दैनिक
लुम्बिनी
निजी क्षेत्रबाट निरन्तर प्रकाशित पहिलो राष्ट्रिय दैनिक

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) फोनः- ०७१५४२५७१

वर्ष ३८ | अंक २५८ | बुटवल | २०८३ असोज १८ गते, आइतबार | नेपाल संवत ११४६ | Sunday October 04, 2026 | पृष्ठ ४ | मूल्य रु. १० मात्र | Lumbini

कांग्रेस महाधिवेशन आजदेखि

बुटवल। नेपाली कांग्रेसको १५औं महाधिवेशन आज आइतबारदेखि सुरु हुँदैछ। 'परम्पराको सम्मान र परिवर्तनको संकल्प : समुन्नत नेपालका लागि सबल कांग्रेसको विकल्प' भन्ने नारासहित महाधिवेशन सुरु हुन लागेको हो।

महाधिवेशनको उद्घाटन समारोह आइतबार दिउँसो २ बजेदेखि खुल्ला मञ्चमा सुरु हुनेछ। कांग्रेसले महाधिवेशनको बन्दसत्र र अन्य कार्यक्रमहरू सोमबार र मंगलबार (१९-२० असोज) हुने बताएको छ।

निर्वाचन कार्यक्रमका लागि २१ र २२ असोज तोकिएको केन्द्रीय निर्वाचन समितिले जनाएको छ। समितिले शुक्रबार र शनिबार महाधिवेशन प्रतिनिधिहरूको नाम दर्ता (रजिष्ट्रेशन) गरेको छ।

महाधिवेशनको पूर्वसन्ध्यामा काठमाडौंको खुलामञ्चमा तयारी पूरा गरिएको छ। उद्घाटनस्थलमा मञ्च निर्माण, कुर्सीहरू व्यवस्थापन, झण्डा लगायतका सामग्री राख्ने काम सकिएको छ। महाधिवेशन प्रतिनिधिहरूको नाम दर्ताका लागि ३५ सय रुपैयाँ तोकिएको प्रवक्ता देवराज चालिसेले जानकारी दिएका छन्।

कांग्रेस प्रवक्ता देवराज चालिसेका अनुसार, बाँकी रहेका केही क्षेत्रका अधिवेशन पनि शनिबार सम्पन्न भएर आइतबारबाट सबै प्रतिनिधिहरू काठमाडौं आइपुग्नेछन्। महाधिवेशनमा सात हजार बढी महाधिवेशन प्रतिनिधिहरु सहभागी हुनेछन्।

महाधिवेशनको उद्घाटन सत्र खुलामञ्चमा हुन लागेको हो।

बस दुर्घटनामा ६ जनाको मृत्यु

बुटवल। नवलपरासी पूर्वमा बस दुर्घटना भएको छ। विनयी त्रिवेणी गाउँपालिका-२ स्थित पूर्वपश्चिम राजमार्गको एस मोडमा बस दुर्घटना हुँदा ६ जनाको मृत्यु भएको डीएसपी अनिल पण्डितले जानकारी दिए।

दुर्घटनामा अन्य १० जना घाइते भएका छन्। नेपालगञ्जबाट काठमाडौं जाँदै गरेको प्रदेश ३-०१-००६ ख १५५३ नम्बरको बस दुर्घटना भएर सडकबाट नालामा खसेको हो। बसमा चालकसहित १८ जना सवार थिए। तीमध्ये दुई जना सकुशल रहेको डीएसपी पण्डितले बताए।

मृत्यु हुनेमध्ये जाजरकोटका भेरी नगरपालिका-३ का ५० वर्षीय निर्जुङ खत्रीको पहिचान खुलेको छ। बाँकी पाँचजनाको पहिचान गर्ने काम भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ। घाइतेलाई प्रहरीले उद्धार गरी उपचारका लागि मध्यविन्दु प्रादेशिक अस्पताल, डण्डा पठाएको छ। घाइतेहरु गोरखा, अछाम, बर्दिया, बाजुरा, बाँके, ललितपुर र सल्यानका रहेका छन्।

घाइतेहरुमा गोरखाका वर्ष ३० का हरिशरण थापा, अछाम मंगलसेनका वर्ष २८ का तेजेन्द्रप्रसाद भण्डारी, बर्दिया ठाकुरबाबाका वर्ष २० की आकृती, बाजुरा स्वामी कात्तिकका वर्ष ३२ का पवन बुढा, बर्दिया राजापुरका वर्ष २८ का सञ्जय थारु, बाजुरा स्वामी कात्तिका वर्ष २५ का प्रेम बम, ललितपुर कुञ्जय सोमपाकका वर्ष २९ का अनोज खत्री, बर्दिया बाँसगढीका वर्ष ३६ का लालबहादुर कार्की, बाँके नेपालगञ्जका वर्ष ४८ का अस्लाम भगवान र सल्यान वनगढ कुपिण्डेका वर्ष २१ का अनिल बुढाथोकी रहेका छन्।

पश्चिम नेपालबाट बाहिरियो मनसुन

बुटवल। नेपाल मौसम विज्ञान विभागअन्तर्गतको मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले असोज १७ गते शनिबार बुलेटिन जारी गरी पश्चिमका केही प्रदेशबाट मनसुन हटेको जानकारी दिएको हो।

महाशाखाले भनेको छ-'मिति २०८३ असोज १७ (3rd October, २०२६) का दिन यस वर्षको मनसुन नेपालको सुदूरपश्चिम प्रदेश, कर्णाली प्रदेशलगायत लुम्बिनी प्रदेशको पश्चिमी भूभागका धेरै स्थानहरू र गण्डकी प्रदेशको पश्चिमी भूभागका थोरै स्थानहरूबाट बाहिरिएको छ।'

मौसमविद्का अनुसार मनसुन एकैचोटि पूरै देशबाट बाहिरिँदैन। यो प्रणाली देशको पश्चिमी क्षेत्रबाट क्रमशः हट्दै हट्दै पूर्व कोसी प्रदेशबाट बाहिरिन्छ। मनसुन देशभरबाट पूर्ण रूपमा बाहिरिन केही दिन लाग्छ।

'अर्थतन्त्र चलायमान नहुँदा निजी क्षेत्र निराश'

लुम्बिनी संवाददाता
बुटवल

नेपाल चेम्बर अफ कमर्सका अध्यक्ष कमलेशकुमार अग्रवालले देशको अर्थतन्त्र चलायमान हुन नसक्दा निजी क्षेत्र निराश बनेको बताएका छन्। शनिबार रुपन्देही व्यापार संघको २५औँ वार्षिक साधारणसभालाई सम्बोधन गर्दै उनले आर्थिक गतिविधि विस्तार हुन नसक्दा उद्योगी-व्यवसायीको मनोबल कमजोर बन्दै गएको र निजी क्षेत्रले अनेकौँ चुनौतीको सामना गर्नुपरेको धारणा राखे।

अध्यक्ष अग्रवालले जेनजी आन्दोलन पछि बनेको वर्तमान सरकारप्रति निजी क्षेत्रको ठूलो आशा भए पनि अर्थतन्त्र चलायमान बनाउन आशा गरे जस्तो काम हुन नसकेको गुनासो गरे। 'सरकारले ल्याएको नीति कार्यक्रम र बजेटले निजी क्षेत्र निकै उत्साहित भएको थियो,' उनले भने -'सरकार गठन भएको ६ महिना पुग्यो तर, सरकारले व्यवसायी मैत्री वातावरण बनाउन नसक्दा मुलुकमा आर्थिक गतीविधि बढ्न सकेनन्। अहिले उद्योगी व्यवसायी पर्ख र हेरको अवस्थामा पुगेका छन्।'

पछिल्लो समय बैंकको ब्याजदर घटे पनि सरकारका विभिन्न नीति तथा कर प्रणालिमा बारम्बार हुने परिवर्तनका कारण उद्योगी व्यवसायीहरुले ढुक्क भएर लगानी गर्ने वातावरण नबनेको उनले बताए। 'बैंकमा झण्डै १५ खर्ब रुपैयाँ जम्मा भएर थन्किएको छ। ब्याजदर घटेर सिंगल डिजिटमा झरेपनि अहिलेको अबस्थामा नयाँ परियोजनामा लगानी गर्न नीजि क्षेत्र तयार छैन।'-उनले भने।

अध्यक्ष अग्रवालले अर्थतन्त्रमा देखिएका अप्ठ्याराहरू सरकारको नीतिगत कारणले देखिएको दाबी गरे। विगतमा लगाएका नियन्त्रणमुखी नीतिहरू अहिले पनि सरकारले परिवर्तन गर्न नसकेको उनले जनाए। 'सरकार र निजी क्षेत्रबिच सहकार्य जरुरी छ,' उनले भने -'उद्योगी व्यवसायीसँग सम्बन्धित धेरै कानुन सम्सोधान गरी व्यवसायीको मनोबल बढाउन जरुरी छ।' उनले आर्थिक सुस्तता र मन्दीको अवस्थाबाट छिटो उन्मुक्ति पायौं भने मात्रै समग्र अर्थतन्त्रका स्टार्टअप र औद्योगिक क्षेत्रमा सुधार हुने बताए।

सीमावर्ती व्यापारलाई पारदर्शी र प्रतिस्पर्धी बनाउन जरुरी रहेको उनले जनाए। 'करका दर घटाएर सीमावर्ती व्यापारलाई निरुसाहित गर्न जरुरी छ।'- उनले भने। बदलिदो समयसँगै उद्योग व्यवसाय सञ्चालनका लागि बजारमुखी रणनीति अपनाउन जरुरी रहेको उनले बताए। 'उद्योगहरूबाट उत्पादन भएका बस्तुहरूको ब्रान्डिङ र बजारीकरण प्रमुख प्राथमिकता दिनुपर्छ। उत्पादनको बलियो ब्रान्ड स्थापना गरी आक्रामक र आधुनिक बजारीकरण रणनीति डिजिटल मार्केटिङसहित अनलाईन व्यापारमा पनि जोडिनुपर्छ।'-उनले भने।

अध्यक्ष अग्रवालले भैरहवास्थित गौतमबुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल नियमित सञ्चालन नहुँदासम्म यस क्षेत्रका व्यवसाय चलायमान हुन नसक्ने धारणा राखे। लुम्बिनी प्रदेशबाट अर्बौं मुल्यका बिभिन्न उत्पादन बिदेश निर्यात गर्नसक्ने सम्भावना रहेको उल्लेख गर्दै उनले त्यसका लागि सरकारले उपयुक्त वातावरण तयार गर्नुपर्नेमा जोड दिए। बुटवल-भैरहवालाई एकिकृत आर्थिक तथा व्यापारीक करिडोर बनाउनुपर्नेमा उनले जोड दिए।

संघका अध्यक्ष प्रकाश ढकालले कोरोना महामारी र जेनजी आन्दोलनपछि उद्योगी-व्यवसायीले थप चुनौतीको सामना गर्नुपरेको बताए। बजारको सुस्तता, लगानीको असुरक्षा, उच्च भाडादर, दोहोरो कर, अस्थिर बैंक व्याजदर, खुला सीमाना तथा मुख्य बजार क्षेत्रमा सवारी पार्किङको समस्यालगायतका विभिन्न अवरोधले व्यवसायिक गतिविधि प्रभावित भइरहेको उनले बताए। अध्यक्ष ढकालले निजी क्षेत्रको मनोबल उच्च हुँदा मात्र मुलुकमा रोजगारी सिर्जना, राजस्व तथा देशको दिगो विकासमा टेवा पुग्ने दाबी गरे। खुला सीमा क्षेत्रबाट हुने अवैध कारोबारले यस क्षेत्रका व्यवसायी पीडित भएको बताउँदै उनले उद्योगी व्यवसायीमैत्री नीति लागु गर्न आग्रह गरे।

देशमा लगानीको वातावरण निर्माण हुन नसके अर्थतन्त्र झन् जटिल बन्ने खतरा रहेको बताउँदै उनले सरकारले निजी क्षेत्रको मनोबल बढाउन नीतिगत स्थिरता, लगानीमैत्री वातावरण तथा व्यवसाय सञ्चालनका क्रममा देखिएका समस्या तत्काल सम्बोधन गर्नुपर्नेमा अध्यक्ष ढकालले जोड दिए। उनले व्यापारिक गतिविधि सहज बनाउन सरकारले पूर्वाधार र आपूर्ति प्रणालीलाई प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने धारणा राखे। छिमेकी मुलुक चीनसँग जोडिएका मुख्य सडक अवरुद्ध हुँदा चाडपर्वको मुखमा अर्बौं रुपैयाँ बराबरका सामान बाटोमै रोकिएको उल्लेख गर्दै अध्यक्ष ढकालले अवरुद्ध सडक सञ्चालनका लागि सरकारले तत्काल पहल गर्नुपर्ने बताए। कार्यक्रममा बुटवल उप-महानगरपालिकाकी उप-प्रमुख सावित्रादेवी अर्यालले सरकारले व्यवसायीमैत्री वातावरण तयार गर्नुपर्ने धारणा राखिन्। स्थानीय सरकार सधैँ व्यवसायीहरुको साथमा रहेको बताउँदै उनले उद्योगी व्यवसायिका समस्या समाधानका लागि आवश्यक पहल गर्ने प्रतिबद्धता जनाइन्। उनले बुटवल उप-महानगर र व्यापार संघ व्यवसायिक हितका लागि एक भएर अगाडि बढ्ने पनि बताइन्।

» बाँकी ३ पेजमा

लगानीमैत्री वातावरण बनाउन माग

बुटवल। अर्थतन्त्रलाई चलायमान बनाउन निजी क्षेत्रले अनुदान वा संरक्षणभन्दा लगानीका लागि विश्वासिलो वातावरण, सहज वित्तीय पहुँच र नीतिगत स्थिरता आवश्यक रहेकोमा जोड दिएको छ।

नेपाल चेम्बर अफ कमर्स लुम्बिनी प्रदेशको अगुवाइमा शनिबार बुटवलमा आयोजित नेपाल चेम्बर अफ कमर्सको नेतृत्वसँग संवाद कार्यक्रममा सहभागी उद्योगी-व्यवसायीले बैंक तथा वित्तीय संस्थाको ब्याजदरलाई सरल बनाउन, लगानीको सुरक्षा सुनिश्चित गर्न र व्यवसाय सञ्चालनमा राज्यका निकायबाट सहजीकरण गर्न माग गरेका हुन्।

नेपाल चेम्बर अफ कमर्सका अध्यक्ष कमलेशकुमार अग्रवाल, वरिष्ठ उपाध्यक्ष दीपककुमार मल्होत्रा र लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष टंकप्रसाद पोखरेल सहभागी कार्यक्रममा लुम्बिनी प्रदेशका विभिन्न जिल्ला तथा नगर चेम्बरका पदाधिकारीसहित भन्सार एजेन्ट संघ, पत्रकार महासंघ लुम्बिनी प्रदेशलगायत विभिन्न संघसंस्थाका प्रतिनिधिले आर्थिक तथा व्यावसायिक क्षेत्रका समसामयिक समस्या उठाएका थिए।

अध्यक्ष अग्रवालले अर्थतन्त्रमा देखिएको सुस्तता, कमजोर निजी लगानी, उद्योग-व्यवसायप्रतिको घट्दो विश्वास, न्यून कर्जा माग र सीमित रोजगारीका अवसरलाई प्रमुख चुनौतीका रूपमा औँल्याउँदै स्थिरता, विश्वास र पारदर्शिता दिगो आर्थिक विकासका आधार भएको बताए।

वरिष्ठ उपाध्यक्ष मल्होत्राले चेम्बरलाई केन्द्रदेखि प्रदेश हुँदै पालिका तहसम्म थप चलायमान बनाउने गरी विशेष प्याकेजसहितका रणनीतिक कार्यक्रम तय गर्ने प्रतिबद्धता जनाए।

लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष पोखरेलले निजी क्षेत्रले राज्यबाट सबैभन्दा पहिले नीतिगत स्थिरता र कार्यान्वयनमा विश्वसनीयता खोजेको बताए। लगानी गरेपछि पटक-पटक नियम, कर, प्रक्रिया तथा नियमन परिवर्तन हुने अवस्था अन्त्य गरी दीर्घकालीन र अनुमान गर्न सकिने व्यावसायिक वातावरण बनाउनुपर्ने उनको भनाइ थियो।

» बाँकी ३ पेजमा

लुम्बिनीमा छालारोग परीक्षण अभियान चलाइने

दाङ। लुम्बिनी प्रदेशका मुख्यमन्त्री चेतनारायण आचार्य कुष्ठरोग निवारणलाई प्राथमिकतामा राखेर प्रदेशका सबै जिल्लामा छाला रोग परीक्षण अभियान सञ्चालन गर्ने बताएका छन्।

नेपाल कानुन समाजद्वारा आयोजित एक कार्यक्रममा उनले कुष्ठरोगका बिरामीको संख्या घट्दो क्रममा रहे पनि रोगको पहिचान र उपचारमा अझै प्रभावकारी पहल आवश्यक रहेको बताएका हुन्। कुष्ठरोग निवारणका लागि प्रदेश सरकारले उच्च प्राथमिकता दिएको बताउँदै उनले भने-'कुष्ठरोगको समस्या घटाउने गरी प्रदेश सरकारले काम गरिरहेको छ। तथ्याङ्क घट्दो अवस्थामा रहेको र कुष्ठरोगसँगै प्रदेशमा नसर्ने रोगको समस्या बढ्दै गएको देखिएको छ।' मुख्यमन्त्री आचार्यले विगतमा कुष्ठरोग लागेका व्यक्तिले सामाजिक लाञ्छना र विभेद्को डरले रोग लुकाउने अवस्था रहेको भए पनि पछिल्लो समय त्यस्तो अवस्था क्रमशः कम हुँदै गएको उल्लेख गरे।

मुख्यमन्त्री आचार्यले सामाजिक सुरक्षा भत्तालाई सबैका लागि एउटै ढाँचामा भन्दा आवश्यकता र अवस्थाका आधारमा वर्गीकृत गरी प्रभावकारी बनाउनुपर्ने धारणा राखे। रोगका कारण हुने सामाजिक विभेद् अन्त्य गर्न राज्यका कार्यक्रमसँगै समुदायस्तरमा चेतना विस्तार गर्नुपर्ने उनको भनाइ थियो।

पूर्वप्रधानन्यायाधीश कल्याणराज श्रेष्ठले कुष्ठरोग मानवता र मानव अधिकारसँग जोडिएको विषय भएको बताए। उनले नयाँ प्रभावितको खोजीलाई व्यापक बनाउँदै उपचारको पहुँचमा ल्याउन र प्रभावित व्यक्तिमा आत्मविश्वास जगाउन आवश्यक रहेको जनाए।

वरिष्ठ छाला रोग विशेषज्ञ डा.रवीन्द्र बाँस्कोटाका अनुसार आर्थिक वर्ष २०८१/८२ मा नेपालमा दुई हजार ४०९ जना नयाँ कुष्ठरोगी पहिचान भएका छन्। उपचारमा रहेका बिरामीको संख्या दुई हजार ६०८ रहेको छ।

स्वास्थ्य सचिव दुर्गालक्ष्मी श्रेष्ठका अनुसार लुम्बिनी प्रदेशमा हाल ५४७ जना कुष्ठरोगका बिरामी छन्।

कुष्ठरोगका कारण हुने लाञ्छना र भेद्भाव घटाउन जनचेतना अभिवृद्धिका कार्यक्रमलाई प्राथमिकतामा राखिएको उनले बताइन्।

गाउँवासीहरूमा हार्दिक अनुरोध

- जन्म, मृत्यु, बसाईसराई,विवाह दर्ता,सम्बन्ध विच्छेदजस्ता व्यक्तिगत घटना दर्ता समयमै गरौं।
- आफ्नो पायक पर्ने स्थानको सडकको छेउछाउमा घाँस तथा बिरूवाहरु रोपी हरियाली प्रवर्द्धन गरौं ।
- विद्यालय जाने उमेर भएका बालबालिकाहरूलाई विद्यालय पठाऔं ।
- खानेपानीका मुहानहरु सधै सफा राखौं, साथै सबैले पानी शुद्धीकरण गरेर मात्र पिउने बानीको विकास गरौं ।
- बाल विवाह सामाजिक अपराध भएकोले विवाह गर्ने उमेरका सबैलाई २० वर्ष पछि मात्र गरौं र गराऔं ।
- गाउँपालिकामा रहेको पुराना पोखरीहरूको संरक्षण गर्दै थप नयाँ पुनर्भरण पोखरीको निर्माण गरी पानीका मुहानहरूको प्रवर्द्धन गरौं ।
- आफ्नो पायक पर्ने स्थानको सडकको छेउछाउमा घाँस तथा बिरूवाहरु रोपी हरियाली प्रवर्द्धन गरौं ।
- सडकमा जथाभावी पानी बग्न नदिई सडकको संरक्षण गरौं साथै भलको उचित व्यवस्थापन गरौं ।
- प्राविधिक सल्लाह बमोजिम उन्नत बिउ बिजनको प्रयोग गरी कृषि जन्य वस्तुको उत्पादन तथा उत्पादनकत्व वृद्धि गरौं ।

कृष्ण प्रसाद मरासिनी
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

बेद बहादुर थापा
अध्यक्ष

कालिगण्डकी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, गुल्मी
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

सम्पादकीय

सिमसार विनासको असर

सन् २०२५ को तुलनामा २०२६ मा नेपालका प्रमुख गणना क्षेत्रमा जलपन्छी ९६ हजार ५ सय ६५ बाट घटेर ९० हजार ६ सय ८८ तथा प्रजाति ९४ बाट ८९ मा सीमित भएका छन् । सिमसार अतिक्रमण, प्रदूषण, विषादी, अव्यवस्थित पूर्वाधार, सिकार र जलवायु परिवर्तनले चराका बासस्थान तथा विश्रामस्थल जोखिममा परेका छन् ।

नेपालमा सिमसार संरक्षणमा भएका प्रयास कामयाव हुन सकेन् । अहिले सिमसार नासिदा चराको बासस्थान संकटमा परेको छ । लुम्बिनी क्षेत्रमा रहेका सिमसार मानवीय गतिविधिले मासिंदैछन् । जगधिशपुर ताल र आसपासको क्षेत्र चराका लागि उर्वर क्षेत्र हो, तर पछिल्ला वर्ष मानवीय गतिविधिले यो क्षेत्र पनि असुरक्षित भएको छ । कोशीटप्पु, बीसहजारी तथा आसपासका ताल, चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज बफर क्षेत्रमा रहेका ताल र सिमसार कैलालीको घोडाघोडी ताल, कपिलवस्तुको जगदीशपुर जलाशय, सुनसरीको बर्जुताल, शुक्लाफाँटा राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा आसपासका सिमसार, बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा आसपास, पोखरा उपत्यकाका ताल, टौदह, मनोहरालगायतका क्षेत्र चराका आकर्षक गन्तव्य हुन् । स्थानीय रैथाने चराका लागि मात्रै नभई आगन्तुक चराका लागि यी क्षेत्र प्रख्यात छन्, तर यी क्षेत्रका सिमसारलाई जोगाउन सरकार र समुदायको चासो पर्याप्त छैन ।

मानवीय अतिक्रमण, विषादी र कृषि क्षेत्रको रूपान्तरणका कारण चराका यस्ता बासस्थान संकटमा परेका छन् । कृषि क्षेत्रमा मनपरी विषादीको प्रयोग बढ्दो छ । सिमसारलाई पुरेर जग्गा प्लटिङ भइरहेका धेरै घटना छन् । लुम्बिनी क्षेत्रका धेरै सिमसार साँघुरिँदै छन् । संरक्षण अभावमा सिमसार सुक्दै जाँदा र पानी उपलब्ध नहुँदा त्यसको असर सिमसारमा पर्न थालेको छ । अव्यवस्थित विद्युतीय पूर्वाधारले चराको बासस्थान संकटमा परेको छ । लुम्बिनी क्षेत्रमा विद्युत् तारमा ठोक्किएर सारसको ज्यान गइरहेको पाइन्छ । लुम्बिनी क्षेत्रमा रहेका होटलहरुले सिमसार जोगाउनुको साटो होटल आसपासको सिमसार मासेर होटलको पार्किङ् बनाएका उदाहरण पनि छन् ।

नेपालमा सिमसार संरक्षणका लागि रामसार, संरक्षित क्षेत्र, बर्ड स्याङ्चुरीलगायतका व्यवस्था छ । सिमसारको क्षेत्रफल सुरक्षित हुन जति आवश्यक छ, त्यहाँ हुने पानीको गुणस्तर र आहाराको उपलब्धता उत्तिकै महत्वपूर्ण हुन्छ । कृषि उत्पादनमा विषादीको प्रयोग तथा औद्योगिक उत्पादन गर्दा उद्योगले सिमसार र नदीमा फाल्ने प्रदुषित पानी चराका लागि घातक छ । त्यस्तो पानीले चराको आहारा उत्पादन हुन दिँदैन् । स्वच्छ पानीको अभावमा जलचरको अभावमा चराको आहारा सुरक्षित छैन । चराको हव बनाउने विषय प्रकृति संरक्षणमा महत्वपूर्ण अभियान हो । यो पर्यापर्यटनमा पनि महत्वपूर्ण छ । चरा पर्यटनमार्फत् नेपालले राम्रो र गुणस्तरीय पर्यटक आगमन बढाउन सक्छ । प्रकृति जोगाउने अभियानसँगै पर्यटन प्रवर्द्धनको विषय पनि भएकाले सिमसार जोगाउन समुदाय नै लाग्नुपर्छ ।

हामीले विद्यार्थीलाई कस्तो नागरिक बनाउने हो ?

प्रविज्ञ रेग्मी

बालविकासदेखि उच्च माध्यमिकसम्मको सिकाइको निरन्तरताले विद्यार्थीलाई अन्ततः कस्तो सोच्ने, कति बौद्धिक सक्षमता भएको र कस्ता मानव मूल्यसहितको नागरिक बनाउँछ भन्ने रूपरेखा पाठ्यक्रममा छर्लंग हुनुपर्छ । यसै अनुरूप यसको दर्शन निर्माण र दूरगामी दृष्टिको खाका कोरिनुपर्छ ।

उपर्युक्त पंक्तिलाई आधार मानेर यस लेखको मर्म राखेको छु ।

अबको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम विद्यालयहरूलाई रोक्ने पर्खालभन्दा सबै बालबालिकालाई उभिन दिने बलियो आधार बन्नुपर्छ । यसको केन्द्रमा विद्यालय वा शिक्षालाई नियन्त्रण होइन, बालबालिकाको शैक्षिक उन्नयन हुनुपर्छ ।

विद्यालय शिक्षा सुधारको बहस गर्दा हामी प्रायः विषय, पाठ्यपुस्तक, परीक्षा, घण्टी र कक्षागत समस्याबाट सुरु गर्छौं । पाठ्यक्रम निर्माणका मूल प्रश्न यिनमध्ये कुनै पनि होइनन् । ती पाठ्यक्रमले सम्बोधन गर्ने तपसिलका पक्षहरू मात्र हुन् । पाठ्यक्रम लेखनको एक मात्र मूल प्रश्न हो – बालविकासदेखि उच्च माध्यमिकसम्मको शैक्षिक यात्रा पूरा गरेका विद्यार्थीहरू हामी कस्ता नागरिक बनेका देख्न चाहन्छौं ? विद्यार्थीले पढेर कति कुरा जानेका छन् भन्दा पनि तिनले के बुझेका छन्, कसरी सोच्छन्, आफ्ना विचारलाई कसरी परिमार्जन गर्छन्, समस्या कसरी हल गर्छन्, अरूसँग काम कसरी गर्छन्, जिम्मेवारी कसरी लिन्छन् र नयाँ कुरा आफै सिक्न कति सक्षम हुन्छन् भन्ने तत्त्वहरूलाई विद्यालय पाठ्यक्रमले मूलतः समेट्नुपर्छ ।

उल्लिखित तत्त्वहरूको विकासले विद्यार्थीको अन्तिम समग्र स्वरूप निर्धारण गर्छ । यही स्वरूप या चरित्रका समूहहरू मिलेर दीर्घकालमा राष्ट्रको वृहत् चरित्र बन्छ । ती तत्त्वहरूको विकास बालविकास कक्षाबाटै सुरु हुन्छ । सानो बालकले पालो पर्खिन सिक्नु, प्रश्न सोध्नु, आफ्नो कुरा भन्नु, सुन्नु, कारण खोज्नु, गल्तीपछि फेरि प्रयास गर्नु नै यी पछि आउने जिम्मेवारी, तर्क, आत्मनियमन, सहकार्य जस्ता पक्षहरू सिकाइका प्रारम्भिक स्वरूप हुन् ।

राष्ट्रिय पाठ्यक्रमले अन्तिम गन्तव्य तोकेर त्यसतर्फ जाने विकासक्रम कोर्नुपर्छ । बालविकास कक्षामा कुनै विद्यार्थीमा देखिएको कुनै एउटा गुण कक्षा ३ मा कस्तो बन्छ, अनि कक्षा ६ मा कति गहिरो हुन्छ र यसै क्रममा कक्षा १२ मा पुग्दा उसले कति परिपक्व रूप लिन्छ– यो सम्बन्ध पाठ्यक्रमको खाकामा स्पष्ट हुनुपर्छ । हाल पाठ्यक्रम निर्माणमा जुटेकाले शैक्षिक गन्तव्य स्पष्ट गर्नुपर्छ । त्यसपछि मात्र कुन डिजाइन सिद्धान्त कुन पाठ्यक्रम नमूना, कस्तो विषय संरचना र मूल्यांकनका कुन आधार लिन मिल्छ भन्ने निर्क्यौल गर्नुपर्छ ।

अन्तिम गन्तव्य नबुझी बीचका साधनहरूलाई हचुवामा प्रयोग गरियो भने पाठ्यक्रम सतही रूपमा राम्रो देखिएला, तर पाठ्यक्रमका ती जीवन्त पक्षहरूले गन्तव्य दिशातर्फ काम गर्न सक्दैनन् । मेरो विचारमा यस गन्तव्यको केन्द्रमा मानव मूल्यसहितको सोचको सक्षमता हुनुपर्छ । यो भनेको ज्ञानको आधार लिएर विचार सक्षमताको विकास गर्ने हो । विद्यार्थीले अवधारणागत तथ्य बुझ्न वा सम्झिन सक्छ कि सक्दैन भन्नेबाट सोचको सक्षमता सुरूआत हुन सक्छ ।

तर उसले त्यसको आधारमा मौलिक व्याख्या गर्न सक्छ कि सक्दैन, तुलना गर्न सक्छ कि सक्दैन, कारण दिन सक्छ कि सक्दैन, प्रमाण छुट्ट्याउन सक्छ कि सक्दैन, नयाँ परिस्थितिसँग जोड्न सक्छ कि सक्दैन, आफ्नै निष्कर्ष आफैले जाँच्न सक्छ कि सक्दैन, यावत् कुराहरू शिक्षाको क्रममा गहिरिँदै जाने विचारका कार्यहरू हुन् ।

पाठ्यक्रम केवल विषयवस्तुहरूको सूचीका रूपमा लिन हुँदैन। ती विषयगत आधार मात्र हुन सक्छन् । यथार्थमा विषयगत ज्ञान वा तथ्यहरू सोचको सक्षमता विकास गर्ने माध्यम हुन् । त्यस कारण के पढाउनेभन्दा कुन विषयवस्तुको आधारमा सोचको सक्षमता विकास हुन्छ, त्यसलाई पाठ्यक्रम लेखनमा मध्यनजर गरिनु पर्छ । पाठ्यक्रममा विषयको क्षेत्रमा कुन तहसम्म के के सिकाइ समेटिने भन्ने स्पष्ट हुनुपर्छ । यसका लागि सिकाइको क्रममा कुन कुरा अघि र कुन कुरा पछि आउने भन्ने तार्किक आधारमा रहेको प्रणाली आवश्यक हुन्छ ।

तर क्षेत्र र क्रम तोक्दैमा शैक्षिक प्रगति सुनिश्चित हुँदैन । यसलाई पाठ्यक्रम विज्ञहरूले विशेष ख्याल राख्नुपर्छ । कति स्थानमा प्राविधिक तवरले क्षेत्र र क्रम मिलेको देखिन सक्छ, तर यहाँ बुझ्नुपर्ने के छ भने, त्यस्तो अवस्थालाई नजिकबाट जाँचिएन भने र त्रुटि रहेमा पुरानो शैली दोहोरिन सक्छ । यसका साथै पाठ्यक्रमको बौद्धिक खाका एउटै रह्यो भने विद्यार्थीले प्रगति गर्न सक्दैनन् । उदाहरण, कक्षा ३ मा कारण चिन्ने विद्यार्थी कक्षा ६ मा कारण तुलना गर्न, कक्षा ९ मा प्रमाण जाँच्न र कक्षा १२ मा विभिन्न प्रमाणको बल, सीमा र सम्भावित पक्षहरू विचार गरेर मौलिक निष्कर्ष बनाउन सक्ने हुनुपर्छ । यसलाई सिकाइको क्रमबद्ध प्रगति भनिन्छ । उल्लेख गरिएका बौद्धिक खाकाको स्वरूपलाई पाठ्यक्रमको प्रक्रियागत ढंगले निर्देशित गर्नुपर्छ ।

क्रम भनेको बाटो हो र क्षेत्र भनेको बाटो कति फराकिलो छ वा त्यसले समग्रमा कति स्थान ओगटेको छ भनेको जस्तो हो । प्रगतिक्रम भनेको विद्यार्थीको वैचारिक सक्षमतामा कति पर पुग्ने भन्ने हो । यी तीन पक्षहरू पाठ्यक्रममा मेल खानुपर्छ । पाठ्यक्रम विज्ञहरूले यस मेललाई विशेष ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ ।

स्मरण रहोस्, पाठ्यक्रमको क्षेत्र विद्यालयका लागि पर्खाल बन्नु हुँदैन, यसले शैक्षिक जगको काम गर्नुपर्छ । तर यसको दुरूपयोग रोक्न तोकिएका राष्ट्रिय शैक्षिक उद्देश्यका आधारमा एक राष्ट्रिय निर्देशिकाको निर्माण गरिनुपर्छ । राष्ट्रिय पाठ्यक्रमले के सिक्नुपर्छ भन्ने सीमा दिन सक्छ । त्यस सीमाभित्र कति गहिराइमा जाने, कुन उदाहरण प्रयोग गर्ने, कुन सन्दर्भसँग जोड्ने, कति अभ्यास गराउने, कुन चरणमा सिकाइ समृद्ध गर्ने र विद्यार्थी तयार भएपछि कसरी अगाडि बढाउने भन्नेमा स्पष्ट मार्गदर्शनसहित विद्यालयलाई पाठ्यक्रमको स्वतन्त्र कार्यान्वयनका लागि ठाउँ दिनुपर्छ । यो भनेको पाठ्यक्रमबाहिर जाने स्वतन्त्रता होइन । यो पाठ्यक्रमभित्र खुलेर काम गर्न पाउने स्वतन्त्रता हो। यसलाई पनि पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले बुझेर आत्मसात गरी नयाँ पाठ्यक्रमको खाका कोर्नुपर्छ ।

यदि पाठ्यक्रमको क्षेत्र र क्रमलाई जडताका साथ अन्तिम सीमा तोकियो भने सक्षम विद्यालयले पनि विद्यार्थीले पहिले नै हासिल गरेको सिकाइ फेरि दोहोऱ्याउनुपर्ने अवस्था आउन सक्छ र शैक्षिक गहनताको मार्ग अवरूद्ध हुन सक्छ । अर्कोतर्फ अत्यधिक खुलापन दिइयो भने राष्ट्रिय अपेक्षा कमजोर हुन सक्छ । यही सन्तुलन पाठ्यक्रम विज्ञहरूले मिलाउन आवश्यक छ । यो महत्त्वपूर्ण र कठिन कार्यलाई पाठ्यक्रम विकास केन्द्रका विज्ञहरूले गम्भीरताका साथ लिनुपर्ने देखिन्छ ।

शैक्षिक वर्ष एक सीमित समय हो । नयाँ आवश्यकता देखिनेबित्तिकै नयाँ विषय वा नयाँ अध्याय थप्दै जाँदा गहिरो सिकाइका लागि समय घट्छ । पढाइ, लेखाइ, छलफल, अभ्यास, पुनरावृत्ति, प्रतिक्रिया, सुधार र प्रयोगका लागि समय पुग्दैन । पाठ्यक्रममा समावेश गरिनुपर्ने हजारौं कुराहरू छन् र ती सबै समावेश गराइन सम्भव पनि छैन । तर पाठ्यक्रम क्षेत्र र क्रमको स्वायत्तताले अनावश्यक विषयवस्तु घटाउन मद्दत गर्छ । आवश्यकलाई बढाउन सकिन्छ । त्यसैले पाठ्यवस्तु हल्का राख्दा उपयुक्त हुन्छ । यहाँ पाठ्यक्रम हल्का राख्नु भनेको शैक्षिक अपेक्षा घटाउनु होइन । अनावश्यक सामग्री घटाएर महत्त्वपूर्ण सिकाइमा गहिराइ बढाउनु हो ।

कम विषयवस्तु, स्पष्ट प्रगतिको खाका र विद्यालयलाई दिइएको क्षेत्रगत स्वतन्त्रताले शैक्षिक वर्षलाई यथार्थपरक कार्यान्वयन गर्न मद्दत गर्छ । सक्षम विद्यालयले राष्ट्रिय अपेक्षाभित्रै सिकाइ समृद्धि, विस्तार र गहिराइमा काम गर्न सक्छन् । स्रोत अपुग विद्यालयले आधारभूत सिकाइ सुरक्षित गर्न समय पाउँछन् ।

अर्को अति महत्त्वपूर्ण कुरा उल्लेख गर्छु ।

राष्ट्रिय पाठ्यक्रमलाई केवल लिखित पाठ्यक्रमका रूपमा मात्र बुझिन हुँदैन । यसले जडता सिर्जना गर्छ । मुख्य प्रश्न सूक्ष्म रूपमा लक्षित पाठ्यक्रमलाई लिखित पाठ्यक्रमले कसरी सम्बोधन गरेको छ भन्ने हो । यो भनेको राष्ट्रले आफ्ना बालबालिकालाई वास्तवमा कस्तो सिकाइ अनुभव, कस्तो ज्ञान, कस्तो सोच र कस्तो मानवीय विकासतर्फ लैजान चाहेको छ भन्ने हो । लिखित पाठ्यक्रम र अभिप्रेत वा लक्षित पाठ्यक्रमबिच दूरी भयो भने दस्तावेजमा ठूलाठूला र सुन्दर शब्दहरू आउलान् तर कक्षामा त्यसको कार्यान्वयन गर्न सकिँदैन ।

उदाहरणका लागि, 'आलोचनात्मक सोच', 'सिर्जशीलता', 'नागरिकता', 'सहकार्य' वा 'जीवनोपयोगी सीप' लेख्न सजिलो छ । ती गुणहरू बालविकासदेखि कक्षा १२ सम्म कुन कुन सिकाइ अनुभवबाट, कुन विषयगत ज्ञानसँग जोडिएर र कुन स्तरको कार्यसम्पादनमा विकसित हुन्छन् भन्ने स्पष्टता पाठ्यक्रमबाट दिनु चाहिँ कठिन काम हो ।

त्यसैले विद्यार्थीको समग्र स्वरूप र सोचको कार्यसम्पादन पाठ्यक्रममा राखिएका सजावटी शब्दहरू होइनन्, तर ती शब्दहरूले विषयवस्तु, सिकाइ परिणाम, प्रगति र मूल्यांकनलाई कसरी मेल गराउन सक्छन् भन्ने हो । यस्तै गरी विषयगत ज्ञान र मानवीय गुणलाई अलग अलग हेर्ने बानी गलत हो । शैक्षिक उत्कृष्टता र असल नागरिक बन्ने प्रक्रिया दुई छुट्टाछुट्टै परियोजना होइनन् । यी दुई कुराहरू पनि पाठ्यक्रम विकासका विज्ञहरूले पाठ्यक्रम निर्माण क्रममा सुसम्बद्ध गरुन् ।

उदाहरणका लागि, कुनै विद्यार्थीले विषयको प्रमाण नजाँची निष्कर्ष दिन्छ भने त्यो शैक्षिक कमजोरी मात्र होइन, निर्णय क्षमताको कमजोरी पनि हो । यहाँ प्रमाण नजाँचिनुले मानवीय मूल्य देखाउँछ भने विषयवस्तुले त्यो गुण विकास गर्ने माध्यम प्रदान गर्छ । यस्तै उसले असहमति सुन्न सक्दैन भने त्यो केवल सामाजिक समस्या होइन, सिकाइको समस्या पनि हो ।

स्पष्ट र प्रभावकारी पाठ्यक्रमले विषयगत ज्ञान, विचारको सक्षमता र मानवीय गुणलाई एउटै विकासक्रमको प्रक्रियामा राख्छ । तिनलाई मेल गराउँछ र त्यसरी पाठ्यक्रम मानवमूल्यसहित बन्छ । प्रारम्भिक तहमा एकीकृत सिकाइको शैली महत्त्वपूर्ण छ । सानो बालकले भाषा, संख्या, प्रकृति, समाज, कला र खेललाई छुट्टाछुट्टै भाँडामा राखेर संसार बुझ्दैन । एकीकृत पाठ्यक्रमको अर्थ विषयगत आधार हटाउनु पटक्कै होइन । पढाइ, लेखाइ, गणितीय सोच, विज्ञान सम्बन्धी ज्ञान र सामाजिक बुझाइ कुन क्रममा बढिरहेका छन् भन्ने स्पष्ट नक्साका आधारमा शिक्षण गर्नु पनि हो ।

तसर्थ शैक्षिक विकास क्रममा जोडिएको प्रारम्भिक सिकाइबाट क्रमशः माथिल्ला कक्षा चढ्दै जाँदा विषयगत गहिराइतर्फ जाने संरचना पाठ्यक्रममा आवश्यक छ । अबको पाठ्यक्रमले अपेक्षित सोचाइको स्तर पनि स्पष्ट गर्नुपर्छ । 'यो विषय पढाइयो' भन्नु पर्याप्त काम भएको होइन भन्ने कुरा स्पष्ट लेखिनुपर्छ । विद्यार्थीले कस्तो काम गर्न सक्यो भने उसले अपेक्षित स्तर हासिल गरेको मान्ने भन्ने कुरा विद्यालय र शिक्षकले बुझ्न सक्ने खाका पाठ्यक्रमले दिनुपर्छ ।

यो स्पष्टताबिना पाठ्यक्रमले एउटा कुरा, पाठ्यपुस्तकले अर्को र परीक्षाले तेस्रो कुरा माग्न सक्छ । त्यस्तो अवस्थामा पढाइ फेरि परीक्षाको परिणाम केन्द्रित बन्ने जोखिम रहन्छ । मूल्यांकन पूर्ण रूपमा पाठ्यक्रमको उद्देश्यसँग मेल खानुपर्छ । यदि हामी सोचको कार्यसम्पादन, जिम्मेवारी, प्रयोग र सही निर्णयलाई महत्त्व दिन्छौं भने मूल्यांकनले पनि विद्यार्थीमा ती कुरा विकसित भइरहेका छन् कि छैनन् भन्ने जाँच्नुपर्छ । मूल्यांकन कसरी गर्ने भन्ने प्राविधिक बहसभन्दा चुरो कुरा यसको निर्दिष्ट दिशा हो । यो भनेको पाठ्यक्रमले जे महत्त्वपूर्ण भन्छ, मूल्यांकनले पनि त्यही महत्त्वपूर्ण मान्नुपर्छ । यही मेल आउने पाठ्यक्रममा कसिलो होस् ।

भाषा, स्थानीयता, व्यावहारिक सिकाइ र व्यावसायिक चेतनाका प्रश्न पनि यही ठूलो राष्ट्रिय पाठ्यक्रमको संरचनाभित्र आउँछन् । नेपाल बहुभाषिक देश भएकाले भाषिक लचकता आवश्यक छ । यस्तै स्थानीय पाठ्यक्रमले साझा राष्ट्रिय आधारसँग सन्दर्भ मिलाउन पर्छ, तर विद्यार्थीलाई अनावश्यक बोझ थप्न हुँदैन । उदाहरणका लागि, कुनै स्थानीय तहमा भाषा विशेषको बाहुल्यता छ भने त्यो भाषा अन्य भाषीहरूलाई अनिवार्य गरिनु हुँदैन । अन्तिममा अति महत्त्वपूर्ण कुरा राख्छु – पाठ्यक्रमको गुणस्तरलाई दस्तावेज कति राम्रोसँग लेखिएको छ भन्नेले तय गर्दैन । यसले नेपाली बालबालिकालाई कहाँ पुऱ्याउँछ भन्नेले तय गर्छ ।

अरू सफल राष्ट्रबाट शिक्षा लिन सकिन्छ, तर नेपालको सन्दर्भ कायम राखेर मात्र । हामीलाई यस्तो राष्ट्रिय पाठ्यक्रम चाहिन्छ जसले बालविकासदेखि कक्षा १२ सम्म एउटै शैक्षिक दिशा देखाओस्, विद्यार्थीको समग्र स्वरूप क्रमशः विकास गरोस्, ज्ञानलाई सोच सक्षमताको आधार बनाओस्, सोचको कार्यसम्पादन देखाओस्, विषयको क्षेत्र स्पष्ट गरोस्, तर त्यसलाई पर्खाल नबनाओस्, क्रम दिओस्, तर प्रगतिलाई केन्द्रमा राखोस् र मूल्याङ्कनलाई ती पक्षहरूसँग बाँधोस् ।

स्मरण राखौं, राष्ट्रिय पाठ्यक्रमको उद्देश्य सबै विद्यालयलाई उस्तै अनुहारका बनाउनु होइन । यसको काम सबै बालबालिकालाई शैक्षिक विकासको बलियो साझा आधार दिनु र त्यसको जगमाथि अझ राम्रो गर्न सक्ने विद्यालयलाई जिम्मेवार रूपमा अगाडि बढ्न दिनु हो ।

(लेखक प्रविज्ञ रेग्मी एजुकेसन फर द नेक्स्टजेन र न्यू मिलेनियम स्कुल इमाडोल, ललितपुरका संस्थापक अध्यक्ष हुन् ।)

खाना खाएलगत्तै नगर्नुहोस् यी ८ गल्ती

प्रा.डा. मनोज कुमार शाह

खाना खाइसकेपछि हामीमध्ये धेरैको आ-आफ्नै बानी हुन्छ । कसैलाई खाना सकिएलगत्तै एक कप चिया चाहिन्छ, कोही मोबाइल हेर्दै सोफामा पल्टिन्छन्, कसैलाई चुरोटको तलतल लाग्छ । कतिपय भने खाना खाएलगत्तै जिम वा व्यायामतिर लाग्छन् । यीमध्ये सबै बानी सबैका लागि हानिकारक हुन्छन् भन्ने होइन । तर खाना खाएपछि गरिने केही गतिविधिले विशेषगरी एसिडिटी, छाती पोल्ने, अमिलो डकार आउने वा ग्यास्ट्रोइसोफेगल रिफ्लक्स डिजिज (जीईआरडी) भएका व्यक्तिमा समस्या बढाउन सक्छन् ।

त्यसैले खाना खाएपछि के गर्ने र के नगर्ने भन्ने विषयमा आफ्नै शरीरको प्रतिक्रिया बुझ्नु महत्वपूर्ण हुन्छ । विशेषगरी बारम्बार एसिडिटी वा रिफ्लक्सको समस्या हुने व्यक्तिले खानाको मात्रा, समय र खानापछिको गतिविधिमा ध्यान दिनुपर्छ ।

१. खाना खाएलगत्तै पल्टिने वा सुत्ने

खाना खाएपछि तुरुन्तै पल्टिने बानी एसिड रिफ्लक्सको समस्या भएका व्यक्तिका लागि विशेष समस्या बन्न सक्छ । पेटमा खाना र अम्लीय पदार्थ रहेको अवस्थामा सुत्दा वा पल्टिँदा पेटमा जम्मा भएको पदार्थ माथि अन्ननलीतर्फ फर्किने सम्भावना बढ्छ । यसले छाती पोल्ने, घाँटीसम्म अमिलो पानी आउने, अमिलो डकार आउने वा पेट असहज हुने समस्या निम्त्याउन सक्छ । ठूलो मात्रामा खाना एकैपटक खाएपछि यस्तो समस्या झन् बढ्न सक्छ ।

अमेरिकन कलेज अफ ग्यास्ट्रोएन्टेरोलोजीले जीईआरडी भएका व्यक्तिलाई सुत्नुभन्दा कम्तीमा २-३ घण्टा अगाडि खाना सक्न सुझाव दिन्छ । त्यसैले खाना खाएपछि तुरुन्तै ओछ्यानमा पल्टिनुभन्दा केही समय सिधा बस्नु राम्रो हुन्छ । विशेषगरी बारम्बार रिफ्लक्स हुने व्यक्तिले एकैपटक धेरै खाना खानुभन्दा सानो-सानो मात्रामा पटक-पटक खाने बानी बसाल्नु पनि उपयोगी हुन सक्छ ।

२. खाना खाएलगत्तै भारी व्यायाम गर्ने

खाना खाएपछि शरीर पाचन प्रक्रियामा व्यस्त हुन्छ । यस्तो अवस्थामा तुरुन्तै उच्च तीव्रताको व्यायाम, दौड, जिम वा पेटमा धेरै जोड पर्ने अभ्यास गर्दा केही मानिसमा पेट भारी हुने, पेट दुख्ने, ऐंठन हुने, वाकवाकी लाग्ने वा असहजता हुन सक्छ । त्यसैले भारी खाना खाएलगत्तै जिम जानुभन्दा केही समय पर्खनु राम्रो हुन्छ । सामान्यतया भारी व्यायामका लागि पर्याप्त अन्तर राख्नु उपयुक्त हुन्छ । तर खाना खाएपछि हल्का हिँड्डुल गर्दा भने समस्या हुँदैन । शरीरले सहज मानेको गतिमा छोटो र हल्का हिँडाइ गर्न सकिन्छ ।

३. खाना खाएपछि धेरै अगाडि झुक्ने, भारी सामान नउठाउने

खाना खाएलगत्तै बारम्बार अगाडि झुक्ने, पेटमा दबाब पर्ने गरी काम गर्ने वा भारी सामान उठाउने बानीले केही व्यक्तिमा पेटको अम्ल माथि अन्ननलीतर्फ फर्किने अर्थात् एसिड रिफ्लक्सको समस्या बढाउन सक्छ । विशेषगरी खाना खाएपछि भुइँमा बसेर अगाडि झुकिरहने, भारी सामान उठाउने वा पेटमा दबाब पर्ने गतिविधि गर्दा असहजता महसुस हुने व्यक्तिले खाना खाने बित्तिकै तत्काल यस्ता काम नगर्नु बेस हुन्छ । खाना खाएपछि केही समय शरीरलाई सिधा राख्नु र सहज गतिविधि गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

४.खाना खाएपछि चुरोट पिउने

कतिपय मानिस खाना खाएपछि चुरोट पिउनुलाई आराम गर्ने वा पाचनमा सहयोग गर्ने बानीका रूपमा लिन्छन् । तर धूमपानले पाचनमा सहयोग गर्छ भन्ने धारणा सही होइन । धूमपानले अन्ननली र पेटबिचको तल्लो भागको मांसपेशीको काममा असर पारेर पेटको अम्ल माथि फर्किने सम्भावना बढाउन सक्छ । धूमपानले एसिड रिफ्लक्स र छाती पोल्ने समस्या बढाउन सक्ने कुरा विभिन्न अनुसन्धानमा देखिएको छ ।

अमेरिकन कलेज अफ ग्यास्ट्रोएन्टेरोलोजीले पनि जीईआरडीका लक्षण भएका व्यक्तिलाई धूमपान तथा सुर्तीजन्य पदार्थबाट बच्न सुझाव दिएको छ । त्यसैले खाना खाएपछि मात्र होइन, समग्र स्वास्थ्यका लागि पनि धूमपानबाट टाढा रहनु महत्वपूर्ण हुन्छ ।

५.खाना खाएपछि रक्सी पिउने

खाना खाएपछि रक्सी पिउने बानी पनि विशेषगरी एसिडिटी वा रिफ्लक्सको समस्या भएका व्यक्तिका लागि उपयुक्त नहुन सक्छ । रक्सीले केही व्यक्तिमा रिफ्लक्सका लक्षण बढाउन सक्छ । विशेषगरी जीईआरडी, ग्यास्ट्राइटिस, कलेजोको रोग वा प्यान्क्रियाटाइटिसको इतिहास भएका व्यक्तिले रक्सीबाट टाढा रहनुपर्छ । त्यसैले 'खाना खाइसकेपछि थोरै रक्सी पिउँदा केही हुँदैन' भन्ने सोच सबैका लागि लागू हुँदैन । व्यक्तिको स्वास्थ्य अवस्था र चिकित्सकको सल्लाहलाई ध्यान दिनुपर्छ ।

६.खाना सकिनेबित्तिकै चिया वा कफी पिउने

खाना खाएपछि चिया पिउने बानी धेरैको हुन्छ । तर पहिले नै एसिडिटी वा रिफ्लक्सको समस्या भएका व्यक्तिमा चिया-कफीले लक्षण बढाउन सक्छ । विशेषगरी क्याफिन केही व्यक्तिका लागि रिफ्लक्सको ट्रिगर बन्न सक्छ । यसको अर्थ सबैले चिया वा कफी बन्द गर्नुपर्छ भन्ने होइन । मुख्य कुरा व्यक्तिको संवेदनशीलता, मात्रा र समय हो ।

यसका साथै चिया र कफीमा पाइने केही यौगिकले खानाबाट प्राप्त हुने गैर-हेम आइरनको अवशोषण कम गर्न सक्छन् । अनुसन्धानले खाना सँगै चिया पिउँदा आइरनको अवशोषण घट्न सक्ने र केही समयको अन्तर राख्दा यो प्रभाव कम हुने देखाएको छ । त्यसैले आइरनको कमी वा रक्तअल्पताको जोखिम भएका व्यक्तिले खाना खाएलगत्तै चिया वा कफी पिउनुभन्दा करिब १-२ घण्टाको अन्तर राख्नु उपयोगी हुन सक्छ । तर स्वस्थ व्यक्तिले चिया वा कफी पिउँदैमा अनिवार्य रूपमा समस्या हुन्छ भन्ने होइन । मुख्य कुरा मात्रा र व्यक्तिगत संवेदनशीलता हो ।

७.खाना खाएपछि धेरै मिठाई खाने

खाना खाएपछि तुरुन्तै मिठाई तथा गुलिया खानेकुरा खाने चलन पनि कतिपयमा छ । तर हरेक पटकको खानापछि धेरै मिठाई, गुलिया पेय वा चिनी धेरै भएको परिकार खाने बानीले अनावश्यक क्यालोरी थप्न सक्छ । विशेषगरी तौल व्यवस्थापन गरिरहेका, मधुमेह भएका वा रगतमा चिनीको मात्रा नियन्त्रण गर्नुपर्ने व्यक्तिले गुलियोको मात्रा र आवृत्तिमा ध्यान दिनुपर्छ । 'खाना खाएपछि मिठाई खानै हुँदैन' भन्ने होइन । मुख्य कुरा मात्रा, खानाको समग्र गुणस्तर र व्यक्तिको स्वास्थ्य अवस्था हो ।

८.लामो समय निष्क्रिय बस्ने

खाना खाएपछि केही समय आराम गर्नु स्वाभाविक हो । तर खाना खाइसकेपछि घण्टौँसम्म एकै ठाउँमा बसिरहने बानीलाई स्वस्थ जीवनशैलीको हिस्सा मान्न सकिँदैन । यसको अर्थ खाना खाएपछि तुरुन्तै दौडिनुपर्छ भन्ने पनि होइन । शरीरले सहज मानेअनुसार १०-१५ मिनेट हल्का हिँड्डुल गर्नु राम्रो विकल्प हुन सक्छ । विशेषगरी खाना खाएपछि पेट फुल्ने, भारीपन वा असहजता महसुस हुने व्यक्तिले आफ्नो शरीरको प्रतिक्रियाअनुसार हल्का गतिविधि गर्न सक्छन् । तर भारी व्यायामका लागि भने केही समयको अन्तर राख्नुपर्छ ।

खाना खाएपछि के गर्ने ?

खाना खाएपछि पाचन सहज राख्न केही सामान्य कुरामा ध्यान दिन सकिन्छ । तुरुन्तै पल्टिनुभन्दा केही समय सिधा बस्ने । विशेषगरी रातिको खाना खाएपछि सुत्ने समयबिच पर्याप्त अन्तर राख्ने । तिर्खाअनुसार पानी पिउने । पानी आवश्यक छ, तर एकैपटक अत्यधिक पिउनु आवश्यक छैन । चिया-कफीको मात्रा र समय हेर्ने । एसिडिटी बढ्छ भने खाना खाएलगत्तै नपिउने । आइरनको कमी भएका व्यक्तिले खाना र चियाबीच अन्तर राख्ने ।

हल्का हिँड्डुल गर्ने । शरीरले सहज मानेको गतिमा हिँड्न सकिन्छ, तर खाना खाएलगत्तै कडा व्यायाम नगर्ने । धूमपान नगर्ने । यसले रिफ्लक्स मात्र होइन, मुटु, फोक्सो र समग्र स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पार्छ । मिठाई सीमित गर्ने । विशेषगरी मधुमेह वा तौलसम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिले आफ्नो खानपानअनुसार मात्रा नियन्त्रण गर्ने ।

धर्मशाला र जेष्ठ नागरिक केन्द्र बनाउन रामनगरमा महायज्ञ

बुटवल । बुटवल-१०, रामनगरस्थित दुर्गा मन्दिरमा श्रीमद्देवी भागवत ज्ञान महायज्ञ २०८३ आयोजना गरिने भएको छ । मन्दिर परिसरमा धर्मशाला तथा जेष्ठ नागरिक केन्द्र निर्माणार्थ असोज २५ गतेदेखि कार्तिक २ गतेसम्म महायज्ञ हुन लागेको दुर्गा मन्दिर व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष/यज्ञ सम्पादन मुल समिति अध्यक्ष ईन्द्र ध्वज मल्लले बताए ।

शनिबार मन्दिर परिसरमा पत्रकार सम्मेलन गरि महायज्ञको तयारी अन्तिम चरणमा पुगेको उनले बताए । महायज्ञ सम्पन्न गर्न २० वटा उपसमिति, ८० जनाको सल्लाहकार समिति, ६६ जनाको आजिवन सदस्य लागेको उनले बताए । 'हामीले २५ सय जनालाई निम्तो पठाएका छौं ।'- उनले भने । सुप्रसिद्ध पं श्री चन्द्रकान्त काफ्लेबाट कथावाचन तथा प्रवचन हुने उनले बताए ।

यस क्षेत्रमा नै पुरानो बसोबास मानिएको रामनगर बिसं. २०२४ सालमा महेन्द्र राजमार्ग निमार्णको क्रममा विकास भएको थियो । सोही क्रममा स्थानीयहरुबाट मन्दिर स्थापना भई धार्मिक सद्भाव र एकता अघि बढाउने गरि मन्दिरमा नियमित पुजाआजा गरिएको उनले बताए । 'सत्कर्म र संस्कार सिकाउने थलोका रुपमा मन्दिर स्थापना भएको हो ।'- उनले भने । विसं. २०७९ सालमा औपचारिक रुपमा दर्ता गरि ब्यवस्थित गर्ने काम आफुहरुले अघि बढेको उनले बताए । टाढाटाढाबाट तिर्थालुहरुलाई समेत बास बस्ने ब्यवस्था गर्ने गरि पूर्वाधार तयार गर्ने लक्ष्य रहेको उनले बताए ।

महायज्ञबाट संकलन भएको रकमबाट जेष्ठ नागरिक दिवा मिलन केन्द्र तथा धर्मशाला निमार्ण गरिने हुँदा सो क्षेत्रका जेष्ठ नागरिकहरुलाई भजनकिर्तन र भेटघाट गर्ने थलोका रुपमा विकास हुने महासचिव दिलिपकुमार सुनारले बताए ।

बुटवलमा २ करोड लगानीमा 18D मुभी थिएटर र मिरर मेज सञ्चालन हुँदै

बुटवल । बुटवलमा करिब २ करोड रुपैयाँ लगानीमा 18D मुभी थिएटर र मिरर मेज (भुलभुलैया) सञ्चालनमा आउने भएको छ । नयाँ तथा फरक किसिमको मनोरञ्जनको अनुभव प्रदान गर्ने उद्देश्यले नेक्स्टजेन एडभेन्चर इन्टरटेनमेन्ट प्रालिले बुटवलको मिलनचोकस्थित डेल्टा कम्प्लेक्स रहेको पुरानो स्थानमा मनोरञ्जन केन्द्र सञ्चालनमा ल्याउन लागेको हो ।

परियोजनामा प्रकाश भुसाल, दीपक ढकाल, सिद्धार्थविक्रम थापा र सुदीप काफ्ले गरी चार जनाको लगानी रहेको छ । सञ्चालक दीपक ढकालका अनुसार केन्द्र आगामी कात्तिक १ गतेदेखि औपचारिक रूपमा सञ्चालनमा आउनेछ ।

बुटवलमा मनोरञ्जनका नयाँ गतिविधि थप गर्दै स्थानीयसँगै बाह्य पर्यटकलाई आकर्षित गर्ने उद्देश्यले परियोजना अघि बढाइएको ढकालले बताए । उनका अनुसार केन्द्रमा 18D मुभी थिएटर र मिरर मेज मुख्य आकर्षणका रूपमा रहनेछन् ।

18D मुभी थिएटरमा चलचित्र हेर्दा पर्दामा देखिने दृश्यसँगै विभिन्न प्रभावको समेत अनुभव लिन सकिनेछ । त्यस्तै, मिरर मेज अर्थात् भुलभुलैयामा ऐनै-ऐनाले बनेको संरचनाभित्र प्रवेश गरी फरक तथा रमाइलो अनुभव लिन सकिने ढकालले बताए ।

बुटवलमा घुम्न तथा मनोरञ्जन गर्न आउने आन्तरिक पर्यटकका लागि समेत नयाँ गन्तव्य थपिने अपेक्षा गरिएको अर्का सञ्चालक प्रकाश भुसालले जनाए । यस प्रकारको मनोरञ्जन केन्द्रले स्थानीय क्षेत्रमा आर्थिक गतिविधि बढाउनुका साथै बुटवल आउने पर्यटकका लागि थप आकर्षण सिर्जना गर्ने भुसालले बताए ।

बुटवलमा पछिल्लो समय मनोरञ्जन तथा पर्यटनसँग सम्बन्धित नयाँ व्यवसाय थपिँदै गएका बेला सञ्चालनमा आउन लागेको 18D मुभी थिएटर र मिरर मेजले स्थानीय मनोरञ्जन क्षेत्रलाई थप विविध बनाउने अपेक्षा गरिएको छ । टिकटदर ३५० मात्रै रहेको उनले जानकारी दिए ।

निक्षेप रकम उपर हकदाबी गर्न आउने ३५ दिने सूचना

खगेश्वर रजालीको छोराबुहारी, मन वहादुर पल्लीको छोरी, दुर्गा वहादुर रजालीको श्रीमती लुम्बिनी प्रदेश, गुल्मी जिल्ला, छत्रकोट गाउँपालिका वडा नं. ०२ बस्ने जिवा रजालीले यस शाखामा बचत खाता नं. २०९१५२४१७००६५९ संचालन गर्दै आउनु भएकोमा मिति २०८३/०५/२८ मा निज खातावाला जिवा रजालीको निधन भएकोले सोही व्यहोरा उल्लेख गरी उपरोक्त खातामा रहेको रकम पाउं भनी निज मृतकको छोरा नाता पर्ने मान वहादुर रजालीले मृत्यु दर्ता प्रमाणपत्र र नाता प्रमाणित प्रमाणपत्र लगायतका अन्य आवश्यक कागजात सहित यस बैंक समक्ष निवेदन दिनु भएकोले यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । बैंक तथा वित्तीय संस्था सम्वन्धि ऐन २०७३ को दफा १११ बमोजिम निज मृतक जिवा रजालीको नाममा यस शाखामा रहेको निक्षेप मौज्दातको भुक्तानी दावीकर्तालाई दिन नपर्ने कुनै कारण भए वा अन्य कुनै व्यक्तिको हकदाबी छ भने यो सूचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले ३५ (पैंतीस) दिनभित्र आफ्नो स-प्रमाण दाबी गर्न यस बैंकको गुल्मी शाखामा आउनुहोला । अन्यथा उल्लेखित म्यादभित्र कोही कसैको दावी पर्न नआएमा माग बमोजिम उपरोक्त खाताको रकम भुक्तानी हुने र सोका लागि बैंक जिम्मेवार नहुने वेहोरा समेत जानकारी गराईन्छ । पछि कुनै उजुर बाजुरलाई बैंकले मान्यता नदिने समेत सूचित गरिन्छ ।

गुल्मी शाखा, नेपाल एसबिआई बैंक लिमिटेड
फोन नम्बर :- ०७९–५२१०२९
फ्याक्स :- ०७९–५२११९४

नेपाल एसबिआई बैंक लिमिटेड NEPAL SBI BANK LTD.

अर्थतन्त्र...

संघका पूर्वअध्यक्ष तथा नेपाल चेम्बर अफ कमर्सका लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष टंकप्रसाद पोखरेलले पछिल्लो समय उद्योगी-व्यवसायीमा बढ्दै गएको निराशा चिर्न आवश्यक रहेको बताए । सरकारले लगानी र व्यवसायको सुरक्षाको ग्यारेन्टी नगरेसम्म लगानीको वातावरण बन्न नसक्ने उनको भनाइ थियो । व्यवसायीको हकहित संरक्षण तथा व्यवसायमैत्री वातावरण निर्माणका लागि निजी क्षेत्रको नेतृत्वले प्रभावकारी भूमिका निर्वाह गर्नुपर्नेमा पोखरेलले जोड दिए ।

संघका पूर्वअध्यक्ष मोतिलाल पाण्डेले संघको हित विपरीत कुनै गतिविधि हुन नदिन सबैजना एकजुट हुनुपर्ने धारणा राखे । नियमसंगत दर्ता गरी वार्षिक रुपमा कर तिरेर रोजगारी सिर्जना गरेको नीजि क्षेत्रलाई सरकारले विभिन्न बाहानामा आतंकित पार्न नहुने उनले बताए । उनले संघलाई यहाँसम्म ल्याइपुऱ्याउन सबैको भूमिका रहेको र पूर्व अध्यक्षको हैसियतमा सधैँ संघको विकासमा आफू प्रतिबद्ध रहने पनि बताए ।

कार्यक्रममा तिलोत्तमा व्यापार संघका अध्यक्ष नेत्रप्रसाद न्यौपानेले गौतमबुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल नियमित रूपमा सञ्चालन हुन नसक्दा यस क्षेत्रका व्यवसायीले गरेको करोडौँ रुपैयाँ लगानी जोखिममा परेको बताए । विमानस्थल सञ्चालनलाई प्रभावकारी र नियमित बनाउन नसक्दा पर्यटन तथा व्यवसायिक गतिविधिसमेत प्रभावित भएको उनको भनाइ थियो ।

पश्चिम नेपाल बस व्यवसायी प्रालिका अध्यक्ष दधिराम खरेलले स्थानीय सरकारले उद्योगी-व्यवसायीलाई संरक्षण र सहजीकरण गर्नुपर्नेमा विभिन्न बहानामा आतंकित पार्ने काम गरेको बताए । रुपन्देही उद्योग संघका अध्यक्ष कृष्णप्रसाद पराजुलीले सुमानाकाबाट अवैध रुपमा कर छलिका सामान भित्रिँदा यहाँका उद्योगी व्यवसायी वर्षौंदेखि समस्यामा रहेको गुनासो गरे । भन्सारमा करको दर नघट्दासम्म यहाँका उद्योगी व्यवसायीले भारतिय सिमावर्ती क्षेत्रका व्यवसायीसँग प्रतिस्पर्धा गर्न नसक्ने धारणा राखे ।

यस्तै, संघका महासचिव प्रकाशराज पौडेलले वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्दै संघले गरेका बिभिन्न कार्यक्रमहरु र आगामी योजनाबारे जानकारी गराए । उनका अनुसार हाल संघमा २ हजार ६ सय बढी व्यवसायी आबद्ध रहेका छन् । यस्तै संघका वरिष्ठ उपाध्यक्ष दयानिधि भण्डारी, प्रथम उपाध्यक्ष ऋषिराम पाण्डे लगायतले बोल्दै बदलिंदो समयसँगै नयाँ पुस्तालाई व्यवसायमा आकर्षित गर्नुपर्नेमा जोड दिँदै संस्थागत सुशासन र व्यवसायीक वातावरण निमार्णका लागि सबैजना एकजुट हुनुपर्ने धारणा राखेका थिए ।

सोही अवसरमा अवसरमा संघलाई सहयोग गर्ने विभिन्न संघसंस्था तथा व्यक्तिहरुलाई सम्मान गरिएको थियो । यस्तै संघले जिल्लामा सुरक्षा प्रबन्ध गर्ने नयाँ अभियानका लागि जिल्ला प्रहरी कार्यालय रुपन्देहीलाई १ लाख १३ हजार रुपैयाँ हस्तान्तरण गरेको छ ।

लगानीमैत्री ...

उनले निजी क्षेत्रको अपेक्षा व्यवसायीलाई मात्र सुविधा दिनु नभई लगानी बढाउने, उत्पादन विस्तार गर्ने, रोजगारी सिर्जना गर्ने र राज्यको राजस्वमा योगदान गर्ने वातावरण निर्माण गर्नु रहेको बताए ।

कार्यक्रममा सहभागी व्यवसायीहरूले अहिलेको आर्थिक शिथिलतासँगै बजारमा घट्दो माग, न्यून कर्जा माग, व्यवसायको नगद प्रवाहमा परेको दबाब, निर्माण क्षेत्रमा आएको सुस्तता, सरकारी पुँजीगत खर्चको कमजोर कार्यान्वयन र नीतिगत अनिश्चिततालगायतका समस्या उठाएका थिए । लगानीको सुरक्षा र प्रोत्साहनका कार्यक्रम बनाउन तथा राज्यका निकायबाट हुने विभेदकारी व्यवहार अन्त्य गर्न चेम्बरको केन्द्रीय नेतृत्वले पहल गर्नुपर्ने उनीहरूको माग थियो ।

उधारो कारोबारमा लामो समयसम्म रकम नउठ्ने समस्या पनि व्यवसायीले उठाएका थिए । उधारो असुलीमा देखिएको कानुनी तथा व्यावहारिक जटिलताले कार्यशील पुँजी र नगद प्रवाहमा असर पार्ने भएकाले यसको समाधानका लागि प्रभावकारी व्यवस्था आवश्यक रहेको उनीहरूको भनाइ थियो ।

त्यस्तै, अनुगमनका नाममा व्यवसायीलाई हतोत्साहित तथा त्रसित बनाउने प्रवृत्ति अन्त्य गर्न सहभागीहरूले माग गरे । कमीकमजोरी भएमा प्रमाणका आधारमा सूक्ष्म रूपमा अनुगमन गरी आवश्यक कारबाही गर्नुपर्ने, तर त्रुटि नभएका व्यवसायिक प्रतिष्ठानलाई समेत सार्वजनिक रूपमा नकारात्मक प्रभाव पर्ने गरी व्यवहार गर्न नहुने उनीहरूको धारणा थियो ।

कार्यक्रमका सहजीकरणकर्ता तथा चेम्बर अफ कमर्स लुम्बिनी प्रदेशका महासचिव शिव ज्ञवालीले निजी क्षेत्रले राज्यसँग सुविधा मात्र नभई लगानीमैत्री वातावरण र स्थिर नीति खोजेको बताए । राज्यले विश्वासको आधार तयार गर्न सके त्यसको प्रतिफल निजी क्षेत्रले उत्पादन, रोजगारी, राजस्व र आर्थिक गतिविधिको विस्तारमार्फत दिन सक्ने व्यवसायीहरूको धारणा रहेको उनले बताए ।

चेम्बर अफ कमर्सलाई मुलुकको सबैभन्दा पुरानो निजी क्षेत्रको संस्थाका रुपमा लिइन्छ । यसको स्थापना विसं.२००७ सालमा भएको थियो । अहिले यसका मुलुकभरका सबैजसो जिल्लामा संगठन विस्तार भएको छ भने धेरै जिल्लाका पालिकास्तरमा समेत कमर्स विस्तार भएको छ ।

यातायात पूर्वाधार निर्देशनालय, बुटवल प्रस्तावक माडी खोला मोटरेवल पुल निर्माण आयोजनाको संक्षिप्त वातावरणीय अध्ययन प्रतिवेदनको

सार्वजनिक सुनुवाई सम्बन्धी सूचना

प्रकाशित मितिः २०८३/०६/१८

श्री यातायात पूर्वाधार निर्देशनालय, बुटवल प्रस्तावक रहेको माडी खोला मोटरेवल पुल निर्माण आयोजना प्यूठान जिल्ला, अवस्थित यस पुलको दायाँ सरुमारानी गाउँपालिका वडा नं. ३ र बायाँ किनार ऐरावती गाउँपालिका वडा नं. ३ नौघाटमा पर्दछ । प्रस्तावित आयोजनाको संक्षिप्त वातावरणीय अध्ययन गर्ने सिलसिलामा आयोजना प्रभावित गाउँपालिका स्थानीय जनसमुदायका साथै सरोकारवालाहरुलाई निम्न उल्लेखित मिति, स्थान र समयमा हुने सार्वजनिक सुनुवाई कार्यक्रममा उपस्थित भई राय सुझाव दिनुहुन सबैमा हार्दिक अनुरोध गरिन्छ ।

सार्वजनिक सुनुवाई हुने मिति, समय र स्थानः
मितिः २०८३/०६/२३
समयः बिहान ९ बजे
स्थानः प्रस्तावित पुल स्थल, ऐरावती गाउँपालिका वडा नं. ३ नौघाटमा

प्रस्तावकः यातायात पूर्वाधार निर्देशनालय, बुटवल **ठेगानाः** बुटवल, रुपन्देही,लुम्बिनी प्रदेश सम्पर्कः- नम्बर ०७१-४५०११६ इमेलः Info.tid@lumbini.gov.np	**निर्माण व्यवसायी** नामः ADVENTURE-DHANTHAN JV **ठेगानाः** भरतपुर, चितवन सम्पर्क नम्बरः ९८५५०५५९६६ इमेलः dhanthanconstrution@gmail.com

भूमि प्रशासन कार्यालय भैरहवा रुपन्देहीबाट छुट जग्गा दर्ता सम्बन्धमा जारी भएको

३५ दिने सार्वजनिक सूचना

प्रकाशित मितिः २०८३।०६।१८

जिल्ला परदेही ति.न.पा. वडा नं. १६ बस्ने सीताराम थारुले यस कार्यालयमा मिति २०८१।१०।०९ मौ दिनुभएको माग निबेदन अनुसार निजको हकभोगमा रहेको जिल्ला रुपन्देही मधवलिया गा.वि.स वडा नं. ५ग कि.नं.५६ ज.वि.०-५-० को कित्ता जग्गा साविकदेखि हालसम्म भोगचलन गर्दै आएकोमा साविकमा नापनक्सा भएको तर दर्ता हुन छुट भएकाले हाल मालपोत ऐन २०३४ को दफा ७(२) र नेपाल राजपत्रमा मिति २०८०/१०/११ मा प्रकाशित सूचना बमोजिम छुट जग्गा दर्ता गरि ज.ध प्रमाण पुर्जा पाउँ भनी निवेदन पर्न आएकोले निवेदकको माग बमोजिम छुट जग्गा दर्ता गर्दा अन्य कसैको हकदैयामा असर पर्ने तथा उक्त जग्गा दर्ता गर्न नमिल्ने भए स-प्रमाण सहित आफैं वा वारेसमार्फत यो सूचना प्रकाशन भएको मितिले बाटोको म्याद बाहेक ३५ दिनभित्र हकदावीको लागि आउनुहोला, अन्यथा सो म्याद नाघेमा कानून बमोजिम भई जाने ब्यहोरा सरोकारवाला सबैमा अनुरोध छ ।

जग्गाको विवरण

जिल्ला	साविक गा.वि.स.	वडा नं.	कित्ता नं.	ज. वि	फिल्डबुकको विवरण
रुपन्देही	मधवलिया	५ ग	५६	०-४-०	

ईति सम्बत २०८३ साल ०६ महिना १४ गते रोज ४ मा शुभम् ।

Malarani Rural Municipality

Khanadaha, Arghakhanchi
Lumbini Province, Nepal

Invitation for Bids

Date of publication: 4-October, 2026 (2083/06/18)

Malarani Rural Municipality, Khanadaha Arghakhanchi invites electronic Bids from eligible bidders for the procurement of Works as mentioned below:

IFB No.	Contract Name	Identification No	Bid Document Fee (NPR)	Bid security Amount (NPR)	Last Date of Bid Submission
1.	Procurement and Construction of pyareekharka Mulachor Dobata Pyuthan Motorable Road for Malarani Rural Municipality ward no.8	MRM/W/NCB/ 2083/084/02	3000.00	262926	23/10/2026 12:00 pm (2083/07/6)

For more details, please visit Malarani rural Municipality website; www.malaranimun.gov.np. or scan the QR code for full notice.

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
जिल्ला प्रशासन कार्यालय, रुपन्देही

विषयः प्रमाणित सम्बन्धमा ।

प्रकाशित मिति २०८३/०६/१८

श्री जो जससँग सम्बन्ध छ ।

जिल्ला रुपन्देही कञ्चन गाउँपालिका वडा नं. ४ मा बस्ने भारत सरकारको भु.पु. सैनिक नं. JC629209L रैंक SM–HONYCPT रेजिमेन्ट 4/9 GR का पेन्सनर विष्णु नारायण श्रेष्ठले आफ्नो नेपाली नागरिकता प्रमाणपत्रमा नाम थर विष्णु नारायण श्रेष्ठ जन्म मिति २०१६/०६/०७ रहेको र आफ्नो भारतीय पेन्सन अभिलेखमा नाम थर रन बहादुर शाही जन्म मिति सन् 1959/09/21 रही नाम थर र जन्म मिति फरक परेकोमा उपरोक्त दुवै नाम थर र जन्म मिति भएको व्यक्ति एकै भएको व्यहोरा साथै आफ्नो श्रीमती यमा कुमारी श्रेष्ठको नेपाली नागरिकता प्रमाणपत्रमा नाम थर यमा कुमारी श्रेष्ठ जन्म मिति २०१६/०३/१३ रहेको र आफ्नो भारतीय पेन्सन अभिलेखमा श्रीमतीको नाम थर यम कुमारी जन्म मिति ई.सं. 1961/07/01 रही नाम थर र जन्म मिति फरक परेकोमा दुवै नाम थर र जन्म मिति भएको व्यक्ति एकै रहेको व्यहोरा प्रमाणित गरिपाउँ भनी यस कार्यालयमा निवेदन पेश गर्नु भएकोमा कञ्चन गाउँपालिका ४ नं. वडा कार्यालयको च.नं ४४० मिति २०८३/०५/३१ को सिफारिसबाट समेत लेखी आएकोले सोही व्यहोरा सिफारिस गरिएको छ ।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रलाय
जिल्ला प्रशासन कार्यालय,नवलपरासी

विषयः प्रमाणित सम्बन्धमा ।

श्री जो जससँग सम्बन्धित छ ।

प्रकाशित मितिः २०८३।०६।१४

प्रस्तुत विषयमा जिल्ला नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पश्चिम), बर्दघाट नगरपालिका वडा नं.४ निवासी भारतीय भु.पू. सैनिक नं. १२१९९९ का पेन्सनर बल बहादुर गौचन (ना.प्र.नं. २३७६, गुल्मी), निजको पत्नी रिम कुमारी गौचन (ना.प्र.नं. ११४४०, गुल्मी) को नेपाली नागरिकता प्रमाणपत्र र पेन्सन पट्टामा निम्न बमोजिमको विवरण फरक भएतापनि व्यक्ति एउटै रहेको भनी बर्दघाट नगरपालिका, वडा नं. ४ को कार्यालयको चलानी न.८५ मिति २०८३/०४/०८ गतेको सिफारिस पत्रानुसार भारतीय पेन्सन प्रयोजनार्थ मात्र प्रमाणित गरिन्छ ।

निम्नः

क्र.स.	नेपाली नागरिकता प्रमाणपत्रमा उल्लेख भएका विवरण	भारतीय पेन्सन पट्टामा उल्लेख भएको विवरण
	नाम, थर	नाम, थर
क	बल बहादुर गौचन	BAL BAHADUR GURUNG
ख	रिम कुमारी गौचन	RIMSANG GURUNG

प्रमुख जिल्ला अधिकारी

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्

सेफ्टी ट्याङ्की, भरिएर, शिरनाली जाम भएर समस्या परेको छ ?
हामी तपाईंको समस्या तुरून्त 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,
फोनः ९८५७०५८८१३,९८०७१८०८१३

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्

तपाईंको 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 ।

सुपथ मूल्यमा काम गर्ने र गराउन हामीलाई एक चोटी सेवा गर्ने मौका दिनुहोस

सम्पर्कः
सीताराम सफा सेनेटरी
भैरहवा
९८६९७८९२७५,९८००७६०६२२

सफल मर्जरबाट बलियो बनेको कोलिय देवदह साकोस

२० हजारभन्दा बढी शेयर सदस्य रहेको सहकारीका ९ वटा सेवा केन्द्र र ७ वटा बचत संकलन केन्द्र सञ्चालनमा छन् । संस्थामा ४६ जना कर्मचारी छन् ।

टिआर शर्मा
बुटवल

अलग-अलग नाम, नेतृत्व र संरचनामा सञ्चालन हुँदै आएका साना सहकारी संस्थाहरू 'मर्जर' पछि बलियो र सुदृढ संस्था बनेर सदस्यको विश्वास जित्दै कारोबार, पुँजी, सेवा सञ्जाल र संस्थागत क्षमता विस्तार गर्न सक्छन् भन्ने उदाहरण बनेको छ, कोलिय देवदह साकोस । कोलिय र देवदह बचत तथा ऋण सहकारी संस्था मर्जरपश्चात् बनेको कोलिय देवदह साकोस अहिले ९ वटा सेवा केन्द्र र ७ वटा बचत संकलन केन्द्रमार्फत् सेवा दिइरहेको छ।

संस्थाको यात्रा भने एउटा सामान्य मर्जरबाट सुरु भएको थिएन। २०७५ माघ ५ गते साविक देवदह बचत तथा ऋण सहकारी संस्था र साविक कोलिय बचत तथा ऋण सहकारी संस्था एकीकरण भएर कोलिय देवदह सहकारी बनेको थियो । त्यसपछि तारापुञ्ज बचत तथा ऋण सहकारी, मायादेवी महिला विकास बचत तथा ऋण सहकारी, धरमदेवी बचत तथा ऋण सहकारी, देउराली बचत तथा ऋण सहकारी र युवासंगम बचत तथा ऋण सहकारीसमेत एकीकृत भएका छन् । यसरी सातवटा संस्थाबिचको एकीकरणपछि कोलिय देवदह एउटै संस्थागत संरचनामा वित्तीय तथा गैरवित्तीय सेवा सञ्चालन गर्दै आएको छ।

संस्थाका अध्यक्ष ऋषिराम सापकोटाका अनुसार मर्जरको उद्देश्य संस्था ठूलो बनाउनु मात्र थिएन, सदस्यको आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक आवश्यकता पूरा गर्न सक्ने संस्थागत क्षमता निर्माण गर्नु थियो । मर्जरपछि संस्थाको कार्यक्षेत्र पनि फराकिलो भएको छ । रुपन्देही जिल्लाका सबै पालिकासँगै पश्चिम नवलपरासीको सुनवल र रामग्राम नगरपालिकासम्म कार्यक्षेत्र विस्तार भएको छ। सदस्यलाई सेवा दिन ९ वटा सेवा केन्द्र र ७ वटा बचत संकलन केन्द्र सञ्चालनमा छन् । संस्थामा ४६ जना कर्मचारीले वित्तीय तथा गैरवित्तीय सेवा प्रदान गरिरहेका छन् ।

२० हजारभन्दा बढी सदस्य

संस्थाको पछिल्लो वित्तीय अवस्थाले मर्जरबाट बनेको संस्थाको सदस्य आधार विस्तार भएको देखाउँछ। संस्थामा अहिले २० हजारभन्दा बढी शेयर सदस्य, ३ हजारभन्दा बढी बाल बचतकर्ता छन् ।

गत आर्थिक वर्षमा मात्रै १ हजार १८२ जना शेयर सदस्य थपिएपछि संस्थाका शेयर सदस्यको संख्या २० हजार ७३१ पुगेको छ। चालु आर्थिक वर्षमा थप ८ सय सदस्य वृद्धि गर्ने लक्ष्य राखिएको छ। त्यस्तै गत आर्थिक वर्षमा ४१२ जना बाल बचतकर्ता थपिएपछि बाल बचतकर्ताको संख्या ३ हजार २७३ पुगेको छ। चालु आर्थिक वर्षमा थप ४ सय बाल बचतकर्ता जोड्ने लक्ष्य संस्थाले लिएको छ।

तर संस्थाले अब सदस्य संख्या बढाउनुलाई मात्र उपलब्धिको मापदण्ड बनाएको छैन । 'सक्रिय सदस्य, सदस्यको बचत सुरक्षा, सुरक्षित ऋण लगानी, संस्थागत पुँजी र सुशासनलाई प्राथमिकतामा राखिएको छ,' अध्यक्ष सापकोटाले भने-'राष्ट्रिय अर्थतन्त्रको अवस्था, शेयर बजारको उतारचढावलगायतका कारणले थप सेवाकेन्द्र विस्तार र सदस्य संख्या वृद्धिभन्दा संस्थाको वित्तीय गुणस्तर र सुरक्षालाई प्राथमिकता दिनुपर्ने अवस्था आएको छ।'

पुँजी निर्माणमा जोड

मर्जरबाट कारोबारको आधार विस्तार गरेपछि संस्थाले संस्थागत पुँजी निर्माणलाई पनि प्राथमिकतामा राखेको छ। गत आर्थिक वर्षको अन्त्यमा संस्थागत पुँजी १३ करोड १६ लाख ११ हजार पुगेको व्यवस्थापक विनोद पराजुलीले बताए। अघिल्लो वर्षको तुलनामा संस्थागत पुँजीमा रु.९२ लाख ९६ हजारभन्दा बढी वृद्धि भएको उनले जानकारी दिए। चालु आर्थिक वर्षमा संस्थागत पुँजी रु.१४ करोड पुऱ्याउने लक्ष्य छ, जुन कुल सम्पत्तिको ६.५१ प्रतिशत हुने संस्थाको प्रक्षेपण छ।

संस्थाको शेयर पुँजीसमेत बढेको छ । अघिल्लो आर्थिक वर्षको अन्त्यमा रु.६ करोड ५४ लाख ६९ हजार रहेको शेयर पुँजी गत आर्थिक वर्षमा रु.१ करोड २० लाख ६३ हजारभन्दा बढी वृद्धि भई २०८३ असार मसान्तमा रु.७ करोड ७५ लाख ३२ हजार ७ सय पुगेको छ। चालु वर्षमा थप रु.१ करोड १८ लाख शेयर पुँजी वृद्धि गर्ने लक्ष्य छ। संस्थाको कूल सम्पत्ति र दायित्व २ अर्ब २ करोड ७५ लाख ७९ हजार १६४ रुपैयां

बराबरको रहेको छ।

संस्थाले करपछिको नाफाबाट ३५ प्रतिशत जगेडा कोषमा रकम स्थानान्तरण गर्ने नीति लिएको छ। संस्थागत पुँजी वृद्धि गरेर कुल सम्पत्तिको कम्तीमा १० प्रतिशतको आधार निर्माण गर्नुपर्ने अवधारणालाई पनि प्राथमिकता दिइएको छ । कोलिय देवदहले चालु आर्थिक वर्षलाई वित्तीय विस्तारसँगै संस्थागत सुदृढीकरणको वर्षका रूपमा अघि बढाउने लक्ष्य लिएको छ।

'मर्जरपछि पुँजी र वित्तीय क्षमता बढेको छ, जोखिम व्यवस्थापन प्रभावकारी भएको छ, प्रविधिमैत्री र प्रतिस्पर्धी दक्ष जनशक्तियुक्त बलियो संस्था भएको छ,' अध्यक्ष सापकोटाले भने-'उत्पादनशील क्षेत्रमा पर्याप्त ऋण लगानी गर्न , सुशासन र आन्तरिक नियन्त्रण बलियो बनाउन, सदस्यका स्वास्थ्य बिमा, शिक्षा र सामाजिक सुरक्षाका कार्यक्रम विस्तार गर्न सकिन्छ।'

आर्थिक वर्ष २०८३/८४ मा ८ सय शेयर सदस्य, ४ सय बाल बचतकर्ता थप्ने तथा रु.१ करोड १८ लाख शेयर पुँजी वृद्धि गर्ने लक्ष्य छ। बचत रु.१० करोडले बढाउने र ऋण लगानीमा थप रु.२५ करोड वृद्धि गर्ने योजना छ। ऋण लगानीलाई कुल सम्पत्तिको ८० प्रतिशतभित्र कायम राख्ने नीति लिइएको छ। चालु आर्थिक वर्षमा रु.१५ करोड ७८ लाख ७२ हजार कुल आम्दानी, रु.१३ करोड १८ लाख ७२ हजार कुल खर्च र रु.२ करोड ६० लाख खुद बचत गर्ने लक्ष्य राखिएको छ। कुल सम्पत्ति तथा दायित्वलाई रु.२ अर्ब १५ करोड पुऱ्याउने लक्ष्य रहेको व्यवस्थापक पराजुलीले बताए।

'सदस्यलाई कारोबार मात्र होइन, सुरक्षा पनि'

कोलिय देवदहको सदस्य सेवा कार्यक्रमको अर्को महत्वपूर्ण पक्ष स्वास्थ्य तथा दुर्घटना सुरक्षासँग जोडिएको छ।

संस्थाले सबै शेयर सदस्यको रु.४ लाख बराबरको दुर्घटना मृत्यु बिमालाई निरन्तरता दिएको छ। त्यस्तै स्वेच्छिक रूपमा शेयर सदस्यको रु.१ लाख बराबरको स्वास्थ्य तथा दुर्घटना उपचार बिमा गर्ने कार्यक्रम राखिएको संस्थाका सचिव कृष्णराज पौडेलले बताए । उनकाअनुसार सदस्यलाई आर्थिक कारोबारमा मात्र सीमित नराखी उनीहरूको स्वास्थ्य र सामाजिक सुरक्षालाई समेत सहकारीको सेवासँग जोडिएको छ।

'सदस्यले सहकारीमा बचत गर्ने र आवश्यक पर्दा ऋण लिने मात्र होइन, अप्ठ्यारो अवस्थामा संस्था आफ्नो साथमा छ भन्ने अनुभूति दिलाउन दुर्घटना विमालाई निरन्तरता दिइएको हो।'-पौडेलले भने। स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या पर्दा सदस्यले सहज रूपमा उपचार सेवा पाउन सकून् भन्ने उद्देश्यले बीमा कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिएका पौडेलले बताए।

सदस्यको मृत्यु भएमा योगदानका आधारमा रु.५ हजारदेखि रु.७५ हजारसम्म राहत उपलब्ध गराउने व्यवस्था पनि छ। त्यस्तै क्यान्सर, मिर्गौला फेल तथा मुटुको शल्यक्रियाजस्ता जटिल रोग लागेका सदस्यलाई जीवनमा एकपटक बढीमा रु.१५ हजारसम्म उपचार राहत अनुदान दिने कार्यक्रम छ।

ज्येष्ठ सदस्यदेखि बाल क्लबसम्म

कोलिय देवदहले सदस्य सेवामा उमेर समूहअनुसार फरक कार्यक्रमसमेत अघि सारेको छ। ८० वर्षभन्दा माथिका ज्येष्ठ सदस्यको घरमै पुगेर जन्मोत्सव मनाउने तथा स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिइनेछ। ज्येष्ठ सदस्यका लागि तीर्थाटन भ्रमणको व्यवस्था गर्ने र नयाँ ज्येष्ठ सदस्यलाई समेत सहभागी गराउने योजना छ।

दिदीबहिनी क्लब गठन तथा पुनर्गठन, बाल क्लब गठन, क्लबका पदाधिकारीको क्षमता विकास, सदस्य शिक्षा, ऋण शिक्षा, प्रविधि शिक्षा, बिमा शिक्षा र वित्तीय साक्षरतालाई समेत संस्थाले नियमित कार्यक्रम बनाएको छ।

आर्थिक वर्ष २०८३/८४ मा आधारभूत सहकारी शिक्षा, वित्तीय साक्षरता, प्रविधि, ऋण, बीमा तथा संस्थागत जानकारीका कार्यक्रममार्फत २ हजार ५९० सदस्यलाई ७४ वटा शिक्षा तथा तालिम प्रदान गर्ने लक्ष्य राखिएको छ । विद्यालयका विद्यार्थीका बिच पाँचवटा वित्तीय साक्षरता कार्यक्रम, दिदीबहिनी क्लबका अध्यक्ष तथा सचिवका लागि चारवटा क्षमता विकास तालिम र बाल क्लबका पदाधिकारीका लागि क्षमता विकास कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने योजना पनि छ।

संस्थाले आगामी दिनमा पुँजीकोष पर्याप्तता, बचत र ऋणको अनुपात, सक्रिय सदस्य वृद्धि, खर्चमा मितव्ययिता, सुशासन, कर्मचारीको क्षमता विकास तथा उत्पादनशील क्षेत्रमा गुणस्तरीय लगानीलाई प्राथमिकतामा राखेको छ।

संस्थाले पर्ल्स् र हिमालका सूचकांकको परिपालना, प्रोबेसन र एक्सेस कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिने तथा राष्ट्रिय सहकारी बैंकद्वारा सञ्चालित प्रोटेक्ट कार्यक्रममा सहभागी हुने नीति लिएको छ। सहकारी क्षेत्रले संस्थाको संख्या र कारोबारको आकारभन्दा सदस्यको बचत सुरक्षा, पारदर्शिता, वित्तीय पहुँच, सुरक्षित ऋण र सदस्यप्रतिको जवाफदेहितालाई सफलताको आधार मान्नुपर्ने चरणमा प्रवेश गरिरहेको बेला कोलिय देवदहले पनि आफ्नो आगामी यात्रा त्यही दिशामा केन्द्रित गरेको देखिन्छ।

बचत बढ्दा ऋण लगानी घट्यो

कोलिय देवदहमा सदस्यको बचत बढेको छ, तर ऋण लगानी भने घटेको छ। आर्थिक वर्ष २०८१/८२ को अन्त्यमा रु.१ अर्ब ६४ करोड २१ लाख ७१ हजार रहेको बचत गत आर्थिक वर्षमा रु.१० करोड ७८ लाख ६१ हजारले बढेर २०८३ असार मसान्तमा रु.१ अर्ब ७५ करोड ३२ हजार पुगेको छ। यो कुल सम्पत्तिको ८६.३१ प्रतिशत हो। चालु आर्थिक वर्षमा थप १० करोड रुपैयाँ बचत वृद्धि गर्ने लक्ष्य छ।

यता आर्थिक वर्ष २०८१/८२ को अन्त्यमा रु.१ अर्ब ४३ करोड ६२ लाख ८१ हजार रहेको कुल ऋण लगानी गत आर्थिक वर्षमा रु.५ करोड ५७ लाख ९९ हजारले घटेर रु.१ अर्ब ३८ करोड ४ लाख ८२ हजारमा झरेको छ। कुल सम्पत्तिको ६८.०९ प्रतिशत ऋण लगानी रहेको छ। २० हजार ७३१ शेयर सदस्यमध्ये ४ हजार २२१ अर्थात् २०.३६ प्रतिशत सदस्यले ऋण सुविधा लिएका छन्। पर्लस् अनुसार शुद्ध ऋण लगानी रु.१ अर्ब ३५ करोड ६५ लाख ८८ हजार रहेको संस्थाले जनाएको छ।

अध्यक्ष सापकोटाले ऋण वृद्धि हुनु मात्र उपलब्धि नभएको र ऋणको गुणस्तर तथा असुलीलाई मुख्य विषय बनाइएको बताएका छन्। संस्थाले ऋण असुलीका क्रममा कानुनी प्रक्रिया अघि बढाएको छ। एक जना ऋणीको धितो लिलामी प्रक्रिया पूरा गरी जग्गा संस्थाको नाममा आएको छ भने केही भाखा नाघेका ऋणीको धितो लिलामी प्रक्रियामा रहेको छ।

प्रभावकारी ऋण असुलीका कारण गत आर्थिक वर्षमा अघिल्लो वर्षको ऋण सुरक्षण रकममध्ये रु.५१ लाख ५६ हजार ३५२ फिर्ता भएको र पाउनुपर्ने पाकेको ब्याजमध्ये रु.६० लाख १५ हजार ६०७ असुल भएको संस्थाले जनाएको छ।

देउरालीसहित नौ वटै सेवा केन्द्रको २१औं साधारणसभा

तिलोत्तमा। कोलीय देवदह बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाको एकाई-६ देउराली सेवा केन्द्र तिलोत्तमा ८ प्रदीपनगरले २१औं साधारणसभा सम्पन्न गरेको छ। शनिबार करहिया सामुदायिक वनको सभाहलमा साधारणसभा सम्पन्न भएको हो। साधारणसभाले विभिन्न १२ वटा प्रस्ताव पारित गरेको छ।

सभामा देउराली सेवा केन्द्रका संयोजक एवं सहकारी संस्था सञ्चालक समितिका सदस्य बाबुराम अर्याले संस्थाको वार्षिक प्रतिवेदनबारे जानकारी गराएका थिए। अर्यालका अनुसार देउराली सेवा केन्द्रमा मात्रै ११ सय ६१ जना सदस्य आबद्ध छन्।

सेवा केन्द्रका उप-समिति सदस्य केशवराज अर्यालले स्वागत गर्दै संस्थाका सेवालाई थप सहज, सरल प्रविधिमैत्री बनाउन पर्ने सुझाव दिए। साधारणसभामा तिलोत्तमा ८ का वडाध्यक्ष एवं सहकारीका सदस्य कृष्णप्रसाद पौडेल, तिलोत्तमा ११ का वडाध्यक्ष एवं सहकारीका सदस्य विष्णु बराल, सल्लाहकार विष्णुप्रसाद पौडेल, सल्लाहकार इश्वरीप्रसाद शर्माले शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए। साधारणसभामा संस्थाका शेयर सदस्य रहेका जेष्ठ नागरिकलाई सम्मान गरिएको थियो। कार्यक्रमको सञ्चालन देउराली सेवा केन्द्र इञ्चार्ज मुना भण्डारीले गरेकी थिइन्। शनिबार सहकारीका नौ वटै सेवा केन्द्रले संस्थाको २१औं साधारणसभा सम्पन्न गरेका र प्रतिनिधिमूलक मूल घोषणासभा असोज २४ गते देवदहमा हुने संस्थाका व्यवस्थापक विनोद पराजुलीले जानकारी दिए।

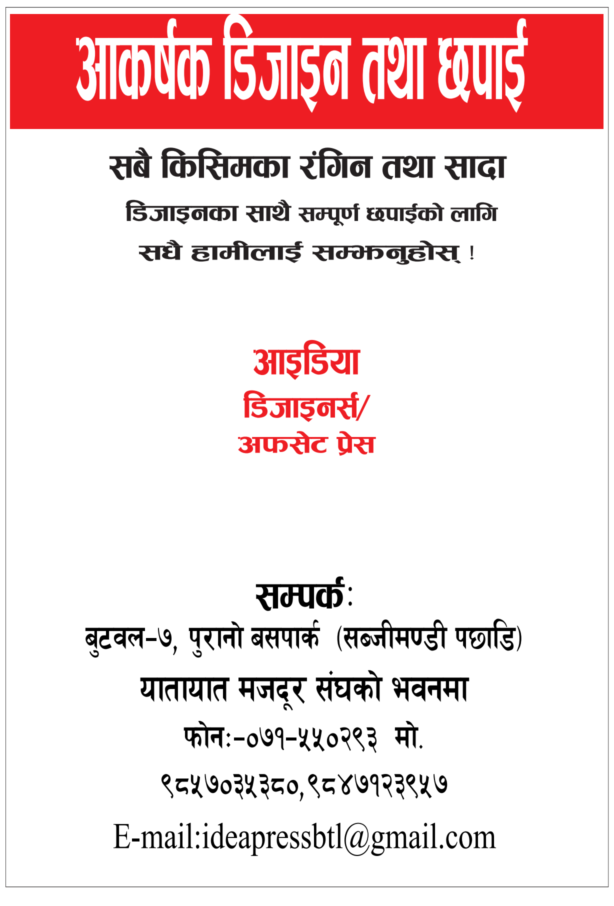
संगमटोल विकास संस्थाको अध्यक्षमा संगिता

तिलोत्तमा। तिलोत्तमा ८ को संगम टोल विकास संस्थाको तेस्रो अधिवेशनले संगिता घिमिरे अध्यक्ष रहेको नयाँ कार्यसमिति सर्वसम्मत निर्वाचित गरेको छ।

संस्थाको उपाध्यक्षमा गिता शर्मा, सचिवमा मन्जु ज्ञवाली, कोषाध्यक्षमा सीता केसी निर्वाचित भएका छन्।

यस्तै कार्यसमिति सदस्यहरुमा खिमा पाण्डे, पंकज क्षेत्री, देवी दर्लामी, उमानन्द खड्का, चन्द्रबहादुर खत्री, नरहरि अर्याल, विनिता कार्की, भिमा पौडेल, चुराबहादुर केसी, मनकला गुरुङ र नवीन निउरे रहेका छन्।

अधिवेशन उद्घाटन समारोहमा वडाध्यक्ष कृष्णप्रसाद पौडेल, टोल विकास संस्थाका अध्यक्ष बाबुराम खरेल, निर्वाचन समिति संयोजक युवराज न्यौपानेलगायतले बोल्दै टोलको समग्र विकासमा सबै टोलवासी एकताबद्ध भएर लाग्न सुझाव दिएका थिए।



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 lumbininews@gmail.com (News) मुख्य शाखा कार्यालय भैरहवा, फोनः ०७१-५७२२६७ अनलाइन संस्करण lumbinipatrika.com