जहाँ छ मेरो जन्मभूमि त्यहाँ शान्त शीतल जलमग्नमा छन् भक्तवत्सल महेश्वर । म जन्मिए हुर्किएँ यस्तो पावन पुण्यभूमिमा नाम हो यसको जलेश्वर ।।-कवि परेन्द्र मानश्रेष्ठ

समाज, विकास, लोकतन्त्र र विधिको शासन प्रति समर्पित राष्ट्रिय दैनिक

जि.प्र.का. महोत्तरी द.नं. ४३/०७०/७१
जि. महोत्तरी हु.द.नं. ४/०८०/८१

सबै क्षेत्रको प्रवर्द्धनको गुरु

www.jaleshwortoday.com

जलेश्वर टुडे

Jaleshwor Today National Daily

एक कदम अगाडि

बर्ष १२ • अंक २११ • २०८२ जेष्ठ ८ गते बिहिवार • 22 May 2025 • पृष्ठ ४ • मुल्य रु.५/-

सूचना

जनकपुरधाममा घरभन्दा पनि राम्रो खाना सहितको कक्षा ८ सम्मको व्यवस्थित होस्टेलको लागि

सम्पर्क

९८१५८३०६०१

अभिभावक शिक्षासम्बन्धी प्रशिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
जनकपुरधाम, ७ जेष्ठ

धनुषाको विदेह र जनकनन्दनी पालिकाका स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई अभिभावक शिक्षा सम्बन्धी पाँच दिने प्रशिक्षक प्रशिक्षण बुधबार जनकपुरधाममा सम्पन्न भएको छ । अभिभावक शिक्षाबारे जानकारी गराउने उद्येश्यल आयोजना गरिएको प्रशिक्षणमा विदेह नगरपालिकाका वडा नं. २, ६ र ८, जनकनन्दनी गाउँपालिकाका वडा नं. १ र २ तथा जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय र शहीदनगर नगरपालिका गरी १७ जना स्वास्थ्यकर्मीहरुको सहभागिता रहेको थियो।

प्लान इन्टरनेशनल नेपाल र सेतो गुराँस राष्ट्रिय बाल विकास सेवाको साझेदारीमा सामाजिक विकास र अनुसन्धान केन्द्र (एसडीआरसी) ले आयोजना गरेको प्रशिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रममा प्रारम्भिक बालविकास र अभिभावकको भूमिकाबारे जानकारी गराइएको हो । गर्भावस्थादेखि आठ वर्षको उमेर मानव विकासको जग निर्माण हुने संवेदनशील र महत्वपूर्ण अवस्था रहेकाले मानव जीवनका यी सुरुवाती वर्षमा बालबालिकाको मस्तिष्क निर्माण र बौद्धिक विकासका लागि संवेदनशील हुन आवश्यक रहेको छ। यो उमेरमा सिकेका र अनुभव गरेका आधारभूत ज्ञान, सीप, व्यवहार र बानी नै भावी जीवनका आधारशिलाका रूपमा स्थापित हुने गरेकाले अभिभावकले बालबालिका स्याहार गर्न अपनाउनुपर्ने सतर्कताबारे समेत जानकारी गराएको एसडीआरसीका कार्यक्रम संयोजक बिबश श्रेष्ठले बताए।

सशक्त बालिका (जीएसएस) परियोजना अन्तर्गत अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम विदेह नगरपालिकाको थप गरिएको तीन वटा वडा र जनकनन्दनीको दुई वटा वडामा संचालन गरिने छ। जनकनन्दनी गाउँपालिकाको वडा नं. १ र २ मा परियोजना विस्तार गरिएको छ। यसअघि वडा नं. ३, ४ र ६ मा सशक्त बालिका परियोजना संचालनमा थियो। यस्तै विदेहको वडा नम्बर ३, ५, ७ र ९ मा पनि उक्त परियोजना संचालनमा थियो । थप तीन वडामा परियोजना विस्तार गरिएको कार्यक्रम संयोजक श्रेष्ठले बताए । प्रशिक्षण कार्यक्रममा सेता गुराँस राष्ट्रिय बाल विकास सेवाका रमा थपलियाले सहजीकरण गरेकी थिइन् । पाँच दिनमा विभिन्न २२ वटा सत्रमा सहभागीहरुलाई अभिभावक शिक्षा अन्तर्गत सूक्ष्म अभ्यास गर्दै पाँच वटा स बारे जानकारी गराइएको हो। अभिभावक शिक्षा सत्र संचालनका लागि सकारात्मक चलन, समस्या विश्लेषण, सन्देश, संकल्प र समीक्षाको चरण छ। प्रशिक्षण लिएका स्वास्थ्यकर्मीहरु अव समुदायमा गएर अभिभावक शिक्षा विस्तार गर्नका लागि महिला स्वास्थ्य स्वयम्सेविकाहरुलाई तालिम दिने छ। तालिममार्फत महिला स्वास्थ्य स्वयम्सेविकालाई अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा जोडिने भएको छ । व्यक्तित्व विकासको समग्र स्वरूप नै प्रारम्भिक बालविकासको समयमा निर्धारण हुने भएकाले यस समयमा गरिने लगानी र पु-याइने हेरविचार मानव जीवनका लागि महत्वपूर्ण हुने गरेको बारे जानकारी गराएको सहभागीहरुले बताए। परियोजना अन्तर्गत गर्भमा रहेको शिशुमा गर्भवती आमाको स्वास्थ्य, पोषण र मनोवैज्ञानिक अवस्थाको प्रत्यक्ष प्रभाव पर्ने भएकाले गर्भावस्थामा पोसिलो खाना, यथेष्ट आराम, बेलाबेला गर्भ जाँच र खोप, हौसला र आत्मबल वृद्धि हुने किसिमको व्यवहार गर्नुपर्ने समुदायलाई जानकारी गराउँदै आएको छ । सहभागी स्वास्थ्यकर्मीहरुले समुदायमा गर्ने क्रियाकलापको अभ्यास पनि गरे।

विदेह नगरपालिकाका स्वास्थ्य संयोजक मनोहर यादवले गर्भावस्थामा आमा र शिशुको स्याहारबारे समुदायलाई जानकारी गराए भने दुहवी स्वास्थ्य चौकीका इन्चार्ज दिलिप कुमार मिश्रले प्रारम्भिक बालसिकाईको महत्वबारे समुदायलाई अवगत गराएका थिए। यस्तै जनकनन्दनी गाउँपालिकाका अनमी पुनमकुमारी यादवले पनि अभ्यास सत्रमा भाग लिई समुदायलाई जानकारी गराउने प्रयास गरेकी थिइन्। बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकास र अभिभावकको जीवनस्तर उकास्नमा अभिभावक शिक्षा महत्वपूर्ण रहेको सहभागीहरुले बताए । एसडीआरसीका अध्यक्ष मंजु यादवको अध्यक्षतामा प्रशिक्षणको समापन कार्यक्रम गरिएको थियो ।

सावधान रहौं, आगलगीबाट बचौं ।

गर्मी महिना शुरु भएसँगै आगलगीका घटनाहरु बढी हुने गर्दछ । हाम्रो सानो असावधानीले ठूलो जनधनको क्षति हुने गर्दछ । त्यसैले आगलगीबाट जोगिन सावधानी अपनाऔं।

१) सलाई, लाइटर जस्ता आगोजन्य पदार्थ बालबालिकाको पहुँचबाट टाढा राख्नुहोस् । भान्साको काम सकेपछि आगो निभाउन नबिर्सौ ।
२) घर-अफिस तथा सम्वेदनशिल स्थानमा आगो निभाउने यन्त्र राखौं ।
३) आगलगी भएमा चिच्यचाएर जानकारी गराउँदै सुरक्षित स्थानमा जाऔं ।
४) घरभित्र लुक्ने प्रयास नगरौं, घरबाहिर निस्केपछि सबै परिवार आए-नआएको यकिन गरौं।
५) धुवाँ भएको स्थानबाट निस्कँदा घोप्टो परेर वा घस्रेर निस्कौं ।
६) शरिरको कपडामा आगोले टिप्यो भने नदौडिकन आगो निभाएर मात्रै भागौं ।
७) पेट्रोल, मट्टीतेल लगायतका प्रज्वलनशील पदार्थहरु बच्चाको पहुँचबाट टाडा राखौं।
८) आगो नियन्त्रण नहुने भएमा वारुणयन्त्र वा प्रहरीको १०० नम्बरमा फोन गरी जानकारी गराऔं ।

मधेश प्रदेश सरकार
आमसञ्चार प्राधिकरण

युवालाई स्वदेशमै राखौं

युवालाई स्वदेशमा नै श्रम गर्ने वातावरण बनाउने पहिलो प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने देखिन्छ । नेपालमा प्रत्येक नीति तथा योजना निर्माणमा युवाशक्तिलाई प्राथमिकता पूर्वक उल्लेख गर्ने गरिएको छ । नेपालमा युवा विकासका लागि नीतिगत तथा संस्थागत व्यवस्था रहेको देखिन्छ । यस अन्तर्गत युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय पनि रहेको छ । युवाहरूको समग्र विकासका लागि युवा तथा साना व्यवसायी स्वरोजगार कोष, राष्ट्रिय युवा परिषद् लगायतका विभिन्न संरचनाहरु समेत रहेको देखिन्छ ।

तर यी सबै व्यवस्था पर्याप्त हुन नसकेकोले राष्ट्रिय योजना आयोगले तयार गरेको १६औं योजनामा बेरोगार जनशक्तिको पहिचान, आन्तरिक रोजगारीका पर्याप्त अवसर सृजना गर्ने तथा आन्तरिक श्रम बजारको विश्लेषणको आधारमा स्वदेशी श्रमिकको क्षमता र दक्षता विकास मार्फत आप्रवासी कामदारको प्रतिस्थापन गर्ने गरेको देखिएको छ । सरकारको २०८२/०८३ को नीति तथा कार्यक्रममा 'उद्यमशीलता मैत्री शिक्षा' अपनाई आन्तरिक रोजगारी सृजना गर्ने र यसका लागि पाठ्यक्रम, सिकाइ र अध्यापन विधिमा व्यापक सुधार गर्नुपर्ने देखिन्छ । यस्तै जेन्जी पुस्तालाई लक्षित गरी स्टार्टअप कार्यक्रम सुरु गर्ने विषय पनि नीति तथा कार्यक्रममा ल्याउनुपर्ने देखिन्छ ।

यसका अतिरिक्त सरकारी निकायहरूबाट सञ्चालित कार्यक्रममा उद्यमशीलताको विकास, उत्पादन, उत्पादकत्व र रोजगारी सिर्जनामा केन्द्रित कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने र यसका लागि सरकारी, निजी र सहकारी क्षेत्रबीच सहकार्य गर्ने विषय समेत समावेश गरिएको देखिन्छ । निरुत्साहित भई वैदेशिक रोजगारीमा जानुपर्ने बाध्यतालाई अन्त गर्नको लागी संस्कृतिको विकास र उद्यमशीलताको विकास जरुरी रहेको देखिन्छ । युवालाई विदेशीन् भन्दा स्वदेशमै रोजगारी सिर्जना गरी आत्मनिर्भर बनाउनु पर्ने जरुरी छ ।

दुधमतिको विकास गर्न उपसमिति सक्रिय

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
जनकपुरधाम, ७ जेष्ठ

धार्मिक महत्व बोकेका दुधमति नदीको संरक्षण एवं सौन्दर्यीकरण गर्ने उद्येश्यले ऊर्जा, सिंचाई तथा खानेपानी मन्त्री शेषनारायण यादवको अगुवाईमा बुधबार बैठक बसेको छ। दुधमती नदीको उत्खनन् तथा विकास कार्यलाई अघि बढाउन बसेको दिन उपसमितिको वैठकमा विभिन्न निर्णयहरु समेत गरिएको छ। धनुषा र महोत्तरी जिल्ला जोड्ने धार्मिक महत्व बोकेका दुधमति नदीको संरक्षण तथा विकास कार्य अघि बढाउन मन्त्री यादवले विभिन्न समितिहरु गठन गरेर अघि बढ्ने बताउँदै आएका छन् । मन्त्री यादवले सरोकारबालाहरुको उपस्थितिमा उपसमितिको बैठक गरेका हुन् । बुधबार दुधमति नदी उत्खनन् तथा विकास कार्य उपसमितिको बसेको बैठकबाट नदी उत्खनन् तथा विकास कार्य व्यवस्थापनको कार्य तिव्रगतिमा अघि बढाउन नीतिगत निर्णय गरेको मन्त्रालयले जनाएकोछ।

उर्जा, सिचाई तथा खानेपानी मन्त्री यादवले प्रदेश सरकारको दुधमतिको संरक्षण र विकासलाई मधेश प्रदेश सरकारको गौरवको आयोजनाको रूपमा अघि बढाएका हुन्। दुधमति संरक्षण तथा विकास सम्बन्धी कार्यविधि पारित भई नक्सांकन, सिमांकनको कामसमेत सम्पन्न भइसकेको छ । दुधमति संरक्षण तथा विकास आयोजनालाई प्रभावकारी रूपमा संचालन तथा व्यवस्थापन तथा प्रचार प्रसारका लागि दुधमति नदी उत्खन्न तथा विकास कार्यविधि, २०८१ को दफा ७ (ख) बमोजिम व्यवस्थापन समिति, प्राविधिक समिति र प्रचार प्रसार समिति गठन गर्ने भएको छ। बैठकमा नगर प्रमुख, मन्त्रालयका सचिव, महाशाखा प्रमुख, धनुषा र महोत्तरी जिल्लाका सुरक्षा निकाय प्रमुख, दुवै जिल्लाका नापी शाखाका प्रमुख, उपसमितिका सदस्य, वडाध्यक्ष लगायतको उपस्थिति रहेको थियो।

२ कोठे पक्की भवनको समुद्घाटन

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
महोत्तरी, ७ जेष्ठ

महोत्तरी जिल्लाको मटिहानी नगरपालिका वड़ा नं.५ गोबरौरामा रहेको श्री राष्ट्रिय आधारभूत बिद्यालयको २ कोठे पक्की भवनको समुद्घाटन गरिएको छ । राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रम अन्तर्गत मटिहानी नगरपालिका द्वारा निर्माण गरिएको सो २ कोठे पक्की भवनको समुद्घाटन एक समारोहका बीच मटिहानी नगरपालिकाका नगर प्रमुख हरि प्रसाद मंडलले गर्नुभयो।

बि.सं.२०४५ सलमा स्थापना भएको सो बिद्यालयमा स्थापना काल देखि अहिले सम्म जीर्ण भवनले गर्दा पठनपाठनमा समस्या भई रहेको थियो र आज उक्त भवनको समुद्घाटनले गर्दा पठनपाठनमा सहजता हुने बिश्वास नगर प्रमुख मंडलले ब्यक्त गर्नुभयो । बि.सं.२०४५ अहिले सम्म जस्ता पताले धाकिएको भवनमा अध्ययन अध्यापन हुँदै आएको यस बिद्यालयमा आज पक्की भवन निर्माण भई समुद्घाटन हुनु हाम्रो लागि ऐतिहासिक क्षण हो भन्दै खुशी ब्यक्त गर्दै अब यस भवनलाई प्रशासनिक भवन र शैक्षिक भवनमा प्रयोग गरी पढ़ाई स्तरलाई बृद्धि गर्ने बिश्वाश प्रधानाध्यापक धनुराम साहले बताउनुभयो ।

स्थानीय नेपाली कांग्रेसका कैलाश नायक, कुशेश्वर यादव लगायतकाहरुले आफ्नो गाउँको बिद्यालयमा नयाँ भवन पाए पछि खुशी ब्यक्त गरेका छन । उक्त भवन ३७ लाख ५० हजारको लागतमा निर्माण भएको कुरा पालिका प्राविधिक दिनेश साहले बताउनु भयो ।

पर्यटनलाई प्रवर्द्धन गरौ

मधेश प्रदेशमा विभिन्न प्राचीन मठ मन्दिर, ऐतिहासिक दरबार, धार्मिक तथा सांस्कृतिक सम्पदाहरु रहेका छन् । त्यस्ता स्थलहरु गौरब मात्र नभई आर्थिक समृद्धिको श्रोत पनि हुन । यसको संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्नु हामी सबैको दायित्व हो । त्यसैले धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थलहरुमा फोहोर नगरौ । ऐतिहासिक तथा दुर्लभ सम्पदाहरुको क्षति हुन नदिन सजग रहौ । स्थानीय कला, हस्तकला र परम्परागत उत्पादनलाई प्रवर्द्धन गरौ । हाम्रा प्रदेशका स्थलहरुमा आउने पर्यटनहरुसँग मैत्रीपूर्ण व्यवहार गरौ । पर्यटक हाम्रा पाहुना हुन । स्वागत सत्कार एवम् सुमधुर व्यवहार गरौ ।

अनुरोधकर्ता
पर्यटन विकास कार्यालय
धनुषा मधेश प्रदेश

तपाईंको टुडे

मेष: पढाईमा ध्यान दिनुपर्ने
वृष: विचार गरेर बोल्नुहोला
मिथून: पिछडेको साथी मिल्ने
कर्कट: अशुभ समाचार प्राप्त हुने
सिंह: मनमा पछुतो आउने
कन्या: अनावश्यक चिन्ता
तुला: आम्दानी हुने
वृश्चिक: मित्रतामा फाटो आउने
धनु: लामो यात्राको योग छ
मकर: अनावश्यक खर्चको संभावना
कूम्भ: खानपानमा समस्या आउने
मीन: शुभ कार्यको शुरुवात

मधेश प्रदेशको गौरव

श्री सत्यनारायण भगवानको दर्शन गरौं,मनबाञ्छित फल पाऔं ।

आरती : विहान : ९ र राति ८ बजे
ठेगाना : शरञ्चियाँ कुट्टि र कलबार कुट्टिको विचमा,पु.:९८२७८१४५८८

श्री देवअंशी लहेरी समाज, जनकपुरधाम–४,धनुषा

आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरु

जलेश्वर

नेपाल पत्रकार महासंघ महोत्तरी	५२०५१५
जलेश्वरअस्पताल एम्बुलेन्स	९७४४००२५२७
नेपाल रेडक्रस सोसाइटी एम्बुलेन्स	५२०१००,
सामुदायिक विकास परि.एम्बुलेन्स	५२१००५,
RCDSC एम्बुलेन्स	५२०२९८,
दसहारा एम्बुलेन्स	५२०६७७, ९८४४२६००००
बर्दिबास अस्पताल एम्बुलेन्स	५५००९०,
बर्दिवास सेवा समिति एम्बुलेन्स	५५०५८६,
रामगोपालपुर एम्बुलेन्स	६९०५९३
जिल्ला प्रहरी	५२०००९
विद्युत	५२०१६६
वारुण यन्त्र	५२००९७
जिल्ला प्रशासन	५२००५५

आवश्यक नम्वरहरुको लागि सम्पर्क गरौं १९७

जनकपुर

प्रहरी धनुषा	520099, 100
सुरक्षा गुल्म जनकपुर बैरेक	0186,526586
सशस्त्र प्रहरी मुजेलिया	527213, 527800
मुजेलिया प्रहरी चौकी	520750
ट्राफिक कार्यालय जिरोमाईल	520366
एम्बुलेन्स पब्लिक वेल फेयर	9854022474
एम्बुलेन्स रेडक्रस	102
एम्बुलेन्स (सरोज फाउन्डेशन)	522806
महाबीर एम्बुलेन्स	525980
एम्बुलेन्स मेडिकल कलेज	526091
एम्बुलेन्स केयर मेडिकल सेन्टर	523864
बरुण यन्त्र जनपा	520011
जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय	526271
जनकपुर अंचल अस्पताल	520033
केयर मेडिकल सेन्टर	523864
धनुषा तथा अस्पताल तथा अनुसन्धान केन्द्र प्रा.लि.	525800
जानकी हेल्थ केयर एण्ड रिसर्च सेन्टर	525342

जलेश्वरनाथ मन्दिर पुजाआजा

बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
विहान पुजा आरती : ०५:३० बजे
विहान ढोका बन्द :१२:०० बजे
दिउँसो ढोका खुल्ने समय :०४:०० बजे
सन्ध्या पूजा आरती साँझ :०६:३० बजे
राति ढोका बन्द हुने समय : १२ बजे
(हरेक हप्ताको मंगलबार र शनिबार मन्दिर प्राङ्गणमा दिउँसो भजन किर्त्तन सहित हनुमान आराधना)

जानकी मन्दिर पुजाआजा

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

ईयूद्वारा रुसमाथि नयाँ प्रतिबन्ध, युद्धविरामका लागि दबाव

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, ७ जेष्ठ

युक्रेन र रुसबीच युद्ध रोक्नका लागि प्रयास भइरहेका बेला युरोपेली सङ्घ (ईयू) ले मङ्गलबार रुसविरुद्ध नयाँ प्रतिबन्धहरू लगाउने निर्णय गरेको छ। ब्रसेल्समा बसेको युरोपेली सङ्घका रक्षा तथा परराष्ट्र मन्त्रीहरूको बैठकमा युद्धविरामको पहललाई सघाउन रुसमाथि थप दबाब सिर्जना गर्ने निष्कर्ष निकालिएको हो।

नयाँ प्रतिबन्धअन्तर्गत झण्डै २०० वटा रुसी तेल ढुवानी गर्ने पानीजहाजलाई प्रतिबन्धको दायरामा ल्याइएको छ । यी पानीजहाजहरूले पश्चिमी देशहरूले लगाएका तेलसम्बन्धी प्रतिबन्ध उल्लङ्घन गर्दै अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा रुसको तेल बिक्री गरिरहेको आरोप छ। युरोपेली सङ्घकी परराष्ट्र नीति प्रमुख काया कालासले बैठकपछि भनिन्, “यदि रुसले बिना सर्त युद्धविराममा सहमति जनाएन भने, वाशिङ्टन (अमेरिका) ले पनि त्यसको परिणाम भोग्नुपर्ने हुन सक्छ।“ उनले थपिन्, “रुसी राष्ट्रपति पुटिनले शान्तिप्रति चासो देखाए तापनि तिनलाई समर्थन गर्ने पक्षहरूलाई गम्भीर परिणाम भोग्नुपर्नेछ ।“यो १७औं प्रतिबन्ध चरण अघिल्लो प्रतिबन्धपछि तीन महिनादेखि तयार पारिँदै आएको थियो । हालको युद्धविराम वार्ता ढिलाइसँग यसको प्रत्यक्ष सम्बन्ध नरहे पनि रुसमाथि दबाब दिनका लागि प्रभावकारी उपायका रूपमा लागू गरिएको हो।

यस्तो छ आजका लागि तोकिएको विदेशी मुद्राको विनिमय दर

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, ७ जेष्ठ

नेपाल राष्ट्र बैंकले बुधबारका लागि विदेशी मुद्राको विनिमय दर निर्धारण गरेको छ। राष्ट्र बैंकका अनुसार अमेरिकी डलर एकको खरिददर १३६ रुपैयाँ ७२ पैसा र बिक्रीदर १३७ रुपैयाँ ३२ पैसा कायम भएको छ।

युरोपियन युरो एकको खरिददर १५३ रुपैयाँ ७९ पैसा र बिक्रीदर १५४ रुपैयाँ ४६ पैसा, युके पाउण्ड स्ट्रलिङ एकको खरिददर १८२ रुपैयाँ ८१ पैसा र बिक्रीदर १८३ रुपैयाँ ६१ पैसा, स्वीस फ्रयाङ्क एकको खरिददर १६४ रुपैयाँ ०५ पैसा र बिक्रीदर १६४ रुपैयाँ ७७ पैसा तोकिएको छ । अष्ट्रेलियन डलर एकको खरिददर ८७ रुपैयाँ ७१ पैसा र बिक्रीदर ८८ रुपैयाँ ०९ पैसा, क्यानेडियन डलर एकको खरिददर ९८ रुपैयाँ ०५ पैसा र बिक्रीदर ९८ रुपैयाँ ४८ पैसा, सिङ्गापुर डलर एकको खरिददर १०५ रुपैयाँ ५० पैसा र बिक्रीदर १०५ रुपैयाँ ९६ पैसा निर्धारण गरिएको छ।

जापानी येन १० को खरिददर नौ रुपैयाँ ४६ पैसा र बिक्रीदर नौ रुपैयाँ ५० पैसा, चिनियाँ युआन एकको खरिददर १८ रुपैयाँ ९४ पैसा र बिक्रीदर १९ रुपैयाँ ०२ पैसा, साउदी अरेबियन रियाल एकको खरिददर ३६ रुपैयाँ ४५ पैसा र बिक्रीदर ३६ रुपैयाँ ६१ पैसा, कतारी रियाल एकको खरिददर ३७ रुपैयाँ ५१ पैसा र बिक्रीदर ३७ रुपैयाँ ६८ पैसा कायम भएको छ।

केन्द्रीय बैंकका अनुसार थाई भाट एकको खरिददर चार रुपैयाँ १४ पैसा र बिक्रीदर चार रुपैयाँ १६ पैसा, युएई दिराम एकको खरिददर ३७ रुपैयाँ २२ पैसा र बिक्रीदर ३७ रुपैयाँ ३९ पैसा, मलेसियन रिङ्गेट एकको खरिददर ३१ रुपैयाँ ८० पैसा र बिक्रीदर ३१ रुपैयाँ ९४ पैसा, साउथ कोरियन वन १०० को खरिददर ९ रुपैयाँ ८१ पैसा र बिक्रीदर ९ रुपैयाँ ८५ पैसा, स्वीडिस क्रोनर एकको खरिददर १४ रुपैयाँ १४ पैसा र बिक्रीदर १४ रुपैयाँ २० पैसा र डेनिस क्रोनर एकको खरिददर २० रुपैयाँ ६२ पैसा र बिक्रीदर २० रुपैयाँ ७१ पैसा तोकिएको छ।

पवनदीप राजनको स्वास्थ्यमा सुधार

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, ७ जेष्ठ

इन्डियन आइडल १२ का विजेता गायक पवनदीप राजनको स्वास्थ्यमा सुधार आइरहेको छ। बुधबार उनको टोलीले सामाजिक सञ्जालमा दुई विशेष तस्बिरहरू शेयर गरेको थियो। यी दुवै तस्बिर अस्पतालका हुन्। यी तस्बिरमा पवनदीप र उनकी आमा दुवैको अनुहारमा मायालु मुस्कान देखिएको छ । यो तस्बिर हेरेपछि पवनको स्वास्थ्य सुध्रिरहेको अनुमान गर्न लागिएको छ।

यो पोस्ट देखेपछि राम्रो पवनका फ्यानहरू पनि खुसी छन्। पवनको टोली वा उनको परिवारका सदस्यमध्ये कसैले इन्स्टाग्राममा पवनका दुई तस्बिरहरू सेयर गरेका थिए । एउटा तस्बिरमा, पवनकी आमाले छोरालाई उसलाई अँगालो हालेको अवस्थामा देखिएकी छिन्। दोस्रो तस्बिरमा, पवनकी आमा छोराको निधारमा चुमिरहेको देखिएकी छिन्।

यी दुवै चित्रहरूले दुई बिचको खुसी, प्रेम र इमोशनलाई देखाएको छ । फ्यानहरूले यी तस्बिरहरूमा माया बर्साउँदै पवनको स्वास्थ्य लाभको कामना गरिरहेका छन् । पवनको पोस्टमा सेलिब्रेटी र फ्यानहरूले कमेन्ट गरिरहेका छन्। ‘रकस्टार चाँडै निको होस्’ गायिका वैशालीले लेखेकी छिन्। अभिनेता अनुप सोनीले पनि रातो मुटुको इमोजी कमेन्ट गरेका छन्। ‘छिट्टै निको होउ भाइ’ अर्का एक फ्यानले लेखेका छन् । ‘धेरै धेरै आशीर्वाद पवन दा... सधैं यसरी नै मुस्कुराइरहनुहोस्,’ अर्का फ्यानले लेखेका छन् । अर्को एक जनाले चाहिँ ‘भगवानले तपाईंलाई आशीर्वाद दिउन्’ भनेर कमेन्ट गरेका छन्। मे ५ को रात मुरादाबादबाट दिल्ली आउन पवन अहमदाबाद विमानस्थल जाँदै थिए।

बी डिभिजन लिग : मध्यपुर र च्यासल युथ क्लब विजयी

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, ७ जेष्ठ

मध्यपुर युथ एसोसिएसन र च्यासल युथ क्लबले जितसहित शहीद स्मारक बी डिभिजन लिग सकाएका छन्। लिग अन्तर्गत बुधबार भएको खेलमा मध्यपुरले रेलिगेसनमा परिसकेको नयाँबस्ती युथ क्लबलाई ४-० को फराकिलो अन्तरले हरायो।

सातदोबाटोस्थित एन्फा कम्प्लेक्स मैदानमा भएको खेलमा मध्यपुरका लागि विज्ञान खड्काले दुई तथा राहुल खड्का र साहिल केसीले समान एक गोल गरे। विज्ञानले ३८औं मिनेटमा पेनाल्टीमार्फत गोल गर्दै अग्रता दिलाएका थिए । दुई मिनेटपछि विज्ञानले नै व्यक्तिगत दोस्रो गोल गरे । यस्तै राहुलले ६६औं र साहिलले ७९औं मिनेटमा गोल थपे । यसैगरी एन्फा कम्प्लेक्समै भएको दोस्रो खेलमा च्यासलले झापा फुटबल क्लबलाई २-० ले हरायो। च्यासलका लागि दुवै गोल आशिष थारुले गरे । आशिषले ३८औं मिनेटमा गोल गर्दै च्यासललाई अग्रता दिलाएका थिए। उनले ७५औं मिनेटमा दोस्रो गोल गरे।

आजको दुई खेलको नतिजापछि विजयी टिम च्यासल र मध्यपुरसहित पराजित झापाको समान १८ अंक भएको छ। तीनै टिमले समान ५ खेल जित्दा ३ मा बराबरी खेलेका थिए भने ५ खेलमा पराजित भएका थिए। गोलअन्तरमा झापा अघि रहेपनि बी डिभिजन लिगको नियमावली अनुसार बराबर अंक भए हेड टु हेडको आधारमा स्थान निर्धारण गर्ने प्रावधान छ।

त्यसैले च्यासल अघि रहँदै चौथो स्थानमा उक्लेको छ भने मध्यपुर पाँचौ स्थानमा उल्केको छ। पराजित झापा फुटबल क्लब छैटौं स्थानमा झरेको छ। यस्तै मध्यपुरसँग पराजित नयाँबस्तीले भने ५ अंकसहित पुछारमा रहेर लिग अन्त्य गरेको छ।

कल्याणपुर नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
सिरहा, मधेश प्रदेश नेपाल

समन्यायिक बजेटको अपेक्षा

-सीमान्तकृत समुदायहरूका लागि टोकनका रूपमा सारै न्यून बजेट छुट्याइने र छुट्याएको रकम पनि खर्च नहुने हाम्रो शासकीय शैली नै बनेको छ। देशको खस्कँदो आर्थिक अवस्था र द्वन्द्वोन्मुख अन्तर्राष्ट्रिय परिस्थिति हेर्दा मुलुकले आगामी आर्थिक वर्ष तीव्र आर्थिक वृद्धिभन्दा पनि आर्थिक पुनरुत्थानको रणनीति लिनु जरुरी छ। केही समयअघि विश्व बैंकले जारी गरेको 'नेपाल विकास आउटलुक' अनुसार देशको विकासमा भ्रष्टाचार, राजनीतिक अस्थिरता र अप्रभावकारी शासनले ठूलो असर पारेको छ। तथापि चालु आर्थिक वर्ष करिब ४.५ प्रतिशतले आर्थिक वृद्धि हुने आकलन छ। यही वर्ष मुद्रास्फीति ५.४ प्रतिशत हुने प्रक्षेपण छ।

यो मुद्रास्फीतिलाई समायोजन गर्ने हो भने प्रभावकारी आर्थिक वृद्धिदर नकारात्मक हुन पुग्छ। सबैभन्दा ठूलो दाता अमेरिकाले सहयोगबाट हात झिकेपछि अन्य दाताहरूले पनि सहयोग खुम्चाउँदै छन्। यसै त आन्तरिक स्रोत खुम्चिँदै गएको सन्दर्भमा यसले बजेटको आकारमा पक्कै पनि असर पार्ने नै छ। अर्को वर्ष मुलुक विकासोन्मुख राष्ट्रमा स्तरोन्नति हुँदै छ। सन् २०३० सम्ममा दिगो विकास लक्ष्यलगायत विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धताहरू पूरा गर्नुपर्ने चुनौती छन्। एकातिर सार्वजनिक ऋणभार चुलिँदै छ भने, अर्कोतर्फ बैंकमा लगानीयोग्य रकम थुप्रिएर करिब ८ खर्ब पुगेको छ। विप्रेषणको आयले अर्थतन्त्रलाई केही हदसम्म राहत दिए पनि व्यापार घाटा र सार्वजनिक ऋणले मुलुक थिचिँदै छ। अन्तर्राष्ट्रिय रूपमा मुलुक फेरि सम्पत्ति शुद्धीकरणको 'ग्रे-लिस्ट' मा परेको छ। युरोपेली आकाशमा नेपाली एयरलाइन्समाथि लगाइएको प्रतिबन्ध अझै फुकेको छैन। मानव विकास प्रतिवेदन-२०२० अनुसार असमानताका कारण प्रत्येक वर्ष २५.२ प्रतिशत मानव विकास नोक्सानी व्यहोर्नुपरेको छ। दलितसम्बन्धी तथ्यांकीय प्रतिवेदन-२०७८ अनुसार दलित र गैरदलितबीचको सम्पन्नताको खाडलले यसको पुस्ट्याइँ गरेको छ। गणतन्त्र स्थापनापश्चात पनि यो सुध्रेको छैन। मानव विकासमा भएको यस्तो नोक्सानीले प्रतिवर्ष कुल गार्हस्थ्य उत्पादनमा करिब १० प्रतिशतले ह्रास भएको आकलन छ। यसको शृंखलागत नोक्सानी अझ धेरै निस्किन्छ। बजेट पहुँचका आधारमा बन्ने, संसद्ले पारित गरेको बजेट पनि अन्धाधुन्ध परिवर्तन गरिने, गैरबजेटरी खर्च हुने, पुँजीगत खर्च आधा पनि नपुग्नेजस्ता कुरामा कुनै सुधार छैन। विकास निर्माणका लागि छुट्याइने पुँजीगत खर्चको अवस्था पछिल्लो ५ वर्षमा निकै दयनीय छ। आर्थिक वर्षको ५ महिनामा हुने खर्च पछिल्लो ५ वर्षमा १० प्रतिशत पनि नाघ्न सकेको छैन। सरकार खर्च गर्न नसक्ने समस्याको दलदलमा भासिँदा मुलुकमा आर्थिक क्रियाकलापहरू संकुचित बन्दै गएका छन्।

रोजगारीका नयाँ अवसरहरू सिर्जना हुन सकेका छैनन्। अर्कोतर्फ पुँजीगत खर्चले कति पँककुजी निर्माण गर्ने सामर्थ्य राख्छ भन्ने प्रश्न त ज्युँकात्युँ छ। पुँजीगत खर्चको १० प्रतिशतले पनि पुँजी निर्माणमा योगदान पुऱ्याउन सक्दैन भन्ने आकलन छ। कतिले त बरु उल्टै 'प्यारासाइट प्रोजेक्ट' खडा गरी अनुत्पादक दीर्घकालीन दायित्व सिर्जना गर्नेखाले रहेको कुरा पछिल्लो आर्थिक सुधार सुझाव आयोगको प्रतिवेदनले पनि इंगित गरेको छ।

न्यून पुँजीगत खर्चले सीमान्तकृत समुदायलाई नै असर पारेको हुन्छ। यस्ता समुदायका लागि बजेट विनियोजन नै कम हुने, विनियोजित बजेट पनि रकमान्तर गरी अन्यत्र लगिने वा फ्रिज हुने दृष्टान्तहरू प्रशस्त देखिन्छन्। उदाहरणका लागि चालु वर्ष दलित विकास प्राधिकरण गठन गरी सञ्चालन गर्नका लागि २० करोड छुट्याएको घोषणा बजेट वक्तव्यमै थियो। तर अहिले उक्त रकम अन्यत्रै रकमान्तर भइसकेछ। यस्तो अभ्यास संघीय बजेटमा मात्र हैन प्रदेश र स्थानीय तहमा समेत छ।

कर्णाली सरकारले दलितका लागि छुट्याएको ५ करोड बजेटबाट कुनै काम भएन। गण्डकी प्रदेशले भगत् सर्वजितको डकुमेन्ट्री फिल्म बनाउन छुट्याएको १ करोडको कार्यक्रम कार्यान्वयन हुने छाँटकाँटै छैन। कोशी प्रदेशले दलित विशेष कार्यक्रमका रूपमा धरानमा दलित संग्रहालय बनाउन छुट्याएको १२ लाख रकम फ्रिज हुने तरखरमा छ। सीमान्तकृत समुदायहरूका लागि टोकनका रूपमा साह्रै न्यून बजेट छुट्याइने र छुट्याएको रकम पनि खर्च नहुने हाम्रो शासकीय शैली नै बनेको छ। डिग्निटी इनिसिएटिभले गरेको लुम्बिनी प्रदेशको पाँच वर्षको बजेट विश्लेषण प्रतिवेदनअनुसार ७२ प्रतिशत ओगटेको सीमान्तकृत समुदायका लागि जम्मा ३ प्रतिशत मात्र बजेट छुट्याइएको पाइएको छ। त्यसमा पनि दलित समुदायका लागि त ०.१ प्रतिशत मात्र छ। त्यो पनि कार्यान्वयनको अवस्था झन् दयनीय देखिन्छ। समुदायका नाममा केही बजेट छुट्याउने र पछि आफूअनुकूलको शीर्षक वा कार्यक्रममा रकमान्तर गर्न यो रकमलाई सजिलो सुरक्षा कवज बनाउने गरिएको छ। उल्लेखित कुरा लुम्बिनी प्रदेशको अध्ययनबाट आएको भए तापनि अन्य प्रदेश र संघीय तहमा हुने अभ्यास पनि यस्तै हो। बरु स्थानीय तहले तुलनात्मक रूपमा सानोतिनो कार्यक्रम गरेको पाइन्छ। यस्तो अवस्थामा यस पटक आउन लागेको बजेट संविधानले निर्देश गरेअनुसार समन्यायिक होला त ?

पछिल्लो विभेद भनेको राज्यका संयन्त्रहरूमा समानुपातिक प्रतिनिधित्व र स्रोतसाधनमा समन्यायिक वितरण नहुनु हो। यसैले मुलुक समृद्धिमा पछाडि धकेलिएको छ। मानव विकासको नोक्सानी निरन्तर छ। आयोजना छनोट र बजेट तर्जुमासम्बन्धी हामीसँग स्पष्ट कानुनै छैन। पहुँचका आधारमा बन्ने बजेट असन्तुलित देखिन्छ। जनसंख्या, भूगोल, मानव विकास सूचकांक, परिपूरण र जैविक/सामाजिक विविधताका आधारमा आयोजना छनोट र बजेट तर्जुमा हुने गरी छुट्टै कानुन आवश्यक छ।

त्यस्तै समाजवाद उन्मूख अर्थतन्त्र निर्माण हेतु संरक्षणकारी उदारवादको अर्थनीति अवलम्बन अबको अन्तर्राष्ट्रिय आवश्यकता नै बनिसकेको छ। पुँजीवादी अर्थतन्त्रका हिमायती अमेरिका र युरोपियन मुलुकहरूले यो आर्थिक नीति अवलम्बन गरिसकेका छन्। हामी पनि कानुनी तवरमै लाग्नु जरुरी छ। केही दिनअघि अर्थ मन्त्रालयमा अर्थमन्त्रीकै उपस्थितिमा सांसदहरू, विभिन्न संघसंस्थाका प्रतिनिधिहरू र सरोकारवालाहरूको उपस्थितिमा आगामी बजेटमा दलितसम्बन्धी छलफल भएको थियो। उक्त छलफलअनुसार मन्त्रालयकै मागबमोजिम दलित विशेष ठोस कार्यक्रम र बजेटका साथै केही नीतिगत व्यवस्थाको प्रस्ताव तयार गरी पेस गरिएको छ। ४ अर्ब ८४ करोड प्रस्तावित बजेटमा ३ अर्ब त दलित उद्यमशीलता विकास कोषका रूपमा प्रस्ताव गरिएको छ।

साभार : कान्तिपुर।

चटयाङबाट बच्न निम्न उपाय अपनाऔं ।

घरबाहिर हुँदा

- आकाशमा बिजुली चम्किदा, गडयाङगुडुङ हुँदा घरभित्र जाऔं,
- नजिकै घर नभए ओतमा बसौं,
- रुख वा बिजुलीको पोलमुनि नबसौं,
- छाता नओढौं,
- खेतबारीमा काम गरौं,
- कुनै ओत नभए दुवै हातलाई टाउकोमाथि राखी निहुरिएर कुर्कुच्चा जोडी थुचुक्क बसौं,
- भुँइमा लम्पसार परेर नसुतौं ।

घरभित्र हुँदा

- टिभी र कम्प्युटरजस्ता बिजुलीबाट चल्ने उपकरण नचलाऔं, बिजुलीको स्वीच अफ गरौं,
- त्यस्ता उपकरण बिजुलीको प्लगबाट छुटाऔं,
- तारवाला फोन प्रयोग नगरौं, मोवाइल स्वीच अफ गरौं,
- नुहाउने, लुगा धुने वा भाँडा माझ्ने काम नगरौं,
- झ्याल, झ्र्याङ, बरन्डा लगायतका ग्रिल र बार नछोऔं,
- भित्ता वा झ्यालमा अडेस लागेर नबसौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

घर भाडामा चाहियो

जनकपुरधाम परिक्रमा सडकभित्र २ देखि ४ कटठा जग्गामा नीजि विद्यालय संचालन गर्नको लागि खाली खेल मैदान,बस पार्किंग सहितको कम्तिमा १० वटा पक्की कोठे भवन भएको जग्गाधनीले तलको मोबाइलमा तुरुन्त सम्पर्क गर्न जानकारी गराइन्छ ।

सम्पर्क : ९८२४८७७६२७,९८४४०२७९७१

मिचैंया नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
सिरहा, मधेश प्रदेश नेपाल

प्रकाशक तथा सम्पादक : पवन कुमार साह, सह-सम्पादक : सोनी साह, मुद्रक : राजर्षि जनक अफसेट प्रिंटर्स जनकपुरधाम
प्र.कार्यालय : जलेश्वर -४, सुगा भवानीपट्टि, सम्पर्क कार्यालय : जनकपुरधाम–४ (मुरलीचौक), विज्ञापनको लागि सम्पर्क :९८४४०२७९७१/९८२४८७७६२७
Email:jaleshwortoday@gmail.com,web: www.jaleshwortoday.com, www.facebook.com/JaleshworToday,twitter.com/JaleshworToday