



उपाध्यक्ष समावेशी पोषण कार्यक्रम

कैलालीके ३ सय ९१ सुत्केरी महिलाहे पोषण सामग्री उपहार

धनगढीमे जारी सीप तथा रोजगार मेला सम्पन्न

पहुरा समाचारदाता

हनुलिया, १५ चैत । कैलाली जिल्लाके कैलाली गाउँपालिकास्थित टमान वडाके ३ सय ९१ जाने सुत्केरी महिलाहुकनहे पोषण सामग्री डेगिल बा ।

उपाध्यक्ष समावेशी पोषण कार्यक्रम अन्तर्गत कैलाली गाउँपालिकाके वडा नम्बर २, ३, ५, ६, ८ ओ ९ वडामे एक बरस भितरके सुत्केरी महिलाहुकनहे पोषण सामग्री वितरण कैगिल कैलाली गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख नरेशकुमार चौधरी जानकारी डेलै ।

उपाध्यक्ष समावेशी पोषण कार्यक्रम अन्तर्गत थारु महिला संजालसे वडामे रहल स्वास्थ्य संस्थाके सहकार्यमे सुत्केरी महिलाहुकनहे पोषण सामग्री वितरण करल उहाँ जनेलै ।

कैलाली गाउँपालिका वडा नम्बर २ मे ४६ जनहन, वडा नम्बर ३ मे १०४ जनहन, वडा नम्बर ५ मे ३९ जनहन, वडा नम्बर ६ मे २६ जनहन, वडा नम्बर ७ मे ५५ जनहन, वडा नम्बर ८ मे ६८ जनहन ओ वडा नम्बर ९ मे ५१ जनहनमे पोषण सामग्री वितरण करल स्वास्थ्य शाखा प्रमुख नरेशकुमार चौधरी बटैलै । उहाँ कहलै, 'थारु महिला संजालसे सम्बन्धित वडाके स्वास्थ्य संस्थासे उपलब्ध कराइल तथ्याडक अनुसार पोषण सामग्री हस्तान्तरण कैगिल हो ।' कैलाली गाउँपालिका भितरके स्वास्थ्य संस्थामे गर्भवती हुइल बेलासे



गर्भ चेकजाँचसे लेके वडास्थित बर्थिङ सेन्टरमे बच्चा जल्मुइया एक बरस भितरके (लरकोरुइया) सुत्केरी महिलाहुकनहे पोषण सामग्री वितरण कैगिल उहाँ जनेलै ।

गाउँपालिका उपाध्यक्ष भगवतीकुमारी चौधरी 'उपाध्यक्ष समावेशी पोषण कार्यक्रम' अन्तर्गत पोषण सामग्री वितरण करेपाके खुशी लागल बटैली ।

उहाँ कहली, 'एक ठो लरकोरुइया डाई जब बच्चा जल्मा सेकलपाछे उहीहे पोषण तथा सरसफाई सबसे ढेर आवश्यक रहल ओरसे यी सामग्री वितरणपाछे डाई बच्चाके पोषण तत्वमे सहयोग पुगनाके साथे स्वास्थ्य क्षेत्रमेफे राहत पुगी । पोषण सामग्रीसे डाई ओ बच्चाहे फाईदा पुगना ओरसे सामग्री हस्तान्तरण करल हो । लरकोरुइया डाई पोषण युक्त खाना खैले प्रयाप्त मात्रमे दुध अइना ओ उहीहे बच्चनहे कुपोषणसे

बचैना महत पुन उहाँ बटैली ।

यिहीसे आघे यी कार्यक्रम नैरहल मने अपनेहुके जनप्रतिनिधिके रुपमे आइलपाछे महिलाके पीडा बुझके यी कार्यक्रम ल्यानल उपाध्यक्ष बटैली । एक बरसके सुत्केरी महिलाहुकनके पोषण सामग्री वितरण करटी रहल यी कार्यक्रम असौ टिसरा बरस रहल उहाँ जनेली ।

सुत्केरी महिलाहुकनके पोषण सामग्रीमे चना एक किलो, केराउ एक किलो, भटमास आधा किलो, दूधपेस्ट, ब्रस, नोह कटनी, वेवी सोप, वेवी क्रिम, लगैना तेल एक/एक पिस, घिउ आधा किलो, किसमिस, बदाम, एक/एक प्याकेट, प्याड, भोलासहित वितरण कैगिल थारु महिला संजालके आरती चौधरी बटैली ।

कैलाली गाउँपालिका वडा नम्बर २ शुक्रके रोज पोषण सामग्री वितरण कार्यक्रममे हुइल रहे । संजालके कैलाली

गाउँपालिका अध्यक्ष कृष्णी चौधरीके अध्यक्षतामे हुइल कार्यक्रममे कैलाली गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख नरेशकुमार चौधरी प्रमुख अतिथि रहल रहित । कार्यक्रममे सम्बोधन करटी उहाँ एक ठो लरकोरुइया डाईहे आपन बच्चाहे प्रयाप्त मात्रमे दुध डेना ओ स्वास्थ्य राखेक लाग पोषणयुक्त खानाके साथे हाइजिनिक किटबकड अनिवार्य रहे पना बटैलै । डाई मने स्वास्थ्य नैरहलेसे बच्चाहे स्वास्थ्य धारे नैसेवना कहटी सुत्केरी अवस्थामे आउर ढेर खानापान ओ स्वास्थ्य सरसफाई ध्यान डेहे पना बटैलै ।

कार्यक्रममे विशिष्ट पहना वडा नम्बर २ के वडा सदस्य सन्तराम चौधरी, वडा सदस्य राजकला खनाल, बसौती स्वास्थ्य चौकीके सल्लाहकार संयोजक नविन कुमार बोहरालगायत रहल रहित । कार्यक्रमके संचालन संजालके सचिव अनिता चौधरी बोहरा करल रहित । कार्यक्रममे संजालके गीता चौधरी, अनिता चौधरी, मञ्जु चौधरी, पोषण सहजकर्ता प्रियंका चौधरीलगायतके सहभागिता रहे ।



पहुरा समाचारदाता

धनगढी, १५ चैत । धनगढी उपमहानगरपालिका वडा नम्बर १ के खुला मञ्चमे जारी सीप तथा रोजगार मेला सम्पन्न हुइल बा ।

धनगढी उपमहानगरपालिकाके आयोजनामे सञ्चालित उ मेला शुक्रके

रोज एक कार्यक्रमके बिच सम्पन्न हुइल हो । मेलामे सहभागी प्रशिक्षार्थी ओ प्रशिक्षकहुकनहे प्रमाण-पत्र हस्तातरण करटी मेलाके समापन हुइल रहे ।

कार्यक्रममे प्रमुख अतिथि तथा उपप्रमुख कन्दकला राना सीप तथा रोजगार मेलासे (बाँकी २ पेजमे)

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!

श्री सरोकारवाला सबै

प्रस्तुत विषयमा धनगढी उपमहानगरपालिकामा स्थापना भएको यस दैलो टाभल्स प्रा.लि.लाई १० वटा EV-Taxi आवश्यक रहेको हुँदा इच्छुक व्यक्तिले १५ दिनभित्र आफ्नो नाम दर्ता गर्नहुन जानकारी गराईन्छ ।

सम्पर्क नं. ९७६४४१७५९६, ९८२२६२३२०८, ९८००६५६४०४

दैलो टाभल्स प्रा.लि.

धनगढी, कैलाली

कैलालीमे पुल निर्माण सुस्त



पहुरा समाचारदाता

धनगढी, १५ चैत । कैलालीमे प्रदेश सरकारके लगानीमे बन्टी रहल तीन सडकके पुल निर्माणके कार्य सुस्त बनल बा । सुर्मिनाला पुल, चौमाला पुरान बजार लडियाके पुल ओ अण्डैया जैना डगरामे पर्ना कटैनी लडियामे बन्टी रहल सडक पुल निर्माणके कार्य सुस्त हुइल हो ।

आर्थिक बरस २०७६-७७ मे ठेक्का होके निर्माण कार्य आघे बहाइल पुलके भौतिक प्रगति आधा किल हुइल बावै । बहुवर्षीय आयोजनाके यी पुलके भौतिक प्रगति सन्तोषजनक नैडखेल पूर्वाधार विकास कार्यालय जानकारी डेले बा ।

कैलाली गाउँपालिका-३ सुर्मी नालामे बन्टी रहल सडक पुलके दुईचो म्याद थप

करलेसे फेन निर्माण कार्य पूरा हुइल नैहो । २६ मिटर उ पुलके चार करोड ९६ लाख ९१ हजार रुपियाँमा ठेक्का सम्भौता हुइल रहे । पुल निर्माण कम्पनी तीन करोड ६१ लाख रुपियाँ भुक्तानी लेसेकल पूर्वाधार विकास कार्यालय जनेले बा ।

यी पुल निर्माणके लाग आर्थिक बरस २०७६-७७ मे धनगढीके थेगिम कन्स्ट्रक्सन प्रा.लि.सँग ठेक्का सम्भौता करल रहे । २०७८ पुस १८ मे निर्माण कार्य पूरा होसेके पनामे पुल दुईचो म्याद थप कैलेसे फेन अभिन अधुरे रहल बा ।

ओस्टके, गौरीगंगा नगरपालिका-१ ओ २ जोना चौमाला पुरान बजार लडियामे बन्टी रहल पुलके भौतिक प्रगति ५० प्रतिशत किल पुगल बा । सात करोड २३

लाख ८० हजार रुपियाँ लागतमे यी पुल बन्टी रहल बा ।

वाइपी कन्स्ट्रक्सन यी पुल बनैना जिम्मा पाइल बा । निर्माण कम्पनी हालसम दुई करोड तीन लाख ४० हजार रुपियाँ भुक्तानी लेसेकल जनाइल बा । यी पुल निर्माणमे १२ करोड ७३ लाख ६८ हजार रुपियाँ लागत अनुमान करल रहे ।

ओस्टके, गौरीगंगा नगरपालिका-५ ओ ९ जोना अण्डैया जैना डगरामे पर्ना कटैनी लडियामे बन्टी रहल पुलके भौतिक प्रगति ६० प्रतिशत किल पुगल बा । यी पुल निर्माणके ठेक्का फेन वाइपी कन्स्ट्रक्सन पाले बा । आठ करोड ९५ लाख ८२ हजार लागत अनुमान करल पुलके ठेक्का पाँच करोड २८ लाख रुपियाँमे हुइल पूर्वाधार विकास कार्यालयके सूचना अधिकारी इन्जिनियर विनोद खड्का बटैलै ।

यी पुल निर्माणमे हालसम तीन करोड ७९ लाख ५४ हजार रुपियाँ बजेट खर्च होसेकल पूर्वाधार विकास कार्यालय जानकारी डेले बा । चालु आर्थिक बरसमे कैलालीमे प्रदेश सरकारके लगानीमे तीनठो पुल आयोजना कार्यान्वयनके क्रममे रहल इन्जिनियर खड्का बटैलै । "औरे पुलके काम ओराइल बा," उहाँ कहलै ।

पेट, छाती, मुटु तथा थाईराईड विभाग

उपचार हुने रोगहरु

- उच्च रक्तचाप, दम तथा मुटु रोगको उपचार
- सुगर (मधुमेह), थाईराईड रोगको उपचार तथा परामर्श
- मिर्गी रोग, प्यारालाइसिस (पक्षघात) तथा अन्य नशा सम्बन्धी रोगको उपचार
- छाती दुस्ले, पेट दुस्ले समस्याको उपचार
- ज्वरो आउने, टाउको दुस्ले तथा पुरानो जटिल रोगको उपचार तथा परामर्श
- सिकल सेलरोग तथा अन्य रगत कम (Anemia) को उपचार तथा परामर्श

२४ सै घण्टा आकस्मिक उपचार

ओ.पि.डी. सेवा प्रत्येक दिन (बिहान ८ देखि साँझ ५ बजेसम्म)



डा. सुमन चौधरी

MBBS, MD (KU)
NMC No. 15308
कन्सल्टेन्ट फिजिसियन



धनगढी

संजिवनी अस्पताल प्रा. लि.

९ (राष्ट्र बैंक चौक, धनगढी-५) ७ सम्पर्क नं. ०९१-५९०३२८, ९७६४२१२७२७, ९७६९९३२१०५

स्माईल चौधरीसे प्रकाशित

सठपाढक : प्रेम चौधरी (९८४८४२२१०७)

कार्यकारी सठपाढक : राम दहित (९८४८४९४१८)

भाषा सल्लाहकार : दिलबहादुर चौधरी

पहुँचा सठपाढक : कृष्णराज सर्वहारी

कागूनी सल्लाहकार : अधिवक्ता जोहारीलाल चौधरी

व्यवस्थापक सल्लाहकार : राजकुमार चौधरी

प्रधान कार्यालय: धन.पा.- ८, शिवनगर, कैलाली (नमस्ते सहकारी भवन)

मसुरिया शाखा: दिनेश दहित (९८१२६४१६०१)

हसुलिया शाखा: नरेन्द्र चौधरी (९८४८५४३०३६)

पहलमानपुर शाखा: जीवन चौधरी (९८४७५०१८८७/९८२५६२९३०५)

प्रधान कार्यालय धनगढी

E-mail: dailypahura@gmail.com,

Website: pahura.com

मुद्रक : समेजी अफसेट प्रेस, बेहडी, धनगढी

स्थानीय तहमे भूमि आयोगके कर्मचारी खटैना तयारी

पहुरा समाचारदाता धनगढी, १५ चैत । भूमि समस्या समाधान आयोगसे स्थानीय तहमे कर्मचारी खटैना तयारी करले बा । आयोगसे स्थानीय तहके कर्मचारीसँग मिलके जग्गा नापजाँचके काम करक लाग प्राविधिक कर्मचारी खटाइ लागल हो । जेकर लाग कैलालीमे संघसे ३० जाने कर्मचारी आइल बाटै । २० जाने अभिन ओ १२ जाने सर्वेक्षक रहल बाटै । ओइनहे आयोगसे करारमे नियुक्त करल रहे । कैलालीके १३ स्थानीय तहमे ओइनहे आवश्यकताके आधारमे कर्मचारी पठैना भूमि समस्या समाधान आयोग कैलालीके

सदस्य सचिव जनक भट्ट बटैलै । कैलालीमे ७० प्रतिशत जग्गाके नापजाँचके काम पूरा हुइल आयोगके दाबी रहल बा । कैलालीमे ढेर संख्यामे भूमिहीन दलित, सुकुम्वासी तथा अव्यवस्थित बसोवासी रहल बाटै । कैलालीमे एक लाख ३० हजार ढेर भूमिहीन दलित, सुकुम्वासी तथा अव्यवस्थित बसोवासी जग्गाधनी पुर्जा प्राप्तिके निवेदन दर्ता कराइल भूमि आयोगके तथ्यांक रहल बा । अव्यवस्थित बसोवासी, भूमिहीन दलित ओ भूमिहीन सुकुम्वासीहे जग्गाके स्वामित्व हस्तान्तरण कैना प्रयोजनके लाग जिल्लाके १३ पालिकामे जग्गा नापजाँचके काम जारी रहल बा ।

धनगढीमे जारी...

अपनमे आत्मानिर्भर केन्ह नाही आत्माबल समेत बहल बटैली । उहाँ मेलासे उपमहानगरपालिकाके केल नैहुके सुदूरपश्चिमके आर्थिक समृद्धि हुइल बटैली । अब्बे कयौं युवा विदेश पलायन हुइटी रहल बेला मेलासे उपमहानगरपालिका प्रति आर्कषण समेत बहल उहाँ बटैली । मेलासे उपमहानगरपालिकाके भारी महत्वपूर्ण विकास ओ योजना सफल हुइल उहाँ बटैली । उहाँ आगामी वर्षमेफे मेलाहे निरन्तरता डेना बटैली । उपमहानगरपालिकासे फागुन ८ गतेसे सञ्चालित टमान आठ विधामे २९ मेरिक तालिम सुदूरपश्चिमके नौ जिल्लाके ३९ स्थानीय तहके युवाहुकनहे सीप तालिम प्रदान करल रहे । तालिममे सहभागी हुइलमे पाँच सय ७० जाने पुरुष ओ चार सय ७० जाने महिला बटै । तालिमके लाग सुदूरपश्चिमके ८८ स्थानीय तहसे आवेदन डेइलमे चार हजार आठ सय ३० जानेमध्ये अन्तिम छनौटमे परल एक हजार ४० जाने युवाहुके सीप

सिखल हुइत । छनौट हुइल युवाहुकनहे तालिम अवधि भर एक महिना सीप तालिम डेहल रहे । सीप तथा रोजगार मेलामे मोबाइल तथा सीसीटीभी मर्मत, ब्रिडिड इलेक्ट्रिकल, एसी तथा रेफ्रिजरेटर मर्मत, अटो क्याड, हार्डवेयर नेटवर्किङ, ग्राफिक्स डिजाइनिङ, डिजिटल मार्केटिङ, पुरोहित तालिम, इसीडी वालविकास शिक्षक, फेसन डिजाइन, एडभान्स टेलरिङ, हेयर कटिङ तथा स्टाइलिङ, नाई (बार्बर), एडभान्स व्युटिसियन, प्लम्बिङ, वेल्डिङ, इलेक्ट्रिक भेहिकल (ईभी) मर्मत तथा लेखा व्यवस्थापन तालिम सञ्चालन करल रहे । ओस्टेक करके सांस्कृतिक पोसाक निर्माण, बेतबॉस क्राँ ट, टायल तथा मार्बल फिक्स्चर, डकमी, मोटरसाइकल तथा स्कुटर मर्मत, रिसेप्टनिष्ट, वेटर, कफी बारिस्टा, हाउस पेन्टिङ, फर्निचर तथा फास्टफुड कुकिङ तालिम सञ्चालन करल रहे । सीप तथा रोजगार मेलाका लागि दुई करोड ५० लाख रुपया खर्च हुइल उपमहानगरपालिका जनैले बा ।

सल्लो आँख्ला बिकी सम्बन्धी ७ (सात) दिने सूचना

पत्रिकामा प्रथम पटक प्रकाशित मिति: २०८१/१२/११ गते

यस सर्वडिभिजन वन कार्यलय पण्डौनमा रहेको सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको वन क्षेत्रमा डिभिजन वन कार्यालय पहलमानपुर, कैलाली च.नं. ४८ को मिति २०८१/९/२२ आदेश अनुसार आर्थिक वर्ष २०८१/२०८२ को सल्लोको आख्ला संकलन सहमतीको आधारमा संकलन गरी घाटगद्दीमा मौज्दात रहेको सल्लो आख्ला २२६५ गोटाको ४८५५ केजी सिलबन्दी बोलपत्रद्वारा लिलाम बिक्री गर्नुपर्ने भएकोले आन्तरिक राजश्व कार्यालयमा दर्ता भई स्थायी लेखा नम्बर भएका सप्लायर्स, जडीबुटी तथा काष्ठ व्यावसायी व्यक्ति / फर्म वा कम्पनी / उद्योगले यो सूचना प्रथम पटक प्रकाशित भएका मितिले ७ (सात) दिनभित्र यस सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिको कार्यालयमा खरीद गर्न सकिने दररेटसहितको सिलबन्दी निवेदन पेश गर्न हुन सम्बन्धित सबैको जानकारीका लागि जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । विस्तृत जानकारीको लागि यस समूहको कार्यालयमा सम्पर्क गर्न हुन समेत सूचित गरिन्छ ।

अध्यक्ष

श्री सल्लेरी सामुदायिक वन उपभोक्ता समूह

मोहन्थाल गाउँपालिका-४, बडीखर्क, कैलाली

विष्णुप्रति समर्पित कृष्ण एकादशी

यी वर्ष चैत्र १२ गते मंगरके रोज पापमोचनी एकादशी परल रहे । चैत्र कृष्ण एकादशी तिथिहे पापमोचनी एकादशीके नामसे चिन्हजाइठ । हिन्दू पञ्चांग अनुसार प्रत्येक महिनाके ११औं तिथिहे एकादशी कहिजाइठ । एकादशीहे भगवान विष्णुप्रति समर्पित करजाइठ । एक महिनामे दुईपक्ष रहठ । एक कृष्ण पक्ष ओ ठोसर शुक्ल पक्ष कैके एक महिनामे दुईठो एकादशी रहठ । यी मेरिक वर्षमे २४ ठो एकादशी रहठ । मने, अधिकमासके स्थितिमे भर २६ ठोसम रहठ । विधान अनुसार एकादशी व्रतके दिनचर्या तीन दिनसमके रहठ । उपवासके आघेक दिन अपरान्ह पश्चात भोजन ग्रहण नैकरना ओ व्रतके दिन व्रत विधान पालन करना ओ बिहानके द्वादशी तिथिके दिन सूर्योदय पश्चात किल व्रत समापन करना कना शास्त्रीय मान्यता रहल बा । जोन व्यक्ति कौनो खास कारणसे एकादशीके व्रत रहे नैसेकठ, उ एकादशीके दिन अन्नके, विशेषकैके चामलके सेवन नैकरना, परनिन्दा तथा भट्टसे बचे परठ । जोन व्यक्ति एकादशीके दिन विष्णु सहस्र नाम पाठ करठै, उ भगवान विष्णुके विशेष कृपा प्राप्त हुइठ । यदि तिथिसे दुई दिन एकादशी भेटलेसे वैष्णवहुके दोसर दिन ओ औरे पहिल दिन एकादशीके व्रत ढरे परठ ।

व्रत विधान: एकादशी व्रतके दिन प्रातकालमे स्नानदी कर्मसे निवृत्त होके भगवान विष्णुके पूजा करे परठ । घ्यूमे बाती बारके अपने जान-अन्जानमे करल पापसे मुक्ति पाइक लाग प्रार्थना करे परठ । ‘ॐ नमो भगवते वासुदेवाय’ मन्त्र जप करे परठ । पापमोचनी एकादशी व्रत कथा: भगवान श्रीकृष्णसँग अर्जुन कठै- ‘हे मधुसूदन ! हजुर फाल्गुनमास शुक्ल पक्षके आमलके एकादशीके बारेमे विस्तारपूर्वक बटैलै । चैत्र मासके कृष्ण पक्षमे अडना एकादशीके नाम का हो ? ओ ओकर विधि का हो ? कृपापूर्वक मोर जिज्ञासा मेटा डोउ ।’ भगवान श्रीकृष्ण कठै- ‘हे अर्जुन ! चैत्र कृष्ण पक्षके एकादशी तिथिहे पापमोचनी एकादशीके नामसे जानजाइठ । एक समयके बाट हो, पृथ्वी पति राजा मन्धाता लोमस ऋषिहे यिहे प्रश्न करले रहै । टबेमारे ऋषिलोमस राजा मन्धमताहे जा बाट बटैलै ओह बाट मै टुहिन बटाइदुँ ।’ धर्म सम्बन्धी गहिर रहस्यके जाता महर्षि लोमससँग राजा मन्धाता पुछ्लै, हे महात्मा ! मनुष्यके

पापके मोचन कैसिक सम्भव बा ? कृपा कैके कौनो अइसिन सरल उपाय बटाउँ कि, जिहिनसे सबके पाप सहज तरिकासे छुटे ।’ महर्षि लोमस बटैलै, हे नृपति ! चैत्र मासके कृष्णपक्षके एकादशीके नाम पापमोचनी एकादशी हो । यी व्रतके प्रभावसे मनुष्यके अनेक मेरिक पाप नष्ट हुइठ । मै टुहिनहे यी व्रतके कथा सुनैम् । ध्यानपूर्वक सुनो । प्राचीन समयमे चैत्ररथ नामके एक वन रहे । वहाँ अप्सराहुके किन्नरके साथ विहार करना करै । वहाँके मौसम सदैव वसन्तके रहठ । सदैव टमान मेरमेरिक पुष्प भुलल रहे । कबु गन्धर्व कन्याहुके टे कबु देवेन्द्र ओ अन्य देवताके साथ क्रिडा करै । उ वनमे मेधावी नामके एक शिवभक्त ऋषि तपस्यामे लीन रहै । एकदिन मञ्जुघोषानामक



यी एकादशीके कथा श्रवण वा पठन करेलेसे केल एक हजार गौदान करलै समान फल प्राप्त हुई । यी व्रत करलेसे ब्रम्हहत्या, स्वर्ण चोरी, मधपान, अगम्यागमन जैसिन भयंकर पापफे नष्ट हुई ओ अन्त्यमे बैकुण्ठ प्राप्त हुई ।

एक अप्सरा उहाँहे मोहित कैके, ऋषिके जोटके बैठके वीण बजैटि मधुर स्वरमे गीत गैलि । ऋषि उपर ढिरेसे कामदेव विजय पाइ लगलै । उबेला ऋषि युवावस्थामे रहै । अपन आकर्षणके कारण कामदेवके समान बनसेकल मेधावीहे मञ्जुघोषा और आकर्षित करलि । ऋषि फेन होकान गायन ओ सौन्दर्यसे मेहीत बल्लै । आब ऋषि कामदेव पीडित होसेकल बाट मञ्जुघोषा बुझ्लै ओ मेधावीहे आलिंगन करे लगलै ।

युवतीके सौन्दर्यमे मोहित होसेकल ऋषि अपन शिवभक्तिहे बिस्रागिलै । कामवासनासे वशीभूत होके ओहे युवतीके साथ रमण करे लगलै । काम

वासनामे वशीभूत हुइल कारण ऋषिहे दिनरात कौनो बाटके फेन ज्ञात हुइ छोरल । कुछ समयपाछे मञ्जुघोषा कलि- ‘हे ऋषिवर ! मोर टमान ढेर समय जासेकल । टबेमारे आबके लाग महिके स्वर्ग जैना आज्ञा डेउ ।’ अप्सराके बाट सुनके ऋषि कहे लगलै, हे मोहिनी ! साँझके टे अइलो आब बिहान ओज्रार हुइटे जइहो । ऋषिके वचन सुनके अप्सरा और रमण करे लगलि । अइसिके उहाँहुके दुनुजे साथसाथ बहुत समय व्यतित करलै । अप्सरा एकदिन फेन कलि- ‘हे विप्र ! अबमहे स्वर्ग जैना आज्ञा डोउ ।’ यी चो फेन मेधावी ओहे बाट कलै- ‘हे रुपसी ! ओत्र ढेर समय बितल नैहो, और कुछ समय बैठो ।’ ऋषिके बाट सुनके अप्सरा कलि- ‘हे मुनीवर !



हुई ओ कृपा करके बटाई की, यी पापके निवारण कैसिक हुई ? विद्वान कहठै- साधुके संगत मजा ओ शुभ फलदायी रहठ । हजुरसँग टे मोर ढेर वर्ष बिटसेकल बा । टबमारे अब महीसे प्रशन्न हुई अन्यथा एक पुण्यआत्मासँग बैठकेफे मञ्जुघोषा पिशाचिनी बने परल कहिके मनै बाट कटही । मञ्जुघोषाके बाट सुनके ऋषिहे अपन कोधप्रति अत्यन्त ग्लानी हुइल । साथे अपन बदनामीके डरफे हुइल । उहे कारणसे पिशाचिनी बनल मञ्जुघोषाहे ऋषिसे कहलै- टैं मोर उपपर एकदम गलत करले मने फे टुहीहे यी भ्रापसे मुक्तिके उपाय बटाडेम । चैत्र महिनाके कृष्णपक्षके एकादशी तिथि पापमोचनी एकादशी हो । उ एकादशीके उपवास करलेसे टैं पिशाचिनीके देहसे मुक्ति पवै । तत्पश्चात ऋषिसे उहीहे व्रतके विधान बनाडेइल ओ अपन पापके प्रायश्चित करके लाग अपन पिताच्य वन ऋषिसँग गैल । च्यवनऋषिसे पुत्र मेधावीहे कहलै- हे पुत्र ! तैं ओसिक का करले ओ तोर तप सक्कु नष्ट हुइल ? जिहीसे तोर सक्कु तेज मलिन बनाइल बा ? मेधावी ऋषिसे लाजसे अपन शीर झुकाके कहलै- ‘हे पिताश्री ! एक अप्सरासँग रमण करके मै भारी पाप करनु । यिहे पापके कारण हुईल हुई मोर सक्कु तेज ओ तप नष्ट हुइल । कृपा गरीमहे यी पापसे छुटन उपाय बटाडेउ ।’ ऋषि कहलै- हे पुत्र ! चैत्र कृष्ण पक्षके पापमोचनी एकादशी तिथिके भक्तिपूर्वक उपवास कर । यकर प्रभावसे तोर सक्कु पाप नष्ट हुई । बाबक वचन सुनके मेधावी ऋषिसे पापमोचनी एकादशीके विधिपूर्वक व्रत करलै ओ यकर प्रभावसे उहाँक सक्कु पाप नष्ट हुइल । मञ्जुघोषा अप्सराफे पापमोचनी एकादशीके व्रत करल ओरसे पिशाचिनीके देहसे मुक्त हुके ओ फेर सुन्दर रुप धारण करके स्वर्गलोक गेली । लोमस ऋषि कहलै- हे राजन ! यी पापमोचनी एकादशीके प्रभावसे समस्त पाप नष्ट हुई । यी एकादशीके कथा श्रवण वा पठन करेलेसे केल एक हजार गौदान करलै समान फल प्राप्त हुई । यी व्रत करलेसे ब्रम्हहत्या, स्वर्ण चोरी, मधपान, अगम्यागमन जैसिन भयंकर पापफे नष्ट हुई ओ अन्त्यमे बैकुण्ठ प्राप्त हुई ।

पाठकवर्गसे अनुरोध

प्रिय पाठकवर्ग, पहुरा मिडिया प्रालिसे सन्चालित पहुरा दैनिक ओ पहुरा अनलाइनमे हमार सकेसम थारुपन लन्ना कोशिश जारी बा । विचार पेजमे थारु लगायट अन्य जनजातिके आवाज हमार पहिला प्राथमिकता हो । अपन मनेम लागल उकुसमुकुस बाट अपनेनके फे लिख्के पठाइ सेकि । अपनेक विचार लम्मा हुइ परठ कना नइ हो । आइ कलम पक्ति, अपन मनक बाट ढेरसे ढेन जनहन बाँटि । पहुरा अनलाइनमार्फत अपन बाट संसार भर पुगाइ ।

—सम्पादक

जरूरी टेलिफोनके प्रायोजक: हमार यहाँ बोल्लर सुर्गिनके मासु सुपथ मोलमे मिलठ । सेवा कर्ना मौका अवश्य देहवी । नोट : भोजविहा, व्रतवन्धके लाग होम डेलिभरीके सुविधा बा । प्रो.रमेश चौधरी केभी मासु पसल बेयावेहडी चौक, धनगढी कैलाली शाद उर्माव लगगे मो. ९८११६३५८८० एकुलेन्स नम्बर ९८२५६८९६९७, ९८५८४२७०९८, ९८१४६०८०५६, ९८१४६८०००६८, ९८१४६६०२८५ प्रहरी अञ्चल प्रहरी कार्यालय ०९१- ५२९३०१ जिल्ला प्रहरी कार्यालय ०९१-५२९१५०,१०० बडा प्रहरी कार्यालय ०९१-५२९१९९,११०	इपिका अन्तरीया ०९१-५४०१९२ त्रिनागर प्रहरी चौकी ०९१-५२९१८३ जिल्ला प्रहरी कार्यालय ०९१-५२९१५३ इपिका मसुरिया ०९१-४०२०१४ इपिका चौमाला ०९१-६९२५७१ इपिका लक्की ०९१-५४०१९१ इपिका भजनी ०९१-५८०१९९ इपिका सुखड ०९१-५२९१६६ इपिका मालाखेती ०९१-५४०१९२ इपिका फल्टरे ०९१-६९०३३० इपिका हसुलिया ०९१-५२९१४४ इपिका पाण्डौन ९७४९०१४९०४ सिमा प्रहरी चौकी बहुलिया ०९१-५२९२०६ इपिका टीकापुर ०९१-५६०१९१ स.प्र.वल सिमासुरक्षा धनगढी ५२६९२८ बैक नेपाल राष्ट्र बैक ०९१-२९३२२ नवजिवन बैक ०९१-५२३६५३ कृषि विकास बैक ०९१-५२९१३३ मालिका विकास बैक०९१-५२३७३८ बैक अफ काठमाण्डौ ०९१-५२३३८६ बैक अफ एसिया ०९१-५२५६५०	नेपाल बलादेश बैक ०९१-५२९७८५ सिटिजन बैक ०९१-५२७८८५ कुमारी बैक ०९१-५२६०३८ संनाराईज बैक ०९१-५२४८५० नेपाल इन्जिनसमेन्ट बैक०९१-५२३७०६ एनएमबी बैक लि.०९१-५२९१९६ सरकारी कार्यालय जिल्ला प्रशासन .०९१-५२९१०१ सैनारिका ०९१-५२९३२७० नगरपालिका .०९१-५२९४२९ मालपोत.०९१-५२९४०१, नापी शाखा.०९१-५६०४०२ कृषि विकास .०९१-५२२२५५, भूमि सुधार.०९१-५२९२२४ जिल्ला हुलाक.०९१-५२९५२७, नेपाल बाल संगठन: ५२३६६५ अग्रजाल सेती अञ्चल.०९१-५२९२७१ नवजिवन ०९१- ५२९२३२/५२९७३३ विजय मेडिकल हल धनगढी ०९१-५२३६३५ पद्मा धनगढी ०९१-५५०३५५ सेवा नर्सिङ होम अन्तरीया ०९१-५५०७९७ एम्बुलेन्स मसुरिया ९७४९०१८०८१ घोडाघोडी अस्पताल सुखड०९१-६९४७०७ टीकापुर अस्पताल ०९१-५६०५५०	दमकल १०१ नेपाल रेडक्रस सोसाईटी ०९१-५२९३३३ कैलाली उ.वा.संघ ५२९३३७, ५२३९७१ एम्बुलेन्स : ५२९६०० सामुदायिक एम्बुलेन्स सेवा टीकापुर ९८४५५७५७० विद्युत : ५२९१४४ दिनेश नेटल ०९१-५२९३९२ होटल जिमिटी ०९१-५२३९९८/५२५९३९ जगदम्बा०९१-५२३५१०, विमो०९१-५२३०३३ तरुण ०९१-५२३६९३, सनलाईट०९१-५२९५३६ वर्ल्ड लिंक धनगढी: ५२०५५१ बालुपानाजो०९१-५२३८२०/५२७१९० नेपाल पत्रकार महासंघ :५२७१२२ शैक्षिक संस्था कैलाली बहुमुखी क्याम्पस ०९१-५२९२२३ सुदूरपश्चिमाञ्चल क्याम्पस ०९१-५२३९९२ ऐश्वर्य बहुमुखी क्याम्पस ०९१-५२९०९९ राजनैतिक पार्टी नेपाली कांग्रेस कार्यालय : ५२७९१४ नेकपा (एमाले) कार्यालय : ५२९०१० बसपाकार्ड काउन्टर धनगढी : ०९१-५२९२५२ एफ.एम दिनेश एफ एम ९३.८ मेगाहर्ट्ज धनगढी: ०९१-५२६७०१
--	---	--	--

साहित्यिक फूलारिया

गजल

बलराम चौधरी

आपन परिवार सँग रहल उ डिन सोचटु ।
राट् होगिल नीन् नाइ पठौ अभिन सोचटु ॥

बेराम बाटु एक्कोनाइ मजा लाग्ठो आभ ।
मोर जिउ छटपटाइटा डाइ टुहिन सोचटु ॥

घरे अइना मन बहुट ज्याडा लागठ बाबा ।
मने का करु मै जिमडरुवक रिन सोचटु ॥

आँखिर कबसम भगवान् लेहही परिक्षा ।
मोर जैसिन डुख रहल परडेसिन सोचटु ॥

आपन मनहे बुझैना प्रयास कटी सँघारी ।
साँभ सककार राट् डिन गिन गिन सोचटु ॥

जानकी गाउँपालिका-१, कैलाली

गजल

महेश राम शारु प्यारा

थारुनके अपन मौलिक सान हेराइटा ।
बचाइ आब टो हमार पहिचान हेराइटा ।

पुरान संस्कृति छोरके नचै डिजेमा,
हुरडुङ्गवा सखिया नाचगान हेराइटा ।

कट्टा मजा पुरान खेतीपाटी रहे हमार,
पुर्खनके लगैना पुर्खौली धान हेराइटा ।

आइगिल आधुनिक जबाना आब टो,
आपन नाटपाटसे चिनजान हेराइटा ।

खोजके नाइ मिलठ सिप कला यहाँ,
बुडुबुडिनके सिखाइल ज्ञान हेराइटा ।

बारबर्दिया न.पा.-१०, बर्दिया

गजल

पुराक शारु कर्मावरीक्का

छोर्लो साथ अक्केल अक्केल डुलु कसिक ॥
बरसौ बरससे लगाईल मैयाँ भुलु कसिक ॥

भुठ रह टुँहार बाचा कसम से नेङना मै ॥
मुटू भिटर च्वाटै च्वाट बा फुलु कसिक ॥

कहटि नेङ्ठो हुँ टुँट ढोखा डे कलसे उ ॥
च्वाखा मैयाँ भिटर मनसे खुलु कसिक ॥

आम्हीन लग्ठा मैयाँ टुँहार आँखर नि हुइटु ॥
टुँ बुझना विश्वासके भासा आब बुलु कसिक ॥

निखसैम कथु आँस जब आँस खस्टि रठा नस्से ट ॥
खसल यिह आँस पी पीख गजलकार बनु कसिक ॥

दंशिरण सुकदेवा, हेकुली, दाङ

गजल

रमेश दंगाली

खेट्वा बारीम टिना टावन लगैबि का चिन्ता ।
सन्झ्याँ बिहान मिल्खफेँ डहैबि का चिन्ता ।

मलजल डर्बि कयौ प्यारा क्वार पठौ कहूँ,
सँपार हुइ जब जामल ढर्रा पनैबि का चिन्ता ।

बन बेन्हवा बेहँबि है लाग सेकी छोर्वा दिनम,
बनैबि डरङ्गा जे नस्य टिना फरैबि का चिन्ता ।

न्वान टयाल खैना डगर बनि डर निहो आब,
कुछ बेचि कुछ घर खैना बचैबि का चिन्ता ।

कर्बि दुख मेहनत पस्ना बहैबि खेट्वा बारीम,
घर परिवार नाटपाटनसे रमैबि का चिन्ता ।

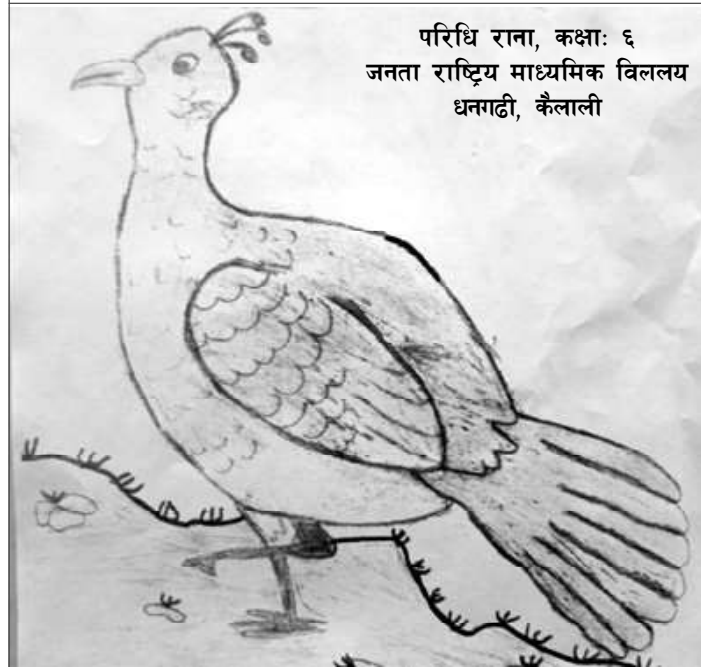
तुलसीपुर, दाङ

साप्ताहिक बाल स्तम्भ

सुजीत राना, कक्षा: ९
किंगफिसर ई.बो. स्कूल
धनगढी, कैलाली



परिधि राना, कक्षा: ६
जनता राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालय
धनगढी, कैलाली



राजावादीके प्रदर्शनसे काठमाडौँ अशान्त

काठमाडौँ, १५ चैत । वर्तमान व्यवस्थाके पक्ष ओ विपक्षमे राजधानीमे एक्के दिन दुई प्रदर्शन हुइल बा ।

शुकके राजधानीके भूकूटी मण्डपमे समाजवादी मोर्चा (नेकपा माओवादी केन्द्र, एकीकृत समाजवादी, नेकपा ओ नेसपा) से गणतन्त्रके पक्षमे ओ तीनकुनेमे राजावादी समूहसे राजतन्त्रके पक्षमे प्रदर्शन करल हुइल ।

तीनकुनेके प्रदर्शन हिंसात्मक बनल बा । प्रदर्शनकारी एकीकृत समाजवादीके कार्यालयके साथे कुछ घरमे आगजनी

ओ तोडफोड करले बटै । स्थिति नियन्त्रण बाहेर गैलसंगे तीनकुने क्षेत्रमे कर्फ्यू लगाइल बा ।

राजावादी समूहमे नवराज सुवेदी नेतृत्वके 'राजसंस्था पुनर्स्थापनाके लाग संयुक्त जनआन्दोलन समिति', दुर्गा प्रसाई नेतृत्वके राष्ट्र, राष्ट्रियता धर्म, संस्कृति ओ नागरिक बचाउ महाअभियान, राप्रपालगायत आबद्ध बटै ।

गणतन्त्र पक्षधरके आन्दोलन भर शान्तपूर्ण रुपमे सम्पन्न हुइल बा ।

श्रम तथा रोजगार कार्यालयको जनहितमा जारी सन्देश

- श्रम तथा रोजगार कार्यालयको जनहितमा जारी सन्देश
- रोजगार सम्झौता गरेर मात्रै काममा लागौ र लगाऔ ।
- औपचारिक तथा अनौपचारिक क्षेत्रका सम्पूर्ण श्रमिकको न्यूनतम ज्याला रु. १७,३००/- अनिवार्य रुपमा कायम गरौ/गराऔ ।
- समान कामको समान ज्याला लैगिक आधारमा पारिश्रमिकमा विभेद गर्नु कानूनी अपराध हो ।
- कार्य स्थलमा श्रमिकलाई सुरक्षाका उपकरणहरू उपलब्ध गराई काममा लगाऔ, लैगिक हिंसाको अन्त्य गरौ ।
- बालश्रम कानूनी रुपमा दण्डनिय अपराध हो । बालश्रम नगरौ/नगराऔ ।
- श्रम अडिट प्रत्येक वर्षको पौष मसान्तभित्र अनिवार्य रुपमा पेश गर्नु/गराउनु उद्योग/प्रतिष्ठानको कर्तव्य हो अन्यथा नियमानुसार कारवाही गरिने छ ।
- असल श्रम सम्बन्धको आधार सामाजिक सुरक्षा र रोजगार औद्योगिक दुर्घटना न्यूनीकरण गरी व्यवसायजन्य रोग लाग्नबाट बचौ ।
- श्रम ऐन, २०६४ र नियमावली, २०७५ को पूर्णरुपमा कार्यान्वयन गरौ ।
- वैदेशिक रोजगारीमा जाँदा अनिवार्यरुपमा श्रम स्वीकृति गरेर जाऔ ।



श्रम तथा रोजगार कार्यालय

धनगढी, कैलाली

बालबालिकामा हुने सबैखाले रोग र समस्याहरू बाट छुटकारा

नवजात शिशु तथा बालरोग सम्बन्धी उपचार तथा समस्याहरू

- बच्चाको दमको जाच, दममा प्रयोग हुने Spirometry
- बारम्बार रुघारसोकी लागिरहने समस्या
- घ्यार(घ्यार भइरहने, नाक बन्द भइरहने समस्या
- निमोनिया तथा एलजीको समस्या,
- खाना नखाने, तौल नबड्ने, बारम्बार जोरो आहिरहने
- काडापखाला लागिरहने, जन्डिस, अपच, कब्जियत,
- पेट दुख्ने र कान पाक्ने जस्ता समस्याहरू



डा.पुष्प राज अवस्थी

MBBS, MD (Paediatrics)
DM (Paediatrics Critical Care)
PGIMER (India), NMC No. 11987

डाक्टर
आउने मिति

चैत्र १५-१६ गते

Hasanpur, Dhangadhi-5, Kailali, Nepal
Tel. 091-527000/01/02, 9865680100

Advanced Healthcare for all...

धनगढी एफसी समर्थकके लाग फ्यान पार्कके व्यवस्था कैना

पहुरा समाचारवाता

धनगढी, १५ चैत । एनसेल नेपाल सुपर लिग (एनएसएल) के फ्रेन्चाइज टोली धनगढी फुटबल क्लबसे गृह नगरमे आपन समर्थकके लाग फ्यान पार्कके व्यवस्था कैना हुइल बा । नेपाली फुटबलके फ्रेन्चाइज प्रतियोगिता एनएसएलके तेस्रो संस्करण शनिच्चरसे शुरू हुइटी बा । धनगढी चैत १९ गते मंगरके बुटवल लुम्बिनीसंग खेलके प्रतियोगिताके प्रारम्भ कैटी बा ।

गृहनगरमे रहल धनगढी एफसीके समर्थकहुके धनगढी स्थित पार्क मोडमे जोके बरवार स्क्रिनमे आपन टोलीके खेल हेरे पैना हुइल बाटै । धनगढी एफसीसे धनगढी उपमहानगरपालिकासँग मिलके पार्क मोडमे फ्यान पार्क निर्माण करे लागल हो । धनगढी उपमहानगरपालिकासँगके सहकार्यमे फ्यान पार्कके व्यवस्था करे लागल धनगढी एफसीके सुवास शाही बटैलै । ओहकान अनुसार फ्यान पार्कमे म्युजिक कार्यक्रम, फुड स्टल ओ फ्यान कन्टेस्ट फेन राखजैना बा ।

‘धनगढी एफसीके घरेलु समर्थक आपन टोलीके सम्पूर्ण खेल फ्यान पार्कमे जाके हेरे सेकही । इहीसे काल्हके दिनमे



एनएसएल होम एन्ड अवे प्रणालीमे गैल खण्डमे हमार समर्थकके आपन टोलीके खेल हेरक लाग गृहनगरमे तयार होसेकना बाटै,’ शाही कहलै, ‘सुदूरपश्चिम भर हमे यी माहोल तयार कैटी बाटै । धनगढी एफसी फ्यान कल्चर निर्माण कैना प्रतिबद्ध बा ।’

देवेन्द्र तामाङ कप्तान ओ कीर्तिसरल छुनु मार्की खेलाडी रहल धनगढी मंगरके ६ बजे बुटवल लुम्बिनीसंग खेला बा । अशोक खवास, अमृत श्रेष्ठ, प्रशान्त लक्सम लिम्बु, जर्जप्रिन्स कार्कीलगायतके धनगढीके खेलाडी आपन समर्थकके मन जिटना

विश्वास हमे लेले बाटै । धनगढी एफसी पहिल दुई संस्करणके एनएसएलके उपविजेता टोली हो । धनगढी एफसी पाछे संस्करणके फाइनलमे पुगेबर स्ट्राइकरद्वय अफिज ओलावा (नाइजेरिया) ओ अहमद हिजाजी (लेबनन) टोलीमे यथावत रहल बाटै । यी सिजनके लाग धनगढी एफसी स्पेसिस गोलरक्षक वालिड इसाफी ओ रक्षक जर्ज काइसेडो, मोरक्कोके डिफेन्सिभ मिडफिल्ड मोहम्मद इल जाउएनी ओ ब्राजिली विडगर सर्जियो बाबोजाहे टोलीमे समावेश करल बा । टोलीके मुख्य प्रशिक्षकमे स्पेसिस हुंवा म्यानुएल मार्टिनेज रहल बाटै ।

हिमशिखरसे सहकारी शिक्षा तालिम



पहुरा समाचारवाता

हसुलिया, १५ चैत । हिमशिखर बहु-उद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेड हसुलिया सेवा केन्द्रसे आयोजित सहकारी तालिम सम्पन्न हुइल बा ।

शुकके रोज कैलारी गाँउपालिका हसुलियामे अपन शेर सदस्यहुकनहे सहकारी शिक्षा तालिमके आयोजना करल रहे । संस्थाके उपाध्यक्ष रोशन सिंहके सभापतित्वमे समापन हुइल

कार्यक्रममे उल्लेखनीय सहभागीता रहे ।

संस्थाके वार्षिक कार्यक्रम अनुसार सदस्यहे सहकारी शिक्षा तालिमके आयोजना करल बटैटी प्रमुख व्यवस्थापक महेन्द्र शाहीसे स्वागत करल रहित ।

कार्यक्रममे जेष्ठ शेर सदस्य भरतराम चौधरी शुभकामना मन्तव्य देहल रहित । तालिमके सहजीकरण धनगढी सेवा केन्द्रके प्रमुख दिलबहादुर खडायत करल हुइल ।

कार्यक्रम सञ्चालन हसुलिया सेवा केन्द्रके सेवा केन्द्र प्रमुख युवराज जोशी करल रहित । उ तालिमहे साना किसान विकास लघुवित्त वित्तिय संस्था लि.से प्रायोजन करल रहे । हिमशिखरसे यी मेरिक तालिम सक्कु सेवा केन्द्रमे सञ्चालन करटी आइल बा ।

विविध कार्यक्रम सहित पत्रकार महासंघके ७०औं स्थापना दिवस मनैना

पहुरा समाचारवाता

धनगढी, १५ चैत । नेपाल पत्रकार महासंघ कैलाली शाखा पत्रकार महासंघके ७०औं स्थापना दिवस विविध कार्यक्रम सहित मनैना हुइल बा ।

कैलाली शाखासे चैत १६ गते शनिच्चरके रोज महासंघके स्थापना दिवसके अवसरमे न्याली, पत्रकार आचारसंहिताबारे अन्तरक्रिया ओ

स्वास्थ्य चेकजाँच सहितके कार्यक्रम कैटी मनैना हुइल हो ।

इहे बिच स्थापना दिवस मनाइक लाग शुकके कैलाली शाखासे टमान पत्रकार संगठनके पदाधिकारीनसे सुभाब लेटी छलफल करले बा । कार्यक्रम सफल पारक लाग पत्रकारहुकनसे सुभाब लेटी छलफल करल कैलाली अध्यक्ष श्रवण देउवा जानकारी देलै ।

अध्यक्ष देउवाके अनुसार चैत १६ गते शनिच्चर सकारे ८ बजे राष्ट्र बैंक

चोकासे पत्रकार महासंघ कैलाली शाखासम न्याली निकर्ना ओ अन्तरक्रियाके कार्यक्रम कैना जानकारी देले । ओस्टके उहाँ पत्रकार महासंघमे पत्रकारनके स्वास्थ्य परिक्षण ओ महिला पत्रकारहुकनके पाठेघरके स्क्रिनिङ कैना जनैलै ।

व्यक्तिगत स्वास्थ्यमा ध्यान दिऔं ।

➤ नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गराऔं,

➤ सन्तुलित, पोषणयुक्त आहार सेवन गरौं,

➤ नियमित शारीरिक परिश्रम गरौं,

➤ दैनिक रुपमा निद्रा पुग्नेगरी सुतौं,

➤ ध्यान, योग, व्यायामजस्ता गतिविधिमा संलग्न होऔं,

➤ व्यक्तिगत सरसफाईमा ध्यान दिऔं ।



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

ग्राहक वर्गहरूमा खुशीको खबर !

हाम्रो यहाँ सबै कम्पनीका रि-कण्डिसन मोटरसाइकलहरू पाइनुका साथै मर्मत पनि गरिन्छ र सबै कम्पनीका हेलमेट र पार्टसहरू 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. ०९१४१०१०५, सुजित मो. ९८५८४२३९२, सुनिल मो. ९८६७७९३५२१, महेश मो. ९८१३१३१०२९

सुवर्ण अवसर ! सुवर्ण अवसर !! सुवर्ण अवसर !!!



डा. संजयकुमार गुप्ता

एम.बि.बि.एस., एम.डि. (टि.यु.)

इन्टरनल मेडिसिन वरिष्ठ

कन्सल्टेन्ट फिजिसियन (पेट,

छाती, मुटु, कलेजो, मधुमेह

(सुगर), प्रेसर, तथा थाईराइड

रोग विशेषज्ञ

एन.एम.सी. नं.-१०५६४

डाक्टरद्वारा दिइने स्वास्थ्य सेवाहरू

- मुटु दुखेको, मुटु भारी जस्तो भएको, मुटुको धडकन बढेको ।
- सास लिन गाह्रो हुने, छाती दुख्ने, रूखाखोकी लागेको, खकारबाट रगत देखिने, लामो समयदेखि दमको समस्या भएको ।
- पेट दुख्ने, कोखा दुख्ने, मुखबाट रगत बग्ने ।
- अमिलो पानी आउने, द्याउ-दुधौ आउने, उल्टी हुने, पेट फुलेर खान मन नलाग्ने ।
- पिसाब पोल्ने, रातो पिसाब आउने, कम पिसाब हुने, पिसाब बन्द हुने, राति धेरै पटक पिसाब हुने, खुट्टा सुनिने, पहेँलो पिसाब हुने
- पेट फुल्ने, हात खुट्टा सुनिने, पेटमा पानी जम्ने, जण्डिस हुने, खाना नरुच्ने, दम हुने ।
- धेरै मोटो हुने, निन्द्रा धेरै लाग्ने, मुटुको धडकन बढ्ने, आँखा बाहिर आउने, मान्छे एकदम पातलो हुने ।
- टाउको दुख्ने, चक्कर लाग्ने, हिँड्दाखेरि लड्नुहुने, निन्द्रा नलाग्ने, हिँड्दा खेरि दम हुने ।
- धेरै तिर्खा लाग्ने, धेरै पिसाब हुने, धेरै खान मन लाग्ने, हातखुट्टा भ्रम-भ्रम गर्ने ।
- सुगर, प्रेसर, थाइराइड रोगको उपचार तथा परामर्श ।
- ज्वरो सम्बन्धी सम्पूर्ण रोगको उपचार ।
- शरीरमा रगत कम हुने, अल्छी लाग्ने, शरीर सुनिने, थाक्ने ।
- बाथ रोग सम्बन्धी उपचार तथा परामर्श ।

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

हाम्रा सेवाहरू : १) २४ घण्टा ईमर्जेन्सी सेवा, फार्मसी सेवा, अत्याधुनिक प्याथोलोजी, रंगीन इण्डोस्कोपी, डिजिटल एक्सरे, रंगीन भिडियो एक्सरे, अत्याधुनिक अप्रेसन थियटरबाट सेवा, वातानुकूलन एम्बुलेन्स, वातानुकूलन क्याबिन । २) स्त्री रोग तथा प्रसूती सम्बन्धी सेवा (बाँझोपन, सेतोपानी बग्ने, तल्लो पेट दुख्ने, महिनावारी गडबडी, पाठेघर खस्ने, पाठेघरको अप्रेसन, गर्भवती तथा सुत्केरी सेवा) । ३) ल्याप्रोस्कोपी तथा जनरल सर्जरी (हाइड्रोसिल, हर्निया, पायल्स, फिस्टुला, स्तनमा गाँठागुठी आउने, शरीरका विभिन्न भागमा गाँठागुठी, घाउ खटिरा, पत्थरी, किडनीको पत्थरी, प्रोस्टेटको अपरेसन तथा पित्तथैलीको पत्थरी अपरेसन) । ४) हाडजोर्नी तथा नशा सम्बन्धी सेवा (हाटखुट्टा बाङ्गे, फ्याक्चर, हाडजोर्नीको दुखाई, कम्मर दुख्ने तथा अत्याधुनिक मेसिनबाट हड्डीको अपरेसन)छाती, मुटु, कलेजो तथा पेट सम्बन्धी सेवा । ५) यौनरोग, कपाल तथा छाता रोग सम्बन्धी सेवा । ६) मानसिक तथा मनोरोग सेवा । ७) नाक, कान, घाँटी रोग सम्बन्धी सेवा । ८) मुर्छा पुर्नु, 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 बाङ्गिएको र खुँडेको अपरेसन आदि सेवा ।



कैलाली अस्पताल प्रा.लि

जिल्ला प्रशासन कार्यालय अगाडि, पशुपति टोल, धनगढी, कैलाली

फोन नं. ०९१-४२४५५५, ४२४६५४, ४२९२४९



पाचन प्रणाली रोग तथा कलेजो प्रत्यारोपण विशेषज्ञ निसर्ग हस्पिटल धनगढीमा



डा. शेखर पौडेल

MBBS, MD (PGIMER, Chandigarh)

DM Gastroenterology (AIIMS, New Delhi)

Fellowship in Liver Transplant Hepatology

NMC No. 11983

डाक्टर
आउने मिति

चैत्र १५-१६ गते



Hasanpur, Dhangadhi-5, Kailali, Nepal
Tel. 091-527000/01/02, 9865680100

Advanced Healthcare for all...