सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल
www.apf.gov.np

SAMARPAN
समर्पण
ए.पी.एफ. मासिक

बर्ष २ | अङ्क ५ | पृष्ठ ८ | फागुन २०८०

सबै प्रदेशमा स्थापना गर्ने उद्देश्यले विस्तार हुँदै अस्पताल र स्कुल

शैलेन्द्र थापा

सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक राजु अर्यालले २०७९ चैत्र ३० गते सुदूरपश्चिमप्रदेश स्थित नं.७ बैद्यनाथ बाहिनी परिसरमा निर्माण भएको नेपाल एपीएफ फिल्ड अस्पतालको समुद्घाटन गर्नुभयो। पछिल्लो फिल्ड अस्पतालसहित संगठनको अस्पताल संख्या ९ पुगेको छ। यही शैक्षिक सत्रबाट सुदूरपश्चिमअन्तर्गत कञ्चनपुरको झलारीमा ४ र ५ कक्षामा पढाईहुने गरी एपीएफ स्कूलको स्थापना भैसकेको छ। यो सँगै स्कुल संख्या ४ पुगेको छ। जुन सबै प्रदेशमा अस्पताल र स्कुल स्थापना गर्ने लक्ष्यअनुरुप संचालनमा आएको हो।

पहिलो पटक २०६२ बैशाख १२ गते शिलान्यास भएको नेपाल एपीएफ अस्पताल बलम्वुले २०५८ सालबाट नै स्वास्थ्य सेवाप्रदान गरेको थियो। २०५८ फागुन २ गते १ जना चिकित्सक र ५ जना मेडिकल तालिमप्राप्त कर्मचारीबाट मेडिकल शाखाको रुपमा स्थापना भएकोमा २०६२ चैत्र ७ गते १ सय १० शैयामा विस्तार भएको हो। यसरी शुरुवात भएको अस्पताल विस्तारको क्रममा २०७० मंसिरमा पूर्व क्षेत्रीय अस्पताल सुनसरी, २०७१ मा नेपाल एपीएफ अस्पताल कोहलपुर बाँके, २०७५ पृथ्वी हाइवे ट्रमा सेन्टर कुरिनटार चितवन स्थापना भएर संचालनमा छन्। हाल सुनसरी र बाँकेमा रहेका अस्पताल क्रमश १८ र १५ शैयाका रहेका छन्, भने कुरिनटार चितवनको ट्रमा सेन्टर ३० शैयाको रहेको छ।

यसैगरी हाल छिन्नमस्ता फिल्ड अस्पताल महोत्तरी, फिल्ड अस्पताल चितवन, फिल्ड अस्पताल कास्की, फिल्ड अस्पताल सुर्खेत र फिल्ड अस्पताल कैलालीबाट समेत चिकित्सक सहितको स्वास्थ्यकर्मीले सेवाप्रदान गरिरहेका छन्। कोभिड-१९ को समयमा डेडिकेटेड अस्पतालको रुपमा नेपाल एपीएफ अस्पताल बलम्वुले उत्कृष्ट सेवा प्रदान गर्न सफल भएको थियो। जुन समयमा अस्पतालको बेड संख्या ३०० भन्दा बढी बनाइएको थियो। यसैगरी २०६२ सालमा नेपाल एपीएफ स्कुल कीर्तिपुरको स्थापना भएको थियो। त्यसपछि सप्तरीमा नेपाल एपीएफ ठाकोदेवी जोगेन्द्र भगत स्कुल, नेपाल एपीएफ स्कुल कोहलपुर बाँकेसमेत स्थापना भएर शैक्षिक कार्यक्रम सुरु भइसकेका छन् भने यही शैक्षिक सत्रबाट नेपाल एपीएफ स्कुल झलारी कञ्चनपुरले समेत पठनपाठन सुरु गर्दै छ। आगामी दिनमा सवै प्रदेशमा स्कुल स्थापना गर्ने संगठनको लक्ष्य रहेको छ।

सि.नं.	अस्पताल	स्थापना मिति	शैया क्षमता
१.	नेपाल एपीएफ अस्पताल, बलम्वु	२०५८/११/०२ गते	११०
२.	पूर्व क्षेत्रीय अस्पताल, सुनसरी	२०७०/०८/२७ गते	१८
३.	छिन्नमस्ता फिल्ड अस्पताल, महोत्तरी	२०७७/०४/०१ गते	१३
४.	नं. ३ गढिमाई फिल्ड अस्पताल, चितवन	२०७९/१०/०९ गते	१५
५.	पृथ्वी हाइवे ट्रमा सेन्टर कुरिनटार, चितवन	२०७५/०४/२७ गते	३०
६.	पोखरा फिल्ड अस्पताल, कास्की	२०८०/०९/१२ गते	७
७.	नेपाल एपीएफ अस्पताल कोहलपुर बाँके	२०७१/०२/२१ गते	१५
८.	महेश्वरी फिल्ड अस्पताल, सुर्खेत	२०७९/१०/१९ गते	५
९.	बैद्यनाथ बाहिनी फिल्ड अस्पताल, कैलाली	२०७९/१२/२७ गते	१०

सि.नं.	स्कुल	स्थापना मिति	विद्यार्थीको संख्या
१.	नेपाल एपीएफ स्कुल कीर्तिपुर, काठमाडौं	२०६२/११/०८ गते	७४६
२.	नेपाल एपीएफ ठाकोदेवी जोगेन्द्र भगत स्कुल, सप्तरी	२०७९/०९/१६ गते	२०३
३.	नेपाल एपीएफ स्कुल कोहलपुर, बाँके	२०७६/१०/१६ गते	२०५
४.	नेपाल एपीएफ स्कुल झलारी, कञ्चनपुर	२०८०/११/०२ गते	-

नेपाल एपीएफ अस्पतालमा अन्कोलोजी युनिटको स्थापना

नेपाल एपीएफ अस्पताल बलम्बुमा फागुन २ गते अन्कोलोजी युनिटको स्थापना भएको छ। अस्पतालको २२औं स्थापना दिवसको अवसर पारेर सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक राजु अर्याल र सशस्त्र प्रहरी परिवार महिला संघकी पूर्व केन्द्रीय अध्यक्ष श्रीमती कल्पना थापाले पूर्व सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक स्व. सहवीर थापाको स्मृतिमा स्थापना गरिएको 'सहवीर थापा अन्कोलोजी युनिट'को संयुक्त रुपमा उद्घाटन गर्नुभएको हो।

अन्कोलोजी युनिट सञ्चालनका लागि स्थापना गरिएको अक्षय कोषमा महानिरीक्षक अर्याल तथा उहाँको परिवारको तर्फबाट ५ लाख रुपैयाँ प्रदान गर्नुका साथै बहालवाला तथा अवकाशप्राप्त सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरुले समेत सहयोग रकम प्रदान गर्नुभएको छ।

साथै महानिरीक्षक अर्यालले नेपाल एपीएफ अस्पताल बलम्बुमा निर्माण भएको नयाँ इमरजेन्सी भवनको समेत उद्घाटन गर्नुभएको छ।

'सीमावासीसँग सशस्त्र प्रहरी कार्यक्रम'-सीमामा स्वास्थ्य शिविर

'सीमावासीसँग सशस्त्र प्रहरी कार्यक्रम' अन्तर्गत संचालन गरिएको निःशुल्क स्वास्थ्य शिविरमा १ हजार ४ सय २ जना महिला, बालबालिका र बृद्धबृद्धाहरुले सेवा लिएका छन्।

सशस्त्र प्रहरी परिवार महिला संघले नेपाल एपीएफ अस्पताल बलम्वु र प्रादेशिक अस्पताल रौतहट तथा परोहा नगरपालिकासँगको सहकार्यमा फागुन २६ गते रौतहटको परोहा नगरपालिका-४ लौकाहास्थित ब्रहमज्योती माध्यमिक विद्यालयमा निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर संचालन गरेको थियो।

सशस्त्र प्रहरी परिवार महिला संघकी अध्यक्ष श्रीमती अनिता लामिछाने अर्यालको प्रमुख आतिथ्यमा संचालन गरिएको स्वास्थ्य शिविरमा मधेश प्रदेश सशस्त्र प्रहरी परिवार महिला संघकी अध्यक्ष प्राब्दा सिंह शाह, परोहा नगरपालिकाका प्रमुख शेख वकिल, प्रमुख जिल्ला अधिकारी हिरालाल रेग्मी लगायत जिल्ला सुरक्षा समितिका पदाधिकारी, स्थानीय जनप्रतिनिधि, नेपाल- भारत सीमासँग जोडिएका ४ वटा पालिकाका १३ वटा वडाका सीमा सहजीकरण समितिका अध्यक्ष तथा पदाधिकारीहरुको समेत उपस्थिती रहेको थियो।

सीमा सुरक्षा र सीमावर्ती राजश्व चुहावट नियन्त्रण अन्तरक्रिया

सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक राजु अर्यालको प्रमुख आतिथ्यमा फागुन ३० गते सीमा सुरक्षा तथा सीमावर्ती राजश्व चुहावट नियन्त्रण सम्बन्धी अन्तरक्रिया सम्पन्न भएको छ ।

एपीएफ कमाण्ड तथा स्टाफ कलेजको आयोजनामा प्रधान कार्यालयमा सम्पन्न अन्तरक्रिया कार्यक्रममा सीमा अपराध तथा सीमावर्ती राजश्व चुहावट नियन्त्रणमा केन्द्रित रहि सीमा व्यवस्थापन गरेर राजश्व चुहावटलाई नीतिगत रुपमा कसरी नियन्त्रण र रोकथाम गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल भएको थियो ।

कार्यक्रममा महानिरीक्षक अर्यालले सीमा स्तम्भहरुको सुरक्षा, सीमावर्ती अपराध नियन्त्रण तथा सीमावर्ती राजश्व चुहावट नियन्त्रणलाई प्राथमिकतामा कार्यको थालनी समेत भएको बताउनुभयो ।

महानिरीक्षक अर्यालले सीमामा खटिने इकाईहरुको समग्र कामकारवाहीमा प्रभावकारिता ल्याउन (Unit Performance Appraaisal) को आधारमा पुरस्कृत गर्ने कार्यको शुरुवात भईसकेको बताउनुहुँदै सीमा पुस्तकालयको समेत व्यवस्थापन गरी सीमासँग सम्बन्धित सम्पूर्ण विषयहरुको खोज तथा अध्ययन केन्द्रको रुपमा प्रधान कार्यालयमा अवस्थित Border Resource and Research Center (BRRC) लाई विकास गर्ने योजनासमेत रहेको बताउनुभयो ।

यसअघि सशस्त्र प्रहरी अतिरिक्त महानिरीक्षक नारायणदत्त पौडेलले अन्तरक्रिया कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै सीमा व्यवस्थापनलाई थप प्रभावकारी बनाउन सम्पूर्ण सरोकारवाला निकायहरुसँग सहकार्य र समन्वय

राखी विभिन्न योजनासहित समन्वयात्मक तवरले कार्यसम्पादन भईरहेको तथा सीमा सुरक्षामा संगठन सदैव प्रतिबद्ध रहेको बताउनुभयो ।

उहाँले अन्तर्राष्ट्रिय सीमामा परिचालित सशस्त्र प्रहरी बल नेपालले राष्ट्रिय सुरक्षामा मात्र नभई अर्थतन्त्रमा समेत अपेक्षाकृत योगदान गर्न उपलब्ध साधनश्रोतको अधिकतम उपयोग गर्दै आवश्यक अन्य नीतिगत व्यवस्थाका लागि पहल गरिरहेको बताउनुहुँदै संगठनको विभिन्न योजनामार्फत सीमावासीहरुसँगको सम्बन्ध विकासका लागि 'सीमाबासीसँग सशस्त्र प्रहरी कार्यक्रम' र सीमा क्षेत्र विकास कार्यक्रम (Border Area Development Programme) अन्तर्गतका गरी अघि बढ्ने प्रतिवद्धता जनाउनु भएको थियो ।

अन्तरक्रिया कार्यक्रममा नेपालको सीमासँग सम्बन्धित सन्धि, सम्झौता र सीमा व्यवस्थापन सम्बन्धमा भएका कुटनैतिक प्रयासहरु, सीमा सुरक्षाका वर्तमान कानुनी प्रावधानहरु र प्रचलित अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यासहरु, अन्तर्राष्ट्रिय सीमा क्षेत्रबाट हुने राजश्व चुहावटको वर्तमान अवस्था र नियन्त्रणमा सम्बद्ध निकायहरुको भूमिका, सीमावर्ती अपराध, राष्ट्रिय हित संरक्षण र सूचनामा आधारित सीमा सुरक्षा, सीमा सुरक्षामा अन्तर निकाय समन्वय र सहयोगका क्षेत्रहरु लगायत एकीकृत सीमा व्यवस्थापनको अवधारणा, सम्भावना र चुनौतीहरुको बारेमा समेत छलफल भएको थियो ।

विशिष्ट व्यक्ति सुरक्षा तालिम

नं. १९ बगलामुखी विशेष कार्यदल गण काठमाडौंमा सञ्चालित सि.सं. ४८ विशिष्ट व्यक्ति सुरक्षा तालिम (जु.अ. तथा अन्य दर्जा) फागुन २ गते सम्पन्न भएको छ । सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक किशोर प्रधानले तालिममा सर्वप्रथम भएका सशस्त्र प्रहरी सहायक निरीक्षक विनोद चन्दलाई पुरस्कार तथा प्रमाणपत्र प्रदान गर्नुहुँदै सफलतापूर्वक तालिम सम्पन्न गरेका प्रशिक्षार्थीहरुलाई हार्दिक बधाईसमेत दिनुभएको थियो ।

सैनिक कमाण्ड तथा स्टाफ कोर्सद्वारा प्रधान कार्यालयको भ्रमण

नेपाली सेनाको सैनिक कमाण्ड तथा स्टाफ कलेज शिवपुरीमा सञ्चालित सि.सं. ३० कमाण्ड तथा स्टाफ कोर्समा तालिमरत अधिकृतहरूले फागुन ८ गते प्रधान कार्यालयको अवलोकन भ्रमण गर्नुभएको छ । अवलोकन भ्रमणमा प्रशिक्षार्थी अधिकृतहरूले प्रधान कार्यालयस्थित सशस्त्र प्रहरी बल नेपालको संग्रहालय र विपद् व्यवस्थापनमा प्रयोग हुने सामाग्रीहरुको अवलोकनसमेत गर्नुभएको थियो । अधिकृतहरुले सशस्त्र प्रहरी बल नेपालको पृष्ठभूमि, सांगठानिक संरचना, कार्यादेश, तथा विपद् व्यवस्थापन, आन्तरिक सुरक्षा चुनौतीलगायतका विषयमा अन्तरक्रिया गर्नुभएको थियो ।

खेलकुद

प्रथम NAPFS अन्तरविद्यालय सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक रनिङ ट्रफी फुटबल प्रतियोगिता-२०८०' को उपाधि नेपाल पुलिस स्कुललाई

नेपाल एपीएफ स्कुल कीर्तिपुरले आयोजना गरेको 'प्रथम NAPFS अन्तरविद्यालय सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक रनिङ ट्रफी फुटबल प्रतियोगिता-२०८०' को उपाधि नेपाल पुलिस स्कुल साँगाले जितेको छ ।

स्कुलको १९औं स्थापना दिवस एवं प्रथम NAPFS अन्तर विद्यालय सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक रनिङ ट्रफी फुटबल प्रतियोगिता सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक राजु अर्यालको प्रमुख आतिथ्यमा फागुन ८ गते सम्पन्न भएको हो । महानिरीक्षक अर्यालले प्रतियोगिताका विजेता तथा उपविजेता टिम र उपाधी हासिल गर्ने खेलाडीहरुलाई मेडल, प्रमाणपत्र, ट्रफी र पुरस्कार तथा रनिङ ट्रफी प्रदान गर्नुभएको थियो ।

प्रतियोगितामा नेपाल पुलिस स्कुल साँगाका दिपसन परियार उत्कृष्ट गोलरक्षक र नेपाल एपीएफ स्कुल कीर्तिपुरका टेन्जिङ शेर्पाले उत्कृष्ट खेलाडीको उपाधि हासिल गरेका छन् भने सैनिक आवासीय महाविद्यालयका दिगविजय शाहीले उच्च गोलकर्ताको रुपमा गोल्डेन बुट प्राप्त गरेका छन् । फेयर प्लेको उपाधी सैनिक आवासीय महाविद्यालयले प्राप्त गरेको छ । महानिरीक्षक अर्यालले खेलकुद शारीरिक तथा मानसिक विकासमा जीवनको एक अपरिहार्य तत्व रहेको उल्लेख गर्नुहुँदै खेलकुदले व्यक्तिलाई अनुशासित, चरित्रवान बनाउँदै सामूहिक एकता र सहकार्यको भावना विकासमा समेत महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्ने बताउनुभयो ।

दोस्रो मुख्यमन्त्री कप

कोशी प्रदेशको आयोजनामा फागुन १५ गतेदेखि १९ गतेसम्म संखुवासभामा सम्पन्न दोस्रो मुख्यमन्त्री कप राष्ट्रिय पुरुष भलिबल प्रतियोगिताको उपाधि नेपाल एपीएफ क्लबले जितेको छ । क्लबले तीन लाख रुपैयाँ पुरस्कार प्राप्त गरेको छ भने सर्वोत्कृष्ट खेलाडी विजय थापा, बेष्ट सर्वर लोकेन्द्र गिरी, बेष्ट लिब्रो विनोदबहादुर चन्द र बेष्ट प्रशिक्षक पुष्पजंग मल्ल घोषित भएका छन् ।

यसैगरी सफल पोखरा खेलाडी मञ्चको आयोजनामा फागुन ५ गते पोखरामा सम्पन्न १८ औं सफल पोखरा अन्तर्राष्ट्रिय म्याराथनमा नेपाल एपीएफ क्लबकी आशा रावत १० किलोमिटर दौडतर्फ प्रथम र सीमा थारु दोस्रो भएकी छन् ।

लुम्बिनी कप महिला भलिबल

प्रथम लुम्बिनी कप राष्ट्रिय महिला भलिबल प्रतियोगिताको उपाधि नेपाल एपीएफ क्लबले जितेको छ ।

जिल्ला भलिबल संघ पाल्पाको आयोजनामा पाल्पा जिल्लाको रामपुरस्थित रामतुल्सी माविको कोर्टमा सञ्चालित प्रतियोगिताको फागुन २३ गते भएको फाइनल खेलमा एपीएफ क्लबले वाग्मती प्रदेशको महिला भलिबल टिमलाई ३-२ को सेटले पराजित गरी उपाधि जितेको हो ।

प्रतियोगितामा एपीएफकी सरस्वती चौधरी उत्कृष्ट खेलाडी, निरुता ठगुन्ना उत्कृष्ट ब्लकर र महेश चौधरीले उत्कृष्ट प्रशिक्षकको उपाधि हात पारेका छन् ।

बाहिनीपति कप

नं. १ बराह बाहिनी मुख्यालय पकली सुनसरीले आयोजना गरेको 'बाहिनीपति कप प्रतियोगिता-२०८०'को उपाधी नं. ४ गण सुनसरीले जितेको छ। फागुन २२ देखि २५ गतेसम्म सञ्चालन भएको प्रतियोगिता बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक अञ्जनीकुमार पोखरेलको प्रमुख आतिथ्यमा समापन भएको थियो ।

नं. २ छिन्नमस्ता बाहिनी मुख्यालय बर्दिबास महोत्तरीमा फागुन १४ गतेदेखि २० गतेसम्म सञ्चालन भएको बाहिनीस्तरीय खेलकुद प्रतियोगिता २०८० बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक दीपेन्द्र शाहको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न भएको छ ।

उद्धार/विविध

हिउँले अवरुद्ध सडक खुलाइयो

मनाङ जिल्लाको मनाङ डिस्याङ गाउँपालिका १ स्थित पिसाङ र ढुकुरपोखरीको बीचमा पर्ने खाङ्सार चामे सडकखण्ड फागुन २१ गते मध्यान्ह हिउँपहिरो गई अबरुद्ध भएपछि नं. ३२ गुल्म मनाङको सुरक्षा फौजले अबरुद्ध सडकको हिउँ पन्छ्याई खुलाएको छ ।

माछा मार्न गएका र भिरमा अड्किएकाको शव निकालियो

कास्की जिल्ला पोखरा महानगरपालिका-१७ महतगौडास्थित सेती नदीमा माछा मार्ने क्रममा बेपत्ता एक जनाको शव निकालिएको छ । माछा मार्न गएका ५ जनामध्ये सोही महानगरपालिका-१ कसेरी बस्ने ४० बर्षका पुरुष ढुंगामा अड्किएको अवस्थामा नं. २४ कालिका गण कास्कीबाट गएको गोताखोर र विपद् उद्धार टिमसहितको फौजले उनको शव निकालेको हो । सोही ठाउँ बस्ने ४३ वर्षका अर्का एक पुरुषको शव घटनाको ४ दिनपछि फेला परेको थियो ।

यसैगरी माछापुच्छ्रे गाउँपालिका-१ मिर्सा भन्ने ठाउँको भिरबाट खसेकी २१ वर्षीया पर्यटक पिया जोसको शव फेला परेको छ । पोखरा फर्कने क्रममा फागुन १२ गते साँझ अर्का एक पर्यटकले आफ्नो जर्मन केटी साथी भिरबाट खसेको भन्ने जानकारी गराएपछि सोही गणबाट उनको खोजी तथा उद्धारका लागि सुरक्षा फौज परिचालन भएको थियो ।

दुर्घटनामा परेकाहरुको उद्धार

बारा जिल्लाको जीतपुर सिमरा उपमहानगरपालिका-२२ स्थित तीन नम्बर पुल नजिकै फागुन २२ गते यात्रुबाहक बस दुर्घटना हुँदा घाइते भएकाहरुको सकुशल उद्धार गरिएको छ । दुर्घटनामा परी घाइते भएकाहरुको नं. १४ गण मकवानपुरबाट खटिएको सुरक्षा फौजले सकुशल उद्धार गरेको हो ।

विभिन्न ठाउँमा भएको आगलागी नियन्त्रण

काठमाडौंको पेप्सिकोलामा फागुन ४ गते भएको आगलागी दमकलको सहयोगमा नियन्त्रणमा ल्याइएको छ । जस्ताले छाएको टहरोमा आगलागी भएपछि नं.२० विपद् उद्धार गण सिनामंगल काठमाडौंबाट फायर फाइटिङ टोली खटिएको थियो ।

यसैगरी ललितपुरस्थित पाटन औद्योगिक क्षेत्रमा फागुन २१ गते भएको आगलागी नियन्त्रणमा ल्याइएको छ । फर्निचर कारखानामा आगलागी भएको भन्ने जानकारी पाउनासाथै सुरक्षा बेस पाटनबाट सुरक्षा फौज खटिएको थियो ।

त्यस्तै सोही जिल्लाको महालक्ष्मी नगरपालिका-४ सानागाउँमा फागुन ९ गते भएको आगलागी नियन्त्रणमा ल्याइएको छ । सोही ठाउँमा श्री सिंह देवी फर्निचर उद्योगको सोरुममा भएको आगलागी नियन्त्रणको लागि नं. २१ दक्षिणकाली गण ललितपुरबाट सुरक्षा फौज परिचालित भएको थियो ।

अफिम खेती नष्ट

मकवानपुर जिल्लाको राक्सिराङ गाउँपालिका-९ स्थित कान्द्राङमा फागुन २८ गते करीव ५ बिगाह क्षेत्रमा लगाईएको अफिम खेती नष्ट गरिएको छ ।

नं. १४ गण मकवानपुर, स्थानीय प्रहरी र राष्ट्रिय अनुसन्धान जिल्ला कार्यालयको संयुक्त टोलीले नष्ट गरेको हो । साथै फागुन २९ गते सोही गाउँपालिकाको रुन्चेवाङ्ग ईलाकामा समेत अफिम खेती नष्ट गरिएको छ ।

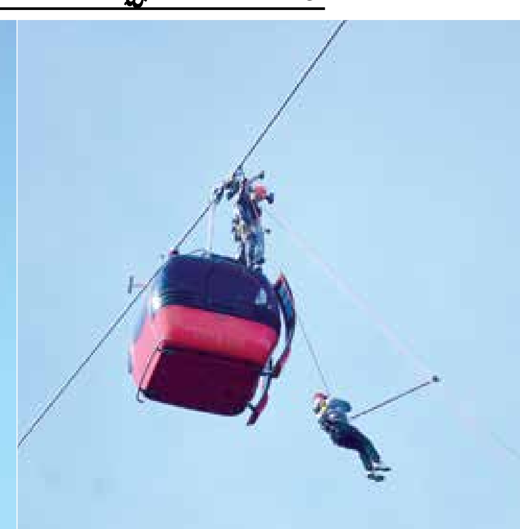
रुखमा अड्किएका दुई प्याराग्लाइडरको उद्धार

उदयपुर जिल्लाको त्रियुगा नगरपालिका-११ स्थित रमिते डाँडाबाट प्याराग्लाइडिङ गर्नेक्रममा सालको रुखमा अड्किएका दुई जना प्याराग्लाइडरको सकुशल उद्धार गरिएको छ ।

कास्की जिल्लाको पोखरा महानगरपालिका-१८ सारङकोट बस्ने २९ वर्षीय रविन्द्र ढकाल (पाइलट) र उदयपुर जिल्लाको त्रियुगा नगरपालिका-११ विशालनगर बस्ने २६ वर्षीय सिद्धान्त बस्नेत फागुन २१ गते मध्यान्ह प्याराग्लाइडिङ गर्नेक्रममा हावाको प्रभावले प्याराग्लाइडर अनियन्त्रित भई नवोदय सामुदायिक वन चप्पनको जंगलमा करिब सय फिट अग्लो रुखमा अड्किएका थिए । उद्धारको लागि नं. ५ त्रियुगा गण उदयपुरबाट सुरक्षा फौज परिचालित भई रोप रेस्क्यू विधिबाट उनीहरुको सकुशल उद्धार गरिएको हो ।

धादिङस्थित त्रिशुली नदीमा फागुन २३ गते भएको बस दुर्घटनाको घाइते तथा हराई रहेका व्यक्तिहरुको खोज तथा उद्धार गर्दै विपद् व्यवस्थापन तालिम शिक्षालय कुरिनटार, विपद् व्यवस्थापन बेस आदमघाट र आश्रित गुल्म धादिङ ।

केवलकार आपतकालीन उद्धार अभ्यास



नं. ९ पशुपतिनाथ बाहिनी मुख्यालय बलम्बु, काठमाडौंको आयोजना र चन्द्रागिरी हिल्स लिमिटेडको सहकार्यमा चन्द्रागिरीमा फागुन १५ गते केवलकार आपतकालीन उद्धार अभ्यास-२०८० सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक पुरुषोत्तम थापाले जुनसुकै प्राकृतिक तथा यान्त्रिक खरावीका कारण केवलकारमा सवार यात्रुहरु बीच बाटोमै रोकिन सक्ने जोखिमको सम्भावना अत्याधिक रहने र यसरी रोकिएका यात्रुहरुलाई निश्चित समयमै उद्धार गर्न उद्धारकर्ताले सामना गर्नुपर्ने परिदृष्यको वास्तविकता झल्को दिने अभ्यास प्रभावकारी एवं महत्वपूर्ण हुने बताउनुभयो ।

चन्द्रागिरी हिल्स लिमिटेडका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत अरुण प्रधानले सशस्त्र प्रहरी बल, नेपालले प्रदर्शन गरेको पूर्वतयारीको यस्ता अभ्यासले जोखिममा परेका यात्रुहरुको हुनसक्ने क्षतिलाई न्यूनीकरण र केवलकारमा समस्या आएमा तत्काल यात्रुहरुको उद्धार गर्न सघाउ पुग्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो ।

आश्रित गुल्म म्याग्दीद्वारा बेनी नगरपालिका-७ स्थित म्याग्दी खोला र कालीगण्डकी नदीको दोभानमा बाढी तथा डुवानमा खोज तथा उद्धारसम्बन्धी विपद् नमुना अभ्यास सञ्चालन ।

स्थापना दिवस

नं. २ छिन्नमस्ता बाहिनी मुख्यालय महोत्तरी

मधेश प्रदेशका माननीय मुख्यमन्त्री सरोजकुमार यादवको प्रमुख आतिथ्यमा नं. २ छिन्नमस्ता बाहिनी मुख्यालयको २२औं स्थापना दिवस फागुन २६ गते सम्पन्न भएको छ ।

माननीय मुख्यमन्त्री यादवले कार्यक्रममा समसामयिक निर्देशन सम्बोधन गर्नुहुँदै बाहिनी मुख्यालय अन्तर्गत वर्षभरि उत्कृष्ट कार्य गर्ने कर्मचारीहरुलाई पुरस्कार तथा प्रशंसापत्र प्रदान गर्नुका साथै स्थापना दिवसको अवसरमा आयोजित आन्तरिक खेलकुद प्रतियोगितामा विजयी टिम तथा खेलाडीहरुलाई मेडल र पुरस्कार प्रदान गर्नुभयो ।

कार्यक्रममा सशस्त्र प्रहरी अतिरिक्त महानिरीक्षक चन्द्रप्रकाश गौतमले शुभकामना मन्तव्य दिनुभएको थियो भने बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक दीपेन्द्र शाहले धन्यवाद ज्ञापन गर्नुभएको थियो ।

पाथिभरा जवान तालिम शिक्षालय झापा

पाथिभरा जवान तालिम शिक्षालय झापाको २१औं स्थापना दिवस सशस्त्र प्रहरी अतिरिक्त महानिरीक्षक चन्द्र प्रकाश गौतमको प्रमुख आतिथ्यमा फागुन २९ गते विविध कार्यक्रम गरी सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा अतिरिक्त महानिरीक्षक गौतमले स्थापना दिवसको अवसरमा संचालन गरिएको विभिन्न खेलकुद प्रतियोगिताका विजयी टिम तथा खेलाडी, उत्कृष्ट कार्य गर्ने सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरु र शिक्षालयलाई सहयोग पुऱ्याउनुहुने संघसंस्था तथा महानुभावहरुलाई पुरस्कार तथा प्रशंसापत्र प्रदान गर्नुभएको थियो । स्थापना दिवसको अवसरमा शिक्षालयले विभिन्न धार्मिक तथा सार्वजनिक स्थलको सरसफाई, शारीरिक तथा व्यवसायिक प्रतियोगिता र जनचेतनामुलक कार्यक्रम समेत आयोजना गरेको थियो ।

नं. १६ गण सिन्धुपाल्चोक

नं. १६ गण सिन्धुपाल्चोकको १५औं स्थापना दिवस नं. ३ गढीमाई बाहिनी मुख्यालय मकवानपुरका बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक लक्ष्मणबहादुर सिंहको प्रमुख आतिथ्यमा फागुन १ गते सम्पन्न भएको छ ।

नायव महानिरीक्षक सिंहले स्थापना दिवसको अवसरमा आयोजित विभिन्न आन्तरिक खेलकुदमा विजय टिम तथा खेलाडीलाई पुरस्कार प्रदान गर्नुका साथै वर्षभरि उत्कृष्ट कार्य गर्ने कर्मचारीलाई पुरस्कार तथा प्रशंसापत्र प्रदान गर्नुभयो । कार्यक्रममा उहाँले गणलाई सहयोग पुऱ्याउनु हुने महानुभाव तथा संघसंस्थाहरुलाई कदरपत्र समेत प्रदान गर्नुभयो ।

नं. १७ गण चितवन

नं. १७ गण चितवनको १४औं स्थापना दिवस नं. ३ गढीमाई बाहिनी मुख्यालय मकवानपुरका सहायक बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी वरिष्ठ उपरीक्षक तीर्थराज पौडेलको प्रमुख आतिथ्यमा फागुन १ गते सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा वरिष्ठ उपरीक्षक पौडेलले वर्षभरि उत्कृष्ट कार्य गर्ने कर्मचारीहरुलाई पुरस्कार तथा प्रशंसापत्र प्रदान गर्नुका साथै आन्तरिक रुपमा आयोजित विभिन्न खेलकुद प्रतियोगितामा विजयी टिम तथा खेलाडीहरुलाई पुरस्कार प्रदान गर्नुभयो ।

गणले स्थापना दिवसको अवसरमा विभिन्न मठमन्दिर सरसफाई, आन्तरिक खेलकुद प्रतियोगिता सञ्चालन तथा स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन गरेको थियो ।

नेपाल एपीएफ अस्पताल बलम्बु

नेपाल एपीएफ अस्पताल बलम्बुको २२औं स्थापना दिवस सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक राजु अर्यालको प्रमुख आथिथ्यमा फागुन २ गते सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा महानिरीक्षक अर्यालले अस्पतालमा कार्यरत रही वर्षभरी उत्कृष्ट कार्य गर्ने सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरु तथा अवकाशप्राप्त सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरुलाई कदरपत्र प्रदान गर्नुभएको थियो । सोही अवसरमा महानिरीक्षक अर्यालले नेपाल एपीएफ अस्पतालको विविध गतिविधि समेटेर तयार पारिएको ‘अस्पताल प्रतिबिम्ब २०८०’ को विमोचन गर्नुभएको थियो ।

महानिरीक्षक अर्यालले नेपाल एपीएफ अस्पताललाई आजको अवस्थासम्म ल्याई पुऱ्याउन महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नुहुने सम्पूर्ण चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी र कर्मचारीहरुलाई हार्दिक धन्यवाद दिनुहुँदै अस्पतालमा कार्यरत कर्मचारीहरुलाई प्रविधि र सीपको नवीनतम् विकासलाई आत्मसाथ गरी आगामी दिनमा समेत उत्कृष्ट स्वास्थ्य सेवा प्रवाहमा कटिबद्ध भई निरन्तर लागिरहन निर्देशन दिनुभयो ।

एपीएफ कमाण्ड तथा स्टाफ कलेज

एपीएफ कमाण्ड तथा स्टाफ कलेजको ९औं स्थापना दिवस सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक राजु अर्यालको प्रमुख आतिथ्यमा फागुन २० गते विविध कार्यक्रम गरी सम्पन्न भएको छ ।

स्थापना दिवसको अवसरमा सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक अर्यालले उत्कृष्ट कार्य गर्ने सशस्त्र प्रहरी कर्मचारी तथा अवकाशप्राप्त सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरुलाई IG APF Commendation तथा प्रशंसापत्र प्रदान गर्नुका साथै आन्तरिक रुपमा आयोजित विभिन्न खेलकुद प्रतियोगिताका विजयी खेलाडी तथा समूहलाई पुरस्कार समेत प्रदान गर्नुभएको थियो ।

नं. २० विपद् उद्धार गण काठमाडौं

नं. २० विपद् उद्धार गण सिनामंगलको १६औं स्थापना दिवस नं. ९ पशुपतिनाथ बाहिनी मुख्यालय काठमाडौंका बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक पुरुषोत्तम थापाको प्रमुख आतिथ्यमा विविध कार्यक्रम गरी फागुन ३ गते सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा नायव महानिरीक्षक थापाले गणलाई विविध क्षेत्रमा सहयोग पुऱ्याउनु हुने महानुभावहरुलाई कदर पत्र प्रदान गर्नुका साथै वर्षभरि उत्कृष्ट कार्य गर्ने कर्मचारीहरुलाई पुरस्कार तथा प्रशंसापत्र प्रदान गर्नुभयो । स्थापना दिवसको अवसर पारेर गणले आन्तरिक खेलकुद प्रतियोगिता सञ्चालन गर्नुका साथै मठमन्दिरलगायत विभिन्न सार्वजनिक स्थानमा सरसफाई तथा रक्तदान कार्यक्रमको समेत आयोजना गरेको थियो ।

मद्दती तथा सेवा गुल्म सुनसरी

मद्दती तथा सेवा गुल्म सुनसरीको ९औं स्थापना दिवस फागुन २५ गते विविध कार्यक्रम गरी सम्पन्न भएको छ ।

स्थापना दिवसको अवसरमा विभिन्न मठमन्दिर तथा सार्वजनिक स्थलहरुको सरसफाई, गुल्म परिसर भित्र वृक्षारोपण, आन्तरिक रुपमा खेलकुद प्रतियोगिता संचालन गरी स्थापना दिवस सम्पन्न भएको हो ।

पैदल यात्रा तथा सीमावासीसँग अन्तरक्रिया कार्यक्रम

सुनसरी जिल्लाको अन्तर्राष्ट्रिय सीमानामा ५ दिने पैदल यात्रा तथा सीमावासीसँग अन्तरक्रिया कार्यक्रम सञ्चालन भएको छ।

नं. ४ गण सुनसरीको व्यवस्थापनमा सो जिल्लासँग सीमा जोडिएका इलाकाहरुमा अनुगमन गर्ने तथा सीमा सरोकारका विषयहरुमा छलफल गर्ने उद्देश्यले फागुन १२ गतेदेखि सञ्चालन गरिएको कार्यक्रम फागुन १६ गतेसम्म चलेको थियो। कार्यक्रममा सीमा क्षेत्र तथा स्तम्भको अवस्था, सीमा अपराध, सीमावासीका समस्या तथा जनसरोकारका विषयहरुमा छलफल भएको थियो।

यसैगरी नं. ४ गण सुनसरी र सशस्त्र सीमा बल (एसएसबी) ४५ बटालियन बिरपुर बीच फागुन २८ गते मैत्रीपूर्ण भलिबल प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ। प्रतियोगितामा सशस्त्र सीमा बल (एसएसबी) ४५ बटालियन बिरपुरले नं. ४ गण सुनसरीलाई ३-१ सेटले पराजित गरेको थियो।

स्वास्थ्य सेवा सम्बन्धी समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर

नं. १३ गण पर्सा र प्रभु हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर प्रा.लि. वीरगञ्ज तथा एभरेष्ट दन्त सेवा केन्द्र प्रा.लि. बीच स्वास्थ्य उपचार सेवाको समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर भएको छ। मधेश प्रदेशस्थित बहालवाला तथा भूतपूर्व सशस्त्र प्रहरी कर्मचारी र उनीहरुका आश्रित परिवारजन तथा अमर सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरुका आश्रित परिवारहरुलाई विभिन्न उपचार सेवामा छुट सुविधा उपलब्ध गराउने सम्बन्धमा द्विपक्षीय समझदारी पत्रमा हस्ताक्षर भएको हो।

झण्डोत्तोलन

सुनसरी जिल्लाको कोशी गाउँपालिका-८ तीनकुनेस्थित मुख्य नाकामा फागुन १८ गते राष्ट्रिय झण्डोत्तोलन गरिएको छ।

दाङ जिल्लाको गढवा गाउँपालिका-८ कोइलाबास सीमामा नेपालतर्फ राष्ट्रिय झण्डोत्तोलन गरिएको छ।

स.प्र.बल, नेपाल इकाई परिचय

सशस्त्र प्रहरी जवान तालिम शिक्षालय नौवस्ता, बाँके

कुनै पनि संगठनको सफलता उक्त संगठनको जनशक्तिमा भएको ज्ञान, सीप, कला तथा व्यवसायिकतामा

शिक्षालय लोगो

भर पर्दछ। संगठनमा नयाँ भर्ना भई आउने नवप्रवेशीहरुलाई प्रशिक्षण गर्ने र सोको लागि विभिन्न रणनैतिक, फौजी अभ्यासहरु सञ्चालन तथा संगठनमा आबद्ध कर्मचारीहरुलाई अनुशासित, सक्षम, ज्ञान, सीप, कलाकौशल, क्षमता अभिवृद्धि, दक्षता, कर्तव्यनिष्ठ, उच्च शारीरिक तथा मानसिक सहिष्णुतायुक्त, पेशागत जिम्मेवारी बहन गर्न सक्ने कर्मठ हुन आवश्यक छ। यसै

उद्देश्य प्राप्तिका लागि सशस्त्र प्रहरी बल नेपालले विभिन्न दर्जाका सशस्त्र प्रहरी कर्मचारीहरु विशेष गरी संगठनमा बिल्लादार तथा जवान उत्पादन गर्नका लागि समयसापेक्ष आधारभूत तथा उन्नत तालिमहरु सञ्चालन गर्ने उद्देश्यले तत्कालीन सरकारको निर्णयले २०५८ जेठ ३ गते सशस्त्र प्रहरी बल तालिम केन्द्रको स्थापना दाङ जिल्लाको भालुवाङमा भएको थियो। त्यसपश्चात् २०६१ साउन २२ गते मन्त्रिपरिषद्को निर्णयले बाँके जिल्लाको पूर्व-पश्चिम राजमार्ग (कोहलपुर) बाट ९ किलोमिटर उत्तर र कोहलपुर सुर्खेत जाने रत्न राजमार्गबाट १.५ किलोमिटर पश्चिम तत्कालीन नौवस्ता गाविस-२ नौवस्ता (हाल बैजनाथ गाउँपालिका-२ पितमारी) मा तालिम शिक्षालय रहेको छ। हाल रहेको स्थानमा स्थानान्तरण भएपश्चात् तालिम केन्द्रको रुपमा कार्यसञ्चालन गर्दै आइरहेको छ।

सप्रबउ प्रविण कँडेल
समादेशक

नेपाल सरकार मन्त्रिपरिषद्को २०७५ जेठ २७ गतेको निर्णयानुसार सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल सशस्त्र प्रहरी जवान तालिम शिक्षालयको नामाकरण गरिएको हो।

शिक्षालय 'ज्ञान अनुशासन वीरता' को मूल मन्त्र बोकी अगाडि बढिरहेको छ। तालिम शिक्षालयले जवान आधारभूत, सहायक निरीक्षक अल्पकालीन आधारभूत, नायव निरीक्षक/वरिष्ठ नायव निरीक्षक प्रशासनिक व्यवस्थापन, कवाज प्रशिक्षक, हुल तथा दंगा व्यवस्थापन, पि.टी., ड्रिल, नक्सा अध्ययन जि.पि.एस. तथा जि.आई.एस., सप्रबह/सप्रसनि से.मु.पति, बिल्लादार, से.मु. हतियार र पत्तिपति तालिमहरु सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ। नेपालभरिका तालिम शिक्षालयमध्ये पि.टी. प्रशिक्षक तालिम यस शिक्षालयमा मात्र प्रशिक्षण कार्य सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ।

देशमा आइपर्ने विभिन्न सुरक्षा चुनौतीहरुको पहिचान र त्यसको समस्याको समाधान गर्न सक्ने क्षमताको विकास गराउन र आवश्यकताअनुसार व्यवस्थापकीय क्षमताको विकासमा टेवा पुऱ्याउन शिक्षालयले स्थापनाकालदेखि हालसम्म जवान आधारभूत तालिम ३७ वटा सञ्चालन गरी कूल ३ हजार ९ सय १५ जना र विभिन्न पेशागत उन्नत तालिम नायव निरीक्षकदेखि जवानसम्म गरी हालसम्म २ सय ३६ वटा सञ्चालन भई १० हजार १ सय ६८ जना कर्मचारीहरुलाई कुशल एवं पेशागत दक्ष, सक्षम र सवल राष्ट्रसेवकको रुपमा दीक्षित गरिसकेको छ। यस आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा स्वीकृत तालिम क्यालेन्डरअनुसार १६ वटा तालिमहरुमा ६९० जना कर्मचारीहरुलाई पेशागत तथा व्यवसायिक ज्ञान प्रदान गर्ने कार्ययोजना रहेको छ।

हालसम्मका समादेशकहरू

सि.नं.	दर्जा	नामथर	कार्यरत	
			देखि	सम्म
१.	सप्रउ	राजन थापा	२०५८/०२/०३	२०५८/०७/०२
२.	सप्रउ	लक्ष्मीप्रसाल बस्याल	२०५८/०७/०२	२०५८/११/३०
३.	सप्रबउ	सनतकुमार बस्नेत	२०५८/११/३०	२०५९/१२/३०
४.	सप्रउ	दुर्जकुमार राई	२०५९/१२/३०	२०६०/०६/०२
५.	सप्रउ	पोषेन्द्रध्वज खाँड	२०६०/०६/०२	२०६०/०९/२३
६.	सप्रउ	सुशीलकुमार श्रेष्ठ	२०६०/०९/२४	२०६१/०४/१८
७.	सप्रउ	प्रकाश ओझा	२०६१/०४/१९	२०६१/०६/१३
८.	सप्रबउ.	ठाकुरमोहन श्रेष्ठ	२०६१/०६/१४	२०६२/०५/०४
९.	सप्रबउ	मुकुन्द थापा क्षेत्री	२०६२/०५/०५	२०६४/०१/१६
१०.	सप्रबउ	कृष्णकुमार तामाङ	२०६४/०१/१७	२०६४/०२/२३
११.	सप्रबउ	महावीर गुरुङ	२०६४/०२/२४	२०६५/०३/०१
१२.	सप्रबउ	राजेन्द्रकुमार सिंह	२०६५/०३/०२	२०६६/०२/२३
१३.	सप्रउ	पुष्पराम के.सी.	२०६६/०२/२४	२०६६/०५/३०
१४.	सप्रउ	निराकारम विक्रम शाह	२०६६/०५/३०	२०६६/०६/२६
१५.	सप्रउ	पुष्पराम के.सी.	२०६६/०६/२६	२०६६/०७/२९
१६.	सप्रबउ	बाबुराम पाण्डे	२०६६/०७/२९	२०६७/०६/०६
१७.	सप्रबउ	प्रल्हाद के.सी.	२०६७/०६/०६	२०६९/०४/३०
१८.	सप्रबउ	निराकाराम विक्रम शाह	२०६९/०४/३०	२०७०/०२/३०
१९.	सप्रबउ	खड्गबहादुर राई	२०७०/०२/३०	२०७१/१०/०४
२०.	सप्रबउ	गोपाल मिश्र	२०७१/१०/०४	२०७२/११/०५
२१.	सप्रबउ	प्रविणकुमार श्रेष्ठ	२०७२/११/०५	२०७३/११/२३
२२.	सप्रबउ	भरतकुमार श्रेष्ठ	२०७३/११/२३	२०७५/०३/३१
२३.	सप्रबउ	कमल गिरी	२०७५/०३/३१	२०७६/०४/०३
२४.	सप्रबउ	अभिकुमार खत्री	२०७६/०४/०३	२०७७/०४/०४
२५.	सप्रबउ	इन्द्रराज कार्की	२०७७/०४/०४	२०७७/०९/२९
२६.	सप्रबउ	कृष्णराज पाठक	२०७७/०९/२९	२०७९/०३/२२
२७.	सप्रबउ	भुपेन्द्र के.सी.	२०७९/०३/२२	२०८०/०५/१५
२८.	सप्रबउ	प्रविण कँडेल	२०८०/०५/१५	हालसम्म

पक्राउ / बरामद

नं. १ श्रीअन्तु गण इलाम

लागूऔषधसहित व्यक्ति नियन्त्रण

सुरक्षा बेस आइतबारे इलामबाट खटिएको चेकप्वाइन्ट टोलीले फागुन ५ गते अवैध औषधिसहित २ जना नियन्त्रणमा लिएको छ ।

झापाबाट पाँचथरतर्फ जाँदै गरेको प्रदेश नं. १-०३-००१ प ५७६७ नंम्बरको मोटरसाइकलमा सवार दुई जना व्यक्तिको साथबाट Teerscan ५० पिस र Spasrest १ स्टिप औषधि फेला परेको थियो । नियन्त्रणमा लिइएका दुवै जनालाई बरामद औषधि र मोटरसाइकलसहित आवश्यक कारवाहीका लागि प्रहरी चौकी फिक्कलमा बुझाइएको छ ।

नं. १ श्रीअन्तु गण इलाम र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा १० लाख ५८ हजार ५ सय ४० रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. २ गण झापा

भारतीय रुपैयाँसहित नियन्त्रण

गौरीगञ्ज गाउँपालिका-५ फत्तेपुर सीमा इलाकामा फागुन ९ गते २ लाख भारतीय रुपैयाँसहित १ जनालाई नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

बी.आर ३७ वाई ३३९४ नम्बरको मोटरसाइकलमा भारतबाट नेपालतर्फ आउँदै गरेका भारत घर बताउने ३५ वर्षीय पुरुषलाई रुपैयाँसहित प्रस्तावित सीमा सुरक्षा गुल्म गौरीगञ्जले नियन्त्रणमा लिएको हो । नियन्त्रणमा लिइएका व्यक्तिलाई इलाका प्रहरी कार्यालय गौरीगञ्जमा बुझाइएको छ ।

औषधि र गाडीसहित नियन्त्रण

अर्जुनधारा नगरपालिका-११ स्थित पूर्व-पश्चिम लोकमार्गको कालीखोलाबाट फागुन १३ गते करिब २२ लाख ६७ हजार रुपैयाँबराबरको औषधि र गाडीसहित एक जनालाई नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

काँकडभिट्टाबाट विर्तामोडतर्फ आउँदै गरेको प्र १-०१-००१ च ९४०० नम्बरको बोलेरो पिकअप गाडीमा राखी ल्याउँदै गरेको अवैध औषधिसहित उनलाई सुरक्षा बेस शनिश्चरेले नियन्त्रणमा लिएको हो । नियन्त्रणमा लिइएका उनलाई बरामद औषधि र गाडीसहित आवश्यक अनुसन्धानका लागि राजश्व अनुसन्धान कार्यालय इटहरीमा बुझाइएको छ ।

नं. २ गण झापा र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ६० लाख ६१ हजार ३ सय ७ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. ४ गण सुनसरी

गाँजासहित एम्बुलेन्स नियन्त्रण

बराहक्षेत्र नगरपालिका-१ चतराबाट फागुन १३ गते गाँजासहित को १ च २९३७ नम्बरको एम्बुलेन्स नियन्त्रणमा लिइएको छ । चतराबाट सूर्यकुण्ड जाने भित्री सडकखण्डमा शंकास्पद अवस्थामा रोकी राखेको सो एम्बुलेन्सभित्र ९ वटा पोकामा रहेको २७३.१३० के.जी. गाँजा सुरक्षा बेस चतराले बरामद गरेको हो ।

यसैगरी देवानगन्ज गाउँपालिका-४ यादव टोलबाट फागुन १५ गते करिब ७२ के.जी. गाँजा प्रस्तावित सीमा सुरक्षा गुल्म कप्तानगन्जले बरामद गरेको छ । बरामद गाँजा तथा एम्बुलेन्स आवश्यक कारबाहीका लागि स्थानीय प्रहरीमा बुझाइएको छ ।

नं. ४ गण सुनसरी र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ६३ लाख ३२ हजार ४ सय ५१ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. ६ गण सप्तरी

मोबाइल र मोटरसाइकलसहित व्यक्ति नियन्त्रण

बलानबिहुल गाउँपालिका-४ बेल्हीस्थित सीमा इलाकाबाट फागुन ११ गते मोबाइल र एउटा मोटरसाइकलसहित एक जनालाई नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

प्रदेश १-०५-००१ प ६५६१ नम्बरको मोटरसाइकलमा भारतबाट नेपालतर्फ आउँदै गरेका व्यक्तिलाई बीओपी बेल्हीले निजको साथमा ४ थान आइफोन फेला पारेको हो । नियन्त्रणमा लिइएकोलाई आइफोन र मोटरसाइकलसहित आवश्यक कारबाहीका लागि राजविराज भन्सार कार्यालय बेल्ही सप्तरीमा बुझाइएको छ ।

नं. ६ गण सप्तरी र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ११ लाख ७२ हजार ८ सय ४० रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. ७ गण सिरहा

मदिरासहित गाडी नियन्त्रण

औरही गाउँपालिका-५ दोनवारी टोलस्थित सीमा इलाकाबाट फागुन १९ गते १२ लाख ४० हजार रुपैयाँबराबरको मदिरा र पिकअप गाडी नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

बीआर ३२ एफ ५०१७ नम्बरको भारतीय पिकअप गाडीमा राखेर नेपालबाट अवैध रुपमा भारततर्फ लैजाँदै गरेको २ सय कार्टुन मदिरा बीओपी इट्टाटारले नियन्त्रणमा लिएको हो । नियन्त्रणमा लिइएको मदिरा र गाडी भन्सार कार्यालय मार्डरमा बुझाइएको छ ।

नं. ७ गण सिरहा र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ८३ लाख २२ हजार ६ सय ९७ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. ८ गण धनुषा

चोरीपैठारीको सामान बरामद

धनुषा जिल्लाको विभिन्न स्थानबाट करिब ८ लाख रुपैयाँबराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद भएको छ ।

भारतबाट अवैध रुपले नेपालतर्फ ल्याउँदै गरेको उल्लेखित मूल्यको सामान नं. ८ गण धनुषा र मातहतका इकाईहरुले बरामद गरेको हो । बरामद सामानहरुमा खाद्यान्न, लत्ताकपडा, कस्मेटिक, किराना तथा हार्डवयरका सामान र मदिरा रहेका छन् । बरामद सामान आवश्यक कारबाहीका लागि सम्बन्धित निकायमा बुझाइएको छ ।

नं. ८ गण धनुषा र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ४० लाख ३६ हजार ४ सय १८ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. १० गण सर्लाही

पेस्तोल र गोली बरामद

ब्रम्हपुरी गाउँपालिका-५ इनर्वास्थित सीमा इलाकाबाट फागुन १८ गते एउटा पेस्तोल सो को गोली बरामद भएको छ ।

बीआर ३० एक्स ७७१३ नम्बरको भारतीय मोटरसाइकलमा सवार व्यक्ति बीओपी सखुअवाको सुरक्षा फौजलाई देख्नासाथ मोटरसाइकल, मेड इन युएसए लेखिएको १ थान पेस्तोल र सोको म्याजिन तथा ५ वटा गोली सोही ठाउँमा छाडी फरार भएका थिए । नियन्त्रणमा लिइएको पेस्तोल, म्याजिन, गोली र मोटरसाइकल आवश्यक कारबाहीका लागि जिल्ला प्रहरी कार्यालय मलंगवामा बुझाइएको छ ।

कुखुराको चल्लासहित बोलेरो नियन्त्रण

मुखियापट्टी मुसहरनिया गाउँपालिका-३ स्थित तुल्सियाही इलाकाबाट फागुन ३ गते करिब १९ लाख ४१ हजार रुपैयाँबराबरको कुखुराको चल्ला र बोलेरो पिकअप गाडी नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

ज १ च ७४८ नम्बरको महिन्द्रा बोलेरो पिकअप गाडीमा राखेर भारतबाट अवैध रुपले नेपालतर्फ ल्याउँदै गरेको उल्लेखित मूल्यको चल्ला र पिकअप गाडी बोर्डर आउट पोष्ट फुलगामाले नियन्त्रणमा लिएको हो ।

नियन्त्रणमा लिइएको गाडी जनकपुर भन्सार कार्यालयमा बुझाइएको छ भने बरामद चल्ला बोर्डर आउट पोष्ट फुलगामा, पशु क्वारेन्टाइनका प्रतिनिधि, स्थानीय प्रहरी, सञ्चारकर्मीको रोहवरमा नष्ट गरिएको छ ।

नं. १० गण सर्लाही र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा १४ लाख ३८ हजार ४ सय ९६ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. १२ गण बारा

लागूऔषधसहित व्यक्ति नियन्त्रण

विश्रामपुर गाउँपालिका-१ स्थित बंगरी खोला सीमा इलाकाबाट फागुन २३ गते लागूऔषधसहित एक जनालाई नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

भारतबाट नेपालतर्फ आउँदै गरेको भारतीय नागरिक २२ वर्षीय युवालाई फरवार्ड सुरक्षा बेस छतवाको सुरक्षा फौजले २ सय ३२ बोतल प्रतिवन्धित ओनरेक्स लागूऔषधसहित नियन्त्रणमा लिएको हो । बरामद लागूऔषधसहित साहलाई आवश्यक कारबाहीका लागि इलाका प्रहरी कार्यालय बारामा बुझाइएको छ ।

नं. १२ गण बारा र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा १५ लाख ४१ हजार ३ सय ७५ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. १३ गण पर्सा

लत्ताकपडासहित ट्रक नियन्त्रण

वीरगञ्ज महानगरपालिका-२५ बहुअरीबाट फागुन १२ गते शंकास्पद बिलबिजक भएको ७० लाख रुपैयाँबराबरको लत्ताकपडा र ट्रक नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

वीरगञ्जबाट काठमाडौंतर्फ आउँदै गरेको ना८ख ३९७८ नम्बरको ट्रकमा लोड गरी ल्याउँदै गरेको लत्ताकपडाको बिलबिजक शंकास्पद देखिएपछि प्रस्तावित सीमा सुरक्षा गुल्म अलौले ट्रकसहित नियन्त्रणमा लिएको हो ।

लत्ताकपडा र ट्रक आवश्यक कारबाहीका लागि राजश्व अनुसन्धान कार्यालय पथलैया, बारामा बुझाइएको छ ।

चोरीपैठारीको सामान बरामद

वीरगञ्ज महानगरपालिका-५ कुमालटोलबाट फागुन १६ गते करिब ४ लाख ३२ हजार रुपैयाँको किराना सामान बरामद भएको छ । भारतबाट अवैध रुपले ल्याई सोही ठाउँको एकतले घरमा भण्डार गरी राखेको किराना सामान प्रस्तावित सीमा सुरक्षा गुल्म वीरगञ्जले बरामद गरेको हो । बरामद सामान वीरगञ्ज भन्सार कार्यालयमा बुझाइएको छ ।

नं. १३ गण पर्सा र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ४६ लाख ७० हजार ९ सय ६९ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. १४ गण मकवानपुर

सामानसहित ट्रक नियन्त्रण

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-१५ चुरियामाईस्थित पूर्व-पश्चिम लोकमार्गबाट फागुन २० गते राति विभिन्न सामानसहित ५ वटा ट्रक र एउटा पिकअप गाडी नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

ना ७ ख ५४०, ना ३ ख ३७४, ना ५ ख ९१२, ना ३ ख ३१३, बा.प्र ०३-००१ ख १६२२ र बा.प्र ०२६ च ५६४१ नम्बरको योद्धा पिकअप गाडीलाई नं. १४ गण मकवानपुर, सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल राजश्व प्रहरी इकाइ पथलैया र राजश्व अनुसन्धान कार्यालय पथलैयाको संयुक्त टोलीले नियन्त्रणमा लिएको हो ।

काठमाडौंतर्फ जान लागेका ट्रक र पिकअप गाडीलाई बिलबिजक शंकास्पद देखिएपछि खुद्रा सामान तथा प्याजसहित नियन्त्रणमा लिइएको हो । नियन्त्रणमा लिइएको गाडी तथा सामान राजश्व अनुसन्धान कार्यालय पथलैयामा बुझाइएको छ ।

नं. १४ गण मकवानपुर र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा २५ लाख ५३ हजार ४ सय रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. २६ गण पश्चिम नवलपरासी

करीब २ हजार बोरा चिनी र केराउ बरामद

सुस्ता गाउँपालिका-१ बरुवाबाट फागुन २१ गते करिब २ हजार बोरा चिनी र केराउ बरामद भएको छ ।

भारतबाट अवैध रुपमा ल्याई गोदाम गरिएको भन्ने विशेष सूचनाको आधारमा नं. २६ गण पश्चिम नवलपरासीले उक्त चिनी र केराउ बरामद गरेको हो ।

स्थानीय श्याम भनिने ज्ञानु अर्यालको घर पछाडि गोदाममा लुकाइराखेको ५० र ३० किलोको बोरामा रहेको २ सय बोरा भन्दा बढी चिनी र १ हजार ७ सय बोराभन्दा बढी केराउ रहेको छ । करिब ४५ लाख मूल्यभन्दा बढीको अनुमान गरिएको चिनी र केराउ सो ठाउँमा अवैध भण्डारण गरी नक्कली कागजपत्र बनाएर देशका विभिन्न ठाउँमा सप्लाइ गर्ने गरेको समेत बुझिएको छ ।

यसैगरी पश्चिम नवलपरासी जिल्लाको सुस्ता गाउँपालिका-५ बनकट्टीबाट फागुन २२ गते विहान ६७ बोरा प्याज बरामद भएको छ ।

भारतबाट अवैध रुपले ल्याएर एक घरमा लुकाई छिपाई राखिएको अवस्थामा नं. २६ गण पश्चिम नवलपरासीले नियन्त्रणमा लिएको हो । विशेष सूचनाको आधारमा खटिएको सुरक्षा फौजले ५० किलोको बोरामा रहेको उल्लेखित प्याज बरामद गरेको हो । बरामद चिनी, केराउ र प्याज आवश्यक कारबाहीका लागि महेशपुर भन्सार कार्यालय पश्चिम नवलपरासीमा बुझाइएको छ ।

नं. २६ गण पश्चिम नवलपरासी र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ४६ लाख ५० हजार ४ सय ४८ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. २७ गण रुपन्देही

कस्मेटिक सामानसहित बस नियन्त्रण

बुटवल उपमहानगरपालिका-१० चोराह इलाकाबाट करिब ९ लाख ४१ हजार रुपैयाँबराबरको कस्मेटिक सामानसहित बस नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

भैरहवाबाट काठमाडौंतर्फ जाँदै गरेको लु२ख ४५३५ नम्बरको यात्रुवाहक बसलाई सुरक्षा बेस बुटवलले नियन्त्रणमा लिएको हो ।

विशेष सूचनाको आधारमा उल्लेखित मूल्यको कस्मेटिक सामान र गाडी नियन्त्रणमा लिइएको हो । नियन्त्रणमा लिइएको सामान र गाडी भैरहवा भन्सार कार्यालय बेलहियामा बुझाइएको छ ।

प्याजसहित मोटरसाइकल नियन्त्रण

सिद्धार्थनगर नगरपालिका-१ स्थित आँफको बगैचा इलाकाबाट करिब २ लाख १ हजार रुपैयाँको प्याजसहित मोटरसाइकल फागुन ४ गते नियन्त्रणमा लिइएको छ । भारतबाट अवैध रुपमा मोटरसाइकलमा राखेर ल्याउँदै गरेको अवस्थामा प्रस्तावित सीमा सुरक्षा गुल्म डण्डाले नियन्त्रणमा लिएको हो । नियन्त्रणमा लिइएको प्याज र मोटरसाइकल भैरहवा भन्सार कार्यालय बेलहियामा बुझाइएको छ ।

नं. २७ गण रुपन्देही र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ९८ लाख ८३ हजार ८ सय ३६ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. २८ गण कपिलवस्तु

सामान बरामद

शिवराज नगरपालिका-५ चन्द्रौटा इलाकाबाट फागुन ७ गते करिब ३ लाख ५० हजार ४ सय ७० रुपैयाँबराबरको लत्ताकपडा र प्याज बरामद भएको छ ।

भारतबाट अवैध रुपले नेपालतर्फ ल्याई बेवारिसे अवस्थामा रहेको उल्लेखित मूल्यको लत्ताकपडा र ७ सय ४० के.जी प्याज नं. ५ विन्ध्यावासिनी बाहिनी मुख्यालय रुपन्देहीले बरामद गरेको हो । बरामद सामान कृष्णनगर भन्सार कार्यालयमा बुझाइएको छ ।

नं. २८ गण कपिलवस्तु र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा १६ लाख ४९ हजार ८ सय ८० रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. ३० बागेश्वरी गण बाँके

सामान बरामद

नेपालगञ्ज उपमहानगरपालिका १५ जमुनाहस्थित सीमा इलाकाबाट फागुन ४ गते करिब २ लाख २७ हजार ५ सय रुपैयाँबराबरको सामान बरामद भएको छ ।

भारतबाट अवैध रुपले नेपालतर्फ ल्याउँदै गरेको उल्लेखित मूल्यको लत्ताकपडा तथा काँसका भाँडावर्तन प्रस्तावित सीमा सुरक्षा गुल्म बाँकेले बरामद गरेको हो । बरामद सामान भन्सार कार्यालय जमुनाह बाँकेमा बुझाइएको छ ।

भरुवा बन्दुकसहित व्यक्ति नियन्त्रण

जानकी गाउँपालिका-१ शिवपुरी इलाकाबाट फागुन ७ गते १ नाल भरुवा बन्दुकसहित एक जनालाई नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

बीओपी बढैया बाँकेबाट गस्तीमा खटिएको सुरक्षा फौजले सोही ठाउँ बस्ने ३७ वर्षीय युवालाई सो बन्दुकसहित नियन्त्रणमा लिएको हो । नियन्त्रणमा लिइएकालाई उक्त बन्दुकसहित जिल्ला प्रशासन कार्यालय नेपालगञ्ज बाँकेमा बुझाइएको छ ।

नं. ३० बागेश्वरी गण बाँके र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ९१ लाख ५४ हजार ८ सय ३३ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

नं. ३४ गण कैलाली

अवैध सामानसहित व्यक्ति नियन्त्रण

धनगढी उपमहानगरपालिका २ स्थित सीमा इलाकाबाट फागुन १६ गते करिब ७ लाख ९८ हजार रुपैयाँबराबरको सामानसहित ४ जना व्यक्तिलाई नियन्त्रणमा लिइएको छ ।

प्रस्तावित सीमा सुरक्षा गुल्म त्रिनगरले लत्ताकपडा तथा इलेक्ट्रोनिक्स सामानसहित नियन्त्रणमा लिइएकाहरुलाई बरामद सामानसहित भन्सार कार्यालय त्रिनगरमा बुझाइएको छ ।

नं. ३४ गण कैलाली र मातहत युनिटहरुले फागुन महिनामा ३१ लाख ३८ हजार ६२ रुपैयाँ बराबरको चोरीपैठारीको सामान बरामद गरी भन्सार दाखिला गरेको छ ।

Panic Attack (अतासिने समस्या)

सशस्त्र प्रहरी नायव उपरीक्षक शम्भुविक्रम शाह

Panic Attack अर्थात् अतासिने समस्या (घबराहट) जुनसुकै व्यक्तिमा कुनै वास्तविक संकट वा मानसिक कारणविना नै अकस्मात छोटो समयको लागि उत्पन्न हुने अत्याधिक डर हो, जसमा व्यक्ति अतालिनुका साथै गम्भीर शारीरिक प्रतिक्रियाहरु जस्तै मुटुको ढुकढुकी बढ्ने, श्वासप्रश्वास छिटो र छोटो हुने, रिंगटा लाग्ने, काँप्ने र माशँपेशीमा दुखाई हुनुको साथै बाउडिनेसमेत हुने गर्दछ ।

Panic Attack को समयमा व्यक्तिलाई आफूले नियन्त्रण गुमाएको, हर्ट अट्याक आउने वा अब मर्छु होला जस्तो भावना आएर अत्यन्तै डर लाग्ने हुन्छ । वास्तवमा Panic Attack बारम्बार र अप्रत्याशित रुपमा आउने गर्छ तर यो कुनै बाह्य जोखिम वा संकटसँग भने सम्बन्धीत हुँदैन । यस्तो अवस्था केही मिनेटदेखि आधा घण्टासम्म रहिरहन सक्छ । तथापी शारीरिक तथा भावनात्मकरुपमा प्रभाव भने केही घण्टासम्म रहन सक्छ ।

Panic Attack आफैमा स्वास्थ्यका लागि खतरापूर्ण वा हानिकारक नभएतापनि यसले एक गुणस्तर युक्त जीवनमा ह्रास ल्याउने कार्य गर्छ । विभिन्न शोधहरुका अनुसार करिब १३ प्रतिशत मानिसमा यस्तो समस्या आउने देखिन्छ । National Comorbidity Survey Adolescent Supplement (NCS-A)का अनुसार करिब १३ देखि १८ वर्ष उमेरदेखि नै पहिलो पटक यो समस्या देखिन सक्छ । यो मानिसको जीवनकालमा जुनसुकै समयमा पनि एक पटक वा बारम्बार हुनसक्छ । तर यदि कसैलाई बारम्बार र कुनै संकेतविना नै Panic Attack आउँछ भने यसलाई Panic Disorder (घबराहटयुक्त विकार) भनिन्छ र यो Anxiety Disorders (दुश्चिन्ता विकार) भित्र पर्ने एक मानसिक रोग हो ।

हाम्रो शरीरले तत्काल कुनै संकटको सामना गर्नुपर्ने अवस्थामा, मस्तिष्कले स्वाचालित रुपमा स्नायु प्रणालीलाई संकटसँग सामना गर्नको लागि अर्थात Flight or Fight (भाग्न वा लड्न) प्रतिक्रियाको लागि आदेश दिन्छ । जसअनुरुप शरीरमा Adrenaline नामको रसायनको धेरै मात्रामा प्रवाह बढ्न थाल्छ र फलस्वरुप शारीरिक प्रतिक्रियाहरु देखापर्न थाल्छन् । जस्तै मुटुको धड्कन र श्वासप्रश्वास तीब्र हुनु र मासंपेशीमा रक्त प्रवाह बढ्नु ।

Panic Attack का लक्षणहरु

प्राय:जसो Panic Attack कुनै संकेतबिना नै अकस्मात जुनसुकै अवस्थामा पनि आउन सक्छ । अर्थात व्यक्ति हिड्दै गर्दा, Driving गर्दा, मस्त निद्रामा वा कुराकानी गरिरहेको अवस्थामा समेत हुनसक्छ । सामान्यतया Panic Attack हुँदा लक्षणहरु केही मिनेटभित्रै उच्च अवस्थामा पुग्ने हुन्छन् भने जब यसको असर सकिन्छ व्यक्तिले थकानका साथसाथै आफूलाई जीर्ण महशुस गर्दछन् । विशेष तह निम्नलिखित लक्षणहरु देखिने गर्दछन् ।

१. आफ्नो नियन्त्रण गुमाउने डर वा बेहोश हुने वा मर्छु कि भन्ने डर
२. तिव्र मुटुको धड्कन
३. पसिना आउने
४. काँप्ने वा हल्लिने
५. छोटो र छिटो श्वास फेर्ने
६. घाँटीमा अप्ठेरो महशुस हुने
७. शरीर चिसो हुने
८. रिंगटा लाग्ने तथा बान्ता होला जस्तो हुने
९. पेट बटार्ने तथा मुख सुख्खा हुनु
१०. छाती दुख्ने, टाउको दुख्ने
११. उच्चस्तरमा सतर्क वा सावधान रहने
१२. चिन्तित रहने र अतार्किक सोचाई आउने
१३. अनुहारमा रंग परिवर्तन तथा तातोपन हुनु

सबैभन्दा मुख्य डर भनेको फेरी अर्को attack आउँछ कि भन्ने रहन्छ । जसले गर्दा व्यक्तिले कुनै निश्चित परिस्थितिहरुदेखि टाढा भाग्ने वा लत्याउने गर्दछन् । यसप्रकार आफूमा विद्यमान लक्षणहरु सामान्य हुन् वा जटिल प्रकृतिका वा अन्य शारीरिक तथा मानसिक रोगहरुका कारणले गर्दा भएको हो भनी यकिन गर्नका लागि आफ्नो चिकित्सकसँग सल्लाह गर्नु उपयुक्त हुन्छ । निम्नलिखित समस्याहरुको कारणले गर्दा पनि Panic attack सँग मिल्दोजुल्दो लक्षणहरु देखिने भएकाले सचेत रहनु पर्ने देखिन्छ ।

क. डायबिटिज (Diabetes)
ख. दमसम्बन्धी रोग (Asthma)
ग. कान सम्बन्धी भित्री समस्या (Inner Ear Complaints)
घ. थायरोइड (Hyperthyroidism)
ङ. मुटुसम्बन्धी समस्या (Cardiac Complaints)
च. बच्चा जन्माइसकेपछि महिलामा हुने थायराइड (Post–Partum Hyperthyroidism)
छ. कुनै निर्दिष्ट मानसिक रोगहरु जस्तै Depression, Anxiety, Bipolar disorder, Substance use disorder तथा Personality Disorder आदि

Panic Attack हुने कारणहरु

Panic Attack हुनमा कुनै निश्चित कारणहरु हालसम्म जानकारीमा नआए पनि निम्नलिखित कारणहरुले यसो हुनमा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको तथ्य विभिन्न शोधहरुमा पाइन्छ ।

१. वंशानुगत कारण : वंशानुगत कारणअनुसार प्रथम श्रेणीका आफन्तहरुमा यो समस्या भएमा Heredity को रुपमा त्यसपछिका पिंढीहरुमा समेत यो समस्या विकसित हुनसक्छ ।
२. तनावपूर्ण जीवन
३. पीडादायिक वा दर्दनाक घटना जस्तै शारीरिक तथा यौनिक आक्रमण वा हिंसा र गम्भीर दुर्घटना
४. धुम्रपान तथा क्याफिनयुक्त पेय पदार्थको अत्याधिक प्रयोग

Panic Attack बाट उत्पन्न हुने कठिनाइहरु

Panic Attack तथा Panic Disorder समयमै उपचार नगरिएमा यसले जीवनको प्राय:जसो सबै क्षेत्रमा नकारात्मक प्रभाव पार्ने गर्दछ । आफ्नो गुणस्तरीय जीवनलाई बर्वाद गर्दै पुन: अर्को attack आउला कि भन्ने त्रासमा जीवन जीउनु पर्ने हुन्छ । सामान्यतया;

१. Panic Attack का कारण निश्चित प्रकारका डरसम्बन्धी विकार (Phobias) हरु जस्तै घरबाट एक्लै निस्किन नसक्ने, Driving गर्न नसक्ने आदि हुन सक्छ ।
२. स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित समस्याहरु बारम्बार आइरहने र अस्पताल धाइरहने हुनसक्छ ।
३. सामाजिक परिस्थितिहरुबाट तर्किनु वा अलगिनु ।
४. आफ्नो पेशा वा दैनिक जीवनमा समस्याहरु देखापर्नु ।
६. Depression, Anxiety जस्ता अन्य मानसिक रोगहरु देखापर्नु ।
७. आत्महानी वा आत्महत्याको सोच आउनु तथा उपक्रम गर्नु ।
८. मादक पदार्थ वा अन्य हानिकारक पदार्थहरुको सेवन गर्नु ।

Panic Attack आउने व्यक्तिले स्वयम् आफ्नो हेरचाह कसरी गर्न सकिन्छ ?

१. आफ्नो ध्यानलाई Panic Attack का कारण उत्पन्न लक्षणहरुमा केन्द्रित गरेर आफैसँग कुरा गर्न बन्द गर्नुहोस् । जस्तै अब म ढल्छु कि वा मर्छु कि वा म डराउन हुँदैन इत्यादि ।

२. लक्षणहरु असहज भएता पनि जीवन संकटमा पार्ने खालका छैनन् भन्ने कुरा आफैलाई याद गराउनुहोस् ।

३. आफ्नो ध्यानलाई आफ्नो शरीर भन्दा बाहिरका कुराहरुमा केन्द्रित गर्नुहोस् । जस्तै deep breathing गर्ने, १०० सम्म गन्ती गर्ने वा आफ्नो वरिपरी सुनिएका आवाजहरुमा ध्यान केन्द्रित गर्ने ।

४. आनन्दपुर्वक विश्राम गरेर लक्षणहरुलाई आउन र जान दिनुहोस् । सहज हुने प्रयत्न गर्नुहोस् ।

५. लक्षणहरु अत्यन्तै गम्भीर भएमा वा धेरै समयसम्म वा धेरै पटक यस्तो समस्या देखा परेमा तुरुन्तै विज्ञकहाँ सम्पर्क राख्नुहोस् ।

Panic Attack तथा Panic Disorder को उपचार

सामान्यतया Panic Attack वा Panic Disorder को उपचार निम्न उल्लेखित एक वा एकभन्दा बढी विकल्पहरुको प्रयोग गरी गर्ने गरिन्छ ।

१. मनोचिकित्सा तथा Psychotropic Medicines
२. मनोपरामर्श तथा थेरापी

नोट: मानसिक स्वास्थ्य समस्याको बारेमा तपाईंहरुको कुनै जिज्ञासा वा समस्याहरु भएमा infosec.secretariat@gmail.com मा लेखी पठाउनुहोला । हामी यहाँहरुको व्यक्तिगत अधिकारको सम्मान गर्दै पहिचान गोप्य राखी सो सम्बन्धी जानकारी दिनेछौं ।

विपद् व्यवस्थापन बेस स्थापना

मकवानपुर जिल्लाको इन्द्रसरोवर गाउँपालिका-२, हेटीमा विपद् व्यवस्थापन बेस कुलेखानीको स्थापना भएको छ । बेसको फागुन ३ गते नं. ३ गढीमाई वाहिनी मुख्यालय मकवानपुरका बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक लक्ष्मणबहादुर सिंहले उद्घाटन गर्नुभयो ।

बोर्डर आउट पोष्ट उद्घाटन

सुनसरी जिल्ला बर्जु गाउँपालिका-४ स्थित बोर्डर आउट पोष्ट हर्वेनीको फागुन २३ गते विधिवत रुपमा उद्घाटन भएको छ । नं. १ बराह वाहिनी मुख्यालयका बाहिनीपति सशस्त्र प्रहरी नायव महानिरीक्षक अन्जनीकुमार पोखरेलले बीओपी उद्घाटन गर्नुभएको हो । कार्यक्रममा बीओपीलाई नि:शुल्क जग्गादान गर्ने रोमी शर्मा जैन र बर्जु गाउँपालिकालाई सम्मान स्वरुप कदर-पत्र प्रदान गरिएको थियो ।

हार्दिक श्रद्धाञ्जलि

जन्म २०३९।१०।२९
स्वर्गारोहण २०८०।११।२१

सशस्त्र प्रहरी नायव उपरीक्षक
स्व. उपेन्द्र बस्याल

सशस्त्र प्रहरी नायव उपरीक्षक उपेन्द्र बस्यालको कर्तव्यपालनाको सिलसिलामा असामयिक निधन भएकोले उहाँको दिवंगत आत्माको चीर शान्तिको कामना गर्दै शोक सन्तप्त परिवारजनमा धैर्यधारण गर्ने शक्ति प्राप्त होस् भनि सशस्त्र प्रहरी बल, नेपालका सकल दर्जाको तर्फबाट हार्दिक श्रद्धाञ्जलि व्यक्त गर्दछौं ।

सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल

जन्म २०३९।०६।२२
स्वर्गारोहण २०८०।११।१९

सशस्त्र प्रहरी हवल्दार स्व. प्रेम लुहार

नं. ३६ गण डोटीमा कार्यरत सशस्त्र प्रहरी हवल्दार प्रेम लुहारको कर्तव्यपालनाको सिलसिलामा असामयिक निधन भएकोले उहाँको दिवंगत आत्माको चीर शान्तिको कामना गर्दै शोक सन्तप्त परिवारजनमा धैर्यधारण गर्ने शक्ति प्राप्त होस् भनि सशस्त्र प्रहरी बल, नेपालका सकल दर्जाको तर्फबाट हार्दिक श्रद्धाञ्जलि व्यक्त गर्दछौं ।

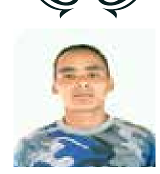
सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल

जन्म २०४७।०६।२२
स्वर्गारोहण २०८०।११।०९

सशस्त्र प्रहरी सहायक हवल्दार
स्व. दीपेन्द्र गुरुङ

नं. ४२ रिजर्भ गण शम्शेरगञ्ज, बाँके दरबन्दी भई नं. ३२ रक्तकाली गण सुर्खेतमा कार्यरत सशस्त्र प्रहरी सहायक हवल्दार दीपेन्द्र गुरुङको कर्तव्यपालनाको सिलसिलामा असामयिक निधन भएकोले उहाँको दिवंगत आत्माको चीर शान्तिको कामना गर्दै शोक सन्तप्त परिवारजनमा धैर्यधारण गर्ने शक्ति प्राप्त होस् भनि सशस्त्र प्रहरी बल, नेपालका सकल दर्जाको तर्फबाट हार्दिक श्रद्धाञ्जलि व्यक्त गर्दछौं ।

सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल


जन्म २०५०।०६।०८
स्वर्गारोहण २०८०।११।२१

सशस्त्र प्रहरी सहायक हवल्दार
स्व. सुरेन्द्रबहादुर बोहरा

नं. ५१ गुल्म बैतडी दरबन्दी भई बीओपी ब्रह्मदेव, कञ्चनपुरमा कार्यरत सशस्त्र प्रहरी सहायक हवल्दार सुरेन्द्रबहादुर बोहराको कर्तव्यपालनाको सिलसिलामा असामयिक निधन भएकोले उहाँको दिवंगत आत्माको चीर शान्तिको कामना गर्दै शोक सन्तप्त परिवारजनमा धैर्यधारण गर्ने शक्ति प्राप्त होस् भनि सशस्त्र प्रहरी बल, नेपालका सकल दर्जाको तर्फबाट हार्दिक श्रद्धाञ्जलि व्यक्त गर्दछौं ।

सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल

पाक्षिक रेडियो तथा टेलिभिजन कार्यक्रम समर्पण राष्ट्रका लागि हरेक महिनाको पहिलो र तेश्रो आइतबार रेडियो नेपालबाट १९:४० बजे, हरेक महिनाको पहिलो र तेश्रो बिहीबार १७:२५ बजे नेपाल टेलिभिजनका साथै Website: www.apf.gov.np मा सुन्न र हेर्न सकिनेछ । रेडियो कार्यक्रम संगठनको फेसबुक पेज Armed Police Force, Nepal मा समेत सुन्न सकिने छ ।

लेख/रचना

सशस्त्र प्रहरी बल नेपालको खोज तथा उद्धारमा प्रविधिको प्रयोग

सप्रनाउ
अमित सिंह

द्वन्द्वको अन्त्यसँगै प्रतिविद्रोहको प्रमुख जिम्मेवारीलाई अन्त्य गर्दै सशस्त्र प्रहरी बल नेपालले विपद व्यवस्थापनअन्तर्गतका विविध कार्यलाई संस्थागत रुपमा अगाडि बढाउँदै लगी हालको दिनसम्म आइपुगेको छ । तत्कालीन नेतृत्वको दूरदर्शी कदमका कारण २०६७ सालमा प्रधान कार्यालयमा विपद् व्यवस्थापन शाखाको स्थापना एवं लगत्तै २०६८ सालमा विपद् व्यवस्थापन तालिम शिक्षालयको महत्वपूर्ण स्थापनासँगै विपद् प्रतिकार्यको परम्परागत शैलीलाई आधुनिकीकरणतर्फको यात्राको सुरुवात गरेको पाइन्छ ।

स्थानीयस्तरमा उपलब्ध सीमित र अत्यन्तै सामान्य श्रोत साधनमा भरपर्दै आइरहेको खोज तथा उद्धार कार्यलाई शिक्षालयको स्थापना हुनुले USAR (Urban Search & Rescue) का लागि दक्ष जनशक्तिको उत्पादनका साथै खोज तथा उद्धारमा विश्वव्यापी रुपमा प्रयोगमा ल्याइने Collapsed structure search & Rescue equipment, Medical first responder equipment, Firefighting equipment लगायत अन्य विभिन्न प्रविधिसहितको खोज तथा उद्धार क्षमताको बिकासको सिलसिलाको सुरुवात भएको थियो । PEER (Program for Enhancement of Emergency Response) अन्तर्गत USAID को सहयोग एवं NSET (National Society for Earthquake Technology) को आयोजनामा नेपाल

प्रहरी, प्रशिक्षण प्रतिष्ठान महाराजगञ्जमा सञ्चालन भएको USAR (Urban Search & Rescue) सम्बन्धी प्रशिक्षक प्रशिक्षण तालिम पश्चात् सोही Syllabus मा आवश्यकता अनुरुप विषयवस्तुहरु थप समावेश गरी २०६८ सालमा विपद् व्यवस्थापन तालिमको सुरुवात गरिएको थियो, जुन तालिम सो पश्चात् आजको मितिसम्म अटुट चलिरहेको छ । शिक्षालयको स्थापनालाई वृहत्तर रुपमा भन्दा विपद् जोखिम न्यूनीकरण, विपद् प्रतिकार्य अन्तर्गतको खोज तथा उद्धारको संस्थागत क्षमता विकासका निम्ति कोशेढुगां रहेको भन्दा अतियुक्ति हुने छैन । विपद् व्यवस्थापन तालिम शिक्षालयको स्थापनाले खोज तथा उद्धारका लागि विश्व परिवेशमा प्रयोग गरिने नवीनतम् उपकरणहरुलाई भित्र्याउँदै लैजाने कार्य गरेको पाइन्छ भने दक्ष जनशक्तिको उत्पादनलाई केन्द्रविन्दुमा राखेको पाइन्छ ।

जलउत्पन्न प्रकोपको विभिन्न घटनाहरुका हिसावले नेपाल अत्यन्तै जोखिम अवस्थामा रहेको कारणले गर्दा हरेक वर्ष सयौं घटनाहरुमा बेपत्ता हुनेको संख्यामा वृद्धि भइरहेको तथ्यांकले देखाउँदै गर्दा खोज तथा उद्धार कार्यमा प्रविधि एवं दक्ष जनशक्तिको अभाव महसुस भएको थियो । दशकौंसम्म यस्ता घटनाहरुमा खोज तथा उद्धारको निम्ति प्रायः छिमेकी मुलुक बंगलादेशबाट गोताखोर झिकाई बेपत्ताहरुको खोजीकार्य गर्ने आम अवस्था रहिआएको थियो । तथापी अन्यत्रबाट गोताखोरहरु झिकाई खोजीकार्य गर्नु प्रकृया एवं समयको हिसावले लामो पनि थियो । यस अवस्थालाई मध्यनजर गरी नेपाल सरकारको निर्णय र सशस्त्र प्रहरी बल नेपालको पहलताका कारण UNDP को आर्थिक सहयोगमा स.प्र.बल नेपालका २५ जना सकल दर्जालाई गोताखोर तालिम प्रदान गराउन २०६८ सालमा गोताखोर तालिमका लागि बंगलादेश पठाइएको थियो । तालिम लिएपश्चात् गोताखोर (Deep Water Diving) का लागि नेपाल गहिरो पानीमुनिको उद्धारको निम्ति पहिलो पटक आत्मनिर्भर भएको थियो । विभिन्न पानीजन्य विपद् खोज तथा उद्धारका निम्ति गोताखोर तालिम प्राप्त दक्ष जनशक्तिको देशभरीको मागलाई दृष्टिगत गरी विभिन्न समयमा स.प्र.बल. नेपालका विभिन्न कार्यालयहरुबाट ४ वटा अलग अलग व्याच तालिम संञ्चालनको कार्यसम्पन्न समेत भइसकेको छ । Underwater audio/video Communication Channel, Underwater Drone, Scuba Gears जस्ता आधुनिक उपकरणसहित ९२ जना गोताखोरहरुलाई देशभरका ९ वटा अलग अलग स्थानहरुमा परिचालन गरिएको छ । पानीजन्य विपद्मा सहज परिचालनको निम्ति विभिन्न बाहिनी मुख्यालयहरुमा, विपद् व्यवस्थापन तालिम शिक्षालयमा र केही गण तहका कार्यालयहरु एवं जोखिमयुक्त स्थानमा रहेको विपद् व्यवस्थापन बेसमा समेत तैनाथ गरिएको छ । साथै अन्य जोखिमयुक्त स्थानहरुको पहिचान गरी थप स्थानमा तैनाथीका लागि तयारी चलिरहेको छ ।

दक्ष जनशक्तिको क्रमिक उत्पादन एवं USAR (Urban Search and Rescue) का आधुनिक उपकरणको प्राप्तिसँगै २०६९ सालबाट बाहिनीस्तरीय विपद् व्यवस्थापन टिमको परिचालन गरिएको थियो, जसले विपद् प्रतिकार्यअन्तर्गत खोज तथा उद्धार कार्यलाई प्रभावकारी बनाउने कार्य गरेको छ । २०७२ सालको विनाशकारी भूकम्पले एक अर्थमा स.प्र.बल नेपालले २०६८ देखि २०७२ सालसम्म जम्मा चार वर्षमा विपद् प्रतिकार्यमा गरेको पूर्वतयारीको परीक्षा लिने काम गरेको थियो । USAR का लागि स.प्र.बल नेपालले उत्पादन गरेको जनशक्ति तथा खोज तथा उद्धारका निम्ति प्रयोग गरिरहेको श्रोत साधनहरु मानव जीवन रक्षाका निम्ति उपयोगी रहेको एवं विपद् प्रतिकार्यको प्रयास सही दिशातर्फ अगाडि बढेको छ भन्ने प्रमाणितसमेत गरेको थियो । विभिन्न विदेशी राष्ट्रहरुबाट आएका खोज तथा उद्धार टोलीहरुले समेत स.प्र.बल नेपालको USAR (Urban Search & Rescue) को क्षमतालाई सराहना गर्नुका साथसाथै USAR मा प्रयोग हुने विधि, साधन एवं प्रकृयाको एउटा अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डअनुसार स्थापित हुने प्रकृयाको थालनी भएको थियो । साथसाथै स.प्र.बल नेपालको खोज तथा उद्धार क्षमता (दुवै हिसावले दक्ष जनशक्ति र प्रविधिको विकास प्रकृया) एवं तालिमको स्तरसमेत मापन भएको थियो । विनाशकारी गोरखा भूकम्प २०७२ मा खोज तथा उद्धारका निम्ति अन्तर्राष्ट्रिय USAR टोलीहरुले प्रयोग गरेका प्रविधि Life Detecting devices, Seismic sensor, Snake eye, Ground penetrating devices, Hydraulic cutter & Shoring devices, Communication system, Lifting devices लगायत कैयौं प्रविधिहरुको स.प्र.बल नेपालमा समेत भित्र्याउनु पर्ने थप आवश्यकता भएको थियो । लागतका हिसाबले अत्यन्तै महंगा यी उपकरणहरु विगत केही वर्षहरुमा क्रमिकरुपमा सरकारी एवं गैरसरकारी निकायद्वारा स.प्र.बल नेपाललाई हस्तान्तरण हुने क्रमको सुरुवात भएको छ, संख्यात्मक हिसावले सीमित भए पनि खोज तथा उद्धार क्षमता विकासमा यसको दूरगामी महत्व रहेको छ ।

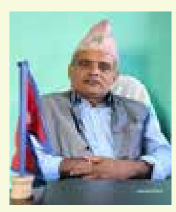
विपद्जन्य घटनाहरु मानवीय क्षति एवं भौतिक विनाशको लागि मात्र कारक नभई नवीनतम् शुरुवातका लागि अवसरको रुपमा समेत लिने गरिन्छ । Covid–2019 पश्चात् सीमा सुरक्षाको थप आवश्यकता महशुस भएसँगै देशभर विभिन्न जिल्लामा तत्काल स्थापना गर्नु पर्ने स्थानहरुमा BOP (Border Out Post) हरुको स्थापनासँगै उत्तरी सीमाको उच्च पहाडी जिल्लाका केही स्थानहरुमा BOP हरुको स्थापना भएको छ । स्थापना भएका BOP हरुलाई जनशक्ति र प्रविधिले समेत क्षमता विकास गर्न पर्वतीय उद्धार (Altitude Sickness) का लागि आवश्यक PAC (Portable Altitude Chamber) हरु भित्राई आवश्यक तालिमहरु प्रदान गरी वितरण गरिएको छ । यसै सन्दर्भमा गोताखोरद्वारा गरिने उद्धारलाई थप प्रभावकारी एवं थप नतिजामूलक बनाउन Underwater communication channel with audio visual system, Underwater drones, Sonar device हरुको प्रयोग सीमित संख्यामा भएपनि क्रमिक रुपमा बढिरहेको छ ।

विपद् प्रतिकार्यका निम्ति दक्ष जनशक्ति एउटा महत्वपूर्ण पाटो हो भने खोज तथा उद्धार उपकरण उत्तिकै अपरिहार्य र अनिवार्य संसाधनको रुपमा लिन सकिन्छ, जुन नभई आजको युग सुहाउँदो छिटो र द्रुत उद्धार गर्न सम्भव हुँदैन । जोखिमयुक्त स्थानहरुलाई श्रोत साधनले भरिपूर्ण बनाउँदै लैजाने लक्ष्यअनुरुप स.प्र.बल नेपालका १७ वटा कार्यालयहरुमा राखिएका DRS (Disaster Relief System) हरुको प्रयोगले विपद् प्रतिकार्यलाई थप प्रभावकारी बनाएको छ । २०८० सालको भूकम्पमा विस्थापितहरुलाई स्थानान्तरण गर्न यसको प्रयोग गरिएको थियो । आ.व. ०८१/८२ मा राष्ट्रिय विपद जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणबाट प्राप्त Life Detecting Devices, Seismic sensor, Snake eye, Firefighting devices, Deep Diving Devices लगायत CSSR Equipments हरुलाई सम्पूर्ण बाहिनीहरु, शिक्षालयहरुमा, सम्पूर्ण गणहरुमा एवं केही गुल्म तहका कार्यालयहरुमा सीमित संख्यामा भए पनि वितरण गरिएको छ, जसले खोज तथा उद्धार कार्यलाई प्रभावकारी बनाउँदै लैजाने छ ।

खोज तथा उद्धार कार्यलाई आधुनिक प्रविधिले आजको दिनसम्म क्रमिक रुपमा हेर्दा परम्परागत शैली एवं श्रोत साधनलाई धेरै हदसम्म विस्थापन र स्तरोन्नति गरेको पाइन्छ । तथापि यसको निम्ति समय र श्रोतसाधन तथा पूर्वाधारहरुमा संगठनको ठूलो लगानी भएको छ जसलाई आगामी दिनहरुमा तिब्र रुपमा लैजानुपर्ने देखिन्छ । पिक, साबेल, गैटीबाट सुरु भएको विपद् प्रतिकार्यअन्तर्गत खोज तथा उद्धार कार्यको यात्रालाई विपद् व्यवस्थापन तालिमको सुरुवातपश्चात् CSSR, MFR, Fire Fighting, Rope Rescue, Deep water Diving, Swift water rescue, Mountain Rescue लगायतमा प्रयोग हुने आधुनिक उपकरणहरुले स्तरोन्नत्ति गरेको थियो भने हाल सो भन्दा अझ आधुनिक उपकरणहरुको सीमित प्रयोगको सुरुवात Life detecting devices, Snake eye, Seismic sensor, Under water communication channel with audio visual aid, Under water drones, Sonar devices, Ground penetrating radar, Thermal imaging camera हरुद्वारा थालनी भएको छ ।

यसपश्चात् भने खोज तथा उद्धारमा प्रविधिको अर्को महत्वपूर्ण चरणको सुरुवात हुन्छ जसमा Top-Notch प्रविधि जस्तै Under water robotic devices, Decompression chamber, Heavy hydraulic cutter, Aircraft rescue devices तथा अन्य उपकरणहरु, जसलाई प्राप्त गर्न आर्थिक हिसावले महंगो पर्नुका साथै सञ्चालनको थप खर्चसमेत पर्दछ भने दक्ष जनशक्तिको आवश्यकता पर्ने देखिन्छ । तथापि विपद् जोखिम न्यूनीकरणको निम्ति यो कार्य गर्नुको विकल्प छैन । दक्ष जनशक्तिको उत्पादन एवं खोज तथा उद्धार प्रविधीहरुको समिश्रणले संगठनको व्यावसायिकता र विपद् प्रतिकार्यअन्तर्गत खोज तथा उद्धार क्षमतालाई बढाउने कार्य गर्नेछ ।

आशा, नदी र आँखा


डा.नवीनबन्धु पहाडी
नीलकण्ठ न.पा., धादिङ

नदी
अर्थात् गतिशीलता
बग्छ मध्य सहरमा
बग्छ उस्तै
अनकण्टार पर्वतका कुहरहरुमा पनि
बोकेर सहरका कुँडा कर्कट
सङ्लिनुछ, सङ्ल्याउनुछ, ठोक्किएर
भीमकाय पहाडहरुसँग
छिचोलिनसक्नु महालङ्घ्य अघोरी
पर्वतहरु छन् - अपराधका
तरेर नसक्नु जँघारहरु छन् -बिग्रह, बितण्डा
गञ्जागोल-सामाजिक व्यवस्था
विप्लव श्रृंखला टुट्छन्, जन्मन्छन् पनि
तह लगाएर, संगालेर ती भलहरु ,मैलाहरु
बेथितिका कुँडा कर्कटहरु
चोपल्नु छ कानुनका धारा उपधारमा स्नान गराएरै
जहाँ
पखाल्नु छ वर्षौं जमेका घिनौना कुँडाहरु
मध्यरातमा
निर्मल कलकलाह लिएर बग्ने स्निग्ध सरिता
अर्धरात्रीमै
निकालेर प्रज्ज्वलित
जागरणको दीपशिखा
बग्छ नदी आफूमै बोकेर अथाह सम्भावनाका करेन्टहरु ॥

नदी
आँखा पनि हो
बग्छ बगिरहन्छ
र बग्दा बग्दै देख्छ
निशामा चलमलाउने - प्रेतात्मा तस्करी
हुन्छन् -जसका शरीर
तर आत्माको भेउ पाउनै मुश्किल
सुनिन्छन् -आत्माका आवाजहरु
तर शरीर छोइनै मुश्किल
माथि माथिसम्म लागेका
आमाका मुटुका क्यान्सर
गर्छ केमोथेरापीको उपचार- डामी डामिकन सुस्तरी
अनि
बग्छ र बगिरहन्छ नदी
बोकेर आफूमा आगो
बोकेर आफूमा आँधी
आफैसँग बोकेर कुँडा कर्कट
सङ्ल्याउँदै, कस्मल
निखार्दै र उभिल्याउँदै- आफू र माटो
बग्छ बगिरहन्छ
जति बग्छ उति शुद्धीकरण भैरहन्छ
त्यसैले नदी आगो, आँखो र गतिशीलता पनि हो ॥

नदी
आफूले आफैलाई
सँभाल्छ, सङ्गाल्छ र उपचार गर्छ पनि
आफ्नै शरीरमा छ- व्याधिका सुक्ष्म जीवाणु
जसलाई पखाल्नु छ, धुनु छ
र बगाउँदा बगाउँदै आफैंसँग
निर्मलीकरण गर्नु छ व्याधिहरु
जो देशभर क्लेष, कल्मष र राग द्वेषबाट
पलाउँदै पलाउँदै
विग्रह र विखण्डनसम्म पुग्छ - व्याधि
निमिट्यान्न पार्नुछ त्यसलाई
दिएर उर्वराका सिञ्चनहरु
बहाएर, ठोक्याएर, पखालेर देश दुनियाँलाई
धोएर करेन्टका झट्काहरुबाट
निर्मलीकरण गरिरहन्छ आफू र देश ॥

नदी
जसका सम्भावना अझै अनन्त छन्
उठाएर ब्युँझाएर
तङ्ग्रयाएर युगलाई
पन्साउनु पनि छ- वीभत्सताका कुत्सित आतंकलाई
साँध लगाउनु छ- लाटा पर्वतहरुलाई
तिखार्नुछ- बहिरा मधेशहरुलाई
चनाखो पार्नुछ -एकोहोरा उपत्यकाहरुलाई
साँध किनारा र बगर
मिच्दै मिच्दै आउनेहरुलाई
दिएर एक हजार भोल्टको झट्का
सिकाउनुछ सवकका पाठ
फर्किएर सगरमाथाको शीरदेखि सीमासम्म
सिँच्दै सिँच्दै
लेख्नुछ आफ्नै पसिनाको तलरता मिसाएर
सुन्दर कविता
म गतिशील
पावन पवित्र
आशा, नदी र आँखा
अर्थात् सशस्त्र प्रहरी ॥

(२३औं सशस्त्र प्रहरी दिवस २०८० को अवसरमा आयोजित राष्ट्रव्यापी खुल्ला कविता प्रतियोगितामा द्वितिय)

समर्पण एपीएफ मासिकको लागि
लेख रचना, युनिटले गरेका कामकारबाही, पक्राउ, बरामद, उद्धार तथा अन्य सामाग्री पठाउन
स.प्र. बल, नेपाल प्र.का. सूचना शाखा
इमेल : infosec.secretariat@gmail.com, **फोन** : ०१-५२४९००६

■ **प्रकाशक: सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल** ■ **प्रकाशन समिति:** सप्रउ मेखराज जोशी (संयोजक), सदस्यहरु: प्रा.सप्रनाउ ई.सौरभ राज वन्त, सप्रनाउ शैलेन्द्र थापा, सप्रनि दिल कुमार श्रेष्ठ, सप्रनि दिपेन्द्र खरेल
कम्प्यूटर लेआउट: सप्रबह मनोज कुँवर, प्रा.सप्रबह मनिता खत्री, फोटोग्राफी: सप्रबह भिमबहादुर श्रेष्ठ, कम्प्यूटर अपरेटर: सप्रह रामशरण न्यौपाने **सम्पर्क नं. ०१-५२४९००६, ईमेल** : infosec.secretariat@gmail.com