कीर्तिपुरको चित्रण

काठमाण्डौं जि. प्र. का दर्ता नं. २११ –२०६७/०६८

कीर्तिपुर सन्देश

KIRTIPUR SANDESH WEEKLY

साप्ताहिक

वर्ष ६ अंक ३४ (संयुक्तांक २८८) ने. सं. ११३७ चिल्लागा नवमि बुधवा: २०७३ चैत ०९ गते बुधवार (Mar 22, 2017) मूल्य रु.१०/- पृष्ठ २०

बार्षिक Calendar छपाई विशेष छुटका साथ

Calendar छाप्दा Visiting Card

सितैमा

★ शर्तहरु लागु हुनेछ ।

TREE MEDIA PVT. LTD.

क्यालेण्डर मुल्य सुची

१. साईज १२"x१८"
२. पाना संख्या -३
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १३० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ३८/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. २४/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु २२/-

१. साईज १२"x१८"
२. पाना संख्या -३
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ४०/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. २७/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु २४/-

१. साईज १२"x१८"
२. पाना संख्या - १ (एक साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. २०/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. १४/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु १२/-
८. जम्मा संख्या ३००० को प्रति पिस रु १०/-

१. साईज १२"x१८"
२. पाना संख्या - १ (एक साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - २०० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. २१/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. १६/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु १३.५०/-

१. साईज १२"x१८"
२. पाना संख्या - १(एक साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - २५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. २२.५०/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. १७/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु १४.५०/-

१. साईज १२"x१८"
२. पाना संख्या - २ (दुवैसाइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १३० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. २८/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. २०/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु १७/-

१. साईज १२"x१८"
२. पाना संख्या - १ (एक साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - २०० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. २१/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. १६/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु १३.५०/-

१. साईज १२"x१८"
२. पाना संख्या - २(दुवै साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ३०/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. २२/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु १९/-

१. साईज १५"x २०"
२. पाना संख्या - १ (दुवै साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - २०० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ३२/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. २२/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु १९/-

१. साईज १५"x २०"
२. पाना संख्या - १ (दुवै साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ३४/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. २४/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु २०/-

१. साईज १५"x २०"
२. पाना संख्या - १ (दुवै साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - २०० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ३८/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. २६/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु २१/-

१. साईज १२"x २३"
२. पाना संख्या - ३(दुवै साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ८२/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. ५६/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु ४१/-

१. साईज १२"x २३"
२. पाना संख्या - ३(दुवै साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ८२/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. ५६/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु ४१/-

१. साईज १५"x २०"
२. पाना संख्या - ३
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १३० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ७०/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. ४३/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु ३६/-
८. जम्मा संख्या ३००० को प्रति पिस रु ३२/-

१. साईज १५"x २०"
२. पाना संख्या - ३
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ७२/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. ४६/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु ३८/-

१. साईज १५"x २०"
२. पाना संख्या - १ (दुवै साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - २५० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. ४०/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. २८/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु २३/-

१. साईज ७.५"x २३"
२. पाना संख्या - ३(दुवै साइड प्रिन्ट)
३. ४ कलर प्रिन्ट
४. आर्ट पेपर - १३० ग्राम
५. जम्मा संख्या ५०० को प्रति पिस रु. २५.५०/-
६. जम्मा संख्या १००० को प्रति पिस रु. १६/-
७. जम्मा संख्या २००० को प्रति पिस रु १४/-

treemedianp@gmail.com

www.facebook.com/treemediapvtltd

ट्रि मेडिया प्रा. लि.

कीर्तिपुर, काठमाडौं

फोन नं.: ०१-४३३४४७४, ९८५१२१०४६३, ९७४१०२६७२३

TREE MEDIA PVT. LTD.

नेपालमा वृद्ध जनसङ्ख्याको स्थिति–३

नारायण महर्जन
शहिद स्मारक कलेजको
लेक्चरर

५.कीर्तिपुर नगरपालिकामा वृद्ध जनसंख्या :

देशको वृद्ध जनसङ्ख्याको स्थितिको परिचर्चा गर्ने क्रममा यसै क्षेत्रको वृद्ध जनसङ्ख्याको स्थिति वारे अनभिज्ञता जनाउनु वा उल्लेख नगर्नु अध्ययनकै क्रममा केही नपुगे जस्तो हुने देखिएकोले सामान्य जानकारीका लागि कीर्तिपुर नगरपालिकाको वृद्ध जनसङ्ख्याको स्थिति प्रस्तुत गरिएको छ ।

कीर्तिपुर नगरपालिकाको लिङ्ग अनुसारको वृद्ध जनसङ्ख्याको स्थितिको तालिका :

	वि.सं. २०५८ को जनगणना अनुसार			वि.सं. २०६८ को जनगणना अनुसार			वार्षिक वृद्धिदर		
उमेर समूह	जम्मा वृद्ध जनसंख्या	पुरुष	महिला	जम्मा वृद्ध जनसंख्या	पुरुष	महिला	जम्मा वृद्ध जनसंख्या	पुरुष	महिला
६०-६४	997	466	531	1457	715	742	3.8	4.3	3.3
६५-६९	856	415	441	1134	515	619	2.8	2.2	3.4
७०-७४	554	285	269	828	381	447	4.0	2.9	5.1

स्रोतः National population & Housing Census 2001,2011

माथिदिइएको तालिका अनुसार कीर्तिपुर नगरपालिकामा वि. सं. २०५८ र वि. सं. २०६८ सालको जनगणना अनुसार ज्येष्ठ नागरिकको तथ्याङ्कलाई हेर्दा २०५८ को जनगणनामा कुल जनसंख्या ४०८३५ जनामा ३११४ जना वृद्धहरु जसमा पुरुष १४८९ र महिला १६०५जना देखिन्छन् भने वि. स. २०६८ सालमा लिइएको जनगणना अनुसार कुल जनसङ्ख्या ६५६०२ जनामध्ये ४५९८ जना वृद्धहरु छन् । कुल वृद्धहरुको जनसङ्ख्यामध्ये पुरुष २१३४ जना र महिला २४६४ जना रहेका छन्। यस नगरपालिकामा कुल वृद्ध जनसङ्ख्यामा एक दशकमा नै ४८ प्रतिशत वृद्ध जनसङ्ख्या वढेको देखिन्छ भने पुरुष तर्फ ४४ प्रतिशत र महिला तर्फ ५४ प्रतिशत बृद्धि भएको तथ्याङ्कले पुष्टि गरेको छ ।

कीतिपुर नगरपालिकामा दश वर्षको जनगणनाको अन्तर ालमा वृद्धहरुको कुल जनसङ्ख्यामा ३.९ प्रतिशतले बृद्धि भएको देखिन्छ भने पुरुष र महिला वृद्धहरुमा क्रमशः ३.६ र ४.३ प्रतिशतले वृद्धि भएको देखिन्छ । यस नगरपालिकामा ६०(६४ उमेर समूहमा महिलाको भन्दा पुरुषको वृद्धिदर वढी र त्यसपछिका उमेर समूह ६५(६९, ७०(७४ र ७५ भन्दा माथिकामा पुरुषको भन्दा महिलाको वृद्धिदर छ र यस्को अनुपात झन्डै एक तिहाइले फरक छ । यस नगरपालिकामा पनि ७० र ७५ वर्ष भन्दा बढी उमेरका मध्यम बृद्ध र बयोबृद्धहरुका सङ्ख्या तीव्र गतिमा बढीर हेको छ । पुरुषहरुको तुलनामा महिलाहरु वढी संख्या र वृद्धि दर रहेको पाइन्छ । वृद्धहरुको जनसंख्यामा पुरुषको दाँजोमा महिलाहरु धेरै संख्यामा हुनुमा निम्न लिखित कारणहरु हुन सक्छन् । पुरुषहरु उच्च जोखिमपूर्ण कार्यमा बढी संलग्न हुने, घर व्यवस्थापनमा आर्थिक साथै सम्पूर्ण जिम्मेवारीको वहनको तनाव वढी हुने, र ोगसँग लड्न सक्ने क्षमता महिलामा भन्दा पुरुषमा कम हुने आदि कारणले हुन सक्छ ।

६. सुझावहरुः

१. एकल ज्येष्ठ नागरिकहरुको मन मिल्नेसँग पुनःरविवाह गर्ने व्यवस्था कानुनी रुपमा दिनुपर्छ । तर , उमेर भिन्नता निरुत्साहित गर्नुपर्छ । स्टार प्लस च्यानल (सत्यमेव जयते कार्यक्रम २०१४ई) किनभने समाज शास्त्रीको आकलनमा जस्तो सुकै परि वारिक द्वन्दको स्थितिमा श्रीमानले श्रीमतीलाई र श्रीमतीले श्रीमानलाई आपत विपत परेको वेला एकले अर्कालाई हेरविचार कुनै व्यवसायीक परिचारिका वा स्वास्थ्य कर्मीले भन्दा बढि गर्दछ ।

२. ज्येष्ठ नागरिक हुनु जीवनको प्रक्रिया हो, यो अभिशाप होइन भन्ने बारे ज्ञान र शिक्षा दिनुपर्छ ।

३. ज्येष्ठ नागरिकहरुप्रति इङ्गित गरी लेखिएको नकार ात्मक उक्ति वा भनाइलाई निरुत्साहित गर्दै जानु पर्छ । जस्तैः मर्ने वेलामा हरियो काको आदि

४. उनीहरुमा रहेको ज्ञान वा सिप वा अनुभव बाँड्ने मौका वा लिपीवद्ध गर्दै जाने व्यवस्था गर्नुपर्छ ।

५. वयोविभेद (ब्नभ मष्कअचऋष्लबतष्यल) लाई निरुत्साहित गर्नुपर्छ । जस्तैः आश्रित भाषा, कम आकलन गर्ने आदि (चौलागाईं, २०६८विः३) ।

६. ७५ वटा जिल्लाका जिल्ला अस्पतालमा ज्येष्ठ नागरिकहरुको स्वास्थ उपचार, सकिन्छ निःशुल्क, नसकेमा निश्चित प्रतिशत सहुलियतको व्यवस्था अझ नसकेमा कमसेकम औषधी र उपचारमा लगाई रहेको भ्याट (VAT) मा छुटको व्यवस्था गर्दै जानुपर्छ ।

(वि.सं. २०७० साल वैशाख २ गते देखि वीर अस्पतालमा ७० वर्ष सो भन्दा माथि पुगेका नागरिकलाई मात्र निःशुल्क उपचार सेवा र धेरै शुल्क तिर्नु पर्ने उपचारमा ५० प्रतिशत छुट दिइएको छ ।) नकर्मीः २०७० वि, ६ गोरखापत्र

७. ज्येष्ठ नागरिकहरुलाई हल्का रुपमा गर्न सकिने स(साना व्यवसाय गर्ने योजनामा प्रोत्साहित गर्ने कार्यक्रमहरु ल्याउनुपर्छ ।

८. विद्यालय स्तरमा पाठ्यक्रममा बुढ्यौली बारेमा थोरै मात्रामा छ तर ज्येष्ठ नागरिक आदर गर्ने त्यसको मूल्य र मान्यतालाई अझै विस्तारित रुपमा समावेश गर्नुपर्छ ।

९. ज्येष्ठ नागरिकहरु आफु अनुकूलको स्वधर्ममा रमाउने हुँदा आवश्यकता हेरी गाउँ, टोल, वडा नगरहरुमा आध्यात्मिक क्लव, खेलकुद क्लव, ध्यान शिविर, धार्मिक प्रवचन चलाउने सक्रिय केन्द्रहरु खोल्न लगाउनु पर्छ ।

१०. सक्रिय वुढ्यौली भनेको के हो भनेर सूचना र ज्ञान दिदै जाने व्यवस्था गर्नुपर्छ ।

११. घरवाट वृद्धाश्रम सम्ममा धेरै ठुलो फासला छ, यस वीचमा थुप्रै वृद्ध सेवाका कार्यक्रम साथै व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ, अन्तमा मात्र वृद्धाश्रम हो भन्ने सोचाइ राखी सरकारी पहलमा नै ज्येष्ठ नागरिकहरुलाई हेरचाह गर्ने घर वा दिवा आश्रमको व्यवस्था गरी स्थानीय नागरिकलाई जिम्मा दिँदै जानु पर्छ ।

१२ सामान्यतया गर्वका साथ छोराछोरीले “मैले बा आमालाई पालिरहेको छु वा म कहाँ बस्छ “भन्ने गर्छ त्यस भनाईलाई सकारात्मक रुपमा “म बा आमासंगै वस्ने सौभाग्य पाएको छु “भन्ने समाजमा भावना जगाउनु पर्छ ।

७. ज्येष्ठ नागरिकहरुमा अनुरोधः

१. आफ्नो सम्पूर्ण चल अचल सम्पती छोराछोरीको कल्याणका लागि खर्च नगरी केही रकम वा सम्पत्ति बुढेसकालका लागि सुर क्षित राख्नुहोस् ।

२. बितेका जीवनका राम्रा तथा सकारात्मक कुरालाई मात्र सम्झेर र विगतमा उत्पन्न समस्या समाधान गरेका सकारात्मक कुरावाट खुसी हुन सिक्नुहोस् ।

३. आफुले परिवार र सन्तानलाई धेरै गरेको छु मलाई पनि तिनीहरुले त्यतिकै गर्नुपर्छ वा गर्छ भन्ने चाहाना वा आशा नर ाख्नुहोस् । (सन्ततिले गरे राम्रो भइहाल्यो)

४. “पानी जहिले पनि माथिवाट तल बग्छ तलवाट माथि कहिल्यै बग्दैन“तसर्थ माया पनि त्यस्तै हो भन्ने सोच राख्नुहोस् । (कोमल गीता, भाग २)

५. संसारमा सृष्टि भएका सम्पूर्ण वस्तु या जीव सवैको अन्त्य हुन्छ तसर्थ कोही नहुदा भगवान (अदृश्य शक्ति) ले जे गर्छ राम्रो गर्छ भनी त्यसैमा आशा भरोसा गर्नुहोस् ।

क्रमशः ......

RARAHIL MEMORIAL SCHOOL
रारहिल मेमोरियल स्कूल
"Be Smart. Be Good!"
Kirtipur-11, Kathmandu, ph no.4330121, 4331249 Email: rarahill@mail.com.np, Website: www.rarahill.edu.com.np

ADMISSION OPEN
to
academic Session 2074/2016/17

Play Group

Salient Features:
Grade teaching classes (Play-way teaching learning approach) at Pre-primary & primary levels.
Homely & natural school environment.
Homely & hygienic hostel facility.
Regular & Special music, dance, art & sport activities, and field trips.
Seperate playground & dining hall for small kids.
Audio Visual teaching & learning classes

100% Successful SLC Result with Remarkable Distinction Since 2003

अपाङ्गता कुनै पनि व्यक्तिलाई हुनसक्ने एउटा स्थिति हो । त्यसैले अपाङ्गता भएको व्यक्ति भनौं ।

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार प्रविधि मन्त्रालय
सूचना विभाग

कीर्तिपुरको चित्रण

काठमाण्डौं जि. प्र. का दर्ता नं. २११ –२०६७/०६८

कीर्तिपुर सन्देश

KIRTIPUR SANDESH WEEKLY

साप्ताहिक

वर्ष ६ अंक ३४ (संयुक्तांक २८८) ने. सं. ११३७ चिल्लागा नवमि बुधवा: २०७३ चैत ०९ गते बुधवार (Mar 22, 2017) मूल्य रु.१०/- पृष्ठ २०

संविधान उल्लंघन विरुद्ध जनजाति अदालतमा जाने

चैत्र २९ र ३० गते राष्ट्रिय भेला १२ गते आयोगको प्रतिवेदन जलाउन कार्यक्रम माइतिघर मण्डलमा १ बजेदेखि ३ बजे सम्म

संविधान संशोधन, स्थानीय तह पुनर्संचनालाई परिमार्जनलगायत मागहरू राख्दै आन्दोलन घोषणा गरेको नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघले स्थानीय तह निर्धारण गरी कार्यान्वयन गर्दा संविधान उल्लंघन गरिएको भन्दै सरकारविरुद्ध सर्वोच्च अदालतमा मुद्दा हाल्ने समेत तयारी गरेको छ ।

आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठानको खारेजी प्रक्रिया बन्द गर्ने, आदिवासी जनजाति मन्त्रालयको स्थापना, आदिवासी आन्दोलनसँग गरिएको सहमति र सम्झौताको कार्यान्वयन, आइएलओ महासन्धि नं. १६९ र युएनड्रिपको प्रावधानअनुरुप संविधान, ऐन, कानून र नीतिहरूमा सम्बोधन लगायतको मागहरू महासंघले राखेको छ । सरकारले ०७४ वैशाख ३१ गते घोषणा गरेको स्थानीय तहको निर्वाचनलाई समेत संविधान संशोधन र स्वायत्त, संरक्षित र विशेष क्षेत्र किटान नगरी स्वीकार्न नसकिने जनाउँदै आएको छ । गत फागुन १९ गतेदेखि ०७४ वैशाख ९ गतेसम्म पहिलो चरणको आन्दोलन घोषणा गरेको महासंघ र यसका घटक जातीय संघसंस्थाहरूले अदालतमा रिट दायर गर्ने अभियानलाई पनि आन्दोलनकै रुपमा लिएको महासंघले जनाएको छ । स्थानीय तह निर्धारण गर्दा संविधानको भावना अनुरुप विशेष, संरक्षित र स्वायत्त क्षेत्र समेत निर्धारण गर्नुपर्ने भए पनि सरकारले विशेष, संरक्षित र स्वायत्त क्षेत्रको संख्या र सिमाना निर्धारण नै नगरी स्थानीय तह कार्यान्वयनमा ल्याएको भन्दै महासंघले मुद्दा हाल्ने तयारी गरेको हो । संविधानको धारा ५६ को उपधारा (४) र (५) मा स्थानीय तहअन्तर्गत गाउँपालिका, नगरपालिका र जिल्ला सभा रहने तथा विशेष, संरक्षित र स्वायत्त क्षेत्र कायम गर्न सकिने व्यवस्था छ । सरकारले हाल गाउँपालिका र नगरपालिका मात्रैको संख्या र सीमाना निर्धारण गरी कार्यान्वयनमा ल्याएको छ । विशेष, संरक्षित र स्वायत्त क्षेत्र निर्धारण नै नगरी स्थानीय तह कार्यान्वयनमा ल्याइएकाले र सो कार्य संविधानको भावनाविरुद्ध भएकाले अदालतमा मुद्दा दायर गर्ने तयारी गरिएको महासंघका अध्यक्ष जगत बरामले बताए । 'आदिवासी जनजातिहरूको जातीय बसोबास र ऐतिहासिक थलो एकीकृत हुने गरी स्थानीय तह निर्माण गर्नुपर्ने र नामाकरण गर्दा पनि भाषिक, सांस्कृतिक आधारमा गर्नुपर्ने माग राख्दै आएका थियौं,' बरामले भने, 'तर, सरकारले हाम्रो माग सम्बोधन हुने गरी स्थानीय तह निर्धारण गर्नु त कहाँ हो कहाँ, संविधान नै उल्लंघन गरी स्थानीय तह कार्यान्वयनमा ल्याएपछि सरकारविरुद्ध मुद्धा दायर गर्ने तयारी गरेका छौं ।' बरामका अनुसार संरक्षित र स्वायत्त क्षेत्र माग गर्ने आदिवासी जनजातिजन्य संघसंस्थाहरूले अलग अलग मुद्दा दायर गर्नेछन् ।

सरकारले संविधानको धारा ९५ को उपधारा ४ बमोजिम स्थानीय तह निर्धारणा गर्नका लागि बालानन्द पौडेलको अध्यक्षतामा ९ सदस्यीय आयोग समेत गठन गरेको थियो । एक वर्षको समयावधि भएको आयोगले समय नपुग भएको भन्दै विशेष, संरक्षित र स्वायत्त क्षेत्रको संख्या र सिमाना निर्धारण नगरी सरकारलाई गत ३० फागुनमा अन्तिम प्रतिवेदन दिएको थियो । सरकारले संविधानको भावना अनुरुप आयोगले पूरा गर्न नसकेको काम चाहिँ गरेन । तर

आयोगले सिफारिस गरेको ७ सय १९ स्थानीय तहलाई भने सरकार आफैले हेरफेर गर्दै ७ सय ४४ स्थानीय तह कार्यान्वयनमा ल्याएको छ । यसैबीच महासंघले जारी आन्दोलनलाई प्रभावकारी र व्यवस्थित बनाउने उद्देश्यले अध्यक्ष बरामको अध्यक्षतामा ३ सय ७५ सदस्यीय आन्दोलन परिचालन समिति गठन गरेको छ ।

आइतबार ललितपुरस्थित महासंघको कार्यालयमा बसेको विस्तारित बैठकले महासंघको आन्दोलनलाई चुस्त र व्यवस्थित बनाउनका लागि परिचालन समिति गठन गरेको हो । त्यस्तै अध्यक्ष बरामकै अध्यक्षतामा २९ सदस्यीय आन्दोलन समन्वय समिति पनि गठन गरिएको छ । 'आन्दोलनमा जनसहभागिता बढाउने र व्यवस्थित ढंगले आन्दोलन अगाडि बढाउने उद्देश्यले परिचलान र समन्वय समिति गठन गरिएको हो,' बरामले भने ।

यसै वीच बालानन्द आयोगको प्रतिवेदन आउदा चैत्र १२ गते शनिवारको दिनमा दिउसो १ बजेदेखि ३ बजे सम्म माइतिघर मण्डलामा जलाउने कार्यक्रम राखिएको महासचिव नित्यानन्द ताजपुरीयाले बताएका छन् । त्यसै गरी आउदो चैत्र २९ र ३० गते राजधानीमा महासंघको राष्ट्रिय भेला गर्ने र सो भेलाले आन्दोलनका कार्यक्रम घोषणा हुने समेत बताउनु भएको छ ।

WHERE YOUNG MINDS GROW

SHEMROCK
SIMRIK
Int'l Pre-School

Delhi's No. 1 Preparatory School

Vacancy Announcement

SHEMROCK SIMRIK INT'L PRE-SCHOOL is an international branded pre-school located in the heart of Kirtipur, established with the objective to give international standard education to the shemrockites (Pre-schoolers).
We are seeking for application from competent candidates for the following job openings.

Grade Teachers	Number	Qualification
Pre-Nursery (PG)	1(One)	Minimum 10+2/ Bachelor Level & Montessori Training Compulsory
Nursery	2(Two)	
JKG	1(One)	
SKG	1(One)	
One	1(One)	
Two	1(One)	

Please send us your CV along with the application/cover letter by 2073/12/10.
For Contact: 014330646, 9841353526
Email: simrik@shemrock.com/simrikshemrock@gmail.com
Website: www.shemrock.com

कानुनी सल्लाहकार
ज्ञानबहादुर महर्जन
प्रकाशक
नजरराम महर्जन
(९८४१४०१०७७)
सम्पादक
श्रीकृष्ण महर्जन
प्रबन्धक
निरजमान सिंह

व्यवस्थापन
भरत महर्जन
वेभसाइट व्यवस्थापन
राज श्रेष्ठ
प्रेस: शर्मीला प्रिन्टर्स, डल्लु, काठमाण्डौं
कार्यालय: निखासी टोल: कीर्तिपुर नपा-३
फोन नं.: ४३३३००७
kirtipur_sandesh@live.com
http://kirtipursandesh.blogspot.com
काठमाण्डौं जि. प्र. का दर्ता नं. २११ –२०६७/०६८

सम्पादकीय

चुनावको सवालमा सत्तापक्ष राप्रपाका भूमिका

वर्तमान प्रचण्ड सरकारमा सहभागी भएको राप्रपाले पछिल्लो समयमा खेलेको भूमिकालाई लिएर चर्चा हुन थालेको छ । एकातिर सरकारको उपप्रधान एवं स्थानीय विकास मन्त्रालयको जिम्मेवारी पाएको राप्रपाका अध्यक्ष कमल थापा निर्वाचन आयोग विरुद्ध सडक आन्दोलनमा समेत सहभागी भएका छन् ।

सिंहदरवारमा भएका थापा एकै छिनमा निर्वाचन आयोग घेराउ कार्यक्रममा सहभागी हुनु साथै निर्वाचन आयोगले निर्णय सच्चाउने कार्य नगरे कडा आन्दोलन गर्ने घोषणा मात्रै हैन सरकारवाट समेत बाहिरिने धम्कीले राप्रपाको नियतमा शंका गर्न लागेको हो । एकातिर स्थानीय तहको चुनाव जुनसुकै हालतमा गर्नुपर्ने अडान राख्ने तर चुनाव गर्ने निकाय निर्वाचन आयोग विरुद्ध नै सडक आन्दोलनमा गएको कारण राप्रपाले चुनाव चाहना गरेको हो कि हैन भनी प्रश्न उठ्नु स्वाभाविक नै हो ।

निर्वाचन आयोग घेराउदेखि आन्दोलनका थप कार्यक्रम गर्ने साथै न्यायालयमा समेत जाने धम्की राप्रपाले दिएका कारण अव राप्रपाको भूमिका निर्वाचनको सन्दर्भमा के हुने हो भनी सर्वसाधारणले समेत प्रश्न उठाउन थालेका छन् ।

महिला हिंसा निर्मूलन एक चुनौती

अशोक शोकी

शब्द मात्र पनि सम्बोध्य छ, त्यो हो आमा । त्यो उच्च शब्द आमा आदरणीय सम्यक् नारी जातीले पाएका छन् । जो कोही व्यक्ति ठूलोभन्दा ठूलो ओहादामा पुगे पनि अझ देवादि देव भए पनि आमालाई आदर गर्नैपर्छ । यस्तो उच्च सम्मान पाए पनि सबै महिला सबैको आमा मात्र नभई दिदी, बहिनी, भाउज्यू, माइज्यू अनेकौं नातामा जोडिएका हुन्छन् । पितृप्रधान हाम्रो समाजमा यी नाताहरु महिलाका लागि सम्माजनक छैनन् ।

नाताले आमा भन्ने तर व्यवहारले सेविका बनाउने छोराछोरी खोज्न पितृप्रधान समाजमा कतै जानुपर्दैन । बिहान उठ, पानी थाप, घर बढार, खाना बनाऊ, खान देऊ र जागिर वा स्कुलका लागि तयार पार हाम्रो समाजका आमाहरुको दैनिकी यस्तै हुन्छ । तर, छोराछोरी अबेरसम्म सुत्ने, ओछ्यानबाटै 'ए आमा अझै चिया पाकेन, चिया नभई मेरो निद्रा छुट्दैन भन्ने तिमीलाई थाहा छ नि !' भनेर उर्दी लगाउने छोराछोरी देख्नुभएको छ ? यस लेखकले यत्रतत्र देखेको छ । यस सम्बन्धमा भन्नैपर्छ, यो आमामाथिको 'इमोसनल ब्लाकेमिङ हो' । आमा चाहिं छोराछोरीलाई निस्वार्थ सेवा गरि रहने छोराछोरी भने पितृसत्ता चलाएर बस्ने ! कुन शब्दले यस्ता छोराछोरीलाई गाली गर्ने पाठकहरु नै भन्नुहोस् ।

आमाप्रति अनास्था राख्ने व्यवहार आत्मघाती हो । यस्तै व्यक्ति जीवनमा अनुचित गतिविधिमा हात हाल्ने गर्छन् । २०७३ माघ २ गते आइतवार मात्र कपिलवस्तुको चन्द्रौटामा ६ वर्षीया अवोध बालिकाको करणीपछि हत्या गरिएको छ । यसरी क्षणिक इच्छा पूरा गरी जीवनभर तनाव बोक्नुपर्ने मानव भईकन पनि मानव नभई कति नहिच्किचाई पशुतुल्य घृणित कार्य गरेको छ । यो जघन्य अपराध हो । मुर्खहरुले अपराध कार्यलाई दोहोऱ्याई रहेकाले समाजमा बलात्कारजस्तो आपराधिक दुःश्रव्य समाचार क्रमशः भइरहेका छन् । खोजी पस्नेहो भने प्रमाणित हुन्छ, यी बलात्कारीले आफ्नै आमालाई पनि शोषण गरेको हुनुपर्छ ।

महिलामाथिको हिंसा अन्त्य गर्ने संस्कारको प्रारम्भ आमाप्रतिको सम्मानबाट सुरु हुन्छ । हिंसा निराकरण गर्न कडा कानुन हुन जरुरी छ । नैतिक शिक्षा धार्मीक शिक्षा ग्रन्थ उपनिषद् दर्शन शास्त्र ज्ञानका भण्डारले समाजमा भइरहेका बिकृति बिसंगति आपराधीकर णको जरो उखेल्न मद्दत त गर्दछ तर कानुन नभई अपराधीलाई नियन्त्रण गर्नसकिन्न । नैतिक ज्ञानले तीव्रता पायो र ब्यापक भयो भने देशमा प्रहरी पनि नचाहिने हुनसक्छ, कानुनका किताब पनि थन्क्याए हुन्छ । तर यो अवस्थाको कल्पना दिवास्वप्न मात्र हो । महिलामाथि हुने बलात्कार, अनिच्छापूर्ण कर णी, परम्परागत संस्कार र पितृसत्ताका उपजहरु हुन् । अर्थात पौराणिक पुस्तकबाट हामीले ज्ञान होइन, शोषण गर्न सिकेका छौं । त्यसैले पनि कानुनको आवश्यकता परेको हो ।

तरवारभन्दा कलम बलियो भनिन्छ, तर यस्ता हिंसक व्यक्तिलाई तह लगाउन एक हातमा कलम र अर्कोमा तरबार नै लिनुपर्छ । हो, ज्ञानले मान्छेको बिचारलाई बदल्न सक्छ । समाज र देशलाई सुन्दर शान्तिको माहौल दिन सक्छ । जसरी कुनै भाँडोमा रक्सी, दुध, पानी जे राख्यो, खन्याउँदा त्यसमा त्यसकै अवशेष बाँकी रहन्छ । भोक तृष्णाजस्तै विपरीत लिङ्गीप्रतिको आकर्ष स्वाभाविक छ । पुरुष महिला एक आपसमा आकर्षित भएकै कारण प्राणीहरुले यो सुन्दर संसारमा प्रकृतिको दर्शन पाईराखेका छन् । मानिसहरु अनुचित कार्यमा सीमा नाघी बिनासहमति क्षणिक इच्छालाई पूर्ति गर्न पशुतुल्य भइरहेका देखेका छन् । भारतको महिला आशादेवीले आफ्नो छोरी ज्वाँइसँग पूर्णीया अदालतमा विवाह गरेको अकल्पनिय घटना छोरीले देखेपछि छोरी बेहोस भएकै समाचार सार्वजनिक भएको छ । त्यस्तै जर्मनीको ब्रैडनवर्गमा बस्दै आएकी १६ वर्षीया भतिजी र ४८ वर्षको काका शारीरिक सबन्ध राख्दै आएको युवतीका आमा र बुबाले सहन नसकी अदालतमा गई निवेदन दिंदा अदालतले छोर ीले चाहेमा १८ वर्ष पुगेपछि काकासँग बस्न सक्ने निर्णय गरि दियो । ती भतिजीले पनि काकासँग बस्न खुशी भई स्वीकार गरिन् । यसरी हाम्रो समाजमा नपच्ने दुर्व्यसन फैलाउने किसिमका घटना समाचार फेसबुक अन लाइन न्युजजस्ता अन्य माध्यमबाट सार्वजनिक हुनेगरेका छन् । यस्ता समाचार आजका नव युवाले पढी अनुकरण नगरुन् भन्ने पक्षमा ध्यान दिनु आवश्यक छ । आजकल उमेर नपुगेको स्कुलका केटाकेटीहरुले युट्युबमार्फत यौन क्रियाकलाप हेर्ने भएकाले बढ्दो यौन चाहनाबाट असामाजिक घट्नाले तीब्रता लिईहेका छन् ।

नेपालमा महिला हिंसा निवारणको लागि नेपालको संविधानले संवैधानिक निकायको रुपमा राष्ट्रिय महिला आयोगको परिकल्पना गरिएको छ । साथै, मौलिक हकको रुपमा महिलाको हकको व्यवस्था गरिएको छ । यसको साथै विभिन्न महिला हिंसा न्यूनीकरणको लागि समय समयमा विभिन्न ऐन कानूनहरुको निर्माण गरिएको छ । संयुक्त राष्ट्रसंघको दिगो विकासको एजेण्डा (२०१५-०३०) मा समेत महिला हिंसालाई शून्यमा झार्ने लक्ष्यसमेत नेपालले लिएको छ । यी सबै व्यवस्थाहरुको वावजुद पनि आ.व. २०७१-२०७२ मा काठमाडौं जिल्लामा गर्भपतनको लागि सरकारी स्वीकृति लिएर सञ्चालनमा आएका स्वास्थ्य सेवा केन्द्र वा अस्पतालका तथ्याङ्क अनुसार २० बर्ष मुनिको ४ हजार ९ सय ८० जना २० भन्दा माथि उमेरका १ हजार ४ सय ९७ जना भएका छन । अविवाहितमा गर्भ रहनाले कतिपयले गर्भ तुहाउनु परेका छन । यो हाम्रो संस्कृति धर्म र सामाजिक परम्परा विरुद्ध हुन । यस्तो अनैतिकता बाट समाजलाई तनाव र अशान्ति फैलाउछ । विपरित लिङ्ग प्रति आकर्षित भई विपक्षको इच्छा विरुद्ध आफ्नो इच्छा पुरा गर्नु बलात्कार गर्नु हो । महिलाहरु गर्भ रहने डर र अलि लज्जापनले गर्दा न्युनतम सक्रिय हुन्छन् पुरुष अलि खुल्लापन हुने साथै गर्भको डर पनि नहुनाले पुरुषहरुले महिलामाथि अधिकतम बलात्कार र दुर्व्यवहार गर्दै आएका पाइएका छन । हरेक ४५ मीनेटमा एक महिला बलात्कृत भएका तथ्याङ्कमा उल्लेखित छ । ८१ प्रतिशत घरेलु हिंसाबाट शिकार बनि रहेका छन । राष्ट्रिय महिला आयोगको वार्षिक प्रतिवेदन अनुसार आ. व.२०७१-०७२ मा घरेलु हिंसा ३१७ र महिला हिंसामा १०२ गरी ४१९ उजुरी दर्ता भएका छन् । यस मध्ये २०८ कारवाहीको प्रकृयामा छ । २११ कारवाही टुङ्गीएको अवस्थामा छ ।

महिला हिंसा निवारण सम्वन्धमा कानून निर्माण गर्ने मात्र होइन यसको प्रभावकारी कार्यान्वयनको लागी सरोकारवाला पक्षहरु जस्तै : राजनीतिक दल, सरकारी एवं गैह्र सरकारी संस्थाहरु, कनागरिक समाज आदिको प्रतिवद्धता आवस्यक छ ।

महिला हिंसालाई शून्य प्रतिशतमा ल्याउन महिला सबन्धि कानुनी निकायहरु सकृय हुनु जरुरी छ । महिला हिंसा गर्नेलाई कानूनको कठघरामा ल्याइ दण्डित गरिनुपर्दछ । महिला हिंसा सम्बन्धमा व्यापक प्रचारप्रसार र जनचेतनामा वृद्धि गरिनु आवस्यक छ । रुढीवादी परम्पराको रुपमा रहेका छाउपडी, वोक्सी प्रथालाई कानूनले वन्देज लगाए तापनि यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन नभएको हुँदा यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन जरुरी छ । धेरै जसो मनोरञ्जन क्षेत्रमा ख्याल गरी निगरानी राख्नु पर्ने रेष्टुरेन्ट बार डान्सर, मसाज, पार्लर, दोहरी गीत, गीत गजल गाउने बारहरुमा लगायत् उछृखला समाजमा नपच्ने तथा दुष्परिणाम ल्याउने खालको लवाई खवाईमा कडाइका साथ बन्देज लगाउनु पर्छ । महिला हिंसा निवारण सम्बन्धमा कानून निर्माण गर्ने मात्र होइन यसको प्रभावकारी कार्यान्वयनको लागी सरोकारवाला पक्षहरु जस्तै : राजनीतिक दल, सरकारी एवं गैह सरकारी संस्थाहरु, कनागरिक समाज आदिको प्रतिवद्धता आवस्यक छ ।

चुनाव होला कि नहोला भए के हुन्छ ?

कीर्तिपुर नगरपालिकामा स्थानीय तहको चुनावको बारे चर्चा

कीर्तिपुर सन्देश/

नेपाल सरकारले आगामी २०७४ साल बैशाख ३१ गते स्थानीय तहको चुनाव गर्ने भनेर चुनाव मिति घोषणा गरीसकेको छ । तैपनि देशको राजनैतिक वातावरण र सरकारले बरोबर बोली फेरिरहने भएकोले जनताले निर्धारित समयमा चुनाव हुन्छ भनेर विस्वास गर्न सकिरहेको छैन ।

अब चुनाव हुन केवल ५५ दिन मात्र बाँकी छ। जुन किसिमले चुनावी लहर आउनु पर्ने हो आउन सकेको छैन । कुनै पनि राजनैतिक पार्टीले चुनावी औपचारिक कार्यक्रम गरेको छैन। भित्र भित्र भेला भने गरिरहेका छन ।

नेकपा माओवादी केन्द्रले गत फागुण २८ गते पाँगामा पार्टीको कीर्तिपुर नगरभेला सम्पन्न गरेको छ। केन्द्रका प्रदेश नम्बर ३ का इन्चार्ज हितमान शाक्यले उद्घाटन गर्नु भएको उक्त भेलाले शम्भुराम महर्जनको अध्यक्षतामा ६१ सदस्यीय नयाँ कार्यसमिति चयन गरिएको थियो ।

त्यसबेलादेखि माओवादी केन्द्रका नेता कार्यकर्तामा अलि चुनावी लहर आएको हो कि जस्तो देखिन थालेको छ। नयाँ कार्यसमितिको अध्यक्ष बनेसंगै शम्भुराम महर्जन नै माओवादी केन्द्रबाट कीर्तिपुर नगरपालिकामा आगामी चुनावमा प्रमुखको प्रत्यासीको रुपमा लिन थालेका छन ।

तैपनि माओवादी केन्द्रका केही कार्यकर्ताहरुले स्थानीय नेताको हवाला दिंदै शम्भुराम महर्जनको विकल्पको रुपमा हिरावहादुर महर्जन, ई.दुर्कमान महर्जन र प्रा.डा. शिवशरणको नाम लिन थालेका हुन । उहाँहरु उम्मेदवार बन्न तयार छ कि छैन त्यो भने एकिन हुन सकेको छैन ।

विगतको २०५४ सालको स्थानीय निकाय चुनावमा नेकपा एमालेले कीर्तिपुर नगरपालिकामा मेयर उपमेयरसहित १० वटा वडामा चुनाव जितेका थिए। त्यतिबेलाका मेयर उपमेयरको नाम अहिलेसम्म बजारमा हल्लामा आएको छैन। यसको मतलव उहाँहरु उम्मेदवार बन्न तयार नभएको भान हुन्छ। उहाँहरुको वेवास्ताले गर्दा विगत ७ वर्षदेखि कीर्तिपुर नगरपालिकामा पार्टीको प्रतिनिधित्व गर्दै आइरहनु भएका रमेश महर्जन एमालेको तर्फबाट आफू अध्यक्षको उम्मेदवार भएको भन्दै सहयोगको लागि विभिन्न ठाउँमा गुहार्न थाल्नु भएको बताइन्छ । पार्टी भित्र उहाँको प्रतिद्वन्दिको रुपमा तत्कालिन वडा नं. ३ बाट पुरा प्यानलसहित जित्नु भएका लक्ष्मीकुमार महर्जन अगाडि आइरहेको छ। उहाँ नेकपा एमालेको काठमाडौं जिल्ला सदस्यको साथै कीर्तिपुर नगर इन्चार्ज पनि हुनुहुन्छ । पार्टीले जसलाई उपयुक्त ठानेर उम्मेदवार बनाउँछ त्यसैमा सबैले चित्त बुझाउने बताइएको छ ।

नेपाली कांग्रेसमा भने अध्यक्षको उम्मेदवार बन्ने धेरै जना लालायित भएका छन । सर्वप्रथम त कीर्तिपुर नगरपालिकामा पार्टीको प्रतिनिधित्व गर्दै आइरहनु भएका जिल्ला सचिव राजकुमार नकर्मि पहिलो दावेदारको रुपमा आउनु भएको छ। त्यस्तै ने.का. काठमाडौं जिल्ला क्षेत्र नं.१० का क्षेत्रिय सभापति युवा नेता पुकार महर्जन पनि अध्यक्षको उम्मेदवार बन्न तयारीमा लागेको बताइन्छ । त्यस्तै नेपाली कांग्रेसका कीर्तिपुरका पुराना नेता एवं हालको महाधिवेशन प्रतिनिधि बद्रीलाल महर्जन पनि अध्यक्ष पदको दावेदारको रुपमा अगाडि आइरहनु भएको। नगरसभापति, क्षेत्रीय सभापति महाधिवेशन प्रतिनिधिको रुपमा काम गरी सक्नु भएकोले उहाँले टिकट पाउनु पर्छ भन्ने उहाँको माग रहेको छ । त्यस्तै ने.का.कीर्तिपुर नगर सभापति दुई कार्यकालसम्म काम गरी सक्नु भएका कृष्ण मान डंगोलले पनि आफूलाई अध्यक्ष पदको दावेदार को रुपमा प्रस्तुत हुँदै आइरहनु भएको छ। त्यस्तै नेपाली कांग्रेसका युवा नेतामा गनिने राममान सिंहले पनि आफूलाई अध्यक्ष पदको दावेदारको रुपमा दावी गर्दै आइरहनु भएको । नयाँ सोच, नयाँ बिचारका साथ आफ्नो पहिचानको लागि लडिरहनु भएका राममान सिंह पनि नेपाली कांग्रेसको बलियो उम्मेदवारको रुपमा हेरिएको छ ।

आखिरमा चुनावको बेला पार्टीले जसलाई टिकट दिए पनि मान्ने कुरा बताएका छन । नेपाली कांग्रेस एउटै मात्र भए पनि पार्टीभित्र विभिन्न गुट उपगुट रहेका छन। पहिले गिरिजा समूह र देउवा समुह भनेर विभाजित गरिन्थ्यो । अहिले आएर कीर्तिपुरको हकमा शेरवहादुर देउवा समूह र प्रकाशमान सिंह समूहमा विभाजित छन। यदि टिकट दिने बेलामा शेरवहादुर देउवा बलियो भयो भने बद्रीलाल महर्जन र राममान सिंह मध्ये एक जनाले टिकट पाउने निश्चित प्रायः छ । यदि प्रकाशमान हावी भयो भने पहिलो नम्बरमा राजकुमार नकर्मी दोस्रो नम्बरमा पुकार महर्जन र तेस्रो नम्बरमा कृष्णमान डंगोल रहने छ ।

राजकुमार नकर्मी दोस्रो संविधान सभाको चुनावमा समानुपातिक सभासदको उम्मेदवार हुनुहुन्थ्यो । सभासदको दावेदार मान्छेले नगर प्रमुखमा उम्मेदवार दिनु हुन्न कि भन्ने ने.का.का कार्यकर्ताहरुले अनुमान गरेका छन । फेरि प्रदेश सभाको चुनाव पनि नजिक आउँदैछ। उहाँ पार्टीको जिल्ला सचिव भएको कारण प्रदेश सभाको उम्मेदवारको रुपमा उहाँलाई पार्टीले टिकट दिन बाध्य हुन्थ्यो । त्यसपछि पुकार महर्जनको बारेमा भन्नुपर्दा नेपाली कांग्रेसका युवाहरुको आकर्षणको रुपमा उहाँलाई हेरिन्छ। कार्यकर्ताको छिडिदेखि भान्सामा समेत पहुँच भएका पुकार महर्जन होलटाइमर भएर पार्टी काममा लागिरहनु भएका व्यक्तित्व हुनुहुन्छ। प्रकाश मान र राजन के.सी. दुवै जनासँग नजिकको सम्बन्ध रहेका कारण पुकार महर्जनले नै अध्यक्ष पदको टिकट पाउने कुरामा ढुक्क छ ।

नयाँ शक्ति पार्टीले ई.ध्रुव महर्जनलाई अध्यक्ष र शुभ लक्ष्मी शाक्य (सुनिता)लाई उपाध्यक्ष उम्मेदवार बनाउने हल्ला चलेको छ । उक्त कुराले महिलाहरुमा उत्सुकता बढ्न थालेका छन । कीर्तिपुरमा सक्रिय महिलामा उहाँको नाम गनिएको छ ।

के तपाई मोटोपनबाट चिन्तित हुनु हुन्छ, अब चिन्ता नमान्नुहोस्

LOSE WEIGHT WITHOUT DIET OR EXERCISE

★ सेवनकर्ताको मेटाबलिज्म (पाचनक्रिया) मा तत्काल परिवर्तन हुने ।
★ उच्च फाइबरको मात्रा हुने ।
★ कोलेस्ट्रोल र मधुमेहलाई सन्तुलनमा राख्ने ।
★ शरीरमा जम्मा भएको बोसोलाई शक्तिमा परिवर्तन गर्ने ।
★ मोटोपन घटाउनका लागि खानपिनमा सुधार तथा व्यायाम गर्नु नपर्ने ।
★ पाचन शक्तिमा सुधार हुने ।
★ रोग प्रतिरोधात्मक शक्तिको क्षमता बृद्धि हुने ।
★ प्राकृति रूपमा FOS प्राप्त हुने ।

अन्य विभिन्न प्रकारका फलफुल, विउ विजक र विरूवाहरूको लागि सम्झनुहोस्

धौलागिरी नेचुरल फुड्स एण्ड हर्वस् प्रा. लि.
कीर्तिपुर, ट्याङ्ला काठमाडौं । फोन नं. : ०१-४३३०३०५, ९८५१२१०४६३
dhaulagiriherbs@gmail.com
groundapplenepal dhaulagiriherbs

- Exchange Offer
- Online Shoping को लागि Playstore मा MN Shop App. को व्यस्था
- सम्पुर्ण सामानहरुमा वारेन्टी
- सस्तो, भरपर्दा र उत्कृष्ट ब्राण्डका सामानहरु

Mobile Nikunja Pvt. Ltd.

Head Office:

Kirtipur-17, Kathmandu ☎ : 01-4333257

E-mail: mobilenikunj4333257@gmail.com

Showroom:

Kirtipur-17, Kathmandu
Prayag Pokhari-12, Lalitpur
Kuleshwor-14, Kathmadu
Mahabauddha-5, Mobile House

कीर्तिपुरमा याकोन सिरपको सार्वजनीकरण

चैत्र ५, कीर्तिपुर, काठमाडौं । अमेरिकी खाद्य विभागले मानव स्वास्थ्यका लागि अत्यन्त उपयोगी भएको ठहऱ्याएको याकोन सिरपको नेपाली उत्पादन आज एक कार्यक्रम गरी ऐतिहासिक साँस्कृतिक नगर कीर्तिपुरमा सार्वजनीकरण गरिएको छ ।

उक्त कार्यक्रमलाई सम्वोधन गर्दै सांसद राजन केसिले आफू जापान जाँदा त्यहाँका एक चिकित्सकले कुराकानीको क्रममा आफूलाई हामीहरु चालै नपाउने गरी आफ्नो स्वास्थ्यलाई अलिकति पनि समय नदिने भइहेको हेक्का दिलाएको किस्सा सुनाए । स्वास्थका लागि लाभदायी खाद्य उत्पादन कीर्तिपुरमा हुन थालेकोमा उनले खुशी व्यक्त गरे ।

त्यस्तै गरी अर्का सांसद श्याम श्रेष्ठले याकोन सिरप त आफूले अगाडिदेखि नै प्रयोग गर्दै गरेको र यसले मोटोपन घटाउने, रक्तचापलाई नियन्त्रण गर्ने र क्यान्सर रोगलाई समेत बढ्न नदिएको आफ्नो अनुभव सुनाए ।

पूर्व राज्यमन्त्री तथा कीर्तिपुरका राजनीतिक नेता दिलीप महर्जनले कीर्तिपुरमा याकोन सिरपजस्तो स्वास्थ्यका लागि लाभदायी कृषि उत्पादन हुनु सुखद् खबर भएको बताए । कार्यक्रममा कीर्तिपुर नगर पालिकाका तर्फबाट बोल्दै प्रशासन तथा लेखा अधिकारी सानुबाबु परियारले कृषिजन्य उद्योग र उत्पादनका लागि नगरपालिकाले सहयोग गर्ने बचन दिए ।

कीर्तिपुरमै स्थापना भई अहिले संचालन भइरहेको नेपाले उद्योगले आफ्नो पहिलो उत्पादनको रुपमा याकोन सिरपलाई बजारमा ल्याएको हो । कार्यक्रममा याकोन सिरपबारे नेपाल खाद्य वैज्ञानिक तथा प्राविधिक संघका महासचिव डा.अटुल उपाध्यायले विस्तृत रुपमा पावरप्वाइन्ट प्रस्तुति दिएका थिए । जापानको कागोशिमा विश्वविद्यालयबाट 'विश्वको जडिबुटीबाट मधुमेह रोगको रोकथाम' विषयमा विद्यावारिधि गरेका र बेल्जियमको आन्टवेरपेन विश्वविद्यालयबाट पोस्ट डक्टरेट गरेका उनले याकोन सिरपको प्रयोगले आश्चर्यजनक रुपमा मधुमेह रोगीलाई रगतमा चिनीको मात्रा घटाउन मद्दत गरेको बताए । उनले अनुसन्धान र परीक्षणहरुबाट गुलियो भए पनि याकोन (भुईंस्याउ) को सेवनले रगतमा चिनीको मात्रा नबढेको पुस्टि मिलेको बताए । यसको वास्तविक कारण याकोनको ग्लाइसेमिक इन्डेस्क (रगतमा चिनी घुलिने नापो) केबल १ हुनु रहेको उनले बताए । उनले अध्ययनहरुले याकोन सिरपको सेवनबाट कब्जियत हट्ने, रगत र रक्तनलीहरुमा जम्मा भएको बोसो तथा चिल्लो पदार्थ पग्लिने पुस्टि मिलेको बताए । रगत र रक्तनलीमा चिल्लो वा बोसो जम्न नदिने मात्र नभई अगाडि नै जम्मा भई बसेको बोसो वा चिल्लोलाई समेत यसले पगाल्ने भएकोले याकोन सिरपको प्रयोगले हृदयघात तथा मस्तिष्कघातलाई न्यूनीकरण गर्ने डा. अटुल उपाध्यायले बताए । याकोन सिरपको मूल वितरक अर्गानिक वर्लड फेयर फ्युचरका अध्यक्ष उमेश लामाले आफू यसको वितरक हुन पाएकोमा खुशी व्यक्त गरे ।

याकोन सिरप गुलियो खाद्यवस्तु हो, तर चिनी होइन, त्यसकारण यसको उपभोग चिनी रोगी वा मधुमेहका बिरामीले पनि मज्जैले गर्न सकिने भन्ने जानकारीका साथ आयोजना गरिएको सार्वजनीकरण कार्यक्रमलाई कीर्तिपुर बहुउद्देश्यीय सहकारी लिमिटेडका अध्यक्ष एवं नेपाले उद्योगका पनि अध्यक्ष दिलबहादुर महर्जनले अध्यक्षता गरेका थिए ।

भर्ना खुल्यो ! भर्ना खुल्यो !!

बाल विकास शिक्षामा लामो समय देखि सेवारत समूहद्वारा सञ्चालित PRAYAS PRE-SCHOOL & TRAINING CENTER मा नयाँ भर्ना खुल्यो !!!

हाम्रो विशेषताहरू

- पूर्ण तालिम प्राप्त प्रशिक्षकहरु भएको ।
- लामो समय देखि बाल विकास शिक्षामा कार्यरत प्रशिक्षकहरु भएको ।
- खुल्ला र रमणिय वातावरण भएको ।
- यातायातको व्यवस्था भएको ।
- स्वस्थ र पोषणयुक्त खानाको व्यवस्था भएको ।
- नियमित स्वास्थ्य परिक्षण गरिने ।
- अधिक शैक्षिक सामाग्रीहरुले सजिएको कक्षा कोठाहरु भएको ।
- अंग्रेजी र नेपाली भाषाको दुई प्रशिक्षकहरुको व्यवस्था भएको ।
- पर्याप्त खेल सामाग्री र खेल मैदान भएको
- डे केयरको समेत व्यवस्था भएको ।
- भुकम्प प्रतिरोधी भवन भएको ।
- श्रब्य दृष्यको माध्यमबाट अध्यापन गराइने ।
- शिक्षक तालिमको व्यवस्था भएको ।

आजै सम्पर्क राख्नुहोला ।

प्रयास प्रि-स्कूल तथा तालिम केन्द्र
भाजङ्गल चौतारी नजिकै, की.न.पा-१८, भाजङ्गल
सम्पर्क: ९८४१४७९९३७, ९८०८७५४९२१
Faceboo1: Prayash Montessori
E-mail: prayash2073@gmail.com

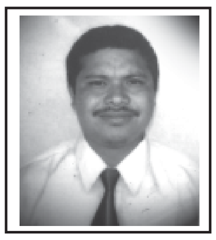
लगानीको नयाँ क्षेत्र

? ? ? ?

सहकारी, संघसंस्था तथा लगानीकर्ताहरुका लागि...............

MUKTINATH INVESTMENT PVT. LTD.
Battisputali-9, Kathmandu, Nepal.(Head Office)
Phone No. 01-4485894 Mobile No: 9801078318
Tanglafat, Kirtipur (Branch)
Email: muktinathinvestment@gmail.com, http://www.www.muktinathinvestment.com

यूई एफ ए च्याम्पियन्स लिग क्वाटर फाइनल ड्र सम्पन्न



–नविन महर्जन–

लिग प्रतियोगिहरु मध्ये सर्वाधिक चर्चामा रहने लिग युरोपेली महादेशका सर्वोत्कृष्ट टोलि बीच हुने युरोपेली च्याम्पियन्स लिग हो । यस प्रतियोगिताको क्वाटर फाइनल पुग्ने टोलीको समिकरण गत साता पूरा भएको छ । गत शुक्रवार लियोनमा यस प्रतियोगिताको क्वाटर फाइनल पुग्न सफल अन्तिम ८ टोलीहरु वार्सिलोना, रियलम्याड्रिड, वार्वन म्युनिख, वोरुसिया ईटमुन्ड, युभेन्ट्स, मोनाको र एट्लेटिका म्याड्रिड बीच ड्र सम्पन्न भएको छ ।

यस च्याम्पियन लिगको क्वाटरफाइनल पुग्न वार्सिलोना, लेस्टर सिटी लगायतले निकै चमत्कारीपूर्ण नतिजा निकालेको थियो । वार्सिलोना पहिलो लेगमा पेरिस सेन्ट जर्मन (पीएसजी) सँग ०-४ गोलले पराजीत भएको थियो । तर दोस्रो लेगमा ऐतिहासिक कमब्याक गर्दै नेयरमारको उत्कृष्ट प्रदर्शनले ६-१ गोलले जीत हासिल गर्दै समग्रमा ६-५ को जीत हासिल गर्दै अन्तिम आठमा पुग्न सफल भएको थियो ।

त्यसैगरी पहिलो प्रिमियर लिग उपाधि हात पार्न सफल लेस्टर सिटीले च्याम्पियन लिगमा पनि उत्कृष्ट प्रदर्शन देखाउँदै स्पेनिस महारथी सोभिया माथी ३-२ को कुल गोल फरकमा हराउँदै क्वाटर फाइनलमा आफ्नो स्थान सुरक्षित गरेको छ । दुई वर्ष अघि प्रिमियर लिगको पुछारमा रहेको लेष्टरसिटीले एक पछि अर्को खेल देखाउँदै च्याम्पियन लिगमा समेत चमत्कारी बाटोमा लागि परेको देखिन्छ ।

त्यसैगरी गत साता रिमोउवाकायोको उत्कृष्ट हेडर गोलसंगै म्यानचेस्टर सिटीलाई दोस्रो लेगमा ३-१ ले पराजित गर्दै समग्रमा ६-५को जित हासिल गर्दै मोनाको क्वाटर फाइनलमा प्रवेश गरेको छ यस अघि सम्पन्न पहिलो लेगमा म्यानचेस्टर सिटीले मोनाको लागी५-३ ले स्तब्ध पारेको छ तर दोस्रो लेगमा उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्दै शानदार जित दिलाई अन्तिम ८ मा स्थान सुरक्षित गरेको थियो । त्यसै सोही दिन अर्थात चैत २ गते बुधबार राती सम्पन्न खेलमा एटलेटिको म्याड्रिडले लेभर कुजनसँग बराबरी खेल खेली पहिलो लेगको ४-२ को अग्रता लिएर क्वाटर फाइनलमा पुग्न सफल भएको थियो ।

यसरी यस च्याम्पियन लिगको क्वाटर फाइनलमा स्पेनको ३ वटा क्लब वार्सिलोना, रियल म्याड्रिड र एटलेटीको म्याड्रिड जर्मनीको वावर्न म्युनिख र वोकासिया डर्टमन्ड, इङ्गल्याण्ड लेस्टर सिटी, इटालीको युभेन्टस र फ्रान्सको मोनाको टिम अन्तिम ८ मा सुरक्षित रहेका थिए ।

गत चैत्र ४ गते शुक्रवार सम्पन्न ड्र अनुसार क्वाटर फाइनल खेल आउँदो अप्रिल ११ तारिखमा पहिलो लेग त्यसैगरी दोस्रो लेग अप्रिल १८/१९ तारिखमा हुने भएको छ ।

सो ड्र अनुसार डिफेन्डिङ्ग च्याम्पियन रियल म्याड्रिडले वायर्न म्युनिखसँग भिड्ने भएको छ । त्यसैगरी वार्सिलोनाले इटालियन्स क्लब युभेन्ट्स सँग खेल्ने भएको छ । त्यसैगरी अर्को क्वाटर फाइनल खेलमा प्रिमियर लिग च्याम्पियन लेस्टर सिटीले एट्लेटिको म्याड्रिडसंग भिड्ने भएको छ भने फ्रान्सेली टिम मोनाकोले जर्मनी टिम बोरुसिया डर्टमेन्ट बीच खेल हुने भएको छ ।

सो ड्र अनुसार डिफेनिङ्ग च्याम्पियन रियल म्याड्रिडले वायर्न म्युनिखसँग भिड्ने भएको छ । त्यसैगरी वार्सिलोनाले इटालियन क्लब युभेन्ट्ससँग खेल्ने भएको छ । त्यसैगरी अर्को क्वाटर फाइनल खेलमा प्रिमियर लिग च्याम्पियन्स लेस्टर सिटीले एट्लेटिको म्याड्रिड संग भिड्ने भएको छ भने फ्रान्सेली टिम मोनाकोले जर्मनी टिम बोरुसिया डर्टमेन्ड बीच खेल हुने भएको छ ।

यस प्रतियोगिताको सेमिफाइनल खेल मे ३ र १० तारिख हुनेछ भने फाइनल खेल आगामी जुन ३ तारिखमा हुने कार्यक्रम रहेको छ ।

गत शुक्रवार सम्पन्न क्वाटर फाइनल ड्र अनुसार यस क्वाटर फाइनल खेल निकै रोमान्चक र प्रतिस्पर्धा हुने देखिन्छ ।

युवा खेलकुद समूहद्वारा ब्याडमिन्टन प्रतियोगिता गराउने

आउँदो चैत्र १९ गतेदेखि कीर्तिपुरमा जन आन्दोलनमा सहादत प्राप्त गर्नु भएका विर शहिदहरूको सम्झनामा **नवौं सहिद स्मृति कप खुल्ला ब्याडमिन्टन प्रतियोगिता–२०७३** को आयोजना युवा खेलकुद समूह, कीर्तिपुरद्वारा गरिने भएको छ। जसको अन्तिम नाम दर्ता यही चैत्र १५ गतेसम्म राखिएको छ।

यस प्रतियोगितालाई निरन्तरता दिने हेतुले यस नवौं संस्करणमा खुल्ला मेन्स डबल इभेन्टस र कीर्तिपुर नगरस्तरीय विद्यालय छात्र/छात्रा सिङ्गल इभेन्ट्सको आयोजना गरिएको छ।

जस्को निम्ती मेन्स डबलमा दर्ता शुल्क रु.२००० तथा विद्यालय स्तरीय तर्फ रु.५०० राखिएको छ। यस शैक्षिक सत्रको अन्ततिर हुने र प्राय: सम्पूर्ण परीक्षा एवं एसईई परीक्षा समेत सम्पन्न भैसक्ने भएकोले यस क्षेत्रमा रहेको शैक्षिक संस्थाहरूले यस खेलमा रुची राख्ने विद्यार्थीहरूलाई समयमै जानकारी दिलाएको खण्डमा आयोजकलाई प्रतियोतिता गर्न थप सहयोग हुनेछ। साथै ब्याडमिन्टर खेल सँग आवद्ध अग्रजहरूले पनि आफ्नो नजिकको खेलाडीहरूलाई आवश्यक जानकारी गराई यस खेलको महत्व जानकारी गराइएमा अवश्य राम्रो सहभागिता हुने अपेक्षा गरीन्छ।

भर्ना खुल्यो ! भर्ना खुल्यो ! !

यस हिलटाउन स्कूलमा नयाँ शैक्षिक सत्र २०७४ को लागि प्ले-ग्रुप (नर्सरी तयारी कक्षा) मा नयाँ भर्ना खुल्यो ।

तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोस् ।

फोन नं.: ४३३१७३९, ४३३१४०७

कीर्तिपुरका सामुदायिक विद्यालय व्यवस्थापन समितिहरू

कीर्तिपुर सन्देश साप्ताहिक

शिक्षा नियमावलीमा संशोधन गरी सामुदायिक विद्यालय व्यवस्थापन समिति गठन गर्ने नियम संशोधन भएर आए संगै कीर्तिपुरका सामुदायिक विद्यालयहरूमा नयाँ व्यवस्थापन समिति गठन भएका छन ।

जनसेवा मा. वि., पाँगा व्यवस्थापन समिति

१.अध्यक्ष : माधवलाल महर्जन
२.सदस्य : प्रा.डा. रामकृष्ण महर्जन
३.सदस्य : ई.दुर्कमान महर्जन
४.सदस्य : ई.कृष्णभोला महर्जन
५.सदस्य : डा. सोनेलाल शाह
६.सदस्य : निरु कार्की
७.सदस्य : गणेश रसाइली
८.सदस्य : मेनुका महर्जन
९.सदस्य : विद्या श्रेष्ठ
१०.सदस्य : रामचन्द्र महर्जन
११.सदस्य सचिव : नन्दकुमारी महर्जन

सल्लाहकारहरुमा :

१. ई.पदमलाल महर्जन, २.डा.चन्द्रलेखा यादव ३.ई.मदन कुमार डंगोल, ४.नजरराम महर्जन ५. हिरा बहादुर महर्जन, ६. प्रा.डा. लेखनाथ शर्मा, ७. रामदेवी महर्जन, ८.प्रा. खगेन्द्र राई, ९. रामकृष्ण दुवाल, १०.श्रीराम महर्जन ११ कुल वहादुर महर्जन

मङ्गल मा.वि. कीर्तिपुर

१.अध्यक्ष : अमन महर्जन
२.सदस्य : सिद्धि वहादुर महर्जन
३.सदस्य : गणेश प्रसाद उपाध्याय
४.सदस्य : कौशिला कोइराला
५.सदस्य : मिना कुमाल
६.सदस्य : यशोदा श्रेष्ठ
७.सदस्य : विजय लोचन सुवेदी
८.सदस्य : महेन्द्र महर्जन
९.सदस्य : सदस्य सचिव : लोकलाल महर्जन

सल्लाहकारहरु :

१.प्रा.डा. हिरा बहादुर महर्जन
२.प्रा.डा. शिवशरण महर्जन
३. ई. विजय महर्जन
४. श्री टिकाराम महर्जन

कीर्तिपुर मा.वि व्यवस्थापन समिति

१. अध्यक्ष : रेणुलाल महर्जन
२. सदस्य : विश्वराम लावट
३. सदस्य : नारायणमान श्रेष्ठ
४. सदस्य : शोभा विष्ट
५. सदस्य : पवित्रा श्रेष्ठ
६. सदस्य : श्रीकृष्ण महर्जन
७. सदस्य : निलहरी आचार्य
८. सदस्य : रमिता श्रेष्ठ
९. सदस्य सचिव : बद्रि खनाल

सल्लाहकार

प्रा. डा. रामकृष्ण महर्जन
विजय महर्जन

भर्ना चाल ! भर्ना चाल ! भर्ना चाल

नेपालभाषा केन्द्रीय विभागय् एम.ए. (M.A.) तगिमय् भर्ना चाल ।

भाषा, लिपि, साहित्य, संस्कृति, इतिहास अध्ययनया निर्ति भर्ना जुयादिसँ ।
फाराम दुतिनेगु अन्तिम दिं - २०७३ चैत्र २२ तक ।
स्नातक तगिमय् उत्तीर्ण जुइधुंकूपिं न्ह्याम्हसिनं नं ब्वनेदइ ।

स्वापू -
नेपालभाषा केन्द्रीय विभाग,
पाटन संयुक्त क्याम्पस परिसर, यलध्वाखा।
फो.नं. ५२६०४९४/९८५१०९१५१७

कीर्तिपुर सहकारीको रक्तदान कार्यक्रम

कीर्तिपुर सन्देश साप्ताहिक

कीर्तिपुरमा क्रियाशिल विभिन्न सामजिक संघ संस्थादेखि सहकारी संस्थाहरुले समेत सामाजिक कार्यहरु निरन्तर रुपमा गर्दै आएको छ। समाजका लागि गरिने विभिन्न कार्यक्रममहरुमा स्थानीयवासीको पनि व्यापक सहभागीता हुने गरिन्छ।

यसैवीच कीर्तिपुर सेरोफेरोको वित्तीय क्षेत्रमा आफ्नो विशिष्ट र अलग्गै पहिचान कायम गर्न सफल कीर्तिपुर बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेडले आफ्नो स्थापना कालदेखि सामाजिक उत्तर दायीत्व अन्तर्गत विविध सामाजिक कार्यहरू गर्दै आइरहेको छ। जनचेतना, महिला शसक्तिकरण, रोजगारीमूलक तालिम जस्ता विविध कार्यक्रममा प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष त्यस संस्थाले सहयोग एवं समन्वय समेत गर्दै आइरहेको छ।

विविध प्रकारका सामाजिक कार्यक्रम आयोजना गर्ने क्रममा त्यस संस्थाको १७ औं स्थापना वर्षको उपलक्ष्यमा २०७३ चैत्र ५ गते शनिवार आफ्नै भवन KMC Complex परिसरमा रक्तदान कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ। उक्त रक्तदान कार्यक्रममा महिला २१ र पुरूष २६ गरी जम्मा ४७ जनाले रक्तदान गरेका थिए।

उक्त कार्यक्रममा सहभागीता जनाइ आफ्नो अमूल्य रक्तदान गर्ने तथा कार्यक्रमलाई सफल बनाउने सम्पूर्ण संस्था एवं व्यक्तिहरूमा सहकारीको तर्फबाट सहकारी संस्थाका अध्यक्ष दिलवहादुर महर्जनले धन्यवाद् दिनु भएको छ।

हार्दिक बधाई

यस संस्थाका सचिव समाजसेवी **श्री ससिर महर्जन विष्णुदेवी अस्पताल व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष** पदमा नेपाल सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालयवाट मनोनीत हुनु भएकोमा हार्दिक बधाईको साथै कार्यकाल सफलताको कामना गर्दछौं।

हरि शरण स्मृति प्रतिष्ठान

कीर्तिपुर

फोरम नेपाल पर्सामा चर्चित उद्योगी व्यापारीहरुको ठूलो समूह प्रवेश

दिपक चौरसिया वीरगञ्ज ६, चैत्र। संघीय समाजवादी फोरम नेपालमा चर्चित उद्योगी व्यापारीहरुको एउटा ठूलो समूह प्रवेश गरेको छ।

उद्योगी व्यापारीसँगै विभिन्न पार्टी परित्याग गरी करिब हजारको संख्यामा आमजनता फोरम नेपालमा प्रवेश गरेका छन्। संघीय समाजवादी फोरम नेपाल पर्साले आइतबार पर्साको पोखरियामा आयोजना गरेको बृहत् पार्टी प्रवेश तथा विशाल आमसभामा उद्योगपति, व्यापारी र आम जनताको ठूलो समूह प्रवेश गरेको हो। नेपाली कांग्रेस, नेकपा एमाले, नेकपा माओवादी केन्द्र, राप्रपा लगायत विभिन्न पार्टी परित्याग गरि हजारौंको संख्यामा फोरम नेपाल प्रवेश गरेका छन्।

वीरगञ्जस्थित पप्पु कन्ट्रक्सनका संचालक हरिनारायण रौनियार र चर्चित उद्योगपति विजय सर ावगी, जगदम्बा इन्टरप्राइजेजका निर्देशक एवम लायन्स क्लब अफ इन्टरनेशनलका सस्थापक प्रबन्ध निर्देशक रमेश अग्रवाल, मा दुर्गा फुड्स प्रालिका संचालक युवा व्यवसायी अंकित अग्रवाल,राजेश हार्डवेयरका संचालक कर्ण अग्रवाल,जगदम्बा ट्रेडिगंका संचालक एवम युवा उधोगी प्रतिक अग्रवाल र कलश सिमेन्ट उधोगका संचालक एमव युवा उधोगी अंसुमन अग्रवाल लगायत दर्जनौ उधोगी व्यवसायीहरु फोरम नेपालमा प्रवेश गरेका छन भने तराई मधेश प्रदेशका अभियानका नेता सिपु तिवारी र राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीका जिल्ला नेता अशेश्वर यादवले पनि फोरम नेपालसँग जोडिएका छन्। सत्या सिनेमा हलका संचालक एवं नेपाली कांग्रेसका नेता प्रमोद साह, हिन्दुवादी नेता ज्योति लाल कलवार, वैशणी सिनेमा हलका संचालक एवं नेपाली कांग्रेसका नेता जोगिन्दर साहले पनि फोरम नेपालसँग आबद्ध भएका छन्।

नेकपा एमालेका जिल्ला सदस्यहरु नन्दु बैठा र हिमाचल कुशवाहले पनि एमाले परित्याग गरी फोरम नेपालको सदस्यता लिएका छन्। हजारौंको संख्यामा गाउँगाउँबाट आएका आमजनताको बृहत् समूह पनि पार्टी प्रवेश गरेको छ। नवप्रवेशी उद्योगपति, व्यापारी, नेता र आमजनतालाई संघीय समाजवादी फोरम नेपालका केन्द्रीय अध्यक्ष उपेन्द्र यादवले फूलमाला र अबीरले स्वागत गर्दै पार्टी प्रवेश गराएका छन्।

ज्वजलपा वाःपतिइ छिगू चिनाखँ/बाखं/हाइकू विज्ञापन व मेमेगु च्वसू पिथनेगु जूसा जिमित स्वापू तयादिसँ

सकलसिगु मंकाः सः

ज्याकूः निखासी त्वाः किपू नपा-३ फोन ल्याः ४३३३००७, ९८०८६२६४२० ई-मेल : kirtipur_sandesh@live.com

छितः स्थानीय नेता, उद्घोषक, बांलाःम्ह वक्ता नापं बांलाःम्ह एफ एम संचालक यायेगु

जिमिगु अभियान

छिगु नितिं मदयेकं मगाःगु

संचार साक्षरता नापं एफ एम संचालन न्वचू कला

उद्घोषण

उकिया नितिं छिं सफू न्याना ब्वनादिसँ।

छि थः स्वयम हे सक्षम जुयादिसँ।

सफूया नितिं फोन ल्याः ४३३३००७, ९८४१४०१०७७, ९८४१७५२५८३

पत्रकार श्रीकृष्ण महर्जनं च्वयादीगु सफू

| नासः

हार्दिक बधाई

युवा समाजसेवी

श्री ससिर महर्जन विष्णुदेवी अस्पताल व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष पदमा नेपाल सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालयवाट मनोनीत हुनु भएकोमा हार्दिक बधाईको साथै कार्यकाल सफलताको कामना गर्दछौं।

भिजन कीर्तिपुर बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

टाउन प्लानिङ, कीर्तिपुर फोन नं. ४३३६२३७

कोरियन भाषा तयारी कक्षा

"पारी त्यो भ्यालीमा अफर आयो गतिलो
लाग्यो मलाई रमाइलो
तिमी र म ि क्न जाऔं न।"

भ्यालीमा य पालीको खास

दैनिक ६ घण्टाको क्लास

जानेर मात्र हुंदैन, हुनै पर्छ पास

नत्रभने पै ा र परिश्रमको सत्यनास

VALLEY INSTITUTE-KIRTIPUR
Near Kirtipur Gate [01-4332509]

नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूको पाँचौं स्थापना दिवस सम्पन्न

देशभरीका नेवाः पत्रकारहरुको राष्ट्रिय संगठन नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूको पाँचौं स्थापना दिवस गत शनिवार विभिन्न कार्यक्रम गरि मनाएको छ। पत्रकार दबूको केन्द्रको आयोजनामा राजधानीमा र भक्तपुर शाखाले भक्तपुरमा दिवस मनाएको थियो ।

राजधानीमा भएको समारोहमा दबूका केन्द्रीय सल्लाहकारहरु बरिष्ठ पत्रकारहरु रमेशकाजि स्थापित, पुस्करभक्त माथेमा, राजु शाक्य, विजयरत्न असंबरे, दबूका केन्द्रीय अध्यक्ष श्रीकृष्ण महर्जनले बोल्नु भएको थियो ।

त्यसै गरि नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबु ख्वप कचाको आयोजनामा भएको बिस्केट जात्रा : भ्रम र यथार्थ विषयक अन्तरसंवादमा वक्ता अतिथि हुनुभई सहभागी हुनुभएकोमा प्रा.डा. पुरुषोत्तमलोचन श्रेष्ठ, डा. गोपाल धौबञ्जार, विनोदराज शर्मा, ओमप्रसाद धौभडेल तथा नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबुका केन्द्रीय अध्यक्ष श्रीकृष्ण महर्जनले बोल्नु भएको थियो ।

Teachers Wanted For 2074 B.S

Post	Num.	Level
Grade Teacher	1	Pre-Primary
Science Teacher	1	Primary

Requirements:

- + 2 or Equivalent.
- Montessori or ECEC Trainedfor Pre-Primary
- Good English spoken.

Interested candidates are requested to apply with the hand written application,copies of academic certificates,Bio-Data,and a PP size photograph within 15th of Chaitra,2073.

(Only shortlisted candidates will be called for interview)

Mount Marigold School

Kirtipur-9,Townplanning, Ph.No. 4336544,9841301430
Email: mtmarigolds@gmail.com

Mangal Secondary School

Proudly announces

ADMISSION OPEN

IN Pre-Primary Level

Features :

—Seperate Pre-Primary block
—Nutritious daily food facilities
—Focus on child psychology
—Homely and natural School environment
—Affordable fee
—Audio Visual teaching and learning Classes
—Japanese and Montessori based teaching and learning methods
—Parenting Classes for parents

For further Information

Mangal Secondary School

Nayabajar, Kirtipur

Ph: 4330544, 9841301285, 9841301531

स्वास्थ्यका लागि काजु खानुपर्ने ९ कारण

बढी मूल्य पर्ने काजुका फाइदा पनि मूल्यवान नै छन् । काजु खानुका केही फाइदा यस्ता छनः

१.थकान हटाउँछ : काजुलाई ऊर्जाको राम्रो स्रोत मानिन्छ । केही काम नगर्दा पनि थकान महसुस हुन्छ अथवा काम गर्ने मुड बन्दैन भने काजु खानाले तपाईंको शरीरमा ऊर्जा थपिन गई फुर्ती आउँछ ।

२.अनुहार चम्किलो बनाउँछ : काजुमा प्रोटिनको मात्रा उच्च हुन्छ । त्यही भएर काजु खाने गर्नाले अनुहार चम्किलो बन्छ । काजुलाई पानीमा भिजाएर पिस्ने र यसरी बन्ने लेपले अनुहारमा मसाज गर्नाले अनुहार अझ बढी चम्किलो हुन्छ ।

३.दिमाग तेजिलो बनाउँछ काजुमा एक प्रकारको तेल पाइन्छ, जसमा भिटामिन-बी प्रचुर मात्रामा हुन्छ । यसले दिमाग तेजिलो बनाउँछ ।

४.युरिक एसिड हुन दिँदैन : काजु खानाले शरीरमा युरिक एसिड फर्मेसन हुँदैन । युरिक एसिडको समस्या भएकालाई ड्राइफुड उपयुक्त मानिँदैन । तर, त्यस्ता मानिसले पनि निर्धक्कसँग काजु खान सक्छन् ।

५.रक्तचाप नियन्त्रण गर्छ काजुमा सोडियमको मात्रा कम हुन्छ र पोटासियमको मात्रा बढी हुन्छ । त्यसैले काजु खाने गर्नाले रक्तचाप नियन्त्रित अवस्थामा रहन्छ ।

६.कोलेस्टेरोल घटाउँछ : हरेक बिहान काजु खाने गर्नाले कोलेस्टेरोलको मात्रा नियन्त्रित रहन्छ ।

७.मुटु बलियो बनाउँछ काजुमा पाइने ओलिक एसिडले मुटुलाई स्वस्थ र बलियो राख्छ । यसका अतिरिक्त काजुमा पाइने विभिन्न तत्वले मुटुका मांसपेशीलाई बलियो बनाउन मद्दत गर्छन् ।

८.डायबेटिज नियन्त्रण गर्छ : काजु खानाले शरीरमा इन्सुलिनको मात्रा बढ्छ र डायबेटिज नियन्त्रित अवस्थामा रहन्छ ।

९.पोषण प्रदान गर्छ : काजुमा कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, आइरन, जिंक, म्याग्नेसियम, कपर आदि पाइन्छन् । यिनले हड्डी, दाँत आदिलाइ बलियो बनाउनुका साथै शरीरका सबै प्रणालीलाई चुस्त राख्छन् ।

–स्वास्थ्य खबरपत्रिका

शरीरमा पानीको कमी हुँदा के हुन्छ ?

बैज्ञानिकहरू भन्छन्, 'शरीर मा हुने पानीको मात्रा (६० प्रतिशत) को केवल १.५ प्रतिशत कम हुँदा पनि शरीरमा सुख्खा हुने अर्थात 'डिहाइड्रेसन'को असर देखा पर्न थाल्दछ ।'

'डिहाइड्रेसन' धेरै कारणले हुने गर्दछ र तपाईंलाई तिर्खा लाग्नुको अलावा अरु पनि थुप्रै असर शरीरमा परिरहेको हुन्छ ।

डिहाइड्रेसनका असरहरु :

१. सास गन्हाउने : हाम्रो व्यस्त जीवनमा पानी पिउन हामीले भुलिरहेका हुन्छौँ । कामको दौरान तपाईंले बोल्दा जब तपाईंका सहकर्मीहरु परपर सर्छन अनि मात्रै तपाईंलाइ महसुस हुन्छ कि तपाईंले पानी पिउनु भएको छैन र तपाईंको सास गन्हाई रहेको हुन्छ ।

२. शारीरिक क्षमतामा कमी : शरीरमा पानीको मात्रा कम हुँनासाथ तपाईंको शारीरिक क्षमतामा कमी आउँछ । शरीरमा पानीको मात्रा केवल २ प्रतिशत कम हुँदा मात्रै शरीरको क्षमता १० प्रतिशतले घट्छ ।

३. सुख्खा छाला : छालालाई स्वस्थ, तन्दुरुस्त र चमकदार राख्नको लागि प्रसस्त पानी पिउनु एकदमै जरुरी हुन्छ । यतिमात्रै होइन छालाबाट पानी बाहिर जान नदिन छालामा मोइस्चराइजरको प्रयोग गर्नु पनि उत्तिकै जरुरी हुन्छ ।

४. ड्राइभिङ क्षमतामा असर : फिजियोलोजी एण्ड विह्याभियर नामक जर्नल प्रकाशित गरिएको एक अनुसन्धान पत्रले शरीरमा पानीको मात्रा कम हुँदा ड्राइभिङमा पूर्ण रुपमा ध्यान दिन नसकी ड्राइभिङ क्षमतामा ह्रास आउने देखाएको छ ।

५. थकान : शरीरमा पानीको मात्रा कम हुदा रक्तचाप घट्छ, मुटुको धड्कन बढ्छ र मस्तिष्कमा रगत प्रवाह घट्छ । यी सबैले शरीरलाई थकित बनाउँछ । त्यतिमात्र नभई पानीको मात्रा कम हुँदा शरीरका मसल्सहरु पनि थकित हुने गर्छ ।

६. खराब मुड : शरीरमा पानीको मात्रा कम हुनुको असर शरीरिक रुपबाट मात्र नभई मानसिक रुपमा पनि पर्छ । जर्नल अफ न्युट्रिसन मा प्रकाशित एक अध्ययनका अनुसार शरीरमा पानीको मात्रा कम हुँदा मानिस झोक्किने, रिसाउने, अल्छि हुँने, काममा केन्द्रीत हुन नसक्ने र दुखी रहने गरेको पाइयो ।

७. शरीर चिसो बनाउछ : रगतमा हुने पानीले शरीरमा तातोपना कायम राखि राख्न र तापक्रम मिलाएर राख्न मद्धत गर्छ । पानीको मात्रा कम हुँदा तातोपानी बाहिर जाने हुँदा शरीर चिसो हुन्छ ।

८. आँखा धमिलो हुने र तिर्मिराउनेः पानीको मात्रा कम हुँदा मासंपेशीमा मात्र नभई मस्तिस्कमा पनि रक्तसञ्चार कम हुन्छ । जसले गर्दा आँखाको दृष्टि धमिलो हुने तथा तिर्मिर्‍याउने तथा काम गर्ने क्षमतामा ह्रास आउछ ।

९. टाउको दुखाई : चिकित्सकहरुका अनुसार पानीको मात्रा शरीरमा कम हुँदा सेरोटोनिनको मात्रा परिवर्तन हुन्छ । जसले टाउको दुख्ने गर्छ । त्यसैले अब जब जब टाउको दुख्छ एक दुई गिलास पानी पिउनुस सम्भवत टाउको दुखाई हराएर जान्छ ।

१०. कब्जियत गराउछ : आन्द्रामा पचेका खानाहरु पास हुन शरीरमा पानीको जरुरी हुन्छ । तपाईंले यदि कम पानी पिउनु भएको छ भने आन्द्रामा भएका बस्तुबाट पानी शरीरमा तानिन्छ र पचेको खानामा कडा हुन्छ । जसले गर्दा कब्जियत गराउछ ।

इ डाक्टर भगवान कोइरालाको फेसबुकबाट

ADMISSION OPEN

आगामी वर्षदेखि भर्ना प्रकियामा विशेष योग्यता जाँच गरिने काठमाडौं जिल्लाको एकमात्र नमूना विद्यालयको प्रारम्भिक कक्षामा भर्ना हुन चाहनेले तयारी गरौं । आफ्नो सिट सुरक्षित गरौं ।

ECD for Foundation
ADMISSION OPEN
ADMISSION OPEN

प्रिन्सिपल

जनसेवा मा.वि. पाँगा

सम्पर्क नं. ४३३०८८०/४३३१९८२

हार्दिक बधाई

युवा समाजसेवी

श्री ससिर महर्जन विष्णुदेवी अस्पताल व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष पदमा नेपाल सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालयवाट मनोनीत हुनु भएकोमा हार्दिक बधाईको साथै कार्यकाल सफलताको कामना गर्दछौं ।

देयू् धुकू बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि. परिवार

नयाँबजार, कीर्तिपुर फोन नं. ४३३२४३८

संघीय समाजवादी फोरमको काठमाडौं महानगर अधिवेशन सम्पन्न

७ चैत, काठमाडौं । कीर्तिपुर सन्देश साप्ताहिक

संघीय समाजवादी फोरम नेपालको काठमाडौं महानगर समिति अध्यक्षमा मंगलरत्न ताम्राकार चयन भएका छन् । हालै भएको एकता अधिवेशनले ताम्राकारको नेतृत्वमा ३३ सदस्यीय महानगर समिति चयन गरेको छ ।

अधिवेशन उद्घाटनका क्रममा संघीय समाजवादी फोरमका सहअध्यक्ष राजेन्द्र श्रेष्ठले एमाले अध्यक्ष केपी ओली साम्यवादी नभई नश्लवादी भएको आरोप लगाए । उनले देश संघीयतामा प्रवेश गरेपछि पनि केन्द्रले स्थानीय निर्वाचन गराउन खोज्नु एकात्मकतावादी मानसिकता भएको बताउँदै यसलाई पार्टीले स्वीकार्न नसक्ने बताए ।

त्यस्तै राजनीतिक समितिका सदस्य धिरेन्द्र वहादुर श्रेष्ठले अब मुलुकमा नश्लीय राष्ट्रवाद र समावेशी राष्ट्रवाद बीच अन्तर विरोध बढ्दै गइरहेको र जनताले अन्ततः नश्लीय राष्ट्रवादलाई तिरस्कार गर्दै संघीय समाजवादी फोरम नेपालले अगाडि ल्याएको समावेशी राष्ट्रवादको विजय हुनेछ भन्नुभयो ।

कार्यक्रममा राजनीतिक समिति सदस्यहरु सुशीला श्रेष्ठ र डा. महेशमान श्रेष्ठ, केन्द्रीय सदस्य एवं महानगर इञ्चार्ज सानुराजा शाक्य, केन्द्रीय सदस्यहरु लालबहादुर तामाङ, पवित्र बज्राचार्य, शाक्य सुरेन, मञ्जु अन्सारी, शान्त प्रधान, नेवाः प्रदेश समितिका महासचिव सन्तोष सिलवाल, केन्द्रीय निर्वाचन समिति सदस्य हिरण्य सायमि, केन्द्रीय लेखा परीक्षण समिति सदस्य एवं नेवाः प्रदेशका उपाध्यक्ष पृथ्वीराज राई, केन्द्रीय सल्लाहकार मोहनबहादुर महर्जन, जिल्ला समिति अध्यक्ष मनरत्न शाक्य, उपाध्यक्ष शहर मान राईहरुले शुभकामना मन्तव्य दिनु भएको थियो ।

अधिवेशनमा महानगरका निवर्तमान अध्यक्ष सुवर्ण श्रेष्ठले प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नु भएको थियो । स्वागत मन्तव्य बागधन राई र कार्यक्रम संचालन निवर्तमान सचिव सुदय शिलाकारले गर्नु भएको थियो ।

नयाँ निर्वाचित पदाधिकारी एवं सदस्यहरूलाई जिल्ला अध्यक्षले शपथ ग्रहण गराउनु भएको थियो ।

त्यस अधिवेशनले निम्न लिखित प्रस्तावहरू पास गरेको छ ।

१. सप्तरीमा भएको प्रदर्शनको समय राज्यले अत्यधिक बल प्रयोग गरी शान्तिपूर्ण प्रदर्शन गरीरहेका समुदायलाई बर्बरतापूर्वक प्रहरी दमन गरेर पाँच जना निर्दोष मधेसीहरूको हत्याको घोर भत्सर्ना गर्दछु । शान्तिपूर्ण प्रदर्शनमा प्रहरीको गोली लागेर मरेकामानिसहरूलाई सरकारले अहिलेसम्म सहिद घोषणा नगरेको कारण तत्काल सहिद घोषणा गर्न माग गरेको छ। प्रदर्शनको समयमा घाइते भएकाहरूको औषधोपचार र क्षतिपूर्तिको मांग गरेको छ।

२. भारतीय एसएसबीको गोलीवाट कञ्चनपुरमा गोविन्द गौतमको ज्यान गएको घटनाप्रति क्षोभ व्यक्त गर्दै भारतीय हेपाहा प्रबृत्तिको घोर विरोध गरेको छ। यस्तो घटनामा नेपाल सरकारले सत्यतथ्य जनताको अगाडी ल्याउन र भारतसंग कुटनीतिक तवर वाट औपचारिक रुपमा विरोध गर्न समेत माग गर्दछ । त्यसै गरी घटनामा विगत ६ बर्ष अघि भारतीय सुरक्षाबलको गोलीवाट अनाहकमा मृत्यवरण गरेका वासुदेव साहलाई पनि नेपाल सरकार ले गोविन्द गौतमलाई जस्तै सहिद घोषणा गरी क्षतिपूर्ति दिन माग गर्दछ ।

३. काठमाण्डौं महानगरपलिकाले हालैमात्र लेटर प्याडवाट नेपालको पहिचान बोकेको रञ्जना लिपि हताएकोले महागर पालिकामा भरखरै मात्र नियुक्त कार्यकारीको यस्तो कार्य नश्लीय व्यवहारको घोर विरोध गर्दै यहाँका मौलिक र पहिचान बनेको रञ्जना लिपिलाई महानगरपालिकाको लेटर प्याडका साथ साथै अन्य कार्यमा पनि यथावत कायम गर्न माग गर्दछ ।

४. अहिले भरखरै मात्र महानगरपालिकाका विभिन्न वडाहरु समायोजन गरी महानगरपालिकाका ३५ वडामध्ये ३२ वडा मात्र कायम गर्ने कार्य स्थानीय तह पुनरर्संरचनाको कार्यप्रति पार्टी असहमति ब्यक्त गर्दै काठमाण्डौं महागरपालिका वडा नं. २२ र २४ वडा समायोजन गरी २२ डा, वडा नं. २५ र २६ समायोजन गरी वडा नं. २४ र वडा नं. २७ र २८ समायोजन गरी वडा नं. २५ बनाएको प्रति घोर विरोध गर्दै स्थानीय स्तरमा नेवाः समुदायलाई राजनीतिक रुपमा विस्थापित गर्ने षडयन्त्रकै निरन्तर रुप भएको र यस्तो कार्यप्रति महाधिवेशन घोर विरोध गर्दै पुरानै वडाहरु कायम गर्न माग गर्दछ ।

उक्त अधिवेशनबाट निर्विरोध निर्वाचित हुनु भएका महानगर समितिका पदाधिकारीहरू र सदस्यहरू यस प्रकार रहेका छन :–

१. अध्यक्ष : - मंगलरत्न ताम्राकार, २. उपाध्यक्ष : - विजय डंगोल, ३. सचिव : - मिना महर्जन ताम्राकार, ४. सहसचिव : - धनबहादुर गोले, ५. कोषाध्यक्ष - उमा ताम्राकार

सदस्यहरूमा :–

६. दिनेश महर्जन, ७. लालबहादुर बुढाथोकी, ८. पुष्परत्न शाक्य, ९. दिपक खड्गी, १०. अनन्त तुलाधर, ११. राजु महर्जन, १२. अमर श्रेष्ठ, १३. मनिश कुमार श्रेष्ठ, १४. रविन्द्र शाक्य, १५. प्रसिद्ध ताम्रकार, १६. मनोज कर्माचार्य, १७. सञ्जय महर्जन, १८. न्हूच्छे शाक्य, १९. बसन्त नकर्मी, २०. आशाकाजी महर्जन, २१. चन्दन श्रेष्ठ, २२. मदनमान शाक्य, २३. राजेन्द्रमान जोशी, २४. विकास महर्जन, २५. निर्जला तुलाधर, २६. रिता राउत, २७. यावा हाङ राई, २८. अरविन्दलाल जोशी, २९. रामचन्द्र भण्डारी, ३०. अमिता राई महर्जन, ३१. सुरेन्द्र महर्जन, ३२. सुवर्ण बज्राचार्य, ३३. उज्वल राई

हार्दिक बधाई

युवा समाजसेवी

श्री ससिर महर्जन विष्णुदेवी अस्पताल व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष पदमा नेपाल सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालयवाट मनोनीत हुनु भएकोमा हार्दिक बधाईको साथै कार्यकाल सफलताको कामना गर्दछौं ।

बाघभैरव बोर्डिङ हाई स्कूल

नयाँबजार, कीर्तिपुर फोन नं. ४३३०१४१

भर्ना खुल्यो ! भर्ना खुल्यो !!

विगत १० बर्षदेखि संचालित कीर्तिपुर गृहिणी महिला विद्यालयमा शैक्षिक शत्र २०७४ को लागि कक्षा १ देखि कक्षा १० सम्म भर्ना खुल्यो ।

कीर्तिपुर गृहिणी महिला विद्यालय

समल कीर्तिपुर,

फोन नं. ४३३२२४८, ९८४१६४९९८९

RARAHIL MEMORIAL SCHOOL
राराहिल मेमोरियल स्कूल

Be Smart,
Be Good.

VISION:
"Every student will be creative, trustworthy, competent and socially responsible."

Vacancy Announcement

Rarahil Memorial School, a credible educational institution for child centered teaching in South-Western part of Kathmandu valley, with standard hostel and canteen facility, and primary health care service facility inside school premises, is looking for energetic, competent and dedicated persons for the following positions;

Job Title	Minimum Qualifications:
Teacher (Social Studies) (1)	Bachelor's degree in Sociology or at-least 2 years teaching experience in Social studies in secondary level.
IT cum Communication Officer (1)	Bachelor's degree in any discipline with diploma course in computer skill (software and hardware) from established computer institute. And at-least 2 years experience in respective field.
Office Boy cum Messenger (1)	Grade ten passed with two wheeler driving license.

Salary and Benefits: As per the policy of the School.

Potential candidates are requested to email application with CV by 2073 Chaitra 19.

Phone contact will not be entertained. Only short listed candidates will be invited for the further process.

Rarahil Memorial School, Email: rarahil@mail.com.np

हार्दिक बधाई

इलेक्ट्रोनिक्स तथा Home Appliance को क्षेत्रमा नेपालमा नै आफ्नो पहिचान बनाउन सफल Mobiland Electronic Pvt Ltd र कीर्तिपुर क्षेत्रमा कम्प्यूटर सम्वन्धी विशिष्ट सेवा दिन सफल New Sachi Computer वीच सहकार्य गर्ने सम्झौता भई काम शुरु भएकोमा दुबै कम्पनीहरूलाई हार्दिक बधाई तथा उत्तरोत्तर प्रगतिको शुभकामना

दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

कीर्तिपुर, फोन ४३३४२३५

website : www.darsansave.com

चुनावमा फेसबुक चलाउँदा होस गर्नुस्, एक लाख जरिवाना तिर्नुपर्ला !

यस्ता छन् सञ्चार माध्यमले ध्यान दिनुपर्ने १० आचरण

सरकारले स्थानीय निर्वाचनको मिति घोषणा गरि सकेपछि आचार संहिता कार्यान्वयनमा आइसकेको छ। यस्तो आचार संहिता सरकार, राजनीतिक दल, संघसंस्था, कर्मचारी, सुरक्षाकर्मी, गैरसरकारी संस्था र पत्रकार हरुलाई मात्रै होइन, फेसबुक र ट्विटर अनि भाइबर चलाउनेहरु व्यक्तिहरुलाई पनि लाग्न सक्छ। मोबाइलबाट एसएसमएस पठाउँदा पनि आचार संहिता लाग्न सक्छ।

निर्वाचन आयोग ऐन ०७३ को दफा २३ अनुसार आयोगले आचार संहिता उल्लंघन गर्नेलाई त्यस्तो कार्य रोक्ने आदेश दिने छ। तर, आदेश दिंदा पनि त्यस्तो कार्य रोकिएन भने त्यस्तो राजनीतिक दल, उम्मेदवार, व्यक्ति, संस्था, पदाधिकारी वा निकायलाई निर्वाचन आयोगले एक लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना गर्न सक्नेछ प्रावधान ऐनको दफा २३ को उपदफा ३ मा उल्लेख छ।

फेसबुक प्रयोगकर्ताले ध्यान दिनुपर्ने कुरा

निर्वाचन आचार संहिता लागू भइसकेको अवस्थामा कुनै पनि व्यक्तिले कुनै उम्मेदवार वा राजनीतिक दलको विपक्षमा आधार हीन कुराहरु फेसबुकमा पोष्ट गर्न पाइने छैन। साथै त्यस्ता कुराहरु ट्विटर, भाइबर वा एस एम एस मार्फत् पनि प्रकाशन, प्रसारण वा सम्प्रेषण गर्न नपाइने निर्वाचन आचार संहिताको दफा १४ को (ज) मा उल्लेख छ।

विद्युतीय माध्यमहरुबाट यस्ता कुराहरु प्रचार प्रसार गर्नेलाई निर्वाचन आयोग ऐन अनुसार कारवाही हुने आचार संहितामा उल्लेख गरिएको छ।

सञ्चारमाध्यमले के(के गर्न पाईंदैन ?

निर्वाचन आचारसंहिता लागू भइसकेको अवस्थामा कुनै पनि पार्टीको निकटमा रहेर कार्य गरि रहेका सञ्चारमाध्यमलाई पनि यसले असर पार्ने भएको छ। आचार संहिता लागू भइसकेपछि कुनै पनि सञ्चारमाध्यमले कुनै एउटा दलको मात्रै प्रचार गर्ने र अन्य दलहरुका सामाग्रीलाई स्थान नदिने कार्य गर्न पाईंदैन।

आयोगले जारी गरेको निर्वाचन आचार संहिताको दफा १४ मा आमसञ्चारका माध्यमले पालना गर्नुपर्ने आचरणबारे यसरी १० वटा बुँदामा उल्लेख गरिएको छ:

(क) निर्वाचनसम्बन्धी शिक्षामूलक समाचार र सूचनालाई उच्च प्राथमिकता दिनुपर्ने,

(ख) सूचना वा समाचार तथ्यमा आधारित भई निष्पक्षरुपमा सम्प्रेषण गर्ने,

(ग) पेशागत आचरण एवं मान्यता विपरीत हुने काम कारवाही गर्न नहुने,

(घ) विभिन्न जातजाति सम्प्रदाय, लिङ्ग, धर्म, भाषा-भाषी र क्षेत्रबीचको सम्बन्ध र सद्भावमा खलल नपर्ने गरी सूचना वा समाचार प्रकाशन, प्रशारण वा सम्प्रेषण गर्ने,

(ङ) राजनीतिक दल तथा उम्मेदवारलाई समान अवसर दिनु पर्ने,

(च) उम्मेदवार वा राजनीतिक दलको निर्वाचन प्रचार प्रसारका लागि नि:शुल्क वा प्रायोजित विज्ञापन प्रकाशन, प्रशारण वा सम्प्रेषण गर्न वा गराउन नहुने,

(छ) उम्मेदवार वा राजनीतिक दलको सम्बन्धमा आयोगले तोकेको समयावधिभन्दा बढी नहुने गरी र सशुल्क विज्ञापन भएको जनाउने गरी निर्वाचनसम्बन्धी विज्ञापन प्रकाशन, प्रशारण वा सम्प्रेषण गर्ने, तर मौन अवधिमा त्यस्तो विज्ञापन प्रकाशन, प्रशारण वा सम्प्रेषण गर्न पाइने छैन।

(ज) उम्मेदवार वा राजनीतिक दलको निर्वाचन सम्बन्धी प्रकाशन, प्रशारण वा सम्प्रेषण गरेको प्रत्येक सूचना वा विज्ञापनको मिति र समयको अभिलेख अद्यावधिक राख्नुपर्ने,

(झ) निर्वाचन तथा मतदाता शिक्षा लगायतका सामग्री स्थानीयस्तरमा प्रयोग भइरहेका सबै भाषालाई समेट्ने गरी समानुपातिक आधारमा प्रकाशन, प्रशारण वा सम्प्रेषण गर्ने,

(ञ) उम्मेदवार वा राजनीतिक दलको पक्ष वा विपक्षमा आधारहीन सामग्री एस.एम.एस, फेसबुक, ट्वीटर, भाइवर जस्ता विद्युतीय माध्यमद्वारा प्रयोग गरिने सामाजिक सञ्जालमा प्रकाशन, प्रशारण वा सम्प्रेषण नगर्ने।

राराहिल फाउण्डेशन

बिपन्न बालबालिका शैक्षिक सहयोग कार्यक्रम

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!

(प्रथम पटक सूचना प्रकाशित मिति २०७३ चैत्र ७ गते)

यस राराहिल फाउण्डेशनले असहाय तथा विपन्न जेहेन्दार बालबालिकाहरुलाई बिद्यालय शिक्षा हासिल गर्न सहयोग पुऱ्याउने उद्देश्यले सञ्चालन गरेको विपन्न बालबालिका शैक्षिक सहयोग कार्यक्रम अन्तर्गत आफ्ना बालबालिकाहरुलाई राराहिल मेमोरियल स्कुलमा पठनपाठन गराउन ईच्छुक अभिभावकहरुले निम्न छनौट आधार (Criteria) कागजात सहित **मिति २०७३ चैत्र २१ सम्ममा** दरखास्त फाराम भरी आवेदन दर्ता गराउन सूचित गरिन्छ। साथै यस कार्यक्रम अर्न्तगत हाल ११८ जना बालबालिकाहरुलाई पठनपाठनको लागि शैक्षिक सहयोग प्रदान गर्दै आईरहेको छ।

आवेदन दिन योग्य आधारहरु :

क) अनाथ र टुहुरा बालबालिका
ख) आमा वा बाबुबाट त्यागिएका बालबालिका
ग) शहीदका छोराछोरी
घ) लोपोन्मुख जाति
ड.) दीर्घ रोगी वा अपाङ्गका छोराछोरी
च) प्राकृतिक प्रकोपबाट पीडित परिवारका बालबालिका
छ) दलित, आदिवासी
ज) माथिका बुंदाहरुमा जे भनिए पनि बिद्यार्थीको परीवारको आर्थिक अवस्थामा निर्भर रहनेछ।

शर्तहरु :

क) प्रारम्भिक छनौटपछि लिखित परीक्षा वा अर्न्तवार्ता लिइनेछ।
ख) अभिभावकलाई अर्न्तवार्ता लिने र होम भिजिट पनि गरिनेछ।
ग) बिद्यार्थीको शैक्षिक प्रगतिको लागि अभिभावकको पनि आर्थिक तथा सामाजिक दायित्व रहनेछ।
घ) सबै छनौट निश्चित प्रकृया पुरयाई सम्पन्न गरिनेछ।
ङ) प्रकशित अन्तिम नतिजा राराहिल फाउण्डेशनको सूचना पाटीमा प्रकाशित गरिनेछ।

बिद्यार्थी छनौट गर्ने अन्तिम अधिकार राराहिल फाउण्डेशनमा निहित रहने छ।

दरखास्त फाराम पाउने र बुझाउने स्थान : राराहिल फाउण्डेशन, राराहिल मेमोरीयल स्कुलको हाता भित्र, राराहिलनगर, कीर्तिपुर, काठमाण्डौ।
समय : बिहान १०:३० बजे देखि ३ बजे सम्म
दरखास्तको लागि आवेदन दिने शुरु मिति : २०७३ चैत्र ७ गते देखि
दरखास्त फाराम बुझाउने अन्तिम मिति : २०७३ चैत्र २१ गते।

हिम्मत भए ती प्रमाणहरु सार्वजनिक गर

रोशन श्रेष्ठ

यैं महानगरपालिका लगायत देशका विभिन्न स्थानिय निकायहरुमा नेपालकै मौलिक लिपि, नेवारले संरक्षण गरेको लिपिलाइ सांकेतिक गर्वको रुपमा लेटरहेड तथा साइनबोर्डमा स्थान दिइएको छ ।

तर हालसालै खस बाहुन आप्रवासी सरकारले ती सांकेतिक उपस्थीति हटाउन रातारात आदेश दिने र आदेश तामेल गर्ने काम गरेपछि नेवार समुदाय क्रुद्ध बनेका छन् ।

रञ्जना लिपि त्यो लिपि हो जसले नेपाललाइ संयुक्त राष्ट्र संघमा सदस्यता दिलायो । तर देशभित्र प्रतिबन्धित गरीयो । पञ्चायती कालमा हामीले ती लिपि सिक्न कक्षाहरुमा पुलिसको आँखा छलेर जानुपर्ने अवस्था थियो ।

त्यतिमात्र होइन, नेपाल सरकारले हालसम्म पनि संयुक्त राष्ट्र संघमा बुझाएको दस्तावेजहरु सार्वजनिक गरेको छैन । त्यो बेला नेपाल सरकार ले पैचो मागेर लिएको रञ्जना लिपिकृत पवित्र बौद्ध ग्रन्थ सम्बन्धि नयाँ जानकारी आएको छ ।

त्यो ग्रन्थ हो "शतशहस्रिका प्रज्ञापारमिता सुत्र", जसका पानाहरु सुनको मसिले लेखिएको छ, जसको लेखन नालन्दा विश्वविद्यालयमा शरण सम्वत ३४५ मा पूर्णता दिइएको, जुन पुस्तक मुसलमानहरूले मक्कामा सुरक्षित राखेको ओरिजिनल कुरानको प्रति भैं जस्तै बौद्धहरुको निमित्त अति पूजनिय मानिन्छ ।

त्यो ग्रन्थ जम्मा ३ प्रति र हेकोमा बाँकि २ प्रति नालन्दा विश्वविद्यालयसँगै नष्ट भएको र १ प्रति नेपालका नेवारहरुले मुसलमान आक्रमणबाट समेत बचाइ सुरक्षित राख्न सकेका छन् ।

हो त्यो ग्रन्थका केहि पानाहरु प्रमाणको रुपमा बुझाउन नेपाल सरकारले मागेर लगेको र हालसम्म पनि फिर्ता दिएको छैन । यस्ता अति अमुल्य प्रमाणहरुका साथ संयुक्त राष्ट्र संघमा बुझाउन पण्डित हेमराज शाक्यले रञ्जनालिपिको पूर्ण सेट अक्षर लेखिदिएका थिए ।

यसरी अति अमुल्य संपदा पैचो दिएको फिर्ता नदिनुको पीडा त छँदैछ । त्यसमाथि यो लिपिलाइ अपमान गरेको देखेपछि यसले नेवारहरुलाई क्रोधित बनाउनु त स्वभाविक नै हो ।

बुद्धको जन्मकालतिरै यो लिपि प्रचलित हुनले यो लिपि त्यसभन्दा कति शताब्दी पहिला विकास भइसकेको रहेछ होला अनुमान तपाइ गर्नुस र यो प्राचीन लिपिको महत्व महशुस गर्नोस । यस्तो गौरवशाली प्राचीन धरोहर रञ्जना लिपि प्रतिको अपमान नेवार मात्र होइन सम्पूर्ण बौद्ध समुदाय प्रति पनि अपमान हो । बुद्ध वाज वर्न इन नेपाल भन्दै मागि खान लाज नमान्नेहरु बौद्ध समुदायलाई यसअघि पनि अपमान गरेकै थिए । बौद्ध मौलिक खादा संस्कारलाई ढाकेटालोको गम्छामा बेरिएर आत्मरति लिन रमाउनु, सुर्खेतमा बुद्ध मुर्ती लछारपछार गर्नु, र बौद्ध ग्रन्थहरुमा व्यापक प्रचलित लिपिमाथि अघोषित प्रतिबन्ध थोपर्नु । शायद उनीहरुलाई थाहा छैन कि नेपालको प्रचलित र रञ्जना लिपि भारत-नेपाल-चीन सम्बन्धको सेतु पनि हो । यो लिपिको नेपाली इतिहास ती आप्रवासीहरुले आफुलाइ नेपाली भनी चिनाउनु धेरै अघिदेखि यो धरतीमा स्थापित थियो र छ ।

तर बर्मूबादि पार्टीको हनुमान बन्न लालयित बर्मूच: नेवारहरुको लागि भने यस्तो महत्वपूर्ण दस्तावेजहरु आफुहरुको गर्व हो भन्ने कुनै हेक्का पनि छैन । प्रचलित नेपाल तथा रञ्जना लिपि माथि गरेको अन्याय प्रति कुनै प्रतिक्रिया पनि छैन । यस्तै छन् आफैंलाइ नचिन्ने कस्तुरी जस्ता बर्मूच: नेवारहरु ।

अहिले आएर 'यो नेवार लिपि किन चाहियो' भन्ने सोच बोकि नेपालको मौलिक रञ्जना लिपि तथा नेवार अस्तित्वलाइ अपमान गर्ने आप्रवासी भतुवाहरुलाइ सार्वजनिक चुनौति छ – हिम्मत भए संयुक्त राष्ट्र संघमा बुझाइएका ती प्रमाणहरु सार्वजनिक गर ।

सात दिनको अल्टिमेटमसहित आन्दोलनको चेतावनीपछि काठमाडौं महानगरपालिकाले रञ्जना लिपि पुन: प्रयोगमा ल्याउने भएको छ ।

काठमाडौं महानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

कीर्तिपुर नगरपालिकाको साइनबोर्ड र लेटर प्याडमा रञ्जना लिपि प्रयोग यथावत

राष्ट्रिय हात्तीपाइले रोग निवारणको लागि आम औषधि सेवन बारे जानकारी (२०७३)

सामान्य जानकारी : परजीवीबाट संक्रमित लामखुट्टेका् टोकाईबाट सर्ने हात्तीपाइले रोग निवारणको लागि वि.सं.२०७३ को आम औषधि सेवन गराउने कार्य तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मी तथा स्वास्थ्य स्वयंसेविकाबाट सम्पन्न हुँदैछ । यस अभियानमा खुवाईने दुईथरी औषधिले रोगको उपचार हुनुको साथसाथै रोग लाग्नबाट बचाउने हुनाले यी औषधिहरु सेवन गर्नु आवश्यक छ । यी दुवै औषधिहरु वर्षौदेखि उपचारको लागि प्रयोगमा आइरहेको र सुरक्षित औषधि हुन् । विश्वभर अरबौं मात्रा र नेपालमा हालसम्म पटक पटक गरी १० करोडभन्दा बढी मात्रा औषधि सेवन भइसकेको छ ।

हात्तीपाइलेको औषधि दुई वर्ष नपुगेका केटाकेटीहरु, गर्भवती र ७ दिनसम्मका सुत्केरी, छारे रोगी तथा सिकिस्त बिरामीहरुले खानु हुँदैन । यो औषधि खाली पेटमा खानु हुँदैन । अरु सबै व्यक्तिले स्वास्थ्यकर्मी तथा स्वास्थ्य स्वयंसेवीकाहरुले भनेअनुसार खानासँगै वा खानापछि औषधि खानुपर्दछ ।

औषधिको सेवन गरेपछि हात्तीपाइलेको परजीवी शरीरमा भएमा कसै कसैमा ज्वरो आएजस्तो हुने, टाउको दुख्ने, रिङ्टा लाग्ने, वाक वाकी लाग्ने जस्ता सामान्य असर हुन सक्दछ । यस्ता असरहरु विना उपचार आफै केही समयमा ठीक भएर जान्छन् । यदि ठीक नभएमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त जाऔं र जाने सल्लाह दिऔं ।

औषधि खुवाउने मिति र जिल्ला :

२०७३ चैत्र ५, ६ र ७ गते औषधि खुवाइने जिल्लाहरू : भोजपुर, इलाम, धनकुटा, तेह्रथुम, पाँचथर, ललितपुर, बाग्लुङ, म्याग्दी, पर्वत, लमजुङ, दाङ, बाँके, बर्दिया, जाजरकोट, सुर्खेत, दैलेख, बैतडी, डडेलधुरा, डोटी, कैलाली, कञ्चनपुर, अछाम, बभाङ, बाजुरा र दार्चुला ।

आम औषधि सेवन कार्यमा परिचालन हुने स्वास्थ्य र स्वास्थ्यकर्मीहरुको संख्या:

स्वास्थ्य स्वयंसेवकहरु : ५४,६६६

स्वास्थ्यकर्मीहरू : १०४४९

बजेट खर्च : यस आ.व. २०७३/०७४ मा हात्तिपाइले रोग निवारण कार्यक्रम (आम औषधि सेवन कार्य, सर्भिलेन्स कार्य र हाइड्रोसिल अप्रेशन कार्य) मा जम्मा लाग्ने खर्च करिब ४० करोड ।

लक्षित जनसंख्या: ३० जिल्लाको आम औषधिका लागि लक्षित जनसंख्या: १ करोड आठ लाख

हाइड्रोशिल अप्रेशन : ६० वटा अस्पतालबाट ७१८३ जनाको अप्रेशन गर्ने लक्ष्य राखिएको ।

स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग
इपिडिमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रक महाशाखा
टेकू, काठमाडौं

अन्तरिम संविधानभन्दा पश्चगामी 'नयाँ' संविधान संशोधन नगरिए संविधान खारेज गर्न जनक्रान्ति

राजेन्द्र श्रेष्ठ

नेपालको संविधानलाई विश्वकै उत्कृष्ट भनेर प्रचार गर्न यसका बाहकहरू थाकेका छैनन् । तर , यसका संक्रमणकालीन धाराहरूबाहेक यसको कार्यान्वयन गर्न सक्ने वस्तुगत परिस्थिति अहिलेसम्म देशमा विद्यमान छैन ।

वर्गीय, जातीय, लिङ्गीय र क्षेत्रीय उत्पीडनमा परेका नेपालका उत्पीडित समुदायहरू यस संविधानका प्रतिगामी धाराहरू नसच्चिएसम्म कार्यान्वयनको पक्षमा छैनन् । उदार लोकतन्त्रको पुँजीवादी मान्यताका आधारमा भन्नुपर्दा यस संविधानमा वाक, प्रेस, सभा, सङ्गठन स्वतन्त्रता र मानवअधिकारको दृष्टिले धेरै कुराहरू समेटिएका छन् ।

संविधानको सर्वोच्चता, बहुलतायुक्त खुला समाज, वालिग मताधिकार, आवधिक निर्वाचन, प्रतिस्पर्धात्मक बहुदलीय व्यवस्था, विधिको शासन, कानुनी राज्य, मौलिक एवम् मानवअधिकार, शक्तिपृथकीकरण, स्वतन्त्र न्यायपालिका, प्रेस स्वतन्त्रताजस्ता परम्परागत उदार लोकतन्त्रका मूल्य र मान्यताहरू यसले आत्मसात् गरेको छ । यी कुराहरू २०४७ साल र २०६३ सालको संविधानमा पनि समेटिएका थिए । तर संघवाद, समावेशी लोकतन्त्र र समानुपातिक प्रतिनिधित्वका हिसाबले यो संविधान अन्तरिम संविधानभन्दा पनि पश्चगामी रहेको छ ।

ठूलो भूभाग भएर केन्द्रबाट देशको प्रशासन चलाउन गाह्रो परेकाले नेपालमा संघीयताको माग भएको होइन । न त यो विभिन्न सार्वभौम राष्ट्रहरू एकाकार भएकाले भएको हो । यहाँ संघीयताको माग गोर्खा राज्य विस्तारपछि यहाँका उत्पीडित राष्ट्रियता र जातिहरूमाथि भएको उत्पीडन अन्त्यका लागि भएको हो ।

नेपाल अस्ट्रेलियाजस्तो ठूलो भूभाग, जहाँ सिङ्गो महादेश नै एउटा देश भएकाले संघीयता चाहिएको पनि होइन । जातीय उत्पीडनबाट मुक्तिका लागि संघीयता चाहिएको हो । तर, यहाँका सत्तारूढ दलहरू संघीय प्रदेशहरू निर्माणका सन्दर्भमा प्रशासनिक संघीयताभन्दा माथि उठ्न सकेका छैनन् ।

यो संविधान २०६२-६३ को जनक्रान्ति, मधेश जनविद्रोह, आदिवासी जनजाति, खस, शिल्पीलगायतका उत्पीडित समुदायहरूको आन्दोलनको भावनाअनुरूप छैन । त्यसैले देशमा दिगो शान्तिका लागि संविधान संशोधनका माध्यमबाट आन्दोलनकारीहरूले उठाएका पहिचानसहितको संघीयता, केन्द्र र प्रदेशमा समानान्तर व्यवस्थापिका, कार्यपालिका र न्यायपालिका, समानुपातिक समावेशीकरण, स्वायत्त क्षेत्र, संरक्षित क्षेत्र तथा विशेष क्षेत्रहरूको निर्माण, जातीय जनसंख्याको आधारमा राज्यका सबै अङ्गहरूमा प्रतिनिधित्व, सरकारी कामकाजमा बहुभाषिक नीति, मातृभाषामा शिक्षालगायतका संविधानका विभेदकारी धाराहरू पुनर्लेखन गरी सच्याइयोस् भन्ने माग रहेको छ । यदि स्थिति त्यसरी अगाडि बढ्दैन भने वर्तमान राज्यसत्ता र संविधानका विरूद्ध पहिचान र संघीयताका लागि देशमा भीषण संघर्ष अवश्यम्भावी छ ।

संघवाद, प्रदेशहरूको संख्या र सीमाङ्कन

संघवाद भनेको संवैधानिक रूपमा नै राज्यशक्ति बाँडफाँडको प्रबन्ध भएको व्यवस्था हो । यस्तो व्यवस्थामा देशको सार्वभौमसत्ता, राजकीयसत्ता र शासनाधिकार केन्द्र र प्रदेशका बीच बाँडफाँड गरी प्रयोग गरिएको हुन्छ । संघवादमा केन्द्र प्रदेश वा राज्यहरूको संघका रूपमा रहेको हुन्छ ।

संघवादको सिद्धान्तका दृष्टिकोणले तुलनात्मक रूपमा हेर्दा भारतको संविधान नेपालको संविधानभन्दा धेरै लचिलो र उच्चकोटीको छ । भारतको संविधानले राज्यशक्तिलाई राज्यमा मात्र होइन, स्वायत्त समुदायहरूमा पनि साझेदारी गरेको छ । तर, नेपालमा शासकवर्गले आफ्नो नश्लीय सत्तालाई प्रदेशहरूमा पनि विस्तार र सुदृढ गर्ने हेतुले प्रदेशको सीमाङ्कनमा जेरीम्यान्डरिङ गरेको छ र त्यसलाई भविष्यमा पनि परिवर्तन गर्न नसकून् भन्ने हिसाबले संविधानमा धारा २७४ को उपधारा ४, ५, ६ र ७ राखिएको छ । यी धारा-उपधारामा आफ्नो नश्लीय सत्ता जोगाउने हेतुले नयाँ प्रदेश सिर्जना गर्न अघोषित रूपमा प्रतिबन्ध लगाइएको छ ।

नेपाल एक-आपसमा आबद्ध भई बनेको संघीय राज्य होइन । यहाँ पहिचानसहितको संघीय प्रदेश र अल्पसंख्यक समुदायहरूका विशेष संरचनाहरू पनि सिर्जना भएका छैनन् । विश्वमा एक-आपसमा आबद्ध भई बनेका संघराज्य वा पहिचानसहितको संघीयता भएका देशहरूमा त्यहाँका स्वायत्त समुदायहरूको पहिचान रक्षा होओस् भन्ने हिसाबले केन्द्रले एकपक्षीय रूपमा संविधान संशोधन गर्न नसक्ने व्यवस्था गरिएको थियो । अमेरिका, स्विट्जरल्यान्ड, बेल्जियम, स्पेन आदि देशहरूमा त्यहाँका स्वायत्त समुदायहरूको पहिचान र अधिकार रक्षाका लागि संविधान संशोधनमा त्यहाँका स्वायत्त समुदाय वा प्रदेशहरूलाई पनि संलग्न गराउने व्यवस्था गरिएको छ । तर, नेपालमा त्यसको ठीक विपरीत आफ्नो नश्लीय सत्ता जोगाउने उद्देश्यले संविधानमा धारा २७४ राखियो । यो संविधान संशोधनसम्बन्धी संघवादको सिद्धान्तको दुरूपयोग हो ।

भारतको संविधानमा पनि राज्यहरूको स्वायत्तता र अधिकार रक्षाका लागि संविधानको धारा ३६८ मा संविधान संशोधनमा राज्यहरूको संलग्नताको व्यवस्था गरिएको छ । तर, त्यहाँ नयाँ राज्यहरू सिर्जना गर्न वा सीमा हेरफेर गर्न त्यस्तो व्यवस्था गरिएको छैन । भारतीय संविधानको धारा ३ (ए) मा नयाँ राज्य सिर्जना गर्नुपरे वा एक-आपसमा मिलाई राज्यहरूको सीमा हेरफेर गर्नुपरे प्रभावित राज्यको विधानसभासँग परामर्श गरी संसदको सिफारिसमा राष्ट्रपतिले गर्न सक्ने व्यवस्था छ ।

सुरूमा भारतमा पनि नेहरूहरूले पहिचानको मुद्दालाई बेलायती साम्राज्यवादले लादेको भन्थे, जसरी यहाँका नश्लवादीहरू युरोपियन युनियनले लादेको भन्छन् । त्यसैले भारतमा संविधान जारी हुँदा पहिलेका २८ राज्यहरूलाई १४ राज्यमा झारियो । तर, तामिलनाडुमा पृथकतावादी आन्दोलन चर्केको र सेभेन सिस्टर आन्दोलन कहलिएका उत्तरपूर्वी भारतका नागाल्यान्ड, मणिपुर , मिजोरम लगायतका स्थानहरूमा पनि पृथकतावादी आन्दोलन सुरू भएपछि फैजल अलीको नेतृत्वमा भारतमा राज्य पुनर्गठन आयोग बनाएर त्यसको प्रतिवेदनका आधारमा सन् १९५६ पछि पहिचानको आधारमा राज्यहरू बनाउन बाध्य भएको इतिहास छ ।

त्यस यता भारतमा सम्बन्धित पक्षसँग सम्झौता गरी राज्यहरू निर्माण भएका छन् । तामिलनाडु, नागाल्यान्ड, मिजोरम आदि यसका उदाहरण हुन् । नागाल्यान्डलाई संविधानको धारा ३७१ (ए) अनुरूप आफ्ना परम्परागत कानुनहरूको कार्यान्वयन, भूमिमाथिको अग्राधिकारलगायतका अधिकार समेत दिइएको छ । मिजोका सन्दर्भमा पनि यस्तै व्यवस्था गरिएको छ । १४ राज्यबाट सुरू भएको भारतमा सन् २०१४ जुन २ मा तेलङ्गना राज्य घोषणा भएपछि २९ राज्यहरू पुगेका छन् ।

नेपाल पनि भारतजस्तै बहुराष्ट्रिय मलुक भएकाले यहाँका आन्तरिक राष्ट्रियताहरूलाई उत्पीडनबाट मुक्त गर्न पहिचानसहितको संघीयता, स्वायत्तता र स्वशासनको व्यवस्था आवश्यक छ । यसो नभई देशमा राजनीतिक स्थिरता हुनै सक्दैन र स्थिरताबिना देशको समृद्धि सम्भवै छैन । त्यसैले नेपालमा पनि नयाँ प्रदेश निर्माण गर्नुपरेमा वा प्रादेशिक सीमानालाई एक-आपसमा मिलाई हेर फेर गर्नुपरेमा नेपाल सरकारले सम्बन्धित प्रदेशसभासँग परामर्श गरी संघीय संसदमा विधेयक पेस गर्न सक्ने र त्यस्तो विधेयक संघीय संसदले पारित गरेपछि कार्यान्वयन हुनेगरी संविधानको धारा २७४ संशोधन गर्नु पर्दछ । यदि सरकारले स्वायत्त क्षेत्र, संरक्षित क्षेत्र र विशेष क्षेत्र राज्यका विशेष संरचनाहरू हुन । यिनीहरू स्थानीय तह होइनन्, सम्बन्धित समुदायका स्वायत्त अङ्गहरू हुन् ।

नेपालमा संविधानसभाको राज्य पुनर्संरचना तथा राज्यशक्ति बाँडफाँड समिति र उच्चस्तरीय आयोग दुबैले स्पष्टका साथ यससम्बन्धी व्यवस्था गरेका थिए । तर, अहिले जारी गरिएको संविधानको धारा ५६ को उपधारा ५ मा त्यसको कुनै स्पष्ट परिभाषा नगरी संघीय कानुनबमोजिम हुने भनेर अमूर्त रूपमा मात्र उल्लेख गरिएको छ । त्यो पनि ओली नेतृत्वको सरकारले पूर्वसचिव बालानन्द शर्माको संयोजकत्वमा गाउँपालिका, नगरपालिका तथा विशेष, संरक्षित वा स्वायत्त क्षेत्र (विशेष संरचना) को संख्या तथा सीमाना निर्धारण आयोग गठन गर्दा आयोगलाई दिएको क्षेत्राधिकार तथा कार्यनिर्देश शर्त (टीओआर) मा संविधानको धारा ५६ (५) र धारा २९५ (३) मा भएको व्यवस्थाविपरीत विशेष संरचनाहरूलाई जिल्लाभित्र कुण्ठित गरिएको छ ।

यो धारा संशोधन नगरे २७४ मात्र होइन, यो संविधान नै खारेजीका लागि नयाँ जनक्रान्ति गर्नुको विकल्प रहँदैन ।

स्थानीय तह प्रदेशको क्षेत्राधिकारभित्रै हुन्छन्

संघीय व्यवस्थामा स्थानीय तहहरू भनेका प्रदेशहरूले आ-आफ्नो विशिष्ट परिस्थितिअनुरूप निर्माण गर्ने निकाय हुन् । भारतमा स्थानीय तह प्रदेशको क्षेत्राधिकारभित्र रहनुका साथै तिनको निर्वाचन पनि गैरदलीय आधारमा हुने गरेको छ । अमेरिका, रूसलगायत धेरैजसो सङ्घीय राज्यहरूमा पनि यस्तै व्यवस्था छ । यसकारण स्थानीय तहहरूको खाका केन्द्रले कोर्नु सैद्धान्तिक रूपमै गलत हुन्छ ।

यस्तो व्यवस्थामा केन्द्रले स्थानीय तहका सम्बन्धमा नीतिगत मार्गदर्शन मात्र गर्दछ । भारतमा राज्यहरूमा फरक(फरक ढङ्गले स्थानीय तहहरू निर्धारण गरिएका छन् । संविधानको धारा २४३ (बी) को उपधारा २ ले २० लाखभन्दा बढी जनसंख्या भएका राज्यमा राज्य र स्थानीय तहबीच इन्टरमेडियट तह रहने र सोभन्दा कम जनसंख्या भएका राज्यमा नरहने व्यवस्था गरिएको छ । त्यसैले उत्तर प्रदेशमा स्थानीय निकायका धेरै तहहरू छन् भने सिक्किममा दुई तह मात्र छन् ।

भारतमा इन्टरमेडियटहरू मात्र होइन, स्थानीय तहको क्षेत्राधिकारभित्र नपर्नेगरी राज्यहरूमा विभिन्न तहका विशेष संरचनाहरू समेत छन् । यो विश्वभरिकै प्रचलन हो । हामीले स्थानीय

तहलाई विकासको एकाइका रूपमा अगाडि बढाउन त्यसको निर्वाचन पनि गैरदलीय आधार मा गर्नुपर्दछ भन्ने सुझाव दिएका छौं ।

राज्यका विशेष संरचना र स्वायत्त अङ्गहरूबारे

स्वायत्त क्षेत्र, संरक्षित क्षेत्र र विशेष क्षेत्र राज्यका विशेष संरचनाहरू हुन । यिनीहरू स्थानीय तह होइनन्, सम्बन्धित समुदायका स्वायत्त अङ्गहरू हुन् । नेपालमा संविधानसभाको राज्य पुनर्संरचना तथा राज्यशक्ति बाँडफाँड समिति र उच्चस्तरीय आयोग दुबैले स्पष्टका साथ यससम्बन्धी व्यवस्था गरेका थिए ।

तर, अहिले जारी गरिएको संविधानको धारा ५६ को उपधारा ५ मा त्यसको कुनै स्पष्ट परिभाषा नगरी संघीय कानुनबमोजिम हुने भनेर अमूर्त रूपमा मात्र उल्लेख गरिएको छ ।

त्यो पनि ओली नेतृत्वको सरकारले पूर्वसचिव बालानन्द शर्माको संयोजकत्वमा गाउँपालिका, नगरपालिका तथा विशेष, संरक्षित वा स्वायत्त क्षेत्र (विशेष संरचना) को संख्या तथा सीमाना निर्धारण आयोग गठन गर्दा आयोगलाई दिएको क्षेत्राधिकार तथा कार्यनिर्देश शर्त (टीओआर) मा संविधानको धारा ५६ (५) र धारा २९५ (३) मा भएको व्यवस्थाविपरीत विशेष संरचनाहरूलाई जिल्लाभित्र कुण्ठित गरिएको छ ।

अर्को कुरा, त्यस आयोगले गाउँपालिका र नगरपालिकाको संख्या तथा सीमाना मात्र निर्धारण गरी प्रतिवेदन तयार गरेको छ, स्वायत्त क्षेत्र, संरक्षित क्षेत्र र विशेष क्षेत्रको संख्या तथा सीमाना निर्धारण गरेको छैन । यसरी आयोगले आफूलाई दिइएका ५ वटा काममध्ये २ वटा मात्र सकेर हतारहतार अधुरो र अपुरो प्रतिवेदन बुझाएको छ ।

देशको सबै भूगोल जिल्लामा र जिल्लाभित्र गाउँपालिका तथा नगरपालिकामा बाँडेपछि स्वायत्त क्षेत्र, संरक्षित क्षेत्र र विशेष क्षेत्र कहाँ हुन्छ ? त्यो आकाशमा त बन्दैन । जसरी ७ प्रदेशको खाका कोर्दा स्वायत्त प्रदेशहरू समाप्त पारियो, त्यसरी नै बालानन्द आयोगले स्वायत्त क्षेत्र, संरक्षित क्षेत्र र विशेष क्षेत्र समाप्त पारेको छ । यो संघीयता विरूद्धको षड्यन्त्र हो । त्यसैले हचुवाको भरमा बुझाइएको यो प्रतिवेदन मान्य हुनै सक्दैन ।

विशेष संरचनाहरूका सम्बन्धमा पनि भारतको संविधान नेपालको संविधानभन्दा धेरै उत्कृष्ट छ । भारतको संविधानको धारा २४४ (१) र पाँचौं अनुसूचीमा जात र जनजातिका विशेष संरचनाहरू र २४४ (२) र छैटौं अनुसूचीमा उत्तरपूर्वका जनजाति बाहुल्य आसाम, मेघालय, त्रिपुरा र मिजोरम राज्यका लागि स्वायत्त टेरीटोरी, परिषद, क्षेत्रलगायत विभिन्न तहका विशेष संरचनाहरूको निर्माण मात्र होइन, त्यसका लागि बजेट व्यवस्थापन समेत गरिएको छ ।

बोडोल्यान्ड, चक्मा, खासी, त्रिपुरा स्वायत्त क्षेत्र (टेरीटोरी) र स्वायत्त जिल्लाहरू त्यसका उदाहरण हुन् । धारा २४३ (एम) मा धारा २४४ को उपधारा १ र २ अनुसार बनेका अनुसूचित जात र अनुसूचित जनजाति क्षेत्रमा स्थानीय पञ्चायतको नीति लागू नहुने व्यवस्था गरिएको छ ।

त्यसरी नै पश्चिम बङ्गाल सरकारले माथि उल्लेखित व्यवस्थाभन्दा अलि फरक ढङ्गले गोर्खाल्यान्डसँग केन्द्रको रोहबरमा सम्झौता गरी विधानसभाले कानुन बनाएको छ । त्यस आधारमा सन् २०१२ मार्च १४ मा गोर्खाल्यान्ड क्षेत्रीय प्रशासन (जीटीए) सिर्जना गरिएको छ । संविधानको धारा २४३ (एम) अनुसार गोर्खाल्यान्डमा पनि स्थानीय पञ्चायतको नीति लागू हुँदैन ।

यस्तो व्यवस्था स्पेन, बेल्जियम, रूस आदि देशमा पनि छ । यस्ता विशेष संरचनाहरूमा आफ्नो स्वायत्त सरकारसहित विधायिकी, कार्यकारी र न्यायिक अधिकारसम्पन्न अङ्गहरू हुन्छन् । नेपालमा पनि संविधानको धारा ५६ को उपधारा ५ मा रहेको अमूर्ततालाई संविधानमै मूर्त व्याख्या गर्नुपर्दछ ।

केन्द्रमा प्रतिनिधित्वबारे

संघीय शासन भएका मुलुकहरूमा प्रदेशहरूले मात्र होइन, स्वायत्त समुदायहरूले पनि आ-आफ्ना स्वायत्त संरचनाहरूबाट प्रतिनिधित्व पाउने गरेका छन् । भारतको लोकसभामा ५४३ सिटको व्यवस्था छ । त्यसमध्ये दिमासा एवम् कार्बी जातिका लागि आसाममा सिट आरक्षण गरिएको छ भने नेपालीहरूका लागि पश्चिम बङ्गालमा दार्जिलिङ निर्वाचन क्षेत्र रहेको छ । त्यहाँ आदिवासी जनजातिहरूका लागि ४७ वटा आरक्षित क्षेत्रहरू छन् । त्यस बाहेक पनि मिजोरमबाट मिजो नै आउँछन् भने नागाल्यान्डबाट नागा नै आउँछन् । त्यसरी नै शिल्पीहरूको अनुसूचित जातका लागि पनि त्यहाँ ८४ सिट आरक्षण गरिएका छन् । बाँकी ४१२ सिट जनसंख्याको आधारमा राज्यहरूलाई दिइएको छ । स्पेन, बेल्जियमलगायतका मुलुकहरूमा सिनेटमा प्रदेशहरूका अलावा स्वायत्त समुदायहरूबाट जनसंख्याको आधारमा प्रतिनिधित्वको व्यवस्था छ

यसरी संघीयतामा प्रतिनिधित्वको एक मात्र आधार जनसंख्या होइन, स्वायत्त समुदायहरू पनि प्रतिनिधित्वका आधार हुन् । तर, नेपालमा शासकवर्गले स्वायत्त समुदायको त कुरै छाडौं, जनसंख्याको आधारमा प्रतिनिधित्वको कुरा पनि सुन्न चाहेको छैन । यहाँ त संघीयतामा पनि प्रदेशहरूको सिर्जना गर्दा गोर्खा राज्य विस्तारको बेलादेखि लागू गरिएको आन्तरिक औपनिवेशीकरणको नीतिलाई नै बढावा दिने काम गरियो । यहाँ ७ प्रदेशमध्ये ६ वटा प्रदेश शासक समुदायकै नेतृत्व र वर्चश्व स्थापित हुनेगरी सिर्जना गरियो ।

नेपालजस्तो बहुराष्ट्रिय राज्यमा आन्तरिक राष्ट्रियताहरूलाई उत्पीडनबाट मुक्त गर्न पहिचानसहितको संघीयता, केन्द्रमा साझा शासन र प्रदेश तथा विशेष संरचनाहरूमा स्वशासनको व्यवस्था आवश्यक छ । यो बिना देशमा उत्पीडित राष्ट्रियताहरूमाथि भएको विभेद अन्त्य हुँदैन । त्यसैले नेपालमा संघवादका सिद्धान्तहरूलाई व्यवहार मा लागू गर्नुको विकल्प छैन । नेपालको राष्ट्रिय एकताको आधार नै संघीयता हो ।

न्यूज कोसेली डट कमबाट साभार

(संघीय समाजवादी फोरमका सहअध्यक्ष श्रेष्ठको यो आलेख मधेश दर्पण फिचर सेवाबाट लिइएको हो (सम्पादक)

शिशु जन्मने अनुमानित मिति र गर्भ जाँच

शिशु जन्मने अनुमानित मिति थाहा पाउन अन्तिम महिनावारी भएको पहिलो दिनदेखि गन्ती गरी नौ महिना र सात दिन जोड्नुपर्छ । जस्तै– कुनै महिलाको अन्तिमपटक महिनावारी भएको पहिलो दिन २०७२ असार ५ गते भएमा उनको शिशु जन्मने अनुमानित मिति २०७२ चैत्र १२ गते हुन्छ । उनले कम्तिमा ४ पटक गर्भ जाँच गराउनुपर्छ ।

यस अनुसार पहिलोपटक असोज, दोस्रोपटक मंसिर, तेस्रोपटक माघ र चौथोपटक फागुन महिनामा गर्भ जाँच गराउनुपर्छ ।

जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय
काठमाडौं

धुम्रपान तथा सूर्तिसेवन नगरौं

– चुरोट, बिडी, सिगार, तमाखु, सुल्फा, हुक्का वा कक्कड तथा खैनी, गुट्खा सूर्ति यस्तै प्रकारका अन्य पदार्थ सेवन गर्नु वा मुखमा राखी त्यस्तो पदार्थको रस लिने कार्यलाई धुम्रपान वा सूर्तिसेवन भनिन्छ ।

–धुम्रपान वा सूर्तिसेवन मानव स्वास्थ्यको लागि अत्यन्त हानीकारक छ ।

यसको प्रयोगले

मुख तथा फोक्सोको क्यान्सर गराउँछ, सास गन्हाउँछ, खानमा स्वाद आउँदैन, दाँत तथा ओठ कालो हुँदै जान्छ, रक्तनलीहरू खुम्चिदै जानाले रक्तचाप बढाउँछ, त्यसैले धुम्रपान वा सूर्तिजन्य पदार्थको सेवन नगरौं ।

सार्वजनिक स्थानमा धुम्रपान गर्नु दण्डनीय भएकाले घर, विद्यालय, कार्यालयलाई धुम्रपान वा सूर्तिजन्य पदार्थको सेवन गर्ने कुलतमा नफसौं ।

स्वस्थ जीवनयापन गरौं

जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय
ललितपुर

हार्दिक समवेदना

जन्म:
वि.सं. १९८३
बैशाख

निधन:
वि.सं. २०७३
चैत २ गते

स्व. कोमल बहादुर महर्जन

यस पांगा बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि. का शेयर सदस्य श्रीमती न्हुच्छेमायाको बुबा शेयर सदस्य लक्ष्मी प्रसाद महर्जनको ससुरा **कोमल बहादुर महर्जन**को गत चैत २ गते ९० बर्षको उमेरमा दिवंगत हुनु भएकोले उहाँको चीर शान्तिको कामना गर्दै हार्दिक श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौं । साथै यस दुःखद् घडिमा शोकसन्तप्त परिवारजनले धैर्य धारण गर्न सकोस भनी समवेदना व्यक्त गर्दछौं ।

पांगा बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.
ढोकासी, पांगा

"Come to Us for All Your
Creative Designing Needs"
Cultural & Fashionable Ornaments
"Purity is Our Moto"
"Makes You Feel Who You are"
•Exhange Offer •Gold Purity test •Gold Loan Facilities
पद्मिनि
Jewellers
Padmini Jewellers Pvt. Ltd.
Tagawapi, Kirtipur -17, Kathmandu
☎ : 01-4331046