

खबर दर्पण

Khobar Darpan National Daily

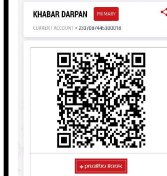
राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष ९ अंक ३१५ २०८३ साल साउन १७ आइतवार 2 Aug 2026 पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५ www.shirishnews.com

विज्ञापन गराउन सम्पर्क गर्नुहोस् ।

यस खबर दर्पण दैनिक पत्रिकामा आफ्नो पसल, व्यापारिक प्रतिष्ठान, उद्योग, संघ संस्था, लगायतको प्रचार प्रसारको लागि अवश्य सम्पर्क गर्नुहोस् ।

सम्पर्क नं. : ९८४४०२५१८४, ९८०७६७५१२५, ९८५४०२९०५३, ९८०७६५०५८९, ९८६३६३२९८९



तपाईं जुन सुकै ठाउँमा भए पनि हामीलाई सामग्री पठाएर । विज्ञापन वापतको रकम जम्मा गरेको स्क्रिनसट पठाउनुस् । हामी विज्ञापन गरी दिन्छौं ।

जनकपुरमा सरकार र संयुक्त हिन्दु मोर्चाबीच सहमति, आन्दोलनका सम्पूर्ण कार्यक्रम स्थगित



खबर दर्पण समाचारदाता
साउन १६ गते, जनकपुरधाम
जनकपुरमा भएको सरकारी पक्ष र आन्दोलनरत हिन्दुवादी मोर्चाबीच सहमति भएको छ । वार्तामा सहमति भएपछि आन्दोलनरत संयुक्त हिन्दु मोर्चा द्वारा आन्दोलनका सम्पूर्ण कार्यक्रम तत्कालका लागि स्थगित गरिएको छ । शनिवार भएको दुई चरणको वार्तापछि सहमति भएको धनुषाका सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी भूदेव भनाले जानकारी दिनुभयो ।

सोही अनुसार नेपाल सरकारले काम गर्नेगरी दुवै पक्षबीच सहमति भएको धनुषाका सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी भूदेव भनाले जानकारी दिए । सुनसरी घटनापश्चात मधेशमा उत्पन्न तनाव कम गर्दै आपसी शान्ति, सद्भाव, सहिष्णुता कायम गर्न नेपाल सरकारका गृहमन्त्री सुधन गुरुङसहित मधेश प्रदेश सरकार र स्थानीय सरकारका प्रतिनिधिहरूबीच वार्ता भएको हो । सहमतिअनुसार आन्दोलनमा

सहभागी नागरिकहरूको सुरक्षा तथा शान्ति-सुरक्षाको प्रत्याभूति सरकारले गर्ने भएको छ । त्यसैगरी, २०६२/०६३ सालदेखि हालसम्म नेपाली नागरिकको सन्दर्भमा भएका छानबिनलाई निरन्तरता दिँदै विदेशी नागरिकसँग सम्बन्धित विषयमा आवश्यक कानुनी प्रक्रिया अघि बढाउने उल्लेख गरिएको छ । मदर्सा, मस्जिद तथा अन्य धार्मिक संस्थामा सञ्चालन भइ रहेका विभिन्न गतिविधि तथा फन्डिङको छानबिन गरी आवश्यक अनुगमन तथा

नियमन गर्दै कानुन बमोजिम कारवाही प्रक्रिया अघि बढाउने सहमति भएको छ । १२ वर्षीय आनन्द दासको घटनामा संलग्न व्यक्तिको पहिचान गरी कानुनी कारवाही गर्ने तथा पीडित परिवारलाई क्षतिपूर्ति उपलब्ध गराउने विषयमा पनि सहमति भएको छ । यसअघि मोर्चाले सरकारसमक्ष १३ बुँदे मागपत्र पेश गरेको थियो । मागपत्रमा नेपाललाई हिन्दु राष्ट्र घोषणा गर्ने विषयमा सर्वदलीय छलफल अघि बढाउने

र यसका लागि थप छलफल गर्न सरकारलाई ३ महिनाको समय दिएर सहमति जुटेको बताइएको छ । त्यसैगरी सहमतीमा धार्मिक कार्यक्रममा हतियार प्रदर्शन नियन्त्रण गर्ने, धार्मिक स्थलमा ध्वनि प्रदूषण नियन्त्रण, धार्मिक स्थलमा बसोबास गर्ने व्यक्तिको अभिलेखीकरण, सामाजिक सञ्जालमार्फत धार्मिक तथा साम्प्रदायिक द्वेष फैलाउनेमाथि कारवाही, देवानगञ्ज घटनापछि पक्राउ परेकाहरूको मुद्दा

पुनरावलोकन, घाइतेहरूको उपचार, धार्मिक आयोगसम्बन्धी कानुनी व्यवस्था पुनरावलोकन लगायतका विषय समावेश छन् । वार्तापछि संयुक्त हिन्दु मोर्चाले सहमतिको सम्मान गर्दै आन्दोलनका सम्पूर्ण कार्यक्रम तत्कालका लागि स्थगित गर्ने घोषणा गरेको छ । मोर्चाले सरकारले सहमतिअनुसार कार्यान्वयन प्रक्रिया अघि बढाउने विश्वास व्यक्त गरेको छ ।

अर्ना खुल्यो ! अर्ना खुल्यो !! अर्ना खुल्यो !!!

Affiliated with MADHESH UNIVERSITY (MU)

KSHIRESHWAR MULTIPLE COLLEGE (KMC)

Kshireswarnath Municipality-6, Sakhuwa Mahendranagar, Dhanusha

Hurry Up ! Admission Open

BBA (BACHELOR OF BUSINESS ADMINISTRATION) (व्यवस्थापन)

BPAM (BACHELOR IN PUBLIC ADMINISTRATION & MANAGEMENT) (जनप्रशासन)

SPECIAL FEE OFFER

8 वर्षको लागि विशेष शुल्क रु. १,३०,०००/- मात्र

कार्यालय खुल्ने समय : बिहान १०:०० बजे देखि बेलुका ५:०० बजे सम्म

श्री राष्ट्रिय मा.वि. सस्वुवा बजार, धनुषा

फोन : +९७७-०८१-५५०२०५ मोबाईल : ९८०८८०८८९० / ९८८८३३८५३९ ९८८८०२५९८८ / ९८०८६८३९६०

क्षीरेश्वर मल्टिपल कलेज
- उच्च शिक्षाको लागि उत्तम गन्तव्य -

BPAM (Bachelor of Public Administration and Management)

BBA (Bachelor of Business Administration)

गुणस्तरीय र दक्षतामा आधारित शिक्षा

- दक्ष प्राध्यापक र आधुनिक शिक्षण विधि
- लोकसेवा आयोगमा उत्कृष्ट सफलता
- भविष्यको नेतृत्व निर्माण
- व्यावहारिक र exposure-उन्मुख पढाइ
- नीति निर्माणमा सहभागिता र नेतृत्व विकास

ज्ञानलाई सीप र रोजगारीसँग जोड्ने

- Placement को सुनिश्चितता
- उद्यमशीलता र वैदेशिक अवसर
- Replacement को सुविधा
- अनुसन्धान र नवप्रवर्तन
- सार्थक तथा स्वस्थ शैक्षिक वातावरण

CONTACT DETAILS

फोन : +९७७-०८१-५५०२०५ मोबाईल : ९८०८८०८८९० / ९८८८३३८५३९ ९८८८०२५९८८ / ९८०८६८३९६०

श्री राष्ट्रिय मा.वि. सस्वुवा बजार, धनुषा

फारम भर्ने अन्तिम मिति : २०८३ श्रावण १७ गते सम्म
प्रवेश परीक्षा : २०८३ श्रावण २१ गते

कांग्रेसको संस्थापन इतर समूहद्वारा राष्ट्रिय भेला आयोजक समिति गठन

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १६ गते, बर्दibas

नेपाली कांग्रेसको संस्थापन इतर समूहले डा. शशांक कोइरालाको संयोजकत्वमा राष्ट्रिय भेला आयोजक समिति गठन गरेको छ।

शनिवार सो समूहको सम्पर्क कार्यालय चूनदेवीमा पत्रकार सम्मेलन गर्दै कोइरालाको संयोजकत्वमा ५ सय ५९ सदस्यीय मूल आयोजक समिति गठन गरेको जनाएको हो। मूल आयोजक समितिसहित १६ वटा विभिन्न उपसमिति पनि बनाइएको नेता कोइरालाले जानकारी दिनुभयो।

हरेक चुनौतीमा सामना गर्न सक्ने वैचारिक, नीतिगत एवं संगठन, संगठनात्मक दृष्टिले नयाँ र स्पष्ट कार्यदिशा सहित

पार्टीलाई सबल र सक्षम बनाउने उद्देश्यले भेलाको आयोजना गरि एको उहाले बताउनुभयो।

भेलामा पार्टी भित्रको वर्तमान अवस्था, मुलुकमा देखिएको राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक तथा धर्म-सांस्कृतिक लगायतका नागरिक जीवनसँग जोडिएको विविध गम्भीर सवालहरुमा गहन छलफल हुने नेता कोइरालाले बताउनुभयो। उहाले पार्टी भित्र सम्पूर्ण एकताका लागि अनवरत प्रयास, धैर्यता र पहल गर्दागर्दै पनि पक्षीय जिम्मेवारी मा रहेका नेताहरुबाट सार्थक भूमिका नदेखिएपछि पार्टीका नेता, कार्यकर्ता, जनप्रतिनिधि एवं शुभचिन्तकहरुमा देखिएको चिन्ता र निराशालाई सम्बोधन गर्न राष्ट्रिय भेला आयोजना गर्न

बाध्य भएको उल्लेख गर्नुभयो। साथै उहाले लोकतान्त्रिक संविधान माथि प्रहार भइरहेको र धार्मिक तथा साम्प्रदायिक द्वन्द्वका घटनाहरु दिन प्रतिदिन बढिरहेको अवस्थामा राष्ट्रिय एकताको खाँचो रहेको बताउनुभयो। उहाले सुनसरी लगाएतका स्थानमा भएको घटनाका घाइतेहरुको उचित स्वास्थ्योपचारको व्यवस्था गर्न र मृतकका परिवारलाई उचित क्षतिपूर्ति प्रदान गर्न सरकारसँग माग गर्नुभयो।

संस्थापन इतर समूहले राजनीतिक स्थिरता, सामाजिक सद्भाव र धार्मिक सहिष्णुता कायम गर्न हरेक पार्टी भित्रको बलियो एकता सहित राष्ट्रिय राजनीतिक शक्तिहरु बीच आपसी सहमति र सहकार्यको टड्कारो आवश्यकता देखिएको



जनाएको छ।

कांग्रेस संस्थापन इतर पक्षले साउन २९ देखि ३१ गतेसम्म काठमाडौँमा राष्ट्रिय भेला गर्ने

यसअघि नै निर्णय गरिसकेको छ। भेलामा १४ औँ महाधिवेशनबाट निर्वाचित केन्द्रीय पदाधिकारी सदस्यहरु, आग्रह गरेको छ।

पूर्व केन्द्रीय पदाधिकारी सदस्यहरु लगाएत सबैलाई सहभागी हुन समेत इतर समूहले आग्रह गरेको छ।

“दिगो जीवनको स्वस्थ सुरुवात: प्रभावकारी स्तनपानको लागि सबैको साथ”

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगष्ट

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३



Breastfeeding for a Sustainable Start in Life: Strengthen What Works

WABA | WORLD BREASTFEEDING WEEK 2026



रामगोपालपुर नगरपालिका, महोत्तरी

“जिवनको दिगो सुरुवातका लागि स्तनपान: प्रभावकारी कार्यहरुको सुदृढीकरण।”

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगस्ट २०२६

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३

शिशु जन्मपछि पछि जन्मसक्ने छोटा (१ घण्टा भित्र) आमाको दूध (विगीती) दूध खुवाउने।

शिशुलाई जन्मदेखि ६ महिना पुरा नभएसम्म आमाको दूध मात्र खुवाउने।

बालबालिकालाई ६ महिना पुरा भएपछि पुरक खाताका साथसाथै किनमा २ वर्ष उमेरसम्म निरन्तर स्तनपान गराउने।



आमाको दूध शिशुको लागि सर्वोत्तम आहार हो र यसले शिशुको रोगसँग लड्न सक्ने क्षमतालाई बढाउँछ।

स्तनपानले महिलाहरूमा स्तन क्यान्सर र पाइथर क्यान्सर हुने जोखिमलाई कम गर्दछ।

विकसितको सल्लाह बिना शिशुलाई आमाको दूध बाहेक अन्य कुनै किसिमको दूध नखुवाउने। दूधदानको प्रयोग नगर्ने।



स्तनपान सम्बन्धि उचित परामर्श तथा थप जानकारीका लागि नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा स्वास्थ्यकर्मीलाई सम्पर्क गर्नुहोला।



मिथिला नगर पालिका, महोत्तरी

जनस्वास्थ्य विश्व स्तनपान आवाज

सप्ताह २०२६

१-७ अगस्ट

“आमाको दूध: शिशुको पहिलो खोप, पहिलो पोषण र पहिलो अधिकार।”

स्तनपान किन आवश्यक ?

- जन्मेको १ घण्टाभित्र स्तनपान सुरु गर्नुपर्छ।
- जन्मदेखि ६ महिनासम्म केवल आमाको दूध (Exclusive Breastfeeding) दिनुपर्छ।
- ६ महिनापछि पोषिलो थप खाना सुरु गर्दै २ वर्ष वा सोभन्दा बढी स्तनपानलाई निरन्तरता दिनुपर्छ।

आमाको दूधका फाइदाहरू

- शिशुलाई आवश्यक सम्पूर्ण पोषण प्रदान गर्छ।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाई संक्रमणबाट जोगाउँछ।
- मस्तिष्कको विकासमा सहयोग पुर्याउँछ।
- आमा-शिशुबीच भावनात्मक सम्बन्ध अझ बलियो बनाउँछ।
- आमामा स्तन र डिम्बाशयको क्यान्सरको जोखिम कम गर्न सहयोग गर्छ।

पहिलो खोप, पहिलो पोषण, पहिलो अधिकार

स्वस्थ शिशु, स्वस्थ परिवार, स्वस्थ समाजको आधार

गणेशमान चारनाथ नगरपालिका, धनुषा

जनकपुर



आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरू



धनुषा अस्पताल तथा अनुसन्धान केन्द्र प्रा.लि.
जनपा वारुण यन्त्र
एम्बुलेन्स (सरोज फाउण्डेशन)
एम्बुलेन्स (मारवाडी सेवा समिति)
एम्बुलेन्स (जानकी मेडिकल कलेज)
महाविर युवा कमिटी ऐंबुलेन्स
कृष्णा नर्सिंग होम
जनकपुर मेडिकल सेन्टर
जिया अल्ट्रासाउण्ड इमरजेन्सी सेन्टर
जनकपुर रेल्वे
आँखा अस्पताल
जनकपुर सुरक्षा गुल्म
प्रहरी
एम्बुलेन्स रेडक्रस
जनकपुर अञ्चल अस्पताल
बछार प्रसूति सेवा केन्द्र
विद्युत फयुज शाखा
बुद्ध एयर
गोर्खा एयर
सीता एयर
जानकी केबल टिभी नेटवर्क

५२५८००
५२००११
५२२८०६
-५२२७६२, ५२१७८४
-५२६०९०, ५२६०९१
२५९८०
५२१९१८
५२०७४
५२३३२८
५२०२११
५२०३९७
५२०१८६/५२६५८६
५२००९९
१०२
५२००३३
५२२४५७
५२०१५१
५२५०२२
५२१२९४
५२५९९०
५२३७२८

वर्दिवास

बर्दिवास अस्पताल
डाफीक प्रहरी
छिन्नमस्ता सशस्त्र प्रहरी गण
जिल्ला खानेपान (गौरी डाडौं)
ढल्केवर (नो लाईट)
सुरक्षा क्याम (रेडियो नेपाल)
बर्दिवास नगरपालिका
खानेपान कार्यालय
प्रहरी
प्रहरी
बर्दिवास दुरसञ्चार
पारिजात स्मृति अस्पताल
नेपाल परिवार नियोजन संघ
इलाका प्रहरी कार्यलय वर्दिवास

५५००९०
५५००५५
५५०४०४
५५०००५
०४१-५६००६८
५५००२३
५५००३१
५५०११०
५२०१९९
५२००९९
५५००००
५५०३७२
५५०१०७
५५०००६

जलेश्वर

अस्पताल
प्रहरी
अस्थायी प्रहरी चौकी भीठामोड
एम्बुलेन्स
विद्युत्
विद्युत्

महेन्द्र नगर

एम्बुलेन्स
(सोसल वेलफेयर & रिसर्च सेन्टर) ४१-५४०२३२
महेन्द्रनगर, धनुषा ९८४४०२४४५०/
९८०४८२५६६०
एम्बुलेन्स
(हिमालय युवा क्लब नक्ताभिज) ०४१-६२०४९१
९८०४८१५१२६
इलाका प्रहरी कार्यालय महेन्द्रनगर ५४०१९९
विद्युत प्राधिकरण महेन्द्रनगर ५४०१६१

धनुषामा कर्फ्यु हट्यो, निषेधाज्ञा जारी

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १६ गते, जनकपुरधाम

धनुषा जिल्लामा जारी गरिएको कर्फ्यु आदेश हटाइ निषेधाज्ञा जारी गरिएको छ। जिल्ला प्रशासन कार्यालय धनुषाले शनिबार सूचना जारी गर्दै साउन १४ गते दिउँसो ३:३० बजेदेखि लागू गरिएको कर्फ्यु आदेश शनिबार विहान १० बजेदेखि हटाइएको जनाएको हो।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी प्रेमप्रसाद लुईटेलद्वारा जारी सूचनाअनुसार जिल्ला सुरक्षा समितिको बैठकको निर्णयपछि कर्फ्यु हटाइएको भए पनि अर्को आदेश नभएसम्मका लागि निश्चित क्षेत्रमा निषेधाज्ञा भने यथावत् रहेको छ।

स्थानीय प्रशासन ऐन, २०२८ को दफा ६ (क) बमोजिम जारी निषेधाज्ञाअनुसार तोकिएका चार किल्लाभित्र पाँच जनाभन्दा बढी व्यक्ति एकै ठाउँमा भेला हुन, सभा, जुलुस तथा प्रदर्शन गर्न प्रतिबन्ध लगाइएको छ। प्रशासनले निषेधाज्ञाको उल्लङ्घन गर्ने जो-कोहीलाई नियन्त्रणमा लिई



प्रचलित कानूनबमोजिम कारवाही गरिने चेतावनी पनि दिएको छ।

प्रशासनले सार्वजनिक गरेको विवरणअनुसार निषेधाज्ञा लागू हुने क्षेत्रको उत्तरमा लक्ष्मीनियाँ हाटबजार चौकदेखि सिनुरजोडा चौक हुँदै लक्ष्मीपुर बेङ्गासम्म, पूर्वमा बेलौनी रोडस्थित एमक्यू स्टीलबाट करिब ५०० मिटर पूर्व पेट्रोल पम्प हुँदै राष्ट्रिय प्रार्थना गृह विद्यालयसम्म, दक्षिणमा नगराइन नगरपालिका क्षेत्रदेखि नगराइन चौकसम्म तथा पश्चिममा सिनुरजोडा-सोहनी-मनिमण्डप-नेपाल नर्सरी-इस्कोन जनकपुर-दुधमती पुल-बेलाकादरी मस्जिदसम्मको क्षेत्र समेटिएको छ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालयले नागरिकलाई शान्ति, सुरक्षा र सामाजिक सद्भाव कायम राख्न सहयोग गर्न तथा कुनै पनि अफवाहको पछि नलाग्न आग्रह गरेको छ। साथै सुरक्षा निकायसँग समन्वय गरी जिल्लाको सुरक्षा अवस्थालाई निरन्तर निगरानीमा राखिएको प्रशासनले जनाएको छ। पछिल्ला दिनमा जिल्लामा उत्पन्न असामान्य परिस्थितिलाई मध्यनजर गर्दै प्रशासनले सुरक्षा व्यवस्थालाई थप प्रभावकारी बनाएको जनाएको छ। नागरिकलाई कानूनको पालना गर्दै सामान्य जनजीवनलाई सहज बनाउन सहयोग गर्न पनि प्रशासनले अपिल गरेको छ।

मधेसमा रोपाइँ अन्तिम चरणमा

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १६ गते, बर्दिया

मधेश प्रदेशमा यस वर्षको धान रोपाइँ अन्तिम चरणमा पुगेको छ। आकाशे वर्षा र वैकल्पिक सिँचाई प्रबन्ध बाट प्रदेशभर हालसम्म ९१ दशमलव ५५ प्रतिशत क्षेत्रफलमा रोपाइँ सम्पन्न भएको छ। मधेश प्रदेश कृषि विकास निर्देशनालयका अनुसार प्रदेशको कुल तीन लाख ८२ हजार ४३२ हेक्टर रोपाइँयोग्य क्षेत्रफलमध्ये हालसम्म तीन लाख ५० हजार ११८ दशमलव ८८ हेक्टर

क्षेत्रफलमा धान रोपाइँ सम्पन्न भएको छ।

निर्देशनालयका बागवानी अधिकृत किरण विश्वकर्माका अनुसार आठ जिल्लामध्ये सिरहामा सबैभन्दा बढी १०० प्रतिशत रोपाइँ सम्पन्न भएको छ। जिल्लामा ५४ हजार हेक्टर क्षेत्रफलमा धान खेती हुने अनुमान गरिएकोमा सम्पूर्ण क्षेत्रफलमा रोपाइँ सकिएको उहाँले जानकारी दिनुभयो।

सप्तरीमा ६८ हजार हेक्टरमध्ये ६१ हजार २०० हेक्टर क्षेत्रफलमा रोपाइँ सम्पन्न भई ९० प्रतिशत प्रगति भएको छ। धनुषामा ४३

हजार ९०० हेक्टर क्षेत्रफलमा धान खेती गर्ने लक्ष्य रहेकामा हालसम्म ३७ हजार ३१५ हेक्टरमा रोपाइँ सम्पन्न भएको छ, जुन ८५ प्रतिशत हो।

त्यसैगरी महोत्तरीमा ७४ दशमलव ७७ प्रतिशत, सर्लाहीमा ९४ प्रतिशत, रौतहटमा ९३ प्रतिशत, बरामा ९५ प्रतिशत तथा पर्सामा ९१ प्रतिशत रोपाइँ सम्पन्न भएको निर्देशनालयले जनाएको छ।

अधिकृत विश्वकर्माले बाँकी क्षेत्रमा पनि केही दिनभित्र रोपाइँ सम्पन्न हुने अपेक्षा गरिएको बताउनुभयो।

कालापानी वन विवाद.....

हटाउने सूचना दिन पुगेका डिभिजन वन कार्यालयका कर्मचारी र स्थानीयबीच विवाद भएपछि स्थिति तनावपूर्ण बनेको थियो। सोही घटनाका क्रममा कार्यालयको बा २ भ २७४९ नम्बर को सरकारी सवारी साधनमा आगजनी भएको आरोपमा चार जनाविरुद्ध मुद्दा दर्ता गरिएको छ।

स्थानीयले उक्त मुद्दा भुटो र अन्यायपूर्ण भएको दावी गर्दै त्यसको खारेजीको माग गर्दै आएका छन्।

प्रशासनले कानुनी प्रक्रियामार्फत समस्या समाधान गर्ने प्रतिबद्धता जनाएको भए पनि आन्दोलनरत पक्षले मुद्दा फिर्ता नभएसम्म आन्दोलनका कार्यक्रम जारी रहने संकेत गरेको छ।

यसअघि गृहमन्त्री सुदन गुरुङ ले कालापानी वन प्रकरणमा अनुसन्धानको निष्कर्ष नआउँदै कसैलाई दोषी वा निर्दोष भन्न नमिल्ने बताउनुभएको थियो। धनुषाको लालगढमा सञ्चारकर्मीसँग कुरा गर्दै उहाँले

घटनाको सत्यतथ्य पहेरी अनुसन्धानबाटै बाहिर आउने उल्लेख गर्दै आन्दोलनका नाममा सडक अवरुद्ध गर्नु समस्याको दीर्घकालीन समाधान नहुने धारणा राख्नुभएको थियो।

उहाँले सरकारले वास्तविक सुकुमवासी तथा अव्यवस्थित बसोबासीलाई लालपुर्जा वितरणको प्रक्रिया अघि बढाइ रहेको उल्लेख गर्दै कानुनी प्रक्रिया पूरा हुन दिन र संयमता अपनाउन सबै पक्षसँग आग्रह गर्नुभएको थियो।

“जिवनको दिगो सुरुवातका लागि स्तनपान: प्रभावकारी कार्यहरूको सुदृढीकरण।”

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगस्ट २०२६

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३

शिशु जन्मिए पछि जिनसको खोप (१ घण्टा भित्र) आमाको दूध (विनीती दूध) खुवाउ।

शिशुलाई जन्मेदेखि ६ महिना पुरा नभएसम्म आमाको दूध मात्र खुवाउ।

बालबालिकालाई ६ महिना पुरा भएपछि पुनः खानाका साथसाथै कनिमा २ वर्ष उमेरसम्म निरन्तर स्तनपान गराउ।

आमाको दूध शिशुको लागि सर्वोत्तम आहार हो र यसले शिशुको रोगसँग लड्न सक्ने क्षमतालाई बढाउँछ।

स्तनपानले महिलाहरूमा स्तन क्यान्सर र पाँचघर क्यान्सर हुने जोखिमलाई कम गर्दछ।

चिकित्सकको सल्लाह बिना शिशुलाई आमाको दूध बाहेक अन्य कुनै किसिमको दूध नखुवाउ। दूधदातीको प्रयोग नगरी।

World Breastfeeding Week 2026
Breastfeeding for a Sustainable Start in Life: Strengthen What Works

स्तनपान सम्बन्धि उचित परामर्श तथा थप जानकारीका लागि नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा स्वास्थ्यकर्मीलाई सम्पर्क गर्नुहोला।

मटिहानी नगर पालिका, महोत्तरी

“दिगो जीवनको स्वस्थ सुरुवात: प्रभावकारी स्तनपानको लागि सबैको साथ”

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगष्ट

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३

Breastfeeding for a Sustainable Start in Life: Strengthen What Works

WABA | WORLD BREASTFEEDING WEEK 2026

औरही नगरपालिका, महोत्तरी

जनस्वास्थ्य विश्व स्तनपान आवाज

सप्ताह २०२६

१-७ अगस्ट

“आमाको दूध: शिशुको पहिलो खोप, पहिलो पोषण र पहिलो अधिकार।”

स्तनपान किन आवश्यक ?

- जन्मेको १ घण्टाभित्र स्तनपान सुरु गर्नुपर्छ।
- जन्मेदेखि ६ महिनासम्म केवल आमाको दूध (Exclusive Breastfeeding) दिनुपर्छ।
- ६ महिनापछि पोषिलो थप खाना सुरु गर्दै २ वर्ष वा सोभन्दा बढी स्तनपानलाई निरन्तरता दिनुपर्छ।

आमाको दूधका फाइदाहरू

- शिशुलाई आवश्यक सम्पूर्ण पोषण प्रदान गर्छ।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाई संक्रमणबाट जोगाउँछ।
- मस्तिष्कको विकासमा सहयोग पुऱ्याउँछ।
- आमा-शिशुबीच भावनात्मक सम्बन्ध अझ बलियो बनाउँछ।
- आमामा स्तन र डिम्बाशयको क्यान्सरको जोखिम कम गर्न सहयोग गर्छ।

स्तनपान: माया, सुरक्षा र पोषणको उपहार

पहिलो खोप, पहिलो पोषण, पहिलो अधिकार

स्वस्थ शिशु, स्वस्थ परिवार, स्वस्थ समाजको आधार

स्वास्थ्य कार्यालय, महोत्तरी

जलेश्वर

शिरीष संचार समुहद्वारा संचालित

Radio Rupantaran

106.3 MHz

(परिवर्तनका लागि बुलन्द आवाज)

From classic to contemporary, we hear you!

सुचना, विज्ञापनका लागि सम्पर्क:

044-556188

कालापानी वन विवाद : प्रशासनको प्रतिबद्धतापछि सडक खुल्यो

धर्मेन्द्रकुमार यादव 'यदुवंशी'

साउन १६ गते, बर्दिवास

महोत्तरीको बर्दिवास नगर पालिका-३ कालापानीमा स्थानीयले अवरुद्ध गरेको वीपी राजमार्ग जिल्ला प्रशासन कार्यालय र आन्दोलनरत पक्षाबीच भएको मौखिक सहमतिपछि शनिबार पुनः सञ्चालनमा आएको छ। स्थानीयका माग सम्बोधनका लागि कानुनी प्रक्रियाअनुसार आवश्यक पहल र समन्वय गर्ने प्रशासनको प्रतिबद्धतापछि आन्दोलनरत पक्षले सडक

अवरोध हटाएको हो। राजमार्ग सञ्चालनमा आएपछि लामो समयदेखि रोकिएका सयौं सवारीसाधन गन्तव्यतर्फ अघि बढेका छन्।

राजमार्ग अवरुद्ध भएपछि महोत्तरीका प्रमुख जिल्ला अधिकारी इन्द्रदेव यादव र जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रहरी उपरीक्षक श्यामकुमार सारुमगर घटनास्थल पुगेर आन्दोलनरत स्थानीयसँग छलफल गर्नुभएको थियो। छलफलका क्रममा तत्काल लिखित सहमति हुन नसके पनि

कानूनको दायराभित्र रहेर समस्याको समाधान खोज्ने प्रशासनको प्रतिबद्धतापछि स्थानीयले सडक खुलाएका हुन्। स्थानीयले डिभिजन वन कार्यालयका कर्मचारीलाई नियन्त्रणमा लिएको तथा सरकारी सवारीसाधनमा आगजनी गरेको आरोपमा दर्ता गरिएको मुद्दा फिर्ता गर्नुपर्ने माग गर्दै शनिबार विहानदेखि वीपी राजमार्ग अवरुद्ध गरेका थिए। आन्दोलनका कारण बर्दिवास हुँदै काठमाडौँ तथा अन्य गन्तव्यतर्फ आवतजावत गर्ने सयौं



सवारीसाधन रोकिएका कालापानी वन क्षेत्रको विवाद हो। वन क्षेत्रको अतिक्रमण यान्त्रिकलाई सास्ती भएको थियो। गत जेठ ११ गतेदेखि सुरु भएको

बाँकी पृष्ठ ३ मा

गृहमन्त्री गुरुङ र मधेश प्रदेशका मुख्यमन्त्री यादवविच भेट

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १६ गते, जनकपुरधाम
नेपाल सरकारका गृहमन्त्री सुधन गुरुङ र मधेश प्रदेशका मुख्यमन्त्री कृष्णप्रसाद यादवविच शनिबार जनकपुरधाममा भेट भएको छ।

मुख्यमन्त्री निवासमा भएको भेटमा सुनसरी घटनापछि मधेश प्रदेशमा उत्पन्न असहज परिस्थिति, मधेश प्रदेशको सुरक्षा व्यवस्था लगायतको विषयमा उहाँहरूविचमा छलफल भएको

मुख्यमन्त्रीका प्रमुख स्वकीय सचिव सन्तु यादवले जानकारी दिनुभयो। यादवका अनुसार गृहमन्त्री गुरुङले मधेश प्रदेशको विभिन्न जिल्लामा गर्नु भएको भ्रमण र वर्तमान अवस्थाको विषयमा मुख्यमन्त्रीसँग छलफल गर्नुभएको छ।

भेटको क्रममा मुख्यमन्त्री यादवले गृहमन्त्री गुरुङलाई मधेश प्रदेशमा उत्पन्न अवस्था र वर्तमान अवस्थालाई सहज बनाउन प्रदेश सरकारको

तर्फबाट भइरहेका कामकाजको विषयमा जानकारी गराउनु भएको थियो। भेटमा प्रतिनिधिसभा सदस्य मनिष भा, मधेश प्रदेशका गृह सञ्चार तथा कानूनमन्त्री फकिरा महतो, जनकपुरधाम उपमहानगर पालिकाका नगर प्रमुख मनोज साह, धनुषाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी प्रेमप्रसाद लुइटेल्, जनकपुरधाम उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष सुरेन्द्र भण्डारी सहित उच्च सुरक्षा अधिकारीहरूको उपस्थिति थियो।

“ दिगो जीवनको स्वस्थ सुरुवात: प्रभावकारी स्तनपानको लागि सबैको साथ ”

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगष्ट

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३



Breastfeeding for a Sustainable Start in Life: Strengthen What Works

WABA | WORLD BREASTFEEDING WEEK 2026



गौशाला नगरपालिका, महोत्तरी

सुनौलो १,००० दिन

गर्भधारण भएको दिनदेखि शिशु २ वर्षको उमेर पूरा सम्मको अवधि यो समय शिशुको मस्तिष्क, शरीर, रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता र भविष्यको स्वास्थ्य विकासका लागि सर्वश्रेष्ठ र महत्वपूर्ण अवधि हो।

गर्भस्थिति (करिब २८० दिन) → जन्मेदेखि ६ महिना (१८० दिन) → ६ महिना देखि २ वर्षसम्म (५४० दिन)

कुल = १,००० दिन (सुनौलो अवधि)

१. गर्भस्थितिमा

- गर्भ रहेको थाहा पाएपछि तुरन्त स्वास्थ्य संस्थामा दर्ता गर्ने।
- नियमित ८ पटक गर्भजाँच (ANC) गराउने।
- फोलिक एसिड, आइरन, क्याल्सियम तथा आवश्यक अन्य पोषक तत्व सेवन गर्ने।
- सन्तुलित र पोषिलो आहार खाने।
- मदिरा, सुतीजन्य पदार्थ तथा अन्य हानिकारक वस्तुबाट टाढा रहने।
- आवश्यक खोप तथा स्वास्थ्य सेवा लिने।



२. जन्मेदेखि ६ महिना

- जन्मेको १ घण्टाभित्र स्तनपान सुरु गर्ने।
- पहिलो ६ महिना आमाको दूध मात्र खुवाउने (बिगोती)।
- पानी, मूत्र, घुटी, जुस वा अन्य केही खानकुरा नदिने।
- आमासँग छाला छोयो सम्पर्क, माया र हेरचाह दिने।
- आवश्यकका अनुसार दिन-रात स्तनपान गराउने।



३. ६ महिना देखि २ वर्षसम्म

- ६ महिना पुगेपछि उमेरअनुसारको पोषिलो थप आहार सुरु गर्ने।
- दिनमा आवश्यक पटक विविध र पोषिलो खाना खुवाउने।
- २ वर्ष वा सोभन्दा बढी समयसम्म स्तनपानलाई निरन्तरता दिने।
- खाना बनाउँदा र खुवाउँदा सरसफाइमा विशेष ध्यान दिने।



४. नियमित स्वास्थ्य सेवा

- राष्ट्रिय खोप तालिका अनुसार सबै खोप लगाउने।
- शिशुको तौल र वृद्धि नियमित जाँच गर्ने।
- बिरामी भएमा समयमै स्वास्थ्य संस्थामा लैजाने।
- झाडापखाला हुँदा ओआरएस र जिक प्रयोग गर्ने तथा स्तनपान जारी राख्ने।

किन महत्वपूर्ण छ ?

- मस्तिष्कको करिब ८०% विकास यही अवधिमा हुन्छ।
- कुपोषण, संक्रमण र बालमृत्युदरको जोखिम कम हुन्छ।
- शारीरिक, मानसिक र बौद्धिक विकास राम्रो हुन्छ।
- सिकाई क्षमता र भविष्यको उत्पादनशीलता बढ्छ।
- स्वस्थ, सक्षम र उज्ज्वल भविष्यको बलियो आधार तयार हुन्छ।

मधेश प्रदेश सरकार

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय



स्वास्थ्य निर्देशनालय सपही

धनुषा, मधेश प्रदेश

अत्याधुनिक प्रविधि तथा विशेषज्ञ सेवासहित ३ वर्षे नर्सिङ कलेज भएको
महोत्तरीको एकमात्र अस्पताल

➤ २४ सैं घण्टा इमर्जेन्सी सेवा

➤ ICU, NICU, PICU सेवा

➤ X-Ray, USG, CT Scan सेवा

➤ Endoscopy/Diode Laser सेवा

➤ Laproscopy सेवा

➤ क्याबिनको समेत व्यवस्था भएको

➤ विभिन्न रोगहरूको विशेषज्ञ डाक्टरहरूद्वारा उत्कृष्ट स्वास्थ्य सेवा

➤ २४/७ Ambulance सेवा



शुभ स्वस्तिक हस्पिटल प्रा.लि.

मेनरोड बर्दिवास, महोत्तरी

०४४-५५०२५५

खबर दर्पण राष्ट्रिय दैनिक प्रकाशनका लागि प्रकाशक/सम्पादक : अजय कुमार साह, (९८४४०२५१८४) कार्यकारी सम्पादक : विशाल बस्नेत (९८६३६३२९८९)

उप-सम्पादक : धर्मेन्द्र कुमार यादव 'यदुवंशी' (९८५४०२५०५३) E-mail : khabardarpan.news@gmail.com / ajay.shahjnk@gmail.com

प्रधान कार्यालय : बर्दिवास -३, महोत्तरी र शाखा कार्यालय क्षीनपा - ५ महेन्द्रनगर, धनुषा मुद्रक : एएसडी अफसेट प्रेस क्षीनपा-५ महेन्द्रनगर धनुषा,