



सा:गु भिंगु मरिचरिया निति लुमंका दिसँ !

लक्ष्मण जमाल 'चिलिमि' प्रोप्राइटर

लाखा छै
LAKHA CHHEN

सोह्रखुटे, वडा नं. १६, येँ, फोन नं.: ४२६०७३८

भाषिक विविधता नेपा:या विशेषता : राष्ट्रपति नेपाल टेलिभिजनय नेपालभासं बुखँ तयके : सञ्चारमन्त्री

• लहना संवाददाता

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङ याकनं हे नेपाल टेलिभिजनय नेपालभाषाया बुखँ तयेगु खँ धयादीगु दु। वंगु आइतवा: नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबू माभाय्या समावेशी जुइमा:गु माग यासँ ध्यानाकर्षण बीत वीप पदाधिकारीत लिसे खँ ल्हायगु इवलय वयकलं उगु बचं बियादीगु ख:।

उकथं हे सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्री गुरुङ नेपा:या सञ्चार माध्यम व सञ्चार सम्बद्ध संघ संस्थायात समावेशी चरित्रया दयेकेत थम्हं कुत: यायेगु खँ धयादीगु दु। वय कलं नेपा:या सञ्चार माध्यम व सञ्चार



ख:। लिसे वयकलं मातृभाषा पत्रकारित विकासया निति थ: सकारात्मक जूगु खँ नं धयादीगु दु।

नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबू ल:ल्हा:गु च्यागू बुँदाया ध्यानाकर्षण पतिइ सरकार बीगु लोक कल्याणकारी विज्ञापन बीबलय माभासं पिहां वइगु पत्रिकायात नं विज्ञापन बीमा:गु माग या:गु ख:। उकथं हे सञ्चार मन्त्रालयपाखे पत्रकार सम्बद्ध संघसंस्थायात बियाच्चंगु



सम्बद्ध संघसंस्था समावेशी चरित्रया मजगुलिं फुक्कं समुदायया स:या प्रतिनिधित्व मजुयाच्चंगु धासँ उकिया निति थम्हं कुत: यायेगु खँ धयादीगु

अनुदान जातीय पत्रकार संघयात नं बीमा:गु, नेपा:या न्हापांम्ह माभाय्या पत्रकार धर्मादित्य धर्माचार्यया हुलाक टिकट पिथनेमा:गु माग नं दबू या:गु दु।

नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबू वंगु आइवा: हे राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलयात नं ध्यानाकर्षण पौ बिउगु दु। दबूया अध्यक्ष नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठया नेतृत्वय वंगु पुचलं राष्ट्रपति निवासय वना: ध्यानाकर्षण पौ ल:ह:गु ख:।

ध्यानाकर्षण पौ ल:ल्हा: कासँ राष्ट्रपति पौडेलं नेपालय दुगु थीथी माभाया विकास व संरक्षण निति थम्हं सरकारया ध्यानाकर्षण यायेगु बचं बिसँ धयादीगु दु, नेपा: थीथी जातजाति दुगु बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक, बहुधार्मिक देय जूगुलिं थीथी भाय व संस्कृतिया विकासया निति संविधानया संरक्षक जूगुलिं सरकारया ध्यानाकर्षण याकेगु जुइ।

उकथं हे राष्ट्रपति पौडेलं थीथी माभासं पिहां व:गु पत्रपत्रिकाया कारण सम्बन्धित भाषा, साहित्य,

संस्कृतिया विकासय योगदान या:गु खँ नं धयादीगु दु। वयकलं समावेशी व मातृभाषाया पत्रकारिताया निति ज्या याना वयाच्चंगु मैथली व नेपालभाषाया बहुसंख्यक भाषाह्य:मिया कारण पत्रकारिता, साहित्य, दर्शन व इतिहास समृद्ध जुया: वनाच्चंगु खँ नं धयादीगु दु।

ध्यानाकर्षण पौयात कया: दबूया वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुनिल महर्जन राष्ट्रपति संविधानया संरक्षक जूगुलिं संविधान बियात:गु हक अधिकार कथं सरकारया फुक्कं निकाय समावेशी जुइमा:गु, थीथी माभाय्या पत्रकारतयत दुथ्याका: समाचारकक्ष

समावेशी याय्मा:गु सरकार दयेकीगु थीथी आयोग प्रतिष्ठान लगायत सरकारी ज्याकुयात समावेशी याय् मा:गु सरकार सञ्चार माध्यमयात बिया वयाच्चंगु अनुदानय माभाय् पत्रपत्रिकायात विशेष अनुदान बीमा:गु खँ न्हयब्वयादीगु ख:।

उकथं हे वरिष्ठ उपाध्यक्ष महर्जन माभासं पत्रकारित शुरु जूगु सछिदै कयंगु व न्हापांगु माभाय्या पत्रकारित धर्मादित्य धर्माचार्य कलकत्ता 'बुद्धधर्म' जानकारी राष्ट्रपति पौडेलयात याकादीगु ख:। उकथं हे वयकलं नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबू थुगु दँयात मातृभाषा पत्रिका दिवस कथं हनाच्चनागु। छं ई



न्हय: नेपालय ग्वसा: ग्व:गु अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा पत्रकार सम्मेलन पारित या:गु घोषणा पौया बारे राष्ट्रपतियात जानकारी याकादीगु ख:।

‘दच्छिया दुने न्हूगु नीति दयेके’



लहना वा:पौ/ सञ्चार लिसे सूचना प्रविधि मन्त्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङ देशय व:गु उपलब्धियात रक्षा याना: थप उपलब्धिया निति न्ह्या:वनेमा:गु खँ धयादीगु दु। नेपाल आदिवासी पत्रकार महासंघ फोनिय निन्यादं फुना नीखुदं कयंगु लसताय वंगु आइतवा: ग्वसा: ग्व:गु ज्याभवलय सम्बोधन यासँ वयकलं उगु खँ धयादीगु ख:।

ता:हाक:गु संघर्षपाखें प्राप्त जूगु उपलब्धियात रक्षा याय्गु थीया आवश्यकता ख: धासँ

मन्त्री गुरुङ धयादिल, ‘आदिवासी जनजाति व ल्यूने ला:गु वर्गया निति विशेष व्यवस्था मजुल ला ? आदिवासीत गनं व:गु ख: ? थ्व उपलब्धिया रक्षा थुकी हे दना: याय्मा:।’

संघीय लोकतान्त्रिक गणतान्त्रिक संविधानया त:धंगु उपलब्धी जूगु धासँ वयकलं दछिया दुने फुक्क सरकारी संचार माध्यमय न्हूगु नीति हयगु खँ धासँ धयादिल, ‘दच्छिया दुने सञ्चार क्षेत्रया न्हूगु नीति दयेकेगु जुइ। ल्यं ७ पेजय





नेवा: राष्ट्रिय म्ये

चमि : दुर्गालाल श्रेष्ठ लय् चिनामि : तिर्थ माली

धुन दने धुन सँन्ट्यलं भी फुक्कं हे छम्ह जुइ धुन
भीगु लागाय् भी स्वयं हे जः जुया धुन लुइ धुन
ह्यांगु भुमिइ अष्टमण्डल ह्यांगु चाः दुने थी नगु
भीगु नेवाः ध्वाँय् थ्व हे खः ज्यान भी सकस्यां छगू
जातितय् स्वायत्त राज्य लुइ कर्प च्वय् भिलिमिलिं
राष्ट्र भःभः धाय्क न्ह्याके भीगु चर्ति भीगु हिं

सम्पादकीय



शेयर बजाः लगानी गुलि सुरक्षित ?

शौं कन्हय् नेपाःया शेयर बजारय् उच्च गतिं थहां वनाच्चंगु दु। थुगु इलय् आन्तरिक कारोबार बारे चर्चा जुयाच्चंगु दु। थ्व चर्चा नं संसदय् दुहां वंगु दु। संसदया अर्थ समितिइ च्वपिं सांसदतय्सं शेयर बजारय् आन्तरिक कारोबार जुयाच्चंगु व कमजोर वित्तीय अवस्था दुगु कम्पनीया शेयर भाः यक्व हे थहां वंगु खँ धाःगु दु। घटनाक्रमं दुनेया व्यापार अप्वयाः वनाच्चंगु संकेत बियाच्चंगु दु। नियामक निकायं अनुसन्धान मयाःतले थ्व खँ पक्का धाय् फइमखु। तर इनसाइडर ट्रेडिङ धइगु शेयर बजारया नितिं घातक प्रवृत्ति खः। कम्पनीया महत्वपूर्ण आन्तरिक जानकारी (वित्तीय लिच्चः, मर्जर वा अधिग्रहण, उत्पादन शुरु आदि) सार्वजनिक रुपं उपलब्ध मजगुया लबः कयाः कम्पनीया शेयर न्याय्गु व मीगु ज्यायात इनसाइडर ट्रेडिङ धाइ। कम्पनीया इनसाइडर ट्रेडिङ जुयाच्चंगु इलय् शेयरया भाः थकाय्, टर्नओभर व माग अप्वयेकेगु याइ। कम्पनीया शेयरया भाः थकायाः सर्वसाधारण लगानीकर्तायात अप्वः मूल्य मीगु ज्या खः थ्व। थ्व ज्या गैरकानूनी खः। तर विश्वन्यंक शेयर बजारय् थुकथंया ज्याखँ जुयाच्चंगु दु।

शेयर बजाः नकतिनि विकास जुयाच्चंगु नेपाः थेंज्याःगु देशय् सर्वसाधारणयात इनसाइडर ट्रेडिङपाखें सुरक्षित याय् माःगु आवश्यकता दु। मन्तय्के शेयर बजाः बारे म्हो जक ज्ञान दु। म्हो वित्तीय अवस्था दुपिं लगानीकर्ता व छुं छुं मन्तय्सं जक शेयर बजारय् लगानी यानाच्चंगु पृष्ठभूमिइ इनसाइडर ट्रेडिङ शेयर बजाःया निष्पक्षता व विश्वसनीयताया नितिं चिउताः ब्वलनिगु स्वभाविक खः। नापं, लगानीकर्तातय् मनय् नकारात्मकतां हा काइ।

शेयर बजाःया तःधांपिं कासामिपिं इनसाइडर ट्रेडिङय् लगे जुइबलय् सामान्य लगानीकर्तातय्सं सही मूल्यांकन याय् मफइगु व उमिगु लगानी जोखिमय् लानाच्चंगु दु। थुकिं बजाःया विश्वासनीयताय् बांमलाःगु लिच्चः लाकी। थुकिं लगानीकर्ताया लगानी याय्गु भावना नं म्हो याइ। कम्पनीया शेयरया मूल्यय् अप्रत्याशित रुपं उतारचढाव वइगु, गुकिं बजारया अस्थिरता अप्वइगु, समग्र अर्थतन्त्रया नितिं हानिकारक जुइफु।

इनसाइडर ट्रेडिङ गैरकानूनी जगुलिं थुकी दुथ्याःपित कानूनी कारवाही याय्माः। लिसें, थुकिं कम्पनीया प्रतिष्ठायात तसकं लिच्चः लाकेफु। इनसाइडर ट्रेडिङ आम लगानीकर्तातय्त अन्याय याइ, लगानीकर्ताया अज्ञानता वा जानकारीया अभाव गलत निर्णय याय्फु। थुकिं यानाः दीर्घकालीन रुपं आम लगानीकर्तातय्त बजारं पितिनेफु।

साधारण लगानीकर्तातय्त आन्तरिक व्यापारया जोखिम व उकिया कानूनी लिच्चःया बारे सचेत याय्माः अले उकी दुमथ्याकेत आर्थिक रुपं सचेत जुइमाः। आधुनिक प्रविधि छ् यला प्रभावकारी व्यवसायिक विश्लेषण व अनुगमनयात प्रोत्साहन याय्बलय् अनियमित गतिविधियात म्हसीकेत व याकनं कारवाही याय्त ग्वाहालि याइ। थुकिं देय्या अर्थतन्त्र व बजाः विश्वसनीयताय् लाइगु लिच्चःयात कयाः सचेत जुयाः आन्तरिक व्यापारयात नियन्त्रण याय्गुलिइ ध्यान केन्द्रित याय्माःगु दु।

स्वतन्त्र, अग्रिम, जानकारी नापं मञ्जुरी छु खः ?- ४



श्रीकृष्ण महर्जन नेवाः

१. योजना चरण

-दकलय् न्हापां प्रस्तावित परियोजनां छु आदिवासी समुदाययात लिच्चः लाकी, उकियात क्वःछिइमाः। अथेहे, परियोजनाय् मेपिं ब्वति दुपिं सरोकारवालापिं गथेकि सम्बन्धित सरकारी निकाय, अन्तर्राष्ट्रिय दाता संगठन, स्थानीय गैरसरकारी संस्था, महासंघ व निजी क्षेत्रयालिसें परियोजनाय् इमिगु भूमिका व अधिकारया खँ सीकेगु।

-आदिवासी समुदायया क्वछीगु संरचना व संस्थायात म्हासिकेगु, गुम्हेस्यां परामर्श काइ, वार्ता व निर्णय याइ व क्वछिइगु व मञ्जुरी काय्गु ज्याखँय् आदिवासी समुदायया प्रतिनिधित्व याय्गुलि बैधता तय् माः। आदिवासी मिसापिंके जक निहित अद्वितीय ज्ञान, इमित माःगु व प्राथमिकता लगायत मेगु लैङ्गिक पक्षया खँय् थ्व फुक्कं ज्याखँय् ध्यान बियाः माःगु थाय् बिइगु।

-आदिवासी समुदायया सांस्कृतिक व आध्यात्मिक आस्था, अभ्यास व परम्परागत प्राकृतिक स्रोत व्यवस्थापन प्रणाली, धार्मिक थाय् व इमिगु जल, जंगल, भूमि लगायतया प्राकृतिक स्रोत साधनत नाप स्वाःगु जिविका सम्बन्धी सवालत थुइकेगु।

-प्रथाजनिता कानून, अधिकार व स्रोत व्यवस्थापन अभ्यास बारे ज्ञान काय्माः। राष्ट्रिय नीति नियमं उगु प्रथाजनिता कानून व अधिकारलिसें एफपिक प्रावधानयात मान्यता ब्यगु दु मदु, उकियात क्वछिइगु। अथेसा मान्यता बियामतल धाःसा, बहुसरोकारवाला नाप सहलहपाखें सर्वस्वीकार्य ज्यंकेगु याय्मालेफु।

खाका दयेकेगु ब्व

-आदिवासी समुदायया पूर्वगु व लिच्चः लाइकथं ब्वति काइगु मान्यताया लिधंसाय् सांस्कृतिक मैत्री एफपिक संयन्त्रया ढाँचा दय्की। उगु संयन्त्रयात छु गुज्वःगु कथं सांस्कृतिक व सामाजिक मूल्य मान्यतां संचालन याय्गु खः, उकियात ध्वाथुइकेमाः। आदिवासी समुदायया प्रतिनिधिपिं थुगु संयन्त्र दयेकेगु इलानिसें हे ब्वति काःगु हे जुइमाः।

-आदिवासी मिसा, आदिवासी युवा, अपांगता जूपिं आदिवासी मनूतय्त आदि दुथ्याका सकल आदिवासी समुदाययात माःगु कथं इमिगु क्षमता अभिवृद्धि याय्गु। थुकिं प्रस्तावित परियोजना व एफपिकया बारे सहलह व दयेकेज्याय् आदिवासी समुदायया अर्थपूर्ण रुपय् ब्वति व ग्वाहालिइ जुइ। अथेहे, सरकार लगायत मेगु मेगु पिनेया सरोकारवालातय्त प्रथाजनिता कानून, आदिवासी

जनजातिया अधिकार व सम्बन्धित प्रावधानत लिसें स्वापू दुगु बारे सूचित व सचेत याकेगु।

-सुसूचित क्वछिइगु नितिं आदिवासी समुदाययात प्रस्तावित परियोजनाया सकारात्मक व नकारात्मक लिच्चःया बारे इमिसं अःपुइक थुइकेफैगु भासं व माध्यमं इमिसं हे चाहे जूगु ढाँचाया इलय् हे आपालं जानकारी बिइगु। आदिवासी जनजाति नाप स्वापू दुगु अन्तर्राष्ट्रिय कानूनी प्रावधानत कथं इमिगुपाखें वःगु सुचं व जानकारीयात छ्यलेगु व व्यवस्थापन याय्गु लैपुत सुनिश्चित याय्गु।

-एफपिक प्रक्रिया गुगु कथं दस्तावेजीकरण याय्गु ? उगु खँय् आदिवासी समुदायलिसे सहलह याना तयार याय्गु।

३. कार्यान्वयन चरण



सम्झौताया खेसा आदिवासी जनजातिया पूर्ण व प्रभावकारी सहभागिताय् तयार याय्गु। अथे याइबलय् संलग्न आदिवासी समुदायया दुजःपिसं सम्झौता पूर्ण रूपय् थुगु दु व न्हयबवातःगु बुँदाय् इमिगु पूर्ण सहमति दु धयागु बारे सुनिश्चित याय्गु।

-आदिवासी समुदायल्य् छु गुज्वःगु मञ्जुरी काय्गु चलनत दु, गथेकि ल्हाः क्यना, मतदान याना, बाँय् लिखित सहमति कया, थुकिं बारे थुइकेमाः। क्वःछिना कथं ब्वति काइपिन्त लिपाः ज्याखँय् वइगु कथं च्वय्गु। गबलें गबलें थुज्वःगु दस्तावेज विविध माध्यमतपाखें नं तय् मालेफु।

-सम्झौताया खेसा आदिवासी जनजातिया पूर्ण व प्रभावकारी सहभागिताय् तयार याय्गु। अथे याइबलय्, संलग्न आदिवासी समुदायया दुजःपिसं सम्झौता पूर्ण रूपय् थुगु दु व न्हयबवातःगु बुँदाय् इमिगु पूर्ण सहमति दु धयागु बारे सुनिश्चित याय्गु।

-थ्वं खँ ल्वःमंकेहे मज्यू कि आदिवासीपिन्त इमिगु नितिं गुज्वःगु विकासया मोडेल मालाच्चंगु दु व उगु मोडेल गुज्वःगु जुइमाः धयागु खँय् आत्मनिर्णयया अधिकार इमित जक सुरक्षित जुइ व थ्वहे मान्यताय् एफपिकया अवधारणा च्वनाच्चंगु दु। आदिवासी जनजातिया विकास

सम्बन्धी आवश्यकता व प्राथमिकता छु खः व गुज्वःगु विकासया मोडेलं इमित मालाच्चंगु, मनतुना व प्राथमिकतायात दकलय् पाय्छिगु लैपुं सम्बोधन याइ। उगु खँ क्वछिइगु ज्या स्वयं आदिवासी जनजातिं हे याइ।

-आ न्हयःया पलाः, अथे धइगु परियोजनाया योजना निर्माण, निर्धारण याय्त आदिवासी जनजातिया पूर्ण व प्रभावकारी सहभागिता सुनिश्चित याय्गु। यदि इमिगु उकिइ मञ्जुरी जूसा जक परियोजना न्ह्याके फइ।

-आदिवासी जनजातिका मगाःमचात सम्बोधन याय्गु संयन्त्र दयेकेगु। अथे याइबले, आदिवासी जनजातिका द्वन्द्व समाधान सम्बन्धी परम्परागत अभ्यासयात आत्मसात् याय्गु। मेलमिलापय् छुं स्वंगुगु पक्षया संलग्नता माल धाःसा आदिवासी जनजाति नाप जानाः जक अज्वःगु

व्यवस्थाया म्हासिकेगु व निर्धारण याय्गु।

४. अनुगमन व मूल्यांकन ब्व

-आदिवासी जनजातिया तय्यंक ब्वति दगुलिइ प्रस्तावित परियोजना ईया दुने सम्झौताया आवधिक समीक्षा याय्गु। धाथें धायेगु खःसा परियोजनाया ई दुने एफपिक छक्कः जक जूसां याइगु ज्याखँ मखु। थ्व मदिक कयानातुं च्वनेमाः। छाय् धाःसा परिस्थिति, धारणा व लिच्चः हिला वनीगु नापं परियोजनाय् ई कथं ल्वय्क निश्चित परिमार्जन बाय् हिलेमाः।

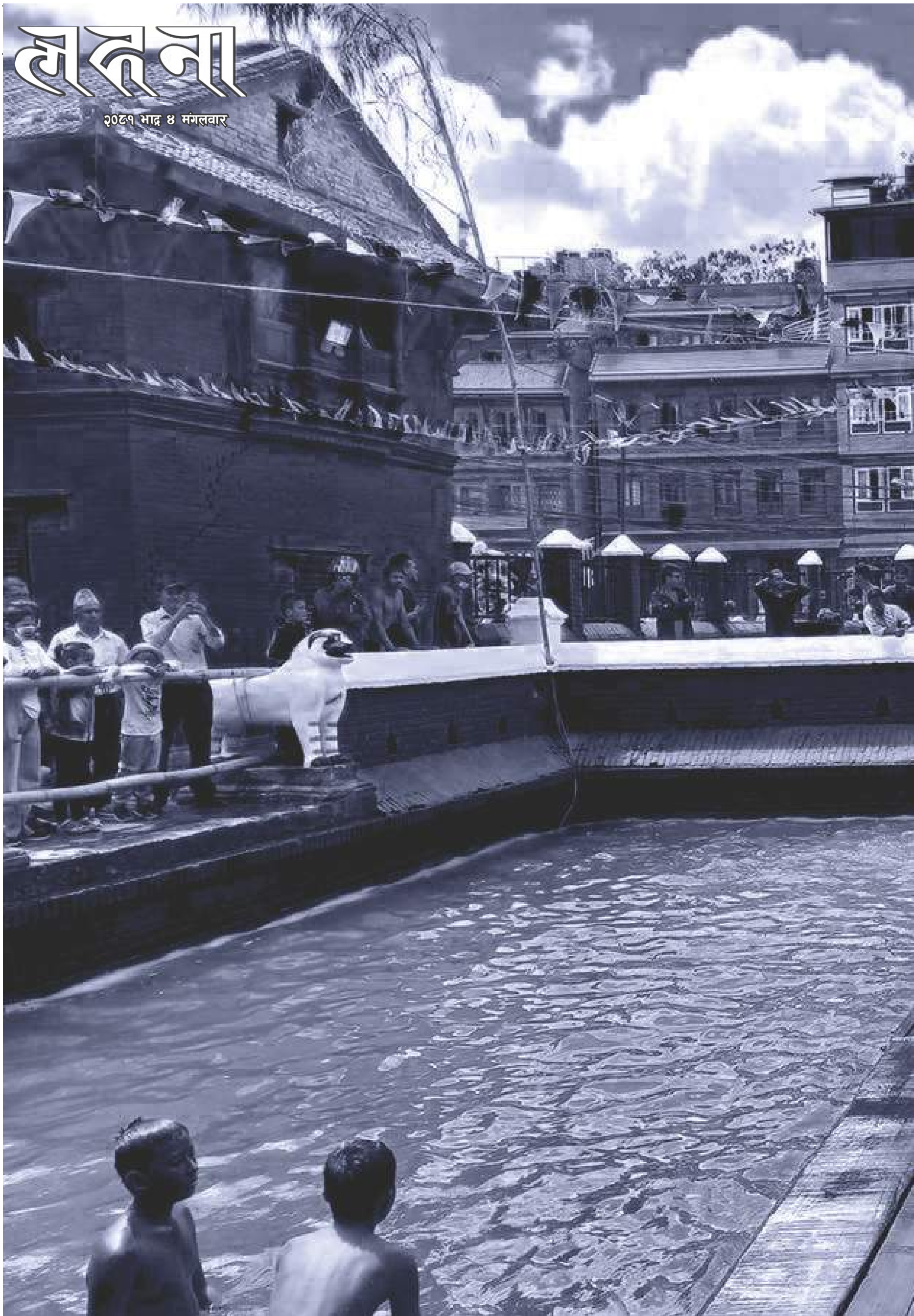
-सुनां मूल्यांकन ज्याया न्हयलुवाः जुया याय्गु खःसा उगु खँयात न्हापा हे सीकेगु। अथे हे, परियोजनाया मूल्यांकन गुगु कथं याय्गु धयागु खँ नं तयार याय्गु। अनुगमनया नियम व मापदण्डय् सहमति याय्गु।

-परियोजनाया इबलय् वइगु मू ज्यायात दस्तावेजीकरण याय्गु। थुज्वःगु हलंज्वलंत वइगु दिनसं न्ह्याकेगु ज्वलं कथंया परियोजनाय् छ् यलेफइ।

क्वचाल

सूचना

२०८१ भाद्र ४ मंगलवार





क्वन्ति महाद्यः

मिसा भलिबलं ब्यूगु लसता



प्रजित शाक्य

“

नेपाःया मिसा भलिबल कासामितयुत सरकार व मेमेगु संस्थापाखें थीथी सिरपाःया घोषणा जुयाच्चंगु दु । विशेष यानाः कप्तान अरुणा उप्रेतीलिसें निरुता ठगुन्ना, सरस्वती चौधरी, उषा भण्डारी व सलिना श्रेष्ठया तःधंगु नां जुइधुकूगु दु । पूनम चन्द, सफिया पुन, सुमित्रा रेग्मी, संगम महतो, कविता भट्ट, कामना बिष्ट, प्रगति नाथ व आरती सुवेदीं नं तःधंगु आशा क्यंगु दु । थुगुसि टिमय् उत्कृष्ट कासामि मध्ये छठह प्रतिभा माली चोटया हुनिं उपस्थित मज्जुगु खः ।

लहना वाःपौ/ थुगुसीया काभा महिला भलिबल धेंधेंबल्ला लिपा नेपाली मिसा भलिबल कासा पाय्छिगु लैपुइ न्ह्यानाच्चंगु ब्यंगु दु । काभा नेशन्स भलिबल लिगया फाइनलय् भारतनाप नेपाल निराश जुल । अथेखःसां लिग चरणय् भारतयात बुकाः नेपाःया मिसा भलिबलं थः समर्थकतयुत लय् ताय्कल । दशरथ रंगशालाया कभर्ड हलय् भारतया वर्चस्व सिधय्केत ताःलागुलिं नेपाःया मिसा भलिबल चर्चाया विषय जूगु खः ।

लिग चरणय् दक्षिण एसियाया अजय टिम भारतयात नेपालं बुकूगु ऐतिहासिक ई खः । मिसा भलिबलय् नेपालं न्हापांखुसी भारतयात बुकूगु खः । नेपालं फाइनलय् धाःसा न्हापाया प्रदर्शन दोहोरे याय्मफुत । अथेखःसां नेपालया शानदार प्रदर्शनया यानाः फाइनलय् भारतयात दबावय् तःगु खः ।



नेपालं भारतनाप न्यागू सेटया कासा भित्तूगु खः । न्हापांगु स्वेगू सेटय् २-१ न्हापा लाःगु नेपाःयात प्यंगूगु सेटय् हे उपाधि त्याकेगु ह्वःताः चूलाःगु खः । तर 'बिग म्याच एक्सपोजर'या अभाव हे धाय्फइ लक्ष्य लिक्क थ्यनेवं नेपाली कासामि नर्भस जुल । भारतयात बुकाः च्याम्पियन जुइगु नेपाःया म्हगस पूवने मफुत । उपाधि त्याकूगु जूसा नेपाली भलिबल टिमं थःगु हे भूमि न्हापांगु अन्तर्राष्ट्रिय उपाधि चुलाकीगु खः । अथेखःसां थुगुसि मिसा भलिबल टिमया उत्कृष्ट प्रदर्शनय् सकसिनं गर्व याःगु दु । उपाधि त्याकेधुंकाः भारतीय कासामि कोर्टय् लय्ताया खयाच्चंगु दृश्यं नं नेपाःयात त्याकेत



गुलि थाकु धइगु प्रमाणित जूगु दु । नेपाः लगातार निक्कखुशी भारतयात बुकेत लिक्क थ्यंगु खः । सन् २०१९ य् जूगु १३ औं दक्षिण एसियाली खेलकुद (साग) य् नं

नेपाल इरानलिसे ३-२ सेटं पराजित जुल । अथेखःसां सेमिफाइनलय् नेपालं इरानयात हे सहज रुपं ३-० सेटं बदला कयाः फाइनलय् थ्यंकेत ताःलात ।

थुसिया काभा नेसन्स लिगपाखें नेपालं मिसा भलिबलय् थःगु स्तर उच्चस्तरय् थ्यंगु क्यन । उकिं आः थुगु पुचःयात कयाः सकसितं गर्व यानाच्चंगु दु । काभा नेशन्स लिग लिपा नेपाःया मिसा भलिबल कासामि स्टार जुइधुकूगु दु । उपिं संचार माध्यमयात अन्तर्वाता बीत तर्क मलानाच्चंगु दु ।

नेपाःया मिसा भलिबल कासामितयुत सरकार व मेमेगु संस्थापाखें थीथी सिरपाःया घोषणा जुयाच्चंगु दु । विशेष यानाः कप्तान अरुणा उप्रेतीलिसें निरुता ठगुन्ना, सरस्वती चौधरी, उषा भण्डारी व सलिना श्रेष्ठया तःधंगु नां जुइधुकूगु दु । पूनम चन्द, सफिया पुन, सुमित्रा रेग्मी, संगम महतो, कविता भट्ट, कामना बिष्ट, प्रगति नाथ व आरती सुवेदीं नं तःधंगु आशा क्यंगु दु । थुगुसि टिमय् उत्कृष्ट कासामि मध्ये छम्ह प्रतिभा माली चोटया हुनिं उपस्थित मज्जुगु खः । अथेखःसां नेपाःया टिम कमजोर खनेमदु ।

नेपाःया मिसा भलिबलया प्रगति आकाभाकां जूगु खः धाःसां पाइ मखु । नेपालय् न्हापांगु राष्ट्रिय मिसा भलिबल धेंधेंबल्ला सन् २०३७ स जूगु खः । अन्तर्राष्ट्रिय कासाय् बर्वात काःगु इतिहास स्वयंगु खःसा

भिक्रिदं न्ह्यः तक नेपालं बागू दर्जन च्याम्पियनसिप तकं भित्ते फूगु स्थिति मदु । अन्तर्राष्ट्रिय कासाय् भित्तेत नेपाली मिसा भलिबलयात दक्षिण एसियाली खेलकुद (साग) वय्माःगु स्थिति दुगु खः । मिसा भलिबल शून्य अवस्थाय् दुगु खः ।

अथेखःसां थीथी क्लबया गठन, विभागीय टिमया साथ व निरन्तर धेंधेंबल्लाःया हुनिं वंगु छगू दशक न्ह्यः तक शून्य अवस्थाय् लानाच्चंगु मिसा भलिबलं तीव्र गतिं प्रगति यात ।

मिसा भलिबलयात न्ह्यःने हय्त एपीएफ क्लब, नेपाल पुलिस क्लब, त्रिभुवन आर्मी क्लब, पश्चिमाञ्चल व न्यू डायमण्डया नं तःधंगु योगदान दु । घरेलु कासाय् थुपिं टिम दथुइ जुइगु प्रतिद्वन्दीतां बुलुहुं मिसा भलिबलया स्तर थकाय्गु ज्या यात । थ्व दथुइ नेपालया मिसा भलिबलं काभा नेसन्स लिग निक्कः त्याकेधुंकेल । नेपाली मिसा भलिबलं दक्षिण एसियाली खेलकुद (साग) य् नं लगातार पदक त्याकाच्चंगु दु ।

नेपाल भलिबल संघया बांलाःगु नेतृत्व नं मिसा भलिबलया प्रगतिया जिम्मेवारी खः । भलिबलं संघपाखें मिसा भलिबलयात निरन्तर एक्सपोजर बियाच्चंगु दु । घरेलु धेंधेंबल्ला नं यक्व जुयाच्चंगु दु । अथेखःसां मिसा भलिबलया विकासया हाथ्या कथं अभू नं छगू आधुनिक रङ्गशाला व कासामितयुत आर्थिक रुपं बल्लाकेगु माःगु दु ।

हरेक मंगलवार
राष्ट्रियताको लागि समर्पितमेरो साप्ताहिक
मेरा साप्ताहिक Mero Saptahik

माला: माला: ब्वनादिसैं ।



Sweet Cave

(जीवन दाईया पसः)

Kalimati, Kathmandu, Nepal

Tel: 4275511, 9741112777, 9851063000

यहाँ भोज तथा पार्टीहरूको लागि चाहिने स्पेशल दही, पनिर, लाखामरी, लालमोहन, बर्फी, रसबरी तथा अरु विभिन्न परिकारका मिठाईका लागि सम्पर्क राख्नुहोस् ।

आउटडोर भेज क्याटरिङ पनि गरिन्छ ।

‘लण्डन लाखे’ प्रवासी नेपाःमिपिनि पीडाया सफू



लहना वाःपौ/बेलायतय् च्वनाः एरोस्पेश इञ्जिनियरकथं ज्या यानाच्वनादीम्ह ओजेश सिंहं च्वयाछूगु सफू ‘लण्डन लाखे’ वंगु शुक्रवाः यँया हनुमानध्वाखा लाय्क दुनेया लोहं चुकय् विमोचन जुल । यँ महानगरपालिकाया उपप्रमुख सुनिता डंगोलया

मूपाहाँसुइ जूगु ज्याभवलय् ने पालभाषा एकेडेमीया भाइस चान्सलर मल्ल के. सुन्दर, कविलिसँ नाटककार राजभाइ जकःमिपिसं विमोचित सफूयात कयाः नुगःखँ तयादीगु खः । ज्याभवलय् सफूया बारे नुगःखँ तयादिसँ मूपाहाँ डंगोलं लण्डन लाखे

परम्परागत लाखेया बाखं मखुसँ प्रवासय् च्वनीपिं नेपाःमिपिनिगु बाखं जूगु खँ कनादिल ।

लण्डनय् नेवाःतय्सं याःगु संघर्ष व अन नेवाः संस्कृतियात र क्षाया नितीं जुयाच्वंगु ज्यायात थुगु सफुतिं ब्वयाच्वंगु मूपाहाँ डंगोलं कनादिल ।

किपा हना बाखं कथं तयार जूगु सफुतिइ सहनशील डंगो लं किपा च्वयादीगु दुसा सफूया प्रकाशन रातोघरं याःगु खः ।

रातोघरया नायःलिसँ कवि स्नेह साय्मिया सभापतित्वय् जूगु ज्याभवलय् अमृता मानन्धर मालीं च्वमिया म्हसीकालिसँ सफूया म्हसीका ब्वयाछूगु खः ।

पचली भैरव जात्राय् ग्वहालियापिंत सुभाय् देछात

लहना वाःपौ/ पचली भैरव भिनिदै जात्राय् ग्वहालि यापिन्त छगु ज्याभ्वः दथुइ हनेज्या याःगु दु ।

यँ महानगरपालिकाया उपमेयर सुनिता डंगोलया मूपाहाँ व संस्कृतिविज्ञ हरिराम जोशीया विशेष पाहां कथं भाःगु ज्याभ्व वलय् पचली भैरव भिनिदै जात्राय् छः जुयाः प्याखँ हुलादीपिं, बाजं थानादिपिं सञ्चार ख्यलं ग्वहालि



यानादीपिं श्रीकृष्ण महर्जन व लहना वाःपौया नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठ नाप थीथी

ख्यलं ग्वहालि यापिन्त सुभाय् पौ लःल्हाःगु खः ।

ऐश्वर्यलाल लुमन्ति सिरपाः लः ल्हात



लहना वाःपौ/जगतसुन्दर ब्वनेकुथिइ नीस्वनातःगु ऐश्वर्यलाल लुमन्ति सिरपाः लःल्हाःगु दु ।

मदुम्ह ऐश्वर्यलाल श्रेष्ठया लुमन्तिइ वय्कःथा म्थ्याय् सृष्टि श्रेष्ठं नीस्वनादीगु थुगु सिरपाः न्यागू तगिं व च्यागू तगिमय् नेपालभाषाय् उत्कृष्ट जूपिं विद्यार्थीपिंत बीगु

सिरपाः खः ।

वंगु मंगलवाः ब्वनेकुथिया संचालक समितिया नायः प्रा.डा. चुन्दा वज्राचार्यया सभापतित्वय् जूगु छगू ज्याभ्वःया दथुइ न्यागू कक्षाय् उत्कृष्ट जूम्ह ज्योति तुलाधर व च्यागू तगिमय् उत्कृष्ट जूम्ह कजना श्रेष्ठयात स्वद्वः-स्वद्वः

तका व दसिपौ लःल्हाःगु खः ।

ज्याभवलय् सिरपाः दाता सृष्टि श्रेष्ठ, बेलायत व पोर्चुगलं स्वयंसेवक कथं ब्वनेकुथिइ ब्वंकादीपिं डेजी ब्राउन व एलिस फिगुइरेडो, संस्थापक रोहन गोर्खाली, संचालक लोककवि राजभाइ जकःमि पाहां कथं भायादीगु खः ।

ज्याभवलय् दाता श्रेष्ठं मदुम्ह ऐश्वर्यलाल श्रेष्ठ बारे कनादिलसा पाहां रोहन गोर्खालीं ब्वनेकुथिं नेवाःतय् म्हसिका न्ह्यब्वयाच्वंगु धासँ थुकिं भाषा, कला, संस्कृति ल्यंकातय्त ग्वहालि यानाच्वंगु खँ धयादीगु खः । अथे हे संचालक जकःमिं चिनाखँ न्यंकादीगु खः ।

चक्रमान स्मृति प्रतिष्ठानपाखें स्कूलय् ब्याग इन



लहना वाःपौ/चक्रमान स्मृति प्रतिष्ठानया ग्वसालय् राष्ट्रिय आधार भूत विद्यालयसं स्कूल व्याग इनेगु ज्या याःगु दु । समाजसेवी चक्रमान डंगो लया गुक्वःगु पुण्यतिथिया लसताय् उगु ब्वनेकुथिइ ब्वनाच्चापिं १३५ म्ह

ब्वमिपिन्त स्कूल व्याग लःल्हागु खः ।

यँ मनपा १२ वडाया नायः बालकृष्ण महर्जनया मूपाहाँसुइ जूगु ज्याइवलय् नुगःखँ तयादिसँ वडा अध्यक्ष महर्जनं चक्रमान डंगोलया प्रेरणां हे थःपिं राजनीति ख्यलय्

गोदावरीया मेयर व उपमेयरयात सफाई



लहना वाःपौ/ विशेष अदालतय् भ्रष्टाचार मुद्दायात कयाः यलया गोदावरी नगरपालिकाया मेयर गजेन्द्र महर्जन व उपमेयर मुना अधिकारीयात सफाई बिउगु दु । भ्रष्टाचारया मुद्दाय् सफाई लिपा मेयर महर्जन व उपमेयर अधिकारी नगरपालिकाय् ज्याय् लिहां वनिइगु जूगु दु । निला न्ह्यः अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान

आयोगय् भ्रष्टाचारया मुद्दा दर्ता यायेवं मेयर महर्जन व उपमेयर अधिकारी निलम्बनय् लाःगु खः । विशेष अदालतं मेयर व उपमेयर नापं भिंय्म्हेसित भ्रष्टाचार मुद्दाय् सफाई बिउगु खः । मयेर महर्जनं लहना न्युजलिसे खँ ल्हाय्गु भ्वलय् आः थःपिसं नगरपालिकाया ज्याय् निरन्तरता बिइगु जानकारी बियादीगु दु ।

दच्छिया दुने

संघीय लोकतान्त्रिक गणतान्त्रिक संरचना कथं नीति दय्केगु जुइ । सूचना प्रविधिया विकासलिसँ मानव सभ्यताया विकास न्ह्याःगु दु ।' वय्कलं न्हूगु नीति व कानून दय्केगु प्रक्रिया न्ह्याय्धुंकूगु जानकारी नं बियादीगु दु । उक्तथं हे वय्कलं वइगु स्वदँ प्यदँया दुने डिजिटल नेपालया ज्या न्ह्यःने वनिगु खँ नं धयादीगु दु ।

प्रेस काउन्सिल नेपालया नायः बालकृष्ण बस्नेतं भित्तुना वीगु भ्वलय् महासंघं सामाजिक व राजनीतिक आन्दोलनय् सहयोगी भूमिका म्हितूगु खँ धयादीगु दु । वय्कलं परिपक्व पत्रकारिता म्हो जुजुं वनाच्वंगु खँ न्ह्यथना दिसँ फोनिज नं वास्तविक पत्रकारया ल्याः अप्वय्के माःगु सुभाव बियादीगु दु ।

ज्याभवलय् गेलजे लामा शेर्पा, नेपाल आदिवासी आयोगया नायः रामबहादुर थापामगर, नेपाल पत्रकार महासंघया नायः विपुल पोखरेल, फोनिजया पुलांम्ह नायः खिम घले, दण्ड गुरुङ, चन्द्रसिंह कुलुङ, फोनिजया संस्थापक नायः, सविन प्रियासन, उपाध्यक्ष प्रेम चौतारी नेपाल, दिलीप पौडेल, नेपाल प्रेस युनियनया महासचिव, सन्तोष दहित, प्रेस सेन्टर नेपालया महासचिव, फोनिजया बरिष्ठ उपाध्यक्ष लक्की चौधरी, बरिष्ठ सिनेपत्रकार विजयरत्न तुलाधर,

खीमा गुरुङ, नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूया नायः नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठ पिस फोनिजया रजत दँया लसताय् भित्तुना बियादीगु खः।

फोनिज रजत दँया लसताय् जूगु ज्याभवलय् फोनिज राष्ट्रिय पत्रकारिता सिरपा २०८१ पाखे नेपाल टेलिभिजनया समाचार प्रमुख पुष्पहरी क्याम्पा राई व विजयरत्न तुलाधरयात व दाङ पिहां वइगु थारु मातृभाषाया पत्रिका लौव अग्रसनयात लःल्हागु खः ।

पत्रिकाया सम्पादक सन्तोष दहितयात राष्ट्रिय मातृभाषा पत्रकारिता पुरस्कार २०८१ पाखे सम्मानित याःगु खः । वय्कःपिंत २५ हजार नगद व दसिपौ बियाः सम्मान याःगु खः ।

अथे हे गोरखा रेडियोया खिमा गुरुङ (कास्की), सतेन्द्र जावेगु (इलाम), व विष्णु तामाङ (यँ) यात फोनिज राष्ट्रिय पत्रकारिता सिरपाः २०८१ लःल्हाःगु खः । वय् कःपिंत २० हजार नगद सिरपाः लिसँ हनापौ लःल्हाःगु खः । अथे हे निम्ह पत्रकारपिंत फोनिज मलेसिया अवार्ड २०८१ पाखें सम्मानित याःगु खः । गोरखापत्र दैनिक पाल्पाया रिपोर्टर रेखिराम रानामगर व पर्साया पत्रकार पूनम महतो थारुयात सम्मान याःगु खः । दसिपौ लिसँ भिद्रः तका दांया सिरपाः लःल्हागु खः । थुगु सिरपा फोनिज मलेसिया पलिस्था याःगु खः ।

बङ्गना लिपि
रञ्जना लिपि पिहाँ
वयाच्वंगु
रञ्जना लय्पौ
ब्वनादिसँ/ब्वकादिसँ

**प्रचलित नेपाललिपिं
पिहाँ वयाच्वंगु
म्हसीका लय्पौ
ब्वनादिसँ/ब्वकादिसँ**

मीमा लय्पौ
MIHAIKA Monthly | म्हसीका मासिक

न्हापा स्वयां आः अप्वः शान्ति माः –प्रधानमन्त्री ओली



लहना वाःपौ/ प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीं हलिमय न्हापा स्वयां अप्वः शान्ति माःगु खँ धयादीगु । श्रीघल्य धर्मकीर्ति विहारय दछि तक न्ह्याःगू गृही विनय (गृहस्थ जीवन) सम्बन्धी प्रशिक्षणय ताःलापि उपासक-उपासिकापित दसिपौ लः ल्हानादिसें प्रधानमन्त्री ओलीं उगु खँ धयादीगु खः ।

वयकलं हलिमय शान्ति,

करुणा, मानवता, स्नेह, ममता, दया व परोपकारया भाव आपालं दुगु बुद्धया शिक्षायात थप सामयिक यायमाः माःगु खँ नं धयादीगु दु । प्रशिक्षणय ६४ म्ह ताःलागु खः ।

थःगु सम्बोधनया भवलय प्रम ओलीं वामलाःगु उन्माद, तं व दम्भया लँ त्वःताः शालीनता, विनयशीलता, मानवनीयता व आत्मिय भाव व्यनेत हलिमय शान्ति अप्वयेकाः पृथ्वीया सुरक्षा याय्फइगु

खँ नं धयादीगु दु ।

सम्बोधनया भवलय प्रम ओलीं धयादिल, ‘थौ हलिमयय मानवीय उन्माद व स्वार्थप्रेरित व्यवहारया कारण अशान्ति जुयाच्चंगु दु । थःगु जिद्दीया लागि निर्दोष मनूतयुत सुनां गुगु नं इलय सशस्त्र हतियार प्रहार व प्रतिप्रहार याइगु भय दु । उकियात मदय्केत बुद्धया अनुशीलन उपयोगी जुइ ।’

वयकलं परस्पर वेमेल व अशान्ति ब्वलंकेगु मानवीय प्रवृत्ति मखुगुलि उकिं विनास जक याइगु खँ नं धयादीगु दु ।

ज्याभवलय विहारया प्रमुख धम्मवती गुरुमां न प्रधानमन्त्री ओलीया भिं उसांय नाप नेपाःयात बांलाःगु लँय यंके फय्मा धका सुवाः बियादीगु खः । ज्याभवलय प्रधानमन्त्री ओली नाप वय् कःया जहान राधिका शाक्य व यें महानगरपालिकाया उपप्रमुख सुनिता डंगोलं नं ब्वतिकाःगु खः ।



शार्दुल जङ्ग गुल्म (गुरुजुया पल्टन)या न्हूम्ह गुल्मपति मेजर अनिल श्रेष्ठयात श्री हल्चोक आकाश भैरव समाजपाखें भित्तुना देखाय्गु इवलय् ।

मुदिताया ११ क्वःगु पलिस्था दिं



लहना वाःपौ/ मुदिता सेवा गृहया ११ क्वःगु पलिस्था दिं लिसें सम्मान ज्याइवः छू यासें तःजिक हंगु दु । दैय्दसं याना वयाच्चंगु ज्याइवलय् नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी नेकपा एमालेया केन्द्रीय उपाध्यक्षलिसें बागमती प्रदेशया पुलांम्ह मुख्यमन्त्री अष्टलक्ष्मी शाक्य मूपाहां कथं भायादीगु खः ।

ज्याइवलय न्ववाय्गु इवलय मूपाहां शाक्य मुदिता नां गथे खः उकथं हे न्ह्याकाच्चंगुलिं तसकं हे लय्ताया च्वंगु महसुस थम्हं यानागु खँ कनादिल । लिसे वयकलं थः इलय ब्यलय् मुदिताय वयबलय अनुभवया अनुभव कनादिसें समाज सेवा याय्गु ज्याय संस्थापक अध्यक्ष राज्यलक्ष्मी बज्राचार्य च्छायादिसें थम्हं माःगु ग्वाहालि याय्गु बचं नं बियादीगु दु ।

ज्याइवलय वंगु निगू दशक न्हयवं निसें निरन्तर रुपं न्ह्यानाच्चंगु बौद्ध जनविहार जेष्ठ नागरिक दिवा सेवा सुनाकुथिया संचालक ज्ञानकुमार महर्जनयात दोसल्ला न्ययेका हंगु खः । ज्याइवलय दैय्दसं सानु बसी स्मृति कोषय् २० हजार व मोहनरत्न शाक्यपाखें १० हजार ध्यबा अध्यक्ष राज्यलक्ष्मी बज्राचार्ययात लःल्हाःगु खः ।

मुदिता सेवा गृहया संस्थापक अध्यक्ष राज्यलक्ष्मी बज्राचार्यया सभापतित्वय् न्ह्याःगु ज्याइवलय विशेष पाहां बागमती प्रदेश पुलांम्ह सांसदलिसे सल्लाहकार शोभा शाक्य, महालक्ष्मी नगरपालिका वडा नं. १ या वडा अध्यक्ष छिरिङ लामा, सेवाग्राहीपाखें कृतिका बस्नेत, साजन श्रेष्ठपिसं नुगः खँ तयादीगु खः ।

नेवाः देय् दबूया हथाय्गु सुचं



ने.सं.११४४ यस्लाध्व सप्तमी (वि.सं. २०८१ भाद्र २५ गते, ई.सं. २०२४ सेप्टेम्बर १०) कुहु नेवाः देय् दबूया स्वीकःगु (३० औं) तुसादैया लसताय दैय्दसं थें छगू छगू लाख (१,००,०००/-) तक्खा स्वंगू सिरपा (१) नारायणदेवी तीर्थ नेवाः समाजसेवा सिरपा, (२) नारायणदेवी तीर्थ व्यवसायी प्रोत्साहन सिरपा व (३) गिरिधरलाल नेपालभाषा सेवा सिरपा लःल्हायेगु जुयाः सिरपा त्रियेत त्वःगु खलःपुचः, संघसंस्था व व्यक्तियात थ्व हे ने.सं. ११४४ गुलागा चौथी (भाद्र ७/अषाढ २३) दुने सिफारिस वा दावी सहित निवेदन तयादिइत दक्व खलःपुचः, संघसंस्था, व्यक्तियुक्त इनाप बामाच्चना ।

सिरपाया विधा व सिफारिस वा दावी

- नारायणदेवी तीर्थ नेवाः समाजसेवा सिरपा - नेवाः सामाजिक, संस्कृति, अधिकार, सम्पदा, संरक्षण नाप स्वापू दगु ज्याय च्छायेबहःगु ज्या याना वयाच्चंगु संघसंस्था, खलःपुचः, गुधि, व्यक्ति आदि ।
- नारायणदेवी तीर्थ व्यवसायी प्रोत्साहन सिरपा - नेवाः परम्परागत व्यवसाय वा आधुनिक व्यवसाय न्ह्याका वयाच्चंगु व्यवसायिक संस्था, कम्पनी, खलःपुचः, गुधि, उद्यमी, व्यक्ति आदि ।
- गिरिधरलाल नेपालभाषा सेवा सिरपा - नेपालभाषा, नेपालभाषा साहित्य व नेपाल लिपि स्थलस्व च्छायेबहःगु ज्या याना वयाच्चंगु संघसंस्था, खलःपुचः, गुधि, व्यक्ति आदि ।

सिरपाया सिफारिस वा दावीया निति प्रकृया

- सिरपाया निति नेवाः देय् दबूनाप आयद्व गगु नं संस्था, नेवाः देय् दबूया कचा वा व्यक्तियाखें सिफारिस वा दावी यायेफइ ।
- गगु नं संस्था वा व्यक्ति थम्हं हे सिरपा दावी यायेफइ ।
- सिरपाया लागि दावी वा मनोनयन यायेबलय् सिरपाया विधा अनुसरया च्छायेबहःगु योगदान बिबावयाच्चंगु खः धइगु पुष्टि सहित यायेमाः ।
- निर्णायक समिति आवश्यक खन धाःसा दावी वा मनोनयन मज्जुह व्यक्ति वा संस्थायात नं सिरपा बीफु ।
- थथे सिफारिस वा दावी यायेबलय् छम्ह व्यक्ति छगू विधाय् छम्हसित वा छगू संस्थायात जक सिफारिस यायेफइ ।
- थथे सिफारिस वा दावी यायेबलय् छगू संस्था छगू विधाय् छम्हसित वा छगू संस्थायात जक सिफारिस यायेफइ ।

स्वापू / सिरपा दुतिनेगु थाय् - सिरपा समिति, नेवाः देय् दबू, का.म.पा.-१२, बुद्धवारी, टेकु

टेलिफोन - ०१-५३६७६०५

इमेल - deydaaboo@nmc.net.np, nddproject@yahoo.com

साइबर सुरक्षाबारे सचेत रहौं

- अपरिचित इमेल, सन्देश र लिङ्कहरु नखोलौं,
- संवेदनशील जानकारी (पासवर्ड, बैंक विवरण) सुरक्षित राखौं,
- अनधिकृत सफ्टवेयर डाउनलोड नगरौं,
- फर्जी वा अनलाइन लगानी (क्रिप्टोकरेन्सी) जस्ता साइटहरुबाट हुनसक्ने ठगीबाट जोगिऔं,
- सामाजिक सञ्जालमा आफ्नो ठेगाना, फोन नम्बर र वित्तीय विवरण नराखौं,
- आफ्नो पासवर्डलाई बलियो राखौं र नियमित रूपमा परि वर्तन गरौं,
- वाई-फाई नेटवर्कको पासवर्ड सुरक्षित राखौं ।



नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड