



समाचार दैनिक

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

जनकपुर

विज्ञापनको
लागि सम्पर्क
९८५४०२०९२२
९८५४०२५९६४

वर्ष ७ अंक २७६ २०८३ वैशाख २७ गते आइतवार (10 May, 2026) पृष्ठ ४ मूल्य रु. ३।-

बर्डफ्लुले परवानीपुर पन्छी अनुसन्धान केन्द्रमा ५० लाख क्षति



दैनिक समाचारदाता वीरगञ्ज, २६ वैशाख । राष्ट्रिय पन्छी अनुसन्धान कार्यक्रमअन्तर्गत अनुसन्धानका लागि पालिएका पन्छीमा बर्डफ्लु देखिएपछि करिब ५० लाख बराबरको नोक्सानी भएको छ । गत चैत अन्तिम साता देखापरेको बर्डफ्लुको कारणले वाराको परवानीपुरस्थित राष्ट्रिय पन्छी अनुसन्धान कार्यक्रमअन्तर्गत पालिएका आधा दर्जन प्रजातिका पन्छी र सोको आहारसमेत नष्ट गर्नुपरेको हो । राष्ट्रिय पन्छी अनुसन्धान कार्यक्रम परवानीपुरका सूचना अधिकारी खमबहादुर प्रजाले चैतको अन्तिम साता यहाँ पाल्दै आएको पन्छीमा बर्डफ्लु पुष्टि भएपछि करिब रु ४५ देखि ५० लाखको नोक्सानी व्यहोर्नुपरेको बताए । 'टर्की जातको पन्छीमा बर्डफ्लु देखिएपछि एकपछि अर्को गर्दै फार्ममा पालिएका अन्य प्रजातिका पन्छीमा बर्डफ्लु देखिएपछि सबै नष्ट गर्नुपरेको हो', उनले भने, 'सम्पूर्ण प्रक्रिया पूरा गरेर यहाँ पाल्दै आएका पन्छीहरू, अण्डा र दानाहरूको समेत नष्ट गरेका

छौं । बर्डफ्लुको कारणले करिब दुई हजार कुखुराको चल्ला, करिब १२ सयको हाराहारीमा गिरीराजलगायत कुखुराको प्रजाति, तिरा ३३ वटा, सेतो/कालो टर्की ४७ वटा, बट्टाई करिब ४५० वटा नष्ट गरिएको कार्यालयले जनाएको छ । त्यस्तै एल वान दाना ८३५ किलोग्राम, एलटु दाना ४५५ किलोग्राम र एलथ्रि एक हजार ८३५ किलोग्राम दाना नष्ट गरिएको छ । सूचना अधिकारी प्रजाले बर्डफ्लु देखिएको फार्ममा अहिले चुना छर्किने, मल पुर्ने, आगोको तापले पोल्नेलगायतका निर्मलीकरणका काम भइरहेको बताए । 'कार्यालयले यसअघि कृषकहरूलाई उपलब्ध गराएको विभिन्न प्रजातिका पन्छी ल्याउने पनि प्रयास भइरहेको छ', उनले भने, 'राष्ट्रिय पन्छी अनुसन्धान कार्यक्रमअन्तर्गत पोखरा र नेपालगञ्जमा रहेका कार्यालयबाट आवश्यक पर्ने पन्छी तथा अण्डाहरू ल्याएर फेरि पुनः सञ्चालन गर्ने आवश्यक तयारीमा जुटिसकेका छौं ।'

लिपुलेक विवादबीच भारतीय विदेश सचिवको नेपाल भ्रमण स्थगित

दैनिकसमाचारदाता काठमाडौं २६ वैशाख । वैशाख २८ गतेका लागि तय भएको भारतीय विदेश सचिव विक्रम मिश्रीको भ्रमण स्थगित भएको छ ।

प्रधानमन्त्री बालेन्द्र शाहलाई भारत भ्रमणको औपचारिक निमन्त्रणा दिन नेपाल आउने तयारीमा रहेका सचिव मिश्रले अन्तिम समयमा आफ्नो भ्रमण स्थगित गरेका हुन् ।

तर सचिव मिश्रीको भ्रमणबारे नेपाल र भारत दुवैले अधिकारिक घोषणा भने गरेका थिएनन्, दुवै पक्षले अनौपचारिक तयारी बताइरहेको थियो । गत चैतमा मरिससमा भारतका विदेशमन्त्री एस जयशंकर र परराष्ट्रमन्त्री शिशिर खनालसँग भएको भेटमा सचिव मिश्रको नेपाल भ्रमण हुने कुरा बाहिर आएको थियो । त्यसपछि सचिव मिश्री स्वयं आफू नेपाल भ्रमणमा जान लागेको, नेपाल भ्रमणमा जान लागेको, भारतीय राजदूत डा. शंकार शर्मा'ले पनि त्यहाँका सञ्चारकर्मीसँग मिश्री नेपाल जाने चर्चा गरेका थिए । भारतीय विदेश मन्त्रालयको स्रोत उद्धृत गर्दै त्यहाँका सञ्चारमाध्यमले मे ११ मा मिश्री नेपाल भ्रमणमा जाने उल्लेख गरेका थिए ।

यता, परराष्ट्र मन्त्रालयले भने भ्रमणको जानकारी नगराए पनि नियमित पत्रकार सम्मेलनमा चाँडै उनको भ्रमण



हुने बताएको थियो । तर अचानक मिश्रीको भ्रमण स्थगित भएको छ । भ्रमण स्थगित हुनुको एउटै कारण नेपाल-भारतको सीमा विवादलाई मानिएको छ । सोतहरूका अनुसार 'लिपुलेकलाई लिएर नेपाल(भारतले आफ्नो अडान जारी राखेका बेला सचिवस्तरीय भ्रमण उचित नहुने ठानिएको हो । हाल नेपालमा लिपुलेकको विषयलाई लिएर छिटफुट रूपमा विरोधका स्वरहरू देखिन थालेका छन् । यस्तो अवस्थामा उनको नेपाल भ्रमणले नराम्रो सन्देश जाने भन्दै भ्रमण स्थगित गरिएको स्रोत दावी गर्छ । र यस्तो अवस्थामा प्रधानमन्त्री बालेन्द्र शाहलाई भेट्नु/नभेट्नु कुनै महत्त्व नहुने जानकारीहरू

रद्द हुनु र सीमा विवादबिच कुनै सम्बन्ध नरहेको बताएका थिए । उनले नेपाल र भारतबिच धेरै नजिकको सम्बन्ध भएको र एउटा मुद्दाले दुई देशबिचको सम्बन्धमा बाधा नपुऱ्याउने प्रतिक्रिया दिएका थिए ।

यता पूर्वराजदूत नीलाम्बर आचार्यले भने मिश्रीको भ्रमण स्थगित हुनु राम्रो नभएको प्रतिक्रिया दिएका छन् । उनले भने, 'हाम्रा सम्बन्धहरूलाई सम्भारको आवश्यकता छ । भेटघाट भइरहनुपर्छ ।'

अन्तर्राष्ट्रिय मामिलाका जानकार टीका ढकाल पनि भेटघाटको समय नमिल्ने वा नदिने कारणले मात्र विदेश सचिवस्तरीय भ्रमण रोकिनु जायज नभएको बताउँछन् । आफ्नो एक्स एकाउन्टमा उनले लेखेका छन्, 'विदेश सचिव भारतको दोस्रो महत्त्वपूर्ण कूटनीतिक अधिकारी हुन् र उनलाई शिष्टाचार भेटको समय उपलब्ध गराउन धेरै थिएट्रिक्स आवश्यक थिएन ।'

हाललाई उनको भ्रमण स्थगित भए पनि भ्रमणको तयारी चलिरहेको परराष्ट्रका अधिकारीहरू बताउँछन् । 'उपयुक्त समयमा दुई देशबिच भ्रमण हुन्छ, त्यसका तयारी परराष्ट्र मन्त्रालयले गरिरहेको छ,' परराष्ट्रका ती अधिकारीले भने, 'कुनै बेला पनि भ्रमण हुन सक्छ, त्यसका लागि परराष्ट्र मन्त्रालय हरहमेशा तयारी अवस्थामा छ ।'

रुस-युक्रेन युद्ध रोक्न ट्रम्पको नयाँ पहल

एजेन्सी काठमाडौं, २६ वैशाख । अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले आफूले अहिलेसम्म ९ वटा अन्तर्राष्ट्रिय द्वन्द्व अन्त्य गराउन भूमिका निर्वाह गरिसकेको दावी गरेका छन् ।

ट्रम्पका अनुसार, अब उनको प्रयास रुस(युक्रेन युद्ध रोक्ने हो र उनी यसलाई आफ्नो १०औं शान्ति पहल बनाउन चाहन्छन् ।

समाचार एजेन्सी एएनआईका अनुसार, ह्वाइट हाउसबाट भर्जिनिया प्रस्थान गर्नुअघि ट्रम्पले यो युद्ध दोस्रो विश्वयुद्धपछिको सबैभन्दा खतरनाक द्वन्द्व बनेको र हरेक



महिना हजारौं सैनिक मारिइरहेको बताए । यसैबीच ट्रम्पले सामाजिक सञ्जालमा मे ९ देखि ११ सम्म रुस र युक्रेनबीच ३ दिने युद्धविरामको घोषणा गरेका छन् । उनले बताएअनुसार, यस अवधिमा दुवै देशले कुनै पनि प्रकारको सैन्य कारवाही गर्नेछैनन् साथै दुवै पक्षले एक/एक हजार कैदीहरूको आदानप्रदान पनि गर्नेछन् ।

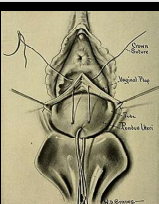
ट्रम्पको दावी अनुसार, रुसी राष्ट्रपति भ्लादिमिर पुटिन र युक्रेनी राष्ट्रपति भोलोदिमिर जेलेन्स्कीले उनको अपीलमा युद्धविरामका लागि सहमति जनाएका छन् । उनले अवस्था ठीक रहेमा यो अस्थायी युद्धविरामलाई अझै लम्ब्याउन सकिने पनि बताए ।

विचार लगायतको समग्री प्रकाशनका लागि सम्पर्क

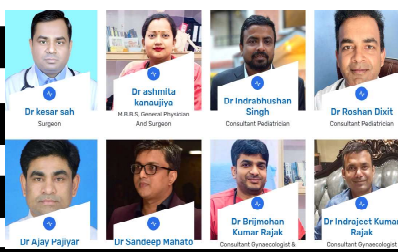
इमेल : sdainik99@gmail.com,
मो.नं.: ९८५४०२०९२२

अब अनलाइनबाट बुकिङको सुविधा

divyaclinicjanakpur.com



- पाठेघरको असामान्य रक्तस्राव
- इन्डोमेट्रिओसिस
- रजोनिवृत्ति
- पिल्भिक दुखाइ
- डिस्मेनोरिया (पीडादायी महिनावारी)
- पीडादायी यौनसम्पर्क
- स्त्री रोग तथा प्रसुती सम्बन्धी रोग
- बाल रोग
- वांछनको उपचार
- दखाई बिनाको सत्केरी



सम्पर्क ठेगाना

दिव्या क्लिनिक एण्ड डायग्नोस्टिक सेन्टर

जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका वडा नं. १०,
Phone : 9861147201

नैना हस्पिटल प्रा.लि.

जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका वडा नं. ८ रामानन्द चौक,
Phone : 977041 591035, Mob. 9801674020



सम्पादकीय

उपभोक्ताको स्वास्थ्यसंग खेलबाड कहिलेसम्म ?

जनकपुरधामस्थित एक डेरी उद्योगको १०५ किलो दही खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण कार्यालयले नष्ट गरेको घटना सामान्य प्रशासनिक कारवाही मात्र होइन, हाम्रो खाद्य प्रणालीभित्र गहिरिँदै गएको लापरवाही र उपभोक्तामाथिको खेलबाडको गम्भीर संकेत हो। दैनिक उपभोगका वस्तुमा गुणस्तरहीन उत्पादन, मिसावट र मापदण्ड उल्लंघन हुनु केवल कानुनी विषय होइन, यो प्रत्यक्ष रूपमा जनस्वास्थ्यसंग जोडिएको प्रश्न हो।

दहीजस्तो पोषिलो खाद्यवस्तुमा आवश्यक लेबल नराख्नु, पाउडरको अत्यधिक प्रयोग गर्नु, लामो समयसम्म प्याकेजिङ गरिएको वस्तु विक्रीमा राख्नु र दूधमा २५ प्रतिशतभन्दा बढी पानी मिसावट गर्नु अत्यन्त गम्भीर विषय हुन्। अझ चिन्ताजनक पक्ष के हो भने सम्बन्धित उद्योगलाई यसअघि पटक-पटक सचेत गराउँदा पनि सुधार नआउनु हो। यसले केही उद्योगीहरू उपभोक्ताको स्वास्थ्यभन्दा नाफालाई प्राथमिकता दिन तयार रहेको देखाउँछ।

नेपालमा खाद्यवस्तुमा मिसावटको समस्या नयाँ होइन। विशेषगरी दूध, दही, घ्यू, तेल र मसला जस्ता दैनिक उपभोग्य वस्तुमा गुणस्तरहीन सामग्री मिसाउने प्रवृत्ति वर्षौंदेखि दोहोरिँदै आएको छ। तर अनुगमन हुने, केही सामान नष्ट गरिने र फेरि केही समयपछि उही समस्या दोहोरिने चक्र अझै रोकिएको छैन। यसको अर्थ हाम्रो अनुगमन प्रणाली अझै प्रभावकारी बन्न सकेको छैन।

खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण कार्यालयको पछिल्लो अनुगमनले कम्तीमा सरकारी निकाय सक्रिय रहेको सन्देश दिएको छ। तर केवल अनुगमन गरेर सामान नष्ट गर्नु मात्रै पर्याप्त हुँदैन। यदि पटक-पटक गल्ती गर्ने उद्योगमाथि कडा कानुनी कारवाही हुँदैन भने यस्ता गतिविधि निरन्तर दोहोरिँरहन्छन्। चेतावनीभन्दा पनि अब दण्डात्मक व्यवस्था प्रभावकारी रूपमा लागू गर्न आवश्यक छ। जनस्वास्थ्यसंग खेल्ने उद्योगलाई आर्थिक जरिवाना, अनुमति खारेजी वा सार्वजनिक रूपमा नाम सार्वजनिक गर्ने जस्ता कदमले मात्र सुधार सम्भव हुन्छ।

यस घटनाले अर्को गम्भीर प्रश्न पनि उठाएको छ, उपभोक्ता कतिको सचेत छन्? बजारमा प्याकेजिङ, लेबल, उत्पादन मिति र गुणस्तर चिह्न नहेरी खाद्यवस्तु किन्ने प्रवृत्तिले पनि यस्ता उद्योगलाई प्रोत्साहन गरेको छ। उपभोक्ताले आफूले प्रयोग गर्ने वस्तुबारे जानकारी राख्ने, शंका लागे उजुरी गर्ने र गुणस्तरहीन वस्तु बहिष्कार गर्ने संस्कार विकास गर्न जरुरी छ।

जनकपुरधामजस्ता तीव्र शहरीकरण भइरहेका क्षेत्रमा डेरी उद्योगहरूको संख्या बढ्दो छ। माग बढेसँगै प्रतिस्पर्धा पनि बढेको छ। तर प्रतिस्पर्धाको नाममा गुणस्तरमा सम्झौता गर्नु कुनै पनि हालतमा स्वीकार्य हुन सक्दैन। खाद्य सुरक्षा केवल सरकारी निकायको जिम्मेवारी मात्र होइन, उद्योगी, व्यवसायी र उपभोक्ता सबैको साभा दायित्व हो।

खाद्यवस्तुमा हुने मिसावटले तत्काल विरामी बनाउने मात्र होइन, दीर्घकालीन रूपमा मानव स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पुऱ्याउन सक्छ। बालबालिका, वृद्ध र विरामी व्यक्तिहरू यस्ता गुणस्तरहीन वस्तुको सबैभन्दा ठूलो जोखिममा पर्छन्। त्यसैले खाद्य सुरक्षालाई सामान्य प्रशासनिक विषयका रूपमा होइन, सार्वजनिक स्वास्थ्य सुरक्षाको संवेदनशील मुद्दाका रूपमा लिनुपर्छ।

अब समय आएको छ—अनुगमनलाई नियमित, पारदर्शी र कडाइका साथ लागू गर्ने। गुणस्तरहीन खाद्य उत्पादन गर्ने उद्योगलाई राजनीतिक वा आर्थिक प्रभावका आधारमा उन्मुक्ति दिने प्रवृत्ति अन्त्य हुनुपर्छ। उपभोक्ताको स्वास्थ्यभन्दा ठूलो कुनै व्यापारिक स्वार्थ हुन सक्दैन।

तपाईंको आज

मेघ : दिन शुभ फलदायक छ। कार्य सिद्धि, द्वय लाभ, विजय, काममा सफलता हुन सक्छ।
 वृष : बिहान तनाव, दौडधूप भए पनि दिनभर सुख-सन्तोष, कार्य सिद्धि हुने सम्भावना छ।
 मिथुन : बिहानको समयमा धनप्राप्ति, प्रतिष्ठा बढ्दा तर त्यसपछि भने विवाद नहोला भन्न सकिन्छ।
 कर्कट : शुरुमा तनाव, खर्च भए पनि दिनभर समय शुभ छ। ऐश्वर्य प्राप्ति, सन्तोष होला।
 सिंह : बिहानको समय उपहारादि वस्तु प्राप्ति तर त्यसपछि खर्च, धन हानि हुने सम्भावना छ।
 कन्या : दिनको शुरुवातमा नोक्सानी नहोला भन्न सकिन्छ। त्यसपछि भने लाभ, सफलता होला।
 तुला : शुरुमा मिष्ठान्न भोजन, पैसा प्राप्तिको सम्भावना छ तर त्यसपछि दिनभर तनाव होला।
 वृश्चिक : दिन शुभ फलदायक छ। स्वस्थता, स्फूर्ति बढ्ने, इष्टमित्रसंग भेटघाट, लाभ हुन सक्छ।
 धनु : समय बलवान् छ। मान-सम्मान, राजनीतिक सफलता, कामकाज सफल हुने देखिन्छ।
 मकर : बिहान कार्य असफल भए पनि दिनभर राज्यबाट सुख, मान-प्रतिष्ठा वृद्धिको सम्भावना छ।
 कुम्भ : शुरुमा समस्या सुल्फने, सम्मान बढ्ने तर त्यसपछि भने दुःख-कष्ट आइपर्न सक्छ।
 मीन : तपाईंका लागि समय शुभ छ। परीक्षा, खेलकुद, मुद्दा आदिमा विजय, प्रतिष्ठा वृद्धि होला।

मिडियामा राज्यको संकुचित दृष्टि !



विमल लामिछाने

नेपाली प्रेस यतिबेला राज्यको संकुचित दृष्टिका कारण गम्भीर संकटमा परेको छ। सरकारले सरकारी सञ्चारमाध्यमलाई मात्र एकलौटी रूपमा सूचना र विज्ञापन उपलब्ध गराउने जुन नीति अख्तियार गरेको छ, त्यसले प्रेस स्वतन्त्रताको घाँटी मात्र निमोठेको छैन, बरु लोकतन्त्रको सुन्दर पक्ष मानिने संघीयताको अभ्यास र सूचनाको विकेन्द्रीकरणमाथि नै प्रहार गरेको छ।

सरकारले विज्ञापन र ठेक्कापट्टाका सूचनामा हुने भनिएको 'कमिसनको खेल'लाई रोक्ने बहानामा जुन निर्णय लिएको छ, त्यो तर्कसंगत देखिँदैन। यदि विज्ञापन वितरणमा वित्तीय अनियमितता वा कमिसनको जालो व्याप्त छ भने त्यसलाई पारदर्शी बनाउने र दोषीलाई कारवाही गर्ने दायित्व राज्यको हो।

तर, विकृत सुधारको सट्टा स्थानीय सञ्चार माध्यमलाई लोककल्याणकारी विज्ञापनबाट वञ्चित गराउनु भनेको 'रोगको उपचार गर्नुको सट्टा विरामीलाई नै सिध्याउनु' जस्तै आत्मघाती कदम हो। कमिसनको बहाना बनाएर सूचनामा राज्यको एकाधिकार कायम गर्न खोज्नुले सरकारको नियतमाथि नै गम्भीर प्रश्न खडा गरेको छ।

दुर्गमको आवाजलाई केन्द्रसम्म पुऱ्याउने र नागरिकलाई आफ्नै माटोको भाषामा सुसूचित गर्ने यस्ता माध्यमहरूको आर्थिक मेरुदण्ड भनेकै लोककल्याणकारी विज्ञापन र सूचनाहरू हुन्।

सरकारी विज्ञापनलाई केवल सरकारी सञ्चारमाध्यममा मात्र सीमित गर्दा एकातिर मोफसलका सयौं मिडियाहरू बन्द हुने अवस्थामा पुग्नेछ भने अर्कोतिर नागरिकको सूचना पाउने हक सरकारी नियन्त्रणमा रहनेछ। सूचनाको पहुँचलाई केन्द्रीकृत गर्नु भनेको अन्ततः निरंकुशतालाई मलजल गर्नु हो, जुन संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको मर्म विपरीत छ।

एउटा लोकतान्त्रिक सरकारका लागि स्वतन्त्र प्रेस ऐना जस्तै हुनुपर्छ, जसले समाजका विकृति र सरकारका कमजोरीलाई निडरतापूर्वक उजागर गरोस्।

तर, विज्ञापनलाई 'नियन्त्रणको अस्त्र' बनाएर मिडियालाई आफ्नो अधिनमा राख्न खोज्नुले प्रेसको निष्पक्षतालाई धरापमा पार्नेछ। यदि स्थानीय मिडिया धराशायी भए भने नागरिक र सरकारबीचको सेतु टुट्नेछ, जसको प्रत्यक्ष असर सुशासन र पारदर्शितामा पर्ने निश्चित छ। अतः सरकारले प्रेसलाई कृण्ठित गर्ने आफ्ना अदूरदर्शी निर्णयहरू तत्काल फिर्ता लिनु बुद्धिमानी कदम हुनेछ।

स्थानीय सञ्चारमाध्यमहरू दुर्गम र गाउँ-वस्तीका वास्तविक पहरेदार हुन्। सिंहदरवारको नजर नपुगेका कृषक-कन्दराका कथा र व्यथालाई मूलधारको बहसको विषय बनाउने श्रेय यिनै सञ्चारमाध्यमलाई जान्छ। स्थानीय मिडियाहरूले वस्तुगत स्थितिलाई नियालेर तथ्यगत रिपोर्टिङ गरेका हुन्छन्। दुर्गमको आवाजलाई केन्द्रसम्म पुऱ्याउने र नागरिकलाई आफ्नै माटोको भाषामा सुसूचित गर्ने यस्ता माध्यमहरूको आर्थिक मेरुदण्ड भनेकै लोककल्याणकारी विज्ञापन र सूचनाहरू हुन्।

तर, पछिल्लो समय सरकारी विज्ञापनलाई केवल सरकारी सञ्चार माध्यममा मात्र सीमित गर्ने वा केन्द्रीकृत गर्ने सोचले मोफसलका मिडियाको अस्तित्वमाथि मात्र होइन, नागरिकको सुसूचित हुन पाउने संवैधानिक हकमाथि नै गम्भीर प्रश्न खडा गरिँदै आएको छ।

नेपाली प्रेसमाथि भएका विगतका घटनाक्रमलाई हेर्ने हो भने सत्ता र शक्तिमा पुग्नेहरूले पटक-पटक अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतालाई कृण्ठित गर्ने प्रयास गरेको देखिन्छ। चाहे त्यो २०६१ सालको 'शाही कूका' बेला रेडियो र पत्रपत्रिकाका सम्पादकीय कक्षमा सेना पठाएर समाचार सेन्सर गरिएको कठोर समय होस्, वा गणतन्त्र स्थापना पछि पनि विभिन्न बहानामा ल्याइएका प्रेस विरोधी कानूनहरू हुन्, नेपाली पत्रकारिताले सधैं कलम, आवाज र कतिपय अवस्थामा सडकबाट समेत खबरदारी गरिरहनु परेको छ।

विगतका सरकारहरूले विद्युतीय कारोबार ऐनको दफा ४७ र ४८ लाई हतियार बनाएर दर्जनौं पत्रकारहरूलाई अनलाइनमा समाचार लेखेकै भरमा पक्राउ गर्ने र मानसिक तनाव दिने काम गरे, जुन अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतामाथिको सीधा प्रहार थियो। त्यस्तै, मिडिया काउन्सिल र सूचना प्रविधि विधेयकका कतिपय प्रावधानमार्फत पत्रकारलाई भारी जरिवाना र जेल सजायको डर देखाएर 'सेल्फ सेन्सरसिप' तर्फ धकेल्ने प्रयत्नहरू पनि भए।

आजको युगमा पत्रकारलाई जेल हाल्नु भन्दा आर्थिक रूपमा कमजोर बनाउनु प्रेस स्वतन्त्रता माथि आधुनिक तरिका बनेको छ। सरकारी विज्ञापनलाई केवल सरकारी सञ्चारमाध्यममा मात्र सीमित गर्दा एकातिर मोफसलका सयौं मिडियाहरू बन्द हुने अवस्थामा पुगेका छन् भने अर्कोतिर नागरिकको सूचना पाउने हक पूर्णतः सरकारी नियन्त्रणमा कृण्ठित गरिएको छ। सूचनाको पहुँचलाई केन्द्रीकृत गर्नु भनेको अन्ततः निरंकुशतालाई मलजल गर्नु नै हो, जुन संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक व्यवस्थाको मर्म विपरीत छ।

स्थानीय पत्रिका र रेडियोहरू बन्द हुनु भनेको गाउँका नागरिकको आवाज मौन हुनु र स्थानीय सत्तामा भ्रष्टाचारको जरा थप गाडिनु हो। भलै

समाजका कतिपय शिक्षित भनिएका व्यक्तिहरूले समेत सामाजिक सञ्जालमा सरकारको यो कदम सकारात्मक भनेका छन् भने कतिपयले ठेकेदार पत्रकारहरूलाई ठीक पारेको भन्ने जस्ता कमेन्टहरू र स्टार्टसहरू पनि आइरहेका छन्। यहाँहरूलाई हेक्का रहोस्, मिडिया बन्द हुँदा पत्रकारहरूले व्यवसाय बदल्न सक्छन्।

विकल्पका जागिर अनेक हुन सक्छन्, तर आम नागरिकको सुसूचित हुने अधिकार निमोठिने स्थितिको चाँहिँ विकल्प हुँदैन। यसो भनिरहँदा सरल जवाफ दिनेहरू पनि कम छैनन्, जो कि 'सामाजिक सञ्जाल छँदैछन् नि'। तर कुरा सामाजिक सञ्जाल र आधिकारिक र जवाफदेही सञ्चारमाध्यममा आकाश र जमिन जतिकै अन्तर छ भन्ने कुरा पनि हेक्का राख्न जरुरी छ।

भनिन्छ, लोकतन्त्रको सुन्दरता नै विचारको विविधता र सूचनाको बहुलतामा हुन्छ। राज्यले सञ्चारमाध्यमलाई 'नियन्त्रण' गर्ने होइन, 'नियमन' र 'प्रवर्द्धन' गर्ने नीति लिनुपर्छ। स्थानीय सञ्चारमाध्यमलाई उपलब्ध गराउने लोककल्याणकारी विज्ञापन कुनै दया वा दान होइन, बरु यो नागरिकलाई सुसूचित बनाउने राज्यको संवैधानिक दायित्व निर्वाह गर्ने एक अनिवार्य संयन्त्र हो।

यदि मोफसलका मिडियाको आर्थिक मेरुदण्ड भाँचियो भने संघीयताको जग मानिने स्थानीय तहको सुशासन, पारदर्शिता र उत्तरदायित्व पनि सँगै ढल्ने निश्चित छ। त्यसैले, प्रेस स्वतन्त्रताको रक्षा र स्थानीय मिडियाको दिगोपनका लागि राज्यको दृष्टिकोण उदार र लोकतान्त्रिक हुनु अनिवार्य छ।

नेपाली समाजको राजनीतिक चेतना, सामाजिक जागरण र व्यवस्था परिवर्तनको हरेक मोडमा सञ्चारमाध्यमले खेलेको भूमिका अद्वितीय छ।

जतिबेला मुलुक जहानियाँ राणा शासनको अँध्यारोमा थियो, त्यतिबेला 'गोरखापत्र'को स्थापना र त्यसपछि विदेशबाट लुकिछिपी भित्राइएका पत्रिकाहरूले नेपालीको मनमा स्वतन्त्रताको बीउ रोपेका थिए। आज हामी जुन संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको खुला आकाशमनि छौं, यसको जग निर्माणमा नेपाली पत्रकारिताले बगाएको पसिना र रगतको इतिहास साक्षी छ।

पछिल्ला घटनाक्रमहरू जस्तै वि.सं. २०४६ सालको जनआन्दोलन। प्रेसले नै नागरिकलाई हक-अधिकारका लागि सडकमा ओराल्ने काम गर्‍यो। विशेषगरी २०५२ पछि सुरु भएको सशस्त्र द्वन्द्व र २०६१ को शाही शासनका बेला नेपाली पत्रकारहरूले राज्य र विद्रोही द्वै पक्षबाट पाएको शारीरिक र मानसिक प्रताडना इतिहासको सबैभन्दा कठिन अध्याय हो।

यस बखतका धेरै घटनाहरू स्मरणीय छन्। कतिपय भिडियोहरू भूमिगत भएर खबरदारी गर्नुपरेको इतिहास पनि जीवितै छ। बन्दुकको नालको अगाडि उभिएर सत्य ओकल्ने अँट देखाएकै कारण आज प्रेसलाई 'राज्यको चौथो अंग'को सम्मान प्राप्त छ। तर, यो सम्मान कुनै उपहारका रूपमा होइन, अनगिन्ती पत्रकारहरूको बलिदान र अनवरत संघर्षको बलमा आर्जन गरिएको हो।

समाज रूपान्तरणको सबालमा पत्रकारिताले केवल राजनीतिक परिवर्तन मात्र ल्याएन, यसले जरा गाडेर बसेका सामाजिक कुरीतिहरू, छाउपडो, दाइजो प्रथा, छुवाछूत र लैङ्गिक विभेद विरुद्ध पनि सशक्त पैरवी गर्दै आएको छ।

मोफसलका गाउँ-वस्तीमा स्थानीय रेडियो र पत्रपत्रिकाले स्थानीय भाषा र लवजमा नागरिकलाई सुसूचित नगरेको भए संघीयताको मर्म आजको जस्तो जीवन्त हुने थिएन। केन्द्रको आँखा नपुगेका ठाउँमा पत्रकारको कलम पुगेकै कारण कयौं गरिब र निमुखाले न्याय पाएका छन् भने भ्रष्टाचारका ठूला काण्डहरू सार्वजनिक भई सुशासनको पक्षमा दबाव सिर्जना भएको छ।

यद्यपि, आजको समयमा पत्रकारिता सामु चुनौतीका नयाँ स्वरूपहरू देखा परेका छन्। शारीरिक हमलाका घटनामा केही कमी आए पनि 'आर्थिक घेराबन्दी' र 'नीतिगत नियन्त्रण' मार्फत प्रेसको घाँटी निमोठ्ने प्रयास जारी छ।

सरकारले लोककल्याणकारी विज्ञापनमा गर्ने विभेद र प्रेसलाई संकुचित पार्ने गरी ल्याइने कानूनहरूले लोकतन्त्रको प्राणवायु मानिने अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतालाई कमजोर बनाउँदै लगेका छन्।

यसपटकको सरकारी कदम पनि त्यसैको निरन्तरता हो भन्न सकिन्छ। सत्य के हो भने, जबसम्म पत्रकारिता आर्थिक र नैतिक रूपमा स्वतन्त्र हुँदैन, तबसम्म लोकतन्त्र बलियो हुन सक्दैन।

अतः इतिहासदेखि नै समाज रूपान्तरणको अग्रपंक्तिमा रहेको नेपाली पत्रकारितालाई संरक्षण गर्नु राज्यको मात्र होइन, नागरिक समाजको पनि दायित्व हो। पत्रकारले पनि आफ्नो संघर्षको गौरवपूर्ण विरासतलाई कायम राख्ने व्यवसायिकता र निष्पक्षताको कसीमा आफूलाई तिखानु आवश्यक छ।

एउटा सचेत र सशक्त प्रेसले मात्र शासनलाई नागरिकप्रति उत्तरदायी बनाउन सक्छ र समृद्ध समाजको सपना साकार पार्न सक्छ। प्रेसमाथिको लगानी वास्तवमा लोकतन्त्रको स्थायित्वका लागि गरिने लगानी हो भन्ने सत्यलाई सत्ताले समयमै बुझ्न जरुरी छ।

(लेखक- तीन दशकदेखि भापालाई वेश बनाएर पत्रकारिता पेशामा आवद्ध छन्।)

आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरू

एम्बुलेन्स		मुजेलिया प्रहरी चौकी	
मिथिला युवा समाज नेपाल	९८४४१०४३४४, ०४१-५२८९०६	हनुमान नगर प्रहरी चौकी	०४१-५२०७५०
श्री गणेश युवा कमिटी	९८०१६२५४२४, ९८५४०२७७०३	प्रहरी चौकी बलवा टोल	
श्री विश्वकामा युवा कमिटी	९८१५८९४४९५, ९८१२०९२४८५	अस्पतालहरू	
सिर्जनसिल युवा परिवार (वीरेन्द्र बजार)	९८४४९९०५, ९८०४८०५६४३	जनकपुर अञ्चल अस्पताल	०४१-५२००३३
माँ सहयोगी नेपाल (वेवडिहा-१)	९८०१६०४३८९	जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय	०४१-५२०६२८, ५२६२७१
नव मिथिला युवा कमिटी	९८५४०२८३०३, ९८०७८९९८८१	धनुषा अस्पताल पा.लि.	५९०८००, ५२५८००
मिथिला स्वास्थ्य सहकारी संस्था	९८५४०२२४७४, ९८०१६२४७४	आँखा अस्पताल	०४१-५२०३९७
रामानन्द युवा क्लव	९८०४८२७४०५	बछार प्रसुति केन्द्र	५२२४५७
एम्बुलेन्स रेडकस	१०२, ०४१-५२०८७०	महत्त्वपूर्ण कार्यालयहरू	
मिथिलाञ्चल विकास केन्द्र एम्बुलेन्स	९८१५८९३००५, ०४१-५२५४४८	जनकपुर उपमहानगरपालिका	०४१-
धनुषा अस्पताल पा.लि.	५२४७७०, ५२५८००	ब्रह्मा यन्त्र जउमनपा	०४१-५२००११
प्रहरी कार्यालय		बस पार्क	०४१-५२०९९८
जिल्ला प्रहरी कार्यालय	०४१-५२००९९, १००	जनकपुर विमान स्थल	०४१-५२००४४
सशस्त्र प्रहरी बल मुजेलिया	०४१-५२७९०५, ५२७२१३	बुद्ध एयर	०४१-५२५०२१, ५२५०२२
सुरक्षा गुन्म जनकपुर ब्यारेक	०४१-५२६५८६	यति एयर	०४१-५२५००४४, ५२५०२२
ट्राफिक प्रहरी कार्यालय जिरोमाइल	०४१-५२०३६६	विद्युत फयुज शाखा	०४१-५२०१५१
जानकी प्रहरी चौकी जानकी चौकी	०४१-५२०३४४	जानकी केवुल	०४१-५२३७२८
इलाका प्रहरी कार्यालय स्टेशन	०४१-	शाह केवुल	०४१-५२४७२२

तपाईंले के खानुहुन्छ भन्दा पनि खाने कुराबारे कसरी सोच्नुहुन्छ, त्यसले ठूलो अर्थ राख्छ। हाम्रो मस्तिष्क र शरीरको सम्बन्धले पाचन प्रक्रिया निर्धारण गर्छ किनभने खाएको कुराप्रति हाम्रो अपेक्षाले हाम्रो मस्तिष्कको भोक र सन्तुष्टिवारेको बुझाइ प्रभावित गर्न सक्छ।

तपाईंले स्वादिलो चकलेट बार र कम क्यालरीको प्राकृतिक रूपमै गुलियो विकल्प छान्नुपरे कुन छान्नुहुन्छ?

खास गरी तौल घटाउने प्रयासमा आहार अनुशासनमा रहेका हामीमध्ये धेरैलाई दोस्रो विकल्प छान्नुपर्छ भन्ने तर्क जायज लाग्छ तर स्वादिलो खानेकुरा छोड्न पनि कठिन पर्छ।

हामी स्वभावैले मिठो र ऊर्जायुक्त खानेकुरा मन पराउँछौं त्यो किन पनि भन्ने हाम्रा

पुर्खाहरू कुनै समय त्यसैमा निर्भर थिए।

अनि यो चुनौतीमा थपिएका छन् हाम्रो वरपर पाइने उच्च क्यालरीयुक्त र अतिप्रशोधित खानेकुराहरू। जब हामी त्यस्ता खानेकुरा खान्छौं, हामीलाई हाम्रो आहार अनुशासन विग्रिएको महसुस हुन्छ र बिनाकारण खाइयो भन्ने पछुतो पनि हुन सक्छ।

“अतिप्रशोधित खानेकुराहरू हेभी मेटल कन्सर्टेजस्तै हुन्। तिनीहरूले बाँकी सबै कुरालाई त्यहाँबाट बाहिर राख्छन्। अनि मानिसहरूलाई शास्त्रीय सङ्गीतजस्तो लाग्ने फलफूल र सागसब्जी मन

पर्न छोड्छ,” मिशिगन विश्वविद्यालयमा मनोविज्ञानका प्राध्यापक एश्ली गिअर्हार्ट भन्छन्।

तर अनुसन्धानले स्वस्थ तौल कायम राख्नका लागि हामीले के खान्छौं भन्नेमा मात्रै ध्यान दिन नहुने देखाएको छ। बरु खानेकुराप्रतिको हाम्रो सोचमा ध्यान दिनुपर्ने अनुसन्धाताहरूको



राय छ।

वास्तवमा मिठो मानेर खाँदा स्वास्थ्यमा हुन सक्ने धेरै फाइदाहरू छन्। हामी खानेकुराबाट सन्तुष्ट हुँदा त्यसले हामी कति भोको छौं भन्ने कुरालाई बिसाउन सक्छ।

सन्तुष्टि नदिने 'स्वस्थ' मिल्कशेक

अहिले चर्चामा रहेको आजभन्दा १५ वर्षअघिको परीक्षणमा वैज्ञानिकहरूले हामीले खाइरहेका छौं भन्ने कुराको आभासले हाम्रो शरीरले जनाउने प्रतिक्रिया फरक पर्ने उल्लेख गरेको छ।

अमेरिकाको स्ट्यान्डफर्ड विश्वविद्यालयकी मनोवैज्ञानिक

“मिठो मानेर खानुस्, तौल घट्न सक्छ”



एलिआ क्रम नेतृत्वको टोलीले मानिसहरूको एक समूहलाई उच्च क्यालरी भएको मिल्कशेक खुवाएर उनीहरूले खाएको क्यालरीको परिमाणभन्दा पनि के खाए भन्ने आधारमा होर्मोनले जनाउने प्रतिक्रिया अध्ययन गरेको थियो।

अनुसन्धानका सहभागीहरू सबैलाई ३८९ क्यालरीको बराबर मात्रा मिल्कशेक दिइएको थियो। तर केहीलाई १४० क्यालरीको

स्वस्थकर मिल्कशेक दिइएको भनियो र केहीलाई ६२० क्यालरीको स्वादिलो शेक दिइएको भनियो।

स्वादिलो शेक खाएको ठानेका व्यक्तिहरूमा भोक जगाउने 'ग्रेलिन' होर्मोन छिटो कम भएको देखियो। तर जब उनीहरूले खाएको शेक स्वादिलो नभएर कम क्यालरीको र स्वस्थकर चाहिँ रहेको भनियो, उनीहरूमा भोक निम्त्याउने होर्मोन निकै कम मात्र घट्यो। यसले खानेकुराबारे उनीहरूको अपेक्षासँग शरीरले कसरी प्रतिक्रिया जनाउँछ भन्ने खुलासा गर्‍यो। “हामीले पर्याप्त खाएका छौं भन्ने ठान्दा हाम्रो

शरीरले पनि त्यो पर्याप्त नै भएजसरी प्रतिक्रिया जनाउँछ,” क्रम भन्छन्।

स्वस्थ तौल कायम राख्ने मामिलामा यो निकै महत्त्वपूर्ण छ किनभने यसले हाम्रो पाचन प्रक्रियामा 'ग्रेलिन' होर्मोनलाई तलमाथि पार्न ठूलो भूमिका खेल्छ। यदि हामीले अघाएको महसुस गरेनौं भने हाम्रो 'मेटाबोलिजम' कम देखिन्छ र हामीले धेरै ऊर्जा खर्च गर्दैनौं।

स्वस्थ तौल कायम गर्न खानेकुरामा नियन्त्रण कायम गर्नुपर्छ भन्ने सोच प्रत्युत्पादक पनि हुन सक्छ। “यदि तपाईं तौल घटाउन प्रयासरत हुनुहुन्छ, अनि तपाईंले गुलियो, चिल्लो र क्यालरीयुक्त खानेकुरा कम गर्नुभयो र तपाईं कम खानुपर्छ

भन्ने सोचमा हुनुहुन्छ भने त्यसले तपाईंलाई धेरै तौल घटाउन दिँदैन,” उनी भन्छन्।

क्रमले पनि यस्तो अध्ययनमा अघाएको महसुस गर्ने आनुवंशिक बुझाइमा समान किसिमका परिणाम निकालेकी थिइन्।

खानेकुरामा 'लेबलिङ'को महत्त्व

खाद्य उत्पादनमा प्रयोग गरिएको 'लेबलिङ'ले पनि पाचन प्रक्रिया र तौलमा फरक पार्न सक्छ। अर्को एक अध्ययनका सहभागीहरूलाई 'स्वादिलो' वा 'स्वस्थकर' लेखिएका तर समान पोषण भएका प्रोटीन बार खान भनियो। तेस्रो समूहका मानिसहरूलाई त्यो बार कस्तो देखिन्छ भन्ने मूल्याङ्कन मात्रै गर्न भनियो।

'स्वस्थकर' बार खाएका सहभागीहरूले कम सन्तुष्ट भएको र थप भोको भएको महसुस गरे। अनि उनीहरू थप खानेकुरा खानतिर लागे। उनीहरू प्रोटीन बार नै नखाएका मानिसहरू भन्दा भोकाएको महसुस गरेका थिए। यसले के देखाउँछ भने 'स्वस्थकरको' लेबलले मानिसहरूले त्यो खानेकुरा खाएर सन्तुष्ट नहुने देखाउँछ। अर्थात् 'स्वस्थकर' लेखिएका खानेकुरा खाएका मानिसहरू कम सन्तुष्ट महसुस गर्न सक्छन्।

स्वास्थ्य र पोषणभन्दा

खानेकुरामा 'स्वस्थकर' र 'आनन्ददायी'को 'लेबल' लगाउँदा पनि मानिसहरूले ती खानेकुरा मन पराउने गरेको पाइयो। त्यसै गरी चकलेट केकजस्ता स्वादिला खानेकुरा खाएर पछुताउने मानिसहरू तौल घटाउन कम सफल भएको देखियो। सबै परिणाम एक ठाउँमा राखेर हेर्दा यो अनुसन्धानले तौल घटाउन प्रयास गरिरहेका मानिसहरूलाई महत्त्वपूर्ण सन्देश दिएको छ।

डेभिड रब्सनले आफ्नो पुस्तक 'एक्सपेक्टेड इफेक्ट'मा चर्चा गरेजस्तै मानिसहरूले कम क्यालरी खाने प्रयासमा धेरै खानेकुरा खान सक्छन्।

हामीले बरु आफ्नो शरीरमाथि विश्वास गरेर खानेकुरामा लगाइएका लेबल हेर्न छोड्नुपर्ने क्रम बताउँछन्।

मनोविज्ञानकी प्राध्यापक गिअर्हार्ट पोषण र क्यालरीमा ध्यान दिनुभन्दा मिठो भनेर खानुपर्ने सुझाव दिन्छन्।

सन्तुलित आहार खानुस्

बरु हामी प्रशोधन नगरिएका प्रोटीन र फलफूल तथा सागसब्जीजस्ता खानेकुरामा बढी केन्द्रित हुनुपर्ने गिअर्हार्ट बताउँछन्।

“हाम्रो शरीर यस्तै खानेकुराका लागि बनेको हुन्छ,” उनी भन्छन्।

उच्च प्रशोधित खानेकुराले हामीलाई आवश्यक पोषक तत्त्व समेत दिँदैनन्। जसलेगर्दा हामीलाई धेरै खान मन लाग्छ।

क्रमका अनुसार हामीले स्वाद मानेर खाँौं भने पनि पोषणको आवश्यकता पूर्तिहुन्छ। यो भनेको खानेकुरा बार्नुभन्दा पनि शरीरलाई के चाहिन्छ भन्नेमा केन्द्रित हुनु हो। “ठिक समयमा सही खानेकुराको भोक लागेको कुरामा आफू र आफ्नो शरीरलाई विश्वास गर्नुहोस्,” क्रम भन्छन्।

कहिलेकाहीं पार्टीमा पनि मजा मानेर खाने अनि सँगसँगै सन्तुलित खानेकुरा पनि खाने गर्नाले स्वस्थ तौल कायम गर्न सघाउ पुग्छ। साभार : वीवीसी/नेपाली

विहानको सुरुवात ताजा समाचारसँगै। विहान-विहानै देश-दुनियाँका ताजा, विश्वसनीय र विश्लेषणात्मक समाचार पढ्नुस् –तपाईंको आफ्नै पत्रिका। साथै जहाँ पत्रिका उपलब्ध छैन त्यहाँका लागि- Website www.esamachardainik.com

राष्ट्रिय दैनिक
सुमाचार दैनिक
जनकपुर

महासागरको तापक्रम खतरनाक स्तरमा, नयाँ रेकर्डको चेतावनी

पेरिस, २६ वैशाख । युरोपेली सङ्घअन्तर्गतको जलवायु निगरानी निकायले शुक्रवार विश्वका महासागरको सतही तापक्रम हालैका दिनमा अत्यन्त उच्च स्तरको नजिक पुगेको चेतावनी दिएको छ । वैज्ञानिकहरूको भनाइअनुसार अहिलेको अवस्था सन् २०२४ मा देखिएको सबैभन्दा तातो समुद्री तापक्रमको रेकर्डभन्दा थोरै मात्र कम छ, र आगामी केही दिन वा हप्ताभित्रै नयाँ कीर्तिमान बन्न सक्ने सम्भावना बलियो बनेको छ ।

युरोपेली मध्यम दूरी मौसम पूर्वानुमान केन्द्रकी जलवायु प्रमुख सामन्था बर्गसले बताएअनुसार महासागरको सतह निरन्तर ताँदै गएको छ र यसले विश्व जलवायु प्रणालीमा ठूलो परिवर्तनको सङ्केत दिइरहेको छ । उहाँले मे महिनामा मात्र पनि समुद्री तापक्रमले नयाँ ऐतिहासिक रेकर्ड तोड्ने सम्भावना उच्च रहेको बताउनुभएको छ ।

युरोपेली सङ्घअन्तर्गतको कोपरनिकस जलवायु परिवर्तन सेवाले अप्रिल महिनामा विश्वभर समुद्री तापक्रम क्रमशः बढ्दै गएको र यो हालसम्म मापन गरिएको दोस्रो सबैभन्दा उच्च स्तरमा पुगेको पुष्टि गरेको छ । विशेष गरी प्रशान्त महासागरदेखि उत्तर अमेरिकासम्म फैलिएको क्षेत्रमा समुद्री तातो लहर अत्यधिक



रूपमा बढेको छ, जसले धेरै क्षेत्रमा जलवायु असन्तुलन सिर्जना गरेको छ ।

यसैबिच, विश्व मौसम सङ्गठनले पनि 'एल निनो' अवस्था आगामी मे देखि जुलाई महिनाभित्र विकसित हुन सक्ने चेतावनी दिएको छ । 'एल निनो' प्रशान्त महासागरको तापक्रम र वायुप्रवाहमा हुने प्राकृतिक परिवर्तन हो, जसले विश्वभर खडेरी, अत्यधिक वर्षा, आँधीबेहरी र अन्य चरम मौसम घटना बढाउने गर्छ ।

वैज्ञानिकहरूको अध्ययनअनुसार एल निनो मात्र अहिलेको तापक्रम वृद्धिको कारण होइन, तर मानव गतिविधिबाट उत्सर्जित हरितगृह ग्यासका कारण भइरहेको दीर्घकालीन ग्लोबल वार्मिङसँग मिलेर यसले पृथ्वीको तापक्रम अझ तीव्र रूपमा बढाइरहेको छ । यसै प्रभाव स्वरूप पछिल्लो एल निनो अवधिमा सन् २०२३ र २०२४ क्रमशः अहिलेसम्मकै दोस्रो र सबैभन्दा तातो वर्ष बनेका थिए ।

केही मौसम पूर्वानुमानले आगामी एल निनो अझ शक्तिशाली हुन सक्ने अनुमान गरेका छन्, जसलाई तीन दशक अघिको अत्यन्त शक्तिशाली एल निनोसँग तुलना गर्न सकिन्छ । वर्कले अर्थ अनुसन्धान संस्थाका वैज्ञानिक जेक हाउस फादरका अनुसार यदि आगामी एल निनो शक्तिशाली भयो भने सन् २०२७ अहिलेसम्मकै सबैभन्दा तातो वर्ष बन्ने सम्भावना अझ बढ्नेछ ।

सामन्था बर्गसले स्पष्ट पारेअनुसार अहिले नै यसको शक्ति कति हुनेछ भनेर निश्चितरूपमा अनुमान गर्न कठिन छ, किनभने वसन्त ऋतुमा गरिने पूर्वानुमान प्रायः अनिश्चित हुन्छन् । तर उहाँले जोड दिँदै भन्नुभयो, "यसको प्रभाव भने विश्वव्यापीरूपमा स्पष्टरूपमा महसुस हुने छ ।" उहाँका अनुसार एल निनोको चरम प्रभाव प्रायः यसको शिखर वर्षपछि देखिन्छ, जसले गर्दा आगामी वर्षमा तापक्रम अझ बढ्ने सम्भावना रहन्छ ।

खाद्य कम्पनीका महाप्रबन्धक रमेश आचार्यले दिए राजीनामा

दैनिक समाचारदाता काठमाडौं २६ वैशाख । खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनी लिमिटेडका महाप्रबन्धक रमेश आचार्यले पदबाट राजीनामा दिएका छन् । सरकारले राजनीतिक नियुक्तिहरू खारेज गर्ने तयारी गरिरहेका बेला आचार्यले नैतिकताको आधारमा भन्दै ५ दिनअघि नै राजीनामा दिएको स्रोतले जानकारी दिएको छ ।

पछिल्लो समय सरकारले 'सार्वजनिक पदाधिकारीको पदमुक्तिसम्बन्धी विशेष व्यवस्था अध्यादेश, २०८३' मार्फत ठूलो सङ्ख्यामा राजनीतिक नियुक्तिहरू खारेज गर्ने प्रक्रिया अघि बढाएको छ । यद्यपि, उक्त अध्यादेशमा खाद्य कम्पनीको महाप्रबन्धकको नाम समावेश थिएन, तर सरकारले थप



५०० जना राजनीतिक नियुक्तिको सूची बनाएर हटाउने तयारी गरेपछि आचार्यले आफैले मार्ग प्रशस्त गरेका ती अधिकारीले बताए । कम्पनीका एक उच्च अधिकारीका अनुसार आचार्यले कुनै विवादका कारण नभई बदलिँदो राजनीतिक परिस्थिति र सरकारको मनसायलाई बुझेर स्वैच्छिक रूपमा राजीनामा दिएका हुन् । ती अधिकारीले आचार्यको

कार्यशैली प्रशंसनीय रहेको तर्क गरे । उनले भने, 'उहाँ जत्तिको मान्छे पाउन संस्थालाई गाह्रो छ । सुरक्षण मुद्रण केन्द्रबाट भइरहेको लाइसेन्स छपाइको पूर्वतयारी र चुनावका बेला निर्वाचन सामग्रीको छिटो व्यवस्थापनमा उहाँको नेतृत्व प्रशंसनीय थियो ।'

२०८१ साउन २८ गतेको मन्त्रपरिषद् बैठकबाट आचार्यलाई खुल्ला प्रतिस्पर्धाका आधारमा महाप्रबन्धक नियुक्त गरेको थियो । खुल्ला प्रतिस्पर्धाबाट आएको भए तापनि सरकारले अघिल्लो सरकारका नियुक्तिहरू हटाउन थालेपछि उनले उच्च नैतिकता देखाउँदै पद त्याग्ने निर्णय गरेको ती अधिकारीले बताएका छन् ।

छ लाख रुपियाँ अवैध भारुसहित दुई जना पक्राउ

दैनिक समाचारदाता नेपालगन्ज, २६ वैशाख । भारतसँग सीमाना जोडिएको बाँके जिल्लाको नेपालगन्ज लगायत विभिन्न सीमावर्ती स्थानमा भारतीय र नेपाली रुपियाँको अवैध सट्टी कारोबार खुला रूपमा हुँदै आएको छ । अवैध रूपमा सट्टी कारोबार गर्ने अनुमति लिएका सट्टी काउन्टरले पनि सरकारले तोकेको भन्दा बढी रकममा भारु र नेपाली रुपियाँको लेनदेन खुला रूपमा गरिरहेको पाइन्छ । भारतीय रुपियाँको अभावका कारण नेपालगन्ज र सो वरिपरिका क्षेत्रमा सरकारले तोकेको दर रेट भन्दा महङ्गमा अवैध रूपमा खरिद बिक्री हुने गरेको छ ।

उपरीक्षक दीपक पातलीका अनुसार नेपालगन्ज उपमहानगरपालिका(३, एकलैनी क्षेत्रबाट नरेनापुर गाउँपालिका(५ का २९ वर्षीय वीरवल कुम्हार र नरेनापुर(४ का ३८ वर्षीय मुनिव खोलाई पक्राउ गरिएको हो । उहाँले उनीहरूको साथबाट प्रहरीले भारतीय ६ लाख रुपियाँ बरामद गरेको बताउनुभयो । पक्राउ परेका दुवै जनालाई आवश्यक अनुसन्धान तथा कारबाहीका लागि राजश्व अनुसन्धान कार्यालय कोहलपुर पठाइएको पनि प्रहरी नायब उपरीक्षक दीपक पातलीले जानकारी दिनुभयो । स्थानीयका अनुसार दुई जनालाई पक्राउ गरिएको सोही स्थानमा एक जनाले लामो समयदेखि भारु र नेरुको अवैध कारोबार गर्दै आएपनि प्रहरीले पक्राउ नगर्नु आश्चर्यजनक छ । सोही प्रकारले घोसी टोल, एकलैनी, त्रिभुवन चौक, जयसपुर, जमुनाहा नाका नजिकको बजार क्षेत्रमा पनि खुला रूपमा भारु नेरुको अवैध कारोबार हुँदै आएको स्थानीयले जनाएका छन् ।

लहडतन्त्र र भयतन्त्र ल्याउने

प्रयासको प्रतिरोध गर्छौं : गगन थापा

दैनिक समाचारदाता काठमाडौं, २६ वैशाख । नेपाली कांग्रेसका सभापति गगनकुमार थापाले लोकतन्त्रभित्र गरिने सुधारमा आफ्नो पार्टीको पूर्ण समर्थन रहने बताएका छन् । कैलालीको धनगढीमा आयोजित 'प्रदेश र स्थानीय तह केन्द्रित प्रदेशस्तरीय भेला' लाई सम्बोधन गर्दै उनले यस्तो बताएका हुन् । साथै, लोकतन्त्रको स्थानमा लहडतन्त्र र भयतन्त्र स्थापना गर्ने कुनै पनि प्रयासको प्रतिरोध आफ्नो पार्टीले गर्ने पनि उनले बताए ।

'लोकतन्त्रभित्र गरिने सुधारमा हाम्रो पूर्ण सहयोग रहन्छ, तर लोकतन्त्रको स्थानमा लहडतन्त्र र भयतन्त्र स्थापना



गर्ने कुनै पनि प्रयासको हामी दृढ प्रतिरोध गर्छौं,' सभापति थापाले भने । सभापति थापाले पार्टीको जिम्मेवारीमा बसेर २९ फागुनको

निर्वाचनमा उम्मेदवारलाई असहयोग गरेको नेताहरूलाई केही समयका लागि जिम्मेवारीमुक्त गरिने पनि बताएका थिए ।

ब्राउनसुगरसहित ३ जना पक्राउ

दैनिक समाचारदाता सुनसरी २६ वैशाख । ब्राउन सुगर कारोबार गरेको आरोपमा प्रहरीले धरानको एक होटलबाट ३ जनालाई पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्नेहरूमा सिन्धुपाल्चोकको मेलम्चीनगरपालिका-४ बासखर्क घर भई काठमाडौंको गोकर्णेश्वर नगरपालिका-६ बस्ने २० वर्षीय सन्देश तामाङ, काभ्रेपलान्चोक नगरपालिका-३ ठाँटी घर भई काठमाण्डौको कागेस्वरी

नगरपालिका-६ बस्ने २२ वर्षीय समिर दियाली र भापाको विर्तामोड नगरपालिका-६ नयाँ बसपार्क बस्ने २८ वर्षीय क्षितिज भण्डारी रहेका छन् ।

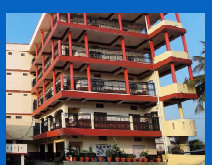
उनीहरूलाई कोशी प्रदेश कार्यालय विराटनगर पिठिआई, इलाका प्रहरी कार्यालय धरान र वडा प्रहरी कार्यालय धरानबाट खटेका संयुक्त टोलीले शुक्रबार राति कोठा छापामा मारेर पक्राउ गरेको हो ।

उनीहरूको साथबाट

प्रहरीले ३६ ग्राम ९१० मिलिग्राम ब्राउन सुगर बरामद गरेको छ । उनीहरूलाई धरान नगरपालिका-९ बगैँचालाइनस्थित रत्न इन होटलको कोठा नम्बर ७ बाट शुक्रबार राती पक्राउ गरेको प्रहरीले जनाएको छ ।

उनीहरूले ब्राउन सुगर कारोवारमा प्रयोग गरेको बागमती प्रदेश ०२-०२७ प ३२८१ र बागमती प्रदेश ०२-०४३ प ४८८२ नम्बरको मोटरसाइकल पनि बरामद गरेको प्रहरीले जनाएको छ ।

अब उत्कृष्ट भविष्यको रोजाई



MIT Campus, Janakpur, Dham

- गुणस्तरीय शिक्षा
- अनुभवी तथा दक्ष शिक्षक टोली
- आधुनिक शिक्षण पद्धति
- अनुशासित र विद्यार्थीमैत्री वातावरण
- उत्कृष्ट नतिजासहित उज्ज्वल भविष्यको सुनिश्चितता

"आजको सही निर्णय, भोलिको सफल भविष्य"

- किन रोज्ने
- SEE पछि उत्कृष्ट अध्ययनको अवसर
 - विज्ञान, वाणिज्य तथा व्यवस्थापन संकायमा विशेष सफलता
 - नियमित कक्षा, अतिरिक्त शैक्षिक गतिविधि र करिअर मार्गदर्शन
 - प्रतिस्पर्धात्मक परीक्षाको तयारीमा विशेष ध्यान
 - आधुनिक प्रयोगशाला तथा सुविधा सम्पन्न कक्षा कोठा

Janakpur, Dham-4, Dhanusha Nepal

Mob. No. 9801670856, 9801670861, 9854025907, 9844005260 Phone : 041-425035, 526377

Email: mitcampus.jnk@gmail.com Website: www.mitjnk.edu.np

विज्ञान, वाणिज्य तथा व्यवस्थापन शिक्षामा विश्वासिलो नाम