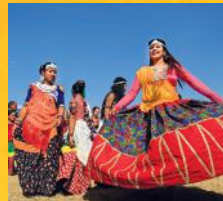


जीवनको लागि...

संस्कृति जोडिएको छ हाम्रो, पूर्व मेची देखि पश्चिम महाकाली सम्म !
मुहारमा निश्चल हाँसो भरिएको छ हाम्रो, हरेक रीतिरिवाज र भोगमा !!



SuryaJyoti
जीवनको लागि

नव वर्ष
२०८१ को
शुभकामना



सिन्दुर जात्राको अवलोकन गर्दै युवतीहरू । तस्बिर: प्रवीण रामाभार

वैशाख २०८१

(April/May 2024)

नेपाल संवत् १९८८

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
पञ्चमी ३० ₁₂	षष्ठी ३१ ₁₃					पञ्चमी १ ₁₃
षष्ठी २ ₁₄	सप्तमी ३ ₁₅	अष्टमी ४ ₁₆	नवमी ५ ₁₇	दशमी ६ ₁₈	एकादशी ७ ₁₉	द्वादशी ८ ₂₀
त्रयोदशी ९ ₂₁	चतुर्दशी १० ₂₂	पूर्णिमा ११ ₂₃	परेवा १२ ₂₄	परेवा १३ ₂₅	द्वितीया १४ ₂₆	तृतीया १५ ₂₇
चौथी १६ ₂₈	पञ्चमी १७ ₂₉	सप्तमी १८ ₃₀	अष्टमी १९ ₀₁	नवमी २० ₀₂	दशमी २१ ₀₃	एकादशी २२ ₀₄
द्वादशी २३ ₀₅	त्रयोदशी २४ ₀₆	चतुर्दशी २५ ₀₇	औंशी २६ ₀₈	परेवा २७ ₀₉	द्वितीया २८ ₁₀	चौथी २९ ₁₁

वैशाख १ नयाँ वर्ष / बिस्का: जात्रा, वैशाख ५ राम नवमी, वैशाख १९ अन्तर्राष्ट्रिय श्रमिक दिवस



SuryaJyoti
जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड
शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५२८१/४५४५२८२
URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





उमौली पर्वको अवसरमा परम्परागत साकेला नृत्य गर्दै किराँती महिलाहरू । तस्बिर: सुजन गुरूङ

जेठ २०८१

(May/June 2024)

नेपाल संवत् १९८४

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		षष्ठी १ ₁₄	सप्तमी २ ₁₅	अष्टमी ३ ₁₆	नवमी ४ ₁₇	दशमी ५ ₁₈
एकादशी ६ ₁₉	द्वादशी ७ ₂₀	त्रयोदशी ८ ₂₁	चतुर्दशी ९ ₂₂	पूर्णिमा १० ₂₃	परेवा ११ ₂₄	द्वितीया १२ ₂₅
तृतीया १३ ₂₆	चौथी १४ ₂₇	पञ्चमी १५ ₂₈	षष्ठी १६ ₂₉	सप्तमी १७ ₃₀	अष्टमी १८ ₃₁	नवमी १९ _{०1}
एकादशी २० _{०2}	द्वादशी २१ _{०3}	त्रयोदशी २२ _{०4}	चतुर्दशी २३ _{०5}	औंशी २४ _{०6}	परेवा २५ _{०7}	द्वितीया २६ _{०8}
तृतीया २७ _{०9}	चौथी २८ _{१०}	पञ्चमी २९ _{११}	षष्ठी ३० _{१२}	सप्तमी ३१ _{१३}	अष्टमी ३२ _{१४}	

जेठ १० बुद्ध जयन्ती / उमौली पर्व, जेठ १५ गणतन्त्र दिवस



SuryaJyoti
जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड
शान्ता ललाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५२४१/४५४५२४२
URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





चौतारीमा आराम गर्दै मुगुका स्थानीय महिलाहरू । तस्बिर: प्रकाशचन्द्र तिमिल्सेना

असार २०८१

(Jun/Jul 2024)

नेपाल संवत् १९८४

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
अष्टमी ३० ₁₄	नवमी ३१ ₁₅					नवमी १ ₁₅
दशमी २ ₁₆	एकादशी ३ ₁₇	द्वादशी ४ ₁₈	द्वादशी ५ ₁₉	त्रयोदशी ६ ₂₀	चतुर्दशी ७ ₂₁	पूर्णिमा ८ ₂₂
परेवा ९ ₂₃	तृतीया १० ₂₄	चौथी ११ ₂₅	पंचमी १२ ₂₆	षष्ठी १३ ₂₇	सप्तमी १४ ₂₈	अष्टमी १५ ₂₉
नवमी १६ ₃₀	दशमी १७ _{०१}	एकादशी १८ _{०२}	द्वादशी १९ _{०३}	त्रयोदशी २० _{०४}	औंशी २१ _{०५}	परेवा २२ _{०६}
द्वितीया २३ _{०७}	तृतीया २४ _{०८}	तृतीया २५ _{०९}	चौथी २६ _{१०}	पंचमी २७ _{११}	षष्ठी २८ _{१२}	सप्तमी २९ _{१३}



SuryaJyoti

जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड

शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५८११/४५४५८२२

URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





सौंस्कृतिक शेषभूषणा सजिएर बाजा बजाउँदै नेवार समुदायका युवतीहरू । तस्बिर: प्रवीण रामभाट

साउन २०८१

(Jul/Aug 2024)

नेपाल संवत् १९८४

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		दशमी १ ₁₆	एकादशी २ ₁₇	द्वादशी ३ ₁₈	त्रयोदशी ४ ₁₉	चतुर्दशी ५ ₂₀
पूर्णिमा ६ ₂₁	परेवा ७ ₂₂	द्वितीया ८ ₂₃	तृतीया ९ ₂₄	चौथी १० ₂₅	पञ्चमी ११ ₂₆	सप्तमी १२ ₂₇
अष्टमी १३ ₂₈	नवमी १४ ₂₉	दशमी १५ ₃₀	एकादशी १६ ₃₁	द्वादशी १७ ₀₁	त्रयोदशी १८ ₀₂	चतुर्दशी १९ ₀₃
औंशी २० ₀₄	परेवा २१ ₀₅	द्वितीया २२ ₀₆	तृतीया २३ ₀₇	चौथी २४ ₀₈	पञ्चमी २५ ₀₉	षष्ठी २६ ₁₀
सप्तमी २७ ₁₁	अष्टमी २८ ₁₂	नवमी २९ ₁₃	नवमी ३० ₁₄	दशमी ३१ ₁₅	एकादशी ३२ ₁₆	



SuryaJyoti

जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड

शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४४४५२९/४४४५२९

URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





हिन्दु महिलाहरूको महान चाड तीजको अवसरमा नाचगान गर्दै रमाइरहेका महिलाहरू । तस्वीर: प्रवीण रानाभाट

मदौ २०८१

(Aug/Sep 2024)

नेपाल संवत् १९८४

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
द्वादशी ३० ₁₅	त्रयोदशी ३१ ₁₆					त्रयोदशी १ ₁₇
चतुर्दशी २ ₁₈	पूर्णिमा ३ ₁₉	परेवा ४* ₂₀	द्वितीया ५ ₂₁	तृतीया ६ ₂₂	चौथी ७ ₂₃	पञ्चमी ८ ₂₄
षष्ठी ९ ₂₅	सप्तमी १० ₂₆	अष्टमी ११ ₂₇	दशमी १२ ₂₈	एकादशी १३ ₂₉	द्वादशी १४ ₃₀	त्रयोदशी १५ ₃₁
चतुर्दशी १६ _{०1}	औंशी १७ _{०2}	औंशी १८ _{०3}	परेवा १९ _{०4}	द्वितीया २० _{०5}	तृतीया* २१ _{०6}	चौथी २२ _{०7}
पञ्चमी २३ _{०8}	षष्ठी २४ _{०9}	सप्तमी २५ ₁₀	अष्टमी २६ ₁₁	नवमी २७ ₁₂	दशमी २८ ₁₃	एकादशी २९ ₁₄

मदौ ३ जले पूर्णिमा/रक्षा बन्धन, मदौ ४ जाई जात्रा/सापारु (अत्यन्त बिरा/ देशभरका नेवार समुदायलाई मात्र), मदौ १० श्रीकृष्ण जन्माष्टमी/गौरा पर्व
मदौ २१ हरिसालिका तीज (महिला कर्मचारीलाई बिरा), मदौ २२ राष्ट्रिय बाल दिवस



SuryaJyoti

जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड

शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४४४५२९१/४४४५२९२

URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





कुमारी पुजामा आजा लिन कुमारीको गेष्मूषामा सजिएकी एक बालिका । तस्वर: प्रवीण रानाभाट



असोज २०८१

(Sep/Oct 2024)

नेपाल संवत् १९८४

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		चतुर्दशी १ [*] 17	पूर्णिमा २ 18	परेवा ३ 19	तृतीया ४ 20	चौथी ५ 21
पञ्चमी ६ 22	षष्ठी ७ 23	सप्तमी ८ 24	अष्टमी ९ [*] 25	नवमी १० 26	दशमी ११ 27	एकादशी १२ 28
द्वादशी १३ 29	त्रयोदशी १४ 30	चतुर्दशी १५ 01	औंशी १६ 02	परेवा १७ 03	द्वितीया १८ 04	तृतीया १९ 05
चौथी २० 06	चौथी २१ 07	पञ्चमी २२ 08	षष्ठी २३ 09	सप्तमी २४ 10	अष्टमी २५ 11	दशमी २६ 12
एकादशी २७ 13	द्वादशी २८ 14	त्रयोदशी २९ 15	चतुर्दशी ३० 16			

असोज १ विश्वकर्मा पुजा/इन्द्रजात्रा (उपत्यका बिदा), असोज ३ संविधान दिवस, असोज ९ त्रितीया पर्व (पर्व मनाउने महिला कर्मचारीलाई बिदा), असोज १० घटस्थापना/नवरात्री आरम्भ, असोज २४ फूलपाती, असोज २५ महाअष्टमी, महानवमी, असोज २६ विजयादशमी असोज २७ पाषाणकृशा एकादशी, असोज २८ द्वादशी



SuryaJyoti
जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड
शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५८२९/४५४५८३०
URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





छठ पर्वका लागि परम्परागत भेषभूषामा सजिएकी एक महिला । तस्बिर: सुजन गुरुङ

कार्तिक २०८१

(Oct/Nov 2024)

नेपाल संवत् १९४४/१९४५

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
				पूर्णिमा १ 17	परेवा २ 18	द्वितीया ३ 19
तृतीया ४ 20	चौथी ५ 21	पञ्चमी ६ 22	षष्ठी ७ 23	सप्तमी ८ 24	अष्टमी ९ 25	नवमी १० 26
दशमी ११ 27	एकादशी १२ 28	द्वादशी १३ 29	त्रयोदशी १४ 30	चतुर्दशी १५ 31	औंशी १६ 01	परेवा १७ 02
द्वितीया १८ 03	तृतीया १९ 04	चौथी २० 05	पञ्चमी २१ 06	षष्ठी २२ 07	सप्तमी २३ 08	अष्टमी २४ 09
नवमी २५* 10	दशमी २६ 11	एकादशी २७ 12	द्वादशी २८ 13	त्रयोदशी २९ 14	पूर्णिमा ३० 15	

कार्तिक १५ लक्ष्मी पूजा/ कुकुर पूजा, कार्तिक १६ तिहार विदा, कार्तिक १७ गोवर्धन पूजा/ म्हु पूजा/ नेपाल संवत् ११४५, कार्तिक १८ भाई टिका/ किजा पूजा, कार्तिक १९ तिहार विदा, कार्तिक २२ छठ पर्व, कार्तिक २५ फाल्गुनन्द जयन्ती (किराँती धर्मात्मालाई मात्र)



SuryaJyoti
जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड
शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५८४९/४५४५८४९
URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





परम्परागत गेषभूषामा निम्वा समुदायकी एक महिला । तस्विन्ः सुजन गुरुङ



मंसिर २०८१

(Nov/Dec 2024)

नेपाल संवत् ११४५

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
पूर्णिमा ३० ₁₅						परेवा १ ₁₆
द्वितीया २ ₁₇	तृतीया ३ ₁₈	चौथी ४ ₁₉	पञ्चमी ५ ₂₀	षष्ठी ६ ₂₁	सप्तमी ७ ₂₂	अष्टमी ८ ₂₃
नवमी ९ ₂₄	दशमी १० ₂₅	एकादशी ११ ₂₆	द्वादशी १२ ₂₇	त्रयोदशी १३ ₂₈	चतुर्दशी १४ ₂₉	चतुर्दशी १५ ₃₀
औंशी १६ _{०१}	परेवा १७ _{०२}	द्वितीया* १८ _{०३}	तृतीया १९ _{०४}	चौथी २० _{०५}	पञ्चमी २१ _{०६}	षष्ठी २२ _{०७}
सप्तमी २३ _{०८}	नवमी २४ _{०९}	दशमी २५ _{१०}	एकादशी २६ _{११}	द्वादशी २७ _{१२}	त्रयोदशी २८ _{१३}	चतुर्दशी २९ _{१४}

मंसिर १८ अन्तर्राष्ट्रिय अपाङ्ग दिवस (अपाङ्गता भएका कर्मचारीलाई मात्र), मंसिर ३० धान्य पूर्णिमा/बोमरी पूनी/उधौली पर्व



SuryaJyoti
जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड
शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५२८१/४५४५२८२
URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





माघीको अवसरमा परम्परागत गेष्मूषामा नाचगान गर्दै थारु समुदायका महिलाहरू । तस्बिर: प्रकाशचन्द्र तिमिल्सेना



माघ २०८१

(Jan/Feb 2025)

नेपाल संवत् १९८५

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		परेवा १ 14	द्वितीया २ 15	तृतीया ३ 16	चौथी ४ 17	पञ्चमी ५ 18
पञ्चमी ६ 19	षष्ठी ७ 20	सप्तमी ८ 21	अष्टमी ९ 22	नवमी १० 23	दशमी ११ 24	एकादशी १२ 25
द्वादशी १३ 26	त्रयोदशी १४ 27	चतुर्दशी १५ 28	औंशी १६ 29	परेवा १७ 30	द्वितीया १८ 31	तृतीया १९ 1
चौथी २० 02	पञ्चमी २१ 03	षष्ठी २२ 04	अष्टमी २३ 05	नवमी २४ 06	दशमी २५ 07	एकादशी २६ 08
द्वादशी २७ 09	त्रयोदशी २८ 10	चतुर्दशी २९ 11	पूर्णिमा ३० 12			

माघ १ माघे संक्रान्ति/मकर संक्रान्ति/प्यू चाकु खाने दिन, माघ १६ शहीद दिवस, माघ १७ सोनाम ल्होसार, माघ २१ सरस्वती पूजा



SuryaJyoti
जीवनको लागि

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड
शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५२८१/४५४५२८२
URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





हमला जिल्लाको निम्वा सतुवायका महिलाहरु परम्परागत भेषभुषामा ज्याल्पो ल्होसार मनाउँदै ।

तस्विर: प्रवीण रानाभाट



फागुन २०८१

(Feb/Mar 2025)

नेपाल संवत् ११४५

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
				परेवा १ 13	द्वितीया २ 14	तृतीया ३ 15
चौथी ४ 16	पञ्चमी ५ 17	षष्ठी ६ 18	सप्तमी ७ 19	सप्तमी ८ 20	अष्टमी ९ 21	नवमी १० 22
दशमी ११ 23	एकादशी १२ 24	द्वादशी १३ 25	त्रयोदशी १४ 26	चतुर्दशी १५ 27	औंशी १६ 28	द्वितीया १७ 1
तृतीया १८ 02	चौथी १९ 03	पञ्चमी २० 04	षष्ठी २१ 05	सप्तमी २२ 06	अष्टमी २३ 07	नवमी २४ 08
दशमी २५ 09	एकादशी २६ 10	द्वादशी २७ 11	त्रयोदशी २८ 12	चतुर्दशी २९ 13		

फागुन ७ प्रजातन्त्र दिवस, फागुन १४ महाशिवरात्री/सेना दिवस, फागुन १६ ग्याल्पो ल्होसार, फागुन २९ फागु पूर्णमा (पहाडी भेगमा बिदा)



SuryaJyoti

जीवनको लागा

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड

शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५२८१/४५४५२८२

URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com





गौरा पर्वको अवसरमा नाचगानका साथ रमाउँदै महिलाहरू । तस्बिर: प्रवीण रानाभाट



चैत २०८१

(Mar/Apr 2025)

नेपाल संवत् १९८५

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
परेवा ३१ 13					पूर्णिमा १ 14	परेवा २ 15
द्वितीया ३ 16	तृतीया ४ 17	चौथी ५ 18	पंचमी ६ 19	षष्ठी ७ 20	सप्तमी ८ 21	अष्टमी ९ 22
नवमी १० 23	दशमी ११ 24	एकादशी १२ 25	द्वादशी १३ 26	त्रयोदशी १४ 27	चतुर्दशी १५ 28	औंशी १६* 29
परेवा १७ 30	द्वितीया १८ 31	तृतीया १९ 01	चौथी २० 02	षष्ठी २१ 03	सप्तमी २२ 04	अष्टमी २३ 05
नवमी २४ 06	दशमी २५ 07	एकादशी २६ 08	द्वादशी २७ 09	त्रयोदशी २८ 10	चतुर्दशी २९ 11	पूर्णिमा ३० 12

चैत १ फागु पूर्णिमा (तराई भेगमा बिदा), चैत १६ घोडा जात्रा (उपत्यका बिदा)



SuryaJyoti
जीवनको लाठी

सूर्यज्योति लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड
शान्ता प्लाजा, ज्ञानेश्वर, काठमाण्डौ । ०१-४५४५८९१/४५४५८९२
URL : www.suryajyotilife.com | info@suryajyotilife.com

