

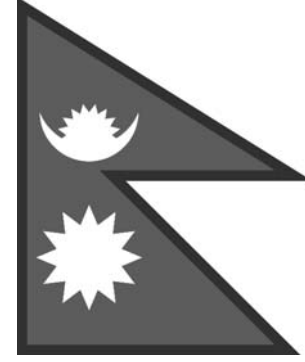
मिडिया डाइरेक्टरी २०७३

Media Directory 2073

Government of Nepal
Ministry of Information and Communication
DEPARTMENT OF INFORMATION
Media Village, Tilganga, Kathmandu
Nepal

मिडिया डाइरेक्टरी २०७३

प्रकाशक	: नेपाल सरकार सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय सूचना विभाग सञ्चारग्राम, काठमाडौं ।
फोन	: ४११२७१७, ४११२५५१, ४११२७५३ ४११२८१६, ४११२५५४
फ्याक्स	: ४११२६५२
इमेल	: info@doinepal.gov.np
वेबसाइट	: www.doinepal.gov.np
प्रकाशित प्रति	: प्रति
कम्प्युटर	: सुबास राई
मुद्रण	:
फोन	:



राष्ट्रिय गान

सयौं थुँगा फूलका हामी एउटै माला नेपाली
सार्वभौम भई फैलिएका मेची-महाकाली ।
प्रकृतिका कोटीकोटी सम्पदाको आँचल
वीरहरूका रगतले स्वतन्त्र र अटल
ज्ञानभूमि शान्तिभूमि तराई पहाड हिमाल
अखण्ड यो प्यारो हाम्रो मातृभूमि नेपाल
बहुल जाति भाषा धर्म संस्कृति छन् विशाल
अग्रगामी राष्ट्र हाम्रो जय जय नेपाल ।



भारत

व्यक्तिगत विवरण

नाम: _____

ठेगाना: _____

फोन: _____

रक्त समुह: _____

राहदानी नं.: _____

नागरिकता नं.: _____

वाहन नं.: _____

ड्राइभिङ्ग लाइसेन्स नं.: _____

हाम्रो भनाई

यस विभागबाट विगतका वर्षहरूमा जस्तै नेपालभर प्रकाशन / प्रसारण भएका पत्रपत्रिका, रेडियो, टेलिभिजन, अनलाइन मिडिया तथा विदेशी सञ्चार माध्यमका संवाददाता, स्वतन्त्र पत्रकार, सञ्चारमाध्यमसँग सम्बन्धित संस्थाहरूको नाम, ठेगाना, सम्पर्क, टेलिफोन, फ्याक्स, इमेल, वेबसाइट आदिको विवरण उपलब्ध भएसम्म मिडिया डाइरेक्टरी, २०७३ मा समावेश गरी प्रकाशन गरिएको छ । मिडिया डाइरेक्टरीमा सरकारका तिनै अंग, मन्त्रालय, आयोगहरूका प्रवक्ता लगायत व्यवस्थापिका संसदमा प्रतिनिधित्व गर्ने राजनीतिक दलहरूका प्रवक्ता समेत समावेश गरी प्रेस र सञ्चारसँग सम्बद्धलाई समेटि मिडिया डाइरेक्टरीलाई फराकिलो बनाइएको छ । यसबाट धेरैभन्दा धेरै व्यक्ति, संस्था लाभान्वित हुने हाम्रो अपेक्षा रहेको छ । मिडिया डाइरेक्टरीलाई मोबाइलमा प्रयोग गर्न सकिने एप्लिकेसन (APPS) बनाई प्रयोगमा ल्याई सकिएकोछ । यसमा कुनै विवरण छुटपुट र त्रुटी हुन गएमा आगामी वर्ष प्रकाशित हुने मिडिया डाइरेक्टरीमा समावेश गरी प्रकाशन गरिने हुँदा सो को विवरण यस सूचना विभागमा पठाई सहयोग गरिदिनुहुन समेत अनुरोध गरिन्छ । सहयोगको लागि धन्यवाद ।

नव वर्ष २०७३ सालको मंगलमय शुभकामना ।

सूचना विभाग

विषय - सूची

क्र.स.	विषय	पाना नं.
१.	नेपाल सरकारका तिनै अंगलगायत मन्त्रालय, आयोग, केन्द्र, कार्यालयका प्रवक्ताहरू	१
२.	२०७२ चैत्र मसान्तसम्म दर्ता भएका पत्रपत्रिकाहरू (बाग्मती अञ्चल)	१३
३.	२०७२ चैत्र मसान्तसम्म दर्ता भएका पत्रपत्रिकाहरू (बाग्मती बाहेकका अन्य अञ्चलहरू)	१३७
४.	टेलिभिजनहरू	२७७
५.	एफ.एम. रेडियोहरू	२८३
६.	अनलाइनको विवरण	३०७
७.	Freelance Journalists	३४७
८.	Press Representative of Foreign News Media	३५७
९.	सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय	३६५
१०.	व्यवस्थापिका संसदमा प्रतिनिधित्व गर्ने राजनैतिक दलका प्रवक्ताहरू	३६९
११.	प्रेस काउन्सिल नेपालका पदाधिकारीहरूको विवरण	३७५
१२.	नेपाल पत्रकार महासंघ, केन्द्रीय कार्य समिति	३७९
१३.	सूचना विभागका कर्मचारीहरू	३८९
१४.	सूचना तथा सञ्चारसँग सम्बन्धित निकाय तथा संघ संस्थाहरू	३९५
१५.	२०७२ चैत्र मसान्तसम्म दर्ता भएका पत्रपत्रिकाको विवरण	४२७
१६.	२०७२ चैत्र मसान्तसम्म दर्ता भएका पत्रपत्रिकाको विवरण (विकास क्षेत्र अनुसार)	४२९
१७.	ब्रोडसिटरका सम्पादकहरूको नाम	४४७
१८.	T.V.Editors Guild	४४९
१९.	अत्यावश्यक टेलिफोन नम्बरहरू	४५३

नेपाल सरकारका तिनै अंग लगायत मन्त्रालय,
आयोग, केन्द्र, कार्यालयका प्रवक्ताहरु

नेपाल सरकारका तिनै अंग लगायत मन्त्रालय,

आयोग, केन्द्र, कार्यालयका प्रवक्ताहरू

सि.नं	कार्यालयको नाम	प्रवक्ताको नाम
१	नेपाल सरकारका प्रवक्ता एवं सूचना तथा सञ्चार मन्त्री	श्री शेरधन राई

प्रवक्ता

सि.नं	कार्यालयको नाम	प्रवक्ताको नाम
१	राष्ट्रपतिको कार्यालय	श्री लोक प्रसाद आचार्य
२	उपराष्ट्रपतिको कार्यालय	श्री पुरुषोत्तम पौडेल
३	प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय	श्री विनोद बहादुर कुँवर
४	व्यवस्थापिका संसद	डा. श्री भरतराज गौतम
५	सर्वोच्च अदालत	श्री नहकुल सुवेदी

संवैधानिक निकायहरू

सि.नं	कार्यालयको नाम	प्रवक्ताको नाम
१	अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोग	प्रवक्ता श्री कृष्णहरि पुष्कर
		स. प्रवक्ता श्री खगेन्द्र प्रसाद रिजाल
२	महालेखा परीक्षकको कार्यालय	प्रवक्ता श्री बाबुराम गौतम
		स. प्रवक्ता श्री तिलोचन आचार्य
३	लोक सेवा आयोग	प्रवक्ता श्री सूर्यप्रसाद सापकोटा
		स. प्रवक्ता श्री गिता कुमारी होमेगाई

सम्पर्क नं.	ईमेल
४२११७०१	

सम्पर्क नं तथा इमेल

सम्पर्क नं.	ईमेल
४४१६७७८	
९८४१५९१८३२, ४२२१९४३	paudelpuru9@gmail.com
९८५१०७५३९५	
९८६०३१०६७०, ४२००१३४	
९८४१२६३९३९, ४२५८०८९	

सम्पर्क नं तथा इमेल

सम्पर्क नं.	ईमेल
९८५११८४१२९	
९८४१९६३२२२, ४४४०१२३	
९८४१४१०६९०, ४२६८३९७	gautambr2002@yahoo.com
९८४१३८३७१, ४२६२७९८	
४७४१५५५	
९८४१२८९७८४	pallabi_homegain@yahoo.com

४	निर्वाचन आयोग	प्रवक्ता श्री बाशुदेव गरागाई
		स. प्रवक्ता श्री लक्ष्मी देवी हुमागाई
५	राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग	प्रवक्ता श्री मोहना अन्सारी
	महान्यायाधिवक्ताको कार्यालय	प्रवक्ता श्री गोपाल प्रसाद रिजाल
६	राष्ट्रिय महिला आयोग	प्रवक्ता श्री
	राष्ट्रिय दलित आयोग	प्रवक्ता श्री
७	राष्ट्रिय मुस्लिम आयोग	प्रवक्ता श्री

प्रवक्ता तथा सहायक प्रवक्ताहरूको विवरण

१	रक्षा मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री शिवप्रसाद सिमखडा
		स. प्रवक्ता श्री शैलजा ऐमी भट्टराई
२	गृह मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री यादव प्रसाद कोइराला
		स. प्रवक्ता श्री
३	अर्थ मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री मुकुन्द प्रसाद पौड्याल
		स. प्रवक्ता श्री राजेन्द्र पौडेल
४	परराष्ट्र मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री तारा प्रसाद पोखरेल
		स. प्रवक्ता श्री सुधिर भट्टराई
५	सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री रामचन्द्र ढकाल
		स. प्रवक्ता श्री
६	भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात व्यवस्था मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री देबेन्द्र कार्की
		स. प्रवक्ता श्री सुन्दर भट्टराई

९८५११६७१४९, ४२२६२९८	
९८४१६१७७४४, ४२२६४७३	
९८५११३३७८९, ५०१०२१३	
९८४७८७२४९६, ४२१६१०९	

सम्पर्क नं तथा इमेल

४२११०९५	
४२००२६४	
९८५११४०००३	
४२११२३६	
९८४१२८२१३९, ४२००४६९	
९८५१०४५०९८, ४२११३८३	
९८४३५३३४४५, ४२००१८९	
४२००१८९	
९८५११७७३५०, ४२११५६२	
४२११६२५	
९८५११८९७३९, ४२११९३०	sunbhat123@gmail.com
९८४१५२६२८३, ४२११७३२	

७	उद्योग मन्त्रालय	प्रवक्ता श्रीमती यामकुमारी खतिवडा स. प्रवक्ता श्री विष्णु ढकाल
८	आपूर्ति मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री आनन्दराम रेग्मी स. प्रवक्ता श्री
९	कृषि विकास मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री योगेन्द्र कुमार कार्की स. प्रवक्ता श्री
१०	श्रम तथा रोजगार मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री गोविन्दमणि भुर्तेल स. प्रवक्ता श्री
११	शान्ति तथा पुनःनिर्माण मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री शंकर प्रसाद खरेल स. प्रवक्ता श्री
१२	भूमिसुधार तथा व्यवस्था मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री नागेन्द्र भा स. प्रवक्ता श्री
१३	महिला बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री नारायण प्रसाद काफ्ले स. प्रवक्ता श्री राम प्रसाद भट्टराई
१४	वन तथा भू-संरक्षण मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री कृष्ण प्रसाद आचार्य स. प्रवक्ता श्री यज्ञनाथ दाहाल
१५	युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री चूणामणि पौडेल स. प्रवक्ता श्री महेश्वर शर्मा
१६	सामान्य प्रशासन मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री कमल प्रसाद भट्टराई स. प्रवक्ता श्री
१७	संघीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री पूर्णचन्द्र भट्टराई स. प्रवक्ता श्री रामदत्त पाण्डे

९८५११२६४००, ४२११४४०	yamunananu@yahoo.com
४२११५४०	
४२११६३१	info@mos.gov.np
४२११६६५	
९८५१२२५७९८	
४२०००८३	
९८४१२९८४१३, ४२११८४३	ngrdrjha@yahoo.com
९८४१५१८८५२, ४२५१७२७	
९८५१०९९८९७, ४२००२५१	
९८५११३१८३१, ४२११९३६	dahal1965@yahoo.com
९८४१२०८३१७, ४२११८६४	
९८५११५५१०४	paudelcm@gmail.com
९८५११४०६७९, ४४१६७८८	
४२०००८१	
९८५११५५१२३, ४२००३१६	
९८४१५५४१२१, ४२००३०९	

१८	जनसंख्या तथा वातावरण मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री लक्ष्मी कुमारी बस्नेत
		स. प्रवक्ता श्री
१९	स्वास्थ्य मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री महेन्द्र श्रेष्ठ
		स. प्रवक्ता श्री
२०	संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री घनश्याम उपाध्यय
		स. प्रवक्ता श्री प्रमोद नेपाल
२१	उर्जा मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री संजय शर्मा
		स. प्रवक्ता श्री
२२	सिंचाई मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री माधव बेल्वासे
		स प्रवक्ता श्री
२३	विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री शिवप्रसाद अधिकारी
		स. प्रवक्ता श्री
२४	कानून, न्याय, तथा संसदीय मामिला मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री डिल्लीराज घिमिरे
		स. प्रवक्ता श्री
२५	शिक्षा मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री हरी लम्साल
		स. प्रवक्ता श्री सरस्वती पोखरेल
२६	शहरी विकास मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री
		स. प्रवक्ता श्री
२७	सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री
		स. प्रवक्ता श्री

९८४१५५२३१८, ४२११९९६	
९८४१४०४३७८, ४२५१७२७	
४२११६६९	
९८४१५८३७३८	pramodnepal@gmail.com
९८४१५५०७२३, ४२११५३६	
४२११५०८	
९८५११०३०१९	
४२११९९६	sadhikary@moste.gov.np
९८५११४५३४३, ४२११७४१	
४२११७०२	
९८५११५९०२, ४२००३५८	
९७४१०४१७९२, ४२००३८३	
४२११९६९	
४२११८७८	
४२०००५८	
४२११६५७	

२८	खानेपानी तथा सरसफाई मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री शंकर प्रसाद सुवेदी
२९	वाणिज्य मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री रविशंकर सैजु
३०	पशुपंक्षी विकास मन्त्रालय	प्रवक्ता श्री श्याम प्रसाद पौडेल
३१	महालेखा नियन्त्रकको कार्यालय	श्री केवल प्रसाद भण्डारी
३२	राष्ट्रिय योजना आयोगको सचिवालय	प्रवक्ता श्री पुरुषोत्तम धिमिरे
		स. प्रवक्ता श्री सागर आचार्य
३३	सार्वजनिक खरिद अनुगमन कार्यालय	प्रवक्ता श्री चतुरमान श्रेष्ठ
		स. प्रवक्ता श्री केशव प्रसाद आचार्य
३४	नेपाल ट्रष्टको कार्यालय	प्रवक्ता श्री प्रज्वल शर्मा अर्याल
		स. प्रवक्ता श्री
३५	राष्ट्रिय सतर्कता केन्द्र	प्रवक्ता श्री विष्णुगाम
		स. प्रवक्ता श्री ईद्र प्रसाद पौडेल
३६	राष्ट्रिय सूचना आयोग	श्री वेदनिधि अधिकारी
३७	नेपाल कानून आयोग	
३८	जल तथा शक्ति आयोग	प्रवक्ता श्री डा. भमक प्रसाद शर्मा
		स. प्रवक्ता श्री पुरुषोत्तम शर्मा

९८४१३४५५४२	
९८४१३६५९१८	
४७७०७०	
९८४१२७८६००, ४२११११४	pghimire@npcnepal.gov.np
९८४१२५६५२५, ४२१११३३	sacharya@npcnepal.gov.np
९८५१०८८३२, ४०३०५१५	
९८४१५५०२५१, ४०३०५१८	
९८४१२९६६२२, ४२२१४३३	
४२२३०५८	
४२००३४६	
९८४१५४२१८१	bednidhi@gmail.com
४२१११९२, ४२१११९१	
९८४१८९५३२१	sdhungel@weecs.gov.np
९८५१०७७५४४	

२०७२ चैत्र मसान्तसम्म
दर्ता भएका पत्रपत्रिकाहरु
बाग्मती अञ्चल

पत्रिकाको नाम, सम्पादक र ठेगाना

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	अन्नपूर्ण पोष्ट	युवराज धिमिरे	तिनकुने, काठमाडौं
२	अनलाईन	शशी कोईराला	कमलपोखरी, काठमाडौं
३	अनलाईन पत्रिका	सुविनकुमार श्रेष्ठ	अनामनगर, काठमाडौं
४	आर्थिक अभियान	मदन लम्साल	थापाथली, काठमाडौं
५	आजको खानतलास	दामोदरलाल श्रेष्ठ	ललितपुर
६	आर्थिक दैनिक	प्रल्हाद रिजाल	कुपण्डोल, ललितपुर
७	उपत्यका	जयप्रकाश गुप्ता	तीनकुने, काठमाडौं
८	क्राइम रिपोर्टर सन्ध्याकालीन	शिवविक्रम शाह	मैपि, काठमाडौं
९	कमाण्डर पोष्ट	युगनाथ शर्मा पौडेल	पुतलीसडक, काठमाडौं
१०	कान्तिपुर	सुधीर शर्मा	सुविधानगर, काठमाडौं
११	कारोबार	सञ्जय न्यौपाने	बुद्धनगर, काठमाडौं
१२	खोज तलास	राजु बस्नेत	कमलपोखरी, काठमाडौं
१३	खोजतलास अनलाईन	राजु श्रेष्ठ	पुतलीसडक, काठमाडौं
१४	गोरखापत्र	कमल प्रसाद रिजाल	धर्मपथ, काठमाडौं

फोन, फ्याक्स, वेबसाइट र ईमेल

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
४४८२३०५	४४८२१९९	www.annapurnapost.com	annapurna@annapost.com
४४१६५९९			khajtalashdainik@yahoo.com
५००९१४९	५५४१९१२	www.onlinepatrika.com	info@onlinepatrika.com
४२६७७१७	४२६८७२६	www.abhiyan.com.np	editorial@abhiyan.com.np
५५५८१९५		www.fasteslyber.com	khantals@mail.com
५५५४४३६	५५२३१८१	www.aarthikdanik.com.np	aarthik.dainik@gmail.com
९८५१०७३५३१			dishanirdeshweekly@gmail.com
४३६२४८५		crimreporter.o.f.com	sandha-kalin@yahoo.com
९८५१०९६४५०	४४२२८	comanderpost.com	cpostnepal@gmail.com
५३३५०००	५३१५००१	www.ekantipur.com	kanti@kantipur.com.np
४७८५०००	४७८५६६५	www.karobardaily.com	mail@karobardaily.com
४४१५१७१	४४४५३४२	www.khojtalasnews.com	khajtalashdainik@gmail.com
९८४१४६५७७२			khajtalashdainik@yahoo.com
४२२२९२१	४२२४३८१	www.gorkhapatraonline.com	gopa@mos.com.np

१५	गतिशील	बद्रीप्रसाद प्याकुरले	विदुर, नुवाकोट
१६	जनदिशा	दीपेन्द्र रोकाय	अनामनगर, काठमाडौं
१७	जन सवाल	रामजी बगाले	दरबारमार्ग, काठमाडौं
१८	जन समाज	विष्णुप्रसाद बास्तोला	बागबजार, काठमाडौं
१९	भिगु स्वनिग	अमिररत्न ताम्राकार	असन, काठमाडौं
२०	ताजा बहस	मानछिरिङ्ग तामाङ	मैतिदेवी, काठमाडौं
२१	तातो खबर	लक्ष्मण बजगाँई	महाराजगञ्ज, काठमाडौं
२२	द राइजिङ्ग नेपाल	युवनाथ लम्साल	धर्मपथ, काठमाडौं
२३	द हिमालयन टाइम्स	अजयभद्र खनाल	अनामनगर, काठमाडौं
२४	द इभिनिङ्ग न्यूज	प्रल्हाद रिजाल	इनवहाल, ललितपुर
२५	द काठमाडौ पोष्ट	अखिलेश उपाध्याय	सुविधानगर, काठमाडौं
२६	द न्यू पेपर	युग पाठक	सिनामंगल, काठमाडौं
२७	दिनहुँ	डिआर कौडिण्य	लगनखेल, ललितपुर
२८	धादिङ्ग आवाज	दामोदर अर्याल	धादिङ्गबेशी, धादिङ्ग
२९	नयाँ सडक	ज्ञानप्रसाद पौडेल	जमल, काठमाडौं

९८५१०१९८४९			gatishildaily@gmail.com
४७७१७७५	४७७१६६६	www.janadishanews.com	janadisa.daily@gmail.com
४२३१८६८	४२६५६९७	www.janasawalnews.com.np	janasabal_280@yahoo.com
४२२७४१४		www.janasamajdaily.com.np	post@janasamajdaily.com.np
४२५१४८९	४२५१४८९		swanigahdaily@gmail.com
९८४१४१३६६५१		tajabahasnews.com	tajabahash@gmail.com
४३७३४११	४३७२१९४	www.tatokhabar.com	info@tatokhabar.com
४२२२२७९	४२४४४२८	www.gorkhapatraonline.com	trn@gorkhapatra.org.np
४७७०३५८	४७७०७०१	www.thehimalayan-times.com	editorial@thehimalayan-times.com
४२५२७१३		www.eveningnews-daily.com	eveningnews2008@yahoo.com
४४८०१००	४४६६३२०	www.ekantipur.com	kpost@kantipur.com.np
४४८५९४४	४४८५५३६		tnp@nayapatrika.com
१६२१०३७५			dinahudaily@gmail.com
९८५११२८२२८			dhadingawajdaily@gmail.com
४२३९५५०			nayasadakdaily@gmail.com

३०	नयाँ पत्रिका	कृष्णज्वाला देवकोटा	कमलपोखरी, काठमाडौं
३१	नयाँ कोतपर्व	गणेशप्रसाद सिवाकोटी	अनामनगर, काठमाडौं
३२	नयाँ जनदिशा	दिपेन्द्र रोकाया	अनामनगर, काठमाडौं
३३	नेपाली (हिन्दी)	विजयकुमार दास	घट्टेकुलो, काठमाडौं
३४	नागरिक	गुणराज लुईटेल	बागदरवार, काठमाडौं
३५	नेपाल समाचारपत्र	पुष्करलाल श्रेष्ठ	काठमाडौं
३६	प्रक्षेपण	विकलप्रसाद श्रेष्ठ	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३७	बसन्तपुर	सुष्मा श्रेष्ठ	डल्लु-१५, काठमाडौं
३८	मजदूर	विष्णुगोपाल कुसी	भक्तपुर
३९	मध्यान्ह	मदनकुमार श्रेष्ठ	वागवजार, काठमाडौं
४०	मेट्रो पोष्ट	रामहरि सिलवाल	धोवीधारा, काठमाडौं
४१	मेट्रो अनलाईन	रामचन्द्र खड्का	डिल्लीबजार, काठमाडौं
४२	राजधानी	राजन शर्मा	कुपण्डोल, ललितपुर
४३	रा. नयाँ विचार	भेष बहादुर थापा	बागवजार, काठमाडौं
४४	रिपब्लिका	सुभास घिमिरे	बागदरवार, काठमाडौं
४५	रोजगार खबर	मानछिरिङ्ग तामाङ	मैतिदेवी, काठमाडौं
४६	लोकप्रिय समाचार	सन्तोषी बस्नेत	सिन्धुपाल्चोक

४४१३८९०	४४१३८३६	www.nayapatrika.com	letter@nayapatrika.com
९८४१५२६०१६			kotparwa@yahoo.com
४७७०३५३		www.janadishanews.com	janadisha.daily@gmail.com
४४३६५८४			nepalidaily@rediffmail.com
	४२५२२६२	www.nagariknews.com	prateek@gmail.com
४२६११७९	४२१८९९०	www.newsofnepal.com	nepalsamacharpatra@gmail.com
९८५१०९१८७६		www.prakshepan.com.np	nepnews@yahoo.com
९८४९७१२८४५			thapag.1980@gmail.com
६६१०९२१	६६१३२०७	www.majdooronline.com	majdoordaily@org.com
४२२६३६६	४२२६३६६	www.madhyanhadaily.com.np	madhyanhadaily59@yahoo.com
४४३३६४०	४४२२६२८		metropostdaily@yahoo.com
९८५१०९३८०८	४१६७५७३		metrorc@yahoo.com
५५४६३००	५०११५९४	www.rajdhani.com.np	rajdhaninews@gmail.com
४४९९६७२	४२६६६५५		
९८५११९४२७४	४२५५२५७	www.opedmyrepublica.com	subhash.ghimire@myrepublica.com
४४२९८५३		www.gulfnepal.com	rojgarkhabar@yahoo.com
९८५१०३९७४५			lokpriyasamachar@gmail.com

४७	शैलेश्वरी	पदमराज जोशी	वानेश्वर, काठमाडौं
४८	सन्ध्या टाइम्स	सुरेश मानन्धर	वाङ्गेमुढा, काठमाडौं
४९	सन्ध्या दृष्टि	ईश्वरलाल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमी, भक्तपुर
५०	समाचार सार	उद्धबहादुर अर्याल	बागबजार, काठमाडौं
५१	सन्ध्याकालीन	केशव देवकोटा	भोटाहिटी, काठमाडौं
५२	साँझको सिटी टाइम्स	सुजीव वज्राचार्य	असन, काठमाडौं
५३	साँझको चक्रपथ टाइम्स	युवनाथ शर्मा	काठमाडौं
५४	सिटी पोष्ट	नेत्रप्रसाद न्यौपाने	डिल्लीबजार, काठमाडौं
५५	सौर्य	बोधराज त्रिपाठी	वागबजार, काठमाडौं
५६	हिमालय टाइम्स	गोविन्द लुईटेल	मध्य वानेश्वर, काठमाडौं
५७	त्रिशुली समाचार	राजुमित्र खनाल	नुवाकोट

साप्ताहिक

१	अग्रगति	प्रेमसागर पौडेल	बागबजार, काठमाडौं
२	अग्रगामी छलाङ्ग	शंकर प्र. भण्डारी	बागबजार, काठमाडौं
३	अन द स्पोर्ट	बासुदेव श्रेष्ठ	काठमाडौं
४	अर्को आँखा	विष्णु प्रसाद सापकोटा	काठमाडौं
५	अप्सरा	सुजिव वज्राचार्य	भोटाहिटी, काठमाडौं

२०५३०९६			
४२६५६२२	४२६५६२२		sandhyatimesnews@gmail.com
६६३८१००			sandhyadrishti@yahoo.com
४२४२५८६	४४१७६२४		samacharsardaily@yahoo.com
४२३२८९०			sandhyakalin@yahoo.com
४२२९५४७	४२२९५४७		njm@mail.org
४४१६९६१		www.citypostdaily.com.np	citypostdaily2001@yahoo.com
४२५६८६६	४२३१५६६		info@souryadaily.com
४४७८१७७	४४८०५५४	www.ehimalayafimes.com	desk@himalayafimes.com.np
९७५१०६०००१	५६१००१	trishuline.com.np	trishulisamachar@gmail.com

१६२०२००४	४४४०९९३		agweekly@gmail.com
४३७१४३३			acsaptahik@gmail.com
४४२७२४१			
४२२९५४७			

६	अमलेख	नुतनधर शर्मा	गावहाल, ललितपुर
७	अभियान	देवेन्द्र चुडाल	बुद्धनगर, काठमाडौं
८	अग्रगामी	सरोज अधिकारी	चावहिल, काठमाडौं
९	अन्तर जिल्ला	गोविन्द बास्कोटा	बसन्तपुर, काठमाडौं
१०	अर्थ विचार	कविता भट्ट	बागबजार, काठमाडौं
११	अरनिको टाइम्स	मानकाजी सुवाल	बनेपा १०, सिनेमारोड, काभ्रे
१२	असल	प्रेम बहादुर कार्की	अनामनगर, काठमाडौं
१३	अगुवा	सरोज अधिकारी	काठमाडौं
१४	अरनिको	माधवप्रसाद दाहाल	डल्लु १५, काठमाडौं
१५	अपटुडेट	देवराज अर्याल	बागबजार, काठमाडौं
१६	अस्तित्व	रामकृष्ण कर्माचार्य	पुलचोक, ललितपुर
१७	अन्तर्राष्ट्रिय समाचार	नेत्रविक्रम थापा	ब्रम्हटोल, काठमाडौं
१८	अर्थ संवाद	सन्तोष बराल	कुपण्डोल, ललितपुर
१९	अन्तस्करण	रमेश न्यौपाने	सितापाइला, काठमाडौं
२०	असन बजार	युगनाथ शर्मा पौडेल	गोंगवु, काठमाडौं
२१	अन्तरङ्ग	नवराज पहाडी	काठमाडौं

५५२४५६२			amalekhweekly@yahoo.com
९८४१२५४८८५ ४७८०२९५	४२१८९१८	www.abhiyanweekly.com	abhiyan.weekly@yahoo.com
४४८९९९४			aagragamiweekly@yahoo.com
९८५१०२४८१९	४२४४९२९	www.antarjilla.com	antarjilla@gmail.com
१६९११२६६			roshan_bazar@yahoo.com
९८४१३५७७८५			aranikotimes@gmail.com
९८५१०६६०१०			ashalmonthly@gmail.com
४१५३६४१			
२००४६७८			
५५३४३४९			news.asittwo@gmail.com
४२५४०४९			
६२११७९३४, ९८४१०९३७५५			aarthasambadh@gmail.com
९८५११२१७३१		antakaran2011@gmail.com	
४३५७२५१	४३५९०८५		asanbazar@gmail.com
४२७६३८७			antarang_newspaper@yahoo.com

२२	अवधारणा	गोविन्द अधिकारी	काठमाडौं
२३	अर्पण	मन्जुरल शाक्य	भिमसेनस्थान, काठमाडौं
२४	अस्त्र	राजेश खरेल	म्हेपी, काठमाडौं
२५	अभियान टाइम्स	लीलाधर भण्डारी	बबरमहल, काठमाडौं
२६	आदर्श	कृष्णमुरारी अधिकारी	ओमवहाल, ललितपुर
२७	आभूषण बजार	विजय तिवारी	सामाखुसी चोक, काठमाडौं
२८	आजको शिक्षा	सुदर्शन सिग्देल	चावहिल, काठमाडौं
२९	आवेग	हरिकेशर चापागाईं	बनेपा, काभ्रे
३०	आगो	विकलप्रसाद श्रेष्ठ	भक्तपुर
३१	आम सञ्चार	दुर्गाप्रसाद तिमिल्सिना	बनस्थली, काठमाडौं
३२	आजको संचार	ध्यानरत्न बज्राचार्य	काठमाडौं
३३	आइसिटी न्यूज	कोपिला गिरी	विशालनगर, काठमाडौं
३४	आजको विद्यार्थी आवाज	दीपेश चौलागाईं	बानेश्वर, काठमाडौं
३५	आजको खबरदार	लेखनाथ दाहाल	गंगोबु, काठमाडौं
३६	आलोचना	गंगा बराल	अनामनगर, काठमाडौं
३७	आजको शिक्षा	सुदर्शन सिग्देल	चावहिल, काठमाडौं

९८४९७५८७५४			awadharanaweekly@gmail.com
४२२०५३१	४२४४४५०	www.nepalnews.com. np/arpan.php	manju_sakya@hotmail.com
४३५९३३७			
४२६९९४१	४२४५००९		abhiyantimes@gmail.com
४२५६९५२			
			abhusanbazar@gmail.com
४८२३०६१			ajakoshiksha@gmail.com
९८४१३४६३१८			rkbanjara@yahoo.com
६६१०६५४			
९८४१३७९२१७			aamsancharweekly@gmail.com
४२६१०२१			
४२३३७३८		www.ictnews.com.np	ictweeklynews@gmail.com
४७८२७६१			
१६२२३४३२			news_ssk@yahoo.com
९८५१०४१८०२			jhapaliganga@gmail.com
४८२३०६१			ajakosiksha@gmail.com

३८	आर्थिक संस्कार	राजेश महर्जन	महाराजगञ्ज, काठमाडौं
३९	इकोनोमिक पोष्ट	कृष्ण वहादुर विष्ट	नयाँवानेश्वर, काठमाडौं
४०	इन्द्रेणी	निरज रजित	बागबजार, काठमाडौं
४१	इन्भेष्टिगेशन	उद्धववहादुर अर्याल	बागवजार, काठमाडौं
४२	इमेज	शर्मिला उप्रेती	नुवाकोट
४३	इकोनोमिक इमेज	टेक वहादुर कार्की	बुद्धनगर, काठमाडौं
४४	इ मधेश	मनोज कुमार यादव	नयाँ वानेश्वर, काठमाडौं
४५	उज्वल भविष्य	सुदर्शन बस्नेत	गंगबु, काठमाडौं
४६	उज्यालो दर्पण	डिल्लीराज आचार्य	डिल्लीबजार, काठमाडौं
४७	उदय आर्थिक	आर. पि. भट्टराई	काठमाडौं
४८	उपभोक्ता पोष्ट	सम्भूप्रसाद कडरिया	बालाजु, काठमाडौं
४९	उपत्यका संगालो	शंकरप्रसाद ढुंगाना	सितापाइला, काठमाडौं
५०	उज्वल वाणी	राजु बालक श्रेष्ठ	चलबु, काठमाडौं
५१	एकता पोष्ट	नमराज सापकोटा	मनमैजु-१, काठमाडौं
५२	एलर्ट	शर्मिला घिमिरे	गोठार, काठमाडौं

९८५१०३८२८२	४७२११०६		march@ntc.net.np
४४६९७२५	४४६९७२५		economicpost@gmail.com
९८४१८६०७७७ ४४३७३३७	४४१२७३४	www.indreniweekly. com.np	indreniweekly@gmail.com
९८४१८९०८३८		www.investigation. com.np	investigationweekly@yahoo. com
५६१६७८		radiotrshuli.com.np	imageweekly@gmail.com
४००६६५७		www.economicim- age.com	info@economicimage.com
९८४१२२४०९९		www.emadesh.com.np	emadeshweekly@gmail.com
९८४९४७५८०६, ९८४९५८४८३२			ujjwalbhabisya@yahoo.com
९८४७८८४५३१			
४२७३१५१	४२७३१५१		udayanewspaper@yahoo. com
३६२६४८			upabhokta@post.com
२३१२४९०		www.jgacnepal. com.np	anti_corruption@jgacnepal. com.np
४२७५६१६			
९८४१९२१६४८			kpsharma_lamsal@yahoo. com
९८४९४०३८४१			newsalert.np@live.com

५३	एशियाली आवाज	निर्मलकुमार अर्ज्याल	विशालनगर, काठमाडौं
५४	एन्टी करप्सन	श्याम मदन के.सी.	अनामनगर, काठमाडौं
५५	एभरेष्ट पर्यटन पोष्ट	आर. पी. पनेरु	कौशलटार, भक्तपुर
५६	एशियन टाइम्स	हरि बहादुर सिंह	पुतलीसडक, काठमाडौं
५७	ओखरेनी	सिताराम घिमिरे	सिन्धुपाल्चोक
५८	क्रान्तिकारी आवाज	श्रीकृष्ण सुलु	जगाते, भक्तपुर
५९	क्यानभास	धर्मेन्द्र महर्जन	काठमाडौं
६०	कपन बानेश्वर	निबन्ध आचार्य	कपन, काठमाडौं
६१	ककनी पोष्ट	माधवप्रसाद तिवारी	बालाजु, काठमाडौं
६२	कर्मभूमी	रोशन श्रेष्ठ	काभ्रे, वनेपा
६३	कटाक्ष	कमला पोखरेल	कोटेश्वर, काठमाडौं
६४	कम्पिडिशन	शुशिला ढकाल	बागबजार, काठमाडौं
६५	कृषि	बैकुण्ठ भण्डारी	अनामनगर, काठमाडौं
६६	काभ्रे टाइम्स	राजन लुइटेल्	बनेपा, काभ्रे
६७	काभ्रे पोष्ट	विष्णुप्रसाद चौलागाईं	बनेपा, काभ्रे
६८	काभ्रे मञ्च	सविना उप्रेती	बनेपा, काभ्रे
६९	काठमाडौं टुडे	टीकाराम राई	काठमाडौं

४४३८६४२			
४२४७७१९			
९८४९५३५८५३			everesttourismpost@yahoo.com
२३३३०८५			asianchin@gmail.com
९८४१३४०९७७		onlinesindhu.com	okharenews@gmail.com
६६१६५७५		www.krantikariaawaj.com.np	krantikariaawaj@yahoo.com
४३३१५५१		www.canvas.hostei.com	canvas_nepali@yahoo.com
९८४१४२४३८२			kapanbaneswor80@gmail.com
४३८२८७१			kakanipost@gmail.com
६६२१५८			
४४६१७७२			
९८४९९४१५३५			
९८५१०५९४५५			sajnepal@gmail.com
६६३०४९	६६४२६६	www.kavretimes.com.np	kavretimes@yahoo.com
९८५१०४११७३	६६०३६०		kavrepost@yahoo.com
			kavremancha@gmail.com
४२४४९८६	४२४४२१	www.kathmandu-weekly.com	ktmtoday@yahoo.com

७०	कान्तिपुर डायरी	धर्मराज दाहाल	सामाखुसी चोक, काठमाडौं
७१	कान्तिपुर नगरी	गणेश मानन्धर	ब्रम्हटोल, काठमाडौं
७२	काभ्रे प्रवाह	शरण प्र. हुमागाई	पुतलीसडक, काठमाडौं
७३	काभ्रे कोसेली	जयराम सिग्देल	बनेपा, काभ्रे
७४	काठमाडौं पत्र	केशव पाठक	अनामनगर, काठमाडौं
७५	काउछो	दुर्गाप्रसाद ढकाल	कपन, काठमाडौं
७६	काभ्रे हटलाइन	रमिता उपाध्याय	बनेपा, काभ्रे
७७	काभ्रे	मनोजकुमार न्यौपाने	बनेपा-६, काभ्रे
७८	कीर्तिपुर दर्पण	देवराज महर्जन	पांगा, काठमाडौं
७९	कीर्तिमान पथ	मोतीराम तकाछे	काभ्रेपलाञ्चोक
८०	कीर्तिपुर सन्देश	श्रीकृष्ण महर्जन	किर्तीपुर-३, काठमाडौं
८१	कुटुम्ब	लक्ष्मीप्रसाद प्रसाई	डिल्लीबजार, घट्टेकुलो, काठमाडौं
८२	ख्वप सञ्चार	गंगाराम गडतौला	भक्तपुर
८३	खबरपत्र	शम्भु कुमार कार्की	काठमाडौं
८४	खबर चौतारी	सुरेशप्रसाद हुमागाई	बनेपा, काभ्रे
८५	खबरदूत	ईश्वरध्वज कार्की	स्यूचाटार, काठमाडौं
८६	खण्डन	रामकृष्ण तिमिलसिना	वनेपा, काभ्रे

२०४३५१५	१४३६१३३६		diary_kantipur@yahoo.com
४२६६७७७			
९८४१८४१९४२	४२५५०९९		dsp_sharan2008@yahoo.com
९८४११००८६६			kavrekosheli61@gmail.com
४४२५८१६			kesharpost@gmail.com
			kauchhoweekly@yahoo.com
९८४९२६९८११			weekly.kavrehotline@gmail.com
			kavrenwes@gmail.com
९८४९०२१२७४			kirtipurdarpan@yahoo.com
४७७१०२६			
०१६ ६१८६७४			khwopasanchar@gmail.com
९८४१३९०४२२			
६६०६८७		www.kavretimes.com	kchautari@yahoo.com
४२८६१७६			
९८४१७१९४५५			papi_lifetime@yahoo.com

८७	खानतलास	दामोदरलाल श्रेष्ठ	लुभु, ललितपुर
८८	खास खबर	कमलराज राई	बुद्धनगर, काठमाडौं
८९	गठबन्धन	खिराकुमारी गौतम	धोबिधारा, काठमाडौं
९०	गन्तव्य नेपाल	शिव थपलिया	कमलादी, काठमाडौं
९१	ग्लोबल बिजनेस टाइम्स	कृष्ण समर्थाधिकारी कास्यप	पुतलीसडक, काठमाडौं
९२	ग्लोवल सहकार्य	लेखनाथ ढकाल	मध्यबानेश्वर, काठमाडौं
९३	ग्लोवल भ्यू	लेखनाथ घिमिरे	कोटेश्वर, काठमाडौं
९४	गतिविधि	पदमसिंह कार्की	मिनभवन, काठमाडौं
९५	गोरखा एक्सप्रेस	राजन कार्की	कलंकी, काठमाडौं
९६	गोलमेच	एकराज दाहाल	घट्टेकुलो, काठमाडौं
९७	गोदावरी पोष्ट	हरिशरण नेपाल	ललितपुर
९८	गोलमेच आवाज	रामहरि चौलागाई	पुतलीसडक, काठमाडौं
९९	ग्रेटर नेपाल	सुरेन्द्र प्र. ढकाल	बानेश्वर, काठमाडौं
१००	गोर्खा पोष्ट	कृष्णबहादुर टण्डन	काठमाडौं
१०१	घटना र विचार	वविता बस्नेत	ववरमहल, काठमाडौं
१०२	घटनाचक्र	हरिहर प्रसाद श्रेष्ठ	बागबजार, काठमाडौं
१०३	चर्चा	नेपालभुषण न्यौपाने	भिमसेनस्थान, काठमाडौं

९८४१२१५७८९		www.khantalas.com.np	khantalasonline@yahoo.com
४७८४२९	४७८०३२		khaskhabar@yahoo.com
९८४१९८०१६६			gathabandhanweekly@gmail.com
४२५८५८१			gantabyanepal056263@yahoo.com
६६३०५७८	४४२१३६४		khasiap@yahoo.com
४४८४६३८			gcoopnews@gmail.com
४९९३३४४		newsqvl.com	
४६२११८६			gatibidhi@gmail.com
९८५१०२७०८९	४२७०६९२	www.gorkhaexpress.com.np	rajan2012karki@yahoo.com
९८१८२०६८३७			golmech2062@gmail.com
५५६०७११			godawari_post@yahoo.com
४४२२३९८			golmechaawaj@yahoo.com
४८२०३६१	४४९४३२३		greaternepal2012@gmail.com
४२२२१७२	४२२२१७२	www.ghatanarabichar.com	ghatana@gmail.com
४२२६३६६			news_ghatana@yahoo.com
४३५८३००	४३८२५६४		star@mcmail.com.np

१०४	चञ्चल	सरोज अधिकारी	ह्युमत १२, काठमाडौं
१०५	चहलपहल	मिलन कुमारी श्रेष्ठ	नेपालटार, काठमाडौं
१०६	चित्रण	कालिदास बहादुर राउत क्षेत्री	क्षेत्रपाटी, काठमाडौं
१०७	चेष्टा	अशोक व्याञ्जु	बनेपा, काभ्रे
१०८	छलफल	गोपाल थपलिया	अनामनगर, काठमाडौं
१०९	छहरा	गोपाल छाडछा राई	डिल्लीबजार, काठमाडौं
११०	छलाङ्ग	कृष्ण बहादुर गिरी	विशालनगर, काठमाडौं
१११	छापामार (काठमाडौ)	ज्ञान प्रसाद पौडेल	काठमाडौं
११२	जन भावना	निरोधराज पाण्डे	डिल्लीबजार, काठमाडौं
११३	जनभेट	मोहनप्रसाद मैनाली	कलंकी, काठमाडौं
११४	जन धारणा	निमकान्त पाण्डे	वल्लु, काठमाडौं
११५	जन आस्था	किशोर श्रेष्ठ	डिल्लीबजार, काठमाडौं
११६	जनादेश	मनत्रघषि धिताल	कमलपोखरी, काठमाडौं
११७	जन एकता	दामोदर तिमल्सिना	ढुङ्गाअड्डा, काठमाडौं
११८	जन सूचना	बसुन्धरा रंजित	मुलपानी, काठमाडौं
११९	जन प्रहार	बिष्णु घिमिरे	बागबजार, काठमाडौं
१२०	जन्मभूमि	शिरिष बल्लभ प्रधान	ताहाचल, काठमाडौं

४२२३३६०			
९८४१६९६०७९			thikoprahar@yahoo.com
९८४१०३५९५५ ४४३५८०४			computgraphics@gmail.com
६६२४९४		www.cheshtaweekly.com.np	cheshtaweekly@yahoo.com
४२११९७४	४२१५५३९	www.weeklynepal.com/chhalphal	chalphal_66@yahoo.com
९८४१२९७१२१		www.chhahara.com.np	chhaharaweekly_01@yahoo.com
४४३८५९४			
९८४१३७४९६८			chhapamarweekly@gmail.com
४४३०१८५	४४३१३३८	www.janabhawana.com.np	janabhawana@hotmail.com
९८४१४३५०३३			janabhethnews@gmail.com
४३३६२७२	४३३६२७४	www.nepalnews.com/janadharana	dharananews@gmail.com
४४४२५५२	४४३५७५४	janaasthanews.com	jana.astha@gmail.com
		janadeshonline.com	janadesh1@yahoo.com
४३१२००८	४२३२६६८		janekata@gmail.com
४१५३७३९			
	४२४१०७२	www.janapraharface-book.com	nabjanaprahar@gmail.com
४२७१४८५	४२७४७९५	janmabhoomionline.blogspot.com	janmabhoomiweekly@yahoo.com

१२१	जन प्रतिरोध	प्रेम लामा	बनेपा, काभ्रे
१२२	जन संचार	प्रभुनारायण बस्नेत	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१२३	जन सञ्जाल	कला तिमिल्सिना	धादिङ
१२४	जन साधारण	गीता सिलवाल	त्रिपुरेश्वर, काठमाडौं
१२५	जन प्रभाव	कौशलकुमार सिंह	बागबजार, काठमाडौं
१२६	जन दबाब	रामजी बगाले	दरवारमार्ग, काठमाडौं
१२७	जन सागर	भरतराज पोखरेल	पुतलीसडक, काठमाडौं
१२८	जनप्रवाह	छविलाल दाहाल	कोटेश्वर, काठमाडौं
१२९	जन आह्वान	ओम शर्मा	पुल्चोक, ललितपुर
१३०	जनआशा	रिता गौतम	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
१३१	जनमञ्च	प्रहलाद रिजाल	कुपोण्डाल, ललितपुर
१३२	जन सवाल	रामजी बगाले	
१३३	जन आवाज	रिता गौतम	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
१३४	जनसत्ता	रामचन्द्र न्यौपाने	भोटाहिटी, काठमाडौं
१३५	जन पोष्ट	मनिका लामा	लगनखेल, ललितपुर
१३६	जन समर्थन	डा.सितलकाजी श्रेष्ठ	मैथेपी, काठमाडौं

४६०६५०			ipratirodh@yahoo.com
४४२५७४३			janasancharweekly@yahoo.com
९८५१०७२११६			janasanjalweekly@gmail.com
९८४१४६५९१४			janasadharanweekly@gmail.com
९७४११४९८७५	४४८४९३४		janprabhaw@gmail.com
४२३१८६८	४२३१८६८	janasawalnews.com.np	janadabab@gmail.com
९८५१००२९४७ ४३३०९६४			
९८५११२६१३५			jana.prawah@gmail.com
५५४७७५०		ratopati.com	jana.ahwan.patrika@gmail.com
९८५१०५२२३५			
५५५१२७४	५५२०३३७		janamancha@gmail.com
४२३१८६८	४४२७२६८	www.janasawalnews.com.np	janasawal_280@yahoo.com
९८५१०५२२३५			
४३८८८६७	४२४९७५९	www.janasamachar.com	janasatta@wlink.com.np
९८४१५७८५९४			janapost55@yahoo.com
४३५९३३७			jana_samarthannational@yahoo.com

१३७	जनशपथ	विमल कुमार थापा	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१३८	जनताको आवाज	उद्धवप्रसाद गौतम	कमलाछी, काठमाडौं
१३९	जन मुक्तिमार्ग	सुदर्शन खतिवडा	धादिङ
१४०	जन प्रदर्शक	रामराज पोखरेल	चल्बु, काठमाडौं
१४१	जन इच्छा	के.पि.गौतम	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१४२	जनसरोकार न्यूज	बलराम बुढाथोकी	शान्तिनगर, काठमाडौं
१४३	जन प्रकाश	कपिल पोखरेल	रातोपूल, काठमाडौं
१४४	जन उद्धार	सुदीप पोखरेल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१४५	जन पुकार	बद्रीनरसिं के.सी.	सितापाइला, काठमाडौं
१४६	जनजिब्रो	केदारनाथ गौतम	जोरपाटी, काठमाडौं
१४७	जनसर्वोच्चता	वासुदेव फुंयाल	पुतलीसडक, काठमाडौं
१४८	जनजाति	सुजिव बज्राचार्य	असन, काठमाडौं
१४९	जनमत	मोहन दुवाल	बनेपा, काभ्रे
१५०	जन समाज	विष्णु वास्तोला	बागबजार, काठमाडौं
१५१	जजलपा	छविलाल दाहाल	चावहिल, काठमाडौं
१५२	जानकारी	शंकर कार्की	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१५३	जागृतिपथ	सरस्वती खड्का	कोटेश्वर, काठमाडौं
१५४	जागरण सञ्चार	रत्न बहादुर मगर	कोटेश्वर, काठमाडौं
१५५	फटारो	विश्वम्भरकुमार शर्मा	स्युचाटार, काठमाडौं

९८५१०५९४५५			jana_sapath@yahoo.com
४२३१३५५			
५२०९९७		www.muktimarga.wordpress.com	muktimarga@gmail.com
४२७५६१६			jana_sapath@yahoo.com
९८४१७८५३३७			janaichha@yahoo.com
			kudak777@yahoo.com
४४६९०३३	४४६९०३५	www.janaprakash.com	weeklyjanaprakash@gmail.com
९८५१०२००९३			januddhar@yahoo.com
४३८४६१४	४२७५८०४	www.janapukar.com	janpukarweekly1@gmail.com
४९११०२१		www.janajibro.com	janajibro@gmail.com
९८४१८१२०७४			janasarwochat@gmail.com
४२२९५४७			njm@mail.org
६६१५७३			janamat@ntc.net.np
४२४३७०१		www.janasamajdaily.com.np	post@janasamajdaily.com.np
९७४११२७०९७			jana.prawah@gmail.com
४४९७४३०			jan kariweekly@gmail.com
९८४९३२६२६६			
९८४९४४८४६६			jagaransanchar@yahoo.com

१५६	टुङगुन	राजनप्रसाद शर्मा	लगनखेल, ललितपुर
१५७	टुरिजम टाइम्स	सन्तोष पोखरेल	ठमेल, काठमाडौं
१५८	टाइम्स अफ काठमाडौं	लोकमणि पौडेल	थापाथली, काठमाडौं
१५९	ठमेल बजार	शिवविक्रम शाह	ठमेल, काठमाडौं
१६०	ठोक्सिला दर्पण	टंकबहादुर कार्की	बाजबजार, काठमाडौं
१६१	डायनामिक सोसाईटी	रामेश्वर भण्डारी	गंगोबु-३, काठमाडौं
१६२	डायरी एक्सप्रेस	नारायण प्र. शर्मा	बागबजार, काठमाडौं
१६३	डिप्लोम्याट	निरज रंजित	ब्रम्हटोल, काठमाडौं
१६४	डेमोक्रेसी	रामहरी सिलवाल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१६५	डेस्टिनेशन	केदार आचार्य	कुलेश्वर, काठमाडौं
१६६	डेमोक्रेसी खबर	गणेश खड्का	बागबजार, काठमाडौं
१६७	तरुण	परशु घिमिरे	अनामनगर, काठमाडौं
१६८	तथास्तु	कुमार के.सी.	बागबजार, काठमाडौं
१६९	ताजा खबर	फणिन्द्र दाहाल	बागबजार, काठमाडौं
१७०	ताजा जनआवाज	भूमिप्रसाद मैनाली	माइतीघर, काठमाडौं
१७१	तामाकोशी सन्देश	रामप्रसाद रिमाल	बागबजार, काठमाडौं
१७२	तिलहरी	सुशिला अर्याल	सामाखुसी, काठमाडौं
१७३	तिखो प्रहार	ओमप्रकाश नोचाङ	बानेश्वर, काठमाडौं

९८५१०६९७०४			
४७००९३४			tourstimes@gmail.com
९८४१२९२५८८			timesofktm@yahoo.com
९८४१२२५१३०, ४३६२४८५			
९८४१३९६५७८			thokshiladarpan@gmail.com
			dynamicsociety@yahoo.com
४२१८४४६			
४२७५६१६			
२००२८९४	४४१६८२८	www.democracyweek- ly.com.np	democracysr@yahoo.com
४६७३६७३		www.destinationnepal. com.np	destinationnepal@gmail.com
९८४९६५२९९२			demokhabar@gmail.com
४२४५३४१		tarunkhabar.com	tarunweekly@gmail.com
४०२६०१९			tathastuweekly@gmail.com
४२२८६२५			tajakhabarweekly@gmail.com
९८५१०८९३२१			
४१६७५५७			tamakoshiweekly@yahoo.com
९८५१०७२३३८, ०१ ४३६३४८४			tilaharipatrika@gmail.com
४४६१३३६			

१७४	तेजतारा विक्ली क्रोनिकल	लोकदीप थापा	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१७५	तुषारो	रिता डंगोल	भिमसेन थान, काठमाडौं
१७६	दृष्टि	शम्भु श्रेष्ठ	वागवजार, काठमाडौं
१७७	द थिमी टाइम्स	हरि बहादुर श्रेष्ठ	मध्यपुर, थिमी, भक्तपुर
१७८	द विक्ली पोष्ट	विवस वस्ती	अनामनगर, काठमाडौं
१७९	द सन	मिलन प्रसाद घिमिरे	बागवजार, काठमाडौं
१८०	द गोर्खाज	अमरजङ्ग लिम्बु	अनामनगर, काठमाडौं
१८१	द विक्ली मिरर	प्रेमकुमारी पन्त	रामशाहपथ, काठमाडौं
१८२	द नेपाल विक्ली	शिरिष बहादुर प्रधान	ताहाचल, काठमाडौं
१८३	द रिपोर्टर	युवराज घिमिरे	कमलादी, काठमाडौं
१८४	द न्यू पेपर	कृष्ण ज्वाला देवकोटा	सिनामगल, काठमाडौं
१८५	द कर्पोरेट	मदन लम्साल	थापाथली, काठमाडौं
१८६	द टेलिग्राफ	नरेन्द्रप्रसाद उपाध्याय	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१८७	द युनिभर्सल टाइम्स	डा.चुडावहादुर श्रेष्ठ	ज्ञानेश्वर, काठमाडौं

४३५२२१७	४४३८७९७		lokdeepthapa@hotmail.com
४२६१०२१			
४२४४६४५	४२२१००४		dristiweekly@yahoo.com
६६२५६६८			thimi_times@yahoo.com
			theweeklypost@gmail.com
			upatyaka_sangalo@lve.com
४२१६२१०			thegorkhas1@gmail.com
४०११०७४		www.weeklymirror.com.np	weeklymirror@gmail.com
९८५१०५९१३६		nepalweekly.com.np	nepalweekly@gmail.com
४१६९१०५, ४१६९१०९			info@thereporter.com.np
४४८५९४४	४४८५५३६		tnp@nayapatrika.com
४२६७७१७	४२६८७२६	thecorporate@abhiyan.com	thecorporate@abhiyan.com.np
४७७०३७०		www.telegraphnepal.com	editor@telegraphnepal.com
४४४४६८३	४४४४८१८	www.theuniversal-times.com	unitimesnp@gmail.com

१८८	दवाव	अमर भुजु	विजुलीबजार, काठमाडौं
१८९	दामन पोष्ट	शान्तराम विंडारी	बागबजार, काठमाडौं
१९०	दायित्व बोध	हिरामणी दुखी	काठमाडौं
१९१	दिशानिर्देश टुडे	जयप्रकाश गुप्ता	तीनकुने, काठमाडौं
१९२	दिव्य चक्षु	पदमभक्त खरेल	लाजिम्पाट, काठमाडौं
१९३	दिव्य दर्शन	रामचन्द्र तिवारी	वागवजार, काठमाडौं
१९४	दिनपत्र	अनिल न्यौपाने	दधिकोट, भक्तपुर
१९५	दिगो दृष्टि	सावित्री नेपाली	ललितपुर
१९६	दुनियाको खबर	घनश्याम आचार्य	घट्टेकुलो, काठमाडौं
१९७	देशान्तर	कविर राणा	अनामनगर, काठमाडौं
१९८	देश विकास	रामकृष्ण पौडेल	बागबजार, काठमाडौं
१९९	देशप्रेम	केशव देवकोटा	भक्तपुर
२००	देवदुत	दिपक प्र.चौलागाईं	वागवजार, काठमाडौं
२०१	देउराली	विजयराज भण्डारी	डल्लु, काठमाडौं
२०२	देश	दिवश गुरागाँईं	गट्टाघर, भक्तपुर
२०३	देश दर्पण	रामचन्द्र सिलवाल	मैतिदेवी, काठमाडौं
२०४	देश दर्शन	रामचन्द्र सिलवाल	मैतिदेवी, काठमाडौं

९८५१००९१६५	४७८३९८८		dababweekly@gmail.com
९८५११४५१८६			damanpostweekly@gmail.com
			daibobodh2004@gmail.com
९८५१०७३५३१	२०५२४२४	www.nepalnews.com / dishanirdesh	dishanirdesweekly@gmail.com
९८४१४०७१११		www.journalistnepal.com.np/dibyachakshu	chakshuweekly@hotmail.com
४२४२९९५	४२२७७४६	www.dibyadarshan.com.np	dibyadarshan123@gmail.com
६६३२८४०			anilasnep@gmail.com
९८४९३४५५६२	५५३००५७		digosanchar@gmail.com
४४४३७९७		www.dkweekly.blogspot.com	dkweekly@yahoo.com
४१०२५७३	४१०२५७३	deshantar.com	deshantarweekly@yahoo.com
४२१५८६४	२०२३८९२	www.bikasnews.com.np	info@bikasnews.com.np
९८१३८५७४४		www.weeklynepal.com	krdevkota@gmail.com
४२३१३५५			
४२७५६१६			rkantoshi@hotmail.com
६६३२५००	६३६९५६५	www.deshsamachar.com	deshnationalweekly@gmail.com
९८४१४६०५८१			deshdarpanweekly@gmail.com
९८४१६०५८१			deshdarpanweekly@gmail.com

२०५	देश रक्षा	गीता नहर्की	थानकोट, काठमाडौं
२०६	देशेमरु भ्या	प्रदीपमान श्रेष्ठ	मरु, काठमाडौं
२०७	ध्वनी	विदुर खड्का	अनामनगर, काठमाडौं
२०८	धरहरा टाइम्स	रमेश खड्का	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२०९	धादिङ्ग आवाज	दामोदर अर्याल	धादिङ
२१०	न्यू टाइम्स अफ नेपाल	गंगावहादुर मानन्धर	कालीमाटी, काठमाडौं
२११	न्यूज बाह्रबिसे	शंकर तिमिल्सिना	सिन्धुपाल्चोक
२१२	न्याय चक्र	सुजन पौडेल	अनामनगर, काठमाडौं
२१३	न्यूज अप्रेशन	वीरेन्द्र के. एम.	शान्तिनगर, काठमाडौं
२१४	न्यू टाइम्स अफ नेपाल	गंगा वहादुर मानन्धर	कालिमाटी, काठमाडौं
२१५	न्यूज अपडेट	रमेश दनेखु	मुलढोक, भक्तपुर
२१६	न्यूज फ्रन्ट	आलोक तुम्बाहाम्फे	कुपण्डोल, ललितपुर
२१७	न्यू भ्याली	ईश्वरी पौडेल	बागबजार, काठमाडौं
२१८	न्हूगु ज्वजलपा	श्रीकृष्ण तण्डुकार	किर्तिपुर, काठमाडौं
२१९	नयाँ जनविचार	ज्ञानहरी पाण्डे	माइतीघर, काठमाडौं
२२०	नयाँ विकल्प	दामोदरप्रसाद दवाडी	अनामनगर, काठमाडौं
२२१	नव जनता	प्रकाश रोकाया	सोल्तीमोड, काठमाडौं

९८४९२९९३८६			deshrakshya@gmail.com
४४६३७०४	४२६००३३		
४२६९७६५			
९८५१०९१८७९	६६१६६६२		dharaharatimes@yahoo.com
१०५२०६१५			dhadingawajdaily@gmail.com
४२७१२१२	४२७५१७१	newtimesofnepal.com	
९८१८४११४१३			news.barhbise@gmail.com
९८४११८६६३०	४७०१७१९		news.nyaychakra@gmail.com
४२६६४३३			onews2010@gmail.com
४२७५१७१	४२७१२१२	www.newtimesofnepal.com	
९७२१५४३१९८		www.newsupdate.com.np	newsupdateweekly@gmail.com
५५४६३००	५०११५९४		letters@newsfontweekly.com
४४४१६९६			newvalleynews@gmail.com
९८०३०२८५९७			chomipucha@gmail.com
४४२८९०५			
४२६१७५१	४२२१२३३	www.weeklynepal.com	ddamodharprasad@yahoo.com
४२७४७९१			nvanata1@gmail.com

२२२	नवरस	भरत पन्त	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौँ
२२३	नयाँ करेन्ट	देवेन्द्र गौतम	कमलपोखरी, काठमाडौँ
२२४	नव क्षितिज	नवराज बजगाई	बनेपा, काभ्रे
२२५	नयाँ प्रकाश	नवराज शर्मा तिमिल्सना	वागवजार, काठमाडौँ
२२६	नयाँ विद्रोह	भावना बिद्रोही	बागवजार, काठमाडौँ
२२७	नयाँ विमर्श	कौशल भट्टराई	माइतीघर, काठमाडौँ
२२८	नयाँ मार्ग	लक्ष्मणबहादुर विष्ट	भूमिखेल, ललितपुर
२२९	नव जनप्रहार	विष्णु घिमिरे	वागवजार, काठमाडौँ
२३०	नयाँ रुपरेखा	माधवप्रसाद खनाल	नुवाकोट
२३१	नव शक्ति	नेत्र वहादुर हमाल	क्षेत्रपाटी, काठमाडौँ
२३२	नयाँ खबरकागज	ज्ञान उदास	वागवजार, काठमाडौँ
२३३	नव-पथ	सुमना डंगोल	चलबु, काठमाडौँ
२३४	नयाँ सञ्चार दर्शन	उजद रक्तिम	चारदोबाटो, बनेपा
२३५	नव संकेत	प्रल्हाद प्रसाद शर्मा	बनेपा, काभ्रे
२३६	नयाँ आवाज	मोहनवीर थापा	बालुवाटार, काठमाडौँ
२३७	नव देश	सोम शर्मा	दुधपाटी, भक्तपुर

४३५६९३७	४६५६९३७	www.nawarashweekly.com.np	nawarashweekly@gmail.com
४४१९४८४	४४४५४०६	currentpublication-wordpress.com	currentpublication@gmail.com.np
९८४१३००४६२	०११-६६३६७७		nrbajagain@yahoo.com
९८४१४७०१०९		weeklynepal.com	nayaprakash.weekly@gmail.com
९८४१५०१३३३			
९७५१०३८२३७		nayabimarsha.com	nayabimarsha@gmail.com
५५२२४४२	५५२२४४२		nayamarga.weekly@yahoo.com
४३७१४२०	४४६२३९२	facebook.com.nawa-janaprahar	nava-janaprahar@gmail.com
०१० ५६०००१		www.nayaruprekha.com	info@nayaruprekha.com
९८४१३९८५७९			nawashakti@hotmail.com
९८४१२५१९३६			thapaji1980@gmail.com
४२५२७५१			nawapath@hotmail.com
९८४१४४३७२८	०११ ६६४६९७		sanchr_darshan@yahoo.com
६६३३८५	६६१३६१		nawasanket@hotmail.com
४४१२००६			goodsunday.np@gmail.com

२३८	नम्बर एक	हरि प्रसाद ढुंगेल	लगनटोल, काठमाडौं
२३९	नव समय	हृदयकान्त भ्वा	प्रगतीमार्ग, अनामनगर, काठमाडौं
२४०	नामी	नारायण राई	ललितपुर
२४१	निकास	दामोदर तिमिल्सीना	अनामनगर, काठमाडौं
२४२	नुवाकोट आवाज	बद्री प्याकुरेल	नुवाकोट
२४३	नुवाकोट जागरण	विष्णु प्रसाद चालिसे	नुवाकोट
२४४	नुवाकोट पुकार	राजन कुइकेल	नुवाकोट
२४५	नुवाकोट सन्देश	श्रीराम नेपाल	नुवाकोट
२४६	नेपाली पत्र	कविरप्रसाद जोशी	लगनटोल, काठमाडौं
२४७	नेपाल न्यूज	विकलप्रसाद श्रेष्ठ	भक्तपुर
२४८	नेशनल न्यूज	भरत लामिछाने	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२४९	नेपाल भूमि	रामचन्द्र हुमागाई	घट्टेकुलो, काठमाडौं
२५०	नेपाल जनवादी पोष्ट	डि.बि. थापा	काठमाडौं
२५१	नेपाल खबर	मधुराज लम्साल	काठमाडौं
२५२	नेपाल पर्यटन पोष्ट	सुमन धिताल	बानेश्वर, काठमाडौं
२५३	नेपाल	प्रसान्त अर्याल	सुविधानगर, काठमाडौं
२५४	नेशनल समावेशी	श्यामकाजी खत्री	बागबजार, काठमाडौं

४२५२२९२	४४९१३०८		businessplus20@gmail.com
६२२६७०३	४२१८३४४		nawasamae@gmail.com
९८०२०३८००			
४७७१७७४			nikasweekly@gmail.com
०१० ५६००९६			aawajweekly@gmail.com
९८५११४३४४०			nuwakotjagarn@gmail.com
५६११११	५६११११	www/npukar.com	npukar1@gmail.com
९७५१०६०६९६		www.nuwakot-sandesh.blogspot.com	nuwakotsandesh@gmail.com
४२५३३७२	४२५३४७२		nepalpatraweeky@gmail.com
९८५१०९१८७६		www.nepalnewsweekly.com.np	nepnews@yahoo.com
०१६ २२५६२४		www.nationalnews-weekly.com	nationalnewsweekly@gmail.com
९८४१३७२७०७	४७७१४६३	www.nepalbhoomi.com.np	nepalbhoomi@yahoo.com
			nepaljanabadipost@gmail.com
४४१५१७१			
			tourismpost@yahoo.com
४४८०१००	४४९६५४८	www.ekantipur.com / nepal	nepalmag@kantipur.com.np
४२३२६४२	४२३२६४२		newsnational2012@gmail.com

२५५	नेपाल बोध	मनोज खतिवडा	काठमाडौं
२५६	नेपाली टाइम्स	कुन्द दिक्षित	ललितपुर
२५७	नेपाली पोष्ट	कृष्ण भट्टराई	सामाखुसी, काठमाडौं
२५८	नेपाल राष्ट्रिय साप्ताहिक	प्रशान्त अर्याल	सुविधानगर, काठमाडौं
२५९	नेपाल टाईगर	मधुवहादुर वस्नेत	ज्ञानेश्वर, काठमाडौं
२६०	नेत्रावती	यसोदा नेपाल	धादिङ
२६१	नेपाल आवाज	यादव थपलिया	चावहिल, काठमाडौं
२६२	नेपाल पत्र	दमन कटुवाल	कोटेश्वर, काठमाडौं
२६३	नेवा सन्देश	बदन शर्मा	भक्तपुर
२६४	नेपाल पर्यटन	राजेन्द्र प्रसाद त्रिपाठी	पुतलीसडक, काठमाडौं
२६५	नेवा टाइम्स	बसन्त महर्जन	काठमाडौं
२६६	नेपाली पत्रिका	भिष्मराज ओझा	नयाँवानेश्वर, काठमाडौं
२६७	नेपाली समाचार	दल ब.लिम्बु आडबुङ	बानेश्वर, काठमाडौं
२६८	नेपाल पर्यटन	राजेन्द्र प्रसाद त्रिपाठी	ठमेल, काठमाडौं
२६९	नेपाल बोर्डर	विजय पोखरेल	बागबजार, काठमाडौं
२७०	प्रतिपत्र	मधुसिं मल्ल	टेकु, काठमाडौं

९८५१०२५६०३			nepalbodhweekly@yahoo.com
५००५६०१	५००५५१८	www.nepalitimes.com	editors@nepalitimes.com
४३५९३७९			nepalpostweekly@gmail.com
४४८०१००	४४९६५४८		nepalmag@kantipur.com.np
४४३५७१०			nepaltiger_18@yahoo.com
५२१०२७		www.netrawatiweekly.blogspot.com	netrawatiweekly@gmail.com
९८४१३८९००६			
९८४१४६३७२६	४६००२६९	nepalpatra.com.np	nepalpatraweekly@gmail.com
४२२०६०६	४२२०६०६		newasandesh@gmail.com
४१६८२३२			nepaltourismweekly@gmail.com
२०१०८२०			newatimes@yahoo.com
९८५११६००००		www.enepalipatrika.com	patrikanepali@yahoo.com
९८१३७२४१६५		www.nepalisamachar.com	nepalisamachar@gmail.com
४४१२१३२			nepaltourismweekly@gmail.com
४२४१०१८			nebomedia@yahoo.com
४२३९०६९	४२६१८३६		buddha_2026@yahoo.com

२७१	प्रतिस्पर्धा	विष्णुकुमार प्रसाई	घट्टेकुलो, काठमाडौं
२७२	प्रभातफेरी	प्रल्हाद शर्मा हुमागाई	बनेपा, काभ्रे
२७३	प्रवर्द्धन	शोभा शाह	बसन्तपुर, काठमाडौं
२७४	प्रतिध्वनी न्यूज अपडेट	निरेश श्रेष्ठ	कालिमाटी, काठमाडौं
२७५	प्रत्याख्यान	गोविन्द अधिकारी	काठमाडौं
२७६	प्रतिपक्षी	समीर कुमार नेपाल	बुद्धनगर, काठमाडौं
२७७	प्रज्वलित	कृष्णकुमार खनाल	चावहिल, काठमाडौं
२७८	प्रतिप्रश्न	सूर्यप्रसाद न्यौपाने	न्यूरोड, काठमाडौं
२७९	प्रकाश	गगन बिष्ट	बागबजार, काठमाडौं
२८०	प्रान्त	हेमन्त भ्वा	बिजुलीबजार, काठमाडौं
२८१	परिवर्तनशील आवाज	रामचन्द्र प्रजापति	भक्तपुर
२८२	परामर्श	यचु जोशी	साँखु, काठमाडौं
२८३	पर्यवेक्षण आवाज	सि.के. चौलागाई	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२८४	पब्लिक न्यूज	लेखनाथ पोखरेल	शान्तिनगर, काठमाडौं
२८५	पथ प्रदर्शक	विपिन विक्रम शाही	ताहाचल, काठमाडौं
२८६	पश्चिम पोष्ट	लक्ष्मी भट्ट	महांकाल, काठमाडौं

४७७०७८८	४७७०७८८		pashupatisenanepal@yahoo.com
९८४१२१८३८३			prabhat_pheri@yahoo.com
४२२०६२८			prabardhanweekly@gmail.com
४२८३६४७			aratidhwani.news@gmail.com
१६२१९९९६		www.pratipakshiwor- press.com	pratipakshi@gmail.com
९८४१८९५३२८			
९७४१०८५२१०			
४२३२१७७	४२३२१७७		weeklyprakash@gmail.com
			prantasaptahik222@gmail.com
९८४१३६९०३८			rc_praja@yahoo.com
९८४१५२५४७६	४४५११२८		paramarsha@msn.com
९८५१०१५२२७ ४४२२३९८			parvachhan@gmail.com
४३८१८६२	४३८५५७५		publicmedia_nepal@yahoo.com
४२७९१३३			pathpradarshak@hotmail.com
४३७१४४१			pashimpost@yahoo.com

२८७	परिवर्तन पोष्ट	धन बहादुर मिजार	अनामनगर, काठमाडौं
२८८	पब्लिक एशिया	ध्रुवकुमार मैनाली	काठमाडौं
२८९	पाञ्चाली	रवीन्द्र शर्मा	वानेश्वर, काठमाडौं
२९०	पारदर्शी खबर	जी अर्याल	शंखमुल, काठमाडौं
२९१	पाँच पोखरी	नेत्र तामाङ्ग	सिन्धुपाल्चोक
२९२	पिपुल्स रिभ्यू	पुष्पराज प्रधान	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२९३	पुनर्प्रयास	ईश्वरध्वज कार्की	बबरमहल, काठमाडौं
२९४	पुनर्जागरण	दस्तुर सिंह वस्नेत	भक्तपुर
२९५	पूर्ण विराम	कृष्ण बहादुर टण्डन	काठमाडौं
२९६	फ्राईडे	सुनिलराज श्रेष्ठ	कुपण्डोल, ललितपुर
२९७	फरक धार	देवराज अर्याल	पुतलीसडक, काठमाडौं
२९८	फिल्मी खबर	विनोद कुमार अर्याल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२९९	फूलवारी नेपाल	सुरक्षा ढकाल	सैवु, ललितपुर
३००	फेमस	रामचन्द्र खड्का	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३०१	बक्स अफिस	आर. के. सुवेदी	कपन, काठमाडौं
३०२	बहुविचार	डा. नयना प्रधान	काठमाडौं
३०३	बयान	अकुर प्रसाद शर्मा न्यौपाने	भक्तपुर

९८४१७८३२४०			parivartanpost2070@yahoo.com
९८५१०२२४९४	४६०२३३८		publicasia@gmail.com
४४६२९५२			
४७८३६१५			editorial@fairnepal.com
९८५११३०५२५			panchpokharinews@gmail.com
४४१७३५२		www.peoplesreview.com.np	prwnepal@gmail.com
४२६८३१३			
१६२२२८०३	६६१२११		punarijaganweekly@gmail.com
५११५७१			editorial@fridayweekly.com.np
४४२०९५८			
९८४१७११७७३			filmykhabarweekly@gmail.com
५५९०६५७			
४४२२७०६	४४२२६०६		journalistr@gmail.com
९८४३१७४६८८			boxofficefilmclub@gmail.com
४१०९६६७			
२१३३३७५			akurbayan@gmail.com

३०४	बडीमालिका	नगेन्द्र उपाध्याय	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौँ
३०५	बाचा	सन्तोषबाबु सिग्देल	भक्तपुर
३०६	बादल	नेत्र विक्रम थापा	कलंकी, काठमाडौँ
३०७	बारा टाइम्स	निवेश तिमिल्सिना	काठमाडौँ
३०८	बिजनेस भ्वाइस	दोलाराज बस्याल	बागबजार, काठमाडौँ
३०९	बिजनेस प्लस	भुपेन्द्र खडका	अनामनगर, काठमाडौँ
३१०	बुधवार	विष्णु रिजाल	पुतलीसडक, काठमाडौँ
३११	भक्तपुर डट कम	सुशिलबन्धु थापा	भक्तपुर
३१२	भावी नेपाल	बामदेव अधिकारी	पुतलीसडक, काठमाडौँ
३१३	भादगाउँ न्यूज	सन्तोष खड्का	गट्टाघर, भक्तपुर
३१४	भूमिका	भिमप्रसाद श्रेष्ठ	काठमाडौँ
३१५	महिमा	कुमार राउत	अनामनगर, काठमाडौँ
३१६	मनोक्रान्ति	रमेशकुमार के.सी	ललितपुर
३१७	मध्यमार्ग	प्रदिप के.सी.	बनेपा, काभ्रे
३१८	मंगल प्रभात किरण	मुरारी अधिकारी	धादिङ
३१९	मध्यपुर	कृष्णदेव श्रेष्ठ	थिमि, भक्तपुर
३२०	मधेशवाणी	राजेश अहिराज	अनामनगर, काठमाडौँ
३२१	महिला समाचार	अक्षरी पोखरेल	जयवागेश्वरी, काठमाडौँ

४४६५७२१		www.malkia.com.np	info@malika.com.np
९८४१३९२५६६		bachaweekly.com.np	fenjinepal@yahoo.com
४३१३४८५			
५५५१०९७			
९८४१८९०८३८	४२६६६१७		numbereknews@yahoo.com
४१०२७०८			businessplus20@gmail.com
४२६१५४५	४२५९७७८	www.weeklynepal.com/budhabar	budhabar@mail.com.np
९८४१३००७०४			
४२४९८७९	४२४९८७९	www.bhabinepal.com.np	bhabinepal12065@gmail.com
६६३५७४८			bhadgaunnews@yahoo.com
९८४९२०६२८६			bhumikaweekly@yahoo.com
४७७०३४०	४७७०३४०		mahimaweekly@gmail.com
२०९०११०		www.monkrantirex.ogr	matrix@yahoo.com
९८४१४६०८२१		www.madhyamarga.com	madya_marga@yahoo.com
९७५१०३५६८०			prataprajendra@yahoo.com
६६३२९१४, ६६३२०७०			rkthimi@yahoo.com
४२६६१४२	४२५५४३१	www.madheshvani.com	madheshvani@gmail.com
९८४८०२६०३८			achhari@gmail.com

३२२	माछापुछ्रे पोष्ट	रामबाबु पौडेल	सामाखुसी, काठमाडौं
३२३	मिडिया पोष्ट	नेत्रलाल हमाल	भुरुङखेल, काठमाडौं
३२४	मिडिया पार्क	निरज पन्त	अनामनगर, काठमाडौं
३२५	मिडिया मिशन	टेकनाथ न्यौपाने	बागबजार, काठमाडौं
३२६	मिनार	उमेश अधिकारी	प्रदर्शनीमार्ग, काठमाडौं
३२७	मुलुक	यादवप्रसाद ढुंगाना	काठमाडौं
३२८	मुलधार	रमेश विष्ट	बसुन्धरा, काठमाडौं
३२९	मुक्तिमार्ग	सुदर्शन खतिवडा	धादिङ
३३०	मूलबाटो	कृष्ण वहादुर पाण्डे	हाँडिगाउ, काठमाडौं
३३१	मेगा टाइम्स	पदीप तिवारी	बागबजार, काठमाडौं
३३२	मेरो पत्रिका	महाप्रसाद खतिवडा	काठमाडौं
३३३	मेट्रो टुडे	हेमराज सिलवाल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३३४	मोफसलको सन्तुलन	माधवप्रसाद न्यौपाने	धादिङ
३३५	यज्जु	दर्शनवीर शाक्य	जमल, काठमाडौं
३३६	यातायात गतिविधि	नेत्रबहादुर बस्नेत	बागबजार, काठमाडौं
३३७	यातायात टाइम्स	अकुर लुइटेल	बागबजार, काठमाडौं
३३८	युगव्यथा	अर्जुनप्रसाद मैनाली	वानेश्वर, काठमाडौं

			mpostnepal@gmail.com
९८४९६०५०६९			mediapost121@yahoo.com
०१४७७१५४०			mediapark11@gmail.com
४२४६९३५			mediamissionnepal@gmail.com
			minarsaptahik@yahoo.com
४२६१०२१			elide_inst@yahoo.com
९८१३४२६४८०		muldharnews.com	muldharweekly@gmail.com
५२०९९७		www.muktimarga.wordpress.com	muktimarga@gmail.com
४४१४३६२			
९८४९१९९४७८			meghatimesweekly@yahoo.com
९८४१७४२८२७			meropatrika@yahoo.com
९८४१३१६५९३			nepalimetro@yahoo.com
४२२०७३०			elohanpublication@yahoo.com
९७४१००८४२७			yatayatweekly@gmail.com
४२१२८७७			yatayattimes@yahoo.com
९८४१९१८४७६		yugbyatha.com.np	yugbyatha@gmail.com

३३९	युग सम्वाद	सोमनाथ घिमिरे	न्यू प्लाजा, काठमाडौं
३४०	युग प्रवाह	त्रिभुवन पौडेल	अनामनगर, काठमाडौं
३४१	युवा विचार	प्रेमकृष्ण श्रेष्ठ	किर्तिपुर, काठमाडौं
३४२	युगद्रस्ता	देवदत्त पौडेल	बागबजार, काठमाडौं
३४३	युनिभर्सल टाइम्स	रामरोहन पन्त	नक्साल, काठमाडौं
३४४	युगतन्त्र	रामप्रसाद पौडेल	कोटेश्वर, काठमाडौं
३४५	रहस्य	मुरारीप्रसाद गौतम	बालुवाटार, काठमाडौं
३४६	रक्षक	वि. एल. श्रेष्ठ	काठमाडौं
३४७	रचना	शहदेव गौतम	कलंकी, काठमाडौं
३४८	रसुवा खबर	डिल्ली कुमार देवकोटा	रसुवा
३४९	रफ्तार	निराकार गौतम	बल्खु, काठमाडौं
३५०	राजधानी पोष्ट	बोर्णबहादुर कार्की	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३५१	राजधानी अन्तर्राष्ट्रिय	सरिन श्रेष्ठ	कुपण्डोल, ललितपुर
३५२	राजधानी आवाज	सरोज अधिकारी	डल्लु, काठमाडौं
३५३	राष्ट्र निर्माण	उद्धव प्रसाद गौतम	धुम्बाखेल, काठमाडौं
३५४	रामेछाप पोष्ट	बिदुर प्रसाद ढुंगेल	कोटेश्वर, काठमाडौं
३५५	राष्ट्रिय केन्द्रविन्दू	लोचन कुमार थपलिया	म्हैपी, काठमाडौं
३५६	राष्ट्रभूमि	भरतमणि ज्ञवाली	लगनखेल, ललितपुर

४४२१४५४		www.yugasambad.com.np	weeklyyug@gmail.com
९८५६०२६८०३			yugprawaha@gmail.com
९८४९१३०३७३		yuabichar.blogspot.com	yuwabichar@yahoo.com
६२२४७५३	४२३७५८		yugadrasta@gmail.com
४४१९०७६	४४४४८१८	www.theuniversaltimes.com	unitimesnp@yahoo.com
९८५१०३३३३७	४४८३५०४	www.globalnepalnews.com	yugatantrawekly@gmail.com
४४४२०३९	४४२७३०६	www.rahashyaweekly.com.np	rahashyaweekly@gmail.com
४२७५६१६			
४०३४००७			
९८४१६५३५३६			rasuwakhabar1@gmail.com
४३३१०४७	४३३४८९३	raftarweekly.com.np	raftarweekly@gmail.com
४४२२३७५			rajdhanipost@gmail.com
५०१११५४	५०११५९४	www.rajdhanaweekly.com	
९८४१६३५३७३			
९८४१५३८६६६			
४१५४९५९		ramechhappost.com	ramechhappost@yahoo.com
४३५९३३७			jana.samarthannational@yahoo.com
४३६३४३५			phoolchoki@yahoo.com

३५७	राष्ट्र प्रेम	दीपेन्द्र के.सी.	काठमाडौं
३५८	राष्ट्रिय बहस	देवराज गौतम	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३५९	राष्ट्रिय विमर्श	केदार सुवेदी	बालकुमारी, ललितपुर
३६०	राज्य क्रान्ति	वीरमान शोर्पा	काठमाडौं
३६१	राजतिलक	भुपेन्द्र आचार्य	महाराजगञ्ज, काठमाडौं
३६२	राष्ट्रिय पथ	अशोकप्रसाद ढकाल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३६३	राष्ट्रिय जनमञ्च	प्रल्हाद रिजाल	कुपण्डोल, ललितपुर
३६४	राष्ट्रवाणी	हरि लम्साल	कपन, काठमाडौं
३६५	राष्ट्र चक्र	शर्मिला श्रेष्ठ	वनेपा, काभ्रे
३६६	राष्ट्र संरक्षण	के.वि.सम्राट	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
३६७	राष्ट्रिय आकांक्षा	प्रकाश गम्भिर सिंह	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
३६८	राजधानी एक्सप्रेस	रमेश खड्का	भक्तपुर
३६९	राष्ट्रिय नयाँपोष्ट	बालकृष्ण अछामि	कुपण्डोल, ललितपुर
३७०	राष्ट्रिय जागरण	संजितराज गुरुधराना	अड्डैतमार्ग, काठमाडौं
३७१	राजधानी आस्था	नवराज ढकाल	कमलपोखरी, काठमाडौं
३७२	रिभ्यू नेपाल	पूर्णवहादुर पोखरेल	बानेश्वर, काठमाडौं

४८२००६९			
२३११७४८			sw2064@yahoo.com
४४६४००६			mimarshaweekly@yahoo.com
४४६४०७५	४४६४६६७		mountainsherpatimes@hotmail.com
४३७७१०५	४३७७१०५	arthikbazar.com	rajtilakweekly@gmail.com
४४४५४४०	४४४५४४०	www.rastriyapath.com.np	rpweeklys@yahoo.com
५०१२०५९	५५२३१८१	www.janamanchnews.com.np	janamanch@gmail.com
४८१२२८३ . ९८४१३१९८२६	४२६६६५५	www.rastravaniweekly.com.np	rastravani@gmail.com
९८४९०५३५६०			rastrachackra@yahoo.com
९७४१०२७३४१, ४३७३९७३		rswlink.com.np	rsweekly@wlink.com.np
४२६१९२२			
६६१७७५०			
		weeklynayapost@yahoo.com	
			sanjitrajpandey@yahoo.com
९८४५०४८९७१			
०१ ६२२५४२५	४४६८२९५	www.reviewnepal.com	info@reviewnepal.com

३७३	रिभोलुसनरी भ्वाइस	श्रीकृष्ण सुलु	भक्तपुर
३७४	रोजगार वाणी	हेमन्त शंकर आचार्य	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३७५	रोडम्याप	द्वारिका उप्रेती	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३७६	रोशी	ध्रुव रायमाफ्नी	बागबजार, काठमाडौं
३७७	रौतहट टाइम्स	गोविन्द प्रसाद चौलागाईं	ढोकाटोल, काठमाडौं
३७८	ललित सन्देश	डिल्ली आचार्य	ललितपुर
३७९	ललितपुर सन्देश	सुमन पुतुवार	ललितपुर
३८०	लाल गणतन्त्र नेपाल	धनबहादुर हमाल	ढोकाटोल १९, काठमाडौं
३८१	लावण्य सन्देश	पवनलाल श्रेष्ठ	सांखु, काठमाडौं
३८२	लाइफ एण्ड टाइम्स	सुनिलराज श्रेष्ठ	कुपण्डोल, ललितपुर
३८३	लाल रक्षक	शैलेन्द्र घिमिरे	शंखमुल, काठमाडौं
३८४	लिभिङ्ग विथ आइसिटी	राजन लम्साल	पुतलीसडक, काठमाडौं
३८५	लुङ्गिन पोष्ट	सरस्वती खड्का	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
३८६	लोकप्रिय	प्रेम लामा	जोरपाटी, काठमाडौं
३८७	लोकसञ्चार	निर्मल कुमार सुवेदी	काठमाडौं
३८८	लोकप्रवाह	बाला अधिकारी	कमलपोखरी, काठमाडौं

६६१३६१७			
९८५१०३२४५०			rojgarvani@gmail.com
४७७०७४५	४४४२७७१	www.weeklynepal.com/roadmap	roadmap_nepal@hotmail.com
९८४१६०२३२३	४२४२६४४		roshiweekly@yahoo.com
९८५१०७६२१०			
९८५११०८०८५			lalitsandesh@gmail.com
९८४९८८२२७९			lalitpursandesh@hotmail.com
९८४१७९४३२१	४०५०८३६	www.onlinelawanya.blogspot.com	lawanyasandesh@live.com
४७८५७७४		www.lalrakshak.com	lalrakshak@yahoo.com
०१ ४०१२५१८		info@livingwithitc.com	
९८४९३३५००३			lungginpost_weekly@yahoo.com
९८५१०१२५३			premlama257@hotmail.com
४४४५५२०	४४२६६९०		loksancharweekly@yahoo.com
४४३०६४०		www.lokprawa-haweekly.webs.com	lpweekly@yahoo.com

३८९	लोकतान्त्रिक आवाज	अरुण गिरी	काठमाडौं
३९०	लोकतारा	नेत्र बहादुर कुँवर	काठमाडौं
३९१	लोक विचार	निर्मल प्रसाद सुवेदी	धोबिधारा, काठमाडौं
३९२	लोकचक्र	महेन्द्र पाण्डे	अनामनगर, काठमाडौं
३९३	लोकतन्त्र	लोकमणि पौडेल	नक्साल, काठमाडौं
३९४	लोकतान्त्रिक दवाव	भेष बहादुर कार्की	मैतिदेबी, काठमाडौं
३९५	लोकआलोक	नविन राना	बागबजार, काठमाडौं
३९६	लोक समाचार	शैलेन्द्र घिमिरे	काठमाडौं
३९७	व्यापार	लिलालदेवी ओझा	काठमाडौं
३९८	वर्गिय क्रान्ति	सोम बहादुर थापा	ललिपतुर
३९९	वहुपक्ष	राज कुमार खरेल	नैकाप, काठमाडौं
४००	विश्लेषण	सुकेश्वर पाठक	अनामनगर, काठमाडौं
४०१	विश्व आवाज	पुष्प वाँस्कोटा	बत्तीसपुतली, काठमाडौं
४०२	विश्वदीप	राजेश मिश्र	सितापाइला, काठमाडौं
४०३	विशेष खबर	महेशप्रसाद दाहाल	मैतिदेबी, काठमाडौं
४०४	विश्व तहल्का	मधुसुदन कार्की	नरदेवी, काठमाडौं
४०५	विश्ववाणी	मुनु शर्मा खनाल	लगन १२, काठमाडौं
४०६	विश्वघटना	दीपक दाहाल	काठमाडौं, सरस्वती नगर

०१२००३८२६			loktrikpatrika@hotmail.com
९८४१६५३५०१			loktara.1@gmail.com
९८४१३८४७२६			lokbicharweekly@yahoo.com
४२२०२८६			lokchakraweekly@yahoo.com
४४२५२३८			
४४३९०४९			loktrikdabab@yahoo.com
९८४१०७१४५०			lokaalok@gmail.com
४७८५७७४			lalrakhak@yahoo.com
४१०२७६६		www.byaparweekly.com.np	byaparnews@gmail.com
५५३२५५८			goprweekly@gmail.com
४३१२४३१			
४४६५३५३			visleshan@hotmail.com
९८४१३७५१३३			bishowawajweekly@yahoo.com
४२७८२८७	४२७८२८७		mishra@wlink.com.np
४४१९८९२			
९८४८०४१३३४			bishwothalka@gmail.com
४३३६२४५			
९८४१२०७६६६			

४०७	विचार मन्थन	राधिका भण्डारी	ब्रम्हटोल, काठमाडौं
४०८	विशेष समाचार	गणेश प्रधान	बसन्तनगर, काठमाडौं
४०९	विशाल नेपाल	प्रकाशराज देवकोटा	भिमसेनगोला, काठमाडौं
४१०	विष्फोट टाइम्स	सुरेशकुमार भण्डारी	चावहिल, काठमाडौं
४११	विश्व सन्देश	बिजयराज पौडेल	भद्रकाली, काठमाडौं
४१२	विकास वाणी	वद्री प्रसाद न्यौपाने	नयाँबानेश्वर, काठमाडौं
४१३	बुद्धवाणी	विसन्तर शाक्य	चल्खु, ललितपुर
४१४	वैदेशिक रोजगार खबर	केशर कार्की	रातोपूल, काठमाडौं
४१५	शब्द ब्रम्ह	हिरालक्ष्मी श्रेष्ठ	रविभवन, काठमाडौं
४१६	शङ्करपुर	पवनलाल श्रेष्ठ	सांखु, काठमाडौं
४१७	शाश्वत वाणी	नरेशकुमार शाक्य	चल्खु, ललितपुर
४१८	शुभत्रिवेणी	वेनीबहादुर कार्की	ललितपुर
४१९	शुसज्ञा	सुरेन्द्र रिजाल	विशालनगर, काठमाडौं
४२०	शुक्रबार	राजन नेपाल	काठमाडौं
४२१	शुभकामना वातावरणीय	गणेश हुमागाई	पुतलीसडक, काठमाडौं
४२२	शोर्पा खबर	लाक्या ग्याल्जे शोर्पा	बालाजु, काठमाडौं
४२३	श्रम	विजय विस्फोट	डिल्लीबजार, काठमाडौं
४२४	श्रम बुलेटिन	जीतवहादुर देउजा	डिल्लीबजार, काठमाडौं

४२५	४०४९		
४२६	२७७		
९८५१००३४९०			pdevkota1@hotmail.com
२०८२८२०			
९८५११५४४७७		www.biswasandesh-news.com	bishwasandesh@yahoo.com
९८४९८४९६९०			bikasbani@gmail.com
५५५४६९१			buddhavaniveekly@gmail.com
४४९४२१४	४४९४२१४	www.thedestination.com	editorkeshar@hotmail.com
४२८७२३०			sabda_bramha@yahoo.com
९८४११६६७१९			sankarapurweekly@gmail.com
४२७५६१६			
९७४४०३३४९६			
४४४६२२५			
९८५१०५७९५३	४२५२२६२		rajanshukrabar@gmail.com
९८४२९६७१३५			sherpakhabarnews@gmail.com
२२००२४९	४४१९०४७		saptik_shram@yahoo.com
९८४१७२८९९४	४४१९०४७		shramnews@gmail.com

४२५	श्रवण	रामदत्त पौडेल	काठमाडौं
४२६	श्रमिक	सरोजराज गोसाईं	भक्तपुर
४२७	श्री रुपरेखा	युवराज गौतम	ज्ञानेश्वर, काठमाडौं
४२८	श्रीसाप्ताहिक आवाज	यज्ञ ढकाल	अनामनगर, काठमाडौं
४२९	स्पट लाइट	माधवकुमार रिमाल	बालुवाटार, काठमाडौं
४३०	स्टार एक्सप्रेस	प्रविणराज जोशी	बागबजार, काठमाडौं
४३१	स्वविवेक	हरिदेव ज्ञवाली	ललितपुर
४३२	स्वर्णिम सन्देश	मोहन कुमार महर्जन	किर्तीपुर, काठमाडौं
४३३	स्टुडेण्ट क्याफे	कृष्ण बहादुर खड्का	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
४३४	स्वर्ण भ्याल	दीना श्रेष्ठ	मध्यपुर ठिमी, भक्तपुर
४३५	स्वतन्त्र सञ्चारग्राम	दानदास श्रेष्ठ	चावहिल, काठमाडौं
४३६	स्पट नेपाल	रघुनाथ प्रजापति	बुद्धनगर, काठमाडौं
४३७	सहीद	नारायण महर्जन	कीर्तिपुर, काठमाडौं
४३८	समय सन्दर्भ	डिल्लीराम भट्टराइ	पुतलीसडक, काठमाडौं
४३९	सनराइज पोष्ट	चन्द्रमणी राई	बिजुलीबजार, काठमाडौं
४४०	सत्याग्रह	सिताराम ढुंगेल	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं

६६१०९२१	६६१३२०७	www.shramik.com.np	shramikweekly@gmail.com
४४२८६०८		ruprekha.com	shreeruprekha@yahoo.com
४२१६०८८	४२३३६२५		saptahikaawaj10@hotmail.com
४४२३१२७	४४१७८४५	www.nepalnews.com/spotlight	spot@mail.com.np
९८४१५५११७५			starexpressweekly@yahoo.com
५५४६९६८			swobibekweekly@gmail.com
४३३५५११			swarnimsandesh123@gmail.com
४१०४१११			finemedianepal@gmail.com
६३१९३१५			swarnajhyalweekly@gmail.com
९८४१३४३४३९			ssanchargram@gmail.com
५५२६१३२	५५४६०१८		info@spotnepal.com.
४३३०५८३		kipushahid.blogspot.com	kipushahid@hotmail.com
९८४१४०५२९०			samayasandarbha@gmail.com
४७८५४३७	४७८५४३७		sunriseweekly@gmail.com
९८४११६१०७१			satyagrahaweekly@gmail.com

४४१	सञ्चार पोष्ट	मनोज कर्माचार्य	ब्रम्हटोल, काठमाडौं
४४२	सत्य सुमन	खड्ग श्रेष्ठ	डिल्लीबजार, काठमाडौं
४४३	सञ्चारवाणी	डिलाराम पन्थी	कुपण्डोल, ललितपुर
४४४	समय सारथी	सतेन्द्र यादव अधिकारी	काठमाडौं
४४५	समाचार टाइम्स	डोलराज बस्याल	काठमाडौं
४४६	समाचार मञ्च	सारिका श्रेष्ठ	भक्तपुर
४४७	समय राष्ट्रिय सा.	युवराज धिमिरे	ललितपुर
४४८	सञ्चारदूत	इश्वरध्वज कार्की	गोदामचौर, काठमाडौं
४४९	समय समीक्षा	विश्वम्भरकुमार शर्मा	स्युचाटार, काठमाडौं
४५०	सदाबहार	इन्द्र रिजाल	कुपण्डोल, ललितपुर
४५१	सरोकार टुडे	शंकर तिवारी	बागबजार, काठमाडौं
४५२	समय समाज	सोमशर्मा वजगाई	भक्तपुर
४५३	समय प्रतिक्षा	मृगेन्द्रराज मास्के	डल्लु, काठमाडौं
४५४	सम्यक (नेवारी)	सुगतरेल सिन्दुराकार	यट्खा, काठमाडौं
४५५	सतविचार	काजीराम खड्का	कालिकास्थान, काठमाडौं
४५६	सन्तुलन	नारायण शुभेच्छुक	धादिङ्ग
४५७	सम्बोधन	गोकुल बास्कोटा	बागबजार, काठमाडौं

४२५८८१९			
४४४५५२०			
५०१२०३१			
२१७३०२७			samayasarathi@yahoo.com
४४३५२०५	४४१६८२८		
६६१०६५४			
४४१३९७४	४४२११४७		samay@vianet.com.np
५५६०२७१			
५०११८२१			sadawahar@gmail.com
९८०३३३६९१०			newsmaker2001@gmail.com
९८४१६२१०८८		www.samayasamaj. com.np	samayasamaj@yahoo.com
४२८०६६१			
४२६६४३५			sindurakar.saugat@yahoo.com
४४२४०६५			satbichar@gmail.com
०१ ४२७०६४१			mediaofdhading@yahoo.com
२१७२६१२, ९८४१३६६३२९			sambodhanweekly1@gmail.com

४५८	सञ्चार सुधा	सञ्जिव कालाखेती	काठमाडौं
४५९	सर्बोकृष्ट	सुदर्शन आचार्य	चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
४६०	समकालीन	श्याम महर्जन	ओमवहाल, काठमाडौं
४६१	सहकारी टाइम्स	मोहन प्र. पन्त	डिल्लीबजार, काठमाडौं
४६२	स-शक्ति	सरोज अधिकारी	ब्रम्हटोल, काठमाडौं
४६३	समदुरी	मणिरत्न पौडेल	कोटेश्वर, काठमाडौं
४६४	सनातनपत्र	डा. घनश्याम खतिवडा	सिनामंगल, काठमाडौं
४६५	सहारा सञ्चार	पर्शुराम कार्की	चाबहिल, काठमाडौं
४६६	सञ्जिवनीपत्र	भोला थापा	बनेपा, काभ्रे
४६७	सनराइज	डम्बर आले	बिजुलीबजार, काठमाडौं
४६८	साप्ताहिक जन विचार	श्याम वानिया क्षेत्री	भिमसेनस्थान, काठमाडौं
४६९	साँघु	गोपाल बुढाथोकी	वागवजार, काठमाडौं
४७०	साप्ताहिक अभिलेख	नुतनधर शर्मा	ललितपुर
४७१	साप्ताहिक	सुवास ढकाल	सुविधानगर, काठमाडौं
४७२	साभ्ना विचार	पुरुषोत्तम काफ्ले	भक्तपुर
४७३	साभ्ना सवाल	जयन्द्र शर्मा	बानेश्वर, काठमाडौं
४७४	साशकीय शुधार	रमेश दाहाल	काठमाडौं
४७५	साप्ताहिक विमर्श	राजेन्द्र उपचारक	ज्ञानेश्वर, काठमाडौं

४४३३०१२	४४३९८१९		
९८५१०२६२६२			sudarshan.sipa@gmail.com
४२५८८१९			
४४५०९४१			
४२६४५४०			samaduri_weekly@yahoo.com
४४६५२५४			
०११ ६६२५०४			sanjiwanipatra@gmail.com
४७८५४३७	४७८५४३७		namsamiorg@gmail.com
४२६१९२२			
४२३०७४८			sanghuweekly@gmail.com
५५२४५६२			amalekhweekly@yahoo.com
४४८०१००	४४७०१७८	www.kantipuronline.com	saptahik@kantipur.com.np
९७४१०१८३४३			
४४६२६५६	४४६२६५६		happyester2003@yahoo.com
४४३४६७०	४९९१८६८		shasakiyasudhar2008@hotmail.com
४४१३५७०	४४१३५६६	www.weeklynepal.com	vp786om@gmail.com

४७६	सिन्धु जागरण	बिदुर गिरी	सिन्धुपाल्चोक
४७७	सिन्धु संग्राम	निर्मल श्रेष्ठ	चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
४७८	सिनेमा	निकीता पौडेल	काठमाडौं
४७९	सिन्धुपोष्ट	रामचन्द्र नेपाल	प्रेसचोक, चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
४८०	सिन्धु सन्देश	सुरेश कसजु	सिन्धुपाल्चोक
४८१	सिन्धु ज्वाला	दिनेश दुलाल	सिन्धुपाल्चोक
४८२	सिन्धु प्रवाह	दिनेश थापा	सिन्धुपाल्चोक
४८३	सिन्धुल	शेषराज दाहाल	सिन्धुली
४८४	सिन्धु बुलन्द	पृथ्वीजङ्ग पाण्डे	सिन्धुपाल्चोक
४८५	सूर्योदय रा.सा.	राजेन्द्र अर्याल	अनामनगर, काठमाडौं
४८६	सुनकोशी प्रवाह	कृष्ण प्रसाद अधिकारी	घट्टेकुलो, काठमाडौं
४८७	सुनकोशी	भीम प्रसाद गौतम	बनेपा-५, काभ्रे
४८८	सुदुरपश्चिम	जनककुमार बोहरा	नयाँबजार, काठमाडौं
४८९	सुदामा	गोपाल आचार्य	मिनभवन, काठमाडौं
४९०	सुसन्देश	यदुनाथ गौतम	बनेपा, काभ्रे
४९१	सुन्दरादेवी सन्देश	अर्जुन ढुंगेल	नुवाकोट
४९२	सेयर बजार	दिनेश आचार्य	पुतलीसडक, काठमाडौं

९८०८१८२२५९			sindhujagan@gmail.com
			sindhusangram@gmail.com
९७५१००७९७०		www.merosindhu.com	sindhupost@gmail.com
९७४१०४३११८			sindhusandeshweekly@gmail.com
९७४१०८८७६५			sindhu_jwala@yahoo.com
०११ ६९०५०४	०११ ६२०२६९		news.sindhuprabaha@gmail.com
५२०१२७			sdsindhu@yahoo.com
९७४१०२६४५८			bulandasindhu@gmail.com
४१०२५७०			thesuryodaya@yahoo.com
४३०१५३०			sunkoshiprawaha@yahoo.com
९८४१२९३६४८			weeklysunkoshi@yahoo.com
६९९१६१५२		sudoorpashaim@gmail.com	
९८४१७१४४५४			sudamaweekly@yahoo.com
९८५११०६१७०		www.facebook.com / sskavre	sskavre@gmail.com
९७४१११३३८०८			sundaradevisandesh@gmail.com
४४४४५१६		nepaltradefair.com	sharemarketnepal@gmail.com

४९३	सांग्रीला डायलग	निर्मलकुमार थापा	काठमाडौं
४९४	सोच	प्रतीक रावल	कुलेश्वर, काठमाडौं
४९५	सिन्धुसञ्चार	लक्ष्मी पौडेल	चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
४९६	हाँक	गोविन्दबहादुर थापा	कपन, काठमाडौं
४९७	हाम्रो इन्द्रावती	आर महत	बनेपा ६, काभ्रे
४९८	हाम्रो सुरुची	आशिक कोइराला	डिल्लीबजार, काठमाडौं
४९९	हाम्रो पत्रिका	देवेन्द्र अर्याल	अनामनगर, काठमाडौं
५००	हाम्रो समाज	मणिराम लामिछाने	भक्तपुर
५०१	हाइवे खबर	लक्ष्मण शर्मा	धादिङ्ग
५०२	हाम्रो दृष्टिकोण	भुपाल थापा लामिछाने	चावहिल, काठमाडौं
५०३	हिन्दू	पवन थापा 'कुन्तल'	डिल्लीबजार, काठमाडौं
५०४	हिमालयन वाङ्मय	राम बहादुर घिसिङ	पो.व.नं. ३८२२
५०५	हिमाल खबर पत्रिका	किरण नेपाल	काठमाडौं
५०६	हिमगाथा	मिना मझकोटी	चावहिल, काठमाडौं
५०७	क्षेप्यास्त्र	राजेन्द्रप्रसाद चिमौरिया	थापागाऊँ, काठमाडौं
५०८	त्रिपुरा न्यूज	कुमार अछामी	धुँवाकोट, काठमाडौं
५०९	त्रिशुली छाल	शुभलाल श्रेष्ठ	नुवाकोट

४२१२६५९			shangriliadialog@gmail.com
४४२०५१७			sochweekly@gmail.com
९८५१०३८५७५			sindusanchar@yahoo.com
४१६४२६२	४१६४२६८	www.hankweekly.com	hankweekly@yahoo.com
९७५१०९००००			hamroindrawati@gmail.com
४४६८६८४			arjunbss@yahoo.com
०१ ६९१०९६०			hamropatrika@gmail.com
९८४१२०३३४७		www.hamrosamaj.com.np	bandhusamaj@yahoo.com
६६११२८३			karkirameswor@gmail.com
५२०२२७५		www.hinduweekly.com.np	hinduweeklpy@gmail.com
९७७१४४८१६०२			
५००५६०१	५००५५१८	www.himalkhabar.com	hkp@himalmedia.com
४४९३७१३	४४८५८८२		hingathaneews@gmail.com
९८४१४०३८५१		www.janakhabar.com	chhepyastra@gmail.com
९८४९४८३४६६			balakachhaio@gmail.com
५६१६८१			trishulichhalweekly@gmail.com

५१०	त्रिशुली प्रवाह	शरण उत्सुक	नुवाकोट
५११	त्रिशुली खबर	ध्रुव कुमार राउल	नुवाकोट
५१२	ज्ञान सञ्चार	बिरेन्द्र कुमार पोखरेल	काठमाडौं

पाक्षिक

१	अण्डर लाईन	डि. पि. शाह चक्रवर्ती	बागबजार, काठमाडौं
२	आजको जन विचार	गोविन्द प्र. दुलाल	महाँकाल, काठमाडौं
३	आजको अर्थतन्त्र	रमेश अधिकारी	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
४	अग्नि बाँण	बद्रिनारायण तिमिल्सीना	बागबजार, काठमाडौं
५	अर्थ टुडे	नारायणकृष्ण कटुवाल	काठमाडौं
६	इन डैफ्ट	रंजिता श्रेष्ठ	बनेपा, काभ्रे
७	इको फोकस	दिपक अधिकारी	चावहिल, काठमाडौं
८	इकोनोमिक इमेज	टेक बहादुर कार्की	काठमाडौं
९	एजुकेशनल पेजेज	जगदिश ओली	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१०	एजुकेशनल पेपर	देवेन्द्र भट्टराई	काठमाडौं
११	ओपन शो	रामबहादुर महर्जन	
१२	कर्पोरेट	उपहार जंग शाही	वालाजु, काठमाडौं

९८५१००२९३८	५६०५००	www.trisuliprawaha.com.np	prawaha.weekly@gmail.com
५६१७८५			trishulikhabar1@gmail.com

४२५०७५२			dhisahoo7@gmail.com
४८२२०६०	४४६४७७९		janabichar@yahoo.com
४४६२४०७			arthatantra.nwes@gmail.com
९८४१६५९४९४		www.agnibanawardpress.com	rabin_thapaliya@gmail.com
			todaymedia7@gmail.com
९७५१०१०९७८			indefit.4night@gmail.com
२०८१०५९		www.eco_focus.org.np	eco_focus@wlink.com.np
२१७५०२८			info@economicinage.com
४४३२१३५		www.epage.edu.com	newsforepage@gmail.com
			educationalpaper@gmail.com
			aawajkoawaj@gmail.com
४३८९५५०	९७२१३३७३३४		viewcorporate@gmail.com

१३	किरांत आवाज	नविन लिङदेन	काठमाडौं
१४	खुड्किलो	गंगा बराल	बागबजार, काठमाडौं
१५	गन्तव्य नेपाल	शिव थपलिया	कमलादी, काठमाडौं
१६	च्याम्पियन	यादव ओभा	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१७	जनकब्जा	सत्यमान श्रेष्ठ	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१८	जनसमाज	बिष्णु बास्तोला	बागबजार, काठमाडौं
१९	टुरीजम टाइम्स	सन्तोष पोखरेल	खुसिबुं, काठमाडौं
२०	टुरीजम न्यूज डाइजेष्ट	हरिराज जोशी	नक्साल, काठमाडौं
२१	तामाङ सरोकार	खोजराज गोले तामाङ	चाबहिल, काठमाडौं
२२	द रेडस्टार	कुमार शाह	अनामनगर, काठमाडौं
२३	द युनिभर्सल टाइम्स	विन्दुराज अधिकारी	पुतलीसडक, काठमाडौं
२४	दलित निगरानी	हीरा विश्वकर्मा	अनामनगर, काठमाडौं
२५	द थिमि टाइम्स	हरिवहादुर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि, भक्तपुर
२६	न्यू स्पोटलाईट	केशव पौडेल	कमलपोखरी, काठमाडौं
२७	नेपाल हाइलाइटस	पुष्प थपलिया	गैरीधारा, काठमाडौं
२८	न्यानछेन थ्याडला	माधव थपलिया	काठमाडौं
२९	नेतृत्वको सवाल	केशवराज पाण्डे	काठमाडौं

९८५१०३९७१७	४२५३५७२	www.kirats.com	nabailingden@gmail.com
९८४१८५०२१२			jhapaliganga@gmail.com
४२५८५८१		www.gantabyanepal.com.np	news@gantabyanepal.com.np
४४४१६०१			championnp@gmail.com
४४४५५२०			dhimleprintlink@yahoo.com
४२४३७०१	४२२७४१७	www.janasamajdaily.com.np	post@janasamajdaily.com.np
९८५१०३४९३४		www.etourismtimes.com	tourismtimes@gmail.com
९७४११८५६०१	४४१५३२३	www.imagenepal.com.np	imagenepal@hons.com.np
९८४१३२६९१६		www.tanangsamaj.com	tamangsarokar@gmail.com
६९१४६३०	९७४१०५३०२५		trs.nepal@gmail.com
२०१००६			unilimesne@yahoo.com
४३५४०३२		www.nepaldalit_info.20m.com	dalitnigarani@gmail.com
६६९५६६८			thimi.times@yahoo.com
४४३०२५०			spot@mail.com.np
४४२८५३२	४४२०१७	info@fourmorganisier.com	
४४१७६२			thanglha2001@yahoo.com
४२५४५५३२			sabal.nksabal@gmail.com

३०	नेपाल टेण्डर टाइम्स	रोशन कुमार सिंह	कमलादी, काठमाडौं
३१	प्रमोशन	जयराम सिग्देल	बनेपा, काभ्रे
३२	पेज श्री (नेवारी)	दर्शनवीर शाक्य	जमल, काठमाडौं
३३	बजार पत्रिका	रोशन राउत	अनामनगर, काठमाडौं
३४	पर्यटन अभियान	शिब कुमार श्रेष्ठ	काठमाडौं
३५	पर्यटन वातावरण सनराइज नेपाल	सुशील भट्टराई	काठमाडौं
३६	पर्यटन समाचार	विनोदवावु तिवारी	काठमाडौं
३७	पर्यटन सरोकार	शंकर कुमार थापा	ठमेल, काठमाडौं
३८	पदार्पण	विश्वनाथ दाहाल	कपन, काठमाडौं
३९	परिचालक	हेम बहादुर राना	मैतीदेवी, काठमाडौं
४०	बजार पत्रिका	रोशन राउत	अनामनगर, काठमाडौं
४१	बिजनेस प्लस	भुपेन्द्र खड्का	अनामनगर, काठमाडौं
४२	लायकु	नरेशवीर शाक्य	जमल, काठमाडौं
४३	लाली	रमा सापकोटा	जोरपाटी, काठमाडौं
४४	वाणी	मुरारी प्रसाद गौतम	बालुवाटार, काठमाडौं
४५	स्टुडेन्ट	अर्जुन श्रेष्ठ	काठमाडौं
४६	सनराइज नेपाल	देवी प्रसाद पन्त	चावहिल, काठमाडौं

४२२८५३५	४२२७६३६		nepaltenderimes@gmail.com
९८०८०४३०६३			zestmedia@hotmail.com
४२२०७३०			elohanpublication@yahoo.com
९८५१०२३८४९	२२९१६०३	bazarkhabar.com	bazarpatrika@yahoo.com
९८४१६५६१८९			news4paryatanabhiyan@gmail.com
४४६२५८०			sunrise@htp.com.np
४२६७६६२			tourism@tourismnews.nepal.com
९८४९१४७२४४			paryatan_sarokar13@gmail.com
९८५१०४२३७९	४४३८७९७		bndahal@gmail.com
४४३९०४९			kamaldeburana@yahoo.com
९८५१०२३८४९	२२९१६०३	www.bazarkhabar.com	roshan_bazar@yahoo.com
४१०२७०८			businessplus20@gmail.com
४२२०७३०	४२५५३७६		elohanpublication@yahoo.com
४९१३३०२			laalinp@gmail.com
४४४२०३९	४४२७३०६		bani_fortnightly@yahoo.com
४७७०९९८			news4student@gmail.com
४४६२५८०			sunrisenes1@gmail.com

४७	समय सन्दर्भ	डिल्लीराम भट्टराइ	पुतलीसडक, काठमाडौं
४८	सिंहावलोकन	कुलराज घिमिरे	कोटेश्वर, काठमाडौं
४९	सहारा टाइम्स	छाया कुमारी यादव	कलंकी, काठमाडौं
५०	सहकारी	केशव देवकोटा	बागबजार, काठमाडौं
५१	सर्वपक्ष	सुरेश कसजू	चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
५२	समयवद्ध	सीता अधिकारी	
५३	हिमाल दृष्टि	राकेश मिश्र	गौरीघाट, काठमाडौं

मासिक

१	अर्थ बजार	आर श्रेष्ठ	पानीपोखरी, काठमाडौं
२	अर्थ जर्नल	रमेश न्यौपाने	नयाँ बजार, काठमाडौं
३	अर्थ रोजगार	उद्धव भट्टराई	लाजिम्पाट
४	अन्तर्राष्ट्रिय मञ्च	नवराज अधिकारी	अनामनगर, काठमाडौं
५	अपाङ्ग आवाज	सुदर्शन सुवेदी	चाबहिल, काठमाडौं
६	अमृतोपदेश	संघरक्षित स्थविर	स्वयम्भू, काठमाडौं
७	अविकल	शंकर भट्टराई	जोरपाटी, काठमाडौं
८	अग्नि ज्वाला	श्रीकृष्ण सुलु	सूर्यविनायक, भक्तपुर
९	अस्मिता	अन्जु क्षेत्री	पुरानो वानेश्वर, काठमाडौं
१०	अपि सैपाल	मोहनमान स्वार	बुद्धनगर, काठमाडौं

९८४१४०५२९०			samayasandarbha@gmail.com
९८४१४७२१४८			kulrajghimire@yahoo.com
९७२१५२५५९६		www.saharatimes.com.np	saharatimes.com.np@gmail.com
९८५१०९८७०३			sahakari@gmail.com
९७४१०४३१८			sarbarpachhya_news@gmail.com
			sanayawaddha@ymail.com
४४८३२३०	४४८१२०४	www.Himaldristi.com	info@himaldristi.com

४४४५९४			arthabazaar@yahoo.com
४३८८९८			arthajournal@gmail.com
९८४९१४५५३४		www.rojgarmanch.com	artharojgar@gmail.com
४२२०७१३			infforum@yahoo.com
४४९३२११	४४६१३६४	www.dhrcnepal.org.np	dvoice@dhrcnepal.org.np
९८१३६०२७११, ०१ ४६७१६२३		theravadanepal.net	sangha1000@yahoo.com
९८४१७८४९१२			abicalmasik@yahoo.com
९८४९१२५१८५			
४४६३०४५	४४६३०२९	asmita.org.np	
४७८०५३५			api.saipal@yahoo.com

११	अग्निचक्र	लक्ष्मीनारायण भट्टराई	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१२	अप्पन मिथिला	हृदयकान्त भा	माईतिघर हाइट, काठमाडौं
१३	अग्निवाण	बद्री नारायण तिमिल्सीना	मनमैजु, काठमाडौं
१४	अक्षय ज्ञान	शेखुशङ्कर कोइराला	बालाजु, काठमाडौं
१५	अंकुर	नरहरि मिश्र	अनामनगर, काठमाडौं
१६	आनन्द भूमि	कोण्डन्य	भृकुटी मण्डप, काठमाडौं
१७	आराधना	रामहरि पनेरु	भीमसेनस्थान, काठमाडौं
१८	आध्यामिक सन्देश		ठिमी, भक्तपुर
१९	आध्यामिक जागरण		ठिमी, भक्तपुर
२०	आर्थिक बजार	मनोज कुमार खतिवडा	सुकेश्वर, काठमाडौं
२१	आर्थिक परिवेश	लक्ष्मी भण्डारी	कोटेश्वर, काठमाडौं
२२	आँखा	हेमन्त प्रसाद फुयाल	काठमाडौं
२३	आइसिटी न्यूज	कोपिला गिरी	धुम्बाराही, काठमाडौं
२४	आवरण	चारुश्री नकर्मा	नयाँ वानेश्वर, काठमाडौं

९८५१०४०३३०		www.agnichakranews.com	agnichakramasik@gmail.com
६२०५८४०			appanmithila67@gmail.com
९७५१०६५९४०		www.agniban.com	
९८५१०५८६२९			akshya.gyan@yahoo.com
९८४१४९१६४५			monthly.ankur@gmail.com
४२२६७०२			
९७२१४१२१६२			aaradhanamonthly@gmail.com
२६२३९७		devineclubworldwide.org	devineyouthclubnepal@ssdham.org
६२०२३७९		devineclubworldwide.org	devineyouthclubnepal@ssdham.org
४३७७१०५		aarthikbazar.com	arthikbazarmonthly@gmail.com
४६००२६९			aarthikparibesh@gmail.com
२०९९८१			aankha.prakashan@gmail.com
४४८८५३१	४२३३७३८	www.ictnewsonline.com	ictweeklynews@gmail.com

२५	आजको बहस	बिष्णु रिजाल	मदन नगर, काठमाडौं
२६	इलोहं	नरेशवीर शाक्य	सेतोदरवार, काठमाडौं
२७	इन्सपिरेसन प्लस	अच्युत कोइराला	महाराजगञ्ज, काठमाडौं
२८	उपचार	सौजन्यप्रसाद सत्याल	इमाडोल, ललितपुर
२९	उकाली	रमेश खड्का	शान्तिनगर, काठमाडौं
३०	उर्जा नेपाल	महेश पाठक	काठमाडौं
३१	उत्कर्ष	विदुर भारती	काठमाडौं
३२	उद्देश्य	कमलराज अधिकारी	स्वयंभु, काठमाडौं
३३	एक्सपोर्ट बुलेटिन	शिव नेपाल	ठमेल, काठमाडौं
३४	एग्रो फरेष्ट्री	रामप्रसाद गौतम	कोटेश्वर, काठमाडौं
३५	एग्रो टाइम्स	इन्दिरा शर्मा	बागबजार, काठमाडौं
३६	एकीकृत	जानुका ढकाल (पछाई)	शान्तिनगर, काठमाडौं
३७	एभरेष्ट टाइम्स	मानछिरिङ तामाङ	मैतीदेवी, काठमाडौं
३८	ऐक्यवद्धता	मीना शर्मा (तिवारी)	काठमाडौं
३९	ओखलढुङ्गा सन्देश	ज्ञानप्रसाद बास्तोला	घट्टेकुलो, काठमाडौं

४२८२१५३	४२७११६७		aajakobahasa@gmail.com
४२२०७३०			elohanpublication@yahoo.com
९८०१०८६४८६		thebrighteducare.com	
९८४१३८३९३९			upachar.masik@gmail.com
४४८८८५३			rkukali@wlink.com.np
४४३०८३९			urjanepal@gmail.com
१४४८५१			utkarsha.monthly@gmail.com
४२८४६५९			udeshyanationalmagazine@gmail.com
४४४१३३७	४४१२२५१	www.nepalexport.org.np	econ@mail.com.np
९७४१०२२६३०			nart_2065@yahoo.com
४२४९०६६			info@agro.com.np
९८४१८५७४०८			biru_pachhai@yahoo.com
४४२९८५३		www.everesttimes-magazine.com	everesttimesmonthly@gmail.com
४४४०५५७	४४३३०६६	www.sansarnews.com	soldarity@ntc.net.np
४७७०९८३	४७७०७८७		okhaldhungasandesh@gmail.com

४०	क्रसचेक	राजन कार्की	कलंकी, काठमाडौं
४१	क्राइम टुडे	एल.एस. लामा	बागबजार, काठमाडौं
४२	कृषि सूचना	नवराज धिताल	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
४३	कृषि जर्नल	धनबहादु मगर	रबिभवन, काठमाडौं
४४	कृषि टाइम्स	धनबहादु मगर	काठमाडौं
४५	कृषक	कमला भट्टराई	बत्तिसपुतली, काठमाडौं
४७	कला क्रान्ति	ज्योति हमाल	सोद्वखुटे, काठमाडौं
४८	कलेज टाइम्स	नवराज खतिवडा	, काठमाडौं
४९	कर्णाली	मनत्ररुषि धिताल	अनामनगर, काठमाडौं
५०	कलश	मेरिना स्मृती	जयबागेश्वरी, काठमाडौं
५१	कमर्स टाइम्स	सजिब कालाखेती	काठमाडौं
५२	कामना	पुष्करलाल श्रेष्ठ	सोल्दीमोड, काठमाडौं
५३	केटाकेटी न्यूज	कृष्ण प्रसाद घिमिरे	काठमाडौं
५४	कोशे ढुंगा अभियान	बिनोद दाहाल	बबरमहल, काठमाडौं
५५	ग्ल्यामर प्लस	राजाराम फुयाल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
५६	ग्लोबल टाइम्स नेपाल	पालसाङ कुमारी लामा	चावहिल, काठमाडौं
५७	ग्लोवल भिजन	पुरुषोत्तम काफ्ले	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं

४४७३०८४	४२७०६९२		rajan1956karki@yahoo.com
६२१४४२			crimetoday@hotmail.com
४१०४१४९		apac.org.np	agri_infomonthly@yahoo.com
९८४१४४५७५३		krishijournal.com.np	krishijournal@yahoo.com
४४६१४७७			krishi.times@live.com
४६०२६६			krisakmasik@gmail.com
			artrevolutionmission@gmail.com
९८४२१००१८१			brt_boys@yahoo.com
९८४९२८०१९६			rajkumarkarnali@gmail.com
४४७९६७०, ९८४१२३४८८८			kalashmonthly@yahoo.com
९८५१०२९०९८			commerce.times73@gmail.com
४२६११७९	४२१८९९०		kamana2041@yahoo.com
९८४१४७७५१५			ketaketinewsmonthly@gmail.com
९८४४०४५५९४		mico.monthly.blogspot.com	salid.bk@gmail.com
२००४०१२		www.glamourplus.com.np	info@glamour.plus.com.np
९८४९१४८२९१		www.globaltimesnepal.blogspot.com	global2011@gmail.com
४४६०५२१			globalmonthly@gmail.com

५८	ग्रामीण जनसन्देश	राजन सुवेदी	कलंकी, काठमाडौं
५९	ग्रेट वे	मदन कुमार आचार्य	पुल्चोक, ललितपुर
६०	गरिमा	भेषराज घिमिरे	पुल्चोक, ललितपुर
६१	गल्फ नेपाल	मानछिरिङ तामाङ	मैतीदेवी, काठमाडौं
६२	गोरक्ष निखिलवाणी		सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र, बसुन्धारा, काठमाडौं
६३	गौरी	अर्जुन लामिछाने	कुमारीगाल, ललितपुर
६४	गोल्डेन साइन्टिफिक एज	सरोज ढकाल	कोटेश्वर, काठमाडौं
६५	घर आँगनमा शान्ति	भरतराज पोखरेल	कीर्तिपुर, काठमाडौं
६६	चम्पक	मैयां घिमिरे खनाल	ललितपुर
६७	चङ्गा	नारायणप्रसाद पौड्याल	ललितपुर
६८	चाणक्य	पूर्णमान सिंह	बागबजार, काठमाडौं
६९	चिलाख	सुमन श्रेष्ठ	भक्तपुर
७०	चिचिला	रमेश शुभेच्छु	लैनचौर, काठमाडौं
७१	चौतारी दर्पण	लक्ष्मण गुरुङ	डिल्लीबजार, काठमाडौं
७२	छ्योर्तेन	सुनिता लामा	बौद्ध, टुसाल, काठमाडौं
७३	छार गोडमा	ब्रा ब्रो दिस	ललितपुर

९८४९८३०५२६			graminjansandes@gmail.com
५५४७७५०		greatwayonline.com	greatwaymonthly@gmail.com
५५३५८४१	५५४४२३६		sajhap@wlink.com.np
४४२९८५३		www.gulfnepal.com	gulfnepal@yahoo.com
४३८९१५४		www.gnv.org.np	info@gnv.org.np
९८५१०५३६०१			gauri_2062@yahoo.com
२०५३२१३			age.scientific@gmail.com
५५४१७३३, ९८४१३९२५६६		www.journalist-nepal.com.np/champak	champaknews@hotmail.com
५५२२७९५			changmagazine@gmail.com
४२३८१०४		www.chaanakyamagazine.com.np	chaanakya@htp.com.np
४४१२७९९			chichilamonthly@gmail.com
२०७५१८, ९८५१०५१६६०			chautari_2007@hotmail.com
४४९६०५४			chhyorten@gmail.com
५५५१९६९	५५३८०१०		gongmamonthly@yahoo.com

७४	जनमत	मोहन दुवाल	बनेपा, काभ्रे
७५	जनआज्ञा	मनोज सार्थक	बालाजु, काठमाडौं
७६	जन उत्थान	रण वहादुर रमोल	अनामनगर, काठमाडौं
७७	जन किसान	सिताराम कोइराल	धादिङ्ग
७८	जन विचार	श्याम बानियाँ क्षेत्री	काठमाडौं
७९	जनशिक्षा	पूर्णबहादुर सिंह	काठमाडौं
८०	जनस्वास्थ्य सरोकार	प्रवनराज भट्टराई	कोटेश्वर, काठमाडौं
८१	जनपहुँच	कृष्णराज सर्वहारी	अद्वैतमार्ग, काठमाडौं
८२	जनआर्थिक संसार	शिव बस्नेत	अनामनगर, काठमाडौं
८३	जनपूर्जी	फणिन्द्रराज दाहाल	दिल्लीबजार, काठमाडौं
८४	जननी	नानी बराल	बौद्ध, काठमाडौं
	जलजला	खेम थपलिया	अनामनगर, काठमाडौं
८५	जीवन	श्यामराजा पाण्डे	कलंकी, काठमाडौं
८६	जुगल	सुदर्शन आचार्य	चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
८७	टुरीज्म भ्वाइस	पृति बहादुर राउत	पुतलीसडक, काठमाडौं
८८	डि.सी. नेपाल	हरि शर्मा	
८९	ढुकढुकी	केशव देवकोटा	भिमसेनस्थान, काठमाडौं
९०	तन्नेरी डट कम	विभोर बराल	कमलपोखरी, काठमाडौं
९१	तथाता	राम पोखरेल	बानेश्वर, काठमाडौं

६६१५७३			janamat@ntc.net.np
९८४१५४१६१६ ४३६४१७८	४३६४१७८	www.janaagya.com.np	janaagya@yahoo.com
२०३०३०९		www.jup_nepal.org	jucn@wlink.com.np
			janakishan87@gmail.com
४४२६१०२१			
९७४१०६८७४७		www.janashiksha.com.np	janashiksha@yahoo.com
९८४१३७४३४५			nepalhealthnews@gmail.com
४२६१७४९			janapahunchmonthly@gmail.com
४७७०६८३			janarthiksansar@gmail.com.np
४४४५५२०			
९८५१०२२७४१			masikjanani@gmail.com
९८५१०६६२७०		jaljalaview.com	jaljalmonthly.in@gmail.com
९८०१०७३५४५			jevanm17@yahoo.com
९८५१०२२६२२			sudarshan.sipa@gmail.com
९८४९०००९५८			tourisomvoice@gmail.com
		www.dcnepal.com	
९७२१४१२१६२			
४४४३८५३			tannerimonthly@gmail.com
९८४९३३०६६५			tathata.magazine@live.com

९२	तामाङ डाजाङ	ईन्द्र कुमार तामाङ	बुद्धनगर, काठमाडौं
९३	तान्छोप्पा	अमर तुम्याहाज	ललितपुर
९४	थेम्मुङ	बाबुकाजी श्रेष्ठ	थिमि, भक्तपुर
९५	थौकन्हे	रुक्मिणी श्रेष्ठ	ववरमहल, काठमाडौं
९७	दलित सन्देश	परशुराम रम्तेल	बुद्धनगर, काठमाडौं
९८	द लाईट अफ एशिया	भरतकुमार उपाध्याय	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
९९	द रिपब्लिक	नारद बस्नेत	अनामनगर, काठमाडौं
१००	द विजनेस जर्नल	पूर्ण कार्की	अनामनगर, काठमाडौं
१०१	द रिम	दुर्गा ढुंगाना	चावहिल, काठमाडौं
१०२	द प्रोग्रेस	दीपक सापकोटा	अनामनगर, काठमाडौं
१०३	द ब्याङ्कर	मधुकर अधिकारी	थापाथली, काठमाडौं
१०४	द डिस्कभरी एण्ड इनभेन्सन	शम्भु पोखरेल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१०५	द बोस	एन.पी. श्रेष्ठ	बानेश्वर, काठमाडौं
१०६	द पब्लिक	वीणा सिन्हा	कोटेश्वर ३५, काठमाडौं
१०७	दिगो ललित आवाज	गीता सापकोटा	ललितपुर
१०८	दिपज्योति आवाज	उमेश पाण्डे	गोङ्गबु, काठमाडौं
१०९	दिव्यज्ञान	पुष्प थपलिया	ठमेल, काठमाडौं

१००

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

९८४१३९५९०६		tamangdajang.com.np	tamangdajang@hotmail.com
५५२०३४९		chumlung.org.np	tanchoppa@yahoo.com
६६३३११६, ९८४१२२३०३३			themring@yahoo.com
४२२०१६४			
९८५११०१७०२			dalitsandesh@gmail.com
४४६६००३		www.thelightofasia.com.np	thelightofasia@gmail.com
२०५२७२२			republicinfo@gmail.com
४७७०४९०, ९८५१०९०२०९		www.businessjournal.com.np	info@businessjournal.com.np
९८४१६५३५०१		www.sindhulistudent-society.webs.com	therim2012@yahoo.com
४२५२०१९		www.progress.com.np	theprogress@mail.com
४२६५६४२			thebanker_thebanker@yahoo.com
४४३७४५६			discoverymonthly@yahoo.com
४७८२१००		www.theboss.com.np	editorial@theboss.com.np
४१५४१५९, ९८५११०७४२१			thepublicmonthly@yahoo.com
९७४११५०९६९			digolalit_aawaj1@yahoo.com
४३५३६७७, ९८४१३८५०३०			
४००४५९३	४४२०९९६		info@tourismorganiser.com

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

१०१

११०	दिग्दर्पण	डा. बाबुदेवकृष्ण शास्त्री	गौशाला, काठमाडौं
१११	दुधकोशी	आनन्द कुलुङ राई	चाबहिल, काठमाडौं
११२	देशिया	बबिता कुमारी चौधरी	अनामनगर, काठमाडौं
११३	ध्रुवीकरण	सुरेन्द्र बस्नेत	बागबजार, काठमाडौं
११४	न्यू सिने समर्पण	सुनिता शर्मा	बानेश्वर, काठमाडौं
११५	न्हू प्रेष्टिज नेपा:	नरेन्द्रबहादुर राजभण्डारी	ललितपुर
११६	न्यूज गोदाम	विन्दु श्रेष्ठ	थानकोट, काठमाडौं
११७	न्यू बिजनेस एज	मदन लम्साल	थापाथली, काठमाडौं
११८	नवनारी	जानुका ढकाल	शान्तिनगर, काठमाडौं
११९	नव आकाँक्षा	सुधन पौडेल	ललिपतुर
१२०	नयाँ कोशी	चन्द्र खाती	बालकुमारी, ललितपुर
१२१	नयाँ कोशीको आवाज		
१२२	नयाँ जमर्को	कमल बहादुर के.सी.	काठमाडौं
१२३	नव उदघोष	महेश कुमार तिवारी	कलंकी, काठमाडौं
१२४	नयाँ प्रवाह	ज्ञानेन्द्र प्रसाद आचार्य	कालिकास्थान, काठमाडौं
१२५	नवीन सन्देश	कल्पना शर्मा	घटेकुलो, काठमाडौं

४४८८१४५	४४६४०१७		digdarpan@gmail.com
९७४११५८३६७			gautamsagar59@gmail.com
४२१८२६१			deshiyam@gmail.com
			dhrubikaranmonthly@yahoo.com
९७५१००१२५२			
२१२१७४१			nhuprestige@hotmail.com
९८४१७३२८५२			
४२६७७१७	४२६८७२६	www.newsbusines-sage.com	info@newbusinessage.com
४६२०९३८		www.navanari.com	navanarimonthly@gmail.com
५५२८६५०			gaireji@gmail.com
५००६३३८			koshi_masik@yahoo.com
९८४१३५०६४२			
२००३८२६			loktantrapatrika@hotmail.com
०१० ६९१८९०			nayaprabaha@hotmail.com
४४३९१२५			nabinsandesh@yahoo.com

१२६	नयाँ नेपाल पोष्ट	देवेन्द्र गौतम	कमलपोखरी, काठमाडौं
१२७	नवयुवा	तुल्सीदास महर्जन	कलंकी, काठमाडौं
१२८	नवीन दृष्टिकोण	उर्मिला मानन्धर भण्डारी	बागबजार, काठमाडौं
१२९	नयाँ अपरेशन	विष्णु श्रेष्ठ	काठमाडौं
१३०	नयाँ सत्मार्ग	लेखनाथ दाहाल	काठमाडौं
१३१	नः लि (नेवारी)	नरेशवीर शाक्य	जमल, काठमाडौं
१३२	नवतलाश	कमला शाक्य	कालिकास्थान, काठमाडौं
१३३	नयाँ अग्रगमन	देवेन्द्र पौडेल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१३४	नयाँ खोज	शशी कोइराला	कमलपोखरी, काठमाडौं
१३५	नयाँ युगकी नवनारी	चन्दा विष्ट	पुल्चोक, काठमाडौं
१३६	नागरिक एकता	सुमित्रा सापकोटा	ललितपुर
१३७	नारी उद्घोष	मीना सुवेदी	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
१३८	नारी स्वर	नम्रता शर्मा	काठमाडौं
१३९	नागरिक खबर	रमेश लम्शाल	नौविसे, धादिङ्ग
१४०	नीति	भगवान अधिकारी	माइतीघर, काठमाडौं
१४१	न्यु प्रेस्टिज नेपा	नरेन्द्र बहादुर राजभण्डारी	ललितपुर
१४२	नुवागी	मैया त्वाना बासु	भक्तपुर

४४१९४८४	४४४५४०६	www.nayanepalpost.com	info@nayanepalpost.com
४३२००८			yuwamonthly@yahoo.com
६१११२६६			
४२२०७३०			elohanpublication@yahoo.com
४४४५२६६			nawatashmagazine@gmail.com
९८४१७२८६७४			newagragamn@yahoo.com
४४१५१७१		www.khojtalashnews.com	khojmasik@gmail.com
५५९१६९०			navanari@gmail.com
९८५१०५२७९४			nagarikkhabar1@gmail.com
९८४१६११३१४			subedi.meena@hotmail.com
४४७११६०			namrata1964@yahoo.com
९८४१३३९५९८			nagarikkhabar7@gmail.com
४२२०७४०			nitimonthly@gmail.com
२१२१७४१			nrb-j@hotmail.com
६६१२६४०			nuwagimonthly@gmail.com

१४३	नेपाल खेलकुद मञ्च	पूर्णमान श्रेष्ठ	काठमाडौं
१४४	नेशनल मिरर	विमला विष्ट	धापासी, काठमाडौं
१४५	नेपाली सरोकार	मेदिनी कुमार केबल	बागबजार, काठमाडौं
१४६	नेपाल	प्रशान्त अर्याल	सुविधानगर, काठमाडौं
१४७	नेपाल बोर्डर	विजय पोखरेल	सुविधानगर, काठमाडौं
१४८	नौलो शैक्षिक बिहानी	नारायणप्रसाद नेपाल	चाबहिल, काठमाडौं
१४९	नासम	कान्छी शेर्पा	टुसाल, बौद्ध, काठमाडौं
१५०	नारी समुदाय	रमा कर्णजीत	बनेपा, काभ्रे
१५१	नेत्रज्योती	सन्तोषी बस्नेत	ग्वार्को, ललितपुर
१५२	नेहा	चन्दा रौनियार	लाजिम्पाट, काठमाडौं
१५३	नेपाल टाइम्स जर्नल	गंगाप्रसाद पोखरेल	अनामनगर, काठमाडौं
१५४	नेपाल यूनेस्को आवाज	अमति गौतम	कोटेश्वर, काठमाडौं
१५५	प्रवर्तमान	नारदमणि पौड्याल	कपन, काठमाडौं
१५६	प्रथम पाइला	गोपाल ढकाल	बांसबारी, काठमाडौं
१५७	प्रशासनिक सुधार	रमेश दाहाल	मैतीदेवी, काठमाडौं
१५८	प्रतिध्रुव	दामोदर पौडेल	चाबहिल, काठमाडौं
१५९	प्रोफाइल	नारायण तिवारी	माइतीघर, काठमाडौं

६२०६४८९, ९८४३०३६०११	४४४१४६२		n.mirror@yahoo.com
४३५०१७७			sarokamp@yahoo.com
९८४१३०४८५६			nepalmag@kantipur.com.np
४४८०१००	४४९६५४८	www.ekantipur.com/nepal	nepalborder@gmail.com
२०९२०९४			bihani2006@yahoo.com
४४६५६६७			nassam_monthly@gmail.com
९८४१८२२४५३		www.sherpasanchar.com.np	
९८४१५४०७२९			netrajyoti_edu99@hotmail.com
९८४१३१४०१९			nweeha@yahoo.com
४४२६११०		www.nweeha.org.np	tax_journal@yahoo.com
४२५८५९७			
४६००६५८			prabartanan@kmfoundation.org.np
४८११५३१		www.mnfoundation.org.np	xmedia-nepal@yahoo.com
९८४१४६३३५५			prashasaniksudhar@gmail.com
४९९१८६८			pratidhruba@gmail.com
४४१३०७५			info@profilenepal.com
४४६९८८३		www.profilenepal.com	

१६०	पर्यावरणीय मञ्च	डा. अष्टमान किस्ती महर्जन	ललितपुर
१६१	पर्यावरण	रामचन्द्र न्यौपाने	नक्साल, काठमाडौं
१६२	पारिवारिक आराधना	रामहरि पनेरु	भीमसेनस्थान, काठमाडौं
१६३	पावर अफ ग्रुप	दीपा भुषाल	बागबजार, काठमाडौं
१६४	पूर्ण	विष्णु वेलवासे	बागबजार, काठमाडौं
१६५	पुस्तकालय आवाज	विष्णुप्रसाद अर्याल	कुलेश्वर, काठमाडौं
१६६	पूर्णिमा दर्शन	पूर्ण प्र. मिश्र	सुन्दरीजल, काठमाडौं
१६७	प्रत्याक्रमण	चन्द्रमान श्रेष्ठ	अनामनगर, काठमाडौं
१६८	प्रतिभा प्रवाह	केशव सिलवाल	काठमाडौं
१६९	फ्रि एक्सप्रेसन	कृष्ण सापकोटा	
१७०	फोलियो म्यागालाईन	अनिस अर्याल	ढल्को, काठमाडौं
१७१	बालआस्था	धर्मेन्द्र महर्जन	बागबजार, काठमाडौं
१७२	बालयुग	युगनाथ शर्मा पौडेल	गोग्गु, काठमाडौं
१७३	बाल आवाज	अर्पणा अर्याल	बुद्धनगर, काठमाडौं
१७४	बालमञ्जरी	लक्ष्मीधर गुरागाई	अनामनगर, काठमाडौं
१७५	बालोद्यान	सूर्य प्रसाद लाकोजु	काभ्रे
१७६	बालतृणा	कमला ओली	अनामनगर, काठमाडौं

५५६०७८२		yaefast@wlink.com. np, yaefnepal.org	
४४३५८४४	४४४५३२२	www.econepal.org	econepal@econepal.org
४२६१०२१			
			powerofgroup31@yahoo.com
६२२७५७६			spoonanewspaper@gmail.com
९८५१११४७५३		www.idf.org.np	vo1222@gmail.com
९८४१४६३३८५			purnimadarshan69@yahoo.com
४७७१३८६			pratyakraman@gmail.com
			prativaprawaha@gmail.com
		www.nepalpressfree- dom.org	kathmanduinfo@freedomfo- rum.org.np
४२६९९२७		www.himrose.com	himrose2010@gmail.com
४३५७२५१	४३५९०८५		balyug.child@gmail.com
४७८५१२६	४७८२४६०		voicepub@hotmail.com
९८४९७२४८८६			manjaribal@gmail.com
९८४९३११७०५			
४१५४११८			baltrinamonthly.123@gmail.com

१७७	बिजनेस वर्ल्ड	रामहरी सिलवाल	पुतलीसडक, काठमाडौं
१७८	बुङ्खाखा	पदम राई	ललितपुर
१७९	भ्वाइस अफ चिल्ड्रेन	चिरन्जीवी पौडेल	काठमाडौं
१८०	भ्वाइस अफ नेपाल	केदार प्रसाद पोखरेल	मीनभवन, काठमाडौं
१८१	भानु	गंगा पौडेल	चावहिल, काठमाडौं
१८२	भूगोल	डम्बर कु. गिरी	बागबजार, काठमाडौं
१८३	भो	एन पी. श्रेष्ठ	बानेश्वर, काठमाडौं
१८४	भेट टाइम्स	डा. सुनिल सापकोटा	पुतलीसडक, काठमाडौं
१८५	मधुपर्क	श्रीओम श्रेष्ठ	धर्मपथ, काठमाडौं
१८६	मध्यपुर पोष्ट	कृष्णदेव श्रेष्ठ	थिमि, भक्तपुर
१८७	मधुमति	बलराम कोइराला	रातोपुल, काठमाडौं
१८८	महान अभियान	भविन्द्र राई	लगनखेल, ललितपुर
१८९	मनोहर	देवनारायण कार्की	सिरुटार, भक्तपुर ४
१९०	मधुर सन्देश	इरफान पोखरेल	घण्टाघर, काठमाडौं
१९१	मजदुर आवाज	नरेन्द्र प्रसाद खरेल	तीनकुने, काठमाडौं
१९२	मार्गदर्शन	दीपक पाठक	तिनकुने, काठमाडौं
१९३	माऊ	रामप्रसाद ज्ञवाली	चावहिल, काठमाडौं
१९४	माई ट्रिम्ज	माधव धिमिरे	सामाखुशी, काठमाडौं

४४२४६०९		www.bworldnepal.com	bworld@wlink.com.np
९८४१२६०३५०			bungwakha@gmail.com
४७८५१२६			
४४६५४२१			voiceofnepal@hotmail.com
९८४१५४४०६१			bhanunepali@gmail.com
९८४१०७२८७४			bhugolweekly123@gmail.com
४७८२१००		www.vownepal.com	
९८५१०५४८६८			vettimes@yahoo.com
४२४४४३५		www.gorkhapatra.org.np	madhuparkgopa@yahoo.com
६६३२९१४			skthimi@yahoo.com
९८४१५४४८२९			madhumatimonthly@yahoo.com
५५२५०९४, ५५४८०३८		www.mahanaviyan.com.np	aviyan_@gmail.com
६६३६३६०			manoharmonthly@gmail.com
४२२६२५९	४२५६९१२		islam.prakash09@gmail.com
४४९९५८३			majadurawaz@yahoo.com
४४८०४९६	४४८०६५८	www.margadarsan.com	marga_darshan@yahoo.com
९८४१४६७४१७			bhanunepali@gmail.com
४३८९०५६			dreamsmgz@gmail.com

१९५	मार्गदर्शन खबरपत्रिका	दिपक पाठक	काठमाडौं
१९६	मानचित्र	टिकादेवी भण्डारी	अनामनगर, काठमाडौं
१९७	मानव अधिकार सन्देश	महेश्वर पौडेल	अनामनगर, काठमाडौं
१९८	मिमिरी	विमला उपाध्याय	ने.रा.बै.गभर्नरको कार्यालय, काठमाडौं
१९९	मिलाप	विष्णु वेलवासे	बागबजार, काठमाडौं
२००	मूल्याङ्कन	भलक सुवेदी	कलंकी, दुङ्गेअड्डा, काठमाडौं
२०१	मुना	कृष्ण श्रेष्ठ	धर्मपथ, काठमाडौं
२०२	मुजुरा	अनन्तप्रसाद अर्याल	सुन्दरीजल, काठमाडौं
२०३	मुन्धुम	कृत बहादुर राई	गोङ्गबु, काठमाडौं
२०४	मेलम्ची टुडे	रामकुमार पौडेल	अनामनगर, काठमाडौं
२०५	मेलम्ची	अनिता ज्योती	सिन्धुपालचोक
२०६	यातायात मञ्च	नगेन्द्रप्रसाद गौतम	चाबहिल, काठमाडौं
२०७	यातायात गतिविधि	नेत्र बहादुर बस्नेत	बागबाजार, काठमाडौं
२०८	यथार्थ जनविचार	कामना ढकाल	कोटेश्वर, काठमाडौं
२०९	यामबुरी	खोजराज गोले	अनामनगर, काठमाडौं
२१०	युवा मञ्च	बिजय चालिसे	धर्मपथ, काठमाडौं

४४८०४९६			margadarshan_newspaper@hotmail.com
९८४१०३५४५१			samitabhandari@yahoo.com
६२२१०८३, ९८४१४५०४३६			smanabadhikar@hotmail.com
४४१११९८		www.nrb.org.np	mirmiremonthly@gmail.com
९७४११६०६७१		www.milapnews.com	newsmilap@yahoo.com
४३१२००८		www.mulyankan.com.np	mulyankan@gmail.com
४२२२२७८		www.gorkhapatra.org.np	muna@gorkhapatra.org.np
४८००७२२			mujuira_monthly@yahoo.com
९८०३३११८७८			monthly.mundhum@gmail.com
९८४१४३८९८२			melmchi.today@yahoo.com
९८४९०४९८१४			melmchi_mpatrika_15@yahoo.com
९८५१०६१७३०			yatayat_manach@yahoo.com
९८५११०४५४०			
४६०१८७८	४६००५८		janayathartha@gmail.com
९८०३३५६१३५			yamburim@gmail.com
४२५७९३१			yubamanch@gorkhapatra.org.np

२११	युनिक पोष्ट	सूर्य बहादुर प्रजापति	चपाचो, ललितपुर
२१२	युवा जागरण पर्यावरणीय मञ्च	डा. अष्टमान किसी महर्जन	बाडेगाउँ, ल.पु.
२१३	युवा हुड्कार	भुवन के.सी.	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२१४	युगदर्शन	शशिधर भण्डारी	
२१५	युवा मार्गदर्शन	नारायण क्षेत्री	काठमाडौं
२१६	युनिटी भ्वाइस	रामचन्द्र खड्का	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२१७	रत्नराधिका	प्रकाशप्रसाद अर्याल	ललितपुर
२१८	रक्षा कवच	श्याम सिंह थापा	गंगोबु, काठमाडौं
२१९	रामेछाप टाइम्स	विदुरप्रसाद ढुंगेल	बागबजार, काठमाडौं
२२०	राज्य	राजेश चाम्लिङ	कोटेश्वर, काठमाडौं
२२१	राष्ट्रिय आर्थिक	पुष्कर बस्नेत	बागबजार, काठमाडौं
२२२	रिडर्स एक्सप्रेस	उपेन्द्र खड्का	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२२३	रिडर्स	मोहनप्रसाद पन्त	पुतलीसडक, काठमाडौं
२२४	रिपब्लिका	भिष्मराज ओझा	नयाँबानेश्वर, काठमाडौं
२२५	रिपोर्टर्स नेपाल	कृष्णप्रसाद केसी	बागबजार
२२६	रियल नेपाल	गोपाल कुमार के.सी.	डिल्लीबजार, काठमाडौं

९७५१०३५७४०			uniquepost.monthly@gmail.com
५५६०७८२		www.yaefnepal.org	yaefast@wlink.com.np
४४१८४०५	४४११५२९		nepalpressclub@gmail.com
४४६६७८७			yugajyotiprakashan@yahoo.com
९८५१०२२९७२			yuvamargdarshan@gmail.com
४१६७५७३		www.unityvoice.com.np	unityvoice@ymail.com
४८११४११			kabyashdha.com
			rakshya.kawachGmail.com
२०४३५७०			
४१५४१०१			rajyamasik@gmail.com
९८४९३५७४५८	४२५७८२८		puskasbasnet708@yahoo.com
९८४१४१३३६३			readerepress@gmail.com
९८४१६२२८०६			readers@gmail.com
९८४१५२७०७५			republicatic.monthly@yahoo.com
४२६८८५६			
९८५१०५६२८६			repotersnepal23@gmail.com

२२७	रिभो साइन्स	प्रा.डा. जीवन ज्योती नकर्मि	बागबजार, काठमाडौं
२२८	रेखाङ्कन	श्यामकृष्ण थापा	बागबजार, काठमाडौं
२२९	रेडियन्ट	चेतन शिवाकोटी	जोरपाटी, काठमाडौं
२३०	रेडक्रस	देवरत्न धाखा	रेडक्रस मार्ग, काठमाडौं
२३१	रोजगार मञ्च	चित्रबहादुर कार्की	महाराजगञ्ज, काठमाडौं
२३२	लभश्री	लक्ष्मीनारायण भट्टराई	ताहाचल, काठमाडौं
२३३	लालयुग	प्रकाश रोकाया	सोल्तीमोड, काठमाडौं
२३४	लाल रक्षक	शैलेन्द्र घिमिरे	कोटेश्वर, काठमाडौं
२३५	लालु मधेश	अमित शाह	सिनामंगल, काठमाडौं
२३६	लिपि पौ	नरेशवीर शाक्य	जमल, काठमाडौं
२३७	लोकतन्त्र नेपाल	भीमप्रसाद कोइराला	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२३८	लिसंखु बिहानी	निमा घ्याम्छो योजन	चाबहिल, काठमाडौं
२३९	लुना	राजेन्द्र श्रेष्ठ	थापाथली, काठमाडौं
२४०	लुङ्गिन पोष्ट	उदिया श्रेष्ठ	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२४१	लुँ आख	दर्शनवीर शाक्य	जमल, काठमाडौं

९८४१४५४६७०		www.revoscience.com	info@revoscience.com
२०६१०४६			rekhankan@hotmail.com
२१४३२३०			radiantmasik@yahoo.com
४२८५०८९		info@nracs.org	wwwnracs.org
४३७४४९९			
९८४१३०८८३४			loveshreemasik@gmail.com
४२७४७९१			lalyug@gmail.com
४६०१७३४		www.lalrakshak.com	newslalrakshak@.com
९८४५२५१६५६			
४२२०१३०			elohanpublication@yahoo.com
			lokantnepal_2006@yahoo.com
९८०३०२३१९६			lisankehubihami@gmail.com
९८५१०२५१९०			lunamag@link.com
९८४९३३५००३			lungginpost_weekly@yahoo.com
४२२७३०			elohanpublication@yahoo.com

२४२	लिभिङ्ग विथ आइसिटी	चिरन्जीवी लम्साल	बागबजार, काठमाडौं
२४३	वचन	अशोक चाम्लिङ्ग राई	भैसेपाटी, ललितपुर
२४४	वर्तमान सहकारी	गान्धर्वराज पौडेल	कपन, काठमाडौं
२४५	वादविवाद	विदुर खड्का	कपन, काठमाडौं
२४६	विकसित नेपाल	खेम गैरे	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२४७	विमोचन	राजेन्द्र उपचारक	ज्ञानेश्वर, काठमाडौं
२४८	विश्व सन्देश	विजयराज पौडेल	पुतलीसडक, काठमाडौं
२४९	विजनेश भ्वाइस	उद्धवबहादुर अर्याल	बागबजार, काठमाडौं
२५०	वीरताको चिनो	रुद्र प्रसाद आचार्य	
२५१	विश्व खबर	रमेश पाण्डे	बानेश्वर, काठमाडौं
२५२	विश्व घटना	दीपक दाहाल	सरस्वतीनगर, काठमाडौं
२५३	विश्व दृष्टिकोण	अमृतकुमार पुरी	नरदेवी, काठमाडौं
२५४	वेभ	इन्दु नेपाल	ललितपुर
२५५	श्रृङ्खला	भिम क्षेत्री	बालाजु, काठमाडौं
२५६	शब्द संयोजन	रमेश पोखरेल	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२५७	शब्दाङ्कुर	धीरकुमार श्रेष्ठ	काठमाडौं

२४२१९६		freshgroup.com	info@livingwithict.com
९८४११६५२०५			vachan_magazine@yahoo.com
४८१२५८७			mbartaman@hotmail.com
९८४१७२८६७४			vadviwadn@yahoo.com
९८४९१४८९२३			gairekhem@gmail.com
४४१३५७०	४४१३५६६	www.vimochan.com.np	vp1786@gmail.com
९८५११५४४७७			poudel_bijaya@yahoo.com
९८४१८९०८३८		businessvoice.com.np	businessvoice@yahoo.com
९८४२७३३०७३			
९८०८२३७०४०		www.bishwakhabar.com.np	bishwakhabar@yahoo.com
९८४१२०७६६६			
४२५६४१७			bishwadistrimon@gmail.com
५२५०३३३	५२१०१३	www.wavemag.com.np	wave@himalmedia.com
९८४१३२२४२८		www.shrinkhala.com	shrinkhala11@yahoo.com
९८५१११९०७५		www.shabdadasamyojan.com	s_samyojan@yahoo.com
४७८३९१२		www.pustakalaya.org	sabdankur58@yahoo.com

२५८	शिक्षक	राजेन्द्र दाहाल	ललितपुर
२५९	शिक्षालय	राजन के.सी.	लगनखेल, ललितपुर
२६०	शैक्षिक मञ्च	प्रवीणराज जोशी	सुन्दरनगर, काठमाडौं
२६१	शुभारम्भ	दिनेश सिम्पाने पोखरेल	अनामनगर, काठमाडौं
२६२	शुभ लक्षण	उद्धवराज भेटवाल	नुवाकोट
२६३	स्वास्थ्य सन्देश	नवराज अधिकारी	अनामनगर, काठमाडौं
२६४	स्पेश न्यूज	सोम कुमार मिश्र	अनामनगर, काठमाडौं
२६५	स्काउट दर्पण	जुनु श्रेष्ठ	काठमाडौं
२६६	स्वास्थ्य खबरपत्रिका	अनिल न्यौपाने	अनामनगर, काठमाडौं
२६७	स्वास्थ्य सम्पदा	उद्धव प्रसाद शिवाकोटी	काठमाडौं
२६८	स्पोर्ट्स प्लस	संगिता श्रेष्ठ	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२६९	स्पन्दन	सीताराम धिमिरे	चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
२७०	समय एक्सप्रेस	गोविन्द सञ्जेल	ललितपुर
२७१	सहिबाटो	सुवर्ण सिंह	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२७२	सहकारी समाचार	दीर्घबन्धु सुवेदी	काठमाडौं
२७३	सर्वज्ञान मञ्च	श्याम खड्का	टेकू, काठमाडौं

५५४३२५२		www.teacher.org.np	mail@teacher.org.np
९८५१०८५८६७			shikshalayamagazine@gmail.com
६६३४३५१			edu22forum@yahoo.com
९८४१२०६१६६			
९८५१०३७८७०			agradarshishyamjee@yahoo.com
४२२०७१३			rk_ad@hotmail.com
			info.spacenews@gmail.com
९८५११४४३७४			scoutdarpan@gmail.com
९८५१०६०१२९		ehealthnewspaper.com	healthnewspaper@gmail.com
९८५१०३२९३६			tumamcare@gmail.com
४४२०९२१			ewaymedia@gmail.com
९८०४७७११०३			sewacomputer@gmail.com
९८५११०६१५८			samayaexpressmarg@gmail.com
४४३५८०४			kedaradhikari@gmail.com
३२९७९३०		www.facebook.com/cooperative-news	
४२३२६६८		www.harmosamachar.com	sabragyan@gmail.com

२७४	समुन्नत नेपाल	नारायण प्रसाद अधिकारी	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२७५	समयबोध	लेखनाथ न्यौपाने	अनामनगर, काठमाडौं
२७६	संघीय	दलबहादुर लिम्बु	काठमाडौं
२७७	सर्बोत्तम नारी	सुवास ढकाल	सुविधानगर, काठमाडौं
२७८	सरोकार नेपाल	दिकमान समवाङ्गिका	ववरमहल, काठमाडौं
२७९	समसामयिक बहस	पदम सिंह ठगुना	कोटेश्वर, काठमाडौं
२८०	सम्पत्ति	गोविन्द प्रसाद चौलागाईं	न्यूरोड, काठमाडौं
२८१	समावेशी	खिल वहादुर भण्डारी	अनामनगर, काठमाडौं
२८२	साँचो जीवन	कर्णखर खतिवडा	मालीगाऊ, काठमाडौं
२८३	साइबर सञ्चार	महेश पाण्डे	कान्तिपथ, काठमाडौं
२८४	साधना	पुष्करलाल श्रेष्ठ	भिमसेनस्थान, काठमाडौं
२८५	साइन्स मोनिटर	रविराज शाही	काठमाडौं
२८६	सोपान	बासुदेव ढकाल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२८७	सिन्धु यात्रा	ज्ञानेन्द्र तिमिल्सिना	चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
२८८	सिन्धु दिग्दर्शन	शान्ता कुमार क्षेत्री	सिन्धुपाल्चोक

९८५१०२७२८३	४४४४४८०	www.samunatnepal.org.np	samunatnepal@gmail.com
४२४५३०४, ९८५११२८४७०		samayabodh.com	samayabodh@gmail.com
४४८०१००			nari@ekantipur.con.np
१६२१५७९०			
९७५१००३४६४		www.samasamayikba-has.blogspot.com	magzine@gmail.com
९८४१४०७२४७			sampatinews@gmail.com
९८५१०१२८४६			samabesimag@gmail.com
४४२९१०४		www.throughforsuper-bliving.org	info@houtghtsuperbliving.org
९८४१२७७१८५, ४२४९२६८			cybersanchar@vianet.com.np
४२६११७९	४२१८९९०	www.newsofnepal.com	sadhanahealth@yahoo.com
४४२३७०६			
४४३५१४८	४४३५१४८		sopanmonthly@gmail.com
९८४१९४४५१४		www.merosindhu.com	gyanendrasindhu@gmail.com
९८४१५०९९२९			sindhu.digdarshan@gmail.com

२८९	सिद्धाश्रम	मृगेन्द्र सुवेदी	कपन, काठमाडौं
२९०	सिन्धुका सुसेली	टीका सुवेदी	चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
२९१	सुनकोशीको सुसाई	केशव नेपाल	ललितपुर
२९२	सुनकोशी आवाज	शंकरप्रसाद अधिकारी	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२९३	सुलेख	अच्युत प्र. घिमिरे	जोरपाटी, काठमाडौं
२९४	सुरभी	अच्युत घिमिरे	जोरपाटी, काठमाडौं
२९५	सेम आह्वान	लक्ष्मणदत्त जोशी	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२९६	हसना म्यागेजिन	अमिका राजथला	टेकु, काठमाडौं
२९७	हट नेपाल	व्याकुल पाठक	गोग्गु, काठमाडौं
२९८	हाम्रो जलजला	खेम थपलिया	अनामनगर, काठमाडौं
२९९	हाम्रो बाल बगैचा	विजयराज आचार्य	काठमाडौं
३००	हाम्रो मुक्तियात्रा	ओपेन्द्र शर्मा	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
३०१	हामी	विनोदकुमार रानामगर	काठमाडौं
३०२	हाम्रो बोधार्थ	बैकुण्ठ भण्डारी	डिल्लीबजार, काठमाडौं
३०३	हाम्रो सम्पदा	श्यामकुमार बस्नेत	अनामनगर, काठमाडौं
३०४	हाम्रो नेपाल टुडे	राधाकृष्ण कटुवाल	कमलाक्षी, काठमाडौं
३०५	हिमालिनी (हिन्दी पत्रिका)	रमेश भ्रा	अनामनगर, काठमाडौं

४१६४२२२		www.siddhashramne-pal.org	
९८४१९८९०८७			suseli@yahoo.com
५२०१६३३			sunkoshi@gmail.com
९८५११११८५६			
९८४११४१०९३			surabhiakhyan@gmail.com
४९१०४८६			surabhiakhyan@gmail.com
९८५११०८१२१			samaahwan@gmail.com
२०१०८२०, ९८४१२२५०३९			hasanamagazine@yahoo.com
९८५१०३५४९३			jaljalmonthlyin@gmail.com
९८५१०६६२७०		jaljalaviews.com	hotdreamnepal@gmail.com
४४३७८८२			balbagaicha@yahoo.com
९८५१११९८५८२			sopendra@gmail.com
			www.readers.com.np
४४२४८१३			bodhartha@gmail.com
४७७०२०६		www.hamrosampada.com.np	info@hamrosampada.com.np
२०४२५४९			hamronepaltoday@yahoo.com
२०३१०९०		www.himalini.com	himalini1998@hotmail.com

३०६	हिमपात	नारानबहादुर गुरुङ	सिफल, काठमाडौं
३०७	होम ल्याण्ड	प्रकाश अधिकारी	ललितपुर
३०८	सिइओ	निराजन ढुंगाना	काठमाडौं

द्वैमासिक

१	अभिव्यक्ति	नगेन्द्रराज शर्मा	गौरीनगर, चाबहिल, काठमाडौं
२	अक्षर	शेखर गिरी	सिनामंगल, काठमाडौं
३	अन्तुडांडा	तिलक अर्याल	अनामनगर, काठमाडौं
४	आलोचना	सूर्य प्र. लाकोजु	
५	आध्यात्मिक जागरण	चन्द बहादुर खत्री	थानकोट, काठमाडौं
६	इको फोकस	दीपक अधिकारी	चावहिल, काठमाडौं
७	ॐ शान्ति सन्देश	ब्रम्हकुमार तिलकबहादुर शाही	ठमेल, काठमाडौं
८	उर्जा नेपाल	महेश पाठक	काठमाडौं
९	कौशिकी	चेतनाथ धमला	काठमाडौं
१०	चलानी	शंकर प्र. अधिकारी	बागबजार, काठमाडौं
११	ज्योतिष सन्देश	ताराप्रसाद नेपाल	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१२	जमघट	डम्बर रसिक भारती	सिन्धुपाल्चोक
१३	जेष्ठ नागरिक	कृष्णमुरारी गौतम	बत्तिसपुतली, काठमाडौं
१४	टुरिज्म न्यूज डाइजेष्ट	हरिराज जोशी	नक्साल, काठमाडौं
१५	तन्नेरी	विदुर गौतम	काठमाडौं

९८४१४०३४७२			famousgurung@gmail.com
५५५१००२			samaybodh@gmail.com
२२९७६१४			marketing@ceotab.com

४४७२६३७		www.34.brinkstar.com/abhivyakti	
४४७१८५८		www.samghiya.com	yajournalist@gmail.com
९८४११६८०४०			
९८४९३१७१०५			chandrao8144@yahoo.com
९८४१८९६२४१			eco_focus@wlink.com.np@gmail.com
४४८३२७२		www.eco_focus.org.np	rajyoga@ecomail.com.np
४२९०५८	४२६२३०८		urjanepal@gmail.com
९८४१७२४२१८			chalaninews@yahoo.co
०१ ६९२२६०६	४१०९७८३		
४४३४९०९			jamghatpatrika@gmail.com
९७५१०१०२०५			ageingnepal@gmail.com
४४८५८२७		www.ageingnepal.jrg.np	imagenepal@gmail.com
९७५११८५६०१	४४१५३२५	www.imagenepal.com.np	tanneri2035@gmail.com
९८४९१३३०७१			

१६	तिखो प्रहार	ओम प्रसाद नेवाङ	काठमाडौं
१७	दायित्व	राम प्रसाद पन्त	चावहिल, काठमाडौं
१८	दीपन	प्रा. श्रीराम पौडेल	अनामनगर, काठमाडौं
१९	धिमय पौ	शन्तमान महर्जन	ललितपुर
२०	न्यायदूत	होमनाथ ढुंगाना	ने.बा.ए.को हल, काठमाडौं
२१	नःलि.	नरेशवीर शाक्य	जमल, काठमाडौं
२२	नव सगरमाथा	मधुबहादुर बस्नेत	कमलपोखरी, काठमाडौं
२३	नेवाः हाइकु	डा.आनन्द जोशी	भुरुङ्गखेल, काठमाडौं
२४	निर्वासन	विश्वनाथ रिजाल	मैतीदेवी, काठमाडौं
२५	प्रहरी	राजुबाबु श्रेष्ठ	नक्साल, काठमाडौं
२६	प्रतिनिधी	भिम खरेल	काठमाडौं
२७	फरक पत्र	भगवानचन्द्र ज्ञवाली	बालाजु, काठमाडौं
२८	मजदूर आवाज	सत्यराम पराजुली	तीनकुने, काठमाडौं
२९	मानव अधिकार सन्देश	महेश्वर पौडेल	काठमाडौं
३०	रचना	रोचक धिमिरे	गहनापोखरी, टङ्गाल, काठमाडौं
३१	ललितकला	देवेन्द्र काफ्ले (थुम्केली)	काठमाडौं
३२	वैजयन्ती	यादब भट्टराई	चावहिल, काठमाडौं

४४६१३३६			dayitwa@hotmail.com
४४८६४७६		dayitwa.org	
			jjapursamaj@net.com.np
५५४४८५७		www.jyapu_samaj.org.np	neba@wlink.com.np
४२४८५९५			elohampublication@yahoo.com
४२२०७३०			nawasagamatha13@yahoo.com
९८४९२५७६११			ibmali@hotmail.com
९८०३०१४६१०			hrwfbhutan@mos.com.np
६९१०६४०	४४१५८७८		
			pratidhiprakashan@gmail.com
९८४१२४३६१९			farakpatra@yahoo.com
६९२४८३१		www.faraknews.com	majadurawaz@yahoo.com
४४९९५८३			smanabdhikar@hotmail.com
०१ ६२२१०८३			nepalirachana@gmail.com
४४३२७०३		www.onlinesanitya.com/rachana	
			shabdarthprakashan@gmail.com
४४९७३५१		www.nepalpublisher.com	basnet555@gmail.com

३३	शैक्षिक रिसर्च	रामकुमार पौडेल	कालोपुल, काठमाडौं
३४	स्टुडेन्ट कन्सेप्ट	केशवराज पन्थी	पुरानो वानेश्वर, काठमाडौं
३५	हिमाली गुराँस	खिमानन्द पोखरेल	काठमाडौं
३६	हेल्प टुडे	शिवराज योगी	काठमाडौं
३७	ज्ञानपुञ्ज	भीमक्षेत्री	बालाजु, काठमाडौं
३८	ज्ञान गंगा	सुरेन्द्र मिश्र	पुतलीसडक, काठमाडौं

त्रैमासिक पत्रिका

१	अक्षर मार्ग	सूर्य प्रसाद लाकोजु	पनौती, काभ्रे
२	अक्षयलोक	सिद्धिश्वरमान श्रेष्ठ	काठमाडौं
३	अपराध खोजखबर	यज्ञ वहादुर कार्की	काठमाडौं
४	अन्तर्बोध	होमशंकर बास्तोला	काठमाडौं
५	अकाल कुसुम	बिश्व सिग्देल	बनेपा, काभ्रे
६	उन्नयन	अच्युतरमण अधिकारी	अनामनगर, काठमाडौं
७	कलानिधि संगित	धनबहादुर गोपाली	पुल्चोक, ललितपुर
८	कलम	घनश्याम ढकाल	काठमाडौं
९	कल्पतरु	नवराज पुडासैनी	काठमाडौं
१०	खोजपृष्ठ	जीवनराज आडदेम्बा	काठमाडौं
११	चन्द्रगिरि	घनश्याम ढकाल	न्यू प्लाजा, काठमाडौं

९८४१३६१७७८			
४४६९६०५			himaligurans@hotmail.com
९८४१६११४५१			healthtoday@gmail.com
४८८०६१८		www.healthtodayne- pal.com	gyanpunja@gmail.com
९८४१३२२४२८			
९८४१३९४९०३			

९८४०४३२००७			akshalok@gmail.com
४६००६९१			
			hombastola@yahoo.com
९८४१३६५७६६			hamroakalkusum@gmail.com
९८४१५०१९४३			sangam.com@gmail.com
४२४२९३०			
५५३२४२३			kalam2959.lit@gmail.com
			kalpatarupuv@gmail.com
४४२४१०१			thrustar_t@yahoo.com
९८०३२०४७९२			chandragiri2067@gmail.com
९८४१२५०२६६			rolpalivoice@yahoo.com

१२	डोल्पाली आवाज	विष्णु प्रसाद देवकोटा	काठमाडौं
१३	दोभान	कृष्णहरी दवाडी	अनामनगर, काठमाडौं
१४	नयाँ यथार्थ	खेम थपलिया	डिल्लीबजार, काठमाडौं
१५	नविन खोज	निर्मला रिमाल	काठमाडौं
१६	नारी स्वर	नम्रता शर्मा	काठमाडौं
१७	नेपाल परिवेश	एम.बी. कुँवर	, काठमाडौं
१८	प्रधानता	कीर्ति बहादुर भट्टराइ	बागबजार, काठमाडौं
१९	बनिता	लक्ष्मी उप्रेती	काठमाडौं
२०	भृकुटी	लिखत पाण्डे	प्रदर्शनीमार्ग, काठमाडौं
२१	मधुवन दृष्टि	उद्धवदेव उपाध्याय	पुतलीसडक, काठमाडौं
२२	मजबुन	नवराज पुडासैनी	काठमाडौं
२३	महामण्डल	श्रीराम श्रेष्ठ	काठमाडौं
२४	मासें	नेत्रबहादुर शाही	शंखमूल, काठमाडौं
२५	युवा गर्जन	निर्मला पुन	
२६	रुपायन	ज्ञानेन्द्र श्रेष्ठ	नुवाकोट
२७	लहरा	रामचन्द्र शर्मा	भोटाहिटी, काठमाडौं
२८	लुकेको आवाज	त्रिलोकचन्द विश्वास वि.क.	ललितपुर
२९	शब्दयात्रा	नारदमणि पौड्याल	कपन, काठमाडौं
३०	शिवपुरी सन्देश	वियोगी बुढाथोकी	हातिगौडा, काठमाडौं

९८४८१०१५६०		dolpalivoice.com.np	magazine_dovan@yahoo.com
४४६४६७६			nayayathartha@gmail.com
			nkm55@ntc.net.np
४७७०१३७			namrata1964@yahoo.com
४४७११६०			
९८४७०२७७०७			pradhanata@yahoo.com
९८४११५९३८७			lakshaminprety@gmail.com
२०४३२७५			readbpbm@wlink.com.np
४२२०६६०			
४४३४४६२			
			nlf_nepal@yahoo.com
९८५१०३२५४८			netrashahi@yahoo.com
			rupayan.patrika@gmail.com
९८५१११०६४५			badriadhikari37@gmail.com
९८४१३९०५३९			nndsw@wlink.com.np
५५३९९४१	५५५४६५२	wwwnndsw.org.np	
४८११५३१		www.kmfoundation.org.np	bijogibudhathoki58@gmail.com
९८४१३२६२६६			sagarmathajr@gmail.com

३१	सगरमाथा वाडमय	पुरुषोत्तम दाहाल	काठमाडौं
३२	सहर	रमेश गिरी	भक्तपुर
३३	संगोल	पूर्णसागर रजित	बानेश्वर, काठमाडौं
३४	सचेतना सञ्चार	मैया घिमिरे (खनाल)	काभ्रे
३५	सम्पदा नेपाल	भगवती अधिकारी	धुम्बाराही, काठमाडौं
३६	समता नेपाल	नानुमैया वास्तोला	भिमसेनगोला, काठमाडौं
३७	सफल सपना	टीका भण्डारी ‘ अस्मिता’	महाराजगंज, काठमाडौं
३८	सहिता	किशोर श्रेष्ठ	सञ्चारग्राम, काठमाडौं
३९	सहकारी पोष्ट	बिधान जोशी	बनेपा, काभ्रे
४०	साउथ वेष्टर्न एजुकेशन हब	हरिसिंह के.सी.	काठमाडौं
४१	सोसाइटी एण्ड लाइफ	रिना घले	ललितपुर
४२	हेरिटेज नेपाल	भगवती अधिकारी	धुम्बाराही, काठमाडौं
४३	होप	सन्तोष गौतम	सुविधानगर, काठमाडौं
४४	सचेतना सञ्चार	मैया घिमिरे	काभ्रे

९८४१७०८५५९			saharpatrika@gmail.com
९८५१०८८५९७			
९८४१३०२१४९			mira.nepal@gmail.com
			info@nationalheritage.org.np
४००९०१९	४४२९५६९	www.nationalheritage.org.np	samatanepl@yahoo.com
९८४१९८६०९५			
४३७१४४०	४३७१९७१	1wcu@wlink.com.np	samita@presscouncilnepal.org
४११२६७८	४११२६९४	www.presscouncilnepal.org	sahakaripost@gmail.com
९८४१३२९८०४			educationhub@southwestern.edu.np
		www.southwestern.edu.np	societylife66@yahoo.com
		www.societyandlife.com.np	info@nationalheritage.org.np
४००९०१९	४४२९४६९	www.nationalheritage.org.np	hopemag@iname.com
		hope.com.np	mireanepal@gmail.com
९७४१०४३२११			

२०७२ चैत्र मसान्तसम्म
दर्ता भएका पत्रपत्रिकाहरू

बाग्मती बाहेकका अन्य अञ्चलहरू

मेची अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	इलाम एक्सप्रेस	सोमनाथ सुसेली	इलाम
२	इलाम पोष्ट	सत्यन्द्र कुमार जवेगु	इलाम
३	अर्जुन धारा	कृष्ण हुमागाई	भापा
४	जन संसद	मोहनकाजी	भापा
५	भापा पोष्ट	माधव विद्रोही	भापा
६	न्यू मेची टाइम्स	तीर्थ सिग्देल	भापा
७	पूर्वाञ्चल	मदन ढकाल	भापा
८	पूर्व सन्देश	गन्ज ब. दाहाल	भापा
९	पिपुल्स टाइम्स	कमन देवान	भापा
१०	प्रतिदिन	राजेन्द्र गौतम	भापा
११	विवेचना	नहकुल काजी	भापा
१२	सन्दकपुर	विष्णुकुमार शर्मा	इलाम
१३	हिजो आज	डिल्लीराम निर्भिक	इलाम

साप्ताहिक

१	आँखा विकास	देबी दुलाल	इलाम
२	इलामआवाज	सतेन्द्र जवेगु	इलाम
३	कसार	बेगुप्रसाद अधिकारी	भापा

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२१७९२			ilamexpress@gmail .com
५२१७९०	५२१७९०		ilampostdaily@gmail.com
५४१५५२			arjundhara_daily@ntc.net.np
५६३०९९			janasamsad@ntc.net.np
५४१५४३			jhapapost@yahoo.com
५४३७१९			mechitimes@yahoo.com
५४००४४			purwanchal@ntc.net.np
५८०२७२		purbasandesh.com	purbasandesh@yahoo.com
५८५५१५			peoplestimesdaily@gmail.com
५४३८२०			pratidin65@gmail.com
५२०१८८			
५२०४१५	५२१६२९		sandakpur@gmail.com

५२०८२२			tirohit_raju@yahoo.com
९८५२६८०२२०			ilamaawaj@gmail.com
९८४२६५७५४६			kasarweekly@gmail.com

४	जन आन्दोलन	इन्दू पूर्वेली	भापा
५	जनज्योती	गञ्ज ब. दाहाल	भापा
६	जन चाहना	तिलबिक्रम कन्द्रवा	भापा
७	जन संसद	मोहनकाजी	भापा
८	ताप्लेजुङ्ग	किशोर राई	ताप्लेजुङ्ग
९	नौलो आवाज	दीपक अधिकारी	भापा
१०	नयाँ कामना	गोपिकृष्ण खनाल	भापा
११	पब्लिक टाइम्स	सन्दिप राई	पाँचथर
१२	पावन भूमि	हरिप्रसाद लुङ्गटेल	इलाम
१३	पूर्व पोष्ट	केशव प्र. भट्टराई	ताप्लेजुङ्ग
१४	बरुण	माया पकुवाल	भापा
१५	यलम्बर टाइम्स	दिपिन राई	भापा
१६	वर्तमान समय	कुमार ओझा	पाँचथर
१७	सुपूर्व मालिका	गोविन्द प्र. अधिकारी	भापा
१८	स्वाधिन सम्वाद	माधव विद्रोही	भापा
१९	स्वतन्त्र जनआवाज	लक्ष्मी आचार्य	भापा
२०	चुम्लुङ	सेसेमी सेरेड माल्वो	भापा
२१	पल	उमाकान्त खनाल	भापा

त्रैमासिक

१	तानाम	राजेश ब. मास्वा	ताप्लेजुङ्ग
---	-------	-----------------	-------------

१४०

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

५४२८५५			jana023542855@gmail.com
५८०२७२			purbasandesh@yahoo.com
९८५२६७२५६४			
५२०८७१			ptimes64@gmail.com
४६००८९			
९८४२६३८१९९			nauloaawazweekly@yahoo.com
५४१४५०		www.journalistnepal.com/nayakamana	nayakamanaweekly@yahoo.com
५२०८७१			ptimes64@gmail.com
५४०२४६	५४०२४६		pawanbhumi@yahoo.com
४६०४९४			purwapost2011@gmail.com
९८४२६३७०६९	५२२२५०		mayapakuwal@gmail.com
९८४२६७११३१			yalamber.times@yahoo.com
५२०४७७	५२०१९०		weeklysamaya@gmail.com
५४३६३१	५४२८५५		malikasupurba@gmail.com
४५५९६९			
९८४२६०९०७१			sesemi2011@yahoo.com
५४४५४६	५४३०५६		magazine.pal@gmail.com

९८४२६४२७३८			
------------	--	--	--

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

१४१

कोशी अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	अब	महानन्द सापकोटा	बिराटनगर
२	औजार	भीमज्वाला राई	धरान
३	उज्यालो पत्र	यज्ञ प्रसाद शर्मा	मोरङ
४	उद्घोष	मोहन प्रसाद भण्डारी	मोरङ
५	कृष्णा	मुरली प्रसाद यादव	मोरङ
६	गणराज्य नेपाल	पिवी दियाली	सुनसरी
७	जन विद्रोह	नवराज कट्टेल	मोरङ
८	दर्शन	शिव वहादुर कार्की	मोरङ
९	न्यू सृष्टि	टिकाराम घिमिरे	मोरङ
१०	निगरानी डटकम	मिलन कुमार राउत	मोरङ
११	फास्ट टाइम्स	केशव घिमिरे	सुनसरी
१२	ब्लास्ट टाइम्स	किशोरकुमार कार्की	धरान
१३	बिराटपथ	शेखर रेग्मी	मोरङ
१४	मर्निङ्ग टाइम्स	सागर प्रसाद भट्टराई	सुनसरी
१५	राष्ट्रिय समाचारपत्र	केशरबहादुर चौहान	मोरङ
१६	सन्देश	पुष्पराज गडतौला	बिराटनगर

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२४६६४			
४३०४१२			aujar2062@gmail.com
४७२७२४			ujjalonews@gmail.com
५३८३०५		www.udgosh.com.np	udgosh@gmail.com
५२१७४७	५२१७४७		krishnadaily@yahoo.com
९८४२०७९०१९			ganarajyadaily@gmail.com
५२२७९०			janabidrohaddaily@gmail.com
५३५३२६			dailydarshan009@gmail.com
९८४९७८७२७२			nsdainik@gmail.com
५४१९४१			nigrani.com@gmail.com
५२६७२२			fast@fastkhabar.com
५२५४५८	५२८४५८	www.blast.com.np	daily@blast.com.np
			infobiratpath@gmail.com
५३०१७१			morningtimesdaily1@gmail.com
९८५२२३५५७			rasapa_url@yahoo.com
९८५२०२२६७२			pushpanjailiwekly@gmail.com

साप्ताहिक

१	अलकापुरी नेपाल	दुर्गाप्रसाद खतिवडा	मोरङ
२	अवरोह	मचिन्द्र कुसोनाम्बा	मोरङ
३	अनमोलमणि	मिलन कु. राउत	मोरङ
४	अनुसन्धान	भोजराज धिमिरे	विराटनगर
५	अवरोध	भरतराज सुब्बा	मोरङ
६	इटहरी	पुनम थापा मगर	इटहरी
७	इनरुवा टाइम्स	शशी कोइराला	इनरुवा
८	इटहरी विकली	बद्रिगोपाल रिसाल	सुनसरी
९	एक्सन टाइम्स	राजेश बिद्रोही यादब	सुनसरी
१०	कान्तिपथ	केदार रिजाल	मोरङ
११	किटान	रुद्रप्रसाद कंडेल	मोरङ
१२	कुरकुरे डट कम	मोहन प्रसाद भट्टराई	मोरङ
१३	क्रेजी डट कम	अमृता रानामगर	मोरङ
१४	क्राइम अप्रेशन	श्याम सुतिहार	मोरङ
१५	खुलस्त	कुमार अधिकारी	मोरङ
१६	ग्रामीण जागरण	कृष्णराज निरौला	विराटनगर
१७	घरदैलो	निलकण्ठ निरौला	उर्लाबारी
१८	जन आवाज	केशवबहादुर कार्की	मोरङ
१९	जनविश्वास	हिमा चेम्जोङ्ग	धनकुटा
२०	जनता पथ	रामलाल सुतिहार	विराटनगर

९८४२१००६३४			alkapurinepal@gmail.com
९८४२०७६४८६			
५५५३१७	५५५६०७		z_base444@yahoo.com
९८५२६७२५६४			
९८४२०७६४८६			
५८६९९५	५८२०८७		alwaysnaya@gmail.com
५६०७७९			shashijr@yahoo.com
५८४५०१			itahariaawaj2067@yahoo.com
९८५२०४९४७८			yadv.action@yahoo.com
९८४२०४१९०९			kantipathbnt@yahoo.com
५४५००९			kitanweekly@gmail.com
९८४२०४७१४२			kurkureweekly@gmail.com
६९३७२५			crazy.com2069@gmail.com
९८४२०२७१४२			sutihar@gmail.com
५३३३६६			khulastweekly@yahoo.com
९७४२०३४१४१			graminjagran@yahoo.com
५४०२५५			
४७१९२५		www.janaawaj.com	janaawaj@yahoo.com
५२११२७	५२०९०७	www.dhankuta.com	jan_vishwas@yahoo.com
५३३९११			ranabhumi-4is@yahoo.com

२१	जनबादी आवाज	बिमल निरौला	मोरङ
२२	जलजला खबर	चेतु शर्मा	संखुवासभा
२३	तेह्रथुम टुडे	चन्द्र कार्की	तेह्रथुम
२४	तेस्रो धार	नारायण कुमार राई	धनकुटा
२५	दिग्दर्शन	शिव ब. कार्की	मोरङ
२६	दिव्य रोशनी	मनिता चाम्लिङ्ग	धरान
२७	द धनकुटा हेराल्ड	नगेन्द्र राई	धनकुटा
२८	दिव्य दृष्टि	तुलसी प्रसाद सुवेदी	मोरङ
२९	दृष्टान्त	शान्ति दाहाल	मोरङ
३०	धनकुटा	राजेश्वरबहादुर श्रेष्ठ	धनकुटा
३१	धरान	मणिराज भट्टराई	सुनसरी
३२	धरणी	तेजस्वी भट्टराई	विराटनगर
३३	नेशनल पोष्ट	सुनिल पोखरेल	विराटनगर
३४	नमस्कार	जीवन सन्तोषी दाहाल	विराटनगर
३५	नुमाफुङ्ग	स्वर्णिम हाङ्ग फोम्बो	धरान
३६	न्यू पाथीभरा	दुर्गाप्रसाद भट्टराई	मोरङ
३७	नव भुल्को	उमेश कुमार डांगी	चैनपुर
३८	न्यू श्रृष्टि	राजेन्द्र पोखरेल	विराटनगर
३९	नौलो अभियान	दिपक अधिकारी	धरान
४०	नव विहानी	घनश्याम गौतम	ईटहरी

९८०७३३६८६८			janawadiawaj@yahoo.com
४२६००१३			terhathumtoday@gmail.com
५२६७१५			hasdarshan@rediffmail.com
९८४२०२५६११			divyaroshani@gmail.com
५२०९१६	५२०९१६		nagenraj22@yahoo.com
५२०९१६			dibyadrasti@gmail.com
५२७२६७			dnewsbrt@gmail.com
९८५२०६१६११			dktwoekly@yahoo.com
५२६६२०			dharanweekly@gmail.com
९८४२०६९२०१	४७०५२८		
५२५९०१			nationalpostweekly@nns.com.np
५३०३४९			
९८४२०४११५३			numafung.weekly@gmail.com
५४१५२३			pathivaraweekly@gmail.com
५७०२०८			
५२२००९			nauloaawajweekly@yahoo.com
४६०६३१	४६०२७५		nawa.bihani@yahoo.com

४१	प्रबोध	गम बहादुर लम्जेल	सुन्सरी
४२	प्रज्वलित	कृष्ण कुमार खनाल	पर्सा
४३	प्रतिशोध	राधाकृष्ण मैनाली	वारा
४४	पपुलर न्यूज	संजय मेहता	सुनसरी
४५	पाथिभरा	दुर्गा प्रसाद भट्टराई	मोरङ
४६	पूर्व ज्योति	जगन्नाथ भट्टराई	मोरङ
४७	पुष्पाञ्जली	पुष्पराज गडतौला	मोरङ
४८	पर्वत	कृष्णप्रसाद घिमिरे	विराटनगर
४९	पूर्व टाइम्स	गिरिराज आचार्य	धरान
५०	फाइट	किशन शाही	मोरङ्ग
५१	फेवा	ललिता भट्टराई	मोरङ्ग
५२	बराहा	गोपाल बहादुर भण्डारी	सुनसरी
५३	बाईलाइन	श्रीसिसा राई	सुनसरी
५४	बिहिवारे फन	राजकुमार लिम्बु	मोरङ
५५	मशाल दर्पण	हेमा कुमारी यादव	मोरङ्ग
५६	मोफसल	फिफराज बेघा	मोरङ
५७	मोरङ्ग	तेजेन्द्र ब. भण्डारी	विराटनगर
५८	महाप्रतिवाद	तारा लामधारे	सुनसरी
५९	राष्ट्रवादी समाचारपत्र	दिनेशकुमार शाह	विराटनगर

९८४२०८५६६०			prabodhweekly@yahoo.com
५२५४६०			
५६०८३१			popularnews12@gmail.com
९८४२३९१३१०			pathibharaweekly@gmail.com
५४०२८२	५४१५३१		purwajyotiweekly@gmail.com
९८५२०२२६०२			puspanjaliweekly@gmail.com
५२४६३२			
५२०४३८			
९८४२१७१२०६			fightweekly2013@gmail.com
९८४२०४२९१०			lalitifewa@gmail.com
९८४२३१६३०३			
९८४२०८२८०३			
६९०००१			bihibarefun222@gmail.com
९८४२४६८१८४			
५५५३८७			mophasal@gmail.com
५२७४३१			morangweekly@c.world.com.np
५३३७९७			pratibad_dkt@yahoo.com
५३८०८०		rastrabadi@eworld.com.np	rastrabadiibt@gmail.com

६०	राष्ट्रवादी	दिनेश कु. साह	मोरङ
६१	राष्ट्रिय बराह	गोपाल अधिकारी	सुनसरी
६२	राष्ट्रिय समाचारपत्र	केशर वहादुर चौहान	मोरङ
६३	राष्ट्रिय जनहित	सत्यनारायण शर्मा	मोरङ्ग
६४	लोकल खबर	नविन गुरुङ्ग	सुनसरी
६५	विजयपुर	गंगा पौडेल	धरान
६६	विराट दर्पण	विजयकुमार पाठक	मोरङ
६७	विराटनगर	अविनाश कुमार निधी	मोरङ
६८	विश्वस्त सूत्र	गोपाल देवान	धरान
६९	शान्ति नेपाल	मिथिला उपाध्याय	सुनसरी
७०	श्री जनमत	शालिकराम पाण्डे	मोरङ
७१	स्वतन्त्र विराट	प्रमोद प्रसाद सुवेदी	मोरङ
७२	सप्तकोशी	कृष्ण प्रसाद अधिकारी	ईटहरी
७३	सम्पदा आँचल	मेनका पाण्डे	सुनसरी
७४	सिलिचुङ्ग	ज्ञानेन्द्र खड्का	भोजपुर
७५	सुनसरी टाइम्स	फूलचन्द मेहता	सुनसरी
७६	सूचना र संचार	यशोदा सेने	मोरङ
७७	संयन्त्र	हरि कोइराला	मोरङ्ग
७८	सप्तकोशी छाल	पदम अधिकारी	मोरङ्ग
७९	साभ्ना अधिकार	बिजय प्र. मिश्र	मोरङ्ग

५३८०८०			rastrabadibrt@gmail.com
९८५२०२३५५७			rasapa_url@yahoo.com
९८४२०४३८९२			rastriyajanahitweekly@gmail.com
४७५४५७			9_nabin@yahoo.com
५२१८८७			
५२८३५०			kpbijaya@gmail.com
९८५२०२६७४१			biratnagarweekly@gmail.com
९८४२०३९४५१	५२८४५८		semmbangbis@gmail.com
९८४२१५१३०५			
५३५४६०		www.shreejanamat.blogspot.com	janamatweekly@gmail.com
९८४२०३३९४७			swatantrabirat@gmail.com
४८१०२६			
९८५२०५७३४८			sampadaanchal@gmail.com
९८५२०५२२६०			silichungweekly@gmail.com
९८४२०३५४९५			
९८४२२०८३२३			suchanadesk@gmail.com
५३७९३५			

८०	साप्ताहिक नमस्कार	जीवन सन्तोषी दाहाल	मोरङ
८१	समकालीन पथ	नेत्र प्रसाद कोइराला	मोरङ
८२	हाम्रो कोशी आवाज		सुनसरी
८३	हाम्रो नयाँ नेपाल विचार	स्मिता निरौला	धनकुटा
८४	हाम्रो गतिविधि	श्यामकैलाल शाह	इटहरी
८५	हाम्रो नयाँ संसार	अर्जुन उप्रेती	इटहरी

पाक्षिक

१	जनपथ डायरी	तेजेन्द्र भण्डारी	विराटनगर
२	मुचुल्का	सीता धिमिरे	मोरङ
३	साकार	विमला पौडेल	विराटनगर

मासिक

१	अर्थविद	कृष्ण भट्ट	मोरङ्ग
	इन्क	इन्दिरा भट्टराई	मोरङ्ग
२	एभरेष्ट हाइट	नवराज विष्ट	मोरङ्ग
३	कलेज अफ टाइम्स	नवराज कन्दवा	मोरङ
४	तेस्रो आवाज	शंकरहरी राई	धनकुटा
५	पूर्वाञ्चल दर्पण	देवी पन्थी	विराटनगर
६	पोल्ड्री न्यूज	संवेद तिमिल्सीना	सुनसरी
७	संगम अभियान	गोकुल व्याकुल	मोरङ

४५३३३९			
९८४१२८६६२१			
९८११३५०९६८			bikram_sby@yahoo.com
९८४२११७७२८	५२०८०७		niraulasapana@gmail.com
९८४७५९			hamrogatibidhi.w.i@gmail.com
५८३१७५			nayasansar2062@gmail.com

५२७४३१			janapathdiary@yahoo.com
९७४२००६७७६			muchulka@yahoo.com
५३०३४९			

९८५२०५५७०५		arthabeat.com.np	arthabit@gmail.com
९८४२०७१७३०			inkmonthly@gmail.com
९८४२१९१८७३			everestheight2013@gmail.com
५३०८८०			
५२०९१९			
९८४२०२७६०८			pd2068@yahoo.com
			poultrynews.npl42@gmail.com
			hary_brt@yahoo.com

८	हिमायती	पेशल कुमार निरौला	मोरङ्ग
---	---------	-------------------	--------

त्रैमासिक

१	वनिता	लक्ष्मी उप्रेती	विराटनगर
२	गुफा थुम्की	गमबहादुर लम्जेल	सुनसरी

९८४२५५२६४५			himayatipaper@gmail.com
------------	--	--	-------------------------

९८४१२६५१८२			lokshmiuprety@gmail.com
९८४२०६४२०२			rupakotpress@gmail.com

सगरमाथा अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	आजको वातावरण	वैद्यनाथ भ्ना	सप्तरी
२	आजको जनपुकार	शैलेन्द्रप्रसाद साह	सप्तरी
३	उगना	महेन्द्र प्रसाद मण्डल	सप्तरी
४	कृष्णा	मुरलीप्रसाद यादव	सप्तरी
५	ताजा समाचार	शिशुप्रसाद देवकोटा	सप्तरी
६	न्यूज टुडे	सुस्कृति कुमारी साह	सप्तरी
७	नवसंग्राम	दिनेश्वर प्रसाद गुप्ता	सिरहा
८	पूर्व प्रभात	भगवती प्रसाद यादव	सप्तरी
९	मुलुकी	महेश्वर चाम्लिङ्ग	उदयपुर
१०	राजविराज	अनिलकुमार अनल	सप्तरी
११	वरुवा टाइम्स	प्रदिप कुमार चौधरी	उदयपुर
१२	सत्यतथ्य	भोलारमण उप्रेती	सप्तरी
१३	श्रीजनआक्रोस	धीरेन्द्रप्रसाद साह	राजविराज

साप्ताहिक

१	अग्नि पथ	जयनारायण यादव	सप्तरी
२	उदयपुर पोष्ट	दिल कुमार तामाङ	उदयपुर

फोन	फ्याक्स	ईन्टरनेट	ईमेल
९८४२८२२५२६			batabaran-3@yahoo.com
५२१४१८			cajakojanapukar@gmail.com
९८४२८२२२०२			binayakarna92.8@gmail.com
५२१७४७			krishnadaily@yahoo.com
५२०४०४			tajasamachar@yahoo.com
५२०३५२			newstodayrjb@gmail.com
९८४२८२४६४०			radiosaugat@gmail.com
९८०४७४८८१७			poorvprabhat@gmail.com
४२०३९४		mulukikhabar.com	mulukinews@yahoo.com
९८४२८३४९१७		rajbirajdainik.com.np	rajbirajdainik@yahoo.com
४२११९०			buruwatimes@gmail.com
५२२५४०			
९८४२८२०६८१	५२१८००		janaakrosh@yahoo.com

५४०१०३			netrakumarsunuwar@yahoo.com
४२०८०५			netrakumarsunuwar@yahoo.com

३	करेण्ट पोष्ट	जङ्गबहादुर सिंह	सप्तरी
४	खोटाड खबर	दिलीप खत्री	खोटाड
५	गणधारणा	रामनारायण यादव	सिरहा
६	गोरेटो	शिशुप्रसाद देवकोटा	सप्तरी
७	छिन्नमस्ता	सुबुद्धि साह	राजविराज
८	जनता टाइम्स	देवेन्द्र कार्की	सप्तरी
९	तराई जागरण	भगवतीप्रसाद यादव	सप्तरी
१०	दूरदर्शी	मुगासेर राई	उदयपुर
११	द पब्लिक मेमो	रामअधिन शाह	राजविराज
१२	नव जनक्रान्ति	देवराम प्रसाद यादव	राजविराज
१३	नव अग्निपथ	जयनारायण यादव	सिरहा
१४	नवीन	नवीन कुमार गुप्ता	राजविराज
१५	न्यू ज्वारभाटा	दीनेश्वर प्रसाद गुप्ता	सिरहा
१६	नव जागृती	विजय कुमार मिश्र	सिरहा
१७	नयाँ पूर्वक्षितिज	साबित्रीदेवी पाण्डे	उदयपुर
१८	नागरिक आन्धान	हरिकुमार राई	उदयपुर
१९	नयाँ विष्फोट	ध्रुवकुमार मल्ल	राजविराज
२०	नयाँ दृष्टि	चन्द्रदेव कामती	सिरहा
२१	नयाँ पूर्व क्षितिज	साबित्रीदेवी पाँडे	उदयपुर
२२	न्यू स्वर्णिम सन्ध्या	सुधा देव	सप्तरी
२३	पूर्ण पुष्टि	शान्ता राई	उदयपुर

९८५२८२०५८५			cpostsaptari@gmail.com
९७४३००१४७७			
९८५२८३१६०७			gandharna@gmail.com
५२०४०४			tajasamachar@yahoo.com
९७४३०००१३५			
९८४२१२५२७९		janatatimesweekly.blogspot.com	publicnews8@gmail.com
९८५२८२००४१			
९८०४०९६१७७			kiratisubhash@gmail.com
५२३०९७			
९७४३०००२१८	५२१७४७		deoramyadav@gmail.com
३३५४०३७०			agnipath_jaya@yahoo.com
५२०७६८			saptahiknavin@gmail.com
९८४२८२४६४०			dns_jwarbhata@yahoo.com
९८४२८३९३१५			vijayamishra40@gmail.com
४२०८१३		purbelikhobar.com	koiralatulasi@gmail.com
९७४३००३५२५			rai_hari2009@yahoo.com
५२०७६८			
९७४३००२८२९			
४२०८१३			koiralatulasi@gmail.com
९८४२८२३९६४			sudha_deo555@yahoo.com
४२०७३०			purnapusti@gmail.com

२४	पूर्व साप्ताहिक	रामरिभन यादव	सिरहा
२५	पूर्व नेपाल	अजय कुमार शाह	उदयपुर
२६	पूर्व तारा उदयपुर	भिमबहादुर विश्वकर्मा	उदयपुर
२७	पैगम	मोहम्मद फिरोज	सिराहा
२८	परिघटना	मिथिलेश कुमार यादव	सप्तरी
२९	बातचित	सत्यनारायण चौधरी	सिरहा
३०	बिरुवा	बिजय कुमार	राजविराज
३१	मात्रिवाँणी	राकेश भ्वा	सिरहा
३२	माभ्रखर्क	महेश्वर चाम्लिङ्ग	उदयपुर
३३	मिथिला	जनआनन्द मिश्र	राजविराज
३४	मध्यदेश	मालाकुमारी कर्ण	सप्तरी
३५	मधेश क्रान्ति	हेम शंकर सिंह	राजविराज
३६	मधेश टाइम्स	उपेन्द्र यादव	सप्तरी
३७	मधेश खबर	जितेन्द्र खड्का	सप्तरी
३८	मधेश स्पेशल	बिसुन मण्डल	सिरहा
३९	मार्तण्ड	बुन्नीलाल प्रसाद सिंह	सिरहा
४०	रिपोर्टर्स आवाज	धीरेन्द्रप्रसाद साह	सप्तरी
४१	लेक बेसी	अञ्जना राई	ओखलढुंगा
४२	लोक समीक्षा	विनोद कुमार विश्वकर्मा	सप्तरी

५६१८९९			weeklypurba@gmail.com
४२००९७	४२००७९		ajayaonly@yahoo.com
९७४३००३७२३			dhakal.yadu@gmail.com
९८५२८३२५६२			paigamnews@gmail.com
९८५२८२०८६६			parighatana.rjb67@gmail.com
९८४२८०७०६४			satya.batchit@gmail.com
९८४१३८०७६६			guptagopal111@yahoo.com
९८५२८३२९८२			mbnewsiahan@yahoo.com
४२०३९४			rodung@gmail.com
९८४२९५९२७९		www.msrib.wordpress.com	msrib@gmail.com
९८४२८५२२८८			madhyadesh@yahoo.com
५२०२७८			madhesikranti@yahoo.com
९८०४७४८८१७			madhestimes@yahoo.com
९८५२८२०२२९			jitendra_khargaa@yahoo.com
९८१५७१४१४१		mdheshspecial.com	madheshspecial@gmail.com
९७२४१५९७९६			weeklymartanda@gmail.com
९८४२८२०६८१			janakrosh@yahoo.com
५२०३४०		www.lekbeshi.com	lekbeshi@gmail.com
९८४१५६३५३९			loksamiksha@gmail.com

४३	विदेहराज	महेन्द्र मण्डल	सप्तरी
४४	वेग	सागर थापा	उदयपुर
४५	वातचित	सत्यनारायण चौधरिया	सिरहा
४६	वित्चोचन	ओम प्रसाद शाह	सप्तरी
४७	शिवशक्ति	गोपालप्रसाद खरेल	सप्तरी
४८	सत्यापन	व्यासशंकर उपाध्याय	सप्तरी
४९	सत्य सयन्त्र	राजेश कुमार यादव	सप्तरी
५०	सूचना	शिवहरिप्रसाद भट्टराई	सप्तरी
५१	सगरमाथा आवाज	सुरेशप्रसाद आचार्य	सप्तरी
५२	श्रीसत्यापन	सुरेन्द्र प्रसाद गुप्ता	सप्तरी
५३	सप्तरी जागरण	वैद्यनाथ यादव	सप्तरी
५४	सप्तरी पोष्ट	देव नारायण साह	सप्तरी
५५	सप्तरी सन्देश	गणेशलाल देव	सप्तरी
५६	श्री जनता	शैलेन्द्रमोहन भ्वा	सप्तरी
५७	सगरमाथा खबर	अशोक तामाङ	उदयपुर
५८	सभक आवाज	किशोरी कापर	सप्तरी
५९	सार्वजनिक	धिरेन्द्र राई	ओखलढुंगा
६०	सञ्चार दृष्टि	श्यामसुन्दर यादव	सप्तरी
६१	सूचना दिग्दर्शन	महेश्वर भारती	सप्तरी
६२	साप्ताहिक सूचना	राजेश भ्वा	सप्तरी

९८४२८२२२०२			binayakarna92.8@gmail.com
			satya.batchit@gmail.com
९८५२८२०३२८			bilochanweekly@gmail.com
९८१४७६६९४३			
५२०५४९			newstoday.rjb@gmail.com
			suchanaweekly@gmail.com
९८४२८२१६०७			sagarmathaawaj@yahoo.com
५२२०७६८			
५२२२९७	५२०७१६	www.jagran.org.np	saptarijagaran297@gmail.com
९८४२८२२७९७			saptaripost@yahoo.com
५२०७६८			
५२१४१८			shreejanata@gmail.com
९८४२८२४५२५			sagarmathakhabar@gmail.com
९८४३०२०४९७			sabakaawaj@gmail.com
५२०४९२			spublicnews@gmail.com
९८४२८२३०५२			sanchardristi@yahoo.com
९८४२८२१८७७			suchanaadd@yahoo.com
५२१९९९			suchanaweekly@gmail.com

६३	साक्षी पोष्ट	संतोष यादव	सिरहा
६४	सोलु समाचार	नगिना तामाङ्ग पाख्रिन	सोलुखुम्बु
६५	हर्षित नेपाल	बिरेन्द्रप्रसाद नेपाल	सिरहा
६६	हिम किरण	अरुण कुमार तिवारी	सप्तरी
६७	हाम्रो खबर	कुमार सिंह कार्की	उदयपुर
६८	त्रियुगा टाइम्स	किरणप्रसाद ढुङ्गाना	खोटाङ

पाक्षिक

१	द न्यूज पार्क	खेमनारायण यादव	उदयपुर
२	नवसंवाद	कृष्ण आचार्य	खोटाङ

मासिक

१	अल वेधिनाह		सिराहा
२	वेद ध्वनि	भागवत यादव	सप्तरी
३	मधेश स्पेशल	विशुन मण्डल	सिराहा
४	रुपाकोट	डम्मर गुरुङ्ग	खोटाङ्ग
५	शिक्षा दिक्षा	देवकरण माभ्री	सप्तरी

द्वैमासिक

१	जंघार	दीपक राई	उदयपुर
---	-------	----------	--------

त्रैमासिक

१	गुफा थुम्की	गम बहादुर लम्जेल	सुनसरी
---	-------------	------------------	--------

९८०७७९९९७७			
५२०१८१			soluweekly@gmail.com
९८०४७१६६४०			harsitnepal@yahoo.com
९८४२८२९२४३			
४२०८९९			hamrokhbarweekly@gmail.com
४२१५५२			biswarajit@gmail.com

९८५२८३५३००			tnewspark@gmail.com
९८४२९३३८२			vedadhvani@gmail.com

९८३३५५०८०८			albayinga1429@yahoo.com
९८४२८७३९७७			vedadhvani@gmail.com
९८४२८९२३५४	४२०२४६		madeshnews@gmail.com
४२०२४६	४२०२४६		rupakotpress@gmail.com
९८४२८२००३९			shikshadeeksha@gmail.com

९८४२८५४९१५			janghaar@gmail.com
------------	--	--	--------------------

९८४२०६४२०२			
------------	--	--	--

जनकपुर अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	जनकपुर टुडे	वृजकुमार यादव	धनुषा
२	जनकपुर एक्सप्रेस	राम नारायण कापडि	धनुषा
३	जनकपुर	शन्त व्यथित	जनकपुर
४	जनबोली सन्देश	बाबुराम देवकोटा	सिन्धुली
५	जलेश्वर टुडे	पवन कुमार साह	महोत्तरी
६	डेली एक्सप्रेस	सुजित कुमार साह	धनुषा
७	तराई टाइम्स	इन्द्रेष चौधरी	धनुषा
८	तहल्काडट नेपाल	राजेश कुमार कर्ण	धनुषा
९	द पब्लिक टुडे	सन्तकुमार क्षेत्री	महोत्तरी
१०	न्यूजपेपर	नित्यानन्द मण्डल	धनुषा
११	प्रभात समाचार	सञ्जय दाहाल	सिन्धुली
१२	बर्दिवास खबर	सन्तोष पोखरेल	महोत्तरी
१३	मधेश पोष्ट	सञ्जिव शर्मा	सर्लाही
१४	मधेश पोष्ट	संजिव शर्मा	सर्लाही
१५	मिथिला डटकम	धैर्यकान्त दत्त	जनकपुर

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२३८६७	५२७६९१	www.janakpurtoday.com.np	www.janakpurtoday.com.np
५२५५२८	५२७४८९		jexpress@yahoo.com
५२१२३२			janakpurdainik@yahoo.com
५२११२२			
९८४४०२७९७१		www.jaleswortoday.com	jaleswartoday@gmail.com
	५३०४९९		expressdaily75@gmail.com
५२७९६१			times.tarai5@gmail.com
९८५४०२०४७७			tahalka.nepal@yahoo.com
९८४४०३७१९८			thepublictoday2070@gmail.com
९८१४८२२३९९			newspaperink@gmail.com
५२०१२७			
५५०५१४			bardibaskhabar@gmail.com
५२१३५२			madeshpost@gmail.com
५२१३९२			
५२५१०८			radiomithilanews@gmail.com

१६	मिथिलाञ्चल विशेष	नवलकिशोर यादव	जनकपुर
१७	राष्ट्रीय लोकतन्त्र	नोसाद अहमद मिकरानी	सर्लाही
१८	विश्व जागरण	राघवेन्द्र साह	धनुषा
१९	सन्ध्याकालीन दै.आकांक्षा	शैलेन्द्र भा	धनुषा
२०	सर्लाही दैनिक	स्वस्तिमा अधिकारी	सर्लाही
२१	सीमाञ्चल	उपेन्द्रभगत नागवंशी	धनुषा
२२	सिन्धुली सौगात	सौगात रायमाफी	सिन्धुली

साप्ताहिक

१	अग्नि	अनिलकुमार घिमिरे	धनुषा
२	अवसर	रोहितप्रसाद पौडेल	सर्लाही
३	अनमोल सन्देश	दिनेश घिमिरे	सर्लाही
४	कमलामाई एक्सप्रेस	शंकरकुमार कार्की	सिन्धुली
५	कालिञ्चोक सन्देश	दीपक बस्नेत	चरिकोट
६	खोजविन	कमल साह	धनुषा
७	गामघर	रामभरोस कापडी	धनुषा
८	गौशाला टाइम्स	श्रीराम यादव	महोत्तरी
९	च्यौदौड	इन्द्र बहादुर खडका	दोलखा
१०	चन्द्रकान्ता	धर्मेन्द्र कुमार भा	धनुषा
११	जनकल्याण मञ्च	राजकुमार प्रसाद गुप्ता	धनुषा
१२	जनसौगात	गणेशप्रसाद खरेल	धनुषा

५२७५०५			mithilenchalvishesh@gmail.com.0.60
५२१६६८			
५२३०८३	५२७६८३		
५२१७५१			hellofriend97@gmail.com
५३०६९०			sarlahaidainik@gmail.com
९८०४८६१४०७	५२१५४५		simanchalnews@gmail.com
९८४४०४५८६७	५२०१९५		ssmedia2068@gmail.com

९८४४०५०८३२	५२३९६१		agniweekly19@gmail.com
५०१३८८	५०१३०७		avasars@yahoo.com
			mukundghimire@yahoo.com
५२०३८२	५२०३८२		shankarsaugat@gmail.com
४२१८९०			ggpdolkha@gmail.com
५२३३१०			khobjinsaptahik@gmail.com
५२०२६७	५२७४८९		gamghar@ntc.net.np
९८४४२१९०३७			timesgaushala@gmail.com
९८४११६१८३			chyordanweekly@gmail.com
९८४४१३८८१४			radio.dharbendra@gmail.com
५२७१३६			janasaugat1@yahoo.com

१३	जनआकाँक्षा	माधव आचार्य	धनुषा
१४	जनमैत्री	बद्री कुमार चौलागाईं	दोलखा
१५	जनपुष्पा	अशोक सुवेदी	रामेछाप
१६	जलेश्वर	अजय कुमार सिंह	महोत्तरी
१७	जनप्रभात	द्धारिका काफ्ले	सिन्धुली
१८	जन प्रवाह	छविलाल दाहाल	धनुषा
१९	जनसमर	दीपक विहिन	सिन्धुली
२०	जनक	बलराम खरेल	धनुषा
२१	जनकपुर वाणी	इन्द्र कुमार साफी	धनुषा
२२	जन वकालत	कृष्ण कुमार एस्माली	सर्लाही
२३	जानकी एक्सप्रेस	अनिता कुमारी साह	धनुषा
२४	जानकी	मदनलाल श्रेष्ठ	धनुषा
२५	जनकपुर सम्वाद	प्रभाषचन्द्र कर्ण	धनुषा
२६	तथ्य	विन्देश्वरी प्रसाद मण्डल	महोत्तरी
२७	तिरहुत	रामेश्वर प्रसाद	बारा
२८	तराई जागरण	बिष्णु शर्मा चौलागाईं	पर्सा
२९	तराई टाइम्स	विनोद प्रसाद चौधरी	जनकपुर
३०	द थर्ड आई	शंकरलाल श्रेष्ठ	धनुषा
३१	द एक्सकुलसीभ	अजय कुमार मिश्र	धनुषा

५२०६५२			
९८४१२६०४५१			nabina@gmail.com
५४००४९५			dhungel2005@yahoo.com
९८४४०३१४३६			patrakarajay@gmail.com
५२०३९०			janaprabhat2054@gmail.com
९७४११२७०९७			janaprawha@gmail.com
५२०३१०			janasamar47@yahoo.com
९८४१९२९२५			
९८५४०२६९५२			journalist.birandre@gmail.com
९८७७०१२३९९			janwakalat@gmail.com
९८०४८३५५३०			
५२०३२९			
५२५२००			janakpursanwadweekly@yahoo.com
५४०१२८			harimandal2@gmail.com
६९००३७			
५२०४८१			taraijag@yahoo.com
५२७२६१	५२४९७१		timestarai5@gmail.com
५२१९८७			
५२८५५९			theexclusiveweekly@gmail.com

३२	दोलखा एक्सप्रेस	नवराज शिवाकोटी	चरिकोट
३३	दोलखा समाचार पत्र	दीपशंकर चौलागाईं	दोलखा
३४	दोलखा जागरण	बिद्यादेवी श्रेष्ठ	दोलखा
३५	धनुषा	सीमा चालिसे	धनुषा
३६	नव विचार	शैलेन्द्र भ्वा	धनुषा
३७	नयाँ पाइलो	सरस्वतीदेवी शर्मा	धनुषा
३८	नव परिचर्चा	चुडामणि वाग्ले	सर्लाही
३९	नवतरङ्ग	राजन बहादुर शिवाकोटी	दोलखा
४०	नव जनप्रिय	सुभाषचन्द्र लाल कर्ण	धनुषा
४१	नयाँ माण्डवी	डुकुप्रसाद कोईराला	सर्लाही
४२	नव नेपाल टाइम्स	धिरेन्द्र भ्वा	धनुषा
४३	नेपाल मेल	चन्दाकुमारी शाह	धनुषा
४४	नयाँ सुरुङ	रेवत अधिकारी	सर्लाही
४५	पञ्चधुरा	माधव श्रेष्ठ	महोत्तरी
४६	पूर्वाधार	अर्जुन वहादुर क्षेत्री	धनुषा
४७	प्रभात	यदुबंश भ्वा	धनुषा
४८	पिपुल्स विक्ली	अशोक कुमार रौनियार	धनुषा
४९	पुष्पवृष्टि	बेद बहादुर श्रेष्ठ	रामेछाप
५०	प्रवोध	गम बहादुर लम्जेल	सुन्सरी

९८४४००१०१७			rgdenews77@gmail.com
९८५१०७८३८४			journalist_deep@gmail.com
९८४४०१४६३५			jagaranweekly@gmail.com
५२०९६२			
५२१७५१			nbweekly68@yahoo.com
९८०४८१०८२५	५२००४९		mnayapilo@yahoo.com
९८५४०३६९५१	५३०३५१		chudaminiwagle@gmail.com
४२१८३९			navataranga@gmail.com
५२६२००			janapriyaweekly@yahoo.com
५३०६३५			dukukoairala@gmail.com
५२७३७४			pshajnk@gmail.com
९८४४०६३०४३			
९७४४०३१४४	५५०४४९	bardibasnews.blogspot.com	infopanchadhura@gmail.com
५२०९६१			poorvadarweekly@gmail.com
५२१८००			
५२०३२३			wpeoples@yahoo.com
९७५४२०३१५०			newspushpabristi@yahoo.com

५१	प्रज्वलित	कृष्ण कुमार खनाल	पर्सा
५२	प्रतिशोध	राधाकृष्ण मैनाली	वारा
५३	बाईलाइन	श्रीसिसा राई	सुनसरी
५४	बाघबकरी	शान्तकुमार क्षेत्री	धनुषा
५५	भुमिवाणी	किशोर अधिकारी	पर्सा
५६	मिथिला ऋतु	उमेश साह	धनुषा
५७	महोत्तरी	कमलेश मण्डल	महोत्तरी
५८	महोत्तरी खबर	इश्वरी पौडेल	महोत्तरी
५९	महोत्तरी समाचार	कमलेश मण्डल	महोत्तरी
६०	मैथील सन्देश	कृष्णचन्द्र भा	महोत्तरी
६१	मदरल्याण्ड एक्सप्रेस	बिजय कुमार दत्त	धनुषा
६२	मिथिला जागरण	अकुलप्रसाद साह	धनुषा
६३	मिथिलाञ्चल एक्सप्रेस	प्रविण साह	धनुषा
६४	महोत्तरी जागरण	रिंकु कुमारी साह	धनुषा
६५	मध्य आवाज	सन्तोष पोखरेल	महोत्तरी
६६	युग पुकार	कुमरकान्त भा	महोत्तरी
६७	युवा जनप्रिय	ललनकुमार साह	धनुषा
३८	रामेछाप	बद्रि नयाँधरे	रामेछाप
६९	रामेछाप खबर	सौजन्य प्र. सत्याल	रामेछाप
७०	रामेछाप नयन	टिका प्र. भट्ट	रामेछाप

५२५४६०			
९८४२०८२८०३			
५२७२३२			weekly.baghbakari@gmail.com
९८४४०२०५१५	५२१५०५		mithilareetu@gmail.com
५४०२०८			mandalkamlesh@gmail.com
९८४४३२९७०१	५२०४०९		iswarikafes@hotmail.com
९८४४०३१६४९			dasmaseshnr@gmail.com
९८४४०३१४४९			nagendrakarna@gmail.com
५२०१३२			duttavijay@yahoo.com
९८४४१००१६४	५२५०६६		akulpdsah@gmail.com
५२७५०३			pshajnk@yahoo.com
५२७६८३			mjagaran@yahoo.com
९८४४१०५६६२			rajurjp@gmail.com
९८४४०५८५३०			yugpukarweekly@gmail.com
९८४४१८८०२			lkyubajan@hotmail.com
९७४४०००२९२			rwmanthali@yahoo.com
९७४४१८११८०			saujanyasatyal@yahoo.com
५४०४९४			nnmonthly@ntc.net.np

७१	रौतहट जागरण	उमाकुमारी साह	धनुषा
७२	लोकमत हिन्दी	राजेश्वर प्रसाद नेपाली	धनुषा
७३	लोक पुकार	राम प्रकाश साह	धनुषा
७४	लोकरंग	उपेन्द्रकान्त राजवंशी	धनुषा
७५	विदेह	विष्णुमणि खनाल	धनुषा
७६	विजया	रञ्जु पौडेल	धनुषा
७७	शिरीष	अजयकुमार साह	धनुषा
७८	शैलुङ्गको सूर्य	चिरञ्जीवी मास्के	दोलखा
७९	शैलुङ्ग नुम्बुर	निरज सापकोटा	रामेछाप
८०	सिन्धुली पोष्ट	विनोद दाहाल	सिन्धुली
८१	सिन्धुल	शेषराज दाहाल	सिन्धुली
८२	सूचना सौगात	प्रदिपकुमार कार्की	सर्लाही
८३	सर्लाही आवाज	उमाकुमारी खतिवडा	सर्लाही
८४	सफल नेपाल	वाइपी विनय	सिन्धुली
८५	सदायाम	हारुन जोलाहा	धनुषा
८६	सदाय आम	पुजन ठाकुर	धनुषा
८७	सर्लाही पोष्ट	रोमप्रसाद मैनाली	सर्लाही
८८	श्रोत	कविता मैनाली	सर्लाही
८९	सितायन एक्सप्रेस	मिथिलेशचन्द्र लाल	धनुषा
९०	सम्पूर्ण समाचार	शालिकराम बानिया	सिन्धुली

५२७७८३			rjagaran@yahoo.com
५२७७८३	५२७६८३		lokmat@yahoo.com
९७४४०१९०७१			
५२१५४५			
५२०९१३			bideh@yahoo.com
५२०१५४			
९८४४०२५१८४	५४०१०३	nepalbhumi.com	ajayshahjna@gmail.com
४२१०५१	४२१२५४		emaskey_198@yahoo.com
५२०५४४			cmaskey_198@yahoo.com
९८४४०८०९४९			sanjaysindhul@gmail.com
९८५४०३५२९०	५२०५७७		reporterpurna@gmail.com
५०१३८८			sarlahiawaj@yahoo.com
५२०८०७		www.saphalnepal.com.np	allnepal.patrika@gmail.com
९८०७६९७५६०			
९८०७६३०७७३		sadaeaam.wavenote.com	sadaeaam@hotmail.com
९८४४०८०७६७	५४००६३		sarlahipost@gmail.com
९७४१०४२४८०			shrot2009@gmail.com
९८४४०२३०५८			sitayanexpress@yahoo.com
५२०५३८	५२०५३८		sampurnasamachar@yahoo.com

११	सर्लाही टाइम्स	राजेन्द्रप्रसाद रौनियार	सर्लाही
१२	साप्ताहिक सन्दर्भ	मिथिला विहारी यादव	धनुषा
१३	साप्ताहिक समाचार पत्र	वृजकुमार यादव	धनुषा
१४	श्रीखण्ड	रामवावु यादव	धनुषा
१५	सनसनी खबर	रूपेश कुमार सिंह	धनुषा
१६	हर्दिनाथ	जयशंकरनाथ भ्वा	धनुषा
१७	हिन्दु पोष्ट	विद्यानन्द राय यादव	सर्लाही
१८	हिम्मत	फडिन्द्रराज दाहाल	सर्लाही
१९	हिमालयन टाइम्स	सञ्जु कोइराला	धनुषा
१००	हिमज्योति	दिलिप धिमिरे	धनुषा

पाक्षिक

१	दोलखा टाइम्स	बाबुराम गौतम	चरिकोट
२	आशुतोष	देवेन्द्र भ्वा	जनकपुरधाम

मासिक

१	अध्यात्म जागरण	राघवेन्द्र प्रसाद	धनुषा
२	गोलसिमल	इन्दिरा अधिकारी	सर्लाही
३	जनपूर्जी	फणिन्द्रराज दाहाल	सर्लाही
४	नयाँ सुरुङ	रेवत अधिकारी	सर्लाही
५	नयाँ जमर्को	कमलबहादुर के.सी.	रामेछाप

९८४४०३२०६८		sarlahitimesweekly.blogspot.com	sarlahitimes@gmail.com
५२०५३८			
५२३८६७		www.janakpurtoday.com.np	samacharpatra@gmail.com
५२३९७२			
९८०४८१५१०९			sansanikhabar.weekly@gmail.com
९८४४२७६५७६			hardinathsaptahik@yahoo.com
९८४४१०७६९०			
४४४५५२०			dhimleprintline@yahoo.com
५२२७१५			
९८४१११११८३			himjyotiweekly@gmail.com

९८४११०८८३४			dolakhatimes@gmail.com
९८४४०२८२५४			

५२७६८३	५२३०८३		rabindrashah@yahoo.com
९८४४०९१३२२			
४४४५५२०			
९८४४०६३०४१			nayasurung@yahoo.com
९८४१३५०६४२			nayajamarko300@gmail.com

६	विदेह भूमी	श्रीनारायण साह	धनुषा
७	सरसनेस	दीनबन्धु भ्वा	धनुषा

द्वैमासिक

८	आंजुर	रामभरोस कापाड	धनुषा
१	गाईड लाइन	कमल साह	धनुषा

त्रैमासिक

१	अगाज	पुजन ठाकुर	धनुषा
१	नैम कानन	रेवती रमणलाल	धनुषा
२	हाम्रो लालीगुरास	रमेश कुमार सुनुवार	रामेछाप

९८४४०२०३१९	५२३७४९		sri.nsh@gmail.com
५२७८८९			sarsne@gmail.com

५२०२६७	५२५५२८		
९८५४०२४१७५			guidenepal178@gmail.com

९८१७८४०९०३	६९०५२५		urduaqaz@gmail.com
५२०६४४			
९७४११५२६१२			guranshalai@yahoo.com

नारायणी अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	अंकुश	दिपेन्द्र चौहान	पर्सा
२	उज्यालो एक्सप्रेस	दिपक खनाल	चितवन
३	क्राइम एक्सप्रेस	रवीन्द्र शाह	रौतहट
४	क्रान्तिद्वार	राकेश कुमार भ्वा	रौतहट
५	कृपा	कमल कुमार उपाध्याय	बारा
६	कायाकैरन	बिनोदबाबु रिजाल	चितवन
७	गुड्मर्निङ वीरगञ्ज	सुखलप्रसाद चौधरी	पर्सा
८	चितवन पोष्ट	धर्मराज अर्याल	चितवन
९	जन प्रतिबिम्ब	सञ्जय साह	पर्सा
१०	जन सृष्टि	धनन्जय मिश्र	पर्सा
११	भाँसी कि रानी	प्रभा सिंह	रौतहट
१२	थाहा सन्देश	शिव कुमार कासी	मकवानपुर
१३	द न्यू टाइम्स टुडे	प्रविणकुमार शर्मा	रौतहट
१४	दैनिक सत्य	धर्मेन्द्र साह	रौतहट
१५	नयाँ इतिहास	बिभु अधिकारी	बारा
१६	नारायणी एक्सप्रेस	सन्तोष न्यौपाने	मकवानपुर

१८२

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२००८७			ankush.daily@yahoo.com
५२१४२०	५२४३७७		ujyaloexpressnews@gmail.com
९८५५०२१८८६			
९८५५०४०५४०			krantidwardaily@gmail.com
९८५५०२१८८६	५२४३६६	www.kreepadaily.com	kreepadaily@gmail.com
९८५५०६४६१५	५२३१७९	www.mychitwan.com	kayakairanchitwan@gmail.com
५२७३७१			goodmonrningbirjung@yahoo.com
५७१४९२	५७११२०	www.chitwanpost.com.np	postchitwan@gmail.com
९८४५०२८७६७	५३३५८०		jpgdaily1@gmail.com
९८४५०४१०४९			sekh.lalbabu@gmail.com
९८५५०४४३२५			
५२७२९९			thahanews@gmail.com
५२१४६५			thenewtimestoday@gmail.com
५२२१५६५			dainiksatyadaily@gmail.com
५५०८७९			itihasdaily@gmail.com
५२४४७५	५२४४७५		narayanidaily@gmail.com

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

१८३

१७	नारायणी टुडे	श्याम बज्जारा	पर्सा
१८	प्रतीक	जगदिश प्रसाद शर्मा	पर्सा
१९	प्रदेश	भानुभक्त आचार्य	मकवानपुर
२०	प्रतिफल	सोनालाल कुमार चौरसीया	पर्सा
२१	प्रज्वलित	कृष्णकुमार खनाल	पर्सा
२२	प्रभात समाचार	सञ्जय कुमार दाहाल	सिन्धुली
२३	पर्दाफास	आर.के.जैसवाल	पर्सा
२४	पारदर्शी	जनक अर्याल	चितवन
२५	ब्रम्हास्त्र	कांशीनाथ यादव	पर्सा
२६	बाइपास	देवानन्द चौधरी	पर्सा
२७	विरगञ्ज सन्देश	एलबी गुरुङ	पर्सा
२८	वियज पथ	विजय कुमार कुशवाह	पर्सा
२९	भोजपुरी टाइम्स	सन्तोष चौधरी	पर्सा
३०	भोजपुरी पाटी	जितेन्द्र कुमार साह	पर्सा
३१	मकवानपुर	दीर्घराज पौड्याल	मकवानपुर
३२	मिलानसार	एस पौडेल	पर्सा
३३	राजदेवी	रामपुकार राउत	रौतहट
३४	राष्ट्रिय सहारा	नविन अधिकारी	पर्सा
३५	राष्ट्रिय दैनिक	महेशचन्द्र गौतम	पर्सा

५२६९९४	५२६८९९		news.ntd2@gmail.com
५२५१२२		www.prateakdaily.com	prateakdaily@gmail.com
५२४६७९			pradeshdaily@gmail.com
९८५५०३३७४२			pratiphaldaily@gmail.com
९८०४२६११०५			prajoolitdainik@yahoo.com
९८५४०४१३९०			pravatsamachar2068@gmail.com
९८४५०३९२६६			pardafasdaily@gmail.com
५७१२८०			ournews@wlink.com.np
९८४५०२२१११		brahmastra.blogspot.com	brahmastr@gmail.com
९८५५०२२६४१			bypassdaily@gmail.com
९८४५०९९१७१			nehalkhan.nepal@gmail.com
९८५१०१८४२२	५३१३५१		jjjaykushwaha@gmail.com
९८०७१२५६२४			bhojpuritimesdaily@gmail.com
९८४५१८६६९३			bhojpuripatidaily@gmail.com
५२०३७१	५२०३७१		makawanpurdaily@gmail.com
९८४५०२१७९७			shrsty123@gmail.com
९८५५०४०२२९			dainikrajdevi@gmail.com
९७२५१४३४९४			sahara.patrika@yahoo.com
९८४५०२१७१७			rastriyadaily@gmail.com

३६	लोकतन्त्र सन्देश	सन्तोष देवकोटा	चितवन
३७	वीरगञ्ज समाचारपत्र	मनोज साह	पर्सा
३८	विरगञ्ज रिपोर्ट	कृष्णकुमार खनाल	रौतहट
३९	शान्ति आन्धान	ऋषि के.वि.	मकवानपुर
४०	समृद्ध समाज	सुरेश श्रेष्ठ	मकवानपुर
४१	सत्य सन्देश	विजय तिवारी	पर्सा
४२	सध्याकालीन रा. दै.	महेशचन्द्र गौतम	पर्सा
४३	सञ्चारपत्र	हरि प्रसाद पोखरेल	चितवन
४४	सिंह	उषा यादव	पर्सा
४५	सिंहनाद	निरजकुमार	पर्सा
४६	सर्व राष्ट्रिय	महेशचन्द्र गौतम	पर्सा
४७	संस्कार खबर	राजेश महतो	बारा
४८	साभ्ना कुरा	सविन न्यौपाने	मकवानपुर
४९	साभ्नेदारी	प्रेम पाण्डे	बारा
५०	सिन्धुली सौगात	सौगात रायमाफी	सिन्धुली
५१	हाम्रो आफ्नै प्रतिफल	नारायण रुंगटा	पर्सा
५२	हाइवे न्युज	रमेश तिमल्सिना	रौतहट
५३	हेटौंडा सन्देश	केदार प्रसाद न्यौपाने	मकवानपुर

९८४५०८४७२१	५२३११६		loktantrasandesh@gmail.com
९८४१२५६४१०			birgunjsamacharpatra@gmail.com
९८५१०७८२८२			
५२७१७१			newsshanti@gmail.com
५२६८३०		samridhasamaj.com.np	samridhasamaj@gmail.com
९८४५१३१०५५	५३००२३		satya-sandeshsainik@yahoo.com
५२५०५०			rastriyadainik@yahoo.com
५२७१२७	५३३१६५	www.sancharpatra.com.np	esancharpatra@gmail.com
९८०७२०५०९८			shinghdainik@gmail.com
६९०२४२			singhanaddaily@yahoo.com
९८४५०२१७१७			samacharrastriyadainik@gmail.com
९८४५२१७४३८	५५१८२८		sanskarkhabar@gmail.com
५२१११५	५२१११५	www.sajhakura.com	sajhakura@gmail.com
९८५५०४५०८०	५५१०४७		sajhedhari.daily@gmail.com
९८४४०४६८६७			sindhuli02068@gmail.com
५२२६९३			hamroaafinapatrika@gmail.com
५४०३१२	५४०३३९		highwaynewsdaily@gmail.com
५२२२३७	५२४२३६		sandesh.htd@ntc.net.np

५४	हेटौंडा टुडे	नविन सिग्देल	मकवानपुर
५५	लोक टाइम्स	पवन तिवारी	पर्सा
५६	हाइवे फास्ट	सि. एल. चौधरी	रौतहट
५७	अर्थ समाचार	नारायण प्र. अधिकारी	चितवन
५८	काव्य	कमल कुमार उपाध्याय	वारा
५९	चार्टुकोन	नारायणी हिमाली	पर्सा
६०	चितवन दर्पण	मिठु कुमारी पाठक	चितवन
६१	चितवन खवर	इन्दिरा पन्त	चितवन

अर्ध साप्ताहिक

१	प्रयास	कौशल पाण्डे	मकवानपुर
२	सण्डे टाइम्स	गणेश साह	पर्सा

साप्ताहिक

	अन्तरदृष्टी सन्देश	निर्माला कार्की	सिन्धुली
१	अर्थ समाचार	नारायण प्रसाद अधिकारी	चितवन
२	अभिमत पत्र	हरिप्रसाद पोखरेल	चितवन
३	अविचल	अशोकमान श्रेष्ठ	पर्सा
४	अवको नेपाल	सुपेन्द्र वस्नेत	मकवानपुर
५	अर्थकरी	लक्ष्मी बुढाथोकी	वारा
६	अग्रिम आभास	धर्मेन्द्रप्रसाद सिंह	पर्सा

५२४७१६	५२४७१६		hetaudatodaydaily@gmail.com
९८४५०२५१२४	५२८४९३		loktimes.news@gmail.com
६९०६६३			
५२८९९६			
५२४७५४			
५२६१४०			chitwankhabar@gmail.com

५२१३२५	५२१३२५		prayasmidweekly@yahoo.com
९८०४२५८९७७			sundaytimes.hw@gmail.com

६९१३७५	५२०५३८		antararisti@yahoo.com
५३०५१६			aartha.samachar@gmail.com
५३२७५६	५३३१६५	www.chitawan.com	abhimatpatra@gmail.com
९८४५१५८७०८			
९८०४२२१६५२१			nepalweekly@gmail.com

७	आक्रमण	डा. महेश कुमार गजुरेल	पर्सा
८	आली नजर	ग्यासु मियां देवान	पर्सा
९	आकांक्षापत्र	दीपक अधिकारी	पर्सा
१०	आशक्ति	डा. सरस्वती नेपाल	पर्सा
११	ओराली	उज्ज्वल श्रेष्ठ	पर्सा
१२	आजको तराई खबर	रामदेव दास	बारा
१३	आजाद	किरण सत्याल	पर्सा
१४	उत्थान	सुदर्शनराज पाण्डे	पर्सा
१५	उज्यालो एक्सप्रेस	दिपक खनाल	चितवन
१६	उद्घोष	सरिता दाहाल	मकवानपुर
१७	एक्सप्रेस प्लस	भरत सापकोटा	मकवानपुर
१८	कलैया टुडे	निलेश तिमल्सिना	बारा
१९	कंकाली एक्सप्रेस	सिकेन्द्र पासवान	वारा
२०	कमलामाई एक्सप्रेस	शंकरकुमार कार्की	सिन्धुली
२१	कलैया लाइभ डट कम	संघा यादव	वारा
२२	कलियुग	सुदर्शन राज पाण्डे	पर्सा
२३	काव्य	शिवशंकर मिश्र	वारा
२४	कुरुक्षेत्र	उदय दास	पर्सा
२५	कुने डुङ्गो	रेबिका भोलन	मकवानपुर
२६	क्राइम कन्ट्रोल	देव नारायण दास	पर्सा

५२१५७७	५३१४१७		akraman.news@yahoo.com
९८४५०४१४४८			
५२६२७७			
५२८०६५			
९८४५१८६१८७			
५२७६७५			ajadweekly@gmail.com
९८१८१०६९८४	५२१४००		
९८४५०८४७२१	५२४३७७		ujaloexpressnews@gmail.com
९८४५७३१३३३			udghobakweekly@gmail.com
२१०२५२			cvision-htd@yahoo.com
५५१०९७			kalaiyatoday_weekly@yahoo.com
			kankalieexpress@gmail.com
५२०३२८			shamkarsauger@gmail.com
९८४५४१४६९५			
९८०४२९८३७४			
९८४५५११८६३	५२४३६६		ssmishrabara@gmail.com
९८४५०३४४२२			udaytharu-np@yahoo.com
९८४५२८८५३६			

२७	क्राइम केयर	रवीन्द्रप्रसाद शाह	रौतहट
२८	क्राइम चेक	सन्तोष कुमार मिश्र	पर्सा
२९	क्राइम एक्सप्रेस	राजेन्द्रकुमार क्षेत्री	रौतहट
३०	क्राइम किलर	सुन्दरकुमार चौधरी	पर्सा
३१	खबर पत्रिका	कुमार नेगि	मकवानपुर
३२	खबर भित्रको खबर	राज साह	पर्सा
३३	खग्रास	उपेन्द्र डोटेल	पर्सा
३४	गहवा	अर्जुनकुमार साह	पर्सा
३५	गढीमाई एक्सप्रेस	प्रकाश प्रसाद साह	वारा
३६	ग्रामीण सञ्चार	होमनाथ चौलागाईं	मकवानपुर
३७	गामवेसीको खबर	के.पि.किरण शर्मा	चितवन
३८	गुप्तचर	रवीन्द्र अर्याल	पर्सा
३९	च्चाइस खबर	उपेन्द्र तिमिल्सिना	पर्सा
४०	च्यालेन्ज	कुशुमलाल श्रेष्ठ	पर्सा
४१	चपुर	नरहरी कुमार आचार्य	रौतहट
४२	चिनारी	शुभलक्ष्मी वि.क.	मकवानपुर
४३	चित्रवन सन्देश	सुमन गैरे	चितवन
४४	चतुर्कोण	आर.पी.	पर्सा
४५	चार्टुकोन	नारायणी हिमाली	पर्सा

४२११२९	५२०७६६		
९८४५०९४५५५		crimechecknews.com	crimecheckweely@gmail.com
९८४५०३८५०१	५२०७६६		
९८४५१००५७७			crimekiller@gmail.com
६२०५१८			weeklykhabar@gmail.com
९८४५०२४९७७			khabarbhitrakokhabar@yahoo.com
९८४५०६१५७६			khagrasweekly@yahoo.com
	५३१३५१		
५५०९८०			
			graminsanchar@yahoo.com
९८४५२२१४३२			gambesikhobarko@yahoo.com
९८४५०२२४७७			guptacharweekly@yahoo.com
९८४५०६२४४१			choicekhabarweekly@gmail.com
९८४५०२४५०७			chalangeweekly@yahoo.com
९८४५०२०८०४			chapurweekly@gmail.com
९८४५०२८१९५			anjali.thapa162@mail.com
९८४५०२३३१५	५२४३४२		chitrawansandesh@gmail.com
९८४५४५३३६९			
५२४७५४			

४६	चुरे सन्देश	सुरेशचन्द्र अधिकारी	चितवन
४७	चितवन	गोविन्दराज विनोदी	चितवन
४८	चिन्तनशील	रामप्रसाद पाण्डे	पर्सा
४९	चितवन आस्था	नवराज ढकाल	चितवन
५०	चितवन न्यूज	शिशिर सिंखडा	चितवन
५१	चितवन खबर अर्थ	इन्दिरा पन्त	चितवन
५२	चितवन ज्योती	कृष्णप्रसाद खनाल	चितवन
५३	चितवन दर्पण	मिठु कुमारी पाठक	चितवन
५४	चितवन खवर	इन्दिरा पन्त	चितवन
५५	जनप्रभात	द्वारिका काफ्ले	सिन्धुली
५६	जनविश्वास	कृष्ण खनाल उदास	पर्सा
५७	जन विमर्श	नारायण प्रसाद सापकोटा	पर्सा
५८	जनविश्वास एक्सप्रेस	हासिम अन्सारी	पर्सा
५९	जनन्ते नजर	मो.अयुव खाँ	पर्सा
६०	जन समर्पित	कन्हैया गुप्ता	पर्सा
६१	जन समीक्षा	आर. वी. सिंह	पर्सा
६२	जन श्रृष्टी	लाल बहादुर शेष	पर्सा
६३	जन सरोकार	शैलेन्द्र कुमार गुप्ता	रौतहट
६४	जन चुनौती	दीपक गौतम	पर्सा
६५	जनता जिन्दावाद	इन्दिरा कोइराला	मकवानपुर

९८४५२७५१६९			weekychure@gmail.com
९८४५१५४३५७	५२०२०१		weeklychitawan08@yahoo.com
९८४५०३२७७२			
९८४५०४८९७१			chitwanaastha@gmail.com
९८४५०५३७७०			chitwannewsweekly@gmail.com
५२६१४०			chitwankhabar@gmail.com
९८४५१५२३०५			chitawanjyotiweekly@gmail.com
५२६१४०			chitwankhabar@gmail.com
५२०३९०			
९७४५०४६१७५			
९८०४२९५१३२			
९८४५०३९८९०			jannatenazar@gmail.com
९८४५०५३५६६			
९८०७१३६६३६			janasamikshaweekly@gmail.com
५२६९५२			janasjrosto@yahoo.com
९८४५०५८५४०			dipakgtm@gmail.com
९८४५४०८५५७			janata2010@gmail.com

६७	जनता खबर	राम एकवाल साह	रौतहट
६८	जम्काभेट	रामकृष्ण बानिया	मकवानपुर
६९	जोश	गुणराज लामिछाने	चितवन
७०	तराई एक्सप्रेस	फडिन्द्रराज दाहाल	रौतहट
७१	तराई पत्र	पवनकुमार तिवारी	पर्सा
७२	तराई जागरण	विष्णु चौलागाई	पर्सा
७३	तराई क्रान्ति	विजयप्रसाद पट्टेल	रौतहट
७४	ताम्सलिङ ताम्सोर	रन्जु लामा	मकवानपुर
७५	ताम्सलिङ काइ	प्रेम कुमारी नेगी	मकवानपुर
७६	३६० डिग्री	उद्धव अधिकारी	मकवानपुर
७७	तिरहुत	रामेश्वरप्रसाद शाह	बारा
७८	तराई न्यूज	शेषनाथ पाण्डे	पर्सा
७९	थाहा दर्शन	गोविन्द पौडेल	मकवानपुर
८०	द थोड गाइज	दीपेन्द्र प्रसाद कानु	पर्सा
८१	द स्ट्राइड	राजिव तिमल्सीना	मकवानपुर
८२	दर्पण	कल्याणबहादुर हाडा	पर्सा
८३	द न्यू टाइम्स टुडे	प्रविणकुमार शर्मा	रौतहट
८४	देश दर्शन	मनोज कुमार मिश्र	पर्सा
८५	दृष्टि चर्चा	उषा उप्रेती	पर्सा
८६	देशकी आवाज	हजलाल पासवान	पर्सा

९८४५०५७६७२			janatakhabarweekly@gmail.com
९८४५०२५६६१			jamakavetweekly@gmail.com
९८५५०६४७६१	५२६८१४		josh.news66@gmail.com
६९०६६३			tarai2express@gmail.com
९८४५०३९७८३			teraipatra@gmail.com
९८४५०४१६९९			teraijagran@yahoo.com
९८४५११९९६६			terairanti@gmail.com
			tamsalingtamsor@gmail.com
९८४५०३२१८३			tamsalingkaee@gmail.com
२३९३११			pri77@yahoo.com
६९००३७			tirahutsaptahik@yahoo.com
९८४५०३२४१४			
९८५५०६८८६६		manahari.com	journalist.kashi@gmail.com
९८४५०२४५४०			theyoungguys@yahoo.com
			thestrideshow@gmail.com
९८५५०२६१२३			darpan_39@yahoo.com
५४१४६५			thenewtimestoday@gmail.com
९८४५०४१०१३			
५२८०६५			
			deshkiaawas@yahoo.com

८७	दिव्य दर्पण	नारायण शर्मा	चितवन
८८	न्यू हाइवे	सञ्जना श्रेष्ठ	पर्सा
८९	न्यू सिजन	सुमनकुमार न्यौपाने	पर्सा
९०	न्यूज प्वाइन्ट	महमद नसरोदिन मियाँ मंसुरी	पर्सा
९१	न्यू सन्देश	डा. सरस्वती नेपाल	पर्सा
९२	न्यूज चितवन	होमनाथ न्यौपाने	पर्सा
९३	नव अनमोल टाइम्स	ओम प्रकाश गुप्ता	पर्सा
९४	नमस्कार	पुष्कर वहादुर थापा	मकवानपुर
९५	नव आदर्श	सुदीप श्रेष्ठ	पर्सा
९६	नवप्रतिबोध	प्रल्हाद लामिछाने	मकवानपुर
९७	नव हिमालय टाइम्स	श्यामसुन्दर पौडेल	पर्सा
९८	नमस्ते टाइम्स	विवेक बस्नेत	बारा
९९	नव सौगात	डा.विश्वम्बर कु.शर्मा	पर्सा
१००	नयाँ मंगलवार	आनन्दप्रसाद उपाध्याय	पर्सा
१०२	नयाँ प्रकाश	नवराज शर्मा तिमल्सिना	मकवानपुर
१०३	नारायणी सेरोफेरो	धनकुमारी महतो	चितवन
१०४	निकास	रबिन्द्र घिमिरे	मकवानपुर
१०५	निजगढ समाचार	समिता चौलागाई	बारा
१०६	नौलो समिश्रण	सुमागी हुमागाई	मकवानपुर

९८५५०५०९३८			dibyadarpan@gmail.com
५२७४५२			highwayweekly@gmail.com
९८४५०३३३५३			newseasonbrj@gmail.com
९८५५०२२४३४			
५२४०९९			
९८४५०५४२०४			newschitwan@gmail.com
५३०६३१			
५२२८०१			nawaadarshaweekly@gmail.com
५२४६१९			
५२४०९९			shrity123@gmail.com
९८१६२३९७९५			namestefimes@gmail.com
५२४१२९			
९८४५०३५६८८			
९८४१४७०१०९		weeklynepal.com	nayaprakash.weekly@gmail.com
०५६-५३२३३१			narayaniserophero@gmail.com
९८४५१०३५६१			nikashhetauda@gmail.com
९८४५२८३७४४	५४०४०१		nijghadsamachar@gmail.com
			naulosamrishran@gmail.com

१०७	प्लेटफर्म	हिमाल प्र. शर्मा	पर्सा
१०८	प्रत्यक्ष	अनुराधा कुमारी श्रेष्ठ	पर्सा
१०९	प्रतिरक्षा	रमेश तिमल्सिना	रौतहट
११०	प्रभात वाणी	रामराज्य यादव	पर्सा
१११	प्रतिशोध	राधाकृष्ण मैनाली	वारा
११२	प्रज्वलित	कृष्ण कुमार खनाल	पर्सा
११३	पर्सा पोष्ट	सुजित कुमार भुजेल	पर्सा
११४	पर्सा दर्पण	शम्भुप्रसाद यादव	पर्सा
११५	पवन दूत	अभय दास थारु	पर्सा
११६	पदमोदय	विजय कुमार साह	वारा
११७	पञ्चधुरा	अजय कुमार साह	महोत्तरी
११८	पर्सा आवाज	मन्जुरुल हक	विरगञ्ज
११९	फ्रिडम	आर.पी कुशबाहा	पर्सा
१२०	फूलपाती	भागिरथी कुमारी श्रेष्ठ	पर्सा
१२१	बागेश्वरी	सुवराज मिश्र	चितवन
१२२	बारा दर्पण	युग प्रसाद गौतम	बारा
१२३	बारा सन्देश	उमा सिंखडा	बारा
१२४	बाइरोड	कुमार नेगी	मकवानपुर
१२५	बिहानी सन्देश	उपेन्द्र डोटेल	पर्सा

९८४५०२४९८७			
९८५५०४१७१५			pratirakshaweekly@gmail.com
९८४१०४०५६६	५३४०३४		prabhatvaniweekly@gmail.com
९८५५०६९८०८			pratisodh.weekly@gmail.com
			prajaliti154@gmail.com
९८५११२०१७७			weeklyparsapost@gmail.com
९८४५०४१२३८			
५२०९७०			udaytharu@gmail.com
			padmodayweekly@gmail.com
५५०४४९			panchadhura.@gmail.com
९७४५००३३४२			
९८४५०५९८०१			freedomweekly@gmail.com
५३०३६५			
९८४१६४६७१४			tolookstar@gmail.com
९८४५०२०३५३	५५०६२५	www.baradarpan-weekly.wordpress.com	baradarpan@gmail.com
९८४५०४०४७०		www.barasandesh.blogspot.com	barasandesh89@gmail.com
			byroadweekly@gmail.com
९८४५०६१७५६			bihanisandesh61@gmail.com

१२६	बुखुरे	अशोक कुमार चौरसिया	पर्सा
१२७	बुलेट	सतिश प्रसाद श्रेष्ठ	वारा
१२८	भण्डाफोर अभियान	शिखरनाथ पौडेल	चितवन
१२९	भुमिवाणी	किशोर अधिकारी	पर्सा
१३०	भूमध्य रेखा	राम अबिकास	मकवानपुर
१३१	भेल	भलक आचार्य	पर्सा
१३२	भोजपुरी आवाज	दीपेन्द्र प्रसाद कानु	पर्सा
१३३	म्हार्मेन	बुद्ध लामा	मकवानपुर
१३४	मध्यस्थता	देवराज रिमाल	मकवानपुर
१३५	मकवानपुर पोष्ट	सुपेन्द्र वस्नेत	मकवानपुर
१३६	मकवानपुर आवाज	रमेश बज्जारा	मकवानपुर
१३७	मार्ग दर्शन	विनयकुमार लालदास	रौतहट
१३८	मिलनसार	प्रदीपकुमार पोखरेल	पर्सा
१३९	मिलनमार्ग	रोशनराज अर्याल	बारा
३४०	मोर्चा	शंखरप्रसाद खतिवडा	पर्सा
१४१	युवा	अनिरुद्र राव	पर्सा
१४२	युवा चौतारी	रामकुमार यलन	मकवानपुर
१४३	रक्षा	सन्तोष पाण्डे	बारा
१४४	राष्ट्र मार्ग	रामविनय साह	पर्सा
१४५	राष्ट्रिय सामना	प्रशान्त विक्रम राणा	पर्सा

९८४५३१३७५८			barasandesh@gmail.com
९८४५०३८९९८			bulletweekly@gmail.com
९८५५०५९४७९			bhanda@gmail.com
९७४५०४४७८३		bhumadhyarekha.blogspot.com	bmr.news2@gmail.com
९८४५०२४५४०			bhojpuriajaj@yahoo.com
९८४५०२९२२०			mharmentweekly@gmail.com
९८४५०७७३९२			madhyasamachar@gmail.com
९८४५०२८६३०			sansys143@gmail.com
			newsawaj@gmail.com
५२९००			margadarhanpaper@yahoo.com
४२४०९९			milansarweekly@gmail.com
९८४५०६२३९७			milanmarga@gmail.com
९८४५०४०६७०			safal.khatiwada@gmail.com
५२९९०४			yubapatrika@yahoo.com
			rkrijal.elan@gmail.com
६९०९१५	५५००३३		rakshaweekly@gmail.com
९८५५०२०१३८			rastramarg@gmail.com
५२३८२१			rana_prashant@hotmail.com

१४६	राजधानी आस्था	सरिता कुमारी नेपाल	चितवन
१४७	रौतहट आवाज	पुरुषोत्तम सिंह भट्टराई	रौतहट
१४८	रौतहट दृष्टि	आनन्द भा	रौतहट
१४९	रौतहट जागरण	उमाकुमारी साह	रौतहट
१५०	रौतहट खबर	रुद्र कुमारी कार्की	रौतहट
१५१	लालकिरण	अभिभाव वचन दास	विरगञ्ज
१५२	लालकिल्ला एक्सप्रेस	शोभा श्रेष्ठ	मकवानपुर
१५३	लोकतन्त्र सन्देश	गंगाधर खनाल	चितवन
१५४	वास्तव समाचार	ओमप्रकाश गुप्ता	पर्सा
१५५	विकास खबर पत्रिका	सुरजकुमार भुजेल	मकवानपुर
१५६	विरगञ्ज कलेक्शन	सुरेन्द्र ठाकुर	पर्सा
१५७	विश्वजित	तुलसी भण्डारी	पर्सा
१५८	श्री कुरुक्षेत्र	उदय दास	पर्सा
१५९	श्रीअखबार	ऋषि के.बी.	मकवानपुर
१६०	शक्तिशाली	शेषनाथ पाण्डे	वीरगञ्ज
१६१	शारदा	पुनम शर्मा	पर्सा
१६२	शान्ति यात्रा	पुण्यशिला श्रेष्ठ	मकवानपुर
१६३	शिष्टाचार	पि.के. अर्याल	पर्सा
१६४	शिखर पत्र	समिता महर्जन	पर्सा
१६५	शितलपुर	जयप्रकाश यादव	रौतहट
१६६	शुभेच्छा सन्देश	मिनादेवी अधिकारी	चितवन

९८४५०४८९७१			rajdhaniastha@gmail.com
९८४५०९७५७७	५२३२७७		
९८४५०५७९४६	५२०६०८		dsapathik@gmail.com
५२७७८३			
			routahatkhobar@gmail.com
९८५५०२५९३१			
४३५९३३७			
५२६५५४			lokanttra123@yahoo.com
५२४५४९			
४०००४९		www.khabarpatrika.blogspot.com	bikaskhabar@gmail.com
९८४५०३९४०९			birganjcollection@gmail.com
९८४५०३९१५४			
९८४५०३४४२२			kurukshatra@yahoo.com
९८४५०२७७९९			rishi_kb@yahoo.com
९८४५३०६९१५			
९८४५०९२९५०			
५२७१७१			shantiyatra.news@gmail.com
९८४५०३४०२४			
९८५५०४००९४			sweekly2008@gmail.com
९८४५०४८३१२	५३१२१७		subsandesh@gmail.com

१६७	स्टार न्यूज	उदयमान श्रेष्ठ	पर्सा
१६८	स्वावलम्बी	गौरी अधिकारी	बारा
१६९	सलाम	केशवप्रसाद मुडवरी	मकवानपुर
१७०	सकारात्मक सोच	मकहेश्वर अधिकारी	वारा
१७१	सण्डे टाइम्स अर्थ	गणेश साह	पर्सा
१७२	सक्रिय	सुपेन्द्र बस्नेत	मकवानपुर
१७३	सर्व शक्तिमान	अर्जुन जयसवाल	पर्सा
१७४	सचेतना	वैद्यनाथ ठाकुर	पर्सा
१७५	सफल नेपाल	वाई.पी.	सिन्धुली
१७६	सर्व व्यापक	दिनेश उपाध्याय	पर्सा
१७७	सम्मोदन मध्यनेपाल	हमोहन स्याङवा	चितवन
१७८	सर्वेक्षण	गोबिन्दराज पाण्डे	पर्सा
१७९	साम	गिरिजा प्रसाद अधिकारी	मकवानपुर
१८०	सचेत प्रयास	रोशन विश्वकर्मा	चितवन
१८१	सबथोक	प्रदीप दाहाल	मकवानपुर
१८२	सम्पूर्ण खबर	नवराज सुवेदी	चितवन
१८३	सम्पूण समाचार	शालिकराम बाँनिया	सिन्धुली
१८४	समय चित्रण	धनराज फुँयाल	मकवानपुर
१८५	सहि खबर	सरिता दाहाल	मकवानपुर
१८६	सरस्वती सृष्टि	डा. सरस्वती नेपाल	पर्सा

९८०४२१७७०१	५२७७३६		
९८५५०२४९५५			Tuesday.weekly@gmail.com
२१०६४९			janaadalat@gmail.com
९८४५२८३७४४			sakaratomksocha@gmail.com
९८५५०२२९९९			sandaytimes@gmail.com
९८४५०२५८२९			sakriyahatd@gmail.com
५३१३५१			
९८४५०६०७०४			
५२०८०७			allnepal.patrika@gmail.com
५३१३५१			
९८७५५०६३८१४	५२४३८६		sambodhanmadhyanepal@gmail.com
५२३३०१			sarwechan@gmail.com
९८५११६७८९१			g.hetauda@gmail.com
५७१३८७			
५२५२८७			sabihoksaptahik@gmail.com
			khabarsampurna@gmail.com
५२०५३८			sampumasamachar@yahoo.com
			samayachitran@gmail.com
९८४५४६१३३३			sahikhabarhtd@gmail.com
५२४०९९			

१८७	सत्य समाचारपत्र	सन्तोष कुमार पोडेल	पर्सा
१८८	साभा नेपाल	मिल पाण्डे	सिन्धुली
१८९	साप्ताहिक चितवन	नारायण प्र. खनाल	चितवन
१९०	साप्ताहिक जागरण	जितेन्द्र साह	पर्सा
१९१	साम्यवाद	यादव चौलागाईं	मकवानपुर
१९२	सिमाना सन्देश	सविना खालुन	पर्सा
१९३	सिमाना	अनुपा गौतम	पर्सा
१९४	सिंह	सुरेश साह तेली	विरगञ्ज
१९५	सुनौलो मकवानपुर	राजेन्द्र कार्की	मकवानपुर
१९६	सुप्रभा	प्रभा सिंह	रौतहट
१९७	सूर्य किरण	हरिप्रसाद अधिकारी	पर्सा
१९८	सोधीखोजी	कुमार नेगी	मकवानपुर
१९९	हस्तक्षेप	शेषनाथ पाण्डे	पर्सा
२००	हितलर	वीरेन्द्रकुमार शाह	पर्सा
२०१	हेटौंडा वा.पौ	दीपक प्रसाद श्रेष्ठ	मकवानपुर
२०२	हेटौंडा खबरपत्र	ध्रुव अधिकारी	मकवानपुर
२०३	हेटौंडा खबरपत्रिका	ऋषि के.बी.	मकवानपुर
२०४	हेटौंडा टाइम्स	दिपेश चिमिरे	मकवानपुर
२०५	हेटौंडा पोष्ट	कृष्णप्रसाद अर्याल	मकवानपुर
२०६	क्षितिज पारी	डा. सरस्वती नेपाल	पर्सा

५२८०६५			satyasamacharpatra@gmail.com
९८५४०४१३९०			sajhanepalweekly@gmail.com
५०१२७३			weeklychitwan08@yahoo.com
५२०६९५			
			news.samyabad@gmail.com
५२५०५०			
५२६८७७			
९८४५१६१३२५			suprabhawkly@gmail.com
५२५७११			
६२०५१८			
९८४५०६०७१५			
९८४५०५८९९३			
९८४५०२८२२५			hetaudawapau@gmail.com
९८४५०००८९१			journalist.dhurbar@gmail.com
९८४५०२७६९९			rishikb@yahoo.com
९८४५०२७८१४			hetaudatimes@gmail.com
५२४०९९			

२०७	त्रिनेत्र पोष्ट	गणेश बहादुर ठकुरी	पर्सा
-----	-----------------	-------------------	-------

पाक्षिक

१	आलिनजर	ग्यासुमियाँ देवान	पर्सा
२	घडिअर्वा	शिव शंकर साह	पर्सा
३	जोश	गुणराम लामिछाने	चितवन
४	तराई सन्देश	अनुराधाकुमारी श्रेष्ठ	पर्सा
५	तराई मोर्चा	कल्याण वहादुर	विरगञ्ज
६	देश जागरण	नागेश्वरलाल कर्ण	पर्सा
७	नयाँपन	राम कुमार यलन	मकवानपुर
८	मिसाइल	मञ्जु लामा	मकवानपुर
९	विरगञ्जवाणी	हिमाल शर्मा	पर्सा

मासिक

१	गामवेसीको खबर	किरण शर्मा	चितवन
२	जीवन दर्शन	लक्ष्मण भण्डारी	चितवन
३	जुनकिरी	शिवकुमार कासी	मकवानपुर
४	डायल १००	गिरीजा अधिकारी	मकवानपुर
५	तटस्थ	सत्यप्रसाद श्रेष्ठ	कलैया
६	दर्शन ज्योती	ज्ञान बहादुर भालन	मकवानपुर
७	लोकभावना	नानीमैया अधिकारी	मकवानपुर

९८४५४९५२४१			
------------	--	--	--

९८४५०४१४४८			
५२३७६६			
५२५८१४			josh@teehinds.com.np
५२३०६९			
९८४५०३७६९०			
९८४५०४१२२३			
			nayapan@gmail.com
९८४५०३१८०२	५२२३०४	www.pradeshkhabar.com.np	janatantra@yahoo.com
९८४५०४२९८७			

५६३१२९			gambesikokhabar@yahoo.com
९८४५२१००११			jeevandarshan71@gmail.com
९८४५०३१४७७			junkirimedia@gmail.com
५२७२९९			
९८४५०३८८०७			
९८४५२८९६८८			club_vijayee@yahoo.com
५२४४२४			lokhabanaheatauda@gmail.com

८	सम्बन्ध	कृष्णप्रसाद खनाल	चितवन
९	सर्व सिर्जन	ऋषि के.वि.	मकवानपुर

द्वैमासिक

१	आधा संसार	नानीमैर्यो विष्ट	मकवानपुर
२	चलानी	शंकर प्रसाद अधिकारी	चितवन
३	ग्रेट मिशन	शिखरनाथ पौडेल	चितवन

त्रैमासिक

१	अन्तर आवाज	कौशल पाण्डे	मकवानपुर
२	अभिभावक आवाज	लक्ष्मी दुलाल	मकवानपुर
३	नवप्रज्ञापन	सुदन पौडेल	बारा
४	लोक भावना	नानीमाया अधिकारी	मकवानपुर
५	अक्षय अक्षर	आर. सि. रिजाल	हेटौडा
६	हाम्रो मातृभूमि	देवराज खरेल	मकवानपुर

९८४५०७३६६९			
९८४५०२७७९९	५२०६९९		emailrishikb@yahoo.com

९८४५१२६७९७	५२१३२५		adhasansar68@gmail.com
९८४७०९८१२१			chalaninews@yahoo.com
९८५५०५९४७९			greatmissionquarthly@gmail.com

९८४५०२५८२५			
५२१६९६			
९८५५०२४९५५			nabapragyapan@gmail.com
५२४४२४			lokawana.hetaunda@gmail.com
५२२५१२			shyamkumarbaniya@gmail.com
९८४५१४९९१३			matribhumi.hetauda@gmail.com

गण्डकी अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	आदर्श समाज	कृष्णप्रसाद वास्तोला	कास्की
२	आदर्श नेपाल	नवराज बराल	कास्की
३	आविष्कार	धन बस्नेत	कास्की
४	कास्की आवाज	हुम बहादुर गुरुङ	कास्की
५	गण्डकी खबर	रामराज रेग्मी	कास्की
६	गोल्डेन न्यूज	रीता गुरुङ्ग	कास्की
७	डन न्यूज	राजेन्द्र अधिकारी	कास्की
८	तनहुँ उद्घोष	आइ.पि. ढकाल	कास्की
९	दरौदी	शिव प्रसाद उप्रेती	गोरखा
१०	दमौली खबर	गोपाल प्रसाद भण्डारी	तनहुँ
११	पोखरापत्र	रतन गुरुङ्ग	कास्की
१२	पोखरा हटलाइन	त्रिभुवन पौडेल	कास्की
१३	पोखरा आवाज	अनुपप्रकाश पौडेल	कास्की
१४	भञ्ज्याङ्ग	विश्ववन्धु भण्डारी	तनहुँ
१५	मादीसेती प्रवाह	ओमकार आचार्य	कास्की

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५३१२००	५२७८९७	www.eadarsha.com	adrsamaj@gmail.com
५२८७७९	५२८७७८		aadarshanepal@gmail.com
५३१५३१		www.pokharatoday.com	abiskarko@gmail.com
५३८६५१		kaskiawaj.com	kaskiawajdaily@gmail.com
५२७१०६	५५१९४७	www.gandakimedia.com	gandakikhabar@gmail.com
५३९४५५	५२२२२२	www.goldennews.com.np	goldennewsprk@gmail.com
५२७६३५	५२७६३७	www.edonnews.com	donnewsnationaldaily@gmail.com
५६०२६७			udgoshdaily@wlink.com.np
५२१५१०		www.daraudi.com.np	daraundaily@gmail.com
५६१८१५			damaulikhabardaily@gmail.com
५३२५०८	५३७८५७		pokharapatra@yahoo.com
५३२१२२	५२०९३८	www.pkrhotline.wordpress.com	pkshotline@gmail.com
५३२३३३	५३२४४४	pokharaawaj.com.np	pokharavoice@gmail.com
५६०९०७		www.bhanjyangnews.com.np	bhanjyangdml@gmail.com
५६१२९५			madisetiprawha@gmail.com

१६	यूनाइटेड	राजवहादुर गुरुङ	कास्की
१७	लोकवाणी	प्रकाशचन्द्र भट्टराई	तनहुँ
१८	लमजुङ्ग खबर	रामजी राना	लमजुङ्ग
१९	समाधान	नारायण कार्की	कास्की
२०	समय नेपाल	कमल ढकाल	कास्की
२१	सेती मादी	डम्बरबहादुर अधिकारी	तनहुँ
२२	सिद्धार्थ आवाज	इन्द्र बहादुर गोदार	स्याङ्जा
२३	हाम्रो कलम	दिपक के. श्रेष्ठ	कास्की
२४	हिमदुत	रविन्द्र बास्तोला	पोखरा

साप्ताहिक

१	असल साथी	हरिबहादुर कार्की	पोखरा
२	अन्तरङ्ग	नवराज पहाडी	लमजुङ्ग
३	आर्सि टाइम्स	रामचन्द्र बराल	पोखरा
४	आविस्कार	धन बस्नेत	कास्की
५	आँधीखोला एक्सप्रेस	सिर्जना सुवेदी	स्याङ्जा
६	क्यासमिरी	जगत बहादुर बि.क.	तनहुँ
७	कर्तब्य राष्ट्रिय	महेश्वर पाण्डे	कास्की
८	कर्मदा	कृष्ण अधिकारी	लमजुङ्ग

५३३३२३		www.unitednewsdaily.com	unitednewsdaily@gmail.com
५६१७०५		www.lokwanidaily.wordpress.com	lokwanidaily@gmail.com
५२०८११	५२०८१२		lamjungkhabardaily@gmail.com
५२६६६८	५३७४४९	www.samadhan.com.np	samadhanpr@gmail.com
५७०७७९			samayanepal@gmail.com
५६०८८९	५६०७७७		setimadaily@gmail.com
४२११५५			siddharthaawaj@gmail.com
५३६५१०			hamrokalamdaily@gmail.com
५४०८७०	५४०८७०	www.himdootnews.com.np	himdudaily@gmail.com

५०६४९७	५३०४२७	www.ashalsaathi.com.np	News@ashalsaathi.com.np
९८५११३८५९३			antaranganewspaper@yahoo.com
५४०६२२			arsi.times@gmail.com
५३१५३१		pokharatoday.com	abiskarko@gmail.com
४२१११६	४२१११६		aandhikholaexpress@gmail.com
९८५६०६०८३४			kysmiriweekly@gmail.com
५६०३७३			

९	कास्की सन्देश	दुर्गा भण्डारी	कास्की
१०	कान्तिपथ टाइम्स	अजित क्षेत्री	कास्की
११	कास्की आवाज	हुम वहादुर गुरुङ	कास्की
१२	गल्याङ्ग पोष्ट	टिकाराम अधिकारी	स्याङ्जा
१३	ग्रामीण विकास	अमृतवावु पौडेल	कास्की
१४	ज्योतिष भविष्यवाणी	डा. बलराम उपाध्याय	कास्की
१५	जन मन्थन	राजवहादुर गुरुङ	कास्की
१६	जनसार्थी	सन्तोष अधिकारी	कास्की
१७	तनहुँ आवाज	ऋषिराम पोखरेल	तनहु
१८	तरङ्ग	नवराज पहाडी	लमजुङ्ग
१९	ताजा अभिमत	लोकेन्द्र ढकाल	पोखरा
२०	दमौली खबर	गोपाल प्रसाद भण्डारी	तनहु
२१	दरौदी	शिवप्रसाद उप्रेती	गोर्खा
२२	नाडा टाइम्स	पुल प्रसाद गुरुङ्ग	कास्की
२३	प्रविधी	सरस्वती पौडेल	स्याङ्जा
२४	परिज्ञान	इश्वरी पौडेल	कास्की
२५	प्रेस रिपोर्ट	नारायण शाही	कास्की
२६	पोखरा सिटी टाइम्स	शशिविक्रम पालिखे	कास्की
२७	पोखरा मेट्रो	अनुप प्रकाश पौडेल	कास्की

५३०५४५		www.977nepal.com	kaskisandesh@gmail.com
९८४६०६४७४४			ajitchetri@gmail.com
५३८६५१		kaskiawaj.com	kaskiawajdaily@gmail.com
४६००९९			galyangpost@gmail.com
४४०२३९			
५४०३४७		www.bjweekly.com	
५३३३२३	५३६३२८		janamanthan77@gmail.com
५३६५१०			jansathiweekly@gmail.com
५६०८१२			tanahuawajweekly@gmail.com
९८५११३८५९३			antaranganewspaper@yahoo.com
९८४६०६९९६६			tajaabhimat@yahoo.com
५६१८१५			damaulikhabardaily@gmail.com
४२१५१०			darauindaily@gmail.com
९८४६१५३८१३			weekly.nada@gmail.com
९८५६०५०१०१			praberdinews@gmail.com
९८४६२५६५२८			news.parigayanweekly@yahoo.com
५२४१४६			pressreportweekly@gmail.com
५२५८२५			pokharacitynews@gmail.com
६२१५१५			pokharametro@gmail.com

२८	पोखरा भ्यू	मनोहरी शर्मा	कास्की
२९	परिवर्तनका पाइला	डि.पि. बस्याल	कास्की
३०	फेवा पोष्ट	नवराज सुवेदी	कास्की
३१	बिहानी खबर	धुवराज सुवेदी	तनहु
३२	मादी सेती प्रवाह	ओमकार आचार्य	तनहु
३३	माछापुछ्रे	पदम रेग्मी	कास्की
३४	राष्ट्रिय स्वाभिमान	कुशुम केशव पराजुली	कास्की
३५	राष्ट्र आवाज	केशव भण्डारी	कास्की
३६	लोकवाणी	प्रेमप्रसाद पौडेल	कास्की
३७	लालनगरी नयाँ नेपाल	मेघराज आचार्य	कास्की
३८	लमजुङ आवाज	अर्जुन पाण्डे	लमजुङ्ग
३९	लमजुङ्ग जागरण	कमला के.सी.	लमजुङ्ग
४०	लमजुङ्ग हाइलाइट	धनन्जय दवाडी	लमजुङ्ग
४१	विचार पत्र	रनसिँ नेपाली	तनहु
४२	वेदव्यास वाणी	शंकरराज नहर्की	कास्की
४३	स्याङजा दर्पण	प्रकाश डोटेल	स्याङजा
४४	स्याङजा सन्देश	ओमप्रकाश शर्मा	स्याङ्गजा
४५	स्वायत्तता	गजेन्द्र लिम्बु सुब्बा	कास्की
४६	सराङकोट	यदुनाथ बञ्जारा	कास्की

९८५६०२९६९८			pokharaviews@gmail.com
९८४६४५६०४७			pariwartankapaila@yahoo.com
५२२९५४			fewapostweekly@hotmail.com
			bihanikhabar@yahoo.com
५६१२९५			madisetiprawha@gmail.com
५२३२२३			mpweekly052@gmail.com
५३७१०६			swavimanweekly@yahoo.com
५२०७२९	५२०८२९		rastraawaj@fewanet.com.np
५६१७०५	५६०४१७		lokwaniveekly@gmail.com
९८४११५१२५३			
५२०००२		lamjungaawajblogspot.com	lmjaawaj@gmail.com
९८४६१२०३४७			astha.dididi@yahoo.com
५२००१८			kkebro@gmail.com
५६२३४६			bicharpatra@gmail.com
९८४६०६७०२७			
४२११५५			darpann@gmail.com
४२०२७०			syangjasandesh63@gmail.com
९८४६०५९५०३			bibas2006@hotmail.com
५२७७९३			sarangkotweekly63@gmail.com

४७	श्री सार्थक सन्देश	भरतप्रसाद तिवारी	कास्की
४८	सञ्चार दर्पण	नारायण प्र. भट्टराई	कास्की
४९	सत्यवाणी	लक्ष्मी प्रसाद रेग्मी	स्याङ्जा
५०	सप्तधारा	सन्देश पौडेल	लमजुङ्ग
५१	हक	बोबिन नेपाली	कास्की
५२	हाम्रो जनजाती आवाज	गजेन्द्र लिम्बु सुब्बा	कास्की
५३	हिमदुत	बद्री विनोद प्रतिक	कास्की
५४	हिमाल न्यूज	श्याम कुमार आचार्य	कास्की
५५	हिमाली आवाज	कृष्ण दवाडी	कास्की
५६	हेरालो	सुरेश रानाभाट	कास्की

पाक्षिक

१	जनजाती मञ्च	लोकबहादुर गुरुङ्ग	कास्की
२	नारी आवाज	भवानीदेवी अधिकारी	स्याङ्जा
३	पोखरा एक्सप्रेस	जमुना बर्षा शर्मा	कास्की

मासिक

१	जुनकिरीको सन्देश	ताराप्रसाद तिमिल्सिना	कास्की
२	तमुमञ्च	खड्ग गुरुङ्ग	
३	न्युभिजन नेपाल	राजेशकुमार पौडेल	कास्की
४	नव वेलपत्र	सुशील प्रसाद वाग्ले	तनहुँ

२२२२६३			sarthaksandesh1@gmail.com
९८५६०२१३७१			sanchardarpan@yahoo.com
४४०६१९			satyawaninews@gmail.com
९८४६०७४७९५			saptadhara@gmail.com
५३९०१६			newstohak@gmail.com
९८४६०५९५०३			bibas2006@hotmail.com
५४०८७०	५३९१८७		himdutweekly@gmail.com
९८४६०६६०७८			
९८५६०३२१००			himaliawaj@gmail.com
५३२८४२	५३२८४२		heraloweekly@gmail.com

९८४६२५५९१७			tamumanch@gmail.com
४२०२७०			nariaawaj63@gmail.com
५२०९४०	५२१५३८		pkexpressnews@gmail.com

			himalayclub@yahoo.com
९७४६०२९६००	५४१६१९		tamumancha03@hotmail.com
९८४६०३५२३५			newvisionnepal@yahoo.com
९८४६१९५५२२			

५	पब्लिक हेल्थ	ज्यो. एच.पि. पन्थ डेविड	कास्की
६	पूनहिल	तोरण पुन	कास्की
७	पोखरा अभियान	गीता लामिछाने विष्ट	कास्की
८	पोखरा भिन्तुना	उदयबहादुर अमात्य	कास्की
९	पब्लिक हेल्थ	ज्यो.एच.पि. पन्थ डेविड	कास्की
१०	प्रसिद्ध पञ्चासे	दिल बहादुर भट्टराई	कास्की
११	बजार सुचाङ्क	क्षेत्रलाल कायस्थ	काँस्की
१२	मधुपवन	कृष्ण प्रसाद लम्साल	काँस्की
१३	लाङ्घाली	मिना थापा मगर	काँस्की
१४	हाप्रो अभिमत	विदर खड्का	कास्की

द्वैमासिक

१	नौलो सुनगाभा	सुशीलचन्द्र अधिकारी	लम्जुङ
२	शैक्षिक सिर्जना	तुलसी प्रवास	पोखरा
३	सुनाखरी सन्देश	लक्ष्मी पौडेल	कास्की

त्रैमासिक

१	तमु संसार	लोकबहादुर गुरुङ	काँस्की
२	तमुह्युल	तमु राष्ट्रिय मुक्तिमोर्चा	काँस्की
३	जुनकीरीको सन्देश	तारा प्रसाद तिमिल्सीना	काँस्की
४	प्राप्ति	मिना गुरुङ.	काँस्की

६१२२९४०४	५४०३४७		
९८४६०२१५६५			tej_toran@yahoo.com
९८५६०३१०२५			pokharaabhiyan@gmail.com
९८०४१४९७७१			udaya.amatya@gmail.com
२२९४०४	५४०३४७		
५२७५८४		www.mdomepal.org.np	panchase@gmail.com
९८४६१५६०२३			bazzarsuchanka@yahoo.com
५३५०५९			madhu_pawan@hotmail.com
५२०६५१			langhali.,monthly@gmail.com
९८५६०३०१४१			avimat7@hotmail.com

९७४६०००३३७			
५२७७४६	५२७७४५		srijanapatrika@gmail.com
९८५६०३०१४८			himalisunakhari@gmail.com

९८४६०२१३३९			
४६६१३३			tamuhyula@yahoo.com
			himalayaclub@yahoo.com
५२०६५१			himalayaclub@yahoo.com

लुम्बिनी अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	दैनिक पत्र	तिलक आचार्य	रुपन्देही
२	नव तिलोत्तमा	माधव नेपाल	रुपन्देही
३	नव जनचेतना	जगदीश भट्टराई	पाल्पा
४	नयाँ भावना	अर्जुन श्रेष्ठ	रुपन्देही
५	नयाँ सत्ता	भुवन कार्की	रुपन्देही
६	पाल्पा		पाल्पा
७	बुटवल टुडे	सूर्य राना	रुपन्देही
८	मेचीकाली सन्देश	बसन्तराज खनाल	रुपन्देही
९	मेचीकाली	डि.आर. घिमिरे	रुपन्देही
१०	लुम्बिनी	मोहन चापागाई	रुपन्देही
११	सैनामैना	पं. बाबुराम भट्टराई	रुपन्देही

अर्ध साप्ताहिक

१	करुवा	टेकनारायण भट्टराई	पाल्पा
२	संघीय एक्सप्रेस	खिनु गुरुङ्ग	रुपन्देही

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५५१३४५	५५१३४७	www.dainikpatra.com	butwalmedia@gmail.com
४३८५७४	४३७८५७२		tillotamadaily@yahoo.com
५२०६०१			njdnews@gmail.com
५४७८६७		www.nayabhawana-daily.com.np	nayabhawanadaily@gmail.com
४३७४८६		www.nayabhawana.com.np	nayasattanews.com.np
५२०९४५			palpadainik@gmail.com
५५१६४०	५५१६४२	www.butwaltodaynews.com	newsbutwaltoday@gmail.com
५४६००५	५४१५२१	www.mechikalidaily.com	mechikalidaily@gmail.com
५५१०८८	५४१२५१		mechikali@hons.com.np
५४०६४०	५४७६४०		lumbininews@gmail.com
४३७५०१			sainamainews@gmail.com
५२२६९५		www.ekaruwa.com	news@ekaruwa.com
९८४७०७१०११			info.sanghiya@gmail.com

साप्ताहिक

१	उज्यालो खबर	किरणमान बज्राचार्य	कपिलबस्तु
२	कपिलवस्तु दर्पण	बसन्त गिरी	कपिलबस्तु
३	कपिलवस्तु सन्देश	कृष्णप्रसाद ढकाल	कपिलबस्तु
४	काली गण्डकी खबर	रामचन्द्र ढुंगाना	पाल्पा
५	खस्यौली	विष्णुमाया भुसाल	रुपन्देही
६	खोज न्यूज टुडे	अंकुश कुमार श्रीवास्तव	कपिलबस्तु
७	गाउंले देउराली	मेघराज शर्मा	पाल्पा
८	जन अर्पण	गोपाल परियार	नवलपरासी
९	जन आह्वान	योज्ञेन्द्र जि.सी.	रुपन्देही
१०	जन संघर्ष	तिलक आचार्य	रुपन्देही
११	देवदह सन्देश	भ्रविन्द्र देवकोटा	रुपन्देही
१२	नव भैरहवा	नारायण प्रसाद सापकोटा	रुपन्देही
१३	न्यूज पाल्पा	राम बहादुर राउत	पाल्पा
१४	नयां दिशा	सुरेस थापा	रुपन्देही
१५	नवसंवाद	रेखीराम राना	पाल्पा
१६	नेपाल ग्राउण्ड	इन्द्र प्रसाद पोखरेल	रुपन्देही
१७	परासी पत्र	हरि शर्मा	नवलपरासी
१८	पाल्पा टाइम्स	भ्रपेन्द्र गहिरे	पाल्पा

५६०४९२			news.ujyalo@gmai.com
९८४७०६२४२६			drpnnews@gmail.com
५६०५६६			kapilvastu.sandesh@gmail.com
९८४७०६९९४६			rampurkhabar@yahoo.com
५४१२१९			khasyauliweekly@gmail.com
९८४७२९४२७७			khoinewstoday.hindi-weekly@gmail.com
५२०७८४			rdptansenpalpa@gmail.com
५०८२८९			janarpanweek@gmail.com
५५१४८६			
५४३१८५			news@dainikpatra.com
९८४७०२७९७३			
५२०२७७			
५४१२१९			
५२२४४१			nawasambad1@gmail.com
९८४७१४०३१८			editorngr@yahoo.com
५२०९२४			pnewsdesk26@gmail.com
५२०४५०			palpatimes@gmail.com

१९	पाल्पा समाचार पत्र	यज्ञमूर्ति तिमल्सीना	पाल्पा
२०	प्रादेशिक समाचार	रक्षाराम हरिजन	कपिलबस्तु
२१	बुद्ध आवाज	नन्दराम पौडेल	कपिलबस्तु
२२	बुद्धभूमि नेपाल	एन.बि. कँडेल	रुपन्देही
२३	भ्यू क्याप्सन	भुवन कार्की	पाल्पा
२४	भैरहवा	गोविन्द बन्धु अर्याल	रुपन्देही
२५	मध्यबिन्दू	श्रीराम सिग्देल	नवलपरासी
२६	युवा सरोकार	मित्रबन्धु पौडेल	रुपन्देही
२७	रिभर भ्याली	छवी लाल खनाल	पाल्पा
२८	रुरु सन्देश	मनिराम न्यौपाने	गुल्मी
२९	लुम्बिनी खबर	नरेश के.सी.	रुपन्देही
३०	सबल नेपाल	सन्जु पौडेल पाण्डे	रुपन्देही
३१	साफ़ा न्यूज	मणिप्रसाद गैरे	कपिलबस्तु
३२	सिद्धार्थ टाइम्स	रामअवत गुप्ता	रुपन्देही

पाक्षिक

१	नेपाली माटो	हेमलाल ज्ञावाली	नवलपरासी
२	मौसम	हरिनारायण रेग्मी	नवलपरासी
३	विजनेश खबर	दामोदर खनाल	बुटवल

९८५७०६०१६३			repoter.palpa@gmail.com
५६०६०५			pradeshiksamachar@gmail.com
५५०२६०			buddhaawaaz@gmail.com
५४८१९२			buddhaabhuminews@gmail.com
९८४७०३०१९३			karki.bhuwan972@gmail.com
५२४९४८	५२०५९६		bandunews@yahoo.co.in
५४००१९	५४१०५४		
६२१२६२			
९८४७०९८१७५			rivervalley2068@yahoo.com
५२०३३३			rurusandesh@gmail.com
५२६७५०		www.elumbinikhabar.com	khabarlumbini@gmail.com
५४७५४७		www.sabalnepal.com	news.sabalnepal@gmail.com
५६०५८५			news.sajha@gmail.com
९८५७०२३७९२			

९८४७०४२०९९			
५४०२२२	५४०२२२		
५४३१३०			businessnews70@gmail.com

मासिक

	गुरुकुल	मुराली प्रसाद पराजुली	पाल्पा
१	देवचुली	भुपेन्द्र शर्मा भट्टराई	नवलपरासी
२	नेपाल ग्राउण्ड राइट	सिर्जना खोखरेल (ढुंगाना)	रुपन्देही
३	नेपाली मञ्च	विनोद पहाडी	रुपन्देही
४	नेपाल परिवेश	एम.बी. कुँवर	रुपन्देही
५	पाठशाला	माधव गौतम	बुटवल
६	मगरात	खोमा तरामु मगर	पाल्पा
७	स्वाधीन	तिलक अमचार्य	रुपन्देही
८	शान्तिपत्र	अर्जुन ज्ञवाली	
९	शैक्षिक जागरण	शालिकराम कोइराला	नवलपरासी
१०	हाम्रो गोरेटो	तिलक प्रसाद पुन पुर्जा	रुपन्देही

त्रैमासिक

१	उत्तरदायित्व	नवराज ज्ञावली	पाल्पा
२	शब्द सिन्धु	यादव भट्टराई	रुपन्देही

५२१५९६		info@gurukul.com	
५४०५१६			devchulimonthly@gmail.com
९८४७१४०३१८		www.nepalground.com	editor_ngr@yahoo.com
५४३०४०			nepalimanchkp@gmail.com
५४१२१९			nepal_pra@yahoo.com
९८४७०१२१२७			pathashalanews@gmail.com
९८५७०६२४९८			magaratatarticle@gmail.com
५४३१८५			
५८१००३	५६१५४५	www.radiolumbini.org	lumbinifm@mos.com.np
९८४७०७३३६०			sjmasik@gmail.com
५४५१६४			hamrogoreto@gmail.com

९८४७१२८४५१			uttardayitwo.palpa@gmail.com
४७८३२६४			shabda.sindhu@gmail.com

धवलागिरी अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	ढोर पाटन	हरिनारायण गौतम	वागलुङ्ग
२	धौलागिरी जागरण	राम बहादुर जि.सी.	वागलुङ्ग
३	न्यू काली गण्डकी	दुर्गा प्रसाद शर्मा	पर्वत
४	मुक्तिक्षेत्र	धनराज सापकोटा	वागलुङ्ग
५	रुप्से	गोरखनाथ सुवेदी	म्याग्दी

साप्ताहिक

१	कालिका	दुर्गादत्त शर्मा आचार्य	बागलुङ्ग
२	गलकोट पत्र	दिनेश पन्त	बागलुङ्ग
३	गाउँले खबर चौतारी	नबिनप्रताप जि.सी.	बागलुङ्ग
४	धौलागिरी गर्जन	कृष्णबहादुर के.सी.	वागलुङ्ग
५	धौलागिरी स्टार	हरिनारायण गौतम	वागलुङ्ग
६	धौलागिरी पोष्ट	भवानीप्रसाद शर्मा	पर्वत
७	धौलागिरी सञ्चार	माया कुमारी अधिकारी	पर्वत
८	नव विकल्प	ठाकुर प्रसाद आचार्य	म्याग्दी
९	निष्पक्ष अभिमत	भोलानाथ शर्मा	पर्वत
१०	पर्वत दीप	विष्णु प्रसाद शर्मा	पर्वत
११	पर्वत खबर	इन्द्रमान खत्री	पर्वत

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२०३८३	५२००१६	www.janamancha.com	dailydhorpatan@gmail.com
५२२१३८			dailyjagran@gmail.com
४२००६६			newkaligandaki@gmail.com
५२२०६२			dailymukti@gmail.com
५२०७६६	५२०७६६		rupsedainik@gmail.com

५२२०६२	५२२६७०		kalikaweekly@gmail.com
६२००२५			galkotpatra@gmail.com
९८४७७२६२१८			gaunlekhbar@gmail.com
५२०३२४			dgarjan@gmail.com
५२१०१६		www.janamancha.com	
४२०००१	४२०००१		preshya@ntc.net.com
४२०२०६			dhaulagirisanchar@gmail.com
५२०९९५			bikalpanews@gmail.com
४२०३८३	४२०२०६		stcparbat@gmail.com
४२०३८८			parbatdeep@gmail.com
९८५७६३००००			parbat.khabar@gmail.com

१२	फलेवास	चिन्तामणी पौडेल	पर्वत
१३	मोदिकाली	गोबिन्द प्रसाद पोखलेर	पर्वत
१४	म्याग्दी सञ्चार	सुदर्शन कुमार श्रेष्ठ	म्याग्दी
१५	वागलुङ्ग	बद्रीप्रसाद शर्मा	वागलुङ्ग
१६	सन्तुलित	राम ब. थापा	बागलुङ्ग
१७	समृद्ध	कमल खत्री	म्याग्दी
१८	शुभ सन्देश	इन्दिरादेवी शर्मा	पर्वत
१९	हिमालपारीको आवाज	भीमवहादुर रसाइली	मुस्ताङ
२०	हाम्रो पर्वत खबर	इन्द्रमान खत्री	कुश्मा, पर्वत

मासिक

१	अग्रसर	राम वहादुर जि.सी	वागलुङ्ग
---	--------	------------------	----------

त्रैमासिक

१	कालिको सुसेली	इन्द्र कुमार बिकल्प	पर्वत
२	नव माधुरी	सरस्वती शर्मा	पर्वत
३	समुदाय र सृजना	राजेन्द्र पहाडी	पर्वत
४	सगुन साहित्यिक	शान्तिनारायण श्रेष्ठ	पर्वत

९८५७६३८५९५			nepane31@gmail.com
४२०५३२			weeklymodikali@gmail.com
५२०४०६			myagdisnchar@gmail.com
५२०४०३	५२०६७०		parbatkhabar@yahoo.com
९८४७६२२५४५			santulitweekly@gmail.com
९८४७७३८१३२			samridanews@gmial.com
९८४७६२०६६७			chhabi.bodi@yahoo.com
४४०२५७			himalparikoawaj7@gmail.com
४२०८९३			

५२२१३८			agrasarbgl@gmail.com
--------	--	--	----------------------

४२००५			bikalpandra111@gmail.com
४२०२०२			madhuript@yahoo.com
४२०१६२			babupahadi@yahoo.com
४२०३१९			

राप्ती अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	गोरक्ष	खेमराज रिजाल	दाङ्ग
२	गणतन्त्र	सविन प्रियासन	दाङ्ग
३	देउखुरी	निम वहादुर थापा	दाङ्ग
४	नयाँ युगबोध	प्रताप रेग्मी	दाङ्ग
५	बलाम	नारायणकुमार साह	रुकुम
६	राप्ती पोष्ट	शरद अधिकारी	दाङ्ग
७	रोल्पा टाइम्स	केबी डाँगी	रोल्पा
८	हाम्रो एकता	शुशिल पोखरेल	प्यूठान

साप्ताहिक

१	आहा सञ्चार	मेघराज खड्का	रुकुम
२	गाउँघर	सुशील गौतम	दाङ्ग
३	जन्ती धारा	नारायणकुमार शाह	रुकुम
४	जलजला पोष्ट	जीवराज घर्ती	रोल्पा
५	नौलो जनउभार	डिल्ली मल्ल	दाङ्ग
६	नयाँ यात्रा	दिलबहादुर शाही	रुकुम
७	प्यूठान समाचार	इमानसिंह भारती	प्यूठान

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२२६४४			gorkshyanews@gmail.com
५६१९०८	५६१९०८		daily.ganatantra@gmail.com
५४०४६६			deukhuridaily@gmail.com
५६००८४	५६०९४८		yougbodh@gmail.com
६८००७२			balamdaily@gmail.com
५६३४५६			Rapatipost2066@gmail.com
४४०३१३			roplentimes@gmail.com
४६०३९०			hamroekatapythan@gmail.com

९७४८५११७०६		www.aahasanchar.com	aahasanchar.weekly@gmail.com
९८५७८३०४९७			gaungnar@gmail.com
६८००७२			ejantidhara@gmail.com
४०१०६५			jaljalapost@gmail.com
९८४७८२७२२१		www.janaubhar.com	naulojanaubhar@gmail.com
९७४१२३८६२६			sancharkarmimegraj@gmail.com
९८४७८२००९९	४२०००२		pyuthansamachar@yahoo.com

८	माण्डवी	सञ्जय रिजाल	प्युठान
९	राप्ती समाचार	के. बि. मसाल	दाङ्ग
१०	रोल्या समाचार	मान सिंह बिक	रोल्या
११	रोल्या आवाज	काशिराम डाँगी	रोल्या
१२	राप्ती सन्देश	आदिम के.सी	दाङ्ग
१३	लौच अग्रासन	सन्तोष दहित	दाङ्ग
१४	सूचना पत्र	वंशीकुमार शर्मा	दाङ्ग
१५	सल्यान सन्देश	सालिकराम शर्मा	सल्यान
१६	श्री नयाँ मुलुक	कणदेव भट्ट	महेन्द्रनगर
१७	सिस्ने स्यार्पु जनखबर	शेरबहादुर के.सी.	
१८	साक्षी खबरपत्रिका	नविन कुमार पोखरेल	दाङ्ग
१९	स्वर्गद्धारी	प्रमोद पोखरेल	प्युठान
२०	सनस्टार	सविन लेचन मगर	रोल्या
२१	साक्षी खबर	दामोदर बस्नेत	दाङ्ग

मासिक

१	रुकुमेली विकास लहर	धनवीर दाहाल	रुकुम
२			

त्रैमासिक

१	अन्तरध्वनि	पुरुषोत्तम खनाल	दाङ्ग
---	------------	-----------------	-------

२४०

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

४६०१७३		www.mandavinews.com.np	mandaviweekly@gmail.com
५६२४७०	५६१६११	www.raptisamachar.com	raptiweekly@gmail.com
९८५७८८२२२७५		www.rolpasamachar.com.np	rsw_rolpa@yahoo.com
५६१५४८			raptisand@gmail.com
९८५७८३४५५५			agrasan@gmail.com
५६२८२४		www.nepalnews.com/suchanapatra.php	weeklysuchanapatra@gmail.com
५२००५५			
५२२५२७			sreenayamuluk@yahoo.com
५३०१९४			
४११०८९			weeklyskp@gmail.com
४२०२०४			
९८४७८७७६७२			sunstarweekly@gmail.com
९८४७८३५४१४			weeklykp@gmail.com

९८५७८२१८४७			bikaslahamonthly@gmail.com

९८४७८६०७२७			udasitika@gmail.com
------------	--	--	---------------------

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

२४१

२	साहित्य आकाश	संगीता वस्याल	दाङ्ग
३	लवडगर	टिकाराम चौधरी	दाङ्ग
४	युवा जागरण	तिलकराम ओली	दाङ्ग
५	युवा गर्जन	निर्मला पुन	दाङ्ग

			dang.sahityakash@gmail.com
९८४७८६०७५६			ckopila@yahoo.com
५२१७८९			yuwagarjan@yahoo.com
८२५२१७८९			youwagarjan@yahoo.com

भेरी अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	अन्तराल पोष्ट	जयनारायण शाह	बाँके
२	ऋतम्भरा	सुरेन्द्र काफ्ले	बाँके
३	काक्रेविहार	सूर्यमणि गौतम	सुर्खेत
४	कालपृष्ठ	हेमन्त कर्माचार्य	बाँके
५	गणतन्त्र	सविन प्रियासन	दाङ्ग
६	गोरक्ष	गजेन्द्र बोहोरा	दाङ्ग
७	छरछिमेक	खगेन्द्र भट्टराई	सुर्खेत
८	थारुवान	राधेश्याम थारु	बाँके
९	दैनिक नेपालगञ्ज	भलक गैरे	बाँके
१०	धमाका	विष्णु शर्मा	दैलेख
११	न्यू मधेश एक्सप्रेस	चन्द्र शेखर पाण्डेय	बाँके
१२	न्यूज नमस्ते	श्रीधर सुवेदी	बाँके
१३	नवमधेश जागरण	पन्नालाल गुप्ता	बाँके
१४	नयाँ संरचना	चक्रपाणी लम्साल	बाँके
१५	नयाँ युगबोध	प्रताप रेग्मी	दाङ्ग

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२१०००			news.antaral@gmail.com
५२६७३५	५२६७३५		rbnewsj@gmail.com
५२२१७३			kankrebihardaily@gmail.com
५२१७४७	५२१७४७		kalprishanews@gmail.com
५६१९०८			daily.ganatantra@gmail.com
५२२६४४		www.gorakhadaily.com.np	gorakshanews@gmail.com
५२४६३८			chharchhimeknews@gmail.com
५२५०७३	५२५०७३		
५२६५११		dailynepalganj.wordpress.com	dailynepalganj@gmail.com
४२०४०३			bishnu.sharma221@gmail.com
९८५८०२६९४२			newmadhesh2010@gamil.com
५४०५७५			newsnamaste@gmail.com
५२७२९६			navmadeshjagran@gmail.com
५२६८८८	५२२२७४		
५६००८४			youbodh@gmail.com

१६	नयाँ नेपाल	भूमिप्रसाद सापकोटा	सुर्खेत
१७	नयाँ कोर्ष	निलम आर.सी	बाँके
१८	निष्पक्ष ध्वनी	उदयसिंह श्रेष्ठ	बाँके
१९	नेपालगंज	भ्रलक गैरे	बाँके
२०	नेपाली एक्सप्रेस	शिव डोटेल	बाँके
२१	नेपालगंज परिवेश	नवीन गिरी	बाँके
२२	पश्चिम सरोकार	सुनिलकुमार गुप्ता	बाँके
२३	पश्चिम खबर	लक्ष्मण सापकोटा	बाँके
२४	पावर लाइन	गोबिन्द बहादुर ओली	बाँके
२५	पिपलवोट	विष्णु केसी.	बाँके
२६	प्रभात घोषणा	ताराचन्द्र योगी	बाँके
२७	बर्दिया टाइम्स	बालकृष्ण ओली	बर्दिया
२८	बढैयाताल टुडे	कृष्ण भण्डारी	बर्दिया
२९	भौरा टप्पा टुडे	डि.बि.के.सी.	बर्दिया
३०	मध्यपश्चिम सन्देश	मेघराज ओली	बाँके
३१	मध्यपश्चिम	रुद्र सुवेदी	बाँके
३२	मिसन टुडे	बिनोद पौडेल	बाँके
३३	राप्ती पोष्ट	शरद अधिकारी	दाङ्ग
३४	रोल्पा टाइम्स	के.बी.डाँगी	रोल्पा
३५	लोकमञ्च	नारायण प्रसाद सापकोटा	सुर्खेत

५२०९९			nepalnaya@yahoo.com
५२८३४४			nayacoursedaily@gmail.com
९८५८०२००४२	५२०२३२	www.xanga.com/dh-waninews	udayasana@gmail.com
५२६५११			dailynepalgunj@gmail.com
५२३०५३			nepalixpressdn@gmail.com
५२८००८			nws.saramedia@gmail.com
५२४५३१	४२०४०९		paschimsarokar@gmail.com
५४१५९५			paschimkhabar@gmail.com
५६५३४६			linepower123@gmail.com
५४१३६०	५४१३६०		pipalbotnews@gmail.com
९८४८१२९४८७			pgnews123@gmail.com
४२०२६०			bardia_times@yahoo.com
९८५८०२०३३८			bhandarikrishnagou@gmail.com
९८४८६१३५४९			krishasaroffsetpress@gmail.com
९८५८०२१६९१	५२४३७०		mpsdaily@gmail.com
५२४१८५			mp.daily123@gmail.com
९८५८०२३०६९			missiontodaydaily@gmail.com
५६३४५६			raptipost2066@gmail.com
४४०३१३			rolpatimes@gmail.com
५२३३००			lokmanchskt@gmail.com

३६	लोकप्रिय सन्देश	सकिल अहमद खाँ	बाँके
३७	समय अधिकार	रहिस अहमद सिद्दीकी	बाँके
३८	सत्यपत्र दैनिक	सम थापा	नेपालगंज
३९	सन्ध्या बुलेट	पवन थापामगर	नेपालगंज
४०	सदभाव	दामोदर भण्डारी	बाँके
४१	समावेशी सन्देश	प्रताप कुमार गौतम	बर्दिया
४२	हाम्रो नयाँ नेपाल	गणेश कञ्चन भारती	सुर्खेत
४३	हाम्रो संरचना	गोपी बुढा	नेपालगंज
४४	हाम्रो भावना	भेघराज सिग्देल	बर्दिया
४५	हाम्रो अखबार	तीला भण्डारी	सुर्खेत
४६	हाम्रो कर्णाली खबर	अरुण ब. शाही	कालिकोट
४७	हाम्रो समाचार	भेष बहादुर बस्नेत	बाँके
४८	हाम्रो एकता	शुशिल पोखरेल	प्युठान
४९	युग बोध	प्रताप रेग्मी	बाँके
५०	युग आब्हान	दीपक बुढा	सुर्खेत

अर्ध साप्ताहिक

१	जनमत	पूर्णलाल चुके	बाँके
२	बर्दिया टाइम्स	बालकृष्ण ओली	नेपालगञ्ज

५२४९३३			lokpriyadaily@gmail.com
९८४८०२९१५४			samayaadhikar@gmail.com
५२३०९४	५२४३७६		
५२७४०८			
५२६१६८			sadvab@gmail.com
५२११७०			samabesi64@yahoo.com
५२५०९९			nepalnaya@yahoo.com
५२५२३३			
९८५८०२२२५७			vabananews@gmail.com
५२४९८८			akhabardaily@gmail.com
४४०२३९			dailykarnalikhobar@gmail.com
५२१९८५			newsamachar@gmail.com
९८४७८३९०९०			hamroektapyyuthan@gmail.com
५२६००८			yugbodh@gmail.com
५२१६२७			yug1226aahwan@gmail.com

५२०७४९	५२०७४९	www.janamat.com.np	purnachuke@gmail.com
४२०२६०			

साप्ताहिक

१	अभिभारा	नारायण गिरी	कालिकोट
२	आजको सामना	अजयकुमार गुप्ता	बांके
३	आहा सञ्चार	मेगराज खड्का	रुकुम
४	उज्यालो	वासुदेव श्रेष्ठ	बांके
५	किरण	पन्नालाल गुप्ता	बांके
६	कृष्णसार	कृष्ण भण्डारी	बर्दिया
७	कर्णाली पोष्ट	जयकृष्ण न्यौपाने	जुम्ला
८	कोहलपुर	खगराज पन्त	बांके
९	कोहलपुर टाइम्स	विष्णु वेलबासे	बांके
१०	कर्णालीको सन्देश	नरेन्द्रनाथ योगी	जुम्ला
११	खरो बिचार	किरण भण्डारी	सुर्खेत
१२	गाउँघर	सुशिल गौतम	दाङ्ग
१३	गुड न्यूज	डक्ट प्र. धिताल	बांके
१४	चुरेकुञ्ज	कृष्ण प्र. बस्याल	बर्दिया
१५	जन्तीधारा	नारायण कुमार शाह	रुकुम
१६	जलजला पोष्	दीपेश पराई विष्ट	रोल्पा
१७	जाजरकोट सन्देश	महेन्द्रराज सिंह	जाजरकोट
१८	दिगो विज्ञापन	खडानन्द लामिछाने	सुर्खेत

४४००५३			abhibharaweekly@yahoo.com
९७४८००१४७१			
९७४८५११७०६		www.aahasamchar.com	sancharkarmi.megharaj@gmail.com
५२२०६५९			
५२०११२			kiransaptahik@gmail.com
४२०६७०			
५२२२८३	५२१५०३		
५४०५३३			
९८५८०२१९३६			newskohalpur@gmail.com
९७४८०४८५११			karnalikosandesh@yahoo.com
५२३२७८			kherobicharweekly@gmail.com
५६०५३२			gaunghar@gmail.com
९८४८०२०८४२	५२६९९५		goodnews.nepal@gmail.com
९८४८०२७५५४			churekunj@gmail.com
६८००७२			
९८४७९६११८४			jjalalpost@gmail.com
५२४९८१			
५२१९०४			digonews.skt@gmail.com

१९	देउखुरी	निम बहादुर थापा	दाङ्ग
२०	धमाका	प्रकाश अधिकारी	दैलेख
२१	न्यूज एक्सप्रेस	युवराज श्रेष्ठ	बर्दिया
२२	न्यूज यर्थाथ	आनन्द कुमार बि.क.	बाँके
२३	नशेमन	मो हारुन	बाँके
२४	नौलो जनउभार	अजयदीप शर्मा	दाङ्ग
२५	प्युठान समाचार	इमामसिंह भारती	प्युठान
२६	पराग	कृष्ण चौधरी	बाँके
२७	बबई	डोलराज सिग्देल	बर्दिया
२८	बर्दिया समाचार	राजेन्द्रप्रसाद धिताल	बर्दिया
२९	बागेश्वरी असल शासन	राजु लामिछाने	बाँके
३०	बिहानीको तारा	किरण धिताल	जुम्ला
३१	महिला संचार	अछारी पोखरेल	बाँके
३२	माण्डवी	संजय रिजाल	प्युठान
३३	युगान्तर पोष्ट	नरेन्द्र थापा	बाँके
३४	युथ टुडे	शक्ति कुमार बंसकार	बाँके
३५	राष्ट्रिय दिगो विज्ञापन	खडानन्द लामिछाने	सुर्खेत
३६	राष्ट्रिय स्वरुप	राजेश कुमार मिश्र	बाँके
३७	राजापुर टाइम्स	मंगलराम चौधरी	बर्दिया

५४००७२			
४२०२२१	४२००२७		dhamka.weekly@gmail.com
			bardiyanewsexpress@gmail.com
९८०४५०८१६१	५३५७३२		nyweekly2012@gmail.com
९८५६०२०६७८			rubarufm@gmail.com
५६१७२५		janaubhar.com.np	naulojanaubhar@gmail.com
९८४७८२००९९			
९८४८०३२२९९			parga.weekly@gmail.com
४२००९६	५२०२०९		babaiweekly@gmail.com
४२०९९४			bardiya_samachar@yahoo.com
५२६१५४			bas.npi@gmail.com
९८५११५२७७८			bhanikotra.nepal@gmail.com
९८४८०२६०३८			achhari@gmail.com
४६०१७३		mandavinews.com.np	mandaviweekly@gmail.com
५२४४१४६			yuganterpost@gmail.com
५२८३४०			youthtodaynews@gmail.com
५२१९०४			digonews.skt@gmail.com
९७४८००३२०			rsweeklynpi@gmail.com
४६००५०			timesraipurweekly@gmail.com

३८	राप्ती समाचार	के.वि. मसाल	दाङ्ग
३९	रेखदेख	प्रविर ददेल	रुकम
४०	रोल्पा समाचार	मानसिंह वि.क.	रोल्पा
४१	लौव अग्रासन	कूलवीर चौधरी	दाङ्ग
४२	शंखनाद	रामगोपाल बैस्य	बाँके
४३	समावेशी सन्देश	प्रतापकुमार गौतम	बर्दिया
४४	सुर्खेत विहानी	कलेन्द्र सेजुवाल	सुर्खेत
४५	सूर्योदय	नवराज सिंह	जाजरकोट
४६	सूचनापत्र	वंशी कुमार शर्मा	दाङ्ग
४७	सत्य खबर	सुभाष कुमार गुप्ता	बाँके
४८४	संकल्प	लियाकत अलि	बाँके
९	समाज जागरण	चन्द्रेश्वर राज त्रिपाठी	बाँके
५०	सनस्टार	चेतलाल कुँवर	रोल्पा
५१	साभ्ना प्रतिविम्ब	नेमबहादुर शाही	दैलेख
५२	साक्षी खबर	दामोदर बस्नेत	दाङ्ग
५३	स्वास्थ्य चेतना	डम्बर शाह	बाँके
५४	हाम्रो चुनौती	अशोक विष्ट	बाँके
५५	ज्ञानोदय पोष्ट	भिम प्रसाद पौडेल	बाँके

५६२४७०			
९८४७८७६७१३			rekhgdekhnews.com, rekh-dekh@gmail.com
९७४८५००२७५			rsw_rolpa@yahoo.com
९८४८०७३७५८			agrasari@gmail.com
५२१२७२			
४२११७०			samabeshi64@yahoo.com
५२१८३५	५२१६१०		
४३०११५			nyweekly2012@gmail.com
९८४७८३५६४८		nepalnews.com	weeklysuchanapatra@gmail.com
९८४४८९९९९			satyakhbarweekly@yahoo.com
९८४८०९२३८०			sankalp@gmail.com
९८४८०२३५३४			ch.tripathi2000@gmail.com
९८४७८७७६७२			sunstarweekly@gmail.com
९८५८०५०३८०			sajhapatribimbaweekly@gmail.com
९८४७८३५४१४			weeklykp@gmail.com
५२७९४७			swasthyachetana@gmail.com
५५०१३०			chunautiweekly@gmail.com
५४१६४४			gyanodaya@gmail.com

मासिक

१	अटुट	कृष्णप्रसाद आचार्य	दाङ्ग
२	सुस्ता मजेरी	थानेश्वर लामिछाने	सुर्खेत
३	हाम्रो वकालत	राजेन्द्र शर्मा	नेपालगञ्ज
४	युगीन बहस	डवल वहादुर महतरा	बाँके
५	रुकुमेली विकास लहर	धनवीर दाहाल	रुकुम

द्वैमासिक

१	मिसन टुडे	नन्द देवकोटा	बाँके
२	हाम्रो भावना	मेघराज सिग्देल	बर्दिया
३	हाम्रो गाउँघर	यमराज शर्मा	सुर्खेत

त्रैमासिक

१	अन्तर्ध्वनी	पुरुषोत्तम खनाल	दाङ्ग
---	-------------	-----------------	-------

९८४७८४५६३४			atutmonthly@gmail.com
९८४३०९९४९०			jagatvashistha@gmail.com
५२५१७६			hamrowakalat@gmail.com
९८४८०५२०८८			yugeenbahas@gmail.com
९८४७८४३८११			

५४१६०८			missontodaydaily@gmail.com
४२०४०९			
९८४३०९९४९०			gaunmonthly@gmail.com

५६०५३२			udasitika@gmail.com
--------	--	--	---------------------

कर्णाली अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	कर्णाली टाइम्स	हेम कसिंगर	जुम्ला
२	कर्णाली असल शासन	नरेन्द्रनाथ योगी	जुम्ला
३	खाडचक्र	देवीराम आचार्य	कालिकोट
४	हाम्रो कर्णाली खबर	अरुण ब. शाही	कालिकोट

साप्ताहिक

१	अभिभारा	नारायणी गिरी	कालिकोट
२	कर्णालीको सन्देश	नरेन्द्रनाथ योगी	जुम्ला
३	कर्णाली खोजखबर	अशोकनाथ योगी	जुम्ला
४	कर्णाली पोष्ट	जयकृष्ण न्यौपाने	हुम्ला
५	रैवार	तीर्थराज रोकाया	हुम्ला
६	विहानीको तारा	किरण धिताल	जुम्ला

मासिक

१	हिमनगर	नवराज बुढा	हुम्ला
---	--------	------------	--------

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२०१७७			
४४०२२३			khandachakra.daily@gmail.com
४४०२३९			dailykarnalikhobar@gmail.com

४४००५३	४४००२७		abhibharaweekly@yahoo.com
९७४८०४८५११			karnalikosandesh@gmail.com
५२२८३	५२१५०३		
९७४११२४३४५			karnaliraiibar@yahoo.com
९८५११५२७७८			bihanikotaranepal@gmail.com

		www.sajhasabal.com/humla	karnali2015@gmail.com
--	--	--------------------------	-----------------------

सेती अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	अनुमोदन	प्रकाशविक्रम शाह	धनगढी
२	अभियान	खेम भण्डारी	कैलाली
३	आर्थिक खप्तड टुडे	कैलाश कुमार जोशी	धनगढी
४	आर्थिक जागरण	पदम सापकोटा	कैलाली
५	उदाउँदो नयाँ नेपाल	डम्बर बोहरा	अछाम
६	एन्जल टाइम्स	पवित्रा साउद	धनगढी
७	कैलाली हटलाइन	मातृका तिमिल्सीना	टिकापुर
८	कैलाली	गणेश भण्डारी	कैलाली
९	खप्तड टुडे	कैलाश कुमार जोशी	कैलाली
१०	खप्तड न्यूज	रामबहादुर कुँवर	अछाम
११	गोदावरी एक्सप्रेस	गोविन्द रोस्यारा	कैलाली
१२	जनदिशा	जे.पी. जोशी	धनगढी
१३	टिकापुर	भुवनेश्वर अधिकारी	कैलाली
१४	टीकापुर टाइम्स	कर्ण कुँवर	कैलाली
१५	डडेलधुरा पोष्ट	नरेन्द्र रोकाय	डडेलधुरा
१६	दार्चुला सन्देश	पदम बडाल	दार्चुला
१७	धनगढी पोष्ट	कर्ण शाह	कलाली

फोन	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२४३४८			anumodan.daily@gmail.com
५२१९७०			abhayanmr@yahoo.com
५५१२०२			khaptadtoday@gmail.com
९८४८४२९८७९			arthikjagaran@gmail.com
९७५९००६९१		ourpath.net	ududailyachham@gmail.com
५२०४००	५६०६५६	www.kailalihotline.com	rajawasthi60@yahoo.com
५६०६९६			kailalihotline@gmail.com
५२६११६			kailali.dainik@gmail.com
५२१२०२			khaptadtoday@gmail.com
९७६२०३१०			khaptadnews@gmail.com
५५१२११			godavarim@gmail.com
५२१०९४			jandisha@wlink.com.np
५६०९३५			dailytkp@gmail.com
६९३०२२			tikapurtimes@yahoo.com
६९०३१०			dadelldhurapost@yahoo.com
४२००३०			sankar.dhami@gmail.com
५२५७७०	५२२४५६		dhangadhipost@gmail.com

१८	न्यू टुडे नेपाल	जयराज न्यौपाने	कैलाली
१९	न्यूज पश्चिमेली	दुर्गा प्रसाद भण्डारी	कैलाली
२०	नमस्ते सुदूर पश्चिम	धर्मराज उपाध्याय	
२१	नयाँ जनक्रान्ति	यज्ञराज जोशी	कञ्चनपुर
२२	पश्चिम घटना विचार	हर्कबहादुर बोहरा	डोटी
२३	पश्चिम नेपाल	कर्ण बोहोरा	कञ्चनपुर
२४	परिचर्चा	गणेश चौधरी	टीकापुर
२५	पश्चिम टुडे	दीर्घराज उपाध्याय	कैलाली
२६	पाहुरा थारु	स्माइल चौधरी	कैलाली
२७	फारवेस्ट टाइम्स	कर्णदेव भट्ट	महेन्द्रनगर
२९	मर्निङ बेल	बीरेन्द्र बहादुर रावल	धनगढी
३०	मलवारा	दीपेन्द्र भण्डारी	कैलाली
३१	राष्ट्रिय सन्दर्भ	नरेन्द्र भट्ट	धनगढी
३२	रामरोशन	शिवराज ढुंगाना	अछाम
३३	शुक्लाफाँट क्षेत्रीय	बल बहादुर डगौरा	कञ्चनपुर
३४	समाचार सारांश	हरि प्रसाद जोशी	कैलाली
३५	सहयात्री पोष्ट	कैलास कुमार जोशी	कैलाली
३६	समाधान न्यूज	छविलाल जैसी	कैलाली
३७	सेम आवाज	सुन्दरराज रेग्मी	धनगढी

५२५३५८			ntdnews@yahoo.com
९८५८४२२७३०			newspashchimeli@gmail.com
९८४८४२८७७२			namastesudurpashchim@yahoo.com
५२०४६४			janakrantinews@gmail.com
४४००९४			ghatanab4@yahoo.com
५२५६२५		www.westernnews.com.np	westnepaldaily@gmail.com
५६०६२५			tek.sodari@gmail.com
५२७०१७	५२२४५६		paschintoday@gmail.com
९८४८४५६३९२	५२२४५६		hamarpahura@gmail.com
५२२५२७			farwesttimes@yahoo.com
५२६४०४	५२२४५६		loksari.kunwar@gmail.com
५६०९०९			malawaradaily@gmail.com
५२२७८५			sandarvarastriya@gmail.com
९८४८४७५०४२			ramaroshan100@gmail.com
५२०५७४			suklaphantdaily@yahoo.com
५२५२६२			saransah.harish@gmail.com
५५०८३८			sahayatripot@gmail.com
५६१३२६			samadhannewsdaily@gmail.com
५२५८५०			semawaj@gmail.com

३८	सौगात खबर	लक्ष्मी बिजले	बैतडी
३९	सुदुर सन्देश	हेमन्त पौडेल	धनगढी, कैलाली
४०	सुदुर खबर	श्यामदत्त भट्ट	महेन्द्रनगर
४१	सेती समाचार	धन वहादुर शाह	कैलाली
४२	श्री नेपाल टाइम्स	करुणाकर पाण्डेय	धनगढी
४३	श्रम सृजना	लक्ष्मीराम आचार्य	कैलाली
४४	हिल टाइम्स	छत्र साउद	डडेलधुरा
४५	हिमाल अपि	लोकेन्द्र विष्ट	कैलाली

साप्ताहिक

१	अत्तरिया पोष्ट	शंकर भट्ट	कैलाली
२	अछाम दर्पण	शिवराज खत्री	अछाम
३	अछाम आवाज	खड्क बहादुर विष्ट	अछाम
४	आर्थिक जागरण	पदम सापकोटा	कैलाली
५	उदाउँदो नयाँ नेपाल	पहल साउद	अछाम
६	कचहरी टाइम्स	कुन्ती ओली	कैलाली
७	कालापानी पोष्ट	हिरासिंह धामी	दार्चुला
८	घोडाघोडी	टेक संज्याल	कैलाली
९	घोडीघोडी सन्देश	शुशिल ढुंगाना	कैलाली
१०	चुरे फेदी पोष्ट	लक्ष्मीराम आचार्य	कैलाली
११	जन शासन	शिव ढुंगाना	अछाम

५२०५१५			saugatdaily@gmail.com
५२०७३०		www.sudoorsandesh.com.np	sudursandesh@gmail.com
५२०५७२			sudoorokhabar@gmail.com
५२४९७८			setisamachar@yahoo.com
५२१७९०			kknepaltimes@yahoo.com
५२१९९४			shram.srijana2010@gmail.com
९८४८७०७७७७	४२०४९६		chhatra9@gmail.com
५२०४४०			himalapi@gmail.com

९८४८४२४४३१	४२०४५६		attariyapost@yahoo.com
६२०१२५			achhamdarpan@gmail.com
९७४११२३८१२	६२०१९४		
९८४८४२९८७९			arthikjagaran@gmail.com
६२०३००			unndailyachham@gmail.com
५२०४४४			kachaharitimes@gmail.com
४२००९८			shankardhami@gmail.com
५२९११०			
९८४८४७०७७२			sushildhungana265@gmail.com
९८४८४२९०९१			
६२०००६			janashasan@gmail.com

१२	जन सन्देश	कर्ण कुँवर	कैलाली
१३	दिपायल पोष्ट	मिन वम	डोटी
१४	नयाँ डोटेली आवाज	शंकर थापा	डोटी
१५	नयाँ सन्देश	पुष्कल शाह	कैलाली
१६	नेपालपथ	उद्धवसिंह ध्वांगढी	डोटी
१७	नयाँ परिवर्तन	हरिस सावद	कञ्चनपुर
१८	नयाँ मुलुक	कर्णदेव भट्ट	महेन्द्रनगर
१९	पश्चिम एक्सप्रेस	रमेश वि.क.	कैलाली
२०	बिम्ब	रामहरि ओझा	डोटी
२१	बुढी नन्दा	लिखाराम जैशी	बाजुरा
२२	भिमनगर	अशोक पाण्डेय	कञ्चनपुर
२३	रंगुन दर्पण	उत्तर विष्ट	डडेलधुरा
२४	राष्ट्रिय किरण	परमानन्द भट्ट	धनगढी
२५	राजपुर टाइम्स	मंगलराम चौधरी	कैलाली
२६	लक्की पोष्ट	प्रेमराज मुडवरी	कैलाली
२७	वेष्ट न्यूज	खगेन्द्र सिंह	सिलगढी, डोटी
२८	शुक्लाफाँटा पोष्ट	प्रिती भट्ट	महेन्द्रनगर
२९	सुदूरपश्चिमको प्रयास	दुर्गा देवकोटा	कैलाली
३०	सती कर्णाली	एल.जि. बुढा	कैलाली
३१	सडक संघर्ष	अग्र वहादुर विष्ट	कैलाली

५६१२३८			karnakunwar13@gmail.com
४२०५४६			
४२०५१३			virkuti@gmail.com
६९३४२५			
४४०३८६			
५०४००			naya_pariwaran@yahoo.com
५२२५२७			shreenayamuluk@yahoo.com
५२४५८३			bibashk8@yahoo.com
४२०१५८			weeklybimbe@gmail.com
९७४९००५८१५			bhudinandaweekly@gmail.com
९८४८७२२८४५			
९८४८७७६७२०			newsrangun@gmail.com
५२६९६८			rastriyakaran83@yahoo.com
४६०००२			rajapurtimes@gmail.com
९८४८४७६६६	५४०१६६		dipa.rawal@yahoo.com
९८४९६२१५७३			westnewsweekly@gmail.com
५२२५२७			
६९२२८३			durga.tkp@gmail.com
५६०९३५			karnalisatti@gmail.com
९८४८४२२०३			bistb@yahoo.com

३२	समाधान न्यूज	धनञ्जय ढुंगाना	टीकापुर
३३	सुदूर सन्दर्भ	धनवहादुर वि. क	कैलाली
३४	सार्थक	हरिप्रसाद जोशी	महेन्द्रनगर
३५	हाम्रो जनसन्देश	कर्ण कुँवर	कैलाली
३६	हाम्रो सेती	लोग्गरी कुँवर	कैलाली
३७	हाम्रो युगदर्पण	मानसिंह बुढा	कैलाली
३८	हाम्रो कदम	खेम थापा	कैलाली

पाक्षिक

१	काया पलट	राम वहादुर देउवा	धनगढी
२	पश्चिमेली रैबार	सुरत रावल	धनगढी
३	सुदूर हटलाईन	वाशुदेव पन्त	धनगढी
४	हेड लाइट	टिकाराम सुनार	कैलाली

मासिक

१	युग सिर्जना	लक्ष्मीराम आचार्य	कैलाली
---	-------------	-------------------	--------

द्वैमासिक

१	चिनारी	डिल्लीराम फुलारा	कैलाली
२	सुदुर चिनारी	एन के जोशी	कैलाली

९७५९००१७८२			newssamadhan@gmail.com
६९२१९६			sdoorsandharbha@gmail.com
५२२५१७			shreesarthak@yahoo.com
५६०२३८			karnakunwar@hotmail.com
९८४८४२५५२१	५२६४०४		rawalseti_birendra@yahoo.com
५६०९३५			yugdarpan.weekly@gmail.com
९८४८४४६८५			hamro.kadam@gmail.com

५२०१५८			
९७४९००६६७५			
५२२८०७			yogihotline@yahoo.com
९८४८५७६५८१			stbshy@yahoo.com

९८४८५३४२०५			yug.sirjana@yahoo.com
------------	--	--	-----------------------

९८४८४२४७६९			
९८४८४६४१८९	५२२९६४		nandakjoshi@gmail.com

महाकाली अञ्चल

दैनिक

सि.नं.	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	ठेगाना
१	अभियान नेपाली	युवराज घिमिरे	कन्चनपुर
२	अपि टुडे	राजेन्द्र विष्ट	कन्चनपुर
३	एन्जल टाइम्स	पवित्रा सावद	कन्चनपुर
४	कालापानी	रति विवश	कन्चनपुर
५	डडेलधुरा पोष्ट	नरेन्द्र रोकाया	डडेलधुरा
६	जनसरोकार पोष्ट		बैतडी
७	दार्चुला सन्देश	पदम सिंह वडाल	दार्चुला
८	नयाँ मुलुक	तेज वहादुर भण्डारी	महेन्द्रनगर
९	नयाँ जनक्रान्ति	यज्ञराज जोशी	कञ्चनपुर
१०	पश्चिम नेपाल	कर्ण बोहरा	कन्चनपुर
११	पश्चिम सन्देश	पवित्रा भण्डारी	कन्चनपुर
१२	फारवेस्ट टाइम्स	कर्णदेब भट्ट	कन्चनपुर
१३	महेन्द्रनगर पोष्ट	शिवराज भट्ट	कन्चनपुर
१४	विकल्प	माधवसिंह धामी	कन्चनपुर
१५	श्री नेपाल टाइम्स	करुणाकर पाण्डे	कञ्चनपुर
१६	सौगात खबर	भगीरथ अवस्थी	बैतडी

सम्पर्क नं.	फ्याक्स	इन्टरनेट	ईमेल
५२१९७०	५२११८६		abhiyan@yahoo.com
५२०८५७			apitodaydaily@gmail.com
५२९४००		angelonlinenews.com	Rajawasthi60@yahoo.com
६९१७७८			vibas_ravi@yahoo.com
६९०३१०			dadeldhurapost@yahoo.com
५२०३२८			angelraynews@gmail.com
४२००३०			shankar_dhami@gmail.com
५२०४६४			janakrantinews@gmail.com
५२५६२५		westnews.com.np	westnepaldaily@gmail.com
६९१९९२			angelnews2061@yahoo.com
५२२५२७	५२२९६४		farwestimes@yahoo.com
५२५६६०			mahendranagar@post.com
५२४२०४			
५२१७९०			
५२०५१२, ५२०५१५	५२००४६		sdaily2068@yahoo.com

१७	शुक्लाफाँट क्षेत्रिय	बल बहादुर डगौरा	कञ्चनपुर
१८	हाम्रो निगरानी	गोकर्ण दयाल	बैतडी

साप्ताहिक

१	अपि टाइम्स	विक्रम गिरी	दार्चुला
२	आजको नयाँ विकल्प	माधव सिंह धामी	कञ्चनपुर
३	कालापानी पोष्ट	हिरासिंह धामी	कञ्चनपुर
४	खप्तड सन्देश	जीतसिंह भण्डारी	कञ्चनपुर
५	दिशानिर्देश	पुष्पराज अवस्थी	कञ्चनपुर
६	नयाँ परिवर्तन	रघुविर थापा	कञ्चनपुर
७	नयाँ अभिमत	लोकेन्द्र लम्साल	कञ्चनपुर
८	नयाँ मुलुक	कर्णदेव भट्ट	कञ्चनपुर
९	भीमनगर	अशोक पाण्डे	कञ्चनपुर
१०	युवा सन्देश	तर्कराज भट्ट	कञ्चनपुर
११	वैतडी सन्देश	खगेन्द्र अवस्थि	वैतडी
१२	रंगुन दर्पण	उत्तर विष्ट	डडेलधुरा
१३	शुक्लाफाँटा पोष्ट	प्रीती भट्ट	कञ्चनपुर
१४	शिखर सन्देश	माधव प्रसाद जोशी	कञ्चनपुर
१५	श्रीसार्थक	हरिप्रसाद जोशी	कञ्चनपुर
१६	सुदूर पश्चिम पोष्ट	शिवराज भट्ट	कञ्चनपुर

५२०५७४			shuklaphantadaily@yahoo.com
५२०३७३			hamronigrani.daily@yahoo.com

४२०१२७			
५२५७०५			aaiko-vikalpa@yahoo.com
४२००९८			shankardhami@gmail.com
५२३९७७			
९८४८७२१८५७	५२३४६२		dishanirdes_kanchan@yahoo.com
९७४९५१२४९६			nayaparibartan@yahoo.com
५२५१४४			nayaabhimat@yahoo.com
५२२५२७			shreenayamuluk@yahoo.com
९८४८७२२८४५			
५२०४९१			yuwa.sandesh@yahoo.com
५२०१२४			baitadisandesh@yahoo.com
९८५८७५१७२०			newsrangun@gmail.com
५२२५२७			
९८५८७५०४७८			
५२२५१७			shreesarthak@yahoo.com
९८५८४२०६३६			sudoorpashimpost@yahoo.com

मासिक

१	अनन्त	कविराज भट्ट	कञ्चनपुर
२	गुगुल्डी	वीरबहादुर चन्द	कञ्चनपुर
३	प्रतिभाको बारी	पदम बडाल	दार्चुला

द्वैमासिक

१	नवज्योति	महेन्द्र बहादुर बस्नेत	कञ्चनपुर
२	नयां परिवर्तन	रघुविर थापा	कञ्चनपुर

९८४८४५३१०६			ananta.gagal@gmail.com
५२४६४९			hemrjoshi@yahoo.com
९७४९५१०४६२			

५६०१००			nawajyoti22@yahoo.com
			naya_paribartan@yahoo.com

टेलिभिजनहरू

टेलिभिजनको नाम	ठेगाना
नेपाल टेलिभिजन	सिंहदरवार, काठमाडौं
महाप्रबन्धक	
समाचार शाखा	
एन.टि.भि. २	सिंहदरवार, काठमाडौं
एविसि टेलिभिजन	सुन्धारा काठमाडौं
कान्तिपुर टेलिभिजन	सुविधानगर, काठमाडौं
इमेज च्यानल प्रा. लि.	पानीपोखरी, लाजिम्पाट
टिभि फिल्मी	चावहिल, काठमाडौं
एभिन्जुज टेलिभिजन	त्रिपुरेश्वर काठमाडौं
सगरमाथा टेलिभिजन	कोटेश्वर काठमाडौं
माउन्टेन टेलिभिजन	कुपण्डोल
तराई टेलिभिजन	मिन भवन
न्युज २४	महाराजगंज, काठमाडौं
च्यानल नेपाल	मिन भवन
हिमालय टेलिभिजन	मध्यबानेश्वर, काठमाडौं
अरनिको टेलिभिजन	काभ्रे, बनेपा
नेपालमण्डल टेलिभिजन	ललितपुर धालाछें
पर्यावरणीय टेलिभिजन	ठैव, ललितपुर
टिम टेलिभिजन	मकवानपुर

फोन	फ्याक्स	वेबसाइट / इन्टरनेट
४२००३४८	४२००२१२	www.ntv.org.np
४२००८८७, ४२००४४७		
४२००४३६		
४२००३४८	४२००२१२	www.ntv.org.np
४४३९२३२ ४४३९२३३	४२५४३२१	
४४६६४०० ४४६६५००	४४६६३२१	
४००६५५५	४४३२७०७	
४४७९८९३, ४४७९८९४		
४२२७२२२	४२४८११, ४२५१०५५	www.avnews.tv
४२३३०७१	४२३३०७३	
५०१०८०६ ५०१०८१२	५०१०७९७	www.mountaintv.com.np
४१०६२४०	४१०६१९९	
४००२६६६	४००२६५५	www.e24nepal.tv
४७८०४१८		
४४७२२५४ ४४७२२५५	४४९७७११	www.himalaya.tv
९८५१०४९२९४		
९८५१००५२६१		
९८५५०७०६९९		

अभियान टेलिभिजन	चितवन
देवचुली टेलिभिजन	नवलपरासी
बुद्ध टेलिभिजन	बुटवल रुपन्देही
लुम्बिनी टेलिभिजन	बुटवल रुपन्देही
श्रीनगर टेलिभिजन	तानसेन ड पाल्पा
हिमशिखर टेलिभिजन	भापा, दमक
एसीइ टेलिभिजन	नखबु, ललितपुर
गण्डकी टेलिभिजन	पोखरा, कास्की
एरिना टेलिभिजन	
कृति टेलिभिजन	
त्रिशुली टेलिभिजन	
नेपाल वान टेलिभिजन	
भक्तिदर्शन टेलिभिजन	कुण्डोल, ललितपुर
मकालु टेलिभिजन	

९८५५०५८०६८	५२५७७४	
९८५७०२८१७०		
९८४१४३८०७९		
४३८८०२, ४३८७७३	४३८८५४	www.lumbinitv.org
९८०१४०१६०१		
५५९२५७२		www.channelace.com.np
५२७१०३		
५०१०८१८		www.mountaintv.com.np

एफ. एम. रेडियोहरू

सि.नं	नाम	ठेगाना	फोन/फ्याक्स
१	रेडियो नेपाल	काठमाडौं	४२११९१०. ४२११६४९
२	रेडियो सगरमाथा	काठमाडौं	९८५७०७४६८५, ५५४२२४५
३	कान्तिपुर एफ.एम.	काठमाडौं	५५४१९०२, ५५२२७३१
४	इमेज च्यानल	काठमाडौं	४२३०३६८, ४४४२२५०
५	मेट्रो एफ.एम.	काठमाडौं	४२३१४८१
६	हिट्स एफ.एम.	काठमाडौं	४७८०२९६
७	मदनपोखरा एफ.एम.	पाल्पा	०७५ ५२१४०५
८	लुम्बिनी एफ.एम.	रुपन्देही	०७१ ५६१६०९, ५६१००३
९	माछापुच्छे एफ.एम.	कास्की	०६१ ५३२८९३, ५३२८८३
१०	कान्तिपुर एफ.एम.	सुनसरी, पो.ब.नं. १४३६०	५५४१९०२, ५५२२७३१
११	रेडियो अन्नपूर्ण	कास्की, पोखरा	०६१ ५३३१७७, ५३२८९१
१२	कन्चनजंघा एफ.एम.	भ्रुपा	०२३ ५४१०२३, ५४२६११
१३	मनकामना एफ. एम	मकवानपुर	

१४	कोशी एफ.एम.	विराटनगर, मोरङ	०२१ ५२४६६५, ५३६१४३
१५	पोखरा एफ.एम.	कास्की	०६१ ५३२५८३, ५३३१३१
१६	पर्यावरण चक्र रेडियो	ललितपुर	४७८१६८९, ५५६०७८२
१७	हिमचूली एफ.एम.	कास्की, पोखरा	०६१ ५३३३८३, ५३९२५१
१८	रेडियो स्वर्गद्वारी	दाङ्ग	०८२ ५६०१६४
१९	सिनर्जी एफ.एम.	चितवन	०५६ ५२६९१६
२०	एफ.एम. अध्यात्मज्योति	काठमाडौं	४४४२२५३, ४४४२२५०
२१	सप्तकोशी एफ.एम.	सुनसरी, मोरङ्ग, धनकुटा	०२५ ५८२६८९
२२	बुटवल एफ.एम.	रुपन्देही	०७१ ५४६४९८, ५४७७६२
२३	कालिका एफ.एम.	चितवन	०५६ ५२७१५८, ०५६ ५२७१५९
२४	तिनाउ एफ.एम.	रुपन्देही	९८५७०२५०९०, ०७१ ५५०३५५
२५	हेटौंडा एफ.एम.	मकवानपुर	९८५५०६७५३०
२६	विजय एफ.एम.	नवलपरासी	०५६ ५२२९५६
२७	धवलागिरी एफ.एम.	बाग्लुङ्ग	०६८ ५२००४५

२८	कालिगण्डकी एफ.एम.	बाग्लूङ्ग	०६८ ५२०८०४, ५२०५७९
२९	रुपन्देही एफ.एम.	रुपन्देही	०७१ ५२२९८८ ०८१ ५२३०५३
३०	पर्सा एफ.एम.	विरगन्ज	०५१ ५२८२९९
३१	रेडियो कर्णाली	जुम्ला	९८५१० ७५६४५, ५५४९०९३
३२	सि.टी एफ.एम.	काठमाडौं	४२३२४५५
३३	भेरी एफ. एम.	नेपालगन्ज	०८१ ५२१६०४ . ४२६१५५
३४	क्लासिक एफ.एम.	काठमाडौं	४४२२०५८, ४४२४६७०
३५	श्रीनगर एफ.एम.	पाल्पा	९८५१० ५४१११, ०७५ ५२१६६०
३६	रेडियो भेरी एफ.एम.	सुर्खेत	०८३ ५२११०० ५२१५६०
३७	भक्तपुर एफ.एम.	भक्तपुर	६६१०८६०, ६६१०६०७
३८	रेन्बो एफ. एम.	काठमाडौं	
३९	रेडियो पाल्पा	मकवानपुर	९८४५०७२०७७
४०	सप्तकोशी एफ.एम.	विराटनगर, मोरङ	९८२०२०६७४
४१	रेडियो बागेश्वरी	नेपालगन्ज	९८५१० ४०७७१, ०८१ ५२२९८८

४२	रेडियो भेरी आवाज	बाँके	०८१ ५२५२३५ २५२६२
४३	साइपाल रेडियो	बझाङ्ग	०९१ ५४६१५०१
४४	मुक्तिनाथ एफ.एम.	पाल्पा	९८५१० ५६१३८
४५	घोडाघोडी एफ.एम.	कैलाली	०८१ ५२६०६१, ९८५८०२०७५०
४६	रेडियो पश्चिमाञ्चल	पाल्पा	०७५ ४२०५६६९
४७	सोलु एफ.एम.	सोलुखुम्बू	९८५१० ५०९४८
४८	इमेज च्यानल	पोखरा	४२३०३६८
४९	इमेज च्यानल	सुनसरी भेडेटार	४२३०३६८
५०	रेडियो विन्ध्यवासिनी	मकवानपुर	
५१	बुलबुले एफ.एम.	सुर्खेत	०८३ ५२१३८७
५२	रेडियो तुल्सीपुर	दाङ्ग	०८२ ५२१२००
५३	टाइम्स एफ.एम.	काठमाडौं	५५३९१७१
५४	युथ एफ.एम.	काठमाडौं	९७४१०३०२१० . ९८०८१५५१९०
५५	नेशनल एफ.एम.	मकवानपुर	
५६	रेडियो मिथिला	धनुषा	९८५१०८८९५०
५७	गढिमाई एफ. एम.	पर्सा	
५८	रेडियो प्रतिध्वनी	मकवानपुर	९८४१२३९४५०
५९	रेडियो मध्यपश्चिम	दाङ्ग	९८५७८३०२१६ . ९८५७८३०२०६

६०	जनकपुर एफ. एम.	धनुषा	०४१ ५२०३७७
६१	सुकलाफांटा एफ.एम.	कञ्चनपुर	०९९ ५२१६१५ . ०९९ ५२३७५५
६२	वि.एफ.वि.एस	ललितपुर	
६३	उज्यालो एफ. एम.	ललितपुर	०१ ५५५१७१६, ५५४९३५७
६४	स्टार एफ.एम.	काठमाडौं	
६५	ब्रिटिस गोर्खा मिडिया नेटवर्क प्रा.लि.	काठमाडौं	
६६	पाथिभरा एफ.एम.	ईलाम	
६७	मैत्री एफ.एम.	ललितपुर	
६८	ईलाम एफ. एम.	ईलाम	
६९	रेडियो मर्याडदी	लमजुङ्ग	
७०	फुलबारी एफ.एम.	कैलालि	४४४२००४
७१	क्यापिटल एफ.एम.	काठमाडौं	
७२	रेडियो देउखुरी	दाङ्ग	
७३	एफ.एम. मेची ट्यून्स	भापा	
७४	रेडियो महाकाली	कञ्चनपुर	
७५	हाम्रो एफ. एम.	चितवन	
७६	रुपाकोट रेडियो	खोटाङ्ग	
७७	जानकी एफ.एम.	धनुषा	

७८	बाग्लुङ्ग एफ. एम.	बाग्लुङ्ग	
७९	सि.जे. एम. सि. सामुदायिक रेडियो	काठमाडौं	
८०	इन्द्रेणी एफ. एम.	पर्सा	
८१	खप्तड कम्युनिकेशन प्रा. लि.	कैलाली	
८२	जनकपुर टुडे संचार समुह	धनुषा	
८३	हेडलाइन्स एण्ड म्यूजिक एफ. एम.	काठमाडौं	
८४	रेडियो अप्पन, मिथिला	महोत्तरी	
८५	रेडियो नमोबुद्ध	काभ्रे	
८६	पलपलको साथी	दाङ्ग	
८७	रेडियो अडियो प्रा.लि.	काठमाडौं	९८५१०८१६१०
८८	सप्तरंगी एफ. एम.	भापा	
८९	विराट एफ.एम.	मोरङ	
९०	रेडियो माण्डवी	प्यूठान	
९१	नारायण परिवार क्लब	काठमाडौं	
९२	दिनेश एफ. एम.	कैलाली	
९३	रेडियो पुर्वाञ्चल	मोरङ	
९४	बाराहि एफ. एम.	कास्की	
९५	सम्यक एफ. एम.	रुपन्देही	
९६	स्टार एफ.एम.	सुनसरी	

९७	कालिन्चोक एफ. एम. रेडियो	दोलखा	
९८	स्काई एफ. एम. प्रा.लि.	मोरङ	
९९	रेडियो फिक्कल	ईलाम	
१००	सयपत्री एफ. एम.	बाग्लुङ्ग	९८५७६२००१०
१०१	विन्दबासीनी मिडिया प्रा. लि.	मकवानपुर	९८०२१२३४५६
१०२	रेडियो त्रियुगा	उदयपुर	
१०३	किप्स मिडिया	काठमाडौं	
१०४	ईमेज एफ. एम.	चितवन	
१०५	ईमेज एफ. एम.	पर्सा	
१०६	कान्तिपुर एफ.एम.	वीरगञ्ज	
१०७	कान्तिपुर एफ.एम.	भरतपुर	
१०८	रेडियो रामा रोशन	अछाम	
१०९	राप्ती एफ. एम.	सल्यान	
११०	जागरण मिडिया सेन्टर	बुटवल	
१११	गोपी कृष्ण एफ. एम.	काठमाडौं	
११२	भेक आवाज	कालिकोट	
११३	रेडियो मेन्छयायेम	तेह्रथुम	
११४	रेडियो रेसुङ्गा	गुल्मी	
११५	गुड न्युज एफ एम	काठमाडौं	
११६	समाद एफ. एम.	सिराहा	९८४१३६६७०३

११७	रेडियो पर्वत	पर्वत	
११८	रेडियो सिन्धुलीगढी	सिन्धुली	४७५२०००८
११९	ईन्ट्रेणी एफ. एम.	पर्सा	
१२०	रेडियो बाजुरा	बाजुरा	०९७ ५४१२०६
१२१	रेडियो सल्यान	सल्यान	
१२२	सामुदायिक सञ्चार केन्द्र	स्याङ्जा	
१२३	हाम्रो रेडियो	दोलखा	
१२४	खांदबारी एफ. एम.	संखुवासभा	
१२५	सुम्हाल्लुङ एफ. एम.	पाँचथर	
१२६	रेडियो दुधकोशी	सोलुखुम्बू	९८५१०१४४९९
१२७	रेडियो मिर्मिरे	काठमाडौं	
१२८	रौतहट एफ. एम.	रौतहट	
१२९	चितवन सामुदायिक सञ्चार सहकारी संस्था लि.	चितवन	
१३०	इलाम सामुदायिक सञ्चार केन्द्र	इलाम	०२७५२१६९९, ९८५१११९९८०
१३१	मादी सेती एफ. एम.	तनहुँ	
१३२	रेडियो जनकपुर	धनुषा	
१३३	दमौली एफ. एम.	तनहुँ	
१३४	रेडियो तमोर	ताप्लेजुङ्ग	
१३५	पूर्वाञ्चल मिडिया प्रा.लि.	सुनसरी	

१३६	नेपालीको रेडियो	भक्तपुर	
१३७	मध्यपूर्व एफ. एम.	काभ्रेपलान्चोक	
१३८	रेडियो आधिखोला	स्याङजा	
१३९	मानव अधिकार सचेतन तथा विकास केन्द्र	दोलखा	
१४०	विजयपुर मिडिया ग्रुप प्रा.लि.	सुनसरी	
१४१	रेडियो वागमती	काठमाडौं	
१४२	इमेज एफ.एम.	रुपन्देही	
१४३	कान्तिपुर एफ.एम.	वुटवल	
१४४	इमेज एफ. एम.	बाँके	
१४५	भेरी बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.	सुर्खेत	
१४६	रेडियो कोहलपुर	वाँके	
१४७	कान्तिपुर एफ.एम.	वाँके	
१४८	शसक्तिकरणका लागि अनुसन्धान, चेतना र सञ्चार नेपाल	चितवन	
१४९	पपुलर एफ एम	सुनसरी	
१५०	आफ्नो एफ. एम.	डडेल्धुरा	
१५१	जलेश्वरनाथ एफ. एम.	महोत्तरी	०४४ ५२१०९७
१५२	रेडियो त्रिवेणी	चितवन	
१५३	रेडियो धादिङ	धादिङ	

१५४	फुलवारी सामुदायिक रेडियो	सिराहा	
१५५	रेडियो मध्यविन्दु एफ. एम.	नवलपरासी	
१५६	रेडियो म्याग्दी	म्याग्दी	
१५७	कालापानी एफ. एम.	दार्चुला	०८३ ६८०४३१ . ८७४८५०७७३७
१५८	रेडियो सुर्खेत	सुर्खेत	०८३ ५२४१७० . ०८६ ५२४१७९
१५९	रेडियो गुरुवावा	बर्दिया	
१६०	नुवाकोट एफ. एम.	नुवाकोट	
१६१	ग्रामिण सञ्चार सहकारी संस्था लि.	धादिङ	
१६२	रेडियो सिन्धु	सिन्धुपाल्चोक	
१६३	तनहुँ सूचना समाज सहकारी संस्था लि.	तनहुँ	
१६४	संस्कार एफ. एम.	बारा	
१६५	रुरु एफ. एम.	गुल्मी	
१६६	रेडियो धनकुटा	धनकुटा	
१६७	मानव विकास तथा सामुदायिक सेवा	ओखलढुङगा	
१६८	आर्दश मिडिया प्रा.लि.	पर्सा	
१६९	सामाजिक न्यायका लागि सञ्चार अभियान	अर्घाखाँची	

१७०	अमूर्त रेडियो प्रा.लि.	उदयपुर	
१७१	रेडियो कपिलबस्तु	कपिलबस्तु	१८४१३५९३५८
१७२	रेडियो शारदा एफ. एम.	सल्यान	
१७३	मिथिलाञ्चल एफ. एम.	धनुषा	
१७४	रेडियो लोकतन्त्र	धादिङ	
१७५	राजधानी एफ. एम.	काठमाडौं	
१७६	म्याग्दी काली सञ्चार सहकारी संस्था लि.	म्याग्दी	
१७७	समुदायका लागि सञ्चार अभियान नेपाल	बांके	
१७८	जागरण सहकारी संस्था लि.	सुर्खेत	
१७९	रेडियो मस्ति ८७.९ मेघाहर्ज	साँगा, काभ्रे	०११-६६०७७४
१८०	परासी सूचना तथा सञ्चार सहकारी संस्था लि.	नवलपरासी	
१८१	रेडियो छिन्नमता एफ. एम.	सप्तरी	
१८२	टिकापुर एफ. एम.	कैलाली	
१८३	यूथ एफ. एम.	सिन्धुपाल्चोक	१७४१०३०२१०
१८४	पोखरा ब्रोडकास्टिङ कम्पनी	कास्की	
१८५	रेडियो नमस्ते	रुपन्देही	
१८६	हलेसी सूचना तथा सञ्चार सहकारी संस्था लि.	खोटाङ्ग	
१८७	रेडियो दर्पण	महोत्तरी	

१८८	सामुदायिक विकासका लागि सञ्चार	धनकुटा	
१८९	रेडियो एबीसी	काभ्रेपलान्चोक	
१९०	राजदेवि विकास समाज नेपाल	रौतहट	
१९१	आशाको सन्देश नेपाल	काभ्रे	
१९२	रेडियो मालिका	कालिकोट	
१९३	भोरुकवा	सप्तरी	
१९४	दन्तकाली एफ. एम.	सुनसरी	१८४२०६४४९५
१९५	तरंग प्रा.लि.	कास्की	
१९६	रेडियो रामपुर	पाल्पा	
१९७	देववाणी एफ. एम. प्रा.लि.	पर्सा	
१९८	सामुदायिक रेडियो एफ. एम.	स्याङ्जा	
१९९	रुवरु सञ्चार केन्द्र	वांके	
२००	कपिलबस्तु सञ्चार सहकारी संस्था	कपिलबस्तु	
२०१	नबचेतना संचार सहकारी संस्था लि.	सुर्खेत	
२०२	माई एफ. एम.	सर्लाही	
२०३	रेडियो मधेश	सर्लाही	१८०३०२४४९१, १८४९००३९१
२०४	धुनिवेशी सामुदायिक कृषि संचार केन्द्र	धादिङ	

२०५	सुनगाभा एफ. एम.	महोत्तरी	
२०६	रेडियो सर्लाही	सर्लाही	
२०७	रेडियो जनसञ्चार	भक्तपुर	९८५११२८४७७, ६६१३९३६
२०८	भलुवाही सामुदायिक अध्ययन केन्द्र	सिरहा	
२०९	रेडियो ओखलढुङ्गा	ओखलढुङ्गा	
२१०	रेडियो चुलीमालिका	कालिकोट	
२११	महिला शसक्तिकरण प्रोत केन्द्र	उदयपुर	
२१२	फूलवारी एफ. एम.	बर्दिया	
२१३	आसाको सन्देश नेपाल	वुटवल	
२१४	अभियान नेपाल	नुवाकोट	
२१५	जन सहारा सञ्चार सहकारी संस्था लि.	रामेछाप	
२१६	विकासको लागि सहकार्य नेपाल	मकवानपुर	
२१७	यूथ एफ. एम.	कास्की	९७४१०३०२१०, ९८०८१५५१९०
२१८	जन सञ्चार केन्द्र नेपाल	सुनसरी	
२१९	जन सञ्चार केन्द्र नेपाल	मोरङ	
२२०	महिला बालबालिका तथा समाज कल्याण संघ	पर्सा	

२२१	रेडियो कैलाश	हुम्ला	
२२२	सामुदायिक रेडियो जलजला	रोल्पा	
२२३	जनसञ्चार सहकारी संस्था लि.	प्यूठान	
२२४	रेडियो जयनेपाल	सुनसरी	
२२५	रेडियो जनआवाज	वांके	
२२६	रेडियो प्यूठान	प्यूठान	९८४७८२००९९
२२७	रेडियो रोल्पा	रोल्पा	
२२८	रेडियो दगीशरण एफ. एम.	दाङ	
२२९	नेपालगन्ज सामुदायिक एफ.एम.	वांके	
२३०	रेडियो देवदह	रुपन्देही	
२३१	नयां नेपाल सञ्चार सहकारी संस्था लि.	वांके	
२३२	कन्काई नेपाल नेटवर्क प्रा.लि.	भापा	
२३३	यूथ एफ. एम.	नेपालगन्ज	९८०८१५५१९०
२३४	हाम्रो फूलवारी एफ. एम.	कैलाली	
२३५	सामुहिक अभियान तथा जनउत्थान केन्द्र	रौतहट	९८५१०८९५२९
२३६	श्रीमनकामना सूचना तथा सञ्चार सहकारी संस्था लि.	गोरखा	
२३७	रेडियो वन्दिपुर	तनहुँ	

२३८	जनसन्देश प्रा.लि.	काठमाडौं	९८४१५३८४७५
२३९	सिटिजन एफ. एम.	काठमाडौं	
२४०	एभर ग्रिन सुनापती मिडिया प्रा. लि.	रामेछाप	
२४१	नेवा: एफ.एम.	काठमाडौं	
२४२	रेडियो शालिग्राम	पर्वत	
२४३	रेडियो नयां सन्देश	काभ्रे	
२४४	रेडियो लमजुङ्ग	लमजुङ्ग	
२४५	रेडियो मनकामना	चितवन	
२४६	रेडियो संस्कृति	रौतहट	
२४७	रेडियो भेरी आवाज	बांके	०८१ ५५१०१७ . ९८४९५१८८५९
२४८	रेडियो समानता	कपिलबस्तु	
२४९	गाउँवेशी एफ.एम.	सल्यान	
२५०	प्रतिबोध एफ.एम.	वांके	
२५१	रेडियो नारायणी	पर्सा	९८५५०२०७४५
२५२	रेडियो नारायणी	चितवन	
२५३	असल शासन क्लब जिल्ला समन्वय समिति	ओखलढुङ्गा	
२५४	स्काई एफ. एम.	गुल्मी	
२५५	खलङ्गा एफ. एम.	जाजरकोट	

२५६	विकास र सञ्चार समाज	पर्सा	
२५७	हाम्रा मालिका एफ.एम कम्प्युनिकेशन लि.	कैलाली	
२५८	लालीगुरास	धनकुटा	
२५९	भ्वाइस अफ युथ भेडेटार एफ. एम.	धनकुटा	९८५१०२१३४५
२६०	नागरिक अधिकार मञ्च	भापा	०२३५२०१६८, ९८५२६७७९१०
२६१	इगल एफ. एम.	पाँचथर	
२६२	रेडियो जीवन ज्योती	रौतहट	
२६३	रेडियो जालपा	नुवाकोट	
२६४	रेडियो रुद्राक्ष	महोत्तरी	
२६५	रेडियो नयां नेपाल	दार्चुला	
२६६	सामुदायिक संचार एकता सहकारी संस्था	सर्लाही	
२६७	अन्नपूर्ण एफ. एम.	कास्की	
२६८	रेडियो अर्पण	चितवन	
२६९	सामुदायिक रेडियो ध्रुवतारा	चितवन	
२७०	रेडियो छुनुमुनु	कास्की	
२७१	सेती सामुदायिक एफ. एम	बझाङ्ग	
२७२	चोमोलुङ्मा सामुदायिक रेडियो	भोजपुर	

२७३	रेडियो ताप्लेजुङ्ग	ताप्लेजुङ्ग	
२७४	मिथिलाञ्चल एफ. एम.	धनुषा	
२७५	रेडियो नुनथर एफ. एम.	रौतहट	
२७६	मेरो साथी	तनहुँ	
२७७	रेडियो हिमाली	दोलखा	
२७८	धनन्जय मिडिया प्रा.लि.	अर्घाखाँची	
२७९	साभा रेडियो	सुनसरी	
२८०	रेडियो सानो भेरी	रुकुम	
२८१	सौगात एफ. एम.	बैतडी	
२८२	सिंहलिला एफ. एम.	पाँचथर	
२८३	त्रिवेणी एफ. एम.	डोटी	
२८४	रेडियो लेखनाथ	कास्की	
२८५	भेरी एफ. एम.	वाँके	
२८६	इमेज च्यानल प्रा. लि., पोखरा	पोखरा	
२८७	रेडियो जागृति	मोरङ	
२८८	सिटि एफ. एम.	पर्सा	
२८९	रेडियो समावेशी	रुपन्देही	
२९०	रेडियो हिमाल	वाँके	
२९१	रेडियो चमत्कार	मोरङ	
२९२	रेडियो सन्देश	भापा	

२९३	गुरास एफ. एम.	संखुवासभा	
२९४	गोर्खाली रेडियो	कास्की	
२९५	रेडियो सफलता	कास्की	
२९६	रेडियो सरगम	भापा	
२९७	सामुदायिक रेडियो हर्मि	गोर्खा	
२९८	यूके एफ. एम.	उदयपुर	
२९९	रेडियो प्रकृति	दाङ	
३००	कम्यूनिटि रेडियो	स्याङजा	
३०१	शक्ति एफ. एम.	हेटौडा	
३०२	हाम्रो समाज जागरण	बारा	
३०३	रेडियो सुदुरपश्चिम	डडेलधुरा	
३०४	हार्ट एफ. एम.	धनकुटा	
३०५	रेडियो सुसेली एफ. एम.	सुनसरी	
३०६	रेडियो ढोरपाटन	वाग्लुङ	
३०७	एकिकृत ग्रामिण विकास केन्द्र	रौतहट	
३०८	सारथी एफ. एम.	वाग्लुङ	
३०९	रेडियो गौशाला	महोत्तरी	
३१०	गोरखकाली एफ. एम.	गोरखा	
३११	असल शासन क्लब	जाजरकोट	
३१२	रेडियो ललितपुर	ललितपुर	

३१३	सूचना, सञ्चार तथा शिक्षा सञ्जाल	डोल्पा	
३१४	हिमाल एफ. एम.	सोलुखुम्बू	
३१५	रेडियो सनसेर	बैतडी	
३१६	रेडियो मुगु	मुगु	
३१७	रेडियो विन्दास	पर्सा	
३१८	रेडियो त्रिशुली	नुवाकोट	
३१९	सामुदायीक रेडियो बाह्रसिंह एफ. एम.	कञ्चनपुर	
३२०	स्मार्ट एफ. एम.	तनहुँ	
३२१	रेडियो धडकन	सिरहा	
३२२	रेडियो इनट्रेणी	मोरङ	
३२३	रेडियो चौतारी	लमजुङ्ग	
३२४	रेडियो दिदि बहिनी	पर्वत	
३२५	रेडियो रामेछाप	रामेछाप	
३२६	रेडियो नयाँ युग	दाङ्ग	
३२७	रेडियो माडी	चितवन	
३२८	मिसन नेपाल नेटवर्क	काभ्रे	
३२९	गोदावरी मिडिया प्रा. लि.	कैलाली	
३३०	हाम्रो आवाज हाम्रो सरोकार	जुम्ला	
३३१	रेडियो मुस्ताङ्ग	मुस्ताङ्ग	

३३२	मेट्रो ट्राफिक एफ. एम.	काठमाडौं	
३३३	शान्ति परिवर्तन सञ्चार सहकारी	दाङ्ग	
३३४	आरम्भ एफ. एम.	ईलाम	
३३५	एकिकृत सामुदायिक विकास तथा अनुसन्धान केन्द्र	हुम्ला	
३३६	रेडियो आकाशगंगा	मकवानपुर	
३३७	रेडियो पौरखी	बाजुरा	
३३८	हेल्लो एफ. एम.	मोरङ	
३३९	रेडियो पूर्वेली आवाज	मोरङ	
३४०	रेडियो भोटेओडार	लमजुङ्ग	
३४१	रेडियो बर्दिवास	महोत्तरी	
३४२	हाम्रो पहुँच बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था	दाङ्ग	
३४३	ध्रुवतारा सामुदायीक एफ. एम.	दैलेख	
३४४	पूर्वाञ्चल सञ्चार प्रा.लि.	भापा	
३४५	हाम्रो फुलवारी एफ. एम.	कैलाली	
३४६	रेडियो हाईवे	दाङ्ग	
३४७	रेडियो एक्सप्रेस एफ. एम.	बाँके	
३४८	रेडियो सफलता	कास्की	

३४९	राजमार्ग सामुदायिक सञ्चार केन्द्र	धादिङ	
३५०	ढोरबाराही एफ. एम.	तनहुँ	
३५१	सामुदायिक जागरण निमित्त हाम्रो अभियान	कास्की	
३५२	समग्र एफ. एम.	सिरहा	
३५३	सामुदायिक रेडियो शैलेश्वरी एफ. एम.	डोटी	
३५४	पश्चिम टुडे एफ. एम.	कैलाली	
३५५	रेडियो टुडे ९१	जनकपुर	५२७४९१, ५२७५९१
३५६	रेडियो मलमला	रुपन्देही	
३५७	एफ. एम. आध्यात्मज्योती	काठमाडौं	
३५८	सौगात एफ. एम.	बैतडी	
३५९	रेडियो एक्सप्रेस	बाँके	
३६०	माछापुछ्रे सञ्चार		
३६१	चन्द्रमा एफ. एम.	सप्तरी	
३६२	रेडियो सरयु गंगा	दाङ्ग	
३६३	कान्तिपुर एफ.एम.	कास्की, पोखरा	
३६४	इमेज च्यानल	पर्सा	
३६५	गोर्खा एफ.एम.	काठमाडौं	
३६६	रेडियो सराङकोट	कास्की	

३६७	टि.यु. एफ.एम.	काठमाडौं	
३६८	सिद्धार्थ एफ.एम.	रुपन्देही	
३६९	रेडियो सिरने	रुकुम	
३७०	कान्तिपुर एफ.एम.	कैलाली	
३७१	युथ एफ.एम.	पर्सा	
३७२	युथ एफ.एम.	चितवन	
३७३	युथ एफ.एम.	सिन्धुपाल्चोक	
३७४	युथ एफ.एम.	धनकुटा	
३७५	रेडियो हिमाल	सुर्खेत	
३७६	कादम्बरी एफ.एम.	पर्सा	
३७७	रेडियो गोरखा	गोरखा	
३७८	रेडियो अर्घाखाँची	अर्घाखाँची	
३७९	सामुदायिक रेडियो पाल्पा	पाल्पा	
३८०	रेडियो नेपालवाणी	ईलाम	

अनलाइनको वितरण

क्र.सं	अनलाइनको नाम	ठेगाना
१	aaajakokhabar.com,aaajakokhabar.com.np	काठमाडौं-३१, बागबजार
२	aajavoli.com	अनामनगर ३२, काठमाडौं
३	aaakarfame.com.np	का.म.पा. , कुमारीगल, काठमाडौं
४	aamsarokar.com	ललितपुर
५	akhabardainik.com	अनामनगर, काठमाडौं
६	akhabarnepal.com	का.म.पा. ९, पुरानो बानेश्वर
७	allnepalkhabar.com	मनमैजु काठमाण्डौं
८	anandamritnews.com	बागबजार, काठमाडौं
९	arghakhanchitimes.com	सन्धिखर्क न.पा. १, अर्घाखाँची
१०	arthabazar.com	अनामनगर, काठमाडौं
११	arthadainik.com	बागबजार, काठमाडौं
१२	arthasansar.com	गोठार-८, काठमाडौं
१३	arthasarokar.com	कोटेश्वर, काठमाडौं
१४	arthatantra.com	लाजिम्पाट, काठमाडौं
१५	arthiknepal.com	बालुवाटार, काठमाडौं

सञ्चालकको नाम	सम्पर्क नं	इमेल ठेगाना
रेणुका बराल/डिल्लीरमण सुवेदी	९८४१५७७७२१	admin@aaajakokhabar.com
लोकराज अवस्थी	९८४१४१४५४९	info@aajavoli.com
कुमार भट्टराई	४४७४९२७ ९८५१०२१३४५	voykumar@gmail.com
माधवप्रसाद घिमिरे	९८४१५७३६०१	aamsarokar2071@gmail.com
कृष्णप्रसाद घिमिरे	४१०२८५५ ९८५१०७३०९९	info@akhabardainik.com
सुवासकुमार सुनुवार	९८५१०४६८८६	info@akhabarnepal.com
साबित्री बस्नेत	९८४१५७७९७०	weeklyictnews@gmail.com
दिपक भण्डारी	९८४११४९२९४	anandamritnews@gmail.com
नवीन खत्री	९८४७५७७६९१४	timesarghakhanchi@gmail.com
डिल्लीप्रसाद सापकोटा	९८४९१५०५४१	arthabazar8@gmail.com
नवराज जोशी	९८१३११९४१	truthmedia@gmail.com
शर्मिला ठकुरी	९८४१६०१८२०	sansarartha@gmail.com
सुरज प्याकुरेल	९८५१०१७९१४	arthasarokarnews@gmail.com
रामेश्वर कार्की	९८५१०८७६११	dmpvtltd@gmail.com
कमल लम्साल	४४१६९५६, ९८१३१६०१४६	arthiknepal@gmail.com

१६	artistnepal.com	महाराजगञ्ज, काठमाडौं
१७	asiankhabar.com	कुपण्डोल १०, ललितपुर
१८	atozpatrika.com	पोखरा-६, फेवा मार्ग, कास्की
१९	baarhakhari.com	थापाथली, काठमाडौं
२०	bajjikavani.com	गौर, रौतहट
२१	birgunjpati.com	वीरगञ्ज-४, बिर्ता, पर्सा
२२	bizkhabar.com	का.म.पा. ३५, सुविधानगर, काठमाडौं
२३	bizmandu.com	लालदरवार काठमाण्डौ
२४	bizpati.com	गैह्री गाउँ, तिनकुने, काठमाडौं
२५	businesssansar.com	अनामनगर, काठमाडौं
२६	capitalkhabar.com	ठमेल, काठमाडौं
२७	casarokar.com	कोटेश्वर, काठमाडौं
२८	centurytimes.com.np	महाविरचोक, जनकपुर-६, धनुषा
२९	chautarikhabar.com	बागबजार, काठमाडौं
३०	chetananews.com	बागबजार, काठमाडौं
३१	chitwankhabar.com	भ.न.पा.११, चितवन

नवराज ढुंगेल	९८४१६६१०१८	info@artistnepal.com
सुमनकुमार शर्मा	९८४१५३८४६७	asiankhabar@gmail.com
ढाका मोहन बराल	९८५६०२६७२१ ०६१४६४९७९	atozpatrika@gmail.com
प्रतिक प्रधान	९८५१०३२४७५	baahrakhari@gmail.com
दिनेश यादव	९८४५१३४३७९	bajjikabaneer@gmail.com
विक्रान्त नेपाल	९८४५०३८१११	info@birgunjpati.com
रामराजा श्रेष्ठ	९८५१००८७९१	rrshrestha365@gmail.com
जुनु रिजाल	९८५१०७७१५३	bizmandu@bizmandu.com
नवराज सुवेदी (सम्पादक)	४४८१४५८ ९८४१७९२४४७	info@bizpati.com
माधव निर्दोष	९८५१०१८४६६	business.news212@gmail.com
राजन गोतामे	९८५१०९३४४५	capitalkhabar@gmail.com
सुरज प्याकुरेल	९८५१०९७९१४	casarokar@gmail.com
आशिष भुनभुनवाला	०४१-५३०२३५ ९८९६८६९१७५	info@centurytimes.com.np
दीपक रेग्मी	९८५११०४३१२	contact@chautarikhabar.com
रामकुमार क्षेत्री	९८४१२१९६३४	chetananews2014@gmail.com
अरविन्द भगत	९८५५०५६०३९,	chitwankhabar1@gmail.com

३२	citypokhara.com	सिर्जनाचोक-८, पोखरा
३३	citysandesh.com	कावासोती २, नवलपरासी
३४	corporatenepal.com	मिनभवन, काठमाडौं
३५	dailynepalnews.com	अनामनगर काठमाण्डौं
३६	daineek.com	ललितपुर-१५
३७	demokhabar.com	अनामनगर काठमाण्डौं
३८	deshkokhabar.com	गोग्गु-८, काठमाडौं
३९	deshparadesh.com	पाटनढोका, ललितपुर
४०	deuralikhabar.com	ग्रिनल्याण्ड चोक, टोखा, काठमाडौं
४१	dhadingnews.com	धादिङ
४२	dhaulashree.com,ebaglung.com	बाग्लुङ्ग
४३	digitalpatrika.com	वालुवाटार, काठमाडौं
४४	diplomacykhabar.com	बागबजार, काठमाडौं
४५	doorsanchar.com	काठमाण्डौ
४६	edukhabar.com	
४७	ejamana.com	कोटेश्वर-३५ काठमाण्डौं

बालकुमारी पौडेल	९८४६०८०४०४	citypokhara.com@gmail.com
बिद्रोही गिरी	९८५७०२८१०४	citysandesh@gmail.com
पुरुषोत्तम पुरुष खत्री	९८०११६२७५५	info@corporatenepal.com
जगन्नाथ खतिवडा	९८५१०६६३३८	info@dailynepalnews.com
कविता पोखरले	९८४१८४०३४८	daineeknews@gmail.com
भक्तबहादुर थापा	९८४१२९७९२२	demomedia2068@gmail.com
तिलक कोइराला	९८५१०५८७८२	deshkokhabar@gmail.com
सुनिल न्यौपाने	९८४१६१७७४१	dparadesh@gmail.com
रामशरण लामिछाने	९८४१८६८५५५२ ९७५१००५६१२	info@deuralikhabar.com
केशव अधिकारी	९८५११२०८३४	dhadingnews@gmail.com
विदुर खड्का	०६८५२०९०१ ९८५७६२०८८८	admin@dhaulashree.com
युवराज आचार्य	४२३३७५३ ९८५१०१३२१८	digitalpatrikanews@gmail.com
दिनेश सुनार	९८५१०९६०९५	diplomacykhabar@gmail.com
संगीता घिमिरे	९८४१५४१९११	doorsancharnews@gmail.com
श्रीधर पौडेल	९८४१२९६७६४	info@edukhabar.com
दिनेश बस्नेत	९८५१०९१२८	fnnnews@gmail.com, info@freeneepal.com

४८	ekachahari.com	सिमीकोट, हुम्ला
४९	ekantipur.com	सुविधानगर, तिनकुने, काठमाडौं
५०	ekhabarnepal.com	परोहा ९, रुपन्देही
५१	emailkhabar.com	काठमाण्डौं
५२	emulyankan.com	चन्द्रगिरी न.पा. ढुंगेअड्डा, काठमाडौं
५३	enepalikhabar.com	बागबजार, काठमाडौं
५४	enepalipatrika.com	बुद्धनगर, काठमाण्डौं
५५	enepalpukar.com	मनमैजु, सामाखशी काठमाण्डौं
५६	enewspark.com	गौगबु गा.वि.स. वडा नं. ३, काठमाडौं
५७	ennnepal.com	का.म.पा. १४, कुलेश्वर, काठमाण्डौं
५८	enter.com.np	डिल्लीबजार काठमाण्डौं
५९	eprofile.asia	अनामनगर, काठमाडौं
६०	esahakari.com	का.म.पा. १४, रविभवन, काठमाडौं
६१	esamata.com	तिखीदेवल, लपु उमनपा १४

कर्णबहादुर रोकाया	९८५८३२१०३३ ९७५८९००११३	news.kachahari@outlook.com
केदार श्रेष्ठ	५१३५०००, ५१३५००९	admin@kantipur.com.np
डिआर घिमिरे	०७१४५००८० ९८५७०२६७९६	info@ekhabarnepal.com, drghimireg@gmail.com
रामहरी शाही समन्त्री	९८४९३२६८३०	emailkhabar@gmail.com
हरिगोविन्द लुईटेल	९८५१००५१३६	info@emulyankan.com
कपिल काफ्ले	९८५१०७२३३५	enepalikhabar@gmail.com
भिष्मराज ओझा	९८५११६००००	patrikanepali@yahoo.com
रामशरण पाण्डे	९८५१०९३४९३	weeklyictnews@gmail.com
मदन राई	९८५११४१०१६	enewspark.editor@gmail.com
राम बहादुर गौतम	९८५१०६६५०६	ennnepal2013@gmail.com
माधव प्रसाद चम्लागाई	९८५११३५५१९	enter@ictnepal.com.np
नारायण तिवारी	४२४०१०३ ९८५१००३७११	eprofile.asia@gmail.com
अमृतकुमार पन्थी	४०३२०२३ ९८५१०४६२६७ ९८४९३०२४४२	mail@esahakari.com
राजेन्द्रकुमार महर्जन	९८४९३०१४७२	esamataneal@gmail.com

६२	esangrila.com	काठमाण्डौ
६३	etajakhabar.com	नेपालगञ्ज, बाँके
६४	everestdainik.com	अनामनगर, काठमाडौं
६५	everestheardonline.com	का.म.पा. ३२, महादेवमार्ग, वानेश्वर काठमाण्डौ
६६	facebookkhabar.com	मनमैजु काठमाण्डौ
६७	fewanews.com	पो.उ.म.न.पा. १, भीमबजार, कास्की
६८	filmybazar.com	ललितपुर-१०, कुपण्डोल
६९	flashkhabar.com	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
७०	fnn.com.np	कोटेश्वर-३५ काठमाण्डौ
७१	freekhabar.com	अनामनगर, काठमाडौं
७२	freenechal.com	कोटेश्वर-३५ काठमाण्डौ
७३	freenechal.com.np	कोटेश्वर-३५ काठमाण्डौ
७४	gorkhaexpressnews.com	कुपण्डोल, ललितपुर
७५	gorkhalikhabar.com	का.म.पा. ३५, कोटेश्वर
७६	gorkhalinews.com	गैरीधारा, काठमाडौं

चण्डीप्रसाद पौडेल	९८५११०६०५६	sangrila33@gmail.com
प्रेमबहादुर बि.क.	९८५८०४९५९५ ९८०२५०९५९५	etajakhabar@gmail.com
इन्द्रमान बुढा	९८५१०८८५२६	everestdainik@gmail.com
योगेन्द्र प्रताप शाही	९८५१०११०३४	pratappublication@gmail.com
सावित्री बस्नेत	९८४१५७७९७०	weeklyictnews@gmail.com
बिरेन्द्र सापकोटा	९८५६०३१४८६ ०६१५३२७९५	fewanews.com@gmail.com
श्यामप्रसाद गिरी	९८५५०६२१९६	filmybazar2014@gmail.com
समिक्षा श्रेष्ठ	९८६०१०२८६६	flashkhabar.com@gmail.com
दिनेश बस्नेत	९८५१०१११२८	fnnnews@gmail.com, info@freenechal.com
बसन्तबहादुर थापा	९८५१०८८३४०	freekhabar@gmail.com
दिनेश बस्नेत	९८५१०१११२८	fnnnews@gmail.com, info@freenechal.com
दिनेश बस्नेत	९८५१०१११२८	fnnnews@gmail.com, info@freenechal.com
सरोज धिताल	९८४९०४०१८	saroj46dhitai@yahoo.com
प्रकाशकुमार खड्का	९८०३८५०५५१	gorkhalikhabar@gmail.com
शंकरप्रसाद खनाल	९८५१२०२९९०	gorkhalinews72@gmail.com

७७	gorkhapatraonline.com, gorkhapatraonline.com	धर्मपथ काठमाण्डौ
७८	greaterpokhara.com	पोखरा-६, फेवा मार्ग, कास्की
७९	gyanshalanews.com	ल.पु. उपमहानगरपालिका ११, लगनखेल
८०	halkaro.com	धुम्बाराही, काठमाडौं
८१	hamrakura.com	डिल्लीबजार काठमाण्डौ
८२	hamrodang.com	का.म.पा-३, महाराजगञ्ज, सुभनगर, काठमाडौं
८३	hamrokhotang.com	असन, काठमाडौं
८४	hamrosagarmatha.com	शिवराज न.पा., कपिलवस्तु
८५	hamrosansar.net	सुविधानगर काठमाण्डौ
८६	hamroyatayat.com	सुनसरी
८७	harekpal.com	लाजिम्पाट काठमाण्डौ
८८	hatemalo.com	सुन्धारा काठमाण्डौ
८९	headlinenepal.com	बानेश्वर-१०, काठमाडौं
९०	hellokhabar.com	का.म.पा. २७, काठमाण्डौ
९१	helloneta.com	का.म.पा. ३४, बानेश्वर

सुशील कोइराला	०१४२२१७४८	gopa@mos.com.np
ढाका मोहन बराल	९८५६०२६७२१ ०६१४६४९७९	info@greaterpokhara.com
डा. मिलनकुमार थापा	९८०८१७६१२४	omgyanshala@gmail.com
विधुर ढकाल	९८४५३५०३४८	halkarone@gmail.com
अजयबाबु शिवाकोटी	९८५१०९३६९३	news@hamrakura.com
रूपक थापा	९८०९७६५०६२	
टेकबहादुर रोका	९८४१९८३११२ ४२६३३७२	khotnagkhabar@gmail.com
सुबोध रेग्मी	९८५७०५५५७५	hamrosagarmatha.com@ gmail.com
उद्धव तामाङ	९८४३४२०२१५	info@hamrosansar.net
रूपककुमार श्रेष्ठ	९८५२०४५१९४	
प्रकाश थापा	९८५१०३५१३६	news@harekpal.com
दिपक थापा	९८०२०८४८२२	info@hatemalo.com
लोमस चापागाईं	९८५१०९५२८३ ९८४१५४२९७४	info@headlinenepal.com
टेकबहादुर रोका	०१४२६३३७१ ९८४१९८३११२	hellokhabar@gmail.com
रमेशकुमार रायमाफ्ती	९८४७५९७३५८	info@helloneta.com

९२	himalayannewsexpress.com	लाजिम्पाट, काठमाडौं
९३	hitnewspost.com	नयाँ वानेश्वर, काठमाडौं
९४	hulakinews.com	अनामनगर, काठमाडौं
९५	ictonlinekhabar.com	मनमैजु, काठमाण्डौं
९६	impactnepal.com	अनामनगर, काठमाडौं
९७	inaruwaonline.com	इनरुवा-२, सुनसरी
९८	infonepal.net	लतिलपुर
९९	janaaasthanews.com.np	डिल्लीबजार काठमाण्डौं
१००	janaagyanews.com.np	बालाजु बाठमाण्डौं
१०१	janaboli.com	का.म.पा. ३५, कोटेश्वर
१०२	janajati.net	चक्रपथ, काठमाडौं
१०३	janakhabar.com	थापागाउँ काठमाण्डौं
१०४	janamanch.com	बाग्लुङ्ग
१०५	janatakhabar.com	बिजुलीबजार, काठमाडौं
१०६	janatakoban.com	बाबुछिरिङ्ग मार्ग, शान्तिनगर-३४, काठमाण्डौं
१०७	jankarikendra.com	पुतलीसडक, काठमाडौं

रामएकवाल चौधरी	४४१३९१३ ९८५१०२१७९२	himalayannewsexpress@gmail.com
रामबहादुर पाण्डे	९८५११८८२२४	nnews37@gmail.com
विशेश्वरप्रसाद साह	९८५११२८७६३	hulakimedia@gmail.com
सावित्री बस्नेत	९८४१३२१२६७ ९८४१५७७९७०	weeklyictnews@gmail.com
जितेन्द्र जिंसी	९८५१०९१२५६	impactnepal@gmail.com
विरेंद्रकुमार शाह	९८४२१६२२६०	info@inaruwaonline.com
डा. दिवस अमात्य	५५३३९५०	info@infonepal.net
किशोर श्रेष्ठ	९८५१०३५१२५	jana.aastha@gmail.com
मनोज कुमार श्रेष्ठ 'सार्थक'	९८४१५४१६१६ ९८४९०११०४०	janaagya@yahoo.com
इन्द्रप्रसाद आचार्य	९८५१०९०६९४ ०१४४८०९८०	janaboli.com@gmail.com
मिङ्मार तामाङ	४७७९१७ ९८५१०४६७९१	mingmartamang@gmail.com
राजेन्द्र प्रसाद चिमौरिया	९८४१४०३८५१	chhepyastra@gmail.com
हरीनारायण गौतम	९८५७६२०२०४	gautamharinarayan@gmail.com
केदार कोइराला	९८५१०६०२३३	info@gmail.com
घनश्याम पाण्डे/वर्षात भण्डारी	९८४७८६४३००	janatakoban.com@gmail.com
दीपक गौतम	९८४११९८९४३	deepakgautamst3@gmail.com

१०८	kaagmandumagazine.com	काठमाडौं
१०९	kakakul.com	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
११०	kakanipost.com	बालाजु, काठमाडौं
१११	kalikakhabar.com	मनमैजु गा.वि.स. ७, काठमाडौं
११२	kantipath.com	कोटेश्वर, काठमाडौं
११३	kantipurhotline.com, hot-line.com.np	काठमाण्डौं
११४	kapanonline.com	कपन काठमाण्डौं
११५	kapilvastuonline.com	चनाई ७, कपिलवस्तु, लुम्बिनी
११६	karobardaily.com	बुद्धनगर काठमाण्डौं
११७	kathmandutoday.com	बानेश्वर, काठमाडौं
११८	kchhakhabar.com	सुनसरी
११९	ketaketionline.com	कालोपुल काठमाण्डौं
१२०	khabar977.com	माइतीघर, काठमाडौं
१२१	khabarbani.com	बुटवन न.पा. ११, रुपन्देही
१२२	khabarchautari.com	अनामनगरकाठमाण्डौं

राजकुमार सापकोटा	४१५५०२५ ९८४३४९८६५६	lakolyasapkota@outlook.com
उज्ज्वल रामशरण काफ्ले	९८५११२५१४५	kakakulnews@gmail.com
भैरवी ढुङ्गाना	४३६०३८२ ९८५११९३७६६	kakanipost@gmail.com
दीपेन्द्र न्यौपाने	९८५११५९६६५	dipendra_neupane66@yahoo.com
अर्जुन पाठक	९८५१०८१६४१	news.kantipath@gmail.com
सृजन भग	९८५१००६६०६	info@kantipurhotline.com
आशिस गुरागाई	९८४३०५७६०९	kapanonline@gmail.com
छविलाल सापकोटा	९८४१९०११६१	kapilvastuonline@gmail.com
शिशिरकुमार भट्ट	०९४६८५०० ९८५१००८१०३	
दयानिधि भट्ट	९८५१०१२०२३	ktmtdy@gmail.com
मोहन कुमार थापा	९८४२२५७५५८	info@kchhakhabar.com
कृष्णप्रसाद घिमिरे	९८४१४७७५१५ ९७५१००३५३१	kaghire@yahoo.com
अनन्तप्रसाद मेहता	९८४००७००८३	todaykhabar30@gmail.com
देवराज पोख्रेल	९८५१०६०३१०	khabarbani@gmail.com
दिपक आचार्य	९८५१०९९१६१ ९८४१३१२६८६	bright.broadcasting@gmail.com

१२३	khbardabali.com	शंखमुल, काठमाडौं
१२४	khbarpark.com	इमाडोल ललितपुर
१२५	khbarpatii.com	अनामनगर काठमाण्डौं
१२६	khbartime.com	बिजुलीबजार, काठमाडौं
१२७	kharibot.com	अनामनगर, काठमाडौं
१२८	khelkudlive.com	कालिमाटीडोल, शम्भु मार्ग, वडा नं ९, काठमाडौं
१२९	khulamanch.com	न्यच्छ्लाजा, काठमाडौं
१३०	kodeekhabar.com	बत्तीसपुतली, काठमाडौं
१३१	kollywoodkhabar.com	कालोपुल काठमाण्डौं
१३२	koribati.com	केशरमहल, काठमाडौं
१३३	krishionline.com	
१३४	krishisansar.com	पोखरा, नयाँबजार, कास्की
१३५	laliguransnews.com	बागबजार, काठमाडौं
१३६	lightnepal.com	टोखा १४, काठमाडौं
१३७	lumbiniexpress.com.np	बबरमहल, काठमाडौं
१३८	lumbininews.com	सिंधिया-९, सुनसरी
१३९	lumbinitimes.com	बुटवल नगरपालिका वडा नं १०, बुटवल, रुपन्देही

रामप्रसाद सापकोटा	४६०१७३४ ९८५११००११३	khbardabali88@gmail.com
अनिल यादव	९८४२६४०००२	
प्रकाश पौडेल	९८५११६४९९२	khbarpatii@gmail.com
हरिप्रसाद मानन्धर	९८५११७३४२४	khbartime@gmail.com
हुमनाथ पौडेल	९८५१०९४४७६	kharibotmedia@gmail.com
लोकबहादुर कटवाल	९८५११२४८३३	khelkudlive@gmail.com
सरोज चौधरी	९८६०८०९२५२	info@khulamanch.com
कोमलप्रसाद दुलाल	९८४९१५७००४	komalpdulal@gmail.com
राज श्रेष्ठ	९८५१०६८१७८	raj@rajshrestha.com.np
सन्तोषकुमार थापा	९८५१०७०९८३	koribati@gmail.com
बैकुण्ठ भण्डारी	९८५१०५९४५५	hobbroadcast@gmail.com
घनश्याम सुवेदी	९८५६०५०१७४	krishisansar22@gmail.com
सुशील खनाल	९८५११२०१४५	laliguransmedia@gmail.com
कुश्माखर बस्याल	९८५१०५७०२७	kusmabashyal2004@gmail.com
बुद्धिप्रसाद शर्मा/सुमिता राई	४२४७८५५ ९८६०८२१४०६	yesmanbush@gmail.com
भवानीप्रसाद घिमिरे	९८५७०३०७१२	info@lumbininews.com
दिनेश खड्का	९८५७०२७१४०	ndanfe@gmail.com

१४०	madheshnews.com	जनकपुर
१४१	madheshvani.com	छैन
१४२	mahilanews.com	कोटेश्वर काठमाण्डौ
१४३	mazzakoonline.com	अनामनगर, काठमाडौं
१४४	medianp.com	अनामनगर-३२, काठमाडौं
१४५	merokhabar.net	हेटौंडा उपमहानगरपालिका-७, मकवानपुर
१४६	merolagani.com	कामपा-४, बालुवाटार, काठमाडौं
१४७	merudanda.com	गौरीघाट, काठमाडौं
१४८	mirmireonline.com	अनामनगर, काठमाडौं
१४९	motivatenews.com	चाबाहिल-७, काठमाडौं
१५०	muldharnews.com	अनामनगर काठमाण्डौं
१५१	musichighlight.com	अनामनगर, काठमाडौं
१५२	mynewsnepal.com	पुतलीसडक काठमाण्डौं
१५३	myrepublica.com	काठमाडौं
१५४	nabinnepal.com	
१५५	nagariknews.com	काठमाडौं

विकाश कुमार शाह	९८४४०२६५७४	madheshnews24@gmail.com
राजेश भा	९८४१२१९१६९	
लक्ष्मी बस्नेत	९८५१०३१४६४	laxmi.basnef2007@gmail.com
अनिल यादव	९८४२६४००२	mazzakoonline@gmail.com
गणेशप्रसाद विमली	४७७०२०९ ९८४३७६९४९३	bimalideep@gmail.com
सम्बल चौलागाईं	९८४९९६४७२३	dhrubachaulagain27@yahoo.com
तिलक कोइराला	९८५१०५८७८२ ९८०३०२०९०८	news@merolagani.com
राजिव खत्री	९८५१०३३५७२	info@merudanda.com
सिर्जना तिम्सिना	९८४१८८८४९	mirmireonline@gmail.com
शोभराज बराल	९८६००१३९२७	motivatenews@gmail.com
रविसिंह धामी	९८५१११८९७९	muldhar@gmail.com
ओमप्रसाद प्रसाईं	९८५१०३१२८५	actionmedianepal@gmail.com
सुन्दर विष्ट	९८४११५८०२०	info.mynewsnepal@gmail.com
विनोदराज ज्ञवाली, आशिक पौडेल	४२६५१०० ९८०६५२६६२५	administration@nagariknews.com
कृष्णकुमार रायमाझी	९८४१३०६५०९	info@nabinnepal.com
विनोदराज ज्ञवाली, आशिक पौडेल	४२६५१०० ९८०६५२६६२५	administration@nagariknews.com

१५६	narkosi.com	मध्यबानेश्वर, काठमाडौं
१५७	nationalimagenews.com	महाराजगञ्ज, काठमाडौं
१५८	navinsandesh.com.np	डिल्लीबजार काठमाडौं
१५९	nayapage.com	न्यच्छ्लाजा, काठमाडौं
१६०	nepal1khabar.com	पुतलीसडक, काठमाडौं
१६१	nepalauto.com	अनामनगर, काठमाडौं
१६२	nepalbajar.com	का.म.पा.-२, लाजिम्पाट, काठमाडौं
१६३	nepalchurch.com	मिलनचोक-८, सैबु, ललितपुर
१६४	nepaldainik.com	नयाँबानेश्वर, काठमाडौं
१६५	nepaldesh.com	का.म.पा. १०, बुद्धनगर, काठमाडौं
१६६	nepaldubai.com	गौशाला काठमाण्डौं
१६७	nepalekhabar.com	पञ्चकुमारीमार्ग, का.म.पा. ३४, नयाँबानेश्वर, काठमाडौं
१६८	nepalese.org	अनामनगर, काठमाडौं
१६९	nepalgunjnews.com	भलक गैरे
१७०	nepalhalkhabar.com	कपन-२, काठमाण्डौं

कमलकान्त शर्मा	९८५११३८०० ९८४५०४५५५	info@narkosi.com
रामेश्वर भण्डारी	४२१८७६१ ९८४३६०९३२३	nationalimagenews49@gmail.com
कल्पना शर्मा	९८४१५०२११४	info@navinsandesh.com.np
राजेश राई	४०११०६७ ९८५११४२७१३	nayapage.com@gmail.com
धामप्रसाद भट्टराई	९८५११७७८८४	creationdivine2011@gmail.com
इन्दिरा सुवदी	४२५५२१६ ९८५१०१७७७	auto.editor@yahoo.com
मोहनप्रसाद लोहनी	०१६९२४९१७ ९८५१०७९५८६	nepalbajar123@gmail.com
टंकप्रसाद सुवेदी	९८५१०८७१६०	tankasubedi@gmail.com
अर्जुन भट्टराई	९८०४४९५८१८	admin@nepaldainik.com
क्रन्दन चापागाईं	९८५११४२८६७	infonepaldesh@gmail.com
दामोदर नेपाल	९८५११०७९९८	info@nepaldubai.com
प्रतिवेदन वैद्य	४७८२६५१ ९८५११३७९५१	info@nepalekhabar.com
रामकुमार एलन रिजाल	९८५१०१८७०६	news@nepalese.org
नेपालगञ्ज	०८१५२६५११ ९८५८०२०७११	jhalanews@gmail.com
मुरारी सिंह थापा	९८४१८४०४१९ ०१४८२३६८४	info@nepalhalkhabar.com

१७१	nepaliheadlines.com	कामाण्डौ
१७२	nepalkanoon.com	डिल्लीबजार काठमाण्डौ
१७३	nepalnewsviews.com	कीर्तिपुर-५, काठमाण्डौ
१७४	nepalpati.com	काठमाडौं-१०, थापागाउँ
१७५	nepalpostdaily.com	कलैया-६, बारा
१७६	nepalrus.com	कोटेश्वर-३५ काठमाण्डौ
१७७	nepalsnews.com	बैदाम ६, पोखरा, कास्की
१७८	nepaltournews.com	सुकुधारा, काठमाडौं
१७९	nepalzone.com	धापासी काठमाण्डौ
१८०	newadaboo.com	का.म.पा. २२, खिचापोखरी
१८१	newaonlinenews.com	थहिंटी, काठमाडौं
१८२	newatimes.com	किर्तीपुर-१७, काठमाडौं
१८३	newsabhiyan.com	शान्तिनगर, काठमाडौं
१८४	newsatnepal.com	नवलपरासी
१८५	newsbanknepal.com	डिल्लीबजार, काठमाडौं

सन्तोष भट्टराई	९८४१४४२४७७	nepal.hed@gmail.com
हरिप्रसाद मैनाली	९८५१०४१३९३	swagatpal@yahoo.com, haripm1@gmail.com
राजेश बज्राचार्य	४१०१५९९, ९८४१३०२३६० (श्याम स्मृत)	
सरिता निरौला	९५११३४९४०	nepalpati@gmail.com
मनोजकुमार पटेल	९८४५४१८६६९	nepalpostdaily@gmail.com
दिनेश बस्नेत	९८५१०९९१२८	fnnnews@gmail.com, info@ freeneepal.com
ढाकामोहन बराल	९८५६०२६७२१	info@greaterpokhara.com
रमेश तिवारी	४३७१४७१ ९८४१२३५१८४	travelnews11@gmail.com
बालकृष्ण लम्साल	९८४९७००१२३	nepalzone.com@gmail.com
सुरेशप्रसाद श्रेष्ठ	४२२७१११ ९८५१२२३४५०	mailus@beltech.com.np
सुजिव बज्राचार्य	९८५१०८१७५०	newaon1135@gmail.com
बसन्तमान महर्जन	९८४१४५३४८७	newatimes@yahoo.com
लेखबहादुर श्रेष्ठ (सागर)	९८४१८५१९२५	newsabhiyan.com@gmail.com
पदम भट्टराई र पुरुषोत्तम सुवेदी	९८४७२२२१०५	newsatnepal@gmail.com
निराजन भण्डारी	४४४०८९१ ९८६०६३००७३	newsbanknepal@gmail.com

१८६	newsdainik.com	बुद्धनगर, काठमाडौं
१८७	newsinnepal.com	काठमाण्डौं
१८८	newsmissile.com	ललितपुर-५, ललितपुर
१८९	newsnepali.com	काठमाण्डौं
१९०	newsnrn.com	अनामनगर-१०, काठमाडौं
१९१	newsnotinnepal.com	काठमाण्डौं
१९२	newssewa.com	तिनकुने, काठमाडौं
१९३	newstantra.com	पेप्सीकोला, काठमाडौं
१९४	niloakash.com	धापासी, काठमाडौं
१९५	nontstopkhabar.com	संखमुल, काठमाडौं
१९६	npdailynews.com	बीरगञ्ज, पर्सा
१९७	npnews.net	इजरायल
१९८	onlinedabali.com	अनामनगर, काठमाडौं
१९९	onlinekhabar.com	काठमाण्डौं
२००	onlinekhabarpatrika.com	खुसिबु, काठमाडौं
२०१	onlinesansar.com	चक्रपथ, काठमाडौं
२०२	onlinesuchana.com	कोटेश्वर, काठमाडौं

कल्पना शर्मा	९८४१५०२११४	info@newsdainik.com
छत्रबहादुर शंकर	९८५१०५३८६२	hurjanepal@gmail.com
नारायण राई	९८०२०३८०००	newsmissile@gmail.com
सुशील दाहाल	९८५११७९८१९ ४२३९४५७	info@newsnepali.com
कमल अधिकारी	९८४९७७१६१४	krishna.adhikari@newsit-venture.com
कल्पना बोहरा	०६६३७८९१	info@newsnotinnepal.com
विष्णु पोखरेल	९८५११९४८७०	news.newssewa@gmail.com
संजय उप्रेति	९८०१०५८८६१	info@savynepal.com
इन्दिरा पाठक	९८५११९४७५८	info@niloakash.com
लालप्रभात चलाउने	९८५११४०४३१	nontstopkhabar@gmail.com
शेष मखदुम जहाँ गस्त	९८४५५५४७८९	journalist.gasht@gmail.com
केश बहादुर कार्की	९७२५४७२९७९३५	babalasia@gmail.com
दीपेन्द्र रावल	४७७९२४४ ९७४१०७६६५८	onlinedabali@gmail.com
धर्मराज भुषाल	९८५१०४४३२२	news@onlinekhabar.com
यादव देवकोटा	९८५१००३०८२	onlinekhabarpatrika@gmail.com
सञ्जय लामा	४७७९१७ ९८५११६१६२३	lsanjay@hotmail.com
संजय रेग्मी	९८४१६९६२१४	onlinesuchana@gmail.com

२०३	onlinesurkhet.com	विरेन्द्रनगर-६, सुर्खेत
२०४	onnepal.com	का.म.पा. १४, रविभवन, काठमाडौं
२०५	onsnews.com	काठमाण्डौं
२०६	outlinekhabar.com	कामपा ३२, पुतलीसडक
२०७	pabilnews.com	निलकण्ठ गा.वि.स. वडा नं. ५, धादिङ
२०८	pahichan.com	पाटनढोका, ललितपुर
२०९	pahilokhabar.com	काठमाडौं
२१०	palpalko.com	चाबाहिल-७, काठमाडौं
२११	panchthar.com	पाँचथर
२१२	pardeshilife.com	सामाखुशी काठमाण्डौं
२१३	pashupatitimes.com	बुढानिलकण्ठ न.पा. १४, कपन
२१४	pipalmeta.com	अनामनगर, काठमाडौं
२१५	pnpmmedianepal.com	सर्च्यविनायक-६, भक्तपुर
२१६	pokharaarthik.com	पोखरा-६, फेवा मार्ग, कास्की
२१७	pokharanews.com	बैदाम ६, पोखरा, कास्की

दीपककुमार बुढा	९८५१०५२८१०	budhadeepak@gmail.com
अमृतकुमार पन्थी	४०३२०२३ ९८५१०४६२६७ ९८४१३०२४४२	mail@esahakari.com
सरोज दाहाल	९८५१०८५१८५	onsnewsonline@gmail.com
देवराज सावद	९८०११०२५९२	outlinekhabar@gmail.com
नवराज छत्कुली	९८५१०४८९२४	pabilnews@gmail.com
माधव दुलाल	९८५१०७८७९६	pahichanmedia@gmail.com
ठाकुर बेलबासे	४२२३८२९ ९८५११७५०४८	info@pahilokhabar.com
फनिराज अधिकारी	९८४१२८५२७६	info@palpalko.com
कालीबहादुर सेर्मा	९८४२६२३४५६	kserma@yahoo.com
खेमबहादुर कार्की/प्रकाश ढुंगाना	९८५११२३३३१	khemrajkarki@gmail.com
सन्तोष भण्डारी	९८४१४३४३६९	pallavpoudyal@gmail.com
मस्तबहादुर केसी	९८४१५६६५६८	pipalmeta@gmail.com
युवराज खत्री	९८५१०१८०६३	pnpmmediahouse@gmail.com
ढाका मोहन बराल	९८५६०२६७२१ ०६१४६४९७९	pokharaarthik@gmail.com
ढाकामोहन बराल	९८५६०२६७२१	info@greaterpokhara.com

२१८	puleso.com	का.म.पा. ३२, अनामनगर, काठमाडौं
२१९	purbeline.com	इटहरी, सुनसरी
२२०	rangakhabar.com	का.म.पा. ३२, अनामनगर, काठमाडौं
२२१	rangeensansar.com	बसुन्धरा, काठमाडौं
२२२	raptinews.com	घोराही नपा ११, दाङ
२२३	raptitoday.com	चन्द्रागिरी-११, काठमाडौं
२२४	rastriyadainik.com	पुतलीसडक, काठमाडौं
२२५	rastriyakhabar.com	चाबाहिल, काठमाडौं
२२६	ratopati.com	ललितपुर
२२७	realkhabar.com	सामाखुशी काठमाण्डौं
२२८	recentfusion.com	लेखनाथ-१४, कास्की
२२९	recordnepal.com	सानेपा, ललितपुर
२३०	reelnepal.com	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२३१	reviewnepal.com	बानेश्वर, काठमाडौं
२३२	sabaikhabar.com	बुद्धनगर-१०, काठमाण्डौं
२३३	sabkura.com	नच्छे गल्ली, न्यच्रोड, काठमाडौं

खेमबहादुर भण्डारी	४२३३८९३ ९८५१०३३०६७	info@puleso.com
सुरेशचन्द्र दाहाल	९८५२०५७६५४	info.purbeline@gmail.com
अनिल यादव	९८४२६४०००२	aniljournalist2067@gmail.com
मनोज थापा	९८५११९४२३९	rangeensansar@gmail.com
पवन अधिकारी	९८४१४४१६९६	pawan@raptinews.com
डिल्लीराज खड्का - (आजाद)	९८४१७३३३०७	raptitoday2015@gmail.com
विष्णुकुमारी पाण्ड	९८४६५४७५११	rastriyadainik117@gmail.com
मुकुन्दकुमार ढुंगाना	९८५१०९८९२३	rastriyakhabar100@gmail.com
विजया शर्मा	९८५१०७२४७४	contact@ratopati.com
चक्रपाणी अधिकारी	९८५१११८२४६	realkhabar@gmail.com
रुपनारायण ढकाल	९८४६०५८६३७	info@recentfusion.com
ज्ञानु शर्मा	५५३३९४३ ९८९३५१७०३९	connect@recordnepal.com
मनोज भुसाल	९८४३५८८०५१	reelnepal@gmail.com
पर्णबहादुर पोखरेल	९८५१०९५४५६	info@reviewnepal.com
रोजन श्रेष्ठ	९८५१०६५६१९	info@sabaikhabar.com
केशव गौतम	४२४२९११ ९८५११२५८५१	admin@sabkura.com

२३४	sagarmathachautari.com	का.म.पा.-२, लाजिम्पाट, काठमाडौं
२३५	sagarmathakhabar.com	सिनामंगल, काठमाडौं
२३६	sagarmathaonline.com	(सल्लेरी) सोलुखुम्बु
२३७	sahakarikhobar.com	कपन काठमाण्डौं
२३८	sahakarinepal.com	लाजिम्पाट काठमाण्डौं
२३९	sahayatra.com	हात्तिसार, काठमाडौं
२४०	sajhamanch.com	बिर्तामोड भ्रपा
२४१	sajhapost.com	पुल्चोक काठमाण्डौं
२४२	sajhasabal.com	धापासी काठमाण्डौं
२४३	sajilokhabar.com	वित्तामोड-६, भ्रपा
२४४	sambad.net	माइतिघर, काठमाडौं
२४५	sambadonline.com	काठमाण्डौं
२४६	sambadsansar.com	बानेश्वर, काठमाडौं
२४७	sampattinews.com	डमरिया गा.वि.स. वडा नं. २, रौतहट
२४८	samyanttra.com	बेलबारी-२, मोरङ
२४९	sancharaknepal.com	विजुलीबजार, काठमाडौं
२५०	sancharikaonline.com	काठमाडौं

मोहनप्रसाद लोहनी	०१६९२४९१७ ९८५१०७१५८६	sagarmathachautari@gmail.com
पर्वतराज घिमिरे	९८५१०४०२३४	info@sagarmathakhabar.com
बुद्धवीर राई	९८४२९३०१९७	news@sagarmathaonline.com
काजी श्रेष्ठ	९८४९६८२३१३	info@sahakarikhobar.com
विपीन शर्मा मिश्र	९८५११५७ ५०१	info@sahakarinepal.com
शेषनारायण भ्रा	९८१६८११६६६ ९८४१२६२३५८	rishishesh@gmail.com
गोपाल काफ्ले	९८५२६७४३९३	sajhamanch2070@gmail.com
राजेन्द्र प्रसाई	९८४१७१३९८१	mews@sajhapost.com
अनिल अधिकारी	९८४३१९८२०९	info@sajhasabal.com
तारामणि सापकोटा	९८५२६७१८०१	tmsapkota@gmail.com
कुमार भाष्कर	९८०७६५२४००	media@sambad.net
अम्बिका लामा काभ्रे	९८५१०५२६२०	sambadonline@gmail.com
यज्ञ ढकाल	९८६०५६४६७६	sambadsansar@gmail.com
गोविन्दप्रसाद चौलागाईं	९८५१०७६२१०	
अम्बिका भण्डारी	९८४२०३७४१६	samyanttra.com@gmail.com
अनिलकुमार कर्ण	९८५१०८३३३९	sancharakonline@news@gmail.com
निर्मला शर्मा	५५५११८२	sancharika@wlink.com.np

२५१	sancharkhabar.com	डिल्लीबजार, काठमाडौं
२५२	sancharkranti.net	लाजिम्पाट, काठमाडौं
२५३	sangeetkhabar.com	ललितपुर-१०, कुपण्डोल
२५४	sansarnews.com	काठमाण्डौं
२५५	saptakosionline.com	इटहरी-८, सुनसरी
२५६	saptarijagran.org.np	राजविराज-९, सप्तरी
२५७	sarokar.com.np	महाँकाल-८, काठमाडौं
२५८	satyakhbar.com	का.म.पा. ३५, कोटेश्वर, काठमाडौं
२५९	sciencedialog.com	बागबजार काठमाण्डौं
२६०	scientificmission.com	बागबजार, काठमाडौं
२६१	scientificnewspaper.com	बागबजार, काठमाडौं
२६२	setopati.com	भूमिसखेल, ललितपुर
२६३	sharesansar.com	न्यच्छ्रोड काठमाण्डौं
२६४	sherpakhbar.com	
२६५	sidharekha.com	पाटन नया १३, बैतडी

प्रकाशचन्द्र दाहाल	९८५१०८३०१७ ९८४१०२२६२३	youtharoma2014@gmail.com
मोहनप्रसाद लोहनी	९८५१०७९५८६	pratikmarga13@gmail.com
श्यामप्रसाद गिरी	९८५५०६२१९६	sangeetkhabar@gmail.com
मिना शर्मा तिवारी	९८४१५३८४७७	info@sansarnews.com
विकल रेग्मी	९८४२१८२६०२	
वैद्यनाथ यादव	९८४२८२३२९७ ९८०५९२९३६२	ydv-baidhyanath@yahoo.com
गजेन्द्रसिंह बुढाथोकी	९८५१०५७९६६	pwsarokar@gmail.com
विकास लकाई खड्का	९८५१२०००४० ९८४१५४६६५	
कपिलमणि आचार्य	९८४१४८४८१७	info@sciencedialog.com
तुलबहादुर राई	४४२३३७८ ९८५११२४५२३	theoryeducation@gmail.com
तुलबहादुर राई	४४२३३७८ ९८५११२४५२३	theoryeducation@gmail.com
अमित शर्मा ढकाल/शरदचन्द्र अधिकारी	५५२९३१९	info@setopati.com
सन्दिप विक्रम राणा	९८५११४१६४८	info@sharesansar.com
लाक्पा गेल्ले शेर्पा	९८४२९६७९३२	sherpakhbarnews@gmail.com
घनश्याम सागर पन्त	०९५४०००१३ ९८४८८५१२००	info@sidharekha.com

२६६	singhadurbarserophero.com	कपन-१२, काठमाडौं
२६७	soluonline.com	काठमाण्डौं
२६८	spotlightnepal.com	काठमाडौं-३५, काठमाडौं
२६९	storycycle.com	काठमाण्डौं
२७०	subhakhobar.com	त्रिदेवीमार्ग, ठमेल
२७१	sunaulokhabar.com	अनामनगर-३२, काठमाडौं
२७२	suryakhobar.com	नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
२७३	suvanepal.com	काठमाण्डौं
२७४	systemchecknp.com	गंगबु-९, काठमाडौं
२७५	tahalkakhabar.com	राजविराज वडा नं. ५, सप्तरी
२७६	theasiaweek.com	का.म.पा. ३२, अनामनगर, काठमाडौं
२७७	thebetternepal.com	तिलगंगा, काठमाडौं
२७८	thepowernews.com	ठमेल, काठमाडौं
२७९	thetechnewsnepal.com	नयाँबानेश्वर, काठमाडौं
२८०	thuloparda.com	काठमाण्डौं
२८१	tibrakhobar.com	बागबजार, काठमाडौं
२८२	todaykhabar.com	माइतिघर, काठमाडौं

नवराज पौडेल	९८४२९८९७५१	singhadarbar2070@gmail.com
सुरज राई	९८५१०२३२६६	news@soluonline.com
केशवप्रसाद पौडेल	९८५१०७९५३५	spotlightnepal@gmail.com
सौरभ ढकाल	९८४१३७२८६१	saurav@storycycle.com
सरोज बानिया	९८५११५२८४३	info@subhakhobar.com
सहेकबहादुर विश्वकर्मा	९८४१४८७२३६ ४२६५१४३	sahekb@gmail.com
बाबुराम आचार्य	४४८१३१९८	suryakhobar@gmail.com
सुमा सुवेदी	९८४९८४९३३३	subedi@gmail.com
दिवाकर ज्ञवाली	९८५११५०१९०	info@systemchecknp.com
गजेन्द्र कुमार मण्डल	९८५२८२०६९१	kankalinisanchar@gmail.com
रामु सापकोटा	९८४००७३६५४	theasiaweek@gmail.com
भीमप्रसाद गौतम	९८५१०३७७६३	thebetternepal@gmail.com
महेश भण्डारी/दीपक न्यौपाने	४४२३५२४ ९८५१०८७९९८	news@thepowernews.com
श्री पौडेल/हरिकुमार सुवेदी	४४८०९८५ ९८५११२७४४५	info@s3intl.com.np
जिवन कुमार पराजुली	९८४३०९४७५५	jiwanparajuli@gmail.com
मनोज खतिवडा	९८४११९०९३०	tibrakhobar@gmail.com
अनन्तप्रसाद मेहता	९८४००७००८३	todaykhabar30@gmail.com

२८३	topnepalnews.com	बागबजार काठमाण्डौ
२८४	travelbiznews.com	सुकुंधारा, काठमाडौं
२८५	ujyaaloonline.com/unn.com.np	जावलाखेल, ललितपुर
२८६	urjanews.com	काठमाडौं
२८७	uskhabaronline.com	भनिमण्डल, ललितपुर
२८८	voiceofyouth.com.np	का.म.पा. , कुमारीगल, काठमाडौं
२८९	voiceofyouthfm.com.np	का.म.पा., कुमारीगल, काठमाडौं
२९०	worldkhabar.com	बुद्धनगर-१०, काठमाण्डौ
२९१	xpresskhabar.com	काठमाण्डौ
२९२	yatradaaily.com	वीरगञ्ज, रानीघाट-१४

स्रोत : प्रेस काउन्सिल नेपाल

गोकर्ण अधिकारी	९८४९३६९९२९	news4nepal.gna@gmail.com
रमेश तिवारी	४३७९४७१ ९८४९२३५९८४	travelnews11@gmail.com
कृष्णप्रसाद गुरागाईं	५०००१७९ ९८५१०८६४१०	info@unn.com.np
गुणराज ढकाल	९८५१००९००८ ९७५१०७७९७७	
लोकराज अधिकारी	९८४९३६९६७७	lokraj99@gmail.com
कुमार भट्टराई	४४७४९२७ ९८५१०२१३४५	voykumar@gmail.com
कुमार भट्टराई	४४७४९२७ ९८५१०२१३४५	voykumar@gmail.com
रोशन भट्टराई	९८०८१५३१७२	info@worldkhabar.com
चन्द्रमणि सापकोटा	९८५१०२०३४७	xpresskhabar@gmail.com
रामकुमार सराफ	९८५५०२०७०१	info@yatradaaily.com

Freelance Journalists

Freelance Journalists

S.No.	Certi. No	Name	Address	Phone/Fax/Mobile
1	13618	Achyut Prasad Wagle	Kavreplan-chowk	6636363 / 9851024988
2	16612	Anand Ram Acharya	Nuwakot	9841419641
3	13820	Anil Adhikari	Kathmandu	4431550 / 9841332684
4	17022	Anju Chhetri	Morang	9841326955
5	5036	Arjun Pd. Gyawali	Rupandehi	071-60422
6	7427	Arun Ranjit	Kathmandu	4350376 / 9851046471
7	7886	Aswasthama Bhakta Kharel	Kavreplan-chowk	4420094 / 4441256 / 9841390259
8	5804	Badri Prasad Paudyal	Kathmandu	4472253 / 9851035893
9	16069	Badri Prasad Tiwari	Kavreplan-chowk	6633394 / 9841326091
10	9483	Baldev Thapa	Bhaktapur	6610904
11	18028	Balkrishna Chapagain	Rupandehi	9851017621
12	8523	Balkrishna Siwakoti	Dolakha	4485214 / 9851090309
13	8550	Balram Thapa	Sankhu-washaba	4310099 / 9851091050
14	17073	Basant Bahadur Thapa	Bardiya	9851046631
15	21616	Basanta Kumar Lohani	Kathmandu	9851036701
16	7434	Basudev Amatya	Lalitpur	5522774
17	18735	Beni Bahadur Karki	Sarlahi	9841256177
18	9354	Bhagat Das Shrestha	Kathmandu	4910571
19	6833	Bharat Jung Upreti	Kathmandu	4358598 / 9851070558

20	6376	Bhesh Jung Badal	Parbat	4373413 / 9841630544
21	18291	Bhoj Raj Bhat	Kailali	9851087675
22	10999	Bidur K.C.	Kathmandu	9841243086
23	13646	Bijaya Chalise	Kathmandu	4471121 / 9841475667
24	10961	Bikal Pd. Shrestha	Bhaktapur	6614704 / 9851091876
25	17674	Bikas Rauniar	Kathmandu	9851038614
26	16149	Bimal Prasad Gautam	Baglung	9851073727
27	5432	Binod Bhattarai	Kathmandu	4470165 / 9851025230
28	18751	Bishnu Kumari Sharma	Rupandehi	9841243657
29	17082	Bishnu Thapa	Kathmandu	9851088340
30	13901	Bishwaraj Kirat	Bhojpur	9741083774 / 5537953
31	15736	Chandra Kishor Jha	Sharlai	05 1524917 / 9855025917
32	16310	Chandra Kishor Lal	Mahotari	9851041514
33	17024	Chhabilal Koirala	Panchthar	9841578472
34	16440	Chiranjibi Dhungana	Kathmandu	9851056685
35	21383	D.R. Ghimire	Rupandehi	9857026796
36	16695	Dan Das Shrestha	Kathmandu	9841343439
37	17657	Deepak Dahal	Gorkha	9851023828
38	16541	Deepak Khanal	Gorkha	9841485529
39	12837	Deepak Kumar Dahal	Sankhu-washaba	9842022240
40	18740	Deependra Rokaya	Humla	9751003285
41	16239	Devi Prasad Dulal	Panchthar	9841509906
42	17159	Dharmendra Jha	Saptari	9851071459
43	20377	Dhirendra Jha "Pre-marshi"	Humla	9851044733

44	16749	Dhruba Simkhada	Dhading	9841374476
45	10891	Dil Bhusan Pathak	Jhapa	9851010710
46	6624	Dil Sahni	Baglung	9847027212
47	17306	Dilli Pokhrel	Morang	9852022392
48	5762	Dilli Raj Aryal	Palpa	075-520092 / 9841962546
49	9631	Dr. Ganga Pd. Akela	Dhanusha	2322430
50	8549	Dr. Hari Pd. Pokharel	Palpa	9851071411
51	15636	Dr. Madhab Adhikari	Gorkha	6637904 / 9841257364
52	15047	Dr. Madhav Ranabhat	Bhaktapur	9841438100
53	21197	Dr. Mahendra Bista	Khotang	9851065938
54	8579	Dr. Uddhabraj Puri	Kathmandu	9841235268
55	15533	Durga Nath Sharma	Kathmandu	4478798 / 9851074447
56	13202	Ganesh Man Pradhan	Kathmandu	9851006012
57	14676	Ganesh Parasd Parajuli	Jhapa	016225535 / 9841339614
58	9621	Ghamaraj Luitel	Morang	5547470 / 9851116464
59	15700	Ghanendra Purush Dhakal	Kathmandu	5521686 / 9851098686
60	15593	Gita Kumari Mainali	Bara	05 3540296 / 9851083032
61	8004	Gobinda Pd. Pokharel	Sankhu-washaba	4478011 / 9851034201
62	7043	Gokul Pd. Pokharel	Kathmandu	4264155 / 9851092072
63	5586	Govinda Bdr. Thapa Kshetri	Rupendehi	4250426
64	10263	Govinda Prasad Bhattarai	Palpa	078 520979 / 9747002375

65	18557	Guna Raj Luitel	Bhojpur	9851020802
66	15660	Hari Gopal Pradhan	Kathmandu	4426888 / 9851031888
67	15731	Hari Prasad Bhattarai	Arghakhanchi	6631144 / 9841219882
68	17085	Harihar Birahi	Kathmandu	9851073561
69	15903	Hira Bahadur Karki	Kaski	4429051 / 9851023801
70	11023	Jagat Nepal	Kathmandu	9851091099
71	17021	Jaya Dev Gautam	Palpa	9841979967
72	20273	Jeet Bahadur Biswo-karma	Ramechhap	9851188464
73	7745	Jeev Nath Khanal	Kathmandu	4261991 / 4260248 / 9841353797
74	13780	Jibaram Bhandari	Okhaldhunga	4497317 / 9851092062
75	15769	Kamal Giri	Pyuthan	9841322528
76	15490	Kamala Kumari Parajuli	Kathmandu	9851016172
77	13344	Kapil Dev Kaffle	Ramechhap	9851072355
78	16236	Kedar Man Sing Shrestha	Kathmandu	4253960 / 9851019386
79	7939	Keshab Prasad Paudel	Kathmandu	4480321 / 9851079535
80	8003	Kiran Giri	Kathmandu	9851060555 / 016222564
81	15529	Kishore Nepal	Kathmandu	4478791 / 9851047606
82	14380	Krishana Bdr K.C	Tanahun	4451022 / 9841894532
83	15507	Krishna Murari Bhandari	Kathmandu	9841277597
84	12196	Krishna Prasad Bhandari	Gulmi	4336355 / 9841835217
85	13297	Krishna Prasad Bhandari	Kaski	9841204035
86	16271	Krishna Prasad Sigdel	Tanahun	9851003540
87	15542	Krishna Prasad Timalisina	Sindhupalchok	4473112 / 9851074986
88	15557	Krishna Raj Kandel	Chitwan	4420712 / 9851104697

89	17768	Kuber Chalise	Bhaktapur	9851076304
90	6152	Kundan Aryal	Saptari	4278232 / 9851000811
91	16776	Laxman Adhikari	Sindhuli	9851109695
92	16168	Laxman Datt Pant	Baitadi	012290510 / 9851033539
93	17077	Lila Raj Khanal	Jhapa	9841438375
94	7557	Lochan Kumar Thapaliya	Jhapa	6617441 / 9841803223
95	13215	Madhusudan Aryal	Kathmandu	9841246161
96	15570	Madhusudan Pandeya	Dang	42821576 / 9841202041
97	8484	Mahendra Kumar Chalise	Kathmandu	4471438 / 4485995
98	6070	Mahesh Prashai	Sunsari	6634517 / 9841416788
99	8537	Mangal Man Sakya	Lalitpur	5555018 / 9851103158
100	17023	Manju Thapa	Gulmi	9841254979
101	16421	Mathbar Singh Basnet	Bhaktapur	9851086327
102	6135	Mohan Mainali	Terathum	4424674 / 9851074932
103	18370	Murari Prasad Gautam	Kathmandu	4412514 / 9851030781
104	12301	Narayan Prasad Prasai	Terathum	4423260 / 9841572007
105	12253	Naresh Kumar Shrestha	Sunsari	42340241 / 9841274750
106	15551	Nilkantha Tiwari	Parbat	4440556 / 9851060557
107	7865	Niraj Ranjit	Kathmandu	4380777 / 9851020999
108	5507	Nutandhar Sharma	Lalitpur	5524562
109	868	Padam Bhakta Kharel	Kavreplanchowk	9841407111 / 4420094
110	18531	Padam Singh Karki	Kathmandu	9841451177
111	8686	Parashuram Kharel	Kathmandu	4241496 / 4264155 / 9851092009
112	20587	Pradip Parajuli	Kathmandu	9851044065
113	17214	Prahlad Giri	Bara	9851065750

114	9686	Prakash A. Raj	Kathmandu	4262471
115	15876	Prakash Acharya	Arghakhanchi	9841318027
116	13831	Prakash Silwal	Nuwakot	9841216176
117	7103	Prativa Shubedi	Chitwan	4418861 / 9841950541
118	14349	Prayag Man Kayastha	Bhaktapur	4466395 / 9741011944
119	18426	Prem Khanal	Kathmandu	9851023360
120	8052	Prem Nath Joshi	Lalitpur	4420263
121	8718	Prof. Dr. J.N. Pandey Himali	Lamjung	9841558900
122	16939	Purushattam Dahal	Okhaldhunga	9849148804
123	15566	Radha Budhathoki	Gulmi	4490817 / 9851034019
124	16727	Radheshyam Dahal	Kathmandu	9841522986
125	10228	Raghu Mainali	Terathum	4434128 / 9851039028
126	15844	Raghunath Lamichhane	Kathmandu	4153794 / 9851054069
127	11351	Rahamtullah Miya	Gorkha	9841377078
128	8277	Rajan Karki	Kathmandu	4312084 / 4288318 / 9851027089
129	14758	Rajesh Dhungana	Kathmandu	4351417 / 9841043642
130	18131	Rajesh Jha	Saptari	9841219169
131	14530	Rajeshwar Thapa	Kathmandu	9841423283
132	19898	Rajkumar Parajuli	Kavreplanchowk	9841251162
133	13129	Rakesh Dhakal	Kapilvastu	9851023153
134	9198	Ram Prasad Paudyal	Kavreplanchowk	9851033337
135	14628	Ram Prasad Pokhrel	Arghakhanchi	9841453900
136	9198	Ram Prasad Poudel	Kavreplanchowk	4496961 / 9851033337

137	12290	Ram Prasad Pudasaini	Nuwakot	4362527 / 9851023615
138	5660	Ram Rijhan Yadav	Siraha	4410868 / 9841306152
139	6941	Ramesh Ghimire	Kathmandu	4431375 / 9841446767
140	15620	Ramesh Ghimire	Kathmandu	9841536180
141	11409	Ramesh Prasad Bhattarai	Morang	02 1527267
142	16510	Ramesh Toofan	Morang	9841212579
143	957	Ratna Samsar Shrestha	Kathmandu	4354698 / 9741067616
144	957	Ratna Sanshar Shrestha	Kathmandu	9741067616
145	8174	Ravi Kumar Shrestha	Kathmandu	4467055 / 9851047249
146	4433	Ritu Barna Parajuli	Biratnagar	021-524646
147	14823	Sanjaya Panthi	Kapilvastu	9841434943
148	17635	Shaligram Tiwari	Dhading	9841203606
149	4047	Shankar Loyal Malla	Nawalparasi	4222591 / 4248692
150	17405	Shanta Ram Bidari	Makwanpur	9851145186
151	17808	Sharad Chandra Adhikari	Sankhu-washaba	9851043965
152	18534	Sharad Raj Gautam	Kathmandu	9851052037
153	18127	Sharat Chandra Sharma Wasti	Sunsari	9851019688
154	16473	Shekhar Suwal	Kathmandu	9803881587
155	16443	Shiva Duwadi	Gorkha	985102211
156	17813	Shiva Prasad Bhattarai	Kathmandu	9841295571
157	8176	Shivahari Pd. Bhattarai	Saptari	031-5211117 / 9852820617
158	7095	Shobha Gautam	Sankhu-washaba	6631365 / 9851040165
159	13565	Shreeram Khanal	Nuwakot	9841269334

160	10375	Shreeram Poudel	Shyangja	9851075760
161	15925	Shruti Niroula	Kathmandu	9841401511
162	15709	Shyam Prasad Rimal	Kathmandu	4811671 / 9841212586
163	17289	Sitaram Baral	Lamjung	9841230353
164	6697	Subarna Bdr. Chhetri	Lalitpur	5538878 / 5014226 / 9851047012
165	4697	Surendra Pd. Dhakal	Kathmandu	4494323 / 9851023670
166	8163	Suresh Pd. Acharya	Sindhuli	6630760 / 9851034588
167	8675	Suresh Pd. Acharya	Kathmandu	5522332
168	9078	Surya Bdr. Thapa Kshetree	Pyuthan	4771752 / 9841249356
169	16992	Surya Subedi	Terathum	9849448232
170	18732	Sushil Gautam	Dang	9857830497
171	7441	Taranath Dahal	Sindhupalchok	6633315 / 9851092009
172	8173	Tej Prakash Pandit	Tanahun	4476025
173	16047	Tejendra Kumar Prasai	Taplejung	9841326444
174	18129	Tika Ram Pradhan	Syangja	9851007819
175	15910	Tika Ram Rai	Morang	4271991 / 9851032739
176	4252	Tirtha Raj Koirala	Morang	6631173 / 9851086396
177	18087	Trishna Kumwar	Nawalparasi	9851045386
178	5376	Tulsi Pd. Bhattarai	Jhapa	4478218 / 4421241 / 9851077361
179	8579	Uddhab Raj Puri	Kathmandu	4281443 / 9841235268
180	13797	Umesh Bhandari	Tanahun	4027008 / 9841252301
181	13646	Vijaya Chalise	Kathmandu	9841475667
182	18727	Yashoda Devi Timsina	Terathum	9851073493

Press Representative of
Foreign News Media

S. No.	Representative	C.No.	Media	Address
1	Mr. Gopal Chandra Sharma	4962	REUTERS	Dhapasi-3
2	Mr. Baikuntha Man Maskey	4982	REUTERS T.V.	Tripureshwor
3	Mr. Laxman Upreti	5383	NHK, Japan	The News Nepal P. Ltd.
4	Mr. Binaj Gurubacharya	5716	AP	Thapathali
5	Mr. Chetnath Acharya	6491	China Radio International	Kathmandu
6	Mr. Sanjaya Dhakal	6687	BBC World Service	Kathmandu
7	Mr. Shrish Ballabh Pradhan	6966	The Press Trust of India	Tahachal
8	Mr. Prakash Mathema	7000	AFP	Kathmandu
9	Mr. Bishnu Pd. Ghimire	7771	Aljazeera Network, Qatar	Kathmandu
10	Mr. Narendra Shrestha	8671	European Press Photo Agency	Thamel
11	Mr. Surendra Sharma Phuyal	8839	BBC World Service	Mulpani
12	Mr. Dhana Jang Gurung	9280	BFBS U.K.	Lalitpur
13	Mr. Rajendra Shakya	9990	Tokyo Broadcasting System TV	Pulchok
14	Mr. Yubraj Sharma (Chapagain)	9998	REUTERS T.V.	Kathmandu-14
15	Mr. Upendraman Singh	10220	APTN	Kathmandu
16	Ms. Subina Shrestha	10981	AlJazeera Network, Qatar	Kathmandu
17	Mr. Birendra Kumar Mehata	11164	ABP news, India	Kathmandu

Mobile	Phone/Fax	Email/internet
9851025974	4372152, 4373814	gsharma@most.com.np
9851040695	4256822, 4260638	tvjourno@gmail.com
9813591803	5555303	lupreti@gmail.com
9851020575	4224705, 4228967	beegee@most.com.np
9841305425	4466712	chetnath@enet.com.np
9851079534		sandhakal@gmail.com
9851059136	4280979	sirish27@yahoo.com
9851023004		
9851001982		kalpitbishnu@hotmail.com
9851055903	4421676	epanepal@gmail.com
9851005899	44330564433050	nepal.surendra@gmail.com
9851108106	5537364, 4370910	dhanjung.gurung@bfbs.com
9851020765	55341825536202	
9841442321	4256822	sharma142@gmail.com
9851016400	4258362	upendraman@hotmail.com
9851043676	5006595	shrestha.subina.@gmail.com
9851061729	4445904	kmsvipid@gmail.com

18	Mr.Niranjana Ojha	12321	Southern Metropolis Daily,China	Kathmandu
19	Mr. Navesh Chitrakar	14607	Thomson REUTERS, USA	Kathmandu
20	Mr. Niranjana Shrestha	16229	AP	Kathmandu
21	Mr. Krishna Kumar Balami	16330	Xinhua News agency, china	Kathmandu
22	Mr. Phanindra Pd. Dahal	16479	BBC Nepali Sewa	Kathmandu
23	Mr. Yoon Sub Kim	21543	Newshankuk.com, S.Korea	Kathmandu
24	Mr. Utpal Parasara	19955	Hindusthan Times Daily, India	Baluwatar
25	Mr. Declan Murphy	17084	Westcork People Monthly, Ireland	Kathmandu
26	Mr. Peter B. Pattisson	17168	The Guardian News Media, U.K.	Kathmandu
27	Ms. Lubbetje Anna Devries	17223	Happynews.nl, The Netherlands	Kathmandu
28	Mr. Zhou Shengping	17230	Xinhua News Agency	Kathmandu
29	Ms. Ammu Kannampilly	20318	AFP	Kathmandu
30	Mr. Bikas Karki	17675	World Picture Network, USA	Kathmandu
31	Ms. Paavan Mathema	17690	AFP	Kathmandu
32	Ms. Manisha Shrestha	18304	Xinhua News Agency	Kathmandu
33	Mr. Bikash Sangraula	18308	Kyodo News Agency	Kathmandu
34	Mr. Robert S. Kittel	18486	The Sekai Nippo Daily, Japan	Kathmandu
35	Ms. Binita Dahal	18679	BBC World Service	Kathmandu
36	Mr. Pratap Thapa	18704	Xinhua News Agency	Kathmandu

9851056531	01 2339197	ojhaniranjana@gmail.com
9841556898	4358418	navesh.chitrakar@gmail.com
9841322378		nireshestha@gmail.com
9841048405	4434475	
9841573668		phandenjr@gmail.com
9803367097		nodong73@naver.com
9851045634		uparasharhindustantimes.com
9803212588		murfkandu@gmail.com
9808476665		www.peterpattisson.com
985119956		luciadevries@gmail.com
9851048601	4434415	xnihvakathmandu@gmail.com
9802021049		ammu.kannampilly@afp.com
9851056865	6635052, 4255257	Karki2006@gmail.com
9851043762	4253961/4222998	paavan.mathema@afp.com
9851040562		
9841223083		
9841930955		rskittel@gmail.com
9851063621		
9841437723		

37	Mr. Young In Kim	18729	YTN World T.V., S.Korea	Lalitpur
38	Mr. Mahesh Acharya	18738	BBC World Service	Kathmandu
39	Mr. Joem Ki Kim	18756	News Hankuk Monthly, S. Korea	Kathmandu
40	Mr. Ning Lin	18282	Wen Hui D. China	Kathmandu
41	Mr. Joshua M. Ryan	21093	Syn Media Australia	Kathmandu
42	Mr. Thomas Popuppez	19386	The plus Monthly, Belgium	Lalitpur
43	Mr. Bruno Deceukelier	19518	Pasar Media, Belgium	Lalitpur
44	Mr. Ross M. Adkin	19258	Thomson Reuters, India	Lalitpur
45	Mr. Pawal Skawanski	19529	Polish Press Agency	Kathmandu
46	Mr. zhanj Ziyang	19525	China News Service	Kathmandu
47	Mr. Sang Bong Kim	17204	The Mok-yang, News- paper, S. Korea	Lalitpur

9849699464		prepmaster@naver.com
9808005411		
9851038244	4355910	joemki@gmail.com
9801022888	4426137	wenhuinepal@gmail.com
9810064870		socitographer.word.press.com
9803833384		
9808163876		brunodeceuk@gmail.com
9803370721		ross.adkin@thomsonreuters.com
		skawanski.powal@gmail.com
9810203225		chinanews.com.nh
9803146553		

सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय

सि.नं	पद	नाम
१.	माननीय मन्त्री	श्री शेरधन राई
२	सचिव	श्री दिनेश कुमार थपलिया
३	सह सचिव	श्री सुरेश अधिकारी
४	सह सचिव	श्री रामचन्द्र ढकाल
५	उप सचिव	श्री भरतवहादुर ढुंगाना
६	उप सचिव	श्री संगीता ओझा
७	उप सचिव	श्री नारायण अधिकारी
८	उप सचिव	श्री लक्ष्मी जोशी
९	उप सचिव	श्री रुद्रादेवी शर्मा
१०	उप सचिव	श्री यदु प्रसाद पन्थी
११	उप सचिव	श्री कृष्ण पोखरेल
१२	उप सचिव	श्री पुष्करराज नेपाल
१३	प्रमुख टेक्निकल ऑफिसर	श्री दिपक काफ्ले
१४	डिभिजनल इलेक्ट्रोनिक इन्जिनियर	श्री अनुप नेपाल
१५	उपसचिव	श्री अमृतमान श्रेष्ठ
१६	परिष्ठ प्राविधिक अधिकृत	श्री गौरव गिरी

शाखा	सम्पर्क नं.
	४२१५५५
	४२११६५०
प्रशासन महाशाखा	४२११४३५
सञ्चार महाशाखा	४२११५६२
कर्मचारी प्रशासन महाशाखा	४२११८३०
संस्थान प्रशासन शाखा	४२११७७१
आर्थिक प्रशासन शाखा	४२११९७८
अन्तर्राष्ट्रिय सहायता शाखा	४१११९६६
नीति योजना अनुगमन तथा मूल्यांकन शाखा	४२००२४७
श्रव्य दृश्य तथा प्रसारण शाखा	४२११६२५
प्रेस तथा सूचना समन्वय शाखा	४२११५७३
ऐन, नियम, परामर्श तथा फैसला कार्यान्वयन शाखा	४२११५७४
फ्रिक्वेन्सी व्यवस्थापन तथा प्रविधि विश्लेषण महाशाखा	४२११७२५
फ्रिक्वेन्सी व्यवस्थापन शाखा	४२११९८०
फ्रिक्वेन्सी व्यवस्थापन शाखा	४२११७२८
मनिटरिङ्ग शाखा	४२००४४८

त्यवस्थापिका संसदमा प्रतिनिधित्व गर्ने राजनैतिक दलका प्रवक्ताहरु

सि.नं	पार्टीको नाम
१	नेपाली कांग्रेस
२.	नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी(एमाले)
३	एकीकृत नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (माओवादी)
४	राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी नेपाल
५	मधेशी जनअधिकार फोरम नेपाल (लोकतान्त्रिक)
६	राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी
७	तराई मधेश लोकतान्त्रिक पार्टी
८	मधेशी जनअधिकार फोरम (नेपाल)
९	सद्भावना पार्टी
१०	ने.क.पा. (माले)
११	संघीय समाजवादी पार्टी नेपाल
१२	नेपाल मजदूर किसान पार्टी
१३	तराई मधेश सद्भावना पार्टी नेपाल
१४	राष्ट्रिय जनमोर्चा
१५	नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (संयुक्त)
१६	राष्ट्रिय मधेश समाजवादी पार्टी
१७	नेपाल परिवार दल
१८	राष्ट्रिय जनमुक्ति पार्टी

प्रवक्ताको नाम	सम्पर्क नं.	ईमेल
श्री दिलेन्द्र प्रसाद वडु	९८५१०११६६६	dp badi @hotmail.com
श्री योगेश भट्टराई	९८५१०२३६५६	yogeshb44@gmail.com
श्री दिनानाथ शर्मा	९८५११३७८०७	dnsharma60@gmail.com
श्री मोहन श्रेष्ठ (सह प्रवक्ता)	९७४१०६९४२७	
श्री जितेन्द्र देव	९८५१०३४०५५	jsdev9@yahoo.com
श्री विष्णु भट्टराई	९८५३९१११२	
श्री सर्वेन्द्रनाथ शुक्ल	९८५१००४४४४	
श्री रत्नेश्वर कायस्थ	९८५१००१५१६	
श्री लक्ष्मणलाल कर्ण	९८५१००३५९६	
श्री अइन्द्र सुन्दर नेवाड	९८५१०६४८५१	
श्री प्रेम बहादुर सिंह	४०१७५५१ र ४०१७५३३	
श्री सुनिल प्रजापति	९८५१०७८८८५	
	४१६४३०४	
श्री जयदेव जोशी	९८४८७२१९०५	
	५५२१७२१	
	४४८५५६८	
	५५२७६३३	

१९	बहुजन शक्ति पार्टी
२०	थरुहट तराई पार्टी नेपाल
२१	संघीय लोकतान्त्रिक राष्ट्रिय मञ्च (थरुहट)
२२	समाजवादी जनता पार्टी
२३	नेपाली जनता दल
२४	मधेशी जनअधिकार फोरम (गणतान्त्रिक)
२५	नेपा: राष्ट्रिय पार्टी
२६	संघीय सदभावना पार्टी
२७	खम्बुवान राष्ट्रिय मोर्चा नेपाल
२८	अखण्ड नेपाल पार्टी
२९	जनजागरण पार्टी नेपाल
३०	मधेश समता पार्टी नेपाल

	४२११९३४	
	४३३३७६९	
	४१०९५१८	
	४७७१७१८	
श्री राजकिशोर यादव	९८५१११४०२०	
श्री ज्ञानराम श्रेष्ठ	९८५११३०२२२	
	४६२०३३६	
	०२५५३३०२८	
	४२८४०९५	
श्री रामप्रसाद न्यौपाने	९८४९९८१०३८	
	४२००१७०	

प्रेस काउन्सिल नेपालका पदाधिकारीको विवरण

क्र.सं.	पद	कर्मचारीको नाम
१	अध्यक्ष	श्री बोर्णबहादुर कार्की
२	सदस्य	डा. श्री महेन्द्र विष्ट
३	सदस्य	श्री किशोर श्रेष्ठ
४	सदस्य	श्री खिलबहादुर भण्डारी
५	सदस्य	
६	सदस्य	श्री चन्द्रदेव कामती
७	सदस्य	श्री नवल किशोर यादव
८	सदस्य	
९	सदस्य	
१०	सदस्य	श्री मुरली प्रसाद यादव
११	सदस्य	श्री सुदर्शन आचार्य
१२	सदस्य सचिव	श्री रघुराम विष्ट
१३	मुख्य अधिकृत	श्री भविन्द्र भुसाल

सम्पर्क नं.	इमेल
९८५१०९४२०७	bornakarki@yahoo.com
९८५१०६५९३८	mahendrabista@yahoo.com
९८५१०३५१२५	kishor.srt@gmail.com
९८५१०१२८४६	samabesimag@gamil.com, kb.bhandari@yahoo.com
९७४३००२८२९	cdkamatii@gmail.com
९८१६८५९१५५	naval2033@gmail.com
९८५२८२०२२१	krishnadaily@yahoo.com
९८५१०२६२६२	sudarshan_sindhu@gmail.com
९८५११३६३६५	
९८४१३७६९६०	bhusaljhabi@yahoo.com

नेपाल पत्रकार महासंघ
केन्द्रीय कार्य समिति

नेपाल पत्रकार महासंघ केन्द्रीय कार्य समिति

नेपाल पत्रकार महासंघ, केन्द्रीय कार्य समिति	४११२७६३ ४११२६७३	४११२७८५ fnjnepal@mail.com.np
--	--------------------	---------------------------------

नाम	पद	फोन/मोबाईल	ईमेल
डा. महेन्द्र विष्ट	अध्यक्ष	९८५१०६५९३८	mahendrabista@yahoo.com
खिलबहादुर भण्डारी	उपाध्यक्ष	९८५१०१२८४६	samabesimag@gmail.com
अनिता विन्दू	उपाध्यक्ष (समावेशी)	९८५१०५५६१७	anitabindu7@gmail.com
उजिर मगर	महासचिव	९८५१०८८५२६	magarujir009@gmail.com
प्रभात चलाउने	सचिव	९८५११४०४३१	pchalaune@gmail.com
संगीता खड्का	सचिव (महिला)	९८५१०१६३०६	sangita.khadka@yahoo.com
धर्मेन्द्र कर्ण	सचिव (समावेशी)	९८०३४०२६४७	dkarnastra@gmail.com
ध्रुव लम्साल	सचिव (एसोसिएट)	९८४१४६६४४३	dhrubaji.lamsal@gmail.com
सूर्यमणि गौतम	कोषाध्यक्ष	९८५८०२३३१८	suryam.skt@gmail.com
गणेश पोखरेल	सदस्य	९८५२६७२५६४	pokharelg160@gmail.com

गणेश लम्साल	सदस्य	९८४२१८७२९३	gl3630019@gmail.com
शीतल महतो	सदस्य	९८४५०२०४४४	shitalmahato@gmail.com
चिरञ्जीवी मास्के	सदस्य	९८५११९०००४	cmaskey198@gmail.com
ईश्वरी वाग्ले	सदस्य	९८४१३६६४८०	tajakhabar.weekly@gmail.com
रामहरि सिलवाल	सदस्य	९८५१०३००१०	silwalrhs@gmail.com
हरिनारायण गौतम	सदस्य	९८५७६२०२०४	gautamharinarayan@gmail.com
रुद्र भट्ट	सदस्य	९८५६०२२६३२	rudrako@gmail.com
भलक गैरे	सदस्य	९८५८०२०७११	jhalaknews@gmail.com
अजयदीप शर्मा	सदस्य	९८४७९००३९६	deepdang@gmail.com
प्रकाश विक्रम शाह	सदस्य	९८५८४२१८०१	shah-prakash1998@gmail.com
खगेन्द्र पन्त	सदस्य	९८४१६१५३३५	k.sanug@gmail.com
नवराज महतारा	सदस्य	९८५११२४६१०	nmahatara8@gmail.com
सुरज आचार्य	सदस्य	९८५१०८३६८०	acharyasuraj5@gmail.com
रोशन पुरी	सदस्य	९८५१०६७२७४	puriosan@gmail.com

दीपेन्द्र कुँवर	सदस्य	९८४१५७२२१६	kunwar.dipendra@gmail.com
सुष्मा पौडेल	सदस्य	९८४६०६४८९९	susmanews@gmail.com
माधव दुलाल	सदस्य	९८४१२०५२६६	madhav009@gmail.com
रोहित दाहाल	सदस्य	९८४१२०१८०५	rohitdahal@gmail.com
राजु लामा	सदस्य	९८४१२१८०८९	janatakoawaj@gmail.com
लक्की चौधरी	सदस्य	९८५८४२११६८	lucky2035@gmail.com
मोहनसिंह लामा	सदस्य	९८५१०७०३४४	mohansingh.lama@gmail.com
कमल परियार	सदस्य	९८१३७४७६२५	kpariyar09@gmail.com
किसान संगीत नेपाली	सदस्य	९८४६०७४२७०	ksangit@gmail.com
बेचु गौड	सदस्य	९८४७०२०८६७	
अजयकुमार मिश्र अनुरागी	सदस्य	९८०१६०१६६०	anuragajay@gmail.com
पवन वर्षा शाह	सदस्य	९८५१०३६११३	barshashah4@gmail.com
सरिता ढकाल	सदस्य	९८४१३९२७७०	saritadhakal@gmail.com
निलिफा सुब्बा	सदस्य	९८४२०५३५२७	nilipha@gmail.com
अब्दुल्लाह मियाँ	सदस्य	९८५१००२७८६	miyavaee@gmail.com

भवानी ऐर	सदस्य	९८४८७३१०४०	bhawani.ayer@gmail.com
प्रकाश तिमल्सिना	सदस्य	९८५१०८४८४४	prakashdear@gmail.com
प्रदीप न्यौपाने	सदस्य	९८४१४३३८७५	pradipneupane137@gmail.com
धर्मेन्द्र भ्वा	सल्लाहकार	९८५१०७१४५९	djanakpur@gmail.com,
शिव गाउँले	सल्लाहकार	९८५१०३६१२५	shivagaunle@gmail.com
पोषण केसी	सल्लाहकार	९८५१०४०७७१	kcposhan@yahoo.com, poshankcnpj@gmail.com
लेखा समिति			
दीपक पाण्डे	संयोजक	९८५१०९७६०६	
सुनील दाहाल	सदस्य	९८५१०७१४५५	
रञ्जना पौडेल	सदस्य	९८४१४८७१९९	ranjanapaudel@gmail.com

**नेपाल पत्रकार महासंघ
पूर्वाञ्चल-जिल्ला शाखाका अध्यक्षहरू**

जिल्ला शाखा	नाम	फोन	इमेल
ताप्लेजुङ्ग	केशवप्रसाद भट्ट	९८४२६६०४९४	
पाँचथर	लवदेव ढुंगाना	९८५२६८०९००	

इलाम	रोहितचन्द्र भट्टराई	९७४२६००१२९	
भ्रपा	भीम नेम्वाङ	९८४२७५५१४१	
धनकुटा	खगेन्द्र घिमिरे	९८५२०३८७७४	
सुनसरी	केशव घिमिरे	९७४२०१७२२२	
मोरङ	महेन्द्र विष्ट	९८४२०३४१२५	
उदयपुर	कुशलबाबु बस्नेत	९८५२८३०७२०	
सप्तरी	धीरेन्द्रप्रसाद साह	९८४२८२०६८१	
सिरहा	देवकुमार यादव	९८५२८३०८६७	
भोजपुर		९८४२०५१२९९	
खोटाङ्ग	दमन राई	९७४३००१४९२	
संखुवासभा	श्यामप्रसाद निरौला	९८५२०२३८८१	
तेह्रथुम	उद्धव तिमिसना	९८५२०५३१९९	
ओखलढुंगा शाखा	दीपेन्द्र रुम्दाली	९७४३०१३५८०	
सोलुखुम्बु	मनोजकुमार श्रेष्ठ	९८४१८९६९१२	

**नेपाल पत्रकार महासंघ
मध्यमाञ्चल-जिल्ला शाखाका अध्यक्षहरू**

जिल्ला शाखा	नाम	फोन	इमेल
काभ्रे	महेश पौडेल	९८४१४६०८१३	

सिन्धुपाल्चोक	युवराज पुरी	९८५१००५९०४	
दोलखा	उद्धवप्रसाद पोखरेल	९७४४०००६९९	
रामेछाप	रमेश ढुंगेल	९७४४०२५४१६	
सिन्धुली	द्वारिकाप्रसाद काफ्ले	९८५४०४१३९०	
महोत्तरी	ईश्वरी पौडेल	९८४४०३१६२४	
धनुषा	अनिल मिश्र	९८४४०२०६७९	
सर्लाही	अमन कोइराला	९८५४०३६८३०	
रौतहट	शैलेन्द्र गुप्ता	९८४५०३२६४८	
पर्सा	श्याम बन्जारा	९८४५०२५२७१	
बारा	लक्ष्मी साह	९८४५०३७३८०	
मकवानपुर	महेन्द्र श्रेष्ठ	९८४५०२२९५५	
चितवन	हरिप्रसाद पोखरेल	९८५५०६४२११	
धादिङ	नवराज छत्कुली	९८५१०४८९२४	
नुवाकोट	प्रकाशकुमार अधिकारी	९८४१५४८५७८	
रसुवा	सोमबहादुर तामाङ	९८५११५१३७९	
भक्तपुर	अभर भूजु	९८५१००९१६५	
ललितपुर	लेखनाथ न्यौपाने	९८५११२८४७०	

काठमाडौं	गोविन्द चौलागाईं	९८५१०७६२१०	
----------	------------------	------------	--

**नेपाल पत्रकार महासंघ
पश्चिमाञ्चल-जिल्ला शाखाका अध्यक्षहरू**

जिल्ला शाखा	नाम	फोन	इमेल
बाग्लुङ	मुकेशचन्द्र राजभण्डारी	९८४७६३३३८५	
कास्की	रामकृष्ण ज्ञवाली	९८५६०२९५००	
लमजुङ	नवीनराज कुइकेल	९८४६०७४१५७	
तनहुँ	प्रकाशचन्द्र भट्टराई	९८५६०६०७८९	
पाल्पा	राजेशकुमार अर्याल	९८५७०६०२०२	
अर्घाखाँची	शोभाखर पन्थी	९८५७०६०४८२	
नवलपरासी	नारायण शर्मा	९८५७०२७४४१	
रुपन्देही	शेरबहादुर केसी	९८५७०२५०८०	
कपिलवस्तु	बसन्त गिरी	९८४७०६२४२६	
गुल्मी	नवराज भुसाल	९८४७११४७२४	
गोरखा	भीमलाल श्रेष्ठ	९८४६०३९३९३	
म्याग्दी	सुरत के. सी.	९८५७६४०००७	
पर्वत	दुर्गाप्रसाद शर्मा	९८५७६३००५९	

स्याङ्जा शाखा	प्रकाश डटेल	९८५६०३०१५०	
मुस्ताङ शाखा	भीम रसाइली	९८५७६५००९३	

**नेपाल पत्रकार महासंघ
मध्य पश्चिमाञ्चल-जिल्ला शाखाका अध्यक्षहरू**

जिल्ला शाखा	नाम	फोन	इमेल
सल्यान शाखा	शालिकराम शर्मा	९८५७८२०४५१	
प्यूठान	गिरुप्रसाद भण्डारी	९८५७८३३०५१	
सुर्खेत	गणेशकञ्चन भारती	९७४८००२१३९	
दाङ	सुदीप गौतम	९८५७८३०१११	
बाँके	रुद्र सुवेदी	९८५८०२११८१	
बर्दिया	मीनराज शर्मा	९८४८०२८५६१	
हुम्ला	कर्णसिंह रोकाया	९८४८३०९०३७	
रुकुम	गणेश विक	९८४७८५२३६५	
रोल्पा		९८४७९३५०४६	
दैलेख	नमनकुमार शाही	९८५८०२४९५७	
जाजरकोट	जनक केसी	९८४८२९३७९	
जुम्ला	ब्रमबहादुर महत	९७४११३९१९८	
कालिकोट शाखा	कालिबहादुर मल्ल	९८४८३१०५७०	

मुगु शाखा	सुमन मल्ल	९७४८९१०८६४	
डोल्पा शाखा	विष्णु बूढा	९८४८३०३२१४	

नेपाल पत्रकार महासंघ
सुदूर पश्चिमाञ्चल-जिल्ला शाखाका अध्यक्षहरू

जिल्ला शाखा	नाम	फोन	इमेल
अछाम	रामबहादुर कुँवर	९८४८६४५५१८	
कैलाली	भरत शाह	९८४८४२२२०१	
कञ्चनपुर	लक्ष्मण तिवारी	९८४८७२१३९०	
डडेलधुरा	छत्र साउद	९८४८७०७७७७	
डोटी	मिनबहादुर बम	९७४१०६७६७७	
बैतडी	नरेन्द्रप्रसाद भट्ट	९८४८७७२२८९	
बाजुरा	मदनराज जैशी	९८४८६८४८१	
बझाङ	जगत खड्का	९७४९००२७९१	
दार्चुला	नरेश जोशी	९७४१०५६३४३	
श्रोत: नेपाल पत्रकार महासंघ, केन्द्रिय कार्यालय, सञ्चारग्राम, काठमाडौं			

सूचना विभागका कर्मचारीहरू

पद	नाम
महानिर्देशक	श्री रघुराम विष्ट
सूचना अधिकारी उप सचिव	श्री विष्णुभक्त रजित
निर्देशक	श्री नारायण खतिवडा
शाखा अधिकृत	श्री प्रविण कटवाल
शाखा अधिकृत	
लेखा अधिकृत	
छविकार	श्री शालिकराम कोइराला
छविकार	श्री प्रविण श्रेष्ठ
छविकार	श्री सूर्य प्रसाद श्रेष्ठ
ना.सु.	श्री हरिहर कार्की
ना.सु.	श्री रविगोविन्द जोशी
टे.अ.	श्री रामेश्वर कार्की
ना.सु.	श्री अजय घिमिरे
लेखपाल	श्री बासु प्रसाद पौडेल
ना.सु.	श्री रमा कुमारी निरौला
ना.सु.	श्री जीवन निरौला
ना.सु.	श्री अजय कुमार पाल
ना.सु.	श्री माधवकुमार थापा
ब्लक मेकर	श्री केदार नापित

शाखा	सम्पर्क नं.
	४११२७१७
प्रेस शाखा	४११२८१६
प्रशासन/योजना शाखा	
प्रेस रजिष्ट्रेशन शाखा	४११२५५४
प्रशासन शाखा	४११२५५१
लेखा शाखा	४११२५५१
फोटो शाखा	४११२७५३
फोटो शाखा	४११२७५३
फोटो शाखा	४११२७५३
स्टोर शाखा	
प्रशासन	
प्रेस रजिष्ट्रेशन शाखा	
प्रेस रजिष्ट्रेशन शाखा	
लेखा शाखा	
प्रेस रजिष्ट्रेशन शाखा	
सूचना व्यवस्थापन शाखा	
सूचना व्यवस्थापन शाखा	
प्रेस रजिष्ट्रेशन शाखा	

खरिदार	श्री पूर्ण बहादुर खड्का
खरिदार	श्री टंक बहादुर खड्का
कम्प्युटर अपरेटर	श्री खगेन्द्र कार्की
कम्प्युटर अपरेटर	श्री सुबास राई
कम्प्युटर सहायक	श्री राजु बस्याल
ह.स.चा.	श्री गोकुल पौडेल
ह.स.चा.	श्री बच्छुराम के.सी.
इलेक्ट्रिसियन	श्री लोक बहादुर के.सी.
कार्यालय सहयोगी	श्री शंकर प्रसाद दाहाल
कार्यालय सहयोगी	श्री होम बहादुर श्रेष्ठ
कार्यालय सहयोगी	श्री शशिकला पुडासैनी
कार्यालय सहयोगी	श्री रमेश खड्का
कार्यालय सहयोगी	श्री सावित्री कुँवर
कार्यालय सहयोगी	श्री टीकादेवी मिश्र
कार्यालय सहयोगी	श्री देवकुमारी श्रेष्ठ
कार्यालय सहयोगी	श्री प्रशंसा पराजुली
सुरक्षा गार्ड	श्री अर्जुन बहादुर दाहाल

प्रशासन शाखा	
प्रशासन शाखा	
प्रेस रजिष्ट्रेसन शाखा	
प्रशासन	
सूचना व्यवस्थापन	
लेखा शाखा	
प्रशासन	
प्रेस रजिष्ट्रेसन शाखा	
प्रशासन	
प्रशासन	
प्रशासन	
सूचना व्यवस्थापन	
मेन गेट	

सूचना तथा सञ्चारसँग सम्बन्धित
निकाय तथा संघ संस्थाहरू

विवरण	फोन
सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय	
माननीय मन्त्री	४२११५५५
सचिव	४२११६५०
प्रशासन महाशाखा	४२११५६२
सञ्चार महाशाखा	४२११४३५
फ्रिक्वेन्सी महाशाखा	४२११९८०
एक्सचेन्ज	४२११५५६, ४२११६४७

राष्ट्रिय सूचना आयोग	४६०२७४७
----------------------	---------

सूचना विभाग	
महानिर्देशक	४११२७१७
निर्देशक	४११२८१६
प्रशासन/लेखा	४११२५५१
फ्याक्स नम्बर	
एक्सचेन्ज	४११२७५३/५४

सञ्चार केन्द्रहरू	
सञ्चार केन्द्र, विराटनगर	०२१-४६१४२५
सञ्चार केन्द्र, हेटौँडा	०५७-५२२४८८

फ्याक्स	वेबसाइट / इन्टरनेट	इमेल
४२११६००	www.moic.gov.np	
४२११७२९	www.moicpl@ccsl.com.np	
		moichmg@ntc.net.np

४६०१२१२	www.nic.gov.np	nicnepal@wlink.com.np
---------	----------------	-----------------------

	www.doinepal.gov.np	admin@doinepal.gov.np
४११२६५२		
४११२६५२		

सञ्चार केन्द्र, पोखरा	०६१-४६३२१४
सञ्चार केन्द्र, नेपालगञ्ज	०८१-५२१७६९
सञ्चार केन्द्र, धनगढी	०९१-५२१९११

मुद्रण विभाग	
महानिर्देशक	४२११६२२
एक्सचेन्ज	४२११७४९

हुलाक सेवा विभाग	
महानिर्देशक	४४१०२२४
एक्सचेन्ज	४४२१२८६

गोश्वारा हुलाक कार्यालय	
प्रमुख हुलाक अधिकृत	४२३९४८२
प्रशासन	४२२३५८५
मध्यमाञ्चल क्षेत्रीय हुलाक निर्देशनालय	४२४२३४९
हुलाक प्रशिक्षण केन्द्र	४२६२५७९, ४२६२७७०
नेपाल फिलाटेलिक व्युरो	४२४१८९५
केन्द्रीय टिकट भण्डार	४२५३१२९
केन्द्रीय धनादेश कार्यालय	४२२९०१६

४२११७६४	www.dop.gov.np	

४४१४६८८	www.nepalpost.gov.np	

जिल्लास्थित हुलाक कार्यालयहरू	फोन
पू.क्षे.हु.नि., विराटनगर	०२१ ५२२६६५
म.क्षे.हु.नि., बबरमहल	०१ ४२४२०५८
प.क्षे.हु.नि., पोखरा	०६१ ५२०२३५
म.प.क्षे.हु.नि., बिरेन्द्रनगर	०८३ ५२०१७५
सु.प.क्षे.हु.नि., दिपायल	०९४ ४४०१४९
जि.हु.का., ताप्लेजुङ्ग	०२४ ४६०१२३
जि.हु.का., पाँचथर	०२४ ५२०१०४
जि.हु.का., इलाम	०२७ ५२००५०
जि.हु.का., भूपा	०२३ ५२००२६
जि.हु.का., तेह्रथुम	०२६ ४६०१२४
जि.हु.का., धनकुटा	०२६ ५२०१५८
जि.हु.का., सुनसरी	०२५ ४२०१००
जि.हु.का., भोजपुर	०२९ ४२०११६
जि.हु.का., संखुवासभा	०२९ ५६०१५२
जि.हु.का., सप्तरी	०३१ ५२००६७
जि.हु.का., सिराहा	०२३ ५२००१८
जि.हु.का., उदयपुर	०३५ ४२०१३९
जि.हु.का., खोटाङ्ग	०३६ ४२०१०९
जि.हु.का., सोलुखुम्बु	०३८ ६२०११३
जि.हु.का., ओखलढुंगा	०३७ ५२०११३

फ्याक्स	वेबसाइट/इन्टरनेट	इमेल
०२७ ५२०४५५		
०२६ ५२०१५८		
०२५ ५२६९२६		

रेडियो नेपाल	
कार्यकारी निर्देशक	४२११९१०
समाचार शाखा	४२११६४९
एक्सचेन्ज	४२११६९१

गोरखापत्र संस्थान	
महाप्रबन्धक	४२२३९०२
प्रधान सम्पादक गोरखापत्र	४२२२९२१
प्रधान सम्पादक द राइजिङ्ग नेपाल	४२२०७००

राष्ट्रिय समाचार समिति	
महाप्रबन्धक	४२६२७३६
समाचार शाखा	४२६२५५०

न्यूनतम पारिश्रमिक निर्धारण समिति, सिंहदरबार	४२११८४४
---	---------

चलचित्र विकास बोर्ड	
अध्यक्ष	४४६६८६०/४४६०३३२
सदस्य-सचिव	४२४१२६४/४४६५९६४
नेपाल टेलिकम	

४२२१७४८	www.gorkhapatra.org.np	gopa@mos.com.np

४२६२७४४	www.rssadm.com.np	rssmail@rss.com.np

	www.midiawage.gov.np	mediawage@gmail.com
--	----------------------	---------------------

नेपाल टेलिकम (केन्द्रीय कार्यालय)	४२४३४४४
नेपाल टेलिकम काठमाडौं क्षेत्रीय निर्देशनालय	४२२९११४
प्रशासन	४२४६०२२

सञ्चारसंग सम्बन्धित संस्थाहरूको नाम	फोन
अनुसन्धान तथा विकासका लागि सञ्चार नेपाल	२०८१०५९
अनलाइन पत्रकार संघ	९८४१३६८६७७
अवधि पत्रकार संघ नेपाल, बांके	९७४८००४९७२
नेपाल आदिवासी जनजाती पत्रकार संघ	५००१७५४
आर्थिक पत्रकार संघ	५५४१०९६
उपत्यका रेडियो प्रसारण संघ	५५२२७३१, ९८५१०३६३४८
एभरेष्ट प्रेस क्लब	९८५१०८२६७०
क्रियाशील पत्रकार महिला नेपाल	६२१३५४५
कृषि पत्रकार समाज नेपाल	९८५१०५९४५५
कार्टुनिष्ट क्लब नेपाल	९८५१०६६५८१
काठमाडौं उपत्यका एफ. एम. प्रसारक मञ्च	९८५१०४५६१३
क्रान्तिकारी पत्रकार संघ	४७७०२००
क्रान्तिकारी पत्रकार महासंघ	९७४१०५६०२५

फ्याक्स	वेबसाइट / इन्टरनेट	इमेल
४४७६८१७		servicenepal@gmail.com
		info@onlinejournalistas-sociation.net
		najabanke@gmail.com
		wwjnepal2010@gmail.com
		sajnepal@gmail.com
४४७१४४२	www.cartcon.org	info@cartcon.org
४६००२००		ntmforum@gmail.com
		rja.nepal@gmail.com

केटाकेटी मिडिया	९८४१४७७५१५
केबुल प्रसारण एशोसिएशन	४१०२६३१
खेलकुद पत्रकार संघ	९८५१२५५९०
चलचित्र पत्रकार संघ	९८५१०३७०६५
जन संचार अभियान	४७७१७७४
टेलिभिजन ब्रोडकाष्टर्स नेपाल (TBN)	४४६६४००
टेलिभिजन इडिटर्स गील्ड	४०२२६४८/९८५१०६५९३८
दिशानिर्देश प्रेस क्लब	४४८२०२६
दक्षिण एशियाली स्वतन्त्र पत्रकार महासंघ	५२६८८२२
दैनिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जाल	४४२२७०६ ९८५१०९८७०३
न्यूज क्लब अफ नेपाल	४६०२३३८ ९८५१०२२४९४
नागरिक मिडिया क्लब नेपाल, अनामनगर	४२४४७०६
नेपाल विज्ञापन संघ (AAN)	४१०७५६३
नेपाल केबुल टेलिभिजन संघ	४२३१९७९
नेपाल चाइना मिडिया फोरम	५०१२०९३
नेपाल पत्रकार संघ	४२६२४२६
नेपाल मिडिया क्लब	४२४४७०६
नेपाल मिडिया सोसाइटी	४४६६३००
नेपाली छापा माध्यम राष्ट्रिय सञ्जाल	५०१२०९३

	www.ketaketionline.com	ketaketionline@gmail.com
		safma@wlink.com.np
		nepnews@yahoo.com
		newsclubofnepal@gmail.com
		nmcnepalese@gmail.com
४२३९३०७		
५०१२०९३		
	www.nja.org.np	manju_sakya@hotmail.com
		nmchepark@gmail.com
		mediasociety@kantipur.com.np
५०१२०९३		weekly_sanjal@yahoo.com

नेपाल पञ्चाङ्ग निर्णायक समिति, कमलादी	४२२९८६०
नेपाल ज्योतिष पत्रकार संघ नेपाल	९८५६०२०९१४
नेपाल प्रेस इन्स्टिच्यूट	४२६४१५५/४२६६४१८
नेपाल प्रेस यूनियन	४४७१७४६
नेपाल वातावरण पत्रकार समूह	४२६१९९१/४२६०२४८
नेपाल श्रमजीवी पत्रकार संगठन	६६३०७६०
नेपाल स्वतन्त्र पत्रकार संघ	४२२२५९१
नेसनल यूनियन अफ जर्नालिष्ट	४४८०९८७
नेपाल फोटो न्यूज एजेन्सी	४२५६५६०
नेपाल दक्षिण एसियाली खेलकूद पत्रकार संघ	४२७११७२/४२२२९७९
नेपाल मिडिया सोसाइटी	४४६६३००
मिडिया इन्टरनेशनल	४२४४४०२
प्रेस चौतारी, नेपाल	४२१२३७३
प्रेस क्लब अफ जनकपुर	९८५४०२००२५
प्रेस क्लब अफ नेपाल	२००३४०४
प्रोपक्सिक जनहित संरक्षण मञ्च	४२६८६८१
पत्रकारिता विकास समाज नेपाल	४४७२९२९
पर्यावरण संचार मञ्च नेपाल	४२७१६३४
पत्रपत्रिका अधिकार मञ्च, बागबजार	९८४१२५४८८५

		npiktm@wlink.com.np
		nepalpressunion @gmail.com
		nefej@mos.com.np
४२३३५१३	www.businesssansar.com	media.intlnepal@gmail.com
		pcnepal @ gmail.com
५२३८६७		
४२१८९१८		devendrachudal@gmail.com

पत्रकार समाज नेपाल	४२६४८२७
पत्रकारिता अनुसन्धान तथा तालिम समाज	४४८०९८७
फ्रिडम फोरम नेपाल	४१०२०२२, ४१०२०३०
मधेश मिडिया हाउस	४२६६१४२
मधेश पत्रकार समाज नेपाल	९८४१७५६३६५
मार्टिन चौतारी	४२३८०५०
मिडिया एजेन्सी	९८५१०५२६१७
मिडिया प्वाइन्ट	४३५०७०७
मिडिया फाउण्डेसन	९८४१५७८४७२
मिडिया एक्सन एण्ड रिसर्च ग्रुप	४४७९३९०
मिडिया मिसन नेपाल	४२४६९३५/९८५११०६५७५
मीरेष्ट नेपाल	५२६०५५२/५२६०५०८
मिसन मिडिया क्लब	४२६४८२७
मिडिया कर्मचारी युनियन नेपाल	९७४१०१०८२१
रफ्ट सञ्चार क्लब, भक्तपुर	९८४१३५८३०९
राष्ट्रिय प्रेस क्लब नेपाल	९८५१०३९६५७
राष्ट्रिय सञ्चार विकास केन्द्र	९८४१३७७०८३ ४८१०८३८
राष्ट्रिय उद्घोषक संघ	४२४३७११
राष्ट्रिय आम सञ्चार संघ नेपाल	९८४१८६०७७४

		jsfnepal@gmail.com
		freedomforum@enet.com.np
४२५५४३१		madheshmedia@gmail.com
		mjs.mohan@gmail.com
	mediaagency.com.np	mediaagency2009@yahoo.com
		mediafoundnepal@gmail.com
		media mission nepal@gmail.com
	www.mirestnepal.org.np	info@mirestnepal.org.np
		mission.media20081216@gmail.com
४२४१४६६		unionnepal@gmail.com
	www.npc.org.np	npc.orc.np@gmail.com
	www.nmde.org.np	bisnu@nmde.org.np
४४१७८२४		na.association@yahoo.com

रिपोर्टस क्लव, नेपाल	४२४७५५१
रेमण्ड नेपाल मिडिया	४२१८४५५
शेर्पा पत्रकार संघ नेपाल	९८४२९६७१३५
लोकतान्त्रिक छापा माध्यम राष्ट्रिय समाज	४२६१७५१
ब्रोडकास्टिङ एशोसिएसन अफ नेपाल (BAN)	९८५१०९०५९१, ४२१५३७३
स्वतन्त्र पत्रकार संघ नेपाल, पोखरा	०६१-५४०७४३
स्वतन्त्र पत्रकार संगठन नेपाल	४४१२९१७
स्वतन्त्र पत्रकार संघ	
सम्बाद क्लब नेपाल	९८४१३७३९१५, ४४७४३०८
सम्पादक समाज, नेपाल	४४१६३४८/४४१०९४६
सम्पादक/प्रकाशक पत्रकार महासंघ	४४१९४८४
संचार समूह नेपाल	९८५१०९५२२७ ४४२२३९८
संचारिका समूह नेपाल	५५३०१९२/५५५११८२
सञ्चार कार्य तथा अनुसन्धान समूह (मार्ग)	४४२६१४२
सञ्चार फाउण्डेसन नेपाल	९८४१९४१८७१
सचेत सञ्चार मञ्च	४७७१८०६
साइवर जर्नालिष्ट एसोसिएसन नेपाल (सिजान)	९८५१००३५३१
सामुदायिक रेडियो प्रसारक संघ	५५५०९८२

४१८

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

४२५७२५१		koirala.shashi@gmail.com
		fshejnews@gmail.com
		nsdpm2070@gmail.com
		banepal@gmail.com
४४१५६५३		uijnepal@gmail.com
		mediagrouppnepal@gmail.com
	www.sancharika.org	sancharika@wlink.com.np
४२६६१४२	www.madheshvani.com	madheshvani@gmail.com
		sancharfoundation@gmail.com
		kaghire@yahoo.com
		sajhakhabar@gmail.com

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

४१९

साप्ताहिक/पाक्षिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जाल	४२६६४०९
सामूदायिक रेडियो प्रसारक संघ नेपाल	५२६०६६१/ ५२६०६७१
नेपाल साहित्यिक पत्रकार संघ, बागबजार	९८४१३७४३१०

प्रतिष्ठान शाखा

गोरखापत्र	त्रिभुवनचन्द्र वाग्ले
कान्तिपुर शाखा	अतुल मिश्र
हिमालय टाइम्स	नारायण अर्याल
कामना शाखा	दीपक रिजाल
राजधानी	डिल्ली आचार्य
हिमाल मिडिया	सन्त गाहमगर
नेपाल टेलिभिजन	पुरुषोत्तम घिमिरे
राष्ट्रिय समाचार समिति	सूर्यचन्द्र बस्नेत
रेडियो नेपाल	हरिशरण लामिछाने
रेडियो सगरमाथा	दीपकबाबु अर्याल
मेट्रो एफ.एम.	विक्रम शाक्य
कम्युनिकेशन कर्नर	रोशन पुरी
कान्तिपुर एफ.एम.	तेजेन्द्र काफ्ले

९८४१२९५५६१	
९८५१०३६७९८	
९८४१३६६३९३	
९८५१०५७९६५	
९८४१२८७३९९	
९८४१५१६२१५	
९८४१२४०९८९	
९८४९५८५३५९	
९८५१०२३८१०/उपाध्यक्ष अरविन्द मिश्र(९८४१३५३७४५) सचिव भुवन आचार्य(९८४१९३६९४८)	
९८४१२४९४०७	
९८४१२५२९८६	
९८५१०६७२७४	
९८५१३१४७०, ९८४१४४६९११	

कान्तिपुर टेलिभिजन	सोमेश बर्मा
अन्नपूर्णपोष्ट शाखा	सरोज काफ्ले
द हिमालयन टाइम्स शाखा	टीकाराम प्रधान
इमेज च्यानल	जगदीश खरेल
च्यानल नेपाल	जीवनाथ सिवाकोटी
नयाँ पत्रिका	सुदीपकुमार ढुंगाना
नेपाल एफएम	सचिन रोका
गोर्खा एफएम	सुशील पन्त
एभिन्यूज टेलिभिजन	विवेक रेग्मी
इन्डिपेन्डेन्ट विजनेस न्यूज	रमेश के. सी.
मिडिया होम	ओमप्रकाश घिमिरे
स्वतन्त्र समाचार सेवा	अनिरुद्र न्यौपाने
आउटलाइन समाचार	सम्भना पौडेल
सामुदायिक सूचना नेटवर्क	गोविन्द खड्का
न्यूज २४	सुशील अर्याल
एन्टेना फाउन्डेसन	कल्पना भट्टराई
मिमिरी रेडियो	श्रीधर न्यौपाने
नेसनल टेलिभिजन	सूर्य खड्का
रेडियो राजधानी	एमपी शर्मा
कारोबार	लोकबहादुर चापागाई
एबीसी टेलिभिजन	दिव्यज्योती मिश्र

१८०१०७४८९३, १८५१०७४८९३	
१८४१२८१२४८, १८५१०७७१५३	
१८५१००७८९९	
१८४१५०३८१७	
१८५१०४७१३४	
१८५१०६७९८७	
१८५११०३११२	
१८४१३३१५४३	
१८४१३३८९९५	
१८४१२०११८	
१८५१०९८५११	
१८४१७१४९३६	
१८४१३३३४७७	
१८५१०२३७९२	
१८४१२९७७२९	
१८५११३७७७९	
१८५११३६५५१, १८४१३२०५५१	
१७२१५४४२५२	
१८०८२३५६९१, १८४१७०७३२४	
१८४१३८३३८६	
१८४१५८३३८८ सचिव किशोर पौडेल	

नेपालवाणी नेटवर्क	शिवराज योगी
तराई टेलिभिजन	कुलचन्द्र भट्टराई
जनदिशा दैनिक	सन्तोष पौडेल
रिपब्लिका शाखा	थिरलाल भुसाल
माउन्टेन टेलिभिजन	रामेश्वर सापकोटा कावा
हिमालय टेलिभिजन	प्रल्हाद गुरागाई
एसोसिएट संस्था	
चलचित्र समिक्षक समाज	डा. प्रदीप भट्टराई
चलचित्र पत्रकार संघ	विदुर गिरी
दक्षिण एसियाली खेलकुदपत्रकार संघ	समञ्जप्रसाद लाकौल
पत्रकारिता विकास समाज	केदार खड्का
खेलकुद पत्रकार मञ्च	निरञ्जन राजवंशी
एभरेष्ट प्रेस क्लव	शिवकुमार खड्का
कार्टुनिष्ट क्लव नेपाल	राजेश के.सी.
अनलाईन पत्रकार संघ	के पी ढुंगाना

१८४९६९९७९४	
१८४१२६७२१८	
१८४१८२५५५८	
१८५१०३९२०७, १८४१२९३२४६	
१८५१११२४७३, १८४१२०६१८७	
१८५१०५२८११	
१८५१०३७०६५	
१८४१३२७२७४	
१८५१०७२२२५	
१८५१०२५५९०	
१८५१०८२६७०	
१८५१०२१६९०	
१८४१३६८६७७	

२०७२ चैत्र मसान्त सम्म दर्ता भएका पत्रपत्रिकाको वितरण

१०७१ चैत्र मसान्त सम्म दर्ता भएका पत्रपत्रिकाको वितरण

पत्रपत्रिका	संख्या	प्रतिशत	भाषा	संख्या	प्रतिशत
दैनिक	६४९	९.०२	नेपाली	४९०८	६८.१९
अर्ध साप्ताहिक	३२	०.४६	अंग्रेजी	४९०	६.८१
साप्ताहिक	२७२२	३७.८२	नेपाली/अंग्रेजी	१२७१	१७.७
पाक्षिक	४५६	६.३४	नेवारी	४४	०.६१
मासिक	२१७३	३०.२	मैथिली	४५	०.६२
द्वैमासिक	३५६	४.९५	हिन्दी	२४	०.३३
त्रैमासिक	६०४	८.३९	संस्कृत	५	०.०७
चौमासिक	३३	०.४४	भोजपुरी	६	०.०८
अर्ध वार्षिक	८४	१.१६	ऊर्दु	८	०.१
वार्षिक	८८	१.२२	तिब्बती	३	०.०४
			थारु	१३	०.१८
			बज्जिका	१	०.०१४
			शेर्पा	२	०.०३
			अवधी	१	०.०१४
			हुम्ली	१	०.०१४
			लिम्बू	३	०.०४
			डोटेली	४	०.०५
			तामाङ्ग	७	०.१

			राई	२	०.०३
			अन्य*	३५९	४.९६
जम्मा	७१९७	१००	जम्मा	७१९७	१००.००

* नेपाली/अंग्रेजी भाषासहित बहुभाषामा प्रकाशित हुने पत्रपत्रिकाहरू ।

०७१ चैत्र मसान्तसम्म दर्ता भएका पत्रपत्रिकाको वितरण

विकासक्षेत्र अनुसार

पूर्वाञ्चल विकासक्षेत्र

जिल्ला	दैनिक	अ.सा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	ट्रै.मा.	चौ.मा.	अ.वा.	वार्षिक	जम्मा
ताप्लेजुङ्ग	०	१	४	२	३	१	५	०	०	१७
पाँचथर	०	०	९	०	४	०	१	०	०	१४
इलाम	२	०	१५	२	३	१	०	०	०	२३
भद्रापा	२०	१	४१	४	१७	१	३	१	०	८८
सुर्खवासभा	१	०	१६	४	४	२	१	०	०	२८
तेह्रथुम	०	०	६	१	०	०	३	०	०	१०
भोजपुर	०	०	३	०	१	०	०	०	०	४
धनकुटा	१	०	८	१	३	१	१	०	०	१५
सुनसरी	१०	१	५९	३	१०	२	२	०	०	८७
मोरङ्ग	३६	०	९९	२०	३४	२	९	४	१	२०६
सोलुखुम्बु	०	०	१	०	१	०	०	०	०	२
ओखलढुङ्गा	०	०	२	१	२	०	०	०	०	५

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

खोटाङ्ग	०	०	३	७	१	०	१	०	०	१२
उदयपुर	३	१	२२	१	०	०	०	०	०	२७
सिराहा	६	०	२५	०	२	१	०	०	०	३४
सप्तरी	१९	०	५७	५	१०	३	३	०	०	९७
जम्मा	९८	४	३७०	५१	९५	१४	२९	२	५	६६९

मिडिया डाइरेक्टरी - २०७३

मध्यमाञ्चल विकासक्षेत्र

जिल्ला	दैनिक	अ.सा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	ट्रै.मा.	चौ.मा.	अ.वा.	वार्षिक	जम्मा
काठमाडौं	१८०	५	१०४२	२६२	१६११	२५३	३८६	५८	६५	३८८४
ललितपुर	१८	१	१०३	१७	१४५	२३	४८	४	६	३६८
भक्तपुर	६	०	४३	१	२७	४	११	२	२	९६
काभ्रे	३	०	३७	४	१६	२	५	०	०	६७
सिन्धुपाल्चोक	१	०	२९	३	२६	१	६	१	०	६८
नुवाकोट	३	०	१५	१	२	०	२	०	०	२३

धादिङ्ग	३	०	१२	०	१	०	०	०	०	०	०	०	०	०	१६
रसुवा	०	०	१	०	१	१	०	०	०	०	०	०	०	०	३
दोलखा	०	०	९	१	३	०	१	०	०	०	०	०	०	०	१४
रामेछाप	०	०	९	०	३	०	१	०	०	०	०	०	०	०	१३
सिन्धुली	८	०	२०	१	६	०	०	०	०	१	०	०	०	०	३६
सर्लाही	२	०	२५	१	६	०	०	०	०	०	०	०	०	०	३४
महोत्तरी	५	०	२५	२	३	१	२	०	०	०	०	०	१	०	३९
धनुषा	४२	०	१२०	२१	१६	६	९	०	४	०	०	०	०	०	२१८
बारा	६	०	३४	१	३	०	०	०	०	०	०	०	०	०	४४
पर्सा	५०	३	१७३	२८	१४	३	८	०	०	०	०	०	०	०	२७९
रौतहट	७	०	२४	१	०	०	१	०	०	०	०	०	०	०	३३
मकवानपुर	१४	०	७६	६	१७	१	११	१	१	१	०	०	०	०	१२७
चितवन	१८	१	७७	६	२८	६	१९	२	५	१	०	०	०	०	१६३
जम्मा	३६६	१०	१८७४	३५६	१९२८	३०१	५१०	२९	७६	७५	०	०	०	०	५५२५

पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र

जिल्ला	दैनिक	अ.सा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	ट्रै.मा.	चौ.मा.	अ.वा.	वार्षिक	जम्मा
मनाङ्ग	०	०	१	०	०	०	०	०	०	१
कास्की	२९	०	६०	१२	४३	१०	१६	०	४	१७५
लमजुङ्ग	२	०	१३	२	४	४	३	०	०	२८
गोरखा	३	०	४	४	५	०	०	०	०	१६
तनहुँ	३	०	१५	३	५	०	०	०	०	२६
स्याङ्गजा	१	०	१७	१	१	०	२	०	०	२२
गुल्मी	०	०	५	०	१	०	१	०	०	७
अर्घाखाँची	०	०	४	३	१	०	०	०	१	९
पाल्पा	२	०	१३	१	५	०	४	०	१	२६
नवलपरासी	१	०	९	१	४	२	०	०	०	१७
कपिलवस्तु	१	०	७	०	०	०	०	०	०	८
रूपन्देही	२०	३	४७	८	२३	०	६	०	०	१०७

मुस्ताङ्ग	०	०	१	०	०	०	०	०	०	०	०	१
स्याङ्गी	१	०	४	०	१	०	०	०	०	०	०	७
बाग्लुङ्ग	६	०	१५	३	३	१	३	०	१	०	१	३३
पर्वत	२	०	१०	०	२	०	५	०	०	०	०	१९
जम्मा	७१	३	२२५	३८	९८	१८	४०	१	१	१	७	५०२

मध्यपश्चिमाञ्चल विकासक्षेत्र

जिल्ला	दैनिक	अ.सा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	ट्रै.मा.	चौ.मा.	अ.वा.	वार्षिक	जम्मा
जुम्ला	२	०	५	०	१	०	०	१	०	९
कालिकोट	३	०	३	०	०	०	०	०	०	६
हुम्ला	१	०	१	०	२	०	१	०	०	५
मङ्गल	१	०	५	०	०	०	०	१	०	७
डोल्पा	०	०	१	०	०	०	०	०	०	१
दैलेख	३	१	५	०	०	०	०	०	०	९

जाजरकोट	०	०	०	०	१	०	०	०	०	१
सुर्खेत	११	०	१७	०	१०	०	४	०	०	४२
बाँके	२५	२	३७	१	९	२	२	०	१	७९
बर्दिया	१	१	१२	०	१	१	०	०	०	१७
रुकुम	१	०	८	१	३	०	०	०	०	१३
रोल्पा	१	०	४	१	०	०	०	०	०	६
सल्यान	०	०	१	१	१	१	०	०	०	५
दाङ्ग	१०	२	२१	१	८	८	१२	०	१	६३
प्युठान	२	०	४	०	१	०	०	०	०	७
जम्मा	६१	६	१२४	५	३७	१२	२१	०	२	२७०

सुदूरपश्चिमाञ्चल विकासक्षेत्र

जिल्ला	दैनिक	अ.सा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	ट्रै.मा.	चौ.मा.	अ.वा.	वार्षिक	जम्मा
बन्दाङ्ग	०	१	३	०	१	०	०	०	०	५
बाजुरा	०	०	४	०	०	०	०	०	०	४

હોતી	૧	૦	૧૨	૧	૦	૦	૦	૦	૦	૧	૧૫
અધ્યામ	૦	૧	૩	૧	૦	૦	૧	૦	૦	૦	૬
કૈલાલી	૨૦	૩	૪૨	૪	૫	૫	૧	૧	૦	૦	૮૧
દાવુંલા	૧	૧	૪	૦	૦	૦	૦	૦	૦	૦	૬
જૈતડી	૧	૦	૨	૦	૧	૦	૦	૦	૦	૦	૪
હડેલધુરા	૬	૦	૧૮	૦	૦	૦	૦	૦	૦	૦	૨૪
કઠબાપુર	૨૪	૩	૪૧	૦	૮	૬	૨	૦	૦	૨	૮૬
જમ્મા	૫૩	૧	૧૨૧	૬	૧૫	૧૧	૪	૧	૦	૩	૨૩૧

વિકાસ ક્ષેત્ર અનુસાર

અંતચલ	દૈનિક	અ. સા.	સાપ્તાહિક	પાકિક	માસિક	દે. મા.	ત્રૈ. મા.	ચૌ. મા.	અ. વા.	વાર્ષિક	જમ્મા
પૂર્વાંચલ	૧૮	૪	૩૭૦	૫૧	૧૫	૧૪	૨૧	૨	૫	૧	૬૬૧
મધ્યમાંચલ	૩૬૬	૧૦	૧૮૭૪	૩૫૬	૧૧૨૮	૩૦૧	૫૧૦	૨૧	૭૬	૭૫	૫૫૨૫
પશ્ચિમાંચલ	૭૧	૩	૨૨૫	૩૮	૧૮	૧૮	૪૦	૧	૧	૭	૫૦૨

મધ્યપશ્ચિમાંચલ	૬૧	૬	૧૨૪	૫	૩૭	૧૨	૨૧	૦	૨	૨	૨૭૦
સુદ્ધપશ્ચિમાંચલ	૫૩	૧	૧૨૧	૬	૧૫	૧૧	૪	૧	૦	૩	૨૩૧
જમ્મા	૬૪૧	૩૨	૨૭૨૨	૪૫૬	૨૧૭૩	૩૫૬	૬૦૪	૩૩	૮૪	૮૮	૭૧૧૭

અંચલ અનુસાર

અંતચલ	દૈનિક	અ. સા.	સાપ્તાહિક	પાકિક	માસિક	દે. મા.	ત્રૈ. મા.	ચૌ. મા.	અ. વા.	વાર્ષિક	જમ્મા
મેઘી	૨૨	૨	૬૧	૮	૨૭	૩	૧	૧	૧	૦	૧૪૨
કોઠી	૪૮	૧	૧૧૧	૨૧	૫૨	૭	૧૬	૧	૪	૧	૩૫૦
સગરમાથા	૨૮	૧	૧૧૦	૧૪	૧૬	૪	૪	૦	૦	૦	૧૭૭
બાગમતી	૨૧૪	૬	૧૨૮૨	૨૮૮	૧૮૨૧	૨૮૪	૪૫૮	૨૬	૬૫	૭૩	૪૫૨૫
જનકપુર	૫૭	૦	૨૦૮	૨૬	૩૭	૭	૧૩	૦	૫	૧	૩૫૪
નારાયણી	૧૫	૪	૩૮૪	૪૨	૬૨	૧૦	૩૧	૩	૬	૧	૬૪૬
ગણકી	૩૮	૦	૧૧૦	૨૨	૫૮	૧૪	૨૧	૧	૦	૪	૨૬૮
ભુલ્લિકી	૨૪	૩	૮૫	૧૩	૩૪	૨	૧૧	૦	૦	૨	૧૭૪

धवलागिरी	९	०	३०	३	६	२	८	०	१	१	६०
कर्णाली	७	०	१५	०	३	०	१	०	२	०	२८
भेरी	४०	४	७१	१	२१	३	७	०	०	१	१४८
राप्ती	१४	२	३८	४	१३	९	१३	०	०	१	९४
सेती	२१	५	६४	६	६	५	२	१	०	१	१११
महाकाली	३२	४	६५	०	९	६	२	०	०	२	१२०
जम्मा	६४९	३२	२७२२	४५६	२१७३	३५६	६०४	३३	८४	८८	७१९७

भौगोलिक क्षेत्र अनुसार

हिमाल

जिल्ला	दैनिक	अ.सा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	द्वै.मा.	त्रै.मा.	चौ.मा.	अ.वा.	वार्षिक	जम्मा
ताप्लेजुङ्ग	०	१	४	२	३	१	५	१	०	०	१७
संखुवासभा	१	०	१६	४	४	२	१	०	०	०	२८
सोलुखुम्बु	०	०	१	०	१	०	०	०	०	०	२

दोलखा	०	०	९	१	३	०	१	०	०	०	१४
सिन्धुपाल्चोक	१	०	२९	३	२६	१	६	१	१	०	६८
रसुवा	०	०	१	०	१	१	०	०	०	०	३
मनाङ्ग	०	०	१	०	०	०	०	०	०	०	१
मुस्ताङ्ग	०	०	१	०	०	०	०	०	०	०	१
डोल्पा	०	०	१	०	०	०	०	०	०	०	१
जुम्ला	२	०	५	०	१	०	०	०	१	०	९
कालिकोट	३	०	३	०	०	०	०	०	०	०	६
मुगु	१	०	५	०	०	०	०	०	१	०	७
हुम्ला	१	०	१	०	२	०	१	०	०	०	५
बाजुरा	०	०	४	०	०	०	०	०	०	०	४
बझाङ्ग	०	१	३	०	१	०	०	०	०	०	५
दाङ्गला	१	१	४	०	०	०	०	०	०	०	६
जम्मा	१०	३	८८	१०	४२	५	१४	२	३	०	१७७

पहाड

जिल्ला	दैनिक	अ.सा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	द्वै.मा.	त्रै.मा.	चौ.मा.	अ.वा.	वार्षिक	जम्मा
पाँचथर	०	०	१	०	४	०	१	०	०	०	१४
इलाम	२	०	१५	२	३	१	०	०	०	०	२३
धनकुटा	१	०	८	१	३	१	१	०	०	०	१५
भोजपुर	०	०	३	०	१	०	०	०	०	०	४
तेह्रथुम	०	०	६	१	०	०	३	०	०	०	१०
उदयपुर	३	१	२२	१	०	०	०	०	०	०	२७
खोटाङ्ग	०	०	३	७	१	०	१	०	०	०	१२
ओखलढुङ्गा	०	०	२	१	२	०	०	०	०	०	५
रामेछाप	०	०	९	०	३	०	१	०	०	०	१३
सकवानपुर	१४	०	७६	६	१७	१	११	१	१	०	१२७
काभ्रेपलाञ्चोक	३	०	३७	४	१६	२	५	०	०	०	६७

नुवाकोट	३	०	१५	१	२	०	२	०	०	०	२३
काठमाडौँ	१८०	५	१०४२	२६२	१६११	२५३	३८६	२२	५८	६५	३८८४
ललितपुर	१८	१	१०३	१७	१४५	२३	४८	३	४	६	३६८
भक्तपुर	६	०	४३	१	२७	४	११	०	२	२	९६
धादिङ्ग	३	०	१२	०	१	०	०	०	०	०	१६
पाल्पा	२	०	१३	१	५	०	४	०	०	१	२६
अर्घाखाँची	०	०	४	३	१	०	०	०	०	१	९
गुल्मी	०	०	५	०	१	०	१	०	०	०	७
तनहु	३	०	१५	३	५	०	०	०	०	०	२६
गोर्खा	३	०	४	४	५	०	०	०	०	०	१६
लमजुङ्ग	२	०	१३	२	४	४	३	०	०	०	२८
कास्की	२९	०	६०	१२	४३	१०	१६	१	०	४	१७५
स्याङ्जा	१	०	१७	१	१	०	२	०	०	०	२२
म्याग्दी	१	०	४	०	१	१	०	०	०	०	७
बाग्लुङ्ग	६	०	१५	३	३	१	३	०	१	१	३३

पर्वत	२	०	१०	०	२	०	५	०	०	०	१९
रुकुम	१	०	८	१	३	०	०	०	०	०	१३
रोल्पा	१	०	४	१	०	०	०	०	०	०	६
सल्यान	०	०	१	१	१	१	१	०	०	०	५
प्युठान	२	०	४	०	१	०	०	०	०	०	७
जाजरकोट	०	०	०	०	१	०	०	०	०	०	१
दैलेख	३	१	५	०	०	०	०	०	०	०	९
सुर्खेत	११	०	१७	०	१०	०	४	०	०	०	४२
डोटी	१	०	१२	१	०	०	०	०	०	१	१५
अर्घाच	०	१	३	१	०	०	१	०	०	०	६
सिन्धुली	८	०	२०	१	६	०	०	०	१	०	३६
नैाडो	१	०	२	०	१	०	०	०	०	०	४
डडेल्धुरा	६	०	१८	०	०	०	०	०	०	०	२४
जम्मा	३१६	९	१६५९	३३९	१९३०	३०२	५१०	२७	६७	८१	५२४०

भौगोलिक क्षेत्र अनुसार

तराई

जिल्ला	दैनिक	अ.मा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	त्रै.मा.	त्रै.मा.	चौ.मा.	अ.मा.	वार्षिक	जम्मा
भद्रा	२०	१	४१	४	१७	१	३	०	१	०	८८
मोरङ	३६	०	९९	२०	३४	२	९	१	४	१	२०६
सुनसरी	१०	१	५९	३	१०	२	२	०	०	०	८७
सप्तरी	१९	०	५७	५	१०	३	३	०	०	०	९७
सिराहा	६	०	२५	०	२	१	०	०	०	०	३४
धनुषा	४२	०	१२०	२१	१६	६	९	०	४	०	२१८
महोत्तरी	५	०	२५	२	३	१	२	०	०	१	३९
सर्लाही	२	०	२५	१	६	०	०	०	०	०	३४
रौतहट	७	०	२४	१	०	०	१	०	०	०	३३
बारा	६	०	३४	१	३	०	०	०	०	०	४४
पर्सा	५०	३	१७३	२८	१४	३	८	०	०	०	२७९

क्रियव	१८	१	७७	६	२८	६	१९	२	५	१	१६३
नक्कपरासी	१	०	९	१	४	२	०	०	०	०	१७
सपन्दी	२०	३	४७	८	२३	०	६	०	०	०	१०७
कपिलकस्तु	१	०	७	०	०	०	०	०	०	०	८
दाङ्ग	१०	२	२१	१	८	८	१२	०	०	१	६३
बाँके	२५	२	३७	१	९	२	२	०	०	१	७९
बर्दिया	१	१	१२	०	१	१	१	०	०	०	१७
कैलाली	२०	३	४२	४	५	५	१	१	०	०	८१
कञ्चनपुर	२४	३	४१	०	८	६	२	०	०	२	८६
जम्मा	३२३	२०	९७५	१०७	२०१	४९	८०	४	१४	७	१७८०

भौगोलिक क्षेत्र अनुसार

क्षेत्र	दैनिक	अ.सा.	साप्ताहिक	पाक्षिक	मासिक	ट्रै.मा.	ट्रै.मा.	चौ.सा.	अ.वा.	वार्षिक	जम्मा
हिमाल	१०	३	८८	१०	४२	५	१४	२	३	०	१७७
पहाड	३१६	९	१६५९	३३९	१९३०	३०२	५१०	२७	६७	८१	५२४०

तराई	३२३	२०	९७५	१०७	२०१	४९	८०	४	१४	७	१७८०
जम्मा	६४९	३२	२७२२	४५६	२१७३	३५६	६०४	३३	८४	८८	७१९७

ब्रोडसिट पत्रिकाका सम्पादकहरू

ब्रोडसिट पत्रिकाका सम्पादकहरु

सि.नं	पत्रिकाको नाम	सम्पादकको नाम	सम्पर्क नं.
१	अन्नपूर्ण पोष्ट	श्री युवराज घिमिरे	४४८२३०५
२	कान्तिपुर	श्री सुधीर शर्मा	५१३५०००
३	गोरखापत्र	श्री पुष्कर माथेमा	४२२२९२१
४	द राइजिंग नेपाल	श्री युवनाथ लम्साल	४२२२२७९
५	द हिमालयन टाइम्स	श्री अजयभद्र खनाल	४७७०३५८
६	द काठमाडौं पोष्ट	श्री अखिलेश उपाध्याय	५१३५०००
७	नयाँ पत्रिका	श्री कृष्णज्वाला देवकोटा	४४८५९४४
८	नागरिक	श्री गुणराज लुइटेल्	४२६५१००
९	नेपाल समाचारपत्र	श्री पुष्करलाल श्रेष्ठ	४२६११७९
१०	राजधानी	श्री राजन शर्मा	५५४६३००
११	रिपब्लिका	श्री सुभाष घिमिरे	९८५११९४२७४
१२	हिमालय टाइम्स	श्री गोविन्द लुइटेल्	४४७८१७७
१३	आर्थिक अभियान	श्री मदन लम्साल	४२६७७१७
१४	आर्थिक दैनिक	श्री प्रल्हाद रिजाल	५५५४२३६
१५	कमाण्डर पोष्ट	श्री युगनाथ शर्मा पौडेल	९८५१०९६४५० ४७८५८४३
१६	कारोवार	श्री सञ्जय न्यौपाने	४७८५०००
१७	मध्यान्ह	श्री मदन कुमार श्रेष्ठ	४२२६३६६

T.V.Editors' Guild

सि.नं.	पद	नाम		ठेगाना	सम्पर्क नं.	कैफियत
१	अध्यक्ष	श्री महेन्द्र विष्ट		इमेज च्यानल टेलिभिजन	९८५१०६५९३८	
२	का.वा. अध्यक्ष (उपाध्यक्ष)	श्री केदार कोइराला		एभिन्जुज टेलिभिजन	९८५१०६०२३३	हाल
३	महासचिव	श्री चिरञ्जीवि देवकोटा		न्यूज २४ टेलिभिजन	९८४१२११५८३	
४	सचिव	श्री कुलचन्द्र भट्टराई		तराई टेलिभिजन	९८४१२६७२१८	
५	कोषाध्यक्ष	श्री प्रकाश गिरी		सगरमाथा टेलिभिजन	९८४१२०६४९६	
६	सदस्य	श्री राजेन्द्रदेव आचार्य		नेपाल टेलिभिजन	९८५१०१०५१४	
	सदस्य	श्री दिलभूषण पाठक		कान्तिपुर टेलिभिजन	९८५१०१०२१०	
७	सदस्य	श्री तीर्थ कार्यराला		कान्तिपुर टेलिभिजन	९८५१०८६३९६	पहिले
८	सदस्य	श्री धर्मेन्द्र भ्वा		हिमालय टेलिभिजन	९८५१०७१४६९	
९	सदस्य	श्री शुभशंकर कंडेल		ए.वि.सी.टेलिभिजन	९८५१०१८१५०	

अत्यावश्यक टेलिफोन नम्बरहरू

अत्यावश्यक टेलिफोन नम्बरहरू

अस्पताल

१	वीर अस्पताल	४२२१९८८, ४२२१११९
२	त्रि.वि.शिक्षण अस्पताल, महाराजगन्ज	४४१२३०३, ४४१२४०४, ४४१२५०५
३	टेकु अस्पताल, टेकु	४२५३३९५, ४२५३३९६
४	पाटन अस्पताल, लगनखेल	५५२२२७८/५५२२२६६
५	भक्तपुर अस्पताल, भक्तपुर	६६१०६७६/६६१६०४९
६	कान्ति बाल अस्पताल, महाराजगन्ज	४४१४७९८/४४२७४५२
७	परोपकार श्री ५ इन्द्रराज्यलक्ष्मी प्रसूती गृह, थापाथली	४२५३२७७/४२५३२७६
८	मानसिक अस्पताल, लगनखेल	५५२१६१२/५५२१३३३
९	तिलगंगा आँखा अस्पताल पिङ्गलास्थान	४४९३७७५/४४९३६८४
१०	नरदेवी अस्पताल, नरदेवी	४२५९१८२/४२५९७६४
११	वीरेन्द्र सैनिक अस्पताल, छाउनी	४२७१९४०/४२८५६७३
१२	वीरेन्द्र प्रहरी अस्पताल, महाराजगन्ज	४४१२४३०/४४१२५३०
१३	होमियोप्याथिक चिकित्सालय	५५२२०९२
१४	फ्रेण्ड्स अफ शान्त भवन, जोरपाटी	४४७०९८१
१५	नेपाल अर्थोपेडिक अस्पताल	४४९३७२५/४४७५२७४

१६	स्पाइनल इन्जुरी रिह्याबिलिटेशन सेन्टर, जोरपाटी	४४७०८७४
१७	नेशनल डेन्टल हस्पिटल, पानीपोखरी	४४३३६९७/४४३६३११
१८	कान्तिपुर डेन्टल हस्पिटल	४३८५९९०/४३८५९९१
१९	शहीद गंगालाल राष्ट्रिय हृदय रोगकेन्द्र, बाँसवारी	४३७१३७४/४३७१३२२
२०	नेपाल मेडिकल कलेज शिक्षणअस्पताल, अत्तरखेल, जोरपाटी	४८६००८/४४८६०० ९/४४८७०५२
२१	काठमाडौं मेडिकल कलेज, सिनामङ्गल	४४७६१५२
२२	मितेरी अस्पताल, बागबजार	४२६९५५५/४२६४३३३
२३	राष्ट्रिय क्षयरोग केन्द्र, ठिमी	६६३००३३/६६३०७०६
२४	हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर, चाबहिल	४४७६२२५
२५	मेडिकियर अस्पताल, चाबहिल	४४६७०११/४४६७०६७
२६	काठमाडौं मोडल अस्पताल	४२४०८०५/४२४०८०६
२७	बि एण्ड बि अस्पताल	५५३३२०६
२८	निजामती सेवा अस्पताल	४१०७००३
२९	अल्का अस्पताल	५५५५५५५
३०	नेपाल बाथ रोग उपचार केन्द्र	५५२१२०८
३१	नेपाल आँखा अस्पताल	४२५०६९१
३२	नेपाल आँखा बैंक	४४९३६८४

३३	मनोरोग उपचार तथा पुनःस्थापना केन्द्र	२१४३४४६
३४	निदान अस्पताल, पुलचोक	५५३१३३३
३५	मधुमेह तथा थाइराइट उपचार केन्द्र, कुपन्डोल	५५४४३५८

प्रहरी

१	प्रहरी प्रधान कार्यालय, अप्रेसन टोल फ्री	१६६००१४१५१६/१११३
२	ट्राफिक प्रहरी	१०३
३	आकस्मिक प्रहरी सेवा	४२२६९९९
४	सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालय	४२७७४१८
५	प्रहरी प्रधान कार्यालय	४४११२१०, ४४१२७८०
६	प्रहरी कन्ट्रोल	१००,११०,१२०,१३०, १०३
७	जिल्ला प्रहरी कार्यालय, काठमाडौं	४२६१९४५/४२६१७९०
८	जिल्ला प्रहरी कार्यालय, ललितपुर	५५२१३५०/५५२१२०७
९	जिल्ला प्रहरी कार्यालय, भक्तपुर	६६१४८२१/ ६६१३२१७
१०	बालबालिका खोजतलास समन्वय केन्द्र	१०४/४२२६००६
११	बाल हेल्प लाईन	१०९८

एम्बुलेन्स/सववाहन

१	परोपकार एम्बुलेन्स	४२६०८५९/४२०६०८९१
२	रक्तसञ्चार केन्द्र, भृकुटीमण्डप	४२२९३४४/४२२५३४४

३	मारवाडी सेवा समितिको शव-बाहन सेवा	४२५५५४०/४२५५५४१
४	नेपाल रेडक्रस एम्बुलेन्स	४२२८०९४
५	विशालबजार एम्बुलेन्स, शव-बाहन सेवा	४२४४१२१
६	ल.पु.उ.म.न.पा. एम्बुलेन्स सेवा	५५२७००३
७	नेपाल रेडक्रस, ललितपुर (एम्बुलेन्स)	५५४५६६६
८	काठमाडौं मोडेल अस्पतालको एम्बुलेन्स	४२५०८४८/४२४०८०५
९	शिवशक्ति युवा क्लब	४४७८१११
१०	जनस्वास्थ्य एम्बुलेन्स	४२७८६१२
११	किर्तिपुर एम्बुलेन्स	४३३०२००
१२	मध्यपुर थिमी न.पा. एम्बुलेन्स	६६३१०००/
१३	सत्यसाई निःशुल्क एम्बुलेन्स, वत्सिपुतली	४४९८०३५
१४	लाजिम्पाट क्लव एम्बुलेन्स	४४३५७२१
१५	शिक्षण अस्पताल, सिनामंगल	४४७६१५२
१६	काठमाडौं मेडिकल कलेज तथा शिक्षण अस्पताल, जोरपाटी	४९११००८
१७	कान्तिपुर हस्पिटल, तीनकुने	४१११९५७
१८	नर्विक, थापाथली	४२५८५५४
१९	पशुपतिनाथ आर्यघाट सेवा केन्द्र	४४९२९९९
२०	अग्रवाल सेवा केन्द्र, कमलपोखरी	४४२४८७५/४४१०२९५

२१	आर्यघाट सेवा समिति	४४८०७५३
२२	क्रियापुत्री सेवा सुविधा केन्द्र, पशुपतिनाथ	४४८०७५४
वारुणयन्त्र		
१	काठमाडौं	४२२३८९७/४२२११७७/१०१
२	पाटन	५५२११११/१०१
३	भक्तपुर	६६१००४९/१०१