

लहना

द्वैतसाथिक पत्रकारिता, शैया आवश्कता

LAHANA WEEKLY वा:पो

सा:गु भिंगु मरिचरिया निति लुमका दिसें !

लक्ष्मण जमाल 'चिलिमि' प्रोप्राइटर

लाखा छै
LAKHA CHHEN

सोहखुटे, वडा नं. १६, येँ, फोन नं.: ४५६०७५८

थुकि दुने



नागरिक पत्रकारिता
• राजेश बज्राचार्य - २



तिछै मा:हनाव:गु मभिं
• पन्ना रत्न महर्जन - ६



म्यान्चेस्टर सिटीयात सुनां पनीगु ?
• प्रजित शाक्य - ६



खोनाया सिकाली देवगणाय दुहाँ वःपिं
लसकुसलिसै देयु भव्यु - ११४३
○ ब्लौडप ३ = ५

खोनाया देवगणाय च्याम्ह न्हूपिं दुतिन

खोनाया संस्कृतिइ लिच्चः मलाइकथं फास्टट्राय्क दय्कीगु

चीधंसां सांस्कृतिक महत्वं जा:गु खोना देय्या मू द्यःकथं कयात:गु सिकाली अजिमाया गणाय च्याम्ह न्हूपिं देवगणया प्रवेश जूगु दु । थव लसताय यल मनपा २१ वडाया ग्वसालय आइतवा: छगू औपचारिक ज्याइव:यासें देवगणपिन्त लसकुस या:गु दु । उपप्रधानमन्त्री नारायणकाजी श्रेष्ठया मूपाहाँसुइ जूगु उगु ज्याइवलय वक्तापिसं फास्टट्राय्कया विषयस नं सरकारया ध्यानाकर्षण याकूग ख:सा उपप्रधानमन्त्री श्रेष्ठं खोनाया सांस्कृतिक सम्पदाय लिच्चः मलाइकथं फास्ट ट्राय्कया ज्याखँ न्ह्याकेगु खँ कनादीगु ख: ।

• लहना संवाददाता
स्वनिग:या छगू ऐतिहासिक व मौलिक बस्तीकथं म्हसीका वयाच्वंगु खोनाय आइतवा: सिकाली अजिमाया देवगणाय ल्याय्म्हपिं च्याम्ह दुहाँ व:गु लसताय देयु भव्यु न्याय्कूगु दु ।
खोकनावासीया उत्सवय उपप्रधान लिसै गृहमन्त्री नारायणकाजी श्रेष्ठलिसै संघीय, प्रदेश सांसद, स्थानीय तहया जनप्रतिनिधिपिनिलिसे द्वलंढ: खोनाया बासीपिनि ब्वति दुगु ज्याइवलय खोनाया मौलिक बस्ती व संस्कृति खना: दंग जूगु ख: ।
रुद्रायणी द्यो गं, (देव गण) खोकनाया धार्मिक व संस्कृति जीवन्तताया छगू प्राण वायु थें हे दु । ४६ म्ह देवगण मदय्क अन दैय्दसं मोहनीया इलय जुइगु रुद्रायणी, सिकाली या मूजात्रा व मेमेगु जात्रा न्ह्याइमखु । इन्जिनियर, कम्प्युटर विज्ञान ब्वना: थीथी पेशाय न्ह्यज्यानाच्वीपिं च्याम्ह



ल्याय्म्हत धार्मिक, सांस्कृतिक नीति नियम पालना याना: द्य:गणय दुहाँ व:गु दु । देवगणय दुहाँ व:पिं ४८ दैनिसें १८ दैया ल्याय्म्हत दु । देवगणय दुहाँ व:पिं बुद्धिरत्न डंगोल, केशराम महर्जन, गोविन्द महर्जन, किशोर महर्जन, देवाकर महर्जन, नारायण महर्जन, देवलाल महर्जन व आर्यन महर्जन

जुयादी ।
थ्वहे इवलय यल महानगरपालिका- वडा नं २१ या संयोजनय द्यगणया हना, धार्मिक विधिं सगं बीगुलिसै खोनाय हे न्हापांखुसी 'देयु भव्यु' नकेज्या जूगु दु ।
भव्युया व्यवस्थापनिसै कया: फुकककथंया ग्वाहालि याय्त खोनाया

सकलें मनुत सिकाली अजिमा देग: ज:ख: मुंगु ख: । उगु भवजय ७ द्वलं मल्याक मनुतय ब्वति दुगु ग्वसा:खलकं धा:गु दु ।
खोनाया मौलिक संस्कृति संरक्षणलिसै लसता प्वकुसें उपप्रधान लिसै गृहमन्त्री श्रेष्ठं खोनाया मौलिक, संस्कृति, पहिचानया संरक्षणय न्ह्यज्यानाच्वनादीपिं द्य:गंयात औपचारिक सम्मान जक बीगु मखु कि प्रोत्साहनया निति विशेष व्यवस्था याय्मा:गु खँय ब: बियादिल । द्य:गणं थनया संस्कृति ल्यंकेत महत्वपूर्ण योगदान बियावयाच्वंगुया कदर यासें संघ, प्रदेश व स्थानीय तगिमं द्य:गंयात प्रोत्साहित याय्मा:गु उपप्रधानमन्त्री श्रेष्ठं कनादिल ।
वय्कलं खोनाया मौलिक बस्तीया संरक्षण यासें म्हसीका व सम्पदा ल्यंकेत सरकार गम्भीर दुगु ल्यं ७ पेजय

नेपाया: हे न्हापांगु कोड क्लव शितलाय



येँ महानगरपालिकाया उपमेयर सुनिता डंगोल बालाजुस्थित शितला माध्यमिक विद्यालयय कोड क्लबया उलेज्या यानादीगु दु । माविइ जूगु ज्याइवलय उपमेयर डंगोल नेपा:या हे न्हापांगु विद्यालय कोड क्लबया उलेज्या यानादीगु ख: ।
उगु इलय महानगरपालिकाया उपमेयर डंगोल शिक्षा व स्वास्थ्यया आमूल परिवर्तनय महानगरपालिका महत्वाकांक्षी ज्याइव:लिसै जानाच्वनागुलिं

सकसिगु साथ व ग्वाहालि मा:गु धयादिल ।
कोड क्लबका विद्यार्थीतयसं कोडिड, एनिमेसन, सिम्पल प्रोग्रामिडलिसै वेबसाईट व थीथी एप्लिकेशन दय्के सय्की ।
थुकथं दय्कीगु ज्याइव: १६० देय्या विद्यार्थीया नेटवर्कय थ्यनी ।
१४ विद्यालयं न्ह्याकेत्यंगु कोड क्लब महानगरया दक्कं सार्वजनिक विद्यालयय स्थापना याय्गु तयारी दु ।
त्यं ७ पेजय





नेवा: राष्ट्रिय म्ये

चवमि : दुर्गालाल श्रेष्ठ लय चिनामि : तिर्थ माली

धुन दने धुन सँन्त्यलं भी फुक्कं हे छम्ह जुइ धुन
भीगु लागाय् भी स्वयं हे जः जुया धुन लुइ धुन
ह्यांगु भुमिइ अष्टमण्डल ह्यांगु चाः दुने थी नगु
भीगु नेवाः ध्वाँय् थ्व हे खः ज्यान भी सकस्यां छ्मू
जातितय् स्वायत्त राज्य लुइ कर्प च्वय् भिर्लिमिलिं
राष्ट्र भःभः धाय्क न्ह्याके भीगु चर्त भीगु हिं

सम्पादकीय



सीमा समस्या व समाधान

नेपाःया प्रधानमन्त्री हिल कि दकले न्हापां जुइगु भ्रमण भारतया हे जुइ। अले भ्रमणलिसें हे चर्चाय् वइ - नेपाः- भारतया सीमा विवाद। १९५० या सुगौली सन्धीलिपा नेपाः व भारतया सीमा निर्धारण जूगु खःसां थौंतक खुल्ला सीमाया हुनि नेपाः व भारतया सीमा समस्याया वास्तविक समाधान जुइ फयाच्चंगु मदु। लिपांगु इलय् महाकालीया लिपुलेक, लिम्पियाधुरा दुथ्याःगु नक्सया भौगोलिक कार्यान्वयनया खँ दु। भारतया प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी हे नेपाः व भारतया सीमा समस्या समाधान याय्त उच्चस्तरीय समिति दय्केगु खँ न्ह्यथनेवं नेपाः-भारतया सीमा समस्याय् भारतया ध्यानाकर्षण जूगु खँ स्पष्ट जूगु दु। अले भारतं फयांफत्तले नेपाःया लिपुलेक, लिम्पियाधुराय् दुगु थःपिनि सैन्यपोष्ट मचिकेगु हे तातुंगु स्पष्ट खनेदु। सीमा समस्याया हे इवल्य् नेपाःया लिम्पियाधुरा, लिपुलेकया भूभागया पलेसा भारतं बंगलादेशतक वनेगु लँपु बीगु विकल्पया नं चर्चा सञ्चार माध्यमय् जूगु दु। गुगु विषययात कयाः नेपाःमिपिसं असन्तुष्टी प्वंका हयाच्चंगु दु। नेपाःया भूमि हिलाबुला यानाः काय्गु खँ गुलितक पाय्छि जुइ ?

सामान्यतः सुं नं मनुखं जग्गा कालबिल याइबलय् थःत लँपु मन्त धाःसा लँपुया नितिं थः जःलाखःलायाके जग्गा न्यानाः मूलतक स्वाकेगु चलन दु। नेपाःयात अन्तर्राष्ट्रिय छ्यःलिसे स्वायेगु नितिं समुद्रतक थय्केगु दकले सत्तीगु लँपु धइगु हे बंगलादेशया लँपु खः। थ्व सन्दर्भय् न्हापा नं यक्व हे चर्चा परिचर्चा जूगु दु। भारतं नं नेपाःयात बंगलादेश वनेगु लँपु बीगु नितिं छगूकथं न्हापा हे सहमति जुइधुंकूगु खः। थौं वयाः नेपाःया भूभागलिसे हिलाबुला याय्गु धइगु खँ जनतायात ध्वं ल्हाय्गु ज्या जक खः।

नेपाःया भौगोलिक अखण्डता नेपाःमिया न्हापांगु प्राथमिकताया विषय खः। नेपाः भूपरिवेष्ठित देय् जूगु ल्याखं अन्तर्राष्ट्रिय परिवहनया नितिं समुद्री मार्गतकया लँपु आवश्यक जू धइगु खँ नेपाःमि जनताया सहमति दु। प्रधानमन्त्रीया भारत भ्रमणं नेपाःया सीमा समस्या समाधानया नितिं लँपु चाय्कूगु दु। नेपाः व भारतया सीमा समस्या व्यक्तिया जग्गा थें सत्तापत्ता वा न्यायमीगु यानाः ज्यंकेगु समस्या मखु। थ्व ला ऐतिहासिक लिधंसा व थौंया आवश्यकता अले निगू देय् दथुइया आपसी सहलहं क्वःजिकेगु विषय खः। निगू देय्या प्रधानमन्त्रीपिसं याःगु सम्बोधनय् हे सीमा समस्याया उल्लेख जुइधुंकाः थुकिया समाधानया नितिं सम्बन्धित पक्ष सतर्क व सचेत जुयाः न्ह्यज्याय्माः।

नागरिक पत्रकारिता



राजेश बज्राचार्य

पृष्ठभूमि

नेपालय् जक मखु हलिमय् ईन्टरनेट सुविधा सुलभ जुइन्त्यःतक मूलधारया पत्रिका, रेडियो व टेलिभिजन जक सूचना वा समाचारया श्रोत जुयाच्चंगु खः। मूलधार मिडियाय् आम पाठकीपनिगु प्रतिक्रिया वा विचार तर्क सम्पादन लिपाजक प्रस्तुत जुइगु अबलेया अवस्था खः। तर प्रविधि विकासनापं समग्र पत्रकारिताया क्षेत्रय् हे ह्यःपा वयाच्चंगु खनेदु। अर्थात, आम नागरिकया सञ्चारमाध्यमय् सक्रिय सहभागिता, योगदान वाय् नागरिक पत्रकारिता थौंकाह्यया विकसित जुयाच्चंगु न्ह्यु आयाम खः सञ्चार क्षेत्रय्। नागरिक पत्रकारिताया अर्थ ध्वाथुइकेत भीसं छ्मू निगू घटनायात दुवाले।

१. यलय् जूगु छ्मू सार्वजनिक सुनुवाईया रिपोर्टय् नेपालभाषां खँलाहलहाया कारणं कर्मचारीपिनत मछिनाच्चंगु खँ दुथ्याःगु खनेदत। उगु रिपोर्टया फोटोसहित फेसबुकय् छ्मू धारणा पिहांवल, नेवाः बाहुल्यता दुथाय् भाषाया अनानदर जूवंगु अनुभूति जुल धकाः। थुकियात कयाः स्थानीय सञ्चारमाध्यमपाखें नं च्वय्गु यात। नागरिक समाजपाखें थुकिया विरोधकथं ज्ञापनपौ लःल्हाय्गु ज्या जुल।

रिपोर्ट सुधार जुल। तत्कालिन यल उपमहानगरपालिकापाखें नेपालभाषा छ्यलाबुला नितिं नेवाः हेल्प डेस्क पुनःसंचालन याय्गु तर्क प्रतिबद्धता प्वंकल।

२. लिपांगु चुनाव धुंकाः नगरया सेवाप्रवाह चुस्त याय्गु तातुनां यँ महानगरया बोर्ड मुँज्यां मोबाइल खर्च व्यवस्थाया निर्णय जुल। सचेत नागरिकपाखें थुकिया विरोध यासँ निर्णयया किपा न्ह्यब्वल। सामाजिक सञ्जालय् भाइरल जुयाः थुकी बहस न्ह्यात। नागरिकपनिगु प्रतिक्रिया स्वयाः थुगु निर्णय तत्कालया नितिं लागू मजुइगु निर्णय मेगु बोर्ड मुँज्या यात।

थ्व छ्मू किपासहितया अभिव्यक्तिया प्रभाव खः कि मखु ?

३. यँय् स्कूल लिहांवःमह मचा धलं चुइकल। थजाःगु घटना सायद न्हापा नं जूगु खय्फु। तर थुगुसी थजाःगु घटना छम्ह प्रत्यक्षदर्शी काःगु भिडियो तत्काल सामाजिक सञ्जालपाखें भाइरल जुल। थुगु भिडियो यँया सम्बन्धित निकाययात तत्काल च्यूताः तय्त दबाब सिर्जना जूगु दुसा थुगु घटनाया समाचारयागु श्रोत नं। थुकी सुशीला मगर काःगु उगु भिडियोया प्रभाव महत्वपूर्ण खः कि मखु ?

सम्भवतः स्वताजि घटनाय् संलग्न व्यक्तीपं पेशागत पत्रकार मखु। यदि खःसा घटना विशेषया समाचार

सम्बन्धित सञ्चारमाध्यमय् न्हापां पिदनेमाःगु ख। थुकथं स्वयंबलय् नागरिक पत्रकारिता धइगु स्वयम् सेवाग्राही वा पाठक वर्गपाखें खंकीगु घटनाक्रमया तात्कालिक तथ्यगत सूचना चाहे घटनाया वर्णन, फोटो वा भिडियोयात ईन्टरनेटया माध्यमपाखें प्वंकेगु अभ्यास हे खत।

परिभाषा छु दु ?

आम नागरिक जुयाः जब गुगु नं कथंया सूचना वा समाचारया संकलन, विश्लेषण व बितरण ईन्टरनेटया छ्यलाबुलापाखें पिलुइ, उकियात नागरिक पत्रकारिता धाइ।

बेलायतया नांजाःमह स्वतन्त्र आर्थिक पत्रकार एवं बिबिसी टेलिभिजनया प्रस्तोता व रेडियोकर्मीया धापूकथं गबले भीसं समाचार वा सूचनाया सामान्य उपभोग स्वयां थःहे श्रोत वा अपनत्वसहितया छ्मूकथं समाचार निर्माता जुइफइ, नागरिक पत्रकारिताया पलाः न्ह्याय्धुंकि। अर्थात, जब छम्ह सचेत नागरिक पेशागत पत्रकार मखुसां वास्तविक श्रोतया आधारय् पत्रकारिताया सिद्धान्त अःखः सम्पादन प्रक्रिया बिना छुं नं कथंया घटना वा समस्यायात कयाः सूचना संकलन, अभिलेखीकरण वा रिपोर्ट दय्केगुलि सक्रिय जुयाः थःत सामाजिक सञ्जाल वा सञ्चार जगतय् न्ह्यब्वइ, उम्ह मनुपाखें नागरिक पत्रकारिताया परिभाषायात छ्यलेधुंकी।

नागरिक पत्रकारिताया विकासक्रम

सन् १९९१ जब हलिमय् न्हापांगु वेभसाईट भौतिक विज्ञानया टिम बेनेर्स लिपाखें सञ्चालित जूगु खः। उगु इलय् प्रयोगकर्ता मैत्री प्रविधिया विकासया कल्पना हे मजूनिगु जुल। सन् २००४ थ्यंबलय् वेब २.० प्लेटफर्म विकास जुल, गुकी सामान्य प्रयोगकर्ता थःगु ईच्छाकथं वेभसाईट, ब्लग वा फीडयात सरल तरीकां सूचना प्रवाह वा बिचाः प्वंकैत छ्मू दबूया रूप छ्यलाबुला याय्खन।

वर्डप्रेस व ब्लग साईट थुकिया दसुत खः। थुगु विकासलिपा स्वतन्त्र रूपं न्ह्यब्वइगु विषयवस्तुपाखे मूलधारया सञ्चारतर्क प्रभावित जुयाच्चंगु दु।

अर्थात डिजिटल प्रविधि व ईन्टर नेटया विकासलिसें डिजिटल क्यामेरा, स्मार्ट फोनय् पिलूगु सुविधापाखें छम्ह पाठक छुं नं घटनायात तत्काल पोष्ट याय्गु ह्वःताः च्यूताःगु दु। थुकी आम नागरिक अनलाइन मिडियापाखे सक्रिय जुइगु अवस्था निर्माण यानाब्यूगु दु। नागरिक पत्रकारिता मूलधार पत्रकारिता स्वयां बिस्कं जुइगु धइगु लेखक वा योगदान बीपिनत पत्रकारिताया तालिम तक नं आवश्यक जुइमखु।

नागरिक पत्रकारिता युगया फाइदा

सञ्चारक्षेत्रय् हार्ड न्यूज सेन्सया महत्व दु। हार्ड न्यूज निर्माणया नितिं पत्रकार स्वयम् घटनास्थलय् दयेमाः धइगु मान्यता दु। तर पत्रकारिताया ज्ञानबिना नं घटनास्थलपाखें छम्ह आम नागरिक सामाजिक सञ्जालमार्फत तत्काल न्ह्यब्वइगु किपा वा भिडियो पत्रकार स्वयां छुं म्हो मजू। स्थानीय नागरिक सक्रिय जुइगु हुनिं घटनायात स्वयम् दृष्टिकोण सञ्चारमाध्यम स्वयां

बहुआयामिक जइगु सम्भावना नं अप्वइ। थुकथं प्रविधि, स्मार्टफोन व ईन्टरनेटया सुलभतां नागरिक पत्रकारिताया योगदान महत्वपूर्ण जुयाबी।

अथेहे वैकल्पिक रूपय् ईन्टरनेट प्रयोगकर्तापाखें हे न्ह्यब्वःगु सामाग्रीया आधारय् विकिपेडिया लगायत थीथी वेभसाईट सूचना प्रवाह जक मखुसे विषयगत अध्ययनया सन्दर्भ सामाग्रीया रूपय् नं विकास जुयावंगु खनेदु। थीथी ब्लगसाईटलिसें छ्मू बिचाः निर्माणया नितिं सामाजिक सञ्जालया प्रयोग नं अप्वयावःगु खनेदु। न्ह्युगु ह्युपाःकथं पाठक वा प्रविधिया प्रयोगकर्ता स्वयम् समाचारया श्रोत व नागरिक पत्रकारिताया संवाहक जूगु खनेदु।

थौंकाह्य मूलधारया प्रतिस्पर्धीकथं नागरिक पत्रकारितापाखें विविध प्रकारया समाचारमूलक जानकारी न्ह्यब्यय्गु ज्या नं जुयाच्चंगु दु। थुकी स्वयम् पत्रकारपनिगु वैयक्तिक अभिव्यक्ति नं दुथ्याः। मूलधार सञ्चारमाध्यमय् न्ह्यब्वइगु सामाग्री ब्वनेकथं हे ईन्टरनेटया पहुँच व स्मार्टफोनया विकासलिसें स्थानीय घटनाक्रमया तात्कालिक स्थलगत रिपोर्टिङ्गलिसें मनोरञ्जन व समाचार मूलक प्रस्तुति स्वतन्त्र रूपं विकास जुयाच्चंगु अवस्था दु।

थुगु अभ्यासया निरन्तरतापाखें आम नागरिक सचेत जुयाः सामाजिक अभियन्ता जुइगु वा सामाजिक विकास प्रवर्द्धनय् स्थानीय सक्रियता बृद्धि जुइगु सम्भावना नं उतिकं खनेदु।

नागरिक पत्रकारिताया युगबारे सञ्चारक्षेत्रय् बहस

पेशागत मिडियाकःमि व सञ्चार क्षेत्रया अनुसन्धानकःमिपिनं नागरिक पत्रकारितापाखें वइगु ताजा बुखँयात छ्मू सबल श्रोतकथं उपलब्धि धकाः नालाकाःगु खनेदु। तर थुकिया बेफाइदा व चुनौतीयात दुवालाः स्वयंबलय् थीथी बहस नं खनेदु।

छ्मू धारं थुगु न्ह्यु विकासयात नागरिक पत्रकारिताया मान्यता बीगु स्वइ। बेफाइदायात न्यूनीकरण याय्फइ धकाः सकारात्मक जुइ। मेखेरं मेगु धारं थुकियात अपरिपक्व पत्रकारिता व परिवेशजन्य पत्रकारिता वा पाठकवर्गपाखें वइगु सामाग्रीया जक रूप ब्याख्या याय्गु याः। ईन्टरनेटया विश्व प्रभावपाखे च्यूताः तयाः थुमिसं च्वमियाके लिक्नुाच्वनेफूगु मभिगु मति व छद्मभेषी जुयाः मखुगु खँयात तत्काल स्थापित यानाब्यनेगु गलत नजीरया सम्भावनापाखे बः बी। पत्रकारिताया सैद्धान्तिक ज्ञानया अभाव न्ह्याइगुलिं थुकियात पत्रकारिताया अवमूल्यन खः धका ताय्की।

ईन्टरनेटया सुलभतां हःगु थुगु न्ह्यु ह्युपाःया हुनिं मेखेरं मूलधारया सञ्चारमाध्यमया अनलाइन उपस्थिति नं अप्वःगु खनेदु। थौंकाह्य मूलधारया मिडियापाखें सञ्चालित वेभसाईट बाय् अनलाइन पोर्टल प्रयोगकर्ता मैत्री जुजुं वयांच्चंगु दुसा उकी प्रकाशित समाचारपाखे न्ह्यब्वयातइगु विषययात कयाः तत्काल पाठक प्रतिक्रिया जक मखु, उकिया विश्लेषण, बहस याय्गु नं चलन नागरिक पत्रकारिताया हे मेगु रूप जुयाब्यूगु दु।

नसाय् सँ वल कि मभिं



पन्नारत्न महर्जन

सं भीगु छय्या शोभा जक बीगु मखु थुकि छय्या सुरक्षा नं यानाच्चनी। थ्वयात चिकं तया: जं मचिकं छक: पतिं छयनातय् फत धा:सा शोभा बीगुया लिसें मनूया शौंदर्य तकं अप्वय्की।

छयनय् सँ मन्तिक बांलाइ मखु। च्या: च्या: सँ मद्रुपिन्त तालु खुइले धाइ। छतिं हे सँ मन्त धा:सा पाचुछय्यं धायगु याइ। छय्यं छालं

सँ धयागु हाया मवय्कं बाय् चाना मख्वय्कं नसाय् ला:वइमखु। बल्लागु सँ हाया वइमखु। हा बमलात धाय्व हे जक हाया वइ। हा बमलाइगु धयागु छुं कथया ल्वय् जुल धाय्व जक जुइ। ल्वय् जूगु सँ यचुइ मखु। थुकी फोहर दयाच्चनी। फोहर दुगु सँ नसाय् वइगु धयागु अबस्यं भिंगु मखु।

चाना: वां छ्वयागु सँ नं यचुइ मखु। सँ चाना: वांछ्वइ बलय् यचुगु



ख्वातुक सँ दया: नं कुलि कुलि चिना: यचुसे बांला:पिन्त भगवान द्य:या छय्यं थें धायगु या:।

सं मिजंतयत् सिकं मिसातयत् यक्व शोभा ब्यू। बांला:गु सँ छू कथया तिसा धा:सां ज्यू। सँ यक्व मद्रुपिं मिसातय् सँ छयना: सँ ब्वय् छिनी मखु। थज्या:पिनि सतानि तयगु याइ। सँ ताहाक: जुया: नं हाकुसे च्वीपि मिसातयत् बांला:मह जक मखु भाग्यमानि तकं धाइ।

मनूया जिवय् थुकथं शोभा दया: नं महत्वपूर्ण भूमिका दुगु सँ नयगु नसाय् वलकि मभिं, अलछिन जुइ धयागु भीगु सामाजिक बिश्वास दु। नयत् ल्हाती ल्होने धुनागु नसाय् वल धाय्वला सत्रु अप्वल धायगु याइ। सँ कया: वांछ्वयत् याय् बलय् नसाय् हिना च्वंगु लाना: नसानापं याता प्याता खा:गु लाइबलय् यगाना: सीमहं अगतिं न:गु धका: नसा नापं वांछ्वयगु याइ।

नसाय् वइगु सँयात कया: थुकथं नाना धंगं अशुभ कथं बिश्वास यायगु यानावया च्वंगु चलन भीगु समाजया छू महत्वपूर्ण पक्ष ख:।

नसाय् सँ वइगु धयागु भिंगु अबस्यं मखु। थ्व मभिंगु पक्कां ख:।

थासय् वांछ्वइ मखु। फोहर थासय् हे वांछ्वइ। थज्या:थासं हे सँ फसं पुइका हया: नसाय् ला:वइगु ख:। थथे फोहर दुथाय्या सं थीथी कथया ल्वय् ज्वीकी। अथे ल्वय् दइगु सँ नसाय् ला:वइगु धयागु अबस्यं मभिंगु ख:। फसं पुइका हया: द्यने जक लानाच्चंगु सँ सिकं नसाय् हितु हिना च्वंगु सं नसाय् यक्व फोहर पुंकी। उकें थज्या:गु नसा नय् मज्यू। उसाय्ययात यक्व हानि जुइगु नसा नइ धका: थज्या:गु नसायात यगा:महं न:गु धका: वांछ्वयमा: यानात:गु ख:।

सँ नसालिसें घुतुवंसां मेमेगु नसाथें पचय् जुइमखु। पचय् मज्वीगु सँ दिसा याय् बलय् पिहाँ मवसे प्वाथयत् मुनाच्चन धाय्व थुकिं भीत ल्वय् जुइकी।

नसा धयागु उसाय्यं बांलाकेत, स्वास्थ जुया: बल्लाकेत नयगु ख:। थज्या:गु नसाय् फोहरय् बुतु बुला व:गु व ल्वचं कया: हायाव:गु सँ ला:सां वास्ता मयासे नल धाय्व जिउयात बांलाकेगु सिकं भन जक बांलाकी मखु। थज्या:गु नसा नय् बलय् अ:ख:बतं ल्वय् जक पुनी। थथे जुया: नसाय् सँ वइगु मभिं, अलछिन जुइ धाइगु ख:।

तिछुं मा:हनाव:गु मभिं



हिन्दु धर्मया धार्मिक मान्यता कथं तिछुं गणेद्य:या बाहाँ कथं कयात:गु दु। गन गन गणेद्य: दइ अन अन तिछुंया प्रतिमा नं तयात:गु दइ। गणेद्य:यात पुजा याइ बलय् थ्वयात नं पुजा यायगु याइ। थथे पुजा यायगु या:सां थुपिं मा:हना: वंगु खनकि मभिं,अलछिन जुइ, दसा मभिनी आदि धायगु भीगु सामाजिक बिश्वास व मान्यता दु।

तिछुं धयामह छुंतय् थीथी प्रजाति मध्य् छू प्रजाति ख:। अथे ख:सां छुंयाके व थ्वयाके दइगु स्वभावय् फरक दु। छुं ग: दय्का: च्वनीमह ख:सा तिछुं गनं कापीकिपी व नौद्वं व सा:द्वं थें ज्या:गु नायगु थासय् च्वनेगु याइ।

तिछुंयाके छू कथया नव:गु गन्ध दइ। भचा सह: याय् मफुपिन्त थ्व गन्धं बान्ता तकं जुइकी। छुं नसात्वसाय् तिछुं गयावन धाय्व नसात्वसाय् तकं थ्व गन्ध प्यपुने य:। थज्या:गु नसा नय् तकं जीमखु।

नसात्वसा जक मखु थलबलय् गया वन धाय्व नं नवय् य:। थज्या:गु थलबल मसिसे छुं नं नसात्वसा तय्लात धाय्व नसात्वसा तकं नवय् य:।

तिछुंया गंगु थाय् सिकं प्या: थचाव:गु थाय् य:। उकें थुपिं छैया च्वय्या तल्लाय् च्वनेगुया सिकं छेली अप्व च्वने ययकी। छेली नं न्हयस् अपां च्वय् वइमखु धाइ। अयनं गनंगनं छैया च्वय्या तल्लाय् नं ख्वाउंसे प्या:गु थाय् दुथाय् नं थुपिं वयगु या:। थज्या:थाय् वय् लात धाय्व अन हे च्वनेगु याय् य:। थुमि छक: च्वने धुन धाय्व उजुं सुजुं मेथाय् मवनीगु बानि दु।

मेमेपिं छुंतस्यं थें तिछुं उगु थुगु त्याना: दुख बीमखु। गलय् यका: स्वथना तयगु नं याइमखु। बरु छ्वासु

थाय् जुल धाय्व चाया त:लय् च्वंगु नं लिक्कया: नय् य:।

प्या:गु व नायगु थाय् जक य:गुलिं थुपिं अप्व: याना: नौद्वं चिना त:थाय् व सा:गा: मुनात:थाय् च्वनी। थुपिं अप्व: याना: थज्या:थाय् हे जक म्हितेगु याइ।

तिछुंया य:गु नसा धयागु ध्वगिना: नाइसे च्वंगु नसा ख:। धलपातय् वांछ्वयात:गु नव:गु व नाइसे च्वंगु बस्तू हे थुमिसं नइ। थ्व बाहेक मनूया खि थुमित तसकं य:गु नसा ख:। थज्या:गु नय् दतले मेगु नसा मा:वनी मखु। उकें थुपिं तसकं फोहरि जुइ।

तिछुंत जुइ बलय् अप्व:याना: याक: याक: हे जुइ। थुपिं जुइ बलय् छुं नं खतरा खनकि हा हां ब्वांवनी। थुमिगु नव:गु गन्ध व हा:सलं खिचा, भौ आदिं थुमित थिउ वनी मखु।

तिछुं छथासं मेथाय् वनी बलय् त:मह दतकि इव:लिं वनेगु याइ। अथे वनी बलय् वं वयागु वं वयागु न्हय:ने च्वंमहासिया न्हियं प्वलय् वां वां न्याना: ज्वनावनीगु थुमि स्वभाव दु। थ्वयात तिछुं मा:हना वंगु धाइ।

तिछुं मा:हना वनीगु धयागु व थासय् यक्व तिछुं दत धयागु संकेत ख:। गन अप्व: नय् दइ अन यक्व मुंवनीगु छू प्राकृतिक नियम ख:। तिछुं यात य:गु फोहर अप्व: दुगुलि हे तिछुं मा:हना: वने दय्क यक्व दुगु ख:। उकीया मतलब उगु थासय् फोहर यक्व दत बाय् तसकं फोहर जुल धयागु ख:।

फोहर धयागु नीगु मखु। थुकिं ल्वय् अप्वय्की धयागु खँ जग जाहेर दु। ल्वय् धयागु शुभ व भिंगु अबस्यं मखु। थ्व लछण नं मखु अबस्य अलछिन ख:। उकें तिछुं मा:हना वंगु खनकि अलछिन जुइ दसा मभिनी आदि धयात:गु ख:।

आयो नून खाउँ स्वस्थ रहौ

नार्डसनम आयो आयो नून यसले स्वास्थ्यलाई राम्रो बनाउँछ

आयोनूनखाउँको फायदाहरू:

१. रक्तचाप नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्छ।
२. हृदय रक्तवाहिन्याको स्वास्थ्यलाई राम्रो बनाउँछ।
३. अस्थिमाथि कल्सिअमको स्तरलाई राम्रो बनाउँछ।
४. अस्थिमाथि कल्सिअमको स्तरलाई राम्रो बनाउँछ।
५. अस्थिमाथि कल्सिअमको स्तरलाई राम्रो बनाउँछ।

सँजात रोजन विधिहरू

सँजात रोजन विधिहरू

राम प्रजापति प्राप्राइटर

हारती मिठाई भण्डार

(शुद्ध शाकाहारी)

कालिमाटी चोक, टंकेश्वर मार्ग, काठमाडौं।
फोन नं. : ०१-५३७२९९९, मो. ९८०३९८०६९९

यहाँ:-विवाह, व्रतबन्ध, पार्टी, पिकनिक, तथा अन्य शुभ कार्यको लागि अर्डर अनुसार मिठाईहरू तयार गरिन्छ।





म्यान्चेस्टर सिटीयात सुनां पनीगु ?



प्रजित शाक्य

रियल म्याड्रिड
च्याम्पियन्स
लिगया जुजु
खः । रियल
म्याड्रिडं दकले
अप्वः १४क्वः
च्याम्पियन्स लिग
त्याकूगु दु । तर
सिटीविरुद्धया
सेमिफाइनल्य
रियल निरिह
जुल । थुकिं आः
म्यान्चेस्टर सिटी
गज्याःगु लसय् दु
धइगु सिद्ध जुइ ।

म्यान्चेस्टर सिटीयात सुनां पनीगु ? इङ्गलिस प्रिमियर लिगय् जक मखु, सखे वइगु वालय् जुइगु च्याम्पियन्स लिग फाइनल धुंकाः युरोपेली फुटबल्य हे थ्व न्ह्यसः सकसिगु जुइ । वंगु शनिबाः चान्हय् म्यान्चेस्टर सिटी म्यान्चेस्टर युनाइटेडयात २-१ गोलं बुकाः एफए कपया उपाधि त्याकल । एफए कप नकआउट फुटबलया दकले पुलांगु धेंधें बल्लाः खः । एफए कपया फाइनल्य जर्मनीया मिडफिल्डर इल्के गुन्डोगानं २ गोल यात । न्हापांगु गोल वय्कःया कासाया १३ सेकेन्डय् हे यानादीगु खः । १४२ दँया इतिहास कुबियाच्चंगु एफए कपया फाइनल्य थ्व दकले याकनं याःगु गोल जुगु दु । कासाया ५१गु मिनेटय् डिबक्स पिनं गोल यानाः गुन्डोगानं सिटीयात च्याम्पियन दय्काबिल ।

म्यान्चेस्टर सिटी न्हापा हे प्रिमियर लिग च्याम्पियन जुइधुंक्कू खः । अफ म्यान्चेस्टर सिटी लगातार स्वक्वःगु खुसी प्रिमियर लिग च्याम्पियन जुगु खः । १४३ दँया इतिहास दुगु प्रिमियर लिगया उपाधि सिटीं गुक्वःगु खुसी त्याकूगु खः । सिटीं लिपांगु खुदँय् न्याक्वःगु खुसी प्रिमियर लिग त्याकाः इङ्गलिस फुटबल्य थःगु दबदबा कायम याःगु दु । थ्वयां न्ह्यः, थज्याःगु उपलब्धि म्यान्चेस्टर युनाइटेडं जक चूलाकूगु दु । सन् २०११ धुंकाः सिटीं १६ उपाधि त्याकेधुंक्कूगु दु ।

आः म्यान्चेस्टर सिटी छू हे सत्रय् थ्व स्वंगू मू उपाधि त्याकाः इतिहासया बराबरी याय्गु ताकय् दु । आःतक्क इङ्गलिस टिमय् म्यान्चेस्टर युनाइटेडं जक छू हे सत्रय् स्वंगू मू उपाधि त्याकूगु दु । सन् १९९९य् म्यान्चेस्टर युनाइटेडं व दुर्लभ उपलब्धि हासिल याःगु खः । थज्याःगु उपलब्धि हासिल याय्त आः म्यान्चेस्टर सिटीं मेगु वालय् इस्तानुबल्य इटालीया इन्टर मिलानयात च्याम्पियन्स लिगया फाइनल्य बुकेमाली ।

विश्व क्लब फुटबलया हे दकले प्रतिष्ठित कासा च्याम्पियन्स लिग म्यान्चेस्टर सिटीं आःतक्क त्याकेमफुनि । यद्यपि थुगुसी इन्टर मिलानविरुद्धया फाइनल्य म्यान्चेस्टर सिटीयात दावेदारया रुपं काःगु दु । च्याम्पियन्स लिगय् दकले सफल टिम रियल म्याड्रिडयात सेमिफाइनल्य अःपुक हे बुक्कूगुलिं नं म्यान्चेस्टर सिटीं



थुगुसी च्याम्पियन्स लिग त्याकीगु अनुमान याःगु खः । सिटीं समग्रय् रियल म्याड्रिडयात ५-१ गोलं बुक्कूगु खः । थ्व जित म्यान्चेस्टर सिटीया लागिं बदला नं जुल । लिपांगु दँय् रियल म्याड्रिडं सेमिफाइनल्य हे सिटीयात बुक्कूगु खः व वयालिपा च्याम्पियन जुगु खः ।

रियल म्याड्रिड च्याम्पियन्स लिगया जुजु खः । रियल म्याड्रिडं दकले अप्वः १४क्वः च्याम्पियन्स लिग त्याकूगु दु । तर सिटीविरुद्धया सेमिफाइनल्य रियल निरिह जुल । थुकिं आः म्यान्चेस्टर सिटी गज्याःगु लसय् दु धइगु सिद्ध जुइ ।

जिपिं इतिहासं निर्माणया सतिक दु । जिं स्वंगुलिं उपाधि ल्हवनागु खनाच्चनागु दु' एफए कपयाय उपाधि त्याकेधुंकाः प्रशिक्षक गुवार्डियोलां धयादिल । इन्टरविरुद्ध मिहत्बल्य प्रशिक्षक गुवार्डियोलाया भूमिका तसकं महत्वपूर्ण जुइ । छायाःसा आःतक्क च्याम्पियन्स लिग त्याकेमफुनिगुलिं कासामितय्त थुकिं दबाब बीफु तर, सिटीया प्रशिक्षक गुवार्डियोलां थ्वयां न्ह्यः निक्वः च्याम्पियन्स लिग उपाधि त्याकेधुंक्कूगु दु । अय्जुयाः नं च्याम्पियन्स लिग फाइनल्य गुवार्डियोलाया न्ह्यःने थः कासामितय्त मानसिकरुपं सबल दय्केगु जिम्मेवारी नं दइ । वय्कलं बार्सिलोनाया प्रशिक्षक जूबल्य च्याम्पियन्स लिग टुफी ल्हवनादीगु खः ।

म्यान्चेस्टर सिटी थुगु सत्रय् अजय खनेदुगुया कारण छु खः ले ?

हालान्डया गोल

नर्वेया ईर्लंड हालान्ड थुगु सत्रय् जक प्रिमियर लिगय् पदार्पण याःगु खः, म्यान्चेस्टर सिटीया जर्सी फिनाः । गुगु पदार्पण प्रिमियर लिगय् इतिहास कायम यात । न्हापांगु कासाय हे वेस्ट

बिस्कं संरचना ३-२-४-१य् हिल । हालान्डया प्रयोग अफ प्रभावकारी दय्केत गुवार्डियोलां थज्याःगु संरचना दय्कूगु खः । थुगु संरचनां सेन्ट्रल मिडफिल्डरत इल्के गुन्डोगान व केभिन डि ब्रुयन अफ न्ह्यःने वयाः मिहतेफुपिं



ह्यामाविरुद्ध २ गोल यानाः शानदार सुरुआत याःम्ह हालान्डं व धुंकाः इङ्गलिस फुटबल्य थःगु गोलं धाकुफय् हे हयाबिल । प्रिमियर लिगय् प्यंगू ह्याट्रिकलिसें ३६ गोल आःतक्कया प्रिमियर लिगय् सर्वाधिक गोल जुगु दु । हालान्डया आगमनं सिटीया आक्रमण तसकं सुदृढ जुगु दु ।

रणनीतिक परिवर्तन

सिटीया प्रशिक्षक पेप गुवार्डियोला फुटबलया दुयंमह चिन्तक व मास्टर रणनीतिकार खः । थ्व सत्रय् वय्कलं ४-३-३ या रणनीतियात सत्रया मध्यपाखे थःगु टिमयात छू

जुल । गुगु ह्युपाः सत्रया मध्य भागय् याःगु खः । थ्व संरचनय् मिहतेधुंकाः सिटी छुं हे कासाय मबू ।

सत्रया अन्त्य प्राप्त लय

थुगुसी प्रिमियर लिगय् ताः ई आर्सनलं अग्रता दय्केधुंकाः सिटीं थुगुसी उपाधि रक्षा याइगुलिइ शंका ब्वलंगु खः । तर सिटीं लगातार लिपांगु ११ कासा त्याकल सा आर्सनल लिपांगु इलय् वयाः धेधे चुल । आर्सनलं लिपांगु न्यागू कासामध्ये स्वंगू बुइधुंकाः नं म्यान्चेस्टर सिटीयात लबः दत ।

Binod Maharjan
9841369552, 9808644686

बि.आर्ट्स

B. Arts

Nayabazar, Kirtipur
4335491, b.arts4335491@hotmail.com

★ Banner, Flex Board
★ Glow Sign Board
★ Sticker Cutting / Printing
★ Screen/ Rubber Print
★ Self-ink/ Rubber Stamp
★ PVC(ID) Visiting Card
★ all kinds of press works

100% Vegetarian

Sweet Cave
Sweets - Namkeen - Fast Food

Sweet Cave
(जीवन दाईया पसः)
Kalimati, Kathmandu, Nepal
Tel: 4275511, 9741112777, 9851063000

यहाँ भोज तथा पार्टीहरूको लागि चाहिने स्पेशल दही, पनिर, लाखामरी, लालमोहन, बर्फी, रसबरी तथा अरु विभिन्न परिकारका मिठाईका लागि सम्पर्क राख्नुहोस् ।
आउटडोर भेज क्याटरिङ पनि गरिन्छ ।

न्यू मिडिया तालिम सम्पन्न



प्रशिक्षार्थी पत्रकारतयुत स्वरोजगार दयकेगु आज्जु ख्वपय् मिडिया तालिम याःगु दु। मध्यपुर थिमि नगरपालिका व मध्यपुर सञ्चार समाज मंकाः रूपं न्हय्नुहुतक्क याःगु तालिमया छ्मू ज्याइवः यासैं औपचारिक समापन याःगु दु। समापन ज्याइवःयात सम्बोधन यासैं मध्यपुर

थिमि नगरपालिकाया मेयर सुरेन्द्र श्रेष्ठ न्ह्यु आर्थिक दैय् सञ्चार सम्बन्धि नीति हे दयकाः न्ह्याःवनेगु धयादिल। 'थुगुसी नगरपालिका सहकारी, शिक्षा, स्वास्थ्य, विपद् व्यवस्थापनलसेया ऐन दयकागु दु। जिमिसं जिमिगु न्यादैया कार्यकालयात सफल दयकेत नं पञ्चवर्षिय योजना दयकाः न्ह्याःवनागु

दु। तर थ्व विषय मिडियाय् मवःबलय् जिमिसं यानागु ज्या नगरबासी मसिल।' मेयर श्रेष्ठ धयादिल। तालिम अन्तर्गत रोजगारीमूलक न्यू मिडिया, खोज पत्रकारिता व फोटो पत्रकारिता अध्यापन जुगु ग्वसाः खलःया नायः बाबुकाजी श्रेष्ठ धयादिल।

न्यू मिडिया अन्तर्गत युट्यूब, फेसबुक, टिकटकलिसेया सामाजिक सञ्जालया नापं पडकास्ट, ब्लगस्पटर र भ्लग लिसेया विषयया प्राविधिक व सैद्धान्तिक ज्ञानयात नं तालिमय् सहजिकरण याःगु खः।

राजधानीया स्वर्गुलिं जिल्लां ३० प्रशिक्षार्थीतय् ब्वति दुगु खः। तालिमय् सञ्चारकर्मी केके मानन्धर, सागर गुरागाईं, सुमन श्रेष्ठ व विकेन रजित प्रशिक्षण ब्यूगु खः।

१८ वडाय् अक्युपंचर शिविर



यै महानगरपालिका १८ वडा व नेपाल रेडक्रस सोसाइटी स्वयम्भू उपशाखाया मंकाः ग्वसालय् वंगु जेठ १४ गते निसैं १८ गतेतक अक्युपंचर स्वास्थ्य शिविर वंगु विहीवाः छ्मू ज्याइवःया दथुइ क्वचाल।

यैमपा १८ वडाया अध्यक्ष न्हुछेकाजी महर्जनया सभापतित्वय् न्ह्याःगु ज्याइवलय् नेपाल रेडक्रस सोसाइटी स्वयम्भू उपशाखाया सभापति राजेन्द्र श्रेष्ठ, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी काठमाडौं जिल्ला शाखाया निवर्तमा सभापति मथुराराम श्रेष्ठ, यै महानगरपालिका स्वास्थ्य विभागया

प्रमुख रामप्रसाद पौडेल, यैमपा १८ वडा वडासचिव सरस्वती आचार्य, नेरेसो यै जिल्लाया मन्त्री वृद्धिमान शाक्य, अक्युपंचर स्वास्थ्य शिविर २०८०या संयोजक नापं नेरेसो स्वयम्भू उपशाखाया सचिव रविता कंसाकार वजाचार्यीपं पाहां कथं भाःगु खः।

ज्याइवलय् सभापति नापं यैमपा १८ वडाया अध्यक्ष महर्जन अक्युपंचर स्वास्थ्य शिविरया अक्युपंचरिष्ट व शिविरया स्वयंसेवकपित सम्मान पत्र लःल्हाःगु खःसा शिविरय् मुक्कं १०० म्ह स्वयां अप्वः मनुतयसं सेवा कयादीगु खः।

बौद्ध परियत्ति शिक्षाया दीक्षान्त



यैया विश्व शान्ति बिहारय् बु.सं. २५६६ या ६० क्वःगु नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाया दीक्षान्त समारोह तःजिगु ज्याइव यासैं क्वचाल।

अखिल नेपाल भिक्षु महासंघया अध्यक्ष नापं नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाया शिक्षाध्यक्ष भिक्षु धर्मशोभन महास्थविरया अध्यक्षताय् जुगु ज्याइवलय् वसपोलपाखें पञ्च शिल बिबाबिज्यासं परियत्ति शिक्षाया

विद्यार्थीपित परियत्ति प्रतिज्ञा नं याकाबिज्याःगु खः। नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाया केन्द्रीय परीक्षा नियन्त्रक भिक्षु बोधिज्ञान महास्थविरं वार्षिक प्रतिवेदन बिबाबिज्याःगु इवलय् परियत्ति शिक्षाया लागि आर्थिक ग्वाहालि यानादीपिं यै महानगरपालिका नापं उपासक-उपासिकापित साधुवाद बिबाबिज्यात।

ज्याइवलय् मूपाहां कथं

भायादीमह शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री अशोक राई उत्कृष्ट विद्यार्थीपित पुरस्कार व प्रमाणपत्र लःल्हानादिल। ज्याइवलय् नेपाःया लागि म्यानमारया राजदूत उ सै उ नापं दूतावासया पदाधिकारीपिं, अथेहे श्रीलंकाली राजदूतावासया प्रथम सचिव निलुशा दिमिनी नं उपस्थित जुयादीगु खः। थुगुसी परियत्ति शिक्षाया थीथी तर्गिया २५२४ म्ह विद्यार्थीपिं उत्तीर्ण जुगु खः। उकी प्रशान्त देव शाक्य, निशा बज्राचार्य, सरस्वति महर्जन, नेम्मा शाक्य, समुन्द्र देवी ताम्राकार, रोजी बज्राचार्य, कोमल लक्ष्मी शाक्य, मधुप्रकाश ज्ञवाली, निर्मला ताम्राकार व पद्मा शाक्यपिसं सद्धम्मकोविद उत्तीर्ण यानादिलसा ३० म्ह परीक्षार्थीपिसं सद्धम्मपालक उपाधि उत्तीर्ण यानादीगु खः।

साहित्यकार केशरमानयात हन



अमेरिकाया शिकागोय् च्वंच्वनादीमह साहित्यकार केशरमान ताम्राकारयात हंगु दु। नेवाः अर्गनाइजेसन अफ अमेरिका मेरिल्याण्ड, अमेरिकाया २२ क्वःगु दैमुंज्याय् साहित्यकार ताम्राकारयात हंगु खः।

दै मुंज्याय् वय्कःयात 'अनररी लाइफ मेम्बर' कथं हनापौ देखासैं हंगु

ज्याइवलय् ताम्राकार 'की नोट स्पीकर' कथं थःगु नुगःखें तसैं नेवाः भाय्, कला, साहित्य, सभ्यता, नेवाः संस्कार व संस्कृतिया प्रचार प्रसार व थुकिया विकासय् संचारमाध्यमया भूमिका' विषयय् थःगु नुगःखें तयादीगु खः। ज्याइवलय् वय्कःयात पंचकन्यापाखें लसकुस याःगु खः।

बाखं च्वमि श्रेष्ठ मन्त



बाखं च्वमि गोविन्द मान श्रेष्ठ मन्त। बाखंमि श्रेष्ठ वंगु मंगलबाः सुथसिया ५:५० ताः इलय् शिक्षण अस्पताल महाराजगञ्जय् मद्दुगु खः।

क्यान्सर ल्वचं कयाः वासः याकाच्वनादीमह श्रेष्ठया वंगु १३ गते शनिबाः तिति 'समुन्द्र मन्थन' नांयागु चिबाखं सफू पितव्वज्या जुगु खः।

मद्दुमह बाखं च्वमि श्रेष्ठया अन्तिम संस्कार १३ गते शनिबार हे पशुपति आर्यघाटय् याःगु खः। वि सं २००६ साल मंसिर २० गते ख्वपया तचपालय् जन्म जूम्ह च्वमि श्रेष्ठ लिपांगु इलय् यैया पकनाजोलेय् च्वंच्वनादीगु खः।

खोनाया ...

न्त्यथनादिसैं खोनाया मौलिक बस्तीइ लिच्वः मलाइकथं फास्ट ट्राय्कया आयोजना न्ह्यज्याकेमाःगु खँय् सरकार गम्भीर दुगु खँ कनादिल। नेपाःया संस्कृति ल्यंकेत खोनाबासी बिबावयाच्वंगु उपप्रधानमन्त्री श्रेष्ठया धापू दुगु खः।

उगु लसताय् पूर्व सांसद् पम्फा भुसाल खोनाया मौलिक बस्तीयात लिच्वः मलाइकथं फास्ट ट्राय्कया योजना न्ह्यज्याकेगु खँय् रक्षामन्त्रीया संयोजकत्वय् च्वंगु समितिं दय्कूगु प्रतिवेदन कार्यान्वयन याय्माःगु माग यानादिल। २१ वडाया वडाअध्यक्ष रविन्द्र महर्जनया सभापतित्वय् जुगु ज्याइवलय् यल महानगरपालिकाया मेयर चिरिबाबु महर्जन, भक्तपुर नगरपालिकाया मेयर सुनील प्रजापति लिसैं विशिष्ट व्यक्तित्वपनि ब्वति दुगु खः।

नेपायाः हे ...

महानगरपालिकां डिजिटल एन्ड बियोन्डलिसे सहकार्य यानाः प्रत्येक सामुदायिक विद्यालयय् रास्बेरी पाइ फाउन्डेसन कोड

क्लब गठन याय्गु ज्या न्ह्याकागु विद्यालयया प्रधानाध्यापक लक्ष्मण श्रेष्ठ धयादिल।

ज्याइवलय् विद्यालय व्यवस्थापन समितिया नायः शुक्रलाल श्रेष्ठ, यैमपा शिक्षा विज्ञ रेसु अर्यालं शिक्षकत नं आधुनिक प्रविधिलिसे अभ्यस्त जुजुं विद्यार्थीतयुत लैं क्यनाः न्ह्याःवनेमाःगुलिइ बः बिबाः थःगु नुगःखें तयादीगु खः।

उपमेयरलिसैं शिक्षा विभाग प्रमुख सिताराम कोइराला, शिक्षा सल्लाहकार रेशु ढुंगाना अर्याल, आईटि विज्ञ सगुन ढुंगानालिसेया टोली विद्यालयया बुक फ्रि फ्राइडे, शिक्षाय् सिप अन्तरगत ब्युटिशियन एण्ड हेयर स्टाईल, नियमित कक्षाय् जुयाच्वंगु ह्याण्ड्स अन अन्तरगतया मेगु ज्याया अनुगमन नं यानादीगु खः। अनुगमनय् शितला स्कुलय् स्काउट, नेपाल भाषाय् सक्तीत, चित्र दय्केगु सीप तालिमलिसैं विद्यालयय् जुरेस, इको क्लब, जर्नल पब्लिकेशन क्लब, डिआरआर क्लब, स्काउट, कोड क्लब, बाल क्लब, डिबेट क्लबलिसैं भिगू क्लवत संचालनय् दुगु विद्यालयया प्रधानाध्यापक लक्ष्मण श्रेष्ठ ब्रिफिङ्ग यानादीगु खः।

हरेक मंगलवार

राष्ट्रियताको लागि समर्पित



मेरो साप्ताहिक

मना साप्ताहिक Mero Saptahik

मालाः मालाः ब्वनादिसैं।

गोरखापत्रया सल्लाहकार सम्पादक महर्जनयात भिन्तुन



गोरखापत्र संस्थानय् सल्लाहकार सम्पादकय् नियुक्त जूमह उपेश महर्जनयात नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबुलिं भिन्तुना देखा:गु दु। वंगु बिहिवा: वय्क:या कार्यकक्षय् वना: पत्रकार राष्ट्रिय

थुगु पदतक थ्यंकेफुगु धयागु थमं त:धंगु उपलब्धी ताय्कागु धासें थमं संस्थानय् खनेदइकथं ह्युपा: वइगु ज्या याय्गु धयादिल।

अथेहे वय्कलं गोरखापत्रपाखे पिथना वयाच्वंगु थीथी मातृभाषाया पृष्ठयात अभ्र परिष्कृत यायुत छु गज्या:गु ज्या यायेमाली उकिया सुभावा बीत दबूया पदाधिकारीतयुत इनाप यानादिल।

नवनियुक्त सम्पादक सल्लाहकार महर्जनयात भिन्तुना देखासें दबूया केन्द्रीय अध्यक्ष नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठ मातृभाषा पत्रकारिता सुरु जूगु सछिदै क्यनेत्यंगु लसताय् दबूपाखे शताब्दी दै हनेत्यंगु खँ न्ह्यथेसें थुकी गोरखापत्र संस्थानपाखे ग्वाहालि जुइगु आशा प्कादिल।

मथुरा सायूमिलिसे स्रष्टा व सिर्जना ज्याइव:



नेपालभाषा एकेडेमीया स्रष्टा व सिर्जना ज्याइव:या निगूगु संस्करणय् आख्यानकार मथुरा सायूमिलिसे ज्याइव: जूगु दु। नेपालभाषाया साहित्य ख्यलय् ज्व: मदुगु योगदान दुपिं साहित्यकारया जीवन व सिर्जना पक्षयात न्ह्यब्वयगु तातुना: न्ह्याकूगु ज्याइव:या निगूगु संस्करण आख्यानकार सायूमिलिसे जूगु ख:।

आख्यानकार सायूमि थ:महेसिनं नं बाखं न्यंकादीगु ज्याइवल्यु शाक्य सुरेन, शरद कसा: व प्रतिसरा सायूमि लगायत सायूमिया बाखं वना: न्यंकादीगु ख:। अथेहे, समालोचक प्रा. प्रेमशान्ति तुलाधरं आख्यानकार सायूमिया

जीवनी न्ह्यब्वयादिलसा साहित्यकार रीना बानिया तुलाधरं च्वमि सायूमिया उपन्यास कृतिया चर्चा यानादीगु ख:। अथेहे, उपन्यासकार राज सायूमि मथुरा सायूमिया जीवनया थीथी पक्ष न्ह्यब्वयादीगु ख:। ज्याइवल्यु जनकवि दुर्गालाल श्रेष्ठ, एकेडेमीया चान्सलर यज्ञरत्न धाख्वा:, सदस्य सचिव डा. पुष्पराज राजकर्णिकार, भाइस चान्सलर मल्ल के सुन्दर, एकेडेमीया साहित्य कव:या कजि त्रिरत्न शाक्य लगायत एकेदमिं यानाव:गु ज्याखँ, ज्याइव:या मू आज्जुलिसें आख्यानकार सायूमिया ब्यक्तित्वयात कया: थ:थ:गु खँ तयादीगु ख:।

१४१ म्हेसिनं हिदान यात



स्मार्ट एरोविकस, स्मार्ट बचत तथा ऋण सहकारी संस्था र भिसा एलायन्सको मंका: ग्वसालय् हिदान ज्याइव: क्वचा:गु दु।

विश्व रक्तदाता दिवसया लसताय् ब्लड डोनर्स एसोशियसनको आह्वानय् जूगु रक्तदान ज्याइवल्यु संघीय सांसद गणेश पराजुली, नेपाल समाजवादी पार्टीया नेतृ मानुषी यमि भट्टराई व म्येहालामि रमेश कुमार विश्वकर्मासिसे १४१म्हेसिनं हिदान या:गु ख:।

हिया अभावं सुयां ज्यान

मवनेमा, मनूतयुत मालीगु इलय् हि याउंके उपलब्ध जुइफयमा: धका: ज्याइव: यानागु स्मार्ट एरोविकसया अध्यक्ष निर्मल महर्जनं धयादिल।

ज्याइवल्यु ब्लड डोनर्स एसोशियसनया राष्ट्रिय अध्यक्ष ई. सानु बाबु प्रजापति, स्मार्ट एरोविकसया सल्लाहाकार केदार दवाडी, एरोविकसया हे प्रशिक्षक लीला भण्डारी, संस्थाया सचिव उत्तम कुमार श्रेष्ठसिसे नं स्वस्थ मनूतयुसं इलय्ब्यलय् रक्तदान यानाच्वनेत इनाप यानादिल।

थँहिती मानन्धर गुथिइ सुवर्णमान न्हूह नाय:

थँहिती मानन्धर गुथिया न्हूगु ज्यासना पुच: ल्य:गु दु। थँहितीस्थित गुथिया थ:गु हे त्वा:छँय् जूगु भेलां सुवर्णमान मानन्धरया अध्यक्षताय् गुथिया न्हूगु ज्यासना पुच: ल्य:गु ख:। न्हूगु ज्यासना पुचलय् डा. त्रिरत्न मानन्धर (गल्कोपाखा) व लक्ष्मीदास मानन्धर (थँहिती) न्वकू, गौतम मानन्धर (क्वा:बहा:) छ्याञ्जे, सुवर्ण मानन्धर (ध:क्व) ल्यूछ्याञ्जे, केशरबहादुर मानन्धर (डल्लु) यात दांभरिं व राजेन्द्रप्रसाद मानन्धर (धोविचौर) यात ल्यूदांभरिं ल्य:गु दु। दुजलय् रामहरि मानन्धर (थँहिती), सागरबुद्ध मानन्धर (पकना:ज्व:), राजु मानन्धर (वनस्थली), श्याम मानन्धर (ध:क्व), सुरज मानन्धर (थँहिती), द्वारिका मानन्धर (छत्रपाति), सुरेश मानन्धर (ध:क्व), प्रकाश मानन्धर (धिमेल्वहं) व सुजल मानन्धर (थँहिती) यात ल्य:गु दु। नीछ्महेसिया ज्यासना पुचलय् न्याम्ह दुज:पिं लिपा मनोनित याइगु खँ धा:गु दु।

सर्पदंश (सर्पको टोकाई) बाट बच्न....

- घर वरीपरी सर्प लुक्न सक्ने सम्भावित स्थानको खोजी गरी त्यस्ता ठाँउहरुको व्यवस्थापन गरौं,
- घरवरीपरि सफा राखौं, प्वालहरु टालौं,
- खुलास्थानमा शौच नगरौं,
- खालि खुट्टा नहिडौं, जुता वा गमबुट लगाऔं,
- लट्टि लिएर हिँडौं,
- सम्भव भएसम्म खाटमा सुतौं,
- सुत्दा भुलको अनिवार्य प्रयोग गरौं,
- सुत्नेबेलामा ओछ्यान राम्ररी हेरौं,
- राती हिँड्दा टर्चको प्रयोग गरौं,
- पराल दाउरा आदी निकाल्दा होसियारी अपनाऔं।



नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

छत्रपाटी नि:शुल्क चिकित्सालय | अस्पताल |

“स्तरिय शूलभ स्वास्थ्य सेवा सकसिया निति, असहायया निति जक नि:शुल्क”

उपलब्ध सेवा	शल्यक्रिया	बहिरंग सेवा	मेमेगु सेवा
२४सै घण्टा सेवा	मोडिबिन्	● मुटु रोग	● ट्रेसिङ
● इमरजेन्सी	● झरन सरेरी	● फेठ रोग	● इण्डोस्कोपी
● प्याथोलोजी	● नाक कान घाँटी स्यर्जि	● यूरोलोजी	● कोलोनोस्कोपी
● एक्स रे	● हाडजोनी तथा नासा स्यर्जि	● स्त्री रोग	● फिजियोथेरापी
● ई.सी.जी	● घिना चिरकार फिस्स सल्लो फनर स्यर्जि	● बाल रोग	● प्रस्टासायु, कनर इन्तर र इन्जे
● औषधि पसल		● कथान्धर रोग	● यूरोथेमी सतरको वन प्रयोगशाला
● अन्तरंग सेवा		● दन्त रोग	● टि.ए.सि. इन्टर
		● ज्विखा रोग	
		● जनरल मेडिसिन	
		● चर्म तथा यीन रोग	
		● नाक कान घाँटी रोग	
		● जनरल हेल्थ चेक अप	
		● थाइरोइड	
		● मधुमेह	

२४ घण्टा

ईमरजेन्सी सेवा

७०८ गंगालाल मार्ग, छत्रपाटी, काठमाडौं, फोन: ४२९६९३८, ४२५७९९९, ४२६६२२९