

पाकिस्तानको कराँचीमा विष्फोट, १० जनाको मृत्यु



काठमाडौँ/एजेन्सी- पाकिस्तानको कराँचीमा बन्दरगाह शहर कराँचीमा शनिवार एटा दुई तले भवनको भूईँ तल्लामा भएको विष्फोटमा कम्तीमा १० जनाको मृत्यु हुनुका साथै अन्य १२ जना घाइते भएको प्रहरी र अस्पताल स्रोतले बताएको छ।

हाल अस्पतालको अभिलेखमा १० शव र १२ घाइतेको नाम दर्ता भएको छ भने घटनामा गम्भीर घाइते भएका अधिकांश घाइतेको अवस्था गम्भीर रहेको शहीद मोहम्मद बे नजिर भुट्टो इन्स्टिच्युट अफ ट्रमाकार प्रमुख सञ्चालक मुहम्मद साबिर मे मनले जानकारी दिएका छन्। एक निजी बैंक र अन्य थुप्रै कार्यालयहरू भएको भवनमा ग्यास चुहावटका कारण विष्फोट भएको बताइएको छ। विष्फोटमा भवन आंशिक रूपमा ध्वस्त भएको थियो र थुप्रै व्यक्तिहरू भग्नावशेषमा फसेका गरिएको छ। उद्धार टोली फसेका मानिसहरूको खोजीका लागि भग्नावशेष हटाउन प्रयासरत छ। कराँची सिन्धको प्रान्तीय राजधानी हो। सिन्धका मुख्यमन्त्री सैयद मुराद अली शाहले घटनाप्रति दुःख व्यक्त गर्दै आतंकवादको सम्भावनालाई ध्यानमा राखेर घटनाको अनुसन्धान गर्न प्रहरीलाई निर्देशन दिएका छन्।

चीनका सबैभन्दा जेष्ठ नागरिकको १३५ वर्षमा निधन



काठमाडौँ/एजेन्सी- चीनका सबैभन्दा जेष्ठ नागरिकको १३५ वर्षको उमेरमा निधन भएको छ। स्थानीय अधिकारीहरूले शनिवार दिएको जानकारीअनुसार सिन्जीयान क्षेत्रमा बसोबास गर्दै आएका अलिमिहान सेयीतीको विहीवार निधन भएको हो। उनको जन्म सन् १८८६ को जुन २५ मा भएको थियो। उनी सन् २०१२ देखि देशको सबैभन्दा जेष्ठ नागरिक घोषित भएका थिए। निधन हुनु अगाडिसम्म पनि उनको दैनिक जीवन अति सामान्य नै रहेको अधिकारीहरूले जानकारी दिएका छन्। 'उहाँ सधैं हाँसी, खुशी देखिने र आफ्ना नाती नातीनाहरूसँग रमाउने गर्नुहुन्थ्यो' उनका एक आफन्तले भने। उनलाई स्थानीय सरकारले नियमित स्वास्थ्य परिक्षणलगायतका स्वास्थ्य सेवा पुर्याउनु रूपमा उपलब्ध गराएको थियो।

लेबनानलाई संयुक्त राष्ट्रसंघको सहयोग

काठमाडौँ/एजेन्सी- संयुक्त राष्ट्रसंघले लेबनानका महिला र बालबालिकाको अवस्थाको सुधार गर्नका लागि सहयोग गर्ने बताएको छ। त्यहाँका महिला र बालबालिकाको अवस्था कमजोर रहेको भन्दै सो सहयोग गर्ने भएको हो। लेबनानका राष्ट्रपतिको कार्यालयले संयुक्त राष्ट्रसंघले सो सहयोग गर्न लागेको कुरा शुक्रवार एक विज्ञापित प्रकाशन गरेर जानकारी दिएको हो। बालबालिकाविरुद्धको हिंसाको अन्त्य गर्ने सम्बन्धी संयुक्त राष्ट्रसंघीय विशेष प्रतिनिधि नाजात माला मिजीदले संयुक्त राष्ट्रसंघले लेबनानका महिला र बालबालिकाका लागि सहयोग गर्न लागेको कुराको जानकारी दिएका हुन्। उनले भनेका छन्- 'यहाँका महिला र बालबालिकाको अवस्थाको विकास गरी उनीहरूको जीवनस्तरमा सुधार ल्याउनका लागि संयुक्त राष्ट्रसंघले सो सहयोग गर्न लागेको हो।'

काठ लिलाम बिक्री सम्बन्धी सूचना
प्रथम पटक प्रकाशित मिति २०७८/०५/०८
कञ्चनपुर जिल्ला लालफाडी गाउँपालिका-५ मा रहेको श्री अर्पी सा.व.उ.स. को वन क्षेत्रमा चालु आर्थिक वर्षमा उत्पादन भई सा.व.स. को घाटमा रहेको खयर काठ गोल्यान थान २०२ को परिमाण ६८७९० क्युफिट काठ जुन अवस्थामा छ, सोही अवस्थामा आफ्नै खर्चमा उठाई लैजानेगरी सिलवन्दी बोलपत्रद्वारा बिक्री गर्नुपर्ने भएकाले इच्छुक व्यक्ति, संघ संस्था, फर्म वा कम्पनीले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले २९ दिनभित्र बोलपत्र खरिदगरी २२ रौ दिनमा शिलवन्दी बोलपत्र दाखिला गर्न आह्वान गरिन्छ। यस सम्बन्धित विस्तृत जानकारीका लागि यस सा.व.उ.स.को कार्यालयमा सम्पर्क गर्न सकिने छ। पूर्ण व्यहोराको सूचना सा.व.उ.स.को सूचना पाटीमा टाँस गरिएको छ।
थप जानकारीका लागि सम्पर्क नं. ९८६२४६८४३ र ९८६२७७७५५

साउदीमा रोजगारको अवसर
१. कम्पनी: SULTAN GROUP FOR GENRAL CONTRACTING
शहर: RIYADH
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०१ चलाती नं.: ६०१७०६६८६ L.T. No.: 253839
२. कम्पनी: AL-MUTAWAKKIL LOGISTICS SERVICES EST.
शहर: DAMMAM
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२ चलाती नं.: ६०१७०६६८५ L.T. No.: 253838
अन्तर्गत तालिका अनुसार कार्यलय काठमाडौंमा २०७८ पुस ११ गते (26 December 2021) मा हुनेछ।

कम्पनीको नाम परिवर्तन सम्बन्धी सूचना
यस कम्पनीको मिति २०७८/०६/२० को विशेष साधारण सभामा निर्णय अनुसार कम्पनी रजिष्टारको कार्यालय त्रिपुरेश्वरको मिति २०७८/०८/१५ को निर्णयबाट साविक मूल लाइट आवासिय माध्यमिक विद्यालय प्रा.लि. (प्रा.लि.नं. २९७२३/०९१/०६२) को नाममा रहेको सम्पूर्ण चल-अचल सम्पत्ति तथा तिनं व्यहोर्न पर्ने साविक आरी परिवर्तित नामको कम्पनीले तिनं व्यहोर्न गरि साविकको नाम साविक मूल लाइट आवासिय माध्यमिक विद्यालय प्रा.लि. परिवर्तन गरि मुनलाईट आवासीय विद्यालय प्रा.लि. कायम भएको हुदा सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

वाँदनी म्यानेजमेन्ट सर्भिसेज प्रा. लि.
बस्नुधारा, काठमाडौँ, नेपाल, फोन: ८४५५४२२, ८४६०५२२

साउदी र कतारमा रोजगारको अवसर
१. कम्पनी: AIM INDUSTRIES CO. BRANCH शहर: KSA
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०८/०२ चलाती नं.: ६०१७०६५६ L.T. No.: 253870
२. कम्पनी: THE EVEREST BIKER शहर: DOHA
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०८/०२ चलाती नं.: ६०१७०६८३ L.T. No.: 254160
अन्तर्गत तालिका अनुसार कार्यलय काठमाडौंमा २०७८ पुष ११ गते (26 December 2021) मा हुनेछ।

शुन्य लागतमा घरेलु कामदारलाई Jordan मा रोजगारी
१. कम्पनी: Ramalla For Provision Of Personal And Foreign Labour Recruitment Est शहर: Amman
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०८/२५ चलाती नं.: ६०१७३८९८ L.T. No.: 235441
२. कम्पनी: ZAMZAM CO. IMPORTING SERVANTS शहर: JORDAN
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/१२/१७ चलाती नं.: ६०१७६३७३ L.T. No.: 237805
माउण्टेन ग्रुप इन्टरनेशनल प्रा. लि.
घापासी-६, बस्नुधारा, काठमाडौँ, नेपाल, फोन: ८४८७८४८, ८४८७८५६, ८४८३८८३
मो: ८४८९१३५३५३, ८५१९२१११८८, फ्याक्स: ८४८७८५५

Koshi Rural Municipality
Office of the Rural Municipal Executive
Laukahi, Sunsari
Province No.-1, Nepal
Invitation for Bids
Date of publication: 19th Dec. 2021
1. Koshi Rural Municipality invites Only Online Bids under e-procurement system from eligible Bidders for the construction of Road Works under National competitive Bidding procedure.
2. Eligible Bidders may obtain further information and inspect the Bid document at PPMO website www.bolpatra.gov.np/egp.
3. Bidding Document is available online and can be downloaded from e-gp system www.bolpatra.gov.np/egp Interested Bidder should deposit the cost of Bidding Document as mentioned below in the following specified Bank.
A. Name of the Bank : Mega Bank
B. Name of the office : Koshi Rural Municipality, Laukahi, Sunsari
C. Revenue Account No : 3080010000186
4. Interested Bidder should submit online Bids through e-procurement portal http://www.bolpatra.gov.np/egp only on below stated Time and Date. Bidders are required to follow the electronic Bid submission procedure as specified in e-gp system.
5. Online Bids shall be opened in the presence of Bidders representatives who chooses to attend on below stated time and date at Koshi Rural Municipality Office . Bids must be valid for a period of 120 days of Bid opening and must be accompanied by Bid security as specified below which shall be valid for minimum 30 days beyond the Bid validity period. The scanned copy of Bid security should be uploaded in the e-gp system during Bid submission. Information to deposit Bid security amount in Bank.
Name of the Bank : Mega Bank
Dharauti khata No : 3080010000255
7. If the office happens to be closed on the date of opening of the Bids as specified, the Bids will be opened on the next working day at the same time and venue.
8. Employer reserves the right to accept or reject, wholly or partly any or all the Bids without assigning reason whatsoever.
9. Matters not covered by this Notice shall be in accordance with PPA, PPR and prevailing Laws.
S.No Contract No./ID Name of Work Bid security Amount (NRs.) Bid Document Fee(NRs.) Submission Date and Time Opening Date and Time
1. 15/NCB/KRM/WORKS/2078-079 Construction of Ward 3 Jamuwa Kalopatre Dekhi Sunar Krishna Aadharbhat Khane Pani Jhangir Ansari Ajj Ansari Ghar Hudai Haripur Sakha Jodne Bato Kalopatre 1095000 5000 18-01-2022 12 PM 18-01-2022 2 PM
2. 16/NCB/KRM/WORKS/2078-079 Construction of Nahar Chowk Dekhi Prabhakara Tole Hudai Hudaki Tole Jodane Kalopatre 3935000 10000 18-01-2022 12 PM 18-01-2022 2 PM
Chief Administrative Officer

साउदीमा रोजगारको अवसर
१. कम्पनी: ADVANCED CONTRACTING EST शहर: DAMMAM
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२ चलाती नं.: ६०१७०८०७ L.T. No.: 253861
२. कम्पनी: LIGHT BAREEK COFFEE शहर: KSA
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२ चलाती नं.: ६०१७०८०६ L.T. No.: 253860
अन्तर्गत तालिका अनुसार कार्यलय काठमाडौंमा २०७८ पुस ११ गते (26 December 2021) मा हुनेछ।

साउदीमा रोजगार
१. कम्पनी: MUNIRA MOHAMMED AL FAHD CONTRACTING EST. शहर: SAUDI
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२ चलाती नं.: ६०१७०७७७ L.T. No.: 253846
२. कम्पनी: NAHJ COMMERCIAL INVESTMENT CO. शहर: SAUDI
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२ चलाती नं.: ६०१७०७७६ L.T. No.: 253003
३. कम्पनी: QALA PLASTIC INDUSTRY FACTORY शहर: RIYADH
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२ चलाती नं.: ६०१७०७७८ L.T. No.: 253938
४. कम्पनी: MAHFOOZ MANUFACTURING COMPANY (ONE PERSON CO.) शहर: RIYADH
पूर्व स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२ चलाती नं.: ६०१७०८१५ L.T. No.: 253844
अन्तर्गत तालिका अनुसार कार्यलय काठमाडौंमा २०७८ पुष ११ गते (26 December 2021) मा हुनेछ।

बक्स अफिस समाचार

'राज्यले साथ दिए नेपाली सिनेमा क्षेत्रले फड्को मार्न समय लाग्दैन'



विशाल बिष्ट, अभिनेता

दुई दशक पहिले निर्माण भएको चलचित्र 'शहर'बाट अभिनय यात्रा शुरु गरेका नायक विशाल बिष्ट अहिले पनि सिने क्षेत्रमा नै सक्रिय छन् । एक दर्जन बढी सफल चलचित्रमा काम गरेका नायक बिष्टले जहना, थोरै भए पुगिसरी, राहत, कथा, मालती, दुई दिनको जिन्दगी, अधिकार, मायाँ मोह, अतित, जीवनका पानाहरु, कृपा, जीवनचक्र लगायतका टेलिफिल्ममा अभिनय गरेका छन् । केही त्र्युजिक भिडियोमा मोडलिङ गर्नुका साथै अभिनयसमेत गरेका बिष्ट कुशल फिल्म उत्पादक पनि हुन् । उनी रौटा फिल्म अवाई, बक्स अफिस फिल्म अवाई २०१४ लगायतका सम्मानबाट सम्मानित भइसकेका छन् । काठमाडौंमा भएको डाइमण्ड शान्ति सन्ध्या २०६९, डाइमण्ड चलचित्र सम्मान २०६९, न्युयार कल्चर फेस्टिभल २०६३ र बिराटनगरमा भएको डाइमण्ड सम्मान सौंठ २०६२, फिल्म स्टार नाइट २०६० कार्यक्रममा उनले आफ्नो प्रस्तुति दिएका थिए । आफुलाई दिइएको पात्रलाई पूर्णरूपले न्याय दिनसक्ने अभिनय क्षमता भएका अभिनेता विशाल बिष्टले मध्यान्ह दैनिकका लागि सानु श्रेष्ठसँग गरेको कुराकानी :

लकडाउनको समय कसरी बिताउनुभयो ?
कोभिड-१९ ले सिनेमा क्षेत्रमा होइन सबै क्षेत्रमा ठूलो प्रभाव पार्यो । यो समयमा हाम्रो थुप्रै कलाकार, प्राविधिकहरु विभिन्न समस्यामा पर्नुभयो, उहाँहरुको लागि सकेको सहयोग जुटाउन लागिंयो । यही बीचमा केही भिडियोमा काम गरे र अहिले भने नयाँ प्रोजेक्टको गृहकार्यमा जुटेको छु ।

यात्रा चलचित्र 'शहर'बाट भएको भन्ने, जुन चलचित्र व्यावसायिकरूपले पनि सफल मानिएको थियो । त्यसपछि यस्तै रेख जिन्दगी, छहारी, दशगजा, भाग्य विधाता, ग्याम्बर, चाल, जुनकिरी, एके ४७, अपहरण, दुश्मन दुनियाँ, दि गेम आदि नेपाली छन् भने भोजपुरी मंगल फेरा, खेलाडी बल्मा, कन्हैया, पुलिस अफिसर आदि छन् । म्युजिक भिडियोको कुरा गर्नु हुन्छ भने पचास जति पुगे होलान् ।

प्रविधि उही हो, काम गर्ने तौरतरिका उस्तै हो । फरक यति हो उनीहरु समयलाई महत्व दिन्छन्, सिष्टममा काम गर्छन्, हामी कहाँ त्यसको कमी छ ।

बीचमा हराउनु भएको थियो नि ?
हराएको होइन त्यस समयमा म भोजपुरी फिल्ममा व्यस्त थिएँ । र, बीच बीचमा नेपाली फिल्मको लागि पनि काम गरिरहेँ, यसलाई हराएको भन्न नमिल्छ ।

तपाईंलाई कस्तो भूमिका मन पर्छ ?
आफुलाई चित चुभ्नुको भूमिका भयो भने जस्तोसुकै भूमिका होस् काम गर्छु । नायक होस् वा खलनायक दुवै पात्रको चरित्र सहज रुपमा निभाउन सक्नु नै वास्तविक कलाकारिता हो । कलाकार भइसकेपछि यही भूमिकामात्र गर्नुपर्छ भन्ने छैन । तपाईंले हेर्नु भएको होला मेरो फिल्म वा टेलिफिल्म भिन्न भिन्न रुपमा पाउनु हुन्छ ।

कला क्षेत्रको वर्तमान अवस्था कस्तो छ ?
नाजुग अवस्थाबाट गुज्रिरहेको छ । नेपाली चलचित्र उद्योग जुन उत्साहका साथ अघि बढिरहेको थियो, महाभूकम्प र कोभिड-१९ का कारणले असर परेको छ । जबसम्म चलचित्रको निर्माण, प्रदर्शन र वितरण प्रक्रिया सहजरूपमा शुरु हुँदैन, तबसम्म श्रमजीवी चलचित्रकर्मीले काम पाउँदैनन् र दैनिक जीवनमा समस्या हुन्छ । लामो समयको बन्दाबन्दीका बावजुद पनि सिनेमा हलहरु खुलन थालेका छन्, विस्तारै सुटिङ हुन थालेको छ, यो चाँहि खुशीको कुरा हो हाम्रो लागि ।

किन मनोरञ्जनको क्षेत्र नै बढी

प्रभावित भयो ?
यो क्षेत्र भनेको मानिसलाई सबै पक्षबाट आत्मसन्तुष्टि मिलेपछि मात्र लिने भएकोले पनि मनोरञ्जन व्यवसाय विशेष निगरानीमा परेको होला । निषेधाज्ञा खुकुलो भएसँगै अरु क्षेत्र सहजरूपले संचालन हुन थालेका छन् । एकाध चलचित्रको सुटिङ हुन थालेपनि यो क्षेत्र ठप्प जस्तै छ । यो क्षेत्रलाई कसरी पहिलेकै अवस्थामा फर्काउन सकिन्छ भन्ने कुरामा हामी गम्भिर बनुपर्छ जस्तो लाग्छ ।

सिनेमाको प्रवर्द्धनका लागि राज्यले के गर्नुपर्ला ?
नेपाली सिनेमाको प्रवर्द्धनको विषयमा राज्य मौन रहनु भएन । राज्यले उद्योगको रुपमा चलचित्र क्षेत्रलाई समेटेको अवस्था भएपनि व्यवहारमा लागू हुन सकिरहेको छैन । चलचित्र निर्माणको लागि बैक ऋणको सुविधा छैन । अन्य व्यवसायलाई जस्तो चलचित्र निर्माणको लागि पनि बैक ऋणको व्यवस्था हुन सके चलचित्रका लगानीकर्तालाई सहज हुन्थ्यो जस्तो लाग्छ । अहिलेसम्म ब्यक्तिले सिनेमामा लगानी गर्दै आइरहेको अवस्था छ, राज्यले साथ दिने हो भने नेपाली सिनेमा क्षेत्रले फड्को मार्न समय लाग्दैन ।

चलचित्रमा लगानी गर्न डराउनुको कारण यही हो त ?
बैंकिङ सुविधा भएको खण्डमा ब्यक्तिलाई आर्थिक भार पर्दैन, जसको कारण उसले सहज तरिकाले काम गर्न सक्छ । निर्माता वचेमा सिनेमा उद्योग वच्च्छ र

राज्यले पनि ठूलो मात्रामा राजश्व असुल सक्छ । त्यसैले हामी सबैले यसतर्फ पनि ध्यान दिनुपर्छ । हो, नेपाली सिनेमा पनि उद्योगको रुपमा आगाडि बढिरहेको र ठूलो संख्यामा रोजगार दिइरहेको, कलाकारदेखि प्राविधिकसम्मलाई समाजमा छुट्टै प्रतिष्ठा प्रदान गरेको छ । नेपाली सिनेमा पनि विदेशमा विशेष प्रदर्शन गरेर निर्माताले राम्रै आर्थिक लाभ लिइरहेका थिए, अब के फेरि त्यही स्तरमा नेपाली सिनेमाले उचाई लिन्छ, त भन्ने प्रश्न उठेको छ । त्यसैले यससँग संबन्धित सबै निकाय, संस्था र राज्य स्तरबाट गहनरूपले सोच्ने बेला आएको छ ।

केही भन्नु हुन्छ कि ?
विविध कारणले कला क्षेत्र प्रभावित बनेको छ । यस्तो अवस्थामा नयाँतकन सम्हालिएर आ-आफ्नो ठाउँबाट नेपाली कला क्षेत्रको उत्थानको लागि जुट्नु पर्ने बेला आएको छ । विगतमा यस्तो थियो उस्तो थियो भन्नु भन्दा पनि आगामी दिनमा कला क्षेत्रलाई कसरी अगाडि बढाउन भन्ने सोच्नु पर्ने भएको छ । कलाकारले कलाकारिता गर्न सक्नेजेलमात्र उसको परिवारको दैनिकी चलेको हुन्छ । जुन दिन कलाकारिता गर्न सक्दैन उसको हातमा केही हुँदैन न अनुदान न पैसेन । त्यसैले यसतर्फ पनि हामी आफैले पहल गर्नुपर्ने बेला आएको छ । भविष्यको लागि थोरै भएपनि आर्थिक पाटो सुनिश्चित बनाउन सिकियो भने नयाँ पुस्ता अझै कलाकारिता प्रति आकर्षित हुन्थ्ये कि भन्ने लाग्छ । मलाई सम्झेर केही भनाइ राख्ने अवसर दिनु भएकोमा तपाईंलगायत लोकप्रिय दैनिक मध्यान्ह टिमप्रति आभारी छु ।



कतारमा रोजगार

कम्पनी: El Hidhab Bakery
शहर: DOHA
पूव स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२
चलानी नं.: ६०१००५२९
LT. No.: 253917

सि. नं.	कामदारको पद	मास संख्या	न्यूनतम योग्यता	मासिक तलब	ओपन टर्म सुविधा	प्रतिदिन काम गर्ने घण्टा	हदमा काम गर्ने दिन	वाणिज्यिक छुट्टी	छाता सुविधा	बस्ने स्थान	करार अवधि
1.	Assistant Cook	1	0	1300	83.33	यु.पी. अ.स.स.	क.सि.	८	६	क.सि.	२ वर्ष
2.	Baker	2	0	1300	83.33	यु.पी. अ.स.स.	क.सि.	८	६	क.सि.	२ वर्ष

अन्तर्जाती मेनपावर कार्यालय काठमाडौंमा २०७८ पुष ११ गते (26 December 2021) मा हुनेछ ।
फ्रेण्डशिप इन्टरनेशनल इम्प्लोइमेन्ट सर्भिस प्रा. लि.
सामाख्यता काठमाडौं नेपाल फोन: ८३८७८५६, ८३६२६६२
मो: ९८०३९८०२९, ९८०९८७५८३६ | Email: hrfriendship1@gmail.com

Romania मा रोजगारको अवसर

कम्पनी: NOMIS 2003 SRL
शहर: Romania
पूव स्वीकृत मिति: २०७८/०५/०२
चलानी नं.: ६०१००५४८
LT. No.: 249968

सि. नं.	कामदारको पद	मास संख्या	न्यूनतम योग्यता	मासिक तलब	ओपन टर्म सुविधा	प्रतिदिन काम गर्ने घण्टा	हदमा काम गर्ने दिन	वाणिज्यिक छुट्टी	छाता सुविधा	बस्ने स्थान	करार अवधि
1.	Workers in road construction activity	30	0	650	७८.५३	यु.पी. अ.स.स.	क.सि.	८	६	क.सि.	२ वर्ष

अन्तर्जाती मेनपावर कार्यालय काठमाडौंमा २०७८ पुष ११ गते (26 December 2021) मा हुनेछ ।
हवाईट हर्स इन्टरनेशनल प्रा. लि.
पो. ब. नं.: १३४८८, तिक्तुने, गेरीगाड काठमाडौं, फोन: ०१-८४८९१०८
Email: wh_pr@yahoo.com, Web: www.whitehorseintl.com

Dhunibeshi Municipality Office of Municipal Executive

Dhading, Bagmati Province, Nepal
Invitation for Bid/Seal Quotation
(First date of Publication: 2078/09/04)

Dhunibeshi Municipality, Dhading invites electronic bids from eligible bidders for the below listed assignments. Please refer to PPMO's Web Site <http://www.bolpatra.gov.np/egp> for details.

S. N.	Contract ID No.	Name of Assignment	Cost of Bid Document (NRs.)	Bid Security		Estimated Amount with VAT
				Amount (NRs.)	Validity Period	
1	15/MEDICINE/DM/78/79	Supply and Delivery of Medicine	1000/-	83,150.0	75 days	
2	16/SQ/ROAD/DM/78/79	Tayalghar-Dundebhanjyang- Badritar-Jeevanpur Road protection work	1000/-	43,000.0	75 days	Nrs. 14,36,518.15
3	17/OLD AGED CANTEEN / DM/78/79	Old Aged Home Canteen Shed and Compound Wall Construction	3000/-	1,17,000.0	120 days	Nrs. 39,02,554.39

Bidders shall download the bidding/Seal Quotation documents, prepare their bids and submit their electronic bids through E-procurement section of PPMO's Web Site <http://www.bolpatra.gov.np/egp> as specified in the Instructions to Bidders before 12:00 noon on 2078/09/19 and 2078/10/04. The bids will be opened at 14:00 hours on 2078/09/19 and 2078/10/04 in the presence of the bidders representatives who choose to attend in.
Administrative Office

पीएम कप

प्रदेश नम्बर १ र लुम्बिनी प्रदेशको विजयी सुरुवात

मध्याह्न संवाददाता धनगढी, ३ पुस
कैलालीको धनगढीमा शनिवारदेखि प्रधानमन्त्री कप महिला राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगिता सुरु भएको छ।

आयुष्य टण्डनले बनाएको ३ रन नै सर्वाधिक रन हो। टोलीका लागि लक्ष्मी रिजाल र अशु शाक्यले एक एक रन बनाउँदा ७ जना खेलाडी भने शून्यमा आउट भए।



प्रतियोगिताको पहिलो दिन भएका खेलमा प्रदेश नम्बर १ र लुम्बिनी प्रदेश विजयी भएका छन्। प्रदेश नम्बर १ ले कर्णाली प्रदेशमाथि १६० रनको फराकिलो जित दर्ता गर्दा लुम्बिनीले बागमतीलाई ७ विकेटले हरायो।

शनिवार नै फाफ्ला क्रिकेट मैदानमा भएको दोस्रो खेलमा बागमती प्रदेशमाथि लुम्बिनी प्रदेशले सानदार जित दर्ता गरेको छ।

उद्घाटन गरेका थिए। प्रतियोगिता पुस ११ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ। ७ प्रदेश र एक विभागीय गरी ८ टिम सहभागी प्रतियोगिता दुई समूहमा विभाजन गरी खेलाइदछ। समूह ए मा प्रदेश नम्बर १, लुम्बिनी प्रदेश, बाग्मती प्रदेश, कर्णाली प्रदेश र समूह बी मा नेपाल एपीएफ क्लब, सुदूरपश्चिम प्रदेश, गण्डकी प्रदेश र प्रदेश नम्बर २ रहेका छन्।

प्रतियोगिताको पहिलो खेलमा प्रदेश नम्बर १ विजयी भएको छ। उद्घाटन खेलमा प्रदेश नम्बर १ ले कर्णाली प्रदेशलाई १६० रनले हराएको हो। कर्णाली प्रदेश ६ रनमा अलआउट भयो।

दोस्रो खेलमा प्रदेश नम्बर १ ले कर्णाली प्रदेशलाई १६० रनले हराएको हो। कर्णाली प्रदेश ६ रनमा अलआउट भयो।

प्रतियोगिताको दोस्रो दिन पनि दुई वटा खेल सञ्चालन हुनेछन्। पहिलो खेलमा लुम्बिनी प्रदेश र कर्णाली प्रदेश प्रतिस्पर्धा गर्नेछन् भने दोस्रो खेलमा बाग्मती विकास मन्त्री लालबहादुर खड्काले टिमले ५ लाख, द्वितीयले ३ लाख, ओमान अफ द सिरिज २५ हजार, वेस्ट बलरले १५ हजार तथा वेस्ट व्याट्सओमानले १५ हजार, ओमान अफ द म्याचले २ हजार पुरस्कार प्राप्त गर्ने छन्।

दस जितेर पहिले ब्याटिङ गरेको प्रदेश १ ले कप्तान रविना क्षेत्री र अप्परी वेगमको अर्धशतकको मदतमा २० ओभरमा २ विकेट क्षतिमा १६६ रन बनायो। ७६ रनको पारी खेलेकी कप्तान क्षेत्रीले १० बलको सामना गर्दा १० चौका प्रहार गरिन्। अप्परीले ६१ रन बनाउँदा ६२ बलको सामना गर्दै ५ चौका प्रहार गरिन्। प्रदेश १ ले २९ रन अतिरिक्त पाएको पायो।

जवाफी ब्याटिङ थालेको लुम्बिनी प्रदेशले १२ दशमलव ५ ओभरमा २ विकेट क्षतिमा विजय लक्ष्य हासिल गरेको छ। लुम्बिनीलाई जिताउन कप्तान सरस्वती जिएमले सर्वाधिक २९ रन बनाईन्। निरु भण्डारीले १४ रन बनाउँदा टीमले १४ रन नै अतिरिक्त पायो। बाग्मतीका लागि अरिम्ना कर्माचार्य, आरती विडारी र खुशी डंगालले एक एक विकेट लिईन्। लुम्बिनीका लागि ३ विकेट लिएकी मधु डिप्सी प्लेजर अफ द

Advertisement for CLEAN FOR CARPET CLEAN COMPANY, Kuwait. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for DEEP JYOTI MANPOWER SERVICE PVT. LTD. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for ARAB MOFEZAT CORPORATION FOR GENERAL CONTRACTING, Riyadh. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for SALEH AYED BALARITH EST. FOR GENERAL CONTRACTING, Saudi. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for अल-जाफर ईन्टरनेशनल प्रा. लि. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for कोपिला भ्याली सेवा समाज. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for KATARMA ROJGAR, Doha. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for ALIEN GROUP PVT. LTD., Kathmandu. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for LAKKI E.A.A.R. SOLEUSAN PRA. LI., Jhapa. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for BASSAM HUSSAIN IBN MUHAMMAD AL MULHIM GENERAL CONTRACTING EST, Riyadh. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for SAPTAKOSHI HUMAN RESOURCE PVT. LTD., Kathmandu. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for OMAN MAN ROJGAR, Oman. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for Ashlesha International Recruitment Pvt. Ltd., Kathmandu. Includes contact info and a table of job positions.

Advertisement for ALODAH LPG COMPANY, Dammam. Includes contact info and a table of job positions.

मनाङ् शीर्ष स्थानमा उक्लियो
काठमाडौं, मस-शहीद स्मारक ए डिभिजन लिग फुटबलमा मनाङ् मस्यौडाडी फुटबल क्लब शीर्ष स्थानमा उक्लियो छ।

सफल भयो। च्यासल युथ क्लबमाथि १-० गोल अन्तरले पराजित गर्दै जावलाखेल तालिकाको दोस्रो स्थानमा उक्लियो छ। जावलाखेलको जीतमा निकालेस फर्नाण्डेसले गरेको एकमात्र गोल निर्णायक बन्यो।

शीर्ष स्थानमा रहेको मनाङ्ले १३ अंक जोड्दा दोस्रो स्थानमा रहेको मच्छिन्द्र क्लब ११ अंकसहित दोस्रो स्थानमा रहेको छ। पराजित भएको पुलिस ५ अंकसहित नवौं स्थानमा रहेको छ। पोखरा रंगशालामा मनाङ्लाई जिताउनका लागि कप्तान अञ्जन विष्टले २ गोल गर्दा निशान लिम्बुले १ गोल थपेका थिए।

कर्मणालीको नाम परिवर्तन सम्बन्धी सूचना
दोस्रो पटक प्रकाशित मिति २०७८/०९/०४ यस कम्पनीको मिति २०७८/०८/२५ मा सम्पन्न वार्षिक/विशेष साधारण सभाको निर्णय बमोजिम साविक कम्पनी ए.बि.सि.ई. बाल स्कूल प्रा.लि. (प्रा.लि. नं. ११२७५६) को नाममा रहेको सम्पूर्ण चल अचल सम्पत्ती तथा तिर्न पर्ने कर दायित्व आदी परिवर्तित कम्पनीले तिर्ने ब्यहोर्ने गरी कम्पनी रजिष्ट्रारको कार्यालयको मिति २०७८/०८/२९ को निर्णय अनुसार कम्पनीको नाम परिवर्तन गरी शानमाला विजयवस्तु एकेडेमी प्रा.लि. कायम गरिएको ब्यहोरा यसै सूचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ।

कर्मणालीको नाम परिवर्तन सम्बन्धी सूचना
प्रथम पटक प्रकाशित मिति २०७८/०९/०४ यस कम्पनीको मिति २०७८/०८/२० मा सम्पन्न वार्षिक/विशेष साधारण सभाको निर्णय बमोजिम साविक कम्पनी काठमाडौं सानदार मम प्रा.लि. (प्रा.लि. नं. २५५७७७) को नाममा रहेको सम्पूर्ण चल अचल सम्पत्ती तथा तिर्न पर्ने कर दायित्व आदी परिवर्तित कम्पनीले तिर्ने ब्यहोर्ने गरी कम्पनी रजिष्ट्रारको कार्यालयको मिति २०७८/०८/२९ को निर्णय अनुसार कम्पनीको नाम परिवर्तन गरी शानदार मम प्रा.लि. कायम गरिएको ब्यहोरा यसै सूचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ।

प्रथम पटक प्रकाशित मिति २०७८/०९/०४ यस कम्पनीको मिति २०७८/०८/२० मा सम्पन्न वार्षिक/विशेष साधारण सभाको निर्णय बमोजिम साविक कम्पनी काठमाडौं सानदार मम प्रा.लि. (प्रा.लि. नं. २५५७७७) को नाममा रहेको सम्पूर्ण चल अचल सम्पत्ती तथा तिर्न पर्ने कर दायित्व आदी परिवर्तित कम्पनीले तिर्ने ब्यहोर्ने गरी कम्पनी रजिष्ट्रारको कार्यालयको मिति २०७८/०८/२९ को निर्णय अनुसार कम्पनीको नाम परिवर्तन गरी शानदार मम प्रा.लि. कायम गरिएको ब्यहोरा यसै सूचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ।

Advertisement for कोपिला भ्याली सेवा समाज. Includes contact info and a table of job positions.

महिलादेखि शेयर बजार ओरालो लाग्दै आएको छ । ३ महिनाको अवधिमा ठण्डै १ हजार १ सय अंकले शेयर बजार घटेको छ । नेपाली शेयर बजारमा उच्च अंकले बढ्ने र घट्ने मुल प्रवृत्ति रहेको देखिन्छ । खुला अर्थराजनीतिको नाममा नेपाली शेयर बजारमा असाध्यै अस्वस्थ प्रतिस्पर्धात्मक वातावरण रहँदै आएको मान्नुपर्दछ । जसले गर्दा पुरै शेयर बजार वर्षेनी रुपमा अनिश्चयको भुमरीमा फस्ने र उठ्ने गरेको महशुस गर्न सकिन्छ । प्रस्तुत छ, नेपाली शेयर बजारको समसामयिक स्थिति र प्रवृत्तिको विषयमा मध्यान्ह राष्ट्रिय दैनिकका संवाददाता नारायण अर्यालले नेपाल पुँजीबजार लजानीकर्ता संघकी अध्यक्ष राधा पोख्रेलसँग गरेको कुराकानीको

‘शेयर बजारमा नीतिगत रुपमै समस्या छ’

राधा पोख्रेल
अध्यक्ष, नेपाल पुँजीबजार लजानीकर्ता संघ

समस्या त नीतिगत रुपमा नै सिर्जना भएको थियो । तर, बलेको आगोमा धिउ थप्ने काम चाहिँ प्रचण्डबाट भएको हो ।



पछिल्लो शेयर बजारको प्रवृत्तिबारे तपाईंको के टिप्पणी रहेको छ ?

३ महिनादेखि बजार क्रमिक रुपमा घटिरहेको छ । राष्ट्रियकले व्यापको मौद्रिक नीतिले लगानीकर्ताहरूले ऋण लिँदा १२ करोडसम्मको व्याप लगाउने काम गर्थे, जसले गर्दा लगानीकर्तामा चरम निराशा छाउने काम गर्थे । त्यससँगै कहिले



अर्थमन्त्रीको अभिव्यक्ति र कहिले माओवादी अध्यक्ष प्रचण्डको अभिव्यक्तिले बजारमा धेरै नै उतारचढाव भइरहेको छ ।

के बजारको विषयमा प्रचण्डको विश्लेषणात्मक प्रवृत्तिले पनि असर गर्नु भन्न मिल्छ ?

समस्या त नीतिगत रुपमा नै सिर्जना भएको थियो । तर बलेको आगोमा धिउ थप्ने काम चाहिँ प्रचण्डबाट भएको हो ।

मौद्रिक नीतिसँगै शेयर बजारमा अस्वभाविक उतारचढाव देखियो, जुन कुरा तपाईंले पनि भन्नुभयो । यसमा मुख्य लगानीकर्ता र नीतिनिर्माण तहको सांठगांठको आरोप पनि छ नि । जस्तै केही मुख्य लगानीकर्ताहरूले मौद्रिक नीतिसँगै आफ्नो बजारको तुल्य हिस्सा फिर्ता लिएर भन्ने पनि छ । आरोप त जे पनि लगाउन सकिन्छ । तर नीतिगत रुपमा सांठगांठ नै भएको छ भनेर त मान्न सकिदैन । किनभने

शेयर बजारमा मात्रै होइन, हरेक क्षेत्रमा त्यस्तै छ नि । यहाँ राज्यको नीति नै त्यस्तै छ । स्टेबल पोलीसी कुनैपनि छैन । रातारात मान्छेहरू चेन्ज हुँदा पोलीसीहरू पनि चेन्ज हुन्छन् । त्यसले गर्दा शेयर बजारमा मात्रै होइन, हरेक सेक्टरमा अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा छँदैछ नि ।

लगानीकर्ताको लागि बजार बढ्दा उनिहरूले नै कमाउने हो, हैन र ? र घट्दा उनिहरूको नै घट्ने हुन्छ ।

केही पहुँचका लगानीकर्ता, पुराना लगानीकर्ता र ठुला लगानीकर्ता पनि भन्थे, उनिहरूले बजारको ट्रेन बुझ्ने हुन्छन् । नयाँ लगानीकर्ता वा बजारमा भर्खरै प्रवेश गरेका लगानीकर्ताहरू उनिहरूले उनिहरूले कम बुझ्ने हुन्छन् । यसले गर्दा यस्तो त भै नै हाल्छ । १८ सय ८९ हुँदाखेरि पनि साना फसे ठुला निस्कें भनिएको थियो । २ सय ९२ मा बजार फर्दा खेरी पनि ठुला निस्कें साना फसे भनिएको थियो । तर समस्या नीतिगत तहमा नै छ । अफवाह फैलिने कुरा चाहिँ जुन समय थियो त्यहि समयको लागि मात्रै रहन्छ । तर लामो समयसम्म बजारमा प्रभाव पार्ने कुरा चाहिँ नीतिगत रुपमै हुने निर्णयले हो ।

त्यसोभए ठुला लगानीकर्ताले नीतिगत तहमा षडयन्त्रमुलक ढंगले मिलेमतो गरी आफ्नो हिस्सा निकाल्ने र बजारमा समस्या आएको होइन ?

लकडाउनको समयमा धेरै लगानीकर्ता शेयर बजारमा भित्रिएका छन् । ति लगानीकर्ताहरू अन्य व्यवसाय खुल्दै जाँदा अन्य क्षेत्रमा पनि जाउँ भनेर लाग्दा पैसा बाहिरिएको भए छुट्टै कुरा हो, नभए पुरा सांठगांठ गरेर आफ्नो भएको सम्पत्ती पनि बजारमा गुमाएर त्यस्तो चाहिँ भएको छ जस्तो लाग्दैन । ठुला लगानीकर्ताहरूले कुनै कम्पनीमा खेल्न सक्छन्, तर पुरै शेयर बजारमा चाहिँ खेल्न सक्दैनन् ।

शेयर बजारका मुख्य लगानीकर्ताहरूले अस्वस्थ ढंगले होल्ड र रिलिज गर्ने कार्यले गर्दा खेरी शेयर बजारमा बढी उतारचढाव हुने गरेको भनेर आरोप पनि छ नि ?

मैले अघि पनि भने, ठुला लगानीकर्ताहरूले बजारका सिमित कम्पनीमा चाहिँ खेलाउन सक्छन्, तर समय शेयर बजारमा हस्तक्षेप गर्न चाहिँ सक्दैनन् । कुनै कम्पनीको सञ्चालक र ठुला लगानीकर्ताहरू भनेको पहुँचवाला लगानीकर्ताहरू भए । उनिहरूले सिमित कम्पनीलाई चाहिँ खेलाउन सक्छन्, जसले इन्डक्समा थोरै असर गरेपनि दिर्घकालिन रुपमा बजारमा तिनहरूकै प्रभाव छ भनेर चाहिँ मान्न सकिदैन ।

नेपालमा केहीको पनि छैन नि स्वस्थ प्रतिस्पर्धा त । शेयर बजारमा मात्रै होइन, हरेक क्षेत्रमा त्यस्तै छ नि । यहाँ राज्यको नीति नै त्यस्तै छ । स्टेबल पोलीसी कुनैपनि छैन । रातारात मान्छेहरू चेन्ज हुँदा पोलीसीहरू पनि चेन्ज हुन्छन् । त्यसले गर्दा शेयर बजारमा मात्रै होइन, हरेक सेक्टरमा अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा छँदैछ नि ।

प्रसंग बदलौं । के शेयरको दोस्रो बजारमा गरिएको लगानीले राज्यको पुँजीवृद्धिमा टेवा पुऱ्याउँछ ?

एकदमै पुऱ्याउँछ, किनभने एउटा त राज्यलाई के फाइदा हुनेभन्ने भने हामीले ट्याक्स बुझाउँछौं । गएको लकडाउनको

समयमा सबैजना घरभित्र थुनिएर बसेको, व्यापार व्यवसाय सबै बन्द भएको अवस्थामा राज्यले शेयर बजारबाट मात्रै राजस्व संकलन गरेको थियो । त्यहाँनेर राज्यलाई नै सहयोग पुगेको थियो । त्यो संगसँगै देशभरी छरिएर रहेको पुँजी शेयर बजार मार्फत एकिकृत भएर आउँछ, यसले गर्दाखेरि पनि राज्यलाई सहयोग नै हुन्छ ।

शेयरको दोस्रो बजारका लगानीकर्ताहरूले कारोवार गर्छन्, राज्यलाई ट्याक्स बुझाउँछन् । उनिहरूले कमाएको हिस्साबाट उद्यम र रोजगार सिर्जनाको क्षेत्रमा केही गरेका छन् भनेर उदाहरणको रुपमा देख्न सकिन्छ ?

पुँजीबजारमा आउने जतिपनि पैसा छ । यो भनेको त राज्यलाई ट्याक्स तिरेर आएको पैसा हो । संगसँगै पुँजीबजारमा प्रवेश गरेपछि हामीले ट्याक्स नै बुझाउने हो । हामीले गरेको व्यवसाय नै यहि हो । अर्को व्यवसाय गरेका छौं भनेर कसरी देखिन्छ र ? देखिदैन नि त । जसले दोस्रो बजारमा प्रवेश गरिरहेका छन्, यो त सबैलाई थाहा हुने कुरा हो नि । उसले शेयरमा कति लगानी गरेको छ, कति कित्ता शेयर किनेको छ, आदि कुरा तपाईंले पनि झोकबाट डिटेल हेर्नुभन्ने थाहा भैहाल्छ नि त । शेयर बजार भनेको एकदमै राम्रो लगानीको क्षेत्र हो ।

अन्तिममा, तपाइले दोस्रो बजारमा प्रवेश गर्दा सम्बन्धित संस्थाको आर्थिक कारोवारबाट मुनाफा हुन्छ भनेर लगानी गर्नुहुन्छ कि ? शेयरलाई दाउमा राखेर खेल खेलेर नाफा कमाउने भनेर लगानी गर्नुहुन्छ ?

बजारमा हामीले लगानी गर्ने भनेको सम्बन्धित संस्थाको प्रतिफलको अनुमानको आधारमा नै लगानी गर्नुपर्छ । तर बजारको ट्रेन हेरेर बजारमा महिना दिन २ महिना शेयर पालेर बेच्दा त्यसबाट पनि क्यापिटल गेन हुन्छ भनेर पनि गर्न सकिन्छ । तर मैले गर्दा वा लगानीकर्ताले गर्दा बुझनुपर्ने कुरा चाहिँ सम्बन्धित संस्थाको प्रतिफल हेरेर नै लगानी गर्नुपर्ने हुन्छ ।

गलैचामा बुनिएको अंकितको सपना



रेशम अधिकारी, मध्यान्ह
काठमाडौं, ३ पुस

जीवन एक यात्रा हो । यहाँ हजारौं सपनाको जन्म हुन्छ । कुनै सपना उनिन्छन्, बुनिन्छन् त कुनै तोडिन्छन् । सपना तोडिन्छन् भन्दैमा नदेख्न पनि त भएन । भूईँभरि रङ्गीविरङ्गी धागोका गोलीहरू लडिरहेका छन् । कोही तान लगाउँदै

छन्, कोही बुन्दै छन् । भोजपुरकी अंकिता राई भने गलैचा बुन्दैछिन् ।

भोजपुर घर भै हाल काठमाडौँस्थित अपाङ्ग संघमा 'विआइए फाउन्डेसन' जोरपाटीमा एक छोरा र श्रीमानसहित आफ्नो जीवन बिताउँदै गरिकी अंकिता यति बेला आफ्नो सपनाको घरमा पखाल लगाउँदै छिन् ।

बालापन मै पोलियो रोगको शिकार भएकी अंकिताको कम्मर तलको अंग चल्दैन । राईको दिनचर्या यस्तै गलैचा बनाउँदै विन्छ । उनका अनुसार एउटा गलैचा बुन्न एक मानिसलाई लगभग २५ दिन लाग्छ । 'गाडी दुर्घटनामा परेर श्रीमान पनि अपाङ्ग हुनुहुन्छ' अंकिता भन्छिन्, 'अहिले यहाँ सीप सिक्नु भन्थ्यो आफ्नै गलैचा उद्योग खोल्ने सपना छ ।'

उनी भोजपुरबाट काठमाडौँ आउँदा गलैचाको नामै सुनेकी थिइन् । सिक्न पनि अति गाह्रो कुरा थियो । तर पनि सकिन्छ भन्ने विश्वासले सहज रुपमा सिक्दै छिन् । उनीहरूको रोजगारी चलेको छ र 'विआइए'ले पनि गलैचा उत्पादन गरेको छ ।

अपाङ्ग रहेका खगेन्द्र बहादुर वस्नेतको परिक्लपना अनुसार २०२६ सालमा स्थापना भएको 'नेपाल अपाङ्ग संघ खगेन्द्र नवजीवन केन्द्र' बेसहारा अपाङ्गता भएका व्यक्तिको सहायको थलो रहेको छ । राजधानीको जोरपाटी हुँदै साँखु जाने बाटोमा नारायणटार चोक र बागमती पुलको बीचमा अर्वास्थित खगेन्द्र नवजीवन केन्द्रले आफ्नो नियमित व्यक्तिगत

काम गर्न नसक्ने 'क' वर्गका पूर्ण अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई सेवा प्रदान गर्दै आएको छ । यहाँ अर्वास्थित १८ जना अपाङ्गहरूको खर्च नेपाल सरकारले गर्छ भने बाँकी केन्द्रले कार्यालय परिसर अगाडिका सटर भाडाबाट हुने आम्दानी तथा विभिन्न दाताको सहयोगमा व्यवस्थापन गर्दै आएको छ । शारीरिक असक्षमता कसैको रहिर हुँदैन । यो त कुनै पनि मानिसहरूलाई हुन सक्ने कुरा हो । जसलाई जसरी पनि र जहिले सुकै हुन सक्दछ । शारीरिकरूपमा असक्षम भएको मानिसहरूलाई कठैवरा छि छि र दूर दूर हैन सहायभूति, माया र अवसरको अनुभूति दिन आवश्यक हुन्छ ।

के तपाईंको कम्प्युटर, प्रिन्टर, फोटोकपी आदी विग्रीएकोछ ?
यदी छ भने हामीलाई सम्झनुहोस् ।

हाम्रासेवा तथा सुबिधाहरु
● कम्प्युटर / प्रिन्टर / फोटोकपी आदी खरीद, बिक्रि तथा मर्मत,
● टोनर कार्ट्रिज रिफिल,
● CCTV, EPABX बिक्रि तथा मर्मत,
● अफिसका लागि चाहिने फर्निचरसहित सम्पूर्ण सामानहरु,
● कम्प्युटर / प्रिन्टर / फोटोकपी आदीको वार्षिक सर्भिस ।

नुम्स कम्प्युटर्स प्रा.लि.

मो. ९८४९५६५७८९, ९८८०८७५००२, ९८४९५६५७८९

जाडोबाट बच्न निम्न
उपायहरू अवलम्बन गरौं ।

- तातो भोलिलो पदार्थको प्रशस्त मात्रामा पिउने गरौं,
- न्यानो कपडा लगाऔं,
- घाम वा आगो तापीं,
- तेल मसाज गरौं,
- शारिरीक व्यायाम गरौं,
- बालबालिका, जेष्ठ नागरिक तथा अशक्तले सकेसम्म चिसोको समयमा घरबाहिर ननिस्कौं,
- ताजा र पौष्टिक खानेकुरा खाऔं,
- जाडोबाट बच्ने नाममा धुप्रपान तथा मद्यपान नगरौं,
- स्वास्थ्यमा कुनै समस्या परेमा स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श लिऔं ।



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड