जहाँ छ मेरो जन्मभूमि त्यहाँ शान्त शीतल जलमग्नमा छन् भक्तवत्सल महेश्वर । म जन्मिए हुर्किएँ यस्तो पावन पुण्यभूमिमा नाम हो यसको जलेश्वर ।।-कवि पवेन्द्र मानश्रेष्ठ

समाज, विकास, लोकतन्त्र र विधिको शासन प्रति समर्पित राष्ट्रिय दैनिक

जि.प्र.का. महोत्तरी द.नं. ४३/०७०/७१
जि. महोत्तरी हु.द.नं. ४/०८०/८१

सबै क्षेत्रको प्रबर्द्धनको गुरु

www.jaleshwortoday.com

जलेश्वर टुडे

Jaleshwor Today National Daily

एक कदम अगाडि

सूचना

जनकपुरधाममा घरभन्दा पनि राम्रो खाना सहितको कक्षा ८ सम्मको व्यवस्थित होस्टेलको लागि

सम्पर्क

९८१५८३०६०१

बर्ष १२ • अंक ७२ • २०८१ पौष १९ गते शुक्रवार • 3 Jan. 2025 • पृष्ठ ४ • मुल्य रु.५/-

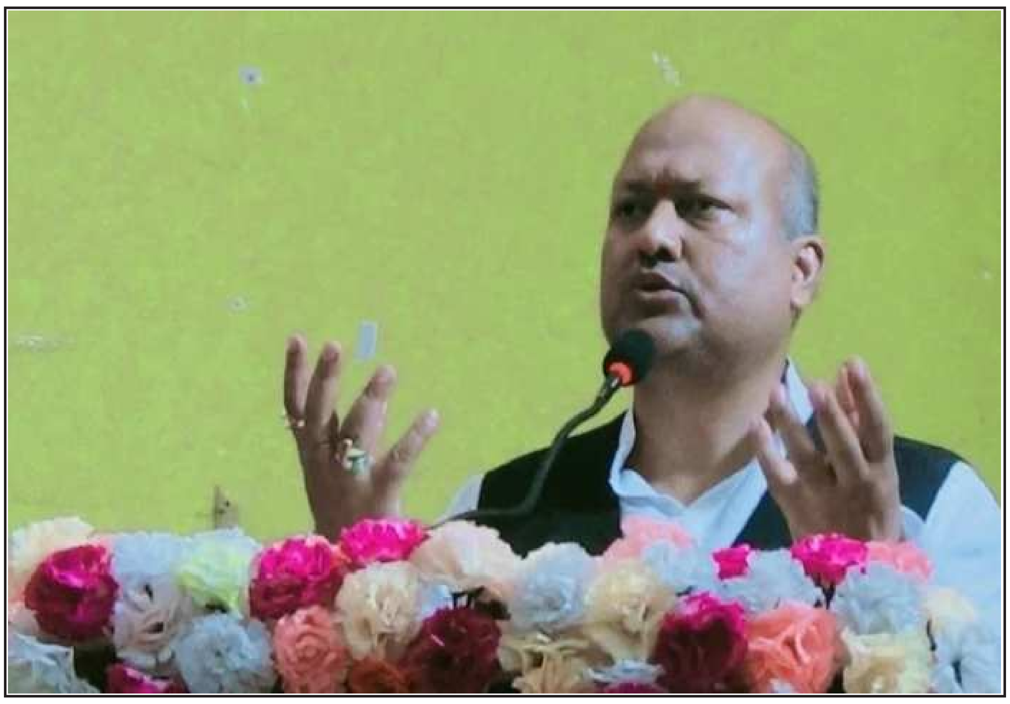
मधेश प्रदेश सरकारले उच्च शिक्षामा महिलाको पहुँच बढाउन छात्रवृत्ति योजना अघि बढाए

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
धनुषा, १८ पौष

मधेश प्रदेश सरकारले उच्च शिक्षामा महिलाको पहुँच बढाउन छात्रवृत्ति योजना अघि बढाएको छ। प्रदेशका अति विपन्न तथा सीमान्तकृत समुदायका छोरीलाई उच्च शिक्षामा जोड्न प्रदेश सरकारले छात्रवृत्ति योजना अघि बढाएको हो। यो छात्रवृत्तिमा मधेशका दलित, मुस्लिम, विपन्न र जेहेन्दार छात्राले अवसर पाउने मधेश प्रदेशको शिक्षा निर्देशनालयले जनाएको छ।

प्रदेशका मुख्यमन्त्री सतिशकुमार सिंहले सीमान्तकृत तथा विपन्न परिवारका छोरी र जेहेन्दार छात्रालाई उच्च शिक्षामा सहुलियत पुऱ्याउन छोरी छात्रवृत्ति योजना बढाइएको बताए। मन्त्रिपरिषद्बाट निर्णय भई अघि बढेको यससम्बन्धी प्रक्रिया अब प्रदेश शिक्षा निर्देशनालयले अघि बढाउने उनले स्पष्ट पारे। यो अवसर प्रदेशका आठवटै जिल्लाका चार समूहमा विभाजन गरिएका छात्राले पाउनेछन्। यी चार समूहमा दलित, मुस्लिम, विपन्न र जेहेन्दार छात्रा पर्नेछन्।

यो छात्रवृतिका लागि पर्याप्त आवेदन प्राप्त भएका र अब तिनको छनौट चरण सुरु भएको प्रदेश शिक्षा निर्देशनालयका निमित्त प्रमुख ठूलोबाबु दाहालले जानकारी दिए। निर्देशनालयले गत मङ्सिरमै यससम्बन्धी सूचना गरेर आवेदन आह्वान गरेको थियो। छात्रवृत्तिका लागि एक हजार ७१ आवेदन प्राप्त भएका निर्देशनालयले जनाएको छ। "तोकिएका चारै समूहमा आवेदन परेका छन्, मुख्यमन्त्रीज्यूको निर्देशानुसार अब प्रदेशका आठवटै जिल्लाले बराबरीजस्तो पाउनेगरी



अन्तिम छनौटको काम गरिँदैछ," निर्देशनालयका निमित्त प्रमुख दाहाल भन्छन्, "जिल्लागत रूपमा लाभग्राही छुट्याइँदा जनसङ्ख्याको अनुपात र मापदण्डले प्राथमिकतामा पर्ने छात्राबारे विचार पुर्याइने छ।" उच्चशिक्षा पढ्न यसपालि प्रदेशका तोकिएका चार समूहभित्रका ६ सय छात्राले यो अवसर प्राप्त गर्ने उनले स्पष्ट पारे। यो छात्रवृत्तिमा साधारण र प्राविधिक धारतर्फ गरी शैक्षिक शुल्कबापतको रु २५ हजार र रु ३५ हजार दिने व्यवस्था गरिएको छ। प्राविधिक धारतर्फ रु ३५ हजार र साधारण (मानविकी, वाणिज्य, शिक्षासहितका सङ्काय) का लागि रु २५ हजार वार्षिक दिइनेछ। यो रकम छनौट भइसकेपछि सम्बद्ध छात्राकै बैङ्क खातामा जम्मा गरिने प्रमुख दाहालले बताए। मधेश प्रदेशमा जन्मिएर यस प्रदेशकै स्थायी ठेगाना भएका समूह विभाजनभित्रका छात्रा छात्रवृत्तिमा छानिने स्पष्ट मापदण्ड छ। यद्यपि पठनपाठन भने मुलुकभित्रका कुनै पनि जिल्लाका सामुदायिक सार्वजनिक शिक्षण संस्थामा गरेका हुनसक्ने व्यवस्था रहेको छ। प्रदेश सरकारले यस शीर्षकमा चालु आर्थिक वर्षमा रु एक करोड ५० लाख विनियोजन गरेको छ। यस कार्यक्रमबाट आर्थिक अभावकै कारण पढ्न नसक्ने अवस्था अन्त्य हुने प्रदेश सरकारमा शिक्षा तथा संस्कृतिमन्त्री रानी शर्मा तिवारीको विश्वास छ।

१७ सदस्यीय केन्द्रीय नयाँ पदाधिकारी चयन

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, १८ पौष

जनता समाजवादी पार्टी नेपालको उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति विभागले १७ सदस्यीय केन्द्रीय नयाँ पदाधिकारी चयन गरेको छ। पार्टी केन्द्रीय सदस्य लक्ष्मण गुरुङ विभागको प्रमुखमा मनोनीत भएका छन् भने उपप्रमुखमा धमेन्द्रकुमार साह र सचिवमा चिन्तन बज्राचार्य छनोट भएका छन्।

बिहीबार पार्टी कार्यालय बालकुमारीमा केन्द्रीय सचिव शैलेन्द्र साहको अध्यक्षता र महासचिव रामकुमार शर्माको विशेष उपस्थिति तथा केन्द्रीय सदस्य प्रमोद साह र तारा विश्वकर्मा लगायतको उपस्थितिमा बसेको बैठकले विभागको पदाधिकारी र सदस्य चयन प्रक्रिया टुङ्ग्याएको छ।

विभागको बैठकले पार्टी निकट उद्योगी व्यवसायीहरूको राष्ट्रिय भेला आगामी फाल्गुनभित्र आयोजना गर्ने निर्णय गरेको छ। यसैगरी, कृषि, उद्योग, जलश्रोत, ऊर्जा, शिक्षा, स्वास्थ्य लगायतका क्षेत्रमा आन्तरिक तथा बाह्य लगानी मैत्री वातावरण तयार गर्न अध्ययन, अनुसन्धान, छलफल, गोष्ठी, अन्तरक्रिया गर्नुका साथै उद्योग, वाणिज्य र व्यापार सम्बन्धी राष्ट्रिय नीति तर्जुमा गर्ने विभागले निर्णय गरेको जानकारी सो पार्टीको सचिवालयले दिएको छ।

उत्खनन् रोक्न घटनास्थल पुगेका वन गस्तिमाथि आक्रमण

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
महोत्तरी, १८ पौष

गौशाला नगरपालिका १० स्थित मडाहा खोलामा भइरहेको अवैध उत्खनन् रोक्न घटनास्थल पुगेका वन गस्तिमाथि आक्रमण भएको छ। डिभिजन वन अधिकृत अजयकुमार मिश्रले गुण्डा समुहको आक्रमणबाट सशस्त्र वन रक्षक विदुर अधिकारी घाइते भएको जनाउनुभयो।

नियमित गस्तिका क्रममा आज बिहान ४ बजेतिर घटनास्थल पुगको वन कर्मचारीले मडाहा खोला तथा तटवर्ती क्षेत्रमा अवैधरुपमा उत्खनन् भइरहेको देखेपछि एउटा स्काभेटर र ५ वटा ट्रिप्पर नियन्त्रणमा लिएका थिए। गस्ति कमान्डर एवम् सब डिभिजन वन कार्यालय माईस्थानका वन अधिकृत सिकिन्दर चौधरीका अनुसार गाडीहरू नियन्त्रणमा लिएपछि त्यसका चालकहरू भागेर खोला पश्चिमतर्फ रहेको जय माँ जालपा ढुङ्गा गिट्टी बालुवा वासिङ सेन्टरबाट पुगेका थिए। त्यहाँबाट लगत्तै १५-१६ वटा मोटरसाइकलमा आएका समूहले वन कर्मचारीमाथि गाली गलौज र हुलहुज्जत गरेको उहाँले बताउनुभयो। चौधरीले भन्नुभयो, "अरू चालकहरू भागे पनि हामीले ५ थान गाडी र एक जना टिप्पर चालकलाई नियन्त्रणमा लिएका थियौं। समूहले बल प्रयोग गरेर ती चालकसहित सबै गाडी थुतेर लगेको थियो। प्रतिकार गर्दा सशस्त्र वन रक्षक विदुर अधिकारी घाइते हुनुभएको हो।" घटनाका तत्कालै जानकारी गराउँदा पनि करिब २ किमि दुरीमा रहेको इलाका प्रहरी कार्यालयबाट धेरै अबेर ३ जना प्रहरी घटनास्थल पुगेका थिए। त्यतिबेलासम्म घटना घटिसकेको चौधरीले जनाउनुभयो।

एक त जाडोको रात उसमाथि हुस्सु लागेकोले हुल्याहा समूह कसैलाई पहिचान गर्न नसकेको उहाँले बताउनुभयो। तथापि रातको बिचमा वन गस्तिले उत्खननमा संलग्न गाडीहरूको फोटो खिचेको छ। त्यसमध्ये ४ वटा गाडीको नम्बर कैद भएको उहाँले जनाउनुभयो। फोटोको आधारमा वा. ३ क. ११११६ नं.को स्काभेटर तथा प्र. २-०३-००१ क. ०५९२, प्र. २-०३-००१ क. ०३९२ र प्र. २-०३-००१ क. ०५८२ नंको गाडीमाथि कारबाही गर्न लागेको उहाँले बताउनुभयो। चौधरीले भन्नुभयो, "घटनाको प्रतिवेदन तयार हुँदैछ। त्यसपछि कारबाही प्रक्रियामा जान्छौं।"

विद्यार्थी सङ्गठनको औचित्य

समाज परिवर्तनशील छ । समय सापेक्ष यसको संवाहक राजनीति पनि परिवर्तनशील हुनु जरुरी छ । समाज सापेक्षित चल्न नसक्ने संस्थाको समयले अयोग्य साबित गर्छ । व्यवस्था परिवर्तन शैक्षिक सुधार जनजीविकाको प्रश्न उठाउने सवालमा केन्द्रमै रहेर चेतना प्रवाह गर्ने संस्थाका रूपमा विद्यार्थी सङ्गठनको अत्यन्तै गौरवपूर्ण इतिहास छ । यसबाट परीक्षण भई बनेका विद्यार्थी नेताहरू आज देशको निर्णायक तहमा पुगेका छन्, त्यसमा कुनै दुविधा मान्नु पर्दैन । विगतमा राजनीतिक चेतना प्रवाह गर्न यस्ता सङ्गठनले आफूलाई समयसापेक्ष परिवर्तन गर्न सकेका छन त ?

जटिल प्रश्नका रूपमा खडा भएको छ । त्यसै कारण आज यस्ता संस्थाको औचित्यमाथि प्रश्न उठ्नु अन्यथा मान्नुपर्ने कुरा छैन मत भिन्नता र विचारमा विविधता लोकतन्त्रको चरित्र नै हो । विद्यार्थी सङ्गठनको औचित्यको प्रश्न कति सान्दर्भिक कति असान्दर्भिक यो यसको चरित्रबाट पुष्टि हुने कुरा हो । विगतमा व्यवस्था परिवर्तन शैक्षिक सुधार राजनीतिक चेतना प्रवाहमा विद्यार्थी सङ्गठनले अहम् भूमिका खेल्यो भन्ने कुरामा सङ्कोच मान्नुपर्ने कारण छैन । यद्यपि अहिलेको लोकतान्त्रिक समाजमा विद्यार्थी सङ्गठनको भूमिकाको आयाम बदलिएका छन् ।

विगतमा जस्तो अहिलेको राज्य व्यवस्थाले दमनकारी मार्ग अपनाएको छैन त्यसैले विद्यार्थी सङ्गठनको कार्यगत स्वरूपमा परिवर्तन ल्याउनु आवश्यक छ । विगतमा भएको इतिहासलाई कायम राख्नु आफैंमा एउटा चुनौतीपूर्ण विषय हो । यसभित्र व्याप्त कमीकमजोरीलाई सच्याउँदै लैजानु पर्छ । राज्यको बृहत् हितका निम्ति यसको औचित्य पुष्टि गर्नु पर्छ । लोकतन्त्रमा सङ्घ संस्था खोलिनु पर्छ, यसको सुन्दर पक्ष यही हो । हालसम्मका स्थापित सङ्घ सङ्गठनलाई जोगाइराख्नु लोकतन्त्रको सबैभन्दा प्रबल पक्ष हो भन्ने कुरालाई सङ्कुचित राख्नु हुँदैन ।

मोतियाविन्दुको शल्यक्रिया गरेर फेरि आँखाको ज्योति फर्किदा खुसी

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
पर्सा, १८ पौष

पर्साको पर्सागढी नगरपालिका-४ की ५९ वर्षीया राधिका देवीले आर्थिक अवस्था कमजोर भएकाले एक दशकदेखि मोतियाविन्दुको शल्यक्रिया गर्न सकिरहेकी थिइनन् । बिहान-साँझ छाक टार्न धौधौ भएकाले सुविधासम्पन्न अस्पतालमा गएर आँखाको उपचार गर्ने सपना साकार हुन सकिरहेको थिएन । "पैसाकै अभावको कारण वर्षौंदेखि आँखाको शल्यक्रिया गर्न सकिरहेकी थिइन्," उनले भने,"आफ्नै घरदैलोमा पैसा नतिरिकनै आँखाको शल्यक्रिया गर्न पाउँदा त खुसीको कुनै सीमा छैन ।"

आँखाको शल्यक्रिया गर्नुअघिसम्म नाति-नातिनाको सहारा लिएर हिँड्नुपर्ने अवस्था पुगेको स्मरण गरिन् ।"आँखा शल्यक्रिया गर्नु अघिसम्म त घरका सानातिना काम गर्न पनि धेरै गाहे हुने गर्थ्यो," उनले भने,"घर वरिपरि आउजाउ गर्न पनि कसैको सहारा लिनुपर्ने हुन्थ्यो । अब त कसैको सहाराबिनै ठमठमती हिँड्नसक्ने भएकी छु ।" उनी मात्रै होइन पर्सागढी नगरपालिका-७ टिकुलियाका ६२ वर्षीया रामचन्दर साहलाई पनि मोतियाविन्दुको शल्यक्रिया गर्नका लागि उनका ज्वाइँ नारायण साह तेलीले पुसको १३ गते पर्सागढी नगरपालिका-४ बर्वाछटैलीस्थित नेपाल राष्ट्रिय आधारभूत माध्यामिक विद्यालयमा आयोजित बृहत आँखा शिविरमा ल्याएका थिए । "बुढ्यौली लागेसँगै आँखाले नजिकको वस्तु पनि छुट्याउनै नसक्ने भइसकेको थिएँ," मितियाविन्दुको शल्यक्रिया गरेका रामचन्दरले भने, "आफ्नै पालिकामा भएको शिविरबाट मोतियाविन्दुको शल्यक्रिया गरेर फेरि आँखाको ज्योति फर्किदा खुसी लागेको छ ।"

शिविरमा पर्सागढीका मात्रै होइन, बहुदरमाई, सखुवाप्रसौनी, जिराभवानी, पकाहामैनपुर र जीतपुर सिमरा उपमहानगरपालिकासहित सीमावर्ती भारतीय नागरिकसहित पाँच सय ६५ जनाको मोतियाविन्दुको शल्यक्रिया गरिएको थियो । भारतको विहार राज्य अन्तर्गतको पूर्वी चम्पारणको सदरमुकाम मोतिहारीका हवास देवानले पनि सोही शिविरमा आफ्नो मोतियाविन्दुको शल्यक्रिया गराएका छन् । "लामो समयदेखि आँखा हेर्न नपाउँदा जिन्दगी नै अँध्यारो भएको थियो । नेपालमा आँखाको उपचार राम्रो हुन्छ, भनेर आएको हुँ," उनले भने, " शल्यक्रिया गरेसँगै अहिले छर्लङ्ग देख्ने भएको छु ।" भारतीय नागरिक देवानले भारतका विहार राज्यमा भन्दा नेपालमा आँखाको उपचार सस्तो र प्रभावकारी हुने भएकाले आउने गरेको बताए । "भारतीय नागरिक भए पनि मोतियाविन्दुको शल्यक्रिया गर्न कुनै पनि अप्ठेरो भएन", उनले भने । स्वास्थ्य कार्यालय पर्साका प्रमुख डा मुक्तिनारायण साहले ४० वर्ष उमेर पार गरेसँगै मोतियाविन्दुको समस्या देखिँदै आइरहेको बताउँछन् । "पहाडी जिल्लाको तुलनामा तराई-मधेसमा जनसङ्ख्या र औद्योगिक करखानाले प्रदूषण गरेकाले पनि आँखा सम्बन्धित समस्या धेरै देखिने गरेको छ," उनले भने । गत पुस ११ देखि १३ गतेसम्म भएको आँखा शिविरमा तिलगङ्गा आँखा प्रतिष्ठानका चिकित्सक डा सागर रुइत, डा दीक्षा विष्ट नेतृत्वको स्वास्थ्यकर्मीको टोलीले आँखाको उपचार गरेको थियो ।

प्रतिष्ठानका बाह्य कार्यक्रम निर्देशक निम्खेल लामाले प्रतिष्ठानको प्राविधिक सहयोगमा मोतियाविन्दुका बिरामीको शल्यक्रिया गरेको जानकारी दिए । "पहाडी जिल्लामा भन्दा तराई-मधेसका जनतामा मोतियाविन्दुको समस्या धेरै देखिने गर्छ," उनले भने,"आँखाको हेरचाह र सुरक्षामा विशेष ध्यान दिन जरुरी भइसकेको छ ।" प्रतिष्ठानले मुलुकका विभिन्न स्थानमा मोतियाविन्दुको शिविरमार्फत शल्यक्रिया सञ्चालन गर्दै आइरहेको जनाएको छ । मोतीविन्दुको शल्यक्रिया दुई पद्धतिबाट गर्ने गरिन्छ । मेसिनबाट (फेको) र म्यानुअफ स्मल इन्सिसन क्याटर्याक्ट सर्जरी(एमएसआईसीएस) बाट गरिन्छ । मोतियाविन्दुको फेको प्राविधि मार्फत शल्यक्रिया गर्दा कम्तीमा पनि रु १८ हजार खर्च लाग्ने गर्छ भने 'एमएसआइसीएस' प्रविधिमार्फत गर्दा कम्तीमा रु १० हजार खर्च लाग्ने गर्छ । शल्यक्रिया पछि बिरामीलाई औषधि र चस्मा पनि निःशुल्क वितरण गरिएको थियो ।

व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं

- घटना दर्ताको प्रमाण पत्रलाई कानुनी मान्यता प्राप्त भएकोले जुनसुकै अड्डा अदालतमा प्रमाणको रुपमा प्रस्तुत गर्न सकिने ।
- आमा बाबु उमेर आदिको बैधानिक 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-पत्नीबिच बैधानिक सम्बन्ध कायम हुने ।
- जीवन विमा, पेन्सन, उपदान र बैंकबाट रकम भिक्न सुविधा हुने ।
- विदेश जानको लागि भिसा 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

तपाईको टुडे

मेषः पिछडेको साथी मिल्ने
वृषः अनावश्यक खर्चको संभावना
मिथूनः आम्दानी हुने
कर्कटः विचार गरेर बोल्नुहोला
सिंहः अशुभ समाचार प्राप्त हुने
कन्याः अनावश्यक चिन्ता
तुलाः मनमा पछुतो आउने
वृश्चिकः पढाईमा ध्यान दिनुपर्ने
धनुः मित्रतामा फाटो आउने
मकरः खानपानमा समस्या आउने
कूम्भः लामो यात्राको योग छ
मीनः शुभ कार्यको शुरुवात

मधेश प्रदेशको गौरव

श्री सत्यनारायण भगवानको दर्शन गरौं,मनबाञ्छित फल पाऔं ।

आरती : विहान : ९ र राति ८ बजे
ठेगाना : शरञ्चियाँ कुट्टि र कलबार 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
बर्दिबास अस्पताल एम्बुलेन्स	५५००९०,
बर्दिवास सेवा समिति एम्बुलेन्स	५५०५८६,
रामगोपालपुर एम्बुलेन्स	६९०५९३
जिल्ला प्रहरी	५२०००९
विद्युत	५२०१६६
वारुण यन्त्र	५२००९७
जिल्ला प्रशासन	५२००५५

आवश्यक नम्वरहरुको 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 फाउन्डेशन)	522806
महाबीर 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 प्रा.लि.	525800
जानकी हेल्थ केयर एण्ड रिसर्च सेन्टर	525342

जलेश्वरनाथ मन्दिर पुजाआजा

बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
विहान पुजा आरती : ०५:३० बजे
विहान 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 शनिबार मन्दिर प्राङ्गणमा दिउँसो भजन किर्त्तन सहित हनुमान आराधना)

जानकी मन्दिर पुजाआजा

बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
विहान पुजा आरती : ०७:३० बजे
विहान ढोका बन्द :१२:०० बजे
अन्न क्षेत्र : निःशुल्क भोजन
दिउँसो ढोका खुल्ने समय :०४:०० बजे
सन्ध्या पूजा आरती साँझ :०७:३० बजे

सिरियाका पूर्व राष्ट्रपतिलाई रुसमा विष खुवाएर मार्ने प्रयास

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, १८ पौष

सिरियाबाट ज्यान जोगाएर परिवारसहित रुस भागेका पूर्वराष्ट्रपति बसर अल असदलाई मार्ने प्रयास गरिएको खुलासा भएको छ।

बेलायती पत्रिका 'द सन'मा प्रकाशित एक रिपोर्टका अनुसार मस्कोमा बसर अल असदलाई विष खुवाएर मार्ने प्रयास गरिएको थियो। तर उनी बालाबाल बाँचेका छन्। सिरियामा कु' भएयता असद आफ्नो परिवारसँग रूसको राजधानी मस्कोमा छन् । लामो समयदेखि मध्यपूर्वमा उनीहरुको महत्वपूर्ण सहयोगी रहेको रुसले मस्कोमा असद परिवारलाई सुरक्षा दिएको छ । राष्ट्रपति भ्लादिमर पुटिनले असद र उनका परिवारका लागि एक गोप्य अपार्टमेन्टमा बस्ने व्यवस्था मिलाइदिएका छन् । बेलायती ट्याब्लोइड 'द सन'को रिपोर्टका अनुसार असदलाई उनको आफ्नै घरमा मार्ने प्रयास गरिएको थियो, जब यसको प्रमाण बाहिर आयो तब हलचल मच्चिएको थियो । असदविरुद्ध षड्यन्त्र गर्ने को हो भन्ने प्रश्न उठिरहेको छ। नयाँ सिरियाली सरकार असदलाई हटाउन चाहन्छ वा यसको पछाडि केही अन्य कारण छ यो छानबिन भइरहेको जनाइएको छ । पूर्व रुसी जासुसको ठूलो दाबी अनुसार उनलाई विष पिलाउने प्रयास गरिएको हो तर पत्रिकाले उनको नाम गोप्य राखेको छ।

सबैभन्दा गाह्रो थियो पुष्पा २ को क्लाइमेक्स सिन डबिङ : श्रेयस तलपडे

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, १८ पौष

दक्षिण भारतीय सुपरस्टार अल्लु अर्जुनको पुष्पा २ ले यतिबेला विश्वभरि नै तहल्का मच्चाइरहेको छ। फिल्मको सफलता पछि फ्यानहरूमा फिल्मप्रतिको 'पागलपन' पनि बढेको छ। फिल्मले दक्षिण भारतमा मात्रै होइन उत्तरी भारतमा पनि शानदार कमाई गरिरहेको छ।

फिल्ममा अल्लु अर्जुनको अभिनय दर्शकलाई निकै मन परिरहेको छ । फिल्मको डबिङले पनि राम्रो प्रतिक्रिया पाइरहेको छ। हिन्दीमा अल्लु अर्जुनको आवाज बलिउड अभिनेता श्रेयस तलपडेले दिएका थिए। श्रेयसको कामलाई सबैले तारिफ गरिरहेका छन्। हालै श्रेयसले एउटा अन्तरवार्ता दिएका थिए । यसमा उनले पुष्पा २ को डबिङको विषयमा पनि कुरा गरेका थिए। फिल्म डबिङ गर्दा कहाँ समस्या आयो भनेर सोधिएको प्रश्नमा उनले पुष्पा १ र २ दुबैमा फरक फरक चुनौतीको सामना गरेको बताए। पहिलो पार्टमा कसैको पनि अपेक्षा थिएन।

त्यसैले यसको डबिङ गर्दा निकै रमाइलो गरेको उनले बताए। पहिलो भागमा क्लाइमेक्सको सिन डबिङ गर्न सबैभन्दा गाह्रो भएको उनी सुनाउँछन्। एउटा सिनको संवाद डब गर्न पूरै दिन छुट्याइएको थियो। दोस्रो भागको डबिङ गर्दा दर्शकको अपेक्षाका कारण पनि श्रेयसमाथि दबाब बढ्यो। दोस्रो भागमा पुष्पा सिन्डीकेटको प्रमुख बनिसकेका थिए। त्यसैले उनको आवाजलाई ओहोदा सुहाउँदा हुने गरी दरिलो बनाउन श्रेयसले मुखमा पान राखेर बोल्ने कोसिस गरे। तर यसरी पान राखेर बोल्न निकै गाह्रो भयो। त्यसपछि उनले सबै संवाद मुखभित्र कपास राखेर बोले।

यस्तो छ आजका लागि विदेशी मुद्राको विनिमय दर

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, १८ पौष

नेपाल राष्ट्र बैङ्कले बिहीबारका लागि विदेशी मुद्राको विनिमय दर निर्धारण गरेको छ। निर्धारित विनिमयदरअनुसार अमेरिकी डलर एकको खरिददर एक सय ३६ रुपैयाँ ७४ पैसा र बिक्रीदर एक सय ३७ रुपैयाँ ३४ पैसा कायम भएको छ।

युरोपियन युरो एकको खरिददर एक सय ४१ रुपैयाँ ३५ पैसा र बिक्रीदर एक सय ४२ रुपैयाँ १५ पैसा, युके पाउन्ड स्टर्लिङ एकको खरिददर एक सय ७१ रुपैयाँ २५ पैसा र बिक्रीदर एक सय ७२ रुपैयाँ, स्विस फ्र्याङ्क एकको खरिददर एक सय ५० रुपैयाँ ७० पैसा र बिक्रीदर एक सय ५१ रुपैयाँ ३६ पैसा कायम गरिएको छ। अष्ट्रेलियन डलर एकको खरिददर ८४ रुपैयाँ ६२ पैसा र बिक्रीदर ८४ रुपैयाँ ९९ पैसा, क्यानेडियन डलर एकको खरिददर ९५ रुपैयाँ ०७ पैसा र बिक्रीदर ९५ रुपैयाँ ४९ पैसा, सिङ्गापुर डलर एकको खरिददर एक सय रुपैयाँ १६ पैसा र बिक्रीदर एक सय रुपैयाँ ६० पैसा निर्धारण गरिएको छ। जापानी येन १० को खरिददर आठ रुपैयाँ ७२ पैसा र बिक्रीदर आठ रुपैयाँ ७६ पैसा, चिनियाँ युआन एकको खरिददर १८ रुपैयाँ ७३ पैसा र बिक्रीदर १८ रुपैयाँ ८१ पैसा, साउदी अरेबियन रियाल एकको खरिददर ३६ रुपैयाँ ४० पैसा र बिक्रीदर ३६ रुपैयाँ ५६ पैसा, कतारी रियाल एकको खरिददर ३७ रुपैयाँ ५१ पैसा र बिक्रीदर ३७ रुपैयाँ ६७ पैसा कायम भएको छ । केन्द्रीय बैङ्कका अनुसार थाई भाट एकको खरिददर तीन रुपैयाँ ९९ पैसा र बिक्रीदर चार रुपैयाँ, युएई दिराम एकको खरिददर ३७ रुपैयाँ २३ पैसा र बिक्रीदर ३७ रुपैयाँ ३९ पैसा, मलेसियन रिङ्गिट एकको खरिददर ३० रुपैयाँ ५८ पैसा र बिक्रीदर ३० रुपैयाँ ७१ पैसा निर्धारण भएको छ। साउथ कोरियन वन एक सयको खरिददर नौ रुपैयाँ २५ पैसा र बिक्रीदर नौ रुपैयाँ २९ पैसा, स्विडिस क्रोनर एकको खरिददर १२ रुपैयाँ ३५ पैसा र बिक्रीदर १२ रुपैयाँ ४० पैसा र डेनिस क्रोनर एकको खरिददर १८ रुपैयाँ ९९ पैसा र बिक्रीदर १९ रुपैयाँ ०७ पैसा तोकिएको छ।

साकाको अनुपस्थितिमा आर्सनलको विङ सम्हालेका १७ वर्षीय न्वानेरी

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
काठमाण्डौं, १८ पौष

इंग्लिस प्रिमियर लिग फुटबलमा बुधबार राति भएको खेलमा आर्सनलले ब्रेन्टफोर्डलाई हराउँदै लिगको दोस्रो स्थानमा उक्लियो। यस सिजन उत्कृष्ट लयमा देखिएको आर्सनलले पछिल्लो दुई खेलमा जितका बाबजुद मुख्य खेलाडी बुकायो साकालाई भने मिस गरिरहेको छ।

डिसेम्बर २१ मा क्रिस्टल प्यालेससँगको खेलमा चोटग्रस्त बनेका उनले पहिलो हाफमै मैदान छाडेका थिए। उनी कम्तिमा पनि २ महिना मैदानबाहिर हुने छन्। राइट विङबाट खेल्दै आइरहेका साकाले आर्सनलका लागि यस सिजन सबैखाले प्रतियोगितामा गरेर ९ गोल तथा १३ एसिस्ट गरेका छन्। आर्सनलका अर्का खेलाडी गाब्रियल मार्टिनेलीले साका विश्वकै उत्कृष्ट खेलाडी भएको र उनको स्थान कसैले लिन नसक्ने प्रतिक्रिया दिँदा क्लबले साकालाई कत्तिको मिस गरिरहेको छ भन्नेरु कुरा प्रष्ट हुन्छ। बुधबार राति ब्रेन्टफोर्डलाई हराउन गाब्रियल जेसस, गाब्रियल मार्टिनेली र मिकेल मेरिनोले एक-एक गोल गरेका थिए । यसका बाबजुद अर्का युवा खेलाडी इथान न्वानेरी जसले साकाको स्थानमा राइट विङमा खेलेका थिए, उनको पनि खेलमा निकै राम्रो प्रभाव रह्रुयो । १७ वर्षीय न्वानेरीले दुई वर्षअघि आर्सनलका लागि १५ वर्षको उमेरमै डेब्यू गरेका थिए । त्यसयता १० खेलमा सब्स्टिट्युटको रूपमा मैदान प्रवेश गरेका उनी बुधबारको खेलमा भने सुरूवाती ११ मै परेका थिए र खेलका दुई गोलमा उनको भूमिका पनि रह्यो । उनकै कर्नर बलमा मेरिनोको प्रहार रहेको थियो।

लोहारपट्टी नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
महोत्तरी, मधेश प्रदेश नेपाल

सम्सी गाउपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
महोत्तरी, मधेश प्रदेश नेपाल

सदुपयोग हुन नसकेको वैदेशिक सहायता

-राजनीतिक हस्तक्षेप, भ्रष्टाचार र सहायता सदुपयोगमा कमजोर क्षमताका कारण नेपालप्रति दाता राष्ट्र एवं संस्थाको विश्वास कमजोर हुँदै गइरहेको छ । वैदेशिक सहायताले आर्थिक वृद्धि उच्च गर्ने, जीवनस्तर सुधार्ने र समता स्थापित गर्नेजस्ता मूल लक्ष्य प्राप्त गर्न सकेको छैन । विश्वमा १८औं शताब्दीबाट वैदेशिक सहायताको सुरुवात भएको देखिन्छ । सर्वप्रथम वैदेशिक सहायताको स्वरूप सैन्य सहायताका रूपमा थियो । आजको वैदेशिक सहायताको क्षेत्र र संरचनाको मुख्य आधारभूत कारण दोस्रो विश्वयुद्ध नै हो । दोस्रो विश्वयुद्धले वैदेशिक सहयोगमा दुई मुख्य आधार तय गरेको थियो । पहिलो आधार, १७ वटा पश्चिमी तथा दक्षिण युरोपियन मुलुकमा पुनर्बास गर्न अमेरिकाले कार्यान्वयनमा ल्याएको 'मार्सल प्लान' हो । दोस्रो, संयुक्त राष्ट्रसंघ, अन्तर्राष्ट्रिय मुद्राकोष र विश्व बैंकलगायत अन्तर्राष्ट्रिय संगठनको स्थापना हो । यी अन्तर्राष्ट्रिय संगठनले वैदेशिक सहायता रकमको बाँडफाँड, वैदेशिक सहायता प्राप्त गर्नका लागि योग्यता र वैदेशिक सहायताको असरसम्बन्धमा महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका थिए । दोस्रो विश्वयुद्धपछि बेलायत, फ्रान्स र अन्य युरोपियन देशले आफ्नो उपनिवेश कायम रहेका मुलुकमा प्रशस्त वैदेशिक सहयोग प्रदान गरेका थिए । अमेरिका, बेलायत, रसिया र तिनका सहयोगी मुलुकले शीतयुद्धको समयमा आफ्नो राजनैतिक गुटलाई बढावा दिन र रणनीतिक फाइदा प्राप्त गर्ने उद्देश्यले एउटा कूटनैतिक हतियारका रूपमा वैदेशिक सहायतालाई प्रयोग गरे ।

दोस्रो विश्वयुद्धपछि गैरयुरोपियन मुलुकले पनि आफ्ना सहयोग कार्यक्रम अगाडि बढाएको देखिन्छ । २० औं शताब्दीको अन्त्यसम्ममा वैदेशिक सहयोग प्रदान गर्ने विश्वका मुख्य दुई देशमध्य जापान पनि एक बनेको थियो । जापानले एसिया तथा गैरएसियाली मुलुकमा ठूलो मात्रामा वैदेशिक सहयोग प्रदान गरेको देखिन्छ । २१औं शताब्दीको सुरुमा खासगरी अफ्रिकामा सबैभन्दा ठूलो वैदेशिक सहायता प्रदान गर्ने मुलुक चीन बनेको थियो । सन् २०१३ को सुरुमा चीनले पूर्वी

एसिया, अफ्रिका र दक्षिण अमेरिकालगायत देशमा 'बेल्ट एन्ड रोड इनिसिएटिभ' को मुख्य भागका रूपमा पूर्वाधार विकास ऋण प्रदान गर्ने प्रस्ताव गरेको थियो । सन् १९९० को दशकपछि आईएमएफलगायतका दाताले व्यापारका अवरोध कम गर्ने र निजीकरणलाई प्रवर्द्धन गर्नेजस्ता बजारमूखी आर्थिक सुधार गर्ने उद्देश्यले सहायता रकम प्रदान गर्ने गरेका छन् ।

नेपालको सन्दर्भ नेपालले सन् १९५१ को पहिलो बजेटदेखि वैदेशिक सहायता प्राप्त गर्न थालेको हो । संयुक्त राज्य अमेरिकाले सन् १९५१ मा प्रदान गरेको प्राविधिक सहायता नै नेपालको पहिलो वैदेशिक सहायता थियो । एसिया तथा प्रशान्त क्षेत्रका राष्ट्रहरूमा सामाजिक तथा आर्थिक विकासका लागि आपसी साझेदारीलाई सशक्तीकरण गर्ने उद्देश्यले सन् १९५२ मा श्रीलंकाको कोलम्बोमा आयोजित 'कोलम्बो प्लान' मा आबद्ध भएदेखि भने नेपालले बहुपक्षीय वैदेशिक सहायता प्राप्त गर्न थालेको हो । खासगरी पहिलो विकास योजना (सन् १९५६-१९६०) देखि नेपालमा बढी मात्रामा वैदेशिक सहयोग आउन थालेको देखिन्छ । पहिलो बिकास योजना पूर्ण रुपमा वैदेशिक सहायतामा आधारित थियो । नेपालले विदेशी सरकार, बहुपक्षीय संस्था र आईएनजीओ (जसलाई समग्रमा बाह्य विकास साझेदारहरू- ईडीपी भनिन्छ) सँग सहायता लिन थालेको ६ दशकभन्दा बढी भइसक्यो ।

सन् १९५० को दशकमा सबै वैदेशिक सहायता अनुदानका रूपमा प्रदान गरिएको थियो, जसअन्तर्गत अधिकांश हिस्सा कृषि, यातायात, ऊर्जा तथा पूर्वाधार विकासमा प्रदान गरियो । त्यसैगरी, सन् १९९० को दशकपछि नेपालले वस्तुगत सहायता, प्राविधिक सहायता, आयोजना सहायता तथा कार्यक्रम सहायताका रूपमा वैदेशिक सहायता प्राप्त गर्न थालेको हो । नेपालको आर्थिक नीति निर्माण, कार्यक्रमको ढाँचा तर्जुमा र कार्यान्वयनमा समेत बाह्य विकास साझेदारहरू (ईडीपी) को सहभागिता हुँदै आएको छ । सुरुवाती चरणदेखि नै नेपालको वैदेशिक सहायतामाथिको निर्भरता उच्च रहँदै आएको छ । आर्थिक सर्वेक्षण २०८०/८१ अनुसार २०७०/७१ देखि २०७९/८० सम्मको अवधिमा अनुदान र ऋण गरी नेपालमा करिब २१ खर्ब बराबरको वैदेशिक सहयोग स्वीकृत भएकामा १३ खर्ब मात्र प्राप्त भएको देखिन्छ ।

साभार : कान्तिपुर ।

लिक्विडेटर कार्यालयको हकदावी सम्बन्धी ३५ दिने सूचना

कम्पनी ऐन २०६३ बमोजिम मिति २०८१।०२।२९ मा प्रा.लि.नं. ३३८५८१ मा दर्ता भएको **एसियन बुद्ध टुर्स एण्ड ट्राभल्स प्रा.लि.** को मिति २०८१।०९।११ मा सम्पन्न स्वेच्छिक साधारण सभाको विशेष निर्णयले कम्पनी ऐन २०६३ को दफा १२६ बमोजिम स्वेच्छिक खारेजि लिक्विडेशनमा लैजाने निर्णय गरेकोले यस कम्पनीसँग कोही कसैलाई कुनै किसिमको लेनदेन बाँकी बक्यौता रहेको भए यो सूचना प्रकाशित गरिएको मितिले ३५ दिन भित्रमा निम्न लिखित लिक्विडेटरको कार्यालयमा हकदावी गर्न सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागी यो सूचना जारी गरिएको छ ।

लिक्वडेटर: श्रवण कुमार श्रेष्ठ (ईजाजत नं.-४०४)
त्रिपुरेश्वर, काठमाण्डौं सम्पर्क : ९८५१२१७००४

पत्रिका/पेपर
कम्प्यूटराईज गराउन सम्झनुहोस।

सम्पर्क -: दिलीप कुमार साह :-
मो.नं.-९८४४०५१४८७, ९७०९०५७०६१ (जनकपुरधाम)
एकचोटी 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 ।

हिंडाइको गति कम गर्ने
चिसोमा मुटुमा जोखिम घटाउन हिंडाइको स्पिड कम गरेर हिंडाइको अवधि बढाउनु सुरक्षित उपाय हुन्छ ।

मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने
जाडो महिनामा मुटुमा हुने असरलाई मदिरा तथा धुम्रपानले झन् बढाउने हुनाले यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।

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

सुगर, प्रेसर, कोलेस्ट्रोलको राम्रो नियन्त्रण
जाडो महिनामा प्रेसर सुगर र कोलेस्ट्रोलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्न जरुरी छ ।

धेरै चिल्लो खानेकुरा नखाने
जाडोमा कोलेस्ट्रोल बढ्ने हुनाले धेरै चिल्लो, फ्राई, पार्टी, भोजको बेलामा सतर्क हुनुपर्दछ ।

चिसोमा हिड्दा छाती दुख्नु
मुटु रोगको प्रमुख लक्षण ब्लनष्लब चिसोमा बढी देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरुरी हुन्छ ।

औषधिको नियमित प्रयोग
मुटुरोग, प्रेसर, सुगर, कोलेस्ट्रोल आदिको औषधि नछुटाईकन नियमित खानु पर्छ ।

व्यायामको बेलामा चिसोबाट सुरक्षा
यसको लागि पर्याप्त लुगा लगाएर विशेष गरेर टाउको, कान, हात छोपेर हिंड्नु पर्छ ।

मिथिला बिहारी नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
धनुषा, मधेश प्रदेश नेपाल

कामनी व्यूटी पार्लर
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 ।
सम्पर्क : साह मिनी मार्केटको सामुने,जलेश्वर,महोत्तरी

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 ।

हिंडाइको गति कम गर्ने
चिसोमा मुटुमा जोखिम घटाउन हिंडाइको स्पिड कम गरेर हिंडाइको अवधि बढाउनु सुरक्षित उपाय हुन्छ ।

मदिरा र चुरोट सेवन नगर्ने
जाडो महिनामा मुटुमा हुने असरलाई मदिरा तथा धुम्रपानले झन् बढाउने हुनाले यसको प्रयोग नगर्नु राम्रो हुन्छ ।

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

सुगर, प्रेसर, कोलेस्ट्रोलको राम्रो नियन्त्रण
जाडो महिनामा प्रेसर सुगर र कोलेस्ट्रोलको स्तर बढ्ने हुनाले यसको जाँच र नियन्त्रण गर्न जरुरी छ ।

धेरै चिल्लो खानेकुरा नखाने
जाडोमा कोलेस्ट्रोल बढ्ने हुनाले धेरै चिल्लो, फ्राई, पार्टी, भोजको बेलामा सतर्क हुनुपर्दछ ।

चिसोमा हिड्दा छाती दुख्नु
मुटु रोगको प्रमुख लक्षण ब्लनष्लब चिसोमा बढी देखिन्छ र यस्तो छ भने डाक्टरलाई देखाउन जरुरी हुन्छ ।

औषधिको नियमित प्रयोग
मुटुरोग, प्रेसर, सुगर, कोलेस्ट्रोल आदिको औषधि नछुटाईकन नियमित खानु पर्छ ।

व्यायामको बेलामा चिसोबाट सुरक्षा
यसको लागि पर्याप्त लुगा लगाएर विशेष गरेर टाउको, कान, हात छोपेर हिंड्नु पर्छ ।

स्वास्थ्य निर्देशनालय
सपही
धनुषा, मधेश प्रदेश नेपाल

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