

धनगढीमाई

गराउने कार्यमा भूमिका निर्वाह गर्ने बताए ।

काम अघि बढयो

भूमि सम्बन्धी समस्या समाधान आयोगले कामको थालेको छ । पहिलो चरणमा देशभरका ७ सय ५३ स्थानीय तहमध्ये सय वटामा आयोगले काम अगाडि बढाउनेछ । सोहीअन्तर्गत आयोगले केही स्थानीय तहसँग सम्झौता गरेको छ ।

पहिलो चरणमा १ सय स्थानीय तहमा आयोगले काम गर्ने आयोगका उपसचिव बसन्तप्रसाद पन्थीले जानकारी दिए । उनका अनुसार बाँकी स्थानीय तहमा पनि लगत्तै काम सुरु हुनेछ ।

कार्यसम्झौता हस्ताक्षर कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरिबी निवारणमन्त्री पद्माकुमारी अर्यालले निम्नस्तरको वर्ग प्राथमिकताका पर्नुपर्ने बताइन् । अहिलेसम्म मुलुकको

कुनै पनि कुनामा एक टुक्रा पनि जमिन नभएको भूमिहीन, सुकुम्बासी वर्गलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर काम अगाडि बढाउन स्थानीय तहका जनप्रतिनिधिहरूलाई आग्रह गर्दै मन्त्री अर्यालले कसैलाई पनि काखा र पाखाको ब्यवहार नगरी लक्षित वर्गको काम सम्पन्न गर्न आग्रह गरिन् ।

भूमिहीनलाई जग्गा उपलब्ध गराउने महत्वपूर्ण जिम्मेवारी पूरा गर्नका निम्ती

स्थानीय तहको ठूलो जिम्मेवारी रहने भन्दै मन्त्री अर्यालले आयोग र स्थानीय सरकारको समन्वय र सहकार्य बढी महत्वपूर्ण हुने बताइन् ।

हिंसा ...

केन्द्र संजाल र महिलामानवअधिकार रक्षक संजाल सिरहाको संयुक्त आयोजनामा पत्रकार सम्मेलन गरिएको थियो ।

लैङ्गिक हिंसा अन्त्यको प्रतिवद्धता : व्यक्ति, समाज र


सबैको ऐक्यवद्धता 'नाराका साथ सुरु भएको १६ दिवसिय अभियानमा गरिने कार्यक्रम सार्वजनिककरण र सिरहा जिल्लामा महिलामाथि भएको हिंसाका घटनाका तथ्यांकआरेक नेपाल, समग्र जन उत्थान केन्द्रलहान र मुक्ति नेपालले सार्वजनिक गरेको थियो ।

ओरेक नेपालकी केन्द्रिय सदस्य श्यामकुमारी साहको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा संचारकर्मी, मानव

अधिकारकर्मी, महिला अधिकारकर्मीको उपस्थिति रहेको थियो ।

१५ सय...

पुषमहिनामागौजाविरुवा नष्ट गर्ने अभियान चलाउँछ तर, खेतीगर्नेलाई पक्राउ गर्न सकेको छैन । खेतीगर्नेलाई कारबाही नहुँदा बाँकी खेतीभइरहेको र प्रशासनले कारबाही गर्न नसकेको सर्वसधारणले प्रश्न उठाउन थालेको छ ।



धनगढीमाई नगरपालिका

Dhangadhimai Municipality

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

Office of The Municipal Executive

धनगढी, सिरहा, प्रदेश नं. २, नेपाल
Dhangadhi, Sira Province No. 2, Nepal

www.dhangadhimaimun.gov.np
mundhangadhi@gmail.com
033-545238

मिति २०७७।०८।०७

विषय : नयाँ भर्ना सम्बन्धी सूचना

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीम परिषद् (CTEVT) र धनगढीमाई नगरपालिकाको संयुक्त साझेदारीमा संचालित डिप्लोमा इन योग एण्ड नेचुरोपेथी (Diploma In Yoga and Naturopathy) विषयमा शैक्षिक शत्र २०७७।०७ मा डिप्लोमा तहको देहायका कोर्षहरूमा नयाँ भर्नाको लागि योग्यता पुगेका ईच्छुक नेपाली नागरिकहरूबाट दरखास्त आव्हान गरिन्छ ।

कार्यक्रमहरू:


- तीन वर्षे डिप्लोमा इन योग एण्ड नेचुरोपेथी (Diploma In Yoga and Naturopathy)

न्यूनतम शैक्षिक योग्यता तथा आवश्यक कागजातहरू:

- डिप्लोमा इन योग एण्ड नेचुरोपेथी (Diploma In Yoga and Naturopathy)को लागि SLC/SEE परीक्षाको अंग्रेजी विषयमा D+ तथा गणित र विज्ञान विषयमा C ग्रेड प्राप्त गरेको ।
- SLC/SEE वा सो सरहको शैक्षिक योग्यताको लब्धाङ्क तथा चारित्रिक प्रमाण-पत्रको प्रतिलिपि १ प्रति ।
- हालसालै खिचिएको स्पष्ट मुखाकृति देखिने एम.आर.पी. साईजको रंगिन फोटो २ प्रति ।
- नेपाली नागरिकता वा जन्मदर्ताको प्रतिलिपि १ प्रति ।

भर्ना कार्यक्रमहरू:

- आवेदन शुल्क रु. ५००।-
- आवेदन फाराम पाईने र बुझाउने स्थान: धनगढीमाई नगरपालिका, धनगढी ।
- आवेदन फाराम वितरण मिति: २०७७ मंसिर ७ गते देखि मंसिर १५ गते सम्म ।
- विस्तृत जानकारीको लागि सम्बन्धित कार्यालय अफिस समयमा सम्पर्क राखी जानकारी लिन सकिने छ ।




शिवराज चौलागाई
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

"समृद्ध धनगढीमाई नगरपालिका हाथो शान, पूर्ण सरसफाईयुक्त नगरपालिका हाथो अभियान"


महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू	
वारुण यन्त्र, लहान	०३३-५६०११५
ईलाका प्रहरी कार्यालय, लहान	०३३-५६०१५५
ईलाका प्रशासन कार्यालय, लहान	०३३-५६०२६६
जि.ट्राफिक कार्यालय, लहान	०३३-५६०७३७
लहान नगरपालिकाको कार्यालय	०३३-५६०१३८
नेपाल विद्युत प्राधिकरण, लहान	०३३-५६०२४६
सव स्टेशन, लहान	०३३-५६०४००
नेपाल टेलिकम, लहान	०३३-५६०४४४
प्राविधिक शिक्षालय, लहान	०३३-५६००१६
अञ्चल यातायात कार्यालय, लहान	०३३-५६०२१७
रा.उ.स्मारक अस्पताल, लहान	०३३-५६००१५
आ. राजस्व कार्यालय, लहान	०३३-५६००८८
कृषि विकास बैंक, लहान	०३३-५६०१४७
कृषि सामाग्री संस्थान, लहान	०३३-५६०१४८
घरेलु तथा साना उद्योग, लहान	०३३-५६०१२८
दु.शा.अतिथि सदन, लहान	०३३-५६०१६५
आँखा अस्पताल, लहान	०३३-५६००८०
जे.एस.मु.ब.क्याम्पस, लहान	०३३-५६०२५२
रक्त संचार केन्द्र, लहान	०३३-५६०५७५
मारवाडी सेवा सदन, लहान	०३३-५६१४११
जि.प्रशासन कार्यालय, सिरहा	०३३-५२०१२३
जिल्ला प्रहरी कार्यालय, सिरहा	०३३-५२०११२
नगर प्रहरी, सिरहा	०३३-५२०२६७
प्रहरी चौकी, माडर (सिरहा)	०३३-५२०४००
को.ले.नि.का. सिरहा	०३३-५२०१३०
कृषि विकास बैंक, सिरहा	०३३-५२०४७०
जिल्ला समन्वय विकास कार्यालय, सिरहा	०३३-५२००३७
सिरहा जिल्ला अदालत, सिरहा	०३३-५२००५६
जिल्ला अस्पताल, सिरहा	०३३-५२००६४
जनस्वास्थ्य कार्यालय, सिरहा	०३३-५२००८१
जिल्ला शिक्षा समन्वय इकाई शाखा, सिरहा	०३३-५२०००४
नेपाल टेलिकम, सिरहा	०३३-५२००३३
नेपाल विद्युत प्राधिकरण, सिरहा	०३३-५२०१६१
राष्ट्रिय बाणिज्य बैंक, सिरहा	०३३-५२०००२
रेडक्रस सोसाइटी, सिरहा	०३३-५२००५५
ईलाका प्रहरी कार्यालय, मिर्चैया	०३३-५५०१००
कृषि विकास बैंक, मिर्चैया	०३३-५५०००५
सिता नोबेल न्यूज सेन्टर	०३३-५६००२७
सविना बुक्स एण्ड सप्लायर्स लहान-७	०३३-५६०५११
स्वस्तिका इलेक्ट्रिक एण्ड जेनरल अर्डर सप्लायर्स लहान-१०	५८४२८५०५६५

नगरवासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !


१. नगरपालिकालाई बुझाउनु पर्ने सम्पत्ति कर, भूमि कर व्यवसाय कर समयमै बुझाऔं, २. जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइसराइ लगायतका व्यक्तिगत घटना सम्बन्धित घटना भएको मितिले ३५ दिनभित्रै आफ्नो वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं, ३. नगरपालिकाभित्र व्यक्तिगत घर तथा उद्योगका भवन लगायतका संरचना निर्माण कार्य शुरू गर्नुअघि अनिवार्य रूपमा निर्माण इजाजत लिऔं, ४. भूकम्प प्रतिरोधात्मक घर निर्माण गरौं, ५. सडक अधिकार क्षेत्र, खोला, नाला, पैनीको साथै पाटी पौवा जस्ता सार्वजनिक स्थान मिचेर कुनै पनि संरचना निर्माण नगरौं । साथै सडक किनारामा व्यापार, व्यवसाय नगरौं, ६. अनुमति विना सडकमा निर्माण सामग्री लगायतका कुनै पनि व्यक्तिगत प्रयोजनका सामान नराखौं, ७. नगर क्षेत्रभित्र कुनै पनि व्यापार, व्यवसाय गर्दा नगरपालिकामा दर्ता गरेर मात्र गरौं, ८. बालबालिकाहरूलाई नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा लगी लगाउनु पर्ने सबै खोप तोकिएअनुसार नियमित लगाऔं र बालबालिकाहरूमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता विकासमा सहयोग गरौं, ९. उमेर नपुगेका बालबालिकाहरूलाई श्रममा नलगाऔं, १०. विद्यालय जाने उमेर भएका सबै बालबालिकाहरूलाई अनिवार्य रूपमा विद्यालय पठाऔं, ११. छोरा र छोरीमा भेदभाव नगरौं, १२. महिला हिंसा न्यूनीकरणका लागि आ-आफ्नो ठाउँमा पहल गरौं, १३. जेष्ठ नागरिकको सम्मान गरौं, १४. आफ्नो घरबाट निस्किएको फोहरलाई जथाभावी नफालौं, १५. चौपायाहरूलाई छाडा नछोडौं, १६. होटल व्यवसायीहरूले बासी तथा सडेगलेका खानेकुरा नबेचौं । उभोत्ताको स्वास्थ्यमा ख्याल गरौं, १७. नगरपालिका भित्रका सिमसारहरूको संरक्षण र विकासमा सहयोग गरौं ।




कल्याणपुर नगरपालिका कार्यालय, सिरहा



धनगढीमाई नगरपालिका कार्यालय, सिरहा



गोलेबजार नगरपालिका कार्यालय, सिरहा



सिरहा नगरपालिका कार्यालय, सिरहा



Dhangadhimai Municipality

Office of the Municipal Executive Dhangadhi, Siraha

Invitation for online Bid submission for Quotations.

First Publication Date : 25th, Nov, 2020 (2077/08/10 B.S.)

- The Dhangadhimai Municipality, Office of the Municipal Executive Dhangadhi, Siraha invites electronic quotations from the eligible national bidders for the construction of **the following projects in mentioned in table below with the estimated amount.**

Contract Id. No.	IFQ No.	Description of work	Estimate Amount (without VAT & Contin.) NRs.	Bid Security Amount NRs.
Dh-Mun/SQ/10/2077/078	02/SQ/10/2077/078	Road kalopatre nirantarta Bakhar ward No.1	1270240.40	38000.00
Dh-Mun/SQ/11/2077/078	02/SQ/11/2077/078	Road kalopatre upto ward office Bhawanipur ward No.2	1697257.54	51000.00
Dh-Mun/SQ/12/2077/078	02/SQ/12/2077/078	Incomplete Black Top (Dhangadhi patari Road) Construction & Gravel	1698705.02	51000.00
Dh-Mun/SQ/13/2077/078	02/SQ/13/2077/078	Black Top Work (Ram Babu sah home to Dihbar Baba Than)	1010807.02	30000.00
Dh-Mun/SQ/14/2077/078	02/SQ/14/2077/078	Black Top Work (Main Road to Ful Devi Chaudhary home)	1696925.51	51000.00
Dh-Mun/SQ/15/2077/078	02/SQ/15/2077/078	Black Top Work (Main Road to chautara & Main Road to Suresh Mahato home)	1696925.51	51000.00
Dh-Mun/SQ/16/2077/078	02/SQ/16/2077/078	Kasaha East Chauk Towards North Baliya home Road kalopatre	1698619.37	51000.00
Dh-Mun/SQ/17/2077/078	02/SQ/17/2077/078	Road Black Top work khasa Bazar towards South.	1612780.12	48000.00
Dh-Mun/SQ/18/2077/078	02/SQ/18/2077/078	Black Top work Maruni Tole.	935004.30	28000.00

- Eligible Bidders may obtain further information and inspect the Bidding Documents at the office of Dhangadhimai Municipality, Office of the Municipal Executive Dhangadhi, Siraha visit website: dhangadhimaimun.gov.np or visit PPMOs' website : <http://www.bolpatra.gov.np/egp>.
- Last Date & Time for Purchase, Submission, Opening and Account Details.

Last Date & Time for Purchase		Last Date & Time for Submission		Date & Time for Opening		
Date	Time	Date	Time	Date	Time	Place
9th Dec, 2020	16:00	10th Dec, 2020	12:00	10th Dec, 2020	14:00	Dhangadhimai Municipality, office of the Municipal Executive, Dhangadhi, Siraha
Code No. : 801021604		Name of Bank		Name of Account		Account No.
For Revenue		NCC Bank, Dhangadhi, Siraha		Revenue		1420000040801
Deposit for Bid-Security		NCC Bank, Dhangadhi, Siraha		Deposit		1420000041901

- Bids must be submitted to e-GP system i.e. www.bopatra.gov.np/egp.
- The bids will be opened in the presence of Bidders' representatives who choose to attend at **date mentioned upon in the table** at the office of Dhangadhimai Municipality, Office of the Municipal Executive. Bids must be valid for a period of 45 days after bid opening and must be accompanied by a bid security amount upon mentioned in the table, which shall be valid for 30 days beyond the validity period of the bid.
- If the last date of purchasing and/or submission falls on a government holiday, then the next working day shall be considered as the last date. In such case the validity period of the bid security shall remain the same as specified for the original last date of bid submission.

अधबैसेलाई ...

बालबच्चालाई पनि माइग्रेनको समस्या देखा पर्नसक्छ । क्यानडाका ५ जना केटाकेटीमध्ये एक जना माइग्रेनबाट पीडित भएका छन् । यदि बाबुआमा दुवै माइग्रेनबाट पीडित भएका छन् । यदि बाबुआमा दुवै माइग्रेनबाट पीडित छन् भने त्यो सन्तानमा सर्न सम्भावना भन्दा ७५ प्रतिशत हुन्छ । यदि बाबु वा आमाको एक जना माइग्रेनको बिरामी भए बालबच्चामा सर्न सम्भावना ५० प्रतिशत हुन्छ । के कारणले आधा टाउको मात्र दुख्छ त ? भन्नेबारे खोज अनुसन्धान भइरहेको छ । यद्यपि उपचारमा संलग्न चिकित्सकहरू वंशाणुगत कारण र हर्मोनको असन्तुलनले माइग्रेनको समस्या हुने बताउछन् । डा. अधिकारीका अनुसार रगत बोक्ने सिरा साघुरिन पुग्यो भने पनि माइग्रेन हुने हुन्छ । बिरामीको अनुभवका आधारमा थोरै समय वा लामो समयसम्म सुत्ने, तनावमा रहने र उपवास (ब्रत) बस्नेलाई माइग्रेनले सताएको पाइएको छ । त्यस्तै धुमपान, मद्यपान गर्ने, चकलेट, बदाम, चिज, बटरप्रेमीहरूलाई माइग्रेनले पीडा दिइरहेको पाइन्छ ।

पूर्वसंकेत पाइन्छ

माइग्रेनको समस्या देखिनुअघि बिरामीमा पूर्वसंकेत देखिन्छ, जसलाई चिकित्सकहरू औसत भन्ने गर्छन् । मानसिक रोग विशेषज्ञ डा. कपिलदेव उपाध्यायका अनुसार टाउको दुख्नुपूर्व कसै कसैलाई आखा तिमिराउने तथा कान कराएको भै हुन्छ । त्यस्तै अन्य संकेत पनि महसुस हुन सक्छ, जसले अब टाउको दुख्ने भयो भन्ने जानकारी हुन्छ । र, संकेत देखिएको १ घण्टामित्र टाउको दुख्न थाल्छ ।

यस्तो बेलामा टाउको नदुख्ने, बान्ता रोक्ने औषधि चिकित्सकको परामर्शमा खान सकिन्छ । त्यस्तै तनाव रोक्ने औषधि पनि सेवन गर्न सकिन्छ । डा. धुवराज अधिकारी उपचार गरी नियमितरूपमा औषधि सेवन गरे माइग्रेनबाट मिल्ने बताउछन् । पीडादायी माइग्रेनका पीडितहरूले चिज, बटर, मदिरा, चकलेट, बदाम, कफी, सफ्ट ड्रिजस्ता कोकाकोला आदि सेवनबाट टाढा बस्नु उपयुक्त हुन्छ । त्यस्तै ससाना कुशलाई पनि गम्भीरतापूर्वक लिने, मानसिक तनावमा रहने, अनिद्रा हुने, समयमा खाना नखाने गर्नु हुँदैन । उपचार गरे ठीक हुने हुँदा माइग्रेनका बिरामीहरूले हेल्थचेक्याप नगरी बेलैमा उपचार गर्न आवश्यक छ ।

गाउँपालिकावासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

- गाउँपालिकालाई बुझाउनु पर्ने घर, जग्गा, मालपोत दस्तुर, व्यवसाय कर आदि समयमा नै बुझाऔं ।
- घटना घटेको ३५ दिनभित्र व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं ।
- सार्वजनिक जग्गा र सम्पत्ति संरक्षणमा गाउँपालिकालाई सहयोग गरौं ।
- आफ्नो घर-आँगनबाट उत्पन्न फोहरलाई व्यवस्थित गरौं ।
- इजाजत पत्र लिएर मात्र व्यापार व्यवसायी गरौं तथा उपभोक्ता आचारसंहिता पालना गरौं ।
- बालबालिकालाई काममा हैन विद्यालय पठाऔं ।
- विकास निर्माण कार्यक्रममा जनसहभागिता जुटाऔं ।
- कृषिको व्यावसायीकरण गरौं । खाद्य सम्पन्नभुत् र आत्मनिर्भर गाउँपालिका निर्माणमा सहभागी बनौं ।
- किसानलाई सम्मान गरौं । जैविक विविधतामा आधारित पर्यावरणीय कृषि पेशा अवलम्बन गरौं ।



बरियारपट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा



नवराजपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा



लक्ष्मीपुर पतारी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा



सखुवानन्कारकट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा



अर्नामा गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा



भगवानपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा



औरही गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा



विष्णुपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा