परिवर्तनका लागि एक नयाँ आवाज
टक नेपाल
Talk Nepal National Daily
राष्ट्रिय दैनिक
वर्ष : ४ अंक : ७४ पृष्ठ ४ २०८२ पुष २० गते, आइतबार 4 January, 2026 मूल्य रु. ५/-
हामीलाइ www.talknepaltv.com मा पनि पढ्न सकिन्छ ।

मुसहर बस्तीबाट एमबीबीएससम्म : पूर्ण छात्रवृत्तिमा चिकित्सा शिक्षा अध्ययन गर्दै पवनदेव

● टक नेपाल

मधेशका अधिकांश बस्तीको पुछारमा विपन्न समुदायको बसोबास हुन्छ। सडक नै आँगन बनेका साना छाप्रा, वर्षातमा प्लास्टिकले टालटुल गरिएका छाना र हिउँदको कठ्यांग्रिने जाडो छल्न आगो (घुर) नै सहारा- यिनै कथाले विपन्न बस्तीको जीवन बयान गर्छ।

विपन्नमध्ये पनि सबैभन्दा पछाडि परेका डोम र मुसहर समुदायका परिवारका लागि बिहान-साँझको छाक जुटाउनु चुनौतीपूर्ण छ। मजदुरी नपाएको दिन मुसहर बस्तीका बासिन्दाले भोकै सुत्नु सामान्यजस्तै बनेको छ।

यही कठिन परिस्थितिबीच महोत्तरीको पिपरा गाउँपालिका-७ दनौलीको पुछारमा रहेको १० परिवारको मुसहर बस्तीबाट २२ वर्षीय पवनदेव माझी पूर्ण छात्रवृत्तिमा चिकित्सा शिक्षा (एमबीबीएस) अध्ययन गर्न सफल भएका छन्।

पवनदेवले मेडिकल अध्ययनका लागि काठमाडौंमा तयारी गर्न दुई लाख रुपैयाँ ऋण लिएको बताउँछन्। उनकी आमा सिर्जना देवी गाउँमै मजदुरी गर्छिन् भने बुवा शिवनारायण माझी वैदेशिक रोजगारीका सिलसिलामा कतारमा छन्। बुवाले पठाउने पैसाले घरखर्च मात्रै धान्न मुस्किल हुने भएकाले पढाइ खर्च सम्भव नभएको पवनदेवको भनाइ छ।

अघिल्लो वर्ष (२०८१) छात्रवृत्ति पाएर बीडीएस पढ्न काठमाडौं जाने तयारी गरेका उनले एमबीबीएसमै प्रयास गर्ने निर्णय गरेका थिए।

'प्रवेश परीक्षाका लागि मेरो तयारी पर्याप्त थिएन। गाइड गर्ने कोही थिएन,' पवनदेव सम्झिन्छन्, 'नाइट बसमा काठमाडौं जाँदै गर्दा राम्रो गाइड पाए एमबीबीएसमा नाम निकाल्न सक्छु भन्ने विश्वास जाग्यो।'

घरबाट प्रतिमहिना ३०० रुपैयाँ ब्याजदरमा दुई लाख रुपैयाँ ऋण लिएर काठमाडौं बसेर कोचिङ पढेका उनले एक वर्षपछि एमबीबीएसमा पूर्ण छात्रवृत्तिमा नाम निकाल्न सफल भए।

एमबीबीएसमा पूर्ण छात्रवृत्ति पाएपछि कलेजमा भर्ना हुन मुसहर समुदायका अभियन्ताहरूले चन्दा उठाएर सहयोग गरेका थिए। महोत्तरीसँग जोडिएको धनुषाको गोगलप्रसाद नमूना माध्यमिक विद्यालय, बसहियाबाट कक्षा १२ उत्तीर्ण पवनदेवले तीन पटक प्रवेश परीक्षा दिएर अन्ततः पूर्ण छात्रवृत्ति हात पारेका हुन्।

'पहिलो पटक परीक्षा पास गरेँ, तर छात्रवृत्ति पाइएन। दोस्रो पटक बीडीएस, बीपीएचलगायत विषयमा छात्रवृत्ति आयो। तर मेरो लक्ष्य एमबीबीएस नै थियो,' उनले भने, 'काठमाडौंमा बसेर तयारी गरेपछि तेस्रो प्रयासमा सफल भएँ।'

धरानस्थित बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानमा भर्ना हुन मात्रै ८३ हजार रुपैयाँ खर्च भएको उनले बताए। आवत-जावत र भर्नाका लागि आवश्यक रकम चन्दा सङ्कलनबाट जुटे पनि आगामी ६ वर्षको अध्ययन खर्च जुटाउनु ठूलो चुनौती बनेको छ।

'होस्टेल, खाना, पाठ्यपुस्तक र व्यक्तिगत खर्च धान्ने अवस्था घरपरिवारको छैन,' उनले भने, 'डाक्टर बन्ने सपना पूरा हुन्छ कि हुँदैन भन्ने चिन्ता छ।'

कतारमा रहेका बुवाले खर्च कटाएर पठाउने मासिक २० हजार रुपैयाँले घरपरिवार जसो तसो चलिरहेको छ। खर्च व्यवस्थापनका विषयमा कलेजका सिनियरहरूसँग छलफल गरिरहेको पवनदेवले बताए।

छोराले डाक्टर पढ्न सरकारबाट आर्थिक सहयोग पाओस् भन्ने आमाको चाहना छ। धरान पठाउने भाडा खर्च जुटाउन घरमा रहेका पुराना पाठ्यपुस्तक बोरा र झोलाबाट छानीछानी बेचिरहेको उनले बताइन्।

'मजदुरी गरेर एक छाक खाएर पनि छोरालाई पढाएँ। माइती र आफन्तबाट कर्जा लिएँ,' आमा सिर्जना देवी भन्छिन्, 'छोरालाई पढाउँदा ऋणको भारी बोकेकी छु।'

मुसहर बस्तीमै बसेर कक्षा १२ सम्म अध्ययन गरी पूर्ण छात्रवृत्तिमा चिकित्सा शिक्षा अध्ययन गर्न सफल भएपछि दनौलीको मुसहर बस्तीमा खुसीयाली छाएको छ। स्थानीयले पवनदेवलाई उदाहरणीय पात्रका रूपमा प्रशंसा गरिरहेका छन्।

सिरहाको लहान-१६ मा जंगली हात्तीको आतंक, घर र तरकारी खेतीमा क्षति

● टक नेपाल

लहान नगरपालिका-१६ अन्तर्गत चुरे क्षेत्रमा पर्ने आरिदमार टोलमा गएरातिदेखि जंगली हात्तीको हुलले आतंक मच्चाएको छ। चारवटा जंगली हात्तीले स्थानीयका घरमा तोडफोड गर्नुका साथै तरकारी खेतीमा समेत ठूलो क्षति पुर्‍याएका छन्।

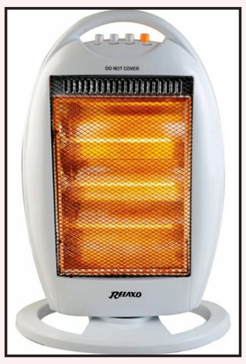
हात्तीको आक्रमणबाट स्थानीय भुपाल मगर, जालबहादुर थापा मगर, नामजाली मगर, रामबहादुर मगर, भक्तबहादुर मगर र हरि थापाको घरमा क्षति पुगेको छ। साथै, हात्तीले खेतबारीमा लगाइएका तरकारी बालीसमेत नष्ट गरेको स्थानीयले बताएका छन्। हात्तीहरू अझै पनि गाउँ वरिपरि नै घुमिरहेको हुँदा स्थानीय त्रसित बनेका छन्। हात्ती खेदाउनका लागि स्थानीयले प्रहरीसँग सहयोग माग गरेका छन्।

वडा सदस्य भाईकाजी खड्काका अनुसार स्थानीयहरू आपसमा मिलेर हात्ती खेद्ने प्रयास गरिरहेका छन्। "चारवटा हात्तीले रातभरि नै गाउँमा आतंक मच्चायो," उनले भने।

हालसम्म मानवीय क्षतिको विवरण नआए पनि थप क्षति हुन सक्ने भन्दै स्थानीयले सुरक्षाको माग गरेका छन्।

शीत लहर तथा चिसोबाट हुने क्षती न्यूनीकरण सम्बन्धी सचेतनात्मक सन्देश !!!

- जाडो यामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौं,
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं,
- घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं,
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गर्ने र घर भित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं,
- शीतलहर चलेको समयमा शीत नपर्ने सुरक्षित ठाउँमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाऔं,
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खाने कुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो र झोलिलो खाने कुराहरु खाने,



- बालबालिका, वृद्ध-वृद्धा, गर्भवती महिला तथा विरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने,
- शीत लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीहरुलाई सकेसम्म खुला स्थानमा चराउन नलैजाने, घर टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस पराल र दाना दिने,
- चिसोका कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त उपचारको लागि जाने,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधी उपचार गर्ने,
- कोठा भित्र आगो, मकल, हिटर लगाएतबाट तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशन (हावा आवगतजावत) को व्यवस्था मिलाउने,
- शीत लहरबाट हुन सक्ने कृषिबाली र पशुपंक्षीको क्षतीलाई न्यून गर्न सेड, छाप्रो, छानो, प्लाष्टिक लगाएतका संरचनाद्वारा सुरक्षित गर्ने।

बर्दिबास नगरपालिका, महोत्तरी
मधेश प्रदेश, नेपाल

पत्रिकाका लागि एक नयाँ आवाज
टक नेपाल
Talk Nepal National Daily
राष्ट्रिय दैनिक

सम्पादकीय

वायुप्रदूषणप्रति सचेतना

विश्वका कतिपय सहरमा अनेक खालका प्रदूषण बढिरहेको छ । शुद्ध पानीको अभाव छ । हावा प्रदूषित छ । फोहोरमैलाको प्रभावकारी व्यवस्थापन हुन कठिन भएको छ । जीवाश्म इन्धनको अति प्रयोगले जलवायु सङ्कट बढेर पनि प्रदूषण बढेको भनिँदै छ । खास गरी एसियाका सहरमा प्रदूषणको मात्रा बढिरहेको छ। चीन र भारतका राजधानी पनि प्रदूषणबाट उच्च प्रभावित छन् । प्रदूषणबाट हाम्रै सहर पनि प्रभावित छन् तर पुसको चिसोसँगै पूरै देशको वायुप्रदूषण हुँदै छ । तराईमा बाक्लो हुस्सु, कुहिरो र शीतलहरसँगै प्रदूषण बढिरहेको छ । हिउँदे वर्षाको ढिलाइले वायुप्रदूषण बढ्दै गएको हो । पुस आधाआधी हुँदा पनि वर्षाको छनक देखिएको छैन । कतिपय पहाडी भूभागमा छिटपुट पानी परे पनि प्रदूषण हटाउने गरी पानी पर्न सकेको छैन । जल तथा मौसम विज्ञान विभागको अनुमानमा पनि राम्ररी पानी पार्ने खालको बादल विकसित हुन सकेको छैन । एक/दुई दिनका लागि पश्चिमी वायुले नेपालमा पातलो बादल ल्याए पनि त्यसले राम्रो पानी पार्ने छैन । यसले वायुप्रदूषणको अवस्था अझै बढ्न सक्ने छ । तराईमा शीतलहर छ। यसले पनि जनजीवन कठिन बनेको छ। धेरै दिनदेखि तराई मधेशमा घाम लाग्न सकेको छैन। शीतलहरसँगै वायुप्रदूषणसमेत देखिँदा मानिस अनेक रोगव्याधीबाट पीडित हुने जोखिम बढेको छ । मानिसको जनजीवनमै प्रतिकूल असर परिरहेको छ।

हिउँदमा पानी पार्ने भनेकै पश्चिमी वायुले हो । बङ्गालको खाडीबाट आउने मनसुनी वर्षाले बर्सातमा मात्र पानी पार्छ तर हिउँदमा मनसुनी वायु चल्दैन । पानी पार्ने नै अरब सागरबाट विकसित भई आउने पश्चिमी वायुले हो । यो पटक पश्चिमी वायुसँगको बादल सुक्खा र कमजोर आयो । मौसमविद् गोविन्द झाको भनाइमा उच्च पहाडी भेगका एक/दुई ठाउँमा फाट्टफुट्ट पानी झर्ला, अन्यत्र खासै वर्षा हुने अवस्था छैन। यस पटकको पश्चिमी वायु सुक्खासँगै धुलोका कण पनि आएको छ । सुक्खा र धुलोको कणसँगै नेपालतर्फ आउने सुक्खा बादलले प्रदूषण थपिने सम्भावना छ । तथापि यस वायुले उच्च हिमाल छुने गण्डकी र कर्णाली भेगका हिमालमा थोरै हिमपात भने गराउन सक्ने छ। वायुप्रदूषण मापण अनुसार काठमाडौँ उपत्यका पनि उच्च प्रदूषणमा परेको छ । काठमाडौँको रत्नपार्क स्टेसनले अति खतरनाकतर्फ लक्षित रहँदै १६२ सूचकबाट माथि देखाएको छ । त्यस्तै शत्त पार्कमा १५८, भक्तपुरमा १५६ तथा खुमलटारमा ११५ सूचकबाट प्रदूषण माथि उठ्दै छ। देशका अन्य भूभागमा पनि प्रदूषणको मात्रा सयभन्दा माथि नै छ।

vianet
अब सबै connected

शीत लहर तथा चिसोबाट हुने क्षती न्यूनीकरण सम्बन्धी सचेतनात्मक सन्देश !!!

- जाडो यामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौं,
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं,
- घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं,
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गर्ने र घर भित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं,
- शीतलहर चलेको समयमा शीत नपर्ने सुरक्षित ठाउँमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाऔं,
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो र झोलिलो खानेकुराहरु खाने,

- बालबालिका, वृद्ध-वृद्धा, गर्भवती महिला तथा विरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने,
- शीत लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीहरुलाई सकेसम्म खुला स्थानमा चराउन नलैजाने, घर टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस पराल र दाना दिने,
- चिसोका कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त उपचारको लागि जाने,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधी उपचार गर्ने,
- कोठा भित्र आगो, मकल, हिटर लगाएतबाट तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशन (हावा आवगतजावत) को व्यवस्था मिलाउने,
- शीत लहरबाट हुन सक्ने कृषिबाली र पशुपंक्षीको क्षतीलाई न्यून गर्न सेड, छाप्रो, छानो, प्लाष्टिक लगाएतका संरचनाद्वारा सुरक्षित गर्ने।

सोनमा गाउँपालिका, महोत्तरी
मधेश प्रदेश, नेपाल

देशभरका पत्रकारलाई सामाजिक सुरक्षा कोषमा जोड्नुपर्ने : सञ्चारमन्त्री खरेल

टक नेपाल

सञ्चार तथा सूचना प्रविधिमन्त्री जगदीश खरेलले देशभर कार्यरत पत्रकारलाई सामाजिक सुरक्षा कोषमा आबद्ध गर्नुपर्ने बताएका छन्।

नेपाल पत्रकार महासङ्घ चितवन शाखाको निरीक्षणपछि आज आयोजित भेटघाट कार्यक्रममा मन्त्री खरेलले हाल सरकारले सरकारी सञ्चार माध्यममा कार्यरत पत्रकारहरूलाई सामाजिक सुरक्षा कोषमा जोड्ने कार्यको थालनी गरिसकेको जानकारी दिए। पत्रकारका कार्यालयमा प्रवेश गर्दा आफ्नै घरमा प्रवेश गरेको अनुभूति हुने उल्लेख गर्दै उनले नेपाल पत्रकार महासङ्घ चितवन शाखा अन्य शाखाको तुलनामा व्यवस्थित र राम्रो रहेको बताए।

पत्रकारहरूको समस्या समाधानका लागि वर्तमान सरकारले केही आधार शीला तयार गरिरहेको उल्लेख गर्दै मन्त्री खरेलले लोक कल्याणकारी विज्ञापनलाई सही तरिकाले सबै सञ्चार माध्यमसम्म पुर्‍याउन आवश्यक रहेको बताए। 'लोक कल्याणकारी विज्ञापन सबै सञ्चार माध्यमले पाउने व्यवस्था हुनुपर्छ,' उनले भने।

निरीक्षणका क्रममा नेपाल पत्रकार महासङ्घ चितवन शाखाका अध्यक्ष वसन्त पराजुलीले जिल्लाको पत्रकारिता अवस्था, चुनौती र समस्या बारे मन्त्री खरेललाई जानकारी गराएका थिए।

यसै क्रममा मन्त्री खरेलले समाचार सङ्कलनका क्रममा दुर्घटनामा परेका नेपाल टेलिभिजन चितवनका समाचारदाता अनिल ढकालको स्वास्थ्य अवस्थाबारे जानकारी लिँदै भेटघाट गरेका थिए।

ढकाललाई नेपाल टेलिभिजनमा निरन्तर रूपमा काम गर्न आवश्यक सहजीकरणका लागि आफू तयार रहेको मन्त्री खरेलले बताए। पत्रकार ढकाल गत असोज महिनामा मुग्लिन-नारायणगढ सडकखण्डमा समाचार सङ्कलनका क्रममा दुर्घटनामा परेका थिए। दुर्घटनामा घाइते भएका ढकालको स्वास्थ्य अवस्थामा हाल क्रमिक सुधार हुँदै गएको छ।

शीत लहर तथा चिसोबाट हुने क्षती न्यूनीकरण सम्बन्धी सचेतनात्मक सन्देश !!!

- जाडो यामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौं,
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं,
- घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं,
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गर्ने र घर भित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं,
- शीतलहर चलेको समयमा शीत नपर्ने सुरक्षित ठाउँमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाऔं,
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो र झोलिलो खानेकुराहरु खाने,
- बालबालिका, वृद्ध-वृद्धा, गर्भवती महिला तथा विरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने,
- शीत लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीहरुलाई सकेसम्म खुला स्थानमा चराउन नलैजाने, घर टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस पराल र दाना दिने,
- चिसोका कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त उपचारको लागि जाने,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधी उपचार गर्ने,
- कोठा भित्र आगो, मकल, हिटर लगाएतबाट तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशन (हावा आवगतजावत) को व्यवस्था मिलाउने,
- शीत लहरबाट हुन सक्ने कृषिबाली र पशुपंक्षीको क्षतीलाई न्यून गर्न सेड, छाप्रो, छानो, प्लाष्टिक लगाएतका संरचनाद्वारा सुरक्षित गर्ने।

लक्ष्मीनियाँ गाउँपालिका, धनुषा
मधेश प्रदेश, नेपाल

WebSurfer
THE BROADBAND COMPANY
Fiber Internet, IPTV and Corporate Intranet Services
SUPER FAST
FIBER
INTERNET
HOME & BUSINESS
Fiber Internet
IPTV

प्लास्टिक निषेधसहित माघे सङ्क्रान्ति मेलाको तयारी

● टक नेपाल

हालै प्लास्टिक निषेधित क्षेत्र घोषणा गरिएको देवघाटमा यस वर्ष हुने माघे सङ्क्रान्ति मेलालाई व्यवस्थित, सुरक्षित बनाउँदै धार्मिक पर्यटन प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले तयारी थालिएको छ। मेलालाई मर्यादित रूपमा सञ्चालन गर्न देवघाट क्षेत्र विकास समितिले व्यवस्थापन मूल समिति र विभिन्न शीर्षकगत उपसमितिहरू गठन गरी सक्रियता बढाएको हो।

देवघाट क्षेत्र विकास समितिका कार्यकारी निर्देशक सदन बरालका अनुसार १५१ सदस्यीय मेला व्यवस्थापन मूल समिति गठन गरिएको छ। मेलाको सफल व्यवस्थापनका लागि स्वयंसेवक परिचालन, धुनी व्यवस्थापन, बजार व्यवस्थापन, सरसफाइ तथा अस्थायी शौचालय व्यवस्था, खानेपानी व्यवस्थापन, प्राथमिक स्वास्थ्य उपचार, विद्युत् तथा बत्ती व्यवस्था, डुङ्गा व्यवस्थापन, आकस्मिक उद्धार, स्नानघाट व्यवस्थापन, मूल समितिको सचिवालय सञ्चालन, सूचना, सञ्चार तथा प्रचारप्रसार, मेला सुरक्षा व्यवस्थापनलगायत कार्यका लागि छुट्टाछुट्टै १९ वटा उपसमिति गठन गरिएको उनले जानकारी दिए।

मेलाको व्यवस्थापनका लागि भरतपुर महानगरपालिका, गैँडाकोट नगरपालिका, देवघाट गाउँपालिका, चितवन, तनहुँ र नवलपुर जिल्लाका प्रशासन तथा सुरक्षा निकाय एवं अन्य सङ्घसंस्थासँग समन्वय गरिएको बरालले बताए। मेला भर्न आउने भक्तजनका लागि रुट निर्धारण तथा चितवनतर्फको सडक मर्मत कार्यलाई प्राथमिकताका साथ अघि बढाइएको उनले जानकारी दिए। देवघाटस्थित झोलुङ्गे पुलबाट भारी मालसामान ढुवानीमा रोक लगाइसकिएको जनाउँदै निर्देशक बरालले मोटरसाइकलसहित सबै सवारीसाधनको आवतजावत झोलुङ्गे पुलमा निषेध गरिएको बताए। उनका अनुसार पैदल यात्रुहरूले भने पुल प्रयोग गर्न सक्नेछन्। सवारीसाधनका लागि दासढुङ्गा पुल तथा ठिमुरा क्षेत्र प्रयोग गर्न सकिने र चितवनतर्फ सवारी पार्किङ गरी डुङ्गामार्फत रु ५० शुल्क तिरेर वार पार गर्न सकिने व्यवस्था मिलाइएको निर्देशक बरालले जानकारी दिए। मेलालाई मासु, मदिरा तथा धुम्रपानरहित बनाउने प्रयास गरिएको देवघाट क्षेत्र विकास समितिका अध्यक्ष डा ईश्वरीराज लौडारीले बताए। उनका अनुसार यही पुस ११ गतेदेखि देवघाटधाम क्षेत्रलाई प्लास्टिक निषेधित क्षेत्र घोषणा गरिएको छ। उनले मेलामा आउने भक्तजनहरूलाई प्लास्टिकजन्य सामग्री नल्याउन आग्रह गरे। प्रदूषणका कारण वातावरण, नदीनाला तथा धार्मिक पर्यावरणमा नकारात्मक असर परिरहेको उल्लेख गर्दै अध्यक्ष डा लौडारीले नारायणी नदी तथा देवघाटधाम क्षेत्रको स्वच्छता कायम राख्न एकपटक प्रयोग हुने प्लास्टिक झोला (४० माइक्रोनभन्दा पातलो), प्लास्टिक बोतल, गिलास, प्लेटलगायत सामग्रीको प्रयोग क्रमशः निषेध गरिएको जानकारी दिए। वैकल्पिक रूपमा जैविक तथा वातावरणमैत्री सामग्री प्रयोग गर्न उनले सबै श्रद्धालु, शवयात्री, आगन्तुक तथा स्थानीयवासीलाई आग्रह गरे। नेपालको मध्यभागमा अवस्थित प्रसिद्ध धार्मिक तीर्थस्थल देवघाटधाम पुरातात्विक, ऐतिहासिक, सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय दृष्टिले महत्वपूर्ण मानिन्छ। मुक्तिनाथबाट प्रवाहित शालिग्रामवाहिनी कृष्णागण्डकी र गोसाइँकुण्डबाट उद्गम भएको त्रिशूली नदीको सङ्गमस्थलका रूपमा रहेको यो क्षेत्र पुराणहरूमा आदिप्रयाग, हरिहर क्षेत्र, कदम्ब तीर्थ तथा चक्रतीर्थका नामले चिनिन्छ।

महन्थ ठाकुरलाई राष्ट्रियसभा सदस्यका लागि प्रस्ताव ! सहकार्यका लागि कांग्रेस र नेकपाबाट जसपा नेपाललाई अफरैअफर

● टक नेपाल

हालै जसपा नेपालसंग एकीकरण भएका लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी (लोसपा) नेपालका अध्यक्ष महन्थ ठाकुरलाई राष्ट्रिय सभा सदस्यमा उम्मेदवार बनाउने भएपछि नेपाली कांग्रेसदेखि नेकपासम्मले सहकार्यका लागि प्रस्ताव अघि सारेको छ।

शुक्रबार बसेको संघीय लोकतान्त्रिक मोर्चाको बैठकमा पनि औपचारिक रूपबाटै नेता ठाकुरलाई राष्ट्रियसभा सदस्यमा उम्मेदवार बनाउने सन्दर्भमा छलफल भएको थियो। संघीय लोकतान्त्रिक मोर्चाको बैठकमा सहभागी भएका एक नेताले भने, 'राष्ट्रिय सभाको चुनावमा कांग्रेस र जनता समाजवादी पार्टी (जसपा) नेपालबीच २/२ वटा सीटमा सहकार्य भएको छ भनेर महन्थ ठाकुरले जानकारी गराउनुभएको थियो।' मोर्चाको बैठकमा सहभागी एक नेताका अनुसार कांग्रेसले २ वटा सीट लिने र जसपालाई २ सीट दिने भनेर समझदारी कायम गरिएको छ।

लोसपा नेपालका महासचिव परमेश्वर साहले अध्यक्ष महन्थ ठाकुरलाई राष्ट्रियसभा सदस्यको उम्मेदवारको रूपमा प्रस्ताव गरिएको पुष्टि गरे। लोसपा नेपालका महासचिव साहले अध्यक्ष ठाकुरको नाम राष्ट्रिय सभाका लागि प्रस्ताव गरिएको बताउँदै भने, 'उहाँको पक्षमा राष्ट्रिय सभाको लागि समय अनुकूल अवस्था छ।

कुन पार्टीसंग सहकार्य गर्ने भन्ने कुरा अहिले तय नभइसके पनि नेपाली कांग्रेससंग सहकार्यका लागि कुरा अघि बढेको छ, तर नेपाली कम्युनिष्ट पार्टी (नेकपा)संग पनि सहकार्यका लागि कुराकानी अघि बढेको छ।' उनले मोर्चाको मतले मात्र नपुग्ने हुनाले अन्य विभिन्न दलसंग सहकार्य गर्ने भन्ने विषयमा औपचारिक निर्णय नभएको स्पष्ट पारे। आसन्न प्रतिनिधिसभा निर्वाचनमा मोर्चाबीच तालमेल गरेर जाने भए पनि कुन निर्वाचन क्षेत्रमा कोसंग कसरी तालमेल गर्ने भन्ने बारेमा पनि कार्यदल बनाइने भएको छ। यसअघिको प्रतिनिधिसभा सदस्यको निर्वाचनमा ठाकुर कांग्रेसको समर्थनमा महोत्तरीको निर्वाचन क्षेत्र नम्बर ३ बाट प्रतिनिधि सभा चुनावमा विजयी भएका थिए। यसपटक ठाकुरले आफ्नै छोरीलाई उम्मेदवार बनाउने भएपछि कांग्रेसले आफ्नै उम्मेदवार उठाउने तयारी गरिरहेको छ। लामो समयपछि मोर्चाको बैठकमा सहभागी भएका जनमत पार्टीका अध्यक्ष सीके राउत भने कांग्रेससंगको सहकार्यप्रति असन्तुष्टि व्यक्त गर्दै विभिन्न प्रश्न उठाएको बैठकमा सहभागी एक नेताले बताए। अध्यक्ष राउतले प्रश्न सोधे पनि त्यसको जवाफ भने नआएको अर्का एक नेताले बताए। लोसपाको पार्टी कार्यालय बबरमहलमा बसेको बैठकमा जसपा अध्यक्ष उपेन्द्र यादवले नेपाली कम्युनिस्ट पार्टीका सह-संयोजक माधवकुमार नेपालले पनि राष्ट्रिय सभादेखि प्रतिनिधि सभा निर्वाचनसम्मै सहकार्यका लागि प्रस्ताव आएको जनाए। 'राष्ट्रिय सभामा हामी कांग्रेससंग सहकार्य गर्ने गरी अघि बढिरहेका छौँ,' जसपा नेपालका अध्यक्ष यादवको भनाई उद्धृत गर्दै एक नेताले भने, तर नेकपाका सह-संयोजक माधव नेपालजीले पनि सहकार्यका लागि प्रस्ताव गर्नुभएको छ। हामीले मोर्चामा छलफल गरेर भन्छौँ भनेर जवाफ दिएका छौँ भन्ने जानकारी उपेन्द्रजीले गराउनुभए थियो।' आगामी माघ ११ गते राष्ट्रिय सभाको निर्वाचन हुँदैछ भने आगामी फागुन २१ गते प्रतिनिधिसभा सदस्यको निर्वाचन हुँदैछ। मोर्चाको शुक्रबार बसेको बैठकमा प्रतिनिधिसभामा कुन-कुन क्षेत्रमा सहकार्य गर्ने भन्ने कुरा टुंग्याउने गरी कार्यदलले तयारी गर्ने र आगामी बैठकमा प्रस्तुत गरेर निर्णय गर्नेबारे छलफल भएको बताइन्छ।

शीत लहर तथा चिसोबाट हुने क्षती न्यूनीकरण सम्बन्धी सचेतनात्मक सन्देश !!!

- जाडो यामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौं,
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं,
- घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं,
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गर्ने र घर भित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं,
- शीतलहर चलेको समयमा शीत नपर्ने सुरक्षित ठाउँमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाऔं,
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो र झोलिलो खानेकुराहरु खाने,

- बालबालिका, वृद्ध–वृद्धा, गर्भवती महिला तथा विरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने,
- शीत लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीहरुलाई सकेसम्म खुला स्थानमा चराउन नलैजाने, घर टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस पराल र दाना दिने,
- चिसोका कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त उपचारको लागि जाने,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधी उपचार गर्ने,
- कोठा भित्र आगो, मकल, हिटर लगाएतबाट तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशन (हावा आवगतजावत) को व्यवस्था मिलाउने,
- शीत लहरबाट हुन सक्ने कृषिबाली र पशुपंक्षीको क्षतीलाई न्यून गर्न सेड, छाप्रो, छानो, प्लाष्टिक लगाएतका संरचनाद्वारा सुरक्षित गर्ने।

धनगढिमाई नगरपालिका, सिरहा
मधेश प्रदेश, नेपाल

पार्टी एकतापछि पनि ज्वागलबाटै काम गर्दैछन् बालेन

● टक नेपाल

महानगरका मेयर बालेन शाह पनि ज्वागलस्थित देश विकास पार्टीको लागि भनेर खोलिएको कार्यालयबाटै आफ्नो र ाजनीतिक गतिविधि गरिरहेका छन् ।

स्रोतका अनुसार शुक्रबार पनि बालेनले ज्वागलस्थित पार्टी कार्यालयबाटै भेटघाटलाई निरन्तरता दिए ।

तर, उनको यो भेटघाट आफ्नो ढंगले छुट्टै अघि बढेको भन्दा पनि रास्वपासँगको एकता प्रक्रिया पुरा गर्न आफ्नो तर्फबाट काम सक्न गतिविधि गरेको स्रोतले भन्यो ।

यता उज्यालो नेपाल पार्टीभित्र विवाद भएर निर्वाचन आयोग पुगेसँगै रास्वपासँग एकता गरेकाहरु फेरि आफ्नै ढंगले अघि बढेको चर्चा छ ।

कतै बालेन शाहले पनि आन्तरिक रुपमा छुट्टै अघि बढ्न ज्वागलबाटै गतिविधि गरेका त हैनन् ? जवाफमा स्रोतले भन्यो, 'त्यस्तो केही होइन । उहाँले एकताको लागि आफ्नो तर्फबाट गरिनुपर्ने तयारी त्यहाँबाट गरिरहनुभएको हो । पहिल्यै देखि कार्यालय भएर पनि त्यहाँ सहज छ ।' बालेन निकट ती नेताकाअनुसार बालेन शाहले जेनजी लगायतका युवामा आएका छन् । यसअघि समानुपातिक सूची बालेनको तर्फबाट पठाउँदा जेनजीले सिफारिस गरेका नाम छुटाइएको आरोप लागेको थियो । समानुपातिक सूचीमा आफूले सिफारिस गरेका नाम छुटाइएपछि जेनजी फ्रन्ट र द काउन्सिल अफ जेनजीका केही अगुवा रुष्ट थिए । त्यसैले पनि उनीहरुको माग सम्बोधन गर्न बालेन लागिपरेको स्रोतले बतायो । 'जेनजीका घाइतेहरु पनि आएका छन् । उनीहरु आफूलाई रास्वपामा समेट्नुपर्ने भन्दै आइरहेका थिए,' बालेननिकट स्रोतले भन्यो, 'यस्तै, जो आउँछन् उहाँले भेट दिनुभएको छ ।'

मुकाम ज्वागल- दलका नेतादेखि जेनजीसँग बालेनले बिताए १२ घण्टा

महानगरपालिकाको कार्यालय समयमा महानगरकै काममा व्यस्त बालेन त्यसपछि ज्वागलस्थित पार्टीको कार्यालयमा आउने गरेको स्रोतले भन्यो । उम्मेदवार छान्ने, निर्वाचनको तयारी लगायतका कामहरु बालेनले ज्वागलबाटै गरिरहेका छन् ।

ललितपुरको ज्वागलमा बालेनको पार्टी कार्यालय भवन ।

तर, बालेनको सचिवालय भने रास्वपाको पार्टी कार्यालयबाटै सक्रिय छ । मेयर बालेन शाह ज्वागलमा रहेपनि सचिवालयले भने उतैबाट काम गरिरहेको स्रोतले बतायो । यदि रास्वपालाई बालेन भेट्नुपर्ने अवस्था आयो भने उता पक्षका नेताहरु ज्वागल नै आउने गरेको ती नेताले बताए । जस्तो, बिहीबार मात्र छलफलको लागि रास्वपा महामन्त्री कबिन्द्र बुर्लाकोटी ज्वागल पुगेका थिए । 'बालेनज्यूसँगै केही पर्‍यो भने रास्वपा पक्षका नेता ज्वागलमै आउनुहुन्छ । त्यसबाहेक अन्य काम उहाँको सचिवालयले रास्वपा कार्यालयबाटै हेरिरहेको हुन्छ ।

नेकपाको चुनावी रणनीति : कांग्रेस-एमालेसँग तालमेल, वामपन्थीसँग एकता

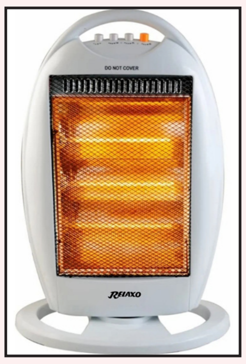
● टक नेपाल

जेनजी आन्दोलनपछि भत्किएको संवैधानिक र कानुनी लिकलाई सही ट्र्याकमा ल्याउन निर्वाचनको विकल्प नभएको विषयमा सबैभन्दा बढी नेपाली कम्युनिस्ट पार्टी देखियो । भदौ २३ मा तत्कालीन केपी शर्मा ओली सरकारले घटाएको नरसंहार र भोलिपल्ट भएको विध्वंशका कारण देश राज्यविहीन भएको अवस्थामा पूर्वप्रधानन्यायाधीश सुशीला कार्कीको नेतृत्वमा अन्तरिम सरकार बन्यो । कार्की सरकारले भदौ २७ गते जननिर्वाचित प्रतिनिधिसभा विघटन गरी फागुन २१ गते निर्वाचन घोषणा गर्‍यो ।

संविधान र व्यवस्था समाप्त हुनसक्ने विषम परिस्थितिलाई मध्यनजर गरी देश थप दुर्घटना हुनबाट रोक्न आफूहरूले धेरै मेहनत गरेको संयोजक पुष्पकमल दाहाल प्रचण्ड र सहसंयोजक माधवकुमार नेपालले दाबी गदै आएका छन् । यी दुई नेताले जेनजी आन्दोलनको कारण त्यतिबेला सत्तापक्ष रहेका कांग्रेस र एमाले बदनाम भएको निष्कर्ष निकाल्दै वामपन्थीबिच एकता तथा ध्रुवीकरणमा जोड दिए । कात्तिक १९ गते तत्कालीन नेकपा माओवादी केन्द्र, नेकपा एकीकृत समाजवादी लगायत १२ वटा घटक मिलेर पार्टी एकता गरे । कात्तिक २६ गते भीम रावल नेतृत्वको मातृभूमि जागरण अभियान, मंसिर ११ गते राजेन्द्र श्रेष्ठ समूहसँग पार्टी एकता गरे । सातै प्रदेशमा एकता सन्देशसभा गरी निर्वाचनको माहोल बनाएको नेकपा पछिल्लो समय रवि लामिछाने, बालेन शाह र कुलमान घिसिङ एक ठाउँमा उभिएपछि निकै दबाबमा परेको देखिन्छ । निर्वाचनपछि पुरानै दलहरू सत्तामा फर्किएको खण्डमा जेनजी आन्दोलनका क्रममा प्रत्यक्ष/परोक्ष संलग्न रहेको आरोपमा जुनसुकै बेला जेल जानुपर्ने बाध्यताबिच राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा)का सभापति समेत रहेका रवि, काठमाडौं महानगरपालिकाका प्रमुख बालेन र अन्तरिम सरकारका ऊर्जामन्त्री समेत रहेका कुलमान एकता सहमतिमा हस्ताक्षर भएको हुनसक्ने राजनीतिक वृत्तमा चर्चा छ । यद्यपि प्रचण्ड सरकारकै पालामा दुई-दुई पटक विद्युत प्राधिकरणको कार्यकारी प्रमुख नियुक्त भएका र ओली सरकारले बर्खास्त गर्दा प्रमुख प्रतिपक्ष दलको हैसियतले संसद्मा प्रतिरक्षा गरेकाले कुलमानको साथ आफूले पाउने प्रचण्डको बुझाइ थियो । तर अन्तिम समयमा रवि र बालेनसँगै मिलेपछि कुलमानलाई प्रचण्डले 'गुन बिर्सिएको मान्छे'को रुपमा टिप्पणी गरेका छन् । रवि, बालेन र कुलमान एक भएपछि सबैभन्दा बढी राजनीतिक दबाबमा कांग्रेस-एमाले रहेको उनको बुझाइ छ । दबाबका कारण कांग्रेस र एमालेबिच चुनावी तालमेल हुन सक्ने प्रचण्ड-माधवको आँकलन छ । एकातिर दुई प्रमुख दल कांग्रेस र एमालेले चुनावी तालमेल सहित मोर्चाबन्दी गर्ने, अर्कोतिर नयाँ वैकल्पिक शक्तिबिच एकताबद्ध भएर निर्वाचनमा जाँदा पार्टीलाई ठुलो क्षति पुग्नेतर्फ नेकपा सचेत देखिएको छ । साथै, निर्धारित समयमै निर्वाचन भएमा जनमत प्रभावित हुनसक्ने र त्यसको सबैभन्दा ठुलो क्षति कांग्रेस र एमालेलाई पुग्न सक्ने आँकलन गरेको छ । सम्भावित क्षतिलाई रोक्न पूर्वप्रधानमन्त्री तथा एमाले अध्यक्ष ओली, पूर्वप्रधानमन्त्री तथा कांग्रेस सभापति शेरबहादुर देउवाबिच राष्ट्रियसभा र प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनमा तालमेल गर्ने विषयमा पटक-पटक छलफल भएको छ । तर विशेष महाधिवेशन गर्ने कि नियमित महाधिवेशन गर्ने भन्ने विषयमा कांग्रेसभित्र अन्तरविरोध चर्किएकाले यो मुद्दा ओझेलमा परेको छ । यी सबै राजनीतिक घटनाक्रम नजिकबाट नियालेका प्रचण्ड-माधवले चुनावी तालमेल सहित मोर्चाबन्दी बनाउने विषयमा कांग्रेस र एमालेका शीर्ष नेताहरू सम्पर्कमा रहेको बुझिएको छ । देउवासँग भेटघाट भएको स्वयम् प्रचण्डले नै बताएका छन् । ओली सरकारका गृहमन्त्री समेत रहेका रमेश लेखकले कांग्रेस, एमाले र नेकपाबिच चुनावी तालमेल हुन सक्ने सन्देश दिएका छन् । शुक्रबार एक टेलिभिजन कार्यक्रममा लेखकले राजनीतिमा सम्भावना हुने स्पष्ट पारे । 'राजनीतिमा धेरै सम्भावना हुन्छ । फरक-फरक पार्टी त एकजुट भए । त्यो सम्भावना देखियो नि । अहिलेसम्म देशका लागि काम गरेका, संविधान निर्माणमा काम गरेका राजनीतिक दलहरूबिच सहकार्य, सहमतिको सम्भावना निरन्तर रहिरहन्छ । राष्ट्रियसभामा बढी सम्भावना छ । त्योसँगै प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचनमा पनि छ', उनले भने । सम्भावित संसद् पुनर्स्थापनाका लागि कांग्रेस र एमालेले विघटित प्रतिनिधिसभाका बहुमत सांसदको हस्ताक्षर जुटाएका सर्वोच्च अदालतमा पूरक रिट निवेदन दिइसकेका छन् भने सँगै चुनावी तयारीमा पनि लागेका छन् ।

शीत लहर तथा चिसोबाट हुने क्षती न्यूनीकरण सम्बन्धी सचेतनात्मक सन्देश !!!

- जाडो यामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौं,
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं,
- घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं,
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गर्ने र घर भित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं,
- शीतलहर चलेको समयमा शीत नपर्ने सुरक्षित ठाउँमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाऔं,
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खाने कुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो र झोलिलो खाने कुराहरु खाने,



- बालबालिका, वृद्ध-वृद्धा, गर्भवती महिला तथा विरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने,
- शीत लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीहरुलाई सकेसम्म खुला स्थानमा चराउन नलैजाने, घर टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस पराल र दाना दिने,
- चिसोका कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त उपचारको लागि जाने,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधी उपचार गर्ने,
- कोठा भित्र आगो, मकल, हिटर लगाएतबाट तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशन (हावा आवगतजावत) को व्यवस्था मिलाउने,
- शीत लहरबाट हुन सक्ने कृषिबाली र पशुपंक्षीको क्षतीलाई न्यून गर्न सेड, छाप्रो, छानो, प्लाष्टिक लगाएतका संरचनाद्वारा सुरक्षित गर्ने।

एकडारा गाँउपालिका, महोत्तरी
मधेश प्रदेश, नेपाल

अत्याधुनिक प्रविधि तथा विशेषज्ञ सेवासहित ३ वर्षे नसिङ कलेज भएको महोत्तीको एकमात्र अस्पताल

- २४ सं घण्टा इमर्जेन्सी सेवा
- ICU,NICU,PICU सेवा
- EndosocopyDiode Laser सेवा
- विभिन्न रोगहरुको विशेषज्ञ डाक्टरहरुद्धा उत्कष्ट स्वास्थ्य सेवा
- Laproscopy सेवा
- X-Ray, USG, CT Scan सेवा
- क्याबिनको समेत व्यवस्था भएको
- 247 Ambulance सेवा

SHUBHA SWOSTIK HOSPITAL PVT.LTD

शुभ स्वस्तिक हस्पिटल प्रा.लि.
मेनोरोड बर्दिबास, महोत्तरी
०४४-५५२५५,९८१२०१८०१०

बर्दिबास मिडिया ग्रुप प्रा.लि. द्धारा प्रकाशित, प्रकाशकः तुलसामाया कार्की, अध्यक्ष निर्देशकः ललन मण्डल, सम्पादक : रंजु साह
मुद्रक : आमोश अफसेट प्रिन्टिङ्ग प्रेस, बदिबास-३, महोत्तरी, प्रधान कार्यालय : बर्दिबास, महोत्तरी E-mail : talknepalnationaldaily@gmail.com , Mo.9863321014