



वसन्तपञ्चमी नजिकिदै मधेसका बजारमा केशोर र बयर उत्पादक किसानको व्यस्तता

जलेश्वरटुडे समाचारबाट
महोत्तरी, १८ माघ

वसन्तपञ्चमी पर्व नजिकिदै गर्दा महोत्तरीसहित मधेसका बजारमा केशोर (माटोमुनि फल्ने फलविशेष) र बयर (रूखमा फल्ने फलविशेष) उत्पादक किसानको व्यस्तता बढेको छ। मधेसको पनि खासगरी प्राचीन मिथिला क्षेत्रमा विद्याकी अधिष्ठात्रीदेवी सरस्वतीको पूजाआराधना गरिने वसन्तपञ्चमी पर्वमा केशोर र बयर मुख्य प्रसाद सामग्री बन्ने परम्पराले अहिले यी फसलका बजार जम्दै गएका हुन्। यसपालि आउने सोमबार यो पर्व परेको छ।

मिथिलामा श्रीपञ्चमी पनि भनिने यो पर्वमा बस्तीबस्तीका शिक्षण संस्थामा विशेष उत्सवका रूपमा सरस्वती पूजनोत्सवको अनुष्ठान आयोजना गरिने परम्परा छ। कतिपय घरघरमा पनि वसन्तोत्सव मनाइने परम्पराले यो पर्वविशेषमा केशोर र बयरको माग हुनेहुँदा अहिले यी फसलका उत्पादक किसानलाई भ्याइ नभ्याइ परेको हो। महोत्तरीमा उत्तरी क्षेत्रका बर्दिबास, गौशाला, औरही र भङ्गाहा नगरपालिका



क्षेत्रमा केशोरको व्यावसायिक खेती गरिँदै आइएको छ। बालुमिश्रित खुकुलो माटोमा केशोरखेती फस्टाउने हुँदा जिल्लाका उत्तरी क्षेत्र यो खेतीको उर्वर ठाउँ हो। केशोर खनिएको सात-आठ दिनसम्म ताजै रहने हुँदा यो खेतीका किसानलाई पर्वको एक साता पहिलेदेखि नै खन्ने, धुने र बजार पुर्याउने तल्लिनताले छोप्छ। महोत्तरीको केशोर जिल्ला बाहिरका बजारमा लगिने हुँदा अहिले व्यापारी किसानका खेतखेतमै पुगेर पनि लिने गरेका छन्। गुलियो स्वादमा अत्यन्त

रसिलो हुने यो फल स्वास्थ्यवर्द्धक मानिन्छ। माघ नै यसको फसल लिने समय भएका हुँदा सरस्वती पूजनोत्सवमा मौसमी फलका रूपमा यसको प्रयोग परम्परा बसेको हुनसक्ने पाका मैथिल बताउँछन्। “केशोर माघमै उत्पादन लिइने फसल र वसन्तपञ्चमी पनि यसै महिनामा पर्नेहुँदा यो पर्वमा मौसमी फलका रूपमा प्रयोग गरिने परम्परा चलेको हुनपर्छ”, मैथिल परम्पराका ज्ञाता गौशाला-११ का ७५ वर्षीय लक्ष्मीप्रसाद महतो भन्नुहुन्छ। यहाँका किसानले केशोर नजिकका

ढल्केबर, लालबन्दी र बर्दिबाससहितका कृषि थोकबजारमा पुर्याउँछन्। अहिले खुद्रामा प्रतिकिलोग्राम रु.५० सम्म बिकने केशोर सप्रिदा प्रतिकट्टा २० मन ९४० किलोको एक मन हुन्छ०सम्म फल्ने हुँदा यो नगदेखेतीका रूपमा लगाइने गरिएको बर्दिबास-७ मनहरिपुरका ७० वर्षीय किसान विन्देश्वर यादव बताउनुहुन्छ। रोपिएको एक सय दिनभित्रै उत्पादन लिन सकिने यो खेती नगद जोहोको मुख्य फसल भएको यादवको भनाइ छ। जिल्लामा केशोरको व्यावसायिक

खेती लगभग एक हजार हेक्टरमाथि हुने गरेको कृषि ज्ञान केन्द्रले जनाएको छ। जिल्लामा केशोरको व्यावसायिक खेती हुँदै आए पनि माघमै पाक्ने बयरको भने खेती हुनसकेको छैन। जिल्लामा बयर बाक्लै फस्टाउन सक्ने माटो भए पनि यो खेतीमा किसान लागेका देखिँदैनन्। तर खेतबारी र पाखामा बाक्लै भेटिने स्थानीय जातका बयर श्रीपञ्चमी नजिकिएपछि किसानले टिपेर बजार पुर्याउने गरेका छन्।

पर्वमा बयरको प्रयोग परम्परा रहेको र यहाँ उत्पादित बयरले माग धान्न नसकेपछि अहिले यहाँका बजारमा उन्नत जातका ठुल्ला बयर फल भारतबाट आउने गरेका पाइएको कृषि ज्ञान केन्द्रका वाली विकास अधिकृत राजकिशोर यादव बताउनुहुन्छ। यहाँको माटोमा बयर फस्टाउने हुँदा किसानले उत्साह देखाए उन्नत जातका बयरका बिरूवा ल्याउन सकिने यादवको भनाइ छ।

महोत्तरीका भूमिहीन जग्गाधनी प्रमाणपत्र पाउने आशमा

जलेश्वरटुडे समाचारबाट
महोत्तरी, १८ माघ

जग्गा भन्ने कानुनी प्रमाण नभएका महोत्तरीका भूमिहीन अब जग्गाधनी प्रमाणपत्र पाउने आशमा छन्। जिल्लामा सरकारले गठन गरेको भूमि समस्या समाधान आयोगले काम थालिएको बताएपछि अबचाहिँ लालपुर्जा पाइने आश भूमिहीन सुकुमबासीमा जागेको हो।

“आफ्नो भनेर पुस्तौँदेखि भुप्रोमा बसेका त छौँ, तर हामीसँग लालपुर्जा छैन”, भङ्गाहा-४ रामनगरको दलितबस्तीका जुगल सदा मुसहर भन्छन्, “अब गरिवलाई लालपुर्जा दिने रे भन्ने सुन्छौँ, त्यसो भए हामी पनि लालपुर्जावाला हुन्थ्यौँ।” पछिल्लो पटक जिल्लामा भूमि समस्या समाधान आयोगका महोत्तरी अध्यक्ष पीताम्बर महतोले भूमिहीन दलित, सुकुमबासी र अव्यवस्थित बसोबासीलाई जग्गाधनी प्रमाणपत्र दिने तयारी

थालिएको बताउनु भएपछि यी गरिवमा नयाँ आश जागेको हो। जिल्लामा यसअघि पनि कैयौँपटक यस्ता आयोग बने पनि जग्गाधनी प्रमाणपत्र नपाएका भूमिहीन यसपटक पनि हिस्सा परिने हो कि भन्ने संशयमा नै छन्। जिल्ला आयोगले भूमिहीन दलित, सुकुमबासी र अव्यवस्थित बसोबासीलाई जग्गाधनी प्रमाणपत्र दिन यसअघि प्राप्त आवेदनहरूमा जाँचबुझ थालिसकिएको जनाएको छ। “हामीले काम थालेका छौँ”, अध्यक्ष महतो भने, “पहिलो चरणमा यसअघि प्राप्त निवेदनमा जाँचबुझ भइरहेको छ।” जिल्लामा यसअघि ज्ञानबहादुर गोले अध्यक्ष रहेको आयोगमा प्राप्त निवेदनहरूमाथि अहिलेको आयोगले काम थालेको स्पष्ट पारे। त्यतिखेर गोले अध्यक्षताको आयोगको कार्यकालमा जिल्लामा आठ हजार दुई सय ८२ अव्यवस्थित बसोबासीले भोगचलनको आधारमा जग्गाधनी प्रमाणपत्र पाउन आवेदन गरेका थिए।

अर्को सहमती र आर्थिक अवस्था सुधार नभए सम्मको लागि हाललाई महोत्सव स्थगित: क्षेत्री

जलेश्वरटुडे समाचारबाट
महोत्तरी, १८ माघ

हाम्रो माया घरलाई महोत्सव लगाउन दिएको स्वीकृति बर्दिबास नगरपालिकाले तत्कालको लागि स्थगित गरेको छ।

संस्थाको घर निर्माणार्थ आर्थिक संकलन गर्ने उद्देश्यले स्थानिय सरकारले दिएको स्वीकृति उद्योग बाणिज्य संघका कारण विवादास्पद बनेपछि नगरपालिकामा

बोलाइएको सर्वपक्षिय बैठकमा नगरप्रमुख प्रल्हाद कुमार क्षेत्रीले अर्को सहमती र आर्थिक अवस्था सुधार नभए सम्मको लागि हाललाई महोत्सव स्थगित गरिएको जनाएका हुन्। सामाजिक एकतामा नै असर पर्ने सक्ने विषयलाई मध्यनजर गर्दै नगरप्रमुख क्षेत्रीले अर्को निर्णय नभएसम्म महोत्सव स्थगन गर्ने बताए। नगरप्रमुख क्षेत्रीले आगामी दिनमा

नगरपालिकाले महोत्सव सम्बन्धी कार्यविधि बनाउने र दीर्घकालीन रूपमा विवाद नआउने वातावरण सिर्जना गर्ने प्रतिवद्धता जनाए। महोत्सव आयोजना गर्न उद्योग बाणिज्य संघ बर्दिबासले लगाउनु पर्ने दावी गर्दै आईरहेको बेला नगरले हाम्रो माया घर नामक संस्थालाई सहमती दिएको थियो। यही विषयमा विवाद सिर्जना हुँदा महोत्सव नै सफल नहुने आशंका उत्पन्न भएको अवस्था देखिए पछि

थियो। घर निर्माणार्थ आर्थिक अभावमा समस्या भेलिरहेको हाम्रो माया घरलाई भने आधारभूत समस्या सावधानको लागि २० लाख दिने उनले प्रतिवद्धता जनाए।

विवादका बीच व्यापारिक एकतामा समेत समस्या सिर्जना बनिरहेको बेला नगरप्रमुख क्षेत्रीले उद्योग बाणिज्य संघका अध्यक्षले साभ्ना भुमिका खेल्न नसकेको आरोप लगाएका छन्। अध्यक्षको संयोजनमा अभाव सिर्जना भएको जिकिर गर्दै आधा दर्जन संघ, संस्थाले महोत्सवको लागि दावी गरेपछि विवाद सावधान गर्न उद्योग बाणिज्य संघ कै अध्यक्षलाई संयोजक बनाएको प्रमुख क्षेत्रीको भनाइ छ।

महोत्सवको विवाद दीर्घकालीन समाधानको लागि नगरप्रमुख क्षेत्रीले कानुन बनाउन सहयोग गर्न चेम्बर अफ कमर्स महोत्तरी र बर्दिबास उद्योग बाणिज्य संघलाई आग्रह समेत गरे।





उसले छाडेर गएको किताब

उसले एकदिन आएर मेरो हातमा एउटा किताब थमायो मुसुक्क हाँस्दै, पढ्नु है भनेर गयो ।

त्यो गुलाबी गाथा भएको किताब पहिलो पानामा लेखिएको थियो मेरी प्यारी उनीको सम्भनामा । किताबको पहिलो अंशमा थिए कविताहरु

सबै उसको प्यारी उनीको बारे लेखिएको । उनको चम्किलो मुहार, उनको मधुरो हासो,

उनको गाजलु आँखा र उनले गाउने भाकाहरुको बयानले भरिएको । किताबको दोस्रो अंशमा थिए निबन्धहरु

यी पनि सबै उनकै नामको । उनी खुसी हुँदा गर्ने हर्कतदेखि दुःखी हुँदा आँसु भाउँदै

खाना खाने बानीसम्म, रिसाउँदा आँखा तर्दै हेर्नेदेखि उनको मनपर्ने गीत आँउदाको उत्साहसम्म, सबैको व्याख्यात्मक टिप्पणीले भरिएको तेस्रो अंशमा समेटिएका थिए कथाहरु

यिनमा पनि थिए उनकै गाथाहरु तर कथाहरुमा भने पात्र थिए

दुई उनी र उ । जसमा कल्पना गरिएको थियो, रोमान्चक यात्राहरुको एक अर्काको साथ ।

किताबको अन्तिम पाना पल्टाउँदै गर्दा मनमा अनेक भावनाहरु खेल थाले, कति रमाइलो हुन्थ्यो

यदि उसले यो किताब उसको उनीलाई दिन सकेको भए । वा परिस्थिति बेग्लै हुन्थ्यो, मैले आफ्नो भावना उ समक्ष राख्न सकेको भए ।



-सजिरा श्रेष्ठ ।

महाकुम्भमा मधेशका करिब दुई दर्जन श्रद्धालु सम्पर्कविहीन



जलेश्वरटुडे समाचारवाता धनुषा, १८ माघ

भारतको उत्तर प्रदेश राज्यस्थित प्रयागराजमा लागेको महाकुम्भ मेलामा मधेश प्रदेशका करिब दुई दर्जन श्रद्धालु सम्पर्कविहीन छन् । गएको बुधवार मौनी अमावास्याको बिहान भएको भागदौडमा परेर हराएका हुन् ।

महाकुम्भ मेलामा हराउनेमा सबैभन्दा सप्तरी जिल्लाका छन् । सामाजिक संजालहरुमा पोष्ट गरिएको सूचना अनुसार सप्तरीबाट मेला भर्न गएका सात जना हराएका छन् । महाकुम्भ मेलामा गएको बुधवार बिहान भएको भागदौडमा

सप्तरीको तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका-१ की ६० वर्षीय सुनैनादेवी भा, वडा नं. ३ सकरपुराका ६५ वर्षीय बुलबुल खंग, ४८ वर्षीया सुशिला देवी साह र उनका छोरा प्रिन्स कुमार साह, बोदेबरसाइन नगरपालिकाका ६५ वर्षीया अनार देवी, मल्हनियाका ७८ वर्षीय गुलट साहु तेली, ७० वर्षीया सुकनी देवी तेली, राजविराज-१३ की धनोदेवी यादव सम्पर्कविहीन छन् ।

बुधवार बिहानदेखि महाकुम्भ मेला स्थलबाट हराइरहेको आफन्तले सामाजिक संजाल फेसबुकमा गरेको पोष्टमा उल्लेख छ । गंगा, यमुना र सरस्वतीको संगम स्थलमा मौनी अमावास्याको स्नानको

क्रममा बुधवार बिहान डेढ बजेतिर अचानक भएको भोगदौडमा जनकपुरका एक बालकसहित पाँच जना हराएका छन् । हराउनेमा जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका-८ का ४५ वर्षीय नवलकान्त मिश्र र उनका दुई वर्षीय छोरा कार्तिक मिश्र, जनकपुर-६ का चन्द्रदेव ठाकुर, वडा नम्बर नखुलेको जनकपुरकी मंजु देवी, जनकपुर-१३ की अन्दाजी ५६ वर्षीय कैलाशदेवी रैनियार रहेका छन् ।

हराइरहेका श्रद्धालुहरुको खोजीका लागि आफन्तले सामाजिक संजालमा तस्वीरसहित सम्पर्क नम्बरसमेत सार्वजनिक गरेका छन् । प्रयागराजमा लागिरेहेको महाकुम्भ स्नानका

क्रममा बुधवार बिहान भएको भागदौडमा पर्सा जिल्लाका तीन जना सम्पर्कविहीन भएका छन् । पर्साको जगरनाथपुर गाउँपालिका-३ विजवानिया निवासी ६५ वर्षीय रजु राउत अहिर र ६० वर्षीय उमाकान्त गिरी सम्पर्कविहीन भएका छन् । अहिरका नाति धनञ्जय यादव (मन्टू) का अनुसार, नौ जनाको समूह बनाएर प्रयागराजस्थित सङ्गम नदीमा नुहाउने उद्देश्यका साथ गएको टोलीमा रहेका अहिर र गिरी भागदौडका क्रममा हराएका हुन् ।

यस्तै पर्साको पोखरिया नगरपालिका-१ बनकटवा गाउँकी ४३ वर्षीय चन्दकिशोरी देवी गिरी पनि महाकुम्भ मेलामा बुधवार बिहानदेखि सम्पर्कविहीन भएको छ । भागदौडमा महोत्तरीको बर्दिबास-१० की केवलादेवी यादव, बाराको करैयामाई गाउँपालिकाकी ललवतिया देवी, सिरहाको कर्जन्हा नगरपालिकाकी रानीदेवी महतो पनि सम्पर्कविहीन भएकी छन् । प्रयागराजमा स्नान गर्न जाने क्रममा भएको भागदौडमा सम्पर्कविहीन भएका श्रद्धालुको खोजीका लागि उनीहरुका आफन्तले सामाजिक संजालमा तस्वीर र सम्पर्क नम्बर समेत सार्वजनिक गरेका छन् । तस्वीर र सम्पर्क नम्बर सार्वजनिक नभएका दर्जनौ श्रद्धालु सम्पर्कविहीन छन् । महाकुम्भ मेलामा हराएका व्यक्तिहरुको खोजी कार्य जारी रहेको भारतीय अधिकारीहरुले बताएका छन् । प्रत्येक १२ वर्षमा गंगा, यमुना र सरस्वतीको संगम स्थल प्रयागराजमा कुम्भ मेला लाग्ने गरेको छ । यसपाली १४४ वर्षपछि लागेको महाकुम्भ मेला गएको पुस २९ गतेदेखि प्रारम्भ भएको छ । महाकुम्भमा हालसम्म २७ करोड बढी श्रद्धालुले स्नान गरिसकेको भारतीय संचारमाध्यमहरुले जनाएको छ । महाकुम्भ मेलामा बुधवार बिहान डेढ बजेतिर मौनी अमावास्याको स्नानको तयारी भइरहेका बेला अचानक भएको भागदौडमा परेर ३० भन्दा बढीको मृत्यु भएको र ६० भन्दा बढी श्रद्धालु घाइते भएको भारतीय सञ्चारमाध्यमले जनाएका छन् ।

व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं

- घटना दर्ताको प्रमाण पत्रलाई कानुनी मान्यता प्राप्त भएकोले जुनसुकै अड्डा अदालतमा प्रमाणको रुपमा प्रस्तुत गर्न सकिने ।
- आमा बाबु उमेर आदिको वैधानिक प्रमाण हुने ।
- विद्यालयमा भर्ना हुन सजिलो पर्ने ।
- नागरिकताको प्रमाण पत्र लिन सजिलो पर्ने ।
- नाता कायम गर्न सजिलो पर्ने ।
- चल अचल सम्पत्ती नामसारी गर्न सजिलो पर्ने ।
- पती-पत्नीविच वैधानिक सम्बन्ध कायम हुने ।
- जीवन विमा, पेन्सन, उपदान र बैंकबाट रकम फिक्न सुविधा हुने ।
- विदेश जानको लागि भिासा प्राप्त गर्नमा सजिलो हुने ।
- राष्ट्रिय जनसंख्या नीति तर्जुमा गर्नमा मद्दत मिल्ने ।
- खाद्यान्न कार्यक्रम संचालन गर्न सहयोग मिल्ने ।
- आवासको व्यवस्था गर्न सजिलो हुने ।
- व्यक्तिगत घटना दर्ताका लागी सम्बन्धीत वडा कार्यालयमा सम्पर्क राखौं तथा घटना दर्ताको लागि आवश्यक कागजात एवं प्रकृयाहरु नागरिक वडा पत्रमा अध्ययन गरौं ।



रामगोपालपुर नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
महोत्तरी, मधेश प्रदेश नेपाल

तपाईंको टुडे

मेष: पढाईमा ध्यान दिनुपर्ने

वृष: विचार गरेर बोल्नुहोला

मिथून: पिछ्छेको साथी मिल्ने

कर्कट: अशुभ समाचार प्राप्त हुने

सिंह: खानपानमा समस्या आउने

कन्या: अनावश्यक चिन्ता

तुला: शुभ कार्यको शुरुवात

वृश्चिक: मित्रतामा फाटो आउने

धनु: लामो यात्राको योग छ

मकर: अनावश्यक खर्चको संभावना

कूम्भ: मनमा पछुतो आउने

मीन: आमदानी हुने

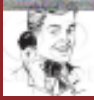
मधेश प्रदेशको गौरव

श्री सत्यनारायण भगवानको दर्शन गरौं,मनबाञ्छित फल पाऔं ।



आरती : बिहान : ९ र राति ८ बजे ठेगाना : शरन्चियाँ कुट्टि र कलवार कुट्टिको विचमा,पु.:९८२७८१४५८८

श्री देवअंशी लहेरी समाज, जनकपुरधाम-४,धनुषा



आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरु



जलेश्वर

नेपाल पत्रकार महासंघ महोत्तरी	५२०५१५
जलेश्वरअस्पताल एम्बुलेन्स	९७४४००२५२७
नेपाल रेडक्रस सोसाइटी एम्बुलेन्स	५२०१००,
सामुदायिक विकास परि.एम्बुलेन्स	५२१००५,
RCDSC एम्बुलेन्स	५२०२९८,
दसहारा एम्बुलेन्स	५२०६७७, ९८४४२६००००
वर्दिबास अस्पताल एम्बुलेन्स	५५००९०,
वर्दिबास सेवा समिति एम्बुलेन्स	५५०५८६,
रामगोपालपुर एम्बुलेन्स	६९०५९३
जिल्ला प्रहरी	५२०००९
विद्युत	५२०१६६
वारुण यन्त्र	५२००९७
जिल्ला प्रशासन	५२००५५

आवश्यक नम्बरहरुको लागि सम्पर्क गरौं १९७

जनकपुर

प्रहरी धनुषा	520099, 100
सुरक्षा गुल्म जनकपुर बैरेक	0186,526586
सशस्त्र प्रहरी मुजेलिया	527213, 527800
मुजेलिया प्रहरी चौकी	520750
ट्राफिक कार्यालय जिरोमाईल	520366
एम्बुलेन्स पब्लिक वेल फेयर	9854022474
एम्बुलेन्स रेडक्रस	102
एम्बुलेन्स (सरोज फाउन्डेसन)	522806
महावीर एम्बुलेन्स	525980
एम्बुलेन्स मेडिकल कलेज	526091
एम्बुलेन्स केयर मेडिकल सेन्टर	523864
बरुण यन्त्र जनपा	520011
जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय	526271
जनकपुर अंचल अस्पताल	520033
केयर मेडिकल सेन्टर	523864
धनुषा तथा अस्पताल तथा अनुसन्धान केन्द्र प्रालि.	525800
जानकी हेल्थ केयर एण्ड रिसर्च सेन्टर	525342

जलेश्वरनाथ मन्दिर पुजाआजा

बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे

बिहान पुजा आरती : ०५:३० बजे

बिहान ढोका बन्द : १२:०० बजे

दिउँसो ढोका खुल्ने समय : ०४:०० बजे

सन्ध्या पूजा आरती साँझ : ०६:३० बजे

राति ढोका बन्द हुने समय : १२ बजे

(हरेक हप्ताको मंगलबार र शनिवार मन्दिर प्राङ्गणमा दिउँसो भजन किर्तन सहित हनुमान आराधना)

जानकी मन्दिर पुजाआजा

बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे

बिहान पुजा आरती : ०७:३० बजे

बिहान ढोका बन्द : १२:०० बजे

अन्न क्षेत्र : नि:शुल्क भोजन

दिउँसो ढोका खुल्ने समय : ०४:०० बजे

सन्ध्या पूजा आरती साँझ : ०७:३० बजे

ट्रम्पले फेरि दिए ब्रिक्स देशहरूलाई चेतावनी ममता कुलकर्णीको इन्ट्रीपछि किन्नर अखाडामा 'महाभारत'

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
काठमाण्डौ, १८ माघ

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले ब्रिक्स देशहरूलाई अमेरिकी डलर बाहेक अन्य कुनै पनि मुद्रा अपनाएमा १०० प्रतिशत भन्सार शुल्क लगाउने चेतावनी दिएका छन्। ब्रिक्स देशहरूले अर्को मुद्रा अपनाए भने अमेरिकाले उनीहरूको साथ छोड्ने ट्रम्पले ट्वीट सोसलमा लेखेका छन्।

ट्रम्पले लेखेका छन्, 'ब्रिक्स देशहरू डलरबाट टाढा जान खोजिरहेका छन्। उभिएर हेर्दा, यो सकिनेको हामी देख्छौं। हामीलाई यी शत्रुतापूर्ण देशहरूबाट यो प्रतिवद्धता चाहिएको छ कि उनीहरूले न त नयाँ ब्रिक्स मुद्रा सिर्जना गर्नेछन्,

न त शक्तिशाली अमेरिकी डलर बाहेक अन्य कुनै मुद्रालाई समर्थन नै गर्नेछन्, अन्यथा उनीहरूले १०० भन्सार शुल्कको सामना गर्नुपर्नेछ।' अमेरिकी अर्थतन्त्रलाई नयाँ मुद्रा बेच्ने आशा नगर्न र अर्को मूर्ख देश खोज्न पनि उनले भनेका छन्। ब्रिक्सको मुद्राले अन्तर्राष्ट्रिय व्यापार वा अन्य कुनै पनि ठाउँमा अमेरिकी डलरलाई

प्रतिस्थापन गर्ने कुनै सम्भावना नभएको पनि उनले बताए। यसो गर्ने प्रयास गर्ने कुनै पनि देशले शुल्कलाई नमस्कार गर्नुपर्ने र अमेरिकालाई विदाइ गर्नुपर्ने ट्रम्पको भनाई छ। ट्रम्पले यसअघि पनि ब्राजिल, रूस, भारत, चीन र दक्षिण अफ्रिका समेतका यो समूहलाई यस्तो चेतावनी दिइसकेका छन्।

यस्तो छ आजका लागि विदेशी मुद्राको विनिमय दर

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
काठमाण्डौ, १८ माघ

नेपाल राष्ट्र बैंकले आजका लागि विदेशी मुद्राको विनिमय दर निर्धारण गरेको छ। राष्ट्र बैंकका अनुसार अमेरिकी डलर एकको खरिद १३८ रूपैयाँ ३१ पैसा र विक्रीदर १३८ रूपैयाँ ९१ पैसा कायम भएको छ। विहीबारको तुलनामा डलरको भाउ वृद्धि भएको छ।

युरोपियन युरो एकको खरिद १४३ रूपैयाँ ७६ पैसा र विक्रीदर १४४ रूपैयाँ ३८ पैसा, युके पाउन्ड स्टर्लिङ एकको खरिद १७१

रूपैयाँ ९३ पैसा र विक्रीदर १७२ रूपैयाँ ६८ पैसा, स्वीस फ्याङ्क एकको खरिद १५२ रूपैयाँ २१ पैसा र विक्रीदर १५२ रूपैयाँ ८७ पैसा कायम गरिएको छ। अष्ट्रेलियन डलर एकको खरिद ८६ रूपैयाँ १३ पैसा र विक्रीदर ८६ रूपैयाँ ५० पैसा, क्यानेडियन डलर एकको खरिद ९६ रूपैयाँ ४२ पैसा, सिङ्गापुर डलर एकको खरिद १०२ रूपैयाँ ३४ पैसा र विक्रीदर १०२ रूपैयाँ ७९ पैसा निर्धारण गरिएको छ। जापानी येन १० को खरिद आठ रूपैयाँ ९५ पैसा र विक्रीदर आठ रूपैयाँ ९९ पैसा,

चिनियाँ युआन एकको खरिद १९ रूपैयाँ ०७ पैसा र विक्रीदर १९ रूपैयाँ १६ पैसा, साउदी अरेबियन रियाल एकको खरिद ३६ रूपैयाँ ८७ पैसा र विक्रीदर ३७ रूपैयाँ ०३ पैसा, कतारी रियाल एकको खरिद ३७ रूपैयाँ ९४ पैसा र विक्रीदर ३८ रूपैयाँ १० पैसा कायम भएको छ।

केन्द्रीय बैंकका अनुसार थाई भाट एकको खरिद चार रूपैयाँ १० पैसा र विक्रीदर चार रूपैयाँ १२ पैसा, युएई दिराम एकको खरिद ३७ रूपैयाँ ६६ पैसा र विक्रीदर ३७ रूपैयाँ ८२ पैसा, मलेसियन रिङ्गेट एकको खरिद ३१ रूपैयाँ ४८ पैसा र विक्रीदर ३१ रूपैयाँ ६२ पैसा, साउथ कोरियन वन १०० को खरिद नौ रूपैयाँ ५९ पैसा र विक्रीदर नौ रूपैयाँ ६३ पैसा, स्वीडिस क्रोनर एकको खरिद १२ रूपैयाँ ५४ पैसा र विक्रीदर १२ रूपैयाँ ६० पैसा र डेनिस क्रोनर एकको खरिद १९ रूपैयाँ २७ पैसा र विक्रीदर १९ रूपैयाँ ३५ पैसा तोकिएको छ।

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
काठमाण्डौ, १८ माघ

बलिउड अभिनेत्री ममता कुलकर्णीलाई महामण्डलेश्वरको उपाधि दिएपछि विवाद बढ्दै गएको छ। अभिनेत्रीलाई यो उपाधि दिएको विषयमा ट्रान्सजेन्डर समुदायबाट विरोध सुरु भएको छ।

यस विषयमा किन्नर अखाडाका संस्थापक अजय दास र आचार्य महामण्डलेश्वर डा. लक्ष्मीनारायण त्रिपाठी आमनेसामने भएका छन्। अजय दासले त लक्ष्मीनारायण त्रिपाठीलाई आफ्नो पदबाट हटाउने पनि भनेका छन्। तर यसको विपरीत, लक्ष्मी नारायणको भनाइले नयाँ विवाद सिर्जना गरेको छ, जसमा उनले दास पदमा नभएको बताएका छन्। स्रोतका अनुसार शुक्रबार दिउँसो किन्नर अखाडाले ठूलो निर्णय लिन सकेछ। आचार्य महामण्डलेश्वरको पदबाट



लक्ष्मीनारायण त्रिपाठीलाई हटाउन अखाडा भित्र तयारी भइरहेको बताइएको छ। किन्नर अखाडाका सन्तहरूमाथि यस विषयमा छलफल तीव्र भएको छ।

किन्नर अखाडाका संस्थापक अजय दासले यस विषयमा ठूलो कारवाही गर्ने संकेत दिएका छन्। उनले आचार्य महामण्डलेश्वरको पदबाट लक्ष्मी नारायण त्रिपाठीलाई हटाउने दाबी गरेर यसको घोषणा गरिनेछ उनले बताए।

आजै दिउँसो गरिने बताए। उता, महामण्डलेश्वर डा. लक्ष्मी नारायण त्रिपाठीले न्युज १८ सँगको कुराकानीमा आफ्नो अडान स्पष्ट पारे। उनले किन्नर अखाडामा जे पनि निर्णय लिइनेछ, त्यो पूर्ण पारदर्शिताका साथ लिइने बताए। किन्नर अखाडाले आज दिउँसो ३ बजे यस सम्पूर्ण विवादबारे पत्रकार सम्मेलन गर्नेछ, जसमा एउटा महत्त्वपूर्ण घोषणा गरिनेछ उनले बताए।

जनकपुर नाइट्सले नेपाल कबड्डी लिग (एनकेएल) को उपाधि जिते

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
काठमाण्डौ, १८ माघ

जनकपुर नाइट्सले अपराजित रहँदै नेपाल कबड्डी लिग (एनकेएल) को उपाधि जितेको छ।

त्रिपुरेश्वरस्थित दशरथ रंगशाला कभर्ड हलमा शुक्रबार भएको रोमाञ्चक तथा प्रतिस्पर्धात्मक फाइनलमा जनकपुरले काठमान्डु माभरिक्सलाई ४५-४१ अन्तरले हरिाउँदै पहिलो च्याम्पियन बनेको हो। च्याम्पियन बन्ने क्रममा जनकपुरले कुनै खेल गुमाएन।

लिग चरणमा ५ मध्ये ४ खेल जितेको जनकपुरले एक १ बराबरी खेलेको थियो। त्यसपछि क्वालिफायर वानमा विराटनगर ब्यान्डिट्स र फाइनलमा काठमान्डुलाई हराउँदै ७ खेलमै जनकपुर अपराजित रह्यो।

फाइनलमा जनकपुरले पहिलो हाफमा



२५-१९ को अग्रता बनाएको थियो। दोस्रो हाफ निकै प्रतिस्पर्धात्मक बन्यो। सुरुमा जनकपुर अघि रहेपनि काठमान्डुले पुनरागमन गर्दै ३४-३४ को बराबरी गर्दै अग्रता समेत लिएको थियो।

तर अन्तिममा काठमान्डु सम्हालिन सकेन भने जनकपुरले आफ्नो लयलाई

कायम राख्यो। दोस्रो हाफमा काठमान्डुले २२-२० को अग्रता बनाएपनि जनकपुरलाई जित बाट रोक्न सकेन।

च्याम्पियन जनकपुरले नगद ५ लाख र आकर्षक ट्रफी हात पार्‍यो। उपविजेता काठमान्डुले २ लाखमै चित्त बुझायो।

जाडोमा लिनुपर्ने सावधानीहरू

पानी प्रशस्त पिउने

शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त भएमा चिसोले गर्दा रगत बाक्लो हुने जोखिम कम हुन्छ।

Warm Up गर्ने

शारीरिक व्यायाम सुरु गर्नु भन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने अनि व्यायाम सुरु गर्ने।

हिडाङ्को गति कम गर्ने

चिसोमा गुठ्मा जोखिम घटाउन हिडाङ्को रिपड कम गरेर हिडाङ्को अर्धो बढाउनु सुरक्षित उपाय हुन्छ।

मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने

जडो महिनामा गुठ्मा हुने असरलाई मदिरा तथा घुमपानले कम बढ्ने हुनाले यसको प्रयोग कम्नु राम्रो हुन्छ।

चिसो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन।

सुगर प्रेसर, कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण

जाडो महिनामा प्रेसर सुगर र कोलेस्ट्रॉलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्न जरुरी छ।

घेरै चिल्लो खानेकुरा नखाने

जाडोमा कोलेस्ट्रॉल बढ्ने हुनाले घेरै चिल्लो फ्रिज, पाटी, गोजको बेलुना सतर्क हुनुपर्दछ।

चिसोमा हिडदा छाती दुख्नु

गुठ् रोगको प्रमुख लक्षण ब्लनफ्लब चिसोमा बढी देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरुरी हुन्छ।

औषधिको नियमित प्रयोग

गुठ् रोग, प्रेसर, सुगर, कोलेस्ट्रॉल आदिको औषधि नदुटाईकन नियमित खानु पर्छ।

व्यायामको बेलामा चिसोबाट सुरक्षा

यसको लागि पर्याप्त लुगा लगाएर विशेष गरेर टाउको, कान, हात छोपेर हिड्नु पर्छ।

मंगहा नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
महोत्तरी, मधेश प्रदेश नेपाल

जनहितमा जारी सूचना

डेगी रोग डेगी भाइरसबाट संक्रमित एडिजि जातको लामखुट्टेको टोकाईबाट मात्र सर्दछ।

थोरै मात्र पानी जम्मा भएको भीडमा पनि यो लामखुट्टेले फुल पाउँछ र यसको वृद्धि विकास हुन्छ।

डेगीका मुख्य लक्षणहरू

उच्च ज्वरो आउनु

जोर्नी र मांशपेशीहरू बेस्सरी दुख्नु

आँखाको गढी दुख्नु

बेस्सरी टाउको दुख्नु

शरीरमा रातो निमिराहरू आउनु

चाक्काकी लाग्नु वा चान्ता हुनु

डेगीका लक्षणहरू देखिएमा के गर्ने ?

स्वास्थ्य संस्थामा गई चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिने।

घरमै बेस्तर उपचार गर्ने सल्लाह दिएमा ज्वरो घटाउनका लागि र जीउ दुखेको कम गर्नको लागि प्यारासिटामोल बाहेक बुफिन र एस्थिन जस्ता अन्य औषधीको सेवन नगर्ने।

अस्पताल भर्ना हुन सल्लाह दिएमा तुरुन्त भर्ना हुने।

(*चिकित्सकको सल्लाह नलिईकन कुनै पनि औषधी सेवन नगर्ने)

लामखुट्टेले फुल पार्न सक्ने संभावित घर भित्र र वरपरका पानी जमेको ठाउँहरू र पानी राख्ने भाडाहरू खोजी खोजी सफा गरी र लामखुट्टेको फुल नष्ट गरी।

सम्सी गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
महोत्तरी, मधेश प्रदेश नेपाल

श्रीपञ्चमीके महिमा भेल वसन्तऋतुके आगमण



-डा.उदयकुमार यादव

तर्फ यहिके वासते कमाएलधन वा बुवापुर्खाद्वारा हस्तान्तरित धन सम्पत्ति सभक दुरुपयोग नहि कयके वरु हमेसा हमेसा एकर सदुपयोग करयके भी(सेहो) विद्याहीसिखावयमेसफल होय हय ।

-विभिन्न वेद पुराण तथा धर्म शास्त्रके निचोड तथा निष्कर्षमे एहि प्रमाणित कयल गेल हय कि, विद्या धनम् सर्व प्रधानम् अर्थात् ई सास्वत तथ्यकेहम सब गहिरा रुपमेनै लयके आजुक भौतिक सुख संभोगके पछाडि कस्तुरी मृग जेना जतरो पतरो बैवायलफिर रहल हय । उपरोक्त सुत्रात्मक कथनके हमअहां सब केवल सतही रुपमा लयके आजुक आधुनिक मानव केवल भौतिक भोग और विलासिताके खोजिमा तवाह भएके यकरा परिणाम स्वरुप तनावपूर्ण जिवनही वितारहल हय । वास्तवमे यदि कहलजाय अगरतय विद्या से बैठके सर्वश्रेष्ठ धन कि होयता त?विद्याके कारणही एकतर्फ नभएल धन गरिब तथा निमुखासबआवश्यक रुपमेआर्जन कयकेसफहोयब सकै हि तए दोसर

आजुक जमाना अर्थात् आईकायलके जमानामेआखिर केवल भौतिक धन सम्पत्तिसे मानव जते भी भोग और विलासिता जिवनके पछाडि बौवयला तौउपर भी उ संतुष्टिजनक जिवन कोनोभी हालतमे लेकिन निर्वाह नै कय पाइराहलहयकैलाकी यहि भोग तथा विलासितासेओकरा सबके और ज्यादा महत्वकांक्षी बनायके और असंतुष्टीके असिमित तृष्णा र मोह बढायके अत्यन्तै दुःखी लेकिन बनाईके राखैहय । ताहि कारण वा तायकेलेल केवल विद्या नै अयसने सर्वश्रेष्ठ धन हय जे हामरा सबके आत्मसंतुष्टीके जिवन प्रदान कयल करैहय आऊ यहिसे हामरासबके संतोषम् परम् सुखम् कहयवाला तत्वके बोध सेहो कराकय अनमोल ज्ञान सेहो प्रदान कयल करय हय । आजुक आधुनि



प्राविधिक तथा यान्त्रिक जवानामे सुचना प्रविधीसेही मानुस लोकनी राजपर राज जरूरकयरहल हय । ऐसन अवस्थामेसेहो यदि हामरा अहांसंग भएलनभएल धन सम्पत्तिकेमुदा सञ्चित कयके वा सदुपयोग करय खातिर खास

सिपकै आवश्यकता परैहय कि नै परय हय ?जे कि विद्यासेहीहमरा

अहांसबके मिलल करय हयवा विद्याही ई अनमोल सिप प्रदान करैय हय । सिपवीनाके जिवन तथा उद्यमवीनाके जिवन अखैनके समयमे बहुतकठीने भएलहय ।

अर्थात् विद्या ददाति विनयम् भनाईके मतलब हमर अहांके जिवनके अभिन्न सम्पत्ति विनम्र स्वभाव तथा व्यावहार होईत हय जकरामुदा सद्व्यावहार सेहोकहल जायहय । अयसन सत्य व्यावहार हामअहां कहांसे सिखैछीं त? नैतिक शिक्षा र शिक्षणसेही जोन नैतिक शिक्षा वा नैतिक ज्ञान हामरा अहांके केवल विद्या आर्जन कयलाके वादही प्राप्त होयत हय ।

“धन भन्दा विद्या ठुलो ” नेपाली भाषामे सेहो बुझ्नु जे कैला कहलगेल् हय त ? अर्थात् वास्तवमे धनसे भी भारी चिज एगो हय उ केवल विद्या हय । कारणकी धन सम्पत्ति चोरी भय सकैय हय, धनके भाई भतिजाभी बांटिलैहय मुदा विद्या अयसन सम्पत्ति हय ताहिके नकोई लुईट सकय हय या नकोई फाईट सकय हय, जेनाकी अहुसे अनमोल ज्ञान हमरा अहांके अनमोल ज्ञान

जेनाकी “सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः सर्वे धनधानी पश्यन्तु माकशवीद दुःख भागजनः” केवल विद्याही अईसन अमूल्य खजाना हय जे सिखावय हय, जकर मतलब होईत हय : जे सब प्राणी चराचर जगत सुखी रहे, सब भरभलादमीके कल्याण होऊथ, और सब जज्जनमे दयामया जयसन करुणाके भाव उत्पन्न होऊथ ताकी दुःख ककरो नहि होऊथ ।

अतः शरद् ऋतु अर्थात् कष्टमय ठंढी हवापानीके विदा भरहल हय आ वसन्त ऋतुके आगमन, एहि माघ २९ गतेके दिन शुक्ल वच्चमी तिथी परला उपर श्री पञ्चमी पर्व सेहो शुभारम्भ भय रहलहय । एहि शुभ अवसरके छात्रछात्रा सबके सालभैर ईन्तजार रहल करैहय । उ सब आजुक दिनमे माता शारदाके बहुत तनमन पवित्रकयके निष्ठा तथा विधि विधान पूर्वक पुजापाठ सेहो करैय हय । विभिन्न नाचगान तथा तमासा आयोजन कयके बहुत धुमधाम संग मनोरञ्जन करैय हय । वसंतऋतु सदावहार मौसमके स्वागतम् स्वागतम् स्वागतम् ।

“असतोमा सदगमयः तमसोमा ज्योतिर्गमयः मृत्युमा अमृतमगमयः”

अर्थात् विद्याके देवी हमरा अहांके सन्तानके ज्ञानक ज्योति जगाकय, ओकरा सबके मुठा संसारसे सत्यके ओर लय चलौथ तहिना अन्धारसे ईजोर तरफ अथवा प्रकाश तरफ लजैथुन, आ मृत्युलोकसे अमरत्व तरफ प्रस्थान करवथुनसे कामना मातासे करबध प्रथना सहित मंगलमय कामना सेहो कय रहली हय । आशा हय जे ई लेखके अक्षरसः पालना कयके गरुजी सब आईकाईलके उच्छृंखल बालबालिकाके गलत संस्कृति, अश्लील पहिरण आ विकृतिसे जरूर सावधान करवथिन ॥

पत्रिका/पेपर

कम्प्यूटराईज गराउन सम्भन्नुहोस।



सम्पर्क :- **दिलीप कुमार साह :-**

मो.नं.-९८४४०५१४८७, ९७०९०५७०६९ (जनकपुरधाम)

एकटोटी सेवाको मौका अवश्य दिनुहोला

जाडोमा लिनुपर्ने सावधानीहरू

पानी प्रशस्त पिउने शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त भएमा चिसोले गर्दा रगत बाक्लो हुने जोखिम कम हुन्छ ।	Warm Up गर्ने शारीरिक व्यायाम सुरु गर्नु भन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने अनि व्यायाम सुरु गर्ने ।
हिडाइको गति कम गर्ने चिसोमा नुट्टामा जोखिम घटाउन हिडाइको रिपड कम गरेर हिडाइको अग्लि बढाउनु सुरक्षित उपाय हुन्छ ।	मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने जाडो महिनामा नुट्टामा हुने असरलाई मदिरा तथा घुमपाक्ले गर्न बढाउने हुनाले यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।
चिसो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।	सुगर प्रेसर कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण जाडो महिनामा प्रेसर सुगर र कोलेस्ट्रॉलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्न जरुरी छ ।
घेरे विल्लो खानेकुरा नखाने जाडोमा कोलेस्ट्रॉल बढ्ने हुनाले घेरे विल्लो, फ्राई, पार्टी गोजको बेलामा सतर्क हुनुपर्दछ ।	चिसोमा हिडदा छाती दुख्नु नुट्टा रोप्नको प्रमुख लक्षण ब्लनफ्लव चिसोमा बढी देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरुरी हुन्छ ।
औषधिको नियमित प्रयोग नुट्टा, प्रेसर, सुगर, कोलेस्ट्रॉल आदिको औषधि नदुटाईकन नियमित खानु पर्छ ।	व्यायामको बेलामा चिसोबाट सुरक्षा यसको लागि पर्याप्त लुगा लगाएर विशेष गरेर टाउको, कान, हात छोपेर हिड्नु पर्छ ।

मिथिला बिहारी नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
धनुषा, मधेश प्रदेश नेपाल

यहाँ व्यूटी पार्लर सम्बन्धी सम्पूर्ण काम गरिनुको साथै व्यूटी पार्लर, मेहँदी डिजाइनर, मेहँदी सम्बन्धी तालिम समेत दिइन्छ । यहाँ आधुनिक किसिमले दुल्हन सजाउने काम समेत गरिन्छ ।

कामिनी व्यूटी पार्लर, जलेश्वर महोदरी

जाडोमा लिनुपर्ने सावधानीहरू

पानी प्रशस्त पिउने शरीरमा पानीको मात्रा प्रशस्त भएमा चिसोले गर्दा रगत बाक्लो हुने जोखिम कम हुन्छ ।	Warm Up गर्ने शारीरिक व्यायाम सुरु गर्नु भन्दा अघि शरीरलाई सक्रिय बनाउने अनि व्यायाम सुरु गर्ने ।
हिडाइको गति कम गर्ने चिसोमा नुट्टामा जोखिम घटाउन हिडाइको रिपड कम गरेर हिडाइको अग्लि बढाउनु सुरक्षित उपाय हुन्छ ।	मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने जाडो महिनामा नुट्टामा हुने असरलाई मदिरा तथा घुमपाक्ले गर्न बढाउने हुनाले यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।
चिसो हावा र पानी परेको बेलामा बाहिर व्यायाम गर्न निस्कनु हुँदैन ।	सुगर प्रेसर कोलेस्ट्रॉलको राम्रो नियन्त्रण जाडो महिनामा प्रेसर सुगर र कोलेस्ट्रॉलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्न जरुरी छ ।
घेरे विल्लो खानेकुरा नखाने जाडोमा कोलेस्ट्रॉल बढ्ने हुनाले घेरे विल्लो, फ्राई, पार्टी गोजको बेलामा सतर्क हुनुपर्दछ ।	चिसोमा हिडदा छाती दुख्नु नुट्टा रोप्नको प्रमुख लक्षण ब्लनफ्लव चिसोमा बढी देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरुरी हुन्छ ।
औषधिको नियमित प्रयोग नुट्टा, प्रेसर, सुगर, कोलेस्ट्रॉल आदिको औषधि नदुटाईकन नियमित खानु पर्छ ।	व्यायामको बेलामा चिसोबाट सुरक्षा यसको लागि पर्याप्त लुगा लगाएर विशेष गरेर टाउको, कान, हात छोपेर हिड्नु पर्छ ।

स्वास्थ्य निर्देशनालय

सपही
धनुषा, मधेश प्रदेश नेपाल

प्रकाशक तथा सम्पादक : पवन कुमार साह, सह-सम्पादक : सोनी साह, मुद्रक : राजर्षि जनक अफसेट प्रिन्टर्स जनकपुरधाम

प्र.कार्यालय : जलेश्वर -४, सुगा भवानीपट्टि, सम्पर्क कार्यालय : जनकपुरधाम-४ (मुरलीचौक), विज्ञापनको लागि सम्पर्क : ९८४४०२७९७१/९८२४८७७६२७

Email: jaleshwortoday@gmail.com, web: www.jaleshwortoday.com, www.facebook.com/JaleshworToday, twitter.com/JaleshworToday