

## बारा घटनाको विरोधमा राजविराजमा प्रदर्शन



दैनिक समाचारदाता

राजविराज, १४ कात्तिक ।

बाराको कवही गोठमा प्रहरीले गरेको ज्यादतीको घटनाको विरोधमा जसपा सप्तरी निकट युवा विद्यार्थीहरूद्वारा राजविराजमा शुक्रबार प्रदर्शन गरेको छ ।

स्थानिय शिव मन्दिरको प्राङ्गणबाट सुरु गरेको न्यालीले नगरको विभिन्न ठाउँमा प्रदर्शन

गरेको थियो ।

गत बुधवार बेलुका बारा जिल्लाको स्वर्ण गाउँपालिकास्थित प्रहरी चौकी कवही गोठको नेपाल प्रहरीले ज्यादती गर्दै लाठी र गोली प्रहारबाट स्थानीय रञ्जन कुमार यादवलाई गम्भीर घाइते बनाएको थियो ।

यसैगरी प्रहरीको लाठी प्रहारबाट जनता समाजवादी पार्टी, नेपाल बारा जिल्लाका नेता एवम्

तात्कालीन समाजवादी पार्टीका जिल्ला उपाध्यक्ष धर्मवीर यादवको टाउकोमा चोट लागी घाइते बनाइएको तथा दर्जनौं व्यक्तिहरूको घाइते भएका थिए ।

भारतीय सीमा क्षेत्र नजिक रहेका स्थानिय नेपालीहरूले घरका निमित्त चाहिने दैनिक खाद्य वस्तु तथा ८/१० किलो आलु-प्याज साइकलमा ल्याउने क्रममा प्रहरीले उनीहरूलाई पक्राउ गरेको

## कुखुरा फर्म तथा औषधी पसल संचालक लागु औषधसहित पक्राउ

दैनिक समाचारदाता

राजविराज, १४ कात्तिक ।

सप्तरीको बोदेबरसाईन नगरपालिका वडा नं. १० खडकपुरस्थित एक घरमा संचालनमा रहेको कुखुरा फर्म तथा औषधी पसल संचालक लागु औषधसहित शुक्रबार पक्राउ परेका छन् ।

पक्राउ पर्नेमा सोही नगरपालिका १० खडकपुर निवासी ३७ वर्षिय रंजित कुमार यादव रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

यस्तै बरामद भएको लागु औषधमा डाईलेक्स डि.सी. सिरप ३५ बोतल, नाईट्रोभेट ट्याब्लेट ७० पिस, नफीङ्ग इन्जेक्सन २

पिस, डाईजेलप इन्जेक्सन ७ पिस र स्पास्मो प्रोभोल ट्याब्लेट १४४ पिस रहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, ईलाका प्रहरी कार्यालय बोदेबरसाईन र प्रहरी चौकी देउरीबाट खटिएको सादा पोसाकको टोलीले शंकालागी उक्त फर्ममा चेक जाँच गर्दा धानको भुसामा पतिबन्धित लागु औषध लुकाई छिपाई राखेको अवस्थामा फेला पारेको जनाइएको छ ।

यता पक्राउ परेका यादवलाई ईलाका प्रहरी कार्यालय कडरबोनामा राखि अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

## कोरोनाको जोखिमका बीच मुस्लिम समुदायले मनाए पैगम्बरको जन्मजयन्ति



दैनिक समाचारदाता

राजविराज, १४ कात्तिक ।

इस्लाम धर्मका प्रवर्तक पैगम्बर हजरत मोहम्मदको १४९१ औं जन्म जयन्ति शुक्रबार राजविराजमा न्याली तथा विविध कार्यक्रमको आयोजना गरि

मनाइएको छ ।

कोरोना महामारीका बीच न्यालीका सहभागिहरूले मास्कको अनिवार्य प्रयोग तथा सेनिटाइज एक आपसमा छुट्टै मुस्लिम समुदायले आफ्ना प्रवर्तक पैगम्बर हजरत मोहम्मदको जन्म जयन्ति

मनाएका हुन् ।

राजविराज नगरपालिका वडा नं. ४ का अध्यक्ष मो. अख्तर बाबाले कार्यक्रमका सहभागिहरूलाई निशुल्क मास्क तथा सेनिटाइजर बितरण समेत गरेका थिए ।

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

## NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

सर्वसाधारणका लागि जनचेतनामुलक संदेश

### नोवेल कोरोना भाइरसका मुख्य लक्षणहरू



ज्वरो

(१००.४°F भन्दा माथि)



श्वास प्रश्वासमा

अत्याधिक समस्या



रुघा र खोकी

"नोवेल कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरूबाट आउने मानिसहरूमा दुई हप्ता भित्र रुघाखोकी लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउको दुखेमा, श्वासप्रश्वासमा अत्याधिक समस्या भएमा तुरन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने ।"

### नोवेल कोरोना भाइरसबाट कसरी आफू र अरुलाई बचाउने?

नियमित रूपमा साबुन-पानीले हात धुने ।



खोकदा र हाँच्युं गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।



फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।



फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।



जंगली तथा घरपालुवा पशुपन्छी सँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।



पशुजन्य मासु तथा अन्डा राम्रोसंग पकाएर मात्र खाने ।



नेपाल सरकार  
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय  
सूचना तथा प्रसारण विभाग

## सम्पादकीय



### परिवर्तित मौसमसँग सँगै बाच्ने बानी बसालौं

एक मौसम परिवर्तन भएर अर्कोको आगमन हुने समयमा व्यक्तिको स्वास्थ्यमा प्रभाव पर्छ जसले गर्दा विभिन्न किसिमका रोगहरु लाग्ने गर्छ। जस्तै भाडापखाला, ज्वरो, रुघाखोकी, शरीर दुख्ने जस्ता विमारीहरु मौसम परिवर्तन हुँदा बढी मात्रामा लाग्ने गर्छ। व्यक्तिहरुले यसतर्फ ध्यान नदिँदा यस किसिमका सामान्य रोगले उग्र रूप लिएर जटिल समस्या निम्त्याउँछ। जसले गर्दा आर्थिक भार मात्र खेप्नुपर्दैन व्यक्तिहरुको ज्यान समेत जान सक्ने भएकाले मौसम परिवर्तन भइरहेको समयमा चनाखो हुनु जरुरी हुन्छ।

पृथ्वीमा विभिन्न समयमा विभिन्न किसिमका मौसमहरु आउँछ। मुख्यगरी गर्मी, वर्षा र जाडोको मौसमकाबीच मानवसहितका सजिव प्राणीहरु जीवनयापन गर्ने गर्छन्। गर्मीबाट वर्षाको मौसम आउँदा बढी मात्रामा भाडापखालाको प्रकोप देखापर्छ। वर्षापछि आएको गर्मी परिवर्तन भएर जाडो आउन थालेपछि रुघाखोकी, ज्वरोसहितका सामान्य लक्षणहरु व्यक्तिमा देखापर्छन्। यस्ता सामान्य विमारीहरुको समयमै ध्यान नदिइएर निमोनिया, कोल्ड डायरिया सहितका ठूला रोगहरु लाग्न सक्छन्। यो रोगहरु बालबालिका र वृद्धवृद्धामा बढी लाग्छ।

यसर्थ मौसम परिवर्तन भइरहेको समयमा ध्यान दिनु जरुरी छ। खासगरी शरीरको तथा घर, आँगनको सरसफाईमा बढी ध्यान दिनुपर्छ। बालबालिका तथा वृद्धवृद्धालाई जाडोको समयमा न्यानो पार्ने कपडाहरु प्रशस्त मात्रामा लगाइरहनुपर्छ। खानबिनमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ। ताजा खाना मात्र खानुपर्छ र उमालेको पानी पिउनेतर्फ ध्यान दिनु जरुरी छ।

पुरानो रोगको उपचारका लागि सम्पर्क गरौं।

### होमियोप्याथिक रिसर्च इन्स्टिच्युट

डा. सुशील मोहन दास

(बी.एच.एम.एस)

सिरहा रोड, राजविराज फोन : ०३१-५२९९६८

### डा. ललन प्रसाद राणियार

#### Dr. Lalan Prasad Rauniyar

MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338

#### कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ

गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल, राजविराज  
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हल, राजविराज  
Mo. No : 9842830252, 9804605569

### डा. दिनेश उप्रेती

#### Dr. Dinesh Upreti

MBBS, MD Internal Medicine (BPKIHS, Dharan), NMC Reg. No. : 13141

#### कन्सलटेन्ट फिजिसियन

गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल, राजविराज  
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हल, राजविराज  
Mo. No : 9842830252, 9804605569

### डा. पारसमणि शाह

#### Dr. Parasmani Shah

MBBS (BPKIHS), MD (BPKIHS, Dharan) NMC Reg. No. : 13297

#### दुखाई विशेषज्ञ

#### Anaesthesiology & Critical Care Medicine

गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल, राजविराज  
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हल, राजविराज  
Mo. No : 9842830252, 9804605569

# मिथिला क्षेत्रमा यसरी मनाइँदैछ कोजाग्रत पूर्णिमा

धनुषा, १४ कात्तिक (रासस)।

शुक्रवार कोजाग्रत पर्व। विधिवतरूपमा महालक्ष्मीको पूजापाठ गर्दै यस वर्षको विजयादशमीको समापन गरिँदैछ।

महालक्ष्मीको पूजापाठ गर्दै कोजाग्रत पूर्णिमाका दिन रातभर जाग्राम रहने चलन छ। यद्यपि मिथिला क्षेत्रमा भने कोजाग्रत पूर्णिमा मनाउने चलन आफ्नै किसिमको छ।

मिथिला क्षेत्रमा कोजाग्रतलाई कोजगरा भन्ने गरिन्छ। यस दिन पान, मखान, फलफूल, दही र मिठाई महत्वपूर्ण मानिन्छ। पूगस्जापाठका साथै यसै वर्ष विवाह भएका नवजोडीका लागि पनि यो दिन विशेष रहने गर्दछ।

पछिल्लो वर्ष मंसिरदेखि असारसम्म वैवाहिक बन्धनमा बाँधिएका बेहुली पक्षबाट बेहुलाको घरमा भार (विशेष किसिमको कोसेली) पठाउने चलन छ। भारमा पान, मखान, फलफूल, दही, मिठाई, सौंफ, मुमफली अनिवार्य नै हुन्छ भने बेहुलासहित उनको परिवारका हरेक महिला सदस्यका लागि कपडा पनि लग्ने पर्ने हुन्छ। बेहुलीको घरबाट बेहुलालाई चुमाउने गरिन्छ। अर्थात् चुमाओन गरिन्छ। पुरोहितले मन्त्रोच्चारण गर्दै बेहुलालाई चुमाएपछि ठूलाबडाले दुर्वाक्षतसहित आर्शिवाद दिने गर्छन्। यस दिन बेहुलाहरुलाई मिथिलाको पाग लगाइदिँदै ससुरालीबाट आउने कपडा पहिन्नुपर्ने गरिन्छ।

बेहुलीकै घरबाट आउने डाला, धान, अक्षता, दही, केराजस्ता पूजा सामग्रीबाट बेहुलालाई चुमाउने गरिन्छ। बेहुलाको टाउकोदेखि खुट्टासम्मको पाँच प्रमुख स्थानलाई चुमाउने चलन छ। चुमाओन गरिनु भनेको एक किसिमको आर्शिवाद दिनु हो। चुमाओन विधि सकिएपछि सामूहिक रूपमा भोजजस्तै खानपिनको आयोजना गरिन्छ। क्षमता हुनेले ठूलो भोजकै आयोजना गर्छन् यस दिन। यस अवसरमा मिठाई, मखान, पान बाँड्नेपर्ने हुन्छ।

खानपिनपछि कौडासहित पचिसी खेल्ने चलन छ। आठ कौडीहरू र सोह्र गोटीद्वारा पासाका चौसठ्ठी बेहुला र बेहुलीका दाजु वा भाईबीच खेलिन्छ। बेहुली पक्षबाट यस दिन भारका साथै अन्य सामानहरु पनि दिने चलन छ। आभूषण, औंठी, छाता, घडी पनि बेहुला पक्षलाई बेहुली पक्षले दिनुपर्ने हुन्छ। यस दिन छोरीको

विवाह गर्दा प्रतिबद्धता गरे अनुसारको बाँकी रहेका दाइजो पनि दिने चलन छ। यस दिन बेहुली पक्षबाट कम्तीमा पाँच जनादेखि ११ वा १५ जनासम्म भार लिएर आउने गर्छन्। क्षमता हुनेले सय वटासम्म र नहुनेले कम्तीमा ११ वटासम्म भार पठाउनुपर्ने हुन्छ।

छोरीको विवाह भएर विदाई गर्ने बेलामा दिइने कोसेली भैं कोजगरा पर्वमा पनि कोसेलीहरु दिइने गरिन्छ। मिथिला संस्कृति अनुसार यसअघि मधुश्रावणीका दिन बेहुलाको घरबाट बेहुलीको घरमा भार पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ।

**जानकी मन्दिरमा उत्सव मनाइँदै**  
कोजगराका दिन जनकपुरधामस्थित जानकी मन्दिरमा उत्सव नै मनाइन्छ। यो उत्सवमा जानकी मन्दिरका महन्थले भगवान् राम र माता सीताको प्रतीकात्मक कोजागरा गर्ने गर्छन्।

यस दिन महोत्तरीको रतौलीबाट आउने भार आउँछ। बनौली निवासी महेन्द्र ठाकुरको घरबाट फलफूल मिठाई दही च्यूरा, पान मखानसहितका एक सय ८ वटा भार यस पटक पनि आएको छ।

मन्दिरमा माता जानकी र भगवान श्रीरामको पूजापाठको तयारी बिहानैदेखि मन्दिरमा तयारी थालिएको छ। कोजगराको अवसरमा बिहानैदेखि जानकी मन्दिरमा श्रद्धालुहरुको व्यापक भीड लागेको छ।

**मिथिलाको पान संस्कृति**  
हरेक शुभ कार्यमा पानको पात आवश्यक हुन्छ। माछा (माछा), पान र मखानका लागि चर्चित मानिन्छ मिथिला नगरी जनकपुरधाम। मिथिलाञ्चलवासीले पानलाई आफ्नो जीवनको अति आवश्यक सामग्रीको सूचीमा समावेश गरेका पाइएको छ। यहाँ आउने पाहुना, साथीसंगीलाई चिया र पानको लागि सोधिने गरिन्छ। धर्मशास्त्रमा पानलाई शुद्ध र पवित्र मानेर देवतालाई पनि चढाइन्छ। पूजा, उत्सव र भोजभतेरमा पान अनिवार्य भैं भएकाले पनि यसले मिथिलाञ्चलमा अधिक महत्व पाएको हो।

भरदुतिमा पर्वमा पानको पात भाइको हातमा राखी पूजा गर्ने चलन छ। विवाहमा वर-वधुलाई मायाका रूपमा पान खान दिने चलन पनि छ। यसबाट परस्परमा मायाको अभिवृद्धि हुने जनविश्वास छ। पान मिथिला

क्षेत्रमा अति पवित्र मानिएको पाइन्छ। यस क्षेत्रमा प्रत्येक पूजा-प्रतिष्ठा, यज्ञ-अनुष्ठान, व्रत, पर्व, शुभाशुभ सांस्कारिक एवं देव-पितृ कार्य इत्यादिका अवसरमा पानको पातको आवश्यकता पर्ने गर्दछ।

यसरी नै गृहदेवताको पूजाआराधनादेखि लिएर सत्यनारायणको पूजा, चौठचन्द्र, छठ पर्व, रविशनि पर्व जस्ता पर्वहरुमा 'फूलपान' भनेर 'अर्घ्य' चढाइने गरिन्छ, जसमा पानको पात, फूल र फल, प्रायः केरा, राखेर 'अर्घ्य' दिइने प्रचलन रहेको छ।

यसका साथै यस क्षेत्रमा पानको पातलाई खाने कार्यमा पनि उपयोग गरिन्छ। पानको पातको कतिपय अवस्थामा औषधीय उपयोग समेत रहेको बताइन्छ। यसलाई चून, कथा, सुपारी आदिका साथ प्रायः भोजनोपरान्त खाने प्रचलन छ। मिथिला क्षेत्रको सुप्रसिद्ध तिथि कोजाग्रत पूर्णिमाका दिन मधुर, मखान तथा पान खाने प्रचलन रहेको छ। यसका साथै यस क्षेत्रमा प्रायः आयोजना भइरहने भोजका अवसरमा पनि पान-सुपारी खुवाइने गरिन्छ। यसरी पान खाँदा यसमा अनेक प्रकारका मसाला, जर्दा, सुगन्धित वस्तु इत्यादि पनि मिसाइने गरिन्छन्।

पानको धार्मिक महत्त्वसँगै सांस्कृतिक महत्त्व पनि उतिकै छ। कुनै कन्याको सौन्दर्यको वर्णन गरिँदा उनको पातलो ओठलाई 'पानजस्तो पातलो ओठ' भनेर तारिफ गरिन्छ। वात्स्यायनको कामसूत्रमा पान खाने सन्दर्भलाई सोह्रशृङ्गारमध्ये एक मानिएको छ। परापूर्वकालमा महिलाले मात्र पान खाने गरेको प्रसङ्गसमेत त्यसमा उल्लेख भएको पाइन्छ।

आयुर्वेद चिकित्साका पिता धन्वन्तरिले पानमा १ सय ५ गुण हुने बताएका छन्। उनका अनुसार खानपानपछिको पान अम्मल मात्र नभई पाचन क्रियाको सहयोगी हुन्छ। रुघाखोकी, सर्दी र रक्त विकारमा पानलाई उत्तम मानिन्छ। आयुर्वेदमा पानको गुण रक्तवर्द्धक, कफनाशक, बलवर्द्धक र रुचिकारक बताइएको छ। मैथिल संस्कृतिमा पानको प्रमुखताका कारण अनेकौं लोकगीतमा यसको चर्चा पाइन्छ। भाइ-बहिनीको अमरप्रेमको प्रतीक पर्व सामा चकेवाको गीतमा बहिनीले आफ्नो भाइका लागि यसरी गीत गाउँछिन्-

पानमा जे खेला हो भैया

पिकीया नेडौला अहीठाम  
तहि पिकिये हो भैया जङ्गा-जमुना अएलइ बाढि  
त्यस्तै सोहरगीतमा नायिका गर्भवती भएपछि आफ्ना प्रियतमलाई भन्छिन्-

ढोलिएक पान देलनि किछु नहि देलनि

एउटा शृङ्गारिक लोकगीतमा पानको यसरी पनि चर्चा गरिएको छ-

हँसी-हँसी पनमा खियौले बडमनमा

कि अपने वसे रे परदेश  
गोरी रे चुनरियामे दगिया लगाइ गेले

मारिके करेजबामे ठेस  
पान मैथिल संस्कृतिको अभिन्न अङ्ग बने काले मिथिलाञ्चलमा कलकतिया, बनारसी, देशी, मगही, हरियरपात एवम् मीठा पातको अधिक प्रचलन भएको पाइन्छ।

पान बहुपयोगी लहरेदार बनस्पति पान बहुपयोगी लहरेदार बनस्पति हो। पान खाने नेपाल, भारत लगायत दक्षिणपूर्व एसियाको परम्परा रहेको छ। पानको पातमा चूना, कल्था, सुपारीको टुकडा, सौंफ एवं अन्य विभिन्न प्रकारका मसला सुगन्धित आदि हालेर खाने चलन छ।

प्राप्त जानकारी अनुसार अहिलेसम्म पान पातका ६४ जातहरु भारतमा पाइन्छ। तीमध्ये प्रमुख जातहरु देशी, काली, रायटेक आदि महाराष्ट्रमा। साँची, मिठु (मिठा पत्ता), जहाजी र बङ्गला पान आसाम र पश्चिम बङ्गालमा तथा देशी देशावरी, कपुरी, मधही, बनारसी, कलकतिया बंगलापान उत्तर प्रदेशमा लगाइन्छ।

नेपालमा हासम्म उत्पादन गरिएका जातहरुमा देशी, बङ्गला, संचारी र मिठापत्ता पान हो। पान खेतीका लागि उपयुक्त हावापानी भएको ठाउँमा थोरै जमिन हुने साना कृषकहरुका लागि दीर्घकालीन आयश्रोत बन्न सक्ने तथ्यलाई नकार्न सकिदैन।

कृषि विज्ञ रामेश्वर महतोको अनुसार हाम्रो यहाँ तराईका पूर्वी जिल्लाहरुमा विगत दुई दशकदेखि पान खेती हुँदै आएको छ। नेपालमा पनि केही समय अघिदेखि तुलनात्मक दृष्टिले थोरै क्षेत्रफलमा भएपनि भन्नापा जिल्लाको शनिश्चरे, मोरङ्का लेटाङ्ग, मधुमल्ला, सुनसरीको पञ्चकन्या र श्रीपुर तथा सप्तरी जिल्लामा व्यावसायिक स्तरमा परीक्षणको रूपमा पान खेती गर्न थालिएको पाइन्छ।

## थप तीन हजार ५१७ मा कोरोना संक्रमण पुष्टि

काठमाडौं, १४ कात्तिक (रासस)।

देशभर पछिल्लो २४ घण्टामा थप तीन हजार ५१७ जनामा कोभिड -१९ को सङ्क्रमण पुष्टि भएको छ। पछिल्लो समय १४ हजार ९८९ जनाको स्वास्थ्य परीक्षण गर्दा दुई हजार १५६ पुरुष र एक हजार ३६१ महिलामा सङ्क्रमण पुष्टि भएको हो। स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयका अनुसार यससँगै नेपालमा कोरोना भाइरस सङ्क्रमितको सङ्ख्या एक लाख ६८ हजार २३५ पुगेको छ।

हाल देशभर सक्रिय सङ्क्रमित ३८ हजार ३५७ जना रहेका छन्, जुन सङ्क्रमितमध्ये २२.८ प्रतिशत हो। मन्त्रालयका अनुसार पछिल्लो २४ घण्टामा निको हुनेको सङ्ख्या चार हजार ९६ छ। यससँगै निको हुनेको सङ्ख्या एक लाख २८ हजार ९५८ पुगेको छ। हाल देशभर दुई हजार ६६६ जना क्वारेन्टिनमा छन्।

**थप १६ को मृत्यु**  
हालसम्म देशभर कोरोनाबाट मृत्यु हुनेको सङ्ख्या ९२० पुगेको छ। पछिल्लो २४ घण्टामा थप

१६ जनाले ज्यान गुमाएको मन्त्रालयले जनाएको छ।

**उपत्यकामा एक हजार ८८८ थप**  
पछिल्लो २४ घण्टामा काठमाडौं उपत्यकामा एक हजार ८८८ जनामा कोरोना भाइरस सङ्क्रमण पुष्टि भएको छ। मन्त्रालयका अनुसार काठमाडौंमा एक हजार ५०८, ललितपुरमा २४९ र भक्तपुरमा १३१ जनामा सङ्क्रमण पुष्टि भएको छ।

हालसम्म काठमाडौं जिल्लामा कुल सङ्क्रमितको

सङ्ख्या ६० हजार ७४२ पुगेको छ। तीमध्ये ४४ हजार २८८ जना निको भएका छन् भने २१२ जनाको मृत्यु भएको छ। त्यसैगरी ललितपुरमा कुल सङ्क्रमितको सङ्ख्या आठ हजार ५९९ रहेकामा ६ हजार १९६ जना निको भएका छन् र ५८ जनाको मृत्यु भएको छ।

भक्तपुरमा पाँच हजार ६५० जना सङ्क्रमित भएकामा चार हजार ४२२ जना निको भएका छन् र ६३ जनाको मृत्यु भएको छ।

# रात्रिकालीन खेल हेर्ने विराटनगरवासीको चाहना पूरा हुँदै

मोरङ, १४ कात्तिक (रासस) ।

विराटनगरवासीको रात्रिकालीन खेलकूद हेर्ने चाहना आगामी मङ्सिरदेखि पूरा हुने भएको छ । वर्षको नौ महिना प्रचण्ड गर्मी हुने यस क्षेत्रमा रात्रिमा खेलकूद हेर्ने नागरिकको इच्छा प्रदेश सरकारको सहयोगले पूरा गर्न लागेको हो ।

सरकारको लगानीबाट पहिलोपटक यस क्षेत्रमा उक्त

फुलड लाइट जडान गर्न लागिएको काठमाडौंको दशरथ रङ्गशालापछि यो दोश्रो रहेको मानिन्छ । प्रदेश सरकारको रु पाँच करोडको लगानीमा फुलड लाइट जडान गरिने भएको हो । विराटनगरको शहीद रङ्गशाला रात्रि खेलकूदका लागि आवश्यक पर्ने फुलड लाइटका सम्पूर्ण सामग्री शुक्रबार रङ्गशालाको मैदान आइपुगेको छ । जडान गर्ने कार्य

आगामी मङ्सिर भित्रमा काम सम्पन्न हुनेछ ।

गत वर्षको असोज १ गते सामाजिक विकास मन्त्रालय र कार्की बन्धु अमर जेभीबीच ३२ देखि ३५ मिटरसम्मको उचाइको हुने प्रत्येक फुलड लाइट फ्रेममा १ हजार वाटको २७ वटा बत्ती जडान गर्नेगरी रु चार करोड २९ लाखमा ठेक्का सम्भौता भएको थियो । सामग्रीको

अनुगमनपश्चात् प्रदेशका सामाजिक विकासमन्त्री जीवन घिमिरेले बन्दाबन्दीका कारण निर्धारित मितिमा काम सम्पन्न हुन नसकेको बताउँदै अब ढिलाइ नहुने बताउनुभयो ।

ठेकेदार कम्पनीका प्रोपाइटर गणेश कार्कीले कोभिड-१९ का कारण निर्माण सामग्री ल्याउन नसकेकाले जडानमा ढिलाइ भएको बताउनुभयो ।

# आकाशदीप दान, कार्तिक स्नान र तुलसी पूजा

काठमाडौं, १५ कात्तिक (रासस) ।

प्रत्येक वर्ष आश्विन शुक्ल पूर्णिमाका दिन शुरु हुने कार्तिक स्नान, आकाशदीपदान एवं तुलसीको विशेष पूजाराधना शुक्रवारदेखि शुरु गरिँदैछ । आश्विन शुक्ल पूर्णिमादेखि कार्तिक शुक्ल पूर्णिमासम्म कार्तिक स्नानसहित तुलसीको विशेष पूजा र आकाशदीपदान गरेमा सौभाग्य, सम्पत्ति एवं श्रेय प्राप्त हुने धार्मिक विश्वास छ । आकाशदीपदान

पाएसम्म बाँस, नपाएमा पलाँस, खयर, पीपल आदिको लिङ्गो ठड्याएर वालिन्छ । आकाशदीपदान भगवान् विष्णुलाई समर्पण गरी वालिन्छ ।

आश्विन शुक्ल पूर्णिमादेखि कार्तिक शुक्ल पूर्णिमासम्म कार्तिक स्नान गरी घरघरमा विशेषरूपमा गरिने तुलसी पूजाबाट मनोकामना पूरा हुने धार्मिक विश्वास छ । तुलसी पूजा सूर्योदयअघि नै गरिसक्नुपर्ने मान्यता छ । आश्विन

शुक्ल पूर्णिमादेखि कार्तिक स्नान गरे महापातकबाट पनि मुक्त भइने धार्मिक विश्वास रहेको नेपाल पञ्चाङ्ग निर्णायक समितिका अध्यक्ष प्रा डा रामचन्द्र गौतमले राससलाई जानकारी दिनुभयो ।

कार्तिक स्नान गर्नेले शुक्रवारदेखि कार्तिक शुक्ल पूर्णिमासम्म दुई दल भएका मास, मुगी, मुसुरो, चना, भटमास आदि अन्न खान नहुने शास्त्रीय मान्यता छ । यस अवसरमा शुक्रवार स्वयम्भू

चैत्यमा महादीपदानसमेत गरिन्छ ।

आश्विन शुक्ल पूर्णिमाकै दिन मनाइने कोजाग्रत पूर्णिमा भने शुक्रवार राति नै मनाइएको छ । मध्यरातमा पूर्णिमा भएका दिन कोजाग्रत र सूर्योदय एवं सायंकालमा पूर्णिमा भएका दिन पूर्णिमा व्रत, कार्तिक स्नान शुरु, आकाशदीपदान र तुलसीको विशेष पूजाराधना गर्नुपर्ने शास्त्रीय वचन रहेको अध्यक्ष धर्मशास्त्रविद् गौतमले उल्लेख गर्नुभयो ।

## विश्व समाचार

### प्रविधिका क्षेत्रमा आत्मनिर्भर हुने चीनको महत्वाकाँक्षी योजना सार्वजनिक

वेइजिङ, १४ कात्तिक (रासस-एपी) ।

चिनियाँ नेताहरूले उच्च स्तरको प्रविधिका क्षेत्रमा आत्मनिर्भर हुने गरी नयाँ पञ्चवर्षीय योजना अधि सारेका छन् । पछिल्लो समय अमेरिकी कम्प्युटर चिप्सहरू र अन्य उच्च-प्रविधिका अवयवहरूको पहुँचमा अमेरिकाले बाधा उत्पन्न गरेपछि चीनले नयाँ महत्वाकाँक्षी योजना सार्वजनिक गरेको हो ।

सत्तारूढ कम्युनिष्ट पार्टीका नेताहरूले नयाँ पञ्चवर्षीय योजनाको मस्यौदा विहीवार वेइजिङमा सार्वजनिक गर्दै यस्तो प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका हुन् ।

राष्ट्रपति सी जिनपिङको नेतृत्वको चीनले ट्रम्प प्रशासनले अमेरिकी प्रविधि विक्रीमा लगाएको प्रतिबन्धबाट सिर्जित क्षतिलाई सीमित गर्ने प्रयास गरिरहेको छ । अमेरिकाले खासगरी सुरक्षा र जासुसीको आरोप लगाउँदै चिनियाँ प्रविधि कम्पनीहरूलाई एकपछि अर्को आदेशद्वारा अमेरिकी चिप्सहरू विक्री गर्न रोकिराखेको छ ।

चिनियाँ कम्पनीहरूले टेलिकम, बायोटेक र अन्य क्षेत्रमा प्रतिस्पर्धा गर्न थालेपछि अमेरिकाले नयाँ रणनीति अपनाउन थालेको चिनियाँ नेताहरूको बुझाई छ । चिनियाँ कम्युनिष्ट पार्टीद्वारा प्रकाशित विज्ञापितमा “विज्ञान र प्रविधि राष्ट्रिय विकासको लागि रणनीतिक महत्त्वका भाएकाले यो क्षेत्र आत्मनिर्भर हुनु पर्दछ” भनिएको छ । विज्ञान र प्रविधिमाथिको सामर्थ्य निर्माणका कार्यलाई द्रुत गतिमा अधि बढ्नुपर्ने विज्ञापितमा उल्लेख छ तर यसबारे विस्तृत विवरण दिइएको छैन ।

चीनमा सन् १९५० को दशकदेखि पञ्चवर्षीय योजना लागू छ । चार दशकयता खुला बजार र आर्थिक उदारीकरणको नीति अंगालेको चीनले पञ्चवर्षीय योजनाका आधारमा देशको समग्र आर्थिक, सामाजिक तथा पूर्वाधार विकासलाई सम्बोधन गर्ने गरेको छ जसमा चिनियाँ कम्युनिष्ट पार्टीको भूमिका प्रमुख रूपमा रहने गरेको छ ।

योजनाको पूर्ण विवरण अर्को वर्षको मार्चमा सार्वजनिक गरिनेछ । नियमहरूमा संशोधन तथा उद्योगहरूका लागि नयाँ योजना त्यसपछि अगाडि सारिने बताइएको छ ।

विहीवार सार्वजनिक वक्तव्यमा “हरित र कम कार्बनयुक्त विकास”लाई बढावा दिइने तथा चिनियाँको जीवनस्तर माथि लैजाने बाचा गरिएको छ । साथै वक्तव्यमा २३ लाख सैनिकलाई थप सुदृढ र सुसज्जित गरी “राष्ट्रिय सार्वभौमिकताको रक्षा गर्न” सक्षम तुल्याइने उल्लेख छ ।

चीनले हाल एक “जटिल अन्तर्राष्ट्रिय परिस्थितिको सामना गरिरहेको छ,” वक्तव्यमा भनिएको छ, तर कोरोनाभाइरस महामारी वा अमेरिकासँगको कर युद्धका बारेमा कुनै उल्लेख गरिएको छैन । चीनका कारखानाहरूले विश्वको अधिकांश स्मार्टफोन, पर्सनल कम्प्युटर र दैनिक उपभोग्य इलेक्ट्रोनिक उत्पादन गर्दछन्, तर त्यसका लागि अमेरिकी, युरोपियन र जापानी सामान जरुरी हुन्छ । चिनियाँ कम्युनिष्ट नेताहरूले यी वस्तुको उत्पादनमा विदेशीसँगको परनिर्भरतालाई रणनीतिक कमजोरीको रूपमा हेर्छन् ।

विहीवारको वक्तव्यमा कुनै खास प्रविधिको बारेमा उल्लेख छैन, तर नेताहरूले विशेष गरी चीनमा उत्पादित स्मार्टफोन, इलेक्ट्रिक कारहरू र अन्य प्रविधिमा प्रयोग गरिने प्रसेसर चिप्सहरूका लागि अमेरिकासँग निर्भर रहनु परेकामा चिन्ता व्यक्त गरेका छन् ।

चीनले मूल्यका आधारमा हाल कच्चा तेलको भन्दा बढी मूल्यको सेमीकन्डक्टर आयात गर्दछ । टेलिकम उपकरण निर्माता हुवावे टेक्नोलोजिजले अहिले चिप्स र अन्य उपकरण निर्माण गर्न थालिसकेको छ । तर, यसले आफ्ना सबै आवश्यकता पूर्ति गर्न सक्दैन ।

राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले सन् २०१८ मा चिनियाँ कम्पनीमाथि दबाव बढाएसँगै चिनियाँहरूले प्रसेसर चिप्स र प्रविधि विकासतर्फ ध्यान दिन थालेका हुन् । गत वर्ष, ट्वाइट हाउसले चिनियाँ चिप्स र अन्य सामानको आयातमा समेत कडा नियन्त्रण घोषणा गरेको थियो ।

### विश्वभरी कोरोना संक्रमितको संख्या चार करोड ५० लाख नाघ्यो

न्युयोर्क, १४ कात्तिक (रासस/एएनआई) ।

विश्वभरी महामारीको रूपमा फैलिएको कोरोनाभाइरसका कारण सङ्क्रमित भएकाहरूको संख्या चार करोड ५० लाखभन्दा बढी पुगेको छ । जोन्स हॉपकिन्स विश्वविद्यालयले सार्वजनिक गरेको पछिल्लो विवरण अनुसार विश्वभरी चार करोड ५० लाख १८ हजार ३५४ जना सङ्क्रमित भएका छन् ।

कोरोनाका कारण विश्वभरी अहिलेसम्म एघार लाख ८० हजार मानिसको मृत्यु भएको पनि विवरणहरूमा जनाइएको छ । सङ्क्रमित भएकाहरूको संख्याका आधारमा हेर्दा सबैभन्दा धेरै प्रभावित अमेरिका रहेको छ भने दोस्रोमा भारत, तेस्रोमा ब्राजिल, चौथोमा रुस र पाँचौंमा फ्रान्स रहेका छन् । अमेरिकामा अहिलेसम्म ९२ लाख १२ हजार ७६७ जना सङ्क्रमित भएका छन् भने दुई लाख ३४ हजार १७७ को मृत्यु भएको छ ।

त्यसैगरी भारतमा ८० लाख ८८ हजार ८५१ जना सङ्क्रमित हुँदा एक लाख २१ हजार १३१ जनाको मृत्यु भएको विश्वविद्यालयले जनाएको छ । तेस्रो अग्रस्थानमा रहेको ब्राजिलमा ५४ लाख ९६ हजार ४०२ जना सङ्क्रमित र एक लाख ५९ हजार ३३ जनाको मृत्यु भएको छ ।

त्यसैगरी चौथो क्रममा रहेको रुसमा १५ लाख ९९ हजार ९७६ जना सङ्क्रमित र २७ हजार ६५६ जनाको मृत्यु भएको छ भने फ्रान्समा १२ लाख ८२ हजार ७६९ जना सङ्क्रमित र ३६ हजार २० जनाको मृत्यु भएको छ ।

कोरोनाभाइरसको महामारी अहिलेसम्म विश्वका २१८ देशमा फैलिएको छ भने सङ्क्रमित भएर पनि निको भइसकेकाहरूको संख्या तीन करोड ३० लाख १८ हजार ६९७ रहेको छ । त्यसैगरी अहिलेपनि सङ्क्रमित अवस्थामै रहेका कुल एक करोड ११ लाख ७६ हजार ४२५ मध्ये एक करोड दश लाख ९४ हजार १४३ जनाको अवस्था मध्यम रहेको छ ।

BAJAJ

LOVED in 70 COUNTRIES

# रोजेरै खुसी

खुसी खोज्ने होइन रोज्ने

बजाजले ल्याएको छ सबैका आवश्यकता अनुरूपका योजना

रु. १०,०००/- छुट

वा

0% INTEREST on ५०% DOWN PAYMENT

वा

२०% DOWN PAYMENT मा पनि उपलब्ध छ ।

यो दर्शन तिहारमा मेरो पहिलो रोजाइ, मेरो परिवारको खुसी अनि सुरक्षा ।

तर म सुरक्षित रहँ भने न मेरो परिवारले खुसी भएर उटसव मनाउँछ !

ONLINE BOOKING AVAILABLE

<https://bookonline.bajajauto.com.np>

परिवारको खुसी रोजौं, सुरक्षित रहने आफ्नो कर्तव्य पुरा गरौं ।

Rs. 5,49,900/- | Rs. 3,60,900/- | Rs. 3,39,900/- | Rs. 3,36,900/- | Rs. 2,90,900/- | Rs. 2,71,900/- | Rs. 2,60,900/- | Rs. 3,45,900/- | Rs. 3,19,900/- | Rs. 2,26,900/- | Rs. 2,10,900/- | Rs. 1,99,900/- | Rs. 1,92,900/- | Rs. 1,72,900/-

GOLCHHA GROUP

SOLE DISTRIBUTOR FOR NEPAL  
Manera | Mulachand & Co Pvt. Ltd.  
Taru Road, Kathmandu, Ph. No. 42200020/8088 | Fax: 4220411  
url: www.golchhagroup.com.np | www.facebook.com/fhbajaj

For more information about your nearest dealer please contact.

Helpline 24x7 16600175555  
HELPLINE 8801575555

## हतियारसहित एक पक्राउ

इनरुवा, १४ कात्तिक (रासस) । सुनसरीको भोक्राहा नरसिंह गाउँपालिका-७ बाट विहीवार हतियारसहित एक जनालाई पक्राउ गरिएको छ । पक्राउ पर्नेमा स्थानीय २३ वर्षीय टुमासिंह यादव रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सुनसरीले जनाएको छ । सुराकीका आधारमा घरमा खानतलासी गर्दा प्रहरीले घरमा लुकाइराखेको पेस्तोल फेला पारेपछि यादवलाई नियन्त्रणमा लिएको सुनसरीका प्रहरी उपरीक्षक कमल थापाले बताउनुभयो ।

यादवले विभिन्न व्यक्तिलाई ज्यान मार्ने धम्की दिँदै आएको भन्ने प्राप्त सूचनाका आधारमा प्रहरीले उनको घरमा खानतलासी गरेको थियो । हतियारसमेत रहेको भन्ने सूचना अनुरूप खोजतलासका क्रममा शौचालयको सेप्टी ट्याङ्की छेउमा प्लाष्टिकको भोलामा लुकाइराखेको अवस्थामा 'मेड इन इण्डिया' लेखेको पेस्तोल फेला परेको प्रहरी उपरीक्षक थापाले बताउनुभयो ।

पेस्तोलमा लोड गरिएको म्यागजीन र दुई राउण्ड गोलीसमेत बरामद भएको प्रहरीले जनाएको छ । हतियारसहित पक्राउ परेका यादवविरुद्ध हातहतियार खरखजानासम्बन्धी मुद्दामा कारवाही अघि बढाइएको सुनसरी प्रहरीले जनाएको छ ।

## देहरादून घटनाप्रति सरकार गम्भीर : परराष्ट्र मन्त्रालय

काठमाडौं, १४ कात्तिक (रासस) । सरकारले भारत उत्तराखण्डको देहरादूनस्थित एक विद्यालयका विद्यार्थीमाथि भएको घटनाप्रति गम्भीर भएको बताउँदै नयाँदिल्लीस्थित नेपाली राजदूतावासमाफत घटनाको सत्यतथ्यबारे जानकारी लिएको जनाएको छ ।

नेपाली सञ्चारमाध्यममा सार्वजनिक भएजस्तो घटना नभएको र १० जना नेपाली विद्यार्थीमाथिमात्र कूटपिट भएको बताउँदै परराष्ट्र मन्त्रालयका प्रवक्ता सेवा लम्सालले घर फर्कन चाहनेलाई अनुमति दिन विद्यालय प्रशासन तयार रहेको जानकारी दिनुभयो ।

देहरादून घटनाबारे राससलाई सङ्क्षिप्त प्रतिक्रिया दिँदै प्रवक्ता लम्सालले भन्नुभयो, " उत्तराखण्ड बालअधिकार आयोगका अध्यक्षलगायत पदाधिकारीको उपस्थितिमा छलफल भएको तथा घटनाप्रति दुःख व्यक्त गर्दै विद्यालय प्रशासनले क्षमायाचना गर्नाका साथै भविष्यमा यस्ता घटना नहुने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेको छ ।"

## विभिन्न पटकाहरु बरामद

दैनिक समाचारदाता राजविराज, १४ कात्तिक । आउँदो दिपावलीका लागि बजारमा बिक्री गर्नका लागि राखिएको विभिन्न पटकाहरु प्रहरीले शुक्रबार बरामद गरेको छ ।

नगरपालिका वडा नं. ७ स्थित तरकारी बजारमा सिता देवी दासले आफ्नो घरमा अन्दाजी ८८ हजार ७ सय ५० मुल्य बराबरको पटकाहरु लुकाई छिपाई राखेको अवस्थामा बरामद गरेको जनाएको छ ।

बरामद पटकाहरुमा फुल भरी ५० पिस, चक्र २ सय १० पिस, वम ५ सय ३५ पिस, रकेट १०० पिस, नागिन पटका १० प्याकेट र चिरचिरी ५ सय ५० प्याकेट रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

## बारा घटनाको ...

भएकाहरुको अविम्व उचित उपचार र क्षतिपूर्ती दिनका लागि पनि सरकारसंग माग गरेका छन् । प्रहरी चौकी कवही गोठका दोषी प्रहरी उपर तत्काल कारवाही गर्न नेपाल सरकारसँग जोडदार माग गर्दै प्रहरीको उक्त गलत कार्यको विरोधमा जनताहरु आन्दोलित भएको उनको भनाई छ ।

यादव, विशाल यादव, सचेन्द्र यादव, संजय यादव, विनोद मण्डल, श्याम यादव, रजित यादव, राहुल रायलगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

सो न्यालीमा मौलाना मोहम्मद इमामले मुस्लिम धर्मका प्रवर्तक हजरत मोहम्मदले दिएको ज्ञान र सन्देशको सबैले पालना गर्नुपर्नेमा जोड दिएका थिए । उनले हरेक धर्म, संस्कृति र भाषाको समृद्धि, संरक्षण र विकासका लागि प्रदेश र सरकारले देखाएको सक्रियता प्रसंसनीय रहेको भन्दै धन्यवाद समेत व्यक्त गरे ।

## कोरोनाको जोखीमका ...

यता मोहम्मद हजरतको जन्म जयन्ति मनाउन प्रदेश र सरकारले शुक्रबार प्रदेश भरि सार्वजनिक विदा दिएको थियो । सप्तरी सदरमुकाम राजविराजमा नुरी जामे मस्जिद, अल्जामेतुल इश्लामिया गरिव नवाज, मदरसा इश्लामिया गरिव नवाज, इश्लामपुर पुरनी पोखरी लगायत मुस्लिम संघ संस्थाको अगुवाईमा बाजागाजा, भण्डा र सामाजिक सद्भाव तथा शान्तिको नाराका साथ बजार क्षेत्रमा न्याली निकालिएको थियो ।

सोही अवसरमा जिल्लास्थित मस्जिदहरुमा प्रार्थना सभा तथा विपन्न समुदायमा लत्ताकपडा, फलफुल तथा खाद्यान्न समेत बितरण गरिएको मुस्लिम अगुवा मो. हासिम अन्सारीले जानकारी दिए । इस्लामिक पात्रो अनुसार हिजरी सम्वतको रब्बी, अब्बल महिनामा विवि अमिनाको कोखबाट पैगम्बर हजरत मोहम्मदको जन्म भएको थियो ।

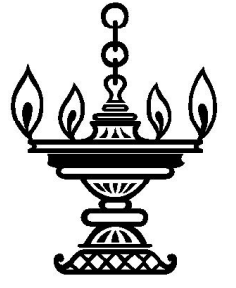
## हार्दिक समवेदना



जन्म मिति  
बि.स. १९९७



स्व. गुलाबदेवी यादव



स्वर्गारोहण  
बि.स. २०७७/७/१२

राजविराज नगरपालिका वडा नं. ९ का अध्यक्ष शम्भु प्रसाद यादव (लाली) को ममतामयी माता श्रीमति गुलावदेवी यादवको २०७७ साल कात्तिक १२ गते असामयिक निधनले हामी मर्माहित र स्तब्ध भएका छौं । दुःखको यस घडीमा दिवंगत आत्माको चिर शान्तिको कामना गर्दै शोकाकुल परिवारजनप्रति हार्दिक समवेदना प्रकट गर्दछौं ।

शम्भुनन्द चौधरी  
अध्यक्ष

गैसस महासंघ नेपाल, शाखा सप्तरी, परिवार

# सूचना

हाल कोरोना भाइरस महामारीको कारण बन्दाबन्दीको समयमा सञ्चारक्षेत्रमा संलग्न बाहेकका व्यक्तिहरुले सञ्चार क्षेत्रको हवाला दिँदै सञ्चारमाध्यम तथा सामाजिक सञ्जालमा अफवाहपूर्ण विषय सम्प्रेषण गर्ने, अनधिकृत रूपमा परिचय-पत्र, पोशाक सवारी साधनको प्रयोग गर्ने र सामाजिक मर्यादा विपरितका क्रियाकलाप गरेको गुनासो आएको हुँदा कोहि कसैले पनि गैर कानूनी क्रियाकलाप नगर्नु हुन अनुरोध छ । यदि यस्तो भएको पाईएमा कानूनबमोजिम कारबाही हुने ब्यहोरा सूचित गरिन्छ ।



नेपाल सरकार  
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय  
सूचना तथा प्रसारण विभाग

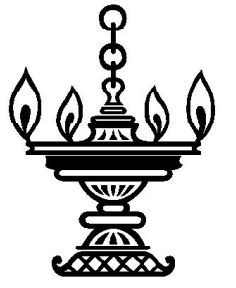
## हार्दिक समवेदना



जन्म मिति  
बि.स. १९९७



स्व. गुलाबदेवी यादव



स्वर्गारोहण  
बि.स. २०७७/७/१२

राजविराज नगरपालिका वडा नं. ९ का अध्यक्ष शम्भु प्रसाद यादव (लाली) को ममतामयी माता श्रीमति गुलावदेवी यादवको २०७७ साल कात्तिक १२ गते असामयिक निधनले हामी मर्माहित र स्तब्ध भएका छौं । दुःखको यस घडीमा दिवंगत आत्माको चिर शान्तिको कामना गर्दै शोकाकुल परिवारजनप्रति हार्दिक समवेदना प्रकट गर्दछौं ।

गजेन्द्र कुमार मण्डल  
केन्द्रिय सदस्य  
जनता समाजवादी पार्टी नेपाल

देश विदेशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त भुक्तानी लिनका लागि सम्भन्नुहोस् ।  
हाम्रो सेवाहरु  
नेपाल सहकारी संस्था लि.  
राजविराज ४, फोन नं. ०३१-५२९०९६

