

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

महेन्द्र राजमार्ग विस्तारको सुस्त प्रगतिप्रति संसदीय समितिको चासो: निर्धारित समयमै काम सक्न निर्माण पक्षलाई निर्देशन

खबर दर्पण समाचारदाता
साउन १९ गते, बर्दिया

सर्लाही, महोत्तरी र धनुषा हुँदै जाने महेन्द्र राजमार्ग विस्तारको काम अपेक्षाअनुसार अघि नबढेको भन्दै प्रतिनिधि सभाको पूर्वाधार विकास समितिले गम्भीर चासो व्यक्त गरेको छ। समितिका सभापति एवं सांसद आशिष गजुरेलले निर्माणाधीन सडकको स्थलगत निरीक्षण गर्दै कुनै बहानाबाजी नगरी निर्धारित समयमै आयोजना सम्पन्न गर्न निर्माण व्यवसायी, परामर्शदाता तथा आयोजना व्यवस्थापनलाई निर्देशन दिनुभएको छ।



विश्व बैंकको ऋण सहयोगमा धनुषाको कमला पुलदेखि सर्लाहीको बागमती पुलसम्म ७४.७५ किलोमिटर सडकलाई तीन वर्षभित्र एसियाली

मापदण्डअनुसार चार लेनमा स्तरोन्नति गर्ने गरी निर्माण सम्पन्न गरिएको थियो। तर आयोजना सुरु भएको करिब डेढ वर्ष बितिसकदा भौतिक प्रगति

केवल २६ प्रतिशतमा सीमित भएको छ। आयोजनाको आधा समय बितिसकदा करिब ५० प्रतिशत काम सम्पन्न भइसकनुपर्ने भए पनि प्रगति निकै

सुस्त रहेको भन्दै समितिले असन्तुष्टि जनाएको हो। निरीक्षणका क्रममा सभापति गजुरेलले महेन्द्र राजमार्ग विस्तार वर्तमान सरकारको उच्च

प्राथमिकतामा रहेको उल्लेख गर्दै निर्माण कार्यमा ढिलाइ स्वीकार्य नहुने बताउनुभयो। उहाँले निर्माणमा भइरहेको ढिलाइका कारण सर्वसाधारणले

दैनिक यात्रा गर्दा धुलो, जाम र जोखिमपूर्ण अवस्थाको सामना गर्नुपरेको भन्दै समयमै काम सम्पन्न गर्न सम्बन्धित पक्षलाई निर्देशन दिनुभयो।

उहाँले राष्ट्रिय गौरवका यस्ता पूर्वाधार आयोजना समयमै सम्पन्न हुन नसके नागरिकमा विकासप्रति निराशा बढ्ने भएकाले सरकारले यस विषयलाई गम्भीर रूपमा लिएको स्पष्ट पार्नुभयो।

कमला-ढल्केबर-पथलैया सडक आयोजना (पूर्वी खण्ड) का आयोजना प्रमुख राजेशकुमार दासका अनुसार अब बाँकी करिब डेढ वर्षभित्र ७५ प्रतिशत निर्माण कार्य सम्पन्न गर्नुपर्ने चुनौती रहेको छ। उहाँले कमला पुलदेखि बागमती पुलसम्मको ७४.७५ किलोमिटर सडकमध्ये

बाँकी पृष्ठ ३ मा

गौशालामा स्कूल बस दुर्घटना, चालकसहित ६ जना घाइते

धर्मेन्द्रकुमार यादव 'यदुवंशी'
साउन १९ गते, महोत्तरी

महोत्तरीको गौशाला नगर पालिका-९, डुमरवाना स्थित भित्री सडकमा स्कूल बस दुर्घटना हुँदा चालकसहित ६ जना घाइते भएका छन्।

मङ्गलबार बिहान ७:३० बजे मोर्डन शारदा शिक्षा सदन बोर्डिङ स्कूलको बा १ क ६९२९ नम्बरको बस इमली बजारबाट गौशालातर्फ जाँदै गर्दा अनियन्त्रित भई उखुबारीमा पल्टिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय महोत्तरीका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक पञ्चलाल गोलेले जानकारी दिनुभयो।

दुर्घटनामा बस चालकसहित गौशाला नगरपालिका-५ का ४० वर्षीय विजय भुजेल, गौशाला नगरपालिका-११ का १० वर्षीय प्रतीक कुशवाहा, ८ वर्षीय प्रज्ज्वल कुशवाहा, १३ वर्षीया प्रीती कुशवाहा, गौशाला नगर



पालिका-९ का १३ वर्षीय उमर शेख र गौशाला नगरपालिका-११ का ६ वर्षीय आदर्श कुशवाहा घाइते हुनुभएको छ। घाइतेमध्ये अधिकांशको खुट्टा, नाक, कम्मर लगायतका ठाउँमा चोट लागेको प्रहरीले जनाएको छ। घाइतेमध्ये भुजेल र शेखलाई उपचारका लागि वीके अस्पताल गौशाला पठाइएको छ भने अन्य

चार जनाको स्थानीय स्वास्थ्य संस्थामा उपचार भइरहेको प्रहरी नायब उपरीक्षक गोलेले बताउनुभयो। घटनाको जानकारी पाएलगत्तै प्रहरी चौकी कान्तिबजारबाट खटिएको प्रहरी टोली र स्थानीयवासीले घाइतेलाई उद्धार गरी उपचारका लागि अस्पताल पुर्याएका थिए।

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

CONTACT DETAILS

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

जनकपुरमा गुठी जग्गामा बनेका ४२ घर-टहरा डोजरबाट हटाउने तयारी

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १९ गते, जनकपुरधाम

जनकपुर उपमहानगरपालिका क्षेत्रभित्र गुठीअन्तर्गतका सात वटा ऐतिहासिक पोखरी तथा तिनका डिल क्षेत्रमा अतिक्रमण गरी निर्माण गरिएका घर-टहरा हटाउने तयारी पुनः अधि बढाइएको छ। सुनसरी परिस्थितिका कारण स्थगित गरिएको अतिक्रमण हटाउने अभियान आगामी सातादेखि सञ्चालन गरिने भएको छ। भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालयअन्तर्गत गठित गुठी जग्गा संरक्षण तथा व्यवस्थापन समितिले विशहरा पोखरी, दशरथ तलाउ, अर्गजा

सर, रत्न सागर, मुरली सर, दीर्घिका सर र गोडघोई पोखरीका डिलमा निर्माण गरिएका अनधिकृत संरचना हटाउने तयारी गरेको हो। यसअघि गुठीको जग्गा संरक्षण तथा व्यवस्थापनका लागि गठित उच्चस्तरीय कार्यदलको प्रतिवेदन-२०६२ कार्यान्वयन समितिले साउन ९ गते सार्वजनिक सूचना जारी गर्दै सम्बन्धित व्यक्तिलाई सात दिनभित्र स्वेच्छाले संरचना हटाउन आग्रह गरेको थियो। तर तोकिएको अवधिभित्र कसैले पनि अतिक्रमण हटाउन चासो नदेखाएपछि, सरकारी संयन्त्रले बलपूर्वक हटाउने प्रक्रिया अधि बढाइएको हो।

गुठी प्रशासक शैलेशराज कुँवर को संयोजकत्वमा गठित ११ सदस्यीय समितिले अतिक्रमण क्षेत्रको स्थलगत निरीक्षण तथा नापजाँचसमेत गरिसकेको छ। समितिमा जिल्ला प्रशासन कार्यालय धनुषा, जिल्ला समन्वय समिति, भूमि व्यवस्थापन तथा अभिलेख विभाग, भूमि प्रशासन कार्यालय, नापी कार्यालय, गुठी संस्थान शाखा कार्यालय, जनकपुर उपमहानगरपालिका तथा मधेश प्रदेश सरकारका सम्बन्धित निकायका प्रतिनिधि सहभागी छन्। केन्द्रीय गुठी संस्थानका प्रवक्ता जनक पोखरेलका अनुसार गत शुक्रवारदेखि नै डोजरसहित अतिक्रमण हटाउने तयारी पूरा

भए पनि सुरक्षा संवेदनशीलताका कारण अन्तिम समयमा अभियान स्थगित गरिएको थियो। “डोजर र आवश्यक जनशक्ति तयारी अवस्थामा थिए तर कर्फ्यु तथा त्यसपछिको परिस्थितिका कारण अभियान सञ्चालन गर्न सम्भव भएन,” उहाँले भन्नुभयो। समितिका अनुसार बृहत्तर जनकपुर क्षेत्रका ४९ वटा पोखरीको रेखाङ्कन तथा नापजाँच गर्नुपर्ने प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। हालसम्म १३ वटा पोखरीको नापजाँच सम्पन्न भइसकेको छ। तीमध्ये सात वटा पोखरीको डिल क्षेत्रमा निर्माण गरिएका कच्ची तथा पक्की गरी ४२ वटा

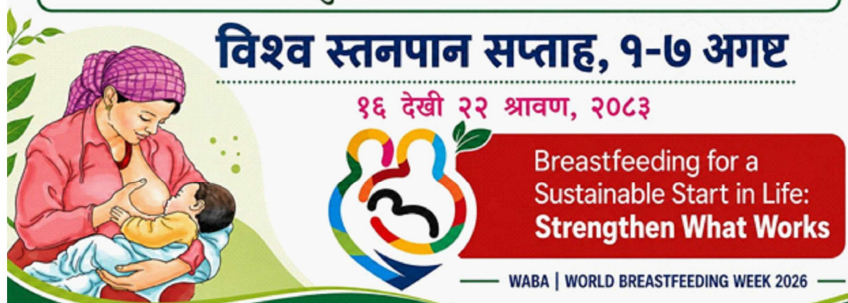
घर-टहरा हटाउने तयारी गरिएको छ। समितिलाई पोखरी, पोखरीका डिल, रामजानकी मन्दिरलगायत प्रमुख धार्मिक स्थल तथा गुठी स्वामित्वका जग्गामा भएको अतिक्रमण हटाई संरक्षण र व्यवस्थापन गर्ने जिम्मेवारी दिइएको छ। यस क्रममा उच्चस्तरीय कार्यदल-२०६२, सरकारी, सार्वजनिक तथा गुठी जग्गा संरक्षणसम्बन्धी जाँचबुझ आयोग-२०७६ लगायत विभिन्न प्रतिवेदनका सुझावसमेत कार्यान्वयन गरिने जनाइएको छ। समितिले मन्दिर परिसर, पोखरी र गुठी जग्गामा भएका अतिक्रमणको रेखाङ्कन गरी

सम्बन्धित व्यक्तिलाई स्वेच्छाले जग्गा खाली गर्न सूचना दिएको थियो। त्यसको बेवास्ता भएपछि अब कानुनी प्रक्रियाअनुसार संरचना हटाइने तयारी गरिएको हो। अतिक्रमण हटाउने तयारीसँगै गुठीको जग्गामा वर्षौं देखि बसोबास गर्दै आएका स्थानीयमा चिन्ता र अन्योल बढेको छ। कतिपय परिवार वैकल्पिक बसोबासको व्यवस्था नहुँदै घर हटाइने हो कि भन्ने त्रासमा रहेका छन्। स्थानीयले अतिक्रमण नियन्त्रणसँगै प्रभावित परिवारको व्यवस्थापनका विषयमा पनि सरकारले संवेदनशील ढङ्गले निर्णय गर्नुपर्ने माग गरेका छन्।

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

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगष्ट

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३



रामगोपालपुर नगरपालिका, महोत्तरी

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

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगष्ट २०२६

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३



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 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. ५२५८००
जनपा वारुण यन्त्र ५२००११
एम्बुलेन्स (सरोज फाउण्डेशन) ५२२००६
एम्बुलेन्स (मारवाडी सेवा समिति) -५२२७६२, ५२१७८४
एम्बुलेन्स (जानकी मेडिकल कलेज) -५२६०९०, ५२६०९१
महाविर युवा कमिटी ऐंबुलेन्स २५९८०
कृष्णा नर्सिंग होम ५२१९१८
जनकपुर मेडिकल सेन्टर ५२०७१४
जिया अल्ट्रासाउण्ड इमरजेन्सी सेन्टर ५२३३२८
जनकपुर रेल्वे ५२०२११
आँखा अस्पताल ५२०३९७
जनकपुर सुरक्षा गुल्म ५२०१८६/५२६५८६
प्रहरी ५२००९९
एम्बुलेन्स रेडक्रस १०२
जनकपुर अञ्चल अस्पताल ५२००३३
बछार प्रसूति सेवा केन्द्र ५२२४५७
विद्युत फयुज शाखा ५२०१५१
बुद्ध एयर ५२५०२२
गोर्खा एयर ५२१२९४
सीता एयर ५२५९९०
जानकी केवल टिभी नेटवर्क ५२३७२८



आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरू



वर्दिवास

बर्दिवास अस्पताल ५५००९०
ट्राफीक प्रहरी ५५००५५
छिन्नमस्ता सशस्त्र प्रहरी गण ५५०४०४
जिल्ला खानेपानि (गौरी डाडाँ) ५५०००५
ढल्केबर (नो लाईट) ०४१-५६००६८
सुरक्षा क्याम (रेडियो नेपाल) ५५००२३
बर्दिवास नगरपालिका ५५००३१
खानेपानि कार्यालय ५५०११०
प्रहरी ५२०१९९
प्रहरी ५२००९९
बर्दिवास बुरसञ्चार ५५००००
पारिजात स्मृति अस्पताल ५५०३७२
नेपाल परिवार नियोजन संघ ५५०१०७
इलाका प्रहरी कार्यलय बर्दिवास ५५०००६

खानेपानी बर्दिवास ५५०१४३
रेडक्रस एम्बुलेन्स ५२०१००
मेरी स्टोप सेन्टर ५५०१२६
शुभ स्वस्तिक हस्पिटल ५५०२५५
जनसेवा हस्पिटल ५५०४०६
बर्दिवास आँखा अस्पताल ५५०४७७
इलाका प्रशासन कार्यालय बर्दिवास ५५०६६८
IRDS समाज सहकारी अस्पताल ५५०४०१
ढल्केबर
खानेपानी ९८२४८०५९५०
इलाका प्रहरी कार्यालय ०४१-५६०१००
प्रहरी ५२००९९
विद्युत फयुज शाखा ०४१-५६०१६८
एम्बुलेन्स ९८०४८६७५४
एम्बुलेन्स ९८१५८३२०३२
ओम शान्ति पोलिक्लिनिक ०४१-५६०१५२

जलेश्वर

अस्पताल ५२००७०
प्रहरी ५२०००९
अस्थायी प्रहरी चौकी भीठामोड ५२०२०९
एम्बुलेन्स ५२०१००
विद्युत् ५२००६६
विद्युत् ५२०१९६

महेन्द्रनगर

एम्बुलेन्स (सोसल वेलफेयर & रिसर्च सेन्टर) ४१-५४०२३२
महेन्द्रनगर, धनुषा ९८४४०२४४०/
९८०४८२५८६०
एम्बुलेन्स (हिमालय युवा क्लब नक्ताभिज) ०४१-६२०४९१
९८०४८१५१२६
इलाका प्रहरी कार्यालय महेन्द्रनगर ५४०१९९
विद्युत प्राधिकरण महेन्द्रनगर ५४०१६१

महेन्द्र राजमार्ग विस्तारको.....

बस्ती तथा बजार क्षेत्रमा करिव ११.५ किलोमिटर सडक सर्भिस लेनसहित छ लेनको र बाँकी खण्ड चार लेनको निर्माण गरिने जानकारी दिनुभयो।

आयोजनाअनुसार उक्त सडक खण्डमा ५० वटा पुल, १०२ वटा कल्भर्ट र पाँच वटा ओभर पास निर्माण गरिनुपर्नेछ। हालसम्म ६५ वटा कल्भर्ट निर्माण सम्पन्न भइसकेका छन् भने २८ वटा पुलको सबस्ट्रक्चर निर्माण सकिएको आयोजनाले जनाएको छ।

आयोजना प्रमुख दासका अनुसार प्रतिनिधि सभा निर्वाचन, निर्माण सामग्रीका लागि आवश्यक माटोको अभावक, विद्युत्का पोल समयमै स्थानान्तरण नहुनु, निर्माणस्थल खाली गराउन ढिलाइ हुनु तथा देशका विभिन्न क्षेत्रमा देखिएको

असहज परिस्थितिको प्रभावका कारण आयोजना प्रभावित भएको हो। साथै, रुख कटान सम्पन्न भए पनि वन कार्यालयलाई काठ हस्तान्तरण गर्ने प्रक्रियामा ढिलाइ हुँदा निर्माण कार्यले अपेक्षित गति लिन नसकेको उहाँको भनाइ छ।

परामर्शदाता कम्पनीका आवासीय इन्जिनियर विनोदकुमार गौतमले आवश्यक निर्माण सामग्री सहज रूपमा उपलब्ध हुने र निर्माणस्थल समयमै खाली गराइदिने हो भने बाँकी अवधि भित्रै सम्पूर्ण काम सम्पन्न गर्न सकिने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो। उहाँले साइड क्लियरेन्सको काममा सरकारी निकायबाट थप सहजीकरण आवश्यक रहेको बताउनुभयो। निर्माण कम्पनी र सुवा कन्स्ट्रक्सन

कम्पनी (आरसीसी) संयुक्त उपक्रमका प्रतिनिधि निरञ्जन पुडासैनीले आयोजनाको लट-२ अन्तर्गत पर्ने २९ किलोमिटरमध्ये २२ किलोमिटर सडक जङ्गल क्षेत्रभित्र पर्ने भएकाले रुख कटान भएको बताउनुभयो। उहाँका अनुसार रुख कटान सम्पन्न भएको चार महिना मात्रै भएकाले कामले अपेक्षित गति लिन नसकेको हो।

यसैबीच, कमला-ढल्केवर-पथलैया सडक आयोजनाको पश्चिम खण्डअन्तर्गत बागमती पुलदेखि पथलैयासम्मको करिव ५.५ किलोमिटर सडक विस्तारको ठेक्का प्रक्रिया भने अझै अघि बढ्न सकेको छैन। आयोजना समयमै सम्पन्न गर्न बाँकी खण्डको ठेक्का प्रक्रिया छिटो टुङ्ग्याउनुपर्ने आवश्यकता समेत औल्याइएको छ।

मादक पदार्थ नखाएर यात्रा गर्नुहोस् !

“सुरक्षित यात्रा गरौं - मादक पदार्थको सेवन गरेर गाडी चलाउँदा जीवनको जोखिम बढ्दछ।”

सवारी साधनमा सीट बेल्ट लगाउनुहोस् !

“सुरक्षितमा सवारी चलाउनुहोस् - सीट बेल्ट लगाउनु होला, दुर्घटनामा ज्यान जोगाउनु।”

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

विश्व स्तनपान सप्ताह, १-७ अगस्ट २०२६

१६ देखि २२ श्रावण, २०८३

विश्व जन्मिए पछि जन्मिएको छोडो (१ घण्टा भित्र) आमाको दूध (विनीती दूध) खुवाउँ।

शिशुलाई जन्मेदेखि ६ महिना पुरा नभएसम्म आमाको दूध मात्र खुवाउँ।

बालबालिकालाई ६ महिना पुरा भएपछि पुनः खानाका साथसाथै कनिना २ वर्ष उमेरसम्म निरन्तर स्तनपान गराउँ।



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

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

चिकित्सकको सल्लाह बिना शिशुलाई आमाको दूध बाहेक अन्य कुनै किसिमको दूध नखुवाउँ। दूधपानीको प्रयोग नगर्।



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



मटिहानी नगर पालिका, महोत्तरी

नैतिक शिक्षा अनिवार्य बनाउन मधेशी आयोगको सुझाव

खबर दर्पण समाचारदाता साउन १९ गते, बर्दियास

मधेशी आयोगले विद्यालय तहको पाठ्यक्रममा नैतिक शिक्षालाई अनिवार्य विषयका रूपमा समावेश गर्न सरकारलाई सुझाव दिएको छ। आयोगले समाजमा बढ्दो असहिष्णुता, साम्प्रदायिकता, जातीय तथा भाषिक विभेदजस्ता चुनौती न्यूनीकरण गर्न नैतिक शिक्षा प्रभावकारी माध्यम हुन सक्ने उल्लेख गरेको छ।

आयोगले सार्वजनिक गरेको आर्थिक वर्ष २०८१/८२ को वार्षिक प्रतिवेदनमा ‘मधेशी आयोगको इच्छा : नैतिकवान मधेश र सशक्त नैतिक शिक्षा कार्यक्रम’ शीर्षकअन्तर्गत नैतिक शिक्षाको आवश्यकता औल्याइएको हो। प्रतिवेदनमा आजको समाज निहित स्वार्थ, लोभ, क्रोध, द्वन्द्व, असहिष्णुता, साम्प्रदायिकता तथा भाषिक, सामाजिक, धार्मिक र जातीय विभेदजस्ता सङ्घर्ष सोचबाट प्रभावित बन्दै गएको उल्लेख गर्दै यस्ता प्रवृत्तिमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन नैतिक शिक्षाको भूमिका महत्वपूर्ण हुने जनाइएको छ।

आयोगका अनुसार नैतिक शिक्षाले असल व्यक्ति, असल समाज र सुदृढ चरित्र निर्माण गर्न सहयोग पुऱ्याउनुका साथै व्यक्तिको क्षमता, व्यवहार, सामाजिक उत्तरदायित्व र सकारात्मक सोचको विकासमा योगदान पुऱ्याउँछ। यसले मानिसमा सदाचार, विनम्रता, सहिष्णुता, सदभाव, प्रेम, सम्मान र परोपकार जस्ता मानवीय मूल्य स्थापित गर्न मद्दत गर्ने प्रतिवेदनमा उल्लेख गरिएको छ।

आयोगले परिवार, समाज र राष्ट्रलाई सही दिशा प्रदान गर्न तथा सामाजिक व्यवहारमा सुधार ल्याई नैतिकवान समाज निर्माण गर्न विद्यालयको पाठ्यक्रममा नैतिक शिक्षालाई अनिवार्य विषयका रूपमा समावेश गर्नुपर्नेमा जोड दिएको छ। हाल विद्यालय तहको पाठ्यक्रममा नैतिक शिक्षा छुट्टै अनिवार्य विषयका रूपमा समावेश नभएको आयोगले उल्लेख गरेको छ।

प्रतिवेदनअनुसार आयोगले नैतिक शिक्षाको आवश्यकता महसुस गर्दै बाराको कलैया उपमहानगर पालिका, धनुषाको जनकपुरधाम तथा लुम्बिनी प्रदेशको

नेपालगञ्जमा नैतिक शिक्षा सम्बन्धी कार्यक्रम सञ्चालन गरेको जनाएको छ।

आयोगले संवैधानिक निकायका रूपमा स्थापनाकालदेखि नै मधेश र मधेशी समुदायको हक, हित र अधिकार संरक्षणका लागि कार्य गर्दै आएको पनि प्रतिवेदनमा उल्लेख गरेको छ। नेपाल बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक तथा बहुसांस्कृतिक विशेषतायुक्त मुलुक भएकाले सबै समुदायको समान सहभागिता सुनिश्चित गर्न समावेशी शासन प्रणाली आवश्यक रहेको आयोगको भनाइ छ।

राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक तथा प्रशासनिक क्षेत्रमा पछि पारिएका वर्ग, समुदाय, क्षेत्र र जातजातिको अधिकार संरक्षण तथा उनीहरूलाई राज्यको मूलप्रवाहमा समेट्ने उद्देश्यका साथ आयोगले विभिन्न कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको प्रतिवेदनमा उल्लेख गरिएको छ। साथै, समावेशीकरणको अभ्यासमार्फत सबै नागरिकमा अपनत्वको भावना अभिवृद्धि गर्दै समावेशी राज्य निर्माणमा योगदान पुऱ्याउने लक्ष्य रहेको आयोगले जनाएको 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



जनस्वास्थ्य विश्व स्तनपान आवाज

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

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

ओभरलोड सवारीका कारण सडक पूर्वाधारमा अबौं रुपैयाँको क्षति

खबर दर्पण समाचारदाता

साउन १९ गते, बर्दियास
सडकको निर्धारित भार क्षमताभन्दा धेरै सामान बोकेर सञ्चालन हुने मालवाहक सवारीका कारण मधेशका प्रमुख सडक तथा पुल-कल्भर्टमा अबौं रुपैयाँ बराबरको क्षति पुगेको छ। भार नियन्त्रण प्रणाली प्रभावकारी हुन नसक्दा राष्ट्रिय राजमार्ग देखि स्थानीय सडकसम्मका पूर्वाधार समयअघि नै जीर्ण बन्दै गएको सरोकारवाला निकायले बताएका छन्।

जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय बर्दियासका अनुसार बीपी राजमार्ग, महेन्द्र राजमार्ग, बर्दियास-जलेश्वर, समसी-गौशाला तथा जनकपुर-भिद्रामोड सडकमा क्षमताभन्दा बढी भार बोकेका मालवाहक सवारीको चाप बढ्दै गएपछि ट्राफिक प्रहरीले निगरानी र कारवाहीलाई तीव्र बनाएको छ। ट्राफिक प्रहरी निरीक्षक बाबु राम कार्कीका अनुसार आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा तोकिएको क्षमताभन्दा बढी भार बोकेका ३१ वटा मालवाहक सवारीमाथि कारवाही गरिएको छ। ती सवारी बाट सात लाख ९७ हजार ५५४ रुपैयाँ जरिवाना असुल गरिएको

उहाँले जानकारी दिनुभयो। ट्राफिक प्रहरीका अनुसार कारवाहीमा परेका सवारीमध्ये केही भारतीय मालवाहक ट्रकले ६० टनसम्म भार बोकेको पाइएको छ। यस्ता सवारीका कारण सडकको आयु घट्नुका साथै पुल, कल्भर्ट र सडक सतहमा गम्भीर क्षति पुगिरहेको छ।

सडक डिभिजन कार्यालय जनकपुरका डिभिजनल इन्जिनियर दशरूपसादका अनुसार मधेशका अधिकांश प्रमुख सडकको भारवहन क्षमता १०.२ मेट्रिक टन मात्र रहेको छ। तर व्यवहारमा ती सडकमा सञ्चालन हुने कतिपय मालवाहक सवारीले ५० देखि ६० टनसम्म सामान ढुवानी गर्ने गरेका छन्।

उहाँका अनुसार ढुवानी भाडा सामानको तौलका आधारमा निर्धारण हुने भएकाले बढी आम्दानीको लोभमा चालक तथा व्यवसायीले सडकको भार क्षमता बेवास्ता गर्दै अत्यधिक सामान लोड गर्ने गरेका छन्। यसको प्रत्यक्ष असर सडक, पुल र कल्भर्टमा परेको छ भने अबौं रुपैयाँको लगानीमा निर्माण गरिएका पूर्वाधार समयअघि नै क्षतिग्रस्त भइरहेका छन्।

यद्यपि ट्राफिक प्रहरीले ओभरलोड सवारीमाथि कारवाहीलाई तीव्र बनाए पनि सीमा क्षेत्रमा रहेका भन्सार कार्यालय र अन्य सम्बन्धित निकायबीच प्रभावकारी समन्वयको अभाव देखिएको छ। बीपी राजमार्गमा खटिएका ट्राफिक प्रहरीका अनुसार कतिपय चालकले भन्सार रसिद तथा प्रज्ञापनपत्र देखाउँदै ट्राफिकले सवारी रोकन नमिल्ने दावी गर्दै विवादसमेत गर्ने गरेका छन्।

यातायात व्यवस्था विभागले जारी गरेको 'मालवाहक सवारीको भारवाहन नियमनसम्बन्धी निर्देशिका, २०७४' ले तोकिएको तौलभन्दा २.५ प्रतिशतसम्म बढी भार भएका सवारीलाई सम्झाइ बुझाइ गरी पठाउने तथा सोभन्दा बढी भार भएका सवारीलाई यातायात व्यवस्था कार्यालयमार्फत कारवाही गर्ने व्यवस्था गरेको छ। तर व्यवहारमा यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन हुन नसक्दा समस्या कायमै रहेको सरोकारवालाको भनाइ छ।

बर्दियास ट्राफिकका अनुसार सबैभन्दा बढी ओभरलोड बोकेर सञ्चालन हुनेमा भारतीय मालवाहक ट्रक रहेका छन्।

त्यसपछि ईटा, काठ तथा निर्माण सामग्री ढुवानी गर्ने सवारीको संख्या बढी रहेको ट्राफिक निरीक्षक कार्कीले बताउनुभयो। ओभरलोड सवारीका कारण सडकमा खाल्डाखुल्डी बढ्ने, दुर्घटनाको जोखिम उच्च हुने, ठूला सवारी बीच बाटोमै विग्रिँदा लामो समयसम्म ट्राफिक जाम हुने तथा धुलो र हिलोका कारण स्थानीय बासिन्दा तथा यात्रुले दैनिक सास्ती खेप्नुपर्ने अवस्था सिर्जना भएको गुनासो बढ्दै गएको छ।

सडक डिभिजन कार्यालय र



ट्राफिक प्रहरीले सडक पूर्वाधारको दीर्घकालीन संरक्षणका लागि मर्मतसम्भार मात्रै पर्याप्त नहुने बताएका छन्। उनीहरूका अनुसार सीमानाकादेखि नै ओभरलोड सवारीको प्रभावकारी

जाँच, भन्सार, यातायात र ट्राफिक निकायबीच समन्वय तथा ट्राफिक नियमको कडाइका साथ कार्यान्वयन गर्न सके मात्र सडक क्षति नियन्त्रण गर्न सकिनेछ।

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 खानकुुरा नदिने।
- आमासँग छाला छोयो सम्पर्क, माया र हेरचाह दिने।
- आवश्यकता 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

“ 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 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 बर्दियास, महोत्तरी

०४४-५५०२५५

खबर दर्पण राष्ट्रिय दैनिक प्रकाशनका लागि प्रकाशक/सम्पादक : अजय कुमार साह, (९८४४०२५९८४) कार्यकारी सम्पादक : विशाल बस्नेत (९८६३६३२९८६)

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

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