स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको प्रतिक

नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

"रातको समयमा अरु सवारीलाई बाधा हुने गरी High लाईटको प्रयोग नगर्नुहोस् ।"

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
गृह मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

आगामी असोज ३ गतेदेखि प्रदर्शनमा आउन लागेको फिल्म 'खुस्मा'को क्यारेक्टर पोस्टर सार्वजनिक गरिएको छ। पोस्टरमा अभिनेत्री उपासना सिंह ठकुरी प्रेमिल भावमा देखिएका छन्। पोस्टरमा भने उपासना गम्भीर भावमा चित्रित छन्। फिल्मले प्रेम र विछोडको कथा भन्ने पोस्टरले बुझाउँछ। मगर समुदायको पृष्ठभूमिमा बनेको फिल्ममा धीरज र उपासनासँगै माओत्से गुरुङ, खड्क बहादुर पुन 'खबपु' सुजाता राई, राज थापा काउचा, विवेश मगर, दुईसाङ थिङ लगायतको अभिनय छ।

आजको विचार...

उठ्ने कि... (दुई पेजमा)

डा. मुकेशराज काफ्ले

ड्रेसअपका लागि होटल वा घरै पुग्नुपर्छ । शौचालयको समस्या पनि उस्तै हुन्छ । यिनै कुरालाई मध्यनजर गरेर 'एक्टर'का निर्माता थमन कुमार भण्डारीले फिल्मका अभिनेता प्रदीप खड्काका लागि 'भ्यानेटी भ्यान' उपलब्ध गराएका छन् । आफ्नो 'टेक' नहुँदा प्रदीपले त्यही भ्यानमा तयारी गरिरहेका छन् ।

❒ वर्ष २९ ❒ अंक ३२६ ❒ २०८१ असार ११ गते मंगलबार 25 June 2024, Tuesday ❒ पृष्ठ संख्या ४ मूल्य रु ५/-

एचआईभी रोकथाममा नार्डेक

जिल्लास्तरीय सरोकारवालाहरुसँग गर्‍यो समन्वय र समीक्षा

रामचन्द्र रायमाझी

पाल्पा, असार १०/जिल्लामा एचआईभी रोकथाम कार्यक्रमको जिल्लास्तरीय सरोकारवालाहरुसँग समन्वय तथा समीक्षा गरिएको छ । जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पाको आयोजना र राष्ट्रिय ग्रामीण तथा सामुदायिक विकास केन्द्र (नार्डेक) नेपालको समन्वयमा सोमबार तानसेनमा कार्यक्रमको समन्वय तथा समीक्षा गरिएको हो ।

नार्डेकले ग्लोबल फण्ड अन्तर्गत सेभ द चिल्ड्रेनसँगको साझेदारीमा गुल्मी र पाल्पामा सञ्चालन गरेको प्रवासी र तिनका दम्पतीहरुको लागि लक्षित गरी एचआईभी/टिभी रोकथाम कार्यक्रमको सरोकारवालाहरुसँग बसेर गर्न सकिने समन्वय र हालसम्म गर्दै आएका गतिविधिहरुको उपलब्धीका विषयमा समीक्षा गरेको हो । कार्यक्रममा एचआईभी एड्स रोकथाम तथा सहयोग र हेरचाह कार्यक्रमअन्तर्गत प्रवासी कामदार र तिनका परिवार बीचमा सुरक्षित यौन व्यवहारलाई प्रोत्साहन गर्ने र यौन रोग तथा एचआईभी एड्स नियन्त्रण गर्ने उद्देश्यले नार्डेकले सञ्चालन गरेको कार्यक्रम प्रभावकारी रहेको सहभागीहरुले बताएका छन् ।

कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति पाल्पाका प्रमुख टंकनाथ खनालले चुनौतिका रुपमा रहेको एचआईभी एड्स रोकथामका लागि संस्थाबाट भएका प्रयासहरु महत्वपूर्ण रहेको बताए । उनले भने ' सचेतना र जानकारीको अभावका कारण संक्रमण फैलिन सक्ने हुन्छ, त्यसका लागि नार्डेकले केही हदसम्म भए पनि रोक्नको लागि गरेका प्रयासहरु उपलब्धीमूलक नै छन् ।' समन्वय समितिकी उपप्रमुख काशिका ज्ञवाली गैरेले स्थानीय तहहरुसँगको समन्वयमा समाजमा सचेतनाका कार्यक्रमहरुलाई थप प्रभावकारीताका साथ अगाडि बढाउनुपर्ने बताईन् । स्वास्थ्य कार्यालयका प्रमुख डा.राजेन्द्र गिरीले एचआईभी संक्रमणको औषधि र उपचार नि:शूल्क भए पनि जानकारी नहुँदा र समाजमा अपहेलित हुने डरका कारण संक्रमितहरु खुलेर आउन नसकेको अवस्थामा नार्डेक जस्ता संस्थाहरुले चालेका प्रयासहरुका कारण केही सहज भएको बताए । उनले संक्रमणको अवस्थालाई फैलिन नदिन यस्ता कार्यक्रमहरु महत्वपूर्ण हुने विश्वास व्यक्त गरे ।

डा. गिरीले परियोजनाको सम्झौता सकिन थाले पनि जिल्लाका स्थानीय सरकारहरुसँग समन्वय गरेर कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिनुपर्नेमा जोड दिए ।कार्यक्रममा परिवार नियोजन संघ पाल्पाका प्रवन्धक शोवाकान्त न्यौपाने, क्षयरोग निवारण संघ पाल्पाकी अध्यक्ष शोभा शाक्य, नेपाल प्रेस युनियनका केन्द्रीय उपाध्यक्ष माधव अर्याल लगायतले एचआइभी संक्रमितहरुको सहजताका लागि गैरसरकारी संस्थासँगै स्थानीय तहहरुले पनि आवश्यक सहयोग गर्नु पर्नेमा जोड दिए । कार्यक्रममा नार्डेककी कार्यक्रम अधिकृत कमला विश्वकर्माले संस्थाको परिचय, गरेका गतिविधि, उपलब्धी र चुनौतीका विषयमा जानकारी गराएकी थिइन् । उनले १ जनवरी २०२४ देखि ३१ मे २०२४ सम्म संस्थाले गरेका गतिविधिका बारेमा जानकारी गराएकी हुन् । अधिकृत विश्वकर्माले ३ हजार ५ सय जना आप्रवासी तथा उनीहरुको दम्पतीमा व्यवहार परिवर्तनका लागि शिक्ष तथा भेटघाट गर्ने लक्ष्य राखेकोमा ४ हजार १ सय १ जना अर्थात् ११७ प्रतिशतमा गरिएको , ४ हजार ४ सय १० को एचआईभी परीक्षण गर्नुपर्ने लक्ष्य राखेकोमा ४ हजार १ सय ८८ अर्थात् ९४ प्रतिशतमा गरिएको, ३ जना नयाँ संक्रमित पत्ता लगाउने र एआरटी उपचारमा संलग्न गराउनु पर्नुमा १ जना अर्थात् ३३ प्रतिशत उपलब्धी हासिल गरिएको बताईन् ।

बाकिँ अन्तिम पेजान...

संक्षिप्त समाचार

आक्रमणमा १५ प्रहरी अधिकृतको मृत्यु

(रासस/सिन्ह्वा)

मस्को, असार १०/दक्षिणी रूसको दागेस्तान गणतन्त्रमा श्रृङ्खलाबद्ध आक्रमणमा कम्तीमा १५ जना प्रहरी अधिकारीको मृत्यु भएको आरआइए नोभोस्तीले स्थानीय अधिकारीलाई उद्धृत गर्दै सोमबार जानकारी गराएको छ । दुई अर्थोडक्स चर्च, धार्मिक सभाघर र तटीय शहर डर्बेन्ट र दागेस्तानको राजधानी मखचकलाको ट्राफिक प्रहरी चौकीमा भएको सशस्त्र झडपमा मानवीय क्षति भएको हो ।

दागेस्तान गणतन्त्रका प्रमुख सर्गेई मेलिकोभले स्थिति नियन्त्रणमा आइसकेको बताए । उनका अनुसार डर्बेन्टसिथ्त सभाघरमा आक्रमणको क्रममा लगाइएको आगो पूर्ण रूपमा निभाइएको छ । सशस्त्र आक्रमणमा संलग्न छ जना सशस्त्र व्यक्ति मारिएको मेलिकोभले सामाजिक सञ्जालमार्फत जारी एक विज्ञप्तिमा उल्लेख छ । 'आतङ्गवादी' आक्रमणमा संलग्न समूहलाई पक्राउ गर्न कानून प्रवर्तन अधिकारीलाई खटाइसकिएको उनले बताए । उत्तरी ककेशियन क्षेत्रमा अवस्थित दागेस्तान देशको सबैभन्दा भाषिक र जातीय विविधताभएको क्षेत्रमध्ये एक हो । आक्रमणपछि रूसको यहुदी समुदाय महासंघका अध्यक्ष अलेक्ज्यान्डर बोरोडाले दागेस्तानमा भएको आक्रमणपछि आउनसक्ने सम्भावित परिस्थितिलाई मध्यनजर गर्दै कुनै पनि उक्साहटमा नलाग्न स्थानीयलाई आग्रह गरे ।

आज मगर जातिको भूमि पर्व

पाल्पा, असार १०/मगर समुदायको प्रमुख चाड मध्ये भूमी पर्व एक हो । मगर समुदायले यो पर्व आज धुमधामसँग मनाउँदै छन् । वर्षातमा बाढी पहिरोजस्ता प्राकृतिक विपत्ति नहोस् भन्ने कामना गर्दै पूजा गर्ने चलन छ । खाद्यान्न बालीमा प्राकृतिक प्रकोप तथा दैवी विपत्ति नहोस् भनेर परम्परादेखि नै मगर समुदायले यो पूजा गर्दै आएका छन् । यसलाई भुमे पूजा पनि भन्ने चलन छ । मगर समुदायले असारमा रोपाई सुरु गर्नु अगावै पञ्चत्व स्वरूपमा भूमिको पूजन गर्ने गर्छन् ।

विशेषगरी रोल्पा, रुकुम, सल्यान, पाल्पा, दैलेख,जाजरकोट दाङ लगायत राप्ती अञ्चलका अधिकांस जिल्लाहरुमा धूमधामसँग भूमि पूजा गर्ने गरिन्छ । भूमी पर्वमा टाढा-टाढा गएका दाजुभाइसमेत घरमा जम्मा भई रमाइलो गर्ने परम्परा रहेको छ ।मगर समुदायको भूमे पर्वमा विभिन्न पाँच प्रकारको बाजा बजाएर महिला, पुरुष, बालबालिका नाचेर यो पर्व मनाउने गर्छन् । यस पर्वलाई नयाँ कामको सुरुवात गर्ने दिन, वर्षभरिको कामको योजना बनाउने दिनका रूपमा पनि लिने गरिन्छ ।

मगर समुदायको बाहुल्य रहेका क्षेत्रमा विशेष गरी यो पर्व मनाउने गर्छन् । भूमी पर्वमा सबै मगर सँगै भेला भएर रमाइलो गर्दा आफूहरूको दु:ख, पीर बिर्सने र मन खुसी हुने विश्वास छ । यस्तै मगर जातिले पृथ्वी अर्थात् भूमिलाई आफ्नो मुख्य देवताका रूपमा मानेर पुज्ने चलन छ ।

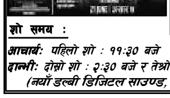
काँग्रेस आगामी चुनाव एक्लै लड्छ : नेता पन्त

भरत शर्मा

पाल्पा, असार १०/नेपाली काँग्रेसका पूर्व केन्द्रीय सदस्य राजनप्रसाद पन्तले आगामी चुनाव एक्लै लड्नु पर्ने बताएका छन् । प्रजातान्त्रिक विचार समाज पाल्पाको रामपुरमा आयोजित भेलालाई सम्बोधन गर्दै उनले आगामी चुनावमा हारे पनि एक्लै लड्नुपर्ने बताएका हुन् ।

गत निर्वाचनमा कम्युनिष्टसँग गठबन्धन गरेर चुनाव लड्दा नेपाली काँग्रेसलाई कुनै पनि फाइदा नभएको भन्दै अबको चुनावमा काँग्रेस एक्लै लड्ने नेता पन्तले धारणा व्यक्त गरे । उनले भने, 'हामी आगामी २०८४ को चुनावमा एक्लै लड्नुपर्छ, गठबन्धन गरेर होइन । हारे पनि एक्लै चुनाव लड्न हामी सक्षम हुनुपर्छ , त्यसैले अहिलेदेखि नै तयारी थालौं ।' नेता पन्तले अबको आवश्यकता भनेको काँग्रेस एकतावद्ध भएर जिम्मेवार पार्टी बन्नु रहेको बताए । पछिल्ला दिनहरुमा राजनीतिक दल र नेताहरुप्रति सर्वसाधारणको धारणा नकारात्मक रहेकाले नेताहरु सुनिुपर्नेमा समेत उनले जोड दिए । नेता पन्तले २०४८ सालमा लोकतान्त्रिक मूल्य र मान्यतालाई संस्थागत गर्न स्वर्गीय गिरीजाप्रसाद कोइरालाले प्रजातान्त्रिक विचार समाज स्थापना गरेको बताउँदै विभिन्न पेशागत संगठनमा लागेकाहरुले नेपाली काँग्रेसलाई बलियो शक्ति बनाउन आवश्यक रहेको औंल्याए । कार्यक्रममा समाज पाल्पाका संस्थापक अध्यक्ष त्रिलोचन पौडेलले काँग्रेसको आन्तरिक विवादले गर्दा नै पार्टी पछाडी धकेलिएको बताए । उनले राजनीतिमा व्यक्तिको होइन विचारको हुनुपर्ने धारणा व्यक्त गरे ।समाजका जिल्ला अध्यक्ष प्रा.डा. रामजी प्रसाद पौडेलले नेपाली काँग्रेस भित्र देखिने गरेको गुठ उपगुठको अन्त्य नगर्दासम्म कार्यकर्ता विचलित हुने बताउँदै नेतृत्व तहले यसको समाधान गर्नुपर्ने बताए । कार्यक्रममा नेपाली काँग्रेसका नेताहरु देवराज ढकाल, कृष्णप्रसाद बस्याल, रामबहादुर कार्की, यमलाल तिमिल्सीना, केशवराज शर्मा, रमा पन्त , ज्ञानप्रसाद भण्डारी, देवबहादुर राना, शुक्र भण्डारी, सुन्दर देवकोटा, दुर्गादेवी भण्डारी, बोमबहादुर थापा, हलिमदिन मियाँ, लगायतले नेपाली काँग्रेस एकजुट हुनुको विकल्प नभएको बताए । समाजका अध्यक्ष रामजीप्रसाद पौड्यालको अध्यक्षता, सदस्य हुमनाथ न्यौपानेको सञ्चालनमा कार्यक्रम भएको थियो ।

सन्तोष चलचित्र मन्दिरमा...



आजदेखि भव्यताका साथ प्रदर्शन हुँदैछ
सुपरहिट नेपाली फिल्म चलचित्र '**आचार्य**' । साथै चलचित्र '**दान्भी**' पनि चलिरहेको छ । स-परिवारका साथ अवश्य पाल्नु भइ भरपुर मनोरञ्जन लिनुहोस् ।

शो समय :
आचार्य: पहिलो शो : ११:३० बजे
दान्भी: दोस्रो शो : २:३० बजे र तेश्रो सो साझ ५:३० बजे
(नयाँ डल्बी डिजिटल साउण्ड, न्यू प्रोजेक्टर र लक्जरी सिटमा)

टिकट बुकिङ्ग नं. : ९८४७३९८५५५

पा.जि.हु.द.नं. ०५१/०५२ पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२

जनचेतना

सम्पादकीय

भूमि पूजा र यसको महत्व

मगर समुदायले आज भूमि पूजा गर्दै छन् । वर्षातमा बाढी पहिरोजस्ता प्राकृतिक विपत्ति नहोस् भन्ने कामना गर्दै पूजा गर्ने चलन छ । खाद्यान्न बालीमा प्राकृतिक प्रकोप तथा दैवी विपत्ति नहोस् भनेर परम्परादेखि नै मगर समुदायले यो पूजा गर्दै आएका छन् । यसलाई भुमे पूजा पनि भन्ने चलन छ । मगर समुदायले असारमा रोपाई सुरु गर्नु अगावै पञ्चत्व स्वरुपमा भूमिको पूजन गर्ने गर्छन् ।

विशेषगरी रोल्पा, रुकुम, सल्यान, पाल्पा, दैलेख, जाजरकोट दाङ लगायत राप्ती अञ्चलका अधिकांस जिल्लाहरुमा धूमधामसँग भूमि पूजा गर्ने गरिन्छ । यसलाई मगर जातिले पर्वकै रुपमा मनाउने गर्दछन् । ठाउँ अनुसार भूमिको पूजा गर्ने चलन छ । हुन त यो पर्व असार १ गतेदेखि नै प्रारम्भ भए पनि आजको दिनलाई विशेष मान्ने गरिन्छ । भूमे पूजाको सम्बन्ध कृषि र बादलसँग रहेको छ ।

जेठको अन्तिम दिनमा लेकबाट फुल टिपेर ल्याई खेत, खरियानमा भूमे पूजा गरिन्छ । लेक अर्थात् बादलहरू रहने उच्च भूमिबाट ल्याएका फूलहरू खेतका फाँटमा राखेर पूजन गरेपछि वर्षाको कमी नहुने मान्यता छ । यस वर्ष देशभरी निकै चर्को गर्मी र खडेरी बढ्दा भ्यागुताको बिहेदेखि अन्य थुप्रै विधिहरू गरेर बर्खाको आह्वान गरिरहेको यस अवस्थामा भूमे पुजाको महत्व झन् बढेको छ । बाढी पहिरो, हुरी बतास जस्ता प्राकृतिक प्रकोपबाट बच्न र खेतीपाती राम्रो होस् भन्नका लागि भूमिको पूजाले महत्व राख्दछ । सनातन दर्शनमा भूमिलाई गौ रूप समान मानिन्छ । भूमिको पूजा गरेमा वर्षभरि कुनै पनि बिपत्ती नआउने विश्वास गरिन्छ । यो पर्वबाट भावनात्मक एकता कायम गरी सामूहिक सोचको विकास गर्न समेत महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ । यो पूजालाई मगर समुदायले सांस्कृतिक चिनारीका रुपमा समेत लिने गर्दछन् । तर यो संस्कृति पुस्तान्तरण नहुँदा भने हराउँदै जान थालेको छ । यसर्थ प्रकृति र संस्कृतिसँग जोडिएको यो पूजाको महत्वलाई थप बढाउन र निरन्तरता दिन सम्बन्धित निकायले ध्यान दिन जरुरी छ ।

Opinion @ Social Network

जिन्दगी यस्तै हो,
कहिले चोटले रुवाउछ, त कहिले नोटले ।

(सलिना बस्नेतको फेसबुक स्टाटसबाट https://www.facebook.com/Salena.B123)

यो स्तम्भमा सामाजिक संजालमा पोष्ट गरिएका धारणाहरु राख्नेछौं । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shittalpati मा लगअन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नवजनचेतना दैनिकको रुपमा तपाईसामु आईरहेको छ । यो पत्रिका अझ स्तरीय अनि पठनीय बनाउनको लागि तपाईहरुको अमूल्य सुझावहरुको हामीलाई अत्यन्तै जरुरी छ । पाठकवृन्द तपाईका सुझावहरु दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

नवजनचेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

कति जोखिममा छन् नेपालका हिमाल ?

डा. मुकेशराज काफ्ले

नेपालको नदी प्रणालीलाई मुख्यतः कोसी, गण्डकी, कर्णाली र महाकाली गरी चार वटा बेसिनमा विभाजन गरिएको छ । बाह्रमासी प्रकृतिका यी नदीहरूको वहावको मूल स्रोत हिमाल नै हुन् । तापक्रमको यो वृद्धिले नेपालका हिमाली क्षेत्रका साथै तिब्बत र समग्र हिन्दकुश हिमालय क्षेत्र प्रभावित भएको छ ।

जलवायु परिवर्तनको मुद्दा आधुनिक विश्वको 'हट केक' हो । समग्र विश्व र मानव सभ्यता नै यसबाट प्रभावित छ । त्यसमध्ये प्राकृतिक स्रोतमा आधारित अर्थतन्त्र र जनजीवन भएका अल्पविकसित मुलुकहरू सबभन्दा बढी चपेटामा परेका छन् । ती मुलुकमध्ये नेपाल पनि एक हो । भूपरिवेष्टित मुलुक नेपालको उत्तरतर्फ सर्वोच्च शिखर सगरमाथासहित विश्वका दस अग्ला हिमालमध्ये ८ वटा छन् । ती हिमालको काखमा ठूलो संख्यामा हिमनदी र हिमतालहरू छन् । ती हिमनदी र हिमतालहरू नेपालका ठूला बाह्रमासी नदीका र भारतको गंगा नदीको बहावका मुख्य स्रोत हुन् । हिमालमा हुने जलवायु परिवर्तनले क्षेत्रीय जलस्रोतको उपलब्धता र सन्तुलनमा ठूलो असर गर्ने देखिएको छ । सिद्धान्ततः नेपाल सबट्रपिकल जलवायु क्षेत्रमा पर्ने भए पनि विशिष्ट भौगोलिक बनावटका कारण उत्तर-दक्षिणको करिब १४० किलोमिटर चौडाइमा जलवायु र पारिस्थितिक प्रणालीमा ठूलो विविधता भेटिन्छ । दक्षिणतर्फ सबट्रपिकल जलवायुको प्रभाव रहँदा उत्तरतर्फ आर्कटिक जलवायु हाबी छ । नेपालको गर्मी यामको जलवायु दक्षिण-पूर्वी मनसुनबाट प्रभावित छ । यसकारण जुनदेखि सेप्टेम्बरसम्म वर्षा हुन्छ । मनसुनी वर्षा कृषि तथा जलस्रोतको महत्त्वपूर्ण अवयव हो । नेपालको वार्षिक औसत वर्षा एक हजार ७६८ मिलिमिटर 'मिमी' मापन गरिएको छ। भौगोलिकता अनुसार करिब ७० देखि ८५ प्रतिशत वार्षिक वर्षा मनसुनमा हुन्छ । नेपालमा मनसुनको प्रवेश पूर्वी-दक्षिण भागबाट हुने र क्रमशः पश्चिमतर्फ बढ्ने भएकाले अन्य भागको तुलनामा पूर्वी-दक्षिण भूभागमा बढी वर्षा मापन हुन्छ । उच्च भौगोलिक भिन्नताका कारण ठाँउअनुसार वर्षाको प्रकृतिमा फरक पर्छ । अन्नपूर्ण हिमालको दक्षिणमा समुद्री सतहभन्दा एक हजार ६४२ मिटर उचाइमा अवस्थित लुम्लेमा वार्षिक पाँच हजार मिमी वर्षा मापन हुँदा यसको ठीक उत्तरतर्फ दुई हजार ७५० मिटर उचाइमा रहेको जोमसोममा वार्षिक वर्षा सरदर २५० मिमी मात्र रेर्कड गरिएको छ ।

उच्च हिमाली भेगमा मनसुनी वर्षा हिँउका रूपमा हुँदा त्यसले हिमनदी निर्माणमा मद्दत गरेको हुन्छ । अर्कोतर्फ, जाडो यामको वर्षा पश्चिमी मौसम प्रणालीमा आधारित छ । यसको उत्पत्तिको स्रोत भूमध्य सागर मानिएको छ । भूमध्य सागरमा निर्माण हुने न्यूनचापीय प्रणालीका कारण विकसित हुने मौसम पश्चिम हुँदै पूर्वतर्फ लाग्दा पश्चिमतर्फ बढी र पूर्वतर्फ कम हिउँदे वर्षा हुन्छ । हिउँ पनि पूर्वतिर कम पर्छ । हिउँदे वर्षाले पश्चिम क्षेत्रमा वार्षिक औसत वर्षा मापन र हिमनदी निर्माणमा ठूलो योगदान गर्छ । जलवायु परिवर्तनको एक मुख्य सूचकांक तापक्रम हो । नेपालमा उच्चतम तापक्रम मे/जुन महिनामा रेर्कड हुन्छ । अक्टोबरबाट तापक्रम घट्ने क्रमसँगै डिसेम्बर/जनवरीमा न्यूनतम तापक्रम मापन हुन्छ । भैगोलिक उचाइसँगै तापक्रम घटबढ हुने हुँदा नेपालको सन्दर्भमा उत्तर-दक्षिणतर्फ तापक्रममा ठूलो फरक पाइन्छ । तराई-मधेस क्षेत्रमा अत्यधिक गर्मी हुँदा हिमालय क्षेत्रमा अत्यधिक चिसो महसुस हुन्छ । नेपालका विविध प्राकृतिक स्रोतहरूमध्ये जलस्रोत प्रमुख हो । नेपालमा ६ हजारभन्दा बढी नदीनालाहरूको सञ्जाल छ । नेपालको नदी प्रणालीलाई मुख्यतः कोसी, गण्डकी, कर्णाली र महाकाली गरी चार वटा बेसिनमा विभाजन गरिएको छ । बाह्रमासी प्रकृतिका यी नदीहरूको वहावको मूल स्रोत हिमाल नै हुन् । तापक्रमको यो वृद्धिले नेपालका हिमाली क्षेत्रका साथै तिब्बत र समग्र हिन्दकुश हिमालय क्षेत्र प्रभावित भएको छ । हिमनदीहरू जलवायु परिवर्तनको असर मापन गर्ने उत्कृष्ट सूचक हुन् । हिमनदीको क्षेत्रफल, आयतन र मास सन्तुलनमा परिवर्तन आएको छ । एक अध्ययन अनुसार सन् १९७० मा नेपालका हिमालहरूमा तीन हजार २५२ वटा हिमनदी अस्तित्वमा थिए । यी हिमनदीको कुल क्षेत्रफल पाँच हजार ३२३ वर्गकिलोमिटर मापन गरिएको थियो । सन् १९८० मा हिमनदीको संख्या बढेर तीन हजार ४३० वटा पुग्यो । सन् १९८० देखि २०१० सम्म हिमनदीको संख्या ११ प्रतिशत वृद्धि भई तीन हजार ८०८ वटा पुगेको तथ्यांक छ । बेसिनका हिसाबले कोसी बेसिनमा हिमनदीको संख्या १५ प्रतिशतले, गण्डकीमा १२ प्रतिशतले र कर्णालीमा ६ प्रतिशतले बढेको अध्ययनले देखाएको छ । संख्या बढे पनि हिमनदीको कुल क्षेत्रफलमा संकुचन आएको देखिन्छ । सन् २०१० मा कोसी बेसिनमा हिमनदीको क्षेत्रफल एक हजार १०२ वर्गकिलोमिटर मापन गरिएको थियो । सोही वर्ष गण्डकी, कर्णाली र महाकाली बेसिनमा हिमनदीको क्षेत्रफल क्रमशः एक हजार ६६४, एक हजार २२ र ११२ वर्गकिलोमिटर कायम रहेको देखिन्छ । सन् १९८० देखि २०१० सम्मको प्रवृत्ति अध्ययन गर्दा ती हिमनदीहरूको कुल क्षेत्रफल २४ प्रतिशतले घटेको देखिन्छ । बेसिनका आधारमा हेर्दा कोसी र कर्णाली बेसिनमा हिमनदीको क्षेत्रफल २६ प्रतिशतले र गण्डकीमा २२ प्रतिशतले संकुचन भएको देखिन्छ । समग्र नेपालको परिवेश हेर्दा सन् १९८० देखि २०१० सम्मको ३० वर्षमा हिमनदीको क्षेत्रफल ३३.७१ वर्गकिलोमिटर संकुचन भएको तथ्यांक छ । यसमध्ये लोप भएका हिमनदीहरू तुलनात्मक रूपमा सानो आकारका र समुद्री सतहदेखि औसत पाँच हजार ३५१ मिटर उचाइमा अवस्थित देखिन्छन् । लोप भएका हिमनदीहरूको क्षेत्रफल ०.०३५ देखि १.६१ वर्गकिलोमिटरसम्म रहेको अध्ययनले देखाएको छ । उक्त अवधिमा गण्डकी बेसिनमा सबैभन्दा बढी १५.५७ वर्गकिलोमिटर क्षेत्रफल बराबर ६४ वटा हिमनदी लोप भए ।

कर्णालीमा ८.७१ वर्गकिलोमिटर बराबर ४७ वटा, कोसीमा ८.१२ वर्गकिलोमिटर बराबर ४३ वटा र महाकालीमा १.३१ वर्गकिलोमिटर बराबर ९ वटा हिमनदी लोप भए । यसका साथै सन् १९७५ मा पूर्वीक्षेत्रमा रहेको कञ्चनजंघा हिमनदीको क्षेत्रफल ६०.५० वर्गकिलोमिटर मापन भएकोमा ३५ वर्षपछि सन् २०१० मा १.४० वर्गकिलोमिटरले कमी भई ५९.१० वर्गकिलोमिटर कायम भएको देखिन्छ । सन् १९७७ मा मुस्ताङ उपत्यकामा सुषुप्त रहेका दसवटा हिमनदीको क्षेत्रफल १९.७९ वर्गकिलोमिटर रहेकामा सन् २०१० सम्म आइपुग्दा खुम्चिएर १५.४६ वर्गकिलोमिटरमा सीमित भएको अध्ययनले देखाएको छ । सन् १९८० देखि २०१० सम्म दूधकोसी, तमोर, मर्सयाङ्दी र कालीगण्डकी सब-बेसिनमा सबैभन्दा बढी हिमनदी लोप भएको देखिन्छ । सन् २०१० को आधार वर्षमा नेपालको हिमालय क्षेत्रमा कुल बरफ सञ्चितिको आयतन ३१२.४२ घनकिलोमिटर रहेको तथ्यांक छ । यसको अर्थ सबै बरफ पग्लिँदा समुद्री सतह ०.७९ मिलिमिटर बढ्ने परिमाण हो । एक अध्ययन अनुसार सन् १९८० देखि २०१० सम्म नेपालको हिमालय क्षेत्रमा बरफको सञ्चिति १२८.८४ घनकिलोमिटर घटेको देखिन्छ । यो परिमाण प्रतिवर्ष ४.२९ घनकिलोमिटर हो । यसरी बरफ पग्लेका कारण सन् १९८० देखि २०१० सम्मको ३० वर्षमा समद्री सतह ०.३२ मिमी वृद्धि भएको अनुमान छ । बेसिनका आधारमा उक्त अवधिमा कोसीमा ४८.४५, गण्डकीमा ५०.७९, कर्णालीमा २५.७४ र महाकालीमा ३.९४ घनकिलोमिटर बरफको सञ्चिति घटेको अनुमान छ । जलवायु परिवर्तनका कारण हिमनदीहरू पग्लदै जाँदा प्राकृतिक हिमतालहरूको संख्या बढ्दै गएको देखिन्छ। सन् १९५० देखि हिमताल बन्ने क्रम बढेको भेटिन्छ । सन् २०२० को तथ्यांक अनुसार नेपालको हिमालय क्षेत्रमा ०.१ देखि ७.२१ वर्गकिलोमिटरसम्म फैलिएका दुई हजार ४२० वटा हिमताल अस्तित्वमा छन्। सन् २००० देखि २०२० सम्मको २० वर्षमा हिमतालहरूको क्षेत्रफल ३१ प्रतिशत र आयतन ३८ प्रतिशतले बढेको देखिन्छ।

सन् १९८७ देखिको प्रवृत्ति अध्ययन गर्दा हिमतालहरूको क्षेत्रफलको वार्षिक वृद्धि दर ०.८३ प्रतिशत छ । यो वृद्धिदर सम्पूर्ण हिमालय क्षेत्रको वार्षिक वृद्धि दर ०.५६ प्रतिशतभन्दा बढी हो । सन् १९८७ देखि २०१७ सम्मको अवधिमा सबैभन्दा बढी कोसी बेसिनमा हिमतालहरूको क्षेत्रफल वार्षिक ०.३ वर्गकिलोमिटरले वृद्धि भएको छ । सोही अवधिमा हिमतालहरूको क्षेत्रफलको वार्षिक वृद्धिदर गण्डकीमा ०.११ वर्गकिलोमिटर र कर्णालीमा ०.१३ वर्गकिलोमिटर छ । हिमनदी पग्लेर हिमतालको क्षेत्रफल र आयतन वृद्धि हुँदै जाँदा हिमताल बिस्फोटको जोखिम पनि बढ्दै छ । विस्फोटबाट तल्लो तटीय क्षेत्रमा ठूलो जनधन र भौतिक संरचनाको क्षति हुने आकलन छ । नेपालको सन्दर्भमा विगतमा थुप्रै हिमताल विस्फोटका घटना प्राकृतिक विपत्तिका रूपमा आइपरेका छन् । तीमध्ये सबैभन्दा पुरानो घटना ४७० वर्षअघि सेतीखोलामा माच्छापुच्छे ताल विस्फोटन भएको इतिहास छ । यसबाहेक नेपालमा सन् १९७७ मा दूधकोसी बेसिनमा रहेको कोसीनरे ताल, सन् १९८० मा तमोर बेसिनमा रहेको नगमा पोखरी, सन् १९८५ मा दूधकोसी बेसिनमा रहेको डिग च्छो ताल, सन् १९९१ म तामाकोसी बेसिनमा चुबुङ ताल, सन् १९९८ मा दूधकोसी बेसिनमा तामपोखरी हिमताल विस्फोटका घटना मुख्य छन् । नेपालको हिमालय क्षेत्रमा जलवायु परिवर्तनका सूचकांकहरू तापक्रम, वर्षाको प्रवृत्ति र मात्रामा विगत केही दशकदेखि तीव्र परिवर्तन आएको देखिन्छ । यस्तो परिवर्तनका कारण एकातिर हिमनदीहरू पग्लिँदै जाँदा क्षेत्रफल खुम्चिँदै गएको छ । अर्कातिर हिमतालहरूको क्षेत्रफल र आयतन बढ्दै छ । यसले हिमताल विस्फोटको जोखिम बढाएको छ । ठूलो परिमाणमा बरफ पग्लँदा समुद्री सतहसमेत बढ्दै गएको छ । यो क्रम जारी रहेमा आउँदो ३५ वर्षमा दक्षिण एसियाका बंगलादेश र मालदिभ्सको २० प्रतिशत भूभाग थप डुबान हुनेछ र त्यसबाट एक करोड ८० लाख जनसंख्या विस्थापित हुने प्रक्षेपण छ । नेपालको हिमालय क्षेत्रमा अहिले पनि ३९ वटा हिमतालहरू विस्फोटको उच्च जोखिममा छन् । यी हिमतालहरू विस्फोट भएमा नदीतट क्षेत्रमा बनेका जलविद्युत, सिँचाइ, सडक, पुल लगायत भौतिक संरचनाहरूमा ठूलो क्षति पुग्नेछ । यस्तो परिस्थितिमा हिमतालहरूको निरन्तर अनुगमन र जोखिम विश्लेषण आवश्यक छ । जलवायु परिवर्तनका कारण हिमालहरू असुरक्षित रहँदा अल्पविकसित मुलुक नेपालले ठूलो मूल्य चुकाउनुपर्नेछ । अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा यो विषय गम्भीरतापूर्वक उठान गरी आसन्न प्राकृतिक विपत्तिबाट हिमालय सुरक्षित गर्नुपर्ने भएको छ । अर्को विकल्प छैन !

-सेतोपाटी डटकम

महत्वपूर्ण टेलिफोन

प्रहरी कार्यालय ५४०२०१
बुटवल ०७१-५४०२२२
स.प्र.क्याम्प बुटवल ९७४७०४३४६९
बुटवल रामनगर ०७१-५४१२३३
भैरहवा ०७१-५२०१९९
अर्घाखाँची ०७७-५२११९९
गुल्मी ०७९-५२०१९९
परासी ०७८-५२०१९९
तौलिहवा ०७६-५६००९९
पाल्पा ०७५-५२०५३६, ५२०१९९
इप्रका रामपुर ०७५-६९१५१५

अस्पताल कार्यालय
लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५५१५५७, ५५१५५८
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२००,
भिमअस्पताल भैरहवा ०७१-५२०१९३
मिसनअस्पताल पाल्पा ०७५-५२०१११, ५२०४८९
परिवार नियोजन संघ पाल्पा ०७५-५२०७२३
पाल्पा जिल्ला अस्पताल ०७५-५२०१५४
लुम्बिनी मेडिकल कलेज प्रभास ०७५-४११२०१
पिचन्द्र परासी ०७८-५२०१८८
भैरहवा आँखा अस्पताल ०७१-५२०२६५
अर्घाखाँची जिल्ला अस्पताल ०७७-५२०२५७
तम्घास जिल्ला अस्पताल ०७९-५२०१८८
तौलिहवा जिल्ला अस्पताल ०७६-५६०२००
सिद्धार्थबाल महिला अस्पताल ०७१-५४४५०
बुटवल हस्पितल ०७१-५४६४३२
लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४१, ५४५६४१
रेडक्रस बुटवल ५४१००४
लायन्स आँखा उ. केन्द्र बुटवल ५४५८४५
मेडिटेक अस्पताल ५४९०७२
कान्तिपूर डेण्टल हस्पिटल ०७१-५४७८४०
आँखा अस्पताल पाल्पा:०७५-५२०३३३, ५२११७९
रामपुर अस्पताल: ०७५-४००१५४

एम्बुलेन्स न.
रोटरी क्लब बुटवल ०७१-५४४६००
लियो क्लब अफ बुटवल ०७१-५४५८९३
रेडक्रस भैरहवा०७१-५२०२६३
रेयुकाई भैरहवा ०७१-५२६६७३,९८४७०२२४६४
परासी ०७८-५२०१२५
रेडक्रस पाल्पा ०७५-५२०६००
रेडक्रस तौलिहवा ०७६-५६००१५
रेडक्रस अर्घाखाँची ०७७-४२०२७५, ४२०११७
रेडक्रस गुल्मी ०८९-५२०१६३
नेपाल परिवार नियोजन संघ ०७१-५४००८१
लुम्बिनी नसिङ होम प्रा.लि. ०७१-५४१६४१
नेपाल भारतमैत्री समाज मो. ९८४७०२५०९९
जनसेवा क्लब नयाँमिल ९९५७०२१२४६
लुम्बिनी नि.व्या.संघ भैरहवा ६२१०५८
बनगाई क्लब बनगाई ०७६-६९०१०२
रेडक्रस देवदह ०७१-५७७०९९
लुम्बिनी मेडिकल कलेज ०७५-५२०८४०
बुटवल जेसिस ९८४७१२९९६४
न्यू एकता क्लव तानसेन : ०७५-५२२२००
परिवार नियोजन संघ पाल्पा : ९८४७१०२७६५
रामपुर टे.इन्स्टी.:९८५७०६२२४७,९८५७०६०५०४

दैनिक राशिफल

मेष : मनमा उमङ्ग र उत्साह छाउला। मित्रताको बन्धन कसिने बेला छ।

बृष : आज लाभहानी, आयव्यय, सुखदुःख बराबरी मध्यम खालको दिन छ ।

मिथुन : समाजसेवामा मन लाग्नेछ । छोटो दुरीको लाभदायक यात्रा पनि हुनेछ।

कर्कट : आर्थिक क्षेत्र मजबुत हुने देखिन्छ । प्रेमीको साथ पाइनेछ ।

सिंह : शुभ कार्यको चर्चा चल्नेछ । सांस्कृतिक क्षेत्रमा रुचि बढ्नेछ ।

कन्या : स्वास्थ्यमा धन खर्च हुनेछ । घरायसी विवाद बढ्न सक्छ ।

तुला : धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ । वैदेशिक क्षेत्रको काम अघि बढ्नेछ ।

बृश्चिक :भाग्यले विभिन्न अवसरहरू जुराउनेछ । स्वास्थ्यको ख्याल गर्नु पर्नेछ ।

धनु : पारिवारिक साथ मिल्नेछ । आफ्नो क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाउन सकिनेछ ।

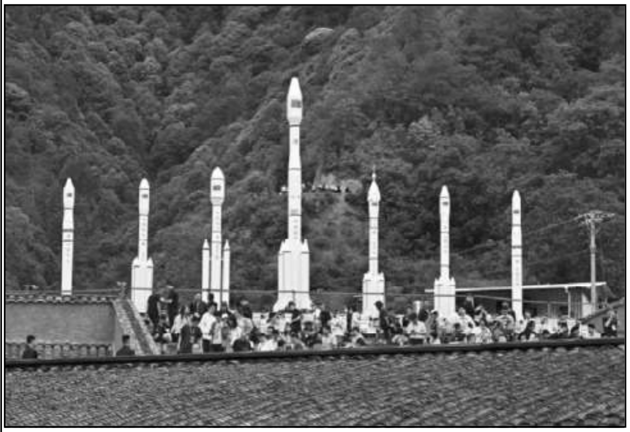
मकर : आर्थिक पक्ष कमजोर रहनेछ । स्वास्थ्यप्रति सजग रहनुपर्छ ।

कुम्भ : सजिलै अरुको विश्वास जित्न सकिनेछ । विद्या र बुद्धिको विकास हुनेछ ।

मिन : आज मनमा शान्ति छाउनेछ । आँटेको र ताकेको कार्य पुरा हुनेछ ।

विज्ञान/सूचना प्रविधि

चीनद्वारा फ्रान्सको सहकार्यमा नयाँ उपग्रह प्रक्षेपण



चीनले फ्रान्ससँगको सहकार्यमा नयाँ खगोलीय उपग्रह प्रक्षेपण गरेको छ । उपग्रह चिनियाँ र फ्रान्सेली वैज्ञानिकहरुले लगभग २० वर्षको कडा परिश्रमको परिणाम हो, जसले गामा-रेहरू क्याप्चर गर्न ब्रह्माण्डको सबैभन्दा टाढाको भागमा आतिशबाजी जस्तै चम्कन्छ ।

चीनको राष्ट्रिय अन्तरिक्ष प्रशासनका अनुसार दक्षिणपश्चिम चीनको सिचुआन प्रान्तको जिचाङ स्याटेलाइट प्रक्षेपण केन्द्रबाट लङ मार्च-ट्सी रकेटबाट अन्तरिक्षमा आधारित मल्टि-ब्यान्ड भेरिएबल ओब्जेक्ट मोनिटर (एसभिओएम) नामक उपग्रह प्रक्षेपण गरिएको थियो । 'ब्रह्माण्ड भएका प्रारम्भिक गामा-रे विस्फोटहरू जस्ता खोजहरूको लागि तयार पारिएको यस उपग्रहले ब्रह्माण्डको विकासको अध्ययन गर्न मद्दत गर्नेछ । एसभिओएमका चिनियाँ प्रमुख अन्वेषक र चिनियाँ एकेडेमी अफ साइन्सेजको नेसनल एस्ट्रोनोमिकल अब्जर्वेटरीमा काम गर्ने वेई जियान्यानले बताए । गामा-रे फटहरू, सामान्यतया अवधिमा धेरै छोटो, बिग ब्यांग पछि ब्रह्माण्डमा सबैभन्दा हिंस्रक विस्फोटक घटना हो, भने तिनीहरू विशाल ताराहरूको पतन तथा बाइनरी कम्प्याक्ट ताराको विलयको समयमा हुन्छन् । गामा-रे फटहरूमा गहिरो अवलोकन र अनुसन्धानले विज्ञानका केही आधारभूत प्रश्नहरू बुझ्न मद्दत गर्ने उनले बताए । एसभिओएमको मुख्य वैज्ञानिक उद्देश्यहरूमा विभिन्न गामा-रे फटहरूको खोजी गरी पत्ता लगाउनु, फटको विद्युत चुम्बकीय विकिरण मापन तथा अध्ययन गर्नु, अन्धकार ऊर्जा र फटहरू मार्फत ब्रह्माण्डको विकासको अध्ययन गर्नु, र गुरुत्वाकर्षण तरंगहरूसँग सम्बन्धित विद्युत चुम्बकीय सङ्केत अवलोकन गर्नु आदी रहेका छन् । फ्रान्सेली वैकल्पिक ऊर्जा र आणविक ऊर्जा कमिसनमा काम गर्ने एसभिओएमका फ्रान्सेली प्रमुख अन्वेषक बर्टान्ड कोर्डियरले प्रारम्भिक ब्रह्माण्ड अवलोकन गर्न उपकरणको रूपमा गामा-रे फट प्रयोग गरेर, पहिलो ताराहरू अवलोकन गर्न सक्ने बताए । यो धेरै रोचक भएको बताउदै उनले वर्तमान युगमा ब्रह्माण्डको बारेमा जानकारी प्राप्त गर्ने यो एक मात्र तरिका भएको उल्लेख गरे । उपग्रहमा चारवटा वैज्ञानिक उपकरणहरू स्थापित छन्, जसमध्ये दुईवटा चीनले र दुईवटा फ्रान्सले विकास गरेको हो । चारवटा उपकरणहरूले दृश्यको ठूलो क्षेत्र र उच्च-परिशुद्धता अवलोकन गर्न सक्छन् । **-रातोपाटी डटकम**

कल गर्दा स्क्रिन शेयर कसरी गर्ने ?

फेसबुकले आफ्नो मेसेन्जर प्रयोगकर्ताहरुलाई स्क्रिन शेयर फिचर उपलब्ध गराएको छ । यो फिचरबाट प्रयोगकर्ताले मेसेन्जरमा भिडियो तथा अडियो कल गर्दा आफ्नो डिभाइसको स्क्रिन शेयर गर्न सक्दछन् । मेसेन्जरमा स्क्रिन शेयर गर्नका लागि :

एन्ड्रोइड तथा आइफोनमा स्क्रिन शेयर गर्ने तरिका

-मेसेन्जर खोल्नुहोस् र आफुले स्क्रिन शेयर गर्न चाहेको व्यक्तिलाई कल गर्नुहोस्

-कल गरिरहेको बेला call control का अतिरिक्त फिचर देखाउनका लागि स्क्रिन स्वाइप गर्नुहोस्

-त्यसपछि क्जबचभ थ्यगच कअचभभल आइकनमा जानुहोस् र त्यसमा ट्याप गर्नुहोस् कतिपय डिभाइसमा तपाईंले तत्काले पूरै स्क्रिन शेयर सुरु गर्न सक्नुहुनछ भने कतिपयमा चाहिं निश्चित एप्लिकेसन विन्डो मात्रै शेयर गर्ने विकल्प दिइन्छ । आफूलाई उपयुक्त हुने विकल्प छान्नुहोस् । यसक्रममा मेसेन्जरलाई स्क्रिन रेकर्ड गर्ने अनुमति दिनुपर्ने हुनसक्छ । यसका लागि Allow jf Start Recording मा ट्याप गर्नुहोस् स्क्रिन शेयर गर्ने बेलामा तपाईले स्क्रिनको माथि वा तल्लो भागमा सानो कन्ट्रोल प्यानल देख्न सक्नुहुन्छ । यसबाट तपाईले शेयरिङ बन्द गर्न, माइक्रोफोन म्युट गर्न तथा क्यामरा खोल्न वा बन्द गर्न सक्नुहुन्छ । स्क्रिन शेयरिङ बन्द गर्नुपर्दा कन्ट्रोल प्यानलको कतयउ बटन

थिच्नुहोस् वा स्क्रिनमा देखिएका निर्देशनको पालना गर्नुहोस् । यसमा रातो बटनमा ट्याप गर्ने वा स्क्रिनको माथिबाट तल स्वाइप गर्नुपर्ने हुन्छ । डेस्कटपमा स्क्रिन शेयर गर्ने तरिका कम्प्युटरमा फेसबुक मेसेन्जर साइट वा एप खोल्नुहोस् र सम्बन्धित व्यक्तिलाई कल गर्नुहोस् कल स्क्रिनमा स्क्रिन शेयरिङ बटन खोज्नुहोस् । यो मोनिटरको चित्र जस्तै आइकन हुनसक्छ वा Share Screen लेखिएको बटन हुनसक्छ । त्यसमा क्लिक गर्नुहोस् । त्यसपछि पूरै स्क्रिन वा कुनै निश्चित एप्लिकेसन विन्डो शेयर गर्ने भन्ने कुरा छान्ने विकल्प आउँछ, त्यसमा आफ्नो छनोटको विकल्प रोज्नुहोस् । स्क्रिन शेयरिङ सुरु गर्नका लागि क्जबचभ बटनमा थिच्नुहोस् स्क्रिनमा सानो कन्ट्रोल प्यानल देखापर्नेछ। त्यसबाट तपाईंले शेयरिङ बन्द गर्न, माइक्रोफोन म्युट गर्न वा क्यामरा खोल्न तथा बन्द गर्न सक्नुहुनछ । स्क्रिन शेयरिङको काम सकिएसँगै कन्ट्रोल प्यानलमा देखिएको क्उयत बटनमा थिच्नुहोस् वा स्क्रिन शेयरिङ बन्द गर्नका लागि स्क्रिनमा देखिएका निर्देशन पालना गर्नुहोस् ।

-अनलाइन खबर डटकम

एनसेलले ल्यायो 'मेरो नम्बर, मेरै च्वाइस' योजना

दूरसञ्चार सेवाप्रदायक कम्पनी एनसेलले 'मेरो नम्बर, मेरै च्वाइस' योजना ल्याएको छ । यो योजनाअन्तर्गत आफूलाई मन पर्ने अन्तिमका ६ अंक रोजेर आफ्नो मोबाइल नम्बर आफैं बनाउन सकिने एनसेलले जनाएको छ । 'चाहे त्यो तपाईको जन्मदिन होस्, आफ्नो सहयात्रीलाई पहिलोपटक भेटेको दिन होस्, तपाईको सवारीसाधनको नम्बर होस् वा अन्य कुनै महत्त्वपूर्ण मिति वा नम्बर अब तपाईले त्यसलाई सधैँको लागि आफ्नै मोबाइल नम्बरमा परिणत गरी सधैँ अन रहन सक्नुहुन्छ,' कम्पनीले जारी गरेको विज्ञप्तिमा उल्लेख छ । आफ्ना प्रियजनलाई पनि त्यस्ता विशेष नम्बर उपहार दिन सकिनेछ । उदाहरणका निम्ति, श्रीमान्ले अन्तिमको ६ अंक XXX९४० भएको नम्बर लिन सक्छन् भने श्रीमतीले मिल्दोजुल्दो XXX९४१ लिन सक्छिन् । यो योजनाको मोबाइल नम्बर ९७०५ रेन्जबाट सुरु हुन्छ । यो प्राप्त गर्न चाहने ग्राहकले अन्तिम ६ अंक रोजेर आफ्नो विशिष्ट मोबाइल नम्बर बनाउन सक्ने कम्पनीले जनाएको छ । 'ग्राहकले सिधै एनसेल एप वा एनसेल वेबसाइटमा गएर 'मेरो नम्बर, मेरै च्वाइस' क्लिक गरी आफूले चाहेको मोबाइल नम्बरको पछिल्लो ६ अंक उपलब्ध भए/नभएको सजिलै हेरेर तत्काल अनलाइन बुकिङ गर्न सक्छन्,' विज्ञप्तिमा उल्लेख छ, 'हाल प्रयोग गर्दै आएको मोबाइल नम्बरको पछिल्लो ६ अंक मिल्ने गरी नयाँ मोबाइल नम्बर लिन सकिने सुविधा यो योजनाको प्रमुख विशेषता हो ।' एनसेलका चिफ कमर्सियल अफिसर उमेर मोहसिनले भने, 'मोबाइल नम्बर हाम्रो पहिचान बनिसकेको छ । आफूलाई जीवरभर यादगार रहने नम्बरका आधारमा आफ्नै मोबाइल नम्बर रोज्न सकिने यो विशेष योजना सञ्चालनमा ल्याउन पाउँदा हामी एकदमै खुसी छौं ।' यो योजनाअन्तर्गत ९७०५ रेन्जबाट नम्बर छनोट गर्न नौ लाख बढी मोबाइल नम्बर उपलब्ध छन् । एनसेलले फस्ट कम, फस्ट सर्भ बेसिसमा उपलब्ध नम्बर वितरण गर्नेछ । यो सिम एनसेलले हाल सञ्चालन गरिरहेको 'सधैं अन'अन्तर्गत ५९९ देखि १,४९९ रुपैयाँसम्मको प्लानमा बन्डल सेवाका रूपमा उपलब्ध गराउनेछ । 'सधैं अन' योजनाका प्लानअन्तर्गत ग्राहकले भ्वाइस, डेटा, नि:शुल्क सामाजिक सञ्जाल डेटा र एसएमएस सेवा पाउँछन् । ८१२३३ डायल गरेर 'सधैं अन' प्लानहरू सञ्चालन गर्न सकिने कम्पनीले जनाएको छ । बुकिङ गरिएको सिम ग्राहकले देशभर फैलिएका एनसेलका ३२ सेन्टरमध्ये कुनैमा गई लिन सक्नेछन् । काठमाडौं उपत्यकामा कार्गो सेवामार्फत होम डेलिभरी गराएर पनि यो सिम लिन सकिन्छ । बुकिङ गराएको नम्बर सात दिनभित्र नलिए उक्त नम्बर बुकिङको सूचीबाट स्वत: हट्नेछ । त्यसपछि उक्त नम्बर अरू ग्राहकले पनि लिन सक्ने एनसेलले जनाएको छ ।

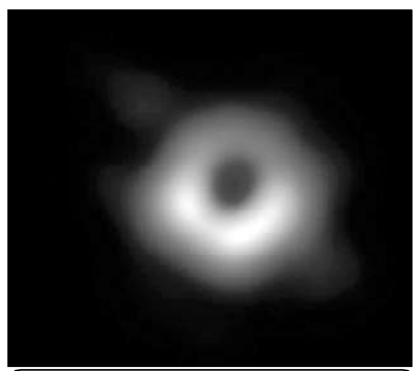
-डिसी नेपाल डटकम

महाविशाल ब्ल्याक होलमा पहिलो पटक देखियो 'जागरण'

खगोलविद्हरूले पहिलो पटक एउटा महाविशाल ब्ल्याक होल आफ्नो होस्ट आकाशगङ्गाको फदयलाई प्रज्वलित गर्दै जागेको अवलोकन गर्न सक्षम भएको युरोपेली दक्षिणी वेधशालाले मङ्गलबार बताएको छ । अचानक पहिलेभन्दा उज्यालो हुन थाल्नुअघि कन्या नक्षत्रमा पृथ्वीबाट ३० करोड प्रकाश वर्ष टाढा आकाशगङ्गा सन् २०१९ को अन्त्यसम्म दशकौंदेखि शान्त थियो । एउटा महाविशाल ब्ल्याक होल बसेको अनुमान गरिएको उक्त आकाशगङ्गाको केन्द्रले त्यसबेलादेखि विभिन्न प्रकारका किरणहरू उत्सर्जित गरिरहेको छ । 'यो व्यवहार अभूतपूर्व हो', युरोपेली दक्षिणी वेधशालाका खगोलशास्त्री तथा एस्ट्रोनमी एन्ड एस्ट्रोफिजिक्स जर्नलमा नयाँ अध्ययनको पहिलो लेखक पाउला सान्चेज स्याजले भने । 'यो उज्यालोलाई व्याख्या गर्नका लागि सबैभन्दा ठोस विकल्प भनेको खगोलविद्हरूले वास्तविक समयमा एउटा विशाल ब्ल्याक होलको सक्रियतालाई हेरिरहेका थिए', अध्ययनकी सह-लेखिका लोरेना हर्नान्डेज गार्सियाले भने । हाम्रो आफ्नै आकाशगङ्गासहित अधिकांश आकाशगङ्गाहरूको केन्द्रमा अतिविशाल ब्ल्याक होल रहेको विश्वास गरिन्छ । यी ब्रह्माण्डीय राक्षसहरू परिभाषाद्वारा अदृश्य छन् ।

यहाँसम्म कि प्रकाश पनि उसको अद्भुत शक्तिको खिचाइबाट बच्न सक्तैन ।' ब्ल्याक होलको निरीक्षण गर्ने एक मात्र तरिका भनेको उसले कुनै विशाल चिजलाई नष्ट गर्दा उक्त चिजले आफ्नो मृत्युको समयमा प्रकाश छाड्दछ । जस्तो कि एउटा तारा अत्यन्त नजिक टुक्रा टुक्रा भएर बहकिरहेको थियो । 'यी विशाल राक्षसहरू सामान्यतया सुतिरहेका हुन्छन्', अध्ययनका सह-लेखक क्लाउडियो रिक्कीले भने, "तर आकाशगङ्गा एसडिएसएस १३३५+०७२८ का लागि हामी विशाल ब्ल्याक होलको जागरणको निरीक्षण गर्न सक्षम थियौं, यसले अचानक वरपर उपलब्ध ग्यासमा भोजन गर्न थाल्यो र अत्यन्त उज्यालो भयो ।' यो ब्ल्याक होलको द्रव्यमान सूर्यभन्दा १५ लाख गुणा धेरै रहेको प्रारम्भिक अवलोकनले सङ्केत गरेको छ । यसलाई महाविशाल ब्ल्याक होलका रूपमा वर्गीकृत गर्न पर्याप्त छ । तर वास्तविक हेभिवेट (भारी वजन) हरू सजिलै सूर्यको द्रव्यमानभन्दा एक अर्ब गुणा धेरै भएकाले यो अहिले पनि हलुका स्तरमा छ । खगोलविद्हरूको अन्तर्राष्ट्रिय टोलीले ब्ल्याक होलको गतिविधि अस्थायी हो कि भनेर निर्धारण गर्ने आशामा धेरै टेलिस्कोपबाट डेटाको विश्लेषण गरिरहेको छ । सम्भवत: तारा टुक्रा टुक्रा भएका कारणले हो वा के यो लामो समयसम्म सक्रिय रहन्छ भन्नेबारे हो । 'यो त्यस्तो चिज हो जुन हाम्रो आनै आकाशगङ्गाको महाविशाल ब्ल्याक होलमा एसजिआर एरु सँग पनि हुनसक्छ', हर्नान्डेज गार्सियाले भने । तर सौभाग्यले हाम्रो आफ्नै ब्ल्याक होल गहिरो निन्द्रमा सुतिरहेको छ ।

-हाम्राकुरा डटकम



हाम्रो आफ्नै आकाशगासहित अधिकांश आकाशगाहरूको केन्द्रमा अतिविशाल ब्ल्याक होल रहेको विश्वास गरिन्छ । यी ब्रमाण्डीय राक्षसहरू परि भाषाद्वारा अदृश्य छन् ।

यहाँसम्म कि प्रकाश पनि उसको अद्भुत शक्तिको खिचाइबाट बच्न सक्तैन ।' ब्ल्याक होलको निरीक्षण गर्ने एक मात्र तरिका भनेको उसले कुनै विशाल चिजलाई नष्ट गर्दा उक्त चिजले आफ्नो मृत्युको समयमा प्रकाश छाड्दछ ।

कृषि र पशुपालन पूर्वखोलाको प्राथमिकतामा

पाल्पा, असार १०/जिल्लाको पूर्वखोला गाउँपालिकाले कृषि र पशुपालन क्षेत्रलाई उच्च प्राथमिकतामा राख्दै आगामी आर्थिक वर्षको नीति तथा कार्यक्रम ल्याएको छ । पालिकाले 'गरौं व्यवसायिक कृषि , पशुपालन यसैबाट सुरु हुन्छ पूर्वखोलाको समृद्धि' भन्ने मूल नारालाई आत्मसात गर्दै आर्थिक वर्ष २०८१/०८२ का लागि कृषि र पशुपालनलाई उच्च प्राथमिकतामा राखेको हो ।

पालिकाका अध्यक्ष नुनबहादुर थापाले गाउँ सभाको १५ औं अधिवेशनमा कृषि र पशुपालनलाई प्राथमिकतामा राख्दै आगामी आर्थिक वर्षको नीति तथा कार्यक्रम सभामा पेश गरेका छन् । उनले विदेशबाट फर्किएका युवाहरुलाई विशेष कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने, उद्यमशीलता विकास तथा विभिन्न बालीका पकेट क्षेत्र, विभिन्न कृषि प्रवर्द्धनात्मक कार्यक्रमहरु सञ्चालनमा ल्याइने उल्लेख गरे ।

यस्तै सिंचित क्षेत्रको विस्तारसँगै संघन बाली प्राणाली अवलम्बन गर्न पुराना कुलो मर्मत तथा संभार लिफ्ट सिंचाई तथा जलाशय सिंचाई प्रणालीलाई सम्भाव्यताका आधारमा सञ्चालन गर्न आवश्यक पहल गरिने, गाउँपालिकाको फाँट क्षेत्रमा बाह्रै महिना सिंचाई उपलब्ध हुने गरी डिप बोरिङ्ग सम्भाव्यता अध्ययन सञ्चालनमा ल्याइने, अदुवा, बेसँर, टिमुर, तोरी, कुरिलो, सिताके च्याउ, कन्य च्याउ, मौरी पालन क्षेत्रको अध्ययन गरी पकेट कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने, मुख्य खाद्यान्नको रुपमा रहेको मकै बालीको उत्पादन र उत्पादकत्व बढाउन मकैको प्रथम पुस्ता तहको गुणस्तरीय बीउ उत्पादन गरी कृषकलाई उपलब्ध गराउने, उत्पादनमा आधारित अनुदानका कार्यक्रमलाई लागु गरी व्यवस्थित गर्दै लगिने नीति तथा कार्यक्रममा उल्लेख छ । यस्तै गाउँपालिकाले पशुपंक्षी विकासतर्फ व्यवसायिक पशुपंक्षीका आधुनिक फर्महरु खोल्न प्रोत्साहन गरिने, उच्च प्रतिफल दिने उन्नत नश्लका पशुपंक्षीको भरपर्दो स्रोत केन्द्रबाट आपुर्ति व्यवस्था गर्न पहल गरिने, व्यवसायिक पशुपंक्षी पालनलाई प्रोत्साहन गर्न अनुदानको व्यवस्था गरिने, बाँझो जमिन तथा सामुदायिक वनहरुमा पोषिलो घाँस उत्पादन गर्न प्रोत्साहित गरिने, पशुपंक्षीको बजार स्थापना र प्रवर्द्धनमा सहयोग गरिने पनि नीतिमा समावेश गरिएको प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत सुन्दरप्रसाद श्रेष्ठले बताए ।

एचआईभी रोकथाममा...

...यस्तै ४ हजार ४ सय १० जनाको क्षयरोग स्किनिङ्ग गर्नुपर्नेमा ४ हजार ३ सय २३ जनामा गर्न सफल भएको पनि उनले बताईन् । कार्यक्रममा सहयोग तथा हेरचाहमा प्रतिवद्धा समूहकी प्रमुख अस्मिता भण्डारीले आफ्नो संस्थाले गरेका गतिविधिका बारेमा उल्लेख गरेकी थिइन् ।

कार्यक्रममा स्वास्थ्य कार्यालयका एचआईभी/ टिभी सम्पर्क व्यक्ति विश्वनाथ न्यौपानेले कार्यक्रमको उद्देश्य माथि प्रकाश पार्दै पाल्पामा ३ सय ३९ जना एचआईभी संक्रमित रहेको बताए ।

उनले ति संक्रमितहरुको मिसन र रामपुर अस्पतालमा उपचार भइरहेको जानकारी दिए । आमाबाट बच्चामा सर्ने एचआईभी रोकथाम (पीएमटीसीटी) कार्यक्रम सञ्चालनमा रहे पनि संक्रमित भएका केही गर्भवतीहरू अझै पनि निगरानीमा रहेको बताए । संक्रमित गर्भवतीलाई एन्टिरेट्रो भाइरल ट्रिटमेन्ट (एआरटी) औषधि नियमित खुवाइने र त्यसले गर्भवतीबाट बच्चामा एचआईभी सार्न रोक्ने न्यौपानेको भनाई छ । संक्रमित गर्भवती नियमित चिकित्सकको सम्पर्कमा रहनुपर्नेमा उनले जोड दिए । नियमित औषधि प्रयोग नगर्ने आमाबाट भने संक्रमित बच्चा जन्मिने जोखिम रहने न्यौपानेले बताए ।

कामको सिलसिलामा विदेश जाने गएकाहरू असुरक्षित यौन सम्पर्कबाट एचआईभी संक्रमणको बढी जोखिममा पर्ने गरेको नार्डेकले जनाएको छ । असुरक्षित यौन व्यवहार भएकाहरुले घर फर्केपछि श्रीमतीलाई सार्ने गरेका छन् । चिकित्सकहरूका अनुसार असुरक्षित यौन सम्पर्कले हुने एचआईभीको संक्रमण गर्भवती आमाबाट सिधै नवजात शिशुमा सर्छ । तर, संक्रमित भएको पुष्टि भइसकेकामध्ये निकै कम व्यक्ति उपचारका लागि पुग्ने गरेका कारण जोखिम बढाएको छ । सामाजिक बहिष्करणमा पर्ने त्रासका कारण कतिपयले रोग लुकाउने गरेका छन् ।

मनको आवाज............

'नाम पनि यूनिक, काम पनि यूनिक'

यूनिक एफ.एम. ९४.२ मेगाहर्ज

विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
यूनिक शोसियल कम्यूनिकेशन प्रा.लि.
तानसेन, पाल्पा
०७५-५२१४६४, ५२१४६६
E-mail
news.uniquefm@gmail.com
www.uniquefm942.com

खेलकुद समाचार

दक्षिण अफ्रिका टी-२० विश्वकपको सेमिफाइनलमा

काठमाडौं, असार १०/आयोजक वेस्ट इन्डिजलाई हराउँदै दक्षिण अफ्रिका आईसीसी टी-२० विश्वकप २०२४ को सेमिफाइनलमा प्रवेश गरेको छ । दक्षिण अफ्रिकाले वेस्ट इन्डिजलाई 'डक वर्थ लुईस'का आधारमा तीन विकेटले हराउँदै अन्तिम चारको यात्रा तय गरेको हो । वेस्ट इन्डिजले दक्षिण अफ्रिकालाई एक सय ३६ रनको लक्ष्य दिएको थियो ।

वर्षा कारण छोट्याइएको खेलमा एक सय २३ रनको लक्ष्य पाएको दक्षिण अफ्रिकाले १६ ओभर एक बलमा सात विकेट गुमाएर भेटायो । उसका लागि ट्रिस्टन स्टब्सले २९ र मार्को जेन्सेन अविजित २१ रन बनाए । वेस्ट इन्डिजका रोस्टन चेसले तीन विकेट लिए । आन्द्र रसेल र अल्जारी जोसेपले समान दुई विकेट लिए । यसअघि नर्थ साउन्डमा टस हारेर पहिला ब्याटिङ गरेको वेस्ट इन्डिजले निर्धारित २० ओभरमा ८ विकेट गुमाएर एक सय ३५ रन बनायो । उसका रोस्टन चेसले ५२ र काइल मेयर्सले ३५ रन बनाए ।

साउद अफ्रिकाका तबरेज साम्सीले तीन विकेट लिए । यस्तै मार्को जेन्सेन, एडेन मार्कराम, केशव महाराज र कागिसो रबाडाले समान एक विकेट लिए । यो जितसँगै सुपर आठअन्तर्गतको समूह दुईको सबै खेल सकिएको छ । यस समूहबाट दक्षिण अफ्रिका र इङ्ल्यान्ड आईसीसी टी-२० विश्वकप २०२४ को सेमिफाइनलमा प्रवेश गरेका छन् । टी-२० विश्वकपमा सोमबार बेलुका नेपाली समय अनुसार सवा ८ बजे भारत र अस्ट्रेलिया खेल्दैछन् ।

वर्गिकृत डिस्प्ले
१X५ साइजमा मात्र
वर्गिकृत डिस्प्लेमा विज्ञापन दिनुहोस् व्यवसाय बढाउनुहोस् ।
सम्पर्कः ०७५-५२०६०१

अर्थ/कर्पोरेट समाचार

गरिमाका ग्राहकलाई छुट

पाल्पा, असार १०/गरिमा विकास बैंकका ग्राहकले विभिन्न व्यावसायिक संस्थाका वस्तु तथा सेवामा छुट प्राप्त गर्ने भएका छन् । बैंकले आफ्ना ग्राहकको सेवालाई मध्यनजर गर्दै विभिन्न क्षेत्रमा छुट दिने व्यवस्था गरेसँगै ग्राहकले छुट पाउने भएका हुन् ।

शिक्षा, स्वास्थ्य तथा दैनिक उपभोग्य वस्तु तथा सेवा आपूर्तिकर्तासँगको समन्वयमा आफ्ना ग्राहकलाई छुट प्रदान गर्ने व्यवस्था मिलाएको बैंकले जनाएको छ । सम्झौता पश्चात गरिमाका डेबिट कार्ड, क्रेडिट कार्ड तथा मोबाइल बैंकिङ प्रयोग गर्ने ग्राहकले ती संस्थाले उपलब्ध गराउने विभिन्न सामग्री तथा सेवामा छुट प्राप्त गर्न सक्नेछन् । बैंकका ग्राहकले यूएसएमा आधारित कोडिङ शैक्षिक संस्थाको अधिकृत साझेदार मेन्टोरल्याब ईडीएक्सले प्रभाह गर्ने सेवामा अधिकतम ६० प्रतिशतसम्म छुट पाउने छन् ।

मेन्टोरल्याब ईडीएक्सले बालबालिकालाई कोडिङ र एआई बुझ्न विशेष मद्दत गर्छ । यसैगरी बैंकका ग्राहकले लगनखेलमा अवस्थित पेडल साइकल हाउसमा साइकल खरिदमा अधिकतम १५ प्रतिशत र तिलोत्तमा ५ रुपन्देहीमा अवस्थित एनजी मार्केटका वस्तु तथा सेवामा अधिकतम १० प्रतिशतसम्म छुट प्राप्त गर्न सक्नेछन् ।

काठमाडौंको लाजिम्पाटमा केन्द्रीय कार्यालय रहेको बैंकले उपत्यकाभित्र २२ सहित देशभर १ सय २३ शाखा कार्यालय, एक एक्सटेन्सन काउण्टर र ५१ वटा एटिएममार्फत ग्राहकलाई वित्तीय सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको छ ।

लामखुट्टेबाट सर्ने रोगबाट बचौं ।

औलो (मलेरिया), डेंगी ज्वरो, कालाजार, जापानिज इन्सेफलाइटिस जस्ता संक्रामक रोग लामखुट्टेको टोकाईबाट हुने गर्दछ ।

यसबाट बच्न,

- झुल लगाएर सुत्ने,
- पूरा शरीर ढाक्ने गरी लुगा लगाउने,
- शरीरका खुला अंगमा लामखुट्टेले नटोकोस् भनी सचेत रहने,
- घरको झ्याल तथा ढोकामा जाली राख्ने,
- घर वरिपरि, बगैचा र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिने र खाल्डाखुल्डी पुर्ने,
- ढल, नाला खुला नराख्ने,
- पोखरी, दह तथा नालामा लामखुट्टेको लार्भा खाने माछा पाल्ने, सुंगुर, बंगुर, हाँस घोडाजस्ता पशुपन्छीहरु व्यवस्थित ढंगले पाल्ने,
- मानिस बस्ने घरभन्दा पशुपन्छीको खोर टाढा राख्ने ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

हरेक प्रहरका ताजा समाचारका लागि www.shittalpati.com क्लिक गर्नुहोस् ।

जनचेतना दैनिकको आधिकारीक वेबसाईट
शितलपाटी .कम
www.shittalpati.com डिजिटल पत्रिका

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित, कार्यालय भगवतीटोल-३,तानसेन,पाल्पा,फोन ०७५-५२०६०१,E-mail:njdnews@gmail.com,jagdish_sfm@yahoo.com पा.जि.हु.द.नं. ५/२०७८/०७९, पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२ प्रबन्ध संचालक : इन्द्रा भट्टराई, सम्पादक जगदीशप्रसाद भट्टराई