



एमाले अध्यक्ष ओली आज सप्तरी आउँदै



दैनिक समाचारदाता

राजविराज, १४ असोज ।

नेकपा एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा ओली शनिवार सप्तरी आउने भएका छन् । उनी पार्टीको राष्ट्रिय युवा संघ नेपालद्वारा आयोजना हुने जनसभालाई सम्बोधन गर्न आउन लागेका हुन् ।

राष्ट्रिय युवा संघ नेपालले शुक्रबार पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गरि सो कुराको जानकारी दिएको हो । आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा युवा संघका केन्द्रिय सदस्य तथा सप्तरी जिल्लाका इन्वार्ज मनिष श्रेष्ठले शनिवार हुने जनसभामा ४०/५० हजारका जनसहभागिता रहने

जानकारी समेत दिए ।

उनले आमसभाका लागि जिल्ला भरिबाट ३ सय ५० युवा स्वयमसे वक र सुरक्षाकर्मी परिचालन हुने जनाउँदै पार्टीका युथरुलाई स्वयसेवकको रूपमा परिचालन गर्ने जनाए ।

जिल्लाको कञ्चनरूप नगरपालिकास्थित धर्मेश्वर अस्पताल नजिक रहेको मैदानमा हुन लागेको जनसभालाई सम्बोधन गर्न पार्टीका अध्यक्ष एवं पूर्वप्रधानमन्त्री समेत रहेका केपी शर्मा ओली, पार्टीका नेता महेश बस्नेत, प्रभु साह, रघुविर महासेठ, लिलानाथ श्रेष्ठ, सिता सुवेदी र किरण पौडेल समेतको सहभागिता रहेको जानकारी दिए ।

रहने जानकारी दिइएको छ ।

सोही पत्रकार सम्मेलनमा नेकपा एमालेका केन्द्रिय सदस्य एवं सप्तरी जिल्ला इन्वार्ज दिवाकर देवकोटाले सोही जनसभामा पार्टी प्रवेशको कार्यक्रम समेत रहेको जानकारी दिएका छन् ।

यस्तै पार्टीका केन्द्रिय सदस्य एवं सप्तरी जिल्ला सहइन्वार्ज राजकुमार लेखीले जनसभाको तयारी पुरा भईसकेको जानकारी दिए । उनले जनसभामा १५ बटा समूहमा आदिवासी, जनजाती लगायतकाले भाँकी प्रदर्शनका साथै कला संस्कृति प्रस्तुत गरिने र कलश यात्राका कार्यक्रम समेत रहेको जानकारी दिए ।

भर्ना खूल्यो । भर्ना खूल्यो ॥ भर्ना खूल्यो ॥

S.L.C. तथा S.E.E. मा कुनै पनि ग्रेडमा उत्तिर्ण

भएको विद्यार्थीहरुले फारम भर्न पाउने छ ।

V-JTA भेटनरी जे.टी.ए. १८ महिने

P-JTA बाली विज्ञान १८ महिने

हास्प्रा विशेषताहरु -

- नेपाल सरकारको नीति अनुसार छात्रबृतिको व्यवस्था ।
- औषधी पसलको लाइसेन्स लिन पाउने ।
- OJT को विशेष व्यवस्था भएको ।
- सरकारी तथा गैरसरकारी रोजगार पाउने ।
- कलेजको आफ्नो भवनमा राम्रो प्रयोगशाला तथा पुस्तकालयको व्यवस्था भएको ।

केही सिट बाँकी रहेकोले तुरुन्त सम्पर्क राख्नुहोला ।

जगदम्बा मेडिकल इन्स्टिच्यूट
राजविराज (रुपनी रोड), सफटेक कलेज नजिक
फोन नं. ०३१-५२१४७८
मो. नं. ९८५२८२०४७२, ९८०४७९२७०५

पानी ताने क्रममा मोटरमा करेन्ट लागेर एकको मृत्यु

दैनिक समाचारदाता

राजविराज, १४ असोज ।

सप्तरीको छिनमस्ता

आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा पार्टीका जिल्ला सचिव देवनाथ यादव, नेसार मियाँ, देविहादुर खत्री, हिरन्य कुमार गुप्ता लगायतका उपस्थिती रहेको थियो ।

गाउँपालिकाको ललापटीमा

शुक्रबार दिउँसो करेन्ट लागेर

एक व्यक्तिको मृत्यु भएको छ ।

मृत्यु हुनेमा छिनमस्ता ४

ललापटी वस्ते ५० वर्षका

नारायण यादव रहेको प्रहरी

जनाएको छ ।

नायब उपरीक्षक माधव काफलेले जानकारी दिएका छन् ।

घरदेखि टाढा गाउँकै खेतबारीमा कृषि मिटरद्वारा जडान गरिएका पानी ताने मोटरमा करेन्ट लागेर उनको मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

नेपालमा हालसम्म डेङ्गुबाट ३८ को मृत्यु

दैनिक समाचारदाता

राजविराज, १४ असोज ।

नेपालमा हालसम्म डेङ्गु सङ्क्रमणबाट ३८ जनाको मृत्यु भएको छ ।

गत साउनयता २८ हजार एक सय नौ जनामा डेङ्गु सङ्क्रमण पुष्टि भएको मन्त्रालयले जनाएको छ ।

प्रदेश १ मा आठ सय २९,

मधेसमा चार सय १३, वागमतीमा २१ हजार नौ सय ७५, गण्डकीमा ४७ सय ७७, लुम्बिनीमा तीन हजार

एक सय २५, कर्णालीमा दुई सय ३८ र सुदूरपश्चिममा आठ सय ५० जनामा डेङ्गु सङ्क्रमण पुष्टि भएको मन्त्रालयले जनाएको छ ।

डेङ्गु सङ्क्रमण तीव्र बनेपछि

इपिडिमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखाले 'खोज र नष्ट गर' अभियान सञ्चालन गरिरहेको छ ।

हार्दिक मंगलमय शुभकामना



२०७८ सालको विजयादशमी,

शुभ दिपावली एवं छठ पर्वको

पुनित अवसरमा सुस्वास्थ्य,

दिघायु, शान्ति र अमनचयनको

कामना गर्दै सम्पूर्ण स्वजाति

जिल्लावासीमा हार्दिक मंगलमय

शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

इन्द्रसागर गुप्ता

अध्यक्ष, तथा

रौनियार सेवा समिति, सप्तरी परिवार

हार्दिक मंगलमय शुभकामना



२०७८ सालको विजयादशमी, शुभ

दिपावली एवं छठ पर्वको पुनित

अवसरमा सुस्वास्थ्य, दिघायु, शान्ति

र अमनचयनको कामना गर्दै

सम्पूर्ण शेयर सदस्य, कर्मचारी,

नगरवासी, जिल्लावासी एवं

देशवासीमा हार्दिक मंगलमय

शुभकामना व्यक्त गर्दछौ ।

भुपेन्द्र प्रसाद यादव

अध्यक्ष, तथा

समाज सुधार बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

सञ्चालक समिति परिवार

राजविराज त. सप्तरी

निजी क्षेत्रलाई विद्युत् व्यापारमा अनुमति दिन अध्यादेश ल्याउँदै सरकार

काठमाडौं, १४ असोज (रासस) :

सरकारले विद्युत् व्यापारलाई थप मार्ग प्रशस्त गर्ने लक्ष्यका साथ विद्युत् ऐन, २०४९ लाई संशोधन गर्न बनेको अध्यादेश जारी गर्ने तयारी गरेको छ। विद्युत् ऐन, २०४९ मा विद्युत् व्यापारसम्बन्धी प्रावधान थिएन। सोही प्रावधान नभएका कारणले गर्दा सरकारले निजी क्षेत्रलाई विद्युत् व्यापारको अनुमति दिन सकेको थिएन।

निजी क्षेत्रसमेतलाई विद्युत्

व्यापारमा सहभागी गराउने लक्ष्यका साथ सरकारले सो ऐनलाई संशोधन गर्ने उपयुक्त उपायको रूपमा अध्यादेश जारी गर्न लागेको हो। अध्यादेश राष्ट्रपति कार्यालयमा पुर्गीसकेको छ। ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिंचाइ मन्त्रालयका अनुसार निजी क्षेत्रको मागलाई सम्बोधन गर्दै ऊर्जा व्यापारको मार्ग प्रशस्त गर्ने लक्ष्यका साथ अध्यादेश जारी लागेको हो।

निजी क्षेत्रले लामो समयदेखि विद्युत् व्यापारको अनुमति दिन सरकारसँग माग गर्दै आएको छ। नेपालमा व्यवसायी र भारतीय व्यवसायीबीचमा साभा सहमति बनाएर विद्युत् व्यापारको मार्ग प्रशस्त गर्न सकिने अवस्था रहेको छ।

हाल नेपाल विद्युत् प्राधिकरणले

दैनिक तीन सय ६४ मेगावाट विजुली भारत निर्यात गरिरहेको छ। चाडपर्वको समयमा उचाग प्रतिष्ठान समेत कम चल्ने र पूर्णक्षमता विजुली उत्पादन भइरहेकाले पनि थप विजुली निर्यातका लागि मार्ग प्रशस्त गर्नुपर्ने आवश्यकता भन्नै बढेर गएको छ।

नेपालभित्र उत्पादको विजुली नेपालभित्र खपत हुन नसकी केही विद्युत् खेर गइरहेको तथा जलविद्युत्को उत्पादन वार्षिकरूपमा आठसय मेगावाटको दरले बढ्दै गइरहेकाले थप उत्पादन हुने विजुलीको उचित व्यवस्थापनका लागि प्रक्रिया अगाडि बढाइएको

डा. ललन प्रसाद रौनियार

Dr. Lalan Prasad Rauniyar

MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338

कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ

सम्पर्क : कूतोञ्जली मेडिकल हॉल, राजविराज

Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. सरोज कुमार साह

Dr. Saroj Kumar Sah

MBBS, MS Orthopaedics (BPKIHS) Dharan Fellowship in Hand Surgery (CMC Vellore)

NMC Reg. No. : 13288

हाउजिनी, नशा तथा बाथ रोग विशेषज्ञ

सम्पर्क : कूतोञ्जली मेडिकल हॉल, राजविराज

Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. कालीप्रसाद यादव

Dr. Kali Prasad Yadav

MBBS, MD Internal Medicine (NAMS, Bir Hospital Kathmandu)

NMC Reg. No. : 13203

कन्सलटेन्ट फिजिसियन

मध्यमेह (चिनी रोग), मुटु, दम तथा श्वासप्रश्वास, पेट तथा कलेजो, मृगौला, छाती, पेट, थाईराइड तथा नशा रोग

सम्पर्क : कूतोञ्जली मेडिकल हॉल, राजविराज

Mo. No : 9842830252, 9804605569

हाल वर्षातको समयमा समेत जारी रहेकाले दैनिक दुई हजार दुई सय मेगावाट विजुली उत्पादन भइरहेको छ। सो विजुलीमध्ये देशभित्र एक हजार सात सय मेगावाट मात्रै खपत भइरहेको छ। औसतमा तीन सय मेगावाटको हाराहारीमा मात्रै विजुली निर्यात भइरहेदा पनि बाँकी रहेको दुई सय मेगावाट विजुली खेर जाने अवस्था छ।

दूलो मात्रामा विजुली खेर जाँदा

त्यसल मुलुकको अर्थतन्त्रमा

नकारात्मक प्रभाव पर्ने अवस्था छ,

भने ऊर्जा क्षेत्रका लगानीकर्तालाई

समेत मार पर्ने कुरा स्वभाविक

रहेकाले अध्यादेशमार्फत नै भए

पनि विद्युत् व्यापारमा निजी क्षेत्रलाई

सहभागी गराउन खोजिएको ऊर्जा

मन्त्रालयको भनाइ छ।

नेपाल र भारतबीच सन् २०१४

मा विद्युत् व्यापार गर्ने गरी

सम्झौतामा हस्ताक्षर भएको छ।

नेपाल र बंगलादेशबीच पनि सन्

२०१८ मा ऊर्जा सहकार्यका लागि

समझदारीमा हस्ताक्षर भएको छ।

उक्त सम्झौता र समझदारीलाई

कार्यान्वयन गर्ने पनि कानूनी

व्यवस्था गर्नु आवश्यक रहेको

ऊर्जा मन्त्रालयले स्पष्ट पारेको छ।

नेपाल, भारत र बङ्गलादेश

सरकारको ऊर्जा सचिवस्तरीय

वार्तासमेत भई विद्युत् आयात

निर्यात गर्ने सम्बन्धमा सहमतिसमेत

भइसकेको छ। विद्युत् निर्यातका

लागि अन्तरदेशीय प्रसारण

लाइनको रूपमा न्यू बुटवल गोरखपुर

प्रसारण लाइन चार सय केभी

क्षमतामा निर्माण हुँदैछ। त्यसको

स्वतित गरेको छ।

निजी क्षेत्रवाट हाल करिब

२२ हजार मेगावाट क्षमताको विद्युत्

आयोजना अध्ययन एवम् निर्माणको

लागि अनुमति दिइसकेको छ।

आन्तरिक खपतको वार्षिक वृद्धिकर

करिब १८ प्रतिशत बराबर छ।

सबै आयोजनावाट उत्पादित

विजुली देशभित्र उपयोग गर्ने

नसकिने भएकाले छिमेकी देशमा

व्यापारका लागि निजी क्षेत्रलाई

सहभागी गराउने पर्ने बाध्यकारी

अवस्थाको सिर्जना भएको ऊर्जा

मन्त्रालयले भनाइ छ।

विजुली देशभित्र उपयोग गर्ने

नसकिने भएकाले छिमेकी देशमा

व्यापारका लागि निजी क्षेत्रलाई

सहभागी गराउने पर्ने बाध्यकारी

अवस्थाको सिर्जना भएको ऊर्जा

मन्त्रालयले भनाइ छ।

विजुली देशभित्र उपयोग गर्ने

नसकिने भएकाले छिमेकी देशमा

व्यापारका लागि निजी क्षेत्रलाई

सहभागी गराउने पर्ने बाध्यकारी

अवस्थाको सिर्जना भएको ऊर्जा

मन्त्रालयले भनाइ छ।

विजुली देशभित्र उपयोग गर्ने

नसकिने भएकाले छिमेकी देशमा

व्यापारका लागि निजी क्षेत्रलाई

सहभागी गराउने पर्ने बाध्यकारी

अवस्थाको सिर्जना भएको ऊर्जा

मन्त्रालयले भनाइ छ।

मन्त्रालयको भनाइ छ। जलविद्युत् विकास नीति, २०५८ मा विद्युत् व्यापारका लागि अनुमतिपत्र दिने व्यवस्था गरिने भनिए पनि सो वमोजिम हालसम्म कानूनी व्यवस्था हुन सकेको छैन।

विद्युत् व्यापार तथा अन्तरदेशीय विद्युत् व्यापारको लागि निर्यात गर्नुपर्ने अवस्थालाई मध्यनजर गरेर उपयुक्त कदम चाल्नु आजको प्रमुख आवश्यकता रहेको सरकारको बुझाइ छ।

ऊर्जामन्त्री पम्फा भुसालले

सङ्घीय संसदको राष्ट्रियसभामा

विद्युत् एन पेश गर्नुभएको थियो।

छलफलको प्रक्रिया अगाडि बढे पर्नि पछिल्ला दिनमा समय

अभावका कारण सो विद्येयक पारित हुन नसक्ने अवस्था आएपछि

ऊर्जामन

लोसपाका वरिष्ठ नेता महतो गृहजिल्ला सर्लाहीबाट चुनाव लड्ने

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १४ असोज ।

लोसपाका वरिष्ठ नेता महतो राजेन्द्र महतो धुनुषा क्षेत्र नं. ३ बाट निर्वाचन नलड्ने भएका छन् ।

आउँदो मंसिर ४ गते हुने प्रदेशसभा र प्रतिनिधिसभा निर्वाचनमा वरिष्ठ नेता महतो आफ्नो गृह जिल्ला सर्लाही क्षेत्र नं. २ बाट प्रतिनिधिसभा सदस्यका लागि उम्मेदवारी दिने भएका छन् ।

नेकपा एमालेले धनुषा छाडने नमानेपछि वरिष्ठ नेता राजेन्द्र महतो सर्लाही फर्केका हुन् । उनी सर्लाही-२ बाट चुनाव लड्ने लगभग पक्का भएको छ । लोसपाका नेता अनिल महासेठले हालसम्म पनि धनुषा ३ कै लागि प्रयास गरिरहेका बताउदै एमाले अध्यक्ष केपी शर्मा ओली सो क्षेत्रका लागि अडान लिएकाले नमाने सर्लाही २ बाट उनी चुनाव लड्ने बताए ।



सर्लाही २ मा यसअघ तत्कालीन राजपालाट महेन्द्र राय यादवले चुनाव जितेका थिए । यादव अहिले बाबुराम भट्टराई नेतृत्वको नेपाल समाजवादी पार्टीमा सक्रिय छन् । आगामी चुनावमा उनी पाँचदलीय गठबन्धनबाट त्यहाँ चुनाव लड्ने सम्भावना छ । नेपाल समाजवादी पार्टी माओवादी केन्द्रको चुनाव चिन्ह लिएर निर्वाचनमा भाग लिईछ ।

२०७० को सविधानसभा चुनावमा नेता महतोले महेन्द्र राय यादवसँग चुनाव हारेका थिए । यसपाली पुनः २ जनाबीच टक्कर हुने देखिएको छ । नेता महतो लोसपा-एमाले गठबन्धनबाट चुनाव लड्ने सम्भावना देखिएको छ । एमालेसँग गठबन्धन गर्नका लागि लोसपाले तीन दिनदेखि वार्ता गरिरहेको छ ।

पेट्रोलियम पदार्थको खपत ७५ प्रतिशतले बढ्यो

काठमाडौं, १४ असोज (रासस) ।

दसैँ नजिकिएसँगै मुलुकभर पेट्रोलियम पदार्थको खपत द्वातै बढेको छ । विगतको तुलनामा दसैँ सुरु भएसँगै डिजेल र पेट्रोलको खपत ७५ प्रतिशतले बढेको नेपाल आयल निगमले जनाएको छ ।

साविक २२ लाख लिटर पेट्रोल खपत हुने गरेको थियो । हिजोआज पेट्रोलको खपत दैनिक ३५ लाख लिटर पुगेको निगमले जनाएको छ । डिजेल दैनिक ५५ लाख लिटर खपत भइरहेको निगमका प्रवक्ता उपाध्यायले जानकारी दिनुभयो । चाडपर्वका अवधिमा देखैभरि पेट्रोलियम पदार्थको सहजरुपमा विक्री वितरणको व्यवस्था मिलाउन निगमका डिपो स्थानीय आवश्यकताका आधारमा खुला रहने व्यवस्था मिलाइएको उहाँको भनाइ छ । “देशभर पेट्रोलियम पदार्थको सहज आपूर्ति भइहेको छ”, उहाँले भन्नुभयो, “आवश्यकताअनुसार देशभरका डिपो खुलेछन् ।”

दसैँ विदाका दिन विराटनगरस्थित १ नं प्रादेशिक कार्यालय, अमले खगञ्जस्थित

डेंगु नियन्त्रणमा सरकारले ध्यान दिनपछि : महामन्त्री थापा

काठमाडौं, १४ असोज (रासस) ।

नेपाली कांग्रेसका महामन्त्री गगनकुमार थापाले डेंगु नियन्त्रणमा सरकारले ध्यान दिनपर्ने बताउनुभएको छ ।

नेपाली कांग्रेस काठमाडौं क्षेत्र नं ४ द्वारा शुक्रबार आयोजित पार्टी प्रवेश कार्यक्रममा उहाँले चाडपर्वका समयमा डेङ्गुले जनजीवन प्रभावित बनाएकाले यसको नियन्त्रणमा सरकारले ध्यान दिनपर्ने बताउनुभएको हो । “प्रधानमन्त्रीले आपत्कालीन सरकारको बैठक र स्थानीय सरकारका प्रतिनिधि

देश विदेशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त भुक्तानी लिनका लागि सम्झनुहोस् ।

नेपाल सहकारी संस्था लि.

राजविराज ४, फोन नं. ०३१-५३१०९६



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

नेपाल सरकार

कृषि, भूमि, व्यवस्था सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालय
भूमि सुधार तथा मालपोत कार्यालय, राजविराज
सप्तरी

मिति :- २०७९/६/१२

३५ दिने हकदाबी सम्बन्धी सार्वजनिक सूचना

प्रस्तुत विषयमा जिल्ला सप्तरी साविक गाविस पकरी बडा नं. ६ हाल महदेव गा.पा. बडा नं. १ वस्ते स्व. उजाई हजामको नाती धर्मी हजामको नाममा दर्ता श्रेस्ता कायम रहेको ऐ. गाविस अगाडी बडा नं. ३ ख को कि.नं. ११ को ज.वि. ०-१४-१० को जग्गा र नं. ६८७७ मिति २०३४ साउन १ को अंशवण्डा लिखत अनुसार कि. का भई कि. नं. १९३ को ज. वि. ०-२-१२ सोभित ठाकुरको अंशभागमा परेको भनी शोभित ठाकुरले दा.खा. गरी पाउँ भनी माग निवेदन बमोजिम उक्त जग्गामा निवेदक बाहेक अरु कसैको हक लान्ने भए वा निवेदक माग बमोजिम दा.खा. दर्ता गर्दा कसैको हक जाने छ भने यो सूचना प्रकाशन भएको मितिले बाटो म्याद बाहेक ३५ (पैतिस) दिन भित्र सबूत प्रमाण लिई हाजिर हुन आउनु होला । सो म्याद भित्र हाजिर नभई गुजारी बसेमा नियम अनुसार कायम हुने व्योरा समेत यसै सूचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ पछि उजुरी बाजुर लाग्ने छैन । भनी मिति २०७९/६/०९ को आदेशानुसारको यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । इति सम्बत २०७९/०६/१२ रोज ४ शुभम ।

जनज्योती कृषि सहकारीमा सदस्यता किन ...?

नीति, कार्यविधि र सुशासनमा चलेको संस्था
रणनीतिक योजना एवं लक्ष्य र उद्देश्यका आधारमा संचालित संस्था ।

आर्थिक समृद्धिका विभिन्न अवसरहरु भएको संस्था ।
विभिन्न घटना एवं दर्घटनामा सुरक्षाको प्रत्याभुती गर्ने संस्था ।
प्रभावकारी व्यवस्थापन र सुशासनका लागि राष्ट्रिय सहकारी बैंकको राष्ट्रिय स्तरको

Care कार्यक्रममा आवद्ध संस्था ।

नेतृत्व विकासका लागि प्रसस्त अवसरहरु भएको संस्था ।
उद्यमशिलता विकासका लागि विभिन्न कार्यक्रमहरु भएको संस्था ।
सामाजिक उत्तरदायित्व वहन गर्ने संस्था ।
सहकारी अभियानमा राष्ट्रिय तहको नेतृत्व गर्न सफल संस्था ।
सदस्य मैत्री बचत र ऋण सेवा सहितको संस्था ।
व्यवसायिक कार्यक्रम संचालन गरेको संस्था ।
कृषि पेशालाई प्रात्साहन गर्ने संस्था ।
सदस्यहरुको कृषि उत्पादनको उचित मूल्यमा आकर्षक बजारीकरण गर्ने संस्था ।
त्यसैले आजै संस्थामा जुटौ, “बचत गरौ समृद्ध बनौ”

जनज्योति कृषि सहकारी संस्था लि.

राजविराज ९ मलेठ, सप्तरी

सम्पर्क नं. ०३१-५९०६०१, ०३१५९०६०२,

www.janajyoticoop.com.np

कोभिड-१९ को जोखिम कायमै छ ।

यसबाट बच्न र बचाउन:

- सही तरिकाले मास्क लगाओ ।
- भेटघाट र जमघटमा कम्तिमा २ मिटरको दुरी कायम राख्नौ ।
- साबुनपानीले नियमित हात धोओ वा स्यानिटाइजर प्रयोग गराउ ।
- खोकदा वा हाञ्चियू गर्दा नाक, मुख छोप्ने गराउ ।
- घर तथा कार्यालयको नियमित सेनेटाइज गराउ ।
- अनावश्यक भीडभाड नगरौ ।
- हावा ओहोरदोहोर नहुने स्थान र भीडभाडमा नजाओ ।
- कोभिड-१९ विरुद्धको खोप तथा बुट्र डोज लगाउ ।
- कोभिडको लक्षण देखिएमा समयमा नै परीक्षण गराउ ।

सतर्क र सचेत बनौ ।



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड