

विश्वका क्रिकेट प्रेमीमाझ चिनिने अवसर



► धर्मन्द्र भट्टा

एसिया कपअन्तर्गतको पहिलो खेलमै स्टम्पमाथिको दुईवटा जोडदार प्रहार (रन आउट) नेपालले देखाएको उत्कृष्ट प्रदर्शन नै एक सशक्त नमूना थियो। तर दुःखद्, उत्कृष्टताको यो क्रम खेलको पूरै अवधिभरि रहन सकेन।

एसोसिएट राष्ट्रको हैसियतबाट पहिलोपटक खुड्किला उकलिएको नेपालले एकैपटक भारत, पाकिस्तान, श्रीलंका, बंगलादेश र अफगानिस्तानजस्ता टेस्ट क्रिकेटमा राम्रो अनुभव सँगालिसकेका देशसँग खेल्न पाउनु अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण उपलब्धि हो। यस आधारमा नेपालको पाकिस्तानसँगको पराजय धेरै बढी अनपेक्षित र अस्वाभाविक होइन।

क्रिकेटमा नेपालका तीनवटा सपना छन्। एउटा एसिया कप क्रिकेट, दोस्रो विश्वकप क्रिकेट प्रतियोगिता तथा तेस्रो टेस्ट राष्ट्रका रूपमा मान्यता प्राप्त गर्नु। बुधवार पाकिस्तानसित खेलेर नेपालले एसिया कप खेल्ने सपना पूरा गरेको छ। अब बाँकी दुई सपना पूरा गर्नबाट पनि नेपाल टाढा छैन। निकट भविष्यमै नेपाल ती दुवै लक्ष्य पूरा गर्ने बाटोमा अग्रसर भएर लागेको छ।



कूल स्कोर २५ रन छँदा दुवै ओपनर आउट भएपछि बुधवार मुलान रंगशालामा पाकिस्तानी क्रिकेट टोलीका समर्थकबीच सन्नाटा छायो। यसअघि यही मैदानमा १० मध्ये सात खेलमा घरेलु टोलीको विजय देखिसकेका स्थानीय दर्शक पाकिस्तानको फितलो प्रदर्शन कदापि हेर्न चाहँदैनथे। अझ त्यसमा पनि क्रिकेटमा भर्खर उदाउँदै गरेको नेपालसित। तर, नेपाली टोली पाकिस्तानी दर्शकले सोचेजस्तो कमजोर पनि थिएन। पाकिस्तानविरुद्धको उद्घाटन खेलमा नेपालले सुरुआतमै दुई विकेट हात पारेपछि त्यही रंगशालामा रहेका नेपाली समर्थक भने निकै उत्साहित देखिन्थे।

नेपाली क्रिकेट टोलीका कप्तान रोहितकुमार पौडेलले मंगलवार भनेका थिए, 'हामी पाकिस्तानभन्दा अनुभववाहेक कुनै अर्थमा कम छैनौं। भयो पनि त्यस्तै, पाकिस्तानको मुलानमा बुधवारदेखि सुरु भएको एसिया कपअन्तर्गत उद्घाटन खेल नेपालले पाकिस्तानसँग अनुभवकै कारण गुमाउन बाध्य हुनुपर्छ। आफ्नो पक्षमा खेलको परिणाम आउन नसके पनि नेपाली खेलाडीको प्रदर्शनबाट भने विश्वका सम्पूर्ण क्रिकेट प्रेमीको ध्यान नेपालतर्फ तानिएको छ। सायद नेपालको विजय यही नै हो।

साहित्यकार, कलाकार तथा क्रिकेट प्रशंसक रमेश रञ्जनको प्रतिक्रिया छ, 'बुधवार पाकिस्तानसितको खेल प्रदर्शनपछि नेपाली खेलाडी विश्वमा फरक ढंगले चिनिने अवसरको निर्माण भएको छ, उनको भनाइ छ, 'खेलमा जित र हार सामान्य प्रक्रिया हो। मूल कुरा हो समर्पण र कौशल, त्यो भने नेपालले सम्पूर्ण विश्वलाई देखाउन सफल भएको छ।'

टस जितेर पहिला ब्याटिङ रोजेको पाकिस्तानको सुरुआत राम्रो थिएन। प्रारम्भमै चार विकेट गुमाउन पुगेको पाकिस्तानले सायद नेपालबाट यो अपेक्षा गरेको थिएन। त्यसो त खेल सुरु हुनुभन्दा पहिले, विश्वको पहिलो वरीयतामा रहेको क्रिकेट टोलीका कप्तान बाबर आजम जो स्वयं पनि खेलाडीको विश्व वरीयतामा पहिलो स्थानमा छन्, उनले नेपाललाई कम आँक नहुने प्रारम्भिक प्रतिक्रिया दिएका थिए। तर, स्कोर बोर्डमा ३० ओभरमा १३० रन र चार विकेटको क्षति देखिएला भन्ने पाकिस्तानी कप्तान आजमको अनुमान सायदै पनि थिएन।

आफ्नो पहिलो वरीयता कायमै राख्नपनि कप्तानको दायित्वबोधले हुनसक्छ

आजमलाई उत्प्रेरित गर्‍यो। उनले भर्दै गएको पाकिस्तानी विकेटको क्रमलाई रोके र अन्ततः पाकिस्तानलाई निकै फराकिलो विजय दिलाए। पूरै ५० ओभर खेलेर छ विकेटको क्षतिमा विजयका लागि ३४३ रनको लक्ष्य प्रस्तुत गरेको पाकिस्तानका बलरको धारिलो प्रहारका कारण नै नेपालले निर्धारित सम्पूर्ण ओभरसम्म आफूलाई टिकाउन सकेन। र, नेपाल २३ ओभर चार बलमा कूल १०४ रनमा सीमित रहन पुग्यो।

क्रिकेटका पूर्वराष्ट्रिय खेलाडी अनिलनाथ ढुंगाना भन्छन्, 'नेपाली खेलाडीले प्राप्त अनेकौ अवसरको लाभ लिन सकेनन्। केही क्याच छुटे भने केही खराब फिल्डिङका कारण स्कोर बोर्डमा पाकिस्तानको पक्षमा रनको संख्या

पाकिस्तानी कप्तान बाबर र इफ्तिखार अहमदले चकनाचुर पारिदिए। दुवै खेलाडीले नेपालविरुद्ध शतक प्रहार गरे। बाबरले आफ्नो उत्कृष्ट खेल प्रदर्शन जारी राखे। १०३ एकदिवसीय खेल खेलेका २८ वर्षीय कप्तान बाबरले बुधवार १३१ बल खेल्ने क्रममा चार छक्का र १४ चौकाको मद्दतमा १५१ रन बनाए। नेपालविरुद्धको शतकसँगै बाबरले हालसम्म पाँच हजार २०० भन्दा बढी रन बनाइसकेका छन्। यस अवधिमा उनले पाकिस्तानका लागि २८ अर्धशतकसमेत प्रहार गरिसकेका छन्।

अनुभवको कमी देखिएको नेपाली टोलीको कमजोर फिल्डिङका कारण बाबरले दुईवटा जीवनदान पाए। बाबरले पाकिस्तानलाई त

योगदान पुऱ्याउन सकेनन्।

एसोसिएट राष्ट्रको हैसियतबाट पहिलोपटक खुड्किला उकलिएको नेपालले एकैपटक भारत, पाकिस्तान, श्रीलंका, बंगलादेश र अफगानिस्तानजस्ता टेस्ट क्रिकेटमा राम्रो अनुभव सँगालिसकेका देशसँग खेल्न पाउनु अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण उपलब्धि हो। यस आधारमा नेपालको पाकिस्तानसँगको पराजय धेरै बढी अनपेक्षित र अस्वाभाविक होइन। तर यति धेरै अन्तरले पराजय बेहोर्नुपर्ने स्थिति पनि होइन। क्रिकेट समीक्षक विश्वमणि दाहाल भन्छन्, 'नेपाल सायद मनोबैज्ञानिक रूपमा पो कमजोर भयो कि? सीप र क्षमताका आधारमा नेपाललाई कमजोर टोली मान्न सकिन्न।'।



थर्पिँदै गयो, ढुंगानाको भनाइ छ, 'प्रारम्भमा नेपालले महत्त्वपूर्ण सुरुआत गरेर आशा जगाए, पनि पछिल्ला ओभरमा संयम गुमाएकजस्तो देखियो। तर, यस खेलबाट नेपालले धेरै कुरा सिक्ने हुनुपर्छ। अनुभव सँगालेको हुनुपर्छ। अब आगामी खेलमा यही अनुभव र सिकाइलाई प्रयोग गर्न सक्नुपर्छ।'

नेपालका लागि पहिलो विकेट करण केमीले लिँदा उनी सामाजिक सञ्जालमा छाएका थिए। उनले छैटौँ ओभरको तेस्रो बलमा फखर जमानको विकेट लिए। त्यतिबेला पाकिस्तानको कूल स्कोर मात्र २१ रन थियो। पाकिस्तानले लगत्तै इमाम उल हकका रूपमा दोस्रो विकेट गुमायो। सातौँ ओभरमा सोमपाल कामीले बलिङ गरिरहेका बेला उनलाई कप्तान पौडेलले रन आउट गरे। पाकिस्तानले २३.३ ओभरमा मोहमद रिजवानलाई तेस्रो विकेटको रूपमा गुमायो। उनलाई सन्दीप लामिछानेको बलमा दीपेन्द्रसिंह ऐरीले रन आउट गराएका थिए।

एसिया कपअन्तर्गतको पहिलो खेलमै स्टम्पमाथिको दुईवटा जोडदार प्रहार (रन आउट) नेपालले देखाएको उत्कृष्ट प्रदर्शन नै एक सशक्त नमूना थियो। तर दुःखद्, उत्कृष्टताको यो क्रम खेलको पूरै अवधिभरि रहन सकेन। जुन कृशलताका आधारमा स्टम्पमा प्रहार गरेर नेपालले दुईवटा विकेटको सफलता पाएको थियो, पछिल्ला ओभरमा नेपाली खेलाडीबाट फिल्डिङका सन्दर्भमा त्यस्तो कुशल प्रदर्शन भइरहन सकेन।

पाकिस्तानले २८औँ ओभरको पाँचौ बलमा आगा सलमानका रूपमा चौथो विकेट गुमायो। उनलाई सन्दीप लामिछानेले कुशल भुर्तेलद्वारा क्याच आउट गराएका थिए। पाकिस्तानविरुद्ध नेपालले जित पनि निकाल्न सक्छ कि भन्ने सम्भावनातर्फ नेपाली क्रिकेटका प्रशंसक सोच थालिसकेका थिए। तर, नेपाली क्रिकेटप्रेमीको सपना

विजयी बनाए नै आफ्नो व्यक्तिगत कीर्तिमानी तथ्यांकमा पनि सुधार गरे। १९औँ शतक, तेस्रो सबैभन्दा ठूलो रन र पाँचौ विकेटका लागि इफ्तिखारसँगको ठूलो साझेदारी। बाबर र इफ्तिखारले पाँचौ विकेटका लागि २१४ रनको साझेदारी निभाएका थिए। यही नै पाकिस्तानका लागि जितको बलियो आधार बन्यो। अर्कोतर्फ इफ्तिखारको पक्षमा पनि कीर्तिमान बन्यो- खेल जीवनकै पहिलो शतक। यस्तै पाकिस्तानका लागि मोहमद रिजवानले ४४ र फखर जमानले १४ रन बनाए।

२८ ओभरसम्म संयमित भएर खेलेको नेपाल त्यसपछि भने खराब प्रदर्शन गर्न पुग्यो। नेपालले कमजोर बलिङ र फिल्डिङ गरेकै कारण पाकिस्तानले विशाल स्कोर बनाउन सकेको हो। बाबर वा इफ्तिखारमध्ये कुनै एकको पनि विकेट समयमै लिन सकेको भए नेपालले धेरै ठूलो रनको चुनौती पछ्याउनुपर्ने थिएन। बलिङ र फिल्डिङ मात्र होइन नेपालले ब्याटिङतर्फ पनि आफ्नो विगतको खेल प्रदर्शनलाई कायम गर्न सकेन।

नेपालले पहिलो ओभरमै दुई विकेट गुमाउन पुग्यो। पाकिस्तानका लागि दुवै विकेट शाहीन शाह अफ्रिदीले लिए। उनले कुशल भुर्तेल र कप्तान पौडेलको विकेट लिए। भुर्तेलले चार बल खेल्दै दुई चौका हिकाउँदै आठ रन बनाए। यस्तै पौडेल विनारन बनाइकन आउट भए। यस्तै नेपालले तेस्रो विकेटका रूपमा दोस्रो ओभरको चौथो बलमा आशिफ शेखलाई गुमायो। उनलाई नशिम शाहले आउट गरे।

क्रिकेट समीक्षकहरूका अनुसार नेपालले गल्तीबाट सिकने चेप्टा गरेन। फिल्डिङ त प्रभावकारी रहेन नै, बलिङ पनि परिणाममुखी हुन सकेन। त्यस्तै ब्याटिङक्रम पनि चल्न सकेको देखिएन। सोमपाल कामी (२८), आरिफ शेप (२६) र गुलशन भना (१३) बाहेक कसैले पनि दोहोरो अंकमा स्कोर बोर्डमा

नेपाली खेलाडीमा उत्साह त थियो तर त्यस उत्साहका भरमा आफ्नो पक्षमा परिणाम रूपान्तरण गर्न आवश्यक पर्ने अनुभवको कमी थियो। र, यही अनुभवजन्य सीपमा नेपालपछि पर्दा पाकिस्तान विजयी भएको क्रिकेटका विश्लेषक बताउँछन्।

नेपालले सन् २००२ मा भएको आईसीसी यु-१९ वर्ल्डकपमा पाकिस्तानलाई पराजित गरेको थियो। नेपालले उक्त खेलमा पाकिस्तानलाई ३० रनले हराएको थियो। नेपालले त्यो बेला पाकिस्तानलाई हराएर विश्वमै सनसनी मच्चाएको थियो। त्यो खेललाई नेपाल र पाकिस्तानका खेलाडी सम्झिरहेका थिए। त्यसले मंगलवार सञ्चारमाध्यममा प्रतिक्रिया दिँदै पाकिस्तानका कप्तान बाबरले नेपालसितको खेललाई सहजरूपमा नलिने बताएका थिए।

नेपालको विगतको प्रदर्शन सम्झिँदै कप्तान पौडेलले पनि पाकिस्तानविरुद्ध उत्कृष्ट खेल प्रदर्शन गर्न बताएका थिए। तर खेल हो, जहाँ सधैं जिते जितमात्र पनि हुँदैन। सधैं पराजयमात्र पनि भोगिँदैन। अब नेपाल पाकिस्तानसितको खराब प्रदर्शनलाई विर्सिँदै भारतसितको खेलमा फेरि लयमा फर्किने योजनाका साथ मैदानमा उत्रिन चाहन्छ। र, पक्कै पनि नेपाली टोली आफ्ना प्रशंसकलाई निराश बनाउन चाहँदैन।

क्रिकेटमा नेपालका तीनवटा सपना छन्। एउटा एसिया कप क्रिकेट, दोस्रो विश्वकप क्रिकेट प्रतियोगिता तथा तेस्रो टेस्ट राष्ट्रका रूपमा मान्यता प्राप्त गर्नु। बुधवार पाकिस्तानसित खेलेर नेपालले एसिया कप खेल्ने सपना पूरा गरेको छ। अब बाँकी दुई सपना पूरा गर्नबाट पनि नेपाल टाढा छैन। निकट भविष्यमै नेपाल ती दुवै लक्ष्य पूरा गर्ने बाटोमा अग्रसर भएर लागेको छ। भनिन्छ, लक्ष्य पछ्याउँदै गए एक न एक दिन पक्कै पूरा हुन्छ। रासस

छपावाला सुन / तेजाबी सुन / चाँदी	प्रति तोला -	प्रति तोला -	प्रति तोला -
	११२८००	११२२५०	१४८०



वाटर साइकलमा भक्तपुरको पर्यटकीयस्थल नपुखु पोखरीमा वाटर साइकलमा रमाउँदै आन्तरिक पर्यटक ।

तस्विर: चन्द्रकला श्रेणी / रासल

बंगलादेशमा नेपाल प्रवर्द्धन

काठमाडौं (प्रस)- नेपालको पर्यटकीय सम्भावना उजागर गरी बढीभन्दा बढी बङ्गलादेशी नागरिकलाई आकर्षण गर्ने उद्देश्यले बङ्गलादेशमा नेपाल प्रवर्द्धन गरिएको छ। प्यासिफिक एसिया ट्राभल एसोसिएसन (पाटा) नेपाल च्याप्टरले पाटा बङ्गलादेश च्याप्टरसँगको सहकार्यमा 'क्रस बोर्डर टुरिजम विथ नेइवर' नामक पर्यटन प्रवर्द्धनात्मक कार्यक्रम गरेको हो।

बङ्गलादेश टुरिज्म बोर्ड, बङ्गलादेश पर्यटन कर्पोरेशन र पर्यटनसँग सम्बन्धित सबै सङ्गसंस्थाको सहकार्यमा यही भदौ नौदेखि १३ सम्म बङ्गलादेशको राजधानी ढाका र कोक्स बजारमा पर्यटन प्रवर्द्धनात्मक कार्यक्रम आयोजना गरिएको पाटा नेपालले विज्ञापितमा जनाएको छ।

उद्घाटन बङ्गलादेशका नागरिक उड्डयन तथा पर्यटनमन्त्री एवं महबुब अलीले गरेका थिए। कार्यक्रममा विदेशी प्रतिनिधिका लागि बङ्गलादेशको रमणीय एवं आकर्षक पर्यटकीय गन्तव्य तथा प्रोडक्टको परिचयात्मक भ्रमणसहित विदेशी प्रतिनिधि र स्थानीय पर्यटन उद्यमी तथा सरोकारवालाबीच बङ्गलादेशको ढाका र कोक्स बजारमा वीटुवी आदानप्रदान सत्रसमेत आयोजना गरिएको थियो।

क्रसबोर्डर तथा क्षेत्रीय पर्यटन प्रवर्द्धन गर्नका लागि आवश्यक यात्रा औपचारिकतालाई सरल बनाउनुपर्ने र अन्तरदेशीय पर्यटक प्रवर्द्धनका उपायहरूलाई आ-आफ्नो व्यवसायमा एकीकृत यात्रा प्याकेजको रूपमा प्रवर्द्धन गर्नेजस्ता अन्य महत्वपूर्ण विषयमा छलफल भएको थियो।

उर्जा क्षेत्रको समायुक्त विकासका लागि सरकारले हालैमात्र नयाँ विद्युत् विधेयक तय गरेको र सङ्घीय संसदमा पेश हुने चरणमा रहेको मन्त्री वस्नेतको भनाइ छ। विद्युतीय सवारीसाधनको प्रवर्द्धनका लागि देशभर नै चार्जिङ स्टेशनको निर्माणलाई अभियानका रूपमा अगाडि बढाउने लक्ष्यका साथ काम भइरहेको उनको भनाइ छ।

उर्जा क्षेत्रको समायुक्त विकासका लागि सरकारले हालैमात्र नयाँ विद्युत् विधेयक तय गरेको र सङ्घीय संसदमा पेश हुने चरणमा रहेको मन्त्री वस्नेतको भनाइ छ। विद्युतीय सवारीसाधनको प्रवर्द्धनका लागि देशभर नै चार्जिङ स्टेशनको निर्माणलाई अभियानका रूपमा अगाडि बढाउने लक्ष्यका साथ काम भइरहेको उनको भनाइ छ।

हुम्ला आइपुग्यो चार हजार क्विन्टल खाद्यान्न

सिमकोट (हुम्ला)- काठमाडौंवाट केरुङ हुँदै हुम्लाका लागि आएको खाद्यान्न हिस्सा आइपुग्योको छ। खाद्यान्न लोड भएका गाडीले केरुङवाट तिब्बती मार्गहुँदै चीनको ताक्लाकोटवाट हिस्सा आइपुग्ने तीन दिन लगाएका थिए। हुम्लाका लागि खाद्यान्न बोकेका चालीस वटा गाडी हिस्सा आइपुग्योको लिमिटेड सिमकोट शाखाले जनाएको छ। तीन दिन अगाडि खाद्यान्न लोड भएका चालिस गाडी काठमाडौंवाट छुटेका थिए।

खाद्यान्नको समस्या भएको बेला लिमिटेडले चार हजार क्विन्टल खाद्यान्न पैदल मार्गवाट पठाएको हो। जिल्लामा खाद्यान्न समस्या देखिएका बेला केरुङ नाका हुँदै तिब्बती मार्गवाट हिस्सादेखि सिमकोटसम्म चार हजार क्विन्टल खाद्यान्न हिस्सा आइपुग्ने लिमिटेड शाखाका प्रमुख कृष्ण अधिकारीले बताए।

खाद्यान्न अब सिमकोट हुवानी गर्ने तयारी भइरहेको उनले बताए। उक्त खाद्यान्नमध्ये एक हजार क्विन्टल नाम्बा गाउँपालिकाको केन्द्र याल्वाङ विक्री केन्द्रका लागि र तीन हजार क्विन्टल सिमकोट शाखाका लागि हुवानी हुनेछ। ती खाद्यान्न अधिल्लो आर्थिक वर्षको हो। खाद्यान्न सिमकोट पुगेलगत्तै सर्वसाधारणलाई विक्री वितरण गरिनेछ। तिब्बती मार्ग हुँदै आउने खाद्यान्न हवाईमार्गको खाद्यान्नभन्दा हुवानीदर सस्तो पर्नेछ।

एनआइसी एसिया फुटसल सम्पन्न



काठमाडौं (प्रस)- एनआइसी एसिया बैकले आयोजना गरेको एनआइसी एसिया फुटसल कप २०२३ प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ। कर्मचारीहरूबीचको टिमवर्क, नेतृत्व विकास तथा स्वस्थ प्रतिस्पर्धालाई प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यअनुरूप आयोजित यस प्रतियोगितामा प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष रूपमा बैकका ३९ सय भन्दा बढी कर्मचारीहरूको उत्साहपूर्ण सहभागिता भएको बैकले जनाएको छ।

सातै प्रदेशवाट छानिएका २० पुरुष र १५ महिला टिमहरूको निर्णायक खेल काठमाडौंमा अवस्थित धन्वन्तरी फुटसल ग्राउण्डमा भद्र ९ गते सम्पन्न भएको हो। लिंग तथा नक आउट चरणमा सम्पन्न भएको उक्त खेलको फाइनलमा पुरुषतर्फ बैकको रजिष्टर्ड अफिस टिम विजेता र डिजिटल पेमेन्ट इकोसिस्टम टिम उपविजेता बने भने महिलातर्फ इमेज एम्बेरीयन्स म्यानेजमेन्ट इन्फोसिस्टम टिम विजेता र सुदूरपश्चिम प्रदेश वी टिम उपविजेता बन्यो।

अफिसर कैलाश गौतम, बैकका कम्पनी सचिव दिपेन कार्की, बैकको ब्राण्डिङ एण्ड कर्पोरेट कम्युनिकेसन विभाग प्रमुख सरोज भट्टराई लगायतको उपस्थिति थियो।

कर्मचारीहरूका लागि 'बैक अफ फुट चोइस' बन्ने दीर्घकालीन लक्ष्य लिँदै गतिशील रूपमा अगाडि बढिरहेको एन आइ सी एसिया बैकले आफ्ना कर्मचारीहरूलाई अतिरिक्त क्रियाकलापहरूमा प्रोत्साहन गराउने अभिप्रायले आयोजित यस प्रतियोगिताको प्रादेशिक चरण भद्र २ गते सम्पन्न भएको थियो। प्रतियोगिताको प्रादेशिक प्रतियोगिताहरू कोशी प्रदेशको विराट चोकमा अवस्थित प्लानेट रिफ्रिजरेसन सेन्टर, मोधेश प्रदेशको बर्दिवासमा अवस्थित बर्दिवास फुटसल एरिना, वार्मती प्रदेशको काठमाडौंमा अवस्थित धन्वन्तरी फुटसल, गण्डकी प्रदेशको पोखरामा अवस्थित वी-फिट स्पोर्ट्स, लुम्बिनी प्रदेशको मणिग्राममा अवस्थित युनिक फुटसल तथा नेपालगञ्जमा अवस्थित नेपालगञ्ज फुटसल तथा रिफ्रिजरेसन सेन्टर, कर्णाली प्रदेशको सुर्खेतमा अवस्थित एमएनएस फुटसल, सुदूरपश्चिम प्रदेशको धनगढीमा अवस्थित डल्लुज फुटसलमा सम्पन्न भएका थिए।

यो नेपालका नाम चलेका ब्राण्डहरूले १० लाखभन्दा बढी बराबरको क्यास तथा गिफ्टहरू उपलब्ध गराएर प्रतियोगितालाई सहयोग गरेका छन्। जसमा स्टिड्ज, जि स्पोर्ट्स, फ्यापा एफसी, एन आइ सी एसिया बैक कर्मचारी संघ, सुबिसु, एकर नेपाल, बिग माट, नुआड थाइ स्पा, द भान्नासुट होटल, ब्लाकबेरीज, भोज, क्लव हाउस काठमाडौं, आइ माट नेपाल, यति एयरलाइन्स, दर्राज र गोल नेपाल डट कम रहेका छन्।

विद्युतीय उपकरणको प्रयोगबाट बालबालिकामा पर्ने असर

विद्युतीय उपकरण (मोबाइल, ट्याब, ल्यापटप आदि) को अधिक प्रयोगले:

- ◆ बालबालिकाको आँखाको ज्योति बिग्रने,
- ◆ दिमागमा असर पर्ने,
- ◆ समयमा नसुत्ने,
- ◆ खानपान तथा दिसापिसाबमा समेत ध्यान नदिने,
- ◆ एकान्तमा बस्न मन पराउने,
- ◆ भिज्याहट हुने,
- ◆ साथीहरूसँग घुलमिल नहुने,
- ◆ एकै स्थानमा बसिरहँदा रक्त सञ्चारमा प्रभाव पर्ने,
- ◆ बालबालिकामा अटिजम, शारिरीक तथा मानसिक अपांगता समेत हुन सक्ने भएकोले

बालबालिकालाई विद्युतीय उपकरणका अधिक प्रयोग गर्न नदिऔं।



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

अब मात्र एक क्लिकमा...

www.prabhahabonline.com



www.facebook.com/Prabhab Online



प्रभाव दैनिक