

फल्स सिलिङ्गको लागि हम्पहिज सम्पत्ती



हमारे यहाँ Gypsum Board ओ PVC Panel से घर, अफिस, स्कूल, होटल तथा हस्पिटलमे False Ceiling करनाके साथे एफएम स्टुडियो फेन डेकोरेशन करजाइठ ।

धनगढी फल्स सिलिङ्ग हाउस

धनगढी-८ रातोपुल, कैलाली
मो. ८८०१७०८५२७

पाखुरा राष्ट्रिय दैनिक भाषा, संस्कृति ओ समाचारबुलक पत्रिका

पाखुरा

PAHURA
THARU NATIONAL DAILY

नेपाल टेलिकम: राष्ट्रके सञ्चार

नेपाल टेलिकमसे नविनतम तथा अत्याधुनिक प्रविधिमे आधारित उच्च गतिके Internet सुविधायुक्त NT 4G/LTE सेवा नेपालके सातु प्रदेशके मुख्य सहरमे उपलब्ध हुइनामेरिक सुरु कैसेकल तथा क्रमशः हरेक गाउँ तथा टोलटोलमे उपलब्ध करैना मेरिक तिव्र गतिमे कार्य हुइटीरहल बा । ग्राहक अपन मोबाइलमे 4G/LTE सेवा Activate करेक लाग *444# Dial करेपरठ । प्रथमचो 4G/LTE सेवा Activate करेवेर ग्राहकहे 200MB Data Bonus स्वरूप निःशुल्क प्राप्त हुइ ।

वर्ष १७ अंक २१९ वि.सं. २०७६ फागुन २० गते मंगर थारु सम्वत (२६४३) [Tuesday 03 March 2020] (मोल रु. ५ ।- पृष्ठ ४)

नेकपाके प्रदेश स्तरीय कार्यकर्ता प्रशिक्षण

‘किताब पढे, छाउपडी प्रथा विरुद्ध लागो’



पहुरा समाचारवाता

धनगढी, २० फागुन । नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (नेकपा) के वरिष्ठ नेता तथा पूर्वप्रधानमन्त्री माधवकुमार नेपाल नेता तथा कार्यकर्ताहुकन छाउपडी प्रथा विरुद्ध लागन आह्वान कलें बाटै ।

नेकपासे सोमबार धनगढीमे आयोजित सुदूरपश्चिम प्रदेशस्तरीय कार्यकर्ता प्रशिक्षण कार्यक्रमहे सम्बोधन करटी उहाँ ओइसिन कुपथाहे समाजभिट्टरके अन्तरविरोधके सज्ञा डेटी ओकर विरुद्ध लागन आह्वान करल हुइठ ।

पार्टीके लाग अग्नी परीक्षा सुरु हुइल बटैटी उहाँ नेता कार्यकर्ताहुकन अध्ययनशिल बनेक् लाग सुभाब डेले बाटै । पार्टी, सरकार ओ समाजमे क्वालिटी चाहना बटैटी उहाँ गुण ओ उपाध्यायता नैरहल कार्यकर्ताहुकनके का

काम ? कहुटी योग्यता बहाइक लाग मेहनत करेक लाग कार्यकर्ताहुकन आग्रह कलें बाटै ।

उहाँ आघे कहलै- ‘अठबा कार्यकर्ताहुकनमे अल्टी प्रवृत्ति फैलल बा । पुस्तक पढे नैकर्ना, अध्ययन कबें नैकर्ना, मार्क्सवादके किताबके अध्ययन नैकर्ना, हम्मे ओत्रा डिउर किताब वितरण कलें नाई हुई । आब पार्टी स्कूलिङ विभाग किताब छापि । किताब छापके बाँटलपाछे किताबके पन्नाक् उपरसे टरेसम पहन ओ बुझना काम हुइक परी । किताब लैजाके तिकियाक् टरे ढारके सुन्ना काम ना होए । किताब लैजाके शिरहन्नी राख काम हुइठ ।’

नेता नेपाल अध्ययन करके मार्क्सवाद, संसार, नेपाल ओ नेपाली समाजहे बुझ्न हुइक लाग समेत

कार्यकर्ताहुकन प्रशिक्षण डेले बाटै ।

‘नेपाली समाजके आभुक् अन्तरविरोध का हो ? काल समान्तवाद ओ जनताबीचके अन्तरविरोध रहे, समान्तवादहे परास्त कलें बाटी । हाल जनताहुकनके शासन नल्ले बाटी । आबके अन्तरविरोध समाजभिट्टरके शोसन, दमन, कुपथा हो । छाउपडी प्रथा’, सहभागी कार्यकर्ताओहोर अंगी डेखैटी कहलै- ‘अत्रा बरवार संख्यामे हमार नेता कार्यकर्ता आइल बाटी । अन्हेहुके यी छाउपडी प्रथा विरुद्ध लागे नैसेक्बी ? यदि लागे नैसेक्बी कलेसे अन्हेहुकन जय नाई कहिजाई । जयके उल्टा का हुइठ ? धिक्कार हुइठ ।’

कुपथा विरुद्ध कार्यकर्ताहुकन आपन घर परिवार, आफन्त, टोल, समाज, वस्ती, वडा, गाउँपालिका,

नगरपालिकाभिट्टर सचेतनामूलक कार्यक्रमसहित अभियान चलाइक लाग निर्देशनात्मक आह्वान कलें बाटै ।

उहाँ आघे कहलै- ‘अन्हेहुके संघर्ष करे नैसेक्बी कलेसे आउर कोइ करे सेक्बी कना आशा करे सेकजाई ? काँग्रेस करे सेकी ? यी कामके अगुवाई नेकपा कार्यकर्ताहुके करे परी । महिलाहुके पीडित बाटै, आघे बहे परी । पुरुषहुके साथ डेहे परी ।’

ओस्टके उहाँ सरकार पार्टीके निर्देशनमे चलेक पना बटैले बाटै । पार्टीके विधान ओ उद्देश्य अनुसार सरकार नैचल्लेसे असफलताके दिशाओहोर जाई सेक्ना चेतावनी डेलै । पार्टीके चुनावी एजेण्डा अनुसार सरकारसे काम करेक पना हुइलओरसे पार्टीके निर्देशनमे सरकार चलेक पनाके विकल्प नैरहल बटैलै ।

प्रशिक्षण कार्यक्रममे नेकपाके उपाध्यक्ष नारायणकाजी श्रेष्ठ, सचिवालय सदस्य एंव सरकारके उपप्रधान तथा रक्षा मन्त्री ईश्वर पोखरेल, सुदूरपश्चिम प्रदेश इन्चार्ज भीम रावल, उद्योग वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्री लेखराज भट्ट, केन्द्रीय सदस्य खगराज भट्टलगायत बोलल रहिठ ।

गौरीगंगा स्वास्थ्य महोत्सव आजसे

निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच



पहुरा समाचारवाता

बौनाला, १९ फागुन । गौरीगंगा नगरपालिकाके आयोजनामे हुइना स्वास्थ्य महोत्सवके तयारी पुरा हुइल बा ।

आज फागुन २० गतेसे २४ गतेसम आयोजना हुइना ‘गौरीगंगा स्वास्थ्य महोत्सव २०७६’ के तयारी पूरा हुइल हो । स्वास्थ्य महोत्सवके उद्घाटन स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री भानुभक्त ढकाल कैना आयोजक जनैले बा । स्वास्थ्य महोत्सवमे टमान विशेषज्ञ डाक्टरसे स्वास्थ्य परीक्षण करजैना प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत भक्तराज जोशी जानकारी डेलै ।

महोत्सवमे आँखा, नाक, कान, घाँटी, महिलाहुकनके पाठेघरके क्यान्सर जाँच, एचआईभी ओ हेपाटाइटिस बी. के परिक्षण, औलो जाँच, सिकलसेल एनिमिया, महिलामे आइ गिरना समस्याके जाँच, मानसिक स्वास्थ्य परिक्षणके साथमे रक्तदान कार्यक्रम, योग शिविर, पोषण सम्बन्धि जानकारी लगायत स्वास्थ्य सम्बन्धि सांस्कृतिक कार्यक्रम हुइना जनाइल बा ।

सेवा ग्राहीके लाग आवातजावत कैना सकारे ११ बजेसे दिनके ३ बजेसम निःशुल्क यातायातके व्यवस्था समेत मिलाईल जनैले बा ।

कोरोना भाइरस जाँच कक्ष स्थापना

पहुरा समाचारवाता

धनगढी, १९ फागुन । सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकारसे कोरोना भाइरसके सम्भावित लक्षण जाँचके लाग सुदूरपश्चिमके ७ स्थानमे हेल्थ टेस्क स्थापना करले बा ।

कोरोना भाइरसके सम्भावित लक्षण जाँचके लाग कैलाली, कञ्चनपुर, दार्चुला, बैतडी सहित सात स्थानमे आवश्यक प्रविधिसहित स्वास्थ्यकर्मीके टोली परिचालन करल सामाजिक विकास मन्त्रालय जनैले बा ।

मन्त्रालयके प्रवक्ता हेमराज खड्का पश्चिमी सीमानाका ओ गेटा विमानस्थलमे आवातजावत करइया यात्रुके स्वास्थ्य जाँच सुरु करल बटैलै । ‘दार्चुला ओ बैतडीमे नेपाल-भारत सीमाना ओ कञ्चनपुरके गडडाचौकी नाकामे टेस्क सञ्चालनमे आइल बा ।’ प्रवक्ता खड्का कहलै, ‘गेटा विमानस्थल, धनगढीके नाका ओ कैलालीके खकौला नाकामे स्वास्थ्यकर्मीके टोलीसे जाँच सुरु करल बा ।’

उहाँ सुदूरपश्चिममे जाँच करेबर हालसम किहुहे फेन कोरोनाको सम्भावित लक्षण नाइ डेखल जानकारी डेलै । सामाजिक विकास मन्त्रालयसे गत माघके तिसरा साता कोरोना भाइरस प्रतिकार्य तयारीके लाग नीतिगत निर्णयसमेत करल रहे ।

सुदूरपश्चिममे रहल सरकारी तथा गैरसरकारी अस्पतालमे जाँचके लाग तयारी योजनासमेत बनैना पहल हुइल बा । ओस्टके, कञ्चनपुरके गडडाचौकी सीमा क्षेत्रमे तैनाथ भारतीय सुरक्षा निकायसे फेन नेपालसे भारत जडइया सर्वसाधारणहे मास्क लगैना अनिवार्य करलके साथे सीमामे शंकास्पद लक्षण डेखगैलेसे स्वास्थ्य जाँचसमेत करटी आइल बा ।

सीमा क्षेत्रके नागरिक ढेल्की नोनक् भरमे

पहुरा समाचारवाता

धनगढी, १९ फागुन । कैलालीके दक्षिणी सीमासे जोरल गाउँके नागरिक आभिन फेन ढेल्की नोनके भर पना करल बाटै ।

भारतीय नागरिक साइकलमे बोक्के सीमावर्ती गाउँमे भारतीय गुणास्तरहीन ढेल्की नोन बिक्री करटी रहल बाटै । यहाँके स्थानीयवासी घर आघे नोन अइना हुइलपाछे गुणास्तरहीन ढेल्की नोन प्रयोग कैना बाध्य रहल बाटै ।

‘अवैध ढंगसे नेपाल भित्रल गुणास्तरहीन ढेल्की नोन आयाँडिन नोनसे सस्ता रहइ, टीकापुर-९, खकौलाके सीमा बुढा कहली, ‘खाद्यान्न, पुरान लोह, टुटलफुटल प्लास्टिकलगायतके कबाडी

सामान साटके ढेल्की नोन मिलइ । काहे महंगा नोन खैना कहिके यिह खैठी ।’ भारतीय नागरिकसे बिक्री कैना ढेल्की नोन उपभोग करटी आइल अधिकांश स्थानीयवासीहे ढेल्की नोन स्वास्थ्यके लाग फाइदाजनक नाइ रहल जानकारी नाइहो ।

‘नाने कैसिन हो कनाबारेम टे हम्मीन्हें खासै जानकारी नाइहो,’ खकौलाके तर्कबहादुर सुनार कहलै, ‘पुराने चलन हो, हम्मे टे अस्टे नोन खैटी आइल बाटी ।’ भारतसे औद्योगिक प्रयोजनके लाग आयाँडिनविहीन ढेल्की नोन उत्पादन करटी आइल बा । ढेल्की नोन खासकैके छालाके सामग्री गलैना प्रयोग हुइइ । उहे नोन बोरामे ढारके नेपालके सीमावर्ती क्षेत्रमे भित्र्याके बिक्री हुइटी रहल बा ।

ढेल्की नोन बोरामे राखके नेपालके सीमावर्ती क्षेत्रमे भित्र्याके बिक्री हुइटी रहल साल्ट ट्रेडिङ कर्पोरेशन धनगढीके सूचना अधिकारी तेजबहादुर कुँवर बटैलै । निकासी पैठारी ऐन, २०१३ से तोकल संस्थाबाहेक औरे नोन आयात करे नाइ पैना व्यवस्था करल बा । नेपालमे साल्ट ट्रेडिङ कर्पोरेशनसे किल नेपालमे नोन आयात करटी आइल बा ।

सूचना अधिकारी कुँवर कौनो फेन व्यक्तिसे भारतसे एक किलो नोन फेन लाने नाइ पैना बटैलै । ‘प्रहरी ओ प्रशासनसे आयात रोकक् लाग घरी घरी पत्राचार हुइटी रहइ, तौन फेन अइना करल बा, उ अवैध काम हो’ उहाँ कहलै, ‘राज्यके सुरक्षा संयन्त्रसे रोके परल ।’ (बाँकी २ पेजमे)

आवश्यकता

यस गौरीगंगा हस्पिटल प्रालिका लागि तपसिल बमोजिमका कर्मचारी आवश्यक परेकोले इच्छुक महानुभावले सम्पर्क गर्नुहोला ।

तपसिल

- डाक्टर (१ जना)
- रेडियोग्राफर (१ जना)
- फार्मसी (२ जना)
- ल्याब (२ जना)
- अनमी /स्टाफनर्स (५ जना)
- HA/CMA (३ जना)
- अनमी SBA ट्रेनर (२ जना)
- मार्केटर (१ जना)
- रिसेप्सनिष्ट (१ जना)
- क्लिनर (१ जना)

आवेदन दस्तुर: रु. ५००/-

फाराम बुझाउने अन्तिम मिति: २०७६/११/२० गतेसम्म

अन्तर्वार्ता मिति : २०७६/११/२१ गते

नोट: २ वर्ष कार्य अनुभव भएको हुनुपर्नेछ ।

गौरीगंगा हस्पिटल प्रालि

गौरीगंगा नगरपालिका-८, मसुरिया (मेनरोड), कैलाली
सम्पर्क नं. ९८५८४२३३०, ९८४८४८६३७९

अब K-GIST मा लोकसेवा र Bridge Course का पढाई पनि !

Hotel Management मा सानदार सफलतापछि K-GIST मा विद्यार्थीहरूलाई उच्च सफलता दिने प्रतिवद्धताका साथ:

लोकसेवा	शिक्षक सेवा	ब्रिज कोर्स
- शाखा अधिकृत	- मावि तह	- Overseer
- नासु	- निमावि तह	- H.A
- खरिदार	- प्रावि तह	- Lab
		- Agriculture
		- Forestry
		- Science
		- Management

हाम्रा विशेषताहरू

- ख्याती प्राप्त र अनुभवी शिक्षक प्रशिक्षक,
- सरल र प्रयोगात्मक शिक्षण विधि,
- साप्ताहिक टेष्ट परीक्षा र परामर्श दिइने,
- टेष्ट परीक्षामा प्रथम, द्वितीय, तृतीय हुने विद्यार्थीलाई पुरस्कृत गरिने र अन्य छात्रवृत्तिको पनि व्यवस्था,
- आफ्नै Library र E-Library भएको ।

किर्तीगंगा इन्स्टिट्यूट अफ साइन्स एण्ड टेक्नोलोजी प्रालि

लोकेन्द्रमोहन सदन SPA जाने चोक, धनगढी

फोन नं. ०९१-५२४२४७, मोबाइल नं. ९८४८६२१७९८, ९८६२४८०७०६

Email: kgistdhn123@gmail.com

विश्व नेपाली साहित्य महोत्सव

भाषा, साहित्य र संस्कृति. हाम्रो पहिचान
मौलिक कलाले सम्पन्न सुदूरपश्चिम. हाम्रो सान

२०७६ फागुन १८-२० धनगढी जाऔ ।

विश्वभरीका नेपाली भाषी साहित्यकारहरूको सहभागितामा आयोजना हुने विश्व नेपाली साहित्य महोत्सव मध्यतापूर्वक सफल पारो ।।

कार्यक्रम
फागुन १४ गते सम्माननीय राष्ट्रपतिज्यूबाट समुद्घाटन
स्थान : सुदूरपश्चिमाञ्चल साहित्य समाज
धनगढी उपमहानगरपालिका वडा नम्बर १, खुलामञ्च

आयोजक -
सुदूरपश्चिमाञ्चल साहित्य समाज
धनगढी

स्नाईस चौधरीसँ प्रकाशित

कार्यकारी संपादक : प्रेम चौधरी (९८४८४२२२०७)

प्रमुख संपादकता : राम बस्ने (९८४८४२४१८)

भाषा संपादक : विजयबहादुर चौधरी

प्रमुखा संपादक : कुमाराज चौधरी

कार्यालय संपादक : बसिबल्ला चौधरी

व्यवस्थापक संपादक : राजकुमार चौधरी

प्रकाशक कार्यालय: धनपा-१, एल एन चोक

मसुरिया शाखा: विनेश बहिन (९८१२६४१६०१)

हसुलिया शाखा: नरेन्द्र चौधरी (९८४८४२३०३६)

पहलमानपुर शाखा: जीवन चौधरी (९८४८४२०१८८०/९८२५६२९३०५)

प्रधान कार्यालय फोन ०९१-९९४३८९ फ्याक्स: ५२२४५६

E-mail: dailypahura@gmail.com,
hamarpahura@gmail.com

मुद्रक : गार्डनर अपस्टेट प्रेस, बसपार्क धनगढी फोन नं. ०९१-५२३५९०

आदिवासी जनजाति युवा महासंघके अध्यक्षमे लालबहादुर राना

पहुरा समाचारवाता
बलगढी, १९ फागुन ।सुदूरपश्चिम स्तरीय आदिवासी जनजाति युवामहा संघके भेला सोम्मारके धनगढीमे सम्पन्न हुइल बा ।

भेलासे सुदूरपश्चिम कमिटीके अध्यक्षमे लालबहादुर राना चयन हुइल बाटै । ओस्टके, उपाध्यक्षमे फुलमती चौधरी, सचिवमे ज्ञानु चौधरी, सहसचिवमे किरण घर्ती मगर, कोषाध्यक्षमे सरस्वती राना चयन हुइल बाटै । सदस्यमे क्रमशः सरोज नेवार, शिवराज गुहड, दिलबहादुर चौधरी, सुरेश बडायक राना, गणेश रोका मगर, प्रतिका चौधरी रहल बाटै ।

सीमा क्षेत्रके...

साल्ट ट्रेडिङसे सीमा क्षेत्रमे रहल प्रहरी कार्यालयसे नोन तस्करी रोकन ध्यान नाइ देहल जनैले बा ।

जनस्वास्थ्यसे जोरल अवैध काम रोकथामके लाग प्रहरी बेवास्ता कैना गैरजिम्मेवारी रहल स्थानीयवासी बटैठै । भजनीके जयबहादुर साकी भारतीय नोन खुलेआम भित्रटी रहल बटैलै । ओहकान अनुसार दर्जनौं भारतीय नागरिक साइकलमे गुणास्तरहीन ढेलकी नोन बोकके दिनहुँ नेपालके सीमावर्ती गाउँमे अइना करल बाटै ।

इलाका प्रहरी कार्यालय टीकापुरके

खुसीके खबर ! खुसीके खबर !! खुसीके खबर !!!

अपनेहेके बिना तालिम लेहल, बिना सरसफाई, ढिलासुस्ती संगे बिना पार्टपुर्जा रहल ट्रेडसे परिसान बाटी ? आब चिन्ता करे नाइपरि फटाफट सेक्कु मेरिक पार्टपुर्जा मिल्ना न्यूअरविन्द्र ट्रेडर्स पहलगानपुरमे खुल बा ।

हमार विशेषता

- सक्कु मेरिक मोटरसाइकल, अटो, गाडीके मोडिफाई तालिम लेहल मिस्त्री रहल ।
- सक्कु पार्टपुर्जा मिल्नाके साथ एकठोकिल विश्वासिल अटो ट्रेडर्स ।
- ग्राहक वर्गहुकनके लाग वाइफाई सेवा २४ औ घण्टा फ्रि ।
- पूर्ण सरसफाई ओ ढिलासुस्ती नैरहल ।

मेकानिक: **सागर चौधरी** (९८२९६४०३१५) (९८२४६८९५१६, ९८६६८६५४३९)

सहायक मेकानिक: **विवेक चौधरी** (९८२५७६५०८३)

न्यू अरविन्द्र ट्रेडर्स

घोडाघोडी-१०, पहलगानपुर, कैलाली

सुवर्ण अवसर ! सुवर्ण अवसर !!

नेपाल सरकारसे मान्यता प्राप्त यी डाइभिड प्रशिक्षण केन्द्रमे दक्ष प्रशिक्षकसे कार, जीप, मोटरसाइकल सिखैनाके साथे रंगीन ओ सादा फोटोकपी, लेमिनेशन, कम्प्युटर टाइप ओ यातायात सम्बन्धी आवेदन फारमके मिलठ ।

प्रो. क्षिपकबहादुर सिंह

खप्तड डाइभिड प्रशिक्षण केन्द्र

धनगढी, कैलाली यातायात व्यवस्था कार्यालयसंगे

मो.नं. ९८५८४२१४७५, ९८०४६३९१७०

प्रशिक्षण स्थान: टुक तथा ट्याक्टर व्यवसाय सगिति चटकपुरसंगे धनगढी

नोट:- दुर्गमके विद्यार्थीनिहे खैना बैठना सुविधा बा ।

आजको युग विज्ञान र प्रविधिको युग हो, कम्प्युटर शिक्षा सबैका लागि अपरिहार्य छ ।

CTEVT सम्बन्ध प्राप्त

Computer Operator Course

मा भर्ना खुल्यो !

विशेषताहरु

- कम्प्युटर अपरेटरको लोकसेवा आयोगमा र स्थानीय निकायमा प्रतिस्पर्धा गर्न पाइने,
- विहान, दिउँसो र बेलुकी कक्षा सञ्चालन हुने भएकोले क्याम्पस पढाएपछि पढ्न सकिने

आवश्यक काजताज

SLC/SEE वा सो भन्दा माथि उत्तीर्ण प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि

सिट संख्या: २० जना मात्र

नोट: दलित, जनजाति, गरिब तथा पिछडिएका वर्गलाई विशेष छुटको व्यवस्था र प्रवेश परीक्षामा प्रथमलाई ५० प्रतिशत छुटको व्यवस्था गरिएको छ ।

एस.के. ट्रेनिङ एण्ड रिसर्च सेन्टर प्रा.लि.

धनगढी-१, सेतोपुल, कैलाली, फोन.०९१-५२६४४०, ९८१४६३४७५७

एनआईसी एशियाके योजनाफे चमत्कारिक, काम ओ फाइदाफे चमत्कारिक

एनआईसी एशिया बैंक लिमिटेड मुलुकभर ३१३ शाखा कार्यालय, ४४१ एटीएम, १०७ ठो एक्स्टेन्सन काउण्टर एवं ५५ ठो शाखारहित बैंकिङमार्फत बैंकिङ सेवा प्रदान कैना मुलुकके सबसे भारी शाखा सञ्जाल रहल बैंक हुइना सफल हुइल बा । करिब २१ लाख ग्राहक महानुभावहुकनके साथ सञ्चालनमे रहल यी बैंकके प्रमुख वित्तीय परिसूचक बहुत उत्साहप्रत रहल बा । अब्बे निक्षेप योजना 'न्यू सुपर चमत्कारिक बचत खाता' खोले सेक्ना कहलेसे बा नाउँ केल चमत्कारिक नाही काम ओ यकर फाइदाफे चमत्कारिक बा, बैंकसे नानल सेवासुविधाबारे यी बैंकके सुदूरपश्चिम/कर्णाली प्रदेश प्रमुख टेकराज भट्टसे कैंगल बाटचिट ।

➤ एनआईसी एशिया बैंकके बारेमे संक्षिप्त रुपमा परिचय डैडी न ?

- आजसे २२ वर्षआघे अर्थात् सन् १९९८ मे स्थापना हुइल नेपाल इण्डस्ट्रियल एण्ड कमर्शियल बैंक (एनआईसी) अब्बेक एनआईसी एशिया बैंक हो । एनआईसी बैंक ओ बैंक अफ एशिया गॉभर्नके एनआई एशिया बैंकके जन्म हुइल हो । नेपालके बैंकिङ इतिहासमे यी मर्जर पहिल ओ ऐतिहासिक बनके रहल बा । वि.सं. २०६९ असार १६ गतेसे संयुक्त कारोबार शुरू करल यी बैंक उहे वर्ष लण्डनस्थित 'द बैंकर फाइनान्सियल टाइम्स'से प्रदान कैना ख्यातिप्राप्त अन्तर्राष्ट्रिय अवार्ड 'बैंक अफ द इयर २०१३- नेपाल' प्राप्त कैना सफल हुइल । यी बैंक यी अवार्ड लगातार दुईचो प्राप्त कैना सफल हुइटी रहल बा । यी अवार्ड विश्वके उत्कृष्ट बैंकहुकनहे प्रदान कैना करजाइठ ।

हाल बैंकके मुलुकभर ३१३ शाखा कार्यालय, ४४१ एटीएम, १०७ ठो एक्स्टेन्सन काउण्टर एवं ५५ ठो शाखारहित बैंकिङमार्फत बैंकिङ सेवा प्रदान कैना मुलुकके सबसे भारी शाखा सञ्जाल रहल बैंक हुइना सफल हुइल बा । करिब २१ लाख ग्राहक महानुभावहुकनके साथ सञ्चालनमे रहल यी बैंकके प्रमुख वित्तीय परिसूचक अत्यन्त उत्साहप्रत रहल बाटै । वित्तीय समावेशीकरणके लाग मुगु, कालिकोट, बझाङ, रुकुम, जुम्ला, सल्यानजैसिन बैंक तथा वित्तीय संस्थाहुकनके उपस्थिति न्यून रहल दुर्गम जिल्लामे तथा कौनोफे बैंक तथा वित्तीय संस्था नदपुगल ३४ से ढेर स्थानीय निकायमे शाखा विस्तार करके बैंकिङ सेवा प्रदान करटी रहल बा ।

➤ अपने एनआईसी एशिया बैंकके प्रदेश प्रमुख हुइटी, यी प्रदेशमे यी बैंकके उपस्थिति तथा बैंकिङ पहुँच कैसिन बा ?

- यी प्रदेशमे एनआईसी एशिया बैंकके अवस्था एकदम मजा बा । नेपाल सरकारके सक्कु नागरिकसम बैंकिङ पहुँच पुगैनाके हप्ते यी प्रदेशके ८८ ठो स्थानीय तहमध्ये १७ ठो स्थानीय तहमे शाखा सञ्चालनमे नन्टी बाटी । यी प्रदेशमे एनआईसी एशिया बैंक अपन उपस्थिति दवर बनेना शाखा कार्यालयके विस्तारके अभियानहे तीव्र रुपमे आघे बहैटी रहल बा । यी प्रदेशमे हाल १९ ठो शाखा कार्यालय, एटीएम १४ ठो ओ एक्स्टेन्सन काउण्टर ६ ठो सञ्चालनमे रहल बा । यी प्रदेशके ग्रामीण क्षेत्रसम बैंक पुगे नाइसेकल ओरसे स्थानीय उद्यमी, व्यवसायी, व्यापारी ओ सर्वसाधारण जनताहे भारी राहत मिलल बा । यी प्रदेशके कुल जनसंख्या करिब २९ लाख मध्ये करिब ४३ प्रतिशत जनता अब्बे बैंकिङ पहुँचमे आसेकल बाटै । यी मध्ये एनआईसी एशिया बैंकके बजार हिस्सा करिब १० प्रतिशत रहल बा । हप्ते यिहीहे आउर विस्तार करटी जैना अभियानमे लागल बाटी । हप्ते विशेष करके यी प्रदेशके आर्थिक वृद्धि तथा रोजगारी सिर्जनामे टेवा पुगैना हेतुसे कृषि क्षेत्र, उद्योग ओ व्यापारमे कर्जा लगानी करले बाटी ।

➤ एनआईसी एशिया बैंक और बैंकसे काहे ओ कैसिक फरक बा ? ग्राहक वर्ग यी बैंकके काहे रोजन ?

- एनआईसी एशिया बैंक और बैंकसे फरक बा । ओ, पृथक् बैंकिङ अभ्यासके कारणसे पछिल्ला समयमे यी बैंक अपनहे देशके अग्रणी बैंकके रुपमे उपस्थित करैना सफल हुइल बा । बैंक अख्तियार करल पाँच सूत्र (सहज, सबल, गतिशील, विश्वसनीय ओ उत्तरदायी) हे बैंक अपन बैंकिङ अभ्यासमे आत्मसात् करके आघे बहल ओरसेफे यी

टेकराज भट्ट

सुदूरपश्चिम/कर्णाली प्रदेश प्रमुख, एनआईसी एशिया बैंक लि.

बैंक औरसेफे फरक बने सेकल हो । आब रहल ग्राहक वर्गसे यी बैंकहे काहे रोजन कना बाट, यिहे पाँच तत्वहे आत्मसात् करके आघे बहल ओरसे बैंकसे ग्राहकहे उत्कृष्ट सेवा ओ सुविधा देना सफल हुइल बा । ग्राहकहुके जौन बैंकसे उच्चतम फाइदा ओ सहज रूपमे हाल-हाली सेवा पैठै, उहे बैंक रोजै । कर्जा, निक्षेप सेवा सुविधा यी बैंकके नवीन तथा ग्राहकमैत्री हुइल ओरसे ग्राहक वर्ग एनआईसी एशियाहे रोजन सामान्य हो ।

बैंकके मूल मन्त्रअनुरूप यी बैंक ग्राहकवर्गहे सहज तथा विश्वसनीय बैंकिङ सेवा तथा सुविधा प्रदान करल ओरसे आज बैंकसंग करिब २१ लाख ग्राहक महानुभावहुके आवद्ध बाटै । ग्राहक महानुभावहुकनके सहजताके लाग यी बैंक देशके सर्वाधिक भारी शाखा तथा एटीएम सञ्जाल विस्तार करल बा ओ ग्राहकवर्गहे प्रविधिमैत्री बैंकिङ सेवा सुविधा प्रदान कैना बैंक डिजिटल बैंकिङमे विशेष ध्यान डेके आघे बहैटी रहल अवस्था बा । ग्राहकके सेवाहे विशेष ध्यानमे राखके बैंक २४सै घण्टा सपोर्ट सेवा सुचारु करले बा ।

एनआईसी एशिया बैंक ग्राहकमहानुभावहुकनहे सेवा तथा उच्च प्रतिफल देना बाटमे कौनोफे कन्जुस्याई करले नइहो । प्रविधिके प्रयोगसे घरेम बैठ बैठके बैंकिङ कारोबार करे सेक्ना सेवा यी बैंक अब्बे मोबाइल बैंकिङ, भाइबर बैंकिङ, आईभीआर सर्भिस, अनलाइन एकाउण्ट ओपनिङ, इन्टरनेट बैंकिङजैसिन सेवा प्रदान करटी आइल बा ।

➤ एनआईसी एशिया बैंकसे पछिल्ला समय ग्राहक वर्गहे उच्चतम लाभ पुग्न कैसिन योजना नन्ले बा ? नयाँ योजनाके बारेमे बता दी न ?

- 'बैंकफे संघरीयाफे, मजा फे हमार फे' कना मूल नाराके साथ आम जनसमुदायमे केन्द्रित बैंकिंग सेवा प्रदान करटी अइटी रहल हप्ते अपन निक्षेप योजनामे आम ग्राहक महानुभावहुकनहे चमत्कारिक फाइदा सहित न्यू सुपर चमत्कारिक निक्षेप योजना सार्वजनिक करले बाटी ।

यी योजना अन्तर्गत सर्वाधिक उच्च प्रतिफलके साथमे चमत्कारिक फाइदा समेटके रु. २१ लाखसमके बीमा सुरक्षा योजना, कर्जाके व्याजदर तथा प्रशासनिक शुल्कमे विशेष छुट, निःशुल्क होम बैंकिंग सुविधा, निःशुल्क लकर सुविधा, निःशुल्क डेबिट कार्ड, निःशुल्क क्रेडिट कार्ड, देशभरके कौनोफे बैंकके कौनोफे एटीएमसे रकम निकारेबेर शुल्क नइलगना लगायतके ३० चमत्कारिक फाइदा ग्राहक महानुभावहुके पैही ।

ग्राहकहुकनके यी योजनामे न्यूनतम

बैंकिङ क्षेत्रमे अभिनसम कोईफे यैसिन योजना नन्ले नइहो । सामान्यतया मनै बैंक खाता काहे खोले ? कोई अपन रकमके हिफाजत होए कहिके, कोई ब्याज आम्दानी प्राप्त कैना उद्देश्यसे टे कोई वित्तीय लेनदेन सहज होए कहिके । यी सेवा आजके समयमे लगभग सक्कु बैंकके आधारभूत सेवा अन्तर्गत परठै ओ प्रायःजैसिन सक्कु बैंक बचत रकममे देना ब्याजदरमे खासे अन्तरफे नइरहठ । यैसिन अवस्थामे ग्राहकहुकनके बैंकप्रतिके आकर्षणहे केन्द्रित कैना ग्राहकहे देखना करके ठोस फाइदा देना समय आसेकल बा ओ उहे अनुरूप एनआईसी एशिया बैंक देशमे सर्वोत्कृष्ट बचत खाता आम जनसमुदायमाझ नन्ले बा । जिहीहे न्यू सुपर चमत्कारिक खाताके नाउँ देहल बा ।

यी योजना अन्तर्गत खाता खोल ग्राहक महानुभावहुके यी अनुसारके सेवा सुविधा पैही :

तीन चमत्कारिक बीमा सुविधा

यी योजनाअन्तर्गत खाता खोलल ग्राहकमहानुभावहुके २१ लाख रुपयासमके तीन चमत्कारिक बीमा सुविधा पैही । बीमा सुविधाअन्तर्गत खातावालाके दुर्घटनासे मृत्यु हुइलेसे वा पूर्ण रुपमे अशक्त हुइलेसे रु १० लाखसमके बीमा सुविधा उपलब्ध बा कलेसे १८ घातक रोगके लाग रु १० लाखसमके बीमा सुविधा ओ १ लाखसमके औषधीउपचार बीमा सुविधासमेत उपलब्ध बा ।

सामान्यतया यदि ग्राहकवर्ग न्यू सुपर चमत्कारिक खातामे प्राप्त रु. २१ लाखसमके बीमा अपनही करे पैलेसे करिब रु. १४,००० बराबरके बीमा शुल्क वापत बुझाई पर्ना रहठ । मने यी योजना अन्तर्गत बैंक स्वयं उ बीमा सुविधा बापत लाना बीमा शुल्क सम्झौता करल एभरेष्ट इन्स्युरेन्स कम्पनी लिमिटेडहे बैंकसे सम्झौता करल अनुरूप बीमा शुल्क तिरे पर्ना बा । जेकर कारण ग्राहकवर्गहे रु. करिब रु. १४,००० के फाइदा पुगी ।

औषधीउपचार बीमाअन्तर्गत बैंक अपन ग्राहक महानुभावहुकनहे आउर विशेष सुविधा देना उद्देश्यसे बहिरंग (ओपिडी) उपचारमे रु. २० हजारसम ओ अस्पताल भर्ना वापत रु. ८० हजार समके बीमा सुविधा प्रदान करी । उ ओपिडी बीमा सेवासे ग्राहकवर्गहे अस्पतालमे रहल सामान्य खर्च जस्टे डाक्टरके शुल्क, ल्याब टेष्ट, औषधि खर्च लगायतके खर्च बापत रु. २०,००० समके भरपाई करी ।

कर्जा सम्बन्धी दुई विशेष छुट

न्यू सुपर चमत्कारिक निक्षेप योजनामे रू. २८ लाखसमके कर्जा सम्बन्धि फाइदा ग्राहकमहानुभावहुके पैही । यी योजनामे खातावालाहे कर्जाके व्याजदरमे विशेष सहूलियत प्राप्त हुई कलेसे कर्जासंग सम्बन्धी प्रशासनिक शुल्कमे २५ वेंसीस प्वाइन्ट समके छुट प्राप्त हुई । उदाहरणके लाग न्यू सुपर चमत्कारिक बचत खाता हुइना डायमण्ड वर्गके ग्राहक यदि रु. ५० लाखके कर्जा उपयोग करही कलेसे उ ग्राहकहे करिब रु. ११३,००० बराबरके ब्याज तथा प्रशासनिक शुल्कमे फाइदा पुगी ।

प्रु ओर निःशुल्क बैंकिङ सुविधा

न्यू सुपर चमत्कारिक बचत खातामे ग्राहकहुके बैंकिंग सेवा तथा सुविधा लेना असाधारण सहजता ओ सरलिकरण पैही । ग्राहकवर्गहुकनके सहजताहे मुख्य केन्द्रविन्दुमे राखके एनआईसी एशिया बैंक यी खाता रहना ग्राहकहे निजके खाताके रकम नेपालके कौनोफे बैंकके एटिएमसे निःशुल्क रुपमे निकारे मिल व्यवस्था करल बा । यी सुविधा ग्राहकहे अपन बैंकके एटिएम कहाँ कहाँ बा कहिके खोजटी रहे पर्ना भन्नुहटहे हटाइठ । साथे स्मरण रहे एनआईसी एशिया बैंकको एटिम नेटवर्कमे ४१३ एटिएम रहल बा जौन नेपालके सबसे भारी एटिएम नेटवर्क हो ।

ओस्टेक करके, बैंक ग्राहकवर्गहे सूचना प्रविधिके प्रयोगवापत परिष्कृत तथा गुणस्तरीय सेवा प्रदान कैना हेतुसे निःशुल्क डेबिट कार्ड, क्रेडिट कार्ड, (बॉकी ३ पेजमे)

नेपाल आईस खप्तड गोल्डकप

उपाधिके लाग सुदूरपश्चिम ओ श्रीस्टारबीच प्रतिस्पर्धा

पहुरा समाचारवाला

बनगढी, १९ फागुन । मोफसलके सर्वाधिक धनराशिके नेपाल आईस सुदूरपश्चिम अन्तर्राष्ट्रिय आमन्त्रण सुदूरपश्चिम खप्तड गोल्डकपके चौथो संस्करणके फाइनल खेल आज (मंगरके) हुइना बा ।

फागुन ९ गतेसे सुरु हुइल गोल्डकपके चौथो संस्करण मंगरके समापन हुइटी रहल बा । धनगढी रंगशालामे हुइना फाइनल खेलमे आयोजक सुदूरपश्चिम-११ स्पोर्ट्स क्लब ओ श्रीस्टार क्लब प्रतिस्पर्धा हुइना बा । श्रीस्टार लगातार दुसराचो फाइनल पुगल हो कलेसे आयोजक सुदूरपश्चिम-११ पहिलचो फाइनल पुगल हो । आज हुइना फाइनल खेलमे जित हात परटी उपाधि जित्ना दुनु टीम दाबी करले बाटै ।

चौथो संस्करणसम आपुण्टसम दुनु टीम उपाधि हात पारे सेकल नाइहो । ओहमार खप्तड गोल्डकप आज लौव च्याम्पियन पैना बा । दुनु टोली मंगरके



खप्तड गोल्डकपके लौव च्याम्पियन टीम बना लक्ष्य सहित मैदान उत्रना बाटै । सोम्मार आयोजना हुइल प्रि म्याच कन्फरेन्समे दुनु टीम उपाधि हात पर्ना दाबी करले बाटै । सहिद स्मारक 'ए' डिभिजन लियो चौथो हुइल श्रीस्टार औसत खेल ओ खेलाडीके बाबजुत घरेलु टीमहे निराश बनैना योजनामे रहल बा । 'फाइनल खेल फाइनल नै हुइना । दुनु

टीमहे ओत्रे करी फेन । फाइनल खेल ५०-५० के हो । दुनु टीम युवा खेलाडीसे भरल बा । जे मौका बनाइ । मेहनत करी उहे जित्ना हो, श्री स्टारके प्रशिक्षक मेघराज केसी कहलै- 'हम्रे हमार ओरसे एकदम मेहनत करबी ।' प्रतियोगिताके दुई खेल खेलल श्री स्टार सत प्रतिशत जित निकरले बा । दुई खेलमे ३ गोल करल उ कौनो गोल नाइ खेलै हो ।

एनआईसी एशियाके...

मोबाइल बैंकिंग, इन्टरनेट बैंकिंग, आइभीआर सेवा, भाईबर बैंकिंग सेवा लगायतके निःशुल्क सेवा उपलब्ध करैले बा । साथे ग्राहकके बहुमूल्य सामानके सुरक्षाके लाग निःशुल्क लकरकेफे सुविधा रहल बा । यकर अलावा, निःशुल्क ई-कमर्स सेवा, अनलाइन खाता खोले मिल्न सुविधा, तथा स्विप इन-स्विप आउट सुविधा लगाएतके और सुपर चमत्कारिक फाइदाफे रहल बा ।

उदाहरणके लाग यदि न्यू सुपर चमत्कारिक बचत खाताके डायमण्ड वर्गके ग्राहक यी सक्कु फाइदा जाटिक उपयोग कैलेसे ओइन्हें करिब रु. ८७,००० रकम जतराके फाइदा हुइना बिल्गाइठ ।

ग्राहकमहानुभावहुक्के अपने अनुकुल हुइना ओ इच्छाइल रकम बचत करके लाग सिम्बर, गोल्ड ओ डायमण्ड सिरिज तीन खबचलतक के बचत योजना न्यू सुपर चमत्कारिक खातामे प्राप्त करे सेक्की । यी तीन मेरिक खातामे वार्षिक ६.५ प्रतिशत ब्याजदर प्राप्त हुई कलेसे डायमण्ड सिरिजके बचत खातामे बहुत विशिष्ट सुविधासे लाभान्वित हुईही ।

>बैंक खाताके बीमा सुविधामे प्रायः बैंकसे ओपीडीमे बीमा सुविधा उपलब्ध कराइल नइपाजाइठ. मने यी बैंक ओसिन सुविधासमेत डेले बा । यी टे एकदम मजा बाट हो । यी बारेमे छोटकरीमे प्रकाश पार डी न ?

- हो, यी टे हमार ग्राहक वर्गक लाग एकदमे फाइदा पुन सुविधा हो । अटरा ढेर रकमबराबरके सुविधा और बैंक डेलेफे नइहो । यी सुविधा आइसंगे आब हमार ग्राहकहुके सामान्य बिरामी हुके बहिरंग (ओपीडी) सेवामे जाके उपचार करे परलेसेफे आब ओकर जिम्मा बैंक लेना हुइल बा । ओपीडीमे जाके उपचार करे परलेसे उपचारमे लागल औषधि खर्च, चेकजॉच, ल्याव सक्कु करके २० हजार रुपयासमके औषधि उपचार खर्च आब एनआईसी एशियामे खाता खोलल भरमे ग्राहकहुके पैना हुइल बाटै ।

>एनआईसी एशिया बैंकमे विशेष स्वीप इन/स्वीप आउट सुविधाके बारेमे सुनजाइठ । का हो स्वीप इन/स्वीप आउट सुविधा ? यी अन्तर्गत बैंक का कैसिन विशेष सुविधा उपलब्ध करैले बा ? विस्तृत रूपमे बता दी न ?

- स्वीप इन-स्वीप आउट सुविधा यी बैंकसे न्यू सुपर चमत्कारिक बचत खाता-डायमण्ड श्रेणीमे केल उपलब्ध कराइल चमत्कारिक योजना हो । एनआईसी एशिया बैंक चमत्कारिक बचत खाता-डायमण्ड श्रेणीमे ग्राहकहे लक्षित करके नेपालमे पहिल बार बहुत नौलौ एवं लाभदायी स्विप इन-स्विप आउट सुविधा नल्ले बा ।

स्विप इन-स्विप आउट कहल बचत खाता ओ मुद्दी खाता दुनुके गुण समाहित करल एक उच्चतम चमत्कारिक सुविधा हो जेम्ने अपने बचत खाताके जैसिन इच्छाइल समयमे बैंकसे अपन रकम उपयोग करे सेक्की कलेसे, मुद्दी निक्षेपके जस्टे उच्च ब्याजदर प्राप्त करही ।

स्विप इन-स्विप आउट सुविधा अन्तर्गत बैंक न्यू सुपर चमत्कारिक बचत खातामे रु २ लाखसे ढेर रकम हुइलेसेफे, उ ढेर रकमहे रु १०,००० से गुणन कैना करके तीन महिनाके मुद्दी निक्षेपमे स्वतः रकमान्तर करी ओ उ रकममे ९.७५ प्रतिशत समके ब्याजदर प्रदान करी ।

वैसिक मुद्दी निक्षेपमे स्विप इन करल रकम आवश्यकता अनुसार सहजल निकरना अर्थात स्विप आउट करे सेक्जाई । यी सुविधा बैंक न्यू सुपर चमत्कारिक बचत खाता डायमण्ड श्रेणीके ग्राहकहुकनहे स्वतःउपलब्ध कराई ।

उदाहरणके लाग १५ दिनआघे मै न्यू सुपर चमत्कारिक बचत खाता-डायमण्ड श्रेणीमे खाता खोलु ओ २ लाख रुपया बचत करनु । आज फेर महीहे कहसे पैसा आइल ३ लाख । मै उ फे उहे खातामे लैजाके डिपोजिट करनु । अब स्वीप इन/स्वीप आउटके नियमानुसार आज मै धारल रु. ३ लाख टे स्वीप इन हुके ३ महिनाके लाग फिक्स डिपोजिटमे जाई । काहेकी यी सुविधाअनुसार २ लाख रुपयासे उपर जतराफे रकम रहठ, यी १०/१०

के गुणासे हुइ अइना रकम ३ महिनाके लाग मुद्दी खातामे स्वतः स्वीप इन हुई । आब फेर महीहे ८ दिनपाछे उ ३ लाख रुपयासम चाहल कलेसे बिना कौनो भन्भट मै उ ३ लाख रुपया निकारे पैम ओ मोर खाता उ पैसा स्वीप आउट हुके आई ।

>यी योजनामे कर्जासम्बन्धी का कैसिन सुविधा बाटै ?

- एनआईसी एशिया बैंक न्यू सुपर चमत्कारिक खाता खोलेबेर सर्वोत्कृष्ट बीमा सुविधा केल नाही, हमार ग्राहक महानुभावहुक्के कर्जासंगसम्बन्धी विशेष छुटफे प्राप्त करे सेक्की । यी योजनाअन्तर्गत यी बैंकमे न्यू सुपर चमत्कारिक खाता रहना ग्राहक कर्जाके ब्याजदर तथा प्रशासनिक शुल्कमे विशेष छुट प्राप्त करही ।

>होम बैंकिङ सुविधा कहल का हो ?

- एनआईसी एशिया बैंक ग्राहक महानुभावहुकनहे सेवा ओ सुविधा डेना बाटमे कौनो फे कन्जुस्याई करले नइहो । यी बैंक बैंकसम अइना समयाभावसे नइसेकना ओ अशक्त ग्राहकके लाग होम बैंकिङके सुविधाफे नल्ले बा । प्रविधिके प्रयोगसे घरमे बैठके बैंकिङ कारोबार करे सेकना सेवा यी बैंक डेटी रहल बा । ओस्टेक घरमे बैठके खाता खोले सेकना व्यवस्थाफे बैंकसे करले बा । आदरणीय ज्येष्ठ नागरिकके लाग हम्रे घरमे बैंकिङ सेवा (होम बैंकिङ)- सुविधा प्रदान करटी । यी सेवाअन्तर्गत हम्रे कर्मचारी खटाके आदरणीय ज्येष्ठ नागरिकहे होम सर्भिस डेटी बाटी ।

>न्यू सुपर चमत्कारिक खाताके और आकर्षण का का बाटै ?

- निःशुल्क डेबिट कार्ड, क्रेडिट कार्ड, मोबाइल बैंकिंग ओ इन्टरनेट बैंकिंग
- जेष्ठ नागरिकके लाग निःशुल्क होम बैंकिंग सुविधा
- देशभरके कौनोफे बैंकके कुनै फे एटिएमसे रकम निकारेबेर शुल्क नइलाना सुविधा
- निःशुल्क डिम्याट खाता खोल सुविधा
- निःशुल्क ई-कमर्स एक्टिभेशन
- निःशुल्क लकर सुविधा
- अनलाइन मुद्दी खाताके सुविधा
- निःशुल्क क्रेडिट कार्डके सुविधा

यहो, पहिलचो घरेलु दर्शक माभ फाइनल पुगके लौव इतिहास बनाइल आयोजक सुदूरपश्चिम-११ श्री स्टारहे पराजित करटी और इतिहास बनैना दाउमे रहना बा । लौव इतिहास रचन आयोजक टीमहे १२ औं खेलाडीके रुपमे घरेलु समर्थकके मजा साथ रहना बा । आयोजक सुदूरपश्चिमके प्रशिक्षक रोहित भण्डारी घरेलु दर्शकमाभ आपन अनुभवी ओ युवा खेलाडी लौव इतिहास रचना बटैठै । 'फाइनल खेल हम्रहीनहे करी परठ । श्रीस्टार मजा टीम हो । हमार खेलाडीनमे अनुभव बा । मनोबल फेन उच्च बा । घरेलु दर्शकके मजा साथ रहना बा,' प्रशिक्षक भण्डारी कहलै- 'खेलमे जे गोल करी ओहे जित्ना हो । हम्रे बल पोजिसनसे फेन गोल कैना खेल्थी ।' प्रतियोगितामे २ खेल खेलके आयोजक टीम ६ गोल करेबेर ३ गोल खेलै बा । टीमके खेलाडीबीच तालमेल नाइ मिलके सुदूरपश्चिम गोल खेटी आइल बा । प्रतियोगितामे सर्वाधिक ४ गोल करसेकल आयोजकके विक्रम सिंह ठकुरी श्री स्टार विरुद्ध मुख्य हतियार रहना बाटै । ओस्टेक सुदूरपश्चिम-११ कप्तान गजेन्द्र शाही ओ श्रीस्टारके कप्तान विक्रम लामा पहिलचो टीमके उपाधि जित्नामे अपनेहुके ढुक्क रहल बटैलै ।

आबसे हम्रे अनलाइनमे

पहुरा

www.pauradaily.com

जीवनशैली

काहे नैना ? नैगलक फाइदा अइसिन

इसे नैना काहे जरूरी बा ? बी बीररमे का का हुई ?

सक्कु जे पत्ता पाइल बाट हो नैना स्वास्थ्यके लाग फाइदाजनक बा । राष्ट्रपतिसे सर्वसाधारणसम जे कोईफे जानल बाट हो : शरीर स्वस्थ राखेक लाग नैना बहुत फाइदाजनक बा । खास करके, ४० उमेर कटलपाछे टे नइसरना खालके रोग जैसिन, मधुमेह जैसिन घातक समस्या ओ कोलेस्ट्रॉल, उच्चरक्तचाप लगायतके मुटुके खतरनाक समस्यासे बचन बा ओकर असर कम करेक लागफे चिकित्सकहुके डेना सल्लाहहस्मध्येके प्रमुख सल्लाह दैनिक नैनाफे परठ ।

आखिर नैनेलेसे हमार शरीरमे का हुइठ टे ? आई, १ घण्टा नैगेबेर मनेनके शरीरमे का का हुइना कनाबारे सामान्य जानकारी हासिल करी ।

१ से ५ मिनेटमिटर

हम्रे नैगल पहिल कुछ पाइला हमार कोषमे शक्ति पैदा कैना रसायन निष्काशित करडेहठ, जिहीसे हमार नैगाईहे इन्धन प्रदान करठ । नेगालगलपाछे हमार मुटुके चाल बहके आइठ, उ घडुकन प्रतिमिनेट ७० से १०० सम पुगे सेकठ । उ शरीरमे रगतके प्रवाह बहके जाइठ, मांसपेशी ताटके आइठ ।

शरीरके मांसपेशी एवं हड्डीके जोनीके कडापन खुकुलो हुके आइठ, नैना सहजुल बनाइक लाग जोनीमे चिप्लो तरल पदार्थ निकरठ । नेगेबेर प्रतिमिनेट ५ क्यालोरीके दरसे शरीरसे उर्जा खर्च हुई लागठ । सामान्यतः हम्रे आराम करल अवस्थामे उ १ क्यालोरी केल हुइना करठ । शरीरहे आउर ढेर उर्जा चाहे लागठ । फलतः उ शरीरमे जमा हुके रहल कार्बोहाइड्रेट तथा बोसो खर्च हुई लागठ ।

६ से १० मिनेटमिटर

हमार मुटुके घडुकन भन बहके आइठ ओ प्रत्येक मिनेट ६ क्यालोरीके दरसे उर्जा खर्च हुई लागठ । यी चरणमे रक्तचापफे कुछ बहके आइठ । रक्तनली फूलके आइठ, जिहीसे क्रियाशील मांसपेशीमे अभिन ढेर रगत ओ अक्सिजन अइना करठ ।



११ से २० मिनेटमे

हमार शरीरके तापक्रम बहना जारी रहठ । शरीरके टाटुल निस्कासन करेक लाग पसिना निकै लागठ ओ छाना लग्गेक रक्तनलीफे फैलठै । नैगाई तेज हुइटी जाके हमार शरीरमे प्रतिमिनेट ७ के दरसे क्यालोरी खर्च हुई लागठ, स्वास तीव्र गतिमे फेरे लागजाइठ । मांसपेशीमे उर्जा पुगाइक लाग एपाइनेफ्रिन ओ ग्लुकागोन जैसिन हर्मोन बहे लागे लागठ ।

२१ से ३५ मिनेटमे

तागत ओ स्फूर्ति प्राप्त हुइल महसुस हुइठ । शरीरके तनाव हटके आरामके अनुभूति हुई लागठ । जैसिन हुइनाके कारण चाहिं हमार मस्तिष्कसे निकरना इन्डोरफिन रसायन हो, जिहीसे हम्रहीनहे रमाइलो अनुभूत कराइठ । शरीरके बोसो खपत हुइल कारण शरीरमे इन्सुलिनके मात्राफे घटके जाइठ । यी ढेर तौल वा डाइबिटीज रहइयाके लाग निश्चयफे खुसीके बाट हो ।

३६ से ६० मिनेटमे

हमार शरीरके कार्बोहाइड्रेड खपत हुइल कारण मांसपेशी मिछाई लागठ । हम्रे आराम करे लागलपाछे हमार मुटुके घडुकनफे विस्तारे घटके आइठ ओ श्वासप्रश्वास फे नियन्त्रित हुके आइठ । हमार क्यालोरी खपत हुइना प्रक्रिया कुछ सुस्त हुके आइठ मने उ नैना शुरु करलसे पहिलेके अवस्थासे चाही ढेर रहठ । सामान्यसे ढेर मात्रामे शरीरके क्यालोरी खपत हुइना प्रक्रिया अइना १ घण्टासम जारी रहठ । यी उपरके बाट का डेखाइठ कलेसे दिनके एक घण्टा नैना हमार शरीरके लाग बहुत लाभदायक बा ।

जापारः रातोपाटीं

सुदूरपश्चिम प्रदेशको पहिलो अत्याधुनिक सुविधा सम्पन्न हस्पिटल



निःशुल्क मृगौला चेकजाँच शिविर
फागुन २५ र ३० गते

डा. सुनिल श्रेष्ठ

Consultant Urologist
वरिष्ठ मृगौला तथा मुत्ररोग विशेषज्ञ
नर्मिक हस्पिटल, काठमाण्डौ

डा. उस्पल बज्राचार्य

Consultant Urologist
वरिष्ठ मृगौला तथा मुत्ररोग विशेषज्ञ
मनमोहन मेमोरियल हस्पिटल, काठमाण्डौ

उपचार हुने समस्याहरूः

मृगौला, पिसाबनली, पिसाबथैलीको पत्थरी र प्रोस्टेट ग्रन्थी सम्बन्धि उपचार र अप्रेसन

२०% छुट अप्रेसन चार्जमा

समयमै नाम दर्ता गर्नुहोस् ! अवसरको लाभ लिनुहोस् !!

निसर्ग हस्पिटल, धनगढीमा

समयः बिहान ८ बजेदेखि बेलुकी ६ बजेसम्म

हसनपुर, धनगढी-५, कैलाली, नेपाल

091-526681, 9865680100, 9804600745

nisargahospitalnepal@gmail.com | nisargahospitalnepal

थारू समुदायको नयाँ वर्ष माघको अवसरमा ग्राहक वर्गहरूमा सुखीको खबर !

थारू समुदायको नयाँ वर्ष माघको अवसरमा ग्राहक वर्गहरूमा शुभकामना सहित !
हाम्रो यहाँ सबै कम्पनीका रि-कण्डिसन मोटरसाइकलहरू पाइनुका साथै मर्मत पनि गरिन्छ र सबै कम्पनीका हेलमेटहरू थोक तथा खुद्रा मूल्यमा पाइन्छ ।
कुनै पनि मोटरसाइकल नगद खरिद गरेमा आकर्षक उपहारको व्यवस्था रहेको जानकारी गराउँदछौं ।



संजय अटो सेल्स एण्ड रि-कण्डिसन

धनगढी-४, उत्तरबेहडी (चटकपुर शहिद गेट भन्दा दुईसय मिटर पूर्व)

फोन नं. ०९१४०१०५, सुपिन मो. ९८५८४२११९, बालु मो. ९८४८५१५१२८, जेष्ठ मो. ९८५१११०९९

मासुके मासु हस्पिटल

हमार यहाँ लोकल तथा ब्रोइलर मुर्गीनके मासु सुपथ मोलमे मिलठ । सेवा कर्ना मौका अवश्य देहवी ।
नोट : भोजविरा, व्रतवर्धक लाग होम डेलिभरीके सुविधा बा ।



प्रो. आशाराम चौधरी (मो. ९८४८४६३०८३)

हिमचुली मासु पसल

नेपाल राष्ट्र बैंकके पाछे धनगढी, कैलाली

डिवश ड्राईभिङ सेन्टर

दक्ष चालक बना सक्कु सैद्धांतिक तथा व्यवहारिक ज्ञान देना प्रयास हमार, सफलता अपनेकै ।

सीप सिकी, स्वरोजगार बनी

विद्यार्थी ओ गुणमे अउईयाहुकनहे विशेष छुटसहित...

हमार यहाँ दक्ष प्रशिक्षकहुकनसे मोटर साईकल, स्कुटी, कार, जीप ग्यारेन्टीके साथ ड्राईभिङ सिखैनाके साथै फोटोग्राफीके सुविधा समेत उपलब्ध बा ।

नोटः **नाने दुरते नवईया विद्यार्थीके मासु पैदावा व्यवस्था तयते उपलब्ध बा, तयतमे सक्कु विकास विद्यार्थीहुकनहे तयतके कैना तयतके मासुकारी कराइटी ।**

धनगढी, चटकपुर कैलाली फोनं. ०९१-४१०२३७ मो.९८४८४३९६८५

थरुहट राष्ट्रिय मोर्चासे विरोध कार्यक्रम

फागुन २० ओ २१ गते बन्दके घोषणा



पहुरा समाचारवाता
बनगढी, १९ फागुन ।

थरुहट/थारुवान राष्ट्रिय मोर्चासे तराईके जिल्लामे आमहडतालके घोषणा करटी दुई दिन अत्यावश्यक सेवा बाहेक सक्कु बन्द रहना घोषणा करले बा ।

सरकारसे १४ बुँदे माग राख्टी आन्दोलनरत मोर्चासे सरकारहे दबावके लाग आज फागुन २० ओ २१ गते कैलाली, कञ्चनपुर सहित तराईके जिल्लामे आमहडतालके घोषणा करल हो । मोर्चाके कैलाली संयोजक माधव थारु अत्यावश्यक सेवा बाहेक यातायात, बजार, विद्यालय सक्कु बन्द रहना बटैले बाटै ।

उहाँ कहलै, 'आमहडतालके क्रममे

कलकारखाना, उद्योगधन्दा, व्यापार व्यवसाय, शिक्षण संस्था लगायत यातायातका साधन पूर्ण रुपमे बन्द रहना बा । आमहडताल अवज्ञा कैके सवारी साधन चलैलेसे उत्पन्न हुइना परिस्थितिके सक्कु जिम्मेवारी नेपाल सरकार ओ स्वयम् लेहे पर्ना बा ।'

यिहे बिच अट्टवारके मोर्चाके केन्द्रीय संयोजक लक्ष्मण थारुसे हस्ताक्षरित प्रेस वक्तव्यमे आमहडतालके क्रममे कलकारखाना, उद्योग धन्दा, व्यापार, व्यवसाय, शिक्षण संस्था लगायत सवारी तथा धुवानीके सक्कु यातायातके साधन पूर्णतया बन्द रहना जनाइल बा ।

आमहडतालहे नजरअन्दाज कैके

गुर्योजनाके लाग कार्यशाला गोष्ठी

पहुरा समाचारवाता
सुनसरी, १९ फागुन । विश्व रामसार सूचीमे सूचीकृत कैलालीके घोडाघोडी क्षेत्रके गुर्योजनाके लाग १८ औं अन्तरक्रिया तथा कार्यशाला गोष्ठी सम्पन्न हुइल बा ।

घोडाघोडी ताल क्षेत्रके गुर्योजना बारे स्थानीयहे जानकारी करैना ओ गुर्योजना निर्माणके लाग सुझाव संकलनके लाग अन्तरक्रिया तथा कार्यशाला गोष्ठी सञ्चालन करल हो ।

कार्यक्रममे गुर्योजनामे समेट जैना टमान विषय तथा निर्माण हुइना भौतिक संरचनाके बारेमे स्थानीयहे जानकारी कराइल रहे । बृहत घोडाघोडी ताल तथा पर्यटन विकास बोर्डसे आयोजना करल कार्यक्रमके सहजीकरण सामाजिक तथा

अर्थिक विज्ञ डा. रामबहादुर चौधरी करल रहित । पर्यटन बोर्डसे घोडाघोडी ताल क्षेत्रके गुर्योजनाके लाग यिहीसे आघे फेन फरक फरक क्षेत्रमे अवद्ध सरोकारवालाहुकनसे सुझाव संकलन करल रहे । अब्बे घोडाघोडी क्षेत्रके गुर्योजना निर्माण कार्य अन्तिम चरणमे पुगल बा । घोडाघोडी ताल क्षेत्रमे २ सय ९९ प्रजातिके चिउँ रहल बाटै । जेन मध्ये विश्वमे दुर्लभ मानगैल १४ प्रजातिके चिउँ भेटल एक तथ्यांक देखैले बा । घोडाघोडी ताल क्षेत्रमे ६४ ठो मगर गोही, ११ मेरके शंखेकिरा, ४५० प्रजातिके वनस्पति तथा सालके प्रजातिमे बहुमूल्य मानजैना औषधिके रुपमे फेन प्रयोगमे अइना सतिसाल लगायतके बोटबिरुवा तथा वनस्पति रहल एक अध्ययन देखैले बा ।

सवारी साधन चलैले ओ खोलैलेसे उत्पन्न हुइना सक्कु परिस्थितिको सक्कु जिम्मेवारी नेपाल सरकार ओ स्वयं रहना फेन मोर्चा जैनेले बा । मने आम हडतालके समयावधिमे अत्यावश्यक सवारी साधन, दमकल, एम्बुलेन्स, शव बाहन, सुरक्षा निकाय, दूध बोक्न, औषधीजन्य, रेडक्रस, मानव अधिकारकर्मी, पर्यटक, पत्रकार, कुटनीतिक नियोगके सवारी साधन निर्वाधरुपमे सञ्चालन हुइ पैना जैनेले बा ।

मोर्चासे नेता रेसम चौधरीसहित ११ जाने जेलबन्दी, टीकापुर घटनाबारे सत्य तथ्य छानबिन कैना पूर्व न्यायाधीश गिरीशचन्द्र लाल नेतृत्वके न्यायिक समिति, गृह मन्त्रालयसे गठित अनुसन्धान विभागके पूर्व प्रमुख देवीराम शर्माके संयोजकत्वमे गठित छानबिन समितिके प्रतिवेदन ओ सर्वदलीय संसदीय समितिके प्रतिवेदन सार्वजनिक करे पर्ना लगायत १४ बुँदे माग राख्टी मोर्चा आन्दोलनरत रहल बा ।

आन्दोलनमे आदिवासी जनजाति महासंघ, मिसन अम्बेडकर नेपाल, खसान सङ्घ समिति, खम्बुवान राष्ट्रिय मोर्चा, संघीय लोकतान्त्रिक मञ्च, नेपाल राष्ट्रिय पार्टी, संयुक्त खस क्षेत्री नेपाललगायत संघसंस्था ऐक्यबद्धता जैनेले बाटै ।

सेती प्रादेशिक अस्पतालके निरीक्षण

पहुरा समाचारवाता
बनगढी, १९ फागुन ।

सेती प्रादेशिक अस्पतालके स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री भानुभक्त ढकाल निरीक्षण करले बाटै । मन्त्री ढकाल अस्पतालके निरीक्षण पश्चात अस्पतालहे सुबिधासम्पन्न उच्च तहके अस्पताल बनेना घोषणा करलै । अस्पतालमे कमी रहल विशेषज्ञ चिकित्सक, दक्ष जनशक्ति ओ भौतिक उपकरण हाली पठैना आश्वास डेलै । उहाँ अस्पतालहे आब शैयाके आधारमे नाइ होके तहके आधारमे अस्पतालहे वर्गीकरण कैना जानकारी डेलै ।

अस्पतालमे डे खगैल कमीकमजोरीहे तत्काल सुधार कैके जनताहे भरपदों ओ गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्रदान कैना उहाँ अस्पताल प्रशासनहे निर्देशन समेत डेलै ।

“लैडिगक समानताके लाग समान सोच ओ व्यवहारः समृद्धिके आधार”



नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

खुसीके खबर ! खुसीके खबर !! खुसीके खबर !!!

का अपने विशेषज्ञ डाक्टरके खोजीमे बाटी ? आब चिन्ता करे नाइपरी । आब डाम नाइ मानव जीवनमे सबसे भारी सम्पत्ती स्वास्थ्यहे ध्यान डेके विशेष जिम्मेवारीके साथ ओ विशेष छुटके साथ सेवा हप्पे डेहटी ।

हमारा सेवा

डा. रामचन्द्र पौडेल
(MBBS, MD, Internal Medicine, NMC: 16191)
प्रत्येक महिनाके दोसर शनिबार

डा. प्रदीप रिमाल
(MBBS, KMC, NMC: 25858)
प्रत्येक दिन

अन्य सुविधा

- २४ औं घण्टा इमर्जेन्सी सेवा
- २४ औं घण्टा भिडियो एक्सरे सेवा
- २४ औं घण्टा ल्याब सेवा
- २४ औं घण्टा एम्बुलेन्स सेवा

-नियमित विशेषज्ञ डाक्टरद्वारा चेकअप ।

पहलमानपुर पोलिक्लिनिक एण्ड डाइग्नोस्टिक सेन्टर

घोडाघोडी-१०, पहलमानपुर, कैलाली

डा. सुमित सिंह
(MBBS, KMC, NMC: 25753)
२४ औं घण्टा कार्यरत
सम्पर्क: ९८०४६१३६३३,
९८६८४१७६०४, ९८२४६३७३८९

- नर्सिङ सेवा
- २४ औं घण्टा फार्मसी सेवा
- २४ औं घण्टा एक्सरे सेवा
- २४ औं घण्टा ECG सेवा
- २४ औं घण्टा OPD सेवा

सितलहरबाट बच्नको लागि धनगढी उपमहानगरपालिकाद्वारा जनहितमा जारी सन्देश

१. सितलहरबाट बच्नको लागि तातो र भोलिला पदार्थ प्रसस्त मात्रामा खाने/पिउने गरौं ।
२. न्यानो र गरम हुने खालका कपडा प्रयोग गरौं ।
३. बाहिर निस्कदा टोपी, पञ्जा, स्विटर, जुता लगाएर निस्कने गरौं ।
४. चिसोको समयमा बालबालिकाहरूलाई खुला रूपमा जथाभावी निस्कन नदिऊ ।
५. सितलहरको समयमा बृद्धबृद्धाहरूको विशेष ख्याल गरौं ।
६. खुला रूपमा दिशा नगरी शौचालयको प्रयोग गरौं, पूर्ण सरसफाईमा ध्यान दिऊ ।



नृपबहादुर वड
नगरप्रमुख
धनगढी उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, धनगढी, कैलाली

सुदूरपश्चिम खाना महोत्सव निम्जल



पहुरा समाचारवाता
बनगढी, १९ फागुन ।

सुदूरपश्चिम खाना महोत्सव सोम्मारके रोज एक कार्यक्रमके विच समापन हुइल बा ।

होटल व्यवसायी संघ कैलालीके आयोजनामे प्रदेशके मौलिक तथा स्थानीय खानाके प्रवर्द्धन कैना उद्देश्यसे यिहे फागुन १४ गतेसे सुरु हुइल सुदूरपश्चिम खाना महोत्सव एक कार्यक्रमके विच समापन कैगल हो । महोत्सव समापन कार्यक्रम धनगढी उप-महानगरपालिकाके नगर प्रमुख नृप बहादुर वडके वकडा पहनामे हुइल रहे । कार्यक्रममे संघके प्रमुख जिल्ला अधिकारी यज्ञराज बोहोरा, संघके सल्लाहकार गोपाल हमाल, होटल व्यवसायी दिनेशराज भण्डारी, नाटा सुदूरपश्चिमके अध्यक्ष माया प्रकाश भट्ट, डेउडा गायक भोजराज भट्ट, दार्चुला सेवा समितिके अध्यक्ष महेशराज पन्त लगायतके उपस्थिति रहे ।

महोत्सवमे प्रदेशके टमान जिल्लामे पकाजैना खानाके परिकार एक ठाउँमे उपलब्ध रहे । 'मौलिक परम्परा, संस्कृति ओ प्रकृति सुदूरपश्चिमके गहना, पर्यटन प्रवर्द्धन कैके अर्थिक समृद्धि लाना हमार चाहना' कना मूल नाराके साथ आयोजना हुइल खाना महोत्सवमे प्रदेशके भल्को डेहल होटल व्यवसायी संघ कैलालीके अध्यक्ष कलम बम बटैले ।

'रैथाने खानाके पारिकारसे आयातित खाना खाइ चहुइयाहुकनके लाग महोत्सवमे व्यवस्था रहे,' बम कहलै-'महोत्सवमे प्रदेशके स्थानीय उत्पादन प्रयोग कैके बनाइल खानाके पारिकारहे प्राथमिकता डेहल ओरसे प्रदेश बाहर ओ विदेशमे समेत उ उत्पादनके माग बढे सेकी ।' महोत्सवमे २८ ठो खानाके ओ ९ ठो अन्य वस्तुके स्टल रहल रहे । कलेसे प्रवेश निःशुल्क करल रहे ।

कर्मचारी आवश्यकता

गौरीगंगा नगरपालिका वडा नम्बर ८ मसुरियामा रहेको होटल सेन्टर पोइन्टको लागि देहाय बमोजिमका कर्मचारी आवश्यक भएकोले ईच्छुक व्यक्तिहरूले सम्पर्क राख्नु हुन अनुरोध गरिन्छ ।

- क) होटल मेनेजर: संख्या-१ जना, तलब- रु. १५०००-१८०००/-
ख) क्याप्टेन: संख्या-१ जना, तलब- रु. १२०००-१५०००/-
घ) वेयटर: संख्या-३ जना, तलब- रु. १००००-१२०००/-
ग) किचन हेल्पर: संख्या-१ जना, तलब- रु. १००००-१२०००/-
ड) हाउस किपिङ स्टाफ: संख्या-२ जना, तलब- रु. १००००-१२०००/-
च) जनरल हेल्पर: संख्या- २ जना, तलब- रु. १००००/-
छ) कुक अल राउन्डर: संख्या-१ जना, तलब- रु. १६०००-१८०००/-
नोट: सम्बन्धि काममा कम्तीमा ६ महिनाको अनुभव भएको हुनुपर्ने छ ।
सुविधा होटलको नियमानुसार हुने छ ।
अन्तर्वार्तामा आउदा आफ्ना व्यक्तिगत विवरण साथमा उपस्थित हुनुपर्ने छ ।

दि होटल सेन्टर पोइन्ट

गौरीगंगा नगरपालिका-८, मसुरिया बजार, कैलाली
फोन नं. ०९१-४०२१३६, मोबाइल नं. ९८६८५७२२८८

चौधरी फेसन टेलर्समे विशेष छुट

हमार यहाँ जैनफे मेरिक कोटपाइन्ट, सर्ट, आसकोट, दाउरा सुखवाल, जुहारी कोट, टाई, टोपी पैनाके साथे स्कुल ड्रेस, क्याम्पस ड्रेस, निजामती कर्मचारीके ड्रेस तथा थान कपडा सुपथ मोलमे विक्री कैनाके साथे सिलाई फे करजाइठ ।

रेडिमेड कोटपाइन्ट तथा क्याम्पस ड्रेस कोटपाइन्ट मात्र रु. ३५००/- मे

प्रो. विष्णु चौधरी (९८४८४७१३४७)

चौधरी फेसन टेलर्स

धनगढी उपमहानगरपालिका (जिप्रका पुल नजिक)

नोट : हमार यहाँ इण्डियाबरेलीके दक्ष कलीगबहुकनसे कोटपाइन्ट सुपथ मोलमे सिलाई करटी रहल ग्राहक वाहुकनहे सहर्ष जानकारी कराइटी ।

सामाजिक विकास मन्त्रालयद्वारा जनहितमा जारी सन्देश

नोवेल कोरोना भाईरसका मुख्य लक्षणहरू



ज्वरो (१००.४ °F भन्दा माथि)

ध्वास प्रध्वासमा अत्याधिक समस्या

रुघा र खोकी

नोवेल कोरोना भाईरसबाट कसरी आफू र अरूलाई बचाउने ?

- नियमित रूपमा साबुन-पानीले हात धुने ।
- खोक्दा र हाँख्नु गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।
- जंगली तथा घरपालुवा पशुपन्छी सँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- पशुजन्य मासु तथा अन्डा राम्रोसंग पकाएर मात्र खाने ।

नोवेल कोरोना भाईरस प्रभावित देशहरूबाट आउने मानिसहरूमा दुई हप्ताभित्र रुघाखोकी लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउँको दुखेमा, श्वासप्रश्वासमा अत्याधिक समस्या भएमा तुरन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने ।

सामाजिक विकास मन्त्रालय

सुदूरपश्चिम प्रदेश
नीति, कानुन, मापदण्ड, योजना तथा जनस्वास्थ्य महाशाखा

विशेषज्ञ डाक्टर आउने बारे सूचना !

यस कैलाली अस्पताल प्रा.लि धनगढीमा विभिन्न रोगका उपचार एक ठाउँमा हुनेभएकोले मौकाको फाइदा उठाउनु होला ।

डा. प्रमोद जोशी कन्सल्टेन्ट अर्थोपेडिक सर्जन (वरिष्ठ हाडजोर्नी तथा नशा रोग विशेषज्ञ)	डा. सुरेन्द्र बस्नेत कन्सल्टेन्ट सर्जन (जनरल तथा ल्याप्रोस्कोपी) इण्डोस्कोपी, प्लाष्टिक सर्जरी तथा सबै प्रकारको अप्रेशन	डा. रविनबहादुर बस्नेत (Asst. Professor) कन्सल्टेन्ट यूरोलोजी सर्जन, मृगौला, मूत्र नली, मुत्ररोग, ग्रेटेस्टरोग विशेषज्ञ
डा. दिनेश शिवाकोटी कन्सल्टेन्ट डर्माटोलोजिष्ट (वरिष्ठ यौन तथा छाला रोग विशेषज्ञ)	प्रा. डा. विद्यानिधि पौडेल प्रमुख कन्सल्टेन्ट फिजिसियन (मुटु, छाती र पेट रोग विशेषज्ञ)	डा. अञ्जना शर्मा (वरिष्ठ स्त्रीरोग तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञ)
डा. सन्तोष पाण्डेय कन्सल्टेन्ट फिजिसियन (मुटु, छाती र पेट रोग विशेषज्ञ)	डा. आकाश खनाल वरिष्ठ नवजात तथा बालरोग विशेषज्ञ	

डाक्टर आउने समय : प्रत्येक दिन, आकस्मिक सेवा (चिकित्सक) २४ घण्टा

उपचार सेवाहरू : १) २४ घण्टा इमर्जेन्सी सेवा, फार्मसी सेवा, अत्याधुनिक प्याथोलोजी, रंगीन इण्डोस्कोपी, डिजिटल एक्सरे, रंगीन भिडियो एक्सरे, अत्याधुनिक अप्रेशन थियटरबाट सेवा, वातानुकूलन एम्बुलेन्स, वातानुकूलन क्याबिन । २) स्त्री रोग तथा प्रसूति सम्बन्धी सेवा (बाँझोपन, सेतोपानी बग्ने, तल्लो पेट दुख्ने, महिनावारी गडबडी, पाठेघर खस्ने, पाठेघरको अप्रेशन, गर्भवती तथा सुत्केरी सेवा) । ३) ल्याप्रोस्कोपी तथा जनरल सर्जरी (हाडडोसिल, हर्निया, पायन्स, फिस्टुला, स्तनमा गाँठागुठी आउने, शरिरका विभिन्न भागमा गाँठागुठी, घाउ खटिरा, पत्थरी, किड्नीको पत्थरी, प्रोस्टेटको अप्रेशन तथा पित्तथैलीको पत्थरी अप्रेशन) । ४) हाडजोर्नी तथा नशा सम्बन्धी सेवा (हाटखुट्टा बाझ्ने, फ्याक्चर, हाडजोर्नीको दुखाई, कम्मर दुख्ने तथा अत्याधुनिक मेसिनबाट हड्डीको अप्रेशन)छाती, मुटु, कलेजो तथा पेट सम्बन्धी सेवा । ५) यौनरोग, कपाल तथा छाला रोग सम्बन्धी सेवा । ६) मानसिक तथा मनोरोग सेवा । ७) नाक, कान, घाँटी रोग सम्बन्धी सेवा । ८) मुछाँ पतुं, टाउको दुख्ने जस्ता समस्याहरू, प्यारालाइसिस हातखुट्टा नचल्ने सम्बन्धी सेवा । ९) न्यूरो (नशा रोग) लागुपदार्थ दुर्व्यसनी, कुलत सम्बन्धी, हाटखुट्टा भ्रमभ्रमाउने, छारे रोग । १०) आगोले पोलेको हातखुट्टा बाझिएको र खुँडेको अप्रेशन आदि सेवा ।

कैलाली अस्पताल प्रा.लि

अस्पताल लाईन धनगढी, कैलाली, फोन नम्बर: ०९१-५२५३६०/५२१२४९