

नयाँ वर्ष २०८२ सालको शुभकामना

नयाँ वर्ष २०८२ सालको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण सेयर सदस्यहरू
एवम् सेवाग्राहीहरूमा हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

“मर्यादित सहकारी : समुन्नत समाज”

दर्ता नं. ३/१/७(६४२)



आबद्ध

बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.



२०८२ वैशाख

नेपाल संवत् १९४५
April/May 2025

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
	नयाँ वर्ष १ प्रतिपदा 14	२ द्वितीया 15	३ तृतीया 16	४ चतुर्थी 17	५ पञ्चमी 18	६ षष्ठी 19
७ सप्तमी 20	८ अष्टमी 21	९ नवमी 22	१० दशमी 23	११ एकादशी 24	१२ द्वादशी 25	१३ त्रयोदशी 26
१४ औसी 27	१५ प्रतिपदा 28	१६ द्वितीया 29	१७ तृतीया 30	मजदुर दिवस १८ चतुर्थी 1	१९ पञ्चमी 2	२० षष्ठी 3
२१ सप्तमी 4	२२ अष्टमी 5	२३ नवमी 6	२४ दशमी 7	२५ एकादशी 8	२६ द्वादशी 9	२७ त्रयोदशी 10
२८ चतुर्दशी 11	बुद्ध जयन्ती २९ पूर्णिमा 12	३० प्रतिपदा 13	३१ द्वितीया 14		आबद्ध बिदा: वैशाख १ र १८ गते	

२०८२ जेठ

नेपाल संवत् १९४५
May/June 2025

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		आबद्ध बिदा: जेठ १५ गते		१ तृतीया 15	२ चतुर्थी 16	३ पञ्चमी 17
४ षष्ठी 18	५ सप्तमी 19	६ अष्टमी 20	७ नवमी 21	८ दशमी 22	९ एकादशी 23	१० द्वादशी 24
११ त्रयोदशी 25	१२ चतुर्दशी 26	१३ औसी 27	१४ प्रतिपदा 28	गणतन्त्र दिवस १५ तृतीया 29	१६ चतुर्थी 30	१७ पञ्चमी 31
१८ षष्ठी 1	१९ सप्तमी 2	२० अष्टमी 3	२१ नवमी 4	२२ दशमी 5	२३ एकादशी 6	२४ द्वादशी 7
२५ द्वादशी 8	२६ त्रयोदशी 9	२७ चतुर्दशी 10	२८ पूर्णिमा 11	२९ प्रतिपदा 12	३० द्वितीया 13	३१ तृतीया 14

‘आबद्ध बिदा बाहेकका सार्वजनिक बिदा र सोमबार होलीडे काउण्टर सेवा विहान १०:०० बजेदेखि २:०० बजे सम्म ।

‘थोपा थोपा मिलेर नै बन्फ सागर, समयमा नै बचत गरे र्छ भए भ्रमर’

बचत तथा ऋण भुक्तानीको लागि
आबद्ध बचत तथा ऋण सहकारीको
नाममा गरिमा बिकास बैंकमा
रहेको खातामा रकम जम्मा गर्न
यहाँ स्क्र्यान गर्नुहोस् ।

AABADHA SAVING AND
CREDIT COOPERATIVE
0520000709711000001



रकम भुक्तानी गरिसकेपछि ०२३-४३५३९५ मा
सम्पर्क गरी जानकारी गराउन नभुल्नुहोला ।

क्रमिक बचत



५०%
२%
ल्याजदर

- १ बर्ष देखि १० बर्ष सम्म खाता खोल्न सकिने ।
- बजारमा रहेको प्रतिस्पर्धी ब्याज पाइने ।
- समयावधि सकिएपछि एकमुष्ट साँवा ब्याज पाइने ।
- ९० % रकम बराबर ऋण थप २ % ब्याजदरमा तुरुन्त पाइने ।

आवद्ध विशेष बचत



- निशुल्क खाता खोल्ने ।
- मासिक रु. ३०० सदस्य रहजेल बचत गर्नुपर्ने ।
- सदस्यता अन्त्य हुँदा साँवा ब्याज एकमुष्ट फिर्ता हुने ।
- दैनिक मौज्जातको आकारमा अर्धवार्षिक रूपमा ब्याज साँवामा थप गरिने ।
- संस्थाले प्रदान गर्ने अन्य सुविधा प्राप्त गर्न अनिवार्य यो खाता चलेको हुनु पर्ने ।

मुख्य कार्यालय

बितामोड-५, जानुवाडी, भापा

०२३-५३५३९५

aabadhacoop@gmail.com

www.aabaddha.coop.np

सेवा केन्द्र

अर्जुनधारा-९, गोलघाघ, भापा

०२३-४६५०८२

aabaddhaarjundhara@gmail.com

Aabaddha Saccos

मुद्रण: राजु प्रिन्टिङ प्रेस, बितामोड/९८४२६६६४२४

सञ्चालक समितिको नामावली



श्री नन्दमान भट्टराई (नरेश)
अध्यक्ष
९८५२६७३९४९



श्री राजन वाग्ले
उपाध्यक्ष
९८५२६७४३४७



श्री सगेन्द्र कुँवर (क)
सचिव
९८५२६७७८०४



श्री शान्ता विष्ट
कोषाध्यक्ष
९८१७०१८३३३



श्री हृदयकुमारी संगौला
सदस्य
९८०४९१५५३३



श्री चिरञ्जिवी सिग्देल
सदस्य
९८४२७५०६५३



श्री रूपमाया राई (दाहाल)
सदस्य
९८४२६४०६८२



श्री टेकबहादुर तामाङ्ग
सदस्य
९८४२६३३३२७



श्री नरेन्द्र न्यौपाने स्वर्त्री
सदस्य
९८४२६७०३४०



श्री गौरीप्रसाद भण्डारी
सदस्य
९८५२६७०७९



श्री स्वङ्गबहादुर विष्ट
सदस्य
९८५२६४७३८

“मर्यादित सहकारी : समुन्नत समाज”

दर्ता नं. ३/१/७(६४२)

आबद्ध

बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

सुरक्षित निक्षेप
‘आकर्षक ब्याज’
‘आबद्ध नै विश्वासिलो’
सदस्यहरू माफ

२०८२ असार

नेपाल संवत् १९४५
June/July 2025

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
१ चतुर्थी 15	२ पञ्चमी 16	३ षष्ठी 17	४ सप्तमी 18	५ अष्टमी 19	६ नवमी 20	७ एकादशी 21
८ द्वादशी 22	९ त्रयोदशी 23	१० चतुर्विंशी 24	११ औंसी 25	१२ प्रतिपदा 26	१३ द्वितीया 27	१४ तृतीया 28
१५ चतुर्थी 29	१६ पञ्चमी 30	१७ षष्ठी 1	१८ सप्तमी 2	१९ अष्टमी 3	२० नवमी 4	२१ दशमी 5
२२ एकादशी 6	२३ द्वादशी 7	२४ त्रयोदशी 8	२५ चतुर्विंशी 9	२६ पूर्णिमा 10	२७ प्रतिपदा 11	२८ द्वितीया 12
२९ भाद्र जयन्ती	३० चतुर्थी 14	३१ पञ्चमी 15	३२ षष्ठी 16			

२०८२ साउन

नेपाल संवत् १९४५
July/August 2025

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		आबद्ध बिदा: साउन २४ र ३१ गते		१ सप्तमी 17	२ अष्टमी 18	३ नवमी 19
४ दशमी 20	५ एकादशी 21	६ द्वादशी 22	७ चतुर्विंशी 23	८ औंसी 24	९ प्रतिपदा 25	१० द्वितीया 26
११ तृतीया 27	१२ चतुर्थी 28	१३ पञ्चमी 29	१४ षष्ठी 30	१५ सप्तमी 31	१६ अष्टमी 1	१७ अष्टमी 2
१८ नवमी 3	१९ दशमी 4	२० एकादशी 5	२१ द्वादशी 6	२२ त्रयोदशी 7	२३ चतुर्विंशी 8	२४ पूर्णिमा 9
२५ प्रतिपदा 10	२६ द्वितीया 11	२७ तृतीया 12	२८ चतुर्थी 13	२९ पञ्चमी 14	३० सप्तमी 15	३१ अष्टमी 16

‘आबद्ध बिदा बाहेकका सार्वजनिक बिदा र सोमबार होलीडे काउन्टर सेवा विहान १०:०० बजेदेखि २:०० बजे सम्म।

“बचत गर्ने बानीलाई सिकाऔं हाम्रा नानीलाई”

आफ्ना नानीबाबुहरूका नाममा आजै देखि
बचत गरी भविष्य सुनिश्चित गराउनु होस्।

आबद्ध नानीबाबु बचत

ब्याजदर
१२%
प्रतिशत सम्म

विशेषताहरू

- अभिभावक शेयर सदस्य भएको हुनुपर्ने।
- न्यूनतम मासिक रु. ५००/- जम्मा गर्नुपर्ने।
- न्यूनतम भन्दा बढी रकम पनि जम्मा गर्न सकिने।
- हरेक ६/६ महिनामा ब्याज पूजिकृत गरिने।
- उमेर १६ वर्ष पुगेपछि निकाल्न सकिने।

प्रत्येक जन्मदिनमा केक उपहार पाइने।
१ वर्ष मुनिका र अपाङ्ग तथा दृष्टि विहिन नानीबाबुको
बचत खाता संचालन गर्दा रु. ५००/- बचत प्रोत्साहन पाइने।

नोट: प्रत्येक महिना खुल्नेको बचत रकम संस्थामा बजार
प्रतिनिधि मार्फत मासिक रूपमा संस्थामा बचत गर्नुपर्नेछ।

मेरो आबद्धले मनाईदिन्छ मेरो जन्मदिन



मुख्य कार्यालय

बित्तमोड-५, जानुवाडी, भापा

०२३-५३५३९५

aabaddha@gmail.com

www.aabaddha.coop.np

सेवा केन्द्र

अर्जुनधारा-९, गोलघाट, भापा

०२३-४६५०८२

aabaddhaarjundhara@gmail.com

Aabaddha Saccos

मुद्रण: राजु प्रिन्टिङ प्रेस, बित्तमोड/९८४२६६६४२४

आबद्ध

मोबाईल बैंकिङ्ग

Bank Transfer
Mobile Recharge
QR Payment
Wallet Load
Flight Booking
Request Money
NEA Payment
Utility Payment



बडा दशै

शुभकामना

विजया दशमी, शुभ दिपावली, नेपाल सम्वत् १९८६ तथा छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण सेयर सदस्यहरु एवम् सेवाग्राहीहरुमा हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

“मर्यादित सहकारी : समुन्नत समाज”

दर्ता नं. ३/१/७(६४२)



आबद्ध

बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.



२०८२ भदौ | नेपाल संवत् १९८५
August/September 2025

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिवार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
१ नवमी 17	२ दशमी 18	३ एकादशी 19	४ द्वादशी 20	५ त्रयोदशी 21	६ चतुर्दशी 22	७ औंसी 23
८ प्रतिपदा 24	९ द्वितीया 25	१० तृतीया 26	११ चतुर्थी 27	१२ पञ्चमी 28	१३ षष्ठी 29	१४ साप्तमी 30
१५ अष्टमी 31	१६ नवमी 1	१७ दशमी 2	१८ एकादशी 3	१९ द्वादशी 4	२० त्रयोदशी 5	२१ चतुर्दशी 6
२२ पूर्णिमा 7	२३ प्रतिपदा 8	२४ द्वितीया 9	२५ तृतीया 10	२६ चतुर्थी 11	२७ पञ्चमी 12	२८ षष्ठी 13
२९ साप्तमी 14	३० अष्टमी 15	३१ दशमी 16		आबद्ध बिदा: भदौ १० गते		

२०७२ असोज | नेपाल संवत् १९८५
September/October 2025

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिवार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
	आबद्ध बिदा: असोज ३, ६, १३-२० गते		१ एकादशी 17	२ द्वादशी 18	३ त्रयोदशी 19	४ चतुर्दशी 20
५ औंसी 21	६ प्रतिपदा 22	७ द्वितीया 23	८ तृतीया 24	९ चतुर्थी 25	१० चतुर्थी 26	११ पञ्चमी 27
१२ षष्ठी 28	१३ साप्तमी 29	१४ अष्टमी 30	१५ नवमी 1	१६ दशमी 2	१७ एकादशी 3	१८ द्वादशी 4
१९ त्रयोदशी 5	२० चतुर्दशी 6	२१ पूर्णिमा 7	२२ प्रतिपदा 8	२३ तृतीया 9	२४ चतुर्थी 10	२५ पञ्चमी 11
२६ षष्ठी 12	२७ साप्तमी 13	२८ अष्टमी 14	२९ नवमी 15	३० दशमी 17	३१ एकादशी 17	

“सपना उस्कै पूरा हुन्छ, जसले आफ्नो सपनालाई पछ्याउँछ”

सदस्यता सम्बन्धी आधारभूत नियमहरू

- संस्थामा सदस्य बनेपछि साधारण बचत गर्न र रेमिट सुविधा बाहेकका सुविधा प्राप्त गर्नको लागि सदस्यहरुले आबद्ध विशेष बचत खातामा रु ३०० र कुनै १ क्रमिक बचत खातामा न्यूनतम वचत रु १००० मासिक रूपमा अनिवार्य बचत जम्मा गर्नुपर्नेछ ।
- सदस्यले संस्थाद्वारा सञ्चालित अन्य प्रकारका बचतमा इच्छा अनुसार सहभागी हुन पाउनेछन् ।
- ६ महिना अघिदेखि कुनै पनि दीर्घकालीन बचत नियमित नभएको सदस्य संस्थाको सञ्चालक समिति, लेखा समिति तथा उपसमितिको उम्मेदवार बन्नका लागि अयोग्य रहनेछ ।
- लगतार २ बर्ष वा सो भन्दा बढी समय देखि निष्क्रिय रही नियमित बचत वा कुनै पनि बचत नगरेको अवस्थामा संचालक समितिले निर्णय गरी निष्क्रिय सदस्यको सुचि प्रकाशन गरि ३५ दिन भित्रमा नियमित कारोबार सुरु नगरेमा सदस्यता खारेज गर्न सक्नेछ ।
- निष्क्रिय सदस्यले संस्थाको साधारण सभामा उपस्थित हुन, कुनैपनि समिति तथा उपसमितिको उम्मेदवार बन्न, कुनैपनि निर्णय प्रक्रियामा भाग लिन तथा निर्वाचनमा मतदान गर्न समेत पाउने छैन ।

मुख्य कार्यालय

बित्तमोड-५, जानुवाडी, भापा

०२३-५३५३९५

aabaddha@gmail.com

www.aabaddha.coop.np

सेवा केन्द्र

अर्जुनधारा-९, गोलघाप, भापा

०२३-४६५०८२

aabaddhaarjundhara@gmail.com

Aabaddha Saccos

मुद्रण: राजु प्रिन्टिङ प्रेस, बित्तमोड/९८४२६६६४२४

सेवा केन्द्र सञ्चालक समिति



गौरीप्रसाद भण्डारी
संयोजक
९८५२६७७०७९



सन्तोष चिमरिया
सदस्य
९८४२७७४४२४



स्वम दाहाल
सदस्य
९८०१४५८२६२



दिपक बुढाथोकी
सदस्य
९८१६०१३५२६



देवेन्द्र मैनाली
सदस्य
९८०७९८०२८८

सेवा केन्द्र सल्लाहकार समिति



नरेन्द्र राई
संयोजक

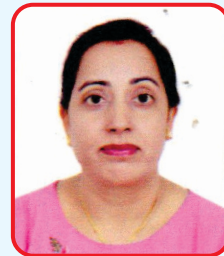


यामबहादुर इङ्नाम
सदस्य



स्वम राज स्वरेल
सदस्य

लेखा समिति



श्री सिर्जना खतिवडा
संयोजक



श्री सहनलाल राजवंशी
सदस्य



श्री गोपाल चौहान
सदस्य

सल्लाहकार समिति



श्री अच्युत दाहाल
संयोजक



श्री निर्मल भट्टराई
सदस्य



श्री वेदान्त ठकुरी
सदस्य



श्री दशरथ पराजुली
सदस्य



श्री नारायणप्रसाद चिमरिया
सदस्य



श्री दशरथ हुमागाई (देवेन्द्र)
सदस्य



श्री राजेन्द्र मैनाली
सदस्य

“मर्यादित सहकारी : समुन्नत समाज”

दर्ता नं. ३/१/७(६४२)



आबद्ध

बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.



२०८२ कात्तिक

नेपाल संवत् १९४५/४६
October/November 2025

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
३० द्वादशी 16			आबद्ध बिदा: कात्तिक ३-७ र १० गते		१ द्वादशी 18	
२ त्रयोदशी 19	३ चतुर्दशी 20	४ औंसी 21	५ प्रतिपदा 22	६ द्वितीया 23	७ तृतीया 24	८ चतुर्थी 25
९ पञ्चमी 26	१० षष्ठी 27	११ सप्तमी 28	१२ अष्टमी 29	१३ नवमी 30	१४ दशमी 31	१५ एकादशी 1
१६ द्वादशी 2	१७ त्रयोदशी 3	१८ चतुर्दशी 4	१९ पूर्णिमा 5	२० प्रतिपदा 6	२१ द्वितीया 7	२२ तृतीया 8
२३ चतुर्थी 9	२४ पञ्चमी 10	२५ षष्ठी 11	२६ अष्टमी 12	२७ नवमी 13	२८ दशमी 14	२९ एकादशी 15

२०८२ मङ्सिर

नेपाल संवत् १९४६
November/December 2025

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
	१ त्रयोदशी 17	२ त्रयोदशी 18	३ चतुर्थी 19	४ औंसी 20	५ प्रतिपदा 21	६ द्वितीया 22
७ तृतीया 23	८ चतुर्थी 24	९ पञ्चमी 25	१० षष्ठी 26	११ सप्तमी 27	१२ अष्टमी 28	१३ नवमी 29
१४ दशमी 30	१५ एकादशी 1	१६ द्वादशी 2	१७ त्रयोदशी 3	१८ चतुर्दशी 4	१९ प्रतिपदा 5	२० द्वितीया 6
२१ तृतीया 7	२२ चतुर्थी 8	२३ पञ्चमी 9	२४ षष्ठी 10	२५ सप्तमी 11	२६ अष्टमी 12	२७ नवमी 13
२८ दशमी 14	२९ एकादशी 15					

“आबद्ध विदा बाहेकका सार्वजनिक विदा र सोमबार होलीडे काउण्टर सेवा विहान १०:०० बजेदेखि २:०० बजे सम्म।

“बचत गरौं नियमित, भविष्य हुन्छ सुनिश्चित”

उपचार राहत कोष



संस्थाका नियमित बचत गर्ने सदस्यहरूलाई निम्न प्रकृतिको उपचारमा संस्थाले रु. १५०००।- उपचार राहत उपलब्ध गराउने छ।

- ❖ मृगौला फेल भएमा, मृगौला डायलिसिस गर्नुपर्ने भएमा
- ❖ घ्यारालाईसिस, ब्रेनटयुमर भएमा
- ❖ मुटुको अपरेसन गर्नुपर्ने भएमा
- ❖ सर्पले टोकेमा बिल बराबर वा बढिमा १५०००।-
- ❖ दुर्घटनामा परी (Major) अपरेसन गर्नुपर्ने भएमा वा अन्य (Major) अपरेसन गर्नुपर्ने भएमा।
- ❖ नियमित बचतकर्ता बिरामी भई २ दिन भन्दा बढी अस्पताल भर्ना भएमा उपचार खर्च रु. ५०००।-

सदस्य राहत कोष र बचत राहत कोष वार्षिक नविकरण गर्नुपर्नेछ। वोनसबाट पुग्ने सदस्यको संस्थाले आफै नविकरण गर्नेछ।

सुत्केरी भत्ता



- ❖ रु. ५०००।- सुत्केरी खर्च प्रदान गरिने।
- ❖ सदस्यको तर्फबाट नानीबाबु बचत खाता खोली सञ्चालन गर्नुपर्ने।
- ❖ नानीबाबु खातामा आमाले प्रोत्साहन बापत रु. ५००।- प्रदान गर्ने।

मुख्य कार्यालय

बित्तमोड-५, जानुवाडी, भापा

०२३-५३५३९५

aabaddha@gmail.com

www.aabaddha.coop.np

सेवा केन्द्र

अर्जुनधारा-९, गोलघाघ, भापा

०२३-४६५०८२

aabaddhaarjundhara@gmail.com

Aabaddha Saccos

मुद्रण: राजु प्रिन्टिङ प्रेस, बित्तमोड/९८४२६६६४२४

संस्थामा कार्यरत कर्मचारी



पर्वत राज चिमरीया
व्यवस्थापक



इन्दु निरौला
लेखा प्रमुख



विनायक पोख्रेल
ऋण प्रमुख



शिव कुमार राजवंशी
लेखा सहायक



पवित्र पौडेल
नगद सहायक



दिपेश अधिकारी
नगद सहायक



बिमला कार्की
नगद सहायक



विक्रम निरौला
बजार प्रतिनिधी



मेनुका दाहाल
बजार प्रतिनिधी



दुर्गा पौडेल
बजार प्रतिनिधी



प्रमिला थापा
बजार प्रतिनिधी



रचना गीरी
बजार प्रतिनिधी



रमा कार्की
बजार प्रतिनिधी



अमिता पौडेल
बजार प्रतिनिधी



गीता कुँवर
कार्यालय सहयोगी

“मर्यादित सहकारी : समुन्नत समाज”

दर्ता नं. ३/१/७(६४२)



आबद्ध

बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.



सुरक्षित निक्षेप
'आकर्षक ब्याज'
'आबद्ध नै विश्वासीलो'
सदस्यहरू माफ

२०८२ पुष

नेपाल संवत् १९८६
December/January 2025/26

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		१ द्वादशी 16	२ त्रयोदशी 17	३ चतुर्दशी 18	४ औसी 19	५ प्रतिपदा 20
६ प्रतिपदा 21	७ द्वितीया 22	८ तृतीया 23	९ चतुर्थी 24	१० पञ्चमी 25	११ षष्ठी 26	१२ सप्तमी 27
१३ अष्टमी 28	१४ दशमी 29	१५ एकादशी 30	१६ द्वादशी 31	१७ त्रयोदशी 1	१८ चतुर्दशी 2	१९ पूर्णिमा 3
२० प्रतिपदा 4	२१ द्वितीया 5	२२ तृतीया 6	२३ चतुर्थी 7	२४ पञ्चमी 8	२५ षष्ठी 9	२६ सप्तमी 10
२७ अष्टमी 11	२८ नवमी 12	२९ दशमी 13	३० एकादशी 14			

२०८२ माघ

नेपाल संवत् १९८६
January/February 2026

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		आबद्ध बिदा: माघ १ गते		माघे सङ्क्रान्ती १ द्वादशी 15	२ त्रयोदशी 16	३ चतुर्दशी 17
४ औसी 18	५ प्रतिपदा 19	६ द्वितीया 20	७ तृतीया 21	८ चतुर्थी 22	९ पञ्चमी 23	१० षष्ठी 24
११ सप्तमी 25	१२ अष्टमी 26	१३ नवमी 27	१४ दशमी 28	१५ एकादशी 29	१६ द्वादशी 30	१७ त्रयोदशी 31
१८ पूर्णिमा 1	१९ प्रतिपदा 2	२० द्वितीया 3	२१ तृतीया 4	२२ चतुर्थी 5	२३ पञ्चमी 6	२४ षष्ठी 7
२५ सप्तमी 8	२६ अष्टमी 9	२७ अष्टमी 10	२८ नवमी 11	२९ दशमी 12		

‘आबद्ध बिदा बाहेकका सार्वजनिक बिदा र सोमबार होलीडे काउण्टर सेवा विहान १०:०० बजेदेखि २:०० बजे सम्म।

“कमाएको पैसा आफ्नो हैन, बचाएको मात्र आफ्नो”

के तपाईंले
आबद्ध स्वास्थ्य छुट कार्ड
लिनु भयो ?

मनमोहन अस्पताल

- अपरेशनमा १५%
- Lab, ICU, X-RAY, NICU मा १०%
- शरीरको प्याकेज जाँचमा ३०%
- परिवारका सदस्यको १०%

Life Quest Clinical Lab

ल्याव टेष्टमा ३०% छुट

प्रयास मेडिको एण्ड डायग्नोस्टिक सेन्टर

- फिजिसियन ओ.पि.डी.मा ३५% छुट
- औषधीमा ८% छुट

पाथिमरा डेन्टल

- उपचारमा १५% देखि ३५% सम्म
- निःशुल्क OPD

चिमरिया क्लिनिक कालिस्थान

- उपचारमा १५%
- औषधीमा ८%

NRL Lab

ल्याव टेष्टमा १५% देखि ३५% सम्म र बाहिर पठाउनु पर्दा ५% देखि १०% मात्र।

अर्जुनधारा डायग्नोस्टिक सेन्टर

औषधीमा २-५%, Lab Test मा २०% छुट
X-Ray, Video X-Ray मा १०% छुट

आबद्ध छुट कार्ड माफत संस्थाका शेयर सदस्य तथा एकाघर परिवारका सदस्यले उल्लिखित छुट सुबिधा प्राप्त गर्न सक्नेछन्।

ऋण उप-समितिको नामावली

- श्री खगेन्द्र कुँवर (संयोजक)
- श्री जनार्धन बाँस्कोटा (सदस्य)
- श्री मीनादेवी पाठक (सदस्य)

शिक्षा उप-समितिको नामावली

- श्री खड्ग बहादुर विष्ट (संयोजक)
- श्री बालकृष्ण चम्लागाई (सदस्य)
- श्री कृष्ण प्रसाद बराल (सदस्य)

स्वास्थ्य उप-समितिको नामावली

- श्री हृदय कुमारी सङ्ग्रौला (संयोजक)
- श्री हिरामन शाह (सदस्य)
- श्री थुम बहादुर थापा (सदस्य)

कर्मचारी सुपरिवेक्षण तथा अनुगमन समितिको नामावली

- श्री बालकृष्ण चाम्लागाई (संयोजक)
- श्री गौरी प्रसाद भण्डारी (सदस्य)
- श्री जनार्धन बाँस्कोटा (सदस्य)
- श्री दशरथ हुमागाई (सदस्य)
- श्री मीना बस्नेत (सदस्य)



राष्ट्रिय सहकारी बैंक को २२ औं स्थापना दिवसको अवसरमा उत्कृष्ट कारोबार गर्ने संस्थाको रूपमा सम्मान ग्रहण गर्दै आबद्ध सहकारी टिम विराटनगरमा



गोलघाप यूवा क्लबद्वारा आयोजना भएको स्व.मचिन्द्र सुब्बा स्मृति प्रथम भेटान नकआउट फुटबल प्रतियोगिताको बीजेता बने पश्चात तस्बिरमा खेलाडी सहित आबद्ध साकोस का संचालक तथा सदस्य हरू

“मर्यादित सहकारी : समुन्नत समाज”

दर्ता नं. ३/१/७(६४२)



आबद्ध

बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.



२०८२ फागुन | नेपाल संवत् १९८६
February/March 2026

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		आबद्ध बिदा: फागुन ३, ७, १५ र २४ गते			१ एकादशी 13	२ द्वादशी 14
महाशिवरात्री ३ त्रयोदशी 15	४ चतुर्दशी 16	५ औंसी 17	६ प्रतिपदा 18	७ द्वितीया 19	८ तृतीया 20	९ चतुर्थी 21
१० पञ्चमी 22	११ षष्ठी 23	१२ सप्तमी 24	१३ नवमी 25	१४ दशमी 26	१५ एकादशी 27	१६ द्वादशी 28
१७ त्रयोदशी 1	१८ चतुर्दशी 2	१९ पूर्णिमा 3	२० प्रतिपदा 4	२१ द्वितीया 5	२२ तृतीया 6	२३ चतुर्थी 7
२४ पञ्चमी 8	२५ षष्ठी 9	२६ सप्तमी 10	२७ अष्टमी 11	२८ नवमी 12	२९ दशमी 13	३० द्वादशी 14

२०८२ चैत्र | नेपाल संवत् १९८६
March/April 2026

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	बिहिबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
१ एकादशी 15	२ द्वादशी 16	३ त्रयोदशी 17	४ चतुर्दशी 18	५ औंसी 19	६ द्वितीया 20	७ तृतीया 21
८ चतुर्थी 22	९ पञ्चमी 23	१० षष्ठी 24	११ सप्तमी 25	१२ अष्टमी 26	१३ नवमी 27	१४ दशमी 28
१५ एकादशी 29	१६ द्वादशी 30	१७ त्रयोदशी 31	१८ चतुर्दशी 1	१९ पूर्णिमा 2	२० प्रतिपदा 3	२१ द्वितीया 4
२२ तृतीया 5	२३ चतुर्थी 6	२४ पञ्चमी 7	२५ षष्ठी 8	२६ सप्तमी 9	२७ अष्टमी 10	२८ नवमी 11
२९ दशमी 12	३० एकादशी 13			आबद्ध बिदा: चैत्र १३ र २० गते		

‘‘आवद्ध विदा बाहेकका सार्वजनिक विदा र सोमबार होलीडे काउन्टर सेवा विहान १०:०० बजेदेखि २:०० बजे सम्म ।’’

‘‘मेरो बचत मेरो भविष्यको साहारा’’ – आवद्ध पेन्सन बचत

मेरो लागि अनि, भावी सन्ततिका लागि

सेन्चुरी पेन्सन बचत

बचत १०० महिना, फिर्ता पुस्तौं पुस्ता सम्म

‘‘ विशेषताहरु –’’

- मासिक नियमित बचत गर्नुपर्ने ।
- मासिक बचतको १० गुणा बढी राहत ।
- १ महिनाको बचत बराबर दर्शौं खर्च पनि ।

मुख्य कार्यालय

बित्तमोड-५, जानुवाडी, भापा

०२३-५३५३९५

aabaddha@gmail.com

www.aabaddha.coop.np

सेवा केन्द्र

अर्जुनधारा-९, गोलघाप, भापा

०२३-४६५०८२

aabaddhaarjundhara@gmail.com

Aabaddha Saccos