नास्टमा कम्प्युटर
इन्जिनियरिङ,
बिसिए, बिबिए
र सिभिल
इन्जिनियरिङका साथै
अब MBA पनि ।
नास्ट कलेज
धनगढी-४, उत्तरबेहडी, कैलाली
सम्पर्क नं. ०९१-५२३३१२
९८५८४८७१२५

थारु भाषाके ‘क’ वर्गके राष्ट्रिय दैनिक
भाषा, संस्कृति ओ समाचारमूलक पत्रिका

पहुरा
PAHURA
NATIONAL DAILY

विवाह पवित्र बन्धन हो,
विवाहलाई लेनदेनको विषय
नबनाऔं,
विवाहमा दाईजो लिने र दिने
काम नगरौं,
दाईजोका कारण हुने हिंसा
अन्त्य गरौं ।
नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

वर्ष २३ अंक १९२ वि.सं. २०८२ माघ २२ गते विफे थारु सम्वत (२६४९) [Thursday 05 February 2026] (मोल रु. ५ ।- पेज ४)

सुदूरपश्चिमके चार जिल्ला ‘संवेदनशील’

पहुरा समाचारदाता

धनगढी, २१ माघ । सुदूरपश्चिम प्रदेशके बाजुरा, अछाम, दार्चुला ओ बझाङ जिल्ला निर्वाचन सुरक्षाके दृष्टिमे संवेदनशील डेखलपाछे प्रहरी उहे बमोजिमके सुरक्षा व्यवस्थापन करे लागल बा । प्रदेश प्रहरी कार्यालय धनगढीके प्रवक्ता एवं वरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक पदमबहादुर विष्ट गत विगतके बरसमे हुइल निर्वाचनके समयमे हुइल घटनाहे अध्ययन विश्लेषण कैके इ चार जिल्लाहे संवेदनशीलके सूचीमे राखके उहे बमोजिकके सुरक्षा व्यवस्थापन मिलाइ लागल जानकारी डेलै ।

उहाँ कहलै, विगतके निर्वाचनके बेला हुइल अवाञ्छित घटनाहे अध्ययन कैके इ चार जिल्लाहे संवेदनशील जिल्ला डेखगैल विश्लेषण कैके उहे बमोजिमके सुरक्षा व्यवस्थापन करे लागल हुइटी, निर्वाचन बिथोले सेक्ना तत्वहे निगरानीमे राखके सुरक्षाके आवश्यक तयारी फेन करटी रहल बटी । हिमाली भेग ओ भौगोलिक रुपमे विकट क्षेत्रके मतदानस्थलसे मतपेटिका सदरमुकामसम ढुवानी करक लाग हेलिकप्टरके व्यवस्थापन करे लागल बा । निर्वाचनके दिन हिमाली क्षेत्रमे हुइ सेक्ना हिमपातके जोखिमहे मध्यनजर कैके सम्बन्धित क्षेत्रके मतदाता मतदान करे पैना व्यवस्थाके विकल्प सोच्ना बारेम फेन तयारी हुइटी रहल बा ।

दार्चुलाके उत्तरी क्षेत्र टिंकर ओ छाङरुके बासिन्दा हिउँदेयाममे गाउँ छोरके सदरमुकाम लग्गेक टिंकरखेडा कना ठाउँमे बैठ्ना हुइल ओरसे ओइनके लाग सदरमुकाममे मतदान करे पैना व्यवस्था करे लागल बा । बाजुराके हिमाली भोगके तीन पालिकाके कतिपय परिवार हिँउदयाममे घरमे पालल चौपायासहित टमान जिल्लामे बसाईँसराइ कैना करल ओरसे उहाँहुक्रे निर्वाचनके दिनसम गाउँमे अइना वा नैअइना कनामे यकिन हुइ सेकल नैहो ।

प्रहरी प्रवक्ता विष्ट कहलै, जुरारमे कुछ महिनाके लाग अन्य जिल्लामे पुगके बैठुइया समान्यतया चैतमे किल गाउँ अइना करल डेखजाइठ्, अइसीन अवस्थामे मतदानके दिनसम गाउँ नैअइलेसे ओइनके लाग मतदान करे पैना व्यवस्था कैसिक कैना कनामे छलफल चल्टी रहल बा ।

निर्वाचनके सुरक्षा व्यवस्थापनहे चुस्त एवं सुदृढ पारक लाग सवारीसाधन नैरहल प्रहरी कार्यालयमे सवारीसाधनसहितके व्यवस्था करे लागल बा । निर्वाचन सुरक्षाके लाग अन्य सुरक्षा व्यवस्थापनके अतिरिक्त बाजुरा, अछाम ओ डोटीहे हेर्ना मेरके वरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षकके नेतृत्वमे छुट्टे प्रहरी टोली परिचालन कैना तयारी बा ।

ओस्टके वरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षकके नेतृत्वमे दार्चुला, बैतडी ओ कञ्चनपुरके लाग छुट्टे तथा बझाङ, कैलाली ओ डडेलधुराके लाग छुट्टे टोली फेन परिचालन कैना तयारी करल बा । निर्वाचनहे स्वच्छ, निष्पक्ष ओ शान्तिपूर्ण वातावरणमे सम्पन्न कराइक लाग निर्वाचन सुरक्षा योजनाअन्तर्गत प्रदेशभर सात हजार ३७४ नेपाल प्रहरी ओ १३ हजार ६६९ निर्वाचन प्रहरी परिचालन करे लागल बा । इ बाहेक सशस्त्र प्रहरी बल ओ नेपाली सेना फेन आ–आपन सुरक्षा योजनाअनुसार निर्वाचनके सुरक्षामे परिचालित हुइ लागल बटै ।

निर्वाचनके सुरक्षाहे दृष्टिगत कैके प्रदेशके ३०२ मतदानस्थलहे सामान्य, ३९५ हे संवेदनशील ओ ४८१ मतदानस्थलहे अतिसंवेदनशील निर्वाचनस्थल टोकके सुरक्षा व्यवस्थापन मिलाइ लागल बा । प्रदेशके सक्कु नौ जिल्लामे प्रतिनिधिसभाके १६ निर्वाचन क्षेत्र रहल बावै । विसं २०७८ के जनगणनाअनुसार प्रदेशके कुल जनसंख्या २६ लाख ९४ हजार ७८३ रहल बा । कुल मतदाता १७ लाख १६ हजार ६६० रहल बटै । थपल मतदातासहित कैलालीमे सबसे ढेर पाँच लाख ५१ हजार ५२, कञ्चनपुरमे तीन लाख १४ हजार ३८५ ओ अछाममे एक लाख ६५ हजार ३३७ मतदाता पुगल बटै ।

प्रतिनिधिसभाके कैलालीमे पाँच, कञ्चनपुरमे तीन ओ अछाममे दुई निर्वाचन क्षेत्र रहल बावै । एक निर्वाचन क्षेत्र रहल डडेलधुरामे ९३ हजार ४०३, बैतडीमे एक लाख ५६ हजार ३७२, दार्चुलामे ९२ हजार ९४८, डोटीमे एक लाख २८ हजार ३९९, बझाङमे एक लाख २६ हजार ९०३ ओ बाजुरमे ८७ हजार ८६१ मतदाता पुगल प्रदेश निर्वाचन कार्यालय कैलालीके प्रमुख प्रेमराज भट्ट जानकारी डेलै ।

तीन बरस आघे हुइल प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनमे नेपाली कांग्रेस आठ, तत्कालीन नागरिक उन्मुक्ति पार्टी तीन, नेकपा एमाले दुई, तत्कालीन नेकपा (एकीकृत समाजवादी) तीन निर्वाचन क्षेत्रमे विजयी हुइल रहे । जेनजी आन्दोलनपाछक लावा राजनैतिक परिवेशमे प्रतिनिधिसभा सदस्यके निर्वाचन विसं २०८२ फागुन २१ गते हुइ लागल हो ।

निर्वाचनमे पाँच हजार सशस्त्र प्रहरी तैनाथ हुइना

पहुरा समाचारदाता

धनगढी, २१ माघ । आगामी फागुन २१ गते हुइना प्रतिनिधि सभा निर्वाचनहे लक्षित कैटी सुदूरपश्चिम प्रदेशके १६ निर्वाचन क्षेत्रमे सशस्त्र प्रहरी बल नेपालसे सुरक्षा योजना तयार कैके कार्यान्वयनमे लन्ले बा ।

सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल नम्बर वैद्यनाथ बाहिनी मुख्यालय अत्तरिया कैलालीके अनुसार माघ २१ गतेसे प्रत्येक निर्वाचन क्षेत्रमे निर्वाचन क्षेत्र सुरक्षा बेस स्थापना करजैना बा । उ सुरक्षा बेसमे सशस्त्र प्रहरी नायब उपरीक्षक (डिएसपी) के कमान्डमे सुरक्षा फौज तैनाथ करजैना व्यवस्था मिलाइल बा ।

निमित्त बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी वरिष्ठ उपरीक्षक दिग्विजय सुवेदी सञ्चारकर्मीसँगके अन्तर्क्रियामे निर्वाचनहे शान्तिपूर्ण, निष्पक्ष ओ भयरहित बनाइक लाग व्यापक सुरक्षा तयारी करल जानकारी डेलै । उहाँके अनुसार फागुन ६ गतेसे छुट्टाछुट्टे मोबाइल टोली परिचालन करजैना बा । ओस्टके डिएसपीके कमान्डमे बाहिनीस्तरीय रिजर्भ टोलीसमेत तयारी अवस्थामे रहना उहाँ जानकारी डेलै ।

निर्वाचनविरोधी गतिविधि रोक्ना अनुगमन टोली परिचालन करजैना ओ सूचनाके प्राप्ति तथा विश्लेषणाहे निरन्तरता डेना सुवेदी बटैलै । निर्वाचन सुरक्षामे करिब पाँच हजार एक सय सशस्त्र प्रहरी परिचालन करजैना उहाँके कहाइ रहल बा ।

सुरक्षा व्यवस्थापनहे थप प्रभावकारी बनाइक लाग नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, जिल्ला प्रशासन कार्यालय तथा निर्वाचन आयोगसँग निरन्तर समन्वय ओ सहकार्य हुइटी रहल उहाँके कहाइ रहल बा । सवारीसाधनके अभाव हुइल स्थानमे आवश्यक सवारीसाधन भाडामे लेना व्यवस्था करल बा ।

पहाडी क्षेत्रमे सञ्चार तथा सूचना प्रणालीहे प्रभावकारी बनाइक लाग रिपिटर टावर निर्माण करल, सशस्त्र प्रहरीहे निर्वाचन सुरक्षासम्बन्धी तालिम प्रदान करल तथा सामाजिक सञ्जालमार्फत फैले सेक्ना गलत सूचना नियन्त्रणके लाग सूक्ष्म निगरानी राखल जानकारी डेहल बा । सम्भावित विपत् जोखिमहे ध्यानमे रख्टी आवश्यक तयारी पूरा करल ओ समग्र सुरक्षा रणनीति बनाके सशस्त्र प्रहरी बल सक्रिय रूपमे परिचालन हुइटी रहल समेत सशस्त्र प्रहरीके बाहिनीपति सुवेदीके कहाइ रहल बा ।

भजनीमे स्वास्थ्य ओ पोषणके अवस्था नाजुक

पहुरा समाचारदाता

धनगढी, २१ माघ । कैलालीके भजनी नगरपालिकामे शिक्षा, स्वास्थ्य ओ पोषणके अवस्था नाजुक डेखल बा । नगरपालिकाके तथ्याक्त हेरेबर ओइसीन डेखल हो ।

भजनी नगरपालिकामे ३५ प्रतिशत प्रजनन उमेरके महिलामे रक्तअल्पता रहल बा । जेकर कारण वर्षेनी नौ प्रतिशतसे ढेर बालबालिका कम तौलके जल्मटी रहल बटै । ‘इ बरस दुई हजार ४२५ बच्चाके सर्भे करेबर २१ बालबालिका एकदमे कुपोषित हुइल ओ १८१ बालबालिका कुपोषित अवस्थामे रहल पत्ता लागल बा’, जनस्वास्थ्य निरीक्षक कैलाश डगौरा थारु कहलै ।

नगरपालिकासे स्वास्थ्य संस्थामे जनशक्ति व्यवस्थापनमे ढेर रकम खर्च करलेसे फेन बालबालिका, किशोरी, गर्भवतीहे लक्षित कैके बरसमे पाँच लाख रुपियाँ किल बजेट विनियोजन हुइल बा । महिला बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक शाखाके प्रमुख ऋजु चुकाहाके अनुसार इ नगरपालिका जिल्लामे सबसे ढेर जन्मजात अपांगता रहल पालिका हो । ५३ हजार जनसंख्या रहल भजनी नगरपालिकामे ९७६ जाने परिचयपत्र प्राप्त अपांगता रहल व्यक्ति रहलमे उ मध्ये करिब ५०० जटरा १८ बरस टरक रहल बटै । ‘३०० जटरा बालबालिका विद्यालय जैठै बाँकी घरमे रहठै’, चुकाहा कहलै, ‘विद्यालय आइल बालबालिकाके लाग समावेशी शिक्षा डेहे सेकल नैहुइटी, समुदायमे फेन वैकल्पिक सिकाइ केन्द्र नैहरल ओरसे बालबालिकाके सिकाइ न्यून बा ।’ यहाँ अपांगतासहित ८ प्रतिशत बालबालिका अभिन फेन विद्यालय बाहर बटै । बालबालिकामे(बाँकी २ पेजमे)

स्माईल चौधरीसे प्रकाशित
सम्पादक : प्रेम चौधरी (९८४८४२२२०७)
कार्यकारी सम्पादक : **राम दहित** (९८४८४९४५१८)
भाषा सल्लाहकार : **दिलबहादुर चौधरी**
पहुना सम्पादक : **कृष्णराज सर्वहारी**
व्यवस्थापन सल्लाहकार : **राजकुमार चौधरी**
प्रधान कार्यालय: धनपा- ८, शिवनगर, कैलाली (नमस्ते सहकारी भवन)
मसुरिया शाखाः दिनेश दहित (९८१२६४१६०१)
पहलमानपुर शाखाः जीवन चौधरी (९८४७५०१८८७/९८२५६२९३०५)

प्रधान कार्यालय धनगढी
E-mail: dailypahura@gmail.com,
Website: pahura.com
मुद्रक : समैजी अफसेट प्रेस, बेहडी, धनगढी

निर्वाचन घोषणापत्रके मर्म

विचार

यज्ञ प्रसाद भट्टराई

फागुन २१ गते प्रतिनिधि सभा सदस्य निर्वाचनके लाग मतदान हुइटी रहल बा। निर्वाचन आयोगमे हाल दर्ता कायम रहल राजनीतिक दल १३६ रहल बावै, जौन मध्ये १०७ निर्वाचन चिह्नमे ११४ दलसे निर्वाचन प्रयोजनके लाग दल दर्ता कराइल डेखजाइठ्। समानुपातिक निर्वाचन प्रणाली ओरके निर्वाचनमे भाग लेना कहिके ९३ निर्वाचन चिह्नमे सय दलसे निवेदन पेस करल रहिट। समानुपातिक निर्वाचन प्रणाली ओर ५७ बन्दसूची ६३ दलसे पेस करल बावै कलेसे पहिल हुइना निर्वाचित हुइना निर्वाचन प्रणाली ओर ६५ दलके ओरसे ३४०६ जाने उम्मेदवारके मनोनयन दर्ता होसेकल बा। समानुपातिक निर्वाचन प्रणाली ओर दलके ओरसे ५७ ठो बन्दसूचीमे ३२१३ जाने उम्मेदवारके मनोनयन पेस होसेकल बा। मतदानके दिनसे १७ दिनआघेसे अर्थात् फागुन ४ गतेसे दलसे चुनावी सभा एवं प्रचारप्रसारलगायत कार्यक्रम करे पैना व्यवस्था निर्वाचन आचारसंहिता २०८२ से करले बा। उम्मेदवारके अन्तिम नामावली प्रकाशित हुइलपाछे फागुन ४ गतेसमके अवधि कहलके दल तथा उम्मेदवारसे आपन चुनावी घोषणापत्र अर्थात् निर्वाचन घोषणापत्र तयार कैना ओ उक्त घोषणापत्र सार्वजनिक कैके दलसे निर्वाचन आयोगमे ओ उम्मेदवारसे सम्बन्धित निर्वाचन कार्यालयमे पेस कैना समय हो। घोषणापत्रके आधारमे किल निर्वाचन प्रचारप्रसार कैना मेरके समय निर्धारण करल बा।

निर्वाचन घोषणापत्र कहलक कौनो दल वा उम्मेदवारसे निर्वाचनआघे जनतासामु रख्ना लिखित प्रतिबद्धता हो। दल वा उम्मेदवार हम्रहीनहे भोट डेहो, हम्रे जिटब कलेसे इ काम करब कहिके जनताहे डेना वाचापत्रहे नै निर्वाचन घोषणापत्र कहिजाइठ्। सामान्यतया चुनाव जिटलपाछे का कैसिन नीति ओ कार्यक्रम लागु कैना? सङ्घ, प्रदेश ओ स्थानीय तहके समस्या कैसिक समाधान कैना? देशके अर्थतन्त्र, शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारी, पूर्वाधार जैसिन क्षेत्रमे का काम कैना? कना जैसिन दलके विचारधारा ओ प्राथमिकता निर्वाचन घोषणापत्रमे समावेश कैना करजाइठ्। चुनावमे निर्वाचन घोषणापत्र अति नै आवश्यक रहठ्। घोषणापत्रसे दल वा उम्मेदवार का चाहठै, कौन विषयहे प्राथमिकता डेठै कना स्पष्ट पारठ्। घोषणापत्रसे मतदाताहे सोचके भोट डेना एवं सही निर्णय कैना सहयोग करठ्। मतदाताहे निर्वाचन घोषणापत्रसे दल वा उम्मेदवारके नीति, योजना ओ दृष्टिकोणके तुलना कैना सजिल बनाइठ्। घोषणापत्रसे नेताहे जिम्मेवार ओ उत्तरदायी बनाके लोकतन्त्र बलगर बनैना मद्दत करठ्। जनताके मत केवल भावनामे नैहो, दल वा उम्मेदवारके स्पष्ट योजना ओ प्रतिबद्धतामे आधारित रहठ्। चुनावी घोषणापत्रसे लोकतान्त्रिक प्रणाली मजबुत बनैनाके साथे शासनके दिशानिर्देश कैना समेत सहयोग पुगठ्। दल वा उम्मेदवारसे चुनाव जिटलपाछे निर्वाचन घोषणापत्र सरकारके कार्यदिशा बने सेकठ्। दलसे जनतासम पुग्ना मुख्य माध्यम फेन इहे हो।

निर्वाचन घोषणापत्रके सम्बन्धमे अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यास हेर्ना हो कलेसे देश अनुसार फरक फरक रहल पाजाइठ्। तथापि कुछ सामान्य ओ स्थापित अभ्यास विश्वभर प्रचलित रहल डेखजाइठ्। प्रायः सक्कु लोकतान्त्रिक देशमे दलसे चुनावआघे लिखित घोषणापत्र सार्वजनिक करठै ओ वेबसाइट, मिडिया एवं सामाजिक सञ्जालमार्फत प्रचारप्रसार करल पाजाइठ्। दल वा उम्मेदवारके निर्वाचन घोषणापत्रहे बेलायतमे (पार्टी मेनिफेस्टो), भारतमे (इलेक्सन मेनिफेस्टो) ओ अमेरिकामे (पार्टी प्लेटफम) कना करल पाजाइठ्। अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यासमे व्यक्तिसे फेन नीति ओ कार्यक्रममे जोड डेजाइठ्। निर्वाचन घोषणापत्रमे दल वा उम्मेदवारसे अर्थतन्त्र, शिक्षा, स्वास्थ्य, जलवायु परिवर्तन जैसिन विषयहे अनिवार्य रूपमे समेट्ना करल पाजाइठ्।

ढेर देशमे दल वा उम्मेदवारसे घोषणापत्र सार्वजनिक करल पश्चात् मिडिया, नागरिक समाज ओ विज्ञसे बहस ओ विश्लेषण कराजाइठ्, जिहीसे मतदाताहे सचेत बनाइठ्। उन्नत लोकतन्त्र रहल देशमे चुनाव जिटलपाछे सरकारसे घोषणापत्रके वाचा अनुसार नीति तथा कार्यक्रम बनैना करठै कलेसे संसद् ओ जनतासे ओकर आधारमे उहाँहुक्रनके मूल्याङ्कन कैना प्रचलन रहल बा। बेलायतमे दल वा उम्मेदवारके घोषणापत्रहे (मोरल कन्ट्याक्ट विथ भोटर्स (मतदातासँगके नैतिक सम्झौता) मानजाइठ्। अन्तर्राष्ट्रिय रूपमे टमान देशमे निर्वाचन घोषणापत्रहे लोकतन्त्रके अनिवार्य अंग, जनप्रतिनिधि ओ जनताबिचके सम्झौता वा सरकारके कार्यदिशाके रूपमे लेना प्रचलन रहल बा।

नेपालमे निर्वाचन घोषणापत्रके अभ्यास औपचारिक रूपमे २०१५ सालसे सुरु हुइल मानजाइठ्। निर्वाचनके इतिहास हेरेबर २०१५ सालमे हुइल निर्वाचन संसदीय निर्वाचन हो। नेपालमे हुइल पहिल आमनिर्वाचनमे नेपाली कांग्रेस, गोर्खा परिषद् जैसिन दलसे लिखित घोषणापत्र सार्वजनिक करल ओ उक्त समयसे घोषणापत्रके औपचारिक अभ्यास सुरु हुइल पाजाइठ्। पञ्चायती व्यवस्थामे दल निषेधित हुइल ओरसे दलगत निर्वाचन घोषणापत्रके अभ्यास हुइ नैपाजाइठ्। उम्मेदवारसे आपन व्यक्तिगत नारा ओ कार्यक्रममे सीमित रहीके निर्वाचनमे भाग लेठै। विसं २०४६ सालपाछे बहुदलीय लोकतान्त्रिक व्यवस्थाके पुनर्स्थापना हुइल। विसं २०४८ के संसदीय निर्वाचनसे निर्वाचन घोषणापत्र नियमित, व्यवस्थित ओ संस्थागत हुइल हो। ओकरपाछे हुइल प्रत्येक निर्वाचनमे दलसे आपन विस्तृत निर्वाचन घोषणापत्र सार्वजनिक कैटी आइल बावै। राजनीतिक दलसम्बन्धी ऐन, २०७३ के दफा २० के उपदफा (२) के खण्ड (घ) मे दलसे आपन निर्वाचन घोषणापत्रमे उल्लेख हुइल काम कैना कहिके दलके काम, कर्तव्य ओ अधिकार उल्लेख बा।

निर्वाचन आयोगसे निर्वाचनमे स्वतन्त्रता, स्वच्छता, निष्पक्षता, पारदर्शिता, मितव्ययिता तथा भयमुक्त वातावरण कायम रख्ना उद्देश्यसे निर्वाचन आचारसंहिता, २०८२ जारी करले बा। उक्त आचारसंहितामे राजनीतिक दल, उम्मेदवार तथा दलके भ्रातृ सङ्गठनसे जुलुस, आमसभा, कोण सभा, बैठक, भेला वा निर्वाचन प्रचारप्रसारसम्बन्धी कार्य करेबर पालना करे पर्ना आचरणके व्यवस्था करल बा, जेम्ने उम्मेदवारके अन्तिम नामावली प्रकाशन हुइलपाछे मतदान हुइना दिनसे सत्र दिनआघेसे किल दल तथा उम्मेदवारसे निर्वाचन प्रचार प्रसारसम्बन्धी काम करे सेक्ना प्रावधान रहल बा। दल तथा उम्मेदवारसे जुलुस, आमसभा वा कोण सभा कैना, सञ्चार माध्यममे कौनो मेरके प्रचार प्रसार सामग्री प्रकाशन वा प्रसारण कैना ओ निर्वाचन प्रचारप्रसारके लाग घरदैलो कार्यक्रम कैना फागुन ४ गतेसे किल पैना व्यवस्था करल बा।

निर्वाचन आयोगसे पहिलचो निर्वाचन घोषणापत्रहे अनिवार्य कैके निर्वाचन आचारसंहिताके दायरामे लन्ले बा। राजनीतिक दल वा उम्मेदवारसे निर्वाचन घोषणापत्र सार्वजनिक कैके ओकर आधारमे किल प्रचारप्रसार करे पर्ना व्यवस्था करल बा। निर्वाचन घोषणापत्र दलसे आयोगमे ओ उम्मेदवारसे सम्बन्धित निर्वाचन कार्यालयमे पेस करे पर्ना बा। दल वा निर्वाचित उम्मेदवारसे निर्वाचन घोषणापत्रमे उल्लेख हुइल बमोजिमके कार्यप्रगतिके प्रतिवेदन प्रत्येक बरस सर्वसाधारणके जानकारीके लाग सार्वजनिक करे पर्ना व्यवस्था करल बा।

आबके निर्वाचन कहलक नैतिक प्रतिस्पर्धामे आधारित अर्थात् निर्वाचन घोषणापत्रमे आधारित निर्वाचन हुइना आवश्यक बा। आबके बहस कहलक एक उम्मेदवारसे और उम्मेदवारहे गालीगलौच कैना, द्वेषपूर्ण वा घृणास्पद अभिव्यक्ति डेना नैहोके आपन नीति कार्यक्रम मतदातासामु पेस कैके वा प्रतिबद्धता जाहेर कैके मतदाताप्रति उत्तरदायी ओ जिम्मेवार बन्ना फेन हो। निर्वाचनमे उम्मेदवार, दल ओ मतदाताहे नैतिक मूल्य ओ लोकतान्त्रिक आचरणके आधारमे प्रतिस्पर्धा कैना वातावरण सिर्जना करे परठ्। भ्रामक वा असत्य प्रचारप्रसार, पैसाके दुरुपयोग, धम्की, हिंसा वा जातीय वा धार्मिक विभाजनके प्रयोग ओ मतदाताहे लोभलालच डेखाके प्रभावित कैना कार्यहे शून्य सहनशीलताके नीति अवलम्बन करे परठ्। मतदाताके स्वतन्त्र निर्णयके सम्मान कैटी विचार ओ कार्यक्रम तथा योजनाके आधारमे निर्वाचनमे प्रतिस्पर्धा करे परठ्। दल वा उम्मेदवारसे आपन योग्यता, दृष्टि ओ योजना स्पष्ट रख्ना ओ विरोधी विचारहे शत्रु नैहोके, विकल्पके रूपमे लेना विषयहे अपनैना आवश्यक बा। जनतासँग करल वाचा पूरा कैना प्रतिबद्ध रहना, पैसाके प्रभाव घटैना ओ दल तथा उम्मेदवारके बिच समान अवसर सुनिश्चित कैना विषय महत्वपूर्ण रहठ्। व्यक्तिगत वा दलगत स्वार्थसे देश ओ जनताके हितमे बहस केन्द्रित करे पर्ना जैसिन विषयहे नैतिक प्रतिस्पर्धासे इहीसे समेट्ना हुइल ओरसे अइसीन विषयहे आत्मसात् कैना आवश्यक बा।

विगतके निर्वाचन हेरेबर घोषणापत्र केवल डेखाइक लाग किल हुइना व्यवस्था रहे। निर्वाचित दल वा उम्मेदवारसे घोषणापत्रहे अनदेखा कैना परिपाटी मौलैटी बा। दल तथा उम्मेदवारसे मतदातासामु बोलल् बात प्रति जवाफदेही लेना परिपाटी कमजोर हुइटी गैल रहे। इ बेरके निर्वाचनसे हरेक बरस दल वा उम्मेदवारसे आनप करल लिखित प्रतिबद्धता कटरा पूरा करे सेकगैल वा नैसेकगैल कना सार्वजनिक कैके मतदाताहे जानकारी कराइ पर्ना व्यवस्था करल बा। आब हुइना निर्वाचनमे भाग लेहल दल वा उम्मेदवारसे आआपन घोषणापत्र सार्वजनिक करसेके पर्ना बा।

घोषणापत्र अभिलेखीकरणके लाग निर्वाचन आयोगमे बुझाइ पर्ना रहठ्। इ निर्वाचन विशेष परिस्थितिमे हुइना निर्वाचन हुइल ओरसे सक्कु राजनीतिक दल तथा उम्मेदवार जिम्मेवार हुइना जरुरी बा। मतदाताके फेन आपन कर्तव्य रहठ्। मतदातासे कौनो फेन प्रलोभन वा दबाब प्रभावबिना स्वतन्त्र रूपसे विवेकके प्रयोग कैके योग्य, सक्षम ओ इमानदार प्रतिनिधि छनोट कैना मतदान कैना कहलक राष्ट्रसेवा कैना पहिल खुट्किलो वा अवसर हो। मतदातासे फेन दल वा उम्मेदवारके खोक्रा प्रलोभन ओ ललिपपके भ्रममे नैपरके घोषणापत्रमे उल्लेख हुइल नीति कार्यक्रमके मूल्याङ्कन कैके आपन अमूल्य मतदान कैके जिम्मेवार नागरिकके कर्तव्य निर्वाह कैना जरुरी रहल बा। *साभारः गोरखापत्र*

भजनीमे...

कुपोषण, रक्तअल्पता, अपांगता, अभिभावकमे गरिबी ओ शिक्षामे लगानी कम होके शिक्षाके गुणस्तर फेन कमजोर हुइल जानकार बटैठै। 'गैल बरस कक्षा ५ के परीक्षामे ६४ प्रतिशत, कक्षा आठमे ५६ प्रतिशत ओ कक्षा १० मे पुगेबर १४ प्रतिशत विद्यार्थी किल उत्तीर्ण हुइल बटै' शिक्षा अधिकृत पंखबहादुर शाह कहलै, 'नगरपालिकामे ११ माविमे जम्मा सात जाने शिक्षकके किल दरबन्दी रहल बा।' शिक्षक पदम शाही पालिकाके तल्लो तहमे शिक्षकके कमी नैरहल, विषयगत शिक्षक दरबन्दी मिलान ओ नक्साङ्कन कैके अभिभावक शिक्षा लागू कैके शिक्षा सुधार करे सेकजैना सुझाव डेलै। नगर प्रमुख केवल चौधरी विद्यालयमे बालबालिका पढ्ना वातावरण बने कहिके निःशुल्क शिक्षा लगायत ढेर लगानी कैलेसे फेन नतिजा सुधार नैहुइलमे अपने चिन्तित रहल बटैलै।

संधियारको नाममा जारी ७ दिने सूचना

यस उपमहानगरपालिकाको वडा नम्बर ८ स्थित कित्ता नं. ११७३ क्षेत्रफल १६९३.१५ वर्गमिटरमा भवन निर्माण गर्ने घरधनी श्री बिना कु. आचार्य, चन्द्र कु. सिंह, उमादेवी जोशी, पवन जैशी खनालले यस उमनपामा पेश गरेको नक्सा बमोजिमको भवन निर्माण गर्न संधियारको नाममा सूचना प्रकाशित गरिएको छ। निवेदन साथ पेश हुन आएको प्रमाण र नक्साको आधारमा निर्माण स्वीकृति दिँदा तपाईको जगाको हानिनोक्सानी हुन्छ, हुँदैन, सन्धि सर्पन हानिनोक्सानी हुने भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ७ दिनभित्र सबुत प्रमाणसहित नगरपालिकामा उजुर गर्न सुचित गरिन्छ। अन्यथा कानुन बमोजिम नक्सापास भै जाने व्यहोरा सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि अनुरोध छ।

१. निर्माण निमित्त प्रस्तावित जग्गाको चार किल्लाको विवरण
पुर्व: लाल सिंह राना पश्चिम: सडक
उत्तर: समिरा रोकाया, डबल बोहरा, निर्प बोहरा **दक्षिण:** नरेन्द्र ब. सिंह, दुदा उपाध्याय, मानविर खाती

धनगढी उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, धनगढी, कैलाली

संधियारको नाममा जारी ७ दिने सूचना

यस उपमहानगरपालिकाको वडा नम्बर ३ स्थित कित्ता नं. ३४८ क्षेत्रफल २५४ वर्गमिटरमा भवन निर्माण गर्ने घरधनी श्री निरन भाटले यस उमनपामा पेश गरेको नक्सा बमोजिमको भवन निर्माण गर्न संधियारको नाममा सूचना प्रकाशित गरिएको छ। निवेदन साथ पेश हुन आएको प्रमाण र नक्साको आधारमा निर्माण स्वीकृति दिँदा तपाईको जगाको हानिनोक्सानी हुन्छ, हुँदैन, सन्धि सर्पन हानिनोक्सानी हुने भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ७ दिनभित्र सबुत प्रमाणसहित नगरपालिकामा उजुर गर्न सुचित गरिन्छ। अन्यथा कानुन बमोजिम नक्सापास भै जाने व्यहोरा सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि अनुरोध छ।

१. निर्माण निमित्त प्रस्तावित जग्गाको चार किल्लाको विवरण
पुर्व: कविता कुमारी खड्का पश्चिम: ललिता शाह
उत्तर: सडक दक्षिण: जय ब. साउद, रेखा भट्ट

धनगढी उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, धनगढी, कैलाली

संधियारको नाममा जारी १५ दिने सूचना

यस उपमहानगरपालिकाको वडा नम्बर १ स्थित कित्ता नं. १७७४ क्षेत्रफल २०४ वर्गमिटरमा भवन निर्माण गर्ने घरधनी श्री सुरेश बहादुर मन्नीले यस उमनपामा पेश गरेको नक्सा बमोजिमको भवन निर्माण गर्न संधियारको नाममा सूचना प्रकाशित गरिएको छ। निवेदन साथ पेश हुन आएको प्रमाण र नक्साको आधारमा निर्माण स्वीकृति दिँदा तपाईको जगाको हानिनोक्सानी हुन्छ, हुँदैन, सन्धि सर्पन हानिनोक्सानी हुने भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ दिनभित्र सबुत प्रमाणसहित नगरपालिकामा उजुर गर्न सुचित गरिन्छ। अन्यथा कानुन बमोजिम नक्सापास भै जाने व्यहोरा सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि अनुरोध छ।

१. निर्माण निमित्त प्रस्तावित जग्गाको चार किल्लाको विवरण
पुर्व: कर्ण ब. कार्की र वृज किशोर अवस्थी पश्चिम: सडक
उत्तर: भिष्म भाट दक्षिण: कलसी देवी मौनी क्षेत्री

धनगढी उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, धनगढी, कैलाली

संधियारको नाममा जारी १५ दिने सूचना

यस उपमहानगरपालिकाको वडा नम्बर ६ मल्लो मतियारी स्थित कित्ता नं. ७२८ क्षेत्रफल १६९.३२ वर्गमिटरमा भवन निर्माण गर्ने घरधनी श्री दुर्गा धानुकले यस उमनपामा पेश गरेको नक्सा बमोजिमको भवन निर्माण गर्न संधियारको नाममा सूचना प्रकाशित गरिएको छ। निवेदन साथ पेश हुन आएको प्रमाण र नक्साको आधारमा निर्माण स्वीकृति दिँदा तपाईको जगाको हानिनोक्सानी हुन्छ, हुँदैन, सन्धि सर्पन हानिनोक्सानी हुने भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ दिनभित्र सबुत प्रमाणसहित नगरपालिकामा उजुर गर्न सुचित गरिन्छ। अन्यथा कानुन बमोजिम नक्सापास भै जाने व्यहोरा सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि अनुरोध छ।

१. निर्माण निमित्त प्रस्तावित जग्गाको चार किल्लाको विवरण
पुर्व: भवानी प्रसाद जोशी पश्चिम: केशु धानुक
उत्तर: सडक दक्षिण: सडक

धनगढी उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, धनगढी, कैलाली

जरुरी टेलिफोनके प्रायोजक:
हमार यहाँ बोइलर मुर्गीनके मासु सुपथ मोलमे मिलठ। सेवा कर्ना मौका अवश्य देहबी।
नोट : भोजविहा, व्रतवन्धके लाग होम डेलिभरीके सुविधा बा।
प्रो.रमेश चौधरी
केभी मासु पसल
बैयाबेहडी चौक, धनगढी कैलाली शारद उमावि लग्गे
मो. ९८११६३५६८०

एक्बुलेन्स नम्बर
९८२४६८९६१७, ९८५८४२७०१८, ९८१४६०८०५६, ९८१४६८०००६८,९८१४६६०२८५

प्रहरी
अञ्चल प्रहरी कार्यालय ०९१- ५२१३०१
जिल्ला प्रहरी कार्यालय ०९१-५२११५०,१००
वडा प्रहरी कार्यालय ०९१-५२१२९९,११०
ईप्रका अत्तरीया ०९१-५५०१२२
त्रिनगर प्रहरी चौकी ०९१-५२११८३
जिल्ला प्रहरी कार्यालय ०९१-५२११५३
ईप्रका मसुरिया ०९१-४०२०१४
ईप्रका चौमाला ०९१-६९२५७१
ईप्रका लम्की ०९१-५४०१९९
ईप्रका भजनी ०९१-५८०१९९
ईप्रका सुख्खड ०९१-५२९१६६
ईप्रका मालाखेती ०९१-५५०१२२
ईप्रका फल्टुरे ०९१-६९०३३०
ईप्रका हसुलिया ०९१-५२९१४५
ईप्रका पाण्डौन ९७४९०१४९०५
सिमा प्रहरी चौकी बहुलिया ०९१-५२९२०६
ईप्रका टीकापुर०९१-५६०१९९
स.प्र.वल सिमासुरक्षा धनगढी ५२६९२८

बैक
नेपाल राष्ट्र बैक ०९१-२१३२२
नवजिवन बैक ०९१-५२३६५३
कृषि विकास बैक ०९१-५२९२३५
मालिका विकास बैक०९१-५२३७३८
बैक अफ काठमाण्डौ ०९१-५२३३८६
बैक अफ एसिया ०९१-५२५६५०
नेपाल बग्लादेश बैक ०९१-५२१७८५
सिटिजन बैक ०९१-५२७४८५
कुमारी बैक ०९१-५२६०३८
सनराईज बैक ०९१-५२४८५०
नेपाल ईन्भेसमेन्ट बैक०९१-५२३७०६
एनएमबी बैंक लि.०९१-५२१२१६

सरकारी कार्यालय
जिल्ला प्रशासन .०९१-५२११०१
जिल्ला विकास .०९१-५३२५६०
नगरपालीका .०९१-५२१४२९
मालपोत.०९१-५२१२०१, नापी शाखा.०९१-५६०४०२
कृषि विकास .०९१-५२२२५५, भूमि सुधार.०९१-५२१२२४
जिल्ला हुलाक.०९१-५२११५२, नेपाल बाल संगठन: ५२३६६५

अस्पताल
सेती अञ्चल.०९१-५२१२७१
नवजिवन ०९१- ५२१२३३/५२१७३३
विजय मेडिकल हल धनगढी ०९१-५२३४३५
पद्मा धनगढी ०९१-५५०३५५
सेवा नर्सिङ होम अत्तरीया ०९१-५५०७९७
एम्बुलेन्स मसुरिया ९७४९०१८०८१
घोडाघोडी अस्पताल सुखड०९१-६९४७०७
टीकापुर अस्पताल ०९१-५६०१५०
दमकल १०१
नेपाल रेडक्रस सोसाईटी ०९१-५२१३३३
कैलाली उ.बा.संघ ५२१२३७, ५२३९७१
एम्बुलेन्स : ५२१६००
सामुदायिक एम्बुलेन्स सेवा टीकापुर ९८४८५५७५४०
विद्युत : ५२११४५
दिनेश मेटल ०९१-५२१३९२

होटल
डिभोटी ०९१-५२३९१८/५२५९३१
जगदम्बा०९१-५२३५९०, बिद्या०९१-५२३२७३
तरुण ०९१-५२४६९३, सनलाईट०९१-५२१५३६
वर्ल्ड लिंक धनगढी :५२०१५१
ज्ञानुप्लाजा०९१-५२२८३०/५२७१९०
नेपाल पत्रकार महासंघ :५२७१२२

शैक्षिक संस्था
कैलाली बहुमुखी क्याम्पस ०९१-५२१२२३
सुदूरपश्चिमाञ्चल क्याम्पस ०९१-५२३१९२
ऐश्वर्य बहुमुखी क्याम्पस ०९१-५२१०७९

राजनैतिक पार्टी
नेपाली कांग्रेस कार्यालय : ५२४११५
नेकपा (एमाले) कार्यालय : ५२१०१०
बसपार्क काउण्टर धनगढी : ०९१-५२१२५२

एफ.एम
दिनेश एफ एम ९३.८ मेगाहर्ज धनगढी: ०९१-५२६७०१

मतदातासँग सुझाव मग्टी कैलाली-३ के काँग्रेस उम्मेदवार भीम बड़ूवाल

पहुरा समाचारदाता

सुखड, २१ माघ । आगामी फागुन २१ गते हुइना प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनके लाग कैलाली निर्वाचन क्षेत्र नम्बर-३ से नेपाली काँग्रेसके ओरसे उम्मेदवारी डेहल भीम बड़ूवाल मतदातासँग सुझाव सक्तलन करे लागल बटै । उहाँ यकर लाग एक डिजिटल प्लेटफर्म सार्वजनिक कैटी सुझाव सक्तलनके प्रक्रिया सुरु करल हुइट ।

कैलाली निर्वाचन क्षेत्र नम्बर-३ तथा समग्र क्षेत्रके नागरिकके आवाज नीति निर्माण तहसम पुगैना उद्देश्यसे सुझाव सक्तलन सुरु करल बड़ूवाल बटैलै । "यहाँके सक्कु बासिन्दाके मत संसदमे सुनजाए कना सुनिश्चित करे परल," उहाँ कहलै, "ओकर लाग मै प्रविधिके प्रयोग कैटी सुझाव सक्तलनके अभियान सुरु करल हुइटु ।"

नागरिकहे विकास निर्माणके नीति तहसम प्रत्यक्ष रूपमे जोर्ना लक्ष्यसहित इ अभियान सुरु करल प्रतिनिधिसभा सदस्य उम्मेदवार बड़ूवाल स्पष्ट परलै । इ क्षेत्रके जनताके आवाज अपने प्रतिनिधिसभामे सशक्त रूपमे उठैना प्रतिबद्धता समेत उहाँ व्यक्त करलै । "भोटसे सरकार बनठ, मने समृद्ध समाज बनाइक लाग नागरिकके सुझाव ओ सक्रिय सहभागिता अपरिहार्य रहठ," बड़ूवाल कहलै । दीर्घकालीन विकास, सुशासन तथा भुइँ तहके आवाज नै आपन आगामी नीति निर्माणके आधार रहना

प्रतिनिधिसभा सदस्य उम्मेदवार बड़ूवाल उल्लेख करलै । कैलाली निर्वाचन क्षेत्र नम्बर-३ के प्रत्येक नागरिकके आवाज अपने बने सेक्ना दाबी कैटी बड़ूवाल देशभरसे समेत सुझावके अपेक्षा करल बटैले बटै । "ओहमेमारे मै सुझाव सक्तलनके प्रक्रिया आघे बह्रैले बटु, मै देश तथा विदेशसे समेत सुझाव चाहल बटु," उहाँ कहलै ।

मत मगुइयनसे बसोबासके माग आरक्ष पीडित

पहुरा समाचारदाता

कञ्चनपुर, २१ माघ । आसन्न प्रतिनिधि सभा सदस्य निर्वाचनमे शुक्लाफाँटा वन्यजन्तु आरक्ष (हाल राष्ट्रिय निकुञ्ज) विस्थापितसे मत नैडर्ना मनसाय बनैले बटै । झन्डै चार सय परिवारके आठ सयसे ढेर निकुञ्ज विस्थापित आंशिक मागसमेत पूरा नैकरल ओरसे उम्मेदवारहे मत नैडर्ना बटाइल हुइट ।

अस्थायी टहरा बनाके महेन्द्रनगरस्थित जडीबुटीके सार्वजनिक भूमिमे बसोबास कैटी आइल आरक्ष पीडित अस्थायी शिविर बसोबासके लाग कागज बनाडेना आग्रह कैटी आइल बटै । नियमित रूपमे दलके प्रतिनिधि तथा उम्मेदवारसँग भेटघाट कैटी अस्थायी शिविर बसोबासके व्यवस्था मिलौना आग्रह करटी रहल निकुञ्ज पीडित बटैठै । आरक्षपीडित जिल्ला सङ्घर्ष समितिके संयोजक जयबहादुर रोकाया आगामी प्रतिनिधि सभा निर्वाचनपूर्व नै अपनेहुक्रे अस्थायी बसोबासके व्यवस्था मिलैना दलके प्रतिनिधिसँग भेटघाट कैटी छलफल करल बटैलै ।

हाल बसोबास कैटी आइल जडीबुटीके जमिनमे खानेपानी, शौचालयलगायतके आधारभूत आवश्यकतासमेत पूर्ति कैना समस्या हुइलपाछे आगामी निर्वाचनपूर्व नै अस्थायी बसोबासके व्यवस्था मिलाडेहक लाग दलके प्रतिनिधिसँग आग्रह करल उहाँ बटैलै ।

कृष्णपुर नगरपालिका-१ स्थित जयशक्तर सामुदायिक वन कञ्जकलीमे अस्थायी शिविर बसोबासके लाग प्रशासनसे कागज बनाके मग्ना अनुरोध करल उहाँ बटैलै । उहाँ कहलै, "विगतके आयोगसे प्रस्तावित करल स्थानमे पुगाइ पर्ना आपन माग हो । पुगाइ नैसेकलमे मत नैडर्ना ओ निर्वाचन फेन बहिष्कार कैना मनसाय बनैले बटी ।"

आरक्षपीडित शेरबहादुर चुनारा निर्वाचन क्षेत्र-२ मे अपने विगतके निर्वाचनमे मत डर्टी आइल बटैलै । विगतके झुटा आश्वासन किल डेके सांसदके कारण हाल कौनो व्यवस्था नैमिलाइबर इ जडीबुटीके जमिनमे कष्टकर जीवनयापन करे परल उहाँ गुनासो करलै ।

आगामी निर्वाचनमे भर आपन अस्थायी शिविर बसोबासके व्यवस्था मिलुइया तथा निर्वाचित हुइलपाछे जमिन उपलब्ध करुइया उम्मेदवारहे किल मत डर्ना उहाँ बटैलै ।

कञ्चनपुरमे पाँच हजार किशोरीहे 'एचपिभी' खोप

पहुरा समाचारदाता

कञ्चनपुर, २१ माघ । पाठेघरके मुहके क्यान्सर (सर्भाइकल क्यान्सर) रोकथामके लाग कञ्चनपुरमे आगामी माघ २७ गतेसे फागुन १ गतेसम 'एचपिभी' खोप अभियान सञ्चालन कैना हुइल बा ।

स्वास्थ्य कार्यालयसे जिल्लाके पाँच हजार ५०० छात्रा तथा किशोरीहे खोप लगैना लक्ष्य राखल बा । स्वास्थ्य कार्यालयके कोल्डचेन अधिकृत जनकबहादुर कुवँरके अनुसार इ बरसके अभियानमे कक्षा ६ मे पह्रटी आइल छात्रा ओ विद्यालय बाहर रहल १० बरस उमेरके किसोरीहे खोप लगैना तयारी करल बा । गैल बरसके अभियानमे खोप लगैना छुटल कक्षा ७ से १० सम अध्ययनरत छात्रा ओ विद्यालय बाहर रहल ११ से १४ बरस उमेरके किशोरीहे खोप लगाजैना स्वास्थ्य कार्यालयरके कोल्डचेन अधिकृत कुवँर बटैलै ।

'प्रत्येक विद्यालयमे खोप केन्द्र निर्धारण कैके कार्यक्रम सञ्चालन कैना तयारी करले बटी', अधिकृत कुवँर कहलै, 'विद्यालयमे खोप लगैना छुटल वा विद्यालय बाहर रहल किशोरीके लाग फागुन १ गते लग्गेक स्वास्थ्य संस्थामे खोप लगैना व्यवस्था मिलाइल बा ।'

विश्व स्वास्थ्य संगठनके तथ्यांकअनुसार पाठेघरके मुहके क्यान्सर महिलामे हुइना क्यान्सरमध्ये सबसे उच्च जोखिमयुक्त मानजाइठ् । नेपालमे फेन महिलामे हुइना क्यान्सरमध्ये इ पहिल स्थानमे रहल ओ यकर मुख्य कारण 'ह्युमन प्यापिलोमा भाइरस' (एचपिभी) रहल अध्ययनसे डेखैले बा ।

स्वास्थ्य अधिकारीके अनुसार यौन सम्पर्क हुइनासे पूर्व किशोरी अवस्थामे इ खोप लगैना क्यान्सर रोकथामके लाग सबसे प्रभावकारी उपाय हो । सुरुवाती चरणमे खासे लक्षण नैडेखजैना इ रोगसे बच्न खोपके साथे ३० बरस पूरा हुइल महिला नियमित रूपमे पाठेघरके मुहके जाँच (स्क्रिनिङ) कराइ पर्ना चिकित्सकके सुझाव रहल बा ।

गर्मी महिना सुरु हुइलसंगे मच्छर, साप, किराकाटीनके डर रहठ टबमारे सवधानी अपनाई ।

संधियारको नाममा जारी १५ दिने सूचना

यस उपमहानगरपालिकाको वडा नम्बर १ शिवनगर स्थित कित्ता नं. २७७ क्षेत्रफल ७६० वर्गमिटरमा भवन निर्माण गर्ने घरधनी श्री हिरादेवी विष्टले यस उमनपामा पेश गरेको नक्सा बमोजिमको भवन निर्माण गर्न संधियारको नाममा सूचना प्रकाशित गरिएको छ । निवेदन साथ पेश हुन आएको प्रमाण र नक्साको आधारमा निर्माण स्वीकृति दिँदा तपाईको जग्गाको हानिनोक्सानी हुन्छ, हुँदैन, सन्धि सर्पन हानिनोक्सानी हुने भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ दिनभित्र सबुत प्रमाणसहित नगरपालिकामा उजुर गर्न सुचित गरिन्छ । अन्यथा कानून बमोजिम नक्सापास भै जाने व्यहोरा सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि अनुरोध छ ।

१. निर्माण निमित्त प्रस्तावित जग्गाको चार किल्लाको विवरण

पुर्व: नरेन्द्र भण्डारी	पश्चिम: विपना सिंह
उत्तर: सडक	दक्षिण: सडक

धनगढी उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, धनगढी, कैलाली

श्रम तथा रोजगार कार्यालयको जनहितमा जारी सन्देश

- श्रम तथा रोजगार कार्यालयको जनहितमा जारी सन्देश
- रोजगार सम्झौता गरेर मात्रै काममा लागौं र लगाऔं ।
- औपचारिक तथा अनौपचारिक क्षेत्रका सम्पूर्ण श्रमिकको न्यूनतम ज्याला रु. १९,५५०।- अनिवार्य रुपमा कायम गरौं/गराऔं ।
- समान कामको समान ज्याला लैंगिक आधारमा पारिश्रमिकमा विभेद गर्नु कानूनी अपराध हो ।
- कार्य स्थलमा श्रमिकलाई सुरक्षाका उपकरणहरू उपलब्ध गराई काममा लगाऔं, लैंगिक हिंसाको अत्य गरौं ।
- बालश्रम कानूनी रुपमा दण्डनिय अपराध हो । बालश्रम नगरौं/नगराऔं ।
- श्रम अडिट प्रत्येक वर्षको पौष मसान्तभित्र अनिवार्य रुपमा पेश गर्नु/गराउनु उद्योग/प्रतिष्ठानको कर्तव्य हो अन्यथा नियमानुसार कारवाही गरिने छ ।
- असल श्रम सम्बन्धको आधार सामाजिक सुरक्षा र रोजगार औद्योगिक दुर्घटना न्यूनीकरण गरौ व्यवसायजन्य रोग लाग्नबाट बचौं ।
- श्रम ऐन, २०६४ र नियमावली, २०७५ को पूर्णरुपमा कार्यान्वयन गरौं ।
- वैदेशिक रोजगारीमा जाँदा अनिवार्यरुपमा श्रम स्वीकृति गरेर जाऔं ।

श्रम तथा रोजगार कार्यालय
धनगढी, कैलाली

सुख्खा खोकीहे बेवास्ता नकरी, रोगके संकेट हुई सेकी

स्वास्थ्य जीवन शैली

ढेर चो हम्रहिनहे सुख्खा खोकीके समस्या हुइना करठ । यम्ने रुघा, मर्की वा कफ नैहुइठ, केवल खोकी केल्ह लागठ । घँचामे लगातार खसखस हुइना, बठैना वा खोकीके कारण रातके बारम्बार निन्द टुट्न, यी सक्कु सुख्खा खोकीके लक्षण हुइट ।

मनैनहुक्रे अक्सर यिहीहे सामान्य ठानके बेवास्ता करठै । मने, यदि सुख्खा खोकी नम्मा समयसम रहल कलेसे यी कौनो भित्री स्वास्थ्य समस्याके सक्तेत हुई सेकठ । यद्यपि, समयमे उपचार ओ सही हेरचाहहे यिहीहे ठिक पारे सेक्जाइठ । आई, आजके यी जानकारीमे हम्रे यी बारे विस्तारमे बाट कैबी । साथे जन्बी, सुख्खा खोकी काह् लागठ ? यकर लक्षण का-का हुइट ? कौन अवस्थामे डाक्टरहे डेखैना जरुरी रहठ ?

सुख्खा खोकी का हो ?

यी यैसिन खोकी हो, जेम्ने कफ (खकार) नैबनठ । यम्ने घाँटी वा श्वासप्रश्वास नलीमे जलन, चिलैना वा घोचल जैसिन महसुस हुइठ । यिहीहे बारम्बार खोकी लग्ना इच्छा हुइठ ।

यी सामान्यतया एलर्जी, भाइरल सङ्क्रमणपाछे दम, एसिड रिफलक्स, प्रदूषण वा हावामे हुइना सुख्खापनके कारण हुइठ । सुख्खा खोकी अक्सर रात वा ओछ्यानमे पल्टेबेर बह्रना करठ । साथे हाँसेबेर, बोलेबेर ओ जुरार हावाके सम्पर्कमे आईबेरफे यी च्याप्न करठ । जब घाँटी वा श्वास नलीमे जलन, सुख्खापन वा सुवैना हुइठ तब सुख्खा खोकी लागठ । यी शरीरभिटर हुइना एक मेरिक रिफलेक्स प्रक्रिया हो, जिहीसे शरीर घँचाके इरिटेसन (असजिलोपन) सफा कैना प्रयास करठ । यकर पाछे ढेर कारण हुई सेकठ । यिहीहे तरेक लक्षणसे बुझी-

सुख्खा खोकीके लक्षण

घँचामे लगातार खसखस हुइना
कफ नैअइना खोकी
घँचा थुनल जस्टे हुइना
छातीमे जलन
सास फेर्न गाह्रो हुइना
घेचासे घ्यार-घ्यार आवाज अइना
आवाजमे भारीपन
रात खोकी बह्रना
बोलेबेर/हाँसेबेर खोकी लग्ना

रात सुख्खा खोकी काहे बह्रठ ?

यकर सबसे भारी कारण शरीरके अवस्था हो । जब हम्रे सुठी वा पल्टठी, घँचा ओ श्वास नलीमे जम्मा हुइल इरिटेसन सफा हुई नैपाइठ, जिहीसे खोकीके रिफलेक्स ढेर सक्रिय बनाइठ । यीबाहेक रात 'एसिड रिफलक्स' के समस्याफे बह्रठ । पेटके एसिड उप्पर आके घँचाहे पोल्न वा असजिल बनैना करठ, जिहीसे खोकी तीव्र हुईठ ।

रातिके हावा प्रायः जुरार ओ सुख्खा हुइठ, जिहसले घाँटीहे थप सुख्खा बनाइठ । साथे सुत्न बेला थुक कम बनठ जिहिसे घेचा आउर सुख्खा हुइठ । यिहे कारणसे रात सुख्खा खोकीसे सताइठ ।

सुख्खा खोकी पत्ता लगाउन के डाक्टरसे कौनो मेडिकल टेस्टफे करठै ?

हो, यदि सुख्खा खोकी नम्मा समयसम रैहगिल वा बारम्बार हुइल कलेसे डाक्टरसे यकर कारण बुझ्न कुछ मेडिकल जाँच करैठै ।

रगत जाँच : सङ्क्रमण वा एलर्जी पत्ता लगैना ।

छातीके एक्स-रे : फोक्साके सङ्क्रमण वा अन्य कौनो समस्या पत्ता लगैना ।

स्पाइरोमेट्री टेस्ट : दम वा श्वासप्रश्वाससँग सम्बन्धित अन्य रोग पत्ता लगैना ।

एलर्जी टेस्टः एलर्जीके कारण पत्ता लगैना ।

इन्डोस्कोपी वा पीएच टेस्टः एसिड रिफलक्सके अवस्था जाँच कैना॥

यी परीक्षणसे डाक्टर सही कारण पत्ता लगैठै ओ ओक्रे आधारमे उपचार करठै ।

सुख्खा खोकीके उपचार का हो ?

सुख्खा खोकीके उपचार यकर कारणमे निर्भर करठ । टबमारे पहिले यी जान्न जरुरी बा कि खोकी एलर्जीले हो, सङ्क्रमणले, एसिड रिफलक्सले वा अन्य कौनो कारणले ।

यदि कारण एलर्जी वा प्रदूषण हो कलेसे एन्टी-एलर्जिक औषधि डेजाइठ । साथे खोकी बह्रैना बाटसे बच्न सुझाव डेजाइठ । यदि भाइरल सङ्क्रमणपाछ्फे सुख्खा खोकी रहल कलेसे घँचाके जलन कम कैना औषधि डेजाइठ ।

यदि कारण एसिड रिफलक्स हो कलेसे एसिड कम कैना औषधि डेजाइठ । साथै खानपानमे परिवर्तन कैना जरुरी रहठ । दम वा श्वासप्रश्वासके रोगमे इन्हेलर वा विशेष औषधि डेजाइठ ।

कुछ मामिलामे सुख्खा खोकी अपनही निक हुई सेकठ । विशेष करके जब यकर कारण भाइरल सङ्क्रमण, मौसम परिवर्तन वा सामान्य एलर्जी हो । यैसिन मामिलामे घँचाके जलन कम हुइटीकी खोकी बिस्तारै निक हुइठ ।

घरेलु उपायफे प्रभावकारी हुई सेकठ ?

हो, सामान्य ओ सुरुवाती सुख्खा खोकीमे घरेलु उपायसे ढेर हदसम्म राहत डेहे सेकठ । यिहीसे घँचाके जलन कम करठ ओ सुख्खापन हटाइठ । यिहीहे तरेक उपाय बुझीः

सुख्खा खोकीके घरेलु उपचार

मह ओ मरिचः महमे मरिचके धुर मिलाई ओ दिनमे २-३ चो सेवन करी ।

अदुवाः अदुवाके टुक्रा चबाई वा १-२ चो अदुवाके चिया पिई ।

नोन पानीले कुल्ला : मनतातुल पानीमे नोन मिलाई ओ दिनमे १-२ चो कुल्ला करी ।

मनतातुल पानी : जुर पानीके सट्टा मनतातुल पानी केल्ह पिई ।

बाफ : दिनमे १-२ चो तातुल पानीके बाफ लि ।

बेसार-दूध : रात सुत्नआघे मनतातुल दूधमे बेसार दारके पिई ।

कैसिन अवस्थामे डाक्टरहे डेखैना जरुरी बा ?

कुछ अवस्थामे सुख्खा खोकीहे बिलकुले बेवास्ता करे नैपरठ । यदि तरे डेहल लक्षणमध्ये कौनोफे डेख्लेसे तुरुन्त डाक्टरसँग सम्पर्क करीः

जब खोकी २ हप्तासे ढेर समयसम रहि ।
जब सास फेर्न गाह्रो महसुस हुई ।
जब छातीमे दुखाइ हुई ।
जब लगातार उच्च जुरी आई ।
जब खोखेबेर रगत आई ।
जब लगातार घ्यार-घ्यार आवाज आई ।
जब बिना कारण अचानक तौल घटे लागी । जब ढेर थकान ओ कमजोरी महसुस हुई । यी लक्षणसे खोकी कौनो दुसर गम्भीर स्वास्थ्य समस्यासँग जोरल हुई सेक्ना सक्तेत करठ । टबमारे समयमे जाँच ओ उपचार ढेर जरुरी बा ।

नम्मा समयसम खोकी लग्टी रहल कलेसे घँचाके नसा आउर ढेर संवेदनशील रहठ, जिहीसे खोकी आउर बढाई सेकठ । यिहीसे निन्द पूरा नैहुइठ, शरीरमे थकान ओ चिडचिडापन बह्रठ । नम्मा समयसम खोखी रहेबेर छाती ओ पेटके मांसपेशीमे दुखाइफे हुई सेकठ ।

यदि खोकी कौनो भित्री रोग (जस्टे दम, क्षयरोग/टीबी, एलर्जी, एसिड रिफलक्स वा फोक्सोके समस्या) के कारणले हो ओ ओकर उपचार नैकरलेसे भर उ रोगले गम्भीर रूप लेहे सेकठ । सुख्खा खोकी एक ठो लक्षण केल्ह हो । यिहीहे बेवास्ता करेबेर असली रोग नुक्टी रहठ, जे पाछे जाके भारी समस्या बने सेकठ ।

पेट, छाती, मुटु तथा थाईराईड विभाग

उपचार हुने रोगहरू

- उच्च रक्तचाप, दम तथा मुटु रोगको उपचार
- सुगर (मधुमेह), थाईराईड रोगको उपचार तथा परामर्श
- मिर्गी रोग, प्यारालाइसिस (पक्षघात) तथा अन्य नशा सम्बन्धी रोगको उपचार
- छाती दुख्ने, पेट दुख्ने समस्याको उपचार
- ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने तथा पुरानो जटिल रोगको उपचार तथा परामर्श
- सिकल सेलरोग तथा अन्य रगत कम (Anemia) को उपचार तथा परामर्श

डा. सुमन चौधरी
MBBS, MD (KU)
NMC No. 15308
कन्सल्टेन्ट फिजिसियन

२४ सै घण्टा आकस्मिक उपचार

ओ.पि.डी. सेवा प्रत्येक दिन (बिहान ९ देखि साँझ ५ बजेसम्म

धनगढी
संजिवनी अस्पताल प्रा. लि.

(राष्ट्र बैंक चौक, धनगढी-५) सम्पर्क नं. ०९१-५९०३२८, ९७६४२१२७२७, ९७६९९३२१०५

कटान रोक्ना वृहत परियोजना आघे बढ़ैबु : नेता आले

पहुरा समाचारदाता

धनगढी, २१ माघ । नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी नेता तथा कैलाली क्षेत्र नं. ५ के उम्मेदवार प्रेमबहादुर आले मोहना ओ खुटिया लडियाके कटान रोक्ना वृहत परियोजना आघे बढ़ैना प्रतिवद्धता व्यक्त करले बटै ।

आसन्न फागुन २१ गतेके प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनके लाग चुनावी अभियानहे तीब्र बनाइल आले मंगरके धनगढी उपमहानगरपालिका–२ मे जनभेटघाटमे बोल्टी ओइसीन बटाइल हुइट ।

उहाँ कहलै, 'क्षेत्र नं. ५ भर नै मोहना ओ खुटिया लडियाके कटानके समस्या बा । इ डुनु लडियासे तीब्ररुपमे कटान हुइटी रहल बा । इ लडियाके कटान ओ दुबान रोक्ना कम बजेटसे नैहुइ । इहीहे परियोजनाके रुपमे आघे बह्राइ परी ।'

पूर्वमन्त्रीसमेत रहल आले कहलै, 'लडिया कटान रोक्ना वृहतरुपमे लैजाइ पर्ना आजके आवश्यकता हो । यहाँके जनताके फेन माग रहल बा । इहीहे वृहत परियोजना लागू हुइना मेरके आघे बढ़ैबु ।'

उहाँ बिगतमे डोटीसे तीनचो निर्वाचन जिटेबर जनतासँगके सम्बन्धहे नैटुटाइल, सम्बन्ध मजा बनाइल ओ आगामी दिनमे फेन जनतासँग रहना प्रतिवद्धता जनैलै ।

उहाँ बिगतमे आपन करल विकास निर्माणके काम आभिन हेरे सेकजैना बटैटी एकदम जनताके हितमे काम कैना बटैलै ।

उहाँ जन भेटघाटमे जनताके अपार माया पैटी रहल बटैटी आसन्न निर्वाचनमे कैलाली क्षेत्र नं. ५ के जनता आपनहे साथ डेना विश्वास व्यक्त करलै । आले कैलाली क्षेत्र नं. ५ मे आपन चुनावी गतिविधिहे तीब्र बनैले बटै । अब्बे उहाँ घरदैलोके कार्यक्रममे बटै ।

डोटीसे २०७० सालके संविधान सभा, ०७४ सालके प्रतिनिधि सभा सदस्य ओ २०७९ सालके प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनमे जिटल आले आसन्न फागुन २१ गते हुइना प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनके लाग कैलाली–५ से उम्मेदवार बनल बटै ।

क्रिकेट मैदान शिलान्यास

पहुरा समाचारदाता

धनगढी, २१ माघ । कैलालीके धनगढीमे निजीक्षेत्रसे क्रिकेट मैदान निर्माणके थालनी करल बा । धनगढी उपमहानगरपालिका–३ फाप्ला मैदान लग्गे ५ बिगाह क्षेत्रफलमे क्रिकेट मैदान निर्माणके लाग शिलान्यास करल हो । फाप्ला खेलग्रामके अध्यक्षसमेत रहल सुवाश शाही ओ मोहन साउँदके लगानीमे क्रिकेट मैदानसहित पार्क निर्माणके शिलान्यास करल हो ।

शाहीके अनुसार मैदानमे ६ पिच बनाजैना बा । 'क्रिकेट मैदान अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डअनसार नै ६५ से ७५ मिटरसमके बाउन्ड्री रहना बा,' शाही कहलै । पर्खाल निर्माणसे मैदान मिलैना समके काम सम्पन्न होसेकलमे सोम्मारसे पिच निर्माणके काम सुरु करल शाही बटैलै । रुपन्देहीमे एक्स्ट्राटेक ओभल क्रिकेट मैदान तयार करल क्युरेटर माधव पाठक पिच निर्माण करटी रहल बटै ।

'फाप्ला अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट रंगशाला तथा खेल ग्रामके डीपीआर ओ इआइए स्वीकृत होसेकल बा,' शाही कहलै, 'जिहीसे रंगशाला निर्माण ओ पूर्वाधार विकास कार्यान्वयनके डगरा स्पष्ट बनाइल बा । ओस्टके अभियानहे बलगर आधार डेहक लाग धनगढी ओभलके शिलान्यास करले बटी ।' शाहीक अनुसार धनगढी ओभलमे चरणबद्ध रुपमे पूर्वाधार विकास करजैना बा । 'इ केवल मैदान निर्माण किल नैहो, इ ग्रासरुट सशक्तिकरण तथा खेल पर्यटन प्रवर्द्धनके लाग फेन हो,' शाही कहलै, 'आर्थिक गतिविधि विस्तार ओ सुदूरपश्चिमके खेल पहिचानहे राष्ट्रिय गौरवमे रूपान्तरण कैना साझा अभियान फेन हो ।'

'पहिल चरणमे पिच निर्माण, इरिगेसन ओ ड्रेनेज प्रणाली जडानके काम हुइटी रहल बा । डोसर चरणमे पवेलियन, चेन्जिङ रुम तथा नेट अभ्यास कैना ठाउँ तयार करजैना बा,' शाही कहलै, 'टेसर चरणमे प्यारापिट निर्माण ओ ˆ लड लाइट जडानके काम सँगे मैदानके बाहरपट्टीके भागमे फुड कर्नरसे अन्य व्यवसायिक स्टल फेन तयार करजैना बा ।' क्रिकेटके पूर्वखेलाडीसमेत रहल शाही क्रिकेट विकासके अभियान्ताके रूपमे परिचित बटै । उहाँ धनगढीमे टमान प्रकारके क्रिकेट प्रतियोगिता सञ्चालन कैटी आइल बटै ।

धनगढीमे प्रादेशिक ललितकला प्रर्दशनी हुइना

पहुरा समाचारदाता

धनगढी, २१ माघ । धनगढीमे आज बिफेक रोजसे प्रादेशिक ललितकला प्रदर्शनी २०८२ हुइना हुइल बा ।

नेपाल ललितकला प्रज्ञा प्रतिष्ठानके आयोजना ओ थारु कल्याणकारिणी सभा कञ्चनपुरके आयोजनामे इहे माघ २२ गतेसे २६ गतेसम उ प्रर्दशनी हुइना जनाइल बा । धनगढी स्थित कैलाली बहुमुखी क्याम्पसके सभाहलमे हुइना प्रर्दशनीबारे बुधके रोज पत्रकार सम्मेलन मार्फत जानकारी कराइल हो ।

नेपाल ललितकला प्रज्ञा प्रतिष्ठानके वास्तुकला तथा लोककला विभाग प्रमुख एवं सुदूरपश्चिम प्रदेश समन्वय समिति संयोजक प्रदीप अधिकारी प्रर्दशनीबारे जानकारी कराइल रहिट ।

विभाग प्रमुख अधिकारी प्रदर्शनीमे नेपाली चित्रकला, मूर्तिकला, लोककला, हस्तकला, वास्तुकला तथा अन्य सिर्जनात्मक बहुआयामिक लगायत विविध विधा–उपविधागत कला प्रदर्शनी हुइना जानकारी डेलै ।

थारु कल्याणकारिणी सभा कञ्चनपुरके सभापति सानु चौधरी प्रदर्शनीसे लोककला पुस्तान्तरणमे महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ना बटैली । प्रदर्शनीमे कार्यशाला फेन हुइना उहाँ बटैली । कार्यशालासे कला सिखुइया विद्यार्थीनमे निखार अइनाके साथे प्रदर्शनीसे कला सहित कलाके विविध विधामे लग्ना प्रेरित कैना आयोजक जनैले बावै ।

चिसो मौसममा हुने स्वास्थ्य समस्याबाट बचौं।

- जाडो मौसममा शितलहर, हिमपात, हुस्सु तथा कुहिरो लाग्न सक्ने हुँदा अत्यधिक चिसो हुन सक्छ।
- चिसोको कारण प्रदूषण बढ्ने गर्छ।
- चिसो तथा प्रदूषणको कारण रुघा, खोकी, ज्वरो, सास फेर्न गाह्रो हुने तथा दम बढ्ने समस्या हुन सक्छ।
- चिसो तथा प्रदूषणले मुटु, फोक्सो, मस्तिष्कलगायतका अङ्गमा गम्भीर असर पुग्न सक्छ।
- बालबालिका, बृद्धबृद्धा, गर्भवती महिला तथा दमका बिरामीलाई गम्भीर असर पार्न सक्ने हुँदा धुलो, धुँवा तथा चिसोबाट बचौं र बचाऔं।
- सकेसम्म घरभित्रै बसौं, निस्कनैपर्ने भए न्यानो कपडा लगाएरमात्र निस्कौं।

कुनै समस्या परे चिकित्सकसंग परामर्श गरौं।

कैलारी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
हसुलिया, कैलाली

ग्राहक वर्गहरूमा खुशीको खबर !

हाम्रो यहाँ सबै कम्पनीका रि–कण्डिसन मोटरसाइकलहरू पाइनुका साथै मर्मत पनि गरिन्छ र सबै कम्पनीका हेलमेट र पार्टसहरू थोक तथा खुद्रा मूल्यमा पाईन्छ ।

कुनै पनि मोटरसाइकल नगद खरिद गरेमा आकर्षक उपहारको व्यवस्था रहेको जानकारी गराउँदछौं ।

संजय अटो सेल्स एण्ड रि–कण्डिसन
धनगढी–४, उत्तरबेहडी (चटकपुर शहिद गेट भन्दा दुईसय मिटर पूर्व)
फोन न. ०९१४१०१०५, सुजित मो. ९८५८४२३९१२, सुनिल मो. ९८६७९३५२१, महेश मो. ९८१३१३१०२९

चिसो मौसममा हुने स्वास्थ्य समस्याबाट बचौं।

जाडो तथा चिसोको समयमा:

- मौसमी रुघाखोकी, भाईरल ज्वरो, छातीको समस्या, दम, निमोनिया, झाडापखला, छाला सुख्खा हुने, जोर्नी दुखाइ, पिनास, टन्सिल, हृदयघात लगायतका स्वास्थ्य समस्या देखा पर्न सक्छन् ।
- बालबालिका, बृद्धबृद्धा तथा दीर्घरोगीहरू बढी प्रभावित हुन सक्छन् ।
- चिसो मौसममा बाक्लो र न्यानो कपडा लगाऔं ।
- तातो, पोषिलो र झोलिलो खानेकुरा खाऔं र खुवाऔं ।
- शारीरिक व्यायाम गरौं, धुम्रपान/मद्यपान नगरौं ।
- घर तथा कोठा न्यानो बनाऔं ।
- नियमित घाम ताप्ने गरौं ।

स्वास्थ्यमा समस्या देखिए चिकित्सकको परामर्श लिऔं ।

गौरीगंगा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
चौमाला, कैलाली

सुवर्ण अवसर ! सुवर्ण अवसर !! सुवर्ण अवसर !!!

कैलाली अस्पताल प्रा.लि
Provide Health Related Services

सेवाहरू:
- मधुमेह(सुगर)
- थाइराइड रोग
- पेट,मुटु तथा छातिरोग
- कलेजो रोग
- TB, हेपाटाइटिस रोग
- ब्लडप्रेसर तथा हृदयरोग
- मोटोपना

डा. अकाश राउत
MBBS, MD (TU), Internal Medicine
Senior Consultant Physician
NMC NO. 20304
आउने समय : प्रत्येक दिन (२४सै घण्टा)

डाक्टर आउने समय : प्रत्येक दिन, आकस्मिक सेवा (चिकित्सक) २४ घण्टा

हाम्रा सेवाहरू : *१) २४ घण्टा ईमर्जेन्सी सेवा, फार्मेसी सेवा, अत्याधुनिक प्याथोलोजी, रंगीन इण्डोस्कोपी, डिजिटल एक्सरे, रंगीन भिडियो एक्सरे, अत्याधुनिक अप्रेसन थियटरबाट सेवा, वातानुकुलीन एम्बुलेन्स, वातानुकुलीन क्याविन । २) स्त्री रोग तथा प्रसुती सम्बन्धी सेवा (बाँझोपन, सेतोपानी बग्ने, तल्लो पेट दुख्ने, महिनावारी गड्बडी, पाठेघर खस्ने, पाठेघरको अप्रेशन, गर्भवती तथा सुत्केरी सेवा) । ३) ल्याप्रोस्कोपी तथा जनरल सर्जरी (हाइड्रोसिल, हर्निया, पायल्स, फिस्टुला, स्तनमा गाँठागुठी आउने, शरिरका विभिन्न भागमा गाँठागुठी, घाउ खटिरा, पत्थरी, किड्नीको पत्थरी, प्रोस्टेटको अपरेशन तथा पित्तथैलीको पत्थरी अप्रेशन) । ४) हाड(जोर्नी तथा नशा सम्बन्धी सेवा (हाटखुट्टा बाङ्गो, फ्याक्चर, हाडजोर्नीको दुखाई, कम्मर दुख्ने तथा अत्याधुनिक मेशिनबाट हड्डीको अप्रेशन)छाती, मुटु, कलेजो तथा पेट सम्बन्धी सेवा । ५) यौनरोग, कपाल तथा छाला रोग सम्बन्धी सेवा । ६) मानसिक तथा मनोरोग सेवा । ७) नाक, कान, घाँटी रोग सम्बन्धी सेवा । ८) मुर्छा पर्नु, टाउको दुख्ने जस्ता समस्याहरू, प्यारालाइसिस हातखुट्टा नचल्ने सम्बन्धी सेवा । ९) न्यूरो (नशा रोग) लागुपदार्थ दुर्व्यसनी, कुलत सम्बन्धी, हाटखुट्टा झमझमाउने, छारे रोग । १०) आगोले पोलेको हातखुट्टा बाङ्गिएको र खुँडेको अप्रेशन आदि सेवा ।*

कैलाली अस्पताल प्रा.लि
जिल्ला प्रशासन कार्यालय अगाडि, पशुपति टोल, धनगढी, कैलाली
फोन नं. ०९१–५२४५५५, ५२४६५४, ५२१२४९