप्ते पूर्ण छात्रवृत्तिय प्रशिक्षण तथा नवप्रवर्तन कार्यक्रम सञ्चालन हुनेछ, जसमा तालिम, परामर्श र इन्टर्नशिपका अवसर समावेश छन्। आईआईटीएम प्रवर्तकले हालसम्म ४६ वटा स्टार्टअपहरूलाई इन्क्यूबेट गरिसकेको छ, जस मध्ये १४ वटाले आफ्नो प्रविधि सफलतापूर्वक व्यावसायिकीकरण गरेका छन्।

यसअघि यही दिन त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गतको पुल्चोक क्याम्पसमा पनि समान प्रकृतिको सत्र आयोजना गरिएको थियो, जसमा करिब ७० विद्यार्थी सहभागी भएका थिए।

कार्यक्रमका लागि आवेदन प्रक्रिया सन् २०२५ नोभेम्बर १५ सम्म खुला रहनेछ। इच्छुक उद्यमी तथा स्टार्टअप संस्थापकहरूले https://shorturl.at/Au8zh

गैरसरकारी संस्थाको योगदानले बदलिँदैछ जनजीवन : महिलादेखि दलितसम्ममा आत्मनिर्भरता

दैनिक समाचारदाता

जनकपुरधाम, २० कात्तिक । समाजको रूपान्तरण कहिलेकाहीँ सरकारको नीतिले होइन, नागरिक समाज र गैरसरकारी संस्थाको निरन्तर प्रतिबद्धताले सम्भव हुन्छ भन्ने उदाहरण अहिले जनकपुरधाममा देखिएको छ । जानकी महिला जागरण समाजले आयोजना गरेको सामाजिक परीक्षण कार्यक्रममा सहभागी वक्ताहरूले पछाडि पारिएका र राज्यको पहुँचमा नपरेका वर्गहरूको जीवनस्तरमा गैरसरकारी संस्थाहरूले पुऱ्याएको योगदानबारे प्रष्ट धारणा राखे । उनीहरूका अनुसार विकासको वास्तविक प्रभाव त्यहीँ महसुस हुन्छ जहाँ नीति पुस्तिकामा होइन, जनताको व्यवहार र चेतनामा परिवर्तन आउँछ। दलित, जनजाति, महिलादेखि किशोरीसम्मका समुदायमा आत्मनिर्भरता, सशक्तीकरण र आर्थिक आत्मविश्वासको स्तर बढ्नु यसको प्रत्यक्ष उदाहरण हो ।

कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि जिल्ला समन्वय समितिका अध्यक्ष राजनन्दन मण्डलले गैरसरकारी संस्थाहरूले सामाजिक रूपान्तरणमा पुऱ्याएको भूमिकालाई ऐतिहासिक बताए । उनका अनुसार पहिले घरभित्र सीमित र घुँघटभित्र थुनिएका महिलाहरू अहिले गाउँसभा र राजनीतिक निकायमा आत्मविश्वासका साथ बोल्न थालेका छन् । मण्डलले भने, “गैरसरकारी संस्थाको निरन्तर क्रियाशीलता र सचेतनाले महिलाहरूमा जागरण ल्याएको छ। उनीहरू अब निर्णयकर्ता बन्ने मार्गमा हिँडिरहेका छन् ।”

त्यसैगरी जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाका मेयर मनोज साहले गैरसरकारी संघ संस्थाहरूले समाजमा ल्याएको परिवर्तनलाई “मानव विकासको वास्तविक सूचक” बताए । उनका अनुसार स्थानीय सरकारले सम्भव नगरेका काम धेरैजसो नागरिक समाजका हातबाट सम्पन्न भएका छन्। जानकी महिला जागरण समाजले जनकपुरका विभिन्न बस्तीहरूमा महिलाको सशक्तीकरण, रोजगारी सिर्जना र आत्मनिर्भर जीवनशैलीको उदाहरण स्थापना गरेको उनले उल्लेख गरे। कार्यक्रममा गणेशनाथ चारनाथ नगरपालिकाका मेयर जीतनारायण यादव, कमला नगरपालिकाका मेयर विशेश्वर यादव र शहीदनगर उपमेयर सुनिता सिंहलगायतका जनप्रतिनिधिहरूले पनि गैरसरकारी संस्थाले ल्याएको सामाजिक रुपान्तरणको प्रशंसा गरे ।

कार्यक्रममा सहभागी महिलाहरूका अनुभवहरूले पनि गैरसरकारी प्रयासको प्रभाव स्पष्ट पारे। उनीहरूले पहिले आफ्नै विचार व्यक्त गर्न डराउने, घरका निर्णयमा सहभागिता जनाउन नसक्ने अवस्था रहेको बताउँदै अहिले आत्मनिर्भर बन्ने हिम्मत र अवसर दुवै प्राप्त भएको बताए। कसैले सीपमूलक तालिमपछि सानो व्यवसाय सुरु गरेकी थिइन्, कसैले विद्यालयमा काम पाइन् भने कसैले स्थानीय मुद्दामा बोल्न सिकेकी थिइन्। यी परिवर्तनहरू केवल व्यक्तिगत होइनन्, सामूहिक चेतनाको प्रतिबिम्ब हुन्, जसले समाजमा विकासको नयाँ भाषा सिर्जना गरेको छ।

जानकी महिला जागरण समाजका अध्यक्ष मन्दाकुमारी कर्णका अनुसार समाजले धनुषाका विभिन्न पालिकाहरूमा सञ्चालन गरिरहेका परियोजनाहरूले स्थानीय तहमा दीर्घकालीन असर पारेका छन्। तीमध्ये दक्ष युवा विकास, जलवायु मैत्री आर्थिक रूपान्तरण, विद्युतिय चुलो प्रवर्द्धन, महिला सशक्तीकरण र स्थानीय कृषि खाद्य प्रणाली सुदृढीकरण जस्ता कार्यक्रमले समुदायमा प्रत्यक्ष सुधार ल्याएका छन्। उनका अनुसार यी परियोजनाहरूले आर्थिक मात्र होइन, मानसिक र सांस्कृतिक रूपमा पनि परिवर्तन ल्याएका छन्।

यस्ता कार्यक्रमहरूले जनकपुर र वरपरका गाउँहरूमा विकासको स्वामित्व जनताकै हातमा दिएको छ। सरकारी योजनाहरू कहिलेकाहीँ ढिलाइ र प्रक्रियामा अड्किँदा नागरिक समाजका यस्ता प्रयासहरूले तल्लो तहमा छिटो र दिगो परिणाम दिएका छन्। यसले एउटा प्रश्न पनि उब्जाएको छ (के अब राज्यले आफ्नो भूमिकालाई पुनः परिभाषित गर्नुपर्दैन? गैरसरकारी संस्थाहरूले जनतालाई सशक्त बनाउन थालेपछि सरकारका कार्यक्रमहरू केवल औपचारिकता मात्र बन्न नपाऊन् भन्ने चेतावनी पनि यसबाट प्रकट हुन्छ।

जनकपुरधाममा देखिएको परिवर्तनले देशभरको विकास बहसलाई नयाँ दिशा दिएको छ। महिलाहरूको आर्थिक आत्मनिर्भरता, युवाको सीप विकास, वातावरणीय सचेतना र स्थानीय उत्पादनमा जोडले समाजमा आशाको वातावरण बनाएको छ। यी परिवर्तनहरू कुनै अचानक घटना होइनन्; यो वर्षौंको परिश्रम, प्रतिबद्धता र सामुदायिक सहकार्यको परिणाम हो। यसले स्पष्ट पार्छ(सामाजिक रूपान्तरणका लागि केवल बजेट होइन, मानवीय संवेदना र सहभागितामूलक सोच आवश्यक छ। जनकपुरको उदाहरणले देखाएको छ कि जब नागरिक समाज र स्थानीय निकाय एउटै लक्ष्यमा संगठित हुन्छन्, तब विकासको वास्तविक अर्थ जनताको जीवनस्तरमा परिवर्तनका रूपमा झल्किन्छ। गैरसरकारी संस्थाहरूले देखाएको यो मार्ग अब सरकारी संयन्त्रका लागि पनि एउटा पाठ हो(विकासको नक्सा माथिबाट होइन, तलबाट बनाइन्छ।

सवारी दुर्घटनामा एकै दिन चार जनाको मृत्यु

दैनिक समाचारदाता

काठमाडौं । देशका विभिन्न स्थानमा बुधबार भएको सवारी दुर्घटनामा परी चार जनाको मृत्यु भएको छ।

बर्दियाको गेरूवा गाउँपालिका-२, पाताभारस्थित सडकमा अनटेष्ट लेखिएको धान काट्ने कम्पाउण्ड (कम्बाईन) को ठक्करबाट साइकलयात्री ७१ वर्षीय तारा सिंह हमाल को बुधबार दिउँसो मृत्यु भएको छ। गम्भीर घाइते भएका उनको राजापुरस्थित प्राथमिक स्वास्थ्य चौकीमा उपचारका क्रममा निधन भएको हो। कम्पाउण्डका चालकलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ।

यता, बझाङको थलारा गाउँपालिका-२, काँडास्थित सडकमा सु.प.प्र.०१-००२ त ५७२४ नम्बरको ट्याक्टर अनियन्त्रित भई दुर्घटना हुँदा ट्याक्टरमा सवार सोही गाउँपालिकाका ६० वर्षीय पमले खाती र ६२ वर्षीय जसे खातीको घटनास्थलमै मृत्यु भएको छ। ट्याक्टर चालकलाई थप उपचारका लागि धनगढी पठाइएको छ।

यसैगरी, रूपन्देहीको ओमसतिया गाउँपालिका-४, बसन्तपुरस्थित सडकमा लु. ३२ प १९४६ नम्बरको मोटरसाइकललाई लु.१ ज ३८८३ नम्बरको बलेरो पिकअपले ठक्कर दिँदा मोटरसाइकल चालक २७ वर्षीय आकाश थारूको मृत्यु भएको छ । दुर्घटनामा गम्भीर घाइते भएका उनको भैरहवास्थित मेडिकल कलेजमा उपचारका क्रममा निधन भएको हो। पिकअप चालकलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ। यी सबै दुर्घटनाका सम्बन्धमा प्रहरीले आवश्यक अनुसन्धान गरिरहेको जनाएको छ।

कारवाहीमा परेका झांक्रीसहित ६ नेता

दैनिक समाचारदाता

काठमाडौं, २० कात्तिक । नेपाली कम्युनिस्ट पार्टी एकता घोषणा हुनुअघि नै नेकपा एकीकृत समाजवादीका ६ नेतालाई कार बाही गरिएको खुलेको छ ।

घनश्याम भूसाल, रामकुमारी झांक्री, किसान श्रेष्ठ, दामोदर अर्याल, नन्दलाल बन्जाडे र धर्मराज निरौलालाई पार्टीबाट कारबाही गरिएको अध्यक्ष माधव कुमार नेपालले जारी गरेको विज्ञप्तिमा उल्लेख छ । माधव नेतृत्वको एकीकृत समाजवादी हिजो (बुधबार) नै माओवादी केन्द्रसहितका विभिन्न १० घटकसँगको एकतामा समाहित भइसकेको छ ।

पार्टी केन्द्रीय कमिटीको बैठकले गरेको निर्णय उल्लंघन गरेको भन्दै उनीहरूलाई कार बाही गरिएको विज्ञप्तिमा उल्लेख छ ।

बुधबार बसेको केन्द्रीय सचिवालयको बैठकले यस्तो निर्णय लिएको हो ।

रवि र छविको मुद्दामा जिल्लाको फाइल झिकाउन आदेश

दैनिक समाचारदाता

बुटवल, २० कात्तिक । उच्च अदालत बुटवल इजलासले रास्वपा सभापति रवि लामिछाने र पूर्व डीआईजी छविराज जोशीको बारेमा जिल्ला अदालत रुपन्देहीले जारी गरेको आदेश र अरु फाइलहरू मगाउन आदेश गरेको छ।

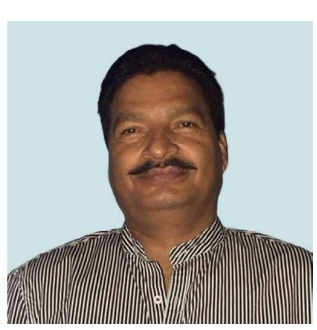
न्यायाधीशद्वय वासुदेव आचार्य र न्यायाधीश ओमप्रकाश अर्यालको इजलासले मिसिल झिकाउन आदेश गरेको हो।

जिल्ला अदालतबाट फाइल पेश भएपछि आफूमाथि हुनसक्ने बिगो बराबरको रकम जम्मा गरेर थुनामुक्त हुन पाउँ भन्ने रविको निवेदनमाथि सुनुवाइ हुनेछ।

मुद्दाको सुनुवाइको क्रममा शुरुमा छविललाल जोशीका तर्फबाट अधिवक्ता अपूर्व खतिवडाले वहस गर्ने क्रममा न्यायाधीशले मुद्दाको मिसिल अपुग भएको भन्दै थप मिसिल झिकाएर मात्र अर्को पेशी चढ्ने र सुनुवाइ हुने निर्णय सुनाएका थिए ।

त्यसपछि रविका कानून व्यवसायीले बहस गर्नै नपाइ आजको बहस टुंगिएको हो । मुद्दाको अर्को पेशी कहिले तोकिने भन्ने यकिन भइसकेको छैन ।

यसअघि कात्तिक १३ गते तोकिएको पेसीमा जोशीका कानुन व्यवसायीले निवेदन दिएपछि सुनुवाइ स्थगित भएको थियो ।



त्यसअघि लामिछानेको मुद्दामा न्यायाधीशद्वय मिलनकुमार राई र ओमप्रसाद अर्यालको इजलासले रवि र छविको एकै प्रकृतिका मुद्दा भएकाले जोशीसमेतको दुवै मुद्दा एकैसाथ राख्न आदेश गरेको थियो । बिगो बमोजिमको रकम बुझाइ थुनाबाहिरै बसेर मुद्दा लड्न लामिछानेले माग गरेकामा उच्च अदालतले उनीसँगै जोशीको पनि फाइल पेस गर्न आदेश दिएको थियो ।

यसअघि लामिछानेको मुद्दामा उच्च अदालत बुटवलले नै कैफियत प्रतिवेदन माग गर्ने आदेश गरेको थियो । बुटवलको सुप्रिम सहकारी ठगीको मुद्दामा पुर्पक्षका लागि थुनामा रहेका लामिछानेले सहकारीमा अपचलन गरेको आफ्नो भागको बिगो रकम दाखिल गर्दा पनि जिल्ला अदालत रुपन्देहीले रिहा नगरेपछि भदौ ९ गते उच्च अदालतमा निवेदन दर्ता गराएका थिए ।

यसअघि उनले आफ्नो भागको बिगो दाखिला गरेर सहकारी ठगीको मुद्दाबाट छुटकारा दिन माग गर्दै जिल्ला अदालतमा निवेदन दिएका थिए ।जिल्ला अदालतका न्यायाधीश नारायण सापकोटाको इजलासले साउन २६ गते उनको निवेदनमा सुनुवाइ गर्दै रिहा गर्न अस्वीकार गरेको थियो । सुप्रिम सहकारी ठगीमा रविसहितका प्रतिवादीलाई १० करोड ९९ लाख ३६ हजार रुपैयाँ सामूहिक बिगो कायम गरेर अभियोगपत्र दायर गरिएको छ । लामिछानेले त्यसको चार भागमध्ये आफ्नो भागको एक भागबराबर बिगो दाखिला गरेको कागजात पेस गरेका थिए ।

लामिछानेले २ करोड ७४ लाख ८४ हजार रुपैयाँको बैंक जमानत निवेदनसाथ पेस गरेका थिए । रविले आफू सहकारीको शेयर सदस्य, सञ्चालक, ऋणी केही नभएको जिकिर गर्दै आफूले निवेदन दिएर हस्ताक्षर गरेर ऋण नलिएको र बचत अपचलन नगरेको दावी गर्दै आएका छन् ।

- विभिन्न प्रकारको कोटेन रोल
- विभिन्न प्रकारका जिङ्गजैङ्ग कोटन
- डिलेभरी पैड सहितका लागि सम्पर्क स्थान

रामेश्वरम सर्जिकल उद्योग

जनकपुरधाम, ७४, मधेश प्रदेश

मो.नं.: ९८१९८३५३७४

‘समाचार दैनिक जनकपुर’का लागि प्रकाशक ललिता दास, सल्लाहकार : हेमन्त साह, कार्यकारी सम्पादक प्रमोद पण्डित,सम्पादक : कैलास दास, मुद्रकः न्यू मोडेल अफसेट प्रेस.,जनकपुरधाम, सम्पादित कार्यालयः विद्यापति चौक, जनकपुरधाम, मो.नं.: ९८५४०२५१६४