यो ठाउँ नियमित
विज्ञापनका लागि
खाली छ ।
सम्पर्क : ०६१-५३९४५५

राष्ट्रिय दैनिक
गोल्डेन न्यूज
Golden News National Daily
○वर्ष ९ ○अंक ५१ ○श्रेणी 'क' ○२०७३ मंसिर ४ गते शनिबार ○ 19 Nov. 2016 ○पृष्ठ ४ ○मूल्य रू. ५/-

यो ठाउँ नियमित
विज्ञापनका लागि
खाली छ ।
सम्पर्क : ०६१-५३९४५५

वसुन्धरा पार्क निजी क्षेत्रलाई दिने पक्षमा सरकार छैन–मन्त्री केसी

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

नेपाल सरकारका शहरी विकास मन्त्री अर्जुन नरसिंह केसीले पोखराको बसुन्धरा पार्क निजी क्षेत्रलाई संचालन गर्न दिने पक्षममा सरकार नभएको बताएका छन् । पोखराका पर्यटन व्यवसायी, राजनीतिक दल, उद्योगी र नागरिक समाजका प्रतिनिधिसँग हालै पोखरामा छलफल गर्दै केसीले बसुन्धरा पार्क मात्र नभई कुनै पनि सार्वजनिक सम्पत्ति व्यक्तिलाई दिएर कमाई गर्ने मनसाय सरकारको नभएको स्पष्ट पारे । बसुन्धरा पार्कको विषयमा बोल्दै उनले पार्क जुन प्रयोजनका लागि निर्माण गरिएको हो सोही अनुसार विकास गर्ने पक्षमा सरकार रहेको सुनाए । कार्यक्रमका अवसरमा व्यवसायीले मन्त्री केसीलाई ज्ञापनपत्र पनि बुझाएका थिए ।

पोखरामा फेवातालसँगै जोडिएको यो पार्क मेला-उत्सव आयोजना गर्ने पुरानो थलो हो । यो बाहेक लेकसाइडमा यति ठूलो कुनै जमिन खाली छैन । तर यसलाई केबुलकार स्टेशन बनाउन सरकारले २० वर्षका लागि बहालमा दिएको खबर बाहिर आएपछि त्यसको चर्को आलोचना हुन थालेको हो ।

फेवाताल संरक्षणका लागि सरकारले वि.सं. २०३८ सालमा अधिग्रहण गरेको १ सय ८ रोपनी जमिन मध्येको यो पार्क क्षेत्र यसपटक भूकम्पपछि मात्रै स्थानीयलाई महत्वको रहेको

अनुभव भएको छ । त्यसयता उनीहरूले बसुन्धरा पार्क बचाउ समिति नै गठन गरेर अदालतमा मुद्धा हाल्ने र सभासद गुहार्ने सम्मका काम गरिसकेका छन् । उनीहरूले प्रस्तावित क्षेत्रमा केबुलकार निर्माण नगरी वैकल्पिक ठाउँ खोज्न आग्रह गरेका छन् ।

सरकारले मनकामना दर्शन प्रालिलाई बसुन्धरापार्कदेखि फेवाताल, रानीवन हुँदै पुम्दी-भुम्दीको डाँडामा रहेको शान्तिस्तुप सम्मका लागि केबुलकार निर्माणको स्वीकृति दिइसकेको छ ।

पर्यटकीय र वातावरणीय महत्वको उक्त सार्वजनिक सम्पत्ति सरकारले बहालमा दिनुअघि स्थानीयस्तरमा कुनै संवाद सरोकार नै नगरेको पश्चिमाञ्चल होटल संघ पोखराका अध्यक्ष भरतराज पराजुलीले बताए । बसुन्धरा पार्क बचाउ समितिले केही महिना पहिला कास्कीका ११ जना सभासदलाई राखेर पार्क मास्न नदिन आग्रह गरेको थियो । वातावरणीय प्रभाव परीक्षण नगरी, त्यसको दीर्घकालीन प्रभाव विचार नपुऱ्याई एक मात्र खुला ठाउँ पनि व्यवसायिक प्रयोजनका लागि दिए भूकम्पजस्ता ठूला विपत्तिमा स्थानीयले जाने खुला ठाउँ नै नजोगिने तर्क मन्त्रीसँग आयोजित छलफलका सहभागीको थियो ।

'जुन प्रयोजनका लागि जग्गा अधिग्रहण गरिएको हो, त्यसैमा मात्रै प्रयोग गर्नुपर्छ,' पोखरा पर्यटन परिषद्का अध्यक्ष सोमबहादुर थापाले भने-'अन्य काममा प्रयोजन भए जग्गा फिर्ताका लागि कानूनी प्रक्रियामा जान्छौं ।' 'पोखरामा केबलकार बन्नु हुँदैन भन्ने कसैको विरोध छैन,' नागरिक समाज पोखराका संयोजक रामबहादुर पौडेलले भने-'तर स्थानीयले फेवाताल संरक्षणका लागि भन्दै सरकारी निकायलाई दिएको जग्गामा बन्नुहुँदैन ।' खासमा पार्क भएको जग्गा फेवा संरक्षण र सुन्दरताका लागि ग्रिनबेल्ट बनाउने भनि सरकारी निर्णयअनुसार अधिग्रहण गरिएकाले स्थानीयको भनाई छ । पार्कमा कुनै संरचना बनाउन नहुने र यसलाई ग्रिनबेल्टकै रुपमा विकास गर्नुपर्ने माग स्थानीयको छ । सार्वजनिक निजी साझेदारी तथा निर्माण, सञ्चालन र हस्तान्तरण (बुट) अवधारणा अनुसार २० वर्षपछि कम्पनीले केबलकार सरकारलाई हस्तान्तरण गर्ने सर्तमा मनकामना दर्शन प्रालिले सो जग्गा प्राप्त गरेको हो । करिब एक अर्ब ३० करोड रुपैयाँको लागतमा केबलकार निर्माण गर्ने योजना बाहिर आएको थियो ।

'दुर्घटना न्युनिकरण गर्न ट्राफिक सप्ताह'

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

सवारी दुर्घटना न्युनिकरण गर्ने उद्देश्यका साथ ट्राफिक सप्ताह हुने भएको छ। ट्राफिक सप्ताहका लागि शुक्रवार सरोकारवाला सहितको समन्वय बैठक सम्पन्न भएको छ । सो अवसरमा बोल्ने वक्ताहरुले सबैको सहयोगले मात्र दुर्घटना न्युनिकरण हुने बताउँदै सचेत रहन आग्रह गरेका थिए । जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय कास्की र नेपाल रेडक्रस सोसाईटी कास्की शाखाको संयुक्त आयोजनामा बैठक भएको हो । सप्ताहको अवसरमा ट्राफिक नियम सम्बन्धी जनचेतनामूलक कार्यक्रम गरि एक हप्ताभर विभिन्न कार्यक्रम संचालन गरिने बताइन्छ । सडक प्रयोगकर्ता, चालक, सह-चालक लगायत सरोकारवाला सबै निकायलाई ट्राफिक नियमको वारेमा सचेतना दिलाउने उद्देश्यले बार्षिक रुपमा ट्राफिक सप्ताह आयोजना गरिएको जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय कास्कीले जनाएको छ।

क्षेत्रीय ट्राफिक प्रहरी कार्यालय बुटवलका प्रमुख प्रहरी उपरीक्षक प्रकाश अधिकारीले सडकमा पुगेपछि हतार गर्ने प्रवृत्तिले दुर्घटना बढेको बताउँदै सडक प्रयोगकर्ता सचेत भएमा न्यूनिकरण हुने दाबी गरे। उनले बढ्दै गएको सवारी दुर्घटना न्युनिकरण गर्नका लागि ट्राफिक सप्ताह महत्वपूर्ण हुने विश्वास व्यक्त गरे ।

गण्डकी अञ्चल व्यवस्था कार्यालयका प्रमुख तिलक पौडेलले कास्कीको ट्राफिक व्यवस्थापन गर्न र दुर्घटना न्युनिकरणका लागि नियमित अनुगमनको खाँचो रहेको औल्याए । यस क्षेत्रमा करिब १ लाख ५० हजार सवारीसाधन दर्ता रहेको सो अवसरमा उनले जानकारी दिए ।

रेडक्रस कास्कीका मन्त्री कृष्ण तिमिल्सिनाले सवारी चालकलाई सचेत गराउदै सडक प्रयोगकर्ता लाई सचेतना दिलाउन ट्राफिक सप्ताह महत्वपूर्ण हुने बताए ।

नेपालमा दैनिक ५ देखि ७ जनाले सवारी दुर्घटनाले ज्यान गुमाउने गरेको ट्राफिक प्रहरीको तथ्यांक छ । कार्यक्रममा पृथ्वीराज मार्ग बस सञ्चालक समितिका उपाध्यक्ष ज्ञान बहादुर केसीले आवश्यकता अनुसार सवारी संख्या हुनुपर्नेमा जोड दिए । रेडक्रस कास्कीका सभापति वामदेव ढुङ्गानाको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा पोखरा उप-महानगरपालिकाका इन्जिनियर सुरेन्द्र पाण्डे, डिभिजन सडकका ईन्द्रप्रसाद पौडेल, व्यवसायी कृष्णप्रसाद ढकाल, सोम गुरुङ, शोभाकान्त पौडेल, सहारा क्लवका अध्यक्ष वीरभद्र आचार्य, पत्रकार शिवराज बस्ताकोटी, प्राथमिक उपचार र सडक सुरक्षा कार्यक्रमका फिल्ड अफिसर प्रतिभा सापकोटा पाखेल लगायतले आ-आफ्नो भनाइ राखेका थिए । ट्राफिक सप्ताह कार्यक्रम अन्तर्गत पहिलो दिन मंसिर ५ गते विहान ७:३० बजे जिल्ला ट्राफिक कार्यालय चोकदेखि मानवअधिकार चोकसम्म प्रभातफेरी हुने छ । दोस्रो दिन अमरसिंह उच्च माविका युवाहरुलाई ट्राफिक सचेतना, ढिकुरपोखरी, हेम्जा, पोखरा र लेखनाथमाका विभिन्न स्थानमा जेव्रा क्रसिङमा स्वयंम सेवक परिचालन गर्ने कार्यक्रम छ । यस्तै तेस्रो दिन ड्राइभिङ इन्स्टिच्युटका प्रतिनिधिलाई सचेतना र सिमुलेसलन प्रदर्शन, चौथो दिन मंसिर ८ गते वक्तृत्वकला प्रतियोगिता, ट्राफिक कक्षा र चालक परामर्श कार्यक्रम हुने छ । पाँचौ दिन ट्राफिक सचेतनाका साथै चित्रकला प्रतियोगिता र अन्तिम दिन सिमुलेशन र समापन कार्यक्रम रहेको जिल्ला ट्राफिक कार्यालय कास्कीका प्रमुख, प्रहरी निरीक्षक विश्वराज अधिकारीले जानकारी दिए ।

कर्मचारी चाहियो

कुक	- २ जना
रिसेप्सनिष्ट	-२ जना
वेटर	- २ जना
मार्केटिङ सेल्स	-केही
किचन हेल्पर	-२ जना
सुरक्षा गार्ड	-२ जना

अनुभावीलाई विशेष प्राथमिकता दिइनेछ ।

टीका रिसोर्ट, लेकसाइड, पोखरा
फोन : ०६१-४६२०३३, ४६०२३३

मापदण्ड विपरीतका संरचना हटाउन शुरु

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

पोखरामा सार्वजनिक जग्गा र सडक अतिक्रमण गरी बनाइएका संरचना हटाउने काम सुरु गरिएको छ । पोखराको विजयपुमा मापदण्ड विपरित बनेका घरटहरा सहित होडिङ बोर्ड समेत भत्काइएको छ । पोखरा उप-महानगरपालिकाले शुक्रवार पृथ्वी राजमार्ग अन्तर्गत विजयपुर खोला आसपास बनेका घर टहरा भत्काएको हो । साथै सडक छेउमा राखिएका होडिङ बोर्ड समेत हटाइएको छ । मापदण्ड मिचेर बनेका संरचना हटाउने काममा पोखरा उप-महानगरपालिका, पोखरा उपत्यका नगरबिकास समिति, विभिन्न राजनीतिक संयन्त्रका पदाधिकारी, प्रहरी पनि सहभागी थिए ।

पहिलो चरणमा बिजयपुर खोलादेखि पृथ्वीचोकसम्म सडकको दाँयाबाँया रहेको अतिक्रमित घरटहरा तथा होर्डिङ बोर्ड हटाइने पोखरा उप-महानगरपालिकाका कार्यकारी अधिकृत नवराज ढुंगानाले गोल्डेन न्यूज दैनिकलाई जानकारी दिए । पहिलो चरण सकिएपछि पोखराका अन्य क्षेत्रमा मापदण्ड विपरित निर्माण भएका घर टहरा र सार्वजनिक जग्गा अतिक्रमण गरी बसेका बस्तीहरुमा डोजर लागाइने उनले बताए । पहिला सूचना दिने र सूचना दिंदा पनि अटेर गरेको खण्डमा नगरपालिका आफैले डोजर प्रयोग गरी सार्वजनिक जग्गामा निर्माण भएका घरटहराहरु हटाउने उनको चेतावनी छ । पोखरा उप-महानगरपालिका संगै पोखरा उपत्यका नगरबिकास समितीले अतिक्रमित सार्वजनिक जग्गा संरक्षण गर्नमा तत्परता देखाएको छ । अतिक्रमित घरटहरा हटाउने अभियानमा भेटिएका पोखरा उपत्यका नगरबिकास समितिका अध्यक्ष प्रकाश मोहन खनालले पोखरा उपत्यका नगरविकास समितिले पनि पोखराको बसपार्क निर्माणका लागि अतिक्रमित घरटहरा हटाउने तयारीमा रहेको बताए । विभिन्न राजनीतिक संयन्त्रहरु संग छलफल भइरहेको र पोखराको बृहत्तर विकास संगै पोखरा बसपार्क निर्माणका लागी सुकुम्बासीलाई हटाउने तयारी गरिएको उनले बताए । केही वर्ष अगाडि पोखराको फिर्के खोला अतिक्रमण भएको भन्दै पोखरा उपत्यका नगरबिकास समिति र पोखरा उप-महानगरपालिकाले घरटहरा हटाउन सुरु गरेपनि पूर्णता पाउन नसक्दा अहिले फिर्केको अतिक्रमणले नेटो काटेको छ ।

'दलहरु मिल्नुपर्छ'

पोखरा ३ मंसिर ।(गोल्डेन)

नेकपा एमालेका नेता एवं पूर्व अर्थमन्त्री सुरेन्द्र पाण्डेले निर्वाचनका लागि प्रमुख तीन दल मिल्नुको विकल्प नभएको बताएका छन् । शुक्रबार पोखरामा पत्रकारसँगको भेटघाटमा उनले अब हुने तीन तहको निर्वाचनमा तीनवटै पार्टीले पालैपालो सरकारको नेतृत्व गरेर भए पनि देशमा आइपर्ने सङ्कटको अन्त्य गर्नुपर्नेमा जोड दिए । नेता पाण्डेले निर्वाचनसम्बन्धी ऐन पारित नभएकाले निर्वाचन नहुने शङ्का बढ्दै गएकामा चिन्ता व्यक्त गरे । "संविधान संशोधन गर्ने चर्चा सत्ता जोगाउने खेल मात्रै हो, उनले भने-संविधान संशोधनको ठोस प्रस्ताव आए एउटै टेबुलमा बसेर छलफल गर्न एमाले तयार छ ।"

'कास्कीमा नमूना काम गरेर देखाउँछु'

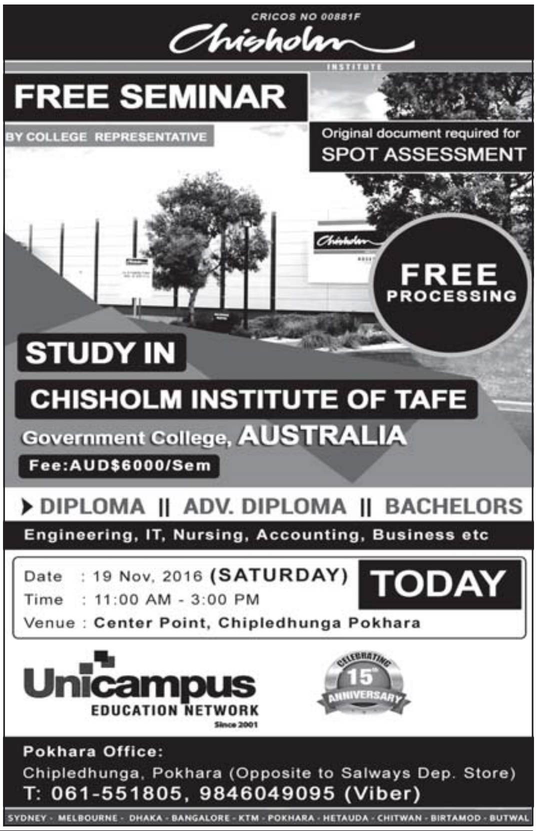
गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

केही समयअघि मात्र काठमाडौंबाट आफ्नै गृहजिल्ला कास्कीमा सरुवा भएर आएका जिल्ला शिक्षा कार्यालय कास्कीका जिल्ला शिक्षा अधिकारी शंकरबहादुर गौतमले डेलिगेशन आउन नपर्ने गरी काम गर्ने बताएका छन् । नेकपा माओवादी केन्द्र निकट एकीकृत अखिल नेपाल शिक्षक संगठन कास्कीले शुक्रबार आयोजना गरेको स्वागत तथा सम्मान कार्यक्रममा बोल्दै जिशिअ गौतमले आफू कसैको कुनै पनि किसिमको लोभमा नफस्ने स्पष्ट पारे । कास्की जिल्लामा खास समस्या नदेखेको भन्दै जिशिअ अधिकारीले भने-'कसैले पनि डेलिगेशन आउन नपरोस् भन्ने मेरो चाहना सधैं हुन्छ । जिल्लामा मैले खास समस्या देखेको छैन, केही समस्या छन्, तिनको समाधानका लागि म तत्पर छु ।' उनले आफ्नै

गृहजिल्लामा सरुवा भएर आउन पाउनु अहोभाग्य भएको भन्दै जिशिअ गौतमले कुनै पनि शिक्षक संगठनलाई तेरो र मेरो नभनि समान व्यवहार गर्ने स्पष्ट पारे । शिक्षा क्षेत्रलाई सपार्ने कि बिगार्ने भन्ने शिक्षकहरूकै हातमा भएको भन्दै उनले आफ्नो कार्यक्षेत्रमा खटिएर शिक्षा क्षेत्रको सुधारमा लाग्न शिक्षकहरूलाई आग्रह गरे ।

जिशिअ गौतमलाई स्वागत गर्दै नेकपा माओवादी केन्द्रका केन्द्रीय सदस्य एवं शिक्षक संगठनका जिल्ला इञ्चार्ज

बाँकी २ पृष्ठमा......



शनिबारीय स्वास्थ्य चर्चा

गुद्धद्वारका रोगः पायल्स, फिस्टुला र क्षारसूत्र उपचार

छारसूत्र र पायल्स के हो ? यो कस्तो समस्या हो ? यो समस्याका कारण धेरै नागरिकले दुःख पाउने गरेका छन् भने कतिपयको अल्पायूमै मृत्यु हुने गरेको छ। यो रोग सुन्दैमा डर लाग्ने खालको हुन्छ। यो रोगको निदान र सफल उपचारका लागि लामो समयदेखि पोखराको पञ्चम आयुर्वेद क्लिनिक, ईन्द्रचोकले सेवा गर्दै आइरहेको छ भने धेरै रोगीहरुको सफलतापूर्वक उपचार गरिरहेको छ। पञ्चम क्लिनिकले काठमाडौंबाट विशिष्ठ चिकिल्सक बोलाएर पोखरा लगायत आसपासका नागरिकको समस्या समाधान गर्दै आइरहेको छ। क्लिनिकले यहि पुस १० र ११ गते पनि पायल्सका रोगीहरुको उपचारका लागि जमर्को गरेको छ। उक्त उपचारका लागि काठमाडौंबाट सिनियर चिकित्सक तथा क्षारसूत्र विज्ञ डा. हरिशरण अर्याल पोखरा आएका छन्। पायल्स तथा छारसूत्र विज्ञ डा. अर्यालसंग गरिएको कुराकानीको सम्पादित अंशलाई पुनः प्रकाशन गरिएको छ :

डा. हरिशरण अर्याल

❖क्षारसूत्र २ वटा शब्दहरु मिलेर बनेको छ। जसमा क्षार भनेको अल्काली हो भने सूत्र भनेको धागो हो। विशेष प्रकारले क्षारको निर्माण गरिन्छ। यहि क्षारलाई प्रयोग गरेर सिउँडीको चोप लगाई बनाईएको बिशेष प्रकारको धागोलाई क्षारसूत्र भनिन्छ। यसले नरम किसिमको मासुलाई काट्ने गर्दछ। यहि धागोको प्रयोगबाट गरिने उपचार विधिलाई नै क्षारसूत्र विधि भनिन्छ। पाईल्स,फिस्टुला बाहेक पुरानो घाउहरुमा पनि यसको प्रयोग गरिन्छ। पाईल्स (अर्श वाबबासिर):यस्तो रोग हो जसमा दिसा गर्न गाह्रो हुने, दिसा गर्दा रगत आउने, मासुको डल्ला बाहिर निस्कने आदि हुन्छ। विशेष गरी कार्यव्यस्तताका साथै बिभिन्न कारणले दिशा लामो समयसम्म रोक्ने, लामो समय सम्मदिशा बस्ने तथा दिसा कव्जियत हुने कारणले गर्दा नै यो रोग लाग्ने सम्भावना बढी हुनसक्छ। बुझ्दा सामान्य बुझिने पाईल्स चार प्रकारका हुन्छन्।

प्रथम चरण : यस अवस्थामा दिशाा गर्दा मासुको डल्ला बाहिर आउँदैन तर रगत बग्ने र दुखाई भने हुने गर्दछ। यस अवस्थामा रहेको पाईल्सलाई औषधिद्वारा निको पार्न सकिन्छ।

दोस्रो चरण : यो अवस्थामा दिशा गर्दा मासुको डल्ला बाहिर आउँछ र दिशा गरिसकेपछि आफैं भित्र जान्छ यसका साथै दुख्ने अनि रगत आउने समेत हुन्छ। यो अवस्थासम्म पनि लामो समयसम्म औषधि सेवन गरि निको पार्न सकिन्छ।

तेस्रो चरण : यस चरणमा दिशागर्दा मासुको डल्ला बाहिर आउँछ र आफैं भित्र नगई औंलाले धकेलेर भित्र पठाउनुपर्ने हुन्छ। यसका साथै बढी मात्रामा दुख्ने अनि रगत बग्ने हुन्छ। यस अवस्थासम्म आईपुगेको पाईल्स औषधिले निको नहुने भएकाले क्षारसूत्र विधिबाटनै उपचार गर्नुपर्ने हुन्छ।

चौथो चरण : यस चरणमा मासुको डल्ला बाहिरनै बसिरहन्छ साथै अत्याधिक दुखाई र रगत बग्ने हुन्छ। समयमै उपचार नगर्दा मासुको डल्ला कुहिन थाल्दछ र संक्रमण सम्पूर्ण शरीरमा फैलिएर मान्छेको मृत्यु पनि हुन्छ। यो रोग १ देखि २ प्रतिशतसम्म क्यान्सरमा परिणत हुने गरेको पाईएको छ भने यो रोगको अप्रेशन गरेका बिरामीहरुमा ३० देखि ४० प्रतिशतसम्म दोहोरिएको पाईएको छ। तर क्षार सूत्र विधिबाट उपचार गरेको बिरामीहरुमा भने १ प्रतिशत भन्दा पनि कम मात्र दोहोरिने देखिएको छ। यदि समयमै उपचार गरेमा यो रोगबाट सजिलै मुक्तहुन सकिन्छ। पाईल्स रोग भएका बिरामीले दिसा सजिलै खुलाउने खालका खानेकूराहरु खाने, दिशा रोकेर नबस्ने, गरम मसला, मरिच र पिरो खानेकुराहरु नखाने, माछा मासुहरु कमखाने, पखाला लागिरहनाले, दिसा कव्जियत हुनाले, दिसागर्ने ठाउँको वर परको रौं तानिएर दिसागर्ने ठाउँको भित्र भएका ग्रन्थिहरुमा सङ्क्रमण भएको कारणले यो रोग लाग्दछ। यो सामान्य रुपमा एक व्यक्तिमा एउटा हुने तर कसै-कसैमा धेरै पनि हुने गरेको पाइन्छ। मानीसको दिसागर्ने ठाउँको भित्र ८ वटा ग्रन्थीहरु हुन्छन् जसको सङ्क्रमण एकै पटक भयो भने ८ वटै फिस्टुलाहरु पनिआउन सक्छन्।

लक्षणहरु : दिसागर्ने ठाउँको वर पर वान जिकमा खटिरा आउँछ र अत्यन्त दुखाई हुनुको साथै केहि समय पछि त्यो खटिरा पाकेर गन्हाउने पिप बग्न थाल्दछ पिप बगेपछि सन्चो भए जस्तो त हुन्छ तर केहि समय पछि फेरी पाक्ने र दुखाई हुने निरन्तर भइरहन्छ। पछि यो पुरानो भएपछि पुरै भाग सुन्निएर आउँछ। यो रोग लागिसकेपछि अरु रोगहरुसंग अलग गर्न परीक्षण गर्नुपर्ने हुन्छ। यसको लागि सामान्य रुपमा हेरेर तथा प्रोटोस्कोपबाट हेरेर पनि केहि कुरा थाहा पाउन सकिन्छ। यसको उपचारमा कति माथि भित्र पट्टि अर्को प्वाल खुलेको छ भन्ने थाहा पाउनु जरुरी हुन्छ। कहिले काहि प्रोटोस्कोपबाट हेर्दै बाहिरको प्वालबाट औषधि पठाउदा पनि भित्रको प्वाल देखिएन भने फिस्टुलो ग्राम गर्नु पर्दछ। कहिले काहीं धेरै फिस्टुला भएको व्यक्तिमाक्षयरोग तथा क्यान्सर छ कि भनेर मासुकाटेर वायोप्सि पनि गर्नुपर्ने हुनसक्छ।

यो रोग औषधिले निको हुँदैन यसलाई क्षारसूत्र विधिबाट उपचार गर्दा दोहोरिने सम्भावना रहँदैन र अरु जटिलता पनि आउँदैन। यस रोगका लागि सर्वाधिक गरिने अप्रेसन गर्दा ७० देखि ८० प्रतिशत मानिसमा दोहोरिने तथा दिसा रोक्न नसक्ने दिसा खुस्कने समस्या देखिएको पाइन्छ। तर क्षारसूत्रबाट उपचार गर्दा अहिलेसम्म त्यस्ता समस्याहरु देखिएका छैनन्। यदि यो रोगको समयमा उपचार गरिएन भने क्यान्सर भई ज्यान नै जाने खतरा पनि हुन सक्छ।

फिसर : सामान्य भाषामा धाँजा फाट्ने वा चिरिने समस्यालाई फिसर भनिन्छ। यदि यो समस्या दिसा गर्ने ठाउँको आसपासमा भएमा यसलाई फिसर इन एनो (Fissure in Ano) भनिन्छ। त्यसैले दिसागर्ने ठाउँमा बन्ने घाउ जुन बढी पीडादायक हुन्छ त्यसलाइ नै फिसर भनिन्छ। लामो समयसम्म दिसा रोकेर बस्ने अनि एकै पटक साह्रो दिसा गर्नाले यो रोग लाग्दछ। पानीको कमी, खानामा सागपातको कमी, धेरै मात्रामा माछा मासु तथा गेडागुडी सेवन गर्नाले पनि दिसा कव्जियत हुन गई फिसर रोग लाग्दछ। यो रोग लागेपछि दिसागर्ने ठाउँमा घाउ बन्दछ जसबाट रगत बग्ने समस्या हुन्छ र दिसागर्दा अत्याधिक पीडा हुन्छ। भने केहि समय पछि घाउको नजिकबाट सानो मासु पलाउने पनि हुन जान्छ।

यो रोग लाग्न नदिनका लागि नियमित रुपमा हल्का व्यायाम गर्ने, हरियो सागपात तथा पँहेला फलफूलहरु प्रशस्त मात्रामा खाने तथा प्रशस्त मात्रामा पानी पिउने गर्नुपर्दछ। जसले गर्दा दिसा कव्जियत हुन पाउँदैन र रोगबाट बच्न सकिन्छ। यदि यो रोगलागिहालेमा नरम खालकाखानेहुराहरु खाने, हरियो सागपात बढी मात्रामाखाने, पानी प्रशस्त मात्रामा पिउने साथै दिसा पातलो गर्ने खालको औषधि पनि आवश्यकता अनुसार सेवन गर्ने, घाउ छिटो निको पार्नको लागि मल्हम लगाउने तथा दुखाई भएमा दिसागर्नु अघि आवश्यकता अनुसार मनतातो पानीमा दिसागर्ने ठाउँ डुबाएर बस्ने। यदि घाउको नजिकमा मासु पलाएको छ भने त्यसलाई क्षारसूत्र विधिबाट हटाउन सकिन्छ।

अहिले सम्मको तथ्याङ्कलाई हेर्दा :-

क) पाईल्स : ६६%

ख) फिस्टुला ११%

ग) फिसर २३% रहेको पाईएको छ। जस मध्ये पाईल्सका नयाँ विरामी ९१% र पहिला अप्रेशन गराइसकेका विरामी ९% छन् भने त्यसैगरी फिस्टुलाका विरामी नयाँ ५८% र पहिला अप्रेशन गराईसकेका विरामी ४२% रहेको पाईएको छ। चिकित्सा परिषदले अप्रत्यक्षरुपमा कस्ता व्यक्तिले क्षार सूत्र गरिरहेका छन र कस्ता ठाउँमा गरिरहेका छन् यसको बारेमा निगरानी गरिरहेको छ र अब चाँडै नै निर्देशिका पनि आउँदैछ र सो निर्देशिका भन्दा बाहिर गएर कामगर्ने गराउने तथा विज्ञापन गर्ने सम्पूर्ण व्यक्ति तथा संघ संस्थाहरुलाई कार्वाहीको दायरामा ल्याउन सकिनेछ।

कोरियन फिल्म तथा फुड फेष्टिवल आज

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर।

पोखरामा आज शनिबार कोरियन फिल्म तथा फुड फेष्टिवल हुने भएको छ। कोरियन राजदूतावासको आयोजनामा शनिबार पोखराको माउण्ट कैलाश रिसोर्टमा एक दिने कोरियन फिल्म तथा फुड फेष्टिवल हुने भएको पोखराका पर्यटन व्यवसायी तथा कार्यक्रम संयोजक मदन केसीले बताए। कोरियन फिल्म तथा फुडफेष्टिवल पोखरामा आयोजना हुनुले दुई देश बीचको कला, संस्कृति सहित पर्यटन प्रवर्द्धनमा थप टेवा पुग्ने भएको केसीले बताए।

शनिबार दिउँसो ३ बजेदेखि साँझसम्म हुने फेष्टिवलमा पोखराका उद्योगी व्यावसायी तथा विभिन्न संघ-संस्थाका पदाधिकारीहरु सहभागी हुने भएको उनले बताए। कोरियाको संस्कृति सहित खाना र त्यहाँको फिल्मको बारेमा नेपाली माझ जानकारी गराउने उद्देश्यले विगतका बर्ष देखि नेपालमा हुँदै आएको कोरियन राजदूतावासका एक कर्मचारी शिव पोखरेलले बताए। स्पिड स्क्याण्डल र २ सय पाउण्ड व्युटी नामका दुई वटा फिल्मसहित कोरियन करिब ७ प्रकारका परिकारका खाना फेष्टिवलमा उपलब्ध हुने भएको उनले जनाए।

यसैबीच कोरियन राजदूत चोयोङ जिनले सुक्रबार पोखराका विभिन्न उद्योगी व्यावसायी तथा पोखराका विभिन्न संघ-संस्थाका पदाधिकारीहरुसंग भेटघाट गरेका छन्। कोरियाको विकास गतिको बारेमा चर्चा गर्दै जिनले भने-“नेपालमा विकासको धेरै सम्भावना छ, यसको लागि यहाँको राजनीतिक स्थिरता पहिलो आवश्यकता, जनतामा काम गर्ने संस्कारको विकास हुनुपर्छ।”

नेपालमा हरेक बर्ष जसो ३० हजार कोरियन पर्यटक आउने बताउँदै उनले कोरियामा नेपालीहरु करिब ३७ हजार रहेको उल्लेख गरे। उनले नेपालमा लगानीको वातावरण सृजना भए नेपालमा जलविद्युत तथा उद्योग धन्दा संचालन गर्न विदेशीहरु लगानी भित्रिने दाबी गरे। नेपाल र कोरीया पहिला एकै अवस्थामा रहे पनि कोरीयाले विस्तारै विकासको फट्को मारेको उनले बताए। उनले भने “नेपाल भूपरिवेष्टित देश भयर विकासमा कुनै बाध पुगेको छैन।”

सेक्युरिटी तालिम पोखरामा

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर।

नेपाल सरकार श्रम तथा रोजगार मन्त्रालय अन्तर्गतको व्यवसायिक तथा शिक्षा विकास तालिम केन्द्रको आर्थिक सहयोग तथा दी गुर्खाज रेञ्जर सेक्युरिटी प्रालिको प्राविधिक सहयोगमा शुक्रबारदेखि पोखरामा निःशुल्क सेक्युरिटी तालिम शुरु भएको छ। सशस्त्र प्रहरी बल मुक्तिनाथ बाहिनीका सहायक बाहिनीपति एसएसपी कृष्णभक्त बर्माचार्यले एक समारोहका बीच तालिमको उद्घाटन गरे। उक्त अवसरमा बोल्दै उनले निजी क्षेत्रबाट उत्पादन हुने कामदारले अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा समेत रोजगारिको राम्रो अवसर प्राप्त गरेको उल्लेख गरे। तर तालिम संख्यात्मक रुपमा भन्दापनि गुणात्मक रुपमा राम्रो हुनुपर्ने बताए। यद्यपि मानिसले आफ्नों सुरक्षा अर्काको भरमा भन्दापनि आफ्नों सुरक्षा आफैले गर्न सक्षम हुनुपर्नेमा जोड दिए। तालिमका सहभागीहरुलाई अनुशासित र जिम्मेवारी हुन पनि उनले आग्रह गरे। तालिममा नेपाल सरकारको तर्फबाट ५० तथा दी गोर्खाजका तर्फबाट ५ गरि ५५ जना प्रशिक्षार्थीहरुको सहभागिता रहेको छ। बृटिस सेनाबाट अवकाश प्राप्त क्याप्टेन घनश्याम पुन र महेशबहादुर थापाले ३२ दिने तालिममा प्रशिक्षण दिनेछन्।

उद्घाटन समारोहमा व्यवसायिक तथा शिप तालिम केन्द्र पोखराका प्रमुख तिलकराम रिजाल, दी गुर्खाज रेञ्जर सेक्युरिटी प्रालिका कानुनी सल्लाहकार सुकदेव गौतम लगाएतले शुभ-कामना मन्तव्य राखेका थिए। दी गोर्खाजका सञ्चालक नेत्रबहादुर थापाको सभापतित्वमा सम्पन्न उद्घाटन समारोहमा प्रबन्धक राजेन्द्र केसीले स्वागत तथा महेशबहादुर थापाले सञ्चालन गरेका थिए। सृजनाचोक स्थित कार्यालयमा हुने तालिममा सेक्युरिटी सम्बन्धी व्यवहारिक र सैद्धान्तिक पक्षमा तालिम दिइने छ।

आजको पञ्चाङ्ग

मिति २०७३ साल मंसिर ४ गते शनिबार, तदनुसार नोबेम्बर १९ सन् २०१६, श्रीशाके १९३८, नेपाल संवत् ११३७, सौम्यनामकः संवत्सरः, सूर्य पृथ्वीको दक्षिणी गोलार्द्धमा प्रवेश गरिसकेका छन्। शरद ऋतु चलिरहेको छ। चान्द्रमान अनुसार मार्गशीर्षकृष्णपक्ष चलिरहेको छ। सौरमान अनुसार आज मार्गशीर्षकृष्णापक्षको पञ्चमी तिथि अहोरात्र रहनेछ। आज सूर्य वृश्चिक राशिमा, चन्द्रमा कर्कट राशिमा अहोरात्र रहनेछ। आज दिनमान २६ घटि ३८ पलाको रहनेछ। आज सूर्योदय नेपालको काठमाडौं केन्द्रबिन्दुमा रहि बिहान ठीक ६ बजेर २९ मिनेटमा यम मुहूर्तमा हुनेछ भने सूर्यास्त साझ ५ बजेर ०८ मिनेटमा हुनेछ।

आजको राशिफल

मेष : पुरानो कार्यबाट आम्दानीमा एक्कासि बृद्धि, सहयोगी हातहरु बढ्नेछन्, धर्मकर्ममा मन जानेछ समय शुभ छ।

वृष : पारिवारिक किचलो थपिनाले मानसिक चिन्ता बढ्दै जानेछ, नकारात्मक सोचाईले गर्दा आफैलाई घाटा हुनेछ।

मिथुन : स्वास्थ्य भरपर्दो हुनेछैन, खानेकुरामा सतर्क रहनुहोला, जोसँग पनि विवाद पर्न सक्नेछ, चनाखो भई कार्य शुरु गर्नुहोला।

कर्कट : नयाँ मित्रसँग भेट, आर्थिक क्षेत्रबाट लाभ पाइने, अधुरो कार्य पुरा हुने सम्भावना दिन महत्वपूर्ण रहनेछ।

सिंह : आम्दानीमा गिरावट आउनेछ, समय विवादित रहनेछन, चुनौतिमाथि चुनौति थपिनेछ चनाखो हुनुहोला।

कन्या : मित्रहरुबाट सहयोग पाइनेछ, कला क्षेत्रमा अभिरुचिबढ्ने, एकमुष्ठ रकम संकलन हुने, स्वादिष्ट ब्यञ्जन प्राप्त हुनेछ।

तुला : पारिवारिक विरोध खेप्नुपर्ने, आफ्नै पेशाबाट घाटा हुन सक्ने, सामाजिक कचिलोले गर्दा दिनभर चिन्ता पर्नेछ।

वृश्चिक : शत्रुबाट मानसिक पीडा थपिनेछ, पारिवारिक झगडाले ठूलै रुप लिनेछ, आफन्तबाट विशेष कार्यमा धोका हुने।

धनु : दैनिक कार्य अधुरा हुन सक्नेछ, विरोधीहरु सक्रिय हुदै जान सक्नेछन, स्वास्थ्य हानी समय तथा दिन खराब रहनेछ।

मकर : एक्कासि धन तथा जमिन लाभ पाइने, नयाँ कार्यमा लगानी हुन सक्नेछ, दिन सबै प्रकारले शुभ रहनेछ।

कुम्भ : आफ्नै पेशाबाट नोक्सान व्यहोर्नुपर्ने, यात्रा गर्दा कठिनाई, पढाईमा मन नजाने, समय खराब छ सतर्क रहनुहोला।

मीन : शैक्षिक तथा सामाजिक प्रगति हुने, प्रेमप्रसँग सुमधुर रहन सक्नेछन्, आदर सत्कार पाइने ठाउँमा सरिक हनु पाइनेछ।

राशिफल लेखक : युवा ज्योतिषी हरि पन्त, मो.९८४६१४७३६९

विकास निर्माणमा ढिलासुस्ती भएको माझठानावासीको गुनासो

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर।

कास्कीको माझठानावासीले कास्की-लमजुङ जोड्ने मोटरेवल बाटोको स्तरोन्नति गर्न जिल्ला विकास समितिको ध्यानाकर्षण गराएका छन्। साथै गाविसवासीले थाक खोला खानेपानी परियोजनामा ढिलासुस्ती हुँदा नागरिकले भोग्नुपरेको सास्तीप्रति पनि आपत्ति प्रकट गर्दै काममा तदारुकता दिन आग्रह गरेका छन्। जिल्ला विकास समिति कास्की को आयोजना तथा रेडियो सफलताको व्यवस्थापनमा माझठाना-१, सौर्यमा आयोजित सार्वजनिक सुनुवाई कार्यक्रममा माझठानावासीले जिविस तथा सम्बन्धित निकायको ध्यानाकर्षण गराएका थिए।

कार्यक्रममा माझठाना लगायत छिमेकी गाविस कालिका, सैमराङ र थुमाकोडाडाँका नागरिक तथा राजनीतिक दलका प्रतिनिधि, उपभोक्ता मञ्चका संयोजक तथा प्रतिनिधि साथै समाजसेवीहरु सहभागी थिए। उक्त अवसरमा स्थानीय युवाहरुले समेत विद्युत प्राधिकरणले दिएको सुविधाप्रति पनि गुनासो गरेका थिए।

कार्यक्रममा गुनासो तथा सुझाव राख्नेहरुमा नेकपा माओवादी गाउँ कमिटी उपाध्यक्ष मंगल बहादुर नेपाली, नेपाली कांग्रेस प्रतिनिधि टिकाराम लामिछाने, माझठानाका स्थानीय इमानबहादुर गुरुङ, माओवादी जिल्ला सदस्य बालमोहन तिवारी, वडा ९ की वडा संयोजक ईन्द्र कुमारी गुरुङ, स्थानीय वृद्धा सुमित्रा आचार्य लगायत थिए।

नागरिकको गुनासोका बारेमा विषयगत कार्यलयका प्रमुख तथा प्रतिनिधिहरुले जवाफ दिएका थिए।

कार्यक्रममा जिल्ला प्राविधिक कार्यालय कास्कीका प्रमुख जिल्ला इन्जिनियर नारायण बरालले जिविसले कास्की जिल्ला तथा माझठाना आसपासका लागि अघि सारेका योजनाका बारेमा जानकारी गराउँदै आफ्नो ठाउँको विकासमा स्थानीय नै जागरुक हुनुपर्नेमा जोड दिएका थिए। उनले सानो-सानो विकास निर्माणमा सरकारको नै मुख ताक्ने प्रवृत्तिको अन्त्य गर्न समेत सुझाव दिंदै विकास निर्माणमा जनता नै अघि सर्न सके जुनसुकै क्षेत्र छिट्टै संवृद्ध हुने बताए।

उनले भने-‘जिविसले सबै क्षेत्रमा हेर्नुपर्ने तर बजेटको आकार सानो हुने भएकाले सबैतिरको सबै काम जिविसले मात्र गर्न सक्दैन। त्यसैले स्थानीय पनि आँफै विकास निर्माणमा सहभागी हुनुपर्छ।’ जिविसको कार्य सम्पादन पक्रियामा सहज, सरल बनाउँदै यसलाई शतप्रतिशत सन्तुष्टिजनक बनाउनका लागि आगामी दिनमा पहलकदमी गरिने बरालले बताए।

कार्यक्रममा जिल्ला कृषि विकास कार्यालयका योजना अधिकृत ईन्द्रमणि लामीछाने, जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालयका जनस्वास्थ्य अधिकृत बोधराज सुवेदी, खानेपानी क्षेत्रीय अनुगमन तथा सुपरिवेक्षण कार्यालय पोखराका सिनियर डिभिजनल इन्जिनियर किरण पौडेल, नेपाल विद्युत प्राधिकरण लेखनाथका वितरण केन्द्रका प्रमुख ईन्द्र बहादुर जिसी, माझठाना गाविस सचिव डिल्लीराम गिरी, महिला तथा बालबालीका कार्यलयका प्रतिनिधि जयन्ती रानाभाट आफ्नो कार्यालय सम्बन्धी नागरिकले राखेको जिज्ञाशाबारे बोलेका थिए।

जिल्ला प्राविधिक कार्यालय कास्कीका प्रमुख जिल्ला इन्जिनियर नारायण बरालको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा जिविस कास्कीका सामाजिक शाखा प्रमुख अर्जुन न्यौपाने, रेडियो सफलताकी प्रवन्ध निर्देशक दुर्गा अधिकारी, हिमलाल पौडेल लगायतले पनि बोलेका थिए।

कास्कीमा...

बालकृष्ण काउछामगरले विधिमा टेकेर काम गर्ने हो भने कुनै पनि क्षेत्रमा राजनीति गर्नु जरुरी नपर्ने बताए। ‘जिशिअ गौतमको कार्यकाल उदाहरणीय बन्नेमा हामी विश्वस्त छौं’, नेता काउछामगरले भने-‘गौतममा रहेको कलात्मक क्षमता र कुशलता सफलताका लागि सहयोगी सिद्ध हुनेछ।’ शिक्षा ऐनका आधारमा शिक्षा क्षेत्रका समस्या समाधानमा अग्रसर बन्न शुभकामना दिँदै नेता काउछामगरले जिशिअ गौतमले शिक्षा क्षेत्रको समस्यालाई पहिचान गर्न सक्ने र समाधान पनि दिन सक्ने विश्वास व्यक्त गरे। नयाँ जिशिअ गौतमले अवकाश पाउन ४ महिनामात्र बाँकी रहेको बताइन्छ।

यसै प्रसङ्गलाई कोट्याउँदै काउछाले जिशिअ गौतमको अवकाश हुन चार महिनाको छोटो अवधि बाँकी रहेपनि कार्यकाल स्वर्णिम हुने आशा गरे। एकीकृत अखिल नेपाल शिक्षक संगठनका केन्द्रीय सदस्य एवं जिल्ला एकता सम्मेलन आयोजक समितिका संयोजक गोपालमणि लामिछानेको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा केन्द्रीय सदस्य तारा पौडेलले स्वागत र महेन्द्रमणि पौडेलले सञ्चालन गरेका थिए।

यसैबीच एन प्याब्सान कास्कीले पनि एक कार्यक्रमका वीच जिल्ला शिक्षा कार्यालय कास्कीका जिल्ला शिक्षा अधिकारी शंकरबहादुर गौतमलाई स्वागत गरेको छ। कार्यक्रममा एन प्याब्सान कास्कीका अध्यक्ष रामबहादुर मोची, केन्द्रीय वरिष्ठ उपाध्यक्ष ज्ञानेन्द्रमोहन भट्टराई, केन्द्रिय उपाध्यक्ष याम खड्का, र कास्कीका सल्लाहकार रामप्रसाद शर्मा दोसल्ला ओढाई मायाको चिनी प्रदान सहित स्वागत गरेका थिए।

उक्त कार्यक्रममा बौल्दै जिल्ला शिक्षा अधिकारी गौतमलले निजि तथा संस्थागत विद्यालयले शिक्षा क्षेत्रमा पुर्‍याएको योगदानको कसैले पनि नजर अन्दाज गर्न नसकिने बताए। ‘शिक्षा क्षेत्रमा निजी क्षेत्रको लगानी नभएको भए सरकारले मात्रै व्यवस्थापन गर्न समस्या थियो’, उनले भने-त्यसैले पनि यस क्षेत्रमा निजी क्षेत्रले खेलेको भूमिका उल्लेखनीय छ।’ निजी तथा संस्थागत विद्यालयसंग जिल्ला शिक्षा कार्यालयको सामिप्यता भएकोले जिल्ला शिक्षा कार्यालयबाट पाउने सुविधाबाट वञ्चित नहुने उनले बताए।

जिल्ला शिक्षा कार्यालय भनेको तपाईहरुको नै हो उनले भने-‘सरकारका नीति नियममा तपाईहरु चल्नुहोस् तपाईहरुलाई जिल्ला शिक्षा कार्यालयले कहिल्यै अप्ठयारो पार्ने छैन।’ निजी क्षेत्रका समस्याहरु समाधान गर्नका लागि जिल्ला शिक्षा कार्यालय सधैं तयार रहेको उनले स्पष्ट पारे। एन प्याब्सान कास्कीका अध्यक्ष रामबहादुर मोचीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा द्वितीय उपाध्यक्ष केशवशरण पौडेलले स्वागत र सचिव मनकाजी गुरुङले कार्यक्रम संचालन गरेका थिए।

गोल्डेन न्यूज राष्ट्रिय दैनिक अनलाइनमा पढ्न र सुनौलो एफ.एम. १०२.२ मेगाहर्ज सुन्न
Log on :
www .goldennews . com .np

—रंग संसार—

चलचित्र पुरानो डुङ्गा : माझीको यथार्थ जिन्दगी

राजाराम पौडेल/गोल्डेन
पोखरा ३ मंसिर ।

भर्खरै म्युजिक भिडियोतर्फको क्रेज बढ्न थालेको समय । त्यतिबेला आयो कर्णदासको दोस्रो सोलो एल्बम पुरानो डुङ्गा । जुनबेला कर्णदासको क्रेज नेपाली साँगीतिक फाँटमा चुलिँदै थियो । एल्बममा रहेको शीर्षक गीतको भिडियो निर्माणका लागि माओत्से गुरुङ्लाई अभिनय गर्न लगाइयो । माझीको कथामा गुरुङले अभिनय गरे । उनको अभिनयको तारिफ समेत भयो । यो गीतमा अभिनय गर्ने क्रममा उनले माझीहरुको दुःख सुःखको बारेमा बुझ्नै मौका पाए । माझीकै कथामा फिल्म बनाउने सोच उनले बनाए । फिल्मको कन्सेफ्ट तयार पारे । उनको यो कन्सेफ्ट केहि वर्षपछि रामबाबु गुरुङ, दयाहाङ राई, उपेन्द्र सुब्बा, नविन सुब्बालाई मात्र नभएर आफ्ना पोखरेली साथीहरुलाई समेत सुनाए। सबैले राम्रो कन्सेफ्ट भन्दै हौसला दिएपछि यो प्रोजेक्ट अगाडि बढ्दै फिल्म पुरानो डुङ्गाको जन्म भएको हो । जुन फिल्म मंसिर १० गतेबाट देशभरका सिनेमा हलबाट प्रदर्शन हुदैंछ ।

माझी परिवारको कथा बोकेको फिल्ममा दयाहाङ राई, प्रियंका कार्की, माओत्से गुरुङ र मेनुका प्रधान, साजन थापा, पूर्णिमा गुरुङ, धनबहादुर गुरुङ लगायतका कलाकारहरुको मुख्य भूमिका रहेको छ । शुरुमा माओत्सेले नै निर्देशन समेत गर्ने सोच बनाएपनि अभिनय र निर्देशन दुवै गर्न गाह्रो हुने भएकोले निर्देशनको जिम्मा रामबाबु गुरुङ्ले पाएका हुन् । सिनेमा आर्ट र माओत्से गुरुङ फिल्मस्को संयुक्त व्यानरमा बनेको फिल्ममा शैलेन्द्र कार्कीको छाँयाकन, निमेश श्रेष्ठको सम्पादन, कालीप्रसाद बास्कोटीको संगीत, माओत्से गुरुङको कथा र उपेन्द्र सुब्बाको पटकथा फिल्ममा छ । यसैगरी रौनक विक्रम कँडेल, ओमचन्द रौनियार, धनवहादुर गुरुङले लगानी गरेका छन् । फिल्ममा समावेश निर जैले रिसाउने र पुरानो डुङ्गा गीतको चर्चा बढ्दैछ । २५ दिनमा सकिएको फिल्मको छायाकंन पोखरा आसपासमा भएको थियो । फेवाताल, वेगनास ताल, सुन्दरीडाँडा, तालबेसी, लाली गुराँस टोलका सुन्दर दृश्य फिल्ममा कैद गरिएको छ ।

तालमा माछा मारेर, डुङ्गा खियायर जीविकोपार्जन गर्ने माझीको कथा हो पुरानो डुङ्गा । जस्को जीवन तालकै पेरीफेरीमा बित्छ । आर्थिक रुपमा विपन्न भएपनि परिवारलाई खुशी राख्नका लागि निरन्तर मेहनत गर्ने । एक करोड सात लाख पुगिसकेको छ । फिल्ममा दयाहाङ राईको दाई बनेका छन् माओत्से । दर्शकको मन जितेर लगानी सजिलै उठाउने निर्माण पक्षको विश्वास छ । शहरको विकृती र दाजुभाई बीचको पारिवारिक विवाद वरिपरि फिल्म केन्द्रित छ । फिल्मले नेपाली मौलीकपना बोकेका दावी माओत्सेलेगर्छन् । सरल विषय वस्तुमा हाँसो र रोदन मिश्रण गरिएकोले दर्शकले आफ्नोपना महशुस गर्नेछन् । निर्माण युनिट फिल्मको प्रचार-प्रसारका लागि देश दौडाहामा दौडिरहेका छन् ।

हुन त निर्देशक रामबाबु गुरुङले फिल्म कबड्डीमा माओत्सेलाई अभिनय गर्न प्रस्ताव राखे । गुरुङ फिल्ममा राम्रो पकड कायम राखेका माओत्सेले उनको प्रस्ताव अस्वीकार गरे । कारण उनले गुरुङ्ग फिल्ममानै आफ्नो भविष्य देखे । विस्तारै माओत्सेलाई गुरुङ फिल्ममा मात्र अभिनय गर्दा सीमित समाजमा मात्र अल्मलिएको आभाष भयो । आफ्नो क्षमता प्रस्तत गर्ने फराकिलो दायरका लागि नेपाली फिल्म खेल्नुपर्ने रहेछ भन्ने महशुस उनलाई भयो ।

यहि समयमा पुनः अर्को फिल्म कबड्डी-कबड्डीमा खेल्न निर्देशक रामबाबुले माओत्सेलाई प्रस्ताव गरे । कुनै विलम्ब नगरी यो प्रस्ताव भने स्वीकार गरे । कारण गुरुङ फिल्म समुदायमा मात्र सीमित हुँदा नेपाली फिल्ममा अभिनय गर्दा फाइदा हुन्छ भन्ने निर्णयमा उनी पुगिसकेका थिए । फिल्ममार्फत दर्शकको माया र एवार्ड समेत उनले हात पारे ।

वि.स. २०६२ मा 'अचम्मै भो' फिल्मबाट चलचित्र निर्देशन शुरु गरेका गुरुङले कृपा, तिनागा, नकई फुँ, सुराग, जुनी जुनी, नरे लगायतका एक दर्जन गुरुङ फिल्म निर्देशन गरिसकेका छन् । कास्की जिल्लाको हंसपुर गाउँ विकास समिति-७ स्याक्लुङमा बुबा स्व.गंगा बहादुर तथा आमा धनमाया गुरुङको कान्छो सन्तानको रुपमा २०३२ सालमा उनको जन्म भएको थियो । सानैदेखि अभिनयमा रुचि राख्ने उनले गाउँमा हुने विभिन्न कार्यक्रम मार्फत आफ्नो अभिनय कला प्रस्तुत गर्न थाले ।

यसैक्रममा २०४७ मा पञ्च भन्ने नाटकमा अभिनय गरे पश्चात सबैतिरबाट प्रशंसा पाए । अनि कलाकारिता क्षेत्रमा अगाडि बढ्न हौसिए । औपचारिक रुपमा २०४९ मा 'परित्याग' नाटकबाट यात्रा अगाडि बढाएका यिनले विजय सपना, ममताको अभाव, क्रिया याने नाम सर्वनाम विशेषण लगायत डेढ दर्जन नाटकमा अभिनय गरिसकेका छन् । दीर्घजीवि नाटक समूहमा आवद्ध रहेर नाटक मञ्चन गर्न शुरु गरेका गुरुङको यो क्षेत्रमा लोकप्रियता बढाउन प्रतिबिम्ब नाट्य समूहको साथ उलेख्य रहेको छ । नाटकबाट अगाडि बढेको उनको यात्रा वि.सं.२०५१ सालमा पोखराबाट निर्माण गरिएको चलचित्र 'काडाँ' बाट चलचित्रको क्षेत्रमा पनि भयो । पतझड, रिच्हमी, पैतिस दिन, विदेशको माटो स्वदेशको पीडा, धि धीब्रै व्यथा, आडी, अचम्मै भो, कृपा, मलामी, हङकङ आइडी, नकई फुँ लगायतका चलचित्रमा उनको अभिनय देख्न सकिन्छ ।

टुक्रियको सपना, दलन टेरिसिरियल मार्फत पनि आफ्नो लोकप्रियता बढाईसकेका गुरुङले कर्णदासको पुरानो डुङ्गा र मान्छे नै हो गरीब, ब्रोसिस समूहको यति राम्रो, रामचन्द्र काफ्लेको गोठमा हेऱ्यो भैंसी छ, लगायतका गितको म्युजिक भिडियोमा समेत अभिनय गरेका छन् । त्यसो त उनले फिल्मको लागि कथा आफै लेख्छन् । कहाँ बिसाऊ मनको भारी, सै-होर्ने मुस्यो, डै ड्हो, अचम्मै भो, कृपा, तिनागा, प्ल्हेमे, स्याक्लुङ, घि धिब्रै व्यथा चलचित्रमा उनको कथा छ । उनले निर्माण भइरहेको नयाँ फिल्म अग्निदहनमा अभिनय गरेका छन् । उनी गुरुङ फिल्म एशोसिएशन नेपाल (जिफान) का संस्थापक अध्यक्ष समेत हुन् ।

प्रतिक्रियाका लागि :
popdiary@gmail.com

चलचित्र पत्रकारलाई प्रशिक्षण

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

चलचित्र पत्रकार संघ कास्कीको आयोजनामा 'चलचित्र पत्रकारिता कार्यशाला' पोखरामा शुक्रबारदेखि सुरु भएको छ । कार्यशाला आइतबारसम्म चल्नेछ । कार्यशालाको उद्घाटन गर्दै संघका केन्द्रीय अध्यक्ष शान्तिप्रियले चलचित्र पत्रकारिता सुदृढ बनाउन लागिपरेको बताए । उनले दुई कार्यकाल अध्यक्ष पदमा हुँदा चलचित्र पत्रकारितालाई व्यवस्थित बनाउन लागेको स्पष्ट पारे । 'पछिल्लो समय अनलाइन पत्रकारिता विभिन्न कारणले गर्दा बाधक बनेको छ', उनले भने- 'हावाको भरमा समाचार बनाएर जथाभावी शेयर गर्ने प्रवृत्ति बढेको छ, यो अन्त्य हुनुपर्छ।' चलचित्र नबुझी, व्यक्तिगत दुश्मनीलाई मुख्य विषय बनाएर समाचार बनाउनेहरु हावी भएको उनले स्पष्ट पारे ।

चलचित्र, प्राविधिक ज्ञान नभएसम्म समीक्षा गर्न नसकिने उनले बताए । चलचित्र सम्बन्धी पत्रकारिता गर्ने पत्रकारहरुले क्षमता अभिवृद्धि गर्नयस्तै खाले तालिम, कार्यशालाको आवश्यक रहेको स्पष्ट पार्दै उनले भने-'चलचित्र पत्रकारलाई मर्यादित रुपमा विकास गर्नज्ञान लिई नयाँ बाटो कोरौं ।'

नेपाल पत्रकार महासंघ कास्कीका पूर्व अध्यक्ष बद्रीविनोद प्रतीकले पत्रिकामा पुरा पेज मनोरन्जनका लागि भनेपनि कलम चलाउने पत्रकारको अभाव रहेको बताए । 'चलचित्र पत्रकार धेरै मात्रामा उत्पादन गर्नुपर्छ', उनले भने-'पोखरामा दिनहुँ सुटिङ हुँदा कुनै पनि पत्रिकामा त्यसको समाचार भेटिँदैन ।'

कार्यशालाका प्रशिक्षक एवं अग्रज पत्रकार प्रकाश सायमीले चलचित्र निर्माण गर्ने व्यक्ति हराए पनि पत्रकारिता गर्ने व्यक्ति झन् बढेको बताए । 'एउटा फिल्म फ्लप भयो भने अर्को बनाउन डराउँछन्' उनले भने-'तर चलचित्र पत्रकार दिनहुँ बढेको पाइन्छ, यस अर्थमा पत्रकारिता सुरक्षित देखिन्छ ।' पत्रिकामा मनोरञ्जन सम्बन्धी समाचारलाई उचित स्थान दिनुपर्नेमा उनले जोड दिए । 'चलचित्र पेज थ्रीको होइन पेज फस्टको हो,' उनले भने-'अहिले पनि राष्ट्रिय अखबार चलचित्र पत्रकारिताले नै धानेको छ ।'

चलचित्र पत्रकार संघ कास्कीका संस्थापक अध्यक्ष श्रीराम सिग्देलले पोखरामा थुप्रै पत्रकारले चलचित्र पत्रकारिता छोडेर अन्य बिट समातेको बताए । उनले सुरुआतमा देखासिकीबाट नै पोखरामा चलचित्र पत्रकारिता सुरु गरेको बताए । चलचित्र पत्रकार संघ हेटौंडाका अध्यक्ष मणिराज गौतमले गसिपको माध्यमबाट चलचित्र पत्रकारिता बनेको बताए । 'खोज अनुसन्धान नभएका कुरा समाचारमा आउने गर्छ', उनले भने-'नीति नियमका कुरा कार्यशालाबाट प्रस्ट हुनेछ ।' उनले केन्द्रबाट शाखा संघलाई मोटिभेसन गर्नुपर्नेमा समेत जोड दिए ।

जिफानका संस्थापक अध्यक्ष माओत्से गुरुङले कार्यशालाबाट चलचित्र पत्रकारिता दरिलो बन्ने विश्वस्त रहेको बताए । पोखरा फिल्मस् सोसाइटीका अध्यक्ष घनश्याम लामिछानेले कार्यशालाले चलचित्र सम्बन्धी लेख्न खोज्नेलाई सर्पोट गर्ने बताए । विग एफका अध्यक्ष महेश भण्डारीले चलचित्र हेर्दा ग्लामरसँग जोडिए पनि यसको संवेदना अत्यान्त महत्व रहेको बताए । उनले धेरै पढिने र झ्याप आँखा जाने विधा नै चलचित्र भएको स्पष्ट पारे । चलचित्र पत्रकार संघ कास्कीका अध्यक्ष रेम विकको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा स्वागत उपाध्यक्ष राजाराम पौडेल र सञ्चालन सचिव सुशन घिमिरेले गरेका थिए ।

कार्यक्रमको पहिलो दिन अग्रज पत्रकार एवं समीक्षक प्रकाश सायमीले चलचित्रको समीक्षाका लागि पत्रकारहरुले निभाउनुपर्ने भूमिका, बुझ्नुपर्ने विषयवस्तु, नेपाल र विश्व चलचित्रको इतिहास र वर्तमान अवस्थाको बारेमा प्रशिक्षण दिएका दिए । प्रशिक्षणमा पोखरामा क्रियाशिल दर्जन बढी पत्रकार सहभागी छन् ।

छोरेपाटन उमाविमा अनेरास्ववियू पुनर्गठन

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

अनेरास्ववियू, छोरेपाटन उच्च मावि पोखरा-१७ को एकाई कमिटी पुनर्गठन भएको छ । विद्यालयमा शुक्रबार भएको अखिल निकट विद्यार्थीको भेलाले नवराज सुवेदीको अध्यक्षतामा नयाँ कार्यसमिति चयन गरेको हो । समितिको उपाध्यक्षमा सुष्मा तिमिल्सिना, सचिवमा विष्णुमाया पराजुली, सहसचिवत्रयमा सागर पौडेल, पुनम शर्मा, अञ्जन बराल, कोषाध्यक्षमा रविन्द्र अधिकारी तथा सदस्यहरुमा प्रियजीत गुरुङ, मनिष पोखरेल, अभिषेक रेग्मी, अमित ठकुरी, विवेक थापा, प्रतिक्षा लामिछाने, प्रदीप थापा क्षेत्री, मन्दिप पौडेल, सवन कुवँर, अतित गुरुङ, रितिका गुरुङ, शुशिल पोखरेल, आरती भुजेल, विशु घर्ती, अनिल गुरुङ, किरण पौडेल, अश्विन रेग्मी, नप्पु खत्री, रोजिन परियार, मनिषा पराजुली र स्वस्तिका रेग्मी रहेका छन् ।

यसअघि कार्यक्रमको उद्घाटन गर्दै प्रमुख अतिथि अनेरास्ववियू केन्द्रिय कमिटी सचिवालय सदस्य एवं गण्डकी ईन्चार्ज सरीता पुरीले विद्यार्थीको हकहितमा आवाज उठाउने अग्रणी संगठन नै अनेरास्ववियू भएको दाबी गर्दै विद्यार्थी गोलवद्ध भएर अघि बढ्न आग्रह गरिन् । उनले शैक्षिक प्रमाणपत्र धितो राखेर ऋण दिने माग अनेरास्ववियूले नै अघि सारेको र केपी ओली सरकारले बजेटमा समेत सम्बोधन गरिसकेको अवस्थामा यसलाई कार्यान्वयनका लागि जोड दिईन् । विद्यालयमा शैक्षिक मुद्धालाई लिएर अघि बढ्नुपर्ने, इमान्दारिता, लगनशीलता र अनुशासन शिरोपर गरेर शैक्षिक वातावरण निर्माणमा सहयोग गर्न विद्यार्थीहरुलाई आग्रह गरिन् ।

अनेरास्ववियू, त्रिवि जिल्ला आयोजक कमिटी सदस्य विनोद भण्डारीले अखिलमा आबद्ध भएर अघि बढेका विद्यार्थी अराजक नहुने, अखिलको सिद्धान्त अवलम्बन गर्दै सृजनात्मक कदमका साथ शैक्षिक क्रियाकलापमा सहभागी हुने बताए । कास्की क्षेत्र नं. ३ संयोजक महेन्द्र पौडेलले अनेरास्ववियू पछाडि क्रान्तिकारी जोडेर विद्यार्थी भाँड्ने काम भएको भन्दै विद्यार्थीको हकहित र शैक्षिक मुद्धा लिएर अघि बढ्ने एकमात्र संगठन अनेरास्ववियू रहेको दाबी गरे ।

कार्यक्रमको अध्यक्षता समेत गरेका छोरेपाटन एकाई निवर्तमान अध्यक्ष अशोक सेढाईंले कठिन मेहनतका साथ संगठन विस्तार गर्न सफल भएको र आफ्नो पालामा अघि सारेका शैक्षिक हितका विषय र गतिविधिलाई अघि बढाउन नयाँ समितिलाई आग्रह गरे । 'क्यान्टिन, लाईब्रेरी, खानेपानी र सौर्यबत्तीका सवालमा विद्यार्थीको पक्षबाट हामीले यसलाई व्यवस्थित गर्न सक्दो गरेका हौं'- उनले भने- 'क्यान्टिन व्यवस्थित भयो । सोलार बत्ती जडान भयो । पिउने पानीको व्यवस्था भयो । लाईब्रेरी समस्या अझै छन् ।' कार्यक्रममा स्वागत सुष्मा तिमिल्सिना र सञ्चालन रियाज तिमिल्सिनाले गरेका थिए ।

सच्याइएको ....

गोल्डेन न्यूज दैनिकको मिति २०७३ मंसिर ३ गते शुक्रबार पत्रिकाको पृष्ठ ३ मा प्रकाशित स्व. नन्दकली पौडेलको श्रद्धाञ्जली विज्ञापनमा छोरा/बुहारीहरुको नामावली यसप्रकार हुनुपर्नेमा अन्यथा भएकाले सच्याइएको छ ।

खेमराज/ चित्रकुमारी पौडेल
ईन्द्रराज / झ्यापी पौडेल
शिवकुमार / कृष्ण कुमारी पौडेल
भवनराज / भगवती पौडेल
रामप्रसाद / भेषमाया पौडेल ।

"रंगहरूको अन्तिम गन्तव्य"
आकर्षक एवं विश्वसनीय रंगरोगनका लागि सम्झनै पर्ने पसल
योर्स ट्रेड कन्सर्न
एशियन पेन्टस्, रोयल ईस्पायराका साथै सिपेजको समस्या सावधान, वाटर प्रुफिङ गरिन्छ ।
फोन : ०६१-४३०१६४, मो. ९८५६०३०९८७, ९८४६३३६३५१
अमरसिंहचोक, पोखरा, कास्की
डिलरः एशियन पेन्ट
नेपालमा सर्वाधिक रुचाईएको पेन्ट

विदेश जानेहरूका लागि सुवर्ण अवसर
Macow, Abudabi को Spark, Middle East, Star र Al Jaber Coin दुवई र कतारको Grup-4 Security कम्पनीहरुमा जान चाहनेहरुलाई यस प्रा.लि.बाट अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको सेक्युरिटी गार्ड तालिम र अंग्रेजी भाषाको तयारी कक्षाहरु संचालन भैरहेको हुँदा इच्छुक व्यक्तिले तु-सम्पर्क गर्नुहोला ।
हाम्रा विशेषताहरू :- तयारी कक्षा धमाधम चलिरहेको छ ।
❖शतप्रतिशत उत्तीर्ण गराउन सफल ❖आफ्नै मेनपावर कम्पनीबाट प्रोशेस गराईने ।
❖१ वर्षमा ३ सय भन्दा बढी सेक्यूरिटी गार्डमा पास गराउन सफल
सम्पर्क | **फेवा सेक्यूरिटी एण्ड वर्कर सर्भिसेज प्रा.लि.**
पृथ्वीचोकबाट २०० मिटर तल (स्याङ्जा जाने बाटो)
होटल दिपमाला संगै
फोन:०६१-५५०२५२, मो. ९८४६०४१४९२

सेक्युरिटी गार्डमा वैदेशिक रोजगारमा जानको लागि तालिमको सुवर्ण अवसर
Abudhadi को Spark middle Cast Star Skill Force, UAE को DPS, कतारको Group-4, बहराईन, मकाउ लगायतका देशहरुमा सेक्युरिटी गार्डमा जान चाहनेहरुलाई यस प्रा.लि.बाट अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको Diplomatic सेक्युरिटी गार्ड तालिम, अग्रेजी भाषा र अन्तरवार्ताको तयारी कक्षाहरु सञ्चालन भइरहेको हुँदा इच्छुक व्यक्तिले तु-सम्पर्क गरि आफ्नो सुनौलो भविष्यको सुनिश्चित गर्नुहोला।
हाम्रो विशेषताहरू :
❖१००% उत्तीर्ण गराउन सफल।
❖छोटो समयमा नै ख्याती प्राप्त गुणस्तरीय तालिम।
❖DPS र PSBD का Objective Questions Answer को प्राक्टिकल र मोडल Questions Answer को अध्ययन गराइने।
सम्पर्क
आर्मोर ग्रुप सेक्यूरिटी सर्भिस एण्ड सप्लायर्स प्रा.लि
पृथ्वीचोकबाट १०० मि. तल एयरपोर्ट जाने बाटोमा
(मुक्तिनाथ विकास बैंकको ठीक अगाडि, पोखरा इलेक्ट्रोनिक्स भवन -तल्लो तलामा)
फोन नं. ०६१-५३०७२४, मो.९८४६३५५३४२,९८०६७०८२४६

खुशीको खबर !

के तपाईंलाई लागोभागो भई छेदभेद गर्दै हुनुहुन्छ ? चिन्ता नगर्नुहोस्, अकलाको गउडो पार लगाउने देवी हुनुहुन्छ । साथै ढाड दुखेको, वाथ, शुत्री, बाँझोपन हटाउने, ग्याष्ट्रिक,रक्सी छुटाउने औषधि समेत पाइन्छ । *महिनावारी भएको ७ दिन र जूठो परेको १ वर्षपछिमात्र आउने ।*
अकलादेवी चढेकी अधिकारी (मिरुवाचोक प्रतिक्षालय नजिक)
वडा नं. २ घर नं. २ । सम्पर्क : ९८४६२८५९५९

अनेक समस्या सफल उपचार
ग्याष्ट्रिक: खाना रुचि नहुने, अमिलो पानी आउने, झुसिल ढकार आउने जस्तो सुकै पुरानो ग्याष्ट्रिकको सफल उपचार ।
यौन समस्याः- सिघ्र स्खलन, उत्तेजना नहुने, लिङ्ग चिलाउने, स्वप्न दोष जस्तो सुकै यौन समस्याको सफल उपचार ।
हामीकहाँ पियार एलोभेरा जुस पाइन्छ ।
महिला सम्वन्धि समस्या
महिनामारी गडवढी, सेतोपानी बग्ने, योनी चिलाउने, तल्लो पेट ढाड कम्मर दुख्ने, पेट तथा छातीमा भएको सेतो धर्सा हटाउने, स्तन बढाउने तथा घटाउने तथा टाईट गर्ने, यौन चाहानामा कमी हुने जस्तो सुकै समस्याको आयुर्वोदिक पद्दतिबाट सफल उपचार ।
जाँड रक्सी थाहा नदिई केहि दिनमै छुटाउने
सुन्दरता:- कालो चायाँ पोतो, डण्डिफोर, दाग धब्बा, मखिया, कोठी, चाउरपिन हटाई पुरै शरिर गोरो बनाउने ।
दुब्लो पातलो शरिरको तौल बढाउने साथै मोटो पन घटाउने ।
थप उपचार:- प्रेसर, सुगर, जण्डिस, पिनास, पाइल्स, दम साथै बाथ, ढाड कम्मर, हाड जोर्नी पुरै शरिर दुःखाई ठिक पार्ने मसाज तेल ।
शितल आयुर्वेद फर्मा
पृथ्वीचोक, पोखरा, मुक्तिनाथ विकास बैंकको अगाडि पोखरा इलेक्ट्रोनिक्स भवन भित्र
फ्रि होम डेलिभरि
फोन नं.०६१-५३१८६७, ०६-१२२९९९८, मो. ९८४६१३७४१८

पोखरामा पहिलो पटक
यौनबर्द्धक : लिङ्गको साइज, पावर बढाउन, शिघ्र स्खलन रोक्न, विश्व विख्यात हर्बल सप्लिमेन्ट उपकरण, मसाज तेल (महिला पुरुष दुबैको लागि)
स्तन बढाउन, घटाउन, टाइट गर्न, गुप्ताङ्ग कसिलो बनाउन, पेटको चिरा हटाउन।
केश झर्न रोकी उमार्ने तेल, Hair Building Fibers.
Cuit Face बनाउन रुप अमृत (Inddian), Fair Look
उचाई बढाउन Step Up, Triple Height
तौल बढाउन (B.D.P) Body Buildo घटाउन (More Slim)
थाहै नदिई जाँड रक्सी चुरोट, खैनी, गाँजा तथा ड्रग्स छुटाउन।
ढाँड तथा जोर्नी दुखाई ठिक पार्न, सन्धी सुधा पेनतिल।
अब Facebook मा www.facebook.com/Pokhara Herbal Home
पोखरा हर्वल होम्स
(भाटभटेनीको ठिक अगाडि) न्यूरोड, पोखरा
061-539070, 9856035331, 9804122919
फ्रि होम डेलिभरी

सराङकोटको 'हिमालयन फ्रन्ट' होटल संचालन

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

कर्ण ग्रुप अफ होटलको सातौं होटल हिमालयन फ्रन्ट संचालनमा आएको छ । पर्यटकीय शहर पोखराको सराङकोटमा रहेको सातौं होटल हिमालयन फ्रन्टको बिहीबार एक कार्यक्रमका बीच उद्घाटन गरिएको छ । उक्त होटलको सगरमाथाबाट स्की गर्ने पर्यटक जापानीज नागरिक युइचिरो मुइरा र अशल ट्याक्सी चालक युद्ध बहादुर कार्कीले भिन्दाभिन्दै तरिकाले उद्घाटन गरे ।

पर्यटकीय शहर पोखराबाट नजिकै सराङकोट जाने बाटोमा २५ करोड लगानीमा सञ्चालनमा आएको होटलमा ४४ वटा कोठाहरु रहेका छन । होटलमा रहेको सबै कोठाबाट माछापुच्छ्रे र अन्नपूर्ण हिमश्रृङ्खला सजिलै देखिन सकिने र होटलमा विशेष गरी जापानिज पर्यटकहरु बढी मात्रामा आउने गरेको होटलका रेसिडेन्स म्यानेजर किरण खड्काले बताए । होटलमा हिमालको मनोरम दृश्य देखिने कोठामात्र नभइ स्वीमिङ पुल, कन्फ्रेन्सहल र रुफ टफमा रहेको रेष्टुरेन्टबाट मनोरम हिमश्रृङ्खला र पोखरा बजार सजिलै देख्न सकिने भएकाले पर्यटकको रोजाइमा पर्ने गरेको उनको भनाइ रहेको थियो ।

होटलमा नेपालीलाई ८ हजारको हाराहारीमा रुम प्रदान गरिने र विदेशीको हकमा २ सय डलरमा रुम प्रदान गरिने खड्काले बताए । ५ महिना अगाडिदेखि संचालनमा आएको होटलको विशेष मौका पारेर उद्घाटन समारोह गरिएको होटलका सञ्चालक कर्ण शाक्यले बताए । शाक्यका अनुसार सन १९७२ मा सगरमाथाबाट स्की गरेर नाम राखी दुइ पटक सम्म ८० वर्षको उमेरमा हिमाल आरोहण गरेको जापानीज नागरिक युइचिरो मुइराको पोखरा आगमनको अवसर पारेर उद्घाटन गरिएको हो ।

होटलको सम्पूर्ण कन्सेप्ट हिमाल देखिने र हिमाललाइ नजिकबाट नियाल्न सकिने भएकाले आफूले होटलको नाम हिमालयन फ्रन्ट राखेको र युइचिरो मुइराको हातबाट होटलको उद्घाटन गरेको बताए ।

त्यसैगरी नेपालमा इमान्दार मानिसको कमी भएको वताउदै इमान्दार ट्याक्सी चालक युद्ध बहादुर कार्कीको नाममा होटलको कन्फ्रेन्स हलको नाम राखेको र उनकै हाटबाट कन्फ्रेन्स हलको उद्घाटन गरिएको वताए । काठमाडौं गेष्ट हाउस, पार्क भिलेज, चितवन र लुम्बिनी गरी पोखराको वाटरफ्रन्ट होटल सहित सराङकोटमा रहेको हिमालयन फ्रन्ट होटल कर्ण ग्रुप अफ होटलको सातौं होटलको रुपमा रहेको छ । होटलको उद्घाटन गर्दै जापानिज नागरिक युइचिरो मुइराले कर्ण ग्रुप अफ होटलले भिन्दा भिन्द्र शैलीमा होटल सञ्चालनमा ल्याएकाले होटलहरु सोचेभन्दा राम्रो उपलब्धि हासिल गरेको बताए।

त्यस्तै ट्याक्सी चालक युद्ध बहादुर कार्कीले आफूले कसैले सम्मान गरोस् भन्ने चाहनाले आफूले ट्याक्सीमा भेटेको रकम प्रहरीलाई नबुझाएको र सरकारले सम्मान नगरेपनि विभिन्न व्यक्तिले आफूलाई गरेको सम्मान स्मरणीय रहेको बताए ।

कास्कीका सुन्तलामा रोगको प्रकोप बढ्दो

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

पछिल्ला समयमा कास्कीमा सुन्तलाको उत्पादन बर्सेनि घट्दै गएको छ । जिल्ला कृषि विकास कार्यालयका बागवानी विकास अधिकृत अजय अधिकारीका अनुसार सिक्टस ग्रिनिङ, ढुसी, पतेरो लगायतका रोगका कारण जिल्लामा सुन्तलाको उत्पादन घटेको हो । अघिल्लो वर्ष एक हजार ४०० हेक्टर क्षेत्रफलमा सुन्तला खेती गरिएको थियो भने ८०३ हेक्टर मात्र उत्पादनशील क्षेत्र रहेको थियो । यस वर्ष उक्त क्षेत्रफल घटेर एक हजार ३५० हेक्टर पुगेको छ । करिब ७५० हेक्टर मात्र उत्पादनशील क्षेत्र रहेको छ ।

अघिल्लो वर्ष जिल्लामा छ हजार ७०० मेट्रिक टन सुन्तला उत्पादन भएकामा यस वर्ष घटेर छ हजार २०० मेट्रिक टन पुग्ने अनुमान कार्यालयको छ । सुन्तलाका पकेट क्षेत्र निर्मलपोखरी, भरतपोखरी, कृष्ति, थुम्कीलगायतका स्थान हुन् । तर निर्मलपोखरी र भरतपोखरीमा सिक्टस ग्रिनिङलगायत रोगका कारण सुन्तला खेतीमा ह्रास आएको छ । सुन्तलाखेतीको विकास र विस्तारका लागि कृषि कार्यालयले बगैंचा सुदृढीकरण कार्यक्रम सञ्चालन गरेको छ ।

अधिकांश स्थानमा रोगको प्रकोपका कारण सुन्तलाका बोट धमाधम मर्न थालेका छन् । जिल्ला सुन्तला उत्पादक सङ्घका सचिव शिवराज भण्डारीले रोगका कारण सुन्तला उत्पादन घट्दा कृषक मारमा परेको बताए।

जिल्ला कृषि विकास कार्यालय कास्कीको सहयोगमा केन्द्रीय बागवानीले स्क्रिन हाउसमा तयार गरेका ५०० बिरुवा भरतपोखरीमा परीक्षण गरिएको उनले बताए । उनले भने-"रोगको पहिचान र त्यसको समयमा नै उपचार नहुँदा उत्पादन घटेको हो ।" यस वर्ष थुम्कीमा मात्र पतेरो रोगका कारण ५० लाख रुपैयाँ बराबरको सुन्तला उत्पादनमा क्षति पुगेको छ ।

सुन्तलाखेतीको उत्पादन बढाउनका लागि कृषक आफैं जागरुक बन्नुपर्ने भन्दै भण्डारीले बढ्दो रोगका कारण मर्कामा परेका किसानलाई सरकारले राहत उपलब्ध गराउनुपर्नेमा जोड दिए ।

सिक्टस ग्रिनिङको पहिचान भएका बोट उक्काउने तथा बगैंचा सरसफाइ गर्नका लागि कृषि कार्यालयबाट सहयोग गर्ने सम्बन्धमा छलफल भइरहेको उनको भनाइ छ ।

अनुकूल मौसम, सुन्तलाखेती विस्तार तथा सुन्तलाको पुरानो बगैंचा सुधार गरे कास्कीमआ सुन्तला उत्पादन बढ्ने देखिन्छ । रोगका कारण भरत पोखरीको चिर्गादी, आँपस्वाहाँरा, वरमाझथर, धारापानीलगायतका स्थानमा बर्सेनि सुन्तलाका बोट मर्ने क्रम जारी छ । पहिलोपटक २०२५ सालमा जिल्लाको मालेपाटनमा सिक्टस ग्रिनिङ रोग देखापरेको थियो । जिल्लामा करिब ५० जना व्यवसायिक कृषकले सुन्तला व्यापारबाट वार्षिक २० हजारदेखि पाँच लाख रुपैयाँसम्म आम्दानी गर्ने गरेको तथ्याङ्क छ ।

खहरे घाट वरपर बगैंचा निर्माण हुने

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

महिला सशक्तिकरणका माध्यमबाट सामाजिक विकासमा क्रियाशिल संस्था खहरे आमा समूह, पोखराले पोखराको पर्यटकीय आकर्षण फेवातालस्थित खहरे घाट वरपर वगैंचा निर्माण गर्ने भएको छ । फेवाताल र आसपासका क्षेत्रमा बढ्दो पर्यटकीय आकर्षणलाई दृष्टिगत गरी खहरेको सुन्दरतालाई थप परिस्कृत बनाउँदै सामाजिक विकृति तथा विसंगतिका विरुद्धमा विभिन्न कार्यक्रम सञ्चालन गरी नमूना समाज बनाउने लक्ष्य राखिएको समूहको तेस्रो वार्षिक साधारणसभा एवं दोस्रो अधिवेशनका अवसरमा समूहकी सचिव मैयाँ थापाले जानकारी दिइन । उनले महिला सशक्तिकरणका लागि गरिएका व्यक्तिगत आयआर्जनका लागि विभिन्न सिपमुलक कार्यक्रम प्रस्ताव लेखन, गुडिया बनाउने, मादल बजाउने आदि तालिम प्रभावकारी बनेको बताउँदै आगामी दिनमा पनि यस्ता कार्यक्रमलाई प्राथमिकताका साथ अघि बढाइने बताइन । समूहले प्रत्येक महिनाको तेस्रो शनिवार फेवाताल वरपर र खहरे क्षेत्रमा सरसफाई गर्दै आएको जानकारी दिदै उनले सामाजिक विकासका क्षेत्रमा खहरे घाटको विकास, बाटो मर्मत जस्ता कामहरू सम्पन्न गरिसकेको बताइन ।

समूहकी अध्यक्ष नानीमैयाँ सिग्देलले समूहकै अग्रसरतामा सामाजिक उत्तरदायित्व अन्तर्गत विभिन्न काम भैरहको जानकारी दिदै विनासकारी भूकम्पबाट पीडित सर्वसाधारणको सहयोग, बाढी प्रकोपबाट पीडितको सहयोग लगायतका काममा बढीरहेको महिला सकृयता प्रशंसायोग्य भएको बताइन ।

उनले महिला नेतृत्व विकास, महिला सशक्तिकरण, संस्कृतिको संरक्षण, शिक्षा र वातावरण लगायतका क्षेत्रमा समूह आगामी दिनमा अझै क्रियाशिल बन्ने धारणा व्यक्त गरिन् । कार्यक्रममा पोखरा उपमहानगरपालिका वडा नं ६ कार्यालयका सचिव राजुबहादुर कोइराला, महिला समन्वय समिति वडा नं ६ की संयोजक लक्ष्मी थापा लगायतले समूहको सक्रियतामा भैरहेका महिला सशक्तिकरण एवम् सामाजिक विकासका काम अन्य समूहका लागि पनि अनुकरणीय बन्ने विश्वास व्यक्त गरिन् ।

गोर्खा एण्ड बराह ज्वेलरीको शाखा संचालनमा

गोल्डेन न्यूज संवाददाता
पोखरा ३ मंसिर ।

गोर्खा एण्ड बराह ज्वेलरीको नयाँ शाखा पोखराको न्यूरोडमा सञ्चालनमा आएको छ । शुक्रवार आयोजित कार्यक्रमका बीच नेपाल सुनचाँदी व्यवसायी महासंघका अध्यक्ष मोहन विश्वकर्माले शाखाको उद्घाटन गरेका हुन् । यसअघि पोखराको सभागृहचोक सहित धरान, काठमाडौं, नारायणगढ, हङकङ, युके तथा दुवईमा सेवा सञ्चालन गर्दै आएको गोर्खा एण्ड बराह ज्वेलरी इण्डष्ट्रिजले न्यूरोडस्थित आफ्नै भवनमा शाखा विस्तार गरेको हो । सुनसरीको धरानमा २२ बर्ष अघि स्थापित बराह ज्वेलरी र गोर्खा कम्युनिटीको संयुक्त लगानीमा सञ्चालित गोर्खा एण्ड बराह ज्वेलरी इण्डष्ट्रिजले झण्डै ८ करोड रुपैयाँ लागतमा न्यूरोड शाखा सञ्चालनमा ल्याएको हो ।

शाखा उद्घाटन गर्दै नेपाल सुनचाँदी व्यवसायी महासंघका अध्यक्ष विश्वकर्माले गुणस्तरियतामा ध्यान दिन व्यवसायीलाई आग्रह गेरे। उनले इमान्दारिताको साथ ब्यवसाय सञ्चालन गर्न सबै सुनचाँदी व्यवसायीलाई निर्देशन समेत दिए । सुनचाँदी ब्यवसायीले मात्रै सरकारलाई बार्षिक ८ अर्व राजस्व तिर्दै आएपनि आवश्यक कच्चा पदार्थको अझैपनि अभाव रहेको विश्वकर्माले बताए ।

सांसद शारदा पौडेलले ब्यवसाय विस्तारसँगै स्वदेशमै रोजगारीको वातावरण सिर्जना हुदै गरेको बताइन् । उनले निजी क्षेत्रको लगानी सुनिश्चित गर्न सरकारले आवश्यक वाताबरण बनाउनुपर्ने बताइन् ।

पोखरा उद्योग वाणिज्य संघका कार्यवहाक अध्यक्ष गोकर्ण कार्कीले संघले सुनचाँदी ब्यवसायीको हकहितको लागि आवाज उठाउँदै आएको उल्लेख गर्दै नयाँ शाखाको सफलताको शुभकामना ब्यक्त गरे ।

कार्यक्रममा नेपाली चलचित्र क्षेत्रकी सदावहार नायिका करिष्मा मानन्धरको पनि उपस्थिति थियो । नयाँ सञ्चालनमा आएको न्यूरोड शाखाबाट तत्कालको लागि गहनाको मात्रै कारोवार गरिएपनि ग्राहकको आवश्यकता अनुसार नुन देखि सुन सम्मको सामान उपलब्ध गराउने इण्डष्ट्रिजका अध्यक्ष हरि कुमार धमलाले जानकारी दिए ।

न्यूरोडमा शाखा सञ्चालनमा आएपनि यसअघिको सभागृहचोक स्थित शाखा यथावत रहने उनले बताए । इण्डष्ट्रिजले पाँचौ बार्षिकोत्सबको अवसर पारेर सञ्चालनमा ल्याएको नयाँ शाखामा तीन दिने गहना प्रदर्शनी समेत सुरु भएको छ । शुक्रवार देखि सुरु भएको गहना प्रदर्शनी आईतवार सम्म चल्नेछ । उद्घाटनको दिन नयाँ शाखाबाट गहना किन्ने ग्राहक मध्ये एक जनालाई गोलाप्रथाबाट सुनको सिक्का उपहार प्रदान गरिने बताइएको छ । त्यस्तै उद्घाटनको अबसरमा गहनाको ज्यालामा विशेष छुट दिने समेत इण्डष्ट्रिजले जनाएको छ । इण्डष्ट्रिजका सबै शाखा मार्फत अहिलेसम्म ५ सय ७५ जनाले प्रत्यक्ष रोजगारी पाएको र झण्डै तीन हजार यसमा निर्भर रहेको धमलाले बताए । स्थानीयस्तरमा रहेको निष्क्रिय पुँजीलाई लगानी गरी स्थानीय स्तरमै रोजगारीको अबसर प्रदान गर्ने लक्ष्यसहित इण्डष्ट्रिजले लगानी विस्तार गरिरहेको उनले बताए । गोर्खा एण्ड बराह ज्वेलरीले हाल सम्म हरेक बिलबाट ३० रुपैया छुट्याएर आर्थिक अभावको कारण विद्यालय जान नपाएको वालवालिकालाई सहयोग गर्दै आएको छ । अहिले चार जना छात्रवृत्तिमा अध्ययन गरिरहेको धमलाले बताए ।

त्यस्तै निःशुल्क एम्बुलेन्स सेवा, सेवाग्राहीको लागि निःशुल्क ट्याक्सी सेवा समेत सञ्चालन गरिरहेको गोर्खा कम्युनिटीका अध्यक्ष मेजर लक्ष्मी प्रसाद गुरुङले बताए ।

वास्केटवल प्रतियोगितामा एकैदिन दश खेल

पोखरा ३ मंसिर ।

पोखरामा जारी १४औं जेपी क्रस अन्तरविद्यालय छात्र/छात्रा वास्केटवल प्रतियोगिता-२०७३ अन्तर्गत शुक्रबार लिग चरणका १० वटा खेलहरु सम्पन्न भएका छन । कास्की जिल्ला बास्केटवल संघको आयोजना तथा समाजसेवी कर्णेल जेपी क्रसको मुख्य प्रायोजनमा पोखरा रंगशालामा शुक्रबार भएको छात्रा तर्फको पहिलो खेलमा वाल कल्याण उच्च माविले रेन्वो एकेडेमी माथि ७-६ को स्कोरले पराजित गर्‍यो ।

छात्रतर्फको पहिलो खेलमा वाल कल्याणले रेन्वो माथि ५ को बिरुद्ध ३६ स्कोर गर्दै दोहोरो जीत दर्ता गरेको हो । छात्रतर्फ सरस्वती विद्याश्रमले लिटिल स्टेप उच्च माविलाई २१ का बिरुद्ध २६ स्कोरको अन्तरले पराजित गरेको हो ।

छात्रातर्फको खेलमा लिटिल स्टेपले कुमुदिनी होम्स उच्च माविलाई ६ को बिरुद्ध ९ स्कोरले पराजित गर्‍यो । छात्रतफ कुमुदिनी होम्स उच्च माविले न्यू ईरा एकेडेमीलाई २८ का बिरुद्ध ४१ स्कोरले पराजित गर्‍यो । अर्को खेलमा डिफेण्डिङ च्याम्पियन माउन्ट अन्नपूर्णले कास्की मोडनाईजलाई २२ को बिरुद्ध २३ झिनो अन्तरले पराजित गर्‍यो ।

यस्तै ग्लोवल कलिजियटले सोसल पव्लिक स्कुललाई १४ को बिरुद्ध १९ स्कोरले पराजित गर्‍यो । छात्रा तर्फ कास्की मोडनाइजले एसओएस हर्मन माईनर स्कुललाई लज्जास्पदरुपमा पराजित गरेको छ । कास्की मोडनाईजले ९ स्कोर ल्याउँदा एसओएसले कुनै स्कोर वटुल्न सकेन भने अर्को खेलमा लिटिल स्टेपले माउन्ट अन्नपूर्णलाई ८ को बिरुद्ध १० स्कोरले पराजित गरेको हो । आज शनिबार विहानैदेखि खेल हुने भएको छ भने शनिबार १० खेल हुने संघका अध्यक्ष नेत्र बहादुर शेनले गोल्डेन न्यूज दैनिकलाई जानकारी दिए ।

जनप्रियमा अनेरास्ववियूको दवाव

पोखरा ३ मंसिर ।

अनेरास्ववियु जनप्रिय बहुमुखी क्याम्पसले क्याम्पसमा रहिआएका विद्यार्थीहरुका समस्यालाई औंल्याउँदै उठाएका विभिन्न मागहरु पुरा हुन थालेका छन् । जनप्रियको मासिक शुल्क महिनै पिच्छे तिर्नुपर्ने र नतिरे फाईन तिर्नुपर्ने नियमलाई धेरै विद्यार्थीहरुले महिनै पिच्छे शुल्क तिर्न सम्भव नहुने भन्दै अनेरास्ववियु जनप्रिय कमिटीले क्याम्पस प्रमुख समक्ष महिनै पिच्छे शुल्क तिर्नुपर्ने नियमलाई केही समय बढाउन आग्रहसहित ज्ञापन पत्र बुझाइ मौखिक दवाब दिँदै आएको थियो । क्याम्पस प्रशासनको हालै स्पन्न बैठकले महिनै पिच्छे तिर्नुपर्ने मासिक शुल्कलाई हटाई आवश्यक नियमहरु बनाएर चार/चार महिनामा तिर्नुपर्ने नियम बनाएको बताइन्छ । अनेरास्ववियु जनप्रियले विभिन्न समयमा विद्यार्थीका समस्याहरु औंल्याउँदै विभिन्न माग राख्दै आईरहेको र कलेज प्रशासनलाई विद्यार्थीका माग पुरा गराउन आवश्यक दवाब पनि दिईरहेको अनेरास्ववियु अध्यक्ष अनिल खड्काले बताए ।

कर्मचारी चाहियो

पोखराको चिप्लेढुङ्गा, मानवअधिकारचोकस्थित चिनारी थकाली भान्छाघरका लागि निम्न कर्मचारी चाहियो ।

पद : वेटर	संख्या : २ जना
पद : किचन हेल्पर	संख्या : १ जना
पद : डिसवासर	संख्या : १ जना

सम्पर्क : **चिनारी थकाली भान्छाघर**
मानवअधिकारचोक, चिप्लेढुङ्गा, पोखरा, फोन : ०६१-५२६३०९

Study in **Japan**
Czech Republic
USA, Australia, Norway
❖100% Visa on previous session, Gap Acceptable & NAT/JLPT not required in **JAPAN** .
❖SLC passed can apply .
April Intake
❖Almost all intake **czech Republic** .
❖Free Education in **Norway** & **Finland** .
❖Help to make all kind of documentation for any Countries .
Now Running IELTS, JLPT Classess
ROMAN EMPIRE
Education Foundation
Siddhartha Chowk-4, Chipledhunga, Pokhara (Opp .Rupakot Complex)
Tel .:061-531538, 9846449344, 9803652132

के तपाईमा यौनसम्बन्धी समस्या छ ?

पुरुषमा देखिने : शीघ्रपतन, यौन सन्तुष्टि नहुने, यौन चाहना नहुने, उत्तेजना नहुने, पुरुष यौनाङ्ग चिलाउने, सरूवा यौन रोग, स्वप्नदोष ।
महिलाहरूमा देखिने : स्तन सानो गिलो हुने, सेतो पानी बग्ने, महिलाको यौनाङ्ग चिलाउने, तल्लो पेट दुख्ने, ढाड दुख्ने, यौन सन्तुष्टिमा कमी हुने, महिनावारीमा गढबढी हुने आदि ।
सुन्दरता : अनुहारका सबै किसिमका दाग, डण्डिफोर कालोपोतो, अनावश्यक कोठी वा फोकाहरू, दुवी, सेतो दुवीका साथै अन्य चर्मरोगहरू ।
महिला वा पुरूषमा हुने (बाँझोपन) निःसन्तानको सफल उपचार
मलद्वार सम्बन्धी रोग : पायल्स, फिस्टुला, फिसरको सफल उपचारका साथै मलद्वारमा मासु पलाएको, दिसा बस्दा गाह्रो हुने, मलद्वार दुःख्ने, पोल्ने, दिसासंग रगत बग्ने आदि समस्याको सफल उपचार ।
बिरामी जाँच्ने समय : बिहान ९:00 बजेदेखि बेलुकी ५:00 बजेसम्म
माता मनकामना आयुर्वेद क्लिनिक प्रा.लि.
नयाँबजार, पोखरा (पुरानो कर कार्यालय नजिक) मागदर्शन एकेडेमीको ठीक अगाडि
फोन: ०६१-५३९१९४, ९८४६०४११३१, ९८०४१७२५३१
नयाँ तथा पुराना बिरामीहरुले यथाशीघ्र सम्पर्क गर्नुहोला ।

पिनास तथा नाकको एलर्जी उपचार
पिनास, एलर्जी: चिसो धुलो धुवाँको असर, विना अप्रेशन पिनास र एलर्जीको उपचार
चिसो, धुलो, धुवाँले पिनास तथा एलर्जीको रोग बढाउन सक्छ । यदि तपाइलाई पनि चिसो, धुलो, धुवाँ, खार घरको सामान्य धुलो, चिसो पानी तथा चिसो मौसमका कारण नाक, कान, घाँटी, छातीको समस्या हुने गरेको छ भने एक पटक सम्पर्क राखी स्वास्थ्य लाभ लिनुहोला ।
लक्षणहरू:
रुघा लागिरहने, हाछ्यू आइरहने, नाक बन्द हुने, नाक बाँगो भएको,नाकमा मासु पलाएको नाकले राम्रोसँग गन्ध थाहा नपाउने, चिसो, धुलो धुवाँले समस्या हुने,खोकी लागिहाल्ने,पुरानो खोकी, छाती दुख्ने, सास बढ्ने, दम होला जस्तो हुने, अत्याधिक टाउको दुख्ने आधा टाउको दुख्ने, चक्कर लाग्ने, बच्चाहरुलाई रुघा लागिरहने नाक बन्द हुने, टन्सिल भैरहने कान पाकिर हने जस्ता समस्या भएका पुराना, दीर्घ तथा नयाँ बिरामीहरुको लागि परिक्षण तथा उपचार व्यवस्था गरिएको जानकारी गराउदछौं । *बिदाको दिनमा पनि उपचारको व्यवस्था छ ।*
परीक्षण समय: बिहान ८:00 बजेबाट बेलुका ६:00 बजेसम्म (फोनबाट पनि नाम दर्ता गराउन सकिनेछ ।
पञ्चम आयुर्वेद क्लिनिक प्रा.लि.
पोखरा-१०, इन्द्रचोक (रंगशाला २ नं. गेटबाट १०० मिटर अगाडि)
फोन नं.: ०६१-४३२२४२, ९८४६०६८८०६

सुनौलो पब्लिकेशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित गोल्डेन न्यूज राष्ट्रिय दैनिकका लागि अध्यक्ष/प्रधान सम्पादक **गंगाधर पराजुली**, निर्देशक **हरिमणि बराल**, संस्थापक सम्पादक **रीता गुरुङ**
कार्यालय : चिप्लेढुंगा (सुनौलो भवन), पोखरा, फोन:०६१-५३९४५५, फ्याक्स : ५२२२२२, Email : goldennewspkr@gmail.com, Website: www.goldennews.com.np, मुद्रण **गोल्डेन अफसेट प्रेस**, चिप्लेढुंगा, पोखरा