दैनिक
लुम्बिनी
निजी क्षेत्रबाट निरन्तर प्रकाशित पहिलो राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष ३७ | अंक २०४ | बुटवल | २०८२ साउन ०४ गते, आइतबार | नेपाल संवत ११४५ | Sunday July. 20, 2025 | पृष्ठ ४ | मूल्य रु. ६ मात्र | Lumbini

हामी बोलेर मात्र
होइन पुऱ्याएर छाड्छौं
तपाईको अत्यन्तै जरूरी चिठी एवं पार्सलहरू
नेपाल लगायत भारत र विश्वका प्रमुख शहरहरूमा
पठाउनु परेमा हामीलाई सम्झनुहोस्
सुपर काइनेटिक
कुरियर्स सर्भिस
ट्राफिक चोक हिमालयन
बैंकको साइड (सुर्य लाईफ इन्सोरेन्स भएको
भवन) फोन:- ०७१५४२५७१

प्रदेशसभा खारेज हुनुपर्छ : रास्वपा

बुटवल । राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) का प्रवक्ता मनीष झाले आफ्नो पार्टी प्रदेशसभा खारेज गर्ने पक्षमा रहेको बताएका छन् । काठमाडौंमा आयोजित एक कार्यक्रममा बोल्दै प्रदेश राख्ने तर प्रदेशसभा खारेज गर्ने पक्षमा आफ्नो पार्टी रहेको बताए ।

उनले संघीय सरकारको मन्त्रालय पनि २१ वटाबाट १५ मा झार्न चाहेको बताए । उनले भने-'प्रदेश रहन्छ, तर प्रदेश सभा खारेज गर्न चाहन्छौं । त्यो प्रदेशको सभामा पुग्ने त्यही प्रदेशको स्थानीय तहका प्रतिनिधि हुन्छन् । त्यसपछि प्रदेश र स्थानीय तहको तादाम्यता एक अर्काको कोर्डिनेशन झनै प्रभावकारी हुन्छ । अहिले त एक अर्काले चिन्ने चाहँदैन, बुझ्नै चाहँदैन । यसरी हामीले हाम्रो योजना र नीतिहरूको व्याख्या गर्न सक्नुपर्छ ।'

उनले लगभग ११२ वटा आयोग नियोगहरू रहेको भन्दै त्यसको दुई तिहाई संख्याको कुनै काम नभएको जिकिर गरे । काम नै नभएका आयोग र नियोगहरू बन्द गर्नासाथ ठूलो खर्च बच्ने उनको भनाइ छ ।

भुटानमाथि नेपालको जित

बुटवल । भुटानमाथि गोलको वर्षा गर्दै नेपाल साफ महिला यु-२० च्याम्पियनसिपको अंक तालिकामा शीर्ष स्थानमा उक्लिएको छ ।

बंगलादेशको राजधानी ढाकास्थित बसुन्धरा स्पोर्ट्स ग्राउन्डमा शनिबार सम्पन्न खेलमा नेपालले ८-० को जित निकालेको हो । नेपाललाई जित दिलाउन पूर्णिमा राई र मीना देउवाले ह्याट्रिक गरे । समीक्षा मगर र कुशुम खतिवडाको नाममा समान १ गोल रह्यो ।

योसँगै आयोजक बंगलादेशलाई उछिन्दै नेपाल शीर्ष स्थानमा उक्लिएको छ । नेपालले ५ खेलबाट १२ अंक पुऱ्याएको छ । एक खेल कम खेलेको बंगलादेशको पनि समान अंक छ । तर, गोलअन्तरमा नेपाल अगाडि छ । नेपालले ३० गोल गर्दा ४ गोल खाएको छ ।

बंगलादेशले भने १९ गोल गर्दै ४ गोल दिएको छ । जसमा दुई गोल नेपालले गरेको थियो । शनिबार नै दोस्रो खेलमा बंगलादेश र श्रीलंका खेल्नेछन् । पहिलो खेलमै ९-१ को जित निकालेको बंगलादेश सम्भवतः पुनः शीर्ष स्थानमा फर्किने छ ।

यस्तो भएमा सोमबार हुने नेपाल र बंगलादेशबिचको खेलले उपाधि छिनोफानो लगाउने छ ।

खेलको ४४औं सेकेन्डमै नेपालले सुरुआती अग्रता लियो । सरिता नाथको लामो प्रहारलाई भुटानी डिफेन्डरले रोक्ने प्रयास गरेका थिए । तर, सिक्स यार्ड बक्सनजिक रहेकी मीनाको खुट्टामा बल पुग्यो । उनले उक्त बललाई माथिल्लो बारतर्फबाट सहजै गोलमा परिणत गरिन् ।

नवौं मिनेटमा समीक्षाले अर्को गोल थपिन् । सुक्रिया मियाँको लामो पासलाई पेनाल्टी बक्सनजिक रहेकी मीनाले रोकेको थिइन् । उनले भुटानी डिफेन्डरलाई रोक्दै दिएको बललाई समीक्षाले लामो प्रहारमार्फत् गोलमा परिणत गरेकी हुन् । त्यसको तीन मिनेटपछि नै मीनाले व्यक्तिगत दोस्रो गोल गरिन् । सुक्रिया एक्लैले पेनाल्टी बक्सनजिक पुऱ्याएर उपलब्ध गराइदिएको बललाई भुटानी गोलकिपरले रोकेकी थिइन् । तर, रिबाउन्डमा उनले हल्का टच गर्दै गोल गरिन् ।

२३औं मिनेटमा नेपालले अग्रता ४-० मा पुऱ्यायो । मीनाले दिएको पासलाई गोल लाइन नजिक रहेकी पूर्णिमाले सहजै गोलमा फरिणत गरिन् । इन्जुरी समयमा पूर्णिमाले व्यक्तिगत दोस्रो तथा टोलीका लागि पाँचौं गोल गरिन् ।

सरिताले प्रहार गरेको बल भुटानी गोलकिपरले बचाउने प्रयास गरेकी थिइन् । तर, रिबाउन्डमा आएको बललाई पूर्णिमाले हेडरमार्फत् गोल गरिन् ।

इन्जुरी समयको अन्तिम सेकेन्डतिर पूर्णिमाले ह्याट्रिक पूरा गरिन् । सेनु परियारले बक्सबाट दिएको कट पासलाई उनले भुटानी डिफेन्डरलाई बिट गर्दै प्रहार गरेको बलले सिधै जाली चुम्यो ।

जारी प्रतियोगितामा उनको यो दोस्रो ह्याट्रिक हो । यसअघि उनले भुटानविरुद्धको ५-१ को जितमा पनि यो उपलब्धि हासिल गरेकी थिइन् । योसँगै शीर्ष गोलकर्ताको सूचीमा अग्रस्थानमा रहेकी उनले आफ्नो गोल संख्या १० मा पुऱ्याएकी छन् ।

६४औं मिनेटमा कुशुमले अग्रता ७-० मा पुऱ्याइन् । वैकल्पिक खेलाडीको रूपमा मैदान उत्रिएकी उनले सुक्रियाको क्रसमा गोल गरेकी हुन् । लगत्तै सुक्रियाको उस्तै क्रसमा अनमार्क मीनाले सहजै गोल गर्दै ह्याट्रिक पूरा गरिन् ।

जारी प्रतियोगितामा मीनाको यो दोस्रो ह्याट्रिक हो । यसअघि उनले श्रीलंकाविरुद्ध ७-० को जित निकाल्ने क्रममा ह्याट्रिक गरेकी थिइन् । योसँगै उनको गोलसंख्या ७ पुगेको छ ।

रूपन्देही ३ उप-चुनाव :

को होला नाउपाको उम्मेदवार ?

चार जनामध्ये एक जनाको नाम गोप्य राख्ने पार्टीमा निर्णय भएको जिल्ला अध्यक्षले बताए ।

लुम्बिनी संवाददाता

बुटवल

रूपन्देही-३ मा २०७९ को निर्वाचनको समानुपातिक मतलाई आधार मान्दा मधेश केन्द्रित ७ दलको मत जोड्दा अरु दलहरुको भन्दा धेरै छ । यहाँ ७ दल आबद्ध संयुक्त लोकतान्त्रिक मोर्चाबाट नागरिक उन्मुक्ति पार्टीले उम्मेदवार उठाउने निर्णय भएको छ ।

सोहीअनुसार नाउपा जिल्ला समितिले चारजना उम्मेदवारको नाम सिफारिश गरेको छ । जिल्ला समितिले धनिराम चौधरी, डा.सरोजसिंह चौधरी, राकेश कोइरी र अर्का एकजनालाई सिफारिश गरेको जिल्ला अध्यक्ष तुल्सी चौधरीले बताए ।

उनले चार जनामध्ये एक जनाको नाम गोप्य राख्ने पार्टीमा निर्णय भएको बताए । 'क्षेत्रीय समितिले ६ जनाको नाम पठाएको थियो जिल्लाले चारजना सिफारिश गरेको छ, जसमा मुख्य उम्मेदवार बन्नेको नाम अहिले सार्वजनिक नगर्ने पार्टीभित्र सल्लाह भएको छ ।'- अध्यक्ष चौधरीले भने । नाम गोप्य राखिएका उम्मेदवार पार्टीका संरक्षक रेशम चौधरी हुन् कि को हुन् भन्ने प्रश्नमा उनले घुमाउँरो शैलीमा रेशम चौधरी हुनसक्ने स्वीकार गरे । 'उहाँले उम्मेदवार बन्ने चाहना राखेमा त उहाँ पहिलो प्राथमिकतामा हुनुहुन्छ ।'-उनले भने ।

धनिराम गत चुनावमा रुपन्देही-१ मा घनश्याम भुसाल र छविलाल विश्वकर्मासँग प्रतिस्पर्धा गर्दा १३ हजार बढी मत पाएर तेस्रो भएका थिए । उम्मेदवारमा सिफारिश धनिरामले भने संरक्षक रेशम चौधरीमाथि टिकापुर घटनाको मुद्दा रहेकाले उम्मेदवार नबन्ने दाबी गरे । डा. सरोजसिंह डेन्टल चिकित्सक हुन् । उनको देवदहमा दाँत उपचार केन्द्र क्लिनिक छ ।

राकेश कोइरी भैरहवाका व्यवसायी हुन् । उनको होटेल, पेट्रोल पम्प, तौल पुल(धर्म कांटा) लगायतका व्यवसाय छन् ।

नागरिक उन्मुक्ति पार्टीकी अध्यक्ष रञ्जिता श्रेष्ठले उम्मेदवारको अन्तिम टुंगो लगाउने जिम्मा संरक्षक चौधरीलाई दिइएको बताइन् ।

राप्रपाबाट निर्वाचित दीपक बोहराको निधन भएकाले आउंदो कात्तिक १७ गते यहाँ उप-निर्वाचन हुँदैछ ।

यो क्षेत्रमा अहिलेसम्म राष्ट्रिय जनमोर्चाले बद्रे आलमलाई उम्मेदवार बनाउने निर्णय गरेको छ । यस्तै गत बैशाखमा राप्रपा छाडेका भैरहवाका इट्टा उद्योगी अजयकुमार गुप्ता र बुटवल मोतीपुरका लेखनाथ गैरेले स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिने औपचारिक घोषणा गरेका छन् ।

यहाँ काठमाडौं महानगरपालिकाका मेयर बालेन शाहका परराष्ट्र तथा खाद्य सल्लाहकार तिलोत्तमा ६ का ३३ वर्षीय सन्तोष गिरी पनि स्वतन्त्र उम्मेदवार बन्ने तयारीमा छन् । उनी एकहप्तादेखि निर्वाचन क्षेत्रका वडाहरु र गाउँ घुमिरहेका छन् ।

रुपन्देही-३ मा राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीले केन्द्रीय सदस्यद्वय स्वाती थापा र बसन्तविक्रम शाही, रुपन्देही अध्यक्ष सागरप्रताप राणा, स्व. दीपक बोहराका छोराहरु गौरव बोहरा र प्रज्ज्वल बोहरा तथा जिल्ला नेता दिलिप मल्लिकको नाम सिफारिस गरेको छ ।

६ जना मध्येबाट पार्टी केन्द्रले एकजनालाई उम्मेदवार बनाउने छ ।

उप-निर्वाचनमा नेपाली कांग्रेसबाट बालकृष्ण खाँण, भरत शाह, प्रमोद यादव, रामचन्द्र ढकाल, रमेश खनाललगायतको नाम चर्चामा छ । तर नक्कली भुटानी शरणार्थी प्रकरणमा मुछिएर थुनामा परी रिहा भएका खाँण उम्मेदवारी दर्ताको समयसम्म मुद्दाको किनारा लागे मात्रै उम्मेदवार बन्ने अन्यथा नबन्ने उनी निकटहरु बताउँछन् । एमालेबाट पोलिटब्युरो सदस्य खिमलाल भट्टराई, व्यवसायी शशि पौडेल, पूर्व प्रदेश सांसद दधिराम न्यौपाने, केन्द्रीय निर्वाचन आयोगका सदस्य भरत पोखरेल र सिद्धार्थनगर नगरपालिकाका पूर्वमेयर हरि अधिकारी पनि उम्मेदवार बन्ने चर्चा छ । तर पौडेलले टिकट पाउने दाबी पार्टीकै नेताहरु बताउँछन् ।

माओवादी केन्द्रसहितका विपक्षी दलबाट उम्मेदवारका आकांक्षी अझै खुलेका छैनन् । तर एकीकृत समाजवादीका युवा नेता एवं अस्पताल व्यवसायी कमल भण्डारी उम्मेदवार बन्ने चर्चा छ ।

रास्वपाबाट उम्मेदवारका आकांक्षी धेरै भएका र खुलेका छैनन् । तर आकांक्षी निकटहरुका अनुसार क्षेत्र नं. ३ का सभापति मधु अर्याल, सहकारी अभियान्ता ज्ञानु पौडेललगायतको नाम चर्चामा छ ।

यस्तो छ विगतको नतिजा

९० हजार मत खसेको २०७९ सालको निर्वाचनमा समानुपातिकतर्फ नेपाली कांग्रेसले २० हजार २७८ मत पाएको थियो । एमालेले १६ हजार ९८६ मत पाउँदा रास्वपाले १४ हजार १५४ र राप्रपाले भने ९ हजार १८३ मत पाएको थियो ।

त्यस्तै नागरिक उन्मुक्ति पार्टीले ६ हजार र जसपा नेपालले ५ हजार मत पाएको थियो । लोसपाले ५ हजार, जनमत पार्टीले ३ हजार ७०० मत पाएका थिए ।

अहिले सात दलीय मोर्चामा हृदयेश त्रिपाठीको जनता प्रगतिशील पार्टी, तमलोपा र राजेन्द्र महतो नेतृत्वको राष्ट्रिय मुक्ति पार्टी समेत थपिएका छन् । सबैको मत जोड्दा रुपन्देही ३ मा संयुक्त लोकतान्त्रिक मोर्चा सबैभन्दा ठूलो शक्ति देखिन्छ ।

यहाँ माओवादी केन्द्रले २ हजार ६०० सय, जनमुक्ति पार्टीले १ हजार ९००, हाम्रो नेपाली पार्टी (लौरो)ले १ हजार ३४७ र नेकपा एकीकृत समाजवादीले ७८१ मत पाएका थिए ।

रुपन्देही-३ मा १ लाख ३९ हजार ७६४ मतदाता छन् ।

२०७९ मा एमालेसँगको गठबन्धनबाट राप्रपाका दीपक बोहरा ३६ हजार ७१७ मत पाएर विजयी भएका थिए । उक्त चुनावमा तत्कालीन गृहमन्त्री बालकृष्ण खाँण २ हजार ६८१ मतले पराजित भएका थिए । खाँणले ३४ हजार ३६ मत पाएका थिए । उक्त चुनावमा कांग्रेसले माओवादी केन्द्र, नेकपा एकीकृत समाजवादी लगायतका दलसंग गठबन्धन गरेको थियो ।

यो क्षेत्रमा नेपाल-भारत सीमा क्षेत्र बेलहिया नाकादेखि बुटवल उपमहानगरको वडा नम्बर १४ देखि १९, शुद्धोधन गाउँपालिका र सिद्धार्थनगर नगरपालिकाका सबै वडा, सियारी गाउँपालिकाको वडा नं १ देखि ३, ६ र ७, ओमसतिया गाउँपालिकाको वडा नं २, मायादेवी गाउँपालिकाको वडा नं. ७ र ८, तिलोत्तमा नगरपालिकाको वडा नं. १३ र १४ र बुटवल उप-महानगरपालिकाको वडा नं. १४ देखि १९ वडा समेटिएको छ ।

२०७४ मा नयाँ भूगोल समेटेर क्षेत्र नं. ३ बनेपछि एमालेका घनश्याम भुसाल र २०७९ मा पुनः राप्रपाका दिपक बोहरा एमालेको समर्थनमा विजयी भएका थिए ।

२०७४ सालमा नेपाली कांग्रेसले दीपक बोहरालाई उम्मेदवार बनाएर बालकृष्ण खाँणलाई समानुपातिक सांसद बनाएको थियो । घनश्याम भुसालले ३२ हजार ८६६ मत ल्याएर जिते । बोहराले २७ हजार ४२२ मत ल्याएका थिए । त्यतिबेला एमाले र माओवादी केन्द्र मिलेर चुनाव लडेका थिए ।

आरजु र छोरामाथि मुद्दा लगाउने तयारी छ : वर्षमान

बुटवल । नेकपा (माओवादी केन्द्र)का उपमहासचिव वर्षमान पुनले प्रधानमन्त्री केपी ओलीले अन्य राजनीतिक दलका नेताहरुप्रति प्रतिशोध लिने क्रम नरोकिएको आरोप लगाएका छन् ।

पार्टीसम्बद्ध गोरखा-काठमाडौं सम्पर्क समन्वय समितिले शनिबार राजधानीमा आयोजना गरेको पार्टी स्कुल कार्यक्रममा बोल्दै उनले ओली निरंकुश र स्वेच्छाचारी तथा प्रतिशोधी प्रवृत्तिका मानिस भएको टिप्पणी गरे ।

ओलीले राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका सभापति रवि लामिछानेलाई सहकारी ठगीमा थुनेर रास्वपा विभाजन गर्ने नियतका साथ कदम चालेको पुनले आरोप लागाए । यस्तै एकीकृत समाजवादीका अध्यक्ष माधवकुमार नेपाललाई मुद्दा लगाएर सो पार्टी एमालेमा गाभ्ने ओलीको नियत सबैले बुझेको उनको भनाइ थियो ।

'ओलीजीले विरोधीलाई ठेगान लगाउने नाममा अरु दलका मुल नेतृत्वमाथि मुद्दामामिला लगाउने पार्टी विघटन गरिदिने वा आफूमा गाभ्ने नीति लिनुभएको छ,' पुनले भने-'रवि लामिछानेलाई भित्र राखेर पार्टी फुटाइदिने । एक्स्ट्रिम राजावादी दुर्गा प्रसाईं र रवीन्द्र मिश्रलाई जेल हाल्दिने । राजेन्द्र लिङ्देनलाई अहिले आन्दोलन नगर भनेर रोक्न लगाउने । माधव नेपाललाई मुद्दा लगाएर एकीकृत समाजवादी आफूमा गाभ्ने । उपेन्द्र यादवजीको पार्टी फुटाएर एउटा समूह आफूमा मिलाउने ।'

उनले कांग्रेस नेता आरजु राणामाथि समेत मुद्दा लगाउने तयारी गरेको दाबी गरे । 'हेर्दै जानुस् कांग्रेस गठबन्धनबाट अलिकति चल्मलाउन थाल्यो भने उहाँले कुनै केही न केही नाममा आरजु राणालाई मुद्दा लगाउने तयारी गर्नुभएको छ,' पुनले भने-'उहाँले अब आरजुका आमाछोराको पालो हो भनेर कांग्रेस नेतृत्वलाई तर्साइरहनुभएको छ ।'

भिजिट भिसा प्रकरणमा रमेश लेखक र टेरामक्स खरिदमा मोहनबहादुर बस्नेतलाई तानेर ओलीले कांग्रेस सभापति शेरबहादुर देउवामाथि दबाब बढाएको भनाइ छ ।

» बाँकी ३ पेजमा

सम्पादकीय

चुरे दोहनले संकट

यतिखेर मधेस चरम संकटमा छ । लामो खडेरीले रोपाइँ हुन सकेको छैन, रोपेको धान सुक्दै छ । त्यति मात्रै होइन्, चापकल सुकेपछि खानेपानीको हाहाकार भएको छ । दमकल र ट्याङकरले खानेपानी वितरण गर्नुपर्ने बाध्यता आएको छ । मधेस प्रदेशमा आएको समस्या सिंगो तराई-मधेसमा पर्ने जोखिम छ ।

ढुंगागिट्टीको मनपरी उत्खनन् र निकासीको मारमा मधेस परेको छ । चुरे क्षेत्रमा मनपरी भएको दोहनले मधेस मरूभूमि भएको छ । भूमिगत पानीको भण्डार सुक्दा खानेपानीको समस्या भयो । ढुंगागिट्टीको मनपरी उत्खनन् र निकासी हुँदा तराई–मधेसमा मरूभूमिको जोखिम छ भन्ने विषय लामो समयदेखि उठिरहेको छ । मधेस मरूभूमिकरणको दिशातिर गएको अहिले मधेसवासीले भोगे । खानेपानीको अभाव टार्न दमकल र ट्याङकरले पानी बोकेर गाउँ-गाउँ पुऱ्याएको विषय सामान्य होइन् ।

पहाडी भू-भागमा भारी वर्षा भएको छ । बाढीपहिरोले विध्वंश मच्चाएको छ । तर मधेस प्रदेशमा सुक्खाग्रस्त भएपछि प्रदेश सरकारले मधेसलाई सुक्खाग्रस्त घोषणा गरेको छ । कृषि विकास निर्देशनालयको तथ्यांकअनुसार अहिलेसम्म मधेस प्रदेशमा ३३ दशमलव ७८ प्रतिशत क्षेत्रफलमा मात्र रोपाइँ भएको छ । अन्न भण्डार मधेसमा भएको यो रोपाइँ निराशाजनक हो । सुक्खाग्रस्त हुँदा मधेसमा यसपल्ट धान उत्पादन अपेक्षित हुन नसक्ने आँकलन गरिएको छ । राज्यले सुक्खाग्रस्त क्षेत्रमा धानको वैकल्पिक खेती लगाउन किसानलाई प्रोत्साहन गर्नुपर्छ । धान खेती गर्न सम्भव भएन् भने अरू खेती गर्न सम्भव हुन सक्छ ।

मधेस प्रदेशको यो कहालीलाग्दो तस्विर सिंगो नेपालका लागि सामुन्ने आएको चुनौती हो । मधेसमा झैं पहाडमा सुक्खा हुँदा खानेपानीको हाहाकार भएका घटना यसअघि आइसकेका छन् । चुरे क्षेत्रमा भइरहेको दोहन र उत्खनन्ले तराईमा समस्या चुलिएका घटना रूपन्देही, कपिलवस्तु र नवलपरासीमा आइसकेका छन् । चापकलमा पानी आउन छाडेको छ । तिनाउ नदी अस्वभाविक गहिँरिदा आसपासको क्षेत्रमा पहिलेदेखि चल्दै आएका चापकल सुकेका छन् । मनपरी दोहनले भूमिगत पानीको सतह घट्दै जाँदा समेत स्थानीय तहलाई राजस्व संकलनको मात्रै चासो छ । भूमिगत पानीको सतह अस्वभाविक ढंगले घट्दै जाँदा बढ्दो जोखिम न्यूनीकरणबारे अहिले नै ध्यान नदिने हो भने विकराल अवस्था सामुन्ने छ ।

मधेस प्रदेशमा झैं विकराल अवस्था आउन सक्छ भन्ने हेक्का राखेर मनपरी उत्खनन् र निकासी गर्न स्थानीय तहले रोक्नुपर्छ । राजस्व संकलनका लागि मान्छेको जीवन नै संकटमा पार्ने दुष्कर्म रोक्न सक्नुपर्छ ।

खाद्य सुरक्षाको संवेदनशीलता

यमुना घले

खाद्य अधिकार मानवअधिकार हो । मानव जीवनको अस्तित्व वनस्पति, जीवजन्तु, जलचर, प्रकृति र पर्यावरणबिचको सन्तुलनबिना सहज र सम्भव छैन । तसर्थ खाद्य प्रणालीको विकास गर्नु सम्पूर्ण जगत्का लागि अत्यावश्यक र लाभदायी अवधारणा हो । जनशक्ति विकासका लागि बच्चा भ्रुणको रूपमा गर्भमा आउनुअगावै किशोरीको स्वास्थ्य अवस्थादेखि वृद्धावस्थासम्मका लागि स्वस्थ खानाको भूमिका रहन्छ । स्वस्थ खानाको उत्पादन, प्रशोधन, बजारीकरण, भण्डारण र उपभोगको सम्पूर्ण प्रक्रियालाई दिगो बनाइराख्न सुदृढ कृषि तथा खाद्य प्रणालीको स्थापना गर्नु अत्यावश्यक र अपरिहार्य भइसकेको छ । यस सन्दर्भमा नेपालको संविधानले खाद्य सुरक्षा, खाद्य अधिकार र खाद्य सम्प्रभुत्ताको प्रत्याभूति गरेको छ । यसै अनुरूप खाद्य अधिकार तथा खाद्य सम्प्रभुतासम्बन्धी ऐन, २०७५ पनि जारी भइसकेको छ । यिनै संवैधानिक प्रावधानलाई आत्मसात् गर्न उत्पादन सम्बन्धलाई मिहिन तरिकाले विश्लेषण गरी सोही अनुरूपको दीर्घकालीन खाकाका साथ कृषि तथा खाद्य प्रणाली विकास गर्नु राज्यको जिम्मेवारी हो । यसरी सबैका लागि व्यावहारिक रूपमा आत्मसात् गर्न सकिने प्रणाली स्थापित गर्न सैद्धान्तिक प्रस्टता, सङ्घीयतामैत्री नीतिनियम, संरचनात्मक खाका, प्रविधि विकास, बजेट विनियोजन र जनशक्ति पदस्थापनका साथै वृत्तिविकास र उपभोक्ता सचेतना अत्यन्त आवश्यक छ ।

संवैधानिक मान्यता

भोकका कारण कोही मर्ने छैन भन्ने संवैधानिक अधिकारको सुनिश्चित गर्नका लागि कार्यान्वयनको प्रस्ट खाका आवश्यक पर्छ । यसका लागि सबैभन्दा पहिले विशेषतः राज्य तथा सरकारको विभिन्न जिम्मेवार पदाधिकारीमा नै खाद्य सुरक्षा, खाद्य अधिकार र खाद्य सम्प्रभुताको आधारभूत सिद्धान्तमा प्रस्टता हुन जरुरी हुन्छ । तत्पश्चात् अन्य सरोकारवालाको संलग्नता र साझेदारिताको ढाँचाबारे सहभागितात्मक तरिकाले निर्क्योल गर्न सहज वातावरण बन्छ । विशेषतः चुनावको समयमा विभिन्न राजनीतिक पार्टीले कृषि तथा खाद्य सुरक्षा सम्बद्ध प्रतिबद्धता आफ्नो घोषणापत्रमार्फत् जाहेर गरे तापनि राज्य र सरकारको सञ्चालन गर्ने जिम्मेवारीमा रहँदा ती विषयमा प्रस्टताका साथ पहल गरेको अनुभूति भने कमै गर्न पाइन्छ । तसर्थ संविधानको मूल मर्ममा टेकिएको सुदृढ कृषि तथा खाद्य प्रणाली आजको अपरिहार्यता हो ।

केही विषयगत उद्धरण

उद्धरण १ : नेपालको ६२ प्रतिशत घरधुरी कृषिमा संलग्न र ५६ प्रतिशत कृषकसँग प्रतिपरिवार ०.५ हेक्टर मात्र जमिन रहेको छ । हाल लगभग २६ प्रतिशत जमिन बाँझो या कम उपयोग या कृषि इतरका काममा प्रयोग भइरहेको छ । कृषिमा संलग्न व्यक्तिमध्ये ७० प्रतिशतभन्दा बढी महिला रहेका छन् तथापि ३४ प्रतिशत मात्र महिलाको स्वामित्वमा मात्र जमिन रहेको छ । २०७६ को बजेट वक्तव्यमा नै सरकारले सय रुपियाँमा संयुक्त लालपुर्जा बनाउन सकिने भन्ने व्यवस्था गरेता पनि तत्पश्चात्का कुनै पनि आर्थिक वर्षमा सरकारको तर्फबाट सारभूत रूपमा अभियानकै शैलीमा यो प्रावधानलाई कार्यान्वयनमा लान सकेको छैन । अन्यथा अधिकांश पुरुष रोजगारीका लागि वैदेशिक भूमिमा रहिरहँदा महिलाको जिम्मामा छोडेको कृषिकार्यलाई भूमिमाथिको स्वामित्वले कृषि उत्पादन तथा उत्पादकत्वमा अर्थपूर्ण योगदान पुऱ्याउन सक्ने थियो ।

उद्धरण २ : नेपाल सरकारले विभिन्न कारणले पछाडि पारिएका वर्ग जस्तै महिला, युवा, दलित, प्राविधिक शिक्षा लिएका विद्यार्थीले सञ्चालन गरेका स्टार्ट अप वा उद्यमहरूका लागि सहुलियत ऋण उपलब्ध गराउने प्रावधान राखेको छ । २०७५ को राष्ट्रिय तथ्याङ्कअनुसार हालसम्म महिलाको स्वामित्वमा रहेका वा सञ्चालन गरेका व्यवसाय वा उद्यमहरूको संख्या दुई लाख ४७ हजार आठ सय रहेको छ । यस्ता उद्यमहरूले करिब पाँच लाखलाई रोजगारी दिएका छन्, तथापि त्यस्ता उद्यमहरूको वित्तीय कर्जामा सीमित मात्र पहुँच रहेको छ । यसका साथै युवाले पारिवारिक उत्प्रेरणा पाउन नसक्दा र बैङ्कबाट प्राप्त उपलब्ध कर्जाको मात्राले उद्यम स्थापना र मूल्य शृंखलामा आवश्यक लगानी गर्न नसक्दा युवा कृषिक्षेत्रबाट पलायन हुने क्रम बढ्दो छ ।

उद्धरण ३ : विपन्नता, रोजगारी र खाद्य सुरक्षा एकअर्काका परिपूरक हुन् । उदाहरणका लागि विभिन्न नदी किनारमा बस्ती बसाएर बसेका माझी मुसहर बोटे समुदायको मुख्य आम्दानीको स्रोत माछा हो । उनीहरूको पुस्तौनी ज्ञान र अभ्यासका आधारमा वर्षाको करिब तीन महिना माछाको अन्डा पार्ने र भुरा निकाल्ने समय भएकाले माछा नमारी अन्य ज्यालादारी काम खोज्न जाने गर्छन् । अर्कोतर्फ कतिपय उद्योगबाट निस्कने रसायनहरू नदीमा मिसाइदिँदा माछाको अन्डा, भुरा मर्ने गरेका कारण नदीमा आश्रित समुदायको जीविकोपार्जनमा आघात पुगेको त छ नै केही मात्रामा पाइने त्यस्ता विषाक्त माछा सहरी उपभोक्ताका लागि हानिकारक हुने अवस्था रहेको छ । अहिले सङ्घीय व्यवस्थामा स्थानीय सरकारको जिम्मामा रहेको फोहोर व्यवस्थापन गर्दा अधिकांश स्थानमा वनजङ्गल र नदीमा विसर्जन गर्ने गरेको पाइन्छ । यसको समग्र असर खाद्य स्वस्थता र सुरक्षामा कति परेको छ, त्यसको आकलन हुन सकेको छैन ।

उद्धरण ४ : सामान्य परिस्थितिमा नै खाद्य सुरक्षाको अवस्था सुधार्नुपर्ने नेपालको हालको परिवेशमा आकस्मिक विपत्को समयमा त अझ खाद्य शृंखलामा नै गडबडी आउने गरेको तथ्य हाम्रो सामु प्रस्ट छ । उदाहरणको रूपमा हेर्ने हो भने कोभिड-१९ को समयमा ८७ प्रतिशत परिवारको खाद्य सुरक्षामा कुनै न कुनै तवरले प्रभाव पारेको थियो । त्यस समयमा क्वारेन्टिनमा स्वस्थ खानाका लागि व्यवस्थापन गर्नु मुख्य चुनौती त छँदै थियो, त्यसबाहेक पनि कृषि श्रमिक, अनौपचारिक, पर्यटन र मनोरञ्जन क्षेत्रमा कार्यरत व्यक्तिहरू, शिक्षामा कम पहुँच भएका महिला घरमूली भएका र विपन्न घरधुरीमा अझ बढी प्रभाव परेको थियो । यसले के इङ्गित गर्छ भने विभिन्न कारणले कमजोर अवस्थामा रहेका समुदायका लागि राज्यको तर्फबाट खाद्यान्न सञ्चिति र वितरणको व्यवस्था सुधार गर्नुपर्ने पक्ष अझ संवेदनशील रहेको छ ।

उद्धरण ५ : भोकमरीको समग्र अवस्थालाई हेर्ने हो भने नेपाल मध्यमस्तरमा रहेको छ, तर पोषणको वास्तविक अवस्था हेर्ने हो भने ५६ प्रतिशत जनसंख्याले मात्र न्यूनतम पोषणयुक्त खानाको उपभोग गरेको अवस्था छ । यसरी प्रदेशको हिसाबले कर्णाली, भूगोलका अनुसार ग्रामीण क्षेत्र, धार्मिक समुदायमध्ये मुस्लिम र अन्नभण्डार मानिने तराईमा महिलाहरूको अवस्था पोषणका कारण अझ नाजुक देखिएको छ । यसबाट के बुझिन्छ भने खाद्य सुरक्षा सबैको संवैधानिक अधिकार हो भन्ने मान्यता हुँदाहुँदै पनि कतिपय परिवार यस्ता अधिकारको उपयोग गर्नबाट वञ्चित भइरहेको विषम् अवस्था छ ।

उद्धरण ६ : विश्वव्यापीकरणले ज्ञान, सिप, प्रविधि र पुँजीको विस्तार तथा उपयोग गर्नका लागि सहज पारिदिएको छ । यसरी स्रोतको पहिचान, विकास र उपयोग गर्ने क्रममा विशेषतः आनुवांशिक स्रोतको दोहन, अनुपयुक्त प्रयोग र व्यापारिक होडबाजीले गर्दा खेतीपाती गरिँदै आएका वा जङ्गली अवस्थामा नै रहेका कतिपय खाद्य वस्तु लोप हुने, अत्यधिक र अनाधिकृत दोहन हुने तथा बजारमुखी खेतीप्रणालीका कारण स्थानीय स्रोत, मौलिक ज्ञान र सिप लोप हुँदै गइरहेको छ । यसले गर्दा व्यापारिक कम्पनी र विकसित देशहरूको परिवेश सुहाउँदो कृषि तथा खाद्य प्रणाली स्थापित हुँदै गइरहेको छ । यसरी समग्र कृषि तथा खाद्य प्रणाली सम्बद्ध स्रोत र ज्ञान सिपमार्फत शक्ति केन्द्रीकृत हुँदै गइरहेको छ । यसले नेपाल जस्तो जैविक विविधतामा आधारित मौलिक ज्ञान सिपले भरिपूर्ण देशका नागरिकको खाद्य सुरक्षा, खाद्य अधिकार र खाद्य सम्प्रभुत्तामा थप चुनौती थपिदिएको छ ।

सैद्धान्तिक अस्पष्टता

सबैभन्दा प्रमुख पक्ष भनेको सैद्धान्तिक प्रस्टता नहुनु नै रहेको छ । संविधानको धारा ३६ ले खाद्य सुरक्षा, खाद्य अधिकार र खाद्य सम्प्रभुताका साथै धारा ४२ ले समावेशिता र धारा ५१ ले भूमि सुधारको बारेमा प्रस्ट उल्लेख गरेको छ । तथापि उत्पादनको प्रमुख स्रोत भूमिलाई व्यक्तिको मौलिक अधिकार मान्ने कि उत्पादनको स्रोत मान्ने भन्ने पक्ष अझै प्रस्ट भएको देखिँदैन । यसै गरी उत्पादन, आयात र निर्यात तथा खाद्य सहायताबिचको तालमेल कस्तो हुनुपर्ने भन्ने विषयमा घनीभूत बहस हुन सकेको छैन । यसले गर्दा राज्यको तर्फबाट खाद्य सुरक्षाको योजना बनाउँदा कुन सिद्धान्तमा आधारित भएर विकासको खाका कोर्ने भन्ने दृष्टिकोण पुऱ्याउन सहज भएको देखिँदैन । यसरी दृष्टिकोणमा प्रस्टता नभएकै कारण सालबसाली बनाइने कार्यक्रमले दीर्घकालीन समाधानको बाटो पहिल्याउन सकेको छैन ।

कृषि र खाद्य प्रणालीको समग्र बुझाइ

कृषि तथा खाद्य प्रणालीको दिगो र समावेशी सोचमा आधारित विकास गर्न देशको भूगोल, उत्पादन सम्भाव्यता, जातजाति विशेष सांस्कृतिक मान्यता र जलवायु अनुकूलनका साथै व्यापारिक दृष्टिकोणमा आधारित कृषि तथा खाद्य प्रणाली विकास हुन नसक्नु अर्को विडम्बना हो । खाद्य सुरक्षालाई प्राविधिक जिम्मेवारीका रूपमा हल्का तरिकाले बुझिदिँदा उत्पादन प्रक्रियालाई चुस्त दुरुस्त राख्न नसकिए तापनि आयातमा आधारित आपूर्ति गर्न सकिने, विप्रेषणले घरव्यवहार चलाउन सकिने र भवितव्य परे वैदेशिक सहायता माग्न सकिने मनस्थिति हाबी हुँदै जाँदा कृषि र खाद्य प्रणालीको समग्र बुझाइ बनाउनेतर्फ सचेतता पुगेको पाइँदैन । यसले गर्दा सरकारको तर्फबाट गरिने लगानीले बहुगुणन प्रभाव पार्न सकेको छैन ।

बाह्य प्रभावबारे सतही आँकलन

देशभित्रका अनेकन आन्तरिक कारणका अलावा बाह्य कारण पनि त्यत्तिकै जबरदस्त रहेका छन् । उदाहरणका लागि जलवायु परिवर्तनका कारण सिर्जित सङ्कट हाम्रासामु प्रस्ट रहिआएको छ । तथापि विभिन्न छलफलका भाष्य भने जलवायु परिवर्तनमा नै सीमित भएको पाइन्छ । यसरी बनेको भाष्यले निर्देशित गरेका नीति तथा कार्यक्रम पनि विशेषतः अनुकूलनमा आधारित हुने अवस्था रहिआएको छ । यसले गर्दा कृषि र खाद्य सुरक्षाजस्तो संवेदनशील विषयमा समेत दीर्घकालीन सोचको बारेमा सार्थक बहस हुन सकेको छैन । यसै गरी विभिन्न खालका युद्धका कारण खाद्य बजार, आन्तरिक उद्योग, बढ्दो मूल्य, श्रमिकको बेरोजगारी जस्ता अनेकन पक्षलाई उजागर गर्न चुकिरहेको अवस्था छ ।

कृषि र खाद्य शासन पद्धति

सामान्यतया कृषि र खाद्य प्रणालीलाई एकदमै साँघुरो दायरामा राखेर बुझिदिँदा विशेषतः युवावर्गको आकर्षण घट्दो क्रममा देखिन्छ । कृषि सम्बद्ध अनुसन्धान, अन्वेषण, नवप्रवर्तनका साथै उत्पादन पूर्वदेखि उपभोगसम्मको शृंखलालाई केलाउने हो भने युवावर्गलाई आकर्षित गर्न मार्ग प्रशस्त हुने थियो । यसका साथै कृषि र खाद्य प्रणालीको आर्थिक, सामाजिक, वातावरणीय, राजनीतिक, र प्राविधिक पक्षलाई शासकीय पद्धतिको अभिन्न पाटो मानेर नीति तथा कार्यक्रम उन्मुख गर्न सक्नुपर्ने थियो, विडम्बना त्यसो हुन सकेको छैन । सबै विषयगत मन्त्रालय र तहगत सरकारबिच अर्थपूर्ण समन्वय र सहकार्य हुन नसक्दा न उत्पादकले फाइदा पाउन सकेका छन्, न त उपभोक्ताले नै स्वस्थ र ताजा उपज सहज तरिकाले पाउन सकेका छन् । यसले गर्दा मूल्य अभिवृद्धिका प्रयास (जस्तै प्रशोधन, प्याकेजिङ, लेबलिङ, भण्डारण, विविधीकरण, बजारीकरण) मा प्रविधि तथा यान्त्रीकीकरणमार्फत् ऊर्जाको खपत गर्न सके युवा तथा स्थानीयलाई रोजगारी दिनुका साथै उत्पादन चक्रका सबै सरोकारवालाबिचको अन्तरसम्बन्धलाई स्थापित गर्न सकिने पक्षलाई समेट्न सकेकै छैन ।

संवैधानिक व्यवस्था र स्थानीयकरण

संविधानको अनुसूची-८ ले स्थानीय सरकारलाई कृषि तथा खाद्य र पोषण सुरक्षाको जिम्मा दिएको छ । यसका लागि भूमि व्यवस्थापन, सहकारी, स्थानीय बजार, सिँचाइ, जस्ता महत्वपूर्ण कामको जिम्मेवारी दिएता पनि स्थानीयस्तरमा आवश्यक प्राविधिक जनशक्ति र स्रोत विनियोजन गर्न सकिएको छैन । यसरी स्रोत, क्षमता र दक्षता नहुँदा संविधानको मर्म अनुरूप काम हुन सकेको छैन । यसले गर्दा नेपालको सन् २०२६ को नोभेम्बरबाट मध्यम आय भएको मुलुकको सूचीमा स्तरोन्नति हुँदा प्राप्त गर्न सकिने अवसरहरूको खोजी गर्न त्यति सहज हुने देखिँदैन । सङ्घीयतामा आधारित कृषि तथा खाद्य प्रणाली विकास गर्नका लागि चुनौतीको रूपमा रहेको अर्को पक्ष भनेको तथ्यमा आधारित नीतिगत व्यवस्था हुन नसक्नु ।

विपद् र आकस्मिकतामैत्री प्रावधान

नेपाल जलवायुको हिसाबले जोखिमयुक्त क्षेत्रमा पर्छ । यही वर्षलाई आधार मान्ने हो भने अन्न भण्डार मानिने मधेश प्रदेशमा धान रोप्न आवश्यक सिँचाइ नपुगेका कारण किसानमा नैराश्यता छाएको छ । यसका लागि आवश्यक दूरगामी प्रभाव पार्ने चुरे संरक्षणका कार्यक्रम अझै प्रभावकारी बन्न सकेका छैनन् र मधेश मरुभूमीकरण हुँदैछ । सन् १९७७ देखि २०१८ सम्मको एउटा अध्ययनले यो अवधिमा नेपालको ४४ प्रतिशतभन्दा बढी क्षेत्रमा अति खडेरी भएको देखाएको छ । यसै गरी बर्सेनि आउने बाढीपहिरो, खडेरी, अतिवृष्टि, अनावृष्टि, खण्डवृष्टि, असिनाले पुऱ्याउने क्षतिको त लेखाजोखा नै छैन ।

अबको बाटो

कृषि र खाद्य प्रणालीको खाकामा प्रस्टताका साथ युवाको संलग्नता बढाउनका लागि स्थानीयकरण गर्ने प्रक्रियालाई सबलीकरण गर्नु अत्यावश्यक छ । यसका लागि विषयगत र सङ्घीयता अनुरूप तिनै तहका सरकारबिच समन्वय, साझेदारी र सहकार्य गर्नु अत्यावश्यक छ । अन्वेषण, नवप्रवर्तन, अनुसन्धान, शिक्षा र प्रसारको त्रिकोणलाई विकास गर्दै विभिन्न सरोकारवालाको संलग्नता बढाउँदै उत्तरदायी प्रणाली स्थापना गर्नु पर्छ । गोपबाट

मोही सेवनको फाइदा एवं विभिन्न रोगको उपचारमा यसको प्रयोग

डा कोपिला अधिकारी

ताजा दूध, दूध जमाएर बनेको बाक्लो दही र दहीलाई मथेर बनाइएको मोही/मही मन नपर्ने नेपाली कमै होलान् । शहरी जीवनमा यसको प्रयोग कम भएता पनि ग्रामिण भेगमा बसोबास गर्ने मानिसहरुले नियमित रुपमा महीको सेवन गरेको पाइन्छ । मही सेवनको लागि मिठो हुने मात्र नभई स्वस्थ रहन र कतिपय रोगबाट छुटकारा पाउनका लागी पनि मही उत्तम पेय मानिन्छ । आयुर्वेदमा महीलाई तक्र भनिन्छ ।

तक्र बनाउने तरिका एवं गुणको आधारमा यसको पाँच संस्कृत नाम छन् ।

१. घोल - मक्खन / नौनी सहितको मही (पानि नमिलाइ मथिएको)

२. मथित - मक्खन / नौनी निकालिएको मही (पानि नमिलाइ मथिएको) ।

३. तक्र - मक्खन/नौनी सहितको दही मथेर चौथाई भाग पानि मिलाएर मक्खन निकालेर बनाइएको मही ।

४. उदि्स्वत् - मक्खन/नौनी सहितको दही मथेर आधा भाग पानि मिलाएर मक्खन निकालेर बनाइएको मही ।

५. छच्छिका - मक्खन/नौनी सहितको दही मथेर मक्खन निकालेर प्रशस्त मात्रामा पानी मिलाएर बनाइएको मही ।

मही सेवनको फाइदाहरु

१. घोल - घोलमा सक्खर / चिनी / मिश्री मिलाएर खानाले रसायनको काम गर्छ । यसले आनन्द दिनुका साथै वात, पित्त शामक हुन्छ ।

२. मथित - कफ, पित्त शामक हुन्छ ।

३. तक्र - कषाय, अम्ल तथा मधुर रस युक्त हुन्छ । यसको विपाक मधुर हुन्छ । तक्र ग्राही, लघु, उष्ण विर्य प्रधान हुन्छ । यसले अग्निदीपन

गर्नुका साथै वात नाशक हुन्छ । यो तृप्तिकारक एवं शुक्रवर्धक हुन्छ ।

४. उदि्स्वत् -बलबर्धक, कफनाशक, शुन्ठी मिलाएर पिउँदा आमनाशक ।

५. छच्छिका - शीतल, लघु हुन्छ । वात, पित्त, श्रम, तथा तृषा नाशक एवं कफकारक हुन्छ ।

मही सेवन गर्ने तरिका

१. ग्रहणी रोग - १ गिलास महीमा १/२ चिया चम्चा जीरा अथवा सौफ (मिठा सुप) को धुलो मिसाएर पिउने ।

२. अर्श - दहीमा सुठो (सुठोको सट्टा अदुवाको प्रयोग नगर्ने) को धुलो मिलाएर मथेको मही । अथवा १ गिलास महीमा १/४ चिया चम्चा सुठोको धुलो मिलाएर पिउने ।

३. वात दोष प्रकुपित भै शरीर दुख्ने, पेट दुख्ने, पेट फुल्ने आदि भएमा अम्ल रस युक्त महीमा सुठो एवं सिंधे नुन मिलाएको मही पिउने ।

४. पित्त दोष प्रकुपित भएको अवस्थामा मधुर रस युक्त महीमा चिनी, मिश्री, सख्खर मिलाएर ।

५. कफ दोष जन्य समस्यामा त्रिकटु (सुठो, मरिच, पिप्पलाको धुलो बराबर मात्रामा मिलाएर बनाइएको मिश्रण) अथवा यवक्षार मिलाएर ।

महीको प्रयोग विभिन्न द्रव्यको साथमा

१. मही, भुटेको हिंग र जीरा, सिंधे नुन मिलाएर सेवन गर्नाले अर्श, पखाला आदि रोगमा फाइदा गर्छ । साथै खाना रुचाउने, बलबर्धक तल्लो पेट दुख्ने समस्यामा फाइदा गर्छ ।

२. मही र गुड मिलाएर खानाले पिसाबको रोगमा फाइदा गर्छ ।

३. मही र चित्रक मिलाएर खानाले अर्श एवं पाण्डु (anemia) रोगमा फाइदा गर्छ ।

मही सेवन गर्न मिल्ने अवस्था

१. शितकाल, अग्निमान्ध्य, वात रोग, अरुचि, ग्रहणी, अर्श (rectal hemorrhoids), भगंदर (fistula in ano), परिकर्तिका (fissure in ano), पाण्डु, मेदोरोग (hyperlipidemia), मधुमेह, अतिसार, स्नायुदौर्वल्य आदिमा अमृत समान लाभदायक हुन्छ ।

मही सेवन गर्न नमिल्ने अवस्था

ग्रिष्म ऋतु, दुर्बल व्यक्ति, मुर्छा, भ्रम, दाह तथा रक्तपित्त रोग भएका व्यक्तिले मही सेवन गर्नु हुँदैन ।

महीको औषधीय गुणको बारेमा गरिएका केहि अनुसन्धानहरु

महीको सेवन एवं बस्ति (गुदामार्गबाट औषधि युक्त क्वाथ ठूलो आन्द्रामा पठाएर गरिने विशेष उपचार पञ्चकर्म विधि) प्रयोग इरिटेबल बल सिन्ड्रम (आइबीएस) (जसको कारण, लक्षण र उपचार विधि आयुर्वेदमा वर्णित ग्रहणी रोग संग मिल्दोजुल्दो हुन्छ) को उपचारमा प्रभावकारी पाइएको छ । त्यसै गरि तक्र धारा उच्च रक्तचाप, अनिद्रा र माइग्रेन (माइग्रेन हेडेक)को उपचारमा तेल धारा/ शिरोधारा समान प्रभावकारी पाइएको छ ।

निस्कर्ष

वर्तमान परिप्रेक्ष्यमा खाद्यपदार्थ उत्त्पादन एवं संरक्षणका लागि प्रयोग गरिने किटनाशक विषादी एवं खाद्य सुरक्षा तत्त्व (preservatives) को अधिक प्रयोगबाट उत्पन्न विषाक्त तत्व शरीरमा जम्मा भएर रहेको हुन्छ, लामो समय पश्चात यस्ता विषाक्त तत्वले उच्चरक्तचाप, मुटुको रोग, मृगौलाको रोग, क्यान्सर जन्य रोगहरु हुने सम्भावना अधिक हुन्छ । नियमित रुपमा महीको सेवन गर्नाले शरीरको आमपाचन एवं शोधन भइ शरीरमा विषाक्त तत्व जम्मा हुन पाउँदैन, तसर्थ बिबिध किसिमका रोगहरु बाट बच्न मद्दत पुयाउँछ । विशेष गरि पाइल्स, ग्रहणी (बारबार पातलो दिसा आउने र कहिले काहीं दिसा कब्जियत भई अनियमित हुने अवस्था) आदि रोग हुने व्यक्तिले महीको नियमित प्रयोग गर्नु लाभदायक हुन्छ । गर्मि याममा तयारी जुसहरुको सेवन गर्नु भन्दा मही पिउनु धेरै राम्रो हुन्छ ।

सन्दर्भ सामग्रीहरुः

१. भाव प्रकाश निघंटू

२. चरक संहिता

३. Recent research updates from google scholar

(लेखक डा.अधिकारी कन्सल्टेन्ट भेषज विज्ञ ((बीएएमएस, एमडी) हुन्, आयुर्वेद तथा वैकल्पिक चिकित्सालय, चितवनमा कार्यरत छिन्)

लोकोबाङ्गे बाजा बजाइँदैः
दाङको घोराही उपमहानगरपालिका-१३ स्थित बडहरा रातमाटामा रोल्पाली उवा घुसबाङ खाम समाज दाङले आयोजना गरेको राँके तिवार पर्वको अवसरमा आयोजना गरेको कार्यक्रममा शनिबार मौलिक लोकोबाङ्गे बाजा बजाउँदै समाजका स्थानीय। राँके तिवार पर्व परापूर्वकालदेखि हरेक वर्ष साउन १ गतेदेखि ५ गतेसम्म नाचगान गरेर मनाउने चलन छ। तस्विरः कुलदीप न्यौपाने

होटल श्रीनगरमा स्वीमिङ पुल

पाल्पा । पाल्पाको पर्यटन प्रवर्द्धनमा लामो योगदान पुऱ्याएको होटल श्रीनगर प्रा.लि. आफ्नो ५०औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा पर्यटकको लागि नयाँ सेवा सुविधा सञ्चालनमा ल्याएको छ। होटल श्रीनगरले तानसेनमा वि.स. २०३२ सालमा थ्रि स्टार होटलबाट सेवा सुरु गरेको हो। ५०औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा होटलले नयाँ सेवा सुविधाहरू–स्वीमिङ पुल, ज्याकुजी तथा स्पा–सञ्चालनमा ल्याएको छ।

५०औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा सञ्चालन भएका सेवाहरुको तानसेन नगरपालिकाका नगरप्रमुख सन्तोषलाल श्रेष्ठले शुभारम्भ गरेका छन्। नगरप्रमुख श्रेष्ठलेहोटल श्रीनगरले पाल्पाको पर्यटन प्रवर्द्धनमा पुऱ्याएको योगदानको बारेमा चर्चा गरे। पाल्पाको विकास, पर्यटन र कृषि उत्पादनबाट मात्र सम्भव रहेकोले तानसेन नगरपालिकाले दुबै क्षेत्रलाई माथि उठाउने गरी आवश्यक योजनासहित बजेट निर्माण गरी कार्यान्वयन गर्दै आएको नगरप्रमुख श्रेष्ठले बताए। पाल्पाको पर्यटन क्षेत्र माथि उठाउन तानसेनन नगरपालिकाले तानसेन पर्यटन बोर्ड नै गठन गरेर काम गर्दै आएको नगरप्रमुख श्रेष्ठले बताए।

कार्यक्रममा प्रमुख जिल्ला अधिकारी तोयनारायण सुवेदी, सिद्धार्थ होटल संघ भैरहवाका अध्यक्ष सीपी श्रेष्ठ, होटल संघ पोखराका अध्यक्ष लक्ष्मण सुवेदी, पत्रकार महासंघ पाल्पाका सचिव रामचन्द्र रायमाझीले पाल्पाको विकास पर्यटन प्रवर्द्धन नै भएकोले पाल्पाका पर्यटन व्यवसायीहरुले स्थानीय सरकारदेखि केन्द्र सरकारसम्मको सहयोग खोजीरहेको बताए। कार्यक्रममा पाल्पाको पर्यटन विकासमा होटलका संस्थापक स्वर्गीय जयप्रकाश भुसालले खेलेको योगदानको बारेमा समेत चर्चा गरिएको थियो। होटलका प्रबन्ध निर्देशक जयन्त भुसालले राष्ट्रिय, अन्तर्राष्ट्रियस्तरका सेवा सुविधासहित पर्यटकहरुको स्वागतमा सम्पूर्ण टिमहरु लागिपरेको बताए। ८ वटा रुमबाट सुरु भएको होटलमा अहिले ४० भन्दा बढी रुमहरु रहेका छन् भने दैनिक एक सयभन्दा बढी पर्यटकको क्षमता रहेको प्रबन्ध निर्देशक भुसालले जनाए। आगामी दिनमा होटललाई फोरस्टारमा रुपान्तरण गर्ने गरी आवश्यक तयारी, पूर्वाधारका कामहरु भइरहेको उनले जानकारी दिए।

सेवाको गुणस्तर, परिकारको स्वस्थता, पर्यटकको सुरक्षा र पारिवारिक वातावरणलाई प्राथमिकतामा राखेर सेवा सञ्चालन गर्दै आएको होटलकी संस्थापक सावित्रा भुसालले बताइन्। होटल श्रीनगरमा स्वीमिङ पुल सञ्चालनको लागि तानसेन खानीपानी उपभोक्ता समितिले छुट्टै धारा उपलब्ध गराएको छ। समितिले अन्य होटल व्यवसायीहरुले पनि माग गरेमा स्वीमिङ पुलको धारा उपलब्ध गराउने जनाएको छ। तानसेनमा एक दर्जन स्तरीय होटलहरु सञ्चालनमा रहेका छन्। होटलकी संस्थापक सावित्रा भुसालको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रमको सञ्चालन कला दाहालले गरेकी थिइन्।

‘कोरा पाल्पा साइक्लिङ च्यालेञ्ज’ सुरु

पाल्पा । पाल्पालाई राष्ट्रिय तथा अन्तरराष्ट्रिय साइक्लिङ गन्तव्य बनाउने उद्देश्यले ५५ किलोमिटर लामो ‘दोस्रो कोरा पाल्पा साइक्लिङ च्यालेञ्ज-२०२५’ सुरु भएको छ। पाल्पा साइक्लिङ सङ्घको आयोजनामा शनिबार तानसेनको टुँडिखेलबाट उक्त च्यालेञ्ज सुरु भएको हो।

तानसेन नगरपालिकाका नगर प्रमुख सन्तोषलाल श्रेष्ठले साइकल चलाएर च्यालेञ्जको शुभारम्भ गरेका छन्। ‘कोरा साइक्लिङ च्यालेञ्ज’ले नेपाललाई विश्वमा चिनाउन मद्दत गर्नुका साथै पर्यटकीय विकासमा ठूलो टेवा पुऱ्याउँदै आएको नगर प्रमुख श्रेष्ठले बताए। सफलतापूर्वक सञ्चालन हुँदै आएको यस च्यालेञ्जले साइकलयात्रीलाई प्रोत्साहन गर्नुको साथै यहाँको प्राकृतिक सौन्दर्यतालाई नियाल्दै ग्रामीण पर्यटकीय प्रवर्द्धनमा टेवा पुऱ्याएको उनले चर्चा गरे।

सङ्घले गत वर्ष दुई दिने ‘हेरिटेज राइड-२०८१’ सञ्चालन समेत गरेको थियो। यस वर्ष ‘दिस इज नट अ रेस, एभ्रीवन इज अ उइनर’ भन्ने नाराका साथ दोस्रो कोरा पाल्पा साइक्लिङ च्यालेञ्ज-२०२५ सुरु गरिएको सङ्घका अध्यक्ष रूपेश महर्जनले बताए। उनले भने-“पाल्पामा दोस्रो पटक व्यवस्थित ढङ्गले कोरा आयोजना गरेका हौँ। यसले यहाँको पर्यटन, स्वास्थ्य, र वातावरणीय सचेतनामा नयाँ ऊर्जा ल्याउने छ।” यो वर्षको कोरा यात्रा ऐतिहासिक र प्रभावशाली हुने विश्वास लिइएको उनको भनाइ छ।

कार्यक्रममा ७० जना साइक्लिङ सहभागी रहेका सङ्घका उपाध्यक्ष अमनकाजी शाक्यले जनाए। कार्यक्रममा सहभागी हुने साइकलयात्रीले यहाँका विभिन्न प्रमुख धार्मिकस्थल तथा पर्यटकीयस्थललाई घडीको दिशामा परिक्रमा गरी ५५ किलोमिटरको यात्रा पूरा गर्ने उनको भनाइ छ। स्वास्थ्यका लागि साइक्लिङको महत्व बुझाउन, धार्मिकस्थलको प्रचार र यहाँका पर्यटकीय क्षेत्रको प्रवर्द्धन गर्न कोरा साइक्लिङ च्यालेञ्ज महत्त्वपूर्ण हुने उपाध्यक्ष शाक्यले विश्वास लिए। उनले भने- “कोरा केवल साइकलयात्रीको जमघट मात्र होइन, यो समाजका लागि योगदान गर्ने एक महान अवसर पनि हो। पाल्पावासीको उत्साह देख्दा हामी अत्यन्त उत्साहित छौँ।”

यात्राका क्रममा कुनै स्वास्थ्य समस्या आए स्वास्थ्यकर्मीको टिम समेत तयारी अवस्थामा राखिएको सङ्घका सचिव विज्ञान बज्राचार्यले बताए। बिहान ८ बजेदेखि टुँडिखेलबाट निस्केको साइकल र्‍याली दरबार परिसरमा गई यात्रा सुरु गरेको थियो। त्यहाँबाट बतासेडाँडा, भैरवस्थान मन्दिर, जलेश्वर मन्दिर, वयदर राडर टावर, डुम्रे, प्रभास हुँदै जिल्लाका विभिन्न स्थान परिक्रम गरी पुनः पाल्पा दरबार परिसरमा आएर कार्यक्रम समापन हुने सङ्घका सदस्य शान्ता थैवाले जानकारी दिए।

व्यावसायिक काँक्रोखेतीमा रमाउँदै पौडेल दाजुभाइ

वालिङ । यहाँका दुई दाजुभाइले व्यावसायिक रूपमा काँक्रोखेती थालेका छन्। स्याङ्जाको आँधीखोला गाउँपालिका-६ टिकाजा घर भई पोखरा बस्दै आएका सन्तोष पौडेल र दीपेन्द्र पौडेलले फेदीखोला गाउँपालिका-४ ठूलाखेतमा व्यावसायिक रूपमा काँक्रोखेती सुरु गरेका हुन्।

ठूलाखेतमा नौ रोपनी जग्गा भाडामा लिएर आफूहरूले व्यवसाय थालेको व्यवसायी सन्तोष पौडेलले बताए। कृषिबाटै राम्रो आम्दानी गर्न सकिने देखेपछि संस्थागत विद्यालयमा माध्यमिक तहको शिक्षकको जागीरलाई चटक्कै छाडेर सन्तोष व्यावसायिक रूपमा कृषिखेतीमा होमिएका हुन्।

“यसपटक नौ रोपनी जमिन सबैमा काँक्रोमात्रै लगाएका छौँ”, उनले भने-“काँक्रोको उत्पादन लिन सुरू गरेका छौँ।” यहाँ उत्पादन भएको काँक्रो अहिले स्थानीय बजार तथा सिद्धार्थ राजमार्गको छेउछाउका पसलबाट सहजै बिक्री हुने गरेको छ। यहाँ उत्पादन भएको काक्रो खरिदका लागि स्थानीय व्यापारीहरू खेतमै आएर लैजाने गरेका छन्। स्थानीय बजारमा उत्पादित काक्रो बिक्री भइरहेकाले अन्यत्र लैजान नपरेको उनले बताए।

“जमिनमा जुनसुकै बाली/सागसब्जी लगाए पनि एक पटकमा एउटै मात्र लगाउँछौँ”, उनले भने-“एउटामा बालीमा भएको रोग अर्कोमा नसर्ने र एकैपटक एउटै मात्र उत्पादन लिँदा परिमाण धेरै हुने र बजार मूल्य पनि राम्रो पाइने भएकाले एक पटक, एउटा बाली अभियानअनुसार अगाडि बढ्छौँ।”

यहाँ अहिले कर्मा, किङसार र स्टारविजजस्ता तीन वटा हाइब्रिड जातका काँक्रो लगाइएको छ। यसपटक लगाएको काक्रोको उत्पादन लिइसकेपछि दोस्रो चरणमा सबै जमिनमा अर्को बाली लगाउने र वर्षौंभरि जमिन खाली नराख्ने योजनामा रहेको उनले बताए। अरु बेला दुई दाजुभाइले सँगसँगै काम गर्ने र आवश्यक पर्दा कामदार लगाउने गरेका छन्।

काँक्रो लगाउनका लागि हालसम्म मलखाद, मल्चिङ प्लास्टिक, तार, जाली, कामदार ज्याला, औषधि उपचार, उपकरणलगायतमा रु दुई लाख खर्च भएको उनले बताए। “ठूलो परिमाणमा व्यावसायिक काँक्रोखेती गरिएकाले १०० दिनमा ३० टन काक्रो उत्पादन गरी बिक्री गर्ने लक्ष्य रहेको छ”, उनले भने-“बजार भाउ यकिन हुँदैन अहिले प्रतिकेजी रु ६०-७५ का दरले बिक्री भइरहेको छ, मूल्य स्थिर नभई घटबढ हुनसक्छ।”

सोही ठाउँमा तीन हजार कुखुरापालनका लागि आधुनिक फर्म निर्माण कार्य भइरहेको छ। अब छिट्टै व्यावसायिक सागसब्जीसँगै व्यावसायिक कुखुरापालनलाई पनि अगाडि बढाउने तयारी भइरहेको उनले बताए।

“कृषिलाई प्रविधिसँग जोड्न सकिएन भने लागत बढ्न जाने भएकाले लागत कम गर्नका लागि एकदमै सचेत भएर प्रविधिको प्रयोगमा जोड दिएर अगाडि बढेका छौँ”, उनले भने-“आफूहरूले थालेको कृषि कर्मप्रति निक्कै सन्तुष्टि मिलेको छ, कृषि पेसामा रमाइरहेका छौँ, भोलिका दिनमा पनि रमाएरै लाग्छौँ।”

प्रेरणादायी युवा उद्यमशीलता देख्दा हर्ष लागेको फेदीखोला गाउँपालिकाका अध्यक्ष घनश्याम सुवेदीले बताए। “फेदीखोला गाउँपालिकाले न्यूनतम समर्थन मूल्यको व्यवस्थापन गर्दै उत्पादनमा आधारित अनुदान उपलब्ध गराउँछ”, उनले भने-“आवश्यक प्राविधिक सहयोगमार्फत् यस्ता व्यावसायिक प्रयासलाई साथ दिन पालिका कटिबद्ध छ, उत्पादनमूलक अर्थतन्त्रतर्फको यात्रामा हामीसँगै छौँ।”

सतह सिँचाइको व्यवस्था नभएका क्षेत्रमा वैकल्पिक सिँचाइ

चितवन । सतह सिँचाइको व्यवस्था नभएको नौ सय हेक्टर क्षेत्रफलमा वैकल्पिक व्यवस्थामार्फत् सिँचाइ पुऱ्याइएको छ। जिल्ला भूमिगत संयोजनात्मक जल सिँचाइ आयोजनाले चितवनसहित नवलपरासी (बर्दघाट-सुस्ता पूर्व) मा र मकवानपुरमा वैकल्पिक व्यवस्थामार्फत सिँचाइ पुऱ्याइएको हो।

आयोजना प्रमुख इञ्जिनियर विश्वबन्धु केसीका अनुसार चितवनमा चार सय हेक्टर, नवलपरासी (बर्दघाट-सुस्ता पूर्व) मा चार सय हेक्टर र मकवानपुरमा एक सय हेक्टर क्षेत्रफलमा डिपट्यूबेल निर्माण सिँचाइको व्यवस्था गरिएको हो।

“गत आर्थिक वर्षमा सिँचाइका लागि ५० वटा डिपट्यूबेल निर्माण सुरु गरिएको थियो। तीमध्ये ४६ वटा निर्माण सम्पन्न भएका छन् भने बाँकी निर्माणाधीन छन्। यी आयोजनाहरू सम्पन्न गर्न हालसम्म रु ३५ करोड खर्च भइसकेको छ।”-उनले भने। निर्माण गरिएका ट्यूबेलमध्ये नवलपरासीमा १८, चितवन २३ र मकवानपुरमा पाँच वटा रहेका इञ्जिनियर केसीले जानकारी दिए। चितवनमा २९ वटा ट्युबेल निर्माण गर्ने योजनाअनुसार काम गरिएको भन्दै केही निर्माणाधीन रहेका उनले बताए। उनले भने-“सतह सिँचाइको सुविधा नभएका ठाउँमा भूमिगत सिँचाइको व्यवस्था गरिएको हो।”

कार्यालयले अघिल्लो आर्थिक वर्षसम्म चार हजार ३०० हेक्टर क्षेत्रफलमा सिँचाइको व्यवस्था गरेको थियो। गत आर्थिक वर्षको उपलब्धिसँगै हालसम्म पाँच हजार २०० हेक्टर क्षेत्रफलमा सिँचाइको सुविधा पुऱ्याइएको कार्यलयले जनाएको छ।

आरजु...

आफ्ना अध्यक्षलाई प्रहरीको केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरो (सीआइबी), सम्पत्ति शुद्धीकरण अनुसन्धान विभाग र अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगमार्फत् फसाउन सकिन्छ कि भनेर ओलीले एक वर्षअघि नै प्रयास गरेको समेत पुनले आरोप लगाए।

‘जब सीआइबी, सम्पत्ति शुद्धीकरण र अख्तियारबाट केही पनि भेटिएन, सकिँदैन भनेपछि धेरै पहिला कुनै बेला उहाँका पीए बसेका विकेश श्रेष्ठमार्फत तान्न सकिन्छ कि भनेर शेरा दरबारतिर लाग्नुभयो, यो कुरा पुष्टि नै भइसकेको छ।’- पुनले भने।

ओलीको एकाधिकारवादी निरंकुश र स्वेच्छाचारी प्रवृत्तिबारे आफूहरुलाई थाहा भएरै उनीविरुद्ध आफूहरुले लडिरहेको उनले जिकिर गरे। ‘सबै एमाले होइन, ओलीको झण्डामुनि रहेको दक्षिणपन्थी र एकाधिकारवादी सानो गिरोहविरुद्ध हामी लडिरहेका छौं। केही गल्ती नगरेका कारण हामी डराएका छैनौं। अरु पार्टीमा जसरी माओवादीमा ओलीजीले भाँडभैलो मच्चाउने, तोडफोड गर्न सक्नुहुन्न।’-उनले भने।

पुनले ओली सरकारको एक वर्ष भ्रष्टाचार र बेथितिमा बितेको आरोप लगाए। ‘केपी ओली नेतृत्वको सरकारको एक वर्ष भ्रष्टाचार र बेथितिमै बितेको छ। भ्रष्टाचारका एकपछि अर्को काण्ड थपिएको छ’, पुनले भने-‘भर्खरै घूस मागेका एक मन्त्रीले राजीनामा दिए। अर्काको फेरि घूस डिल गरेको अडियो सार्वजनिक भएको छ। एक वर्षमा सरकारले बिचौलिया पोस्ने कामबाहेक केही गरेको छैन।’

तर नेकपा एमाले नेता राजन भट्टराईले पुनलाई लक्षित गर्दै फेरि एक पटक झुठलाई दोहोऱ्याएको बताएका छन्।

फेसबुकमार्फत् उनले ‘झुठलाई बारम्बार दोहोऱ्याए सत्य ठहरिन्छ’भन्ने पुरानै मानसिकतामा पुन रहेको समेत आरोप लगाएका छन्।

‘माओवादीका एक उपमहासचिवले आज पुनः एकपटक विगतदेखि गर्दै आएको भ्रमपूर्ण र असत्य प्रवृत्तिलाई दोहोऱ्याएका छन्,’ भट्टराईले लेखेका छन्-‘झुठलाई बारम्बार दोहोऱ्याए सत्य ठहरिन्छ’भन्ने पुरानै मानसिकतामा उनी अहिले पनि रहेछन्।’

नाम परिवर्तन गरिएको बारे सुचना

साबिक कृष्णदेवी सब मनि ट्रान्सफर एण्ड ट्राभल्स सेन्टर प्रा.लि. बुटवल उपमहानगरपालिका -९, रुपन्देही, ५ कम्पनी कम्पनी रजिष्ट्रारको कार्यालय, त्रिपुरेश्वर, काठमाण्डौमा दर्ता रहेको दर्ता नं 213989 नाम परिर्वतन कृष्णदेवी होलिडेज प्रा.लि. बनाईएको बनाईएको ब्याहोरा सर्बसाधरणमा जानकारी गर्दछौ।

डाईरेक्टर : श्री दिनेश कार्की
९८५११३५१६९

काठ/दाउरा बोलपत्रद्वारा लिलाम बिक्री सूचना।

प्रथम पटक प्रकाशित मिति - २०८२/०४/०४

यस सामुदायिक बन उपभोक्ता समुहको बनबाट उत्पादन भई शितगंगा १० बाघखोरमा घाटगद्दी गरी राखिएको साल जातको काठ १११२.८१ क्यू. फि. अन्य जातको ११०.८९ क्यूफिर साल दाउरा १.०० चट्टा जे जस्तो अबस्थामा छ सोही अबस्थामा आफ्नै खर्चमा उठाई लैजानु पर्ने गरी लिलाम बिक्रि गर्नुपर्ने भएकोले यो सुचना प्रकाशित गरिएको छ। इच्छुक व्यक्ति, संघ सस्था, फर्म वा कम्पनिले यो सुचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले २१ दिन भित्र बोलपत्र खरिद तथा दाखिला गर्न आव्हान गरिन्छ। यस सम्बन्धि बिस्तृत जानाकारीको लागि यस सामुदायिक वन उपभोक्ता समुहको कार्यालयमा सम्पर्क राख्न सकिने छ। पूर्ण व्यहोराको सुचना यस सामुदायिक बन उपभोक्ता समुहको कार्यालयको सुचना पाटीमा, डिभिजन बन कार्यालय अर्घाखाँचीमा र अर्घाखाँची जिल्ला स्थित अन्य कार्यालयहरुमा समेत टास गरिने छ।

श्री जनजागरण सामुदायिक बन उपभोक्ता समुह
शितगंगा न. पा. ५ अर्घाखांची

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्

सेफ्टी ट्याङ्की, भरिएर, शिरनाली जाम भएर समस्या परेको छ ?
हामी तपाईंको समस्या तुरुन्त ५ मिनेटमै हल गरी दिनेछौं।
क्षेत्रः लुम्बिनी, भैरहवा, परासी, बुटवल मर्चवार
प्रो. रामशाह शाहानी

विशाल सेनेटरी
बर्मेलीटोल, भैरहवा
मो.9847324755,9804406297

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्

के तपाईंको घरको शिट, नाली, जाम भयो भने चिन्ता नलिनुहोस र सेनेटरी जगतमै बढी क्षमता, अत्याधुनिक प्रविधि, पावर फूल रोटर भ्याकुम पम्प, बिजुली नचाहिने एक मात्र सेनेटरीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। लोडसेडिङ्गको बेला पनि सेवा दिइने छ।
सम्पर्कः
तिनाउ सेनेटरी
बुटवल-१०, सुख्खानगर, रूपन्देही,
फोन: ९८५७०५८८१३,९८०७१८०८१३

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्

तपाईको सहर बुटवल तथा लुम्बिनी अंचलमा आधुनिक जापानीय मेशिनद्वारा सेफ्टी टंकी ट्वाइलेटको रिङ्ग भरिएमा १० मिनेटमा नै सफा गरिनेछ।
- ट्वाइलेट, वाथरुम, किचन र नाली जाम भएमा हामीलाई सम्झनुहोस्।
- लोडसेडिङ्ग भएको बेलामा पनि अत्याधुनिक भ्याकुमद्वारा १० मिनेटमै सफ्टी टंकीको रिङ खाली गरिने छ।

सम्पर्कः
सुपथ मूल्यमा काम गर्ने र गराउन हामीलाई एक चोटी सेवा गर्ने मौका दिनुहोस
सीताराम सफा सेनेटरी
भैरहवा
९८६९७८९२७५,९८००७६०६२२

ढोरपाटनमा घोडा सफारीः
नेपालको एकमात्र शिकार आरक्ष क्षेत्रअन्तर्गत पर्ने ढोरपाटन नगरपालिका-९ स्थित ढोरपाटन उपत्यकामा घोडासफारीमा रमाउँदै आन्तरिक पर्यटक । ढोरपाटन उपत्यका अहिले रङ्गीचङ्गी फूलले सजिएपछि पर्यटकको घुइँचो लागेको छ। तस्विर : खेमराज गौतम/ रासस

प्रथम तिलोत्तमा कोरा सम्पन्न

बुटवल। विश्व साइकिल दिवसको अवसरमा प्रथम तिलोत्तमा कोरा भव्यरुपमा सम्पन्न भएको छ। तिलोत्तमा राइडर्सको आयोजनामा भएको प्रथम कोराको उद्घाटन तिलोत्तमा ४ ड्राइभरटोल दुर्गामन्दिर लाइनमा तिलोत्तमा नगरपालिकाका प्रमुख रामकृष्ण खाँणले गरेका थिए।

एक सय १० जना साइकल यात्री सहभागी कोरा नगरभित्रका ऐतिहासिक,धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थानहरु परिक्रमा गर्दै ५० किलोमिटर दूरी पार गरेर वनबाटिमामा पुगेर समापन भएको हो।

कार्यक्रम समापनमा बोल्दै नगरप्रमुख खाँणले साइकल यात्राले मान्छेलाई स्वस्थ बनाउनुका साथै वातावरण संरक्षण र पृथ्वीको बढ्दो तापक्रम रोकथाममा पनि टेवा पुऱ्याउने बताए। साइकल यात्रा अर्थात् कोरा बहुआयामिक महत्वको भएको चर्चा गर्दै नगरप्रमुख खाँणले यस कार्यक्रमलाई नगरपालिकाले महत्व दिएर सहयोग समेत गरेको उल्लेख गरे । उनले भविष्यमा तिलोत्तमा राइडर्समा सदस्यको संख्या बढाउँदै सबै वडामा विस्तार गर्दै धेरै भन्दा धेरै नगरवासीलाई स्वस्थ र अनुशासित बनाउने गरी काम गर्न आग्रह गर्दै नगरमा साइकल रुट बनाउने सोंच रहेको बताए।

नगरप्रमुख खाँणले तिलोत्तमा राइडर्स क्लबको आजीवन सदस्यता समेत लिंदै स्वस्थ जीवनका लागि हरेक दिन कम्तीमा आधादेखि एक घण्टा साइकल चलाउन आग्रह गरे।

तिलोत्तमा राइडर्सका अध्यक्ष अर्जुन गुरुङले साइक्लिङमार्फत् स्वास्थ्य जनचेतना फैलाउँदै तिलोत्तमाको आन्तरिक पर्यटन प्रवर्द्धनमा समेत टेवा पुऱ्याउने तथा मानवसेवा आश्रमलाई सहयोग गर्ने कार्यक्रम गरिएको बताए। नगरपालिकाले सहयोग गरेमा आगामी मंसिरमा तिलोत्तमा नगरलाई देशव्यापीरुपमा थप चिनाउन र प्रचार गर्न आफूहरुले देशभरका साइक्लिष्टहरुलाई ल्याएर तिलोत्तमाका सबै वडा परिक्रमा गर्ने गरी राष्ट्रियस्तरको साइकल यात्रा गर्ने तयारीमा रहेको अध्यक्ष गुरुङले बताए।

तिलोत्तमा राइडर्सका सचिव सुवास थापाले प्रथम तिलोत्तमा कोरामा अपेक्षा गरेभन्दा तेब्बर बढी साइक्लिष्टहरु सहभागी हुँदा आफूहरु उत्साहित भएको बताए । समापन कार्यक्रममा नगर खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष लोक पुन, तिलोत्तमा ४ का पूर्व वडाध्यक्ष दिवाकर ढकाल, कार्यक्रमको मुख्य प्रायोजक किड्स अब्रोड एजुकेसन कन्सल्टेन्सीका सञ्चालक राम खरेल, भैरहवा साइकल सिटीका अध्यक्ष सूर्य सारू, नवज्योति बोर्डिङ्का प्रिन्सिपल टोपबहादुर केसीलगायतले प्रथम तिलोत्तमा कोरा निकै व्यवस्थित र भव्यरुपमा सम्पन्न भएको भन्दै सराहना गरेका थिए। समापनमा कार्यक्रम सम्पन्न गर्न सहयोग गरेका संस्था र व्यक्तिलाई सम्मान गरिएको थियो।

राइडर्सहरुलाई मोक्ष धाम आश्रममा तिलोत्तमा ६ का वडाध्यक्ष गणेश पाठक र बाउन्नकोटी मन्दिरमा अध्यक्ष ताराप्रसाद छन्त्यालले स्वागत गरेका थिए। कार्यक्रममा ८ वर्षका बालक, महिलादेखि ६७ वर्षका वृद्ध दम्पत्तिले समेत सहभागिता जनाएका कार्यक्रम संयोजक केवी कार्कीले बताए। यसैबिच बुटवल र सैनामैनामा पनि कोरा कार्यक्रमहरु सम्पन्न भएका छन्।

एभरेष्टद्वारा नयाँ विद्यार्थीलाई अभिमुखीकरण

बुटवल । बुटवल सुख्खानगरमा रहेका एभरेष्ट इङ्लिस माध्यमिक विद्यालयले कक्षा ११ मा भर्ना भएका विद्यार्थीहरुलाई स्वागत तथा अभिमुखीकरण कार्यक्रम गरेको छ । विज्ञान र व्यवस्थापन संकायमा अध्ययन गर्न भर्ना भएका करिब पाँच सय विद्यार्थीहरुलाई उच्च शिक्षाकालागि शुभकामना, सम्मान तथा अभिमुखीकरण कार्यक्रम गरेको हो।

कार्यक्रममा परीक्षा व्यवस्थापन कार्यालय लुम्बिनी प्रदेशका प्रमुख रमाकान्त तिवारीले शिक्षामा उत्कृष्टता तथा सफलता हासिल गर्न निरन्तर मेहनत, अनुशासित र लगनशिल हुनुपर्ने बताए।

उनले पछिल्लो समयमा सूचना र प्रविधिको विकाससँगै विद्यार्थीलाई सिक्ने कुरामा अनुसन्धनात्मक र खोजमूलक ज्ञानको आवश्यकता पर्ने भएकाले सोही अनुसारको अध्यापन गराउन अध्यापकहरुलाई आग्रह गरे।

कार्यक्रममा बुटवल उप-महानगरपालिका वडा नम्बर ८ का वडाध्यक्ष यज्ञप्रसाद पंगेनी, एन प्याब्सनका केन्द्रीय उप-महासचिवद्वय कृष्णप्रसाद पौडेल, विष्णुप्रसाद पौडेल, अभिभावक संघ नेपालका केन्द्रीय सदस्य लोकनाथ ज्ञवाली, प्याब्सन लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष लालहरी पाण्डे, प्रहरी सहायक निरीक्षक खगेन्द्र पराजुली, विद्यालयका अध्यक्ष गमप्रसाद रेश्मी, प्राचार्य कृष्ण न्यौपानेलगायतले विद्यार्थीहरुलाई शैक्षिक सफलताको शुभकामना दिँदै लगन, मेहनत र प्रतिबद्ध भएर पढ्न आग्रह गरे।

चेतना विकास फाउण्डेशनका कार्यकारी प्रमुख कलम शिलवालले सहजिकरण गरेको अभिमुखीकरण कार्यक्रममा विद्यार्थीको भविष्य निर्धारणकालागि अभिभावक, शिक्षक र विद्यार्थी स्वम्ले अपनाउनु पर्ने उपाय र दैनिक जीवनका क्रियाकलापका बारेमा जानकारी गराइएको विद्यालयका सह-प्राचार्य भिमसेन गौतमले जानकारी दिए।

विद्यालयको प्लस टु विज्ञान विषय संयोजक डा. शालिकग्राम भण्डारीको स्वागत तथा शिक्षक माधव पौडेलको सञ्चालनमा भएको कार्यक्रममा विद्यालयबाट विभिन्न समयमा अध्ययन पूरा गरी सरकारी सेवामा लागेका, डाक्टर, इञ्जिनियर तथा विभिन्न तहमा पुगेका पूर्व विद्यार्थीहरुलाई प्रमाणपत्र तथा दोसल्ला ओडाएर सम्मान गरिएको विद्यालयका लेखा प्रमुख ठाकुर ज्ञवालीले जानकारी दिए।

सात करोडको लगानीमा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको ब्याडमिन्टन हल निर्माण गरिने

बुटवल । बुटवल उप-महानगरपालिका वडा नम्बर १२ तामनगरमा अन्तर्राष्ट्रिय ब्याडमिन्टन हल निर्माण हुने भएको छ । बुटवल उप-महानगरपालिकाले तयार गरेको गुरुयोजना अनुसार करिब ७ रोपनी क्षेत्रफलमा निर्माण हुने सो अन्तर्राष्ट्रियस्तरको ब्याडमिन्टन हलको डीपीआर (विस्तृत परियोजना प्रतिवेदन) पनि तयार भएको छ। झण्डै ७ करोडको लगानीमा निर्माण सम्पन्न हुने सो आधुनिक र सुविधा सम्पन्न ब्याडमिन्टन हलको निर्माणपछि बुटवलमा पनि अन्तर्राष्ट्रियस्तरका प्रतियोगिताहरु सञ्चालन गर्न सकिने छ।

डीपीआरपश्चात् गणेशटोलमा रहेको सो जग्गाको भोगाधिकारको प्रकृया सुरु भएको र अन्तर्राष्ट्रिय ब्याडमिन्टन हलको लागि आवश्यक जग्गा प्राप्तीपश्चात् भौतिक पूर्वाधार निर्माणका काम सुरु हुने तामनगर ब्याडमिन्टन क्लबले जनाएको छ। यसका लागि आवश्यक सम्पूर्ण तयारी पूरा गरी प्रकृया अघि बढाइएको र यस वर्ष नै संघीय सरकारले अन्तर्राष्ट्रिय ब्याडमिन्टन हलका लागि ३ करोड बजेट बिनियोजन गरेको क्लबका अध्यक्ष सुभास कर्माचार्यले बताए।

शनिबार तामनगरमा आयोजित क्लबको आठौं साधारणसभा तथा चौथो अधिवेशनमा बोल्दै अध्यक्ष कर्माचार्यले सो कुरा बताएका हुन्। यसअघि पनि बुटवल उप-महानगरपालिका र वडा कार्यालयको सहयोगमा केही पूर्वाधार निर्माणको कामहरु भएको जानकारी गराउँदै अध्यक्ष कर्माचार्यले यसपटक विशेष महत्वका साथ बजेट बिनियोजन गर्ने नेपाल सरकार, अर्थ मन्त्रालय, उपप्रधान तथा अर्थमन्त्री विष्णुप्रसाद पौडेललाई आभारसहित धन्यवाद व्यक्त गरेका थिए।

साधारणसभा तथा अधिवेशनको उद्घाटन गर्दै वडाध्यक्ष डिल्लीप्रसाद शर्माले बुटवल उप-महानगरपालिका, प्रदेश सरकार, संघीय सरकार सबैको सहयोगबाट यो परियोजना सम्पन्न हुने विश्वास व्यक्त गरे । उनले ब्याडमिन्टन हल निर्माण हुने स्थलमा निकट भविष्यमा जग्गाको नापजाँच हुने आवश्यक प्राविधिक तयारी भैरहेको जानकारी गराए । नापजाँचपछि फिल्डबुक तयार हुने र फिल्डबुक तयार भैसकेपछि जग्गाको भोगाधिकारको प्रकृया तत्काल अघि बढाइने उनले बताए।

पूर्व वडाध्यक्ष दुर्गाप्रसाद सुवेदीले सम्पूर्ण वडावासीका लागि गौरवको योजनाका रुपमा रहेको यो परियोजनालाई सफल बनाउन जुनसुकै परिस्थिति र चुनौतीको सामना गरेर अघि बढ्नुपर्ने कुरामा जोड दिए । भूपू सैनिक कल्याणकारी क्लब तामनगरका अध्यक्ष पुरनबहादुर शाहीले यो अवसरलाई सदुपयोग गर्नुपर्ने बताउँदै सबैलाई सक्रिय भएर लाग्न सुझाव दिए।

ब्याडमिन्टन क्लबका पूर्व अध्यक्ष बालकृष्ण पौडेलले परियोजना सफल बनाउन राजनैतिक, सामाजिक, व्यक्तिगत सबै प्रकारले सहयोग गर्न राजनैतिक दल, समाजसेवी, बुद्धिजीवि, पत्रकार सबैलाई आग्रह गरे। पूर्व अध्यक्ष मधु पुलामीमगरले सबैले तन मन धनले सहयोग गरेर बिगतमा जस्तो बजेट फ्रिज हुने अवस्था नआउने वातावरण बनाउनु पर्नेमा जोड दिए।

कार्यक्रममा क्लबका उपाध्यक्ष बुद्ध गहतराज, सचिव केशव तिवारी, पुर्व सचिव चुरन थापा, कोषाध्यक्ष रामु सुवेदी, सदस्य ढुण्डिराज खनालगायतले क्लबको स्थापनाको उद्देश्य, यस अवधिमा भएगरेका गतिविधिहरु र आगामी योजनाका बारेमा चर्चा गरेका थिए। बिसं २०७२ सालमा स्थापना भएको सो क्लबमा २६ जना आजीवन सदस्य र २४ जना साधारण सदस्य गरी कुल ५० जना सदस्य रहेका छन्।

यसैबिच शनिबार सम्पन्न साधारणसभाले बुटवल १२ का विभिन्न स्थानमा रहेका ५ वटा क्लबहरुलाई एकैठाउँ मर्ज गरेर एउटै बृहत् क्लब बनाउने उद्देश्यका साथ ति क्लबहरुसँग संवाद गर्ने र गाभ्ने विषयमा छलफल गरी टुंगो लगाउने प्रकृया अघि बढाउने निर्णय गरेको छ। सो अवसरमा संस्थालाई प्रत्यक्ष सहयोग पुराई योगदान गर्ने महानुभावहरुलाई सम्मान गरिएको थियो । साथै गतवर्षको एसईईमा उत्कृष्ट नतिजा ल्याउन सफल क्लबका सदस्य परिवारका विद्यार्थीहरुलाई सम्मान तथा नगद पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो।

'मन्त्री र सचिवको कार्यकक्षमा सिसी टिभी राख्नुपर्छ'

बुटवल । राष्ट्रियसभा पूर्व सदस्य तथा सङ्घीयता विज्ञ डा. खिमलाल देवकोटाले मन्त्रीहरू र सचिवहरूको कार्यकक्षमा सिसी टिभी राख्नुपर्ने बताएका छन्। भ्रष्टाचार नियन्त्रणको लागि उनले आफूले धेरै पहिलेदेखि यो विषय उठाएको स्मरण गराए।

शनिबार काठमाडौँमा आयोजित साक्षात्कारमा उनले भने-'मन्त्रीहरू र सचिवहरूको कार्यकक्षमा सिसिटिभी राख्नुपर्छ । भ्रष्टाचारको जड र अखडा मन्त्री र सचिवहरूमा छ। त्यस कारण नागरिकले देख्नेगरि सिसी क्यामेरा राख्नुपर्छ। भित्र दलाल र माफियासँग डिल गर्ने काम भएको छ।' देवकोटाले आफूले संयुक्त सदनमा यो विषय उठाइसकेको सुनाए।

उनले अहिले कांग्रेस र एमालेजस्ता दुई ठुला दल सरकारमा रहेको भन्दै अहिले सुशासनमा सम्झौता गर्ने स्थिति रहेको टिप्पणी गरे। उनले भने-'अहिले कांग्रेस र एमालेजस्ता प्रमुख दलहरू सरकारमा छन् । कठा प्रश्न कसले गर्ने ? त्यो समस्या भएको छ। सुशासनमा सम्झौता गर्ने स्थिति छ।'

उनले सङ्घीयता कार्यान्वयनको सवालमा केही कमीकमजोरी भए सुधार गर्न सकिने बताए। उनले भने-'हामी सङ्घीयतामा गएका छौँ । यसमा कमीकमजोरी छ भने करेक्सन गरौँ। कांग्रेस र एमालेले संविधान संशोधन मेन एजेण्डा भनेका छन्, अब राष्ट्रपतिजस्तो सम्मानित पदमा पुगेको व्यक्ति फेरि सक्रिय राजनीतिमा जानु हुँदैन भन्ने विषय संविधानमा लेख्नुपर्छ। उमेरहद र कार्यकाल संविधानमा लेखौँ। प्रधानमन्त्री कार्यकाल पनि दुई पटक लेख्नुपर्छ।'

उनले मन्त्रालयको संख्या घटाउनुपर्ने सुझाव दिए। उनले भने-'मन्त्रालयको संख्या जो राखिएको छ, संस्था धेरै भएका छन्। यो आधाभन्दा बढी घटाउनुपर्छ। हामीले सिंहदरबारमा १५ वटा मन्त्रालय हुनुपर्छ भनेर सिफारिस गरेका थियौँ। प्रदेशमा पनि मन्त्रालयको संख्या धेरै भएको छ। गुनासो छ। प्रदेश मन्त्रालयको संख्या घटाउनुपर्छ।' उनले अहिलेको सरकारले संविधान संशोधन गर्ने कुरामा शङ्का लागेको बताए। उनले भने-'संविधान संशोधनप्रति नेताहरू प्रतिबद्ध हुनुहुन्छ जस्तो लागेको छैन।'

उनले संविधानमा समानुपातिक समावेशी प्रतिनिधित्व विश्वमै उत्कृष्ट रहेको दाबी गरे। उनले भने-'यो संविधान धेरै राम्रो छ । महिला, दलितहरूको उपस्थिति एकदमै राम्रो छ । स्थानीय सरकारमा महिलाहरूको उपस्थिति ४१ प्रतिशत छ। अहिले एउटा पालिकाको औसत बजेट ८० करोड छ। फिस्कल ट्रान्सफर भएको छ। गाउँगाउँमा विकासको लहर आएको छ। विकासमा फड्को मारेको छ। सङ्घीयता भनेको प्रदेश होइन अधिकारको बाँडफाँट हो। अधिकार नै तल गएको छ।' उनले सङ्घीयता खारेज गर्न नसकिने स्पष्ट पारे। उनले भने-'सङ्घीयता आवश्यक छ। यो प्रणाली हो। प्रतिनिधिसभा २७५ पनि ठूलो भयो। अब १६५ मात्रै बनाउनुपर्छ। प्रत्यक्षमा ल्याउनुपर्छ।'

यातायात कार्यालयद्वारा २८ करोडभन्दा बढी राजस्व सङ्कलन

नवलपरासी । यातायात व्यवस्था कार्यालय नवलपरासी(बर्दघाट सुस्तापूर्व)ले आर्थिक वर्ष २०८१/८२ मा २८ करोड ४५ लाख ८७ हजार ९८ रुपैयाँ राजस्व सङ्कलन गरेको छ।

आर्थिक वर्ष २०८१/८२ मा कार्यालयको राजस्व सङ्कलन अघिल्लो आवकै हाराहारीमा भएको यातायात व्यवस्था कार्यालय नवलपरासी(बर्दघाट सुस्तापूर्व)का प्रमुख सुरेश जैसवालले बताए।

"गत आवमा सवारी साधन कर सङ्कलन बापत २२ करोड ८७ लाख ९६ हजार ७४८ रुपैयाँ, सवारी चालक अनुमति पत्र एवं सवारी दर्ता किताब बापत ५०० करोड १५ लाख १६ हजार ५५ रुपैयाँ, यातायात क्षेत्रको आम्दानी राजस्व शीर्षकमा ३१ लाख ६६ हजार ५०० रुपैयाँ र अन्य प्रशासनिक सेवा शुल्क बापत ११ लाख दुई हजार ३५० रुपैयाँ राजस्व सङ्कलन भएको छ।"-उनले भने।

गत आर्थिक वर्ष यातायात व्यवस्था कार्यालय(नवलपरासी बर्दघाट सुस्तापूर्व)मा विभिन्न प्रकृतिका एक हजार ४१४ वटा सवारी जाँच पास गरिएको छ । त्यसैगरी यस कार्यालयबाट आव २०८१-८२ मा सवारी चालक अनुमति पत्रका लागि नौ हजार ९७५ जनाले लिखित परीक्षामा सहभागी भएको प्रमुख जैसवालले जनकारी दिए।

"गत आवमा सवारी चालक अनुमतिको ट्रायल परीक्षामा २० हजार २६० जनाले दिएका छन्", उनले भने-"यहीँ अवधिमा तीन हजार ५४ वटा सवारी चालक अनुमति पत्र नवीकरण गरिएको छ।"

यातायात व्यवस्था कार्यालयले कर सङ्कलनलाई व्यवस्थित र प्रभावकारी बनाउन विशेष अभियान नै सञ्चालन गरेको कार्यालय प्रमुख जैसवालले बताए । यो अभियानअन्तर्गत बिल बुक नवीकरण, जाँच पास, रुट परमिट तथा सवारी चालक अनुमति पत्रको चेकजाँचलाई विशेष प्राथमिकता दिइएको थियो । अभियानको सकारात्मक प्रभावको रूपमा चैत महिनामा मात्र चार करोड ८० लाख २५ हजार ६२५ रुपैयाँ राजस्व सङ्कलन भएको उनले बताए।

सेवाग्राहीलाई सहज सेवा प्रदान गर्न यातायात कार्यालयले विशेष व्यवस्था गरेको सूचना अधिकारी टेक नारायण तिवारीले बताए। कर तीर्न आउने सेवाग्राहीको भीडलाई व्यवस्थित गर्न अतिरिक्त कर्मचारी खटाइएको तिवारीले जनकारी दिए। "सेवा लिने क्रम छिटो होस् भन्ने उद्देश्यले छुट्टै काउन्टरको व्यवस्था गरिएको छ" उनले भने-"कर तिर्दा आवश्यक पर्ने कागजात तथा अन्य जानकारी सहजै उपलब्ध गराउने व्यवस्था मिलाइएको छ।"

गत आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा यातायात व्यवस्था कार्यालय नवलपरासी(बर्दघाट सुस्तापूर्व)ले ३० करोड ३५ लाख ५३ हजार ९५३ रुपैयाँ राजस्व सङ्कलन गरेको थियो।

आकर्षक डिजाइन तथा छपाई
सबै किसिमका रंगिन तथा सादा डिजाइनका साथै सम्पूर्ण छपाईको लागि सधै हामीलाई सम्झनुहोस् !
आइडिया डिजाइनर्स/अफसेट प्रेस
सम्पर्कः
बुटवल-७, पुरानो बसपार्क
(सब्जीमण्डी पछाडि)
यातायात मजदूर संघको भवनमा
फोनः-०७१-५५०२९३ मो.९८५७०३५३८०,९८४७१२३९५७
E-mail:ideapressbtl@gmail.com

सिद्धार्थ पब्लिकेशन (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित दैनिक लुम्बिनीको लागि अध्यक्षः मोहन चापागाईं, सल्लाहकारः एम.बी. विश्वकर्मा, प्रबन्ध सञ्चालकः महेश रिजाल, सम्पादकः शेरबहादुर केसी, सह-सम्पादक : टि.आर. शर्मा
प्रधान कार्यालयः बुटवल-११, माझगाउँ, रूपन्देही, लुम्बिनी प्रदेश नेपाल, फोन : ०७१-५३०६४०, ५३७६४० इमेलः dailylumbini@gmail.com(Advt), lumbininews@gmail.com (News) मुख्य शाखा कार्यालय भैरहवा, फोनः ०७१-५७२२६७ अनलाइन संस्करण lumbinipatrika.com