

खबर दर्पण

सधै र सबैको लागि खबर खोज्ने अभियान

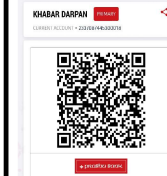
Khobar Darpan National Daily

राष्ट्रिय दैनिक

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 ।

वर्ष ९ अंक ३१६ २०८३ साल साउन १८ सोमवार 3 Aug 2026 पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५ www.shirishnews.com

महोत्तरीमा सीमा सुरक्षा निरीक्षणसँगै धार्मिक स्थलको दर्शनमा गृहमन्त्री



खबर दर्पण समाचारदाता
साउन १७ गते, बर्दिया

गृहमन्त्री सुदन गुरुङले आइतबार महोत्तरीको मटिहानी नगर पालिका-स्थित मटिहानी-मधुवापुर नेपाल-भारत सीमा क्षेत्रको स्थलगत निरीक्षण गर्नुभएको छ। निरीक्षणका क्रममा उहाँले सीमा सुरक्षा, आवतजावतको अवस्था तथा व्यवस्थापनबारे जानकारी लिनुका साथै सुरक्षा संयन्त्रलाई सीमा निगरानी थप प्रभावकारी बनाउन निर्देशन दिनुभएको छ।

मटिहानी पुगेपछि गृहमन्त्री गुरुङले सीमावर्ती क्षेत्रमा रहेका सीमास्तम्भको अवलोकन गर्दै सीमा सुरक्षामा खटिएका सुरक्षा निकायका अधिकारीहरूसँग सीमा व्यवस्थापन, अवैध गतिविधि नियन्त्रण तथा विद्यमान चुनौतीबारे छलफल गर्नुभएको थियो।

उहाँले मटिहानीस्थित सशस्त्र प्रहरी बलको बोर्डर आउट पोस्ट (बीओपी) पुगेर सुरक्षा अवस्था बारे ब्रिफिङ लिनुका साथै सीमामा हुने सम्भावित अवाञ्छित गतिविधि नियन्त्रण गर्न आवश्यक समन्वय, निगरानी र सतर्कता अपनाउन निर्देशन दिनुभएको थियो। पछिल्लो समय मधेशका केही जिल्लामा सामुदायिक सद्भावसँग सम्बन्धित घटनाहरू देखिएको सन्दर्भमा गृहमन्त्री गुरुङले मटिहानीस्थित ऐतिहासिक तथा धार्मिक महत्त्व बोकेको लक्ष्मीनारायण मठमा पूजा-अर्चना गर्नुभएको थियो। त्यसैगरी मुस्लिम समुदायको आस्थाको केन्द्र पीरबाबाको मजारमा पुगेर चादरसमेत अर्पण गर्नुभएको थियो। उहाँको यस भ्रमणलाई धार्मिक सद्भाव र सामाजिक एकताको सन्देशका रूपमा समेत हेरिएको छ।

गृहमन्त्री गुरुङलाई मटिहानी आगमनका अवसरमा नगर प्रमुख हरिप्रसाद मण्डल, महोत्तरीका प्रमुख जिल्ला अधिकारी इन्द्रदेव यादव तथा सुरक्षा निकायका अधिकारीहरूले स्वागत गर्नुभएको थियो। सीमा क्षेत्रको निरीक्षणपछि उहाँ महोत्तरीको सदरमुकाम जलेश्वर पुगेर प्रसिद्ध जलेश्वरनाथ महादेव मन्दिरमा दर्शन तथा पूजा गर्नुभएको थियो। प्रमुख जिल्ला अधिकारी इन्द्रदेव यादवका अनुसार गृहमन्त्रीले सुरक्षा निकायका अधिकारीहरूसँगै मन्दिरमा पूजा-अर्चना गर्नुभएको हो।

सीमा क्षेत्रको निरीक्षण तथा धार्मिक स्थलको भ्रमणका क्रममा गृहमन्त्री गुरुङले सञ्चारकर्मीसँग कुनै औपचारिक प्रतिक्रिया भने दिनुभएको छैन।

बजार र गाडी संचालन भएपछि जनजीवन सामान्य बन्दै



खबर दर्पण समाचारदाता
साउन १७ गते, बर्दिया

धनुषा सहित मधेशका जिल्लाहरूमा लामो दुरीका सवारी साधन सञ्चालनमा आउन थालेको छ। गाडी चलन थालेपछि यात्रुलाई सहज भएको छ। यता जिल्लामा जारी निषेधाज्ञा समेत सोमबार विहान ५ बजे देखि हटइएको छ। यस क्षेत्रमा विहीवार र शुक्रवार

लामो दुरीमा चल्ने सार्वजनिक यातायात सञ्चालन नहुँदा अत्यावश्यक काम परेर यात्रा गर्नुपर्नेहरू मारमा परेका थिए। शनिवारदेखि लामो दुरीमा चल्ने बस समेत सञ्चालन भएसँगै जनजीवन सहज बनेको हो। पूर्वको सिराहा, सप्तरी, सुनसरी, विराटनगरलगायत ठाउँमा जाने यातायातका साधन अबै पूर्णरूपमा खुल

सकेका छैनन्। धनुषाको बस व्यवसायी मन्दिर भन्ने दिनको तुलनामा शनिवारदेखि बस सञ्चालनमा सहजता भएको छ। आइतबार थप सहज अवस्था भएको बताउनुभएको छ।

बाँकी पृष्ठ ३ मा

पेट्रोलियम पदार्थको मूल्य बढ्यो

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १७ गते, बर्दिया
पेट्रोलियम पदार्थको मूल्यवृद्धि भएको छ।

नेपाल आयल निगमले आग र ति १२ बजेबाट लागू हुनेगरी पेट्रोल, डिजेल र हवाई इन्धनको मूल्य वृद्धि गरेको हो। निगमका अनुसार पेट्रोलमा प्रति लिटर ३ रूपैयाँ, डिजेल र मट्टिलेमा २ रूपैयाँ र हवाई इन्धनमा प्रति लिटर २० रूपैयाँका दरले मूल्यवृद्धि भएको हो। योसँगै पेट्रोल र डिजेलको मूल्य काठमाडौँ, पोखरा र दिपायलमा



२ सय रूपैयाँ, सुर्खेत र दाङमा १ सय ९९ रूपैयाँ कायम हुने भएको छ। त्यस्तै, चारआली, एलपी ग्यासको मूल्य भने विराटनगर, जकपुर, यथावत् राखिएको निगमले अमलेखगञ्ज, भलवारी, धनगढी जनाएको छ।

क्षीरेश्वर मल्टिपल कलेज

- उच्च शिक्षाको लागि उत्तम गन्तव्य -

प्रवेश परीक्षाको आवेदन फारम भर्ने म्याद थप सम्बन्धि सूचना !

यस क्षीरेश्वर मल्टिपल कलेजमा शैक्षिक सत्र २०८३ लागि नयाँ भर्नाको आवेदन फारम खुल्ला गरिएको छ ।

प्रवेश परीक्षाको आवेदन फारम भर्ने अन्तिम मिति :-

मिति २०८३-०८-२७

गते सम्म

प्रवेश परीक्षा मिति :-

२०८३-०८-३० गते

शनिबार

प्रवेश परीक्षाको समय :-

दिउँसो ०९:०० देखि ०३:०० बजे सम्म

BPAM
(Bachelor of Public Administration and Management)

BBA
(Bachelor of Business Administration)

ADMISSION OPEN !

> जम्मा सिट संख्या :- ४०

> Scholarship संख्या :- ४

श्री राष्ट्रिय मा.वि. सखुवा बजार, धनुषा

CONTACT DETAILS

फोन: +९७७-०८१-५५०२०५ मोबाईल: ९८०८०८८८० / ९८८८३३८५३९ ९८८८०२५९८८ / ९८०७८३८९६०

बर्दिबासमा भूमिसम्बन्धी काम प्रभावकारी बनाउन सातबुँदे निर्णय

धर्मेन्द्रकुमार यादव 'यदुवंशी'

साउन १७ गते, बर्दिबास

बर्दिबास नगरपालिकाले भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुमवासी तथा अव्यवस्थित बसोबासीको लगत सङ्कलन, प्रमाणीकरण र नाप-नक्सा सम्बन्धी कार्यलाई तीव्रता दिने निर्णय गरेको छ।

नगर प्रमुख प्रह्लादकुमार क्षेत्रीको अध्यक्षता तथा महोत्तरीका प्रमुख जिल्ला अधिकारी एवं जिल्ला भूमि समस्या समाधान समितिका अध्यक्ष इन्द्रदेव यादवको उपस्थितिमा सम्पन्न बैठकले भूमिसम्बन्धी कामलाई प्रभावकारी बनाउन विभिन्न निर्णय गरेको हो। बैठकमा नगर उपप्रमुख, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, नापी कार्यालय

जलेश्वरका प्रमुख, वडा अध्यक्षहरू तथा सम्बन्धित कार्यालयका प्रतिनिधिको सहभागिता रहेको थियो। बैठकले साउन १७ गतेभित्र प्रणालीमा प्रविष्ट हुन बाँकी रहेका निवेदन अनलाइन प्रणालीमा प्रविष्ट गर्ने, एकभन्दा बढी निवेदन दिएका व्यक्ति वा परिवारको हकमा एउटा निवेदन मात्र कायम गरी बाँकी निवेदन खारेज गर्ने निर्णय गरेको छ। त्यसैगरी भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुमवासी र अव्यवस्थित बसोबासीको पहिचान, लगत सङ्कलन, प्रमाणीकरण तथा नाप-नक्साको कार्यमा स्थानीय तह र वडा तहमा क्रियाशील रहेका राष्ट्रिय मान्यता प्राप्त राजनीतिक दलका प्रतिनिधिलाई समेत सहभागिता

गराउने निर्णय गरिएको छ। बैठकले निवेदन दर्ता भइसकेपछि तथ्याङ्क प्रणालीमा प्रविष्ट गरी तत्काल निस्सा उपलब्ध गराउने, वडा कार्यालयले प्राप्त विवरण सार्वजनिक सूचना टाँस गरी दाबी-विरोधका उजुरीको आवश्यक छानबिन गरेर मात्रै अन्तिम प्रमाणीकरण गर्ने व्यवस्था मिलाउने निर्णय पनि गरेको छ। यस्तै, वडाबाट प्रमाणीकरण भएका विवरणलाई नगर कार्यपालिकाबाट स्वीकृत गराई जिल्ला भूमि समस्या समाधान समितिमा पठाइने, भूमिहीन तथा अव्यवस्थित बसोबासीको पहिचान र प्रमाणीकरणमा वडा कार्यालयले सहजीकरण गर्ने तथा स्थानीय तथा वडा स्तरीय भूमि समस्या सहजीकरण समितिमा सम्बन्धित डिभिजन वा सब-



डिभिजन वन कार्यालयका प्रतिनिधिको अनिवार्य सहभागिता सुनिश्चित गरिने निर्णय भएको छ।

बैठकले भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुमवासी र अव्यवस्थित बसोबासीलाई उपलब्ध गराउन सकिने जग्गाको

पहिचान गरी नाप-नक्साका लागि जिल्ला कार्य समितिलाई सिफारिस गर्ने तथा अव्यवस्थित बसोबासीको वर्गीकरण र मापदण्डअनुसार दस्तुर निर्धारण गरी जिल्ला समितिमा सिफारिस गर्ने निर्णयसमेत गरेको छ।

बैठकका निर्णय कार्यान्वयनसँगै बर्दिबास नगरपालिकाभित्र भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुमवासी तथा अव्यवस्थित बसोबासीको लगत सङ्कलन, प्रमाणीकरण र लालपुर्जा वितरण प्रक्रियाले थप गति लिने अपेक्षा गरिएको 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 कार्यहरूको सुदृढीकरण।”

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगस्ट २०२६

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३

शिशु जन्मिए पछि जन्मसँगै चोडो (१ घण्टा भित्र) आमाको दूध (विगीती दूध) खुवाउनु।

शिशुलाई जन्मेदेखि ६ महिना पुरा नभएसम्म आमाको दूध मात्र खुवाउनु।

बालबालिकालाई ६ महिना पुरा भएपछि पुरक खाताका साथसाथै कनिमा २ वर्ष उमेरसम्म विरलर स्तनपान गराउनु।



आमाको दूध शिशुको लागि सर्वोत्तम आहार हो र यसले शिशुको रोमसँग सङ्गन सक्ने क्षमतालाई बढाउँछ।

स्तनपानले महिलाहरूमा स्तन क्यान्सर र पाण्डुर रक्तान्तर हुने जोखिमलाई कम गर्दछ।

विकसितको सल्लाह बिना शिशुलाई आमाको दूध बाहेक अन्य कुनै किसिमको दूध नखुवाउनु। दूधदानको प्रयोग नगर्नु।



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।
- 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

गणेशमान चारनाथ नगरपालिका, धनुषा

जनकपुर

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
५२०७१४
५२३३२८
५२०२११
५२०३९७
५२०१८६/५२६५८६
५२००९९
१०२
५२००३३
५२२४५७
५२०१५१
५२५०२२
५२१२९४
५२५९९०
५२३७२८

वर्दिबास

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

जलेश्वर

अस्पताल
प्रहरी
अस्थायी प्रहरी चौकी भीठामोड
एम्बुलेन्स
विद्युत्
विद्युत्

महेन्द्रनगर

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

सरकार र हिन्दु ...

सर्वोच्च अदालतको निर्णय अनुसार लाउडस्पीकर सम्बन्धी व्यवस्था कार्यान्वयन गर्ने तथा नागरिकता छानबिन लगायतका विषय उल्लिखित छन्।

सुनसरीको देवानगञ्ज घटनापछि मधेश प्रदेशमा उत्पन्न विवाद समाधानका लागि गृहमन्त्री गुरुङ नेतृत्वको

टोली जनकपुरधाम पुगेको थियो। वार्तामा गृहमन्त्री, मधेश प्रदेशका प्रतिनिधि, धनुषाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी प्रेमप्रसाद लुईटेल, सुरक्षा निकायका प्रमुखहरू तथा हिन्दू संघसंस्थाका प्रतिनिधिहरूको सहभागिता रहेको थियो।

बजार र गाडी संचालन....

विस्तारै अवस्था सहज भइ रहेकाले बस गुडाउन सुरु गर्ने तयारी रहेको फाको भनाइ छ। पूर्वका धेरै ठाउँमा अहिले साना गाडीहरू (हायस र वीङ्गर) ले भने फाटफुट यात्रु ओसारपसार गर्दा सहजता भएको छ।

जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय धनुषाले शनिबारदेखि महेन्द्र राजमार्ग र अन्य भित्री सडकमा सवारीको चाप बढ्न थालेको जनाएको छ। स्थानीय रुटमा चले टेम्पु, म्याजिक, जीप, बस, बोलेरो भने सामान्य अवस्थामै नियमित सञ्चालनमा रहेका छन्।

सङ्घीय राजधानी काठमाडौँसम्म प्रत्येक सवारी साधन निर्वाध

आउजाउ गरिरहेका छन्। महेन्द्रनगर स्थित रात्रि बसका काउन्टर सञ्चालक शम्भु चौधरीले नाइट बस सञ्चालनमा कुनै समस्या नरहेको बताउनुभयो। शनिबारदेखि सदर मुकामतर्फबाट चल्ने बसहरूको समेत टिकट काट्न सुरु गरिएको चौधरीले बताउनुभयो। मधेशका जिल्लाहरूमा आन्दोलन कम हुँदै गएसँगै हरेक सवारी साधन क्रमिक रूपमा सुचारु हुन थालेका छन्। यातायातसँगै मधेशका बजार हरू पनि साबिकभन्दा खुल्न थालिसकेका छन्। जनकपुर धाममा शुक्रवारको प्रदर्शनले बन्द भएका बजार आइतवार देखि खुलेका छन्।

बर्दिबासमा अव्यवस्थित बसोबासी र सुकुम्बासीलाई जग्गा धनी पूर्जा वितरणको तयारी

खबर दर्पण समाचारदाता
साउन १७ गते, बर्दिबास

बर्दिबास नगर क्षेत्रमा लामो समयदेखि प्रमुख चुनौतीका रूपमा रहेको अव्यवस्थित बसोबास तथा सुकुम्बासी समस्या समाधानका लागि बर्दिबास नगरपालिकाले पहिलोपटक सेतो पूर्जा र लालपूर्जा वितरणको प्रक्रियालाई समानान्तर रूपमा अघि बढाउने प्रकृया सुरु गरेको छ।

नगरप्रमुख प्रहलाद क्षेत्रीले नगर भित्र रहेका भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुम्बासी तथा अव्यवस्थित बसोबासीहरूको समस्या स्थायी रूपमा समाधान गर्ने उद्देश्यका साथ दुवै प्रक्रिया एकसाथ अगाडि बढाइएको जानकारी दिनुभयो।

उहाँका अनुसार विशेषगरी कालापानी, गौरीडाँडा, माईस्थान लगायत क्षेत्रमा वर्षौंदेखि बसोबास गर्दै आएका भूमिहीन तथा अव्यवस्थित बसोबासीहरूलाई तत्काल

लालपूर्जा दिन सम्भव नभएकाले उहाँहरूको भोगाधिकार सुरक्षित गर्न 'सेतो पुर्जा' वितरण गर्ने अवधारणा अघि सारिएको बताउनुभयो।

नगरप्रमुख क्षेत्रीले भन्नुभयो, 'वर्षौंदेखि बसोबास गर्दै आए पनि पूर्जा नहुँदा स्थानीयले असुरक्षा र अन्योलको अवस्था भोग्नु परेको छ। सेतो पूर्जाले जनताको भोगाधिकारको आधार स्थापित गर्नुका साथै राज्यको उपस्थितिको अनुभूति गराउने भएकोले नगरपालिकाले यो समस्या समाधानका लागि युद्धस्तरमा काम अघि बढाएको छ।' नगरपालिकाका प्रमुख

प्रशासकीय अधिकृत राममणी अधिकारीका अनुसार सेतो पूर्जा वितरणका लागि स्थानीय तहले आवश्यक कानून तथा कार्यविधि निर्माण गर्नुपर्नेछ। पूर्जा वितरण पछि किताकाट, खरिद-विक्री तथा अभिलेख व्यवस्थापन मालपोत कार्यालयको

प्रणालीसँग जोडिने भएकाले कानुनी र प्राविधिक प्रक्रिया पूरा गर्न केही समय लाग्ने उहाँले बताउनुभयो।

अधिकारीले भन्नुभयो 'हतारमा काम गर्दा भविष्यमा कानुनी विवाद सिर्जना हुन सक्ने भएकाले आवश्यक प्रक्रिया पूरा गरी यथाशीघ्र सेतो पूर्जा वितरण गर्न प्रकृया अघि बढाइएको छ।' यससँगै राष्ट्रिय भूमि आयोगको समन्वयमा भूमिहीन सुकुम्बासी र दलित सुकुम्बासीलाई लालपूर्जा वितरण गर्ने कार्यलाई पनि प्राथमिकताका साथ अघि

बढाइएको उहाँले बताउनुभयो। नगरपालिकाका अनुसार पहिलो चरणमा वडा नम्बर ४ का भूमिहीन सुकुम्बासी तथा दलित सुकुम्बासीलाई पूर्जा वितरण गरिनेछ। एकदेखि डेढ महिनाभित्र उक्त वडाका लाभग्राहीलाई पूर्जा उपलब्ध गराउने लक्ष्य राखिएको नगरप्रमुख प्रहलाद क्षेत्रीले

बताउनुभयो।

त्यसपछि विवाद कम भएका वडा १, ३, ५, ६ र ७ लगायतका वडामा क्रमशः प्रक्रिया विस्तार गरिने उहाँको भनाइ छ।

बर्दिबास नगरपालिकामा करिब एक हजार ५०० जना भूमिहीन दलित, भूमिहीन सुकुम्बासी तथा अव्यवस्थित बसोबासीको विवरण दर्ता भएको छ। सीमित जनशक्ति भएपनि सेतो पूर्जासम्बन्धी कानुनी प्रक्रिया र लालपूर्जा वितरणका लागि आवश्यक दर्ता तथा सत्यापनको कामलाई समानान्तर रूपमा सञ्चालन गरिने प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अधिकारीले जानकारी दिनुभयो। संचारकर्मीहरूको जिज्ञासामा नगरप्रमुख क्षेत्रीले सेतो पूर्जा र लालपूर्जा वितरणको प्रक्रिया प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन भएमा वर्षौंदेखि समाधानको प्रतीक्षामा रहेका सयौं परिवारले कानुनी रूपमा आफ्नो बसोबासको सुनिश्चितता प्राप्त गर्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो।

"जिवनको दिगो सुरुवातका लागि स्तनपान: प्रभावकारी कार्यहरूको सुदृढीकरण।"

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगस्ट २०२६

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३

दिगो जन्मिए पछि जन्मसङ्घो छोडो (१ घण्टा भित्र) आमाको दूध (विनीती दूध) खुवाओ।

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

शिशुलाई जन्मेदेखि ६ महिना पुरा नभएसम्म आमाको दूध मात्र खुवाओ।

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

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

चिकित्सकको सल्लाह बिना शिशुलाई आमाको दूध बाहेक अन्य कुनै किसिमको दूध नखुवाओ। दूधपानीको प्रयोग नगरो।

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

स्तनपान सम्बन्धि उचित परामर्श तथा थप जानकारीका लागि नजिकको स्वास्थ्य सस्था 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, स्वास्थ्य परिवार, स्वस्थ समाजको आधार

स्वास्थ्य कार्यालय, महोत्तरी
जलेश्वर

श्रीरष संचार समुहद्वारा संचालित

Radio Rupantaran

106.3 MHz

(परिवर्तनका लागि बुलन्द आवाज)

From classic to contemporary, we hear you!

सुचना, विज्ञापनका लागि सम्पर्कः
044-556188

सरकार र हिन्दु प्रतिनिधिबिच १९ बुँदे सहमति

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १७ गते, बर्दibas

गृहमन्त्री सुदन गुरुङको नेतृत्वमा रहेको सरकारी टोली र हिन्दू सम्राट सेना नेपालबिच आइतबार जनकपुरधाममा भएको वार्तापछि १९ बुँदे समझदारी भएको छ। समझदारीसँगै हिन्दू सम्राट सेना नेपालले जारी आन्दोलन तथा विरोधका सम्पूर्ण कार्यक्रम फिर्ता लिएको घोषणा गरेको छ।

यसअघि शनिवार संयुक्त हिन्दू मोर्चाले सरकारलाई बुझाएको १२ बुँदे मागपत्रमा थप छ बुँदा समावेश गरी १९ बुँदे प्रस्तावमा दुवै पक्षबिच सहमति भएको हो। जनकपुरधामस्थित एक होटलमा करिब डेढ घण्टा चलेको वार्तापछि हिन्दू सम्राट सेना नेपालका उपाध्यक्ष कृष्ण सनातनीले सरकारले आफ्ना मागप्रति सकारात्मक धारणा व्यक्त गरेको र कार्यान्वयनका लागि आवश्यक प्रक्रिया अघि बढाउने सहमति भएको जानकारी दिनुभयो।

यसअघि बुझाइएको १२ बुँदे मागपत्रमा नेपाललाई हिन्दू र पट्ट पुनःस्थापना गर्ने विषयमा छलफल चलाउने, धार्मिक स्थलको व्यवस्थापन, सामाजिक सञ्जालमार्फत धार्मिक तथा



उनीहरूमाथि मुद्दा नचलाउने तथा आन्दोलनका क्रममा गोली चलाउने सुरक्षाकर्मीको छानबिन गरी दोषी ठहरिए कानून बमोजिम कारवाही गर्ने विषयमा सहमति भएको छ।

वार्तापछि गृहमन्त्री गुरुङले सर कारले पूर्ववत् १२ बुँदे र थप गरिएका छ बुँदे मागपत्र औपचारिक रूपमा ग्रहण गरेको बताउँदै सहमतिका विषय कार्यान्वयनका लागि प्रक्रिया अघि बढाइने जानकारी दिनुभयो।

यसअघि बुझाइएको १२ बुँदे मागपत्रमा नेपाललाई हिन्दू र पट्ट पुनःस्थापना गर्ने विषयमा छलफल चलाउने, धार्मिक स्थलको व्यवस्थापन, सामाजिक सञ्जालमार्फत धार्मिक तथा

जातीय द्वेष फैलाउने गतिविधिमाथि कानूनी कारवाही गर्ने, सुनसरीको देवानगञ्ज घटनापछि पक्राउ परेकाहरूको मुद्दा पुनरावलोकन गर्ने, घाइतेहरूको उपचारको व्यवस्था गर्ने, धार्मिक आयोगको पुनर अवलोकन तथा नागरिकता छानबिन लगायतका विषय समावेश छन्। त्यसैगरी, थप गरिएका छ बुँदे मागमा नेपाललाई वैदिक सनातन हिन्दू राष्ट्रका रूपमा पुनःस्थापनाका लागि संसदा छलफल गराउने, घुसपैठ नियन्त्रणका लागि उच्चस्तरीय छानबिन गरी सीमा सुरक्षा कडा बनाउने, धार्मिक संस्थाको आर्थिक स्रोतको अनुसन्धान गर्ने,

बाँकी पृष्ठ ३ मा

हुलाकी राजमार्ग निर्माण अन्तिम चरणमा

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १७ गते, बर्दibas

मधेश प्रदेशको विकासको मेरुदण्ड मानिएको हुलाकी र राजमार्ग अन्तर्गत सिरहादेखि सर्लाहीसम्मको निर्माण अन्तिम चरणमा पुगेको छ। यस खण्डमा २४ वटा पुल निर्माण भइसकेका छन् भने ९० प्रतिशतभन्दा बढी सडक कालोपत्र भएको छ।

यहाँस्थित हुलाकी राजमार्ग निर्देशनालयका अनुसार

सिरहादेखि सर्लाहीसम्मको ४०६ दशमलव ४३ किलोमिटरमध्ये ३४७ दशमलव ६३ किलोमिटर मा कालोपत्र भएको छ। धनुषामा तीन, सर्लाहीमा सात, महोत्तरीमा तीन र सिरहामा तीन गरी १९ वटा पुल निर्माणको अन्तिम चरणमा पुगेका छन्। कालोपत्र गर्न बाँकी ५८ दशमलव ८ किलोमिटर सडकमध्ये १२ दशमलव ८ किलोमिटर सडकको ठेक्का प्रक्रिया प्रारम्भ भएको छ।

चालु आर्थिक वर्षमा परियोजना पूरा गर्ने लक्ष्यका साथ काम भइरहेको कार्यालय प्रमुख कृष्णकुमार महतोले राससलाई बताउनुभयो। सिरहामा २९ दशमलव ९८, महोत्तरीमा ९१ दशमलव ५६, सर्लाहीमा १५१ दशमलव ५१ किलोमिटर निर्माण भएको छ। निर्माण सम्पन्न भएपछि पूर्व-पश्चिम हुलाकी राजमार्ग एक हजार ७९२ किलोमिटर लामो हुनेछ।

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।

गर्भवस्था
(करिब २८० दिन)

जन्मेदेखि ६ महिना
(१८० दिन)

६ महिना देखि २ वर्षसम्म
(५४० दिन)

कुल = १,००० दिन (सुनौलो अवधि)

१. गर्भवस्थामा

- 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, मू, घुटी, जुस वा अन्य केही खानकुुरा 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 तालिकानुसार 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

“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

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

- २४ सैं घण्टा इमर्जेन्सी सेवा
- Endoscopy/Diode Laser सेवा
- विभिन्न रोगहरूको विशेषज्ञ डाक्टरहरूद्वारा उत्कृष्ट स्वास्थ्य सेवा
- ICU, NICU, PICU सेवा
- Laproscopy सेवा
- X-Ray, USG, CT Scan सेवा
- क्याबिनको समेत व्यवस्था भएको
- २४/७ Ambulance सेवा



शुभ स्वस्तिक हस्पिटल प्रा.लि.

मेनरोड बर्दibas, महोत्तरी

044-550255

खबर दर्पण राष्ट्रिय दैनिक प्रकाशनका लागि प्रकाशक/सम्पादक : अजय कुमार साह, (९८४४०२५१८४) कार्यकारी सम्पादक : विशाल बस्नेत (९८६३६३२९८५)

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

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