



नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक



विश्वचल बस्नेतलाई निर्देशकको रूपमा मात्र चिन्दा अन्याय हुनसक्छ । उनी अभिनेता र गायक पनि हुन् । आगामी जेठ १५ गतेबाट प्रदर्शनमा आउने लागेको फिल्म 'महाभोज'का लागि उनले गीत रेकर्ड गराएका छन् । काठमाडौंको स्टुडियो फिल्ममा उनले 'मालुने' शीर्षकको गीत रेकर्ड गरेका छन्, जसमा हर्क साउदको शब्द रचना तथा केतन क्षेत्रीको सङ्गीत रहेको छ । विश्वचलले गाएको गीत फिल्ममा कथावाचनको रूपमा रहने जनाइएको छ ।

आजको विचार...



केदार बस्नेत

अभिनेत्री मनिषा कोइराला नेपाली फिल्मबाट अभिनय करिअर सुरु गरेर पछि बलिउडमा स्थापित भएकी हुन् । 'नेपाल इन्टरनेशनल फिल्म फेस्टिभल'मा चम्कीको रूपमा परिचित भएकी मनिषाले नेपाली फिल्ममा फेरि काम गर्ने इच्छा रहेको बताइन् । उनले भनिन्, 'राजो रोल र रामो फिल्म आउने भने नेपाली फिल्म नजार्ने भन्ने कुरा छैन । म नेपाली फिल्मलेकरलाई अनुभवी पनि गर्न चाहन्छु कि मलाई छटा असाधारण रोल दिनुहुन्छ, म अवश्य गर्छु । मलाई नेपाली फिल्म असाध्यै गर्ने इच्छा छ ।'

□ वर्ष ३० □ अंक २३८ □ शताब्दी १९ □ वैत १२ गते मंगलबार 25 March 2025, Tuesday □ पृष्ठ संख्या ८ □ मूल्य रु ५/-

संक्षिप्त समाचार

इजरायली आक्रमणमा १० प्यालेस्टिनीको मृत्यु
(रासब/स्वप्नर)
साभा, चैत ११/ संयुक्त राज्य अमेरिकाबाट निष्काशित १९९ आप्रवासी बोकेको विमान सोमबार बिहान भेनेजुएला आइपुगेको गृहमन्त्री डिओसडाडो काबेलोले बताए ।
'आज, हामी १९९ जना स्वदेशीहरूलाई स्वागत गर्दछौं', उनले विमानस्थलमा बताए, 'हामी भेनेजुएलाका मानिसहरू जहाँ भए पनि स्वागत गर्न तयार छौं ।' प्रत्यक्ष फुटेजमा 'स्वेटसुट' लगाएका युवाहरू राजधानी काराकास बाहिर अवतरण गरेको विमानबाट ओर्लि रहेको देखाइएको छ । तिनीहरूमध्ये केही मुस्कराइरहेका र ताली बजाइरहेका थिए । गाजा पट्टीका विभिन्न क्षेत्रमा भएको इजरायली आक्रमणमा परी सोमबार १० जना प्यालेस्टिनीको मृत्यु भएको छ भने अन्य केही घाइते भएको जनाइएको छ । खान युनुसको संरक्षणमा किजवान र खान अलेशमा विस्थापितहरूको शिविरमा भएको इजरायली हवाई आक्रमणमा छ जना नागरिकको मृत्यु भएको प्यालेस्टिनी चिकित्सा स्रोतले जनाएको छ ।

पाल्पाका सबै पालिकामा क्षयरोगका बिरामी ट महिनामा १ सय टट नयाँ क्षयरोगी भेटिए

रामचन्द्र रायमाफे
पाल्पा, चैत ११/ पाल्पामा चालू आर्थिक वर्षको आठ महिनामा एक सय ८८ नयाँ क्षयरोगी भेटिएका छन् । जिल्लाका दश वटै पालिकामा क्षयरोगी भेटिएको स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पाले पत्रकार भेटघाट गरी जनाएको छ । कार्यालयले विश्व क्षयरोग दिवको अवसरमा जिल्लाको अवस्था र रोकथामका लागि चाल्नु पर्ने कदमका विषयमा जानकारी गराउँदै गत वर्ष ३ सय ६३ जना क्षयरोगी फेला परेकामा यो वर्ष आठ महिनामा एक सय ८८ जना फेला परेको र तिनीहरूको प्रत्यक्ष निगरानीमा उपचार भइरहेको बताएको हो ।
आठ महिनाको अवधिमा सबैभन्दा बढी तानसेनमा ४० जना, रामपुरमा ३७ जना, रैनादेवी छहरामा १९, माथागढी, तिदीमा १८/१८ जना क्षयरोगी फेला परेका छन् । यस्तै पूर्वखोला १५ जना, तिनउडमा १२, बगनासकालीमा ११, रिखीकोटमा १० र रम्झामा ८ जना क्षयरोगी भेटिएको



स्वास्थ्य कार्यालयको तथ्याङ्कमा उल्लेख छ । गत वर्ष ३ सय ६३ जनामा १३ जनाको क्षयरोगका कारण मृत्यु भएको कार्यालयले जनाएको छ । मृत्यु हुनेमा

सबैभन्दा बढी रामपुरमा ४ जना रहेका छन् । अन्य पालिकामा समेत क्षयरोगीको मृत्यु भएको थियो । यस वर्षको आठ महिनाको अवधिमा एक सय ८८ जनामा १४ जनाको मृत्यु भएको छ । क्षयरोग देखिएपछि नियमित औषधि सेवन नगर्ने र स्वास्थ्य जाँच गर्न नसक्ने बिरामीको मृत्यु भएको हो । जिल्लामा क्षयरोगीको संख्या न्यूनीकरणमा सोचेजस्तो सफलता भने मिल्न सकेको छैन । विगत १८

वर्षदेखिको अवस्था हेर्ने हो भने क्षयरोगीको संख्या स्थिरजस्तो देखिन्छ । कुनै वर्ष केही संख्या थपिएको छ भने कुनै वर्ष केही ओरालो लागेको देखिन्छ । जिल्लामा आर्थिक वर्ष २०६३/०६४ देखि अहिलेसम्म ६ हजार ८ सय २४ जनामा क्षयरोगको संक्रमण देखिएको स्वास्थ्य कार्यालयको तथ्याङ्कमा उल्लेख छ । यो १८ वर्षको अवधिमा उक्त बिरामीहरूको ग्राफमा उल्लेखनीय रूपमा कमी आउन सकेको छैन ।

आर्थिक वर्ष २०६३/०६४ मा ३ सय ९६ जना क्षयरोगीका बिरामी रहेका थिए । त्यसयता आर्थिक वर्ष २०६४/०६५ मा ३ सय ४५, २०६५/०६६ मा ४ सय ३१, २०६६/०६७ मा ४ सय १३, २०६७/०६८ मा ४ सय ८, २०६८/०६९ मा पनि ४ सय ८ जना क्षयरोगी रहेको क्षयरोग फोकल पर्सन विश्वनाथ न्यौपानेले बताउनुभयो ।
...**बाँकी बन्दिम पेचमा**

YAMAHA RAZER HYBRID 125Fi MILEAGE CHALLENGE

HIGHEST MILEAGE ACHIEVERS OF PALPA

SUSHAN KALUNG 78.60 Km/l	KIRAN GAHA RANA 76.66 Km/l	DEEPSHIKHA BAJRACHARYA 74.66 Km/l
------------------------------------	--------------------------------------	---

71.93 KM/L MILEAGE

TANSEN TO SAMRIDHI RESORT, BHAIKRA STHAN

लामीचौरमा ४२ वर्षपछि खानेपानी सुविधा

बोरपाटन (बागलुङ), चैत्र ११/ बागलुङ नगरपालिका-८ सिपाना लामीचौरमा करिब दुई सय घरपरिवारको बसोबास छ । बाक्लो वस्ती रहेको लामीचौरमा खानेपानीको एकदमै अभाव थियो ।
बयालीस वर्ष अगाडि निर्माण भएका तीन धाराबाट यहाँका सयौं स्थानीयले पानी उपभोग गर्दैआएका थिए । एक गाउँ पानी भने रातभर धारामा लाइन बस्नुपर्ने अवस्था थियो । सहजै पानी भने पालो आउँदैनथ्यो ।
विसं २०३९ मा निर्माण गरेको धारा जीर्ण बनेका थिए । लामो समयदेखि खानेपानीको समस्या भोग्दै आएका लामीचौरवासीलाई अब भने खानेपानीको समस्या छैन । यसपाली नगरपालिकाले जमिनमुनिबाट पानी निकालेको छ । लामो समयको मेहनतपछि ट्रिलिङ गरी लामीचौरमा पानी निकालिएको स्थानीयमा खुसीयाली छाएको छ । नगरपालिकाले प्राविधिक छटारो यसबारे संकेक्षण गरेको थियो । पानी निकाल्न सकिने सम्भावना देखेपछि ट्रिलिङ मेसिन प्रयोग गरी यहाँ पानी निकाल्ने काम गरिएको हो । यही



चैत्र १ गते मेसिनले करिब एक सय ७० मिटर जमिन खोदेर पानी निकालेको हो । यही चैत्र ९ गतेदेखि नियमित रूपमा पानी निकाल्न थालिएको लामीचौर खानेपानी उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष टीकाराम थापाले जानकारी दिए । 'गाउँमा खानेपानीको निकै समस्या थियो, बल्ल माग पूरा भएको छ', अध्यक्ष थापाले भने । नगरपालिकाको रु २६ लाख र स्थानीय जनसहभागिताबाट जुटेको ह तीन लाखको लागतमा पानी निकालिएको हो । 'सिङ्गो गाउँमा पानीको समस्या थियो, दुई सय घरका लागि तीनवटा

मात्र धारा थिए, धारामा थोरै पानी आउँथ्यो, स्थानीयले कुवा र खोलाको फोहर पानी उपभोग गर्दैआएका थिए, उनले विगतको समस्या बताए । स्थानीय बिना परियाराले एक गाउँ पानी भर्नाका लागि आठ घण्टासम्म लाइन बस्नुपर्नेको सुनाए । खानेपानी अभावले धेरैले गाउँ छोड्न बाध्य भएको उनले बताए । स्थानीय ७१ वर्षीय चन्द्रमणि गौतमले २०३९ सालदेखि नै लामीचौरमा खानेपानी समस्या रहेको बताए । जनसङ्ख्या बढ्दै गएपछि खानेपानीको अभाव भएको उनले बताए । -**रासब**

विज्ञान/सूचना प्रतिधि

टिकटकले ल्यायो सुरक्षा चेकअप टुल

भिडियो सेयरिङ प्लेटफर्म टिकटकले सेक्युरिटी चेकअप नामक नयाँ सेक्युरिटी टुल लन्च गर्ने घोषणा गरेको छ । यो 'सेन्ट्रलाइज्ड ड्यासबोर्ड' प्रयोगकर्तालाई आफ्नो खातालाई सबै सुरक्षित गर्न मद्दत गर्न डिजाइन गरिएको हो ।

यो उपकरण एपमा रहेको 'सुरक्षा र अनुमति' विकल्प अन्तर्गत 'सेटिङ्स र गोपनीयता' खण्डमा फेला पार्न सकिन्छ ।

यसले विभिन्न सुरक्षा विकल्पहरू प्रदान गर्दछ, जस्तै तपाईंको खातालाई फोन नम्बर वा इमेल ठेगानामा लिङ्ग गर्ने, तपाईंका लग इन गर्ने ब्याकअप विधि सुनिश्चित गर्न, दुई-कारक प्रमाणीकरण सक्षम गर्ने र अनुरार पहिचान वा फिङ्गरीप्रिन्ट जस्ता बायोमेट्रिक प्रमाणीकरण लगइन विकल्पहरू सक्षम गर्ने प्रदान गर्दछ । यो उपकरणले खातासँग सम्बन्धित उपकरण हेर्ने कुनै पनि अज्ञात वा अब प्रयोगमा नरहेको यन्त्रहरूमा पहुँच रद्द गर्ने, खातामा हुने कुनै पनि संदिग्ध गतिविधिको निगरानी गर्ने र उपयुक्त



कारबाही गर्ने प्रयोगकर्तालाई सचेत गर्ने क्षमता प्रदान गर्दछ । साइबर आक्रमणहरू बढ्दै गएको बेला टिकटकको यो कदम आएको हो, जसले गर्दा सुरक्षा मापदण्ड बढाउनु आवश्यक छ । 'सुरक्षा जाँच' उपकरण मार्फत, प्लेटफर्मले खाता टेकओभर वा ह्याकअपको जोखिम कम गर्द

प्रयोगकर्ताहरूलाई सुरक्षित प्रयोगकर्ता अनुभव प्रदान गर्न खोजेको छ । टिकटकले विस्तारै यस उपकरणलाई विभिन्न क्षेत्रहरूमा लन्च गर्ने अपेक्षा गरिएको छ, त्यसपछि यसलाई विश्वभरका सबै प्रयोगकर्ताहरूका लागि उपलब्ध गराइनेछ ।

-शापाचुरा षटकम

अन्तरिक्ष यात्रुको रोमाञ्चक पृथ्वीमा फिर्ती

अन्तरिक्ष यात्री सुनी विलियम्स र बुच विलमोर र अन्य दुई अन्तरिक्ष यात्री स्पेसएक्सको ड्र्यागन क्याप्सुलमार्फत पृथ्वीमा फर्किएका छन् । गत वर्ष जुनमा मात्र आठ दिनका लागि अन्तर्राष्ट्रिय अन्तरिक्ष स्टेशन गएका यी दुई अन्तरिक्ष यात्री नौ महिनापछि बुधवार विहान पृथ्वीमा फर्किएका हुन् । बोइङ स्टारलाइनर अन्तरिक्ष यानले उनीहरूलाई पृथ्वीमा फिर्ता ल्याएको हो । अन्ततः एलन मस्कको कम्पनी स्पेसएक्सको ड्र्यागन क्याप्सुल लौरिडाको तटमा सुरक्षित अवतरण गरेको नासाले जनाएको छ ।



ड्र्यागन क्याप्सुल समूहमा खसेपछि विज्ञान्यु डेलिफगहरूको समूह वरिपरि घुमिरहेको थियो । लाग्यो डेलिफन पनि उनीहरूलाई स्वागत गर्न आएका हुन् । अन्तरिक्ष यात्रीहरूलाई अन्तरिक्ष स्टेशनबाट पृथ्वीमा पुरान १७ घण्टा लामो समय लागेको थियो । नेपाली समयानुसार बुधवार विहान पौने ४ बजे चार अन्तरिक्ष यात्री बोकेको क्याप्सुल फ्लोरिडाको तट नजिकै समुद्रमा खसेको थियो । महासागरको सतहमा आएपछि अन्तरिक्ष यात्रीहरूलाई नियन्त्रण केन्द्रले स्वागत गरेको थियो । पृथ्वीको वायुमण्डलमा प्रवेश गर्दा ड्र्यागन क्याप्सुलको गति १७ हजार माइल प्रतिघण्टा थियो, जुन केही मिनेटको अन्तरालमा धुत गतिमा सुलभ भएको थियो । यसअघि मंगलबार सुनी र बुचसहित दुई थप अन्तरिक्ष यात्री निक हेग र हसी अन्तरिक्ष यात्री अलेक्ज्यान्डर गोव्दोनोभले बढी अन्तरिक्ष

ताजा हावामा सास फेर्न पाए । यसपछि नासाबाट लाइभ तस्वीरहरू मार्फत संसारभरका मानिसहरूले सुनी र उनका साथीहरूलाई बाहिर निस्केको देखे । टोलीले क्याप्सुल छोड्नुअघि एउटा क्यामेराले भित्रको फोटो खिचेको थियो । यी तस्वीरमा सबै यात्रु हात हल्लाउँदै अभिवादन गरिरहेको देख्न सकिन्छ । बाहिर निस्किएका उनीहरू क्यामेरामा मुस्कुराए र हावामा हात हल्लाएर अगाडि बढे ।

लगभग २८६ दिन अन्तरिक्षमा बिताएपछि सुनी र बुचले पृथ्वीमा ताजा हावाको सास लिएका थिए । इन्टरनेशनल स्पेस स्टेशनमा करिब नौ महिना बस्दा यी दुई यात्रुले हरेक दिन १६ घण्टा सुयोदय र सूर्यास्त देखेका थिए । उनीहरूका लागि यति लामो समय अन्तरिक्षमा बस्नु चुनौतीपूर्ण थियो । महिनासम्म शून्य गुरुत्वाकर्षणमा बस्नु, सीमित श्रोतसाधनमा काम गर्नु र पृथ्वीबाट सयौं किलोमिटर टाढा दैनिक आवश्यकताहरू पूरा गर्नु ठूलो चुनौती हो । अन्तरिक्ष यात्रीहरूको दिन पृथ्वीमा अर्थात् एक नियन्त्रण स्टेशन्भन्दा प्रत्येक पाँच मिनेटमा निर्धारण गरिन्छ । तिनीहरू विहान सबै उठ्छन् । सामान्यतया पसिना र पिसाब रिसाइकलिंगरी पिउने पानीको लागि प्रयोग गरिन्छ । तर स्पेस स्टेशनमा केही प्राविधिक गडबडी भए पनि पिसाब भण्डारण गरिन्छ । यसपछि अन्तरिक्ष यात्रीहरूले आ-आगो काम शुरू गर्छन् । धेरैजसो समय अन्तरिक्ष स्टेशनमा मर्मतसम्भार र वैज्ञानिक प्रयोगसम्बन्धी काम गरिन्छ ।

सोकोबन्धन षटकम

प्रयोगकर्ताको 'डेटा' चोरी गर्ने एप्सलाई हटायो गूगलले

गूगलले प्रयोगकर्ताको 'डेटा' चोरी गर्ने ३३१ एप्सलाई 'प्लेस्टोर'बाट हटाएको छ । लामो अनुसन्धानपछि गूगलले ती एप्समाथि 'एक्सन' लिएको हो ।

गूगलले 'वेपर' नामको एक अप्रेसनपछि यो कदम उठाएको हो । यो अप्रेसनको सुव्यवस्था सन् २०२४ मा भएको थियो । सुव्यवस्था त्यस्ता एप्सको संख्या १८० भन्ने पनि अनुसन्धानका क्रममा यो संख्या बढेको हो । यस्ता एप्सले प्रयोगकर्तालाई २० करोडभन्दा बढी फजी विज्ञापन पठाएका थिए । 'बिटडिफेन्डर' नाम गरेको एक सेक्युरिटी फर्मले यसबारे जानकारी दिँदै प्रयोगकर्तालाई गलत विज्ञापन देखाइएको खुलासा गरेको थियो । यस अतिरिक्त 'फिसिड अट्याक'मा फसाएर प्रयोगकर्ताका विभिन्न सूचना र क्रेडिटकार्डको जानकारीसमेत चोर्ने प्रयास भएको जनाइएको थियो । यस्तो कार्यमा संलग्न



एप्समध्ये केहीले 'सेटिङ'मा आफ्नो नामसमेत परिवर्तन गरेको पाइएको थियो ।

कतिपय एप्सले प्रयोगकर्ताको मोबाइलमा फुनलिनक देखाउने र फोनको 'ब्याक बटन'समेत चल्न नसक्ने बनाउने गरेको पाइएको थियो ।

सामान्यतया ग्राहकलाई हानि गर्ने एप्सलाई गूगल प्लेस्टोरमा उत्रा रिट्रैव । तर ती एप्सले आफूलाई स्वास्थ्य, बालपेपर, क्युआर स्क्रानर लगायतका रूपमा पेस गरेर गूगल प्लेस्टोरलाई भ्रुकसयाएका थिए ।

-रातोपाटी षटकम

विश्वको सबैभन्दा ठूलो डिजिटल क्यामेरा सार्वजनिक

विश्वको सबैभन्दा ठूलो डिजिटल क्यामेरा सार्वजनिक भएको छ । दक्षिण अमेरिकी मुलुक ब्रिजीमा रहेको भेरा सी स्विन अब्जमेटरमा उक्त क्यामेरा जडान गरिएको छ । त्यस प्रकारको डिजिटल क्यामेरालाई लार्ज सिनोप्टिक सभै टेलिस्कोप क्यामेरा पनि भनिन्छ ।



अभूतपूर्व परिमाणमा हाइ रिजोलुसनयुक्त तस्वीर तयार गर्नेछ । अब्जमेटरको आधिकारिक विज्ञानी अनुसार एउटा मात्रै तस्वीर पनि यतिधेरै विस्तृत हुनेछ कि त्यसलाई प्रदर्शित गर्नका लागि ४०० अल्ट्रा एचडी टेलिभिजन रिस्कनको आवश्यकता पर्नेछ ।

यो अहिलेसम्मकै सबैभन्दा ठूलो डिजिटल इमेजिग उपकरण हो । यो क्यामेराले आगामी दशकसम्म दक्षिणी गोलार्धमा रातको आकाशको विस्तृत अवलोकन गर्नेछ । यसलाई सिमोनयी सभै टेलिस्कोपमा सफलतापूर्वक स्थापित गरिएको छ र अब अन्तिम परीक्षणको चरणमा रहेको छ । तत् पश्चात् यही वर्ष उक्त अब्जमेटर पूर्ण रूपमा सञ्चालनमा आउनेछ । यो टेलिस्कोप अमेरिकी राष्ट्रिय विज्ञान फाउन्डेसन तथा उर्जा विभागको संयुक्त वित्तीय लगानीबाट निर्माण भएको छ । यसको उद्देश्य ब्रम्हाण्डको एक अभूतपूर्व टाइम ल्याप्स रेकर्ड तयार गर्नेछ । अमेरिकाको राष्ट्रिय विज्ञान फाउन्डेसन र उर्जा विभागको सहकार्यमा रहेको भेरा सी स्विन अब्जमेटरका अनुसार उक्त टेलिस्कोप क्यामेरा हरेक केही रातमा पूरा आकासको व्यवस्थित रूपबाट समीक्षण गर्नेछ र

राखिएको हो । उनले आफ्ना सहकर्मी केन्ट फोर्डसँग मिलेर अनुसन्धान गर्दा आकाशगंगाहरू गुरुत्वाकर्षण नियम अनुसारको गतिनै नघुम्ने तथ्य पत्ता लगाएका थिए । यसबाट के निष्कर्ष निकालिएको छ भने अदृश्य द्रव्य (डार्क म्याटर) ले ती आकाशगंगाहरूको गतिलाई प्रभावित गर्दछ । अब्जमेटरको उन्नत अप्टिकल तथा डेटा प्रोसेसिग प्रविधिले उक्त रहस्यलाई अझै गहन ढंगले बुझ्न सहयोग गर्नेछ । साथै डार्क इनर्जी मापनमा पनि महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दछ ।

-बनबहादन खबर षटकम

आयुर्वेदिक उपचारप्रति आकर्षण बढ्दै

रोग निको हुने तथा कम खर्चिलो हुने भएपछि फ्यापामा पछिन्ने समय आयुर्वेदिक उपचारमा विचारीको आकर्षण बढेको छ । जिल्ला आयुर्वेद स्वास्थ्य केन्द्र भद्रपुरमा दैनिक औसतमा ७० जनाभन्दा बढी विचारी उपचारका लागि आउने गरेका छन् ।



केन्द्रका प्रमुख आयुर्वेद डा विजय श्रेष्ठका अनुसार, केन्द्रले उपचारालेक, प्रवर्द्धनात्मक र प्रचारात्मक सेवा दिँदै आएको छ । उपचारका लागि आउने अधिकांशका पायलस, ढाडको समस्या, ग्यास्ट्रिक, दमकोषी, हाडजोर्नीको समस्या, नसासम्बन्धीका रोगी छन् । उपचार पद्धति सजिलो र प्रभावकारी भएकाले स्थानीयमा भन्नु आयुर्वेदिक उपचारप्रति विश्वास बढेको छ । केन्द्रबाट चालू वर्ष २०८१/८२ को आठ महिनामा पूर्वकर्म/पञ्चकर्म (थेरापी) सेवा चार हजार नौ सय २८, योग सेवा नौ सय ३०, होमियोप्याथी सेवा एक सय पाँच, प्रयोगशाला सेवा पाँच सय ४५ जनाले लिएको केन्द्रका सूचना अधिकारी खगेन्द्र भट्टराईले जानकारी दिए । यसैगरी केन्द्रबाट बहिरिङ सेवा दुई हजार एक सय ७५ जना तथा यसका साथै केन्द्रबाट शल्य चिकित्सा सेवा, स्तनपायी आमा

तथा शिशु सेवा, ज्येष्ठ नागरिक सेवासमेत दिने गरिएको उनले बताए । केन्द्रबाट ज्येष्ठ नागरिकलाई अश्रुगन्था चुर्ण र अमला चुर्ण वितरण गर्ने गरिएको केन्द्रले जनाएको छ । केन्द्रबाट अमा नागरिकले थेरापीको रूपमा बुझ्ने गरेको पूर्वकर्म/पञ्चकर्म प्रेशकै अयुर्वेद केन्द्रभन्दा फरक रूपले उपचार गर्ने गरिएको डा श्रेष्ठले बताए । जसअन्तर्गत मानिस गर्ने, बाफ लगाएर सेक्ने, तेल लगाएर मन बढाउनुबाट तेजको प्रवाह, आवश्यकतानुसार वान्ता गराउने, पखाला गराउनेलगायत क्रियाकलाप गर्ने गरिएको छ । आयुर्वेदिक औषधिले स्वास्थ्यमा सुधार आएपछि उपचार पद्धतिप्रति विश्वास बढेको भद्रपुर नगरपालिका-८ का किरण पाँडेलेले बताए । 'मेरो ग्यास्ट्रिकको समस्या छ, विभिन्न अस्पतालमा उपचार गराउँदा पनि निको नभएपछि अहिले दुई महिनादेखि नियमित यहाँ आएर उपचार गराइरहेको छु, खाना पाउन थालेपछि सुधार भएको छु, उनले बताए । ढाडको समस्या भएर केन्द्रमा पूर्वकर्म/पञ्चकर्म गराइरहेका हृदीवारीका विकास राजवंशी उपचार सुक्न भएको केही दिनपछि सुधार कम हुन थालेको बताए । आयुर्वेदिक औषधिले स्वास्थ्यमा सुधार आएको कारण यहाँका नागरिक आयुर्वेदप्रति आकर्षित हुन थालेका छन् ।

डडेलोबाट बचौं र बचाऔं

- सलाई, लार्डरजस्ता प्रचलनशील वस्तु बालबालिकाले भेट्ने ठाउँमा नराखी,
 - जंगलमा सलाई तथा लार्डरको प्रयोग नगरी र गर्ने पनि भए सावधानी पूर्वक प्रयोग गरी रायोसँग निभाऔं,
 - सानो असावधानीले बचपनमात्र होइन आसपासका बस्ती समेत उजाड हुन सक्छन्,
 - धन र वगको संरक्षण गरी,
- सचेत बनी, डडेलोबाट आफू पनि बचाँ र अरलाई पनि बचाऔं ।

अनुरोध
डिभिजन वन कार्यालय
 तामसेन, पात्या

नबिल स्टक डिलरद्वारा वित्तीय साक्षरता कार्यक्रम

पाल्पा, चैत ११/थिङ्क विफोर यु फलो, वीस मनी टुमरो' मुल नाराका साथ 'ग्लोबल मनि वीक २०२५' अन्तर्गत वित्तीय साक्षरता कार्यक्रम पाल्पा तानसेनस्थित तानसेन बहुमुखी क्याम्पस काँजिपौवामा कार्यक्रम भएको छ । स्नातक तहमा अध्ययनरत करिब ६० जना विद्यार्थीहरू सहभागी भएको यस कार्यक्रम नबिल स्टक डिलरका प्रमुख सञ्चालन अधिकृत मदन लिमिस्सिनाले प्रशिक्षण दिए । नेपालमा वित्तीय पहुच तथा सेवा सुविधा विस्तार भएतापनि वित्तीय साक्षरताको अवस्था कमजोर रहेको वर्तमान अवस्थामा वित्तीय बैंक तथा वित्तीय संस्थाहरूबाट ग्राहकको पाउने सेवा सुविधा, लागू, पुँजीबजारमा सहभागी पक्षहरू, लगानी विविधिकरणका लागि उपलब्ध उपकरणहरूका बारेमा जानकारी दिए । कार्यक्रममा क्याम्पस प्रमुख पुष्करराज रेग्मीले वित्तीय साक्षरतासम्बन्धि यस



कार्यक्रमले विद्यार्थीहरूमा वित्तीय चेतना अभिवृद्धि हुनुका साथै बैंक खाता, डिप्यार्ड खाता र टिएमएफ खातामार्फत प्राथमिक बजार र दोस्रो बजारमा लगानी गरी सानो लगानीमा पनि फाइदा लिन सकिने बताए । २०७८ साल साउन ४ गते

स्थापना भएको यस डिलरले काठमाण्डौंको दरबारमार्गमा रहेको कार्यालयमार्फत सेक्युरिटी ब्रोकरेज सेवा, मार्जिन लेण्डिङ, पोर्टफोलियो व्यवस्थापन तथा अण्डरराइटिङ सेवा, निषेध सदस्यतागतका सेवा दिने आएको छ ।

खेलकुद समाचार

प्रधानमन्त्री कप क्रिकेटमा कर्णालीको हरा



काठमाडौं, चैत ११/प्रधानमन्त्री कप एकदिवसीय पुरुष राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगितामा बागमती प्रदेशले कर्णाली प्रदेशलाई ९ विकेटले हराएको छ ।

कर्णालीले दिएको ५९ रनको लक्ष्य बागमतीले १ विकेट गुमाएर २ सय ६१ बलअघि नै भेटायो । बागमतीका ईशान पाण्डेले २२ रन बनाए । कर्णालीका दीपेन्द्र रावतले १ विकेट लिए । यसअघि डाढेको देउखुरी रङ्गाशामा टस जितेर ब्याटिङ गरेको कर्णालीले १९ औं बलमा ५८ रन बनाउँदा सबै विकेट गुमायो । कर्णालीका सुनिल धमलाले सबैभन्दा धेरै १५ रन बनाए । कर्णालीका अन्य खेलाडीले दोहोरो अंकमा रन जोड्न सकेनन् । बागमतीका रिजन ढकालले ५, सुर्य तामाङले ४ विकेट लिए । योसँगै बागमती र कर्णालीले समाप्त ८ खेलमा ४ खेल जित्दै ४ वटामा हार बेहोरेका छन् ।

अर्थ/कॉरिपेट समाचार

ओरालो लागेको पुँजीबजार थामिएर हरियाली



काठमाडौं, चैत ११/गतसातदिखि निरन्तर ओरालो लागिरहेको पुँजीबजार सोमबार थामिएर हरियाली देखिएको छ । नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचक २६ दशमलव १० अंकले बढेर दुई हजार छ सय ४० दशमलव ७८ को बिन्दुमा कायम भएको हो । सोमबार विभिन्न ३२६ कम्पनीका १७ लाख ३९ हजार सात सय ३८ किता शेयर ५८ हजार २३५ पटक खरिदविक्री हुँदा चार अर्ब ४८ करोड ३५ लाख ९९ हजार बराबरको कारोबार भएको छ । सोमबारको कारोबारमा सबै समूहको उपसूचक हरियो देखिएको छ । सबैभन्दा धेरै हिमालयन रि-इन्स्योरेन्स प्रतियोगिताले बढेको छ । त्यस्तै, बैंकिङ शून्य दशमलव ७१, विकास बैंक शून्य दशमलव ७१, होटल तथा पर्यटन एक दशमलव ०३, जलविद्युत् शून्य दशमलव ९५, लगानी शून्य दशमलव ८३, जीवन बीमा एक दशमलव ४६ र उत्पादन तथा प्रशोधन समूह शून्य

दशमलव ७८ प्रतिशतले बढेको छ । त्यस्तै, लघुवित्त शून्य दशमलव ७९, म्युचुअल फण्ड शून्य दशमलव ४४, निर्जीवन बीमा शून्य दशमलव ६५, व्यापार एक दशमलव ०६ र अन्य समूह एक दशमलव ५० प्रतिशतले बढेको छ । गार्डियन माइक्रोलाइफ इन्स्योरेन्सको शेयरमूल्य सोमबार सबैभन्दा धेरै नौ दशमलव ५१ प्रतिशतले बढेको छ । सबैभन्दा धेरै घट्नेमा भने अपर हेवाखोला हाईड्रोपावर कम्पनी लिमिटेडको शेयर मूल्य चार दशमलव २६ प्रतिशतले घटेको छ । कारोबार रकमका आधारमा सोमबार सबैभन्दा धेरै हिमालयन रि-इन्स्योरेन्स लिमिटेडको ३२ करोड ६९ लाख ७७ हजार ५७८ बराबरको शेयर किनबेच भएको छ । कारोबार भएका शेयर संख्याका आधारमा भने सबैभन्दा धेरै सामिना ग्रेच फण्डको सात लाख १० हजार किता शेयर किनबेच भएको छ ।

ट महिनामा १ सय टट...

...उहाँका अनुसार २०६९/०७० मा ४ सय ४३, २०७०/०७१ मा ४ सय ४०, २०७१/०७२ मा ३ सय ९८, २०७२/०७३ मा ३ सय ६२, २०७३/०७४ मा ३ सय ७४, २०७४/०७५ मा ३ सय ९७, २०७५/०७६ मा ३ सय ५०, २०७६/०७७ मा ३ सय २७, २०७७/०७८ मा ३ सय ३९ र २०७८/०७९ मा ३ सय ४५ जना क्षयरोगी रहेका छन् । यस्तै २०७९/०८० मा ३ सय ३४ र २०८०/८१ मा ३ सय ६३ जना क्षयरोगी रहेका छन् ।

२ वटा रहेका छन् । बिन एक्टर्ज जाँच तानसेनको युनाइटेड मिसन अस्पताल र लुम्बिनी मेडिकल कलेजमा मात्र गर्ने गरिएको छ । अहिले पाल्पासहित देशभर क्षयरोग चुनौतीपूर्ण देखिएको छ । नेपाल सरकारले सन् २०३० सम्ममा क्षयरोग उन्मूलन गर्ने र सन् २०५० सम्ममा क्षयरोगमुक्त नेपाल बनाउने लक्ष्य राखेको छ । तर सरकारको क्षयरोगमुक्त नेपाल घोषणा गर्ने लक्ष्य कार्यान्वयनमा नै चुनौति देखिएको छ । नेपालमा क्षयरोग जनस्वास्थ्यको प्रमुख समस्याका रूपमा देखा परेकाले पनि यो अभियान कार्यान्वयनमा चुनौती देखिएको जिल्ला समन्वय समितिका प्रमुख टंकनाथ खनालले बताए । दुरदराजका नागरिकहरू समक्ष सचेतनाका कार्यक्रमहरू पुर्‍याउन सके क्षयरोग नियन्त्रण गर्न सकिने उहाँको भनाई छ । खनालले भने, 'सचेतनाको कमीका कारण अझै पनि धेरै नागरिकहरूले समस्या दवाएर राख्ने गरेका छन् ।

जिल्लामा विगत १८ वर्षको तथ्याङ्कलाई हेर्दा स्वास्थ्य कार्यालयले २०३५ सम्ममा जिल्लालाई तनय रूपमा लैजाने लक्ष्य राखे पनि पूरा नहुनेमा शंका गर्न थालिएको छ । क्षयरोग श्वासप्रश्वासको माध्यमबाट सन्, माइक्रोब्याक्टिरियम ट्युबरकुलोसिस नामको सूक्ष्म कीटाणुबाट हुने सखा रोगभएको कर्णालयका निमित्त प्रमुख टुकुरसाद पोखरेलले बताए । जसको समयमा परीक्षण गराएर औषधि नियमित खानुपर्छ । तर, पाल्पामा क्षयरोगका विरामीले औषधि नियमित नखाइदिना रोगको रोकथाममा चुनौती थपिएको उनको भनाई छ । क्षयरोगका विरामीहरूले लामो अवधिसम्म उपचार केन्द्रमा आई दैनिक औषधि सेवन गर्नुपर्ने हुन्छ, तर यसलाई फन्कट मानेर धेरै विरामी नियमित रूपमा औषधि सेवन गर्दैनन् । अर्कातिर, निस्किल विरामी नपरी स्वास्थ्य परीक्षण नगराउने र रोग लुकाएर राख्ने जस्ता कारणले क्षयरोगीको संख्या घट्न नसकेको प्रमुख पोखरेलले बताए । एकजना संक्रमित विरामीबाट २० जनासम्म क्षयरोग सन् सके सम्भावना रहेको उहाँको भनाई छ । क्षयरोगासीन मिल्दोजुन्दो लक्षण देखिनेवित्तकै परीक्षण गराइहाल्नुपर्नेमा त्यसो नगर्दा क्षयरोग फैलिने गरेको हो । यहाँका सबै पालिकामा छकार जाँच गर्ने उपकरण रहेको छ । जिल्लामा ७२ वटा क्षयरोग उपचार केन्द्र, माइक्रोकोपी केन्द्र १२ वटा र बिन एक्टर्ज जाँच केन्द्र

वर्गिकृत डिस्ले

१ X ५ साइजमा मात्र

वर्गिकृत डिस्लेमा विज्ञापन दिनुहोस् व्यवसाय बढाउनुहोस् ।
सम्पर्क: ०७५-५२०६०१

मनको आवाज.....

'नाम पनि यूनिक, काम पनि यूनिक'

यूनिक एफ.एम. ६४.३ मेगाहर्ट्ज

विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
यूनिक शोसियल कम्यूनिकेशन प्रा.लि.
तानसेन, पाल्पा
०७५-५२१४६८, ५२१४६६
E-mail
news.uniquefm@gmail.com
www.uniquefm942.com

क्षयरोगबाट बचाउँ र बचाऔं

- लगातार खोकी लागने,
- खोकीमा रगत देखापर्ने,
- तौल घट्ने,
- फोक्सो दुख्ने वा असजिलो महसुस हुने जस्ता लक्षण क्षयरोगका लक्षण हुन सक्छन् ।

क्षयरोगबाट बच्न:
- धूम्रपान तथा मद्यपान नगरौं,
- धुवाँ धुलोमा नबसौं,
- खोक्दा हाडछुँ गर्दा रमालले नाकमुख छुण्दौं,
- बालबालिकालाई निश्चित समयमा वीसीजी खोप लगाऔं,
- क्षयरोग लागेका व्यक्तिभन्दा टाढै बसौं र रोगीको जुठो नखाऔं,
- क्षयरोगको शंकालागेमा चिकित्सकको सल्लाह लिऔं ।



लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सञ्चार मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

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

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