ग्रामीण पत्रकारिताको प्रयास

# जनता टाइम्स साप्ताहिक

JANATA TIMES WEEKLY

पृष्ठ ३ मा

युवा अवस्थामा हृदयाघातः रोकथामका उपाय

❑ वर्ष-१० ❑ अङ्क-२१, २०७५ असोज ६ गते, शनिबार (Sept.22, 2018 Saturday) www.janatimes.com मुल्य रु. ५/- पृष्ठ संख्या ६

## ब्याटमिन्टनमा जित्नेले २० केजीको खसी पाए

फत्तेपुर / चौथो संविधान दिवसको अवसरमा सप्तरीको सप्तकोसी नगरपालिका फतेपुरमा संचालित प्रथम सप्तकोसी नगरस्तरिय ब्याडमिन्टन प्रतियोगिताको फाइनल खेल शुक्रबार सम्पन्न भएको छ ।

सप्तरी जिल्ला ब्याडमिन्टन संघको आयोजनामा असोज ३ गते देखि ५ गतेसम्म संचालित प्रतियोगितामा सप्तकोसी नगरपालिकाका १६ जोडी खेलाडीहरुले सहभागीता जनाएको प्रतियोगिताको फाइनल खेलमा खगेन्द्र कार्कीको जोडी निरज चौधरीको जोडीले कालुराम बिष्ट जोडी शम्भु चौधरीको जोडी लाई २-० को सोझो सेटमा २१-१९ र २१-१६ को अन्तर ले पराजित गर्दै प्रथम भएकाछन ।

कालुराम बिष्ट, शम्भु चौधरीको जोडी दोस्रो भएको छ । दिपक खड्का र लालबाबु प्रधानको जोडीले जय लामा र नवराज थापा को जोडी लाई २४-२२,१५-२१,२१-१३ को सेटमा पराजित गर्दै तेस्रो स्थान हासिल गरेका छ्न ।

प्रतियोगितामा प्रथम, दोस्रो, तेस्रो हुने खेलाडीहरु लाई क्रमशः २० के.जि.को खसी १० के.जि.को बोका र तेस्रो हुनेलाई ५ के.जि.को रातो भाले र ट्रफी प्रमाणपत्र प्रदान गरिएको थियो । कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी प्रदेश न २ का प्रदेश शभा सदस्य सत्यनारायण मण्डलले वितरण गरेका थिए । प्रतियोगिताको समापन कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख अतिथि मण्डलले राष्ट्रलाई चिनाउने माध्यम खेलकुद नै भएकाले आफू सधै खेल क्षेत्रलाई सहयोग गर्ने बताए । तत्कालीन खेलकुद मन्त्री हुँदा फत्तेपुरमा २०७२ सालमा मण्डलले शिलान्यास गरेको निर्माणाधिन बहुउपयोगी कभर्डहल निर्माण सम्पन्न गर्न आफ्नो सांसद विकाश कोषबाट १० लाख रुपैयाँ दिने समेत घोषणा गरेका छ्न ।

कार्यक्रम संयोजक खगेन्द्र कार्कीको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा ब्याडमिन्टन संघ अध्यक्ष धर्म बहादुर खत्री, सप्तकोसी नगर प्रमुख उत्तमकुमार शर्मा लगायतले बेलेका थिए ।

## मधेश आन्दोलनका घाइतेलाई सहयोग

राजविराज / प्रदेश नम्वर २ सरकारले मधेश आन्दोलनका घाइतेहरुलाई राहत सहयोग उपलब्ध गराउने कार्यलाई निरन्तरता दिएको छ ।

मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रीपरिषद्को निर्णय अनुसार मधेश आन्दोलन २०७२ मा गम्भीर घाइते भएका राजविराज नगरपालिकाका

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

## अव धरान विराटनगर धाउनु पर्दैन

यदि तपाईंलाई दातको कुनै पनि समस्या भएमा सदैब हामीलाई सम्झनुहोस । हामी तपाईंको सेवामा तत्पर छौं ।

हाम्रा सेवाहरुः

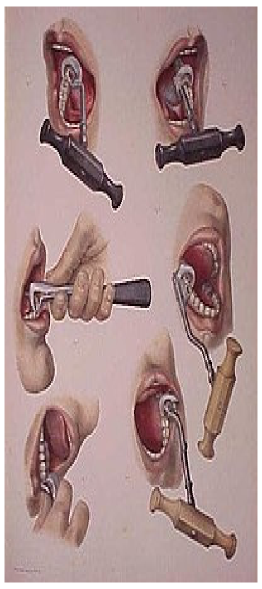
दात सफा गर्ने, दातमा सिमेन्ट भर्ने, दातमा आर.सि.टि.गर्ने, नयाँ दात लगाउने, नमिलेको दात मिलाउने, दात फुकाल्ने, गिजा सुनिने, दातबाट रगत आउने, मुख गनाउने मुख भित्रका घाउ खटिराहरूजस्ता सम्पुर्ण समस्याको उपचार घोपा क्याम्प धरानका डाक्टरहरूद्वारा गरिनुका साथै दातको एक्स-रे साथै सल्यक्रियासमेत गरिन्छ।

प्रो.पपुलर चौधरी

सप्तकोसी डेन्टल क्लिनिक

सप्तकोसी नगरपालिका १ फत्तेपुर बजार लाइन

सम्पर्कः ९८४१९१५९८३ र ९८१७३०९४४७



## सप्तकोशी नगरपालिकाका नगरवासीमा अनुरोध

एक हप्तादेखि छिमेकी नगरपालिका कञ्चनरूपमा बेमौसमी रूघाखोकी ,ज्वरो ,स्वाइन फ्लू र हङकङ फ्लु जस्ता भाइरलको प्रकोपका कारण बिरामीहरूको संख्या बढ्दै गएको खबर आएकोले उक्त भाइरलबाट वच्न निम्न उपायहरू अपनाउन हुन र यस्ता लक्षणहरू देखा परे तुरून्त नजिकैको स्वास्थ्य संस्था गै उपचार गराउनु हुन सम्पुर्ण सप्तकोसी नगरबासीहरूमा अनुरोध गरिन्छ ।

**लक्षण**

(१) लामो समय सम्म १०४ डिग्री फरेन्हाइट भन्दा बढी ज्वरो आउनु (२) टाउको दुख्नु तथा घाटी दुख्नु (३) रूघाखोकी स्वास फेर्न ग्राहो हुनु (४) बच्चाहरूलाई झाडा पखाला लाग्ने जस्ता लक्षण देखा परे तत्काल नजिकैको स्वास्थ्य सस्था मा सम्पर्क गर्नु हुन सबैमा अनुरोध गरिन्छ ।

**बच्ने उपायहरूः**

धेरै भिडभाडमा नबस्ने, अति आवश्यक काम बाहेक प्रकोप भएको क्षेत्र तिर नजाने, खोक्दा हाछिउ गर्दा सफा कपडा वा रूमाल प्रयोग गर्ने, साबुन पानीले राम्ररी हात सफा गर्ने ,पोसिलो झोलिलो खाने कुरा प्रशस्त खाने, प्रशस्त मात्रमा शुद्ध पानी पिउने, ज्वरो रूघाखोकी लागेको ब्यक्तिले नगुमसिएको शुद्ध हावा आउने कोठामै आराम गर्ने, भाइरल प्रभावित मानिसबाट टाढा बस्ने, आँखा, नाक, कान र मुखमा अनावश्यक रूपमा हात नलैजाने, सकभर अरू ब्यक्तिहरूसंग हात नमिलाउने, नमस्कार गर्ने बानी बसाउने, अरूले प्रयोग गरेको रूमाल कपडा आफुले प्रयोग नगर्ने, आफुले प्रयोग गरेको कपडा रूमाल राम्रोसंग सफा गरेर मात्र पुन प्रयोग गर्ने, पानी सदैब उमालेर मात्र पिउने भिडभाडमा जानू परे माक्सको प्रयोग गर्ने, सुगुरलगायतका पशुहरू नजिक जानू परे वा छुनु परे सदै माक्स र पन्जाको प्रयोग गरि सावधानिका उपाय अपनाउने । रोग लागेर उपचार गर्नु भन्दा रोग लाग्नै नदिनु हुन सम्पुर्ण सर्वसाधरणहरूमा अनुरोध गरिन्छ ।

जनहितका लागि जारी

**सप्तकोसी नगरपालिका**

**स्वास्थ्य शाखा, फत्तेपुर, सप्तरी, प्रदेश नं. २**

## स्वाइन फ्लू बारे बढि हल्ला

फत्तेपुर / सप्तरीका प्रमुख जिल्ला अधिकारी (सिडिओ) सुरेन्द्र पौडेलले दुई सातादेखि कन्चनरुपमा फैलिएको स्वाइन फ्लू र हडकङ फ्लूको अनावश्यक प्रचारबाजी भएको बताएका छन् । उनले कञ्चनरुपमा फैलिएको सामान्य रुघाखोकीलाई मिडियाले भयावह बनाएको आरोप लगाए ।

रुघाखोकी र उच्च रक्तचापका कारण मृत्यु भएका ४ जनाको परिवारलाई प्रदेश सरकारले उपलब्ध गरएको राहत रकम हस्तान्तरण गर्न कञ्चनरुपमा आयाजित कार्यक्रममा सिडिओ पौडेलले कन्चनरुपमा कुनै असमान्य अवस्था नआएको र प्रचारबाजी बढी भएको बताएका थिए ।

कार्यक्रममा इपिडिमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखाका डा प्रकाश साहलेसमेत कन्चनरुपमा स्वाइन फ्लू नभई 'एच वान एन वान' को प्रकोप देखिएको र यो समान्य कुरा भएको बताए । जनस्वास्थ्य प्रयोगशाला टेकुले भने कन्चनरुपमा र हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिकामा स्वाइन फ्लू र हडकङ फ्लूको जिवाणु फेला परेको प्रतिवेदन यसअघि नै सार्वजनिक गरिसकेको थियो । २४ जनाको खकार र रगत परीक्षण गर्दा १ जनामा स्वाइन फ्लू र १० जनामा हडकङ फ्लूको जिवाणु भेटिएको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ ।

### मधेश. . .

भुवनेश्वर मण्डल 'बेलचन'लाई उपलब्ध गराईएको हो । आन्दोलनका घाइते मण्डलको घरमै पुगेर प्रदेश २ का भूमी, कृषि तथा सहकारी मन्त्री शैलेन्द्र प्रसाद साहले एक लाख पचास हजार रुपैयाँ उपलब्ध गराएका छन् ।


दर्ता नं: १२१०५५/०७० भ्याट नं: ६०१९८६०६२७

अमर कम्पनी एण्ड कन्सल्टेन्सी
द्वारा सञ्चालित

# कर सहयोग परामर्श सेवा केन्द्र

सेवाहरु

व्यापार व्यवसाय, उद्योग, संघ-संस्था, सहकारी, ठेक्कापट्टा, गैरसरकारी संस्था, वित्तीय संस्था, शिक्षण संस्था, आदीको कर परामर्श सेवाहरु

१. प्यान भ्याटको वार्षिक नविकरण
२. स्थायी लेखा नम्वर (प्यान/भ्याट) दर्ता
३. आय विवरण, भ्याट विवरण मासिक/चौमासिक
४. शिक्षा तथा स्वास्थ्य सेवा कर विवरण वुझाउने सेवा
५. घर वहाल कर,लाभ कर सामाजिक सुरक्षा कर
६. सम्पूर्ण करको भुक्तानीको व्यवस्था
८ वैक ऋण तथा सरकारी अनुदानका लागि वित्तीय विवरण प्रोफाइल तयार गर्ने
९. कम्पनी दर्ता नविकरण सम्वन्धी सेवा

प्रधान कार्यालय
धरान-१२, चतरा लाईन
फोन नं. ९८५२०४९३२५, ९८४२३५५३६२, ९८०४३५६९२६
Email: accdharan@gmail.com


## २०७५ साल भदौ १ गते लागू भएको देवानी तथा फौजदारी संहितामा रहेका मुख्य व्यवस्थाहरु

- अपराध अनुसन्धान तथा अदालती काम कारबाहीमा कुनै व्यक्ति वा साक्षीलाई बुझ्न श्रव्य दृश्य सम्वाद (भिडियो कन्फरेन्स) को प्रयोग गर्न सकिने,
- समाचार पत्र वा विद्युतीय माध्यमबाट म्याद तामेल गर्न सकिने,
- अठार वर्ष उमेर नपुगेको बालबालिकालाई नाबालिग मानिने,
- झुट्टा उजुरी दिएमा सजाय हुने तथा क्षतिपूर्ति तिर्नु पर्ने ।

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
**सूचना तथा प्रसारण विभाग**

## सप्तकोशी नगरपालिकाको अनुरोध

– सप्तकोशी नगरलाई शिक्षा ,स्वास्थ्य ,पर्यटन तथा व्यापारिक केन्द्रको रुपमा विकास गर्न आ–आफनो क्षेत्रवाट लागि परौ ।
– शहरलाई स्वच्छ , प्रदुषण रहित सफा शहर वनाउन आफनो घरवाट उत्पादन हुने फोहोर आफै तह लगाऔ , कुहिने फोहोरवाट कम्पोष्ट मल वनाउ ।
– आफनो घर अगाडि ,पछाडिको खाली जग्गामा फूलवारी वनाऔ साथै वोट विरुवा रोपौ ।
– शहरलाई प्लाष्टीक र प्रदुषणयुक्त वनाउन प्लाष्टीकको झोला प्रयोग नगरौ । कपडा तथा कागजका झोलाहरु वढीमात्रामा प्रयोग गरौ ।
– समूहमा मिलेर घरेलु फोहर तलगाउन चाहनुहुन्छ भने नगरपालिकामा सम्पर्क राखौ ।
– नगरपालिकालाई वुझाउनु पर्ने सवै किसिमका करहरु समयमै वुझाई नगरको विकासमा सहयोग पुर्‍याऔ ।
– नगरक्षेत्रमा कुनै पनि भौतिक निर्माण कार्य गर्दा नगरपालिकासँग अनुमति लिएर मात्र गर्ने गरौ ।
– आफना चौपायहरु जथाभावी छाडा नछाडौ ।
– सडक वत्ति समयमा वाल्ने र निभाउने गरौ ।
– अशुरक्षित खाद्य पदार्थ सेवन नगरौ साथै विक्री वितरण समेत नगरौ ।
– सार्वजनिक सम्पत्तिहरुको सवै मिलेर संरक्षण गरौं ।
– सभ्य नागरिक वनौ , वन्न सिकाऔ र सभ्य नगरपालिका वनाऔं ।

**सप्तकोशी नगरपालिकाको कार्यालय,**
**२ नं. प्रदेश, सप्तरी**

## बेलका नगरपालिकाको अनुरोध

– नगरलाई सदासर्वदा सफासुग्घर राखौं ।
– व्यक्तिगत घट्ना दर्ता, जन्म, मृत्यु, विवाह रबसाई सराईजस्ता विषयको आफ्नो वडा कार्यलयमा गई दर्ता गरौं ।
-बेलका नगरलाई स्वच्छ , प्रदुषण रहित सफा शहर वनाउन आफनो घरवाट उत्पादन हुने फोहोर आफै तह लगाऔ , कुहिने फोहोरवाट कम्पोष्ट मल वनाउ ।
– आफनो घर अगाडि ,पछाडिको खाली जग्गामा फूलवारी वनाऔ साथै वोट विरूवा रोपौ ।
– घर नक्सा इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण गरौं ।
– नगरपालिकालाई वुझाउनु पर्ने सवै किसिमका करहरू समयमै वुझाई नगरको विकासमा सहयोग पुर्‍याऔं ।
– आफना चौपायहरू जथाभावी छाडा नछाडौं ।
– अशुरक्षित खाद्य पदार्थ सेवन नगरौं साथै विक्री वितरण समेत नगरौं ।
– सार्वजनिक सम्पत्तिहरूको सवै मिलेर संरक्षण गरौं ।
-धुमपान, मध्यपान नगरौं, रोगबाट बचौं ।
– सभ्य नागरिक वनौं , वन्न सिकाऔं र सभ्य नगरपालिका वनाऔं ।

**बेलका नगरपालिकाको कार्यालय,**
**१ नं. प्रदेश, उदयपुर**

प्रमुख सल्लाहकार: डा.महेन्द्र विष्ट, सल्लाहकार: प्रकास खतिवडा, सम्पादक/ प्रकाशक देवेन्द्र कार्की(९८४२१२५२७९), प्रधान सम्पादक विश्वराम कार्की, प्रवन्ध सम्पादक,खगेन्द्र कार्की (९८४२०९२१०७), समाचार सम्पादक शिवप्रसाद आचार्य, ले-आउट निश्छल कार्की, काठमाण्डौ प्रतिनिधि: मिलन केसी, सुनसरी प्रतिनिधि: कृष्ण कार्की, बेलटार प्रतिनिधि: शंकर केशी, रामपुर प्रतिनिधि: सरद कोईराला, कञ्चनपुर प्रतिनिधि: राजकुमार पासवान कार्यालय ठेगाना: सप्तकोशी नगरपालिका फत्तेपुर-१, सप्तरी, ६८०७७५३२०२, धरान सम्पर्क: ६८०३८१६७२१ Email:janatatimesweekly@gmail /com,publicnews8@gmail /com, Web site: www /janatimes /com, मुद्रण: शिवज्ञान अफसेट प्रेस, सप्तकोशी नपा -१, सप्तरी, ०३१-५५०२११

जनता टाइम्स
JANATA TIMES WEEKLY

## सम्पादकीय...................

### जनतासँग गरेका बाँचा पुरा गर

स्थानीय तहको निर्वाचन ताका राजनीतिक दलहरूले आ- आफ्नो घोषणा पत्र बनाएर । प्रतिबद्धताको रूपमा उनीहरूले जनता सामु लगे पनि । तर चुनाव जित्ने दलका प्रतिनीधिहरूले निर्वाचनताका जारी गरिएको घोषणा पत्र विर्सनु विडम्बना हो ।

कतिपय नागरिकले घोषणा पत्रमा उल्लेख भएका बुदाँ मन पराएर चुनावमा भोट दिएका छन् । निर्वाचन जित्ने दलहरूबाट नागरिकले ठूलो अपेक्षासमेत गरेका छन् । उनीहरूको अपेक्षालाई जनप्रतिनीधिहरूले उपेक्षा गर्नु मानासिप मान्न सकिदैन् ।

घर घरमा रोजगार, प्रविधिक शिक्षा, विदेश पलायनलाई रोक्ने, पर्यटन प्रवद्धनलगायतका एजेण्डा फत्तेपुर नगरप्रमुखले अघि सारेका थिए । सानातिना काम नगरपालिले गरे पनि जनता सामु प्रतिवद्धा जनाएका कुरा सबै पुरा हुन सकेका छैनन् । नगरपालिकाका मेयरले आफ्ना घोषणा पत्रमा उल्लेख गरिएका कुराहरूको कार्यन्वयमा पनि ध्यान पुर्‍याउनु पर्दछ ।

पाँच बर्षे कार्यकालमा कामको आधारमा जनताले फेरी जनादेश दिने छन् । आगामी निर्वाचनमा जनादेश लिनका लागि देखिने गरि काम गर्नु पर्दछ । नागरिकका आधारभूत समस्या पनि पुरा गर्न सकिएन भने जनप्रतिनीधि भएको औचित्य हुने छैन् भन्ने कुराको हेक्का राख्नु पर्दछ ।

### ☎ जरुरी टेलिफोन ☎

⇩सप्तरी

| | |
|---|---|
| जिल्ला प्रसासन कार्यालय, सप्तरी | ०३१-५२०६२४ |
| क्षेत्रीय प्रहरी कार्यालय, | ५२००४५, |
| जिल्ला प्रहरी कार्यालय, | ५२००५५ |
| प्रहरी चौकी, फत्तेपुर, | ५५०१०० |
| सशस्त्र प्रहरी बल वेस क्याम्प फत्तेपुर, | ९७४३०२३०२१ |
| नेपाल रेडक्रस सोसाईटी, | ५२०२५८ |
| जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय, | ५२१६०६ |
| प्राथमिक स्वास्थ्य उपचार केन्द्र, कञ्चनपुर, | ५६०००५ |
| उपस्वास्थ्य चौकी, सप्तकोशी नपा, | ५५०१६९ |
| एम्बुलेन्स सेवा, सप्तकोशी नपा | ५५०१६९ |
| सप्तकोशी नगरपालिका, फत्तेपुर, | ५५००१९ |
| ॐ साई माता मनकामना आरोग्य सेन्टर, फत्तेपुर, | ५५०११२ |
| टेलिकम शाखा फत्तेपुर, | ५५००६६ |

# संविधान संशोधनको आवश्यकता र औचित्य

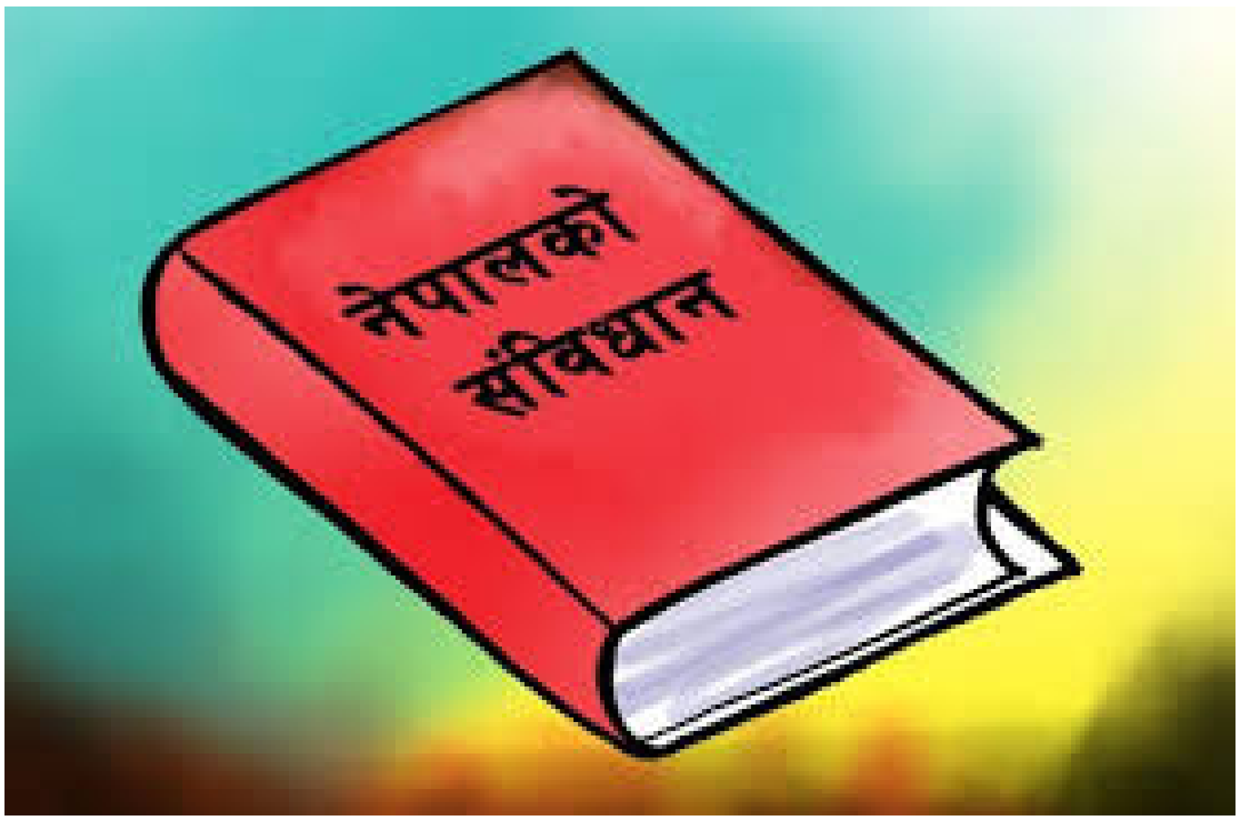
पुशपति दयाल मिश्र

नेकपामा प्रवेश हुनका लागि कुराकानी भइरहेको छ। हामी सबै मिलेर मधेशको समस्या समाधान गर्नुपर्छ भन्ने मोटामोटी सैद्धान्तिक सहमति बनेको छ तर निष्कर्षमा पुगिएकाृ छैन । नेकपाबाट मधेशको पक्षमा हो भन्ने स्पष्ट धारणा आउनु पर्छ भन्ने हाम्रो मान्यता हो। किनभने अहिले पनि मधेशले नेकपालाई त्यति विश्वस गर्न सकेका छैन। नागरिकता, समानुपातिक समावेशी सिद्धान्त, मूल्य निर्धारण आयोग लगायतका धेरै विषयहरू छन्, जसमा नेकपाको स्पष्ट धारणा आउनुपर्छ। यस्तै, सरकारबाट मधेशको विषयमा उठेका मुद्दाहरूलाई के गरेर सम्बोधन गर्न सकिन्छ, समाधान अब एमालेसँग मिलेर नै गर्नुपर्छ भनेर हामीले छलफल अगाडि बढाएका थियौं। केही समय लाग्नसक्छ, तर मधेशका समस्याहरू यो सरकारले समाधान गर्छ भन्नेमा मलाई विश्वास छ। मधेशको एजेण्डालाई साझा एजेण्डा बनाउनका लागि एमालेको चुनाव चिन्हबाट हामीले चुनाव लडेका हौं।

अहिले पनि संविधान संशोधन हुनुपर्छ भन्ने पक्षमा नै हामी रहेका छौं। संघीय समाजवादी फोरम पनि सरकारमा सहभागि भएको छ। उसँग पनि सरकारले संविधान संशोधन गर्छौं भनेर सहमति गरेको छ। मधेश पनि नेपाल नै हो। त्यसैले सबैको चित्त बुझाएर अगाडि बढ्न सक्यो भने समृद्धि र विकासको एजेण्डा

मधेशको मुद्दा समाधान गर्ने तर्फ अग्रसर हुनुपर्छ, मधेशवादी भनिरहन जरूरी छैन। मधेशवादको कुरा गरेर मात्र हुँदैन त्यसको कार्यान्वयन गरेर समाधानको उचित विन्दुसम्म पुर्‍याउनुपर्छ। समस्या उठाएर मात्र हून्न, समस्या छ भन्ने सबैलाई थाहा छ तर त्यो समस्यालाई समाधान गर्न सक्नु नै बुद्धिमानी हो।

हो, हामी राष्ट्रिय जनता पार्टी नेपाल परित्याग गरेर नै स्वतन्त्र नागरिक समूह बनाएका हौं। किनभने राजपाका नेताहरूको स्पष्ट भिजनको अभाव छ। प्रदेश नम्बर ५ को स्थानीय निर्वाचनमा राजपाले सहभागिता जनाएन। तर आन्दोलन छाडेर प्रदेश नम्बर दुईको




त्यसको लागि पहलकदमी लिनुपर्छ। हाम्रो पक्षमा काम हुँदै छ भन्ने मधेशी जनताले अनुभूति हुनुपर्छ। संविधानमा व्यवस्था भएको समानुपातिक समावेशी व्यवस्था पनि प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन भएको छैन। ती कुराहरूलाई अगाडि बढाएर जानुपर्छ। किसानहरूले उत्पादन गरेको अन्नबालीको मूल्य निर्धारण गरिनु पर्छ। मधेशका विभिन्न समस्याहरू समाधान गर्न सरकारसँग हामी छलफलको क्रममा रहेको छौं। यी सबै विषयहरूमा कुरा मिल्यो भने हामी नेकपामा प्रवेश गर्छौं।

मधेशी, आदिवासी, जनजाति, मुस्लिम आदि विभिन्न आयोगहरू बनाउने काम भइरहेको छ। किसानले उत्पादन गरेको वस्तुको कुरा छ, समावेशी समानुपातिक व्यवस्थाको विषय छ, यो सबै कुराहरू संविधानमा त आइसकेको छ र अब सरकारले अगाडि बढाउनुपर्छ। यी कामहरूमा सरकार दृढताका साथ अगाडि बढ्यो भने हामी नेकपामा समाहित हुने एउटा वातावरण बन्छ। अहिले हामी स्वतन्त्र राजनीतिक समूह कै हैसियतमा काम गरिरहेका छौं।

मधेशको एजेन्डालाई साझा एजेन्डा नबनाई समाधान गर्न सकिँदैन। हामी आन्दोलन र विरोध मात्र गरेर अगाडि बढ्छौं, तर अब त्यसरी हुँदैन। कन्भिन्स गरेर जानुपर्छ भनेर हामीलाई लाग्यो र त्यही क्रममा धेरै छलफलहरू भयो। कांग्रेससँग पनि छलफल भएकै हो तर कांग्रेसले मधेशको मुद्दा सम्बोधन गर्न खासै अग्रसरता नदेखाएपछि मधेशको समस्याको लिएर अगाडि बढेको यो सरकार सफल हुनेछ। संविधान संशोधन लगायत मधेशको सबै समस्या समाधान गरेर मधेशी दलहरूलाई पनि समेट्दै जनताको भावना जित्दै यो सरकार अगाडि बढ्नुपर्छ।

जुन समस्या मधेशमा देखिएको छ, त्यही नै संविधान संशोधनको आवश्यक्ता हो। संविधान संशोधन गरेर नै त्यस्ता समस्या समाधान गर्न सकिन्छ। संविधान संशोधन नगरी त देश अगाडि बढ्न नै सक्ने अवस्था छैन। समस्या यथावत् राखेर अगाडि बढ्न परिस्थिति अनुकुल हुन्न। पहिलेभन्दा हाम्रा प्रधानमन्त्रीज्यूको दृष्टिकोण अहिले फरक भएको महसुस भएको छ। हामीले मधेशलाई साथमा लिएर हिँडेनौं भने गाह्रो हुन्छ भन्ने उहाँहरूले महसुस गरि सक्नु भएको छ। संविधान संशोधन गरेर कडा रूपमा कार्यान्वयन गर्न सकियो भने समाजमा त्यसको प्रभाव पर्छ र जनताको मन जित्न सकिन्छ।

मधेशवाद र कम्युनिष्ट भनेर छुट्याउन जरूरी छैन। मधेशको मुद्दालाई समाधान नगरी यो कम्युनिष्ट हो वा यो प्रजातन्त्रवादी पार्टी हो भन्न जरूरी छैन। राजनीति गर्ने हरेक दलको एजेण्डा जनताको अधिकार स्थापित गर्ने, सुख दिनेर देशलाई समृद्ध बनाउने हुन्छ। देशका सबै जनतालाई समान व्यवहार गर्ने, विभेद हटाउने भन्ने नै मुख्य एजेण्डा हो। मधेशको मुद्दालाई नेपालका सबै राजनीतिक दलहरू मिलेर समाधान गर्नुपर्छ भन्ने अहिले हाम्रो धारणा हो।

निर्वाचनमा सहभागी भए। उनीहरूले आफ्नो राजनीति २ नम्बर प्रदेशमा मात्र केन्द्रित गरे। उनीहरूको पुरै फोकस दुई नम्बर प्रदेशका लागि मात्र भयो। हामीले धेरै छलफल गर्‍यौं अध्यक्षज्यूहरूसँग, केन्द्रीय कार्यसमितिमा पनि यो कुरा उठायौं तर हाम्रो कुरामा पर्टीको नेतृत्व पंक्ति गम्भीर भएन। ५ नम्बर प्रदेशको विषयमा उनीहरूलाई कुनै चासो भएन। त्यही कारण असन्तुष्टि बढ्दै गयो र हामी अलग भयौं।

संविधान संशोधन, सीमांकन, नागरिकता, भाषा लगायत मधेशमा जति विषयहरू छन्, सबलाई समेटेर समाधन गर्नुपर्छ भन्ने हाम्रो अहिलेको धारणा हो।

राजपा नेपाल त प्रदेश दुईमा मात्र सिमित भएको छ। पार्टीको भूमिका मधेशवादको पक्षमा छ। तर पार्टीमा धेरै नेता भएको हुनाले अलि अप्ठ्यारो छ। अहिले सरकारमा सहभागिताको विषयमा पनि कुरा चलिरहेको छ तर आधा तयार भएको छैन। रेशम चौधरीको रिहाई, आन्दोलनको क्रममा घाईते भएकाको उपचार, क्षतिपूर्ति आदि विषयहरू राजपाले सर्तको रूपमा उठाएको छ । यी विषयहरू त्यति ठूला छैनन्। सरकारले ध्यान दिएर सबैलाई सँगै लिएर हिड्न सक्नुपर्छ। ( स्वतन्त्र राजनीतिक समूहका नेता मिश्रसँग गरिएको कुराकानीको आधारमा)

(मधेश दर्पण

# युवा अवस्थामा हृदयाघात: रोकथामका उपाय

डा अनिल आचार्य

जीवनशैलीका परिवर्तनसँगै मुटुरोग मानव मृत्युको पहिलो कारण बन्दै गएको छ। सहरीकरणसँगै बढेको अस्वस्थ जीवनशैलीका कारण पुरुष र महिला दुवैमा हदयाघातको दर बढ्दो क्रममा छ। विगतमा यो रोग विशेषगरी ४० वर्षभन्दा बढी उमेरका मानिसमा देखिन्थ्यो भने अहिले ४० भन्दा कम उमेरका युवाहरूमा देखिने क्रम बढिरहेको छ ।

मुटुले रगत पम्प गरेर शरीरभरि फैलाउने गर्छ। तर मुटुलाई काम गर्नका लागि पनि रगतको आवश्यक पर्छ। मुटुले आफ्नै रगत नली (कोरोनरी धमनी) को सहायताले मुटुमा रगत फैलाउँछ ।

मुटुका नलीमा बोसोजन्य पदार्थ कोलेस्टेरोल जम्दै जाँदा नली खुम्चिँदै जाने हुन्छ। यसले गर्दा मुटुको नली साँघुरो हुँदै बन्द हुन्छ। जसका कारण मुटुमा रगत र अक्सिजन पुग्दैन र हृदयाघात हुन्छ। हृदयाघात भनेको पनि कुनै कारणवश मुटुले पाउनुपर्ने रगत र अक्सिजन नपाएर मुटुले काम गर्न नसक्ने स्थिति हो ।

सन् १९९० तिर मुटुको रोगबाट लगभग १५ प्रतिशत मानिसको मृत्यु हुन्थ्यो तर, अहिले यो संख्या बढेर ३० प्रतिशतभन्दा माथि पुगेको छ। युरोपमा भन्दा दक्षिण एसियाली देशका मानिसमा मुटु रोगको समस्या बढी देखिएको छ। नेपाल जस्ता विकासोन्मुख राष्ट्रमा झन् धेरै समस्या छ ।

हृदयाघातको समस्या पुरुषको तुलनामा महिलालाई कम हुन्छ । तर, महिनावारी सुकेपछि भने पुरुष र महिलामा हृदयाघातको जोखिम बराबर हुन्छ। पछिल्लो समय युवायुवतीमा धूमपान, मद्यपान, मोटोपन, शारीरिक व्यायामको कमी लगायत अस्वस्थ जीवनशैली बढ्दै गएका कारण हृदयाघातको जोखिम बढ्दै गएको देखिन्छ ।

**हृदयाघातको कारण**

**बढ्दो उमेर**

अस्वस्थ जीवनशैली

खानपानमा आएको परिवर्तन

धूमपान, मद्यपान

मधुमेह

उच्च रक्तचाप

**मोटोपना**

कम शारीरिक अभ्यास

शरीरमा कोलेस्टोरल बढ्नु

**वंशाणुगत**

वातावरणीय प्रदूषण

**हृदयाघातका मुख्य लक्षण**

हृदयाघात हुने बेला छाती गह्रौं भएजसरी दुख्छ। त्यसपछि क्रमश: अरू ठाउँमा पनि सर्न सक्छ। छातीको बीचभागमा, घाँटी, दायाँबायाँ हात, कुमको पछाडि, र पेटमा पनि सरेर दुख्न सक्छ। हृदयाघात हुने समयमा एकदम पसिना आउँछ र स्याँस्याँ बढ्दै जाने हुन्छ। यदि सबै नसा बन्दा भएका छन् भने लक्षण नै नदेखिई बेहोस हुने सम्भावना पनि बढी हुन्छ ।

सबै मानिसमा सबै लक्षण नदेखिन सक्छन्। कसैकसैलाई डर लागे जस्तो, आत्तिए जस्तो, चिटचिट पसिना आए जस्तो, चक्कर लागे जस्तो पनि हुन्छ ।

कुनै बिरामीलाई हृदयाघात हुँदा कुनै लक्षण देखा नपर्न पनि सक्छ। यसलाई साइलेन्स हृदयाघात भन्छौं। यस्तो बेला केही समस्या हुँदैन तर अस्पताल आइसकेपछि इसिजीमा मुटुमा खराबी देखिन सक्छ। यस्ता बिराम विशेषगरी मधुमेहका रोगी, उमेर छिप्पिइसकेका र महिलाहरूमा बढी देखिन्छ ।

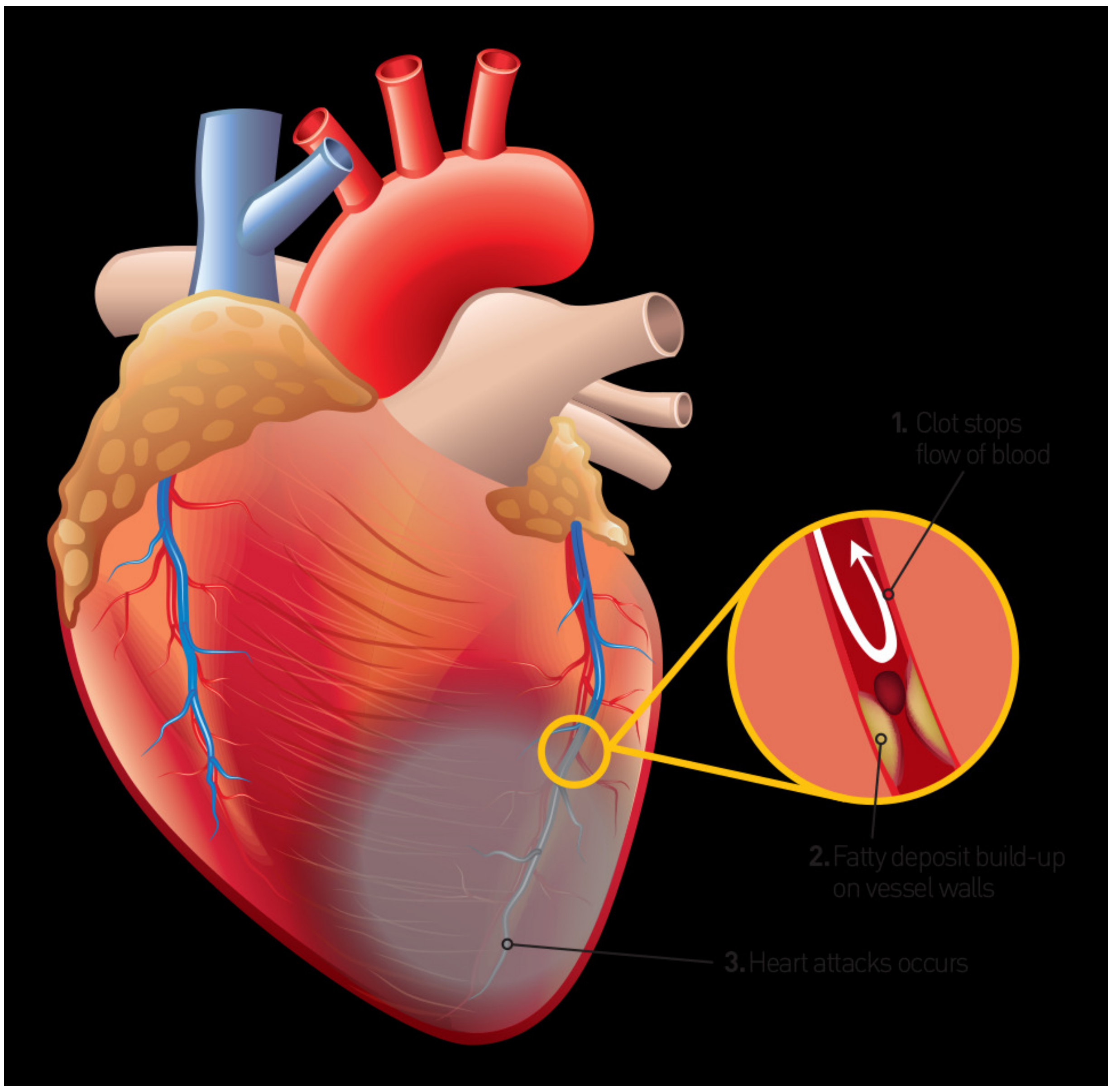
**रोकथामका उपाय**

बढ्दो उमेरलाई त हामीले रोक्न सक्दैनौं। तर, समय-समयमा चेक गरेर जोखिमको पहिचान भने गर्न सक्छौं। वंशाणुगत कारणले पनि हृदयाघातको सम्भावना हुन्छ । त्यसकारण अभिभावक तथा परिवारका कुनै सदस्यलाई हृदयाघात छ भने चनाखो भइरहनुपर्छ। समय-समयमा आवश्यक चेक जाँच गर्नुपर्छ ।

धूमपान र मद्यपान सेवन गर्नेलाई हृदयाघातको हुने सम्भावना अरूलाई भन्दा तीन गुणा बढी हुन्छ। यसका साथै मधुमेह, उच्च रक्तचापलाई नियन्त्रण गर्ने, पोषिलो खानेकुरा खाने कुरामा पनि ध्यान दिन आवश्यक छ ।

हृदयाघातबाट जोगिन शारीरक व्यायाम गर्ने गर्नुपर्छ। प्रत्येक दिन ३० मिनेट हिँड्नाले मुटुरोग लाग्नबाट धेरै हदसम्म जोगिन सकिन्छ। रगतमा कोलेस्टेरोलको मात्रा चेक गर्ने र नराम्रो कोलेस्टेरोल बढी छ भने घटाउनुपर्छ। मोटोपन घट्यो भने हृदयाघातबाट धेरै हदसम्म जोगिन सकिन्छ। मानसिक तनावका कारणले गर्दा पनि हृदयाघात हुने सम्भावना बढी हुन्छ ।

हृदयाघात भइकेपछि तत्काल अस्पताल जानुपर्छ। जति छिटो उपचार गर्न सक्यो बिरामीमा पर्ने असर त्यति नै रोकथाम गर्न सकिन्छ। हृदयाघात भएको ६० देखि ९० मिनेटभित्र उपचार भइसक्नुपर्छ। यो अवधिलाई गोल्डेन आवरका रूपमा लिइन्छ ।




## तपाईंको यो साता

**मेष (चु,चे,चो,ला,लि,लु,ले,लो,अ): आम्दानी बढ्ने छ। विशिष्ट व्यक्तिको सुख सहयोग प्राप्त होला। काम गर्ने जांगर र आत्मबल बढ्ला।**

**वृष (इ,उ,ए,ओ,वा,वि,वु,वे,वो): मनमा उत्साह र हिम्मत बढ्नेछ। भेटघाटमा मन रमाउनेछ। खर्च बढेपनि आम्दानीका प्रसस्त मार्ग खुल्नेछन्।**

**मिथुन (का,कि,कु,घ,ङ,छ,के,को,ह): आफ्नै प्रयासमा आम्दानीका नयाँ स्रोतहरु फेला पर्नेछन्। शैक्षिक क्षेत्रको माध्यमबाट विशेष स्थान प्राप्त होला।**

**कर्कट (हि,हु,हे,हो,डा,डि,डु,डे,डो): पठन पाठन तथा लेखन कार्यमा रुचि बढ्नेछ। यात्राको लागि उपयुक्त समय मान्न सकिन्छ। तपाईको पछाडी कुरा काट्नेहरु आफैं पाखा लाग्ने छन्।**

**सिंह (मा,मि,मु,मे,मो,टा,टि,टु,टे): मन प्रफुल्ल रहला। आफन्तजनबाट सहयोग मिल्न कठिन होला। एकाग्र भएर काम गर्न मुस्किल पर्ला।**

**कन्या (टो,प,पी,पू,ष,ण,ठ,पे,पो): मनमा चंचलता बढ्नेछ। समय राम्रो छैन। साथीभाईको ठूलो जमघट र खानपानमा सहभागी भइएला।**

**तुला (रा,रि,रु,रे,रो,ता,ती,तु,ते): प्रिय व्यक्तिलाई अतिथिको रुपमा स्वागत सत्कार गर्न पाइएला। समय राम्रै रहे पनि खर्च बढ्ने छ भने विवादको सामना गर्नुपर्ला।**

**वृश्चिक (तो,ना,नि,नू,ने,नो,या,यि,यू): स्वास्थ्य सम्बन्धि समस्या आउने छ। मन दोधार होला।आर्थिक कारोबारमा पूर्ण सफलता मिल्ला।**

**धनु (य,यो,भा,भी,भू,ध,फा,ढ,भे): शैक्षिक क्षेत्रभने मध्यम रहला। सांस्कृतिक तथा सांगितिक कार्यक्रममा सहभागी भइएला।समय मध्यम खालको छ।**

**मकर (भो,जा,जी,जू,जे,जो,खा,खि,खु,खे,खो,गा,गी): समय उत्तम खालको छैन। आर्थिक काम कारोबारबाट सोचे भन्दा राम्रो प्रगति नहोला।**

**कुम्भ (गु,गे,गो,सा,सी,सु,से,सो,द): नयाँ र रमाइलो ठाउँको भ्रमण होला। सांस्कृतिक तथा धार्मिक कार्यमा सहभागी भइएला।**

**मीन (दी,दू,थ,झ,ञ,दे,दो,च,ची):पुराना साथीभाईहरुसित भेटघाट होला। व्यापार व्यवसायमा प्रगति होला।तपाईले गरेका कामको चौतर्फि प्रशंसा होला। माया प्रेमको क्षेत्रमा पूर्ण सफलता मिल्नेछ।**

# अतिरुद्री महायज्ञ गरेको स्थलमा शिवालय स्थापना

बेलटार / भोजपुरको आँमचोक गाउँपालिकाका १ सिमन्तुवामा पञ्चेश्वर शिव मन्दिर उद्घाटन गरिएको छ ।

२०४६ सालमा स्थानीय पूर्व जनप्रतिनिधी अमरबहादुर कार्कीले अतिरुद्री महायज्ञ गरेको पवित्र स्थलमा उनका परिवारले शिवलिङ्गी खडा गरि मन्दिर स्थापना गरेका हुन ।

शंकर कार्की र दुर्गा कार्कीको विशेष पहलमा मन्दिर स्थापना गरिएको हो । मन्दिरका लागि जग्गा, मन्दिर निर्माणका लागि सामाग्री अमरबहादुर कार्कीको छोराहरुले उपलब्द गराएका छन् । काठमाण्डौंबाट शिवलिङ खरिद गरि शंकर कार्कीले स्थापना गरेको स्थानीय दुर्गा कार्कीले जानकारी दिए ।

उक्त मन्दिरको रेखदेख र संरक्षण जाल्पादेवि भजन मण्डलीले गर्ने भएको छ ।

मन्दिरको उद्घाटन हरितालिका तीजको अवसरमा गरिएको थियो ।

तस्विरः गोमा कार्की

वयावृद्धा डम्बरकुमारी कार्कीले मन्दिरको उद्घाटन गरेकी थिईन ।

कार्यक्रममा सुतार कार्की परिवारका बसन्तदेवि कार्की, रामकुमारी कार्की दुर्गा कार्की, गोमा कार्की, वडा अध्यक्ष डम्बरबहादुर कार्कीलगायतको उपस्थिति रहेको थियो । एक लाख ४९ हजार ९ सय ४५ रुपैयामा मन्दिर निर्माण गरिएको हो ।

अमरबहादुर कार्कीले व्यक्तिगत प्रयासमा २०४६ साउन ११ देखि २२ गतेसम्म एकसय भन्द बढि पण्डितहरु पढाएर अतिरुद्री महायज्ञ गरेका थिए । बाबुले गरेको पुन्य कर्मलाई जीवित राख्न उनका जेठा छोरो शंकरको पहलमा उक्त स्थानमा मन्दिर स्थापना गरिएको हो ।

# सीमामा तारजाली लगाउने विषयमा नागरिक अगुवाको विरोध

सप्तरी / नेपाल-भारतबीचको खुला सीमा व्यवस्थित गर्न तारजाली लगाउने वा परिचय पत्रको व्यवस्था गर्ने विषयमा बहस चलिरहेका बेला सप्तरी र सप्तरीसँग सीमा जोडिएका भारतीय क्षेत्रका नागरीक अगुवाहरुले त्यसको विरोध गरेका छन् ।

नेपाल-भारत खुला सीमा संवाद समूहद्वारा शुक्रबार सप्तरीको राजविराजमा आयोजित दुई देशीय नागरीक अगुवा भेलामा सिमा क्षेत्र व्यवस्थित गर्ने बहसमा तारजाली वा परिचय-पत्र व्यवस्था गर्ने दुवै विकल्प अव्यवहारिक भएको बताइएको हो ।

प्रदेश २ का सामाजिक विकास मन्त्री नवलकिशोर साहले तारजाली वा परिचय-पत्रले दुई देशबीच सदियौंदेखि कायम रहेको सुमधुर सम्बन्धमा दरार ल्याउने दाबी गरे। नेपाल-भारत सम्बन्धलाई देशको सीमासँग मात्र जोडेर व्याख्या गर्न नमिल्ने तर्क गरेका उनले भने, 'हाम्रो सम्बन्ध बहुआयामिक छ। सीमा क्षेत्रमा तारजाली वा परिचय पत्रको कुराले समस्या समाधान भन्दा पनि बल्झाउने खतरा बढी छ ।'

भौगोलिक बनावट, भाषा, संस्कृति, परम्परा र मानवीय सम्बन्धका आधारमा नेपाल-भारत सम्बन्ध विश्वमै नमुना रहेको उनले चर्चा गरे। 'नीति निर्माण र दुई देशका बीचमा हुने सम्झौता यसै धरातलमा टेकेर हुनुपर्छ।', उनले थपे ।

राजनितिक विश्लेषक प्रा अमरकान्त झाले नेपाल र भारतका प्रवुद्ध कहलिएका ४/५ जना व्यक्तिले काठमाडौंमा बसेर तारजाली र परिचय-पत्रको प्रपन्च गरेको आरोप लगाए। उनले भने, 'यस विरुद्ध मधेश मात्र होइन, भारतका जनता समेत मिलेर आवाज उठाउनु जरुरी छ ।'

कार्यक्रममा इतिहासविद डा पिताम्वरलाल यादव, प्रदेशसभा सदस्य विकेश्वर यादव र नेत्रविक्रम साह, भारतको निर्मली प्रखण्डका प्रमुख अरविन्द गुप्ता, कुनौली ग्राम पञ्चायतका प्रमुख सत्यनारायण रजकलगायतले सीमा क्षेत्रमा हुने मानव तस्करी, हातहतियार कारोबार, लागूऔषध र मदिराको ओसारपसार, चोरीतस्करी तथा अपहरण जस्ता घटना रोक्न तारजाली वा परिचय पत्रको सट्टा दुवै देशका सुरक्षा निकाय मिलेर संयुक्त गस्ती र निगरानी गर्नु उपयुक्त हुने सुझाव दिए ।

जुनसुकै पत्रिका तथा रेडियो टिभीमा
विज्ञापन गर्नु परेमा
नेपालका राष्ट्रिय तथा स्थानीय
पत्र-पत्रिकाहरुमा सूचना, विज्ञापन
प्रकाशन, प्रसारण गर्नुपरेमा हामीलाई
संझनुहोला ।
उद्घोष | औजार | नयाँ पत्रिका | राजधानी | अन्नपूर्ण | कारोबार | कान्तिपुर | नागरिक | janatimes
अमर एडभरटाईजिङ् एजेन्सी
धरान-सुनसरी
९८५२०४९३२५, ९८५२०४७७७९

तपाईहरुको सेवामा फत्तेपुर पोलिक्लिनिक
हाम्रा उपलब्ध सेवाहरु
- २४ सै घण्टा इमर्जेन्सी सेवा
- २४ सै घण्टा औषधी सेवा
- एक्स-रे सेवा / शल्य चिकित्सा
- प्रयोगशाला सेवा / ओपिडी
- मुख तथा दन्त रोग सेवा
- नाक, कान, घाटी रोग सेवा
- स्त्री तथा प्रसुती रोग सेवा
- छाला तथा यौन रोग सेवा
- भिडियो एक्स-रे सेवा
- इ.सी.जी(मुटु रोग)
- परिवार नियोजन सेवा
- बाल, नवजात शिशु रोग सेवा

फत्तेपुर पोलिक्लिनिक(प्रालि)
सप्तकोशी नगरपालिका,फत्तेपुर-१, सप्तरी राष्ट्रिय मावि अगाडी फोन नं.: ०३१-५५०१८७

LOG ON... www.janatimes.com
publicnews8@gmail.com/ 9852047779/9852065409
लोकप्रिय डिजिटल मिडिया jt janatimes
विचार, मनोरञ्जन, स्वास्थ्य, राजनीति, समाजबारे छिनछिनमा समाचार

## डाक्टरको लापरबाहीले बालकको मृत्यु भएको भन्दै अस्पताल तोडफोड

फत्तेपुर / चिकित्सकको लापरबाहीले बालकको मृत्यु भएको आरोपमा गत शनिबार राजविराजस्थित सगरमाथा अञ्चल अस्पताल तोडफोड गरिएको छ ।

सर्पले टोकेर अस्पताल भर्ना गरिएका सप्तरीको रुपनी गाउँपालिका-६ वीरेन्द्र बजारका अशोक साहका डेढ वर्षीय छोरा सिद्धार्थको मृत्यु भए पछि उनका आफन्तले अस्पतालको आकस्मिक कक्षमा तोडफोड गरेका हुन् ।

सिद्धार्थलाई शुक्रबार राती करीब ८ बजे सर्पले टोकेको थियो । सिकिस्त अवस्थामा रुपनी गाउँपालिकास्थित युनिक अस्पतालमा भर्ना गरिएका बालकको उपचार हुन नसकेपछि सगरमाथा अञ्चल अस्पतालमा ल्याईएको थियो ।

चिकित्सकले बालकको मृत्यु भईसकेको घोषणा गरेपछि उनको शवलाई राती नै पोष्टमार्टम कक्षमा राखिएको थियो । शनिबार बिहान छोराको अनुहार हेर्न पोष्टमार्टम कक्षमा पुगेका अशोकले छोराको शरीर हल्लिरहेको देखे । तत्कालै छोरालाई अर्को अस्पतालमा रेफर गर्न वा आफुहरुको जिम्मा लगाउन दबाब दिए । तर अस्पतालले यी दुवै कुरा नमानेपछि अस्पतालमा तनाव शुरु भएको थियो । बालकको मृत्यु भईसकेको र आवश्यक प्रक्रिया पूरा नगरी जिम्मा लगाउन नसकिने स्वास्थ्यकर्मीले जवाफ दिएपछि आक्रोशित आफन्तले अस्पताल तोडफोड गरेका थिए । तोडफोड पछि बालकको शव त्यहाबाट लगिएको थियो । अस्पतालमा तनाव बढ्दै गएपछि सुरक्षाकर्मी परिचालन गरिएको छ ।

सिराहाको मिर्चैया नगरपालिका चोहरबास्थित नेपाली सेनाको सर्पदंश उपचार केन्द्रमा पुऱ्याइएका सिद्धार्थलाई त्यहाँ पनि मृत घोषणा गरिएको छ । चिकित्सकको लापरबाहीकै कारण बालकको मृत्यु भएको आफन्तले दाबी गरेका छन् ।

## आधारभुत सहकारी शिक्षा तालिम सम्पन्न

फत्तेपुर / सप्तरीको सप्तकोसी १ फतेपुरमा रहेको त्रियुगा सहकारी संस्थाले संचालन गरेको ५ दिने आधारभुत सहकारी शिक्षा तालिम गत मंगलबार सम्पन्न गरेको छ ।

सप्तकोसी नगरपालिका र कन्चनरुप नगरपालिकालाई कार्य क्षेत्र बनाई दुई हजार पाँच सय सेयर सदस्य रहेको सहकारीले पाँच बर्ष भित्रमा संस्थाका सेयर सदस्यहरुलाई आधारभुत सहकारी शिक्षा तालिम दिई दिइएको हो । आत्म निर्भर बनाउने उद्देश्यले दुई बर्ष अगाडिदेखि यस्तो तालिम दिदै आएको सस्थाका अध्यक्ष शम्भुबहादुर खड्काले जानकारी दिए । तालिम को अन्तिम चरणमा सप्तकोसी नगरपालिकाको वडा न.१ मा आउदो असोज महिनामा सम्पन्न गर्ने बताइएको छ । तालिममा सहकारी अर्थ, विकाशक्रम, सहकारीको महत्व, सहकारीको मूल्य सिद्धान्तलगायत विषयमा तालिम दिएको प्रशिक्षक तथा राष्ट्रिय सहकारी महासंघका बरिस्ठ प्रबन्धक गोपि कृष्ण भण्डारीले जानकारी दिए ।

दक्ष तथा अनुभवी चिकित्सकहरुबाट स्वास्थ्य सेवा फत्तेपुरमा

हाम्रा सेवाहरुः

यहाँ हरेक किसिमका बिरामीहरूको उपचार गर्नुकासाथै ल्याब टेष्ट, एक्स-रे, ओ. पि. डी., निवुलाईजर, फार्मेसी, गर्भवती महिला जाँच, प्रसुत्ती सेवा तथा एम्बुलेन्स सेवा चौबिस्सै घण्टा उपलब्ध छ ।

बिशेषज्ञ डाक्टर

डा. संदीप शर्मा, हाड-जोर्नी, नशा तथा बाथ रोग

डा. दिलीप चौधरी, छाला-यौन तथा कुष्ट रोग

डा. बरुण देव, नाक-कान तथा घाटी रोग बिशेषज्ञ

जनसेवा पोलिक्लिनिक प्रा.लि

सप्तकोशी नपा-१,पारुहाङ्चौक,फत्तेपुर, फोन नं ०३१-५५००५०

२४सै घण्टा तपाईहरुको सेवामा

हाम्रा सेवाहरुः

छाला, यौन, पाईल्स, फिस्टुला, फिसर, मानसिक तथा परिवार स्वास्थ्य, जेनेरल, मेडिसियन, बालरोग, नाक, कान, घाटी, जेनेरल सर्जरी, स्त्रीरोग,लागु पदार्थ, दुर्व्यसनी, परामर्श

डा. सुवोधकुमार पोखरेल(सेक्सोलोजिष्ट तथा यौन

डा.अनिता बर्मा, जनरल फिजिसियन

डा. सत्यम घिमिरे (छाला तथा यौन रोग सम्बन्धि) -प्रत्येक महिनाको

डा. राजिव घिमिरे(पाईल्स, फिस्टुला रोग सम्बन्धि) -प्रत्येक महिनाको ४ गते

डा. विनोद मिश्र(बरिष्ठ छाला तथा यौन रोग विशेषज्ञ)प्रत्येक महिनाको २६

स्पोर्ट सेवाहरुः

डा. नन्दकिशोर कुशवाह(सेक्सोलोजिष्ट तथा यौन रोग विशेषज्ञ)

इमेर्जेन्सी, ल्याव, अक्सीजन, फर्मेसी, एक्सरे, अल्ट्रा साउण्ड अब्जरभेसन तथा २४ सै घण्टा एम्बुलेन्स सेवा । साथै टेलिमेडिसिनद्वारा विशेषज्ञ डाक्टरबाट उपचार

डा. बद्रीप्रसाद भट्टराई . डा. समन

एम्बुलेन्स सम्पर्कः ९८४२४०४८०४,

*नोटः प्रत्येक दिन ओपिडी सेवामा डा.अनिता बर्मा(जनरल फिजिसियन)जनरल विमारीको जाच गरिन्छ र २४ सै घण्टा*

माता मनकामना पोलिकिलनिक

सप्तकोशी नगरपालिका फत्तेपुर, नयाँ बजार, ०३१-५५०११२, ८०८०८०२८९, ९८०७७७१७००

सुलभ इलेक्ट्रोनिक्स सामन माता मनकामनामा

अब तपाई हाम्रो बजार फत्तेपुर मा सामसुङ ,हिमस्टार कम्पनी का टिभि, फ्रीज,LED, सिएफएल बल्बहरु होलसेल मूल्यमा पाउनुका साथै EXIDE कम्पनीका सम्पुर्ण ब्याट्री ,इन्भटर ,सोलार प्यानल,मोटरसाइकल,गाडी आदिका ब्याट्री तथा ब्याट्रीमा लगाउने पानी सुलभ मुल्यमा पाउने हुने छ । मौकाको फाईदा उठाउनु होला ।

प्रो.केदार श्रेष्ठ
माता मनकामना इन्टरप्राइजेज
सप्तकोसि नपा-१, फत्तेपुर
०३१-५५०१०६,
९८०७७७३८९१,
९८५२८२१२९१

IME सेवाः यहाँ विश्वको जुनसुकै देशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त पाउनुका साथै पठाइन्छ पनि ।

खुशीको खवर ! खुशीको खवर !!

अनुकुल पोलिक्लिनिक

तपाईको बजार फत्तेपुरमा अनुकुल पोलि क्लिनिकले विविन्न स्वास्थ्य उपचार सेवा प्रदान गर्दैआएको जानकारी गराईन्छ । विशिष्ट चिकित्सकहरूद्वारा स्वास्थ्य परिक्षण हुने । निम्न अनुसारको सेवा उपलब्द हुने भएकाले मौकाको फाईदा लिनु हुन सर्वसाधारणलाई जानकारी गराईन्छ ।

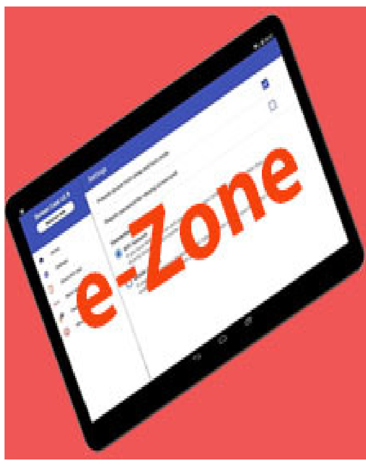
हाम्रो सेवाहरू

OPD, LAB, Ambulance, X-Ray, USG, Video X-Ray, Pharmacy, Oxygen & Neublizer सेवा २४ सैं घण्टा उपलब्द छ र

सम्पर्क स्थान

N/C/ Bose (बंगाली निज निवास) त्रियूगा पुल नजिक
सप्तकोशी नगरपालिका फोन नं. ०३१-५५०१६२, ९७४३०२५७१२, ९८०७७५५४५३

नोटः आर्युबेदिक डाक्टरद्वारा वबासीर, हाइड्रोसिलको अपरेसन विना चिरफारको ग्यारेन्टीका साथ गरिन्छ ।




Complete Mobile & Computer Concern

extra easy zone for excellent service in electrics, education & entertainment

Saptakoshi Nagarpalika 1, Fattepur, Saptari
031-550014, 3dezone@gmail.com