दोब्बर गतिमा हिउँ गुमाउँदै हिमनदी

धीरराज ओझा

काठमाडौं । जलवायु परिवर्तनले बढ्दो विश्वव्यापी तापक्रमका कारण हिन्दूकुश हिमालय (एचकेएच) क्षेत्रका हिमनदीहरू तीव्र गतिमा परिवर्तनहुँदा छन् । पछिल्लो अध्ययनले यस क्षेत्रमा सन् २००० यता हिउँ घटनले दर दोब्बर भएको देखाएको छ ।

अन्तरराष्ट्रिय एकीकृत पर्वत विकास केन्द्र (इमिओड) ले गरेको पछिल्लो अध्ययन प्रतिवेदनअनुसार सन् ९९.७५ यता हिमनदीको औसत २० मिटरभन्दा घटेको छ । यसले एसियाका धेरै ठाउँमा खोला बाट बग्ने पानीमा निर्भर तल्ला तटीय क्षेत्रका करोडौं दुई वर्ष मानिसका लागि खतराको संकेत देखाएको छ । प्रतिवेदनले यस क्षेत्रमा भइरहेको हिमनदी परिवर्तनको हालसम्मकै सबैभन्दा विस्तृत प्रमाण प्रस्तुत गरेका छन् । सन् ९९९० देखि २०२० सम्म हिन्दूकुश हिमालय क्षेत्रका हिमनदीको परिवर्तनबारे गरिएकोमा र हिन्दूकुश हिमालय (एचकेएच) हिमनदी परिदृश्य २०२६ हिमनदी अनुमानको ३० वर्षका अन्तर्दृष्टि नामक उक्त प्रतिवेदनलाइ इमिओडले विश्व हिमनदी दिवसको अवसरमा सोमबार सार्वजनिक गरेको हो ।

हिन्दूकुश हिमालयका ढुङ्गीय क्षेत्र बाहिर सबैभन्दा बढी हिउँ रहेको छ, जहाँ ५६ हजार ७०० भन्दा बढी हिमनदीहरूले करिब ३३ हजार ७८२ वर्ग किलोमिटर क्षेत्र ओगटेका छन् । यी हिमनदीहरू गंगाका करीबमा १० प्रमुख नदी प्रणालीका स्रोत हुन् । यसले करी मानिसको खाद्य पानी, ऊर्जा र जीविकोपार्जनको सुरुआत महत्वपूर्ण पुर्याउँछ । समुद्री सतहबाट चार हजार ५०० देखि ७ हजार मिटर उचाइमा रहेका करिब ७८ प्रतिशत हिमनदी क्षेत्रहरू उच्चाइमा आउँदाका बढ्दो तापक्रमको उच्च जोखिम मा रहेका प्रतिवेदनमा उल्लेख छ । यो कुरै ताङ्गको समस्या हो‌इन, यो त हरेक नदी र मानवसमाज नयाँ विपदका रूपमा प्रकट भइरहेको वास्तविक सङ्कट हो । यस सालदीमा हिउँ पग्लिने दर दोब्बर हुनुले हामी सबैलाई स्तब्ध बनाउँदै कार्यक्रम लागि प्रेरित सम्पन्नछ, 'इमिओडका महानिर्देशक पेमा ग्याम्त्सोले भने, 'हिन्दूकुश हिमालय क्षेत्रले एउटा दीवारीमा छ । पानीको अभिभावकत्वदेखि विनाशकारी बाढीसम्मका तीव्र रूपमा बढ्दो प्रभावहरूले हामी हिउँमुहानका लागि निर्णायक दशकमा छौं भन्ने स्पष्ट पारेको छ । हामीले अहिले नै अनुमान बढाउन र अनुकूलनमा लगानी सम्पन्नछ । यी 'साइलेन्ट स्पट' जलवायुविपत्ति क्षेत्र पार गुरु हुने अनसुलिन घटना रहेनन्, यी हामी नयाँ बनाउँ हो ।'

हिमनदीको १५ प्रतिशत क्षेत्रफल हास

विस्तृत विश्लेषणले सन् ९९९० र २०२० को बीचमा हिन्दूकुश हिमालयका हिमनदीले आफ्नो कुल क्षेत्रफलको करिब १५ प्रतिशत र अनुमानित हिउँ भण्डारको नौ प्रतिशत हिस्सा गुमाएको देखाएको छ । इमिओडका निर्देशक सोनाम वाङ्चिक तथा हिमनदी सांस्कृतिक प्रतिवेदनका मुख्य लेखक गुरुनविकास महजनका अनुसार सबैभन्दा तल्लामको क्षेत्रमा यस क्षेत्रका साना हिमनदीहरूमाथि सबैभन्दा तीव्र असर परेको देखिएको छ ।

'सन् ९९९० र २०२० को बीचमा हिमनदीले कुल क्षेत्रफलको करिब १५ प्रतिशत हिस्सा गुमाए तापनि यो क्षति शून्य दशमलव पाँच वर्ग किलोमिटरभन्दा साना हिमनदीहरूमा सबैभन्दा तीव्र छ, 'विश्लेषक महजनले भने, 'यसले उच्च हिमाली समुदायका लागि स्थानीयस्तरमा पानीको बचावको तत्काल जोखिम निम्त्याउँछ र हिमताल विस्फोटजन्य खतराहरूलाई तीव्र बनाउँछ । यस क्षेत्रका तीन-चौथाइ हिमनदी यही जोखिमपूर्ण आकारमा रहेकाले खतरा झन् बढी छ ।'

एचकेएच हिमनदी परिदृश्य प्रतिवेदनले ३८ वटा अनुसन्धान संस्थाका हिमनदीहरूको तथ्याङ्कलाई संकलन गरेको छ । जसले सन् २००० पछि हिउँको व्यापक ह्रास भएको देखाएको छ । यसले हिमाली हिउँमुहानका केही आसपास अवस्थितीय विस्तारपत्रको 'टिपिङ पोइन्ट' निर्णायक मोड: नजिक पुगेको संकेत गर्छ । यद्यपि प्रतिवेदनले तथ्याङ्क गरेको एउटा ठूलो खाडलालाई औंल्याएको छ । ती ३८ मध्ये केवल सात वटाले मात्र विश्व हिमनदी अनुगमन सेवा (डब्लुजीएमएस) को विश्वव्यापी केन्द्रबाट मापदण्ड पूरा गरेका छन् । काराकोरम, त्रिकिङ, जानक्वर र भुटानजस्ता प्रमुख हिमनदी क्षेत्रहरू कहीं पनि अनुगमनको दायराभन्दा बाहिर छन् । 'हामी एक ठूलो नक्साको मात्रामाथि तीव्र रूपमा परिवर्तन भइरहेको अभिव्यक्तिमा बहुत कम जोड्दौं, 'इमिओडका हिउँमुहान विशेषज्ञ तथा प्रतिवेदनका लेखकमध्येका एक मोहम्मद फारूक आजमले भने, 'हिमालयको ठूलो हिस्सा कहीं पनि अनुगमनको पहुँच बाहिर छ । अनुगमन सकल विस्तार र पद्धतिका एकरूपता नभएर जलवायुबाट र हिउँमुहानमा आएको तीव्र परिवर्तन पत्ता लगाउन कठिन हुन्छ । नेपालका 'मेरा र रिम्का' जस्ता तथा भारतको छोटा निर्दीकरणका प्रतिनिधित्वमूलक हिमनदीको निरन्तर अनुगमन महत्वपूर्ण छ, किनकि समस्त पर्वतीय प्रणालीका लागि हाम्रा 'प्रारम्भिक चेतावनी' सूचक हुन् ।'

सबैभन्दा ठूलो क्षति सिन्धु, गंगा र ब्रह्मपुत्र क्षेत्रमा

प्रतिवेदनले हिमनदीको क्षति औसतीकरण फारक फारक रहेको देखाएको छ । पूर्वी हेङ्दुकान लगा पर्वतमालामा सबैभन्दा उच्च क्षतिस्तर हाम देखिएको छ, जहाँ केही क्षेत्रले केवल तीन दशकमा ३३ प्रतिशतभन्दा हिमनदी क्षेत्र गुमाएका छन् । तर सबैभन्दा ठूलो क्षति सिन्धु, गङ्गा र ब्रह्मपुत्र डोलाक्षमा केन्द्रित छ, जहाँ यस क्षेत्रका ४२ प्रतिशतभन्दा बढी हिमनदी क्षयोन्मुख छन् । दस वर्ष किलोमिटरभन्दा ठूला हिमनदीले यस क्षेत्रको प्राकृतिक जल भण्डारको करिब ४० प्रतिशत हिस्सा ओगटेका छन् । पश्चिम ठूला हिमनदीमाथि १६ वटा रहेको काराकोरम पर्वतशृङ्खला दीर्घकालीन जल खाद्य र विकट जोखिमका हिसाबले उच्च जोखिममा छ, जसको प्रभाव समग्र क्षेत्रमा पर्नेछ ।

सन् २०२६ लाई हिमनदी संरक्षणको अन्तरराष्ट्रिय वर्ष र सन् २०२६-२०३४ लाई हिउँमुहान विज्ञानका लागि कार्य दशक घोषणा गरिएको सन्दर्भमा यी निष्कर्षहरूले कार्यको तत्काल आवश्यकतालाई गम्भीर रूपमा स्मरण गराएका छन् । प्रतिवेदनका लेखकहरूले हिमनदी अनुगमनको दायरा बढाउन, पद्धतिहरूको मानकीकरण गर्न र हुन रूपमा परिवर्तन भइरहेको हिउँमुहानको प्रभाव न्यूनीकरणका लागि जलवायु-उत्थानशील अनुकूलन योजनाका ठूलो लगानी गर्न आह्वान गरेका छन् ।

हिन्दूकुश हिमालय (एचकेएच) क्षेत्र लगभग तीन हजार ५०० किलोमिटरसम्म फैलिएको छ । जसले अफगानिस्तान, पाकिस्तान, भुटान, चीन, भारत, म्यानमार, नेपाल र पाकिस्तानलाई समेटेछ । उच्च हिमाली सुरुवा, मानवबस्ती क्षेत्र र समग्र भूमाथि समेटिएको यो क्षेत्र करोडौं दुई वर्ष मानिसका खाद्य जल र ऊर्जा सुरक्षाका लागि महत्वपूर्ण छ । यो अनसिली जलवायु प्रणालीहरूको पानस्थान

पनि हो । यो क्षेत्र आफ्नो संवेदनशील छ । जलवायु परिवर्तन, प्रदूषण र जैविक विविधताको विनाशबाट विश्वकीय घर सङ्कटको प्रभावबाट उच्च जोखिममा छ । समग्र

गुराँसले ढाकिएको घोडेपानी, पर्यटकको पर्खाइमा वसन्त गन्तव्य

स्याङ्जा । स्याङ्जाको जल्पूर्ण साउँपालिका ६ मा रहेको घोडेपानीको पाखा गुराँस फुलेर गैंडाको छ । समुद्री सतहदेखि दुई हजार ८०० मिटर उचाइमा रहेको घोडेपानी क्षेत्रको जङ्गल बसन्त ऋतुको आगमनसँगै मनमोहक र स्वर्गीय बनेको हो । घोडेपानीका बासिन्दा देवेन्द्र पुन (मुरीले) ले गुराँस फुलेर मनमोहक र आकर्षक बनेको घोडेपानी पाटुवाको पखाइमा रहेको बताए ।

'हकमक्क गुराँस फुलेर पाखा रङ्गिन पारेको घोडेपानी पाटुवाको स्थानलाइ लागि आतुर छु', उनले भने, 'घोडेपानीको दायाँ र बायाँ रहेको जङ्गलमा हकमक्क लालीगुराँस फुलेपछि मनमोहक बनेको छ ।' स्थानीय हाकापाकी र शान्त आवाजमाथि तनमन पञ्जा बनाएको वैसैबाट घोडेपानी पुग्न साउन्ने मिलन खुसीले अनुभव गुराउ । 'गुराँस, चराको चिर्चिर आवाज र हिमालको देखने नई बनाको', उनले भने, 'हिमाल हेरी गुराँसमाथि रमाउँदा समय चिनेको पनी पाइँदैन ।' गुराँसले ढाकेको बनमा चराको आवाज सुनेर हुन्दा रमाइलो महसुस र तनावमुक्त भइने आन्तरिक पर्यटक प्रेमिका जीती घेप्ठेले बताए । घेप्ठेको ठीकी साथ सहिकार घोडेपानी पुगेर गुराँसका फोटाहरू स्याङ्जे र लिंकर विश्वसार फोटोको चिर्यो । पैत बैशाख गुराँस फुलने क्रम हो । समुद्री सतहदेखि तीन हजार ८०० मिटर उचाइमा रहेको पुर्वतीलमा सुर्योदय र हिमशृङ्खलाको दृश्यावलोकन गर्न जाने यात्रीमा गुराँसको जङ्गल छ । यहाँ गएमा बेली विहानी मिर्मालीलमाथन आउँदा गुराँस फाट्छ । पाखोमा फुलेका गुराँसको जङ्गलको पृष्ठभूमिमा उकलमिर्ति गुर्जा जल्पूर्ण साउँपालिकासमाथ

१५ भन्दा बढी हिमाल र भुपरिवरको दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ । विश्वमा ४२ प्रजातिको गुराँस फाट्छ । त्यसमध्ये नेपालमा ३२ प्रजातिका छन् । लालीगुराँस नेपालको राष्ट्रिय फूल पनि हो । जल्पूर्ण साउँपाल क्षेत्र आयोजना एसपाले गरेको आकलनअनुसार घोडेपानी क्षेत्रमा १५ प्रजातिका लालीगुराँस पाइने जल्पूर्ण साउँपालिकाका पूर्वअध्यक्षसमेत रहेका घोडेपानीका होटल व्यवसायी इमबहादुर पुनले बताए । राम्रै स्थानमा ठेरै प्रजातिका गुराँस पाइने यस क्षेत्रको जङ्गल मन्दाडी प्रदेशमै ठूलो भएको उनको दावी छ । घोडेपानी बस्तीको भिरनवाट पश्चिमोत्तर आउँ घनघोर गुराँसे जङ्गलबाट हिंडेपछि कालीसालिबाट गुराँस फाट्न थाल्छ । घोडेपानीबाट ४५ मिनेट उकालो हिंडेपछि पुगिने समुद्री सतहदेखि तीन हजार ८०० मिटर उचाइमा रहेको पुर्वतील सुर्योदय र हिमालको दृश्यावलोकनका लागि प्रसिद्ध मानिन्छ ।

गुराँस फाक्नाबाट यस १५ मिनेट बसाई कहिंपछि गुराँसको जङ्गलबाट रहेको सुन्दर प्राकृतिक ताल पुगिन्छ । फर्कदा प्राकृतिकबाट अलकमाथेर हुँदै ४० मिनेटमा घोडेपानी बस्तीको पुछारमा आइपुगिन्छ ।

घोडेपानीको भिरनवाट कालीसार गुराँस फाक्ने हुँदै प्राकृतिकबाट ताल पुगेर अल्कमाथेकोबाट तल्लो बाटो हुँदै घोडेपानी साइकिलड मर्ग सकिन्छ । प्राकृतिकबाट घोडेपानीसम्मको घोडबाटो 'घोन्ली ट्रेल' का नाम सकिन्छ । जल्पूर्ण साउँपाल वडाँचि मन्तव्यका मर्सिटएको घोडेपानी अमभन्दा आइने पर्यटकका लागि बसल ऋतुको प्रमुख आकर्षण गुराँस हो । साथ साथ यहाँ पनि बसपाल पर्यटक आगमन बढेकाहुन हुन थालेको घोडेपानी होटल व्यवसायन उपभोक्तिका उपाध्यक्ष कृष्ण ठकुरी पुनले सुनाएको छन् । आजपुर्वका देशहरूका उत्पन्न तनाव, पेट्रोलियम पदार्थको मूल्यवृद्धि र क्रीडकुल बीमाबाट कारण पर्यटक आगमन हुन नसकेको उनले बताए ।

विदेशी पर्यटकको आगमन कम भए पनि विद्यालयहरूको वार्षिक परीक्षा र आर्थिक शिक्षा परीक्षा एसइई पछि विद्यालयहरू बिदा हुने सिजन र कार्यालयहरू नयाँ वर्षको अवसर पारेर घोडेपानी पुग्न आइने भएको होटल व्यवसायीहरूले बताए ।

स्वदेशी पर्यटकलाई आकर्षित गर्न महत्वपूर्णको व्यवस्था मिलाएका छन् । घोडेपानीमा रहेका २० होटललाई सुविधा र पुर्वाधारका आधारमा दुई समूहमा वर्गीकरण गरेका छन् । एक रात बास बसेको वैकुण्ठको खाना, विहानको खाजासहित र नौ मध्ये ३० देखि एक हजार ५०० को न्यायिक बनाइएको छ । घोडेपानीका होटलमा दैनिक एक हजार जनालाइ बढी बास बस्न सकछन् । घोडेपानीमा सकारात्मक र पैदावारका सोच पुग्न सकिन्छ । जल्पूर्ण साउँपालिकाको केन्द्र पोखरेबगरदेखि धार, सिम्ल, चिपे हुँदै २१ किलोमिटर दुरीका पुगेर घोडेपानीमा पोखरादेखि बस सञ्चालन हुन थालेको छ । कार्कीको नयाँ पुनदेखि विरेठाँदी, उन्लेरे हुँदै घोडेपानी जोड्ने कच्ची सडक पनि मात कालिकादेखि सञ्चालनमा आएको छ । पानुवु, उन्लेरी, सिम्ल, मोटरेडाँडाहरूबाट घोडेपानी पुग्न सकिने पदयात्रापथ रहेका छन् । जल्पूर्ण साउँपालिका ६ का वडाध्यक्ष रामबहादुर बाहुनले पदयात्रीको सरक्षण, पुर्वाधारमा सडक कालोपत्रीले र सहायक सलाहकको पहिचान गरी पुर्वाधार विस्तारमा जोड दिइएको बताए ।

पाथीभरामा पाँचौं पटक हिमपात

ताप्लेजुङ । ताप्लेजुङ्गिमाथ पाथीभरा मन्दिर क्षेत्रमा हिमपात भएको छ । मुक्तवार मौसमदेखि भएको बर्फाले हिमपात भएको पाथीभरा क्षेत्र विकास समितिका कर्मचारी राजेन्द्र महतले जानकारी दिए ।

उनका अनुसार बीती दिनदेखि पाथीभरा क्षेत्रको मौसम धुम्मिएको थियो । आकाश हिमपातसँगै यस वर्ष पाथीभरामा पाँच पटक हिउँ परिसकेको छ ।

हिउँ परेपछि पाथीभरामा दर्शनार्थीहरूको घुइँचो लागेको छ । पाथीभरामा दर्शनार्थी हिउँ खेल्न पाइने आशाले नेपालका सेरुका मानिसहरू पनि यहाँ पुगेका छन् ।

हिमपातसँगै जिल्लाका थियो पर्देको छ । जिल्लाका उत्तरी उच्च क्षेत्रहरूमा बढेर हिउँ परेको स्थानीयहरूले बताएका छन् ।

शहीदनगर नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

यदुकुहा,धनुषा

प्राविधिक प्रस्ताव स्वीकृत गर्ने आशय तथा आर्थिक प्रस्ताव खोल्ने सूचना

प्रकाशित मिति २०८२।१२।०८

प्रस्तुत विषयमा यस कार्यालयबाट मिति २०८२।०९।२५ गतेका दिन हिमालय टाइम्स पत्रिकामा प्रकाशित सार्वजनिक बोलिबिधको ठेक्काको लागि स्वार्थिक E-Bid मार्फत दर्ता भएका बोलपत्रदाताको प्राविधिक प्रस्तावको मूल्याङ्कन गर्दा सार्वजनिक खरिद नियमावली २०६४ (संशोधन सहित) को नियम ३१(ज) को उपनियम ४ बमोजिम साम्पुर्ण रूपमा प्रभावशाली भएका देहाय बमोजिमका सफल बोलपत्रदाताहरूको आर्थिक प्रस्ताव खोली नियमावलीको नियम ३१(ज) को उपनियम ५ प्रयोजार्थ सम्बन्धित सबै बोलपत्रदाताहरूको जानकारीको लागी यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ ।

सूचिसा :

ठेक्का नं. : SNM/NCB/WORKS/1/2082-083

कार्यको विवरण : शहीदनगर नगरपालिका भित्र कुचि तार पोल जडान कार्य

आर्थिक प्रस्ताव खोल्ने मिति र समय : २०८२।१२।१५ , १३:०० बजे, शहीदनगर नगरपालिकाको कार्यालय यदुकुहा,धनुषा

सि.नं.	सफल बोलपत्रदाताहरुको नाम	कैफियत
१.	Rishav Construction Mahagadhimai-02 Bara	

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

ढोरपाटनमा भारी हिमपात

बागलुङ । नेपालको एकमात्र विकट आन्तर हेल्पटरमार्गमा बागलुङको उच्च पहाडी क्षेत्रमा भारी हिमपात भएको छ । मुक्तवार दिउँसोदेखि भएको हिमपातले हेलिपाटन सेलाम हिउँले ढाकिएको हो । हिमपातले स्थानीयको जनजीवन प्रभावित बनेको छ । हिमपातले हेलिपटन उपत्यकामार्गमा आवागमन क्षेत्र सेलाम भएको हेलिपाटन नगरपालिका ९ का स्थानीय जनबहादुर विकले जानकारी दिए । हिमपातले गर्दा वस्तुभाउलाई घाँस दान हानलगायत साही भएको स्थानीय विकले बताए ।

केही दिन अगाडिदेखि सामान्य वर्षा भएको उनको भनाइ छ । हाँसे पनि निरन्तर हिमपात भइरहेको भन्दै स्थानीयलाई हिंडडुल सजगमात्र भएको उनले बताए । आलु गोभा लगाँ आँडाका स्थानीय बोडाइ आँडाकारीपीरनगायतका क्षेत्रबाट हेलिपाटन ढाकिए पनि हिमपातले गर्दा प्रभावित बनेको विकको भनाइ छ । 'पैत बोटानाका कोटिनेकाहीं भारी हिउँ पग्ली, बगमाति गर्दा बढ्न लाग्या हिउँ पग्ली बोटनेका हेलिपाटनबासीलाई आलु गेल्ने पहारो थियो तर हिउँ पर्दा काम प्रभावित भयो' विकले भने, 'बोटनेमा बसा त पाहिएको थियो, तर हिउँ परेर हेलिकैले कम्फर बनाइ दियो ।' स्थानीय तुलनामा पुगेर हिमपातको कारण कार्यालय बिदा भएको बताए ।

आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरु

प्रहरी तथा एम्बुलेन्स	
प्रहरी कन्ट्रोल प्रहरी	१००
जिल्ला प्रहरी (काठमाडौं)	४२६९९४/४२६७९०
जिल्ला प्रहरी (ललितपुर)	४४१७०४
जिल्ला प्रहरी भक्तपुर	६६१४८१
आकस्मिक प्रहरी सेवा	४२६९९९
परोपकार एम्बुलेन्स सेवा	४२६०८९
विद्यानन्दबाट एम्बुलेन्स सेवा	४२४४१९
रेडक्रस एम्बुलेन्स सेवा	४२६८०९४
ललितपुर रेडक्रस एम्बुलेन्स सेवा	४४४६६६
बसन्त सेवा केन्द्र	४२१४८७
बाल हेल्पलाइन नेपाल	१०९८
बालबालिका खोजतलास समन्वय केन्द्र	१०४/४२२६०६
अस्पताल र चिकित्सा	
दमकल	१०१
स्वास्थ्यलाभ केन्द्र	४२२६४४
नेपाल अंखा बैंक	४४१३८४
नेपाल अंखा अस्पताल	४३४०६९
भक्तपुर अस्पताल, भक्तपुर	०१-६६१५४८
किलगला अंखा अस्पताल	४४९३८४
वीर अस्पताल	४२२९८८
विभि शिक्षण अस्पताल	४४६४७७
प्रभुति मुह	४४३२७६
टेकु अस्पताल	४४३३९६
पाटन अस्पताल	४४२२७८
भक्तपुर अस्पताल	६६१०९६
मानसिक अस्पताल	४४१३३३
कोशि बाल अस्पताल	४४६४७८/४४६४४३
काठमाडौं मोहन अस्पताल	४२०००७६
बी एण्ड बी अस्पताल	४४३३०६
मेडिकेयर मेमोरियल अस्पताल	४४३७०७
मेडिकेयर मेमोरियल अस्पताल (एम्बुलेन्स)	४४३७०७
फ्रन्टलाइन अफ भाला भवन	४४७०८९
नेपाल अर्थोपेडिक अस्पताल	४४९३४६
काठमाडौं मेडिकल कलेज तथा शिक्षण अस्पताल, जोरपाटी	४९१७०८
कोलिन्स हेल्थ्स हस्पिटल, महाराजगञ्ज	४३०९१६
कोलिन्स हस्पिटल, बुद्धिजनगर, टिनकुने	४१११४३/४३६
सीम हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर	४३७१२२/४३७१३४
लोकिज, थापाथली	४२६४४४
मदिर मंगलाल राष्ट्रिय हृदय रोग केन्द्र	४३७१२२/४३७१३४
लाइफ केयर अस्पताल	४२२७४३
मिलेनी अस्पताल	५१२७६२५५१४०१६
क्याथिटल हस्पिटल (प्रा.) लि.	४२४४०२३
श्री मान्धाइ नि.शुल्क एम्बुलेन्स सञ्चालन (पूर्व काठमाडौं)	४४९८०३
नि.शुल्क डायिपो शालय	४२४४४७/४२४४४९
चिकित्सालय र शयकालन सेवा	
(काठमाडौं, भक्तपुर रेडक्रस	६६१२२६
एम्बुलेन्स र रगतसञ्चार सेवा लगायत	
किडनी सेन्टर	४३६४३६/४३७०८९
मानसिक अस्पताल	४४८०७७
हयाम्म अस्पताल, बुद्धनगर	४४८४८०/४४८४६७
ईगल बाल नर्सिंग होम तथा	
प्रभुति मुह (प्रा.) लि.	४३४३३७/४३८९६२
सोमो अस्पताल र रिसर्च इन्स्टिच्यूट	४२४८४३/४२४८८९
मनमोहन मेमोरियल अस्पताल, नैयाघोर	४४१६०५/४४३०८२३
भरोसा अस्पताल प्रा.लि. बालेश्वर	४४४९५८/४४९५८९
शयकालन र चिकित्सा	
सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य केन्द्र, हाडी	०१-६९१९४४
जनरेसी हस्पिटल, थानाङ्	४३६३०९-०४
विशेषज्ञ अस्पताल तथा प्रभुति मुह, सोमबु	४३८२४३/४३८०४८
नेपाल चेम्बर अफ कमर्स	४२३०९३
प्रभुति बाइपाट सेवा केन्द्र	४४९४९९
डेब कर्नर नि.शुल्क शयकालन सेवा	४४३४०९३
नेपाल मिटर ट्याक्सी संघ	४२४३४४