

जनकपुर
टुडेको सम्पर्क नं.
९८५४०२६०२५,
९८०१६२६०२६,
०४१-५९११०१
विज्ञापनको लागि मात्र
jtodayad@gmail.com

छिटो र सर्वाधिक बित्री हुने
मधेशको पहिलो 'क' वर्गको राष्ट्रिय दैनिक
जनकपुर टुडे
Janakpur Today Daily
www.ejanakpurtoday.com



वर्ष २५ • अंक १७२ • २०७९ साल मंसिर १ गते विहीबार (17 November, Thursday, 2022) • पृष्ठ ८ • मूल्य रु. ५१-

यादव र ठाकुरको भविष्य जेपी र कापडको हातमा

टुडे समाचारदाता
जनकपुरधाम । मंसिर ४ गते हुने निर्वाचनमा जनता समाजवादी पार्टी (जसपा)का अध्यक्ष उपेन्द्र यादव र लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी (लोसपा)का अध्यक्ष महन्थ ठाकुरको भविष्य अर्का उम्मेदवारहरूको हातमा परेको छ ।
सप्तरी निर्वाचन क्षेत्र नम्बर २ बाट प्रतिनिधिसभा सदस्यका उम्मेदवार उपेन्द्र यादवको भविष्य पाँच दलीय गठबन्धनका उम्मेदवार जयप्रकाश (जेपी) ठाकुरको हातमा पुगेको छ भने महोत्तरी निर्वाचन क्षेत्र नम्बर ३ बाट प्रतिनिधिसभा सदस्यका उम्मेदवार लोसपाका अध्यक्ष महन्थ ठाकुरको भविष्य स्वतन्त्र उम्मेदवार रामआधार कापडको हातमा पुगेको छ ।
सप्तरी निर्वाचन क्षेत्र नम्बर २ मा र महोत्तरी निर्वाचन क्षेत्र नम्बर ३ बाट मधेशका मुद्दा लिएर राजनीति गरिरहेका तीनवटा पार्टीका अध्यक्षहरू चुनावी प्रतिस्पर्धामा छन् ।
सप्तरी २ मा जसपाका अध्यक्ष यादव र जनमत पार्टीका अध्यक्ष सीके राउत चुनावी मैदानमा छन् भने महोत्तरी ३ बाट लोसपाका अध्यक्ष ठाकुर चुनावी मैदानमा छन् ।
हुनत सप्तरी २ मा त्रिपक्षीय प्रतिस्पर्धा देखिए पनि उपेन्द्र यादव संग सिधा प्रतिस्पर्धामा भने जनमत पार्टीका अध्यक्ष राउत रहेका छन् भने पाँच दलीय गठबन्धनका नेता जेपी ठाकुर पनि प्रतिस्पर्धाबाट बाहिर हुन सकेका छैनन् । त्यो क्षेत्रमा अहिले सम्म उपेन्द्र र राउतबीच प्रतिस्पर्धा छन् तर, जेपी ठाकुरको मतले दुबैको भविष्य निर्धारण हुने देखिएको छ ।
जेपीले ५ हजार भन्दा बढी मत ल्याउन

सके भने यादव चुनावमा नोकसानी बेहोरेन देखिन्छ र राउतले बाजीमार्ने सम्भावना बढी हुनेछ । यदि जेपीले ५ हजार भन्दा कम मतमा रह्यो भने राउतलाई यादवले पराजित गर्ने स्थानीयबासीहरूको आकलन छ । तर, जेपी पनि बलिया उम्मेदवार रहेका छन् । उनीपनि जित निकाल्न सक्ने छ तर, दुई दुई पार्टीका अध्यक्ष एकै क्षेत्रबाट चुनाव लडेपछि मतदाताहरू अन्योलमा परेका छन् ।
उपेन्द्र र सीके पार्टीका अध्यक्ष छन् भने जेपीको व्यक्तिगत र राजनीतिक छवि दुबै उम्मेदवार भन्दा कम नदेखिएका कारण उनी पनि अहिले सम्म प्रतिस्पर्धामै रहेको बताइन्छ । तर, अन्त्यमा जेपीलाई मतदाताहरूले छाडेर यी दुबै उम्मेदवारमध्ये एक जनालाई मतदाताहरूले रोज्ने स्थानीयहरूको भनाइ छ ।
उपेन्द्र र सीके पार्टीका अध्यक्ष छन् भने जेपीको व्यक्तिगत र राजनीतिक छवि दुबै उम्मेदवार भन्दा कम नदेखिएका कारण उनी पनि अहिले सम्म प्रतिस्पर्धामै रहेको बताइन्छ । तर, अन्त्यमा जेपीलाई मतदाताहरूले छाडेर यी दुबै उम्मेदवारमध्ये एक जनालाई मतदाताहरूले रोज्ने स्थानीयहरूको भनाइ छ ।
त्यस्तै, अवस्था महोत्तरी निर्वाचन क्षेत्र

नम्बर ३ को पनि छ । त्यहा स्वतन्त्र उम्मेदवार राम आधार कापड निर्णायक बन्ने देखिन्छ । लोसपा अध्यक्ष ठाकुर विरुद्ध चुनावी मैदानमा आएका जसपाका नेता हरिनारायण यादव पनि कापडकै मतमा विश्वास गरेको देखिन्छ । त्यो क्षेत्रमा राम आधारको मतले ठाकुरको जित र हारको निर्णय हुने देखिन्छ । तर, राम आधारप्रति हरिनारायण भन्दा बढी सहानुभूति देखिएको छ । विगतका निर्वाचनहरूमा कापड सामान्य मतले पराजित भएको र यस पटक उनको चुनावी माहोल राम्रो भएको बताइन्छ ।
त्यो क्षेत्रमा बिप्रेको मतलाई ठाकुरले टिक पारेको र उनी निकटकै मतदाताहरू उनलाई मत नदिने अडानमा बुधवार वेलुका सम्म थियो । तर, सबैथोक टिकठाक भइ सकेको ठाकुर निकट स्रोतको दाबी छ । त्यहाँ पनि रामआधारले ५ हजार भन्दा बढी मत ल्याउन सके मात्रै ठाकुरको जित्ने वातावरण बन्ने देखिएको छ । ठाकुर भन्दा बढी त्यस क्षेत्रमा प्रदेश ३ को (क) र (ख)का उम्मेदवार अभिराम शर्मा र रानी शर्माप्रति मतदाताहरूमा बढी आक्रोश देखिएको छ ।
अभिराम र रानी दुबै मधेश प्रदेश सरकारका राज्यमन्त्री हुँदा आफूखुशी योजना बाँडफाँट गरेको र ठाकुर निकटका मतदाताहरूलाई बाइपास गरेको आरोप लगाइएको छ । यही कारणले गत स्थानीय तहको निर्वाचनमा जलेश्वर नगरपालिकाका मेयरमा जसपाका सुरेश साह विजयी भएका थिए । स्रोतका अनुसार ठाकुर निकट मतदाताहरूले सुरेशलाई मतदान गरेपछि उनी विजयी भएका थिए ।

१५ हजार थान नमूना मतपत्रसहित भारतीय नागरिक पक्राउ

टुडे समाचारदाता
वीरगञ्ज । सशस्त्र प्रहरीले एक भारतीय नागरिकलाई प्रतिनिधिसभा तथा प्रदेशसभा सदस्य निर्वाचनसम्बन्धी १५ हजार थान नमूना मतपत्रसहित पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेमा भारत बिहार पश्चिम चम्पारण जिल्ला नरकटियागञ्ज ग्राम पन्चायत वडा नं १४ घर भएका ४० वर्षीय इजाजत अहमद छन् ।
सशस्त्र प्रहरीको भिखमपुर बीओपीबाट खटिएको सशस्त्र प्रहरी सहायक निरीक्षक प्रेमबहादुर थापा मगरको कमाण्डको टोलीले नियमित जाँच गर्ने क्रममा जारनाथपुर गाउँपालिका-२ दशोतास्थित सडक खण्डबाट मंगलबार दिउँसो ३ बजेतिर अहमदलाई पक्राउ गरेको छ । भारतबाट बिआर २२ डब्लु ८००२ भारतीय नम्बरको मोटरसाइकल चढी नेपालतर्फ आउँदै गरेका अहमदले मोटरसाइकलमा पछाडिको सिटको भागमा हरियो रंगको बोरा शंकास्पद कागजपत्रहरू बोकी ल्याउँदै गरेका थिए । उक्त मोटरसाइकल रोकी इलाका प्रहरी कार्यालय पोखरियाबाट खटिएको प्रहरी अधिकृत सहितको टोलीले जाँच गर्दा बोरामा प्रतिनिधिसभा



तथा प्रदेशसभा सदस्य निर्वाचनसम्बन्धी १५ हजार थान नमूना मतपत्रहरू फेला पारेका थिए । मतपत्र र मोटरसाइकल बरामद गरी अहमदलाई नियन्त्रणमा लिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रवक्ता डि.एस.पी दीपक गिरीले जानकारी दिए ।
डिए.एस.पी गिरीका अनुसार, पक्राउ परेका अहमदले नेपालमा उम्मेदवार रहेका एक व्यक्तिले भारतमा छ्याएर निर्वाचनमा मतदातालाई आफ्नो चुनाव चिह्नमा मतदान गर्न सचेतनाका लागि उक्त नमूना मतपत्र छ्याएको बताएका छन् । अहमदले ती उम्मेदवारको नाम भने नखुलाएको र यसबारे थप अनुसन्धान भइरहेको उनले बताए । 'निर्वाचन आयोगले जारी गरेको तथा मतदान अधिकृतको आधिकारिक हस्ताक्षर

भिडियो क्लिपसहित आयोगमा लिखित उजुरी दिएको उनले बताए ।
बुधबार सामाजिक सञ्जालमा भाइरल भएको भिडियोमा एमाले र जनता समाजवादी पार्टी (जसपा)का उम्मेदवार मन्सुरीले चुनावीसभामा एउटा समुदायलाई अपशब्द प्रयोग गरेको देखिन्छ । मंसिर ४ मा हुने निर्वाचनलाई प्रभावित हुने गरी दुईवटा समुदायबीच सद्भाव बिगाने अभिव्यक्ति दिएकाले प्रमाणसहित आयोगमा उजुरी दिएको रिजालले बताए । आइतबार धोबिनी गाउँपालिका-५ जगरनाथपुर टोलमा आयोजना भएको रात्री चुनावी सभामा मिथौले सामाजिक सद्भाव भड्काउने अभिव्यक्ति दिएका हुन् ।
'उक्त भिडियोमा जालिमले कुतर्क गरी हाका हाकी गाली गरेका छन्,' रिजाल भन्छन्, 'निर्वाचन आयोगको आचारसंहिता २०७९ को दफा १३ को १(ब) मा कुनै साम्प्रदायिक विद्वेष फैलाउने गरी प्रचारप्रसार गर्न वा मत माम नहुने व्यवस्था गरेको छ ।

रेल सेवा चार दिन बन्द
टुडे समाचारदाता
जनकपुरधाम । जयनगर-कुर्था रेल्वे मार्गमा बिहीबारदेखि चार दिन रेल सेवा बन्द हुने भएको छ ।
मंसिर ४ गते हुन गइरहेको प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा निर्वाचनलाई वृष्टित गरी मंसिर १ गते बिहीबारदेखि मंसिर ४ गते आइतबारसम्म रेल सेवा बन्द रहने नेपाल रेल्वे कम्पनी लिमिटेडले जनाएको छ ।
निर्वाचनलाई लक्षित गरी ७२ घण्टा अघिदेखि भारतीय सिमानाका बन्द हुने भएकाले रेल सेवासमेत बन्द गरिएको नेपाल रेल्वे कम्पनी लिमिटेडका प्रबन्ध सञ्चालक निरञ्जनकुमार भाले जानकारी दिए ।
मंसिर ५ गते सोमबारदेखि रेल सेवा नियमित रूपमा सञ्चालन हुने उनले बताए । जयनगरदेखि महोत्तरीको बर्दिबाससम्म ७० किलोमिटर निर्माणधीन रेलमार्गमध्ये जयनगरदेखि कुर्थासम्म ३५ किलोमिटर रेलमार्गमा गत २०७८ साल चैत २० गतेदेखि नियमित रेल सेवा सञ्चालन भइरहेको छ ।

चुनाव चिन्ह हर्न छाप

भ्रष्टाचारी नै भिजनरी ई. शम्भुनाथ साह
धनुषा क्षेत्र नं. ३
प्रतिनिधि सभा सदस्य पदको उम्मेदवार
VOTE FOR JANMAT PARTY

हर्न छाप में मोहर लागउ जनमत पार्टी के भारी मत से बिजय बनाउ !

डेङ्गी भाइरसको संक्रमणबाट बच्ने उपायहरू

सुरक्षित रहौं रोकथाम गरौं नियन्त्रण गरौं

डेङ्गी रोग डेङ्गी भाइरसबाट संक्रमित एडिज जातको लामखुटेको टोकाईबाट मात्र सर्दछ ।

थोरै मात्र पानी जम्मा भएको ढोढोमा पनि यो लामखुटेले फुल पार्दछ र यसको वृद्धि विकास हुन्छ ।

डेङ्गीका मुख्य लक्षणहरू

- उच्च ज्वरो आउनु
- जोनी र मांशपेशीहरू बेस्सरी दुख्नु
- आँखाको गेडी दुख्नु
- बेस्सरी टाउको दुख्नु
- शरीरमा राता बिमिराहरू आउनु
- वाकवाकी लाग्नु वा वान्ता हुनु

डेङ्गीका लक्षणहरू देखिएमा के गर्ने ?

स्वास्थ्य संस्थामा गई चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिने ।

घरमै बसेर उपचार गर्ने सल्लाह दिएमा ज्वरो घटाउनका लागि र जीउ दुखेको कम गर्नको लागि प्यारसिटामोल बाहेक बुफिन र एस्पिन जस्ता अन्य औषधीको सेवन नगर्ने ।

अस्पताल भर्ना हुन सल्लाह दिएमा तुरुन्त भर्ना हुने ।

(*चिकित्सकको सल्लाह नलिईकन कुनै पनि औषधी सेवन नगर्ने)

लामखुटेले फुल पार्न सक्ने संभावित घर भित्र र वरपरका पानी जमेको ठाउँहरू र पानी राख्ने भाडाहरू खोजी खोजी सफा गरौं र लामखुटेको फुल नष्ट गरौं ।

सबैला नगरपालिका
सबैला, धनुषा, मधेश प्रदेश

प्रदेश सभा सदस्य उम्मेदवार असगर अली
धनुषा निर्वाचन क्षेत्र नं. ३ (ख)
चुनाव चिन्ह कलश छाप

विकास र समृद्धिको लागि कलश पहिचान र स्वाभिमानको लागि कलश परिवर्तनको लागि कलश

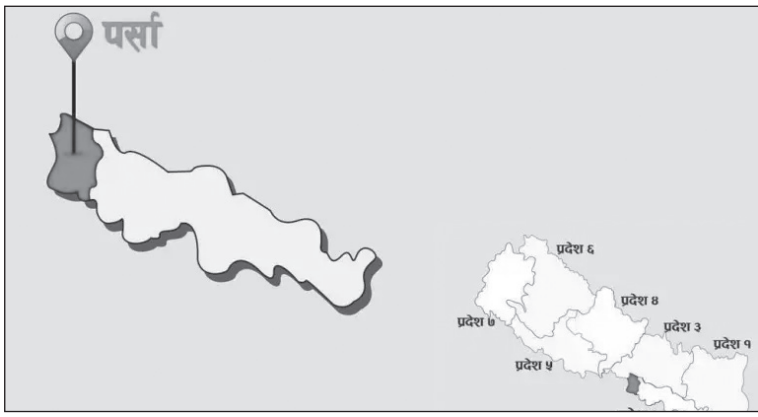
समावेशी समानुपातिक सहभागिताको लागि कलश

ईमानदार नेतृत्वको लागि कलश छापमा मतदान गरौं ।
समाज विकास र परिवर्तनको पाइलामा सहभागि बनौं ।
तराई मधेश लोकतान्त्रिक पार्टी चुनाव प्रचार प्रसार समिति

पर्सामा आधाभन्दा बढी स्वतन्त्र उम्मेदवार

मत हाल्न वृद्धाश्रमका आमाबुवा उत्सुक, सबैको हातमा छैन कागजात

पर्सा । पर्सा जिल्लामा आसन निर्वाचनमा स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिनेहरूको सङ्ख्या बढेको छ । निर्वाचन कार्यालयका अनुसार पर्सा जिल्लामा मङ्सिर ४ गते हुने प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभाको निर्वाचनका लागि एक सय ६१ जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छन् । आर्थिक राजधानी मानिने पर्सामा रहेका प्रतिनिधिसभाका चार पदका लागि ५३ जना र प्रदेशसभाका आठ पदका लागि एक सय आठ जना गरी कूल एक सय ६१ जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छन् । निर्वाचन कार्यालय प्रमुख प्रमुख रञ्जिता भाले अनुसार प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभामा उम्मेदवारी दिएका उम्मेदवारमध्ये ५२ दशमलव ७७ प्रतिशत स्वतन्त्र उम्मेदवार रहेको जानकारी दिनुभयो ।



क्षेत्र नं ३ मा ५१ हजार तीन सय ६६ जना पुरुष, ३९ हजार ६२ हजार महिला र चार जना अन्य गरी कूल ९० हजार चार सय ३२ जना मतदाता रहेका छन् भने क्षेत्र नं ४ मा ५० हजार तीन सय ६४ जना पुरुष, ४० हजार चार सय ८१ जना महिला र चार जना अन्य गरी ९० हजार आठ सय ५१ जना मतदाता छन् । पर्साको ४ प्रतिनिधि तथा ८ प्रदेश सभाका लागि कूल एक सय ६७ मतदानस्थल र चार सय १२ वटा मतदान केन्द्र निर्धारण गरिएको छ ।

पर्साको निर्वाचन क्षेत्र नम्बर १ को प्रदेशसभा १ मा ३९ हजार १६ जना मतदाता छन् । यस क्षेत्रमा २२ मतदानस्थल र ४५ मतदान केन्द्र तोकिएको छ । त्यसैगरी प्रदेशसभा २ मा ३८ हजार ६ सय ६३ मतदाता छन् भने १२ मतदानस्थल र २४ मतदान केन्द्र छन् । निर्वाचन क्षेत्र नम्बर २ को प्रदेशसभा २ मा ४३ हजार आठ सय ४४ मतदाता छन् भने यस क्षेत्रमा १६ मतदानस्थल र ५१ मतदान केन्द्र छन् । साथै, प्रदेशसभा २ मा ४३ हजार एक सय २२ मतदाताका साथै २२ मतदानस्थल र ५१ मतदान केन्द्र छन् ।

निर्वाचन क्षेत्र नम्बर ३ प्रदेशसभा १ मा ४४ हजार तीन सय ९३ मतदाता छन् भने यस क्षेत्रमा २५ मतदानस्थल र ५८ मतदान केन्द्र छन् । यस क्षेत्र अन्तर्गत प्रदेशसभा २ मा ४६ हजार ३९ मतदाता छन् भने २५ मतदानस्थल र पाँच मतदान केन्द्र छन् । निर्वाचन क्षेत्र नम्बर ४ प्रदेशसभा १ मा ४४ हजार एक सय ७७ मतदाता छन् । यस क्षेत्रमा २५ मतदानस्थल र ५५ मतदान

केन्द्र तोकिएको छ । साथै प्रदेशसभा २ मा ४६ हजार ६ सय ७४ मतदाता छन् भने यस क्षेत्रमा २३ मतदानस्थल र ५७ मतदान केन्द्र छन् । पर्साको निर्वाचन क्षेत्र नं १ का सबै भन्दा बढी २१ जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छ भने सबै भन्दा कम क्षेत्र नं ४ मा मात्र १० जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छन् । साथै, क्षेत्र नं २ र ३ मा ११/११ जना गरी कूल ५३ जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छन् । जसमध्ये राजनीतिक दलबाट ३० जना र स्वतन्त्र २३ जना छन् ।

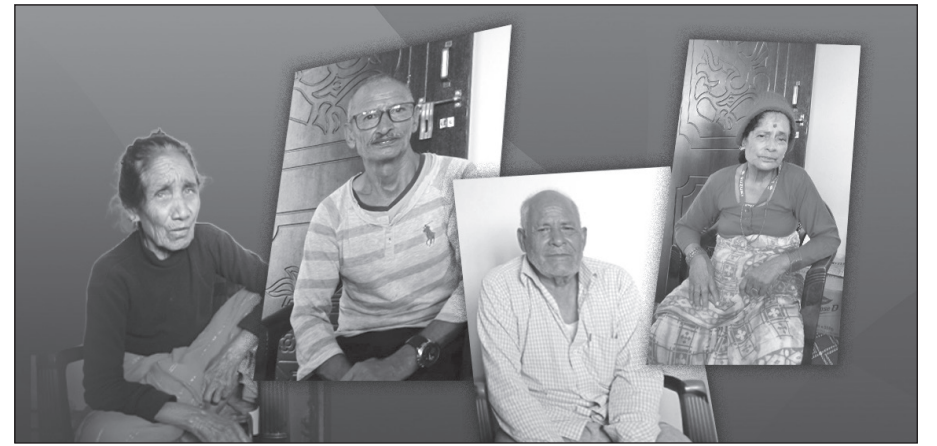
क्षेत्र नम्बर १ को प्रदेशसभा १ मा १८ जना र प्रदेशसभा २ मा २० जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छन् । साथै, क्षेत्र नम्बर २ को प्रदेशसभा १ मा ९ जना र प्रदेशसभा २ मा १४ जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छन् । क्षेत्र नम्बर ३ प्रदेशसभा १ मा १२ जना र प्रदेशसभा २ मा १४ जना र क्षेत्र नम्बर ४ प्रदेशसभा १ मा १० जना र प्रदेशसभा २ मा ११ जनाले उम्मेदवारी दर्ता गराएका छन् । प्रदेशसभामा ६१ जना स्वतन्त्र उम्मेदवार छन् ।

निर्वाचन क्षेत्र नम्बर १ मा एमाले गठबन्धनबाट जसपाका उम्मेदवार प्रदीप यादव र स्वतन्त्र उम्मेदवार अजयकुमार द्विवेदीबीच कडा प्रतिस्पर्धा हुने अनुमान गरिएको छ । नेपाली कांग्रेस पर्साका निर्वाचन जिल्ला सभापति द्विवेदीलाई पार्टीले टिकट नदिएपछि स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिनुभएको छ । कांग्रेससहितको पाँच दलको गठबन्धनबाट क्षेत्र नम्बर १ मा लोसपा नेता लक्ष्मणलाल कर्ण उम्मेदवार हुनुहुन्छ ।

२०७४ को निर्वाचनमा यादवले कांग्रेसका अनिल रुइयालाई चार हजारभन्दा बढी मतान्तरले पराजित गर्नुभएको थियो । यादवले २१ हजार एक सय ३२ मत पाउँदा निकटतम प्रतिद्वन्द्वी रुइयाले १६ हजार चार सय ८१ मत प्राप्त गर्नुभएको थियो । क्षेत्र नम्बर २ मा कांग्रेससहित पाँच दलीय गठबन्धनका तर्फबाट कांग्रेसका केन्द्रीय सदस्य अजयकुमार चौरसिया र एमाले गठबन्धनबाट जसपाका सुरेन्द्रप्रसाद कुर्मीबीच प्रतिस्पर्धा हुने आँकलन गरिएको छ ।

गत निर्वाचनमा क्षेत्र नं २ बाट सफोरहका उम्मेदवार विमल श्रीवास्तावले चौरसियालाई एक हजार चार सय ६५ मतले पराजित गर्नुभएको थियो । श्रीवास्तावले २१ हजार एक सय ६९ मत पाउँदा चौरसियाले १९ हजार सात सय चार मत प्राप्त गर्नुभएको थियो । गत निर्वाचनमा क्षेत्र नं ३ बाट ससफोरमका हरिनारायण रौनियारले कांग्रेसका सुरेन्द्र चौधरीलाई पराजित गर्नुभएको थियो । रौनियारले १५ हजार एक सय ६८ मत पाउँदा चौधरीले १३ हजार आठ सय एक मत प्राप्त गर्नुभएको थियो ।

गत निर्वाचनमा क्षेत्र नं ४ बाट ससफोरमका लक्ष्मणलाल कर्णले कांग्रेसका रमेश रिजाललाई ६ हजारभन्दा बढी मतले पराजित गर्नुभएको थियो । कर्णले २० हजार सात सय ३८ मत पाउँदा रिजालले १४ हजार सात सय दुई मत प्राप्त गर्नुभएको थियो । कर्ण यसपटक पाँच दलीय गठबन्धनबाट पर्साको निर्वाचन क्षेत्र नं १ बाट लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी नेपालका तर्फबाट उम्मेदवार हुनुहुन्छ । प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभाका १२ पदमा महिला उम्मेदवार जम्मा तीन जना हुनुहुन्छ । जसमा प्रतिनिधिसभा सदस्य उम्मेदवारमा महिलाको सङ्ख्या शून्य छ भने प्रदेशसभामा तीन जनाले उम्मेदवारी दिनुभएको छ । जनसभा क्षेत्र नम्बर २ को प्रदेशसभा २ मा करिमा बेगमले स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिनुभएको छ । साथै, क्षेत्र नम्बर ३ प्रदेशसभा २ बाट जसपाका मधु गुप्ता र क्षेत्र नम्बर ४ प्रदेशसभा २ बाट माओवादी केन्द्रकी चाँद तारा कुमारीले उम्मेदवारी दर्ता गर्नुभएको छ । रासस



काठमाण्डु । निर्वाचनको दिन नजिकिएसँगै वृद्धाश्रमका ज्येष्ठ नागरिकमा उत्सुकता छ । आफन्त कोही नभएका, परिवारबाट अपहेलित भएका, आफ्नो नाममा सम्पत्ति नभएकाकेही ज्येष्ठ नागरिकले काठमाडौँस्थित पशुपति वृद्धाश्रमलाई आश्रयस्थल बनाएका छन् ।

उक्त आश्रममा ६० वर्षदेखि ९० वर्ष नाघेका असहाय तथा निस्सहाय ज्येष्ठ नागरिकले केही हदसम्म भए पनि जीवन सहजमय ढङ्गले बिताइरहेका छन् । मङ्सिर ४ गते हुने प्रतिनिधिसभा तथा प्रदेशसभा निर्वाचन आउन अब केही दिनमात्र बाँकी छ । यस वर्षदेखि जेलमा रहेका कैदी र वृद्धा आश्रममा रहेका वृद्धावृद्धले पनि आफू बसेकै स्थानमा मतदान गर्ने अस्थायी मतदाताको व्यवस्था गरिएको छ ।

सरकारले निर्वाचनमा खटेका सरकारी कर्मचारी, वृद्धाश्रममा रहेका नागरिक, कैदीबन्दी र सुरक्षाकर्मीलगायत आफ्नो निर्वाचन क्षेत्रमा जान नपाउनेका लागि समानुपातिक प्रणालीतर्फ मतदान गर्ने अस्थायी मतदाताको व्यवस्था गरेको छ । समानुपातिक प्रणालीतर्फ मतदान गर्ने अस्थायी मतदाताका लागि मतदाताका लागि सम्बन्धित जिल्ला निर्वाचन कार्यालयले नामावली सङ्कलन गरी आयोगको प्रणालीमा प्रविष्ट हुनेक्रम जारी रहेको आयोगका सहायक प्रवक्ता ऋषिभक्त भुसालले जानकारी दिनुभयो ।

अस्थायी मतदाता सूचीमा समावेश हुन सम्बन्धित व्यक्तिको नाम मतदाता सूचीमा रहेको हुनुपर्ने उहाँको भनाइ छ । निर्वाचनमा खटेका कर्मचारी, सुरक्षाकर्मी र नखटिएका कर्मचारी तथा सुरक्षाकर्मी गरी करिब चार लाख अस्थायी मतदाता रहनेछन् ।

पशुपति वृद्धाश्रममा रहेका ९४ ज्येष्ठ नागरिकमध्ये ५८ महिला र ३६ पुरुष छन् । कूल ९४ मध्ये आठ जनाले मात्र मङ्सिर ४ गतेको निर्वाचनमा मतदान गर्न पाउने भएका छन् । वृद्धाश्रममा रहेका आठ जनाको मात्र मतदान गर्नका लागि आवश्यक कागजात रहेको वृद्धाश्रम कार्यलयका नासु हृदयरज उपाध्यायले बताउनुभयो ।

उहाँले भन्नुभयो, '५१ जनाको नागरिकता, मतदाता परिचयपत्र उहाँहरूकै आफन्तको घरमै रहेको छ । केही वृद्धावृद्ध बोल्न नसके भएकाले मनदानका लागि आवश्यक कागजात कहाँ

छन् त्यसबारे कुनै जानकारी लिन सकिने छैन ।' आश्रममा मतदान केन्द्र तोकिएको निर्वाचन आयोगबाट लिखितरूपमा जानकारी आए आफूहरू तयार रहेको उहाँले बताउनुभयो ।

नागरिकता भएका आठजना वृद्धावृद्धमध्ये पाँच जनाको नजिकै तिलगङ्गामा मतदान केन्द्रमा नाम रहेको र एक वृद्धा भोट हाल्नकै लागि घर जानुभएको उहाँले स्पष्ट पार्नुभयो । आश्रममा रहेका कैयौँ वृद्धावृद्धको विगतको ठेगाना पत्ता लगाउन नसकिएका कारणले पनि कागजात नभेटिएको उपाध्यायको भनाइ छ ।

आश्रममा आश्रय लिइरहेका आमाबुवामध्ये ४३ जनाले सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गरेको, ५१ जनाले सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गरेको र ११ जनाले आजसम्म नागरिकता नपाएको उपाध्यायले जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार नागरिकताप्राप्त गरेका आमाबुवाको फोटोसहितको नामावली पनि छैन ।

मतदान गर्नेको सत्र या कम भएकै कारण आश्रममा मतदान केन्द्र नराखिएको हुनसक्ने वृद्धाश्रम कार्यलय प्रमुख ओमप्रसाद पाण्डेले बताउनुभयो । 'निर्वाचन आयोगले कार्यलयको सिफारिसका आधारमा आश्रममा आश्रित वृद्धावृद्धको नाम अस्थायीरूपमा राखेर समानुपातिक प्रणालीमा मताधिकार दिएको भए हुनेथियो', उहाँले भन्नुभयो । वृद्धाश्रममा कार्यरत १९ कर्मचारीको कार्यरत रहेको उहाँहरू सबैसँग मतदान परिचयपत्र छ ।

आश्रममा लामो समयदेखि आश्रय लिँदै आउनुभएका ६० वर्षीय सोमबहादुर गिरीले चुनाव आएको सुन्दा निकै खुसी लागे पनि नागरिकता साथमा नभएकाले मतदान गर्न नपाउने सुनाउनुभयो । 'मेरा कागजात धनकुटाको घरमा छ, कागजात भेट्न पाए मतदान गर्न थिएँ, के गुनो, टाढा छ ।' यसैगरी, काठमाडौँ घर बताउने वरुण श्रेष्ठसँग पनि मतदानका लागि कागजपत्रको कमी छ । यस अघि उहाँले आफ्नै घरतिर मतदान गरेको सम्झनुहुन्छ । 'आश्रमले कागजपत्र मिलाइदिए मतदान गर्न हुथ्यो', उहाँले भन्नुभयो । बयासी वर्षीय दशनारायण श्रेष्ठले मतदान गर्न आवश्यक नागरिकता आफूसँग रहेको भन्दै आगामी निर्वाचनमा मतदान गर्ने बताउनुभयो । उहाँले सबै कागजात भएकै कारण

सामाजिक सुरक्षा भत्ता पाइरहेको पनि सुनाउनुभयो । 'खुसी लागेको छ, चुनाव आउँदैछ, हाम्रो समस्या पनि समाधान हुन्छ नि चुनाव आएपछि त', उहाँले सुनाउनुभयो ।

बनेपा स्थायी घर भएकी र हाल आश्रममा आश्रय लिइरहनुभएकी सावित्री थापाले आफूलाई भोट मामन कोही नआएको गुनासो गर्नुभयो । उहाँसँग पनि मतदान गर्न आवश्यक कागजात छैन । तर आश्रमले व्यवस्था गरेमा मत दिन उत्साहित रहेको बताउनुभयो ।

त्यस्तै, रामेछाप मध्यली घर भए १३ वर्षदेखि आश्रममा बस्दै आउनुभएकी ८७ वर्षीया तुलामाया पुरीले आश्रममा बसेपछि एकपटक चुनावमा मतदान गर्नुभएको छ । उहाँले आफूसँग मत दिन आवश्यक नागरिकता रहेको भन्दै मतदान गर्न उत्सुक रहेको सुनाउनुभयो । 'निकै खुसी लागेको छ, पाल्नेताल्ने कोही नभएपछि सरकारले पालिरहेको छ, आश्रममै मतदान केन्द्रको व्यवस्था भए फन् राम्रो हुने थियो', उहाँले भन्नुभयो ।

तीस वर्षदेखि आश्रममा बस्दै आउनुभएकी ९३ वर्षीया धुलिखेलकी सानानी तिमिल्सिनाले श्रीमान् श्रीमती नै सोही आश्रममा आश्रय लिँदै आएको र श्रीमान्को केही समयअघि निधन भएको बताउनुभयो । उहाँले आफ्नो नागरिकता सामाजिक सुरक्षा भत्ता लिने क्रममा हराएको र आफन्तले भेट्नै नसकेको सुनाउनुभयो । यसअघि दुई/तीनपटक भोट हालेको स्मरण गर्दै चौथोपटक मतदान गर्ने पुढा नामावलीमा नाम छैन भनेर फर्काइदिएकामा आपत्ति जनाउनुभयो । आश्रममा बस्दै आउनुभएकी ठमेलकी ६५ वर्षीया धनकुमारीले सात वर्षअघि मतदान गरेको सम्झनुभयो । अहिले उहाँसँग मतदान गर्न आवश्यक कागजात केही छैन । आश्रममा बस्न थालेकाले घरबाट नागरिकता ल्याउन नपाएको उहाँको भनाइ थियो ।

आसन प्रतिनिधि तथा प्रदेशसभा निर्वाचनमा आश्रममा रहेका नागरिकलाई समानुपातिकतर्फको मतदान गर्न पाउने अधिकार रहन्छ । मतदाता नामावली भएकै स्थान भए प्रत्यक्ष, नभए समानुपातिक मत दिने अधिकार छ । तर हाल उनीहरू सबैले मतदानको अधिकार पाएका छैनन् । रासस

उच्चस्तरीय निर्वाचन सुरक्षा समितिको एघार बुँदे निर्देशन

पर्यटन विकासमार्फत् जीविकोपार्जन सुधार परियोजना

काठमाण्डु । निर्वाचन आयोगको उच्चस्तरीय निर्वाचन सुरक्षा समितिले सरकार, गृह मन्त्रालयमार्फत सम्बद्ध निकायलाई निर्वाचनलाई स्वच्छ, स्वतन्त्र, निष्पक्ष र भ्रष्टाचाररहितरूपमा सम्पन्न गर्न गराउन विभिन्न निर्देशन दिएको छ ।

वृधवार बसेको सो समितिको बैठकले निर्वाचन बिथोल्ने वा बहिष्कार गर्ने, बुध कब्जा गर्ने, मतदातालाई मतदानको अवसरबाट वञ्चित गर्ने, डर, धाक, धम्की दिनेलगायतका काम गरी निर्वाचनको स्वच्छतामा असर पुऱ्याउने कुनै पनि गतिविधि नगर्न नगराउन उपयुक्त सुरक्षा रणनीति अवलम्बन गर्ने निर्णय गरेको छ । निर्वाचनमा आचारसंहिता उल्लङ्घनका गतिविधि, निर्वाचन प्रचारप्रसार निषेध अवाधिमा हुनसक्ने अवाधिगत गतिविधि, हातहतियार निषेधजस्ता कार्यको निगरानी गरी पूर्णरूपमा नियन्त्रणका लागि सम्बद्ध सबै पक्ष सक्रियरूपमा परिचालित हुन बैठकले निर्देशन दिएको छ ।

आयोगका प्रवक्ता शालिग्राम

शर्मा पौडेलले निर्वाचनको मितिभन्दा ४८ घण्टा अगाडिदेखि निर्वाचनको अन्तिम परिणाम घोषणा नभएसम्म मादक पदार्थ विक्रीवितरण तथा सेवनामा प्रतिबन्ध लगाउने बताउनुभयो ।

मतदानको दिनको ४८ घण्टा अगाडिदेखि प्रचारप्रसार गर्न निषेध गरिएकाले उक्त अवाधिमा सुरक्षा निकायले निगरानी बढाइ प्रचारप्रसारलगायतका निर्वाचन कानूनप्रतिकूल हुने कुनैपनिप्रकारका अवाधिगत गतिविधि पूर्णरूपमा नियन्त्रण गर्ने, आयोगबाट जारी गरिएको मतदानको दिनको सवारी आवागमन व्यवस्थापनसम्बन्धी मापदण्ड, २०७९ को पूर्ण पालना गरी, गराई मतदानका दिन सवारीको व्यवस्थित आवागमनको प्रबन्ध गर्ने, सुरक्षाका लागि प्रत्येक मतदान केन्द्रमा ३० मिनेटभित्र पुग्नसक्ने गरी पर्याप्त रिजर्भ फोर्सको व्यवस्था मिलाउने, निर्वाचन सुरक्षा जोखिमका आधारमा आवश्यकताअनुसार सुरक्षा गस्ती परिचालन गनेगरी निर्देशन दिइएको उहाँले जानकारी दिनुभयो । रासस

पोखरा । पोखराको पर्यटनलाई जीविकोपार्जनसँग जोड्न छनोट भएका परियोजनामाथि पोखरामा सरोकारवालाबीच छलफल गरी सुझाव सङ्कलन गरिएको छ । एसियाली विकास बैंक (एडिबी) को ऋण सहयोगमा सञ्चालन हुने क्षेत्रीय सहरी उत्थानशीलता तथा जीविकोपार्जन सुधार कार्यक्रम परियोजना अन्तर्गत पोखरा महानगरपालिकामा कार्यन्वयन हुने परियोजना छनोटका लागि महानगरले सरोकारवालाबीच छलफल कार्यक्रम गरीसुझाव लिएको हो ।

पोखरा महानगरपालिकाका प्रमुख धनराज आचार्यले सहरी विकास र वातावरण सन्तुलन कायम गरी नागरिकको जीवनयापनमा सुधार ल्याउने उद्देश्यका साथ सञ्चालित यस कार्यक्रमले पोखराको पर्यटन विकासमा पनि उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । सहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग अन्तर्गत सञ्चालित यस कार्यक्रम महानगरले कार्यान्वयन गर्ने जिम्मेवारी पाएको जानकारी दिँदै उहाँले प्राकृतिकमैत्री हरित विकासबाट पर्यटन क्षेत्रलाई प्रवर्द्धन गर्न सकिने र त्यसका लागि पोखरा उत्कृष्ट रहेको बताउनुभयो ।

पोखरालाई पर्यटकीय राजधानी बनाउन सबैको साभ्ना सोच र विकासप्रतिको सकारात्मक धारणा जरुरी रहेको उल्लेख गर्दै प्रमुख आचार्यले पोखराको प्राकृतिक सुन्दरतामा असरपर्ने कार्यलाई निरूत्साहित गर्दै कार्यक्रम अगाडि बढाउने बताउनुभयो । उहाँले महानगरको नीतिमै ग्रीन सिटीलाई जोड दिएकाले परियोजना पनि त्यही अनुकूल सञ्चालन हुनेमा

जोड दिनुभयो । रुपान्तरणकारी परियोजना छनोट गर्न आइसिएफ इन्टरनेशनल नामक संस्थामार्फत अध्ययन भइसकेको महानगरपालिका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत वीरेन्द्रवहादुर भारतीयले जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार अध्ययनबाट पहिलो चरणमा छनोट भएका १९ परियोजनामाथि विभिन्न क्षेत्रका सरोकारवालाबीच आवश्यक छलफल र थप सुधारका लागि सुझाव लिइएको हो ।

एडिबीले नेपालको आठ वटा नगरपालिकामा प्रकृतिलाई जीवनयापनसँग जोड्नका लागि करिब पाँच अर्ब रकम ऋण सहयोग गर्न लागेको र त्यसका लागि प्राकृतिक सुन्दरताले भरिपूर्ण पोखरा उत्कृष्ट सहकार्यका रूपमा रहेको दिगो पर्यटन विकास कार्ययोजनाका टोली प्रमुख रिपिन कार्लाले बताउनुभयो । कार्लाले अनुसार यो परियोजना सन् २०२४ बाट शुरु हुनेछ भने पाँच वर्षभित्र सम्पन्न हुने अपेक्षा गरिएको छ । पोखराका मानिसहरू प्रकृतिप्रेमी भएको र यस परियोजनाले वातावरण जोगाएर जीविकोपार्जन कार्यक्रम सञ्चालनमा सहयोग पुग्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो ।

कार्यक्रममा महानगरपालिका जनप्रतिनिधि, कर्मचारी, विषय विज्ञ पर्यटन, यातायात, वातावरणविज्ञ लगायतका सरोकारवालाको उपस्थिति रहेको थियो । सहभागीले प्रस्तावित परियोजना सुधारका लागि विषयगत समूहमा छलफल गरी पोखराको दिगो पर्यटनलाई कसरी जीविकोपार्जनसँग जोड्न सकिन्छ भन्ने आधारसहित सुझाव दिनुभएको थियो । रासस

तपाईंको आज
पाण्डित : राम जी

मेष : धन वृद्धि सञ्चय ।
बृष : प्रतिभा सम्पन्ना ।
मिथुन : भ्रमण अवसर हुने ।
कनकट : प्रेम प्रसंग, मित्र सुख ।
सिंह : पारिवारिक सुख ।
कन्या : राद विवादबाट बच्नु ।
तुला : पुरस्कार प्राप्त लाभ ।
वृश्चिक : नयाँ कार्य हुने ।
धनु : बौद्धिक क्षमता ।
मकर : शिक्षामा उन्नाति ।
कुम्भ : अवसर प्राप्त ।
मीन : सुख समृद्धि हुने ।

राशिफलले जस्तो दिनको संकेत गरेपनि कर्म गर्दा फल राप्न पाइन्छ ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

जनकपुरधाम ०४१

बारुणा यन्त्र	५२००११	विद्युत फ्युज शाखा	५९०८३४, ५९०८३५
प्रहरी (हण्टीङ्गलाईन)	४२००९९, ४२०२९९, १००	साह केबुल	५२४७२२
एम्बुलेन्स (रेडक्रस)	१०२	जानकी केबुल	५२३७२८
एम्बुलेन्स (मेडिकल कलेज)	५२६०९०, ५२६०९१	म्याक्स टीभी	०४१-५९०८९७, ९८०९६६६६५२
एम्बुलेन्स (हिमालय युवा क्लब)	९८०४८५१२२६	नगर सेफ्टी टैंक सफाई सेवा	५२१२६२
अञ्चल अस्पताल	५२००३३	मुजेलिया प्रहरी चौकी	५२०७५०
जनकपुर सिटी हस्पिटल भानुचोक	५२२०११, ५२५८९९	सशस्त्र प्रहरी मुजेलिया	५२५०२२
नेपाल शिक्षक संघ (एम्बुलेन्स)	९८०९६४४४५५, ९८५४०२८२९६	बुद्ध एयर	५९०३०१/५९०३०२
जानकी हेल्थकेयर सेन्टर रामानन्द चोक	५२५३४१	यति एयरलायन्स, शिवचोक	९८५१९३३३, ९८५१९३३३३
रक्तसंचार (रेडक्रस)	५२०८७०	होटल मानकी	५२०४५४
शक्ति अध्ययन अनुसन्धान केन्द्र (एम्बुलेन्स)	९८५४०२७४३४	होटल रामा	९८०९१२००६५, ९८०९१२००६५
कृष्णा नर्सिङ्गहोम	५२१९१८	वेलकम होटल	०४४-५२००७०
विरेन्द्र डेन्टल हेल्थ केयर	५२८४३७	जलेश्वर अस्पताल	०४४-५२०००९
आँखा अस्पताल	५२०३९७	प्रहरी (जलेश्वर)	०४४-५२०१००
रेडियो टुडे (९१ मेगाहर्ज)	९८०९६२६०२६	एम्बुलेन्स (जलेश्वर)	०४४-५२०१६६
एयर पोर्ट	५२००५८, ५२००५२	विद्युत (जलेश्वर)	०४४-५२००९७

जानकी मन्दिर प्रत्येक दिन

बिहान टोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
बिहान पूजा आरती : ०७:०० बजे
बिहान टोका बन्द : १२:०० बजे
अन्न क्षेत्र : नि:शुल्क भोजन
दिउँसो टोका खुल्ने समय : ०४:०० बजे
सन्ध्या पूजा आरती:साँझ : ०७:३० बजे

राम मन्दिर प्रत्येक दिन

बिहान टोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
मंगल आरती : ०७:३० बजे
महाप्रसाद भोग : १२:०० बजे
दिउँसो टोका खुल्ने समय : ०३:३० बजे
सन्ध्या पूजा आरती साँझ : ०७:०० बजे
रात्रि भोग : ०९:०० बजे
पट बन्द : ०९:१५ बजे

हाम्रा भोट कस्तालाई: सदाचारी वा भ्रष्टाचारीलाई



डा. रामसागर पंडित

नेपालको संविधान २०७२ अनुसार यही मङ्सिर ४ गते दोस्रो आम निर्वाचन हुँदै छ । निर्वाचन आयोगले निर्वाचनका सबै कुराहरू लगभग पूरा गरिसकेको छ । सरकारले प्रशासनिक व्यवस्था समेत सकाएको छ । अगुा सुरक्षाकर्मी प्यादी प्रहरी नियुक्त गरी पूरा गरिसकेको छ । अहिले वर्तमान संविधान अनुसार नेपाल एक लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक देश हो । यहाँका केही जनता अहिले पनि आफूलाई प्रजा बुझेर तानाशाही सरकारभित्र राख्न चाहेका छन् । अहिले नेपाली जनता स्वतन्त्र छन् । आफ्ना शासन आफै गरिरहेका छन् । लोकतन्त्रमा जनताभन्दा माथि कोही पनि हुँदैन । राजनीतिशास्त्रले निकै धेरै सिद्धान्तहरू प्रतिपादन गरे पनि लोकतन्त्रलाई सर्वोत्तम श्रेणीमा राखेको छ । यस व्यवस्थामा जनताले जनताद्वारा जनताका लागि सरकार बनेको हुन्छ । अब प्रश्न उठ्छ तपाईं कस्तो सरकार चाहनु हुन्छ, त्यस्तै सरकार बन्छ । तपाईं अर्थात जनताकै हातमा छ । अहिले आम निर्वाचनमा भाग लिँदै हुनुहुनेछ । अहिले चुकेको जनताले भोलि जेगरेपनि ५ वर्षसम्म पचताउनु सिबाय अरु केही हुँदैन । त्यसैले सोच विचार गरेर मात्र मतदान गर्दा तपाईं एउटा इमान्दार, कर्तव्यनिष्ठ, जनताप्रति निष्ठावान, निःस्वार्थ, राष्ट्रभक्त जस्ता प्रतिनिधि पाउनु हुनेछ, जो तपाईंको सुखदुःखमा साथ दिनेछन् । अहिले विचार नगरेर हतारमा वा कसैको बहकाउमा यदि तपाईं भोट हाल्नुभयो भने भोलि जेगर्दा पनि बदल पाउनु हुनेछैन । त्यसैले मत हाल्दा एकचोटी आफूले छातीमा हात राखेर विचार गर्नु र सोच्नुसु हामीले कस्ता उम्मेदवारलाई आफ्ना भोट दिने । तपाईं कहाँ अहिले दूल्दुला आश्रयस्थान दिन दिनरत उम्मेदवार मात्र होइन उसका कार्यकर्ता, पारिवारिक सदस्य, छिमेकी, इष्टमित्र आदि दौडादौडमा छन् । के निर्वाचन पछि पनि यिनीहरू यस्तै साथ दिन आउँछन् त ? यदि आउँदैन भने तपाईं यस्ता मिठो कुराको लोभ लालचमा नपर्नुस् यदि पुर्ण भयो भने ५ वर्षसम्म तपाईंले जेगर्दा पनि उनीहरूको सहयोग पाउनु हुने छैन ।

दोस्रो कुरामा तपाईंको व्यक्तित्व पनि चिनिन्छ । तपाईं जो स्तरमा हुनुहुन्छ त्यस्तै उम्मेदवारलाई पत्याउनु हुन्छ । त्यसैले यहाँका जनताले नै विचार पुऱ्याउनु पर्नेहुन्छ कि इमान्दारलाई भोट हाल्ने कि बेइमानलाई । बेइमान कसैको हुँदैन । उसले सधैं विवेकहीन कामतिर आफ्नो चासो राखेको हुन्छ । त्यसैले निर्वाचन ताका तपाईं मतदाताहरू सोच्नुस् कि इमान्दार लिने कि बेइमान सांसद । तपाईं यदि सोच्नु भए भने तपाईं कै हातबाट पहिलो भ्रष्टाचारका काम शुरू हुन जानेछ अर्थात तपाईं पहिलो भ्रष्टाचारी व्यक्ति बन्नु हुनेछ । विचार गर्नुस् त के बन्ने ? हामी सधैं सुने गर्छौं, नेपालका नेताहरू निकै भ्रष्ट छन् । यस्ता भ्रष्टाचारीलाई जन्म दिने हामी नै हौं । एउटा सांसद इमान्दार भयो भने इमान्दार सरकार बन्छ । सांसदहरू नै भ्रष्ट भए सरकार भ्रष्ट हुनु स्वभाविकै हो नि त ! अरुतिर औंला उठ्याउनु भनेको आफूतिर पनि हेर्ने गर्नु पर्छ । देश नेताको मात्र होइन, जनताको हो । जनताले नेता जन्माउँछ । हामी जस्तो रोख्छौं, त्यस्तै

फल पाउँछौं । निर्वाचन ताका शिक्षाको पनि निकै ठूलो भूमिका हुन्छ । शिक्षित व्यक्ति चुनिएर जाँदा पक्कै एउटा अशिक्षित भन्दा राम्रो कामको आशा गर्न सकिन्छ । यसमा मेरो भनाइ के छ भने सबै अशिक्षित विवेकहीन हुन्छ भन्न खोजेको होइन । कतिपय शिक्षित व्यक्ति समेत विवेकहीनतालाई आफ्ना व्यवहारमा प्रकट गरेका हुन्छन् । तर जे जस्तो भए पनि शिक्षित र अशिक्षितको तुलना गर्दा, शिक्षितको पलडा जस्तै भारी देखिन्छ । एका-दुका यस्ता व्यवहारका भए पनि अधिकांश शिक्षित यस्तो गर्ला भने जस्तो लाग्दैन । त्यसैले भोट हाल्दा शिक्षा र चेतनालाई विचार गरेर भोट हाल्नुपर्छ । जुन व्यक्तिलाई चेतना हुन्छ उसले काम गर्दा पक्कै पनि आफ्नो चेतनालाई प्रयोग गर्छ होला । कतिपय मतदाताबाट नयाँ/पुरानोका कुरा पनि सुनेको छु । नयाँ/पुरानोमा विभेद हुँदैन । कतिपय कुरामा नयाँ ठीक हुन्छ भने कतिपय कुरामा पुरानो र अनुभवी उम्मेदवार ठीक हुन्छ । नयाँ उम्मेदवारसँग जोश/जाँगर हुन्छ भने पुरानोमा विगतको अनुभव हुन्छ । युवामध्ये पनि विवेकहीन, भ्रष्टाचारी तथा जिम्मेवारविहीन हुन सक्छ भने कतिपय पुरानो उम्मेदवार भ्रष्ट, नैतिकहीन तथा शोषक प्रवृत्तिका हुन सक्छन् । त्यसैले भोट हाल्दा यी सबै कुरामा ध्यान पुऱ्याउँदा जेदेखि भ्रष्टाचार उन्मूलन हुने बढ्दो सम्भावना बन्न जान्छ, होइन भने भन्न सकिन्छ ।

यी भ्रष्टाचारीहरूका व्यवहारले नै व्यवस्थामाथि प्रश्न चिह्न उठेको छ । कतिपयले के भन्न थालेका

राजनीति एउटा त्यागको नाम हो । जनता सामुने गरेका बाचा जसरी पनि पूरा गर्ने प्रयासमा लाग्नु नै नेताको मूल काम हो । यहाँ नेताहरू जनताका शासक ठान्दछन् । उनीहरू वास्तवमा जनताका सेवक हुन् । जबसम्म नेताहरू जनताको सेवकको भूमिकामा आउँदैनन् तबसम्म देश बन्दैन । हाम्रो देशमा केही नेताको नाम बडो आदरपूर्वक लिने गरिन्छ । उदाहरणको रूपमा विपी कोइराला, पुष्पलाल श्रेष्ठ, मनमोहन अधिकारी, गणेशमान सिंह, सुशील कोइराला, मदन भण्डारी लगायत यस्तै अन्य नेताहरूलाई लिन सकिन्छ ।

छन् भने जो व्यवस्था आए पनि उस्तै हो नि त ! अर्थात लोकतन्त्रको तुलना पनि तानाशाही सरकारसँग गर्न पछि पर्दैनन् । पञ्चायती सरकारले गरेका व्यवहार यदि लोकतन्त्रमा पनि दोहोरिन्छ भने दुबैमा के फरक भयो त ! यसको फरक जनताले नै छुट्याउन सक्छन् । अहिले हुने निर्वाचनमा त्यस्तै व्यक्तिलाई हामीहरू भोट दिन्छौं भने कसरी फरक हुन सक्छ । त्यस्तै विगतको निर्वाचनमा जे भयो, अब हुने निर्वाचनमा त्यस्तो व्यवहारलाई नदोहोराओ । अहिले देश कस्तो भ्रष्ट भइसकेको छ, त्यो कुरा कसैसँग लुकेको छैन । एउटा यस्तै भ्रष्ट कर्मचारी सामुने मैले अलिकति इमान्दारीको कुरा उठाउँदा उसको भनाइ के थियो भने लोकतन्त्र सबैका लागि आएको हो नि त ! अर्थात उसलाई पनि घूस खान लोकतान्त्रिक अधिकार छ । कुनै कुनैले कसरी परिभाषित गरेका छन् । यी सबैका मूल जडा निर्वाचन नै हो । हामी जाति इमान्दारीपूर्वक आफ्ना भोट हाल्छौं त्यति नै इमान्दार सांसद तथा सरकार पाउने छौं । अहिलेको मूल सवाल यही हो । निर्वाचनकै बेला मासु माछाका पसलहरूमा किन बढी भिडभाड देखिन्छ त ? रक्सौको भड्डी किन भरिभराउ

देखिन्छ त ! यसका जबाबतिर खोजतलास गर्दा प्रष्ट उत्तर आउँछ कि यसका भूल दोषी हामी छौं । हाम्रा व्यवहार जाति शुद्ध हुन्छ त्यतिनै इमान्दार र नैतिकवान सांसद भोलि हामी पाउँछौं । यहाँका जनता अहिले पनि आफ्नो अधिकार र कर्तव्यका बीच फरक छुट्याउन सकेका छैनन् । ती अधिकार र कर्तव्यलाई ठीकसँग प्रयोग गर्न सक्ने हो भने हामी पक्कै चाहे जस्तो सांसद पाउन सक्छौं होइन भने यस्तै हो । निर्वाचनका बेला तपाईं हेर्नुहुन्छ जताततै दलालदलाल हुन्छन् । दलालको सहयोग बिना निर्वाचन जित्न पनि गाह्रो छ । यिनीहरूका सहयोग बिना घर-जग्गा पनि खरिद-बिक्री गर्न गाह्रो छ, डेरा दिन र पाउन पनि उनकै सहारा लिनु पर्ने हुन्छ । यातायात, मालपोत, नापी, भन्सार, अदालत आदिमा समेत यस्तै दृश्य हेर्न सकिन्छ । निर्वाचनमा पनि यस्ता दलाली किन नहोस् ? गाउँ-गाउँमा रांगा र खसीहरू ढालिन्छन्, विहान र बेलुका चिया पसलहरूमा भन्दा साँफका भड्डी पसलहरू भरिभराउ हुन्छन्, क्लब, पुस्तकालय तथा युवा संघको कार्यालयहरूमा खेलकूदका नयाँ सामान र सामग्री भित्रिन्छन्, भोपडीमा पनि नयाँ सारी र हजारका नोट भेटिन्छन् । यस्ता पाएका सरसामान र रूपैया कति दिन चल्ला ? भोलि त फेरि कमाइ कै भर हुन्छ । के एक दिन मीठो खाएर वर्षौवर्षका अधिकारलाई गुमाने त ! यस्ता काम त विवेकहीनै मतदाताबाट सम्भव हुन सक्छ । त्यसैले यस्ता विवेकहीन मतदाता नबनौं । आफ्ना मतलाई सही ठाउँमा प्रयोग गरेर सही व्यक्ति छनौट गर्दा विकासका कामहरू घर दैलोमा छिट्टै

पिलाउने काम गर्छन । लता/कपडा बाँड्छन् । यति गर्दा पनि नपुग्दा अग्रिम विभिन्न किसिमका प्रलोभन दिने गर्छन । त्यतिबाट नभएर केही गुण्डा नाइकेहरूद्वारा धाक/धम्की दिने काम पनि गरेका हुन्छन् । यो त अहिले सामान्य कुरा भै सकेको छ । कम आय भएका व्यक्तिहरू निर्वाचनमा जान्ने सक्दैनन् । आजको समयमा निर्वाचनमा उम्मेदवार बन्न कम्तीमा एउटा क्षेत्रका लागि ५-१० करोड रूपैया साधारण कुरो हो । जित्नेले जित्छ अन्य सबै हार खाएर आ-आफ्ना घर फर्किन्छन् । निर्वाचनलाई एउटा जुवाको क्षेत्र बनाएर छोडेका छन् । यसरी टिककापट्टामा हुने निर्वाचनले कसरी एउटा इमान्दार व्यक्तिलाई निर्वाचन जिताउन सक्छ । ठाउँ/ठाउँमा भ्रष्टाचारी छन् । टिकट लिने दिनदेखि नै लेन्देन शुरु भैहाल्छ । पार्टीका अधिकांश नेता पार्टीबाट टिकट किनेर नै निर्वाचन लडेका हुन्छन् । निर्वाचनको क्षेत्रमा आउँदा आउँदै कैयौं लाख खर्च भई सकेको हुन्छ ।

निर्वाचन टिकट पाउनेदेखि कै दिनबाट भोज भतेर शुरु भै हाल्छ । के देखिन्छ भने नेपाल गरिब भए पनि निर्वाचन ताका सबै उम्मेदवार अभिरी प्रदर्शन गरेका हुन्छन् । कोभन्दा को कम पता लगाउन कठिनाई हुन्छ । पार्टीहरू पनि आ-आफ्ना उम्मेदवारलाई वाहवाही गरेका हुन्छन् । यही राजनीतिको फोहरी खेल र राजनीतिलाई यस्ता फोहरी खेलमा फसाउने नेता तथा पार्टीहरू कहिले पनि जनतासँग गरेको बाचा पूरा गर्न सक्दैन । राजनीति त एउटा त्याग हो । राजनीति भनेको एउटा आदर्श हो । राजनीति एउटा नमूना हो । यसका नेताहरूका व्यवहार सादा जिन्दगी तथा उच्च विचारसँग सम्बन्धित हुनु पर्छ । राजनीति एउटा त्यागको नाम हो । जनता सामुने गरेका बाचा जसरी पनि पूरा गर्ने प्रयासमा लाग्नु नै नेताको मूल काम हो । यहाँ नेताहरू जनताका शासक ठान्दछन् । उनीहरू वास्तवमा जनताका सेवक हुन् । जबसम्म नेताहरू जनताको सेवकको भूमिकामा आउँदैनन् तबसम्म देश बन्दैन । हाम्रो देशमा केही नेताको नाम बडो आदरपूर्वक लिने गरिन्छ । उदाहरणको रूपमा विपी कोइराला, पुष्पलाल श्रेष्ठ, मनमोहन अधिकारी, गणेशमान सिंह, सुशील कोइराला, मदन भण्डारी लगायत यस्तै अन्य नेताहरूलाई लिन सकिन्छ । यिनीहरू मध्ये कतिवै प्रधानमंत्री पदा बस्दा पनि कुनै भ्रष्टाचारको काम गरेको देखिएन । यस मध्येका कतिपय नेता त पदमा जान मानेनन् । कति त्याग रहेछ । आजका नेताहरू पदकै लागि होड मच्चाएर पार्टी फोड्ने सम्मको कामबाट पछि पर्दैनन् । अहिले संविधान जोगाउन पार्टीबाट विद्रोह गरी नयाँ पार्टी निर्माण गरेर संविधान जोगाउन गरेका प्रयासलाई कम त्याग मान्न सकिँदैन । अहिले देशमा हुन लागेको निर्वाचनमा संविधान पक्षीय र संविधान विरोधी बीचको जनमत संग्रहको रूपमा समेत लिन सकिन्छ । हेर्दै जाऔं, जनता कसलाई साथ दिन्छन्- अग्रगामी कि प्रतिगामीलाई । यी दुवै कितामा बस्ने पार्टीहरू आ-आफ्ना कितामा बसेर जनतासँग आफ्ना मत माँगि रहेका छन् । लोकतन्त्रमा जनताको मत नै सबैभन्दा ठूलो निर्णायक शक्ति हुन्छ । यसलाई कुनै पार्टीले विर्सनु हुँदैन ।

निष्कर्षमा के भन्न सकिन्छ भने मङ्सिर ४ गतेमा हुने निर्वाचनलाई आ-आफ्ना ठाउँबाट कसरी निर्वाचन निष्पक्ष तथा भ्रष्टाचाररहित होला, त्यतिर देशका सबै बुद्धिजीवी, शिक्षक, प्राध्यापक, निवृत्तसक, किसान, विद्यार्थी, राष्ट्रसेवक, मजदूर, अभिभावक लगायत अन्य तर्फका सबै मिलेर निष्पक्ष निर्वाचनका लागि आ-आफ्ना ठाउँबाट आवाज बुलन्द गरौं । यहाँबाट देशलाई भ्रष्टाचारमुक्त बनाऔं । इतिश्री ।

लेखक त्रिविका अवकाशप्राप्त सह-प्राध्यापक तथा अन्वेषक हुन् ।

सम्पादकीय

विश्वविद्यालय खेल होइन्

मधेश प्रदेश सरकारले सप्तरी जिल्लाको राजविराजमा स्थापना गरेको मधेश कृषि विश्वविद्यालयलाई खेलाञ्चीको थलो बनाउन थालेको छ । विश्वविद्यालय कुनै निजी विद्यालय जस्तो बालबालिकाको भविष्यसित खेलवाड गर्ने थलो होइन । नेपालमा संघीय सरकारले स्थापना गरेको कृषि विश्वविद्यालय अलपत्र परे जस्तै मधेश कृषि विश्वविद्यालयलाई पनि अलपत्र पार्ने प्रयास भइरहेको छ । चुनाव आउने र जाने विषय हो । लोकतन्त्रको सबै भन्दा ठूलो पूर्वको रूपमा चुनावलाई लिने गरिन्छ । चुनावमा जितहार जनताको मतले हुनेछ । कसैको पक्षमा वातावरण बनाउन अथवा विगान विश्वविद्यालयलाई प्रयोग गर्नु अपराध नै हो । विश्वविद्यालयमा हाल उपकुलपति र रजिष्ट्रार बाहेक कर्मचारी छैनन् । विश्वविद्यालयको शैक्षिक कार्यक्रम तयार हुँदा त्यसलाई विश्वविद्यालयको प्राज्ञिक सभाबाट पारित गराउनु पर्छ । नेपालको कुनै विश्वविद्यालय र भारतको समेत विश्वविद्यालय लगायत संसारकै विश्वविद्यालयबाट 'अनर्स' हटिसकेको छ । संसारको अधिकांश विश्वविद्यालयसित सम्बन्धन भएको नेपालको त्रिभुवन विश्वविद्यालयको कुनै विभागमा अनर्स छैन । शिक्षाध्यक्ष (रेक्टर) समेत नरहेको, विश्वविद्यालयको प्राज्ञिक सभाको गठन समेत नभएको, प्राध्यापक र कर्मचारीहरूको दरबन्दी कायम गर्ने र त्यसको भर्ना प्रकृया समेत सुरु नभएको अवस्थामा कृषि विश्वविद्यालयले अध्यापन गराउने स्थलको समेत यकिन नगरी बीएससी एमबी(अनर्स)मा अनलाइन भर्ना खुल्ला गरेको छ । अनलाइन फारम भर्ना २ हजार शुल्क राखिएको छ । शुल्क निर्धारण पनि भीसी र रजिष्ट्रारले गर्ने विषय हुँदैन । विश्वविद्यालयको गरिमालाई कायम राख्न सम्पूर्ण प्रकृया र पढाईलाई पालना गर्नुपर्छ । फेकल्टी नै निर्माण नभएको अवस्थामा भीसी र रजिष्ट्रारले सस्तो लोकप्रियताका लागि विद्यार्थी भर्नाको चिन्तापन गरेका छन् । बेरित थालिएको सो कार्यले विश्वविद्यालयको स्तरमाथि नै भविष्यमा प्रश्न उठ्न सक्छ । विश्वविद्यालयको सबै भन्दा ठूलो सम्पति उसको गरिमा नै हो । भीसी र रजिष्ट्रारको कृपाकलापले समग्रमा विश्वविद्यालयलाई क्षति पुगेछ । मधेश प्रदेशमा हाल संघीय सरकारको मातहतको राजर्षिजनक विश्वविद्यालय, राजविराजको रामराजप्रसाद सिंह स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान छ । मधेश प्रदेश सरकारले मधेश विश्वविद्यालय वीरगञ्जमा, मधेश कृषि विश्वविद्यालय राजविराजमा र मधेश स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान जनकपुरधाममा स्थापना गरेको छ । मधेश स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानले प्रादेशिक अस्पताल कञ्जगरी सर्वसाधारणका लागि उपलब्ध हुने स्वास्थ्य सेवालाई महँगो बनाएको छ । मधेश विश्वविद्यालय वीरगञ्ज एउटा विद्यालयको भवनमा बोर्ड भण्डुड्याइएको अवस्था छ । त्यहाँ एकजना भीसी बाहेकका पदाधिकारीहरू छैनन् । मधेश कृषि विश्वविद्यालय राजविराजमा भीसी र रजिष्ट्रार छन् । त्यहाँ पनि रेक्टर लगायतका कर्मचारी, प्राध्यापकहरू छैनन् । विश्वविद्यालय कार्यकारिणी समिति अथवा प्राज्ञ सभाको गठन नै भएको छैन । तर चुनावको मुखमा विश्वविद्यालयले विद्यार्थी भर्ना खोलेको छ । मंसिर २८ गते सम्मको समयमा विद्यार्थीहरूको छनोट पनि भीसी र रजिष्ट्रारले मात्र गर्ने अवस्था छ । विश्वविद्यालयको प्रतिष्ठासित खेलवाड नगरो ।



डा. रामदेव पण्डित आयुर्वेद चिकित्सक

अधिकांश नेपालीले मुख्य खानाका रूपमा भातलाई नै लिने गरेको पाइन्छ । पेटभरि भात नखाइ राम्रोसँग निन्द्रा नै लाग्दैन भनेहरू पनि थुप्रै छन् । घरबाहिर कतै घुमाफिर गर्न जाँदा पनि मुख्य खानामा भात खाएरै रमाउँछन् । भात विना एक-दुई दिन बस्न पनि मुस्किल हुन्छ भने फैं गर्छन् । नेपालमा कुनैबेला अधिकांशले सकेसम्म पहाडतिर भात र तराईतिर रोटी खाने गरेको पाइन्छ्यो । दैनिक साँफ बिहानै खाइने भात र रोटी नेपालीहरूको मूल खाना थियो । अहिले तराईतिर रोटी खानेहरूले पनि भात नै खान थालेका छन् । भात वा रोटी नै नेपालीहरूले बच्चेदेखि खाँदै आएकोले जबसम्म यी दुईमध्ये कुनै एक खाँदैनन् तब सम्म तृप्त भएको ठान्दैनन् । अरु जे जे खाए पनि तृप्तिका लागि भात वा रोटी नै खाने गर्दछन् । अधिकांश नेपालीले मुख्य खानाका रूपमा भातलाई नै लिने गरेको पाइन्छ । पेटभरि भात नखाइ राम्रोसँग निन्द्रा नै लाग्दैन भनेहरू पनि थुप्रै छन् । घरबाहिर कतै घुमाफिर गर्न जाँदा पनि मुख्य खानामा भात खाएरै रमाउँछन् । भात विना एक-दुई दिन बस्न पनि मुस्किल हुन्छ भने फैं गर्छन् । सामान्यतः भात भन्दा रोटी खान आम रूपमा निःशुल्क सुभाव दिने लिने गरेको पाइन्छ । के यो सही सल्लाह हो ? भात छोडेर रोटी खान सुरु गर्नु बुद्धिमानि हो त ? भात वास्तवमा भात र रोटी दुवैमा उस्ता उस्ता

मात्रामा कार्बोहाईड्रेट पाइन्छ । कार्बोहाईड्रेटको मात्राको आधारमा मात्र भात भन्दा रोटी उत्तम भन्नु सही होइन । दुवै अन्न हुन् । क्यालोरीको हिसाबले रोटी भन्दा भातमा अलि बढी क्यालोरी पाइन्छ । भातमा स्टार्च (सिम्पल कार्बोहाईड्रेट) हुन्छ जुन छिट्टै पच्य र फेरि छिट्टै भोक लाग्छ । रोटीमा प्रोटीन र फाइबरको मात्रा बढी हुन्छ जसले गर्दा पचन समय लाग्छ । भोक पनि ढिलो लाग्छ । पोषकतत्वको मात्रालाई तुलना गरी भन्नु पर्दा भात भन्दा रोटी उत्तम मान्नुपर्छ तर यहाँ ध्यान दिनुपर्ने कुरा भनेको यी दुवैमा हुने सोडियमको मात्रा हो । प्रत्येक १२० ग्राम गहुँमा ८० मि.ग्रा. सोडियम हुन्छ । सोडियम खान नहुने अवस्थामा रहेकाहरूका (जस्तै उच्च रक्तचापका रोगी) लागि रोटी सही छनोट हुन सक्दैन । रोटीमा क्याल्सियम, पोटासियम, आइरन, फस्फोरस आदि पनि रहेको हुन्छ । भातमा क्याल्सियम हुँदैन । साथै भातले शरीरमा गएर पोटासियम र फस्फोरसको तहलाई घटाउँछ । पचन समय लामो भएकाले रोटीले रातमा लामो समयसम्म सुगरको मात्रा सन्तुलित बनाइ रहन्छ । भात भन्दा रोटीमा धेरै पोषक तत्व हुन्छ भनेर मात्र हुँदैन । चामल र गहुँको गुणस्तर पनि हेरिनुपर्छ । सन् २०१८ र २०१९ मा नेशनल राईस रिसर्च इन्स्टिच्युट र इन्डियन ह्विट एण्ड बार्ली रिसर्च इन्स्टिच्युटले १६ प्रजातिको चामल र १८ प्रजातिको गहुँका सम्बन्धमा गरेको अध्ययन अनुसार ५० वर्ष अगाडिका चामल वा गहुँभन्दा हिजोआज उत्पादन हुने चामलमा जिङ्क २३.९८ प्रतिशतले र आइरन १६.७ प्रतिशतले कम पाइन्छ । त्यस्तै गहुँमा जिङ्कको मात्रा २९.४२ प्रतिशतले र आइरनको मात्रा १९.२ प्रतिशतले कम पाइन्छ । भात अस्वस्थकर कुरा कदापि होइन तर सही तरिकाले मात्रा मिलाएर खान सके हितकर एवं स्वस्थकर बनाउन सकिन्छ । सही तरिकाले



पकाएर भात खान सिके त्यो अस्वस्थकर नभई स्वस्थकर एवं स्वादिलो पनि हुन्छ । खासमा बिर्मीहरूका लागि आयुर्वेदमा भात पकाउने विभिन्न तरिका निर्देश भएको पाइन्छ जसलाई स्वस्थकर व्यक्तिको खान नभिले भने होइन । भात नभई नहुने व्यक्तिको लागि भात पकाउने यो आयुर्वेदीय विधि निकै रोचक हुनसक्छ । आयुर्वेदिक विधिबाट पाके भात शरीर र मन दुवैको लागि सुखद हुन्छ, सन्तुष्टि दिन्छ । त्यसरी पाकेको भातमा वा भातसँग आवश्यक स्वाद अनुसार मसला, दाल एवं सब्जीहरू मिसाएर खान सके पाचनक्रिया गतीशील र तन्डुस्त हुन्छ । त्यस्तो भातको परिकार थोरै खाएर पनि पेट भरिन्छ र शरीरलाई आवश्यक ऊर्जा पनि आपूर्ति हुन्छ । शरीरलाई सम्यक पोषण पनि प्राप्त हुन्छ । ती विधि एवं परिकारहरूले कुनै प्रकारको हानी नोक्सानी पनि गर्दैन ।

बचेको तरल पदार्थलाई माड भनिन्छ । यसलाई भातको सट्टामा आवश्यकता अनुसार मर मसला राखेर सब्जीहरूसँग खान सकिन्छ । २) **पेयः** १४ भाग पानी र एक भाग चामल राखेर पकाउनु पेय हो । यसलाई पनि भातको सट्टामा मर मसला राखेर सब्जीहरूसँग खान सकिन्छ । ३) **यवगुः** ६ भाग पानी र १ भाग चामल राखेर पाके परिकारलाई यसगु भनिन्छ । यसलाई भातको सट्टामा आवश्यक मर मसला राखेर सब्जीहरूसँग खान सकिन्छ । ४) **विलेपीः** ४ भाग पानी र १ भाग चामल राखी पाके परिकार विलेपी हो । यसलाई खिचडी पनि भन्न सकिन्छ । यसलाई भातको सट्टामा मर मसला राखेर सब्जीहरूसँग खान सकिन्छ । ५) **ओदनः** २ भाग पानी र १ भाग चामल

राखेर बनाइने परिकारलाई ओदन भनिन्छ । यसलाई पनि मर मसला राखेर सब्जीहरूसँग खान सकिन्छ । हाम्रो परम्परागत रोटी पकाउने विधिलाई बदल्न सके रोटी खान मन नपराउनेले पनि रोटी मन पराउन थाल्छन् । ती विधिहरूलाई दैनिक जीवनमा अपनाउन सके रोटी खाई खाई वाक्क भएकाहरूले पनि रमाइलो मानी रोटी खान सक्छन् । रोटी बनाउन विभिन्न थरिका पिठो प्रयोग हुने गरेको छ । गहुँको पिठो (चोक्कर सहित), मैदा (चोक्कर रहित), चामलको पिठो, बेसन (चनाको दालको पिठो), मकैको पिठो, जौको पिठो, कोदोको पिठो, फापरको पिठो, आदि सबै खालका पिठोको आ-आफ्नै विशेषता छ । यी सबै फरक फरक पिठोमा पोषक तत्वहरू पनि फरक फरक प्रकारको मात्र नभएर ती तत्वहरूको मात्रा पनि फरक हुन्छ । रोटीलाई फुल्का, चपाती

आदि नामले पनि सम्बोधन गरिन्छ । रोटीका लागि वेसनको पिठोलाई सबै भन्दा उत्तम मान्न सकिन्छ । वेसनमा बोसो एवं कार्बोहाईड्रेटको मात्रा अति नै कम हुन्छ । भिटामिन एवं मिनरल्स प्रचुर मात्रामा पाइन्छन् । वेसनमा फाइबर पनि हुन्छ । वेसनको रोटीले शरीरको कफ एवं पित्तलाई सन्तुलित बनाउँछ । १०० ग्राम वेसनमा ३५० किलो क्यालोरी ऊर्जा, प्रोटीन २३.३३ ग्राम, फैट ३.३३ ग्राम, कार्बोहाईड्रेट ५६.६७ ग्राम, फाइबर ६.७ ग्राम, आइरन ४.५ मि.ग्रा., सोडियम १७ मि.ग्रा., आदि अन्य धेरै पोषक तत्वहरू रहेका हुन्छन् । वेसनमा कोलेस्ट्रॉल शून्य मात्रामा हुन्छ अतः यो हृदयको स्वास्थ्यका लागि पनि हितकर हुन्छ । पिठोहरू मध्ये मैदाको पिठोको रोटी सर्वथा अस्वस्थकर हुन्छ । चोक्करसहितको पिठो मैदा जस्तो अस्वस्थकर भने हुँदैन । अरु खाले पिठोको रोटी कहिलेकाहीँ खाँदा शरीरमा नुपुगेको तत्वहरूको आपूर्ति पनि हुन्छ साथै स्वाद पनि फेरिन्छ, परिकारको विविधताले खानापिन रमाइलो बन्छ । रोटी कै अर्को परिकार पराठा तेल राखेर बनाइने हुँदा त्यो त्यति स्वस्थकर हुँदैन । पराठा भन्दा सादा रोटी नै बढी स्वस्थकर हुन्छ । भात वा रोटीसँग खाइने खानेकुराहरूले पनि त्यसलाई स्वस्थकर वा अस्वस्थकर बनाउने गर्दछ । भात वा रोटी कस्तो खाले चामल वा पिठोले बनेको हो ? बनाउने प्रक्रिया कस्तो हो ? त्यसमा केही मिसाइएको छ कि ? त्यसलाई केसँग खाइयो ? खाँदा चपाइँचपाइँ खाइएको हो कि होइन ? खाने बेलामा व्यक्तिलाई भोक कतिको थियो ? व्यक्तिलाई कुनै रोग पो लागेको थियो कि ? कति मात्रामा खाइएको हो ? आदि धेरै कुराहरूले प्रभाव पार्ने हुन्छ । निष्कर्षमा भन्नु पर्दा भात वा रोटीको आ-आफ्नै गुण एवं दोष छन् तर तुलनात्मक रूपमा रोटी भात भन्दा धेरै दृष्टिकोणले स्वस्थकर देखिन्छ । श्रोतः आयुर्वेद-स्वतन्त्र समाचार

जी-ट्वन्टी शिखर सम्मेलन

गम्भीर विश्वव्यापी आर्थिक चुनौतीको सामनाका लागि प्रतिवद्धता

सिन्धवा

इन्डोनेसिया। जी-ट्वन्टी सम्मेलनको १७औं शिखर सम्मेलनले विश्वव्यापी आर्थिक चुनौतीको सामना गर्न सहयोग गर्ने आफ्नो प्रतिवद्धता दोहोर्‍याएको छ।

दुई दिन शिखर सम्मेलनको अन्त्यमा पारित घोषणापत्रमा जी-ट्वन्टी सम्मेलनले विश्वव्यापी आर्थिक पुनरुत्थान, विश्वव्यापी चुनौतीहरूको सामना गर्न र सबल, दिगो, सन्तुलित र समावेशी विकासको जग बसाल्न सहयोग आवश्यक रहेको बताएका छन्।

सम्मेलनले विकासशील देशहरू, विशेष गरी कम विकसित र साना

टायु विकासशील देशहरूलाई विश्वव्यापी चुनौतीहरूको सामना गर्न र दिगो विकास लक्ष्यहरू प्राप्त गर्न सहयोग गर्न प्रतिवद्ध रहेको बताएको छ।

नेताहरूले रोजगारी र वृद्धि प्रदान गर्ने सुदृढ, समावेशी र लचिलो विश्वव्यापी पुनरुत्थान र दिगो विकास हासिल गर्न समन्वय गर्ने बताएका छन्।

यसैबीच, समूह बीसका नामले परिचित विश्वका प्रमुख विकासित एवम् उदीयमान अर्थतन्त्रहरूलाई जोड्ने रणनीतिक बहुपक्षीय मञ्च जी-ट्वेन्टीको सत्रौं शिखर सम्मेलनले समूहको अध्यक्षता भारतलाई

हस्तान्तरण गरेको छ। समूहका अध्यक्ष एवम् इण्डोनेसियाका राष्ट्रपति जोको विडोडोले बुधबार शिखर बैठक समापन समारोहमा भारतका प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीलाई औपचारिकरूपमा समूहको अध्यक्षता हस्तान्तरण गर्नुभएको हो।

जी ट्वेन्टीको अध्यक्षता सम्हाल्नु भारत र हरेक भारतीय नागरिकका निमित्त गर्वको विषय भएको बताउँदै अठारौं शिखर सम्मेलन भारतका विभिन्न शहरमा आयोजना गरिने तथा समूहलाई परिवर्तनको संवाहक बनाउन उत्प्रेरक भूमिका निर्वाह गर्ने प्रतिवद्धता व्यक्त गर्नुभयो।

आरिफ र गुलशनको ब्याटिङमा नेपाल विजयी

टुडे समाचारदाता

काठमाण्डु। आरिफ शेख र गुलशन भाले अर्धशतकीय साभेदारी गरेपछि नेपालले दोस्रो एकदिवसीय अन्तर्राष्ट्रियमा यूईलाई ३ विकेटले पराजित गरेको छ। आरिफ र गुलशनले सातौं विकेटको साभेदारीमा ६२ रन जोडेपछि नेपालले १ सय ९२ रनको लक्ष्य ४७.५ ओभरमा पूरा गर्‍यो।

गुलशनले ३७ रन बनाए। उनले ४९ बल खेल्दै ४ चौका र १ छक्का प्रहार गरे। आरिफ ३३ रनमा अविजित रहे। उनले ५८ बल खेल्दै ३ चौका प्रहार गरे। विजयी चौका प्रहार गरेका सोमपाल १६ बलमा १६ रन बनाए। उनले २ चौका प्रहार गरे।

यो नतिजासँगै नेपालले तीन खेलेको शृंखला १-१ बराबरीमा ल्याएको छ। पहिलो खेलमा नेपाल ८४ रनले पराजित थियो। तेस्रो तथा अन्तिम खेल शुरुबार हुनेछ। नेपालको सुरुआत राम्रो थिएन। अर्जुन साउद इनिङ्सको चौथो बलमै थर्डमा क्याच दिन पुगे। अर्का ओपनर आसिफ शेख टप एज लागि ६ रनमा आउट भए भने कप्तान रोहित पौडेलले पनि ८ रनमात्र बनाउन सके।

पूर्वकप्तान ज्ञानेन्द्र मल्लले चार सुन्दर चौका प्रहार गर्दै ५९ बलमा २६ रन बनाए। दीपेन्द्रसिंह ऐरी १३ रनमा आउट भए। कुशल भुर्तेलको इनिङ्सले नेपाली ब्याटिङमा आशा देखाएको थियो। उनले ५२ बल खेल्दै ६ चौका प्रहार गरे। ज्ञानेन्द्र र आरिफ दुवैले आफ्नो इनिङ्सका क्रममा एकदिवसीय अन्तर्राष्ट्रियमा ५ सय रन पूरा गरेका थिए।

यसअघि उत्कृष्ट पुनरागमन गर्दै नेपालले यूईलाई टुलो स्कोर जानबाट



रोकेको थियो। पहिलो १० ओभरमा बिना क्षति ७० रन जोडेर आक्रामक सुरुआत गरेको यूईलाई नेपालले ४३.२ ओभरमा १ सय ९१ रनमा अलआउट गरेको थियो। ललित राजवंशी र सोमपाल कामीले ३-३ विकेट लिँदै यूईको मध्यक्रमलाई भत्काएका थिए। ललितले १० ओभरमा ४१ र सोमपालले ७.२ ओभरमा ३५ रन खर्चे। करण केसी, गुलशन भा, दीपेन्द्रसिंह ऐरी र कुशल भुर्तेलले १-१ विकेट लिए। मोहम्मद वासिम र वृत्त अर्भन्दले टस जितेर ब्याटिङमा आएको यूईलाई उत्कृष्ट सुरुआत दिलाएका थिए। उनीहरूले १२ ओभरभित्र ७२ रन जोडेका थिए।

वृत्तलाई २५ रनमा आउट गरी नेपालले पहिलो विकेट लिएको थियो। दीपेन्द्रको बलमा सोमपालले मिडविकेटमा क्याच लिएपछि वृत्त ३९ बलमा २५ रन बनाई आउट भए। वासिमले ५० रन बनाए। उनी ललितको एकदिवसीय अन्तर्राष्ट्रियमा पहिलो सिकार भए। वासिमले ४६ बल खेले ३ चौका र ४ छक्का प्रहार गरे। सोमपालले पूर्वकप्तान रोहित मुस्ताफालाई ४ रनमा बोल्ड गरे। ललितले जस्तै कुशलले पनि एकदिवसीय अन्तर्राष्ट्रियमा आफ्नो पहिलो विकेट लिए। कुशलको लेग स्पिनमा यूईका कप्तान सीपी रिजवान

२२ रनमा रोहितबाट समाति। रिजवानले ३४ बल खेले २ चौका प्रहार गरे। एलिसन सराफुले ३५ रन बनाए। उनले ४३ बल खेले ३ चौका प्रहार गरे। डेब्यु गरिहेका विष्णु सुकुमर १५ रनमा आउट भए। बसिल हामिदले २६ बल खेले १ चौका र २ छक्का प्रहार गरि २४ रन जोडे। पहिलो खेलमा ८४ रनले पराजित भई तीन खेलको शृंखलामा पछाडि परेको नेपाली टोलीमा एक परिवर्तन गरिएको छ। हरिशंकर शाहको स्थानमा आरिफ शेखलाई ल्याइएको छ। हरिशंकरले पहिलो खेलबाट एकदिवसीय अन्तर्राष्ट्रियमा डेब्यु गरेका थिए।

भारतलाई जी ट्वेन्टीको अध्यक्षता हस्तान्तरण



एएनआई

बाली। समूह बीसका नामले परिचित विश्वका प्रमुख विकासित एवम् उदीयमान अर्थतन्त्रहरूलाई जोड्ने रणनीतिक बहुपक्षीय मञ्च जी ट्वेन्टीको सत्रौं शिखर सम्मेलनले समूहको अध्यक्षता भारतलाई हस्तान्तरण गरेको छ।

सम्मेलनले समूहको अध्यक्षता भारतका विभिन्न शहरमा आयोजना गरिने तथा

शिखर बैठक समापन समारोहमा भारतका प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीलाई औपचारिकरूपमा समूहको अध्यक्षता हस्तान्तरण गर्नुभएको हो।

जी ट्वेन्टीको अध्यक्षता सम्हाल्नु भारत र हरेक भारतीय नागरिकका निमित्त गर्वको विषय भएको बताउँदै अठारौं शिखर सम्मेलन भारतका विभिन्न शहरमा आयोजना गरिने तथा

समूहलाई परिवर्तनको संवाहक बनाउन उत्प्रेरक भूमिका निर्वाह गर्ने प्रतिवद्धता व्यक्त गर्नुभयो।

सम्मेलनले समूहको अध्यक्षता पाएको भारतले त्यसलाई समावेशी, महात्वाकांक्षी, निर्णायक एवम् कार्यउन्मुख बनाउने दृढता उहाँले व्यक्त गर्नुभयो।

त्यसअघि उहाँले 'डिजिटल' रूपान्तरणबारे मतव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो।

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का सदस्यसचिव गुरुडलाई स्पष्टीकरण

काठमाण्डु। निर्वाचन आयोगले राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का सदस्यसचिव टुडुकलाल घिसडलाई नेकपा (माओवादी केन्द्र) को प्रचारप्रसारमा संलग्न रहेको विषयमा स्पष्टीकरण सोधेको छ। सदस्यसचिव घिसडले रामेछाप जिल्लामा सो दलको प्रचारप्रसारमा संलग्न रहेको विषयमा उजुरी परेपछि आयोगले २४ घण्टाभित्र निर्वाचन आयोगमा प्राप्त हुने गरी लिखित स्पष्टीकरण पेश गर्न पत्र पठाएको हो।

निर्वाचन आचारसंहिता, २०७९ को दफा ७ को खण्ड (क) अनुसार नेपाल

सरकार, प्रदेश सरकार र स्थानीय तहअन्तर्गतका निकाय, अर्धसरकारी तथा सार्वजनिक संस्था र सोमा कार्यरत कर्मचारीले कुनै राजनीतिक दल वा उम्मेदवारको पक्ष वा विपक्षमा प्रचारप्रसारमा संलग्न हुन वा प्रचारप्रसार गर्न हुँदैन। घिसडलाई निर्वाचन आयोग ऐन, २०७३ को दफा २३ को उपदफा (३) बमोजिम जरिवाना र ऐनको दफा ४४ बमोजिम विभागीय कारबाही हुन सक्ने भएकाले उक्त कारबाही किन हुनु नपर्ने हो? भनी स्पष्टीकरण सोधिएको छ। रासस

नेपालले पाकिस्तानलाई हरायो

काठमाण्डु। अन्तर्राष्ट्रिय मैत्रीपूर्ण फुटबल खेलमा नेपालले पाकिस्तानलाई पराजित गरेको छ। त्रिपुरेश्वरस्थित दशरथ रञ्जालामा

हो। यस जितसँगै नेपालले दशरथ रञ्जालामा ५० औं खेल पूरा गर्‍यो। यसअघि दशरथ रञ्जालामा सन् १९८४ मा

खेलको थियो। नेपालको जितमा अञ्जन विष्ट नायक बने। उनले खेलको ८२ औं मिनेटमा गरेको एक गोल नै नेपालको लागि निर्णायक गोल सावित भयो। सुनिल बलको पासलाई सदुपयोग गर्दै अञ्जनले गोल गरेका थिए।



आज भएको खेलमा नेपालले पाकिस्तानलाई १-० गोअन्तरले पराजित गर्दै विजयी भएको

आयोजना भएको पहिलो दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामा नेपालले औपचारिक खेल

पाकिस्तान विश्व फुटबलको सर्वोच्च निकाय (फिफा) को निलम्बन फुक्नुवा भएपछि पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय खेल खेल्न नेपाल आएको हो। नेपालले पहिलो पटक पाकिस्तानसँग सन् २०१८ मा खेलेको थियो। बङ्गलादेशको ढाकामा भएको साफ च्याम्पियनसिपमा नेपाल पाकिस्तानसँग २-१ गोलअन्तरले पराजित भएको थियो। रासस

बङ्गलादेशको प्रतिव्यक्ति आय वृद्धि

सिन्धवा

ढाका। बङ्गलादेशको प्रतिव्यक्ति आय वृद्धि अघिल्लो वर्षको तुलनामा बढेको छ।

आर्थिक वर्ष २०२१/०२२ (जुलाई २०२१ देखि जुन २०२२) को बङ्गलादेशको प्रतिव्यक्ति आय दुई हजार ८२४ अमेरिकी डलर पुगेको बुधबार सार्वजनिक पछिल्लो आधिकारिक तथ्याङ्कले देखाएको छ। अघिल्लो आर्थिक वर्ष २०२०-०२१ (जुलाई २०२० देखि जुन २०२१) मा बङ्गलादेशको प्रतिव्यक्ति आय दुई हजार ५९१ डलर रहेको थियो।

प्रधानमन्त्री शेख हसिनाको अध्यक्षतामा सोमबार बसेको मन्त्रिपरिषद्को बैठकमा प्रस्तुत गरिएको प्रतिवेदनअनुसार सन् २०२१/०२२ मा बङ्गलादेशको कूल गार्हस्थ्य उत्पादन वृद्धिदर ७.२५ प्रतिशत भएको छ। बङ्गलादेशको तथ्याङ्क विभागले आर्थिक वर्ष २०२१-०२२ मा देशको कूल गार्हस्थ्य उत्पादन चार खर्ब ६५ अर्ब डलर पुगेको जनाएको छ। बङ्गलादेशमा पछिल्लो समय इन्धन अभाव, उर्जा संकट र विश्वव्यापी खाद्यान्न समस्यालाग्यताका कारण आर्थिक मन्दी बढेको भन्दै यसलाई सम्बोधन गर्न विभिन्न तहमा बहस चलिरेहेको छ।

पोल्यान्डमाथि सुनियोजित आक्रमणको कुनै आभास देखिँदैन : नेटो प्रमुख

सिन्धवा

ब्रसेल्स। नेटोका महासचिव जेन्स स्टोलटेनबर्गले पोल्याण्डमा भएको घातक विस्फोट युक्रेनी विमानभेदी प्रतिरोधको परिणाम भएको बताउनुभएको छ। उहाँले युक्रेन युद्धको कारण घट्ने कुनैपनि दुर्घटनाको अन्तिम जिम्मेवारी रूसको हुनुपर्ने दावी गर्दै पोल्याण्डको सीमा क्षेत्रमा भएको विस्फोटमा पोल्याण्डविरोधी आक्रमणको कुनै आभास नभएको बताउनुभएको छ।

नेटोका राजदूतहरूको बैठकको

अध्यक्षता पछि स्टोलटेनबर्गले भन्नुभयो, 'यस घटनाको अनुसन्धान जारी छ, र हामीले यसको परिणामको प्रतीक्षा गर्न आवश्यक छ। तर हामीसँग यो जानाजानी गरिएको आक्रमणको परिणाम थियो भन्ने कुनै संकेत छैन।'

'हाम्रो प्रारम्भिक विश्लेषणले युक्रेनी हवाई प्रतिरक्षा क्षेप्यास्त्रले युक्रेनी भूमिको रक्षाका लागि रूसी क्रुज क्षेप्यास्त्र आक्रमणबाट बच्नका लागि प्रहार गरेको हुन सक्ने देखाएको छ,' नेटोद्वारा जारी विज्ञापितमा भनिएको छ।

टुडे समाचारदाता

जनकपुरधाम। अण्डर-१९ क्रिकेट प्रतियोगितामा धनुषा क्रिकेट टिम विजयी भएको छ। रौतहटको गोरमा जारी प्रदेश स्तरीय प्रतियोगितामा धनुषाले सो खेलमा महोत्तरीलाई १ सय ४६ रनले पराजित गर्दै धनुषा विजयी भएका छन्। धनुषा क्रिकेट टिमले पहिले ब्याटिङ गरेका थिए। धनुषाले ३४ ओभर ४ बलमा सबै विकेट गुमाएर महोत्तरी समक्ष २०६ रनको लक्ष्य प्रस्तुत गरेको थियो।

महोत्तरी क्रिकेट टिम निकै कमजोर प्रदर्शन गरेका थिए। महोत्तरीका खेलाडीहरू १८ ओभर ५ बलको सामना गर्दै सबै विकेट गुमाएर मात्र ५९ रन बनाउन सकेका थिए। धनुषाका लागि अकबर अल्लिने सर्वाधिक ५७ बलमा ४५ रन, अभिजित मण्डलले २१ बलमा ३४ रन र रजित यादवले २९ बलमा २७ रनको योगदान दिएका थिए। धनुषाका



साजन यादव र मनोज यादवले १९/१९ रन बनाएका थिए। विक्रान्त यादवले १५

र रुषेश यादवले १४ रन बनाएका थिए। धनुषाका यी बाहेक अन्य ब्याट्स म्यानले

दोहोरो अंकमा रन बनाउन सकेनन्। महोत्तरीको लागि बलिङ गर्दै रमन मण्डलले तीन ओभर चार बलमा २३ रन खर्चेर तीन विकेट, नितेश यादव, प्रसिद्ध दास र दीपेशले दुई/दुई विकेट लिएका थिए। ब्याटिङमा महोत्तरीको खेलाडीहरू राम्रो प्रदर्शन गर्न सकेका थिएनन्। महोत्तरीका सुवासले १२ बलमा २१ रन र प्रसिद्ध दासले २५ बलमा १५ रन बनाए। महोत्तरीका अन्य ब्याट्स म्यानले दोहोरो अंकमा रन बनाउन सकेनन्। धनुषाका लागि बलिङ गर्दै रुषेश यादवले ६ ओभर ५ बलमा मात्र ८ रन खर्चेर पाँच विकेट लिए। यादवले उत्कृष्ट बलिङ गरेका थिए। उनले तीन मेडन ओभर पनि गरेका थिए। खेलको म्यान अफ द म्याच पनि रुषेश नै घोषित भएका थिए। यस्तै धनुषा अभिजित मण्डल र विक्रान्त यादवले दुई/दुई विकेट लिएका थिए। प्रतियोगिताको बेस्ट ब्याट्स म्यान म्यानक यादव भएका थिए।

फुटबलले वर्तमान विश्वलाई एकताबद्ध गर्ने इन्फान्टिनोको विश्वास

एएफपी

बाली। फुटबलको फिफाका अध्यक्ष जिआनी इन्फान्टिनोले फुटबल एउटा खेलभन्दा पनि धेरै टूलो कुरा भएको र यसले मानिसहरूलाई एक ठाउँमा ल्याउने 'अद्वितीय जादुयी' शक्ति भएको बताउनुभएको छ। कतारमा हुने सन् २०२२ को फिफा विश्वकपको पूर्वसन्ध्यामा सिन्धवालाई दिएको विशेष अन्तर्वार्तामा इन्फान्टिनोले फुटबलले विश्वलाई एकताको सन्देश दिने बताउनुभएको हो।

फुटबल प्रतियोगिताको आनन्द लिन आह्वान गर्नुभएको छ। उहाँले भन्नुभयो, 'विश्वकप खुशी र एकताको अवसर हुनुपर्छ। यसले आशाको सन्देश दिनुपर्छ।' फिफा प्रमुख इन्फान्टिनोले थपनुभयो, 'फुटबल पनि एक महत्वपूर्ण आर्थिक गतिविधि हो। यसको विश्वव्यापी कूल आम्दानी सबै अर्ब अमेरिकी डलर छ। यसले लाखौं रोजगारी सिर्जना गर्दछ र आर्थिक वृद्धिलाई बढावा दिन्छ।' 'यो वृद्धि, आर्थिक वृद्धिको कुरा हो, उहाँले थपनुभयो। इन्फान्टिनोले कतारमा हुने फिफा विश्वकपमा विश्वको जनसंख्याको आधाभन्दा बढी अर्थात् पाँच अर्ब मानिसले अवलोकन गर्ने अपेक्षा गरिएको बताउनुभयो। सन् २०३१ मा फिफा महिला विश्वकप

आयोजनाका लागि चीनको योजना रहेको उल्लेख गर्दै इन्फान्टिनोले फुटबल क्लब र युवा फुटबलमा चीनको संलग्नतासँगै यो कदमले फुटबल विकासमा क्षेत्रीय असन्तुलनलाई सम्बोधन गर्न मद्दत गर्ने र खेलको समग्र विकासका लागि महत्वपूर्ण रहेको उहाँको धारणा थियो। इन्फान्टिनोले भन्नुभयो, 'फुटबलले मानिसको भावनालाई छुन्छ। यसले आवेगसँगै र समावेशीकरणलाई महत्त्व दिन्छ।' उहाँले भन्नुभयो, 'जब तपाईं केटी वा केटालाई बल दिनुहुन्छ, वा अलि टूलो उमेरको बालकलाई पनि बल दिनुहुन्छ, उनीहरू यसबाट खुसी हुन्छन्, मुस्कुराउन थाल्छन्। यसमा शत्रुतालाई एकतामा परिणत गर्ने गुण्य लुकेको छ।'

एएफपी जेरुसलेम। ओमानको तटीय क्षेत्रमा एक ट्याङ्करमा भएको आक्रमण 'इरानको उक्साहट' को परिणाम भएको र यसको उद्देश्य कतारमा विश्वकप सुरु हुनुअघि 'वतावरण बिगार्ने' रहेको एक इजरायली अधिकारीले बुधबार एएफपीसँग बताएका छन्। नाम नबताउने शर्तमा ती अधिकारीले भने, 'युक्रेनमा प्रयोग गर्नका लागि रूसलाई इरानले बेचेको वारहेडले सुसज्जित मानवरीहत विमान ड्रोन शाहेद

१३६ द्वारा ओमन तटीय क्षेत्रमा पानीजहाजमाथि आक्रमण भएको भेटिएको छ।' इ ज र ा य ली अधिकारीले इजरायली अर्बपति इदान ओफरको स्वामित्वमा रहेको ट्याङ्करमा भएको आक्रमण इजरायलविरुद्ध 'इरानी विजय' भएको भन्ने आरोपलाई अस्वीकार गरेका छन्। 'यो इजरायली ट्याङ्कर होइन,' ती अधिकारीले भने। इरान र इजरायल कटु शत्रु हुन् र दुई शक्तिराष्ट्रबीच 'छायौं

युद्ध' का कारण दुवै पक्षका पानीजहाजमाथि आक्रमणको लहर चलेको छ, जसमा उनीहरूले एकअर्कालाई दोष दिएका छन्। सन् २०२१ को जुलाई २९ मा ओमानको समुद्री तटबाट उडिरहेको एमभी मर्सेर स्ट्रिटमा इजरायलसँग जोडिएको ट्याङ्करमा भएको ड्रोन आक्रमणमा एक पूर्व बेलायती सैनिक र एक रोमानियाली नागरिकको मृत्यु भएको थियो। तेहरानले उक्त आक्रमणको जिम्मेवारी लिन अस्वीकार गरेको छ।

मतदातामा भ्रम फैलाउनेलाई कारबाहीको माग

मनोज माथी

राजविराज । टिकटक, फेसबुक लगायत सामाजिक सञ्जालमा जनमत पार्टीका कार्यकर्ताहरूले भ्रम फैलाई जनतालाई दिश्र्मित गर्ने कार्य गरिरहेको भन्दै जनता समाजवादी पार्टीले गम्भीर आपत्ति जनाएका छन् ।

सप्तरी क्षेत्र नम्बर २ बाट प्रतिनिधिसभा सदस्यका उम्मेदवार जसपा अध्यक्ष उपेन्द्र यादवले बोल्दै गरेको भिडियोमा जनमत पार्टीलाई समर्थन गरेको भन्दै नक्कली आवाज राख्न लगाई सामाजिक सञ्जाल मार्फत मतदातामा भ्रम फैलाउने कार्य हुँदै आएको हो ।

जसपा सप्तरीका अध्यक्ष केदारयादवले उम्मेदवारहरू चुनावी अभियानमा रहेको अवस्थामा सिके राउतका कार्यकर्ताहरूले निर्वाचन आचारसंहिताको समेत धञ्जी उडाउँदै सामान्य नैतिक आचरणको ख्याल नगरी गलत कार्य गर्न आफू ना कार्यकर्ताहरूलाई प्रोत्साहित गरेको प्रतिक्रिया दिएका छन् ।

चुनावी प्रतिस्पर्धा स्वस्थ हुनुपर्नेमा यस्ता गलत कार्य गरी मतदाताहरूमा भ्रम फैलाउनुले उक्त पार्टीको वास्तविक रूप



उदाङ्गो भएको बताउँदै उनले भने 'निर्वाचन आचारसंहिताको धञ्जी उडाउँदै हदैसम्मको निष्कृष्ट क्रियाकलाप भईरहेको पनि निर्वाचन आयोग लगायत सम्बन्धित निकायले चासो नलिनु अत्यन्तै दुःखद हो ।' सामाजिक सञ्जालमा पार्टी अध्यक्ष समेत रहेका जसपा अध्यक्ष उपेन्द्र यादव सहितका उम्मेदवार र कार्यकर्ताहरूलाई हदैसम्म गालीगलोज जस्तो क्रियाकलापमा संलग्नहरूलाई कारबाही गर्न उनले आग्रह गरेका छन् ।

आफूहरू हालसम्म मर्यादित रूपमा निर्वाचन आचारसंहिताको पालना गर्दैआएको र स्वस्थ प्रतिस्पर्धाको पक्षमा रहेको उनले बताए ।

जनमत लगायतका पार्टीका कार्यकर्ता वा भ्रम फैलाउने कार्यमा संलग्न जो कोहीको भ्रामक प्रचारबाजीमा नपर्न जसपाका जिल्ला अध्यक्ष यादवले सबैमा अपील गरेका छन् । चुनावी माहोललाई बिगार्ने कार्यहरू भइरहेकोले यस्तै सबै पक्षलाई चनाखो रहन उनले आग्रह गरेका छन् ।

‘आचारसंहिता भित्र रहेर सबैले काम गर्नुपर्ने’

दुडे समाचारदाता

राजविराज । निर्वाचन आयोगले तोकेको निर्वाचन आचारसंहिता भित्र रहेर सबैले काम गर्नुपर्नेमा जोड दिइएको छ । बुधवार राष्ट्रिय निर्वाचन

दिएका छन् ।

कार्यक्रममा मधेशी आयोगकी सदस्य आभासेतु सिंहले निर्वाचन आचारसंहिताको भित्र रहेर सबैले काम गर्नुपर्नेमा जोड दिँदै निष्पक्ष, स्वतन्त्र र भयरहित वातावरणमा

देखिने यथात अवस्थालाई समेटेर माथिल्लो निकायमा सत्यतथ्य रिपोर्टिङ गर्नुपर्नेमा जोड दिए ।

सप्तरीका मुख्य निर्वाचन अधिकृत हेमन्त रावलले निर्वाचनलाई स्वच्छ र मर्यादित बनाउन राजनीतिक दलका साथै सबै सरोकारवालाहरू जिम्मेवार बन्नु पर्नेमा जोड दिए ।

उनले निर्वाचन आचारसंहिताको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि सबै सरोकारवालाको भूमिका उत्तिकै महत्वपूर्ण रहेकोले आ-आफ्नो क्षेत्रबाट सहयोगका लागि अपिल समेत गरे ।

नियोक सप्तरीका संयोजक जंगबहादुर सिंहको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा आदिवासी जनजाती आयोगका अध्यक्ष रामबहादुर थापा मगर, समावेशी आयोगका सदस्य विष्णु ओझा, राष्ट्रिय मानवअधिकार आयोगकी सदस्य लिला थापा, प्रमुख जिल्ला अधिकारी भुम्रेन्द्र थापा, प्रहरी उपरीक्षक अविनायण काफ्ले लगायतले पनि निर्वाचन आचारसंहिताको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि अम्नाउनु पर्ने विधि बारे आ-आफ्नो धारणा राखेका थिए ।

चुनाव सम्पन्न भए मात्र देशले सही प्रतिनिधि पाउने बताइन् ।

मधेशी आयोगका अर्का सदस्य जितञ्ज साहले निर्वाचन पर्यवेक्षणमा खटिने प्रतिनिधिले कसैको पक्ष विपक्षमा नलागेर मतदान स्थलमा



पर्यवेक्षणसमिति (नियोक) सप्तरीले आयोजना गरेको 'प्रतिनिधिसभा तथा प्रदेशसभा सदस्य निर्वाचन २०७९ पर्यवेक्षणका लागि अभिमुखीकरण' कार्यक्रमका सहभागी बत्ताहरूले यस्तो जोड

चुनावमा सदर मत बढाउन नमूना मतदान



दुडे समाचारदाता

राजविराज । मंसिर ४ गते हुने प्रतिनिधि र प्रदेशसभा निर्वाचनमा बढेर मत प्रतियोगितामा मतदाता शिक्षासहित नमूना मतदान कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

बुधवार जिल्ला निर्वाचन कार्यालय सप्तरीले राजविराज नगरपालिका कार्यालय परिसरमा मतदाता शिक्षा कार्यक्रमसहित नमूना मतदान कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो ।

मतदाता शिक्षा कार्यकर्ताको प्रयोग गरी सचेतनाका लागि मतदाता शिक्षा र नमूना मतदान कार्यक्रमको आयोजना गरिएको जिल्ला निर्वाचन अधिकारी रमेशकुमार जोशीले बताए । मतदाता शिक्षा कार्यकर्ताले

निर्वाचनको महत्त्व र मतदान गर्ने तरिका सिकाएपछि नमूना मतदान कार्य सुरु गरिएको थियो ।

प्रतिनिधिसभा र प्रदेशसभा सदस्य निर्वाचनका लागि मतदान गर्ने योग्य १८ वर्षदेखि माथिका व्यक्तिहरूलाई सहभागी गराई नमूना मतदान गराइएको थियो । निर्वाचन प्रक्रियाकै ढाँचामा गरिएको नमूना मतदान कार्यक्रममा १ सय भन्दा बढी सर्वसाधारण सहभागी भएका थिए ।

चुनावमा सदर मत बढाउन, सुसुचित मतदाता तयार गर्न र मतको महत्त्व बुझाउन थालिएको नमूना मतदान कार्यक्रम जिल्लाका सबै पालिकामा पुऱ्याइएको जिल्ला निर्वाचन कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

दुडे समाचारदाता

राजविराज । निर्वाचन कार्यक्रम अनुसार आइतबार हुने निर्वाचनका लागि बिहीबार हुने १२ बजे देखी मौन अवधी सुरु हुँदैछ ।

त्यसैले मौन अवधी अगावै प्रचारप्रसार सकाएर मतदातालाई आफ्नो पक्षमा पार्ने अन्तिम प्रयास स्वर्ण यहाँ विभिन्न दलका उम्मेदवारहरूद्वारा घरदैलो, चुनावी सभा र रोड शो लगायतका गतिविधि तिर बनाएको छ ।

यसै क्रममा बुधवार सप्तरीको निर्वाचन क्षेत्र नं. २ को प्रतिनिधिसभा सदस्यतर्फ सतारुद गठबन्धनका साभ्ना उम्मेदवार जयप्रकाश ठाकुर र गठबन्धनमा आवद्ध प्रदेशसभा सदस्य २ को १ का उम्मेदवार सरोज मण्डल र २ को २ का उम्मेदवार उमेशप्रसाद यादवले संयुक्त रूपमा शक्ति प्रदर्शन गरेको छ ।

सतारुद गठबन्धनका उम्मेदवारलाई मत माग्दै रोड शोमा उत्रेका उम्मेदवारसहितको जुलुसमा स्थानियको उल्लेख

चौरसिया र कुर्मीबीच मुख्य प्रतिस्पर्धा

अनिल तिवारी

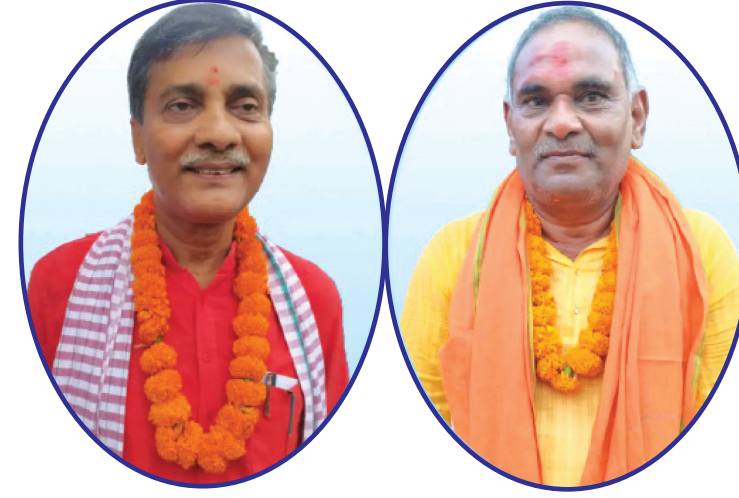
वीरगञ्ज । पर्सिका क्षेत्र नम्बर २ मा पाँच दलीय गठबन्धनबाट प्रतिनिधिसभा सदस्यका उम्मेदवार अजय चौरसिया, अन्य उम्मेदवारहरू भन्दा निककै भारी देखिएका छन् । नेपाली कांग्रेसका केन्द्रीय सदस्य समेत रहेका चौरसियाको पकड क्षेत्र मानिने क्षेत्र नम्बर २ मा उनीसंग प्रतिस्पर्धीमा कोही देखिएका छैनन् ।

पर्स २ मा प्रतिनिधिसभा सदस्यमा दलका ८ जना र स्वतन्त्र ३ गरी ११ जना उम्मेदवार रहेकोमा चौरसिया नै अहिलेसम्म सबै भन्दा अगाडि देखिएका छन् ।

५७ वर्षीय चौरसिया विद्यार्थी अवस्थादेखि नै राजनीतिमा संलग्न छन् । २०४६ सालदेखि पार्टीगत रूपमा सक्रिय भएका उनी २०४८ सालको आम निर्वाचनमा नेपाली कांग्रेसले टिकट नदिएपछि सद्भावना पार्टी प्रवेश गरी त्यही पार्टीको टिकटमा चुनाव लडेका थिए ।

निर्वाचनमा पराजित भएपछि नेपाली कांग्रेसमै फर्किएका चौरसियालाई २०५६ सालको आम निर्वाचनमा पर्स २ क्षेत्र नम्बर २ बाट कांग्रेसबाट उम्मेदवार भएर निर्वाचित भएका थिए । त्यही अवधिमा उनी २०५८ सालमा स्थानीय विकास मन्त्रालयको सहायक मन्त्रीसमेत बनेका थिए ।

राजनीतिक यात्रामा दुई पटक गरेर तीन महिना जेल जीवन समेत बिताएका चौरसिया २०६४ सालमा भएको पहिलो



संविधान सभा सदस्यको निर्वाचनमा पर्सको तत्कालीन क्षेत्र नम्बर ३ बाट संविधानसभा सदस्यमा निर्वाचित भएका थिए ।

२०७० सालको दोस्रो संविधान सभा सदस्यको निर्वाचनमा पराजित भएका चौरसिया २०७४ सालको प्रतिनिधिसभा सदस्यको निर्वाचनमा पनि तत्कालीन संघीय समाजवादी फोरमका बिमल प्रसाद श्रीवास्तवसँग पराजित भएका थिए ।

२१ हजार १ सय ६९ मतका साथ बिमल बिजयी हुँदा १९ हजार ७ सय ४ मतका साथ अजय दोस्रो स्थानमा रहेका थिए । चौरसिया यसपालि छैटौँ पटक चुनावी मैदानमा होमिएका छन् । २ पटक जित र

४ पटक हार बेहोरेका चौरसियाले यसपाली फेरि जित आफ्नो पक्षमा पार्ने देखिन्छ ।

हालसम्मको चुनावी माहोल अनुरूप चौरसिया अगाडि देखिए पनि उनलाई जनता समाजवादी पार्टी (जसपा) र नेकपा एमालेको गठबन्धनका उम्मेदवार सुनेन्द्र प्रसाद कुर्मीले पछ्याइरहेका छन् । तर माहौल हेर्दा चौरसियाको जित निश्चित देखिन्छ ।

गत स्थानीय तहको निर्वाचनमा लोसपाबाट मेयरका आकांक्षी रहेका कुर्मीले टिकट नपाएपछि लोसपाप्रति उनले लगातार असन्तुष्टि पोख्दै आइरहेका थिए । लोसपाबाट उपमेयरका उम्मेदवार पुरुषोत्तमलाल भट्टाको विरुद्ध षडयन्त्र गरेको भन्दै लोसपा जिल्ला कार्यसमितिले

कुर्मीलाई कारबाहीका लागि सिफारिस गरेको थियो । त्यसपछि असन्तुष्ट भएका कुर्मीले मनोनयन दर्ताको केही साता अगाडि मात्रै गुपचुप रूपमा जसपा प्रवेश गरेका थिए ।

यसअघि कहिले पनि चुनाव नलडेका कुर्मीलाई २ पटक निर्वाचित भइसकेका पूर्व मन्त्रीसमेत रहेका चौरसिया नै जित्ने पर्स २ का मतदाताहरू बताउछन् ।

क्षेत्र नम्बर २ मा जसपाबाट कुनै बलियो उम्मेदवार नभएपछि कुर्मीलाई उम्मेदवार बनाएको विश्लेषण यहाँको राजनीतिक वृत्तमा छ । राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा) का प्रभावशाली नेता स्वर्गीय गोबिन्द प्रसाद कुर्मीका छोरा कुर्मी जसपाका उम्मेदवार भए पनि उनको परिवार भने राप्रपामा आस्थावान परिवार हो ।

कुर्मीका भाइ जगरनाथ प्रसाद कुर्मी राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा) का केन्द्रीय सदस्य छन् । राप्रपाबाट स्थानीय तहको चुनावमा उपमेयरमा लडेको बिना जैसवाल उनकी बुहारी छन् ।

उनी राप्रपाबाट समानुपातिकमा प्रतिनिधिसभा सदस्यको उम्मेदवार पनि हुन् । यसले गर्दा कुर्मीलाई धेरैबाट असहयोग हुने स्पष्ट हुन्छ । किनभने यही क्षेत्रबाट राप्रपाका उम्मेदवार नरेश कुमार साह छन् । तसर्थ उनका भाइ, बुहार 'सिंहिका परिवारबाटै राप्रपालाई भोट जाने हुँदा कुर्मीले घरकै पारिवारिक भोट पनि नपाउने देखिएका छ ।

शिवपुजनलाई कारबाहीको चेतावनी

दुडे समाचारदाता

जनकपुरधाम । नेकपा माओवादी केन्द्रका नेता शिवपुजन रायलाई कारबाही गर्ने पार्टीले चेतावनी दिएको छ ।

बुधवार प्रदेश समितिका इन्चार्ज गणेश साहले विज्ञापित जारी गरेर उनलाई चेतावनी दिएको छ ।

उनलाई २४ घण्टाभित्र चित्त बुझ्दो स्पष्टीकरण बुझाउन पनि निर्देशन दिइएको छ ।

उनले सलाई निर्वाचन क्षेत्र ४ मा पाँच दलीय गठबन्धनको उम्मेदवारविरुद्ध गतिविधि गरेको विज्ञापितमा उल्लेख गरिएको छ ।

प्रदेश समिति सदस्यसमेत रहेका शिवपुजन स्वतन्त्र उम्मेदवारको मत मान्ने गरेका छन् ।

उनले २६ वर्षीय छोरी मधुमाला यादवलाई उम्मेदवार बनाइ मत मान्ने गरेका छन् । पार्टीले उनलाई सो कार्यप्रति सचेत गराएको छ ।

'गठबन्धनको पक्षमा भएको कुनै पनि गतिविधि तथा प्रचारप्रसारमा सहभागी नभएको



पाइएकाले २४ घण्टाभित्र चित्त बुझ्दो कारणसहित जवाफ दिनुहोला अन्यथा कारबाही भइ जाने व्यहोरा अनुरोध छ, विज्ञापितमा उल्लेख छ ।

यसअघि कार्तिक २४ गते पनि उनलाई पार्टीले सचेत गराएको थियो । यहाँ प्रतिनिधिसभामा पाँच दलीय गठबन्धनबाट नेपाली कांग्रेस

नागेन्द्र राय उम्मेदवार छन् । नेकपा एमाले-जसपा गठबन्धनबाट राकेश मिश्र उम्मेदवार छन् । नेपाली कांग्रेसले टिकट नदिदा निर्वर्तमान सांसद अमरेश सिंह पनि यहाँ स्वतन्त्र उम्मेदवारी दिएका छन् ।

महोत्तरी ४ मा प्रचार अभियान तीव्र

दुडे समाचारदाता

महोत्तरी । महोत्तरी-४ मा प्रतिनिधिसभा सदस्यमा दुई गठबन्धनले प्रचार प्रसार अभियानलाई तीव्र बनाएका छन् ।

महोत्तरी-४ मा सत्ता गठबन्धनबाट नेपाली कांग्रेसका केन्द्रीय सदस्य महेन्द्रकुमार राय र एमाले-जसपा गठबन्धनबाट जनता समाजवादी (जसपा) नेपालका केन्द्रीय सदस्य डा सुनेन्द्रकुमार यादवसहित प्रतिनिधिसभा सदस्य पदमा १४ उम्मेदवार रहेका छन् ।

जसपा स्वतन्त्र उम्मेदवारको संख्या छ रहेको छ । चुनावी प्रतिस्पर्धामा दुई गठबन्धनका अतिरिक्त जनमत पार्टी, राप्रपा, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी र राप्रपा नेपालसहितका दलका उम्मेदवार रहेका छन् ।

यद्यपि यहाँ निर्वर्तमान सांसद डा.यादव र नेका केन्द्रीय सदस्य रायबीच नै मुख्य प्रतिस्पर्धा हुने आकलन छ । निर्वाचनमा खुला प्रचारको अवधि सकिनेलाग्दा धेरैजसो अन्तिम आकर्षक सभाको तयारीमा जुटेका छन् । निर्वाचनको मतदान कार्यक्रम

प्रदेशसभा (२) मा १९ वडा छन् । महोत्तरी-४ प्रतिनिधिसभा क्षेत्रभित्रका दुई प्रदेशसभा क्षेत्रमध्ये प्रदेशसभा (१) र (२) मा क्रमशः सत्ता गठबन्धनबाट क्रमशः लोसपाका कौशलकुमार राय (यादव) र नेकपा (माओवादी केन्द्र)का लालेन्द्रकुमार मण्डल छन् । उनीहरूमध्ये राय यसअघि सोही प्रदेशसभा क्षेत्रबाट संघीय समाजवादी पार्टी (पछि जसपा)बाट निर्वाचित भए पनि यसपटक लोसपाबाट उम्मेदवार बनेका छन् । त्यसैगरी मण्डल विसं २०६४ को पहिलो संविधानसभा सदस्य थिए ।

यसैगरी एमाले-जसपा गठबन्धनबाट प्रदेशसभा क्षेत्र (१) मा एमालेका केन्द्रीय सदस्य सरोज यादव र (२) बाट जसपाका यसअघि सोही क्षेत्रबाट निर्वाचित प्रदेशसभा सदस्य सरोजसिंह कुशवाहा उम्मेदवार छन् । प्रदेशसभामा पनि यिनै दुई गठबन्धनबीच मुख्य प्रतिस्पर्धा हुने देखिन्छ ।

प्रदेशसभा क्षेत्र (१) मा तीन महिलासहित २५ उम्मेदवार छन् । स्वतन्त्र उम्मेदवारको संख्या १७ छ । त्यसैगरी प्रदेशसभा क्षेत्र (२) मा २० उम्मेदवार रहेका छन् । यहाँ एक मात्र महिला उम्मेदवार छन् । स्वतन्त्र उम्मेदवारको संख्या १४ रहेको निर्वाचन अधिकृतको कार्यालयका निर्वाचन अधिकृत दशरथ गौतमले जानकारी दिए ।

महोत्तरी-४ प्रतिनिधिसभा क्षेत्रमा ९८ हजार आठ सय ९६ मतदाता छन् । कुल ६० मतदानस्थलमा एक सय २२ मतदान केन्द्र कायम गरिएको छ ।

गठबन्धनले गन्यो शक्ति प्रदर्शन जसपा-एमाले तथा जनमतको विहीबार गर्ने तयारी

दुडे समाचारदाता

राजविराज । निर्वाचन कार्यक्रम अनुसार आइतबार हुने निर्वाचनका लागि बिहीबार हुने १२ बजे देखी मौन अवधी सुरु हुँदैछ ।

त्यसैले मौन अवधी अगावै प्रचारप्रसार सकाएर मतदातालाई आफ्नो पक्षमा पार्ने अन्तिम प्रयास स्वर्ण यहाँ विभिन्न दलका उम्मेदवारहरूद्वारा घरदैलो, चुनावी सभा र रोड शो लगायतका गतिविधि तिर बनाएको छ ।

यसै क्रममा बुधवार सप्तरीको निर्वाचन क्षेत्र नं. २ को प्रतिनिधिसभा सदस्यतर्फ सतारुद गठबन्धनका साभ्ना उम्मेदवार जयप्रकाश ठाकुर र गठबन्धनमा आवद्ध प्रदेशसभा सदस्य २ को १ का उम्मेदवार सरोज मण्डल र २ को २ का उम्मेदवार उमेशप्रसाद यादवले संयुक्त रूपमा शक्ति प्रदर्शन गरेको छ ।

सतारुद गठबन्धनका उम्मेदवारलाई मत माग्दै रोड शोमा उत्रेका उम्मेदवारसहितको जुलुसमा स्थानियको उल्लेख



सहभागिता थियो ।

दिउँसो सदरमुकाम राजविराजस्थित पब्लिक बिन्देश्वरी माध्यमिक विद्यालयको खेलमैदानबाट हजारौंको संख्यामा निस्केको जुलुस नगर परिक्रमा गर्दै पुनः सोही स्थानमा पुगेर चुनावी सभामा परिणत भएको थियो । जुलुसमा कांग्रेस, लोसपा, माओवादी र एकीकृत समाजवादीका जिल्लास्तरीय नेता कार्यकर्ताका साथै

सर्वसाधारणसमेतको सहभागिता देखिन्थ्यो । चुनावी प्रचार प्रसारका क्रममा पहिलो पटक गठबन्धनका उम्मेदवारले संयुक्त रूपमा यस्तो जुलुस निकालेका हुन् ।

गठबन्धन आवद्ध दलका जिल्ला नेताहरूसँगै स्थानिय कार्यकर्ताको समेत उत्साहजनक सहभागिताले मनोबल उच्च भएको सतारुद गठबन्धनका तर्फबाट प्रतिनिधिसभाका उम्मेदवार रहेका ठाकुरले बताए । गठबन्धनका उम्मेदवार

कमजोर भएको प्रचार गर्नेहरूका लागि आजको प्रदर्शन कडा जवाफ हो, उनले भने, गठबन्धनका सबै उम्मेदवार अन्यायिक मतले जित्ने छौं ।

नगर परिक्रमा पश्चात् आयोजित चुनावी सभालाई सतारुद गठबन्धनका प्रदेशसभा २ को १ का उम्मेदवार सरोज मण्डल, २ को २ का उम्मेदवार उमेशकुमार यादव, नेपाली कांग्रेसका रामकुमार यादव, इसाई अन्सारी, महानन्द यादव लगायतले पनि सम्बोधन गर्दै गठबन्धनको उम्मेदवारको पक्षमा मतदान गर्न अपील गरे ।

यस क्षेत्रबाट प्रतिनिधिसभा सदस्यका लागि एमाले-जसपा गठबन्धनका उम्मेदवार रहेका जसपाका राष्ट्रिय अध्यक्ष उपेन्द्र यादव तथा जनमत पार्टीका अध्यक्ष डा. सीके राउत पनि चुनावी मैदानमा छन् । ती दुबै दलले चुनावी प्रचार प्रसारको अन्तिम दिन बिहीबार रोड शो र चुनावी सभा गर्ने तयारी गरेको पार्टी श्रोतले जनाएको छ ।

जाडोको समयमा विसौबाट बचौं

- जाडोबाट बच्न तातो, पोषिलो तथा भोलिलो खानेकुरा खाऔं,
- न्यानो कपडा लगाऔं,
- घर तथा कोठा न्यानो बनाऔं,
- कोठामा हिटर तथा आगो बाल्दा हावा ओहोरदोहोर हुने सुनिश्चित गरौं,
- बालबालिकालाई तेल मालिस गरिदिऔं,
- बढी चिसोमा मर्निङ वाक नगरौं,
- चिसोमा बाहिर हिँड्दा बाक्लो कपडा लगाऔं,
- दैनिक घाम ताप्ने गरौं ।

**नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड**