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

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

सबै क्षेत्रको प्रवर्द्धनको गुरु

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

www.jaleshwortoday.com

जलेश्वर टुडे

Jaleshwor Today National Daily

एक कदम अगाडि

बर्ष १२ • अंक २६५ • २०८२ आषाढ ३१ गते मंगलवार • 15 Jul. 2025 • पृष्ठ ४ • मुल्य रु.५/-

विज्ञापनको लागि सम्पर्क
: ९८४४०२७९७१
Whats App No:-
९८२४८७७६२७
Gmail :-
Jaleshwortoday
@gmail.com

मधेश प्रदेश सरकारले ल्याएको आगामी आर्थिक वर्षको बजेटमाथि छलफल नहुँदै पारित गराउने तयारी

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
धनुषा, ३० आषाढ

मधेश प्रदेश सरकारले ल्याएको आगामी आर्थिक वर्षको बजेटमाथि छलफल नहुँदै सोमबार पारित गराउने तयारी छ। बजेटको त्रुटिमाथि छानबिन गर्न बनेको कार्यदलमा मतभेद देखिएपछि भंग भइसकेको छ।

छानबिन कार्यदलमा रहेका प्रतिपक्ष दलका प्रदेशसभा सदस्यहरुले सरकारले संसद् छलेर ५ अर्बभन्दा बढीको योजना ल्याएको आरोप लगाएका छन् । नेकपा एकीकृत समाजवादीका प्रमुख सचेतक कनिश पटेलका अनुसार सरकारले संसद्मा प्रस्तुत गरेको बजेट पुस्तिका ४६१ पृष्ठको मात्र थियो। तर, पीएलआइएमएसमा ७५५ पृष्ठसहितको योजना लक भएको छ। त्यसअधारमा सरकारले २९४ पृष्ठको योजना संसद् छलेर ल्याएको सांसद कनिशको आरोप छ। 'कार्यदलले अर्थ मन्त्रालयको कर्मचारीसँग पीएलआइएमएसमा लक भएको र संसद् छलेर ल्याएको २९४ पृष्ठमा कति योजना छ ? कति रकम बराबरको छ ? माग गर्दा दिइएन,' उनले भने,'सरकारले छानबिन नहोस् भनेर सुरुदेखि लागेको थियो। कर्मचारीलाई पनि त्यही अनुसारको निर्देशन दिएको छ।' उनका अनुसार कार्यदलले रेडबुकमा भए/नभएको योजनामाथि छलफल गरेको थियो। प्रतिपक्ष दलका सांसदहरुले रेडबुकमा नभएको योजनाहरु खारेज गर्न माग गर्दा सत्तापक्षका सांसदहरुले नमानेपछि कार्यदल भंग भएको छ। 'सरकारले बजेट आफ्नो हिसाबले बनाउँछन् । त्यसमा हाम्रो केही छैन,'उनले भने,'तर, संसदलाई छलेर ल्याउनु भएन। यो सांसद्संग मात्रै होइन, जनतासंगको धोका हो।'

राप्रपाका सांसद कञ्चन विच्छाले सरकारले चोरबाटो अपनाएको बताइन्। सरकारको नियत सुरुवातदेखि नै शंकास्पद देखिएको उनको भनाइ छ। 'सुरुमा सरकारले कार्यदल नै बनाउन चाहेना बनाएपछि जोमाथि आरोप छ, उसैलाई कार्यदलमा राखियो,' उनले भनिन्,'प्रतिपक्षको खबरदारीपछि सरकार ब्याक त भयो। तर, निष्पक्ष

रुपमा काम गर्न दिएन। बहुमतको दम्भ देखायो।' जनता समाजवादी पार्टी (जसपा)का प्रमुख सचेतक रामअशिष यादवले आजको बैठक बहिष्कार गर्ने तयारी भइरहेको बताए । 'सरकारले बहुमतको आडमा प्रतिपक्षलाई हेप्न खोजेको छ। हामी शान्तिपुर्ण रुपमा विरोधको तयारी गरिरहेका छौं। तर, सरकारले प्रहरी प्रशासन अहिलेदेखि राखेर तर्साउन खोजेको छ,' उनले भने,'सरकारले कानूनलाई धज्जी उडाएर, जनताको राजस्वको दुरुपयोग गरेर बजेट ल्याएको छ। र, त्यही बजेट पास गराउन चाहेको छ ।' प्रतिपक्षले निरन्तर प्रदेश सभा बैठक अवरुद्ध गरेपछि सरकारले गत शुक्रबार सभामुख रामचन्द्र मण्डलको नेतृत्वमा ६ सदस्यीय कार्यदल गठन गरेको थियो। त्यसमा सत्तापक्षबाट भौतिक पूर्वाधार विकासमन्त्री सरोजकुमार यादवलाई कार्यदलमा राखेपछि प्रतिपक्षले अवरुद्ध गर्दै आएको थियो। त्यसपछि कार्यदल संयोजक सभामुख मण्डलले राजीनामा दिएपछि उपसभामुख नेतृत्वमा १४ सदस्यीय कार्यदल बनाइएको थियो।

उक्त कार्यदलमा उपसभामुख संयोजक, सत्तापक्षको सात र प्रतिपक्षको ६ जना सांसद रहेको थियो। उपसभामुख बबिता राउत ईशरको संयोजक, कार्यदलको सदस्यहरुमा मो. समीर, शारदा देवी थापा, चन्दन कुमार सिंह, शम्भु कुमार साह, जंगीलाल राय, नागेन्द्र साह, रमिता प्रधान, रामअशिष यादव, कनिष पटेल, जवाहरलाल कुशवाहा, विमला अन्सारी तरन्नम, कञ्चन विच्छा, उर्मिला देवी सिंह रहेका थिए।

आर्थिक गणनाको दोस्रो चरण फागुनदेखि सुरु

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
धनुषा, ३० आषाढ

नेपाल सरकारले आर्थिक गणनाको दोस्रो चरण यही फागुनदेखि सुरु गर्ने तयारी गरिरहेको छ । आइतबार जनकपुरधाममा आयोजित आर्थिक गणनाको तथ्याङ्क आवश्यकता विषयक सरोकारवालाहरुसँगको अन्तरक्रिया कार्यक्रममा उक्त जानकारी दिइएको हो।

यस गणनाले देशभर बिना दर्ता सञ्चालनमा रहेका व्यवसाय तथा प्रतिष्ठानहरूलाई औपचारिक प्रणालीमा ल्याउने मार्ग प्रशस्त गर्ने सङ्केत दिएको छ। राष्ट्रिय तथ्याङ्क कार्यालयका अनुसार देशभरका ७५३ स्थानीय तहका वडास्तरसम्म पुगेर एकैपटक गणना गरिनेछ। यसबाट विना दर्ता रहेका व्यवसायको यथार्थ विवरण सङ्कलन भई आगामी आर्थिक नीति र योजना निर्माणमा टेवा पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ।

२०७५ सालमा गरिएको पहिलो आर्थिक गणनामा करिब नौ लाख प्रतिष्ठानमध्ये आधाभन्दा बढी व्यवसाय दर्ता नभएको तथ्याङ्क बाहिर आएको थियो। त्यसवेलादेखि सरकारले ती व्यवसायलाई औपचारिक प्रणालीमा ल्याउने योजना बनाए पनि ठोस कार्यान्वयन नहुँदा ठुलो सङ्ख्यामा व्यवसाय अझै गैरदर्ता अवस्थामा चलिरहेका छन्। तथ्याङ्क समन्वय कार्यालय धनुषाका तथ्याङ्क समन्वय अधिकारी शिवनारायण महतोका अनुसार यसपटकको गणनाले उद्योग, कृषि, सेवा, शिक्षा, व्यापार लगायतका सबै क्षेत्र समेट्नेछ।

यसले देशको कुल आर्थिक गतिविधिको वास्तविक आँकलन गर्न सहयोग गर्नेछ भने आर्थिक योजना, रोजगारी सृजना, कर प्रणाली सुधार तथा लगानीको वातावरण बनाउने आधार तयार पार्नेछ। मधेश प्रदेश नीति तथा योजना आयोगका सदस्य तथा अर्थविद् राजकुमार सिंहले आर्थिक गणनाको आवश्यकता रहेपछि नेपाल निकै पछाडी परेको टिप्पणी गर्नुभयो । उहाँले भन्नुभयो, "प्रदेशस्तरमा रोजगार र आय-व्ययको तथ्याङ्क सङ्कलन हुन सकेमा नीति निर्माणका लागि नयाँ आधार तयार हुनेछ । जसले स्थानीय आवश्यकता, रोजगारीको अवस्था र जनजीवनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने योजनाहरू बनाउने प्रक्रियामा सुधार ल्याउनेछ।" यस्तै धनुषाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी शंकरहरि आचार्यले आर्थिक गणनालाई आर्थिक सुशासनतर्फको कदमका रूपमा व्याख्या गर्नुभयो।

उहाँले भन्नुभयो," आर्थिक गणनामा विगतमा नसमेटिएका अर्थिक पक्षलाई आगामी गणनामा समेट्नुपर्ने हुन्छ । जसले व्यवसायहरूलाई कर दायरा र कानुनी संरचनाभित्र ल्याउन सकिन्छ र राजस्व वृद्धि मात्र होइन, श्रमिकको हकअधिकार सुनिश्चित गर्ने पक्षमा समेत भूमिका खेल्नेछ।"

७ जिल्लाका औषधि पसलहरू अनुगमन गर्दा ८२ पसलमा कैफियत

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
पर्सा, ३० आषाढ

औषधि व्यवस्था विभाग वीरगन्ज शाखाले असार महिनामा मातहतका जिल्लामध्ये ७ जिल्लाका औषधि पसलहरूको अनुगमन गर्दा ८२ वटा पसलमा कैफियत पाइएको छ। कार्यालयका प्रमुख शम्भु साहका अनुसार यस अवधिमा कार्यालयका कर्मचारी टोलीले बारा, रौतहट, सर्लाही, महोत्तरी, धनुषा, सिन्धुली, मकवानपुर र चितवनसहित ७ जिल्लाका १ सय १३ वटा औषधि पसलको अनुगमन गरेको थियो । तीमध्ये ८२ वटा औषधि पसलमा कुनै न कुनै कैफियत पाइएको थियो।

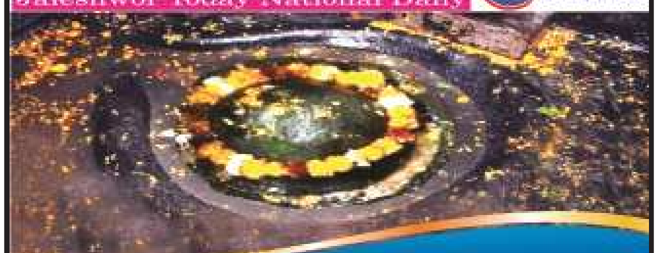
अनुगमनको क्रममा १३ वटा औषधि पसल बिना दर्ता सञ्चालित, ८ वटा पसल औषधि व्यवस्था विभागमा दर्ता नभएको, १२ वटा पसल व्यवसायी/फार्मासिस्ट अनुपस्थित भई सञ्चालित भेटिएका छन् । त्यसैगरी, ९ वटा औषधि पसलमा लागू तथा मनोद्दीपक औषधिको रेकर्ड दुरुस्त नभएको, १५ वटा औषधि पसलमा रेफ्रिजेरेटरमा राख्नुपर्ने औषधि रेफ्रिजेरेटरबाहिर राखिएको वा पसल बन्द गर्दा रेफ्रिजेरेटर बन्द गरिएको पाइएको छ। ग्राहकलाई बिल/बिजक नदिने तथा अन्य प्राविधिक समस्या भएका २५ वटा औषधि पसललाई सचेत गराइएको छ। कैफियत भेटिएकामध्ये बिनादर्ता सञ्चालनमा रहेका १३ मध्ये ३ वटा औषधि पसल दर्ता प्रक्रियामा आएका छन् । त्यस्तै, कैफियत जनाइएका ८२ मध्ये ३४ वटा पसलले आ-आफ्ना गल्तीहरू सुधार गरेका छन्। तीमध्ये १ वटा औषधि पसलमाथि औषधि ऐन २०३५ अनुसार मुद्दा दायर गरिएको प्रमुख साहले बताए। साहका अनुसार असार महिनामै रौतहटको राजपुर नगरपालिकाका औषधि पसलहरूको पनि अनुगमन गरिएको थियो। तीमध्ये त्यहाँका ३ वटा औषधि पसल दर्ता प्रक्रियामा आउन तयार भएका छन् । राजपुर-४ मा जेठ ५ गते औषधि व्यवस्था विभाग वीरगन्ज शाखाको टोली अनुगमनमा जाँदा स्थानीयको प्रतिकार पनि भोग्नुपरेको थियो। असार महिनामा अनुगमनको क्रममा बारामा ३, सर्लाहीमा १६, महोत्तरीमा २४, धनुषामा २२, सिन्धुलीमा १८, मकवानपुरमा १८ र चितवनमा १२ वटा औषधि पसलको अनुगमन गरिएको थियो।

मधेस प्रदेशका सप्तरी र सिरहा बाहेक ६ जिल्ला तथा बागमती प्रदेशका चितवन, मकवानपुर र सिन्धुली गरी ९ जिल्ला यो शाखाको कार्यक्षेत्रभित्र पर्छन्। शाखाका अनुसार हाल कार्यक्षेत्रभित्र ५ हजार ८ सय ६५ वटा औषधि पसल दर्ता छन्। तीमध्ये एलोपेथिक, आयुर्वेदिक, युनानी र भेटेरिनरी औषधि पसल समेत रहेका छन्।

GALAXY SCHOOL/COLLEGE
Bajrang Chowk, Janakpurdham-8
041-524969/9854028024
NEB AFFILIATED
Admission Open ! +2
- SCIENCE
- MANAGEMENT
- EDUCATION
- LAW with Computer
Super 81 Scholarship Scheme

33 Years of Academic Excellence

समाज, विकास, लोकतन्त्र र विधिको शासन प्रति समर्पित राष्ट्रिय दैनिक
www.jaleshwortoday.com
जलेश्वर टुडे
Jaleshwor Today National Daily
एक कदम अगाडि



सम्पादकीय...................

बाढी पहिरोबाट बचौं

बाढी पहिरोबाट बच्न तथा अरुलाई बचाउन आवश्यक रहेको देखिन्छ। त्यसैले, नदीहरूले आफ्नो किनार छोडेर मैदानमा बग्छ। बाढी केही घण्टादेखि केही दिनसम्म रहन सक्छ, तर यसले जीवन, सम्पत्ति र बालीनालीमा ठूलो क्षति पुऱ्याउन सक्छनर। बाढी क्षेत्रको कुनै आधिकारिक परिभाषा नभए पनि, बाढी क्षेत्रहरूलाई सामान्य शब्दहरूमा वर्णन गरेको देखिन्छ। बाढी क्षेत्र वा डुबान क्षेत्र भनेको नदी किनारको समतल क्षेत्र हो जुन वर्षाको समयमा पानीले भरिएको हुन्छर। वर्षायाममा जब नदीको पानीको सतह बढ्छ र जहाँ पानी पुग्छ, त्यो क्षेत्रलाई बाढी क्षेत्र भन्ने गरिन्छ। वर्षाको समयमा बाढी क्षेत्रहरू सामान्य हुन्छन् तर कहिलेकाहीँ बाढी नियमित स्तरभन्दा बाहिर गएको देख्न सकिन्छ।

बाढी सानो, ठूलो र कहिलेकाहीँ धेरै ठूलो रहेको देखिन्छ। बाढीपहिरो क्षेत्र प्रायः खेतीपातीको लागि राम्रो जमिन रहेको हुन्छ किनभने त्यहाँ बाढीको पानीले बोकेको माटो जम्मा हुन्छन जसले माटोलाई उर्वर शक्ति दिन्छ। वास्तवमा, बाढी मैदान भनेको बाढीले छोडेको माटोबाट बनेको जमिन रहेको हुन्छ। बाढी प्रभावित क्षेत्रमा मानिसहरूले भवनहरू निर्माण गरिरहेका छन् जुन वातावरणको लागि हानिकारक छन् र मानिसहरूको लागि पनि खतरनाक सावित हुदै आएको देखिन्छर। त्यसैले बाढी क्षेत्रमा भवन निर्माणको कार्य नगरौं र बाढी पहिरो आउनु पुर्व नै यसबाट बच्ने उपाय अपनाऔं। यस सम्बन्धमा सरोकारबाला संघसंस्थाहरुले समेत आवश्यक पहल गर्नुका साथै जनचेतनामूलक सन्देश प्रवाह गर्न जरुरी देखिन्छ।

जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाद्वारा १३औं नगरसभा एवं नीति तथा कार्यक्रम सार्वजनिक

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
धनुषा, ३० आषाढ

जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाले १३औं नगरसभाको आयोजना गर्दै आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ का लागि नीति तथा कार्यक्रम सार्वजनिक गरेको छ। नगर प्रमुख मनोज कुमार साहले प्रस्तुत गरेको उक्त दस्तावेजमा समावेशी विकास, फोहरमैला व्यवस्थापन, शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, महिला सशक्तीकरण, पर्यटकीय पूर्वाधार, औद्योगिकीकरण तथा ग्रामीण पूर्वाधार विकासजस्ता क्षेत्रलाई विशेष प्राथमिकता दिइएको छ। **फोहरमैला व्यवस्थापनमा आधुनिकता** नीति अनुसार अब कुहिने र नकुहिने फोहर छुट्याएर कम्पोस्ट मल र उर्जा उत्पादन गरिनेछ, जुन कृषि कार्यमा प्रयोग गरिने जनाइएको छ।

जनशक्ति र प्रविधिको प्रयोगमा जोड दिँदै छिमेकी नगरहरूसँगको सहकार्यमा सामूहिक सेनेटरी ल्यान्डफिल साइट निर्माणको तयारीसमेत थालिएको छ। **स्वास्थ्य सुरक्षा र लामखुट्टे नियन्त्रण** दीर्घकालीन समस्या बनेको लामखुट्टे नियन्त्रणका लागि विज्ञको परामर्शमा विशेष योजना लागू गरिनेछ। विपन्न तथा अपांगता भएका नागरिकहरूलाई निःशुल्क स्वास्थ्य बीमा, विद्यालयहरूमा स्वास्थ्य परीक्षण कक्ष स्थापना, र घरदैलो सेवा सञ्चालन गरिने योजना छ।

पर्यटकीय पूर्वाधार र सार्वजनिक स्थल संरक्षण रंगभूमि मैदान, ऐतिहासिक पोखरीहरूको सरसफाइ, डिल सौन्दर्यीकरण, र पार्किङ समस्या समाधान गर्न योजना अघि बढाइएको छ। पर्यटक गाइडको कार्यविधि निर्माण गरिनेछ भने परिक्रमा क्षेत्रमा दर्ता नभएका ई-रिक्सा सञ्चालनमा निषेध गरिने नीति ल्याइएको छ। **शिक्षा र खेलकुद प्रवर्द्धन** विद्यालयहरूमा इन्टरनेट जडान, युवा स्वयंसेवक शिक्षक परिचालन, बाल क्लब स्थापनाजस्ता कार्यक्रम सञ्चालन गरिनेछ। धुम्रपान र अपसंस्कृति फैलाउने चलचित्र माथि प्रतिबन्ध लगाइने छ। राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा पदक जित्ने खेलाडीलाई सम्मान गरिनेछ भने प्रत्येक दुई वर्षमा वृहत खेलकुद महोत्सव गरिनेछ। **कर प्रणालीमा सहुलियत र प्रविधि प्रयोग** तीन लाखसम्मको सम्पत्ति कर तिर्ने करदातालाई छुट दिइनेछ। समयमै कर बुझाउने महिला तथा पुरुष दुवैलाई छुटको व्यवस्था गरिनेछ। कर प्रणालीलाई प्रविधिमैत्री बनाउन मोबाइल एप विकास गरिनेछ। **कृषि र युवा लक्षित कार्यक्रम** 'एक वडा, एक उत्पादन' र 'एक वडा, एक पशु फर्म' कार्यक्रम लागू गरिनेछ। उत्कृष्ट कृषकलाई पुरस्कृत गरिनेछ। बेरोजगार युवालाई ५ लाख सम्म आर्थिक सहयोग, सीप विकास तालिम, र 'बिन सीप को ना जीव' कार्यक्रम मार्फत आत्मनिर्भर बनाउने नीति छ। **वातावरण र पूर्वाधारमा सुधार** सडक नामकरणसहित वैज्ञानिक घर नम्बर प्रणाली लागू गरिनेछ। खुला व्यायामशाला स्थापना, प्लास्टिक झोला निषेध, तथा विद्युतीय सवारीसाधनको प्रवर्द्धन जस्ता योजनाहरू समावेश छन्। **सञ्चार सशक्तीकरण** स्थानीय सञ्चारमाध्यमहरू लाई सशक्त बनाउन पत्रकार महासंघ लगायत संस्था सँग सहकार्य गरिनेछ। साथै, 'उपमहानगर, हाम्रो जनकपुरधाम' नामक रेडियो तथा टेलिभिजन कार्यक्रम सञ्चालन गरिनेछ। **समावेशी र दिगो विकासको प्रतिबद्धता** नीति तथा कार्यक्रममा महिला, दलित, लक्षित वर्ग उत्थान, विपद् व्यवस्थापन, भू-उपयोग, बस्ती विकास, आपूर्ति व्यवस्थापन तथा उद्योग-व्यापार प्रवर्द्धनमा समेत विशेष जोड दिइएको छ। नगरसभामा उपप्रमुख किशोरी साह, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत मित्रलाल ढकाल, २५ वटै वडाका वडाध्यक्ष, जनप्रतिनिधि, कर्मचारी तथा सरोकारवालाहरूको उल्लेखनीय उपस्थिति रहेको थियो। जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाको यो नीति तथा कार्यक्रम स्वच्छ, समावेशी र दिगो विकासका दृष्टिकोणबाट दूरगामी प्रभाव पार्ने अपेक्षा गरिएको छ।

अनुरोधकर्ता
बलवा नगरपालिकाको कार्यालय
महोत्तरी,मधेश प्रदेश

तपाईको टुडे

मेषः मनमा पछुतो आउने
वृषः विचार गरेर बोल्नुहोला
मिथूनः अनावश्यक चिन्ता
कर्कटः पिछडेको साथी मिल्ने
सिंहः खानपानमा समस्या आउने
कन्याः लामो यात्राको योग छ
तुलाः मित्रतामा फाटो आउने
वृश्चिकः शुभ कार्यको शुरुवात
धनुः आम्दानी हुने
मकरः अनावश्यक खर्चको संभावना
कूम्भः अशुभ समाचार प्राप्त हुने
मीनःपढाईमा ध्यान दिनुपर्ने

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 : निःशुल्क भोजन
दिउँसो ढोका खुल्ने समय :०४:०० बजे
सन्ध्या पूजा आरती साँझ :०७:३० बजे

राष्ट्रपति मुर्मूले राज्यसभाका लागि गरिन् चार सदस्य मनोनित, मोदीले दिए शुभकामना

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, ३० आषाढ

युरोपेली सङ्घ (ईयू) प्रमुख उर्सुला भोन डेर लेयनले आइतबार अमेरिकाले फलाम र एलुमिनियममा लगाएको शुल्कको जवाफमा ईयूले लगाउने कर अहिलेका लागि स्थगित गरिएको बताएकी छन्। सङ्घले अब वार्ताका लागि केही समय पर्खने योजना बनाएको छ।

संयुक्त राज्य अमेरिकाका राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले शनिबार चेतावनी दिँदै अगस्ट १ भित्र कुनै व्यापार सम्झौता नभएमा ईयूमा उत्पादन भएका सामानहरूमा ३० प्रतिशतसम्मको नयाँ भन्सार शुल्क लागु गरिने बताएका थिए। लायनले भनिन्, "अमेरिकाले वार्ता सफल नभएमा कडा कदम चाल्ने औपचारिक सूचना दिएको छ। त्यसैले हामीले पनि अगस्टको सुरुदेखि लागु हुने भनिएको हाम्रो जवाफी कदमलाई केही समयका लागि स्थगित गरेका छौं।" उनले थपिन्, "हामी चाहन्छौं समस्या छलफलबाट समाधान होस्। तर यदि आवश्यक परेमा, हामी जवाफ दिन तयार छौं।" लायनले युरोपेली सङ्घ सधैं वार्ताबाट समाधान खोज्ने पक्षमा रहँदै आएको र अहिले पनि यही बाटो रोज्नेमा जोड दिइन्। उनले अगस्ट १ सम्मको समय सम्झौताका लागि प्रयोग गरिने बताइन्। युरोपेली सङ्घको जवाफी कर लगाउने निर्णय यसअघि सोमबार रातिदेखि लागु हुने तय थियो, तर वार्ताको सम्भावना बाँकी रहेको भन्दै त्यो निर्णय केही समयलाई स्थगित गरिएको हो।

ईयूले अमेरिकाद्वारा यस वर्षको सुरुमा फलाम र एलुमिनियममा लगाइएको भन्सार शुल्कको जवाफमा २१ अर्ब युरो बराबरका वस्तुहरूमा कर लगाउने योजना बनाएको थियो। तर सम्झौताको सम्भावनालाई खुला राख्दै, सङ्घले मार्च महिनामा नै त्यो कदम रोकेको थियो।

रहेनन् साढे सात सय भन्दा बढी फिल्म खेलेका दक्षिणका लोकप्रिय खलनायक कोटा श्रीनिवास

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, ३० आषाढ

सन अफ सत्यमूर्ति, टेम्पर, येवादु जस्ता प्रसिद्ध फिल्महरूमा खलनायकको भूमिका निर्वाह गरेका दक्षिणका लोकप्रिय खलनायक कोटा श्रीनिवासको निधन भएको छ। उनको आइतबार निधन भएको हो।

उनी ८३ वर्षका थिए। उनले गत बिहीबार मात्रै आफ्नो ८३ औं जन्मदिन मनाएका थिए। कोटा लामो समयदेखि बिरामी थिए। कोटा श्रीनिवासले आइतबार बिहान हैदराबादको जुबली हिलस्थित आफ्नो बंगलामा अन्तिम सास फेरे। कोटा श्रीनिवासले तेलुगु, तमिल, कन्नड र हिन्दी भाषाका ७५० भन्दा बढी फिल्महरूमा अभिनय गरेका थिए। उनलाई सन्२०१५ मा पद्मश्रीबाट सम्मान गरिएको थियो। उनलाई अन्तिम श्रद्धाञ्जली दिन अग्रज अभिनेता चिरञ्जीवी पुगेका थिए।

सफल फिल्म करियरको अलावा, कोटा श्रीनिवासले राजनीतिमा पनि महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका थिए। उनी १९९९ देखि २००४ सम्म आन्ध्र प्रदेशको विजयवाडा पूर्वका विधायक थिए। तेलङ्गाना र आन्ध्र प्रदेशका मुख्यमन्त्रीहरूले श्रद्धाञ्जली अर्पण गरे तेलङ्गानाका मुख्यमन्त्री रेवन्त रेड्डीले भावुक हुँदै लेखे, 'प्रख्यात अभिनेता कोटा श्रीनिवास राव गरुको निधन गहिरो शोक हो।

उनको अनुपस्थिति फिल्म उद्योगको लागि अपूरणीय क्षति हो। कोटा गरु अब भौतिक रूपमा हामी माझ नभए पनि, उनले खेलेका भूमिकाहरू मार्फत उनी तेलुगु जनताको हृदयमा सधैं बाँच्नेछन्। म भगवानसँग प्रार्थना गर्छु कि उनको आत्माले शान्ति पाओस्, म उनको परिवारका सदस्यहरूप्रति गहिरो समवेदना व्यक्त गर्दछु।' कोटा श्रीनिवासलाई श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दै आन्ध्र प्रदेशका मुख्यमन्त्री एन चन्द्रबाबु नायडूले लेखे, 'आफ्नो भूमिकाले सिनेमा दर्शकहरूको मन जित्ने प्रसिद्ध अभिनेता कोटा श्रीनिवास रावको निधन अत्यन्तै दुःखद छ। लगभग चार दशकदेखि सिनेमा र रंगमञ्चको क्षेत्रमा उनको कलात्मक योगदान र उनले निर्वाह गरेका भूमिकाहरू अविस्मरणीय रहनेछन्। खलनायक र चरित्र कलाकारको रूपमा उनले निर्वाह गरेका अनगिन्ती यादगार भूमिकाहरू तेलुगु दर्शकहरूको हृदयमा सधैंभरि कोरिएका रहनेछन्।

यस्तो छ आजका लागि विदेशी मुद्राको विनिमय दर

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, ३० आषाढ

नेपाल राष्ट्र बैङ्कले आजका लागि विदेशी मुद्राको विनिमय दर निर्धारण गरेको छ। राष्ट्र बैङ्कका अनुसार अमेरिकी डलर एकको खरिदर १३६ रुपैयाँ ९९ पैसा र बिक्रीदर १३७ रुपैयाँ ५९ पैसा कायम गरिएको छ।

युरोपियन युरो एकको खरिदर १६० रुपैयाँ १४ पैसा र बिक्रीदर १६० रुपैयाँ ८४ पैसा, युके पाउण्ड स्टर्लिङ एकको खरिदर १८४ रुपैयाँ ९४ पैसा र बिक्रीदर १८५ रुपैयाँ ७५ पैसा, स्वीस फ्रयाङ्क एकको खरिदर १७१ रुपैयाँ ९८ पैसा र बिक्रीदर १७२ रुपैयाँ ७३ पैसा कायम गरिएको छ। अष्ट्रेलियन डलर एकको खरिदर ९० रुपैयाँ १४ पैसा र बिक्रीदर ९० रुपैयाँ ५३ पैसा, क्यानेडियन डलर एकको खरिदर १०० रुपैयाँ ६ पैसा र बिक्रीदर १०० रुपैयाँ ५० पैसा, सिङ्गापुर डलर एकको खरिदर १०६ रुपैयाँ ९९ पैसा र बिक्रीदर १०७ रुपैयाँ ४६ पैसा निर्धारण गरिएको छ। जापानी येन १० को खरिदर नौ रुपैयाँ २९ पैसा र बिक्रीदर नौ रुपैयाँ ३३ पैसा, चिनियाँ युआन एकको खरिदर १९ रुपैयाँ ११ पैसा र बिक्रीदर १९ रुपैयाँ १९ पैसा, साउदी अरेबियन रियाल एकको खरिदर ३६ रुपैयाँ ५३ पैसा र बिक्रीदर ३६ रुपैयाँ ६९ पैसा, कतारी रियाल एकको खरिददर ३७ रुपैयाँ ५८ पैसा र बिक्रीदर ३७ रुपैयाँ ७५ पैसा निर्धारण गरिएको छ।

यस्तो छ एनपीएलमा रिटेन गरिएका खेलाडीहरूको प्रदर्शन

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, ३० आषाढ

नेपाल प्रिमियर लिग (एनपीएल) क्रिकेटको दोस्रो संस्करण आउँदो नोभेम्बरमा हुने तय छ। कुनै प्राविधिक समस्या नआए २०२५ को नोभेम्बर-डिसेम्बरमा एनपीएलको दोस्रो संस्करण आयोजना हुनेछ।

त्यसअघि टिमहरूले गर्नुपर्ने खेलाडी रिटेन्सनको प्रक्रिया पनि पूरा भइसकेको छ। तोकिएको प्रावधान अनुसार सबै ८ टोलीले रिटेन गरिएका खेलाडीको सूची सार्वजनिक गरिसकेका छन्। खेलाडी रिटेन र रिलिजको प्रक्रिया सकिएसँगै आउँदो अगस्टमा मिनी अक्सन पनि गर्ने तय छ। त्यसका लागि क्यानले खेलाडी दर्ता प्रक्रिया पनि खुला गरिसकेको छ। आज हामी सबै ८ टोलीले रिटेन गरेका खेलाडीहरू र तिनले अघिल्लो सिजन गरेका प्रदर्शनबारे चर्चा गर्नेछौं। सुरुवात साविक विजेता जनकपुर बोल्ट्सबाटै गरौं। **जनकपुर बोल्ट्स** एनपीएलको साविक विजेता जनकपुरले मार्की आसिफ र कप्तान अनिल साहसहित ६ खेलाडी रिटेन गरेको छ। यीबाहेक शुभ कंसाकार, किशोर महतो, ललित राजवंशी, तुलबहादुर थापामगर र रुपेश सिंह रिटेन भएका छन्। जनकपुरका लागि मार्की खेलाडीको आसिफको प्रदर्शन औसत रह्यो। आसिफले १० खेलमा १६२ रन बनाए। उनको उच्च स्कोर ३६ थियो। त्यस्तै उनले चार क्याच पनि लिए। प्लेअफअघिसम्म ७ खेलमा कप्तानी गरेका अनिल साहले १३२ रन बनाए।

उनले पहिलो क्वालिफायर, दोस्रो क्वालिफायर र फाइनल खेल हातको चोटका कारण गुमाएका थिए। त्यस्तै अनिलले ७ खेलमा प्रतियोगिताकै सर्वाधिक १२ क्याच लिए। प्रतियोगिताकै संयुक्त सर्वाधिक विकेट टेकर ललित राजवंशीले १० खेलमा १७ विकेट लिए। उनको नाममा ३ क्याच पनि रहेरुयो।

एचआइभीबाट बचौं

एचआइभीका लक्षणहरु :
-ज्वरो आउनु
-पखाला लाग्नु
-वजन घट्नु
-जनै खटिरा आउन सक्छन्
-कुपोषणका लक्षणहरू देखिनु
-छालाका विभिन्न समस्या आउनु
-मुख तथा घाँटीमा काई (सेतो) आउनु
-दाँत वा गिजाका समस्याहरू
-खोकी वा स्वास फेर्न गाह्रो हुनु
-चाँडै थकाइ लाग्नु वा कमजोरी हुनु आदि

यसरी सर्दैन :
-लामखुट्टेले टोकेर
-एउटै लुगाफाटो प्रयोग गर्दा
-चुम्बन गर्दा
-सँगै पौडी खेल्दा
-बिरामीको स्याहार सुसार गर्दा
-परिवारमा सँगै बस्दा
-एउटै भाँडामा खाना खाँदा
-हाछ्यूँ गर्दा, खोक्दा
-एउटै चर्पी प्रयोग गर्दा

एचआइभी सर्ने माध्यम :
-असुरक्षित यौनसम्पर्कबाट
-एचआइभी संक्रमित रगत, रगतबाट बनेका पदार्थ तथा अंगहरु लिँदा
-सुई तथा सिरिन्जको साझा प्रयोगबाट
-संक्रमित आमाबाट बच्चामा

बच्ने उपाय :
- सुरक्षित यौन व्यवहार अपनाउने
-सधैँ सही तरिकाले कन्डमको प्रयोग गरी यौनसम्पर्क राख्ने
-सुई तथा छाला छेड्ने औजार नयाँ मात्र प्रयोग गर्ने वा निर्मलीकरण गरेर प्रयोग गर्ने
-एचआइभी संक्रमित महिला गर्भवती नहुने
-यौनरोगको लक्षण देखापरेमा तुरुन्त उपचार गर्ने
-आफ्नो यौनसाथीलाई पनि उपचार गराउने
-अंग प्रत्यारोपण गर्नुपरेमा सम्बन्धित व्यक्तिलाई संक्रमण भए/नभएको कुरामा विशेष ध्यान पुर्‍याउने
- रगत दिँदा सो रगत संक्रमण भए/नभएको पक्का गर्ने।

अनुरोधकर्ता
स्वास्थ्य कार्यालय
जलेश्वर,महोत्तरी, मधेश प्रदेश

अनुरोधकर्ता
मुखियापट्टी मुसहरनियां गाउंपालिकाको कार्यालय
धनुषा,मधेश प्रदेश

इतिहास-चेत नै नभएको पंक्ति

-समग्रतामा प्रायः समाज अगाडि नै बढेका हुन्छन् । नेपालको अहिलेको विडम्बना के भइदियो भने ‘बरु राजा फर्के हुन्थ्यो’ भन्ने यदाकदाका सानातिना सलबलाहटले अहिले विस्थापित गर्नुपर्ने राजनीतिक वर्गलाई नै ‘इम्पाओर’ गरिराखेको छ । जरुरी नीतिगत विषयमा हुनुपर्ने प्रश्न अन्यत्र मोडिएका छन् । इतिहास प्रायः आँशु र रगतले लेखिन्छ, अन्धकारमा रचिन्छ । तर सोच्नुस् कथम् त्यो आँशु र रगत नबगेको भए ? त्यो मोड नआएको भए ? कान्तिपुरले ल्याएको छ नयाँ बहस शृंखला- ‘वैकल्पिक इतिहास,’ जसमा हामी सोध्छौं, ‘के हुन्थ्यो तब...?’ नेपालका केही निर्णायक घटना फरक ढंगले विकसित भएका भए, के आज हामी अलिक खुसी हुन्थ्यौं ? सुखी हुन्थ्यौं ? अथवा यही उपलब्धि प्राप्तिका लागि पनि संघर्ष गरिरहेका हुन्थ्यौं ? पहिलो शृंखलामा हामी फर्किंदै छौं २०५८ सालको दरबार हत्याकाण्डतर्फ- एक यस्तो रात, जसले नेपाली राजनीतिक इतिहासलाई एकैछिनमा कायापलट गरिदियो । राजा, रानी, युवराजदेखि दरबारका धरोहर एकैसाथ ढले, सत्ताको नक्सा फेरियो, सायद त्यसैको जगमा गणतन्त्रको स्तम्भ खडा भयो ।

तर त्यो हत्याकाण्ड नभएको भए- के हुन्थ्यो ? के राजा वीरेन्द्रले माओवादीसँग वार्ता गरेर देशलाई शान्तिमार्गमा डोऱ्याउन सक्थे ?के उनले पनि ज्ञानेन्द्रले जस्तै शक्ति हत्याएर राजतन्त्रको पतन निम्त्याउने थिए ? के मूलधारका दल र माओवादी भिडेर एक वा अर्काको अस्तित्व नामेट पार्ने थिए ? अनि, के अहिले हामी भ्रष्टाचार र निराशाको सट्टा विकास र सुशासनको जगजगी देखिरहेका हुन्थ्यौं ? हो, हामी इतिहास फेर्न सक्दैनौं । तर सोच्न, बुझ्न, पाठ सिक्न र समृद्धिको मार्ग कोर्न सक्छौं । त्यसैले यस शृंखलामा हामी विश्लेषक, इतिहासकार, साहित्यकार, समाजशास्त्री, विद्यार्थी र आम नागरिकका तर्क समावेश गर्नेछौं ।

२०४० को मध्य दशकमा हाईस्कुल पढ्दा ९ कक्षा पुगेपछि ऐच्छिक विषय छान्नुपर्थ्यो । क्लासका जान्ने-सुन्ने विद्यार्थीले रोज्ने विषय ऐच्छिक गणित हुन्थ्यो । ठूलो संख्याका, पढेर माथि जाने सम्भावना न्यून भएका कमजोर विद्यार्थीहरू मात्र इतिहास पढ्न पठाइन्थे । त्यति बेला मैले त्यसको अर्थ बुझेको थिइनँ । जब मैले ‘बरु राजा नै फर्के हुन्थ्यो’ भन्ने केही युवा पंक्तिदेखि गीतकार-कलाकार भेट्छु/सुन्छु वा ‘राजतन्त्रका बेला केही त राम्रो थियो’ भन्ने वरिष्ठ नागरिकहरूलाई देख्छु, त्यति बेलाको शैक्षिक प्रबन्धको अर्थ बल्ल अहिले आएर केही बुझें कि जस्तो लाग्छ । व्यवस्था त निर्दलीय तानाशाही नै थियो तर त्यसलाई टिकाउन चतुर राजा महेन्द्र र त्यसैको सिको गर्दै वीरेन्द्रले दुई-चार जना विज्ञलाई नीति-निर्माणमा लगाएका थिए । सायद ती विज्ञलाई त्यति बेलै थाहा थियो कि एक त नेपालको इतिहास ‘ब्रिलियन्ट’ विद्यार्थीलाई पढाउन लायक नै छैन । या त्यस्तो तप्काले इतिहास साँच्चै बुझ्यो भने त्यो उनीहरूको व्यवस्थाको हितमा हुने छैन । हुन पनि, संसारका धेरैतिर शैक्षिक जागरण, औद्योगिकीकरण र आधुनिकीकरण भएका साढे दुई सय वर्षको इतिहासको महत्त्वपूर्ण अन्तरालमा नेपालमा कुन त्यस्तो खण्ड छ जसमा नेपाल राजकीय रूपमा अन्य राष्ट्रका लागि उदाहरण बन्न सकेको थियो ? संसारभर अहिले देखिने राष्ट्रहरू बनेको, अघि बढेको यही कालखण्डमा न हो जति बेला नेपालमा ‘सुनौलो शाहवंशीय शासन’ थियो । नेपाली बौद्धिक इतिहासको औकातः राजनीतिक अव्यवस्थापनले सिर्जना गरेको निराशाबीच खेलेर कतै केही गर्न सकी पो हालिन्छ कि भनेर राजावादीहरूले बेला-कुबेला गर्ने ‘आन्दोलन’ को प्रयास बुझ्न सकिने कुरा हो । तर नेपालमा राजतन्त्र फर्कने सम्भावना छैन र त्यस ‘आन्दोलन’ प्रति जति धेरै प्रतिक्रिया देखाइए त्यो नै अस्वाभाविक थियो भनेर मैले पछिल्लो पटक कान्तिपुरको यही ‘स्पेस’ मा लेखेको थिएँ । आजको आलेखमा मैले हेर्न खोजेको नेपाली समाजका केही त्यस्ता पंक्तिहरूको समाजशास्त्र हो जो यसो हेर्दा आफ्नो पेसामा ठीकै गरेका देखिन्छन् । तिनीहरू गएका स्कुल-कलेज र पढाइ-लेखाइको स्तर पनि नेपाली मापदण्डअनुसार मध्यम नै छ । तर तार्किक रूपमा हेर्दा त्यति सपाट देखिने, दूर अतीतको नभई यति नजिक्कैको इतिहासको त्यति सरल तथ्य पनि बुझ्न नसकेर बरु राजतन्त्र नै ठीक थियो भन्ने तिनीहरूको चेतको स्रोत के होला ? तिनीहरूले अन्तरक्रिया गर्ने सामाजिक-पारिवारिक वृत्त कुन होलान् ? तिनका घर-भान्सामा बाबु-आमा, दिदी-भाइबीच कस्ता विषयमा छलफल हुन्छन् होला ? तिनीहरूले कस्ता र कसका किताब पढ्छन् होला ? तिनीहरूले कुन पडकास्ट सुन्छन् होला ? समकालीन नेपाली र खासगरी मैले माथि भनेका पंक्तिका ‘महान् जनता’ को इतिहास-चेत कसरी बन्ने रहेछ भन्ने मलाई अब राजनीतिकभन्दा पनि बौद्धिक उत्सुकताको विषय बन्न पुगेको छ । यसका लागि सानो पृष्ठभूमि सम्झनुपर्दा, दुई वर्ष पहिले सेतोपाटी डिजिटल पत्रिकाले ‘नेपाल कति बन्यो, कति बिग्रियो ?’ भन्ने ‘थिम’ मा एउटा शृंखला चलाएको थियो । त्यसमा मैले ‘बौद्धिक इतिहासको कसीमा कहाँ छ नेपाल ?’ भनेर ६ हजार शब्दमा यस विषयको सानोतिनो मूल्यांकन गरेको थिएँ । बौद्धिक इतिहास भन्नाले कोरा राजनीतिक घटनक्रमको मात्र नभई त्यस बेलाको ज्ञान-विज्ञान, संस्कृति, कला-साहित्य आदिको समग्रतालाई जनाउने हो ।

साभार : कान्तिपुर ।

जनहितमा जारी संदेश

सर्पदंशबाट बच्ने उपायहरू

-सर्प दिउँसो भन्दा राती बढी निस्कन्छ । त्यसैले राती घरबाहिर निस्कनु परे उज्यालो (टर्च, बत्तीहरू) बोकेर मात्रै निस्कने ।
-खाली खुट्टा घर बाहिर ननिस्कने ।
-सर्प बस्ने सम्भावित ठाउँहरू (जस्तैं दाउराको चाङ, पराल, ढुङ्गा तथा ईटा थुपारेको ठाउँ) मा चलाउनु परे लामो लठ्ठीले चलाउने ।
-घर वरीपरिका झार, फोहोरको थुप्रो हटाउने र जमिनका प्वालहरू भए पुर्ने ।
-घर वरिपरि खानेकुराहरू नफाल्ने । फालिएको खानेकुरा खान मुसा, भ्यागुता आउने हुँदा त्यहाँ सर्प पनि आउँछ ।
-साना केटाकेटीलाई मुसाको दुलामा हात हाल्न, दाउराको चाङमा हात घुसाउने, झाडीमा जानबाट रोक्ने ।
-शरीरमा पातलो कपडा भए पनि लगाउने । जसले सर्पले टोके पनि विष प्रवेशलाई केही मात्रामा भए पनि रोक्छ ।
-सर्पलाई नजिस्काउने ।
-सर्प मरेको जस्तो देखिए पनि वास्तवमा मरेको नहुन सक्छ । त्यस्तो अवस्थामा नचलाउने ।
-सकेसम्म घरभित्र कुखुरा, हाँस, परेवाको खोर नराख्ने । यस्तो खोरमा जथाभावी हात नहाल्ने ।
-राती सुत्दा झुलको प्रयोग गर्ने । सकेसम्म पलङ वा खाटमा मात्रै सुत्ने ।
-पोखरी, तलाउ, खोला, नदीनालामा बिषालु सर्प पनि हुन सक्छन् । यस्ता स्थानमा पौडी खेल्दा, खोला तर्दा सावधानी अपनाउने ।

जुनोटिक रोग रोक्ने उपायहरू :

-सुरक्षित खाना ह्यान्डलिङ अभ्यास गर्नुहोस् । यसमा उपभोग गर्नु अघि सबै उत्पादनहरू धुनु समावेश छ ।
-साबुन र पानीले राम्ररी हात धुनुहोस् ।
-ह्यान्डल गर्दा वा जनावरहरूसँग नजिकको सम्पर्कमा उपभोग, पिउने वा आफ्नो आँखा वा मुख नछुनुहोस् ।
-घरमा घरपालुवा जनावरहरूलाई खोप लगाउनुहोस् र तिनीहरूलाई पशुचिकित्सकको नियमित वार्षिक भ्रमणको लागि लैजानुहोस् ।
-लामखुट्टे, पिसा र टिक्सलाई टाढै राख्नको लागि कीटनाशक वा अन्य विधिहरू प्रयोग गर्नुहोस् ।

एएमआर रोक्ने उपायहरू :

-आफू खुशि एन्टीबायोटिक औषधि सेवन गर्नु हुँदैन ।
-चिकित्सकका सल्लाह अनुसार मात्र सेवन गर्ने ।
-चिकित्सकको पूर्जा बिना एन्टिबायोटिक औषधि विक्रि वितरण गर्नुहुँदैन ।
-एन्टिबायोटिक औषधि जहिले पनि चिकित्सकको सल्लाह अनुसार डोज सेवन गर्ने ।

अनुरोधकर्ता
एकडारा गाउँपालिका
स्वास्थ्य शाखा, महोत्तरी

पत्रिका/पेपर
कम्प्यूटराईज गराउन सम्झनुहोस् ।

सम्पर्क -: दिलीप कुमार साह :-
मो.नं.-९८४४०५१४८७, ९७०९०५७०६१ (जनकपुरधाम)
एकचोटी सेवाको मौका अवश्य दिनुहोला

अनुरोधकर्ता
नगराईन नगरपालिकाको कार्यालय
धनुषा,मधेश प्रदेश

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