



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकार : प्रेम अधिकार प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो सुरोकार’

नेपाल पत्रकार महासंघ, रुकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)

नेपाल पत्रकार महासंघ, रुकुम (पश्चिम) को कार्यसमिति



लक्ष्मण के.सी. अध्यक्ष



गोपाल प्रसाद रेग्मी उपाध्यक्ष (खुल्ला)



राजब बट्टा नगर उपाध्यक्ष (महिला)



हिरा परियार सचिव



नारायण ओली सह-सचिव (खुल्ला)



प्रतिभा श्रेष्ठका (महिला) सह-सचिव (महिला)



जानु शर्मा गौराम कोषाध्यक्ष



दिवस पोखेल सदस्य



परिचन्द्र श्रेष्ठ सदस्य



डिल्ली बहादुर सत्री सदस्य



संजम देवकोटा सदस्य



सत्य बहादुर बट्टाला सदस्य



दिपेन्द्र महारा सदस्य



राधा देवकोटा सदस्य



केशर पुन नगर सदस्य



डिल्ली राज श्रेष्ठका सदस्य



खुमा के.सी. सदस्य



प्रजिला बट्टा सदस्य



गणेश तिक. सल्लाहकार



हरि नन्दन सल्लाहकार

पात्रो-२०८०

वैशाख २०८०

ने.सं. ११४३

April/May 2023

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
नवमी/दशमी ३१ 14	व्रतबन्ध मुहूर्ता: २४ गते।	विवाह मुहूर्ता: १९, २०, २७ र २८ गते।	गृहारम्भ मुहूर्ता: २० गते।	अन्नप्राशन मुहूर्ता: ११, १४ र २० गते।	नवमी १ Apr. 14	दशमी २ 15
बरथिनी एकादशी ३ 16	द्वादशी ४ 17	त्रयोदशी विश्व सम्पदा दिवस ५ 18	चतुर्दशी ६ 19	मातातीर्थ औंशी आमाको मुख हेर्ने ७ 20	प्रतिपदा छन्द दिवस ८ 21	द्वितीया श्री पशुपति जयन्ती ९ 22
अक्षय तृतीया १० 23	चतुर्थी लोकतन्त्र दिवस ११ 24	पञ्चमी विश्व औलो दिवस १२ 25	षष्ठी १३ 26	सप्तमी १४ 27	अष्टमी १५ 28	नवमी श्रीसीता जयन्ती १६ 29
दशमी १७ 30	मोहिनी एकादशी श्रमिक दिवस १८ May 1	द्वादशी १९ 2	त्रयोदशी वि.प्रेस स्वतन्त्रता दिवस २० 3	चतुर्दशी श्रीगुरुसिंह जयन्ती २१ 4	चण्डी पूर्णिमा गौतमबुद्ध जयन्ती उभौली पर्व २२ 5	प्रतिपदा २३ 6
द्वितीया २४ 7	तृतीया बि.रेडक्रस दिवस २५ 8	चतुर्थी कानून दिवस २६ 9	पञ्चमी २७ 10	षष्ठी २८ 11	सप्तमी २९ 12	अष्टमी ३० 13

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रुकुम (पश्चिम)

डिजाइन : नान बहादुर ओली मो. ९८६६८८३९५४ / मुद्रण : राजी अफसेट प्रेस, मुसिकोट-१, रुकुम (पश्चिम) फोन नं. : ०८८-५३००८३



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकार : श्रम अधिकार र प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो सुरोकार’

नेपाल पत्रकार महासंघ, रुकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पात्रो-२०८०

जेठ २०८०

ने.सं. ११८३

May/June 2023

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
व्रतबन्ध मुहूर्ता: ८, १०, २२ र २५ गते।	अपरा एकादशी विश्व परिवार दिवस १ May 15	द्वादशी २ 16	त्रयोदशी विश्व दूसम्बार दिवस ३ 17	चतुर्दशी ४ 18	औंशी श्रीशानि जयन्ती ५ 19	प्रतिपदा विश्व माँरी दिवस ६ 20
द्वितीया ७ 21	तृतीया जैविक विविधता दिवस ८ 22	चतुर्थी ९ 23	पञ्चमी १० 24	षष्ठी ११ 25	सप्तमी १२ 26	सप्तमी १३ 27
अष्टमी १४ 28	नवमी गणतन्त्र दिवस १५ 29	दशमी १६ 30	निर्जला एकादशी वि. धुप्रानरहित दिवस १७ 31	द्वादशी तुलसीबीजाषण १८ June 1	त्रयोदशी १९ 2	चतुर्दशी २० 3
पूर्णिमा मैदू पूजा २१ 4	प्रतिपदा विश्व वातावरण दिवस २२ 5	द्वितीया/तृतीया २३ 6	चतुर्थी वि. खाद्यसुरक्षा दिवस २४ 7	पञ्चमी २५ 8	षष्ठी २६ 9	सप्तमी २७ 10
अष्टमी २८ 11	नवमी वि. बालश्रमविरुद्ध दि. २९ 12	दशमी ३० 13	योगिनी एकादशी वि. रक्तदान दिवस ३१ 14	द्वादशी ३२ 15	विवाह मुहूर्ता: २, ६, ७, १५, १६, २०, २२, २४ र २९ गते।	गृहप्रवेश मुहूर्ता: ३, १५ र १७ गते। अन्नप्राशन मुहूर्ता: ३, ८, १०, १५ र २५ गते।

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रुकुम (पश्चिम)

डिजाइन : मान बहादुर ओली मो. ९८६६८३९४४ / मुद्रण : राप्ती आफस्टेट प्रेस, मुसिकोट-१, रुकुम (पश्चिम), फोन नं. : ०८८-५३००८३



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकार’ : श्रम अधिकार र प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो अधिकार

नेपाल पत्रकार महासंघ, रूकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पात्रो-२०८०

असार २०८०

ने.सं. ११८३

June/July 2023

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
चतुर्दशी ३१ 16	व्रतबन्ध मुहूर्ता: ४ गते।	विवाह मुहूर्ता: ७, ८ र ११ गते।	अन्नप्राशन मुहूर्ता: ६ र २० गते।		त्रयोदशी १ June 16	चतुर्दशी २ 17
औंशी ३ 18	प्रतिपदा ४ 19	द्वितीया ५ 20	तृतीया ६ 21	चतुर्थी ७ 22	पञ्चमी ८ 23	षष्ठी ९ 24
सप्तमी १० 25	अष्टमी ११ 26	नवमी १२ 27	दशमी १३ 28	हरिशयनी एकादशी १४ 29	द्वादशी १५ 30	त्रयोदशी १६ July 1
चतुर्दशी १७ 2	गुरु पूर्णिमा १८ 3	प्रतिपदा १९ 4	द्वितीया २० 5	तृतीया २१ 6	चतुर्थी २२ 7	पञ्चमी/षष्ठी २३ 8
सप्तमी २४ 9	अष्टमी २५ 10	नवमी २६ 11	दशमी २७ 12	कामिका एकादशी २८ 13	द्वादशी २९ 14	त्रयोदशी ३० 15

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रूकुम (पश्चिम)

डिजाइन: मान बहादुर ओली | मो. ८८६६८३११४४ / नुदुण: राप्ती आफसेट प्रेस, मुसिकोट-१, रूकुम (पश्चिम), फोन नं.: ०८८-५३००८३



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकार : अम अधिकार र प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो सरोकार’

नेपाल पत्रकार महासंघ, रुकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पत्रो-२०८०

साउन २०८०

ने.सं. ११४३

July/Aug. 2023

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
	औंशी लुतो फाले दिन १ July 17	प्रतिपदा २ 18	द्वितीया ३ 19	तृतीया ४ 20	चतुर्थी ५ 21	चतुर्थी ६ 22
पञ्चमी ७ 23	षष्ठी ८ 24	सप्तमी ९ 25	अष्टमी १० 26	नवमी ११ 27	दशमी १२ 28	पद्मिनी एकादशी १३ 29
द्वादशी/त्रयोदशी १४ 30	चतुर्दशी १५ 31	पूर्णिमा १६ Aug. 1	प्रतिपदा १७ 2	द्वितीया १८ 3	तृतीया १९ 4	चतुर्थी २० 5
पञ्चमी मित्रता दिवस २१ 6	षष्ठी २२ 7	सप्तमी भू-संरक्षण दिवस २३ 8	अष्टमी वि. आदिवासी दिवस २४ 9	नवमी २५ 10	दशमी २६ 11	परमा एकादशी विश्व युवा दिवस २७ 12
द्वादशी २८ 13	त्रयोदशी २९ 14	चतुर्दशी ३० 15	औंशी अधिकमास समाप्ति ३१ 16	प्रतिपदा ३२ 17	अन्नप्राशन मुहूर्ता: ३, ५, १२, १५ र २९ गते।	

डिजाइन : मान बहादुर ओली मो. ९८६६८८३९५४ / मुद्रण : राजी अफसेट प्रेस, मुसिकोट-१, रुकुम (पश्चिम), फोन नं. : ०८८-५३००८३

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रुकुम (पश्चिम)



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकार : श्रम अधिकार र प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो सुरोकार’

नेपाल पत्रकार महासंघ, रूकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पात्रो-२०८०

मदौ २०८०

ने.सं. ११४३

Aug./Sept. 2023

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
द्वितीया तीजको दर खाने ३१ 17					द्वितीया १ Aug. 18	तृतीया बि. फोटोग्राफी दिवस २ 19 बराह जयन्ती
चतुर्थी ३ 20	नाग पञ्चमी नाग पूजन ४ 21	षष्ठी कल्की जयन्ती ५ 22	सप्तमी ६ 23	अष्टमी शकाली फाला पर्व ७ 24 गौर पर्व	नवमी ८ 25	दशमी ९ 26
पुत्रदा एकादशी १० 27	द्वादशी ११ 28	त्रयोदशी १२ 29	चतुर्दशी १३ 30	पूर्णिमा/प्रतिपदा रक्षाबन्धन पूर्णिमा जैन पूर्णिमा संस्कृत दिवस गाईजात्रा १४ 31	द्वितीया १५ Sept. 1	तृतीया १६ 2
चतुर्थी १७ 3	पञ्चमी १८ 4	षष्ठी १९ 5	सप्तमी श्रीकृष्णजन्माष्टमी २० 6	अष्टमी २१ 7	नवमी निजामति सेवा दिवस २२ 8	दशमी शिक्षा दिवस २३ 9
अजा एकादशी २४ 10	द्वादशी २५ 11	त्रयोदशी २६ 12	चतुर्दशी २७ 13	कुशे औंशी बाबुको मुख हेर्ने २८ 14 मोलाराम जयन्ती	औंशी बाल दिवस २९ 15	प्रतिपदा ३० 16

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रूकुम (पश्चिम)

डिजाइन: मान बहादुर जोली मो. ९८६६८८३५४४ / मद्दग: राप्ती अपस्टेट प्रेस मुसिकोट-१, रूकुम पश्चिम। फोन नं.: ०८८-५३०८३



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकारः’ भ्रम अधिकार र प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो भरोकार

नेपाल पत्रकार महासंघ, रुकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पात्रो-२०८०

ने.सं. ११४३

असोज २०८०

Sept./Oct. 2023

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
	तृतीया हरितालिका तीज (माहिला बिदा) १ Sept. 18	चतुर्थी ऋषिपञ्चमी व्रत २ सप्तर्षि पूजा 19	पञ्चमी सविधान दिवस ३ राष्ट्रिय दिवस 20	षष्ठी विश्व शान्ति दिवस ४ 21	सप्तमी ५ 22	अष्टमी/नवमी ६ 23
दशमी ७ 24	हरिपरिवर्तिनी एकादशी ८ 25	द्वादशी ९ 26	त्रयोदशी विश्व पर्यटन दिवस १० 27	चतुर्दशी ११ 28	पूर्णिमा चेपाङ्ग चोनाम पर्व १२ 29	प्रतिपदा सोह्र श्राद्ध शुरु १३ द्वितीया श्राद्ध प्रतिपदा श्राद्ध 30
द्वितीया श्राद्ध तृतीया श्राद्ध १४ Oct. 1	तृतीया विश्व अहिंसा दिवस १५ 2	चतुर्थी पञ्चमी श्राद्ध १६ 3	पञ्चमी षष्ठी श्राद्ध १७ 4	षष्ठी सप्तमी श्राद्ध १८ 5	सप्तमी अष्टमी श्राद्ध १९ 6	अष्टमी नवमी श्राद्ध २० जितिया पर्व 7
मातृ नवमी दशमी श्राद्ध २१ 8	दशमी विश्व हुलाक दिवस २२ 9	इन्दिरा एकादशी एकादशी श्राद्ध २३ 10	द्वादशी द्वादशी श्राद्ध २४ 11	त्रयोदशी त्रयोदशी श्राद्ध २५ 12	चतुर्दशी चतुर्दशी श्राद्ध २६ 13	औंशी पितृ विसर्जन २७ दर्शश्राद्ध 14
प्रतिपदा घटस्थापना २८ 15	द्वितीया विश्व खाद्य दिवस २९ 16	तृतीया ३० 17		अन्नप्राशन मुहूर्ताः ४, १० र १७ गते ।		

डिजाइन : मान बहादुर ओली मो. ९८६६८८३०५४ / गढुण : राप्ती आफस्टेट प्रेस, नुसिकोट-१, रुकुम (पश्चिम), फोन नं. : ०८८-५३००८३

प्रकाशन सहयोगी: नुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रुकुम (पश्चिम)



'मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकारः प्रेम अधिकार र प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो सरोकार'

नेपाल पत्रकार महासंघ, रूकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पत्रो-२०८०

कार्तिक २०८०

ने.सं. ११४३/८८

Oct./Nov. 2023

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
गृहारम्भ मुहूर्ता: ९ गते।	अन्नप्राशन मुहूर्ता: ९ र १६ गते।	चन्द्रग्रहण: स्पर्श: रात्रि १:१९ मध्य: रात्रि १:५९ मोक्ष: रात्रि २:३८ सर्वपर्व: १:१९ घण्टा	चतुर्थी १ Oct. 18	पञ्चमी २ 19	षष्ठी विल्वनिम्नण ३ 20	सप्तमी फूलपाती ४ 21
महाष्टमी महाष्टमीव्रत ५ 22	महानवमी ६ 23	विजयादशमी सयुक्त राष्ट्रमन्त्रि दिवस ७ दशैंको टीका 24	पापांकुशा एकादशी ८ 25	द्वादशी/त्रयोदशी ९ 26	चतुर्दशी १० 27	कोजाग्रत पूर्णिमा खाड्ग्रास चन्द्रग्रहण ११ 28
प्रतिपदा १२ 29	द्वितीया १३ 30	तृतीया १४ 31	चतुर्थी १५ Nov. 1	पञ्चमी १६ 2	षष्ठी १७ 3	सप्तमी १८ 4
राधाष्टमी १९ 5	नवमी २० 6	दशमी २१ 7	दशमी २२ 8	रमा एकादशी २३ 9	द्वादशी धनत्रयोदशी २४ 10	त्रयोदशी धनत्रयोदशी जयन्ती २५ यमदीपदान काग तिहार 11
चतुर्दशी कुङ्कुर तिहार २६ 12	औंशी गाई तिहार २७ 13	प्रतिपदा गाबर्द्धन पूजा ने.सं. ११४४ प्रारम्भ: वि. मधुमेह दिवस 14	यम द्वितीया भाइ टीका २८ 15	तृतीया ३० 16	खाड्ग्रास चन्द्रग्रहण: कार्तिक ११ गते शनिबार आश्विन शुक्ल पूर्णिमा	दिशानुसार चन्द्रग्रहणको दिशामा देखाइएको छ। प. पू. उ. वा. द. नै. आ. स्प. श.

डिजाइन : मान बहादुर ओली, मो. ९८६६८८३९४४ / मुद्रण : राजी अफसेट प्रेस, मुसिकोट-१, रूकुम (पश्चिम), फोन नं. : ०८८-२३००८३

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रूकुम (पश्चिम)



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकार’ : ग्राम अधिकार प्रेस स्वतन्त्रता हाछो सुरोकार

नेपाल पत्रकार महासंघ, रुकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पत्रो-२०८०

मंसिर २०८०

ने.सं. ११४४

Nov./Dec. 2023

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
	विवाह मुहूर्ता: १२, १३, १८, २१, २३, २८, २९ र ३० गते।	गृहारम्भ मुहूर्ता: १३ गते।	अन्नप्राशन मुहूर्ता: १३, २१ र २९ गते।		चतुर्थी १ Nov. 17	पञ्चमी २ 18
षष्ठी/सप्तमी डालाशष्टपूजा ३ १९	अष्टमी ४ २०	नवमी ५ २१	दशमी ६ २२	हरिबोधिनी एकादशी तुलसी विवाह ७ २३	द्वादशी ८ २४	त्रयोदशी ९ २५
चतुर्दशी १० २६	पूर्णिमा गुरु नामक जयन्ती ११ २७	प्रतिपदा १२ २८	द्वितीया १३ २९	तृतीया १४ ३०	चतुर्थी विश्व एड्स दिवस १५ Dec. 1	पञ्चमी १६ 2
षष्ठी वि. अपाङ्गता दिवस १७ 3	सप्तमी १८ 4	अष्टमी १९ 5	नवमी २० 6	दशमी २१ 7	उत्पत्तिका एकादशी २२ 8	द्वादशी वि. श्रमचार्यकायदेव दिवस २३ 9
त्रयोदशी वि. मानवअधिकार दिवस २४ 10	बालाचतुर्दशी हलेसीमहोत्सव मेला शर्वाच जेठ २५ 11	औंशी २६ 12	प्रतिपदा २७ 13	द्वितीया २८ 14	तृतीया २९ 15	चतुर्थी ३० 16

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रुकुम (पश्चिम)

डिजाइन : मान बहादुर ओली मो. ९८६६८८३५४४ / गढुग : राप्ती आफस्टेट प्रेस, मुसिकोट-१, रुकुम (पश्चिम), फोन नं. : ०८८-५३००८३



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकारः प्रेम अधिकार प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो अधिकार’

नेपाल पत्रकार महासंघ, रूकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पत्रो-२०८०

पौष २०८०

ने.सं. ११४४

Dec.'23/Jan. 2024

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
विवाह पञ्चमी श्री सीताम-विवाह मेला १ Dec. 17	षष्ठी वि.बसोई-साई विक्स २ 18	सप्तमी ३ 19	अष्टमी ४ 20	नवमी ५ 21	दशमी ६ 22	मोक्षदा एकादशी/द्वादशी गाता जयन्ती ७ 23
त्रयोदशी ८ 24	चतुर्दशी क्रिसमस-डे ९ 25	धान्य पूर्णिमा दत्तात्रेय जयन्ती १० गैंडु पूजा 26	प्रतिपदा ११ 27	द्वितीया १२ 28	द्वितीया १३ 29	तृतीया १४ 30
चतुर्थी कवि लेखनाथ जयन्ती १५ 31	पञ्चमी लमु ल्होसार १६ Jan. 1	षष्ठी १७ 2	सप्तमी १८ 3	अष्टमी १९ 4	नवमी गुरु गणिकदिनेह जयन्ती २० 5	दशमी २१ 6
सफला एकादशी २२ 7	द्वादशी अनिको सृष्टि दिवस २३ 8	त्रयोदशी २४ 9	चतुर्दशी २५ 10	औंशी पौषे औंशी २६ 11	प्रतिपदा पृथ्वी जयन्ती तेल ल्होसार २७ 12	द्वितीया २८ 13
तृतीया २९ 14			गृहारम्भ मुहूर्ताः ४ गते ।	अन्नप्राशन मुहूर्ताः ६ गते ।		

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रूकुम (पश्चिम)



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकारः श्रम अधिकार र प्रेश स्वतन्त्रता हाम्रो सुरोकार’

नेपाल पत्रकार महासंघ, रूकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पान्नो-२०८०

माघ २०८०

ने.सं. ११४४

Jan./Feb. 2024

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
	चतुर्थी मकर संक्रान्ति १ Jan. 15	पञ्चमी/षष्ठी भू-काम सुक्षा दिवस २ 16	सप्तमी ३ 17	अष्टमी ४ 18	नवमी ५ 19	दशमी ६ 20
पुत्रदा एकादशी ७ 21	द्वादशी ८ 22	त्रयोदशी ९ 23	चतुर्दशी १० 24	पूर्णिमा श्रीस्वस्थानिव्रतारम्भः ११ 25	प्रतिपदा विश्व भन्सार दिवस १२ 26	द्वितीया १३ 27
तृतीया १४ 28	चतुर्थी १५ 29	पञ्चमी वि. कुष्ठयोग दिवस १६ 30	षष्ठी शहीद दिवस १७ 31	अष्टमी Feb. 1 १८	नवमी वि. सिमसार दिवस १९ 2	दशमी २० 3
नवमी वि. अबुदुयोग दिवस २१ 4	दशमी २२ 5	षट्तिला एकादशी २३ 6	द्वादशी २४ 7	त्रयोदशी २५ 8	चतुर्दशी/औंशी त्रिवेणी मेला २६ 9	प्रतिपदा सोम ल्होसा श्रीबल्लभ जयन्ती २७ 10
द्वितीया २८ 11	तृतीया २९ 12		विवाह मुहूर्ताः २, १६, १७, २१, २३ र २९ गते ।	गृहप्रवेश मुहूर्ताः ३ गते ।	अन्नप्राशन मुहूर्ताः ३ र १७ गते ।	

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रूकुम (पश्चिम)



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकार’ : प्रेम अधिकार प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो सुरक्षा

नेपाल पत्रकार महासंघ, रुकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पत्रो-२०८०

फागुन २०८०

ने.सं. ११४४

Feb./Mar. 2024

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
विवाह मुहूर्ता: १९, २१, २२, २३ र २४ गते।	गृहारम्भ मुहूर्ता: १० र १७ गते। गृहप्रवेश मुहूर्ता: २३ र २४ गते।	चतुर्थी जनयुद्ध दिवस १ Feb. 13	श्रीपञ्चमी सरस्वती पूजा शिक्षण सभ्या दिवस २ वसन्तश्रवण 14	षष्ठी ३ 15	सप्तमी ४ 16	अष्टमी ५ 17
नवमी ६ 18	दशमी प्रजातन्त्र दिवस ७ निर्वाचन दिवस 19	भीमा एकादशी वि.सामाजिक न्याय दिवस ८ 20	द्वादशी ९ 21	त्रयोदशी १० 22	चतुर्दशी ११ 23	पूर्णिमा श्रीस्थानी व्रत समाप्त १२ 24
प्रतिपदा १३ 25	द्वितीया १४ 26	तृतीया १५ 27	चतुर्थी १६ 28	पञ्चमी १७ 29	षष्ठी १८ Mar. 1	सप्तमी १९ 2
अष्टमी २० 3	नवमी २१ 4	दशमी २२ 5	विजया एकादशी २३ 6	द्वादशी २४ 7	त्रयोदशी महाशिवरात्री २५ नारी दिवस 8	चतुर्दशी २६ 9
औंशी २७ 10	प्रतिपदा म्याल्पो ल्होसार २८ 11	द्वितीया २९ 12	तृतीया ३० 13		अन्नप्राशन मुहूर्ता: १०, १७, २५ र ३० गते।	

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रुकुम (पश्चिम)



‘मर्यादित पत्रकारिता, सुरक्षित पत्रकारः ग्राम अधिकार र प्रेस स्वतन्त्रता हाम्रो सुरोकार’

नेपाल पत्रकार महासंघ, रूकुम (पश्चिम)

Federation of Nepali Journalists, Rukum (West)



पात्रो-२०८०

चैत्र २०८०

ने.सं. ११४४

Mar./Apr. 2024

आइतबार SUN	सोमबार MON	मङ्गलबार TUE	बुधबार WED	बिहीबार THU	शुक्रबार FRI	शनिबार SAT
	व्रतबन्ध मुहूर्ता: ७, ८ र १४ गते।	अन्नप्राशन मुहूर्ता: १४ र २८ गते।		चतुर्थी/पञ्चमी	षष्ठी	सप्तमी
				१ Mar. 14	२ 15	३ 16
अष्टमी ८ 17	नवमी ९ 18	दशमी १० 19	आमलकी एकादशी ११ 20	द्वादशी १२ 21	त्रयोदशी जल रिवस १३ 22	चतुर्थी १४ 23
चतुर्दशी पहाडमा होली १५ 24	पूर्णिमा तराईमा होली १६ 25	प्रतिपदा १७ 26	द्वितीया १८ 27	तृतीया १९ 28	चतुर्थी २० 29	पञ्चमी २१ 30
षष्ठी २२ 31	सप्तमी २३ Apr. 1	अष्टमी २४ 2	नवमी २५ 3	दशमी २६ 4	पापमोचनी एकादशी २७ 5	द्वादशी/त्रयोदशी २८ 6
चतुर्दशी २९ 7	औंशी बोडेजात्रा ३० 8 (उपासका विदा)	प्रतिपदा ३१ 9	द्वितीया १ 10	तृतीया मत्स्य जयन्ती २ 11	चतुर्थी ३ 12	

प्रकाशन सहयोगी: मुसिकोट नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा रूकुम (पश्चिम)