हरेक खबर, विशेष खबर

जि.प्र.का.सि.द.नं. ११७/०७६/०७७

राष्ट्रिय दैनिक

लहानपोस्ट

LAHANPOST DAILY

मो. ९८०५९६१००६

जे.डी.

स्टेशनरी एण्ड स्पोर्टर्स सेन्टर

लहान-६

यहाँ पुस्तक, स्टेशनरी, स्पोर्टका समानहरू अर्डर अनुसार पाईन्छ ।

वर्ष : ०१ अंक : २१५ पृष्ठ : ४ २०७७ फाल्गुन २३ गते आइतबार (Sunday 07 March 2021) www.lahanpost.com मूल्य रु. ५।-

FOLLOW US facebook: lahanpost YouTube : lahanpost twitter : lahanpost instragram : lahanpost

अवैध एग्रोभेटको बद्मासी : पोखरीमा गलत औषधि दिन लगाउँदा लाखौंको माछा मरे, सञ्चालक टाप

बिनय यादव

सिरहा । सिरहामा एक एग्रोभेटको बद्मासीले पोखरीमा पालिएको लाखौंको माछा मरेको छ ।

मिर्चैया-५ स्थित थाना चोकमा सञ्चालित स्वस्तिका इन्टरप्राइजेजको बद्मासीले कल्याणपुर नगरपालिका-१ बनिनियाँस्थित झण्डै डेढ बिघाको पोखरीको माछा मरेको हो ।

कल्याणपुर नगरपालिकाको स्वामित्वमा रहेको १ बिघा १५ कट्ठा १५ धुर क्षेत्रफलको उक्त पोखरी विष्णुपुर गाउँपालिका-२ का अमर प्रसाद यादवले दुई महिनाअघि मात्रै ८ लाखमा ३ वर्षका लागि ठेक्कामा लिएका थिए । लामो समयदेखि बेवारिसे जस्तै रहेको पोखरी माछा पाल्नका लागि ठेक्कामा लिएपछि अमरले पोखरी सफाई गरे ।

त्यसपछि विभिन्न प्रजातीका लाखौंको माछा हाले । तर, पोखरीमा पुरानो पानी र फोहोर पनि अत्यधिक भएका कारण सफाई गरिएपनि हरेक दिन १०-१२ वटा माछा मर्ने गरेका थिए ।

त्यसपछि उनले अनुभवीहरूसँग सल्लाह गरे । उनीहरूले फिस चुना पोखरीमा हाल्न अमरलाई सुझाए । उनी फिस चुना खोज्दै गत १८ गते मिर्चैया आइपुगे । मिर्चैयास्थित

बाँकी ३ पेजमा

सिरहामा बलात्कारको आरोपमा एक पक्राउ

सिरहा । सिरहामा बलात्कारको आरोपमा प्रहरीले एकजनालाई पक्राउ गरेको छ ।

धनुषाको धनुषाधाम नगरपालिका-६ हरिपुर घर भई ससुराली गाउँ कल्याणपुर-४ महुलिया बस्ने वर्ष २८ वर्षीय बैधनाथ दासलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको हो । दासलाई स्थानीय २४ वर्षीया युवतीलाई बलात्कार गरेको आरोपमा शुक्रवार पक्राउ गरिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

फागुन १९ गते बुधबार दिउँसो करिब १ बजेको समयमा आफ्नो छोरीलाई दासले ललाईफकाई बलात्कार गरेको भन्दै शुक्रबार पीडितकी आमाले मिर्चैया प्रहरीमा मौखिक

बाँकी ४ पेजमा

घर भाडामा चाहिएमा

लहान नगरको महेन्द्र राजमार्गको ३ नं रोडमा सोनालिका ट्र्याक्टरको १० वर्षसम्म शोरुम रहेको करिब तीन कठ्ठा कम्पाउण्ड वाल सहितको घर भाडाका लागि खाली छ । ट्र्याक्टर, कार-जिप, मोटरसाइकल शोरुम-वर्कशप, बैंक-बित्तीय संस्था, होटल, डिपार्टमेन्टल स्टोर आदिका लागि अत्यन्त उपयुक्त घर-कम्पाण्ड आवश्यक पर्ने व्यक्ति, फर्म, वा संघ-संस्थाले सम्पर्क गर्नुहोला ।

सम्पर्क नं. र ठेगाना

मो.नं. ९८१६७६८९५०, ९८५२८३०९५०

कुशवाहा चौक, लहान-३ नं. रोड

सोनालिका ट्र्याक्टर रहेको घर

सिरहा नगरपालिकाद्वारा लिटो वितरण

सिरहा, । सिरहा नगरपालिकाले आपतकालीन पोषण कार्यक्रम अन्तरगत विभिन्न वडामा लिटो वितरण गरेको छ ।

सिरहा नगरपालिका वडा नम्बर २ वाट कार्यक्रमको सुरूवात गर्दै नगरको २२ वटै वडाका लाभान्वित परिवारलाई लिटो (सप्लिमेन्ट्री फूड) वितरण गरिने मेयर अशेश्वर प्रसाद यादवले बताए ।

वडा नम्बर २ को कार्यक्रममा वडा अध्यक्ष दिपक यादव, स्वस्थ्य शाखा प्रमुख मो. ईद्रीश राइन लगायतको सहभागिता रहेको थियो । नगर क्षेत्रमा कुपोषण विरूद्धको अभियानमा सवैलाई जुट्न मेयर यादवले आग्रह गरेका छन् ।

फ्रेन्डस मोडेल हस्पिटल, लहान-४

(शिव मन्दिरको उत्तरपट्टि रघुनाथपुर)

हाम्रो सेवाहरू

NICU सहितको प्रसुति सेवा

२४ औं घण्टा इमरजेन्सी सेवा

डाक्टरहरू

बालरोग विशेषज्ञ	डा. वृजेन्द्र यादव
मधुमेह, प्रेसर	डा. ल्युस्युन यादव
प्रसुति रोग विशेषज्ञ	डा. विरेन्द्र यादव

हाम्रो स्वास्थ्य

कोरोनापछि मानसिक स्वास्थ्य सुधार का लागि करुणा कुँवरका ८ सुझाव

एक वर्षअघि सुरु भएको कोरोना भाइरसको त्रास अहिले सामान्यता धेरैमा कम हुन थालिसकेको छ । तर यसबाट उब्जिएको मानसिक समस्या भने

वरिष्ठ मनोविद्
डा. करुणा कुँवर

केही समय चलिरहने मनोचिकित्सकहरू बताउँछन् ।

कोरोना कालमा कोही आर्थिक समस्याका कारण, कोही घरायसी मनमुटावका कारण त कसैलाई रोगको त्रासका कारणले पनि मानसिक समस्याको तहसम्म पुर्‍यायो । तर कोरोना भाइरसको खोप बजारमा आइसकेपछि त्यो समस्या समाधान हुनुपर्ने हो । तर, महामारीको बेलामा कमजोर भएको मानसिक अवस्थालाई बलियो बनाउन केही समय लाग्ने मनोविद्हरु बताउँछन् ।

मानसिक स्वास्थ्य तथा परामर्श केन्द्रकी वरिष्ठ मनोविद् डा. करूणा कुँवर पहिलेको तुलनामा कोरोनाको खोप आइसकेपछि केही अवस्था सुधार भएपनि खोपप्रति पूर्ण भरोसा नराख्दा अझै यो समस्या समाधान हुन नसकेको बताउँछिन् ।

'कतिपयलाई खोपले ठीक गर्दैन कि ? भन्ने अन्यौलका कारण पनि पूर्ण रूपमा मानसिक समस्याबाट मुक्त हुन सकेको देखिँदैन' कुँवर भन्छिन् 'स्कुल सुरू भइसकेको अवस्थामा पनि स्कुल पठाउने कि नपठाउने भन्ने अन्यौल र अफिस पनि जाने कि नजाने भन्ने दोधारेपनाले पनि धेरै जनामा अझै कोरोनाप्रतिको त्रास नहटेको देखाउँछ ।'

कोरोना कालमा मानसिक रूपमा विक्षिप्त भएकाहरूलाई पुरानै अवस्थामा फर्किनको लागि खानपान, आफ्नो नियमित गतिविधि आदिमा ध्यान दिनुपर्ने उनको सुझाव छ । अहिले पनि अनावश्यक चिन्ता र उदासिपना धेरैमा देखिन्छ । कोभिडको बेलामा घरघरमा भएका कतिपय हिंसाहरू, मिस अण्डरस्ट्याण्डिङहरु अझै समाधान नभइसकेका हुन सक्छन् । यी समस्या समाधान विस्तारै हुँदै जान्छ । तर यसको लागि के-के कुरामा ध्यान दिने त ? डा. कुँवरले दिएको मानसिक समस्याबाट बच्ने केही टिप्सहरु तल उल्लेख गरिएको छ ।

१. दैनिक गतिविधिको निरन्तरता

जतिसुकै चिन्ता र उदासिनता भए पनि आफूले कोरोनाकाल अघि गरेका दैनिक गतिविधिलाई जारी राख्नुहोस् । यसले चिन्ता र उदासिनतालाई बिस्तारै कम गर्दै जान मद्दत गर्छ ।

२. समयप्रति भरोसा राख्नुहोस्

धेरैलाई समयको विश्वास हुँदैन । जुन सुकै कुराको पनि समय आएपछि समस्या समाधान हुन्छ भन्ने भरोसा राख्नुपर्छ । कोरोनाले केही समय त्रासमा राखे पनि खोप आइसकेको छ, यसरी नै समय आएपछि सबै कुराको समाधान हुन्छ भनेर समयलाई विश्वास गर्नुपर्छ । यसैले हामीलाईचिन्ताबाट मुक्त गराउन मद्दत गर्छ ।

३. धैर्य अनिवार्य

मानसिक समस्या भएका व्यक्तिमा धैर्य अनिवार्य शर्त हो । हामी जे कुरामा पनि धैर्यशील हुनुपर्छ । कुनै समस्या परिहाल्यो भने झट्टै आत्तिहाल्ने बानी त्याग्नुपर्छ ।

४. समझदारी र सहकार्य अनिवार्य

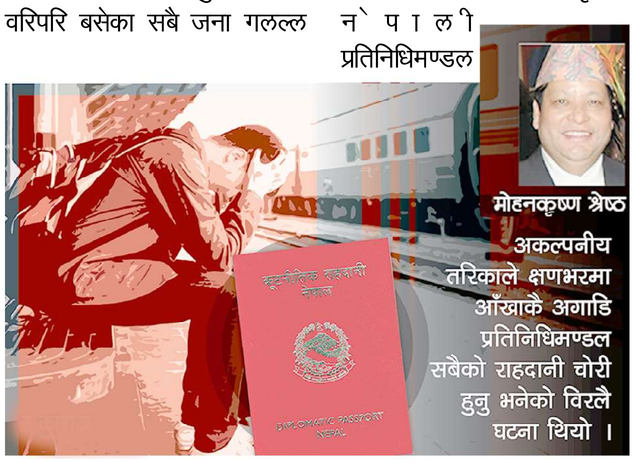
कोरोना कालमा धेरैले धेरैसँग वैमनस्यता राखेका उदाहरणहरू पाइन्छन् । आफ्ना छिमेकी, आफन्त लगायतप्रति बढी अविश्वास गरेर हामीले सम्बन्धमा चिसोपना प्रदान गरिसकेका छौं । तर अब त्यो चिसो सम्बन्धलाई पुरानै अवस्थामा लैजानु पर्छ । अब छिमेकी, आफन्त र साथीहरूसँग सहकार्य र समझदारीका साथ अघि बढ्नुपर्छ ।

बाँकी ४ पेजमा

कूटनीतिक राहदानी चोरी भएपछि. ...

१९९८ सेप्टेम्बर २ देखि ३ सम्म दक्षिण अफ्रिकाको तटीय सहर डरबनमा असंलग्न राष्ट्रहरूको संगठन नामको १२ औँ शिखर सम्मेलन गरिने तय भयो । त्यसपश्चात् हाम्रो मन्त्रालयमा पनि काम सुरू गर्नुपर्ने अवस्था आयो । त्यसबखत म मन्त्रालयको संयुक्त राष्ट्रसंघ तथा अन्तर्राष्ट्रिय कानुन महाशाखामा उपसचिव पदमा कार्यरत थिएँ । सम्मेलन सुरू हुनुभन्दा केही दिन पहिले आवश्यक तयारीका लागि डरबन जाने आदेश प्राप्त भयो । साथै त्यस बखत इजिप्टका लागि राजदूत गोपीनाथ दवाडीलाई पनि तुरून्त डरबन जाने आदेश गयो । हामी सम्पर्कमा थियौं र डरबनमा भेट गर्ने गरी कुरा मिलायौं ।

२७ अगस्ट १९९८ का दिन म काठमाडौंबाट बैंककका लागि उडें । बैंककबाट जोहानेसबर्ग पुगेर त्यहाँबाट डरबन पुग्रूने योजना थियो । त्यही दिन बैंककबाट फ्लाइट भएकाले एअरलाइन्सको काउन्टरमा गएँ । त्यहाँ कार्यरत केटीलाई मेरो टिकट 'फुल पेड' र म कूटनीतिज्ञ भएकाले मलाई 'बिजिनेस क्लास'मा अपग्रेड गरिदिनुस् भनेर अनुरोध गरेँ । उनीहरूले यो अधिकार हामीसँग छैन, ब्राजिलियन एअरलाइन्स भारिगको म्यानेजर हङकङ जानुभएको छ । एक घण्टापछि फर्कनुहुन्छ । तर खबर चाहिँ तुरून्त पठाइदिउँला भनी जवाफ फर्काए । म कुरेर बसेँ । नभन्दै म्यानेजर बैंकक आइपुगेपछि मलाई खोज्रून आइपुगे । सानो कदको व्यक्ति भए तापनि महँगो सुटलाई राखेकाले व्यक्तित्व झल्किन्थ्यो । उहाँले मेरो मागबमोजिम तुरून्त स्वीकृति दिनुभयो र भलाकुसारी पनि गर्नुभयो । ब्राजिलियन नागरिकहरु अति नै मित्रवत् हुने कुरा त पहिलादेखि थाहा थियो । टोकियो बसाइँताका एक दिन होटल न्यु ओटानीमा गएको बखत लिफ्रूटमा एक युगल जोडी पनि सँगै गियो । सामान्य हाइहेल्लो गर्दा उनीहरु ब्राजिलियन रहेछन् । ब्राजिल अति राम्रो देश भएकाले मौका मिलेमा घुम्न आउनुस् भनी तुरून्त निमन्त्रणा गरी हालेको कुरा पनि याद आयो । टिकेटिङ काउन्टर खुलिसकेकाले म पनि लाइनमा उभिन पुगेँ । मेरा अगाडि २-३ जना उभिराखेको र सबभन्दा अगाडि एक जना अजंगको कुइरे उभिराखेको थियो । करिब ८० वर्षको ठूलो जिउडालको र ६ फुटभन्दा अग्लो त्यो व्यक्तिलाई काउन्टरको केटीले सरलाई कुन सिट दिऊँ भनी अंग्रेजीमा सोधिन् । बुढाले कुनै पनि सिट भए हुन्छ, तर एउटा राम्री केटीसँगै पारिदेऊ है भनी अनुरोध गरे । वरिपरि बसेका सबै जना गलल्ल



हासे । बूढाको ठट्यौलीपन गजबको थियो ।

भारिग एअरलाइन्सको त्यो फ्लाइट बैंककबाट उडी जोहानेसबर्ग भई ब्राजिलको रियो दी जेनेरियो जाने अन्तिम फ्लाइट रहेछ । लकहिड कम्पनीले बनाएको त्यो भीमकाय प्लेनमा त्यो दिन यात्रुहरु खास थिएनन् । सिटहरु धेरैजसो खाली थिए । बिजिनेस क्लासमा पनि म र अरू केही यात्रुहरु मात्र थिए । यात्रुहरु नहुँदा एअरहोस्टेसहरु पनि फुर्सदिला नै भए । मारिया मसँग कुरा गर्न आई । फिल्महरु हेर्नुस् भनी एउटा मुभी प्लेयर पनि ल्याइदिइन् । निकै मिजासिला तथा हँसिला मारियाले नेपालबारे पनि निकै सोधखोज गरिन् । मैले पनि ब्राजिल तथा ब्राजिलियनहरूप्रति उच्च भावना रहेको र हालसम्म जान नपाए पनि कुनै दिन जानेछु भने । निकै बेर कुराकानी भएपछि खाना ल्याइदिइन् । त्यसपश्चात् एउटा फाराम र खाम पनि दिइन् । राहदानी बोक्ने अधिकृतले सावधानी अपनाएकै हुन्छ । तर पनि अकल्पनीय तरिकाले क्षणभरमा आँखाकै अगाडि प्रतिनिधिमण्डल सबैको राहदानी चोरी हुनु भनेको विरलै घटना थियो । त्यो यात्रुहरूले भारिग एअरलाइन्सको सेवाबारे आफ्ना कमेन्ट लेख्रूनका लागि थियो । मैलै राम्रो लेखिदिएँ । हुन त त्यस्तो बन्दी खाम कर्मचारीले हेर्न नहुने हो । तर मारियाले खोलेर पढेको रहेछ । निकै खुसी भएर मलाई धन्यवाद दिन पनि आइन् । साथै पाइलटलाई पनि देखाएको रहेछ । केही बेर पछि मलाई पाइलटले ककपिटमा बोलाउन पठाउनुभयो । ककपिटबाट यसो आकाशमा हेरेँ । ताराहरु चम्किराखेका निष्पट्ट अन्धकार, तल विशाल समुद्र । प्लेन आफ्नै गतिमा उडिराखेको थियो । करिब ११ घण्टाको फ्लाइटपछि प्लेन जोहानेसबर्ग एअरपोर्टमा ल्यान्डिङ गर्यो । पाइलट तथा मारिया सबैलाई बाई गरेर म होटलतिर लागेँ । म तथा राजदूत दवाडी भई नेपाली प्रतिनिधिमण्डलका लागि आवश्यक व्यवस्थाहरु सबै मिलायौं । सबै तयारी पूरा भइसकेको थियो । कार्यक्रमअनुसार प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाको नेतृत्वमा नेपाली प्रतिनिधिमण्डल आइपुग्यो । ३ सेप्टेम्बरका दिन सम्मेलन औपचारिक रूपमा समाप्त भयो । दक्षिण अफ्रिकी सरकारले सम्मेलनका लागि राम्रो व्यवस्था मिलाएको थियो । अब नेपाली प्रतिनिधिमण्डल ४ सेप्टेम्बरको दिन डरबनबाट जोहानेसबर्ग भई दुबई फर्कनु थियो । साथै प्रधानमन्त्री कोइराला दुबईबाट कतारको औपचारिक भ्रमणमा जाने कार्यक्रम थियो । नेपाली प्रतिनिधिमण्डलमा २६ जना थियौं । हामी दुई टिम भई फर्कनुपर्ने । प्रथम टिममा मलगायत अन्य परराष्ट्र मन्त्रालयका कर्मचारीहरु र केही पत्रकार साथीहरु पनि थिए । म, शिष्टाचार अधिकृत राजाराम बर्तौला तथा निमित्त शिष्टाचार महापाल वनमालीप्रसाद लाकौल प्रथम टिममा थियौं । जोहानेसबर्ग एअरपोर्टमा पुगी सिधा इमिरेट एअरलाइन्सको काउन्टरमा पुग्यौं । त्यस दिन केही व्यक्तिहरूले हडतालजस्तै गरी राखेको रहेछ । प्लेकार्डमा इफ यु फ्लाई टुडे, यु विल डाई लेखिएको देखियो । बर्तौलाले हाम्रो कूटनीतिक राहदानीहरु तथा टिकटहरु भएको कालो सानो ब्याग काउन्टरमा यसो राखेको मात्र के थिए, कसैले पछाडिबाट टिपेर बेपत्ता भयो । त्यो चोरी यति छिटो भएको थियो कि हामीलाई के भएको भन्नेसम्म पनि थाहा भएन । हाम्रै आँखाको सामुन्रूने ब्याग राख्रूनै पाएको छैन, चोरी भयो । हामी सबै अक्क न बक्क भयौं । सोच्नै सकिएन, के भएको भनेर । सायद त्यो चोर हामीलाई पछ्याउँदै आएको होला । एकैछिनमा एअरपोर्टमा ठूलो हल्लाखल्ला भयो । १० मिनेटपछि एफएमले पनि नेपाली प्रतिनिधिमण्डलको कूटनीतिक राहदानीहरु एअरपोर्टबाट चोरी भएको खबर प्रसारण भएछ । ठूलो हंगामा भयो । अब के गर्ने ? यत्तिकै प्रधानमन्त्री तथा अन्य गन्यमान्य व्यक्तिहरु पनि जोहानेसबर्ग आइपुगेर दक्षिण अफ्रिकी सरकारले सम्मानपूर्वक भीआईपी रूममा लगेछन् । ठूलै आपत् पर्‍यो हामीलाई । तर हामीले संयमपूर्वक काम गर्‍यौं। प्रतिनिधिमण्डलका सबै सदस्यहरूलाई राहदानी चोरी भए तापनि हामीसँग सबै विवरण भएकाले ट्राभल डकुमेन्ट बनाएर फर्कन सक्छौं भनी विश्वास दिलायौं । इमिरेट एअरलाइन्सले पनि निकै मद्दत गर्‍यो । धन्न, हाम्रो फ्लाइट साँझ ५ बजेतिर थियो र समय पनि प्रशस्त बाँकी थियो । ३-४ घण्टामा सबैको ट्राभल डकुमेन्ट तयार भयो । फ्लाइटमा सिट पनि कन्फर्म गरी बोर्डिङ पाससमेत उपलब्ध भएपछि हामी ढुक्क भयौं ।

म तथा प्रधानमन्त्रीका प्रमुख स्वकीय सचिव हरि शर्माजी एउटा भीआईपी रूममा बसेका थियौं । करिब १ बजेतिर भोकले निकै सताउन थालेको थियो । मैले हरि सरलाई म केही खाना किनेर आउँछु भनी इमिग्रेसनतिर गएँ । त्यहाँ एक जना निख्खर कालो र कपालमा तेल लगाएर टलक्क टल्काएका अधिकृत बसेका थिए । मैले आफ्रूनो परिचय दिएँ । उनले आधा जोक र आधा सान्त्वना देखाएर, ओहो नेपाली, मैले त सुनेको तपाईंहरूले राहदानी बिक्री गर्नुभयो । एक त राहदानी चोरी, अर्को भोकले सोत्तर भएका बेला त्यो अधिकृतले त्यसरी बोल्दा कति रिस उठ्यो होला । मैले पनि अलि अलि मजाक जस्तै गरी, हाम्रो राहदानी त तपाईंकै दाजुभाइहरूले चोरेर लग्यो, बिक्री गरेका हैनौं भनेर जवाफ फर्काएपछि उनले फेरि बोलेनन् । जोक गर्ने समय हुन्छ नि । मैले फुडकोर्टमा गई चिकेन बिर्यानी किनेर ल्याएँ । हरि सरले पनि निकै मीठो मानी खानुभएको दृश्य अहिलेसम्म याद छ । क्रमअनुसार नै नेपाली प्रतिनिधिमण्डल दुबई आइपुग्यो ।

भोलिपल्ट नेपाली प्रतिनिधिमण्डल कतारतर्फ लागे भने म तथा शाखा अधिकृत रमेशप्रसाद खनाल (जर्मनीका लागि पूर्वराजदूत) काठमाडौं फर्क्यौं । मैले दिनहुँजसो हामी बसेको होटल किन्लोईका म्यानेजरलाई फोन गरी राहदानीबारे सोधपुछ गरिराखेको थिएँ । १२ सेप्टेम्बरका दिन उताबाट म्यानेजरको फोन आयो । उनले खुसीको खबर सुनाए । तपाईंहरूको राहदानी सबै जस्ताको त्यस्तै पुलिसले बरामद गरेको छ । ओहो ! कस्तो खुसीको खबर । चोरले सायद पैसाका लागि ब्याग चोरेको होला, तर पैसा त सुका-मोहर पनि थिएन । अनि दिक्क मानेर

बाँकी ४ पेजमा

आजको राशिफल

हाम्रो पात्रोबाट साभार

मेष :- कला र गलाको प्रभाव बढ्नेछ । भाग्यले विभिन्न अवसर जुराउनेछ । विपरीत वर्गप्रति आकर्षण बढ्नेछ । राजनैतिक क्षेत्रमा सफलता मिल्नेछ ।

वृष :- आज घरायसी वातावरणमा केही असामान्यता देखिन सक्छ । झिनामसिना काममा धेरै समय खर्चनु पर्नेछ । आम्दानीमा पनि कमी आउनेछ ।

मिथुन:- परोपकारजन्य कार्यमा लगाव बढ्ने र धनसञ्चयको अवसर प्राप्त हुनेछ । आजको दिन हाँसखेल र मनोरञ्जनपूर्ण समय हो । व्यवसायिक क्षेत्रबाट लाभ हुनेछ ।

कर्कट :- बोलीवचन एवं प्रवचन-भाषण आदिमा प्रशंसा मिल्नेछ । परोपकारी कार्यमा संलग्न भइनेछ । रचनात्मक कार्यमा जुट्दा फाइदा हुने समयछ ।

सिंह:- परिणाममुखी जिम्मेवारी वहन गर्ने समय आएको छ । मठ-मन्दिरको भ्रमणले काम सम्पन्न गर्न थप ऊर्जा प्रदान गर्नेछ । परोपकारी कार्यमा संलग्न भइनेछ ।

कन्या :- आज आफन्त, सहयोगी र मित्रवर्गको सहयोगले महत्त्वपूर्ण कार्य सम्पन्न हुनसक्छ । गोपनीय ढङ्गले गरिएको क्रियाकलापमा सफलता पाउनुहुनेछ ।

तुला :- वाणीमा कुशलता आउने दिन परेको छ । करियरको क्षेत्रमा मन मिल्ने साथीको सुझावले महत्त्वपूर्ण भुमिका निर्वाह गर्नेछ । यात्रा गर्ने अवसर पनि जुट्नेछ ।

वृश्चिक :- आज कसैलाई परदेशी घर फर्कने योग छ । घरपरिवारमा रमाइलो वातावरण छाउनेछ । समाज र परोपकारका समय बित्न सक्छ ।

धनु :- यात्रा गर्दा ध्यान दिनुहोला बाटोमा दुःख हुन सक्छ । काम बिगार्न चाहनेहरु अगाडि बढ्न सक्छन् । स्वरोजगारीका निम्ति दौडधूप गर्नुपर्ने हुन सक्छ ।

मकर:- धार्मिक र सामाजिक महत्त्वको क्षेत्रको भ्रमण हुनसक्छ । दुरदराजमा रहेका आफन्तजनसँग सम्बन्ध कायम हुनेछ । रोकिएका काम पुनः सुरू हुन सक्छ ।

कुम्भ:- आज भाग्यले साथ दिनेछ । आज परोपकार तथा सहयोग आदिमा पनि भूमिका निर्वाह गर्न पाइनेछ । सजिलै अरूको मन जित्न पनि सकिनेछ ।

मिन :- नाता-कुटुम्बको आगमन हुने एवं परिवारमा नयाँ सदस्य थपिन पनि सक्ने सम्भावना छ । आफूसँग भएको क्षमता प्रदर्शन गर्ने अवसर पनि जुट्ला ।

सप्तरी फुलवरियामा मन्त्री न्युपानेले गरे दुई कोठे सामुदायिक भवनको शिलान्यास

विसुन देव सरदार

लहान । नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (नेकपा) प्रदेश न.२ प्रदेश कमिटी सदस्य , जिल्ला कमिटी सचिव तथा सप्तरी क्षेत्र न. (४ क) का प्रदेश सभा सांसद गोविन्द न्युपानेको हातबाट दुई कोठे सामुदायिक भवनको शिलान्यास भएको हो। प्रदेश सभा सांसदीय विकास कोषले दिईएको रकमबाट सप्तरीको खडक नगरपालिका वडा न. १० इनर्वा फुलवरिया छोटकी राम टोलमा

हिजो फाल्गुन २१ गते शुक्रबारका दिन सम्पन्न भएको छ। नेकपा जिल्ला कमिटी सदस्य अगुवा कार्यकर्ताहरूको सहभागितामा शिलान्यास सम्पन्न भएको देवकान्त चौधरीले बताए ।

गाउँमा सामुदायिक भवन निर्माण हुनलागेपछि सबैमा खुसीको लहर देखिएको छ।

'राज्य सञ्चालन नफेरिँदा सुशासन कायम भएन'

जनकपुरधाम : शासन व्यवस्था फेरिँए पनि राज्यको मूल चरित्र र सञ्चालन व्यवस्था नफेरिँदा मुलुकमा सुशासन कायम हुन नसकेको वक्ताहरूले बताएका छन् । शनिबार जनकपुर साहित्य महोत्सवको चौथो दिनको ‘कसले देला सुशासन’ शिर्षकको पहिलो सत्रमा सहभागी वक्ताहरूले देशमा प्रजातन्त्र, पञ्चायत, बहुदल र गणतन्त्रलगायतका शासन व्यवस्था फेरिँए पनि काम गर्ने प्रणाली पुरानै रहेकाले कारण सुशासन कायम हुन नसकेको बताए ।

कार्यक्रममा वक्ता इकागज डटकमका प्रधानसम्पादक हरिबहादुर थापाले देशमा संघीयता आएपनि नागरिकले गाउँगाउँमा सिंहदरबार पुगेको महसूस गर्न नसकेको पनि बताए । उनले भने, ‘संघीयता आएपछि गाउँगाउँमा अधिकार र नागरिकलाई सेवाभन्दा तुजुक र कुशासन पुग्यो । जसको परिणाम मुलुकमा परिवर्तन आए पनि प्रणाली त्यही गयो, जुन पहिला सिंहदरबारमा हावी थियो । जसले गर्दा आम नागरिकले परिवर्तनको अनुभव गर्न सकिरहेका छैनन् ।’

थापाले कुनै एक पक्षलाई दोष दिएर मात्रै नहुने, सबैले कुशासनको प्रणाली तोडन सबैले आ–आफ्नो जिम्मेवारी वहन गर्न जरूरी रहेको बताए । छ । परिवर्तनका लागि उच्च तहका कुनै एक व्यक्ति अघि बढे भने सुशासनको कायम हुन सक्नेछ । प्रदेश–२ का मुख्य न्यायाधिवक्ता दिपेन्द्र झाले मुलुकमा परिवर्तनपछि संघीयता आएपनि काम गर्ने कर्मचारी त्यही पुरानो मानसिकता बोकेका भएकाले प्रणालीमा परिवर्तन आउन नसकेको बताए । उनले भने, ‘मुलुकमा सुशासन कायम गर्नुछ भने काम गर्ने कर्मचारीको मानसिकतामा परिवर्तन ल्याउन जरूरी छ । जंगबहादुर राणाको पालादेखि विभिन्न राजनीतिक परिवर्तन आएर तर काम गर्ने प्रणाली र संरचनामा कुनै परिवर्तन आएन । जबसम्म राज्यको स्वरूप र चरित्र, नेतृत्व तथा निर्णय गर्ने क्षमतामा परिवर्तन ल्याउन सकिदैन । तबसम्म सुशासन कायम हुन सक्दैन ।’दिपेन्द्र चौलागाईले मुलुकमा सुशासन कायम गर्न शासन व्यवस्थापन भन्दा पनि मानसिकता र संस्थागत सुधारको आवश्यकता रहेको बताए । उनले भने, ‘संस्थागत परिवर्तनका लागि सबभन्दा पहिला राज्यले इनसेन्टिभको मानसिकता त्याग्नु पर्छ । किनकी हाम्रो मुलुकमा सबभन्दा बढी कर उठाउने अर्थमन्त्री र सबभन्दा बढी फाइन उठाउने ट्राफिक असल र सबल हुने मानसिकता छ । राज्यले जनताबाट बढी कर उठाउनु भन्दा राम्रो सहज ढंगबाट राम्रो सेवा दिने न कि कर उठाउने वातावरण बनाउनु पर्छ ।’

समाजसेवी मुन्नी दासले कानुन कार्यान्वयनको अवस्था कमजोर भएको बताइन् । उनले भनिन्, ‘देशमा असल कानुन र त्यसको कार्यान्वयनको पक्ष कमजोर भएको कारण मुलुकमा सुशासन कायम हुन सकेको छैन । भ्रष्टाचार कहाँ–कहाँ भइरहेछ सम्बन्धित निकायलाई थाहा छ । तर, कारबाही गर्नुको सट्टा सलाम गर्छन भने सानातिना कर्मचारी र आम नागरिकलाई कारबाही गर्छन् । समस्या यहीँनेर छ ।’ *इकागजबाट*

अवैध ...

स्वस्तिका इन्टरप्राइजेजमा फिस चुना खोज्दा पसलेले फिस चुना राम्रो नहुने भन्दै त्यसको सट्टा आफूसँग अर्को औषधि रहेको र यसले राम्रो काम गर्ने अमरलाई बताए ।

अमर पनि पसलेले भनेको सही होला सोचेर औषधि लिन राजी भए । उनले अमरलाई डेढ बिघा पोखराका लागि भनेर १५ पोका सीयु सल्फ (कपर सल्फेट) र एउटा अक्सीलाइट (अक्सिजन) नामक दुई वटा औषधि दिए ।

किनेर लगेको औषधि पसलेले भने अनुसार अमरले पोखरामा हाले । तर, माछा मर्ने समस्या समाधानका लागि भनेर दिइएको सो औषधि दिउँसो पोखरीमा हालेको केहि बेरपछि माछा अकस्मात छटपटाउन थाले, र माछा मर्ने क्रम पनि सुरू भयो ।

साँझसम्म आधी जति माछा मरिसके । १९ गते बिहान पोखरीका सबै माछा मरेर पोखरी नै सखाप भयो । लगत्तै उनी फेरि मिर्चैया आए, पसले भेटेनन्, उनलाई फोन गर्दा शनिबार आउन समय दिए ।

शनिबार भेटेर पसलेसँग गुनासो गर्दा पसलेले आफ्नो औषधिले माछा नै नमरेको भन्दै उल्टै झगडा गर्न खोजेको अमरले दुखेसो पोखेका छन् । पसलेले गलत औषधि दिंदा पानी विषाक्त बनेर माछा मरेको अमरको आरोप छ । ‘डाक्टर होला सोचेर म विश्वास गरेँ,’ उनले सुनाए, ‘तर, आज म घर न घाटको भएँ, ठूलो क्षति भयो ।’

पसलेले झगडा गर्न खोजेपछि उनी मिर्चैया प्रहरीमा आएर अनुसन्धान र क्षतिपूर्तिका लागि निवेदन गरेका छन् । पीडित अमर प्रहरीमा गएको थाहा पाएलगत्तै स्वस्तिका इन्टरप्राइजेजका सञ्चालक पसलको बोर्डसमेत हटाई बन्द गरेर फरार भएका छन् ।

मिर्चैया थाना चोक भएर बजार जाने बाटोमा सञ्चालित उक्त औषधि पसल अवैध रूपमा सञ्चालन भइरहेको देखिएको छ । पसलको अगाडि झुन्ड्याइएको बोर्डमा दर्ता र पान नम्बर केहि पनि देखिएन ।पसलका सञ्चालक जय साहसँग यस सम्बन्धमा कुरा गर्दा उनले आफूसँग सबै प्रमाण रहेको दावी गरे । तर, दर्ता नम्बर माग्दा उनले फोन नै काटिदिए । आफूले दिएको औषधिका कारण माछा नमरेको दावी पनि उनको छ ।इलाका प्रहरी कार्यालय मिर्चैयाका डिएसपी राजेन्द्र श्रेष्ठले घटनाको सबै जानकारी आफूले पीडितसँग लिएको र आवश्यक थप अनुसन्धान भइरहेको जानकारी दिए ।

पोखरी ठेक्कामा लिई ऋण लिएर माछापालन गरेको अमरले बताए । पोखरीमा हालसम्म साढे ७ लाख जति लगानी लागिसकेको उनको भनाइ छ ।ठेक्का लिंदा सुरूमै ४० हजार धरौटी तिरेको, पहिलो किस्तामा नगरपालिकालाई २ लाख ६६ हजार बुझाएको, त्यसपछि १ लाख खर्च गरेर पोखरी सफाई गराएको र झण्डै साढे तीन लाखको माछा हालेको सुनाए । क्षतिपूर्ति दिलाई दिन सम्बन्धित निकायसँग उनले अपिलसमेत गरेका छन् ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

वारुण यन्त्र, लहान	०३३–५६३११९
ईलाका प्रहरी कार्यालय, लहान	०३३–५६०१५५
ईलाका प्रशासन कार्यालय, लहान	०३३–५६०२६६
जि.ट्राफिक कार्यालय, लहान	०३३–५६०७३७
लहान नगरपालिकाको कार्यालय	०३३–५६३१३८
नेपाल विद्युत प्राधिकरण, लहान	०३३–५६०२४६
सव स्टेशन, लहान	०३३–५६०४००
नेपाल टेलिकम, लहान	०३३–५६०४४४
प्राविधिक शिक्षालय, लहान	०३३–५६३०१५
अञ्चल यातायात कार्यालय, लहान	०३३–५६०२१७
रा.उ.स्मारक अस्पताल, लहान	०३३–५६००१९
आ. राजस्व कार्यालय, लहान	०३३–५६००८८
कृषि विकास बैंक, लहान	०३३–५६०१४७
कृषि सामाग्री संस्थान, लहान	०३३–५६०१४८
घरेलु तथा साना उद्योग, लहान	०३३–५६०१२८
जिल्ला उद्योग वाणिज्य संघ, सिरहा	०३३–५६३२०५
दु.शा.अतिथि सदन, लहान	०३३–५६०१६९
आँखा अस्पताल, लहान	०३३–५६००८०
जे.एस.मु.ब.क्याम्पस, लहान	०३३–५६०२५२
रक्त संचार केन्द्र, लहान	०३३–५६०९७५
मारवाडी सेवा सदन, लहान	०३३–५६१४११
जि.प्रशासन कार्यालय, सिरहा	०३३–५२०१२३
जिल्ला प्रहरी कार्यालय, सिरहा	०३३–५२०११२
नगर प्रहरी, सिरहा	०३३–५२०२६७
प्रहरी चौकी, माडर (सिरहा)	०३३–५२०४००
को.ले.नि.का. सिरहा	०३३–५२०१३०
कृषि विकास बैंक, सिरहा	०३३–५२०४७०
जिल्ला समन्वय विकास कार्यालय, सिरहा	०३३–५२००३७
सिरहा जिल्ला अदालत, सिरहा	०३३–५२००५६
जिल्ला अस्पताल, सिरहा	०३३–५२००६४
जनस्वास्थ्य कार्यालय, सिरहा	०३३–५२००८१
जिल्ला शिक्षा समन्वय इकाई शाखा, सिरहा	०३३–५२०००४
नेपाल टेलिकम, सिरहा	०३३–५२००३३
नेपाल विद्युत प्राधिकरण, सिरहा	०३३–५२०१६१
राष्ट्रिय बाणिज्य बैंक, सिरहा	०३३–५२०००२
रेडक्रस सोसाइटी, सिरहा	०३३–५२००९५
ईलाका प्रहरी कार्यालय, मिर्चैया	०३३–५५०१००
कृषि विकास बैंक, मिर्चैया	०३३–५५०००५
सिता नोबेल न्यूज सेन्टर	०३३–५६००२७
सविना बुक्स एण्ड सप्लायर्स लहान–७	०३३–५६०५११
स्वस्तिका इलेक्ट्रिक एण्ड जेनरल अर्डर सप्लायर्स लहान–१०	९८४२८९०९६५
पञ्चदेवी टेक्निकल ईन्टिच्युट लहान	०३३–५६५४६८ ९८१६७३७३३१

नगरवासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

बालविवाह, बहुविवाह र अनमेल विवाहलाई प्रश्रय नदिऔं, स्वस्थ समाजको निर्माण गरौं । जथाभावी रुख नकाटौं, वातावरणलाई स्वच्छ राखौं । घर वरिपरिको वातावरण सफा र स्वच्छ राखौं, रोगब्याधिबाट बचौं । फागुन देखि वैशाखसम्मको अवधि हावाहुरी बढी आउने समय हो । आगो बाल्दा सुरक्षित ठाउँमा मात्र बाल्ने, सलाई लाइटर, मट्टीटेल आदि ज्वलनशील वस्तु केटाकेटीले भेट्ने ठाउँमा नराखौं । केटाकेटीलाई जथाभावी आगो बाल्दा हुन सक्ने आगलागीका दुर्घटनाहरुबारे सम्झाई–बुझाई गर्ने र यस्ता कुराहरुबाट सजग रहन जनचेतना बढाउने कार्यमा सहयोग गरौं । गाउँपालिकालाई बुझाउनु पर्ने घर, जग्गा, मालपोत दस्तुर, व्यवसाय कर आदि समयमा नै बुझाऔं । घटना घटेको ३५ दिनभित्र व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं । सार्वजनिक जग्गा र सम्पत्ति संरक्षणमा गाउँपालिकालाई सहयोग गरौं । आफ्नो घर–आँगनबाट उत्पन्न फोहरलाई व्यवस्थित गरौं । इजाजत पत्र लिएर मात्र व्यापार व्यवसायी गरौं तथा उपभोक्ता आचारसंहिता पालना गरौं । बालबालिकालाई काममा हैन विद्यालय पठाऔं । विकास निर्माण कार्यक्रममा जनसहभागिता जुटाऔं । कृषिको व्यावसायीकरण गरौं । खाद्य सम्प्रभुत्व र आत्मनिर्भर गाउँपालिका निर्माणमा सहभागी बनौं । किसानलाई सम्मान गरौं । जैविक विविधतामा आधारित पर्यावरणीय कृषि पेशा अवलम्बन गरौं ।

लहान नगरपालिका कार्यालय, सिरहा | कर्जन्हा नगरपालिका कार्यालय, सिरहा
मिर्चैया नगरपालिका कार्यालय, सिरहा | सुखिपुर नगरपालिका कार्यालय, सिरहा
कल्याणपुर नगरपालिका कार्यालय, सिरहा | धनगढीमाई नगरपालिका कार्यालय, सिरहा
गोलबजार नगरपालिका कार्यालय, सिरहा | सिरहा नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

सिरहामा ...

जानकारी दिएकी थिइन् । त्यसलगत्तै दासलाई पक्राउ गरिएको इलाका प्रहरी कार्यालय मिर्चैयाका डिएसपी राजेन्द्र श्रेष्ठले जनाए ।

घटनाबारे आवश्यक अनुसन्धान भइरहेको सिरहाका प्रहरी प्रमुख एसपी सुदिपराज भण्डारीले जानकारी दिए ।

कोरोनापछि...

५. खानपानमा ध्यान दिने

खानपान मानसिक स्वास्थ्यको लागि अति महत्वपूर्ण कुरा हो । के खाने, कतिबेला खाने र कति खाने भन्ने कुरा हामीले ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू हुन् । खाना आफूले खाने नियमित समयमा खानुहोस् । सकेसम्म परिवारका सबै सदस्यहरू सँगै बसेर खाना खानुहोस् । जसले गर्दा पारिवारिक मेलमिलापसँगै मनमा अनावश्यक कुरा खेल्न पाउँदैन ।

६. अभ्यास नियमित गर्नु

नियमित अभ्यास गर्नु पनि मानसिक स्वास्थ्यको लागि आवश्यक हुन्छ । बिहान कोरोनाकाल अघि जस्तै गरी आफूले नियमित अभ्यास गर्नाले हाम्रो शारीरिक सँगै मानसिक अवस्थालाई पनि सुधार गर्न यसले मद्दत गर्छ ।

७. सोसल मिडियामा एकदमै धेरै कम गर्नुपर्छ

सामाजिक सञ्जाल सबै उमेर समूहको मानसिक समस्याको मुख्य कारण हो । यो समयमा धेरै सामाजिक सञ्जालमा झुण्डिनु मानसिक समस्याको बिउ रोप्नु जस्तै हो । त्यसैले चलाउनै परे केही बेर चलाउने र बन्द गरिहाल्नुपर्छ । जति सक्दो कम सामाजिक सञ्जाल चलाउनु पनि मानसिक समस्या कम गर्ने एउटा उपाय हो ।

८. पर्याप्त सुत्नु

अहिले विद्यालय सुरू भइसकेपछि बच्चाहरूले पनि पर्याप्त सुत्न त पाउँदैनन् । तर बच्चाको लागि यस्तो अवस्थामा १० अनिवार्य सुत्न दिनुपर्छ । वयष्कहरूको लागि पनि ८ घण्टाको निद्रा अनिवार्य हुन्छ । *अनलाईनखबरबाट*

कुटनीतिक ...

फोहोर फाल्ने ढ्वाङमा फालिदिएको बुझियो । मैले राहदानीहरु डीएचएलबाट अविलम्ब पठाइदिन अनुरोध गरेँ । नभन्दै १६ सेप्टेम्बरका दिन सबै २६ वटा राहदानी मेरो हातमा आइपुग्यो । तुरून्त तत्कालीन परराष्ट्र सचिव मुरारिराज शर्मालाई खबर गरे । एउटा ठूलो आपत् टर्‍यो । ठूलो चिन्ताको विषय दूर भयो । चोरले उक्त राहदानीहरु जलाउन सक्थ्यो, समुद्रमा फालिदिन सक्थ्यो । च्यातिदिन सक्थ्यो । तर केही पनि नगरी सिर्फ फोहोर फाल्ने ढ्वाङमा फालिदिएकाले त्यो अपरिचित चोरलाई मनमनै धन्यवाद पनि दिएँ, दुःख दिए तापनि तिम्रो जय होस् भनेर । विदेश भ्रमणका बेलामा अनेक अकल्पनीय घटना घट्छन् । तर प्रतिनिधि मण्डल सबैको राहदानी चोरी हुनु पनि निकै संवेदनशील घटना हो । यसरी चोरी होला भनेर कसैले सोच्ने कुरा पनि हुँदैन । राहदानी बोक्ने अधिकृतले सावधानी अपनाएकै हुन्छ ।

तर पनि यसरी अकल्पनीय तरिकाले क्षणभरमा आँखाकै अगाडि प्रतिनिधिमण्डल सबैको राहदानी चोरी हुनु भनेको विरलै घटिने घटना मध्ये थियो । मलाई मनमा खुल्दुली लागिराखेको थियो । अब ककसलाई सजाय हुने हो यो घटनाले गर्दा । मैले हरि सरलाई सोधेँ, हामीलाई केही कारबाही हुन्छ कि भनेर । उहाँको जवाफ सुनेर म अवाक् भएँ । हैन मोहनजी, भ्रमणमा यस्ता घटना घटिराख्छन् । कसैलाई कारबाही हुँदैन । बरू चोरिएका राहदानीहरु फिर्ता ल्याउन सकिन्छ कि पहल गरिराख्नुस् । प्रधानमन्त्री तथा अन्य कोही प्रतिनिधिमण्डलका उच्चपदस्थ व्यक्तिहरुबाट गालीको कुनै एक वचन पनि सुन्नु परेन । सहनशीलता तथा सुझबुझको उत्कृष्ट नमुना । *इकागजबाट*

नेपाल सरकार
उद्योग वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालय
ग्रामीण उद्यम तथा विप्रेषण आयोजना (समृद्धि)

IFAD
Investing in rural people

नि:शुल्क व्यवसायिक सीप तालीम तथा रोजगारीको अबसर

प्रथम पटक प्रकाशित मिति : फाल्गुन ५ गते

ग्रामीण उद्यम तथा विप्रेषण आयोजना (समृद्धि) को आर्थिक सहयोगमा गण्डकी पोली टेक्निक इन्ष्टिच्युट प्रा.लि. काठमाडौंले तह १ को नि:शुल्क तालिम शुरु गर्न गइरहेको छ । तालिम पछि त्यसलाई नै पेशा बनाएर रोजगारी गर्न चाहने बेरोजगार महिला तथा पूरुष, वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका, आर्थिक बिपन्नता र सामाजिकरुपमा बिभेदमा परेका ईच्छुक बेरोजगार व्यक्तिहरुलाई फाराम भर्न अनुरोध गरिन्छ ।

आवेदकको योग्यता र प्राथमिकताका आधारहरु :

उमेर : १८ देखि ४० बर्ष (२५ प्रतिशत प्रशिक्षार्थीहरु ४० बर्ष भन्दा माथिका पनि हुन सक्नेछन)

आधारभूत योग्यता : आयोजनाको कार्यक्षेत्र भित्रका जिल्ला/गाउँ/नगरपालिका भित्रका आर्थिक रुपमा विपन्न र तालिम पश्चात सोही पेशामा रोजगारी गर्न चाहने युवाहरु ।

शैक्षिक योग्यता : शैक्षिक योग्यताको बन्देज भने पाठयक्रममा तोकिए बमोजिम हुने र यो अवसर विद्यालय/विश्वविद्यालयमा नियमित अध्ययनरत विद्यार्थीहरूका लागि भने होइन ।

प्राथमिकता : महिला, वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका वा वैदेशिक रोजगारीमा रहेकाको परिवारका सदस्य र आर्थिक रूपले विपन्न तथा सामाजिक रूपले विभेदमा परेका समुदायका युवाहरु ।

आवेदन फारामसँग संलग्न गर्नुपर्ने कागजातहरु :

१. नागरिकताको प्रमाण पत्र वा मतदाता परिचय पत्र वा सवारी चालक अनुमति पत्रको प्रतिलिपि ।
२. हालसालै खिचेको पासपोर्ट साइजको फोटो एक प्रति ।
३. यदि आवेदक विषेश अवस्थाको भएमा सो अवस्था खुल्ने कागजपत्रहरुको प्रतिलिपि ।

तालिम सम्वन्धी विवरण :

सि. नं	तालिमको विषय	आवश्यक संख्या	जिल्ला	पालिका	तालिम हुने वडा तथा टोल
१.	बिल्डङ्ग ईलेक्ट्रिसियन	२० जना	सिरहा	धनगढीमाई नगरपालिका	पछि तोकिने
२.	टेलरिङ्ग	२० जना	सिरहा	धनगढीमाई नगरपालिका	पछि तोकिने
३.	टेलरिङ्ग	४० जना	सिरहा	लहान नगरपालिका	

तालिम तथा रोजगार सेवा सेवा प्रदायक संस्थाको पुरा नाम र ठेगाना : गण्डकी पोली टेक्निक इन्ष्टिच्युट प्रा.लि. काठमाडौं
फाराम बुझाउने अन्तिम मिति : २०७७ चैत्र ०८ गते ।
तालिम अवधि : ३९० घण्टा (६५ दिन)
तालिम शुरु हुने मिति : २०७७ चैत १२ गते ।
तालिम समापन मिति : २०७८................ गते

तालिमको लागि सम्पर्क

मुख्य कार्यालय
गण्डकी पोली टेक्निक इन्ष्टिच्युट प्रा.लि.
मिलन टोल-६, काठमाडौं
फोन नं.०१-४९८५५५९ मो.नं.९८५१०९९८३१

तालिम संयोजक
सुरेन्द्र यादव, मोबाईल नं. ९८०४८७८५२०
धिरेन्द्र यादव, मोबाईल नं. ९८२४७२२६६८

Gandaki Poly Technic Int. Pvt. Ltd.

HELVETAS NEPAL
प्राविधिक सहयोग

गाउँपालिकावासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

बालविवाह, बहुविवाह र अनमेल विवाहलाई प्रश्रय नदिऔं, स्वस्थ समाजको निर्माण गरौं । जथाभावी रुख नकाटौं, वातावरणलाई स्वच्छ राखौं । घर वरिपरिको वातावरण सफा र स्वच्छ राखौं, रोगब्याधिबाट बचौं । फागुन देखि वैशाखसम्मको अवधि हावाहुरी बढी आउने समय हो । आगो बाल्दा सुरक्षित ठाउँमा मात्र बाल्ने, सलाई लाइटर, मट्टीटेल आदि ज्वलनशील वस्तु केटाकेटीले भेट्ने ठाउँमा नराखौं । केटाकेटीलाई जथाभावी आगो बाल्दा हुन सक्ने आगलागीका दुर्घटनाहरुबारे सम्झाई-बुझाई गर्ने र यस्ता कुराहरुबाट सजग रहन जनचेतना बढाउने कार्यमा सहयोग गरौं । गाउँपालिकालाई बुझाउनु पर्ने घर, जग्गा, मालपोत दस्तुर, व्यवसाय कर आदि समयमा नै बुझाऔं । घटना घटेको ३५ दिनभित्र व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं । सार्वजनिक जग्गा र सम्पत्ति संरक्षणमा गाउँपालिकालाई सहयोग गरौं । आफ्नो घर-आँगनबाट उत्पन्न फोहरलाई व्यवस्थित गरौं । इजाजत पत्र लिएर मात्र व्यापार व्यवसायी गरौं तथा उपभोक्ता आचारसंहिता पालना गरौं । बालबालिकालाई काममा हैन विद्यालय पठाऔं । विकास निर्माण कार्यक्रममा जनसहभागिता जुटाऔं । कृषिको व्यावसायीकरण गरौं । खाद्य सम्प्रभुत्व र आत्मनिर्भर गाउँपालिका निर्माणमा सहभागी बनौं । किसानलाई सम्मान गरौं । जैविक विविधतामा आधारित पर्यावरणीय कृषि पेशा अवलम्बन गरौं ।

बरियारपट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
नवराजपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
लक्ष्मीपुर पतारी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
सखुवानन्कारकट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
अर्नमा गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
भगवानपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
औरही गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
विष्णुपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
नरहा गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा

लहानपोस्ट् दैनिकका लागि प्रकाशक : भरत जर्घामगर, सम्पादक : शम्भु कुमार यादव, कानुनी सल्लाहकार : सन्तोष सुवेदी कम्प्यूटर ले-आउट : महेन्द्र प्रसाद चौधरी
कार्यालय :लहान नगरपालिका-१०, सिरहा फोन नं. ०३३५६४९६७, ९८५२८२४९६७, ९८५२८३९३१५ website : www.lahanpost.com , e-mail : lahanpost@gmail.com मुद्रक : न्यू यदुवंशी अफसेट प्रेस, लहान,(सिरहा)