शान्ति र समृद्धिको संवाहक...

गौतमबुद्ध सन्देश

www.gautambuddhasandesh.com

राष्ट्रिय दैनिक

गौतमबुद्ध सन्देश
दैनिक
खोजी खोजी पढौं ।
ताजा समाचारका लागि
www.
gautambuddhasandesh.com
लगइन गर्नुहोस्

वर्ष ७ | अङ्क : १५५ | २०७८ असोज २५ गते सोमबार | 11 Oct. 2021, Monday | पृष्ठ सङ्ख्या : ४ +२ | मूल्य रु.: ५/-

सुकुम्बासी र प्रहरीबीचको झडपमा ४ जनाको मृत्यु, १४ घाइते

प्रशासनद्वारा कर्फ्यू आदेश

गौतमबुद्ध सन्देश

बुटवल, असोज २४ ।

रुपन्देहीको मोतिपुर औद्योगिक क्षेत्रमा अतिक्रमण गरेका समूहसँगको झडपमा परी घाईते भएका चार जनाको मृत्यु भएको छ।

औद्योगिक क्षेत्रको जमिनमा बिगत केहि दिन यता अतिक्रमण बढ्दै गएकोमा आईतवार बिहानैदेखि अतिक्रमण गर्नेको भीड बढेको थियो।

औद्योगिक क्षेत्रको अतिक्रमित क्षेत्रलाई खाली गराउन प्रहरीले बनाइएका टहरा भत्काउन बल प्रयोग गरेको थियो । त्यसैक्रममा सुरक्षाकर्मीमाथि ढुङ्गा मुढा प्रहार शुरु भएपछिको झडपमा प्रहरीले चलाएको गोली लागेर घाइते भएकामध्ये चार जनाको मृत्यु भएको भैरहवाको युनिभर्सल मेडिकल कलेजका एक अधिकारीले जानकारी दिए।

प्रहरी स्रोतले मृत्यु भएको पुष्टि गरेको छ । मृत्यु हुनेमा कपिलवस्तु जिल्लाको बाणगंगा नगरपालिका वार्ड नं. १० का रमेश परियार रहेका छन्।

अन्य तीन जनाको यो समाचार तयार पार्दासम्म सनाखत हुन सकेको छैन। केहिको उपचारका लागि ल्याउँदै गर्दा बाटोमा र केहिको अस्पताल ल्याइसकेपछि मृत्यु भएको हो।

गृहमन्त्रालयका प्रवक्ता फणिन्द्रमणि पोखरेलका अनुसार झडपका क्रममा १४ जना घाइते भएका थिए। घाईतेमध्ये पाँच सुरक्षाकर्मी र चार प्रदर्शनकारीको मेडिकल कलेजमा उपचार भैरहेको छ । घाईतेमा पाल्पाका प्रेम कामी तथा जंगबहादुर परियार, गम्भीर सिंह बिसा मगर लगायत छन्।

औद्योगिक क्षेत्रको जग्गामा बसोबास गर्ने सुकुम्बासी समूहसँगको झडपपछि उत्पन्न परिस्थितिलाई सामान्य बनाउन स्थानीय प्रशासनले कर्फ्यू लगाएको छ । आइतबार ४ बजेदेखि लागू हुने गरी पूर्वमा तिनाउ नदी, पश्चिममा हरिहरपुरको खेती योग्य जमिन, उत्तरमा शिवनगर रानीगञ्ज वस्ती र दक्षिणमा बुटवल उपमहानगरपालिका-१८ औद्योगिक करिडोरको जमिन रहेको भागसम्म लागू हुने गरी कर्फ्यू लगाइएको प्रमुख जिल्ला अधिकारी ऋषिराम तिवारीले बताए।

तिवारीले अतिक्रमण भएको औद्योगिक क्षेत्रको जग्गाबाट स्थानीयलाई हटाउन खोज्दा तनावको स्थिति सिर्जना भएको र गोली चलाउनु परेको दाबी गरे।

बिगत केहि दिन यता जग्गा वितरण हुन लागेको हल्ला फिंजाएर जग्गा अतिक्रमण गर्ने क्रम अत्याधिक बढेको थियो। दिनहु टहरा बनाउनेको संख्या बढ्दै गएको थियो।

लुम्बिनी प्रदेशमा १७ सदस्यीय मन्त्रिपरिषद

गौतमबुद्ध सन्देश

बुटवल, २४ असोज।

लुम्बिनी प्रदेशमा जम्बो मन्त्रिपरिषद् बनेको छ । कुलप्रसाद केसी मुख्यमन्त्री बनेको ६० औं दिनमा पाँचमन्त्री र चार राज्यमन्त्री थपिएका हुन् । यससँगै लुम्बिनीको मन्त्रिपरिषद् १७ सदस्यीय भएको छ। जसमा १३ मन्त्री र ४ राज्यमन्त्री रहेका छन् । आइतबार नेपाली कांग्रेसबाट तीन मन्त्री र दुई राज्यमन्त्री, माओवादी केन्द्रबाट दुई मन्त्री र दुई राज्यमन्त्री तथा नेकपा एकीकृत समाजवादीबाट एक मन्त्री थपिएपछि मन्त्रिपरिषदले पूर्णता पाएको हो।

▶▶ बाँकी पृष्ठ २ मा...

सम्पादकीय

विजयादशमीको शुभकामना

घटस्थापनाबाट सुरु भएको हिन्दुहरुको महान् पर्व विजया दशमी अर्थात बडादशैं पर्वको रौनक भोलि फूलपातीसँगै सबैको घरघरमा औपचारिक चहलपहल सुरु हुँदैछ। असत्यमाथि सत्यको विजय भएको हुँदा विजया दशमी भनिने यो पर्व धार्मिक, सांस्कृतिक तथा सामाजिक दृष्टिले निकै महत्वपूर्ण मानिन्छ। आफू भन्दा मान्यजनबाट टीका, जमरा र आशिर्वाद ग्रहण गरिने भएकाले पर्व मनाउन परिवार तथा आफन्तकहाँ जाने भएकाले दशैंलाई पारिवारिक पुर्नमिलनको पर्व पनि हो। दही र रातो रंगमा मुछिएका निधारभरी टीका, घटस्थापनाको दिन राखिएका जौंका पहेंला जमरा शिरमा लगाउन पाउनु, आफू भन्दा मान्यवरको आशिर्वाद लिनु, मीठामीठा परिकारहरु खानु, नयाँ कपडा, घरमा लिपपोत, सिंगार पटार दशैंका विशेषता हुन् । दुर्गा, भगवती लगायतका देवीका शक्ति पीठहरुको पूजा अर्चना, हतियारको पूजा पनि दशैंका विशेषता अन्तर्गत पर्छन्। यिनै कारणले दशैंको महत्व रहेको छ। नेपाली हिन्दुहरुको घर आँगनमा आइपुगेको दशैं मनाउन विदेशिएका दाजुभाइहरु, रोजगारी वा अध्ययनका लागि जन्मथलो छोडेर शहरमा बस्न विवश युवायुवतीहरु उल्लासका साथ घर फर्किइरहेका छन्। दशैंले घर घरमा उत्साह ल्याएको छ।

गत वर्षदेखि विश्वव्यापी फैलिएको कोरोना महामारीका कारण हामीले हर्षोल्लासपूर्वक दशैं मनाउन पाएका छैनौ । महामारी, बाढी पहिरो तथा अन्य विपत्तिबाट सयौं आफन्त तथा छिमेकी गुमाउनुको पीडा छ। कोरोना महामारी अझै टरेको छैन। र, पनि आइपुगेको दशैंलाई मनाउनुपर्ने अवस्था छ। महामारीलाई सजिलै जित्न सक्ने, तहसनहस भएको आर्थिक गतिविधिलाई गुल्जार गराउने, पीडितलाई राहत हुने अवस्थाको सृजना गर्ने र भोग, रोग र शोकलाई शक्ति तथा समृद्धिमा परिणत गर्ने कार्यमा दुर्गा भवानीले शक्ति प्रदान गरुन्।

गरीवी निवारण होस्, महामारी परास्त होस् । दशैंले हुने खानेसँगै हुँदा खानेलाई पनि समृद्ध बनाउन सकोस्। राजनीतिमा नैतिकता र इमान्दारिता, देशमा विकास र समृद्धि, शासकमा सदाचार र जनताप्रति उत्तरदायी हुन सद्बुद्धि पलाओस्। विजया दशमीको अवसरमा हामी हाम्रा ग्राहक, विज्ञापनदाता, पाठक तथा शुभेच्छुक सबैमा सुख, शान्ति, समृद्धिको शुभकामना व्यक्त गर्दछौं । दशैंले शासकदेखि शासित सबैलाई सकारात्मक बन्न सहयोग पुगोस्।

दसैंको खानपान : रोग लाग्नबाट सचेत होऔं

डा. प्रकाश बुढाथोकी

दसैं मिठो खाने, राम्रो लगाउने चाडपर्वका रूपमा परिचित छ । परिवार भेटघाट भएर आनन्दले मनाउने पर्व दसैं मासुसँग जोडिएको चाड पनि हो । अर्थशास्त्रीका अनुसार वर्षभरको खर्चको करिब ४० प्रतिशत हिस्सा दसैं तिहार र छठले ओगट्छ । पाँच वर्ष पहिलेको तथ्यांकमा जीडीपीको ४० प्रतिशत भन्नाले १२ खर्ब रूपैयाँ जसमा नगदविहीन २५ प्रतिशत अर्थात् ३ खर्ब हाराहारी यही २ महिनामा खर्च हुन्छ । असोजकात्तिक महिना वातावरणीय हिसाबले जति रमणीय हुन्छ, धार्मिक तथा सांस्कृतिक हिसाबले झनै स्वास्थ्यको दृष्टिले त्यति नै महत्वपूर्ण मानिन्छ। नेपालीहरूको सबैभन्दा ठूलो चाड बडादसैंको आफ्नो सांस्कृतिक महत्व भए पनि सबै घरपरिवार, सदस्य भेट हुने, फुर्सदका साथै रमाइलो गर्ने, नयाँ लुगा लगाउने तथा मासु खाने, पर्वका रूपमा स्थापित भएकाले सबैलाई एक सूत्रमा बाँध्छ।

चाडपर्व भन्नेबित्तिकै पहिलो ध्यान खानेकुरामा पुग्ने गर्छ। त्यसमा दसैं र मासुको सम्बन्ध नङ र मासुको जस्तो छ। बलि दिन, मजाले खान वा केटाकेटीको रमाइलो जेका लागि भए पनि प्रायः नेपालीको घरव्यवहारमा दसैंअघि नै जोहो गरिन्छ र मूल्य नभई पाउनु नै ठूलो मानिन्छ। दसैं मासुका विभिन्न परिकार चाख्ने अवसर पनि हो। त्यसैले के बुढा, के बालक, के महिला, के राजा, के रंक, के गरिब, के बिरामी सबै आआफ्नै किसिमले रमाउँछन् र भन्छन् दसैं आयो ढोल बजाई र हरेकको भान्साबाट मासुको बासना आउँछ।

मासुमा सचेतना

एकातिर प्रोटिनको मात्रा ज्यादै कम भएको र संक्रमित बुढा, थारा, रोगी चौपायाको मासु बनाइन्छ भने अर्कोतिर रोग नलागेका र मासु उपभोगका लागि योग्य चौपाया पनि परम्परागत रूपमा बध गर्ने, सडक–पेटी, नालीमा मासु खुला राखिँदा अस्वस्थकर भई जनस्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पर्ने गरेको छ। त्यसैमा झन् मासु विक्रेताले बिक्री नभएका मासु लामो समयसम्म फ्रिजमा राख्नाले र खुला रूपमा एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा पुऱ्याउनाले झन् संक्रमित हुने गरेको देखिन्छ। त्यसै त नियमित मासु सेवन गर्नेमा मोटोपना, उच्च रक्तचाप, मिर्गौला, मुटुका रोग, आन्द्रा र कलेजोको खराबी हुन्छ भने बढी मासु र बोसो होस् भनेर पशुहरूलाई संगिनी सुई, गर्भवतीलाई खुवाइने आइरन चक्की कुखुरालाई खुवाइँदा, पशुहरूमा जथाभावी जबर्जस्ती औषधि प्रयोगले मानिसमा सुपरबग उत्पन्न हुन सक्छ । मासुमा एउटा ब्याक्टेरिया भए ७ घण्टामा २० लाख बढी पुग्छ तथा मासुलाई ५ देखि ६३ डिग्री सेल्सियसमा राख्नुहुँदैन । खाद्यपदार्थलाई भरिसक्य तातोपानी नभए सफा पानीले पर्याप्त पखाल्ने, माछामासु तथा सागसब्जीलाई भिन्दाभिन्दै भाँडाकुँडा, प्रेसर कुकरमा नभए अन्य भाडामा भए पनि राम्ररी पकाउने र पकाउनुअघि र पकाएपछि बढीमा २ घण्टासम्म मात्र भण्डारण गर्ने तथा सफा गर्ने, पकाउने सबैले साबुनपानीले हात धुनुपर्छ । मासुसँगै सागपात, फलफूल, फाइबर, दही, सलाद र प्रशस्त पानी खाँदा त्यसमा हुने रेसा वा फाइब्रले कोलेस्टेरोल घटाउँछ, पाचन प्रणाली राम्रो बनाउँछ।

बढी चिल्लो, मसालेदार र सही ढंगले नपकाइएका खानाले कोलेस्टेरोल, ब्लड प्रेसर, युरिक एसिड र सुगर लाग्ने सम्भावना बढाउँछ भने लागिसकेकालाई त झनै खतरा हुन्छ । मासुसँगै बोसो र छालासहित भए ट्राइग्लेसेराइड, खराब कोलेस्टेरोल बढ्नेलगायतका विभिन्न आपतकालीन तथा दीर्घकालीन समस्या ल्याउँछ । सेकुवा र पोलिएको मासुले श्वासप्रश्वास र फोक्सोमा एलर्जी, पाचन प्रणालीमा क्यान्सर निम्त्याउँछ । चिल्लो बढी र पानी कम हुँदा माइग्रेन बल्झन सक्छ । नपाकेको मासु खाँदा नाम्ले जुका वा कीरा, फित्ते जुका, ब्रुसेलोसिस, टीबीजस्ता रोग लाग्न सक्छ। फ्रिजले साल्मोनेलालगायतका जीवाणुलाई कल्चर गर्ने माध्यम बनी फ्रिजका खाद्यपदार्थ नतताई त्यतिकै खाँदा टाइफाइडलगायतका रोग, रुघाखोकी, ब्रोन्काइटिस हुन सक्छ । बोसोयुक्त मासु यसै हानिकारक हुन्छ, त्यसमा हालिने प्राणी तथा सूर्यमुखी तेलले मुटु, मसलाले कलेजो र नुनले मिर्गौलालाई प्रत्यक असर गर्छ।

रातोभन्दा सेतो मासु

स्वास्थ्यका दृष्टिले हेर्ने हो भने राँगा, खसी, बंगुर आदिको रातो मासुभन्दा कुखुरा, माछा आदिको सेतो मासु राम्रो हुन्छ किनभने कोलेस्ट्रोलको मात्रा सेतो मासुमा कम हुन्छ । माछाका परिकार खानाले शरीरको तौल घट्नुको साथै कोलेस्ट्रोलको मात्रा घटाउन सहयोग मिल्छ। कुखुराको मासुमा क्याल्सियम तथा पोटासियम बढी पाइने भएकाले यो अन्य मासुभन्दा राम्रो मानिन्छ । त्यस्तै, रातो मासु रेड मिट खाने महिलालाई मुटुरोग हुने जोखिम ३० प्रतिशत बढी हुने हावर्ड स्कुल अफ हेल्थको अध्ययनले प्रस्ट्याएको छ। खोजले रेडमिटको सट्टा माछा खाँदा मुटुरोगको खतरा २४ प्रतिशत तथा चिकेन कुखुराको मासु खाँदा १९ प्रतिशत कम खतरा हुने उजागर गरेको छ । त्यस्तै, ५ लाख अमेरिकी वयस्कमा १० वर्ष लगाई गरिएको अध्ययनमा रातो मासु खानेमा नखानेको तुलनामा घाँटी र पेटका अनेकौं किसिमका क्यान्सरले च्याप्ने गरेको पाइएको छ। रातोमासुले युरिक एसिड, ट्राइग्लेसिराइड, कोलेस्टेरोल, मुटुरोग निम्त्याउँछ।

कलेजो, मस्तिष्क, फोक्सो, मिर्गौला आदिमा रातोमासुको तुलनामा ५ गुणा बढी कोलेस्टेरोल हुन्छ। रगत जमाएर भुटेर खाँदा नुनको मात्रा बढी हुन्छ र रक्तचाप बढाउँछ। काचो वा उचित तापक्रममा नपकाएर खाँदा विभिन्न रोगजस्तै सुगुर, बुगुरबाट फित्ते किरा तथा अन्यबाट आधा जनसंख्यामा मौका छोपी आक्रमण गर्ने टोक्सोप्लाज्मा गोन्डिलले आक्रमण गर्न सक्छ। काँचो मासुले विभिन्न किसिमका जुका, नाम्ले कीरा तथा रोगका जीवाणुहरू सार्ने सम्भावना हुन्छ । बंगुरको मासु खाँदा नाम्ले कीरा र मस्तिष्कमा पुगे छारे रोग हुन्छ । भुटुवा, पकुवा, कबाब र झोल हालेको मासु पकाइखाने गर्नुका साथै भुँडी, कलेजो, बोसेआन्द्रा, रक्तीकान, हेकुलाको भरुवा पनि खाइन्छ। हिजोआज समय तथा झन्झट बेहोर्न नचाहनेले ससेज, सलामी, मिन्स, विगस, वेकोन आदिलाई स्न्याक्सको विकल्पका रूपमा प्रयोग गर्छन्।

रोगी नबनौं : खानपानको असंयम, अनिद्रा आदिले नियमित गर्ने गरेको शारीरिक श्रम, व्यायाम पनि कम हुन्छ जसले गर्दा अपच, अमिलो, झुसिलो डकार, वायुले पेट ढुस्स आउने, फुल्ने, आऊ, पखाला, रिगंटा लाग्ने, आँखा पोल्ने बिझाउने, रातो हुने, बान्ता हुने, खानामा अरुचि हुने, चिडचिडाहट, ज्वरो, हैजा, कमलपित्त, ग्यास्ट्रिक, आमाशय र आन्द्राको घाउ अल्सर, उच्च रक्तचाप, मुटुसम्बन्धी, मृगौलासम्बन्धी, कलेजोसम्बन्धी, मधुमेह इत्यादिको खतरा बढ्ने हुन्छ। मासु अस्वस्थ भइदिनाले १ सय ६० प्रकारका रोगहरूले आक्रमण गर्न सक्छन् ।

स्वास्थ्य समस्या नभएकामा ४५ प्रतिशत अल्कोहल हुने २ पेग वा ६० एमएल हाडड्रिड, २२ प्रतिशत अल्कोहल हुने १ ग्लास वा २ सय एमएल वाइन र ४ प्रतिशत अल्कोहल हुने एक बोतल वा ७ सय ५० एमएल बियर मुटु र रक्तनलीलाई फाइदाजनक हुने खोजले बताउँछन्। ३० ग्राम इथानोल वा ७ सय मिलिलिटर बियर वा ३ सय मिलिलिटर वाइन वा ६० मिलिलिटर ह्विस्कीले पूरा तथा आधा मात्राले महिलाको मुटुमा असर नगरे पनि पेटमा खराबी, दिमागमा असर, ग्रन्थीमा असर, रोगविरुद्ध लड्ने क्षमतामा कमी ल्याउँछ । अझै मसलेदार, चिल्लो, पिरो मासुका साथ रक्सी सेवनले पेट, कलेजोमा असर, पेटको अल्सर र क्यान्सर, रक्तअल्पता, दुर्बलता, प्यान्क्रियाज ग्रन्थीमा नकारात्मक असर पर्छ । चाडबाडमा होली डे हार्ट सिन्ड्रोम अर्थात् मुटुको धडकन बेताल हुने, छिटोछिटो चल्ने र हटफेल भई अस्पताल पुग्ने अत्यधिक हुन्छन्।

अन्तमा, कोभिडको महामारीबीच दसैं मनाउँदै छौं । खोप लगाइसकेका भए पनि जनस्वास्थ्यका मापदण्डमा एकछिन पनि लापर्बाह नगरौं । साथै नियमित खाइरहेका औषधि खान बिर्गँदा ह्याघात, पक्षघातलगायतका जटिलता आउन सक्छन्। दिनहुँ १ घण्टा परिश्रम पर्नेगरी हिँड्न, व्यायाम वा योग गर्न तथा सक्रिय क्रियाकलाप गर्न भुल्नहुँदैन । किनभने भर्खर समस्या सुरु भएका, उमेर पुगेका र वंशाणुगत दृष्टिले खतरा भएकालाई रोगले च्याप्ने बेला चाडबाड हो । जनस्वास्थ्य पालनाका साथै खानपान र जीवनशैलीमा सचेतना दिन सकोस्, यही नै दसैंको सबैलाई शुभकामना।

चाडपर्व भनेर खाद्य सन्तुलन बिगार्नु नै रोग निम्त्याउनु हो

कविता महर्जन
पोषणविद्

चाडपर्व भन्नेबित्तिकै नेपालीहरू विशेष परिकारहरूमा जोड दिन्छन्। दशैंमा पनि बढी माछामासु, मिठाइमा जोड दिइन्छ। यससँगै पेय पदार्थमा पनि जोड दिने चलन बढ्दै गएको छ।

पहिलाजस्तो मासु खानलाई चाडबाड नै आउनुपर्ने अवस्था अहिले छैन । तर अझै पनि चाडपर्वमा नियमित मासुका परिकार र तेलमा तारेका, झानेका खानेकुरा खाइन्छ । घरमा मात्र नभई आफन्तकहाँ जाँदा पनि यस्तै परिकारमा जोड गरिन्छ। यसले गर्दा एकदेखि दुई सातासम्मै खानेकुराको सन्तुलन नमिल्दा स्वास्थ्य समस्या देखिन थाल्छ।

सन्तुलन नमिलाई चाडपर्वमा खाना खानुको कारण व्यक्तिले आफ्नो 'हेल्थ स्टाटस' थाहा नपाएर हो । जस्तो माछामासु वा विशेष परिकार खाइरहँदा ब्लड प्रेसर के छ, सुगर कति छ हामीलाई थाहा हुँदैन। हामी आफ्नो शारीरिक अवस्था थाहा नपाइकन आफूखुसी जे मन पर्छ त्यही खाइरहेका हुन्छौं।

आफुखुसी खाँदा पत्तै नपाई नसर्ने रोग निम्त्याइरहेका हुन्छौं। तौल बढ्नु पनि रोग निम्त्याउनु नै हो । तौल बढ्दा शरीरको बोसो पनि बढ्दै जान्छ। यसपछि रगतको बाक्लोपन वा पातलोपन पनि बढ्ने-घट्ने हुन्छ । सँगै शरीरमा सोडियम, फ्याटजस्ता तत्त्व शरीरमा बढ्दै जान्छ।

चाडपर्वमा हामी नियमित पानी पिउन बिर्सिन्छौं । कसरत नगर्नाले प्यास पनि लाग्दैन। अर्को महत्तवपूर्ण कुरा पेय पदार्थ हो । मेरो अनुभवले के भन्छ, जो सोसियल ड्रिंकर (विशेष उत्सव वा अवसरमा मात्र पिउने) हो उसलाई खासै असर गर्दैन । किनभने यस्ता कार्यक्रम एकाध महिनामात्र पर्छन्। सँगै महिला र पुरूषको लागि जति मात्रा तोकिएको छ त्योअनुसार एक पेग रक्सी वा एक गिलास वाइन, बियर खाँदा पनि असर गर्दैन। तर कुनै पनि डाक्टर वा पोषणविद्ले रक्सीलाई जोड दिँदैनन्। मैले यो किन भने भनैं दशैं, तिहार वा चाडपर्वमा मानिसहरू बढी नै रक्सी पिउँछन् । उनीहरूमा डर पनि हुन्छ तर त्यो बिर्सेर पिउँछन् । यसरी नडराउन भन्नाका लागि मेरो अनुभवका आधारमा थोरै मदिरा पिउँदा आँत्तिनुपर्दैन भनेको हुँ।

तर व्यक्ति सामान्य स्वास्थ्य अवस्थामा हुँदामात्र पिउन मिल्छ। दीर्घरोग, सुगर प्रेसरका बिरामीले खानु हुँदैन।

विकल्पमा के त ?

सामान्यतः माछा-मासुभन्दा हरियो तरकारी राम्रो हो। तर तरकारी पनि अचेल विषादीले गर्दा निकै बिग्रिसकेको छ। भन्न त हामी 'अर्गानिक' तरकारीमा जोड दिनुपर्छ भन्छौं। तर अर्गानिक भनिएका तरकारी पनि कसरी फलाइएका छन् हामीले जाँचेको देखेका छैनौं।

घर वरपर जग्गा हुने वा कौसी हुनेले सकेसम्म आफैंले उत्पादन गरेका तरकारी खाने गर्नुपर्छ। थोरै भएपनि आफैंले उत्पादन गरेका गोलभेडा, लसुन, धनियाँ, खुर्सानी, फर्सी, भन्टा, सागजस्ता तरकारी पोषणका लागि उपयुक्त हुन्छन्।

पहिला समुदायमा कुपोषणको समस्या बढी हुन्थ्यो । अहिले तौल बढी हुनेदेखि कम हुने दुवै रोग लिएर बिरामी आउने गर्छन् । यो सबै 'खाद्य उपभोगको सन्तुलन' नमिलेर भएको हो।

जस्तो, कार्यालयमा काम गर्नेहरूमा पनि यही समस्या देखिन्छ। टिफिन (खाजा) खाँदा उनीहरू फास्टफुडमा जोड दिन्छन् । वा समय कम हुँदा जे उपलब्ध छ त्यही खाइदिन्छन् । थकाइ लाग्यो भन्दै रिफ्रेस हुने ड्रिंक वा चकलेट खाइन्छ। यस्ता कुरा खानै नहुने भन्ने होइन। तर कुन चिज कतिबेला खाने हामीले जानेका छैनौं । वा कति मात्रामा खाने हो त्योबारे जिज्ञासा राख्दैनौं।

अचेल सहरबजारमा महिलाहरू जुम्बा (एकप्रकारको नृत्यजस्तै कसरत) जान्छन्। तर 'जुम्बा छाडेपछि गुम्बा हुन्छ' भन्ने कहावत नै चलेको छ। अर्थात् महिलाहरू जुम्बा जान्छन् र बीचमा नै छाड्छन् । यसपछि घरमा कसरत गर्दैनन्। यसो गर्दा फेरि पुरानै समस्या बल्झिन्छ । जिमको, जुम्बाको विकल्पमा गर्नुपर्ने कसरत सिकेन भने यस्तो हुन्छ। यसैले चाडपर्वमा निम्न तीनवटा काम गर्यौं भने हामी स्वस्थ हुन सक्ने सम्भावना धेरै रहन्छ। ती हुन् :

१. निष्क्रिय नबस्ने अर्थात् कसरत, योगा नियमित गर्ने।

२. पानी वा झोल पदार्थ प्रशस्त पिउने।

३. अर्गानिक वा विषादी नहालेका हरियो तरकारीमा जोड दिने।

कसरी जान्ने त ?

खाद्य सन्तुलन मिलाउन अस्पताल वा क्लिनिक धाएर पोषणविद् (न्युट्रेसनिस्ट) नै भेट्नुपर्छ भन्ने छैन। अस्पताल जानुपर्छ भन्ने छैन । स्वास्थ्य मन्त्रालयदेखि विश्वासिला सञ्चार माध्यममा डाक्टरले भनेका कुरा ध्यानपूर्वक सुने पनि पुग्छ। जीवनशैलीसँग सम्बन्धीत म्यागेजिन वा पत्रिका पढे हुन्छ।

लुम्बिनी...

को-को भए मन्त्री ?

नेपाली कांग्रेसबाट वीरबहादुर राना ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिँचाइ मन्त्री, सुरेन्द्र हमाल वन वातावरण तथा भूसंरक्षण मन्त्री र वसिउद्दिन खान शिक्षा विज्ञान युवा तथा खेलकुद मन्त्री बनेका छन्। त्यस्तै माओवादी केन्द्रबाट इन्द्रजित थारु स्वास्थ्य, जनसंख्या तथा परिवार कल्याण मन्त्री र तिलकराम शर्माले आन्तरिक मामिला तथा सञ्चारमन्त्री बनेका छन् । एकीकृत समाजवादीबाट रमा आले कानून, महिला, बालिबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक मन्त्री बनेकी छन् । उनी प्रदेशसभामा एकीकृत समाजवादीकी एक्ली सांसद हुन्।

कांग्रेसबाट अर्जुनकुमार श्रेष्ठ ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिँचाइ राज्यमन्त्री र रिना नेपाल विक पर्यटन राज्यमन्त्री बनेकी छन्। यसैगरी माओवादी केन्द्रबाट विमला खत्री वली स्वास्थ्य, जनसंख्या तथा परिवार कल्याण राज्यमन्त्री सुष्मा यादव कृषि, खाद्य प्रविधि तथा भूमि व्यवस्था राज्यमन्त्री बनेकी छन्।

आफ्ना पति उत्तरकुमार वलीको सडक दुर्घटनामा मृत्यु भएपछि भएको उपनिर्वाचनमा विमला तत्कालीन नेकपाबाट निर्वाचित भएकी हुन् । नेकपा खारेज पछि उनले गत वैशाख १९ गते माओवादी केन्द्र रोजेकी थिइन्। उनलाई एमालेले आफ्नो सांसद भएको दावी गर्दै प्रदेश सभा बैठक अवरुद्ध गर्दै आएको छ। एमाले र माओवादी दुवैले आफूतर्फ राख्न चाहेका बेला वलीले माओवादी केन्द्र रोजेवापत उनी राज्यमन्त्री बनेकी हुन्। नवनियुक्त मन्त्री र राज्यमन्त्रीहरुले आइतबार नै प्रदेश प्रमुख अमिक शेरचनसमक्ष पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएका छन्।

गत साउन २८ गते नियुक्त भएका मुख्यमन्त्री केसीले सोही दिन माओवादी केन्द्रका कृष्णध्वज खड्का, नेपाली कांग्रेसका डिल्ली चौधरी, जनता समाजवादी पार्टीका सहसराम यादव, सुमन शर्मा रायमाझी र पुर्मती ढेंगालाई र स्वतन्त्र सांसद अजय शाहीलाई मन्त्री बनाएका थिए।

चौधरीले पर्यटन, ग्रामीण तथा शहरी विकास, खड्काले आर्थिक मामिला तथा योजना, यादवले भौतिक पूर्वाधार, रायमाझीले कृषि, खाद्य प्रविधि तथा भूमि व्यवस्था, ढेंगाले श्रम, रोजगार तथा यातायात व्यवस्था र शाहीले उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालय सम्हालेका छन्।

भैरहवामा तुलसी द नेपाली अर्गानिक होम एण्ड अक्सी प्योर शुभारम्भ

गौतमबुद्ध सन्देश
भैरहवा, २४ असोज।

सिताके च्याउ र च्याउबाट बनेका विभिन्न तयारी तथा औषधीय उत्पादनहरुको विक्री वितरण भैरहवामा शुभारम्भ गरिएको छ।

सिद्धार्थनगर नगरपालिका वडा नम्बर ७ स्थित जनकपथ चोकमा तुलसी द नेपाली अर्गानिक होम एण्ड अक्सी प्योरमार्फत सिताके च्याउ, ग्यानो लगायतका अर्गानिक वस्तुहरुको विक्री शुभारम्भ गरिएको हो। भैरहवाका युवा व्यवसायी विनोद पराजुली र रितेश विष्टले करिब ८० लाखको लगानीमा अर्गानिक होम तथा अक्सी प्योर सञ्चालनमा ल्याएका हुन्। पाल्पाको लहरेपिपलस्थित भैरव च्याउ उद्योगसंगको समन्वयमा उत्पादन विक्री गरिनेछ।

विशेष गरेर नेपालको पहाडी भुभाग पाल्पामा बढी उत्पादन हुने सिताके च्याउलाई बजारीकरण गरी नेपालीको जीवनशैली स्वास्थ बनाउने उद्देश्यले सो अर्गानिक होमको शुभारम्भ गरिएको सञ्चालक रितेश विष्टले बताए।

पाल्पाको मदन पोखराका करिब ५ सय कृषकले उत्पादन गर्दै आइरहेको च्याउखेतीलाई नयाँ प्रविधिको प्रयोग गरी दैनिक २ क्वीन्टलसम्म उत्पादन बढाउने लक्ष्य राखिएको ल्याव टेक्निसियन दिपेश अर्यालले जानकारी दिए। यसरी पहिलो शाखाको रुपमा सञ्चालनमा ल्याइएको द नेपाली अर्गानिक होमले करिब ५ सय परिवारका १० हजार जना सदस्यलाई रोजगारी प्रदान गर्ने दावी भैरव च्याउ उद्योग प्रा.लि.का लुम्बिनी प्रदेश संयोजक केशव कार्कीले बताए।

अर्गानिक होमबाट तुलसी अर्गानिक गानोडार्मा, सिताके च्याउ, सिताके सुकुटी, सिताके क्रिम सुप पाउडर, लेमन ग्रास पाउडर, ग्यानो ईम्युन वुस्टर, ग्यानो कफी, सिताके सिन्की, मस्यौरा लगायतका तयारी उत्पादनहरु विक्री गरिने सञ्चालकले जनाएका छन्। यसका अलावा अर्गानिक होम एण्ड अक्सी प्योरमा शरिरमा अक्सिजनको लेवल बढाउने प्रविधि जडान गरिएको छ। जसबाट शरीर आलस्य हुने वा शरीरमा अक्सिजनको मात्रा कम भएको महसुस भएको खण्डमा लाभ लिन सकिने सञ्चालक विनोद पराजुली जानकारी दिए।

यस्तै अर्गानिक होममा एरोमा थेरापी प्रविधि समेत राखिएको छ। जसले शरीरलाई स्फुर्ति बनाउन तथा शरीरमा रक्त संचारलाई राम्रो राख्नका लागि सहयोग गर्नेछ। 'व्यस्त जीवनशैलीलाई अर्गानिक फुड (सप्लीपमेन्ट) र प्रविधिको माध्यमबाट तनावमुक्त बनाइ स्वस्थकर जीवनशैली बनाउन सदैव लागिपर्नेछौं,' सञ्चालक पराजुलीले भने।

३० करोड लगानीमा सञ्चालनमा आयो क्यासिनो प्याराडाईज

गौतमबुद्ध सन्देश
भैरहवा, २४ असोज।

भैरहवामा रहेको ४ तारे होटल नान्समा क्यासिनो प्याराडाइज सञ्चालनमा आएको छ। विशेष गरी भारतीय पर्यटकलाई लक्षित गरी सञ्चालनमा आएको उक्त क्यासिनोमा नेपालबाहेक अन्य मुलुकका पर्यटकले पनि खेल्न पाउने क्यासिनो प्याराडाइजले जनाएको छ। यस क्षेत्रमा अर्थतन्त्र चलायमान बनाउन क्यासिनो सञ्चालनमा ल्याएको सञ्चालक अमित गुप्ताले बताए। उनले करिब ३० करोडको लागतमा मिनी क्यासिनो सञ्चालनमा ल्याएको बताए।

उनले क्यासिनोमा अहिले ५२ जनाले प्रत्यक्ष रोजगारी पाएको उनले जानकारी दिए। गुप्ताले यसै क्षेत्रमा केही गरौ भन्ने उद्देश्यले उक्त क्यासिनो सञ्चालनमा ल्याएको बताए। रामग्राम नगरपालिकाका प्रमुख नरेन्द्र कुमार गुप्ता र होटल नान्सका सञ्चालक चन्द्रप्रकाश श्रेष्ठले संयुक्त रुपमा रिबन काटेर क्यासिनो उद्घाटन गरेका हुन्। सो अवसरमा बोल्दै रामग्राम नगरपालिका प्रमुख नरेन्द्र गुप्ताले अर्थतन्त्र चलायमान बनाउन विभिन्न क्रियाकलाप आवश्यक रहेको बताए। उनले गौतमबुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनीको प्रवेशद्वारको रुपमा रहेको भैरहवाको पर्यटकीय विकासको लागि धेरै काम गर्न बाँकी रहेको बताए।

सन २०१० मा ३ तारे होटलको रुपमा स्थापना भएको होटल नान्स निषेधाज्ञा पछि ४ थप निर्माण गर्दै ४ तारे होटलको रुपमा अद्यावधिक भएको यसको सञ्चालक चन्द्रप्रकाश श्रेष्ठले बताए। अहिले लगानी बढाएर १ अर्बको हाराहारीमा पुऱ्याएको श्रेष्ठले बताए। तारे होटलको विभिन्न सुविधा रहेको ६१ वटा डिलक्स रुमहरु रहेको उनले बताए। क्यासिनो प्याराडाइजमा तत्कालको लागि रुलेट, बक्रा, अन्डरबार, फ्लिङ्ग, क्यासिनो वार जस्ता खेलहरु रहेको यसका व्यवस्थापक सरोज अर्यालले जानकारी दिए। यस्तै स्लटका विभिन्न खेलहरु समेत रहेको अर्यालले बताए। भारतीय पर्यटक लक्षित क्यासिनोमा भारतीय पर्यटकलाई सीमाबाट ल्याउने लैजाने सुविधा समेत प्रदान गरिएको उनले बताए।

लुम्बिनी होटल संघको अध्यक्षमा ज्ञवाली

गौतमबुद्ध सन्देश
भैरहवा, २४ असोज।

लुम्बिनी होटल संघ, नेपालको तेस्रो वार्षिक साधारणसभा तथा अधिवेशन शनिबार लुम्बिनीमा सम्पन्न भएको छ।

अधिवेशनले गोविन्द प्रसाद ज्ञवालीको अध्यक्षतामा नयाँ कार्यसमिति सर्वसम्मत निर्वाचित गरेको छ।

ज्ञवालीले यस अघि संघको वरिष्ठ उपाध्यक्ष पद सम्हालेका थिए। उनी सिद्धार्थ उद्योग वाणिज्य संघ, रुपन्देहीका कोषाध्यक्ष समेत हुन्। संघको उपाध्यक्षमा शेखर कार्की, वरिष्ठ उपाध्यक्षमा लिलामणि शर्मा पौडेल, महासचिवमा पुरुषोत्तम अर्याल, सचिवमा भुपेन्द्र गुरुङ, कोषाध्यक्षमा किरण प्रसाद कंडेल र सह-कोषाध्यक्षमा किरण चन्द्र पौडेल निर्वाचित भएको निर्वाचन संयोजक प्रख्यात बन्जाडेले बताए। त्यस्तै संघको सदस्यमा खिम श्रेष्ठ, प्रविन्द्रराज शाक्य, पदमा न्यौपाने, पुष्पाखर न्यौपाने, घनश्याम गुप्ता, धिरज गुप्ता, पिन्टुलाल बनिया र टिका कुमारी कट्टेल निर्वाचित भएका छन्।

लायन्स सिद्धार्थनगरद्वारा शुभकामना आदानप्रदान

'धर्म, संस्कृति, रितिरिवाज बिर्सनुहुँदैन'

भैरहवा, २४ असोज। (गौबुस)

लायन्स क्लब अफ सिद्धार्थनगरले वडा दशैं, तिहार तथा छठ पर्व-२०७८ को अवसरमा शुभकामना आदानप्रदान कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रममा बोल्ने सहभागिहरुले चाडपर्वको अवसरमा आयोजना गरिने शुभकामना आदानप्रदान कार्यक्रमले चाडपर्वको महत्व बढ्ने बताए। उनीहरुले धर्म, संस्कृति, रितिरिवाजलाई बिर्सन नहुने कुरामा जोड दिए। कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख अतिथि लायन्स क्लब इन्टरनेशनल डिष्ट्रिक ३२५ बी र नेपालका सेकेण्ड भाइस डिष्ट्रिक गभर्नर नवराज न्यौपानेले लायन्स क्लबले सामाजिक कार्यसँगै धर्म संस्कृतिको संरक्षणमा समेत टेवा पुर्याउँदै आएको बताए।

कार्यक्रममा लायन्स लायन्स क्लब इन्टरनेशनल डिष्ट्रिक ३२५ बी २ नेपालका पाष्ट डिष्ट्रिक गभर्नर अरुण प्रताप राणा, डिष्ट्रिक को-चिफ एडभाइजर ओम कुमार श्रेष्ठ, धर्मराज श्रेष्ठ, डिष्ट्रिक चिफ गणेश बहादुर क्षेत्री, डिष्ट्रिक डेपुटी चिफ रुपमा हिरावन, रिजन चेयरपर्सन संगम न्यौपाने, जोन चेयरपर्सन रचना क्षेत्री, लायन्स सिद्धार्थनगरका पूर्व अध्यक्ष ओमकार गौचन, लायन्स सिद्धार्थनगरका निवर्तमान अध्यक्ष नेत्र प्रसाद आचार्य, सिद्धार्थ उद्योग वाणिज्य संघ, रुपन्देहीका वरिष्ठ उपाध्यक्ष ठाकुरकुमार श्रेष्ठ, लायन्स क्लब अफ भैरहवाका अध्यक्ष दीपक पौडेल लगायतले बोल्दै विकृतिको अन्त्य गर्दै चाडपर्व मनाउनुपर्ने बताए।

क्लबका अध्यक्ष भीष्म प्रसाद न्यौपानेको अध्यक्षता, कार्यक्रम संयोजक एवं क्लबका निर्देशक टीकाराम भट्टराईको स्वागत, निर्देशक रघु खनालको भ्ण्डा अभिवादन तथा सचिव धर्मराज आचार्यको सञ्चालनमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो।

सिद्धार्थनगर नगरपालिका
सिद्धार्थनगर, रुपन्देही

गहुको उन्नत बीउ आपूर्ति सम्वन्धि सिलबन्दी दरभाउपत्र आव्हानको सुचना

प्रकाशित मितिः २०७८/०६/२५ गते।

यस कार्यालयको चालु आ.ब. २०७८/०७९ को बार्षिक स्वीकृत कार्यक्रम बमोजिम कार्यक्रम संचालन गर्न आवश्यक पर्ने गहुँको बीउ आपूर्ति गर्नु पर्ने भएको हुँदा के कति दररेटमा उल्लेखित गहुँको बीउ उपलब्ध गराउन सक्ने हो सो उल्लेख गरी इजाजत प्राप्त संस्था/फर्म/कम्पनीको लागि १५ दिने सुचना प्रकाशित गरिएको छ। इच्छुक आपूर्तिकर्ताले निम्न शर्त पालना गरी म्याद भित्र यस कार्यालयमा दरभाउ पत्र पेश गर्नुहुन अनुरोध छ।

तपशिल

१. प्रस्तावना खरिदको लागि निवेदन साथ आ.ब. २०७७/०७८ को आयकर चुक्ता प्रमाण पत्र/म्याद थप/ आ.ब. २०७६/०७७ को आयकर चुक्त प्रमाण पत्र,बीउ विजनको कारोबारका लागी इजाजत प्रमाण पत्र, स्थायी लेखा नम्बर वा मुल्य अभिवृद्धि कर दर्ता प्रमाणपत्र, सहकारी संस्था/कृषक समुहको हकमा दर्ता भएको प्रमाणपत्र संलग्न राखी पेश गर्नुपर्नेछ।
२. बीउ बिजन नियमावली २०६९ अनुसार बीउ विजन आपूर्तिकर्ताको हकमा बीउ बिजन व्यवसायी अनुमति पत्र प्राप्त गरेको इच्छुक बिक्रेता/बीउ उत्पादक समुह/सहकारी/कम्पनीले मात्र दरभाउपत्र प्रस्ताव पेश गर्न सक्नेछन्।
३. आपुर्ति गरिने बीउको हरेक लटको आधिकारिक प्रयोगशालाबाट जारी भएको प्रयोगशाला परिक्षण (Germination, Purity Moisture) रिपोर्ट समेत पेश गर्नु पर्नेछ।
४. आपुतिकर्ताले नेपाल सरकार राष्ट्रिय बीउ बिजन समितिबाट तोकिएबमोजिमको मापदण्ड एवम् न्यूनतम गुणस्तर पुगेकोउन्नत बीउ मात्र आपुर्ति गर्नुपर्नेछ।
५. सिद्धार्थनगर नगरपालिकाको कार्यालयले आवश्यकता अनुसार बीउको गुणस्तरका लागी Technical Audit गर्न सक्नेछ।
६. आपुतिकर्ताले सिलबन्दी दरभाउपत्र पेश गर्दा सम्पुर्ण खर्च समावेश गरी पेश गर्नुपर्नेछ र तोकिएको डेलिभरी स्थान सम्म ढुवानी गर्नुपर्नेछ तर ढुवानी वापत थप रकम कार्यालयबाट उपलब्ध गराईनेछ।
७. आपुतिकर्ताले तल उल्लेखित प्राथमिकता तोकिएका जातहरु मत्र आपुर्तिका लागी आवेदन गर्न सक्नेछन अन्य जातहरु उल्लेख गरी दर्ता भएको आवेदनलाई मुल्याङ्कनका लागी सो जातहरु समावेश गरिने छैन।
८. विभिन्न आपुतिकर्ताबाट फरक-फरक जात वा एउटै जात खरिद गर्न सकिनेछ।
९. कार्यालयबाट स्वीकृत भएका आपुर्तिकर्ताहरुलाई अनुदान रकम भुक्तानी हुनेछ र बाँकि रकम बीउ वितरणका लागी तोकिएका कृषकबाट आपुर्तिकर्ताले स्यमं भुक्तानी लिनुपर्नेछ।
१०. प्रस्तावना साथ आफुले कबोल गरेको कुल मुल्यको कम्तिमा २.५ प्रतिशतले हुने रकम कृषि विकास बैंक सिद्धार्थनगर भैरहवा, रुपन्देहीको धरौटि खाता नं.(ग ३) ०४१४६०११४५६३४०३८ मा जम्मा गरेको सक्कल भौचर वा जमानत प्राप्त बैंकबाट सिलबन्दी दरभाउपत्रको अन्तिम मितिबाट लागु हुने गरि १२० दिन म्याद सहित जारी भएको विडबन्ड संलग्न गर्नुपर्नेछ र बोलपत्र स्वीकृत भएमा थप २.५ प्रतिशत रकम जम्मा सहित सम्फौता गरी कार्यारम्भ गर्नुपर्नेछ।
११. स्वीकृत कार्यक्रममा थपघट वा कुनै किसिमको संशोधन भई आएमा सोही बमोजिम हुनेछ।
१२. सिलबन्दी दरभाउपत्रको कागजात सुचना प्रकाशन भएको मिति २०७८/०७/०८ गतेका दिन कार्यालय समय भित्रै कार्यालयबाट खरिद गर्नुपर्नेछ।
१३. प्रथम पटक सुचना प्रकाशित मिति २०७८/०७/०९ गतेका दिनको १२.०० बजसम्म कार्यालयमा दाखिला गर्नुपर्नेछ। यदि उक्त दिन विदा पर्न गएमा सोको भोलि पल्ट निर्धारित समयमानै कार्यालयमा दाखिला गरिसक्नु पर्नेछ। सिलबन्दी दरभाउपत्र कार्यालय प्रतिनिधि र प्रस्तावकर्ता वा निजको प्रतिनिधिको रोहबरमा सोही दिनको अपरान्ह २.०० बजे कार्यालयमा खोलिनेछ। प्रस्तावक वा निजको प्रतिनिधि उपस्थित नभएपनि दरभाउपत्र खोल्न बाधा पर्नेछैन
१४. म्याद नाघि आएको, रित नपुगेको र सर्त राखिएको प्रस्ताव उपर कुनै कारवाही गरिने छैन।
१५. प्रस्ताव स्वीकृत गर्ने, नगर्ने सम्पूर्ण अधिकार यस कार्यालयमा निहित रहनेछ।
१६. बिस्तृत जानकारीका लागि यस कार्यालयमा कार्यालय समय भित्र सम्पर्क राख्न सकिने छ।
१७. सिलवन्दी दरभाउपत्रको सम्बन्धमा बिस्तृत जानकारी लिनुपरे कार्यालयबाट कार्यालय समय भित्र सम्पर्क राख्न सकिनेछ।
१८. अन्य व्यहोरा सार्वजनिक खरिद ऐन र नियमावली र बीउ विजनमा अनुदान उपलब्ध गराउने सम्बन्धी कार्यविधि २०७३ सिद्धार्थनगर नगरपालिकाको खरिद नियमावली २०७७ बमोजिम हुनेछ।

सि.नं.	खरिद गर्ने सकिने जातको प्राथमिकता क्रम	अधिकतम लागत अनुमान प्रति के.जी. मुल्य रु.	जम्मा खरिद रकम	धरौटी रकम रु.	सिलबन्दी दरभाउपत्र दस्तुर	कैफियत
१ २ ३ ४ ५ ६	बाणगंगा भृकुटी विजय एन एल आदित्य गौतम	७५.००	१६,००,०००/-	कबोल अंकको २.५ प्रतिशत	१०००/-	सि.नं. उल्लेखित जातहरुलाई प्राथमिकता जातहरु उपलब्ध भएसम्म पुराना जातहरु खरिद गरिने छैन।

सिद्धार्थनगर नगरपालिका कृषि विकास शाखा भैरहवा, रुपन्देही फोन नं. ०७१-५२०३५५

बालबालिकालाई शैक्षिक सामग्री वितरण

गौतमबुद्ध सन्देश

भैरहवा, २४ असोज।

आफूले पाएको पुरस्कारको राशीबाट मधेश मानव अधिकार गृह (माहुरी-होम) कपिलवस्तुले नटुवा समुदायका स्कुले बालबालिकालाई शैक्षिक सामग्री वितरण गरेको छ। माहुरी होमले लुम्बिनी सांस्कृतिक नगरपालिकामा बसोबास रहेका लोपोन्मुख अल्पसंख्यक नटुवा समुदायका विद्यालय जाने बालबालिकालाई हौसला बढाउन शैक्षिक सामग्री वितरण गरेको बताइएको हो।

नटुवा समुदायका २९ घरधुरीका ८५ जना बालबालिकालाई विभिन्न ब्याग, कापी, कलम, जेमेट्री बाक्स, पेन्सिल, इरेजर, कटर र जाडोमा लगाउने स्वेटर लगायतका सामग्री वितरण गरिएको माहुरी होमले जनाएको छ।

कपिलवस्तु जिल्लामा सो समुदायका ३९ घरधुरीका ९० जना बालबालिकालाई सामग्री वितरण गरिसकिएको बताउँदै माहुरी होमका अध्यक्ष रवि ठाकुरले यसबाट नटुवा समुदायका बालबालिकालाइ विद्यालय जान हौसला मिल्ने विश्वास व्यक्त गरे। अध्यक्ष ठाकुरले उज्वल थापा मेमोरियल फण्डबाट प्राप्त पुरस्कार राशी २ लाख २ हजारमा केही रकम थप गरेर लुम्बिनी प्रदेशभरीका नटुवा समुदायका स्कुले बालबालिकालाइ हौसला प्रदान गर्ने लक्ष्य रहेको बताए। उनले लुम्बिनी सांस्कृतिक नगरपालिकापछि अन्य ठाउँमा पनि वितरण गर्ने योजना रहेको बताए। शिक्षाबाट फिरन्ते लोपोन्मुख नटुवा समुदायको जीवनस्तर सुधार्न मद्दत मिल्ने भएकोले सबैलाइ सहयोग गर्न उनले आग्रह गरे।

उज्वल थापा मेमोरियल फण्डले देशभरीबाट कोभिड-१९ मा राम्रो काम गरेकामध्ये ७ वटा संस्था छनौट गरी कोभिडबाट उपचारका क्रममा मृत्यु भएका उज्जवल थापाको उपचारबाट बचेको नगदबाट माहुरी होम कपिलवस्तुलाई पुरस्कृत गरेको थियो।

पुरस्कृत हुँदाका बखत माहुरी-होमका अध्यक्ष रवि ठाकुरले नवलपरासीदेखि नेपालगंजसम्म छरिएर रहेका नटुवा समुदायका बालबालिकाको शिक्षामा पहुँच अभिवृद्धिका लागि शैक्षिक सामग्री वितरण गर्ने भन्दै मेमोरियल फण्डलाइ बाचा गरेका थिए।

सो अवसरमा लुम्बिनी सांस्कृतिक नगरपालिका-४ का वडाध्यक्ष विनोद कुमार श्रीवास्तवले जुनसुकै विपत र महामारीमा माहुरी होमले अल्पसंख्यक र विपन्न परिवारलाइ सहयोग गर्दै आएको भन्दै प्रशंसा गरे। उनले माहुरी होमको यस अभियानलाइ नगरपालिकाले साथ र सहयोग दिने प्रतिवद्धता जनाए।

वडाध्यक्ष विनोद कुमार श्रीवास्तवको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा लुम्बिनी साँस्कृतिकनगरपालिका नागरिक सहकार्य मञ्चका अध्यक्ष जुबेर अहमद खान, समाजसेवी पारस शर्मा तथा माहुरी होमका रूपन्देही इञ्चार्ज विकास चौधरी लगायतले शुभकामना मन्तव्य राखेका थिए।

सीमा क्षेत्रमा बढ्यो चहलपहल

चाडपर्व मनाउन स्वदेश फर्कदै नेपाली

गौतमबुद्ध सन्देश

भैरहवा, २४ असोज।

हिन्दू नेपालीहरुको महान पर्व बडादशै सुरु भएसंगै सीमा क्षेत्र बेलहिया नाकामा चहलपहल बढेको छ। स्थलमार्ग हुँदै सबैभन्दा बढी पर्यटक भित्रिने बेलहिया नाकामा चाडपर्व मनाउन भारतमा रहेका नेपालीहरु फर्कने क्रम बढ्दै गएको छ। रोजगारी तथा अध्ययनका क्रममा भारतमा रहेका नेपालीहरु यतिबेला नेपाल फर्किरहेका छन्। भारतमा रहेका नेपालीहरु चाडपर्वको बेला स्वदेश फर्कने गरेका छन्।

गत वर्ष कोभिड-१९ को जोखिमका कारण स्वदेश फर्कने नेपालीको संख्यामा भने कमी आएको थियो। बडादशैं सुरु भएसंगै देनिक ७ सय जना नेपाली चाडपर्व मनाउन नेपाल प्रवेश गरिरहेको इलाका प्रहरी कार्यालय बेलहियाका प्रमुख प्रहरी निरीक्षक नविन पौडेलले बताए। 'चाडपर्व सुरु भएसंगै नेपाल प्रवेश गर्ने नेपालीको संख्यामा वृद्धि भएको छ, बिहान सवा ६ बजे भारतका विभिन्न शहरमा रोजगारीका सिलसिलामा पुगेका एकैपटक २५० जना नेपाल प्रवेश गर्छन,' पौडेलले भने। उनले स्वदेश फर्केका नेपालीलाई सहजता प्रदान गर्नका लागि बेलहियास्थित भैरहवा भन्सार कार्यालय नजिकै यात्रु नागरिक सहायता कक्ष राखिएको बताए।

त्यस्तै चाडपर्व सुरु भएपछि अहिले किनमेलका लागि भारतीय बजार सुनौली र नौतनवा पुग्ने नेपालीका कारण त्यहाँको बजार क्षेत्रमा समेत चहलपहल बढेको छ।

त्यस्तै वडादशै, दिपावली र छठ पर्व-२०७८ लाई मध्यनजर गर्दै जिल्ला प्रहरी कार्यालय, रुपन्देहीले चाडपर्व लक्षित विशेष सुरक्षा योजना तयार गरी कार्यान्यवनमा ल्याएको छ। जिल्लाको शान्ति सुरक्षा लगायत ट्राफिक व्यवस्थापनको लागि कार्यालयले योजना कार्यान्यवनमा ल्याइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालयले जनाएको छ। योजनाअन्तर्गत कोरोना भाइरस, चाडपर्वमा हुन सक्ने विसंगति, विकृतिविरुद्ध प्रहरी परिचालन, सीमा क्षेत्रमा कडा चेकजाँचको व्यवस्था गरी तस्करीलाई कारवाही, प्रत्येक प्रहरी इकाईमा प्रहरी टोली (क्यूआरटी)को रुपमा राखी परिचालन गर्ने व्यवस्था मिलाउने जिल्ला प्रहरी कार्यालय रुपन्देहीका प्रवक्ता एवं प्रहरी नायव उपरीक्षक (डीएसपी) सत्यनारायण थापाले बताए।

यस्तै चाडपर्वको समयमा पटका, आतसबाजीको प्रयोग हुन गर्न नदिन र गर्नेलाई पक्राउ गरी कारवाही, सबैखाले जुवाजन्य खेलहरू, चन्दा लगायतका गतिविधिहरूको सूचना संकलन गरी प्रहरी परिचालन, राजमार्गहरूमा रात्रीको समयमा व्यवस्था, बन्द रहने सरकारी कार्यालय, तथा संघ-संस्थाका सुरक्षा गार्ड/कार्यालय सहयोगीहरुसंग समन्वयसहितको सुरक्षा व्यवस्था मिलाउने डीएसपी थापाले जानकारी दिए।

त्यसै गरी विगतमा घटेका घटनाहरूलाई मध्यनजर राखी पैदल, साइकल, मोटरसाइकल र गाडी गस्ती परिचालन, बेलहिया, भैरहवा र बुटवल बसपार्कमा यात्रु सहायता कक्ष स्थापना गरी यात्रुहरुलाई सुरक्षित यात्राको प्रत्याभुति दिने, चाडपर्वको समयमा बढी भिडभाड हुने बजार, हाटबजारमा पैदल गस्ती, मोबाइल गस्ती गरी विभिन्न प्रकारका आपराधीक क्रियाकलापविरुद्ध प्रहरी परिचालन गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय, रुपन्देहीले जनाएको छ।

zesfdgf

g|kfnLx?sf]dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ j8faf;L tyf ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}'.

चेतबहादुर क्षेत्री
वडा अध्यक्ष
सिद्धार्थनगर नगरपालिका वडा नं. ५ को कार्यालय
सिद्धार्थनगर, भैरहवा

zesfdgf

g|kfnLx?sf]dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ j8faf;L tyf ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}'.

मुक्तीनाथ यादव (भोला)
वडा अध्यक्ष
सिद्धार्थनगर नगरपालिका वडा नं. ४ को कार्यालय
सिद्धार्थनगर, भैरहवा

zesfdgf

g|kfnLx?sf] dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

अध्यक्षः रमेश प्रसाद निषाद
सदस्य : रोहित प्रसाद लोध, नरेश यादव
महिला सदस्य : अजोदा काहार, कोपला चमार
कार्यालय सहायक : बविता यादव
कम्प्यूटर अपरेटर : राज कुमार लोध
लु.सा.न.पा.-२ , लुम्बिनी रुपन्देही परिवार

zesfdgf

g|kfnLx?sf] dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

अध्यक्षः धर्म प्रकाश कुर्मी
सदस्य :अल्खनिराजन कुर्मी, राम चन्द्र कुर्मी
महिला सदस्य : मिना बारी, शुसिला हरीजन
सचिव : देवानन्द कुर्मी
कम्प्यूटर अपरेटर : दिनेश कुमार बारी
लु.सा.न.पा.-१ खुनगाई,लुम्बिनी रुपन्देही परिवार

zesfdgf

g|kfnLx?sf] dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

अध्यक्षः अमरीक चौधरी
प्र.अः श्याम सुन्दर मौर्या
श्री भगवानपुर आधारभुत बिद्यालय भगवानपुर
लु.सा.न.पा.१ लुम्बिनी, रुपन्देही परिवार

zesfdgf

g|kfnLx?sf] dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

अध्यक्ष : बिनोद कुमार श्रीवास्तव
सदस्य :कमलेस तिवारी, महेश यदव
महिला सदस्य : शान्ति चमार, राजवती बरई
सचिव : लवकुस पुरी
लु.सा.न.पा. ४ लुम्बिनी, रुपन्देही परिवार

zesfdgf

g|kfnLx?sf] dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

नेपाली काग्रेस पार्टी कायालय
क्षेत्रिय प्रतिनिधी- दिनेश बरई
मो.९८१६४९४६९३
लु.स.न.पा. २ लुम्बिनी रुपन्देही परिवार

zesfdgf

g|kfnLx?sf] dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

अध्यक्ष– राजाराम यादव
प्र.अ.: सुरेन्द्र यादव
सदस्यः दिनेश कोहार, प्रहलाद यादव, कौशिल्या कुर्मी
महिला सदस्यः पार्वती लोध, मोहरी लोध, लक्ष्मी माया यादव
शिक्षक प्रतिनिधि पदेन सदस्यः रमेश प्रसाद निसाद
श्री शिव शक्ति प्रा.वि. लम्तिहवा परिवार
लु.सा.न.पा-२ , लुम्बिनी रुपन्देही परिवार

zesfdgf

g|kfnLx?sf]dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf]kfjg cj;/df ;DkÞf{g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

अध्यक्ष– जितेन्द्र कुमार हरिजन
प्र.अ.: हरिश चन्द्र लोध
सदस्यः राम प्रसाद लोध, धर्मेन्द्र सहानी
महिला सदस्यः सकुन्तला धोबी, परमिला कोहार
शिक्षक प्रतिनिधिः मिना कुमारी भर
पदेन सदस्यः राम देव सहानी
श्री बुद्ध प्रा.वि. बभनी
लु.सा.न.पा-१२ ,आमा लुम्बिनी रुपन्देही परिवार

zesfdgf

g|kfnLx?sf]dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf]kfjg cj;/df ;DkÞf{g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

अध्यक्ष– रमेश प्रसाद निषाद
प्र.अ.: अखिलेस कुमार त्रिपाठी
सदस्यः दिनानाथ मल्लाह, राम सुर गुप्ता
महिला सदस्यः इन्द्रावती मल्लाह, धुनिया मल्लाह, किसमाती यादव
शिक्षक प्रतिनिधिः अमित कुमारी तिवारी
पदेन सदस्यः रमेश प्रसाद निषाद
श्री ज्ञान कुञ्ज प्रा.वि. भरथापुर
लु.सा.न.पा-२ ,आमा लुम्बिनी रुपन्देही परिवार

zesfdgf

g|kfnLx?sf] dxfg kj{ **विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८** tyf **नेपाल सम्बत् ११४२** sf] kfjg cj;/df ;DkÞf{ g|kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ d[4sf]sfdgf ;lxt **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** JoQm ub{5f}.

नेपाली काग्रेस पार्टी कार्यालय
नगर सभापति- मो.सईद खाँ
लु.स.न.पा. लुम्बिनी रुपन्देही परिवार

हार्दिक श्रद्धाञ्जली

जन्म:
२००७

मृत्यू:
२०७८ असोज १६

निमार्ण व्यवसायी संघ परासी, नवलपरासीका संस्थापक सदस्य तथा विभिन्न संघ संस्थामा आवद्ध एवं पशुपति निमार्ण सेवाका प्रोपाइटर श्री प्रहलाद कोहारको असामयिक दुःखद निधनले हामी मर्माहत एवं स्तब्ध छौ। दुःखको यस घडिमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौ । साथै शोकाकुल परिवारजनमा धैर्य धारण गर्न सक्ने शक्ति ईश्वरले प्रदान गरुन साथै आत्माको चिर शान्तिको कामना गर्दछौ।

अध्यक्ष: नविन ज्ञवाली (एवं)

निमाण) व्यवसायी संघ

परासी, नवलपरासी, ब.सु.प

मदिरा व्यवसायी संघ भैरहवाको नवनिर्वाचित कार्यसमितिको पदस्थापना

‘राज्यले मदिरा व्यवसायलाई हेर्ने दृष्टिकोण फरक’

गौतमबुद्ध सन्देश

भैरहवा, २४ असोज।

मदिरा व्यवसायी संघ भैरहवा, रुपन्देहीको प्रथम अधिवेशनबाट नवनिर्वाचित कार्यसमितिको पदस्थापना कार्यक्रम भैरहवामा सम्पन्न भएको छ। गत असोज २ गते भैरहवामा सम्पन्न संघको अधिवेशनले केशवराज ज्ञवालीको अध्यक्षतामा नयाँ कार्यसमिति सर्वसम्मत निर्वाचित गरेको थियो । संघको वरिष्ठ उपाध्यक्षमा बाबुराम पाण्डे, उपाध्यक्षमा भागीरथ पाण्डे, महासचिवमा केशव कुंवर, सचिवमा केशव राज अर्याल, कोषाध्यक्षमा यादव पोखरेल र सह-कोषाध्यक्षमा बालकृष्ण आचार्य निर्वाचित भएका थिए । त्यस्तै सदस्यमा सुन्दर भण्डारी, सन्तोष शर्मा, राजु खड्का, विनोद आचार्य, बसन्त पाण्डे, राम प्रसाद गिरी, नारायण नेपाल, तेज बहादुर खत्री र भीम बहादुर सारु निर्वाचित भएका थिए। पदस्थापना कार्यक्रममा बोल्दै संघका नवनिर्वाचित अध्यक्ष केशवराज ज्ञवालीले मदिरा व्यवसायीको हकहितमा काम गर्ने उद्देश्यले संस्था स्थापना गरिएको बताए । उनले नेपाल मदिरा व्यवसायी महासंघको सदस्यताको लागि प्रक्रिया अगाडी बढिसकेको बताए । ‘मुलुकको राजस्वमा अत्याधिक योगदान रहेको मदिरा व्यवसायलाई राज्यले हेर्ने दृष्टिकोणमा फरक छ, सकारात्मक रुपमा हेर्न आवश्यक छ, ’उनले भने। कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख अतिथि नेपाल मदिरा व्यवसायी महासंघका केन्द्रीय उपाध्यक्ष मृगेन्द्र गोविन्द श्रेष्ठ, विशिष्ट अतिथि पूर्व केन्द्रीय उपाध्यक्ष खिम बहादुर खत्री, लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष गिरीराज पौडेल, अतिथि नेपाल औषधी व्यवसायी संघ लुम्बिनी प्रदेशका सल्लाहकार डा. ऋषिराम शर्मा, सिद्धार्थ उद्योग वाणिज्य संघ, रुपन्देहीका वरिष्ठ उपाध्यक्ष ठाकुरकुमार श्रेष्ठ, मदिरा व्यवसायी संघ कपिलवस्तुका अध्यक्ष सन्देश कक्षपति, उद्योग व्यापार संगठन, रुपन्देही (प्रस्तावित सिद्धार्थ चेम्बर अफ कमर्श) का अध्यक्ष अनिल कुमार ज्ञवाली, सल्लाहकार सुरेन्द्र बस्याल, होटल तथा रेष्टुरेण्ट व्यवसायी संगठन रुपन्देहीका महासचिव राजेश महोत्रा, निर्वाचन समिति संयोजक चिरिञ्जीवि राउत लगायतले बोल्दै राज्यलाई अत्याधिक कर तिर्ने मदिरा व्यवसायीलाई सरकारले हेर्ने दृष्टिकोण सकारात्मक हुनुपर्ने बताए । उनीहरुले नवनिर्वाचित कार्यसमितिले व्यवसायिक हकहितका साथै रचनात्मक कार्यलाई अगाडी बढाउनुपर्ने बताए।

संघका अध्यक्ष केशवराज ज्ञवालीको अध्यक्षता, वरिष्ठ उपाध्यक्ष बाबुराम पाण्डेको स्वागत तथा महासचिव केशव कुंवरको सञ्चालनमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो। कार्यक्रममा संघका मनोनित सदस्य नारायण न्यौपाने, रमेश धवल र विक्रम जैसवाललाई सपथ ग्रहण गराइएको थियो।

हार्दिक श्रद्धाञ्जली

जन्म:
२००७

मृत्यू:
२०७८ असोज १६

निमार्ण व्यवसायी संघ परासी, नवलपरासीका संस्थापक सदस्य तथा विभिन्न संघ संस्थामा आवद्ध एवं पशुपति निमार्ण सेवाका प्रोपाइटर श्री प्रहलाद कोहारको असामयिक दुःखद निधनले हामी मर्माहत एवं स्तब्ध छौ। दुःखको यस घडिमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौ । साथै शोकाकुल परिवारजनमा धैर्य धारण गर्न सक्ने शक्ति ईश्वरले प्रदान गरुन साथै आत्माको चिर शान्तिको कामना गर्दछौ।

गृधारी प्रसाद कोहार

नेपाल लाइफ इन्स्योरेन्स क. नेपाल लि.

रामग्राम, नवलपरासी, ब.सु.प

हार्दिक श्रद्धाञ्जली

जन्म:
२००७

मृत्यू:
२०७८ असोज १६

निमार्ण व्यवसायी संघ परासी, नवलपरासीका संस्थापक सदस्य तथा विभिन्न संघ संस्थामा आवद्ध एवं पशुपति निमार्ण सेवाका प्रोपाइटर श्री प्रहलाद कोहारको असामयिक दुःखद निधनले हामी मर्माहत एवं स्तब्ध छौ। दुःखको यस घडिमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौ । साथै शोकाकुल परिवारजनमा धैर्य धारण गर्न सक्ने शक्ति ईश्वरले प्रदान गरुन साथै आत्माको चिर शान्तिको कामना गर्दछौ।

डा. देव कुमार यादव

आई ग्लोवल आखाँ उपचार केन्द्र

रामग्राम-३, नवलपरासी, ब.सु.प

होटल श्रीनगरको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षणका लागि

सार्वजनिक सुनुवाइ सम्बन्धी सूचना

श्री होटल श्रीनगर प्रा.लि. द्वारा लुम्बिनी प्रदेश, पाल्ला जिल्ला, तानसेन नगरपालिका वडा नं. ५, कैलाशनगरमा तीनवटा भवनमा ३७ पाहुना कोठामा ६० शैयूया सहित होटल सञ्चालनरत होटल श्रीनगरले सोही भवनहरू मध्ये एक भवनमा २ तल्लामा २४ कोठामा ३९ शैयूया थप गरी कुल ६१ पाहुना कोठामा ९९ शैयूयाका साथ होटलको स्तरोन्नति गर्ने योजना रहेको छ । यसै सन्दर्भमा हाल यस होटल श्रीनगरको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षणका लागि सार्वजनिक सुनुवाइ कार्यक्रम गर्नु पर्ने भएकाले निम्न स्थान, मिति र समयमा उपस्थित भई आफ्ना राय, सल्लाह, सुझाव दिनु हुन सम्बन्धित सरोकारवालाहरूको जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

प्रस्तावक : श्री होटल श्रीनगर प्रा.लि.

स्थान : होटल श्रीनगरको परिसर, तानसेन नगरपालिका, वडा नं. ५, कैलाशनगर

मिति : २०७८।०७।०१, सोमबार

समय : बिहान ८:३० बजे

प्रभाव पर्न सक्ने स्थान : तानसेन नगरपालिका, वडा नं. ५, कैलाशनगर, पाल्पा जिल्ला, लुम्बिनी प्रदेश

भूमिकास्थान नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, नुवाकोट, अर्घाखाँची।

☏.9857069912/911/981
web site: bhumikasthanmun.gov.np

सिलवन्दी दरभाउपत्र आह्वान

दोस्रो पटक प्रकाशित मिति २०७८/०६/२५

भुमिकास्थान नगरपालिका, नगर कार्यपालिका, अर्घाखाँची अन्तर्गत तपसिल बमोजिमका निर्माण कार्यको सिलवन्दी दरभाउपत्र द्वारा गराउनु पर्ने भएकोले नेपाल सरकारबाट इजाजत प्राप्त इच्छुक निर्माण व्यवसायीहरुबाट निम्न शर्तहरुको अधिनमा रही रीतपूर्वकको सिलवन्दी दरभाउपत्र आह्वान गरिन्छ।

१. सिलबन्दी बोलपत्र/दरभाउपत्र सम्बन्धी कागजात तालिकामा उल्लेखित मितिसम्म आ.व.२०७८/०७९ सम्म मान्य भएको फर्म, संस्था वा कम्पनी दर्ताको प्रमाण पत्र, व्यवसाय दर्ताको इजाजत, मू.अ. करमा दर्ता भएको प्रमाणपत्र तथा आ.व. २०७७।०७८ को कर चुक्ता प्रमाणपत्रका प्रमाणित प्रतिलिपिहरु वा म्याद थपको पत्र संलग्न राखी इच्छुक बोलपत्र/दरभाउपत्रदाताले लिखित निवेदन दिई तपसिलमा उल्लेखित रकम यस कार्यालयको नुवाकोट स्थित सेञ्चुरी वैक हि.नं.०९००००००१३ जि.ई खातामा नगद जम्मा गरेको सक्कल भौचर पेश गरी यस कार्यालयबाट कार्यालय समय भित्र खरिद गर्न सकिने छ।
२. खरिद भएको बोलपत्र/दरभाउपत्र फारामहरुमा उल्लेख भएका भर्नुपर्ने सबै विवरणहरु प्रष्टसँग लेखि तालिकामा उल्लेखित मिति र समयसम्म यस कार्यालयमा दर्ता गराउनु पर्नेछ। दर्ता भएका बोलपत्र/दरभाउपत्रहरु उपस्थित बोलपत्र/दरभाउपत्रदाता एवं प्रतिनिधिहरुको रोहवरमा यसै कार्यालयमा निम्नानुसारको मिति र समयमा खोलिनेछ।
३. सिलबन्दी बोलपत्र/दरभाउपत्र फाराम साथ तपसिलमा उल्लेखित जमानत धरौटी वापतको रकम यस कार्यालयको नुवाकोट स्थित सेञ्चुरी वैक हि.नं.०९०००००००४ जि.इ खातामा नगद जम्मा गरेको सक्कल भौचर वा यस कार्यालयको नाममा जारी भएको विडवण्ड बोलपत्र/दरभाउपत्र निम्नानुसारको म्याद भएको बैंक ग्यारेन्टी (बिडबण्ड) को सक्कल प्रति पेश गर्नुपर्नेछ।
४. सिलबन्दी बोलपत्र/दरभाउपत्र खरिद गर्ने/दर्ता गर्ने अन्तिम दिन सार्वजनिक विदा परेमा सो को भोलिपल्ट वा विदापछि कार्यालय खुलेको दिन हुनेछ।
५. यसमा उल्लेखित सर्तहरु यसै बमोजिम र उल्लेख नभएका शर्तहरु प्रचलित कानून बमोजिम हुनेछ।
६. अन्य कुनै कुरा बुझ्नु परेमा कार्यालय समय भित्र९८५७०६९९८१/ ९८५७०६९९८७/९८५७०६९७९६/९८५७०६९९८९ मा सम्पर्क गर्न वा bhumikasthanmunicipality@gmail.com मा पठाउन सकिनेछ।
७. कामको विवरण बोलपत्र/दरभाउपत्र खरिद दस्तुर, लागत रकम, विडवण्ड रकम, मान्य अवधि, खरिद र दाखिला गर्ने अन्तिम मितिको विवरण निम्न अनुसार छ।

तपसिल

ठेक्का नं.	ठेक्काको नाम	बोलपत्र/ दरभाउपत्र दस्त’र रु.	लागत रकम (मु.अ.कर समेत)	विडबण्ड रकम रु.	विडबण्ड मान्य अवधि	खरिद अन्तिम मिति र समय	दाखिला गर्ने मिति र समय	खोल्ने मिति र समय
13/BMA/W/WA /2078/079	आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्र माथि वाल निर्माण, वडा नं. ३	१०००।००	४८७४६१।४६	१२५००	४५ दिन	२०७८/७/८ कार्यालय समय भित्र	२०७८/७/९ १२:०० बजे भित्र	२०७८/७/९ दिउँसो १:०० बजे
14/BMA/W/WA /2078/079	खिल्जी स्वास्थ्य चौकी नजिक वाल निर्माण	१०००।००	९७४५९७८३	२४५००				
15/BMA/W/RM /2078/079	नूवाकोट बरानेटा मोटरबाटो मर्मत कार्य	१०००।००	१२६७४८९।३९	३२०००				

सधै सुख-शान्तिलाई ७ आधार

(१) जे जति नराम्रा छाड्नु छ र राम्रा पुरुषार्थ जो गर्नु छ , गरी हाल्नुपर्छ , किनकि शरीर भोलिसम्म नरहन पनि सक्छ। (२) तास जुवा आदि नखेल्नु। (३) चुरोट खैनी आदि नखानु। (४) हिंसारुप मासु, माछा, अण्डा नखानु। हत्या नगर्नु। तागतका लागि दूध, दही, पनिर, घिउ आदि खानु। (५) मादक पदार्थहरु नखानु, परस्त्री/परपुरुषसंग अवैध सम्बन्ध नराख्नु। (६) गीताको सार-कर्म, भक्ति र ज्ञानपूर्वक परमात्माको अनुभव गरिरहनु। (७) यथार्थमा बरफमा पानी मात्र भए जस्तै संसारमा परमात्मा मात्र सत्य हो। परमात्मा हो- निरहंकार अद्वैतपूर्वक, सदाशुद्ध आफू- ब्रह्मरुपले अखण्ड सुख’ को अनुभव गरिरहनु।

“अद्वैत प्रदीप” बलराम जी.सी.सरस्वती
अध्यक्ष
अखण्ड सुख केन्द्र, भैरहवा, नेपाल
सम्पर्क :९८४७०२०७१८

कागजपत्र हराएको सुचना

मेरो निम्न बमोजिमको कागजपत्र सहितको कालो झोला मिति २०७८/०६/१५ गते सुनौलि देखि भैरहवा आउने क्रममा हराएकोले फेला पार्नुहुने महानुभावले नजिकको प्रहरी कार्यालय वा उल्लेखित सम्पर्क नम्वरमा सम्पर्क गरिदिनुहुन अनुरोध गर्दछु।

हराएको कागजातको विवरण

नेपाली नगरिकता न.प्र.नं.: ८२२७
नेपाली ड्राइभिङ्ग लाईसेन्स नं.: ०१-०८-००००-८३३८
भारतको आधार कार्ड नं.: ७०५७२३२३७२९१
भारतको पान कार्ड : AGLPC6951F
क्यान्टिङ्ग स्मार्ट लिकर कार्ड ESM M LA0609607929900G01
ग्रोसरी कार्ड ESM M GA0609607929900G01
भुतपूर्व सैनिकहरुको पहिचान पत्र कार्ड नं.: १४१९
हवल्दार चन्द्र बहादुर क्षेत्री डिस्चार्ज बुक नं. : 5847703H
नेपालको कोभिड खोप कार्ड नं.: १६१
कृष्ण बहादुर अधिकारी नाम भएको लिकर कार्ड आर्मी नं.: JC629525K

निवेदक

चन्द्र बहादुर क्षेत्री भारतिय भुपु सैनिक आर्मी नं. 5847703H हवल्दार
सम्पर्क नम्वर : ९८४७४७०३१५

क.र.दर्ता नं. १४५१६७/०७२/७३
रुपन्देही जि.हु.दर्ता नं. १२/०७१/७२

एमालेले माग्यो लेखा समितिको सभापतिको राजीनामा

काठमाडौं, २४ असोज।

प्रमुख प्रतिपक्ष नेकपा एमालेले सार्वजनिक लेखा समितिको सभापतिमा दावी गरेको छ । २०७४ को आम चुनावपछि प्रमुख प्रतिपक्षी दलको हैसियतमै कांग्रेसले यो समितिको सभापति पाएको थियो, भरतकुमार शाह सभापति छन् । तर अहिले कांग्रेसले गठबन्धन सरकारको नेतृत्व गरिरहेको छ भने एमाले प्रमुख प्रतिपक्षीको भूमिकामा छ।

समितिको आइतबार बसेको बैठकमा एमाले सांसदद्वय गोकुल बास्कोटा र राजेन्द्रप्रसाद गौतमले संसदीय परम्परा र नेपालको अभ्यास अनुसार पनि लेखा समितिका सभापति प्रमुख प्रतिपक्षले पाउनुपर्ने बताएका हुन्। सांसद बास्कोटाले लोकतन्त्रको सुन्दर पक्षको कदर गर्दै समितिका सभापति शाहले राजीनामा दिनुपर्ने बताए।

अर्का सांसद गौतमले पनि संसदीय विधि, अभ्यास र परम्परालाई प्रभावकारी बनाउने हो भने सार्वजनिक लेखा समितिको सभापति प्रमुख प्रतिपक्ष दलले पाउनुपर्ने बताए । सरकारलाई चेक एण्ड ब्यालेन्स गर्ने ठाउँ समिति भएको भन्दै उनले भने, 'यसको अगुवाई र नेतृत्व प्रमुख प्रतिपक्षले गर्नुपर्छ।'

लेखा समितिका सभापति शाहले भने यसबारे आफूले धेरै बोल्न नचाहेको प्रतिक्रिया दिएका छन् । विगतमा लेखा समितिको सभापतिले राजीनामा दिएको आफूलाई थाहा नभएको भन्दै उनले भने, 'यो विषयको उठान गर्नु विपक्षको धर्म हो । यसले प्रजातन्त्र सुदृढ हुन्छ। उहाँहरुलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु।'

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
सिद्धि विनायक अटो इन्टरनेशनल प्रा.लि.
l;4fy{gu/–*, e}/xjf, ?kGb]xL

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
Sanjog Pun
NEELDAVIDS'S PROFESSIONAL UNISEX SALON
PL Yadav Complex, Narayanpath, Bhairahawa
Ph. 9801141333

gu/af;Ldf cg'/f]w
'स्वच्छ, सफा, सवल र समृद्ध नगर निमार्णमा हाम्रो चाहना'
- जन्म, बिहे, मृत्यू जस्ता घटनाहरु ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
- विकास निमार्णका कामहरु उपभोक्ता समिति मार्फत समयमै सम्पन्न गरेर फरफारक गरौं ।
- स्थानीय सरकारलाई सवल बनाउन समयमै कर तिरौं र सेवा प्रवाहमा भएका कमिकमजोरीलाई औल्याएर सचेत नागरिकको परिचय बनाऔं ।
- कृषि, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाऔं र उत्पादनमूलक क्षेत्रमा लगानी गरौं ।
- छोराछोरीलाई शिक्षित र सक्षम बनाउन विद्यालय पठाउने बानीको विकास गरौं ।
- बाझो जमिन सके आधुनिक खेती गरौं नसके बोट विरुवा रोपेर भएपनि जमिन बाझौं नराखौं ।
- भावी पीडिलाई हुने गरि भु-कम्प प्रतिरोधात्मक संरचनाहरु निमार्ण गरौं ।
- सुरक्षित र स्वास्थ्य खाद्य पदार्थ मात्र बिक्रिवितरण गरौ, स्वस्थ्य खानेकुरा उपयोग गरौं ।
- तपाई हाम्रै योगदानले समृद्ध स्थानीय सरकार निमार्ण हुनेहुँदा व्यक्तिगत स्वार्थ त्यागेर सहकार्य गरौं ।
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
बर्दघाट नगरपालिका
gu/ sfo{kflnsfsf] sfof{no, gjnk/f;L -a=;=k_

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
;+:yfks k|frfo{ /fhsdf/ u?Ë
मिनर्वा इङ्गलिस हाई स्कूल परिवार
cfd{;Ltof{–!, nvgrf}s, ?kGb]xL

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
एसियन फर्मास्युटिकल्स प्रा.लि.
?kGb]xL

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
लिसारा सेनेटरी इण्डष्टिज प्रा.लि. परिवार
cfd{;Ltof{–!, ts{hf, ?kGb]xL

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
cWoIfM /fdIdng ofbj
ग्यास विक्रेता संघ परिवार
e}/xjf zfvf, ?kGb]xL

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
k|f] Zofd yfkf
न्यू गौरी पुजा सामाग्री
एण्ड स्टेशनरी जनरल स्टोर्स
l;=g=kf=–*, j;l8njf, lzjdGbL/, e}/xjf

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
गोविन्द आयल इण्डष्ट्रिज प्रा.लि
?kGb]xL

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
k|frfo{ ulDe/ u?Ë
फ्युचरलाइट हाई स्कूल
a;l8njf, e}/xjf, ?kGb]xL

z'esfdgf
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
टुगा आस्था विकास बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
cfd{;Ltof{–!, ?kGb]xL

gu/af;Ldf cg'/f]w
'स्वच्छ, सफा, सवल र समृद्ध नगर निमार्णमा हाम्रो चाहना'
- जन्म, बिहे, मृत्यू जस्ता घटनाहरु ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
- विकास निमार्णका कामहरु उपभोक्ता समिति मार्फत समयमै सम्पन्न गरेर फरफारक गरौं ।
- स्थानीय सरकारलाई सवल बनाउन समयमै कर तिरौं र सेवा प्रवाहमा भएका कमिकमजोरीलाई औल्याएर सचेत नागरिकको परिचय बनाऔं ।
- कृषि, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाऔं र उत्पादनमूलक क्षेत्रमा लगानी गरौं ।
- छोराछोरीलाई शिक्षित र सक्षम बनाउन विद्यालय पठाउने बानीको विकास गरौं ।
- बाझो जमिन सके आधुनिक खेती गरौं नसके बोट विरुवा रोपेर भएपनि जमिन बाझौं नराखौं ।
- भावी पीडिलाई हुने गरि भु-कम्प प्रतिरोधात्मक संरचनाहरु निमार्ण गरौं ।
- सुरक्षित र स्वास्थ्य खाद्य पदार्थ मात्र बिक्रिवितरण गरौ, स्वस्थ्य खानेकुरा उपयोग गरौं ।
- तपाई हाम्रै योगदानले समृद्ध स्थानीय सरकार निमार्ण हुनेहुँदा व्यक्तिगत स्वार्थ त्यागेर सहकार्य गरौं ।
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
रामग्राम नगरपालिका
gu/ sfo{kflnsfsf] sfof{no, gjnk/f;L -a=;=k_

ufpF;Ldf cg'/f]w
'स्वच्छ, सफा, सवल र समृद्ध गाउँपालिका निमार्णमा हाम्रो चाहना'
- जन्म, बिहे, मृत्यू जस्ता घटनाहरु ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
- विकास निमार्णका कामहरु उपभोक्ता समिति मार्फत समयमै सम्पन्न गरेर फरफारक गरौं ।
- स्थानीय सरकारलाई सवल बनाउन समयमै कर तिरौं र सेवा प्रवाहमा भएका कमिकमजोरीलाई औल्याएर सचेत नागरिकको परिचय बनाऔं ।
- कृषि, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाऔं र उत्पादनमूलक क्षेत्रमा लगानी गरौं ।
- छोराछोरीलाई शिक्षित र सक्षम बनाउन विद्यालय पठाउने बानीको विकास गरौं ।
- बाझो जमिन सके आधुनिक खेती गरौं नसके बोट विरुवा रोपेर भएपनि जमिन बाझौं नराखौं ।
- भावी पीडिलाई हुने गरि भु-कम्प प्रतिरोधात्मक संरचनाहरु निमार्ण गरौं ।
- सुरक्षित र स्वास्थ्य खाद्य पदार्थ मात्र बिक्रिवितरण गरौ, स्वस्थ्य खानेकुरा उपयोग गरौं ।
- तपाई हाम्रै योगदानले समृद्ध स्थानीय सरकार निमार्ण हुनेहुँदा व्यक्तिगत स्वार्थ त्यागेर सहकार्य गरौं ।
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
सरावल गाउँपालिका
gu/ sfo{kflnsfsf] sfof{no, gjnk/f;L -a=;=k_

gu/af;Ldf cg'/f]w
'स्वच्छ, सफा, सवल र समृद्ध नगर निमार्णमा हाम्रो चाहना'
- जन्म, बिहे, मृत्यू जस्ता घटनाहरु ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
- विकास निमार्णका कामहरु उपभोक्ता समिति मार्फत समयमै सम्पन्न गरेर फरफारक गरौं ।
- स्थानीय सरकारलाई सवल बनाउन समयमै कर तिरौं र सेवा प्रवाहमा भएका कमिकमजोरीलाई औल्याएर सचेत नागरिकको परिचय बनाऔं ।
- कृषि, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाऔं र उत्पादनमूलक क्षेत्रमा लगानी गरौं ।
- छोराछोरीलाई शिक्षित र सक्षम बनाउन विद्यालय पठाउने बानीको विकास गरौं ।
- बाझो जमिन सके आधुनिक खेती गरौं नसके बोट विरुवा रोपेर भएपनि जमिन बाझौं नराखौं ।
- भावी पीडिलाई हुने गरि भु-कम्प प्रतिरोधात्मक संरचनाहरु निमार्ण गरौं ।
- सुरक्षित र स्वास्थ्य खाद्य पदार्थ मात्र बिक्रिवितरण गरौ, स्वस्थ्य खानेकुरा उपयोग गरौं ।
- तपाई हाम्रै योगदानले समृद्ध स्थानीय सरकार निमार्ण हुनेहुँदा व्यक्तिगत स्वार्थ त्यागेर सहकार्य गरौं ।
g]kfnLx?sf] dxfg kj{ विजया दशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व-२०७८ tyf नेपाल सम्बत् ११४२ sf]kfjg cj;/df ;DkÚ{ g]kfnLx?df ;V, zflGt Pj+ ;d[4sf]sfdgf ;lxt हार्दिक मंगलमय शुभकामना JoQm ub{5f}.
सुनवल नगरपालिका
gu/ sfo{kflnsfsf] sfof{no, gjnk/f;L -a=;=k_

गौतमबुद्ध मिडिया प्रा.लि. द्वारा प्रकाशित गौतमबुद्ध सन्देश दैनिकका लागि अध्यक्ष : खिम बहादुर खत्री, कार्यालय प्रमुख : बिष्णु प्रसाद भट्टराई, सम्पादक : कुलमणि ज्ञवाली, सह–सम्पादक : रबिन्द्र प्रताप गुप्ता
प्रधान कार्यालय : सि.न.पा.-७ भैरहवा, रूपन्देही, फोन नं.:०७१-५७४३३०, Email: gbsnews7@gmail.com (समाचार), gbsadd2018@gmail.com(विज्ञापन) मुद्रण : रुरु प्रिन्टिङ प्रेस, बुटवल