

"Be Good, Do Good"

BRITISH
COUNCIL
INTERNATIONAL
SCHOOL AWARD
2020 - 2023

24 Years of Academic Excellence

Joseph Newsletter

Yearly School Magazine - 2079



“जोसेफको अभियान : असल संस्कार सहितको सीपमूलक व्यावहारिक शिक्षा”

Published by:

Joseph Educational Network



JOSEPH H.S./COLLEGE

Mahankal, Shantinagar, Ktm.
Tel: 01-4823008



JOSEPH HIGH SCHOOL

Budhanlikantha-10, Kapan, Ktm.
Tel: 01-4810055



**INTERNATIONAL
JOSEPH PUBLIC SCHOOL**

Mahankal, Shantinagar, Ktm.
Tel: 01-4821062

www.josephschool.edu.np

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूललाई ब्रिटिश काउन्सिलको "ईन्टरनेशनल स्कूल अवार्ड"

जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क अन्तर्गत ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूलले शैक्षिक शत्र २०७७/७८ मा सम्पूर्ण विद्यार्थीहरूको सहभागितामा विद्यालय भित्र संचालन गरिएका विविध शैक्षिक गतिविधिका साथै विद्यार्थी केन्द्रित शिक्षण, अतिरिक्त क्रियाकलापमा प्राथमिकता, परियोजना कार्य (Project Work) तयारी र प्रस्तुती, व्यवहारिक सीप विकासमा जोड तथा सामाजिक-शैक्षिक गतिविधि, नेपालको पाठ्यक्रममा रहेको विषयवस्तुको शिक्षण सिकाइलाई दिगो विकास (SDGs) र अन्तर्राष्ट्रिय आयाम (International Dimension) पुरा हुनेगरी शैक्षिक गतिविधि संचालन गरी अन्तर्राष्ट्रिय विद्यालयसँग गरिएको शैक्षिक, सांस्कृतिक साभेदारीबाट पुगेको योगदान स्वरूप बेलायत सरकार ब्रिटिस काउन्सिलले प्रदान गर्ने अन्तर्राष्ट्रिय विद्यालय अवार्ड International School Award (ISA) २०२०-२०२३ प्राप्त गर्न सफल भएका छौं । उक्त अवार्ड मिति २०७८ माघ ११ गते ब्रिटिस काउन्सिलबाट आयोजना भएको भर्चुअल अवार्ड वितरण कार्यक्रम मार्फत घोषणा भएको हो ।



JOSEPH EDUCATIONAL NETWORK

"जोसेफको अभियान : असल संस्कार सहितको सीपमूलक व्यावहारिक शिक्षा"



Estd. 2063

JOSEPH HIGH SCHOOL
Kapan, Milanchowk
It offers class from pre school to SEE.



Estd. 2063

INTERNATIONAL JOSEPH PUBLIC SCHOOL
Mahankal, Shantinagar
It offers class from pre school to SEE.



Estd. 2074

JOSEPH H.S./COLLEGE
Mahankal, Shantinagar
It offers class XI & XII Science, Management, Humanities & Law

24 years of Academic Excellence



हाम्रो जोसेफ,
हाम्रो भविष्य

हाम्रो जोसेफ,
राम्रो जोसेफ

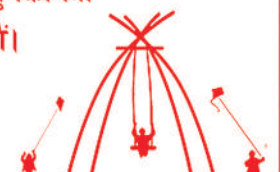
"The only institution for your ward success..."



हार्दिक मंगलमय
शुभकामना !



विजयादशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०७८ तथा नेपाल सम्वत् १९८३ को सुखद उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण अभिभावकज्यूहरू, शुभचिन्तकज्यूहरू, शिक्षक-शिक्षिकाहरू, कर्मचारीहरू तथा देश विदेशमा रहनुभएका आमाबुबा, दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति, समृद्धि, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।



मनोज अधिकारी
प्रिन्सिपल
ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूल

सूर्य बहादुर अधिकारी
संस्थापक प्राचार्य
जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क

Message from the Founder-Principal



It is our pride & honour that Joseph Educational Network (Joseph College, Joseph High School and International Joseph Public School) have continued to progress with its quality education and aim of education to all. Joseph School has launched various academic programmes for quality education like quality learner, quality environment, quality content, quality teachers and responsiveness with concept of learning to know, learning to do, learning to be and learning to live together. We are applying continuous method of assessment, teaching technique in intelligent flexible learning mode to develop the soft and hard skill and knowledge.

Joseph is one of the leading organization. Our tradition of excellence to groom all the facts of students' life and career has been substantiated by the accomplishment of our students in National and International academic and job markets. Our faculties are focused on helping every student achieve their goals in every single step: personally and academically. At Joseph we are passionate about grooming our students not only as professionals but also as good human beings with moral values and ethics. We prepare our students to be lifelong learners who pursue every hardship to achieve their dreams.

Joseph Provides co-education based on modern teaching methodology for quality education and its hall marks is the distinctive learning experience and care we provide.

It is our pride that qualified, experienced and trained teachers and devoted students have made it possible to achieve impossible goals in various curricula: and extracurricular activities. So, Joseph focuses up on dedication, devotion and discipline with the sole reason for its dynamic growth.

Now we have school magazine "Joseph News Letter-2079 " on our hands. I would like to thank to editorial board, teachers, guardians, students and well wishers and encourage them to keep on writing literature.

We present our gratitude to all guardians, educationists and well wishers invaluable contribution for all round development which has only made Joseph able to complete with renowned high schools in the capital for couple of decades.

It is our privilege that Joseph has achieved outstanding SLC/SEE result since the first batch 2059. I would like to share my wish, good health, progress prosperity to all the students, guardians, teachers, staff, well wishers and institutions on the occasion of Happy Vijaya Dashami, Deepawali, Chhath & Eid for precious contribution for all round development which has only made Joseph School able to compete with renewed schools in the capital.

Surya Bahadur Adhikari
Founder – Principal
Joseph Educational Network

Message From The Principal



I am delighted to express my happiness and best wishes for the Joseph Newsletter of this academic year 2079. This issue of Joseph News Letter frequently covers news of events and activities conducted the students and staff members inside the school. I congratulate all the students, the team of editors and staffs for their commendable efforts and meaningful dedication that has considerably help us bounce with pleasure of productive learning at Joseph H.S./College, Joseph High School and International Joseph Public School, the School of your nurturing your dream come true through participative real life learning.

Joseph Newsletter is the creation of our students, teachers and staffs. This kind of creation helps connecting students and teachers with more imaginative and innovative thoughts. It encourages students to express their hidden, talent, unexpressed knowledge and group work character. We at Joseph H.S./College, Joseph High School and I. Joseph Public School, prepare our students to deliver the future needs and coping with the challenges if encountered. All of our Curriculum and extra activities is student centric which must be done for the students by the students. We are regularly motivating the students and teachers for productive team work to maintain smart and standard performance.

Joseph H.S./College, Joseph High school and International Joseph Public School have been ideally geared to working for creative endeavors and fruitful outcomes. No need to exaggerate doubt, this publication is one of the ground evidences of hard working and dedication schools members have been groomed.

We have adopted Activity based Learning approach with a sincere commitment to excellence in teaching, research and social activities. Our teaching and learning modules prioritize group discussions, personality development, presentation skills and life skill for career development. We encourage our students to take challenging courses and equip them with enough skills to face competitive goal in society.

Finally, I encourage all the Joseph and International Joseph members to involved and participate in various school activities continuously.

I articulate my commitment to be with you ever. At last wish you all the students, guardians, incharges, teachers, administrative staffs and well wishers Happy Vijaya Dashami, Shuva Deepawali and Chhath too.

Hom Bahadur (Manoj) Adhikari

Principal, International Joseph Public School

Vice principal, Joseph H.S./College

24 Years of Academic Excellence

हार्दिक बधाई

बुढानिलकण्ठ नगरपालिका वार्ड नं. १० कपन, मिलनचोकमा स्थापना भई विगत २४ वर्षदेखि सर्वसुलभ शुल्कमा गुणास्तरीय शिक्षा प्रदान गरी योगदान पुऱ्याए बापत ५६औं अन्तर्राष्ट्रिय साक्षरता दिवस तथा राष्ट्रिय शिक्षा दिवसको उपलक्ष्यमा बुढानिलकण्ठ नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद महाशाखाबाट मिति २०७९ भदौ २३ गते जोसेफ हाई स्कूल सम्मानित भएको छ । साथै लामो समयदेखि निष्ठापूर्वक निरन्तर रूपमा शिक्षण र माध्यमिक तहको ईन्चार्जको रूपमा कार्यरत जोसेफ हाई स्कूलका माध्यमिक तह ईन्चार्ज **अमित कुमार अधिकारी** तथा जोसेफ हाई स्कूलबाट एस ई ई परीक्षा २०७८ मा उत्कृष्ट स्थान हासिल गर्न सफल **अशिम बास्तोला**ले पनि सम्मान प्राप्त गर्नुभएकोमा हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्दछौं ।



जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क

जोसेफ कलेज, जोसेफ हाई स्कूल
तथा इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूल परिवार

CONGRATULATION !

We are proud to congratulate all the S.E.E. Graduates who have secured the highest Grade Point Average (GPA)



JOSEPH HIGH SCHOOL
Budhanilkantha-10, Milanchowk, Kapan, Tel: 01-4810055, www.josephschool.edu.np

ADMISSION OPEN
+2 SCIENCE
MANAGEMENT

CONGRATULATION !

We are proud to congratulate all the S.E.E. Graduates who have secured the Highest Grade Point Average (GPA)



INTERNATIONAL JOSEPH PUBLIC SCHOOL
Mahankal, Shantinagar, Kathmandu, Tel: 01-4821062, www.josephschool.edu.np

ADMISSION OPEN
+2 SCIENCE
MANAGEMENT



6

Joseph Educational Network : An Excellent Educational Hub

Durga Bhamarkote (Grand Parent of Aaman Adhikari)



I can identify a sinning star when I see one. It is because I was awarded with it, while I was working for an award winning huge company in America. It was not long ago I started looking for a good educational facility closer to my residence for my children and my grand children. Then I spotted one. Let me describe little more about this one.

I have known Joseph school in Kapan, Milanchok when it started. About 23 years back, two brother came along with a great plan for our children's educational needs. They started a school with limited resources and few students. They kept working hard for several years to establish a great educational institution here in Kapan area. When you work hard for a great cause the success will follow your footstep and bow down to you. These two brothers Mr. Surya Bahadur Adhikari and Manoj Home Bahadur Adhikari are proof.

At first they started a school in Milanchowk, Kapan. It grew so fast, they couldn't handle there own goodness and had to open another school in Shantinagar, Mahankal. Now they have thousands of students and hundreds of qualified teachers and other employee to handle the educational needs of every student that has joined within. These students not only learn how to read and write, they learn the moral value in their real life.

Beside the study school runs through yearly calendar

of extra activities. Such as singing & dancing, swimming, extra computer classes, communicating technique, spelling contest and different athletic programme including football and volleyball. Not only that this institution has started partnership with european schools and their students, where students can communicate and learn different culture and technique to improve their studies. Which is the best practice for all the teachers and students from both side.

This institution's progress does not stop here. With comparison to other institution in this area, this educational network has become a very successful one around the local community and started providing college level education from 2074. Now the local students do not have to go far to seek quality higher level education of science & management. The institution is always looking into various different subject to be involved in near future. I can assure everyone this institution will grow faster then we can think because of the dedication and hard work of everybody who is involved. These people know and love what they are doing.

I just love their motto "Be good, Do good" It's an inspirational sentens, when you really think about it from the bottom of your heart, Isn't that we all want to be and want to do in life. I wish this institution to achieve every success there is in this world. When you win our future generation wins. That is what we all want and need. Thank you !

View of Incharge

जोसेफमा मेरो २५ वर्षको अनुभव

दुर्गा गुरुङ, इन्चार्ज जोसेफ हाई स्कूल



वि.सं. २०५३ सालमा जोसेफ स्कूल स्थापना हुँदा मैले भर्खर एसएलसी पास गरेकी थिएँ । म बस्ने घर नजिकै महाकाल शान्तिनगरमा यो विद्यालय स्थापना भएर शिक्षक माग भएको थियो । मैले पनि अन्तरवार्ता दिएर छनोट भएपछि हामी २ जना शिक्षक म, कल्पना म्याम, कल्पना वली सिस्टर र ३५ जना विद्यार्थीहरू लिएर सुरु भएको यस विद्यालय २५ वर्ष पूरा हुँदा करिब २२००

विद्यार्थीहरू अध्ययन गरिरहेका छन् । त्यसैगरी ३२०० जना विद्यार्थीहरू एस.ई.ई. पास गरेर देश तथा विदेशमा प्रतिष्ठित पद हासिल गरेको देख्दा आज गर्व लाग्छ र आनन्दको अनुभूति हुन्छ ।

आज भन्दा २५ वर्ष अगाडि हाम्रा आदरणीय सरहरु सूर्य बहादुर अधिकारी र मनोज अधिकारी सरले जोसेफ स्कूल स्थापना गर्नु भएर यस क्षेत्रमा गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्नुका साथै स्वास्थ्य, सर-सफाई, जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्दै आजको यस अवस्थामा आउँदा देश-विदेशसम्म पहिचान बनाउन सफल भएको छ । मैले यस विद्यालयमा अध्यापन गर्ने क्रममा वैवाहिक जीवनमा बाँधिँएर छोरा दिपज्वललाई जन्म दिएँ, यसै विद्यालयबाट एस.एल.सी. उत्तीर्ण गराएँ र हाल ऊ ब्रिटिस आर्मीमा कार्यरत छ ।

गुणस्तरीय शिक्षा मार्फत समाजमा सकारात्मक परिवर्तन गर्ने लक्ष्य सहित स्थापना भएको यस जोसेफ स्कूलमा स्थापना समयमा जुन किसिमको उर्जा, मेहे नत र परिश्रम थियो अहिले पनि १२० जना स्टाफमा उतिकै उर्जा कायम रहेको छ भने १२० जना मध्ये म लगायत भण्डै ४० जना शिक्षक-शिक्षिका तथा कर्मचारीहरु १० वर्ष भन्दा लामो समयदेखि मेहेनत र हौसलाका साथ निरन्तर सेवा प्रदान गर्दै आइरहेका छौं । म आफू पनि यस विद्यालयको इन्चार्जको रुपमा स्थापना कालदेखि

अहिलेसम्म पनि सेवा दिइरहन पाउँदा गर्व लाग्छ । यहाँ कार्यरत सबैजना एउटै परिवार र विद्यार्थीहरू आफ्नै छोराछोरी जस्तै लाग्छ र सोही अनुसारको भूमिका निर्वाह गरिरहे की छु ।

यस विद्यालयमा स्थापना समयदेखिनै सबैको पहुँच पुग्ने गरी सर्व शुलभ शुल्कमा गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्नुका साथै अतिरिक्त क्रियाकलाप मार्फत विद्यार्थीहरूको चेतनी विकास हुने गरी शैक्षिक वातावरण तयार गरिएका छ । अन्तर्राष्ट्रिय स्कूल अवार्ड (ISA Award), शिक्षा मन्त्रालय, जिल्ला शिक्षा कार्यालय, नगर शिक्षा महाशाखा लगायत दर्जनौं सघ-संस्थाबाट विद्यालयले पुरस्कार तथा सम्मान प्राप्त गरिसकेको छ । विद्यालयले खेलकुद, वरिष्ठ गायिका कुन्ति मो त्तानबाट सङ्गीत प्रशिक्षण, नृत्य प्रशिक्षण, अतिरिक्त क्रियाकलाप केन्द्रित शिक्षण विधि अपनाउनुका साथै बाढी पहिरो, भुकम्प तथा कोभिड-१९ को महामारीमा विद्यालयले अभिभावक, शिक्षक-कर्मचारी तथा विद्यार्थीहरूलाई राहत दिने जस्ता सामाजिक कार्यमा पनि यस भेगकै अग्रपङ्क्तिमा रहेको छ । यस विद्यालयले विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय प्रशिक्षकहरु मार्फत शिक्षकको क्षमता विकासका लागि शिक्षकहरुको नियमित तालिमको व्यवस्था गरिरहेको छ साथै शिक्षक, कर्मचारी तथा विद्यार्थीहरूमा आध्यात्मिक चेतना विकास गर्न समेत नियमित काम गर्दै आइरहेको छ । मेरो २५ वर्षको अनुभवमा जोसेफ एक विद्यालय मात्र नभएर एउटा सिकाई केन्द्र, असहायहरुको सहारा, विद्यार्थीहरूको उज्ज्वल भविष्य निमार्णको बलियो आधार को रुपमा यस विद्यालय अग्रपङ्क्तिमा रहेको र नेपालकै एक विशिष्ट विद्यालयको रुपमा काम गर्ने संस्थाको रुपमा विकास भइरहेको अनुभव गरेको छु । साथै यस विद्यालयमा कार्यरत शिक्षकशिक्षिका तथा कर्मचारीहरु, अध्ययनरत विद्यार्थीहरु, अभिभावकज्यूहरूको उज्ज्वल भविष्यको कामना गर्दछु ।

जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क अन्तर्गत जोसेफ कलेज, जोसेफ हाई स्कूल तथा इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूलमा २०७८ असोज १ गतेदेखि २०७८ भदौ ३० गतेसम्म संचालित गतिविधिहरु:

दर्शै तिहार विशेष कार्यक्रम-२०७८



कक्षा ११ र १२ का विद्यार्थीहरुको लागि आयोजित बैकिङ्ग साक्षरता कार्यक्रम



जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्कको स्टाफ पिकनिक कार्यक्रम

जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क अन्तर्गत जोसेफ कलेज, जोसेफ हाई स्कूल तथा इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूलमा कार्यरत शिक्षक-शिक्षिका तथा कर्मचारीहरुको पिकनिक कार्यक्रम २०७८ पुस १७ गते चन्द्रागिरी नगरपालिकामा रहेको रमणीय स्थान स्वीजरल्याण्ड पार्कमा आयोजना गरियो । करिव १२० जना सहभागी कार्यक्रममा विभिन्न मनोरन्जनात्मक कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो । मनोरन्जनात्मक कार्यक्रममा उत्कृष्ट प्रस्तुती पुरस्कार स्मिता रिजाल, पूजा ठकुरी, हर्क जाग्री, मुना लामा, सुमन लामा, सारदा भण्डारी, श्रेया लम्साल, गायत्रा वि.सी., सिमा नगरकोटी, चाँदनी श्रेष्ठ, प्रकाश शर्मा, निमा लामा, रोशन उप्रेतीले प्राप्त गर्न सफल हुनुभएको थियो ।



Art
Corner



शंखपार्कमा आयोजित विज्ञान प्रदर्शनीमा जोसेफका विद्यार्थीहरूको सहभागीता



जोसेफको आइ एस ए पार्टनर स्कूल बेलायतको सेन्ट टेरेसा स्कूलसँग भर्चुअल सेयरीङ्ग



जोसेफ स्कूलमा सीपमूलक व्यवहारिक सिकाईलाई प्राथमिकता



सरस्वतीनगर र शान्तिनगरबाट आयोजित फुटसल प्रतियोगीतामा जोसेफको सहकार्य



भाइस प्रिन्सिपल जे.वि. दीपक अधिकारीबाट लिखित “हिँडे पुगिन्छ” उपन्यासको विमोचन कार्यक्रम



दिगो विकास सम्बन्धि अन्तर्राष्ट्रिय कार्यशालामा जोसेफ कलेजका विद्यार्थीहरुको सहभागीता



होटल व्यवस्थापन तालिम लिँदै जोसेफ कलेज, होटल व्यवस्थापन समूहका विद्यार्थीहरु



अतिरिक्त क्रियाकलाप केन्द्रित शिक्षण-सिकाईमा सक्रिय रूपमा सहभागी विद्यार्थीहरु



२०७८ माघ २३ गते विद्यालयको प्राङ्गणमा आयोजित सरस्वती पूजा तथा भर्ना अभियान



२०७८ माघ २७ र २८ गते विद्यार्थीहरूको लागि आयोजित कोभिड- १९ विरुद्धको खोप कार्यक्रम



**हार्दिक मंगलमय
शुभकामना !**



विजयादशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०७८ तथा नेपाल
सम्वत् १९८३ को सुखद उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण अभिभावकज्यूहरू,
शुभचिन्तकज्यूहरू, विद्यार्थीहरू तथा देश विदेशमा रहनुभएका
आमाबुवा, दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति,
समृद्धि, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि
हार्दिक मंगलमय शुभकामना
व्यक्त गर्दछौं ।

न्यू बुद्धि बुक्स एण्ड स्टेशनरी

बुढानिलकण्ठ-१०, मिलनचोक, कपन, काठमाडौं
फोन नं. ०१-४८१२७१२, मो नं. ९८५११२२१४६



**हार्दिक मंगलमय
शुभकामना !**



विजयादशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०७८ तथा नेपाल
सम्वत् १९८३ को सुखद उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण अभिभावकज्यूहरू,
शुभचिन्तकज्यूहरू, विद्यार्थीहरू तथा देश विदेशमा रहनुभएका
आमाबुवा, दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति,
समृद्धि, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि
हार्दिक मंगलमय शुभकामना
व्यक्त गर्दछौं ।



vedanta

Vedanta Publication (P) Ltd.

वेदान्त पब्लिकेशन प्रा. लि.

Vanasthali, Kathmandu, Nepal

+977-01-4982404, 01-4962082

info@vedantapublication.com.np

www.vedantapublication.com.np

२०७८ फागुन १५ गते विद्यालयको प्राङ्गणमा युकेनका जनताहरूको मानव अधिकारको रक्षा गर्न आयोजित प्रदर्शनी



२०७८ फागुन २४ गते: अन्तराष्ट्रिय नारी दिवसको अवसरमा विद्यालयमा आयोजित कार्यक्रम



२०७८ फागुन २७ गते: शिवरात्री पर्वको अवसरमा सिद्धेश्वर परिसरमा निःशुल्क चिया वितरण तथा स्वयंसेवा सेवा प्रदान



फ्रेण्डशिप हस्पिटलको सहयोगमा निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर तथा औषधी वितरण



२०७८ फागुन २७ गते: Science Stream का विद्यार्थीहरू HLON Computational Linguistic Olympiad मा सहभागी भएर Silver Medal प्राप्त गर्न सफल



२०७८ चैत्र ७ गते: Joseph Educational Network बाट आयोजित Dancing Idol शुरु



२०७८ चैत्र १५ गते: जोसेफ कलेज, जोसेफ हाई स्कूल तथा इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूलको खेलकुद सप्ताह शुरु



२०७८ चैत्र ११ गते: कपअन फुटसलमा आयोजित हाउस स्तरीय फुटसल प्रतियोगिता



२०७८ चैत्र १४ गते: Joseph Dancing Idol को दोस्रो राउण्ड



२०७८ चैत्र १६ गते: मिलनचोक पार्टी भेन्यूमा आयोजित खेलकुद सप्ताहमा विजयी विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार वितरण कार्यक्रम बुढानिलकण्ठ नगरपालिकाका प्रमुख उद्वव खरेलज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न



२०७८ चैत्र १६ गते: Joseph Dancing Idol का विजयी विद्यार्थीहरूलाई बु.न.पा १० का वडाध्यक्ष नवराज भट्टराईज्यूबाट पुरस्कार वितरण



२०७८ चैत्र १६ गते: जोसेफ हाई स्कूल तथा इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूलमा १० वर्षभन्दा बढि समय सेवा पुऱ्याउनु भएका ईन्चार्ज तथा शिक्षक-शिक्षिकाहरूको सम्मान कार्यक्रम



२०७८ चैत्र १६ गते: शैक्षिक शत्र २०७८ मा पूर्व प्राथमिक तह उत्तिर्ण S.K.G. कक्षाका विद्यार्थीहरूको Graduation Ceremony



२०७८ चैत्र २० गते: जोसेफ कलेजको कक्षा ११ र १२ मा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूको Hotel Management Training



२०७८ चैत्र २० गते: Free IELTS Class सुरु

JOSEPH EDUCATIONAL NETWORK

FREE IELTS PREPARATION CLASSES

HERE AT JOSEPH H.S./COLLEGE

Started from Today 22nd Chaitra, 2078

Mahankal, Shantinagar
Tel: 01-4823006
E-mail: josephcollege@gmail.com



२०७८ बैशाख ४ र ५ गते आयोजित शिक्षक/शिक्षिका तालिम



२०७५ बैशाख ६ र ७ गते भिटामिन ए तथा जुकाको औषधी वितरण कार्यक्रम



२०७५ बैशाख ५ गते: कक्षा १२ को Biology समुहका विद्यार्थीहरूको गोदावरी बोटानिकल गार्डेनमा अध्ययन भ्रमण



२०७५ बैशाख १० गते: वार्षिक परीक्षामा प्रथम, द्वितीय र तृतीय स्थान हासिल गर्न सफल विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कार वितरण कार्यक्रम



२०७५ बैशाख १४ गते: एसईई परीक्षामा सहभागी हुने विद्यार्थीहरूलाई शुभकामना कार्यक्रम



२०७५ बैशाख १८ गते: इन्द्रेणी कार्यक्रमको पूरै श्रृङ्खला जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क अन्तर्गत जोसेफ कलेज र स्कूलको प्रस्तुती



२०७५ बैशाख २३ गते: स्थानिय चुनावको पूर्व सन्ध्यामा विद्यालयमा आयोजित स्कूल क्याप्टेनको चुनाव



२०७५ बैशाख ३० गते नयाँ कलेज भवनको शिलान्यास



२०७५ जेठ ६ गते: विद्यालयमा आयोजित चित्रकला प्रतियोगिता



२०७५ जेठ १३ गते आयोजित खेलकुद प्रतियोगिता



**हार्दिक मंगलमय
शुभकामना !**



विजयादशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०७५ तथा नेपाल
सम्वत् १९४३ को सुखद उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण अभिभावकज्यूहरू,
शुभचिन्तकज्यूहरू, विद्यार्थीहरू तथा देश विदेशमा रहनुभएका
आमाबुबा, दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति,
समृद्धि, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि
हार्दिक मंगलमय शुभकामना
व्यक्त गर्दछौं ।



**हार्दिक मंगलमय
शुभकामना !**



विजयादशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०७५ तथा नेपाल
सम्वत् १९४३ को सुखद उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण अभिभावकज्यूहरू,
शुभचिन्तकज्यूहरू, विद्यार्थीहरू तथा देश विदेशमा रहनुभएका
आमाबुबा, दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति,
समृद्धि, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि
हार्दिक मंगलमय शुभकामना
व्यक्त गर्दछौं ।



ADVANCE SARASWATI PRAKASHAN

Kathmandu, Nepal

01-4780359, 9843262646, 9851176247



Kuleshwor, Kathmandu, Nepal

२०७५ जेठ १६ गते: कक्षा १२ का विद्यार्थीहरूको लागि आयोजित बोर्ड परीक्षाको शुभकामना कार्यक्रम



२०७५ जेठ २० गते: कराँते खेलाडीहरूको कलात्मक प्रदर्शनी



२०७५ जेठ २५ गते: “हाम्रो बाल संरक्षण धरोहर नेपाल”मा जोसेफ स्कूलका सहायक प्रिन्सिपलबाट राहत वितरण



२०७९ असार ३ गते: कक्षा ९ र १० का विद्यार्थीहरूले संसद भवन बानेश्वरमा प्रतिनिधि सभा बैठक अवलोकन गर्दै



२०७९ असार ७ गते: कक्षा १० का विद्यार्थीहरूलाई डा. नकुल बानियाँको प्रमुख आतिथ्यतामा काउन्सेलिङ्ग कार्यक्रम



२०७९ असार १२ र १४ गते विद्यार्थीहरूको लागि कोरोना विरुद्धको दोश्रो मात्रा खोप कार्यक्रम



२०७९ असार १४ गतेदेखि कक्षा एसकेजी देखि कक्षा १० सम्मका विद्यार्थीहरूका लागि आयोजित स्वीमिङ्ग कार्यक्रम



२०७९ असार १५ गते विद्यालयको प्राङ्गणमा आयोजित धान दिवस कार्यक्रम



२०७९ असार १७ गते दशरथ रङ्गशालामा आयोजित बागमती प्रदेश स्तरीय रग्बी प्रतियोगितामा ट्रफी प्राप्त गर्न सफल



२०७६ असार १७ गते: अतिरिक्त क्रियाकलापमा विद्यार्थीहरू



२०७६ असार २० गते कक्षा ४ देखि कक्षा १० सम्म अध्ययनरत विद्यार्थीहरूका लागि आयोजित एक साताको Coding Boot Camp सुरु



२०७६ असार २७ गते: विज्ञान प्रदर्शनी Virtual Reality (V.R.) तथा Drone Demonstration



२०७९ असार २५ गते: गुरु पूर्णिमा विशेष कार्यक्रम



२०७९ श्रावण ७ गते जोसेफ स्टाफ मन्दिर दर्शन कार्यक्रम



२०७९ श्रावण ८ गते संस्थापक प्रिन्सिपल सूर्य बहादुर अधिकारीज्यूबाट कपन नगर हस्पिटलमा व्हिल चेयर हस्तान्तरण



२०७९ श्रावण १० गते रोटरी क्लब अफ पशुपतिको सहयोगमा आयोजित छात्राहरूले महिनावारीको समयमा अपनाउनुपर्ने सुरक्षा र सरसफाई सम्बन्धि जनचेतनामूलक कार्यक्रम तथा करियर काउन्सेलिङ्ग कार्यक्रम



२०७९ श्रावण ११ गते बेलायत तथा अमेरीकाका प्रशिक्षकहरूको स्वागत कार्यक्रम



२०७९ श्रावण १२ गते: कोभिड विरुद्धको बुस्टर डोज खोप कार्यक्रम



२०७५ श्रावण १४ गते अन्तराष्ट्रिय शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमको उद्घाटन बुढानिलकण्ठ नगरपालिकाका प्रमुख मिठाराम अधिकारीज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न



२०७५ श्रावण १७ गते: एसईई उत्तीर्ण विद्यार्थीहरूको बधाई कार्यक्रम



२०७५ श्रावण २० गते: जोसेफ यूथ नेटवर्कको वार्षिक साधारण सभा



विद्यालयमा आयोजित क्रिश्मस डे कार्यक्रम



२०७९ श्रावण २१ गते दोस्रो दिनको अन्तराष्ट्रिय शिक्षक तालिम, ५ वटा विद्यालयका ७२ जना सहभागी



२०७९ श्रावण २४ गते: Joseph Football Training Camp सुरु

JOSEPH FOOTBALL TRAINING CAMP
For One Month
In co-ordination with

CUPON KICKERS **CUPON SPORTS CENTRE** **JOSEPH SPORTS CLUB**

Camp Starting Date: 3rd Shrawan, 2079

WHY TO JOIN JOSEPH FOOTBALL CAMP ?

- Link up with Joseph Football Camp and you will be playing in community as family, where we consistently strive for excellence.
- Players will be under the guidance of highly experienced and respected coaches who have helped players of different age groups and skill levels.
- Our coaches will be involved in competitive games designed to give them sufficient match experiences.
- It will be competitive and tough no doubt but will be fun too.

TRAINING SCHEDULE

CUPON SPORTS CENTRE
Kathmandu, Nepal & Pokhara

GRADE 6-8 TUESDAY | TIME: 3:00 - 4:30 P.M.
WEDNESDAY | TIME: 1:30 - 3:00 P.M.

GRADE 11 & 12 MONDAY & WEDNESDAY
TIME: 1:30 - 3:30 P.M.

FOR MORE INFO: Butharibon-10, Kapan, Kathmandu | Mahakul, Bhartnagar | Tel: 91-4810055 | 4821052 | 980060628



२०७९ श्रावण २५ गते जोसेफ हाई स्कूल तथा इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूलबाट एसईई उत्तीर्ण विद्यार्थी तथा अभिभावकज्यूहरूको सम्मानार्थ माननीय गगन थापाज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा आयोजित SEE Farewell तथा सम्मान कार्यक्रम



२०७५ श्रावण २६ गते: विद्यार्थी नेतृत्वसँग अन्तरक्रिया कार्यक्रममा कक्षा ११ र १२ का विद्यार्थीहरूको सहभागीता



२०७५ श्रावण २७ गते Inspiring Teachers Training को समापन कार्यक्रम बुढानिलकण्ठ नगरपालिका प्रमुख मिठाराम अधिकारीज्यूको प्रमुख अतिथ्यतामा सम्पन्न



२०७५ श्रावण २७ गते: काठमाण्डौ जिल्ला नृत्य निर्देशक संघ काठमाण्डौबाट आयोजित नृत्य प्रतियोगितामा प्रथम तथा तृतीय स्थान हासिल गर्न सफल



Arts Corner



२०७९ श्रावण २५ गते: कोभिड विरुद्धको बुस्टर खोप कार्यक्रम



२०७९ श्रावण ३१ गते जोसेफ कलेजको कक्षा ११ मा भर्ना भएका विद्यार्थीहरूको लागि आयोजित Orientation Program



२०७९ भदौ २ गते श्री कृष्ण जन्माष्टमीको पूर्व सन्ध्यामा आयोजित कृष्णको भेषमा विद्यार्थीहरू



२०७५ भदौ २ गते: बेलायती प्रशिक्षकहरूको बिदाई कार्यक्रम



२०७५ भदौ ७ गते: नेशनल प्याब्सन लोक नृत्य प्रतियोगितामा सहभागीता



२०७५ भदौ १० गते आयोजित बास्केटबल प्रतियोगिता



२०७५ भदौ १० गते विद्यालयको प्राङ्गणमा आयोजित तीज नृत्य प्रतियोगिता तथा तीज विशेष स्टाफ दर कार्यक्रम



२०७५ भदौ ११ गते तारकेश्वर न.पा. तथा बुढानिलकण्ठ न.पा.मा आयोजित तीज नृत्य प्रतियोगितामा टुफी जित्न सफल विद्यार्थीहरू



२०७५ भदौ १३ गते: जोसेफ कलेज तीज नृत्य प्रतियोगिता सम्पन्न



२०७५ भदौ १५ गते: "Youth for Awareness" तथा Yoho Television बाट
नयाँ बानेश्वरमा आयोजित "विद्यार्थीसंग उम्मेदवार" कार्यक्रममा सहभागी जोसेफ कलेजका विद्यार्थीहरू



**हार्दिक मंगलमय
शुभकामना !**



विजयादशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०७५ तथा नेपाल
सम्वत् १९८३ को सुखद उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण अभिभावकज्यूहरू,
शुभचिन्तकज्यूहरू, विद्यार्थीहरू तथा देश विदेशमा रहनुभएका
आमाबुबा, दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति,
समृद्धि, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि
हार्दिक मंगलमय शुभकामना
व्यक्त गर्दछौं ।

NOVA
Publication

Satungal, Kathmandu, Nepal
+977 1 - 4313205
info@novapublication.com.np



हादिक बधाई



विनिता जाधव



विनिता कुलकर्णी



शुभम कुलकर्णी



विनिता कुलकर्णी

जोसेफ स्कूल, बरवाडवर ईंग्लिश मध्यम 2008 पास करणारी 12 को वर्गविक्रय परीक्षामात उत्कृष्ट परीक्षा प्राप्त करताना **पारितोषिका** देऊन उपर्युक्त विद्यार्थ्यांना प्रत्येकीकरीत **कलेक्टर, विधान सभाला, युवाण सल्लागी तथा जोसेफ हाई स्कूलमधून पुरस्कार** देऊन ते ईंग्लिश विद्यार्थ्यांना **मिनिस्टर भरवाडवर** उपर्युक्त विद्यार्थ्यांना प्रत्येकीकरीत **अनुदानिका** देण्या प्रमाणे सकल बक्षस उपलब्धमाना विद्यालय परिसर हस्तगत झालेले छे । आतामी दिवसामा जोसेफ स्कूल, बरवाडमा प्रथम क्रमांका, शीर्ष व उत्तमांकराई अभिवादन काळांमधून मॉरी जोसेफ स्कूल, बरवाडको मॉरीमा तथा आजीव्या परीक्षार्थीकांको ईंग्लिश मॉरी येऊन विद्युता राजा सल्लागार मिळालेले अन्ने शुभकामना सहित उत्तरीकरण प्रमातीको हादिक प्रत्येकाने शुभकामना दाखत म्हायें ।







जोसेफ एजुकेशनल नेटवर्क

हार्दिक बधाई



स्नेहा भाटा



शिव्पाळा दुट्टे

कोसळ हा सुरुवात २०१४ मा सुरु होई परीक्षेला जवळच पोहोचली परीक्षा मेरी जोगी हून संपन्न **हरप्रद भव्य भावा** या **विद्यार्थी** दुतुने उच्च शिक्षण अवकाशक यात्रे **अर्थशास्त्रक विभा** प्राय मने संपन्न भावको उपलब्धता विद्यार्थी परीक्षेत शिरोन भावको झे । आगामी विद्युत्ता कोसळ मधुन, कोसळा प्राय संस्कार, शीर ३ प्रकलनातुं शीकावस आकाशवाच परी कोसळ मधुन । कोसळा गीरगा मने भावको परीक्षेलाको १०/११/२०१७ रीथे उच्च विद्युता राख संपन्नता मीलेल मने सुवासतामाला उल्लेखित प्रतिको हार्दिक मंगलवा शुभकामना व्यक्त येदी ।



ज्योति एज्युकेशनल नेटवर्क

ज्योसेफ कलेज, ज्योसेफ हार्ड स्कूल
तथा इन्टरनेशनल ज्योसेफ पब्लिक स्कूल

हादिक बघाई




सुदीप बघात

कमल बघात

जेजेफ स्कूल कॉलेजचे वीरेंद्रचरण २००० मा सद्या १५ वो वर्गची परीक्षांना जुलुफ वीरेंद्र प्राप्त करेता **हादिक बघात** त्या जेजेफ हाई स्कूलचे २००८ मा एन ई ई ऑर्गनाईझाईड **बघात** बघाते जुलुफ मित्रा अकादमीक त्याने **एडुकेशनाल नेटवर्क** प्राप्त करां जेवना मुलांचे उपस्थाना विद्यार्थ्या परीक्षा परीक्षा हाई स्कूल ई। अकादमी दिल्लीला जेजेफ स्कूल कॉलेज प्राप्त कराता सीन र जेजेफ हाई स्कूलला कालांतराने वीरेंद्र जेजेफ स्कूल कॉलेजको वीरेंद्रा त्या जावुनी परीक्षाको ईरेंद्रावत १५ वीरेंद्रा त्या जावुना कालांतराने वीरेंद्रा जेजेफ स्कूल कॉलेज परीक्षाको हादिक बघातने सुवाकताला जाला हादिक।



जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क

जोसेफ कॉलेज जोसेफ हाई स्कूल तथा इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूल

[illegible][illegible][illegible]

हादिक बघाई



श्रेया बस्ताकोटी

जोसेफ हाई स्कूलबाट २०१२ मा एम ई ई एनर्स तथा जोसेफ स्कूल/कोलेजबाट इंजिनियरिंग २०१५ मा कक्षा १२ को बालिका परीक्षामा उत्कृष्ट प्रदर्शन गरिपछी **एडवर्ड श्रेया बस्ताकोटी** उच्च शिक्षा उपबन्धको तहमा **इन्टरनेकोली** निम्ति एउटा नयाँ प्रयास गर्न सफल भएकी उपबन्धमा विद्यार्थी प्रमाणित भएकी छु । अग्रगणी शिक्षामा जोसेफ स्कूल/ कोलेजमा प्राप्त सम्मान, योग्य र समस्त प्रतिकूल अवस्थामा नयाँ जोसेफ स्कूल/ कोलेजको रचना तथा प्रशासन परिवर्तनको इतिहासमा नयाँ उच्च शिक्षा प्राप्त गर्नसक्ने विद्यार्थी भन्ने सुझावमा सहित उत्तरोत्तर प्रतिक्रिया प्रदर्शित गर्नसक्ने उपबन्धमा व्यक्त भएकी ।

 **जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क**

जोसेफ कलेज/ जोसेफ हाई स्कूल
तथा **इन्टरनेकोली जोसेफ पब्लिक स्कूल**

हार्दिक बधाई



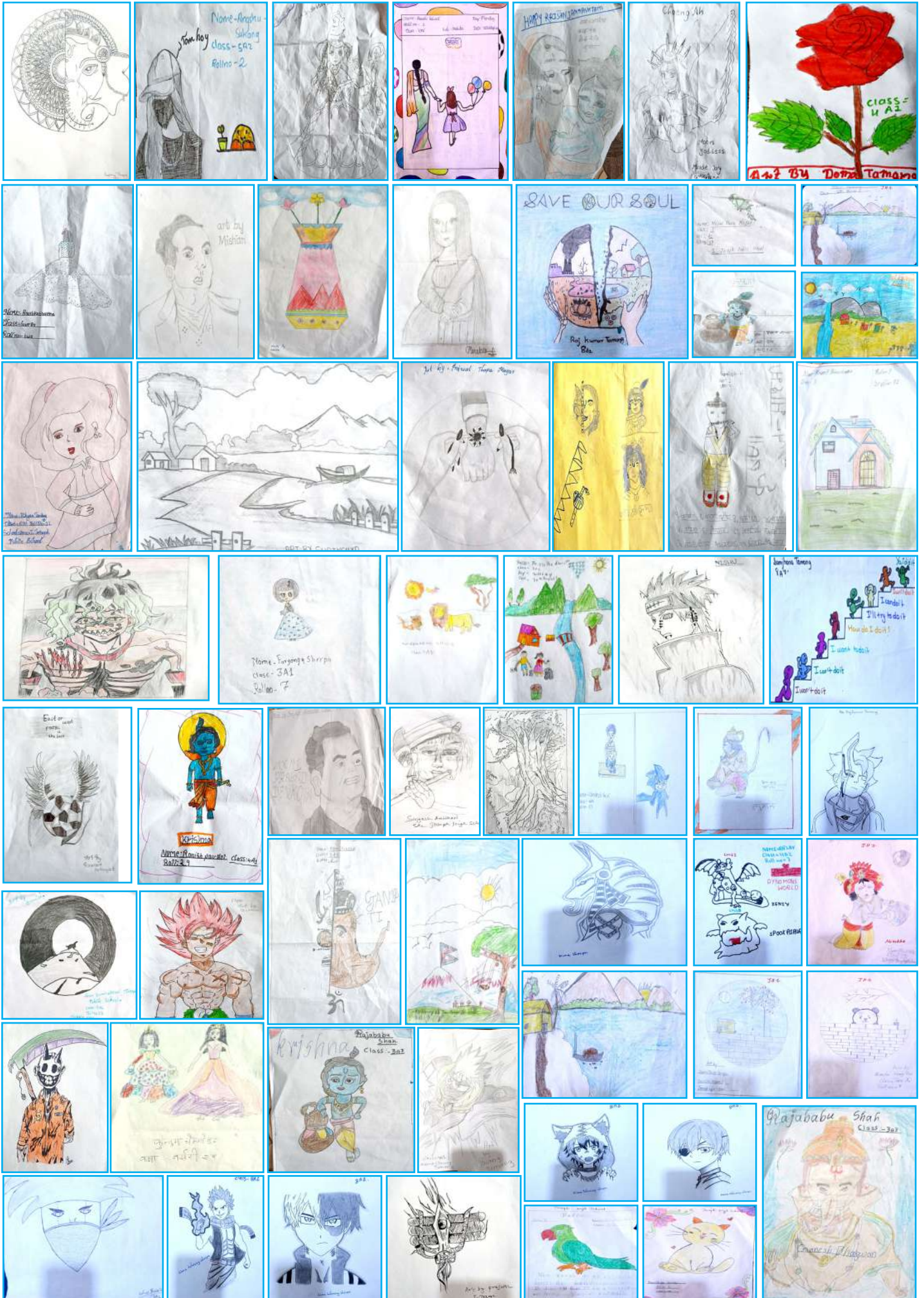
सौमी तामाड

जोसेफ हाई स्कूलबाट २०७३ सालमा एच.ई.ई. उत्तिर्ण ध्यात्रा सौमी तामाडले उच्च शिक्षा अग्रबन्धको लागि अमेरिकाको मिचिगन प्रान्त नर्सिग समेत भएको उपत्यकामा विद्यालय परिवर्तन हार्न भएकी छ। आमाजी अश्विक्तमा जोसेफ स्कूल / कलेजमा प्रान्त संस्कार, कलेज र लगतमाडले अधिकतम कामांनसँग नर्सिग जोसेफ स्कूल / कलेजको गरिमा तथा आफ्नो परिवारको ईज्जतलाई सँगै उच्च बिद्युमा राम्रन सफलता मिलेको भन्ने शुभकामना सहित उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मनसालग शुभकामना व्यक्त गर्दछौ।

 **जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क**

जोसेफ कलेज, जोसेफ हाई स्कूल तथा इन्टरनेशनल जोसेफ प्रिमियर स्कूल

Art Corner: Arts prepared by students



"Natural Resources"

✍ Shreika Shrestha, Class: 5A1
International Joseph Public School

Human beings as well as other living beings need different natural things to live. Beings use such things to eat, save, travel or breathe or drink natural has bestowed all natural resource in our country. Nepal is the second richest country in natural resources after Brazil. Natural Resources is the gift of nature. It is really important for our survival. The resources which we found in nature is called natural resources. The development of the countries depends on its natural resources. We should not use natural resources more than required. We should stop polluting water resources. Forest is one of the important natural resources. Different types of forests are found in different regions of Nepal. Thank you !

Water

✍ Palmo Tamang, Class: 6A1
Joseph High School

Every day we waste a lot of water and food. Water, in particular, is a renewable resource but it's also limited. We can find, purify and package it, but we can't produce it. No life is possible without water. Saving water means protecting life on earth and gives us the chance to provide food and water for people who don't have enough.

"A LITTLE PROGRESS EACH
DAY ADDS UP TO BIG
RESULTS."

SATYA NANI



"My Country"

✍ Iran Dong

International Joseph Public School

The name of my country is Nepal. It lies in the southern part of Asia continent. It lies between two big countries, China and India. It is small but beautiful. It is a common garden of four castes and thirty six sub-castes. Our country is physically/geographically divided into three parts. They are Himalayan Region, Hilly Region and Tarai Region. Nepal has 77 districts 6 metropolitan, 460 village councils and 6743 ward offices. Pokhara/ Lekhnath is this largest metropolitan city of Nepal. We have love our country and work to develop it.



हार्दिक मंगलमय
शुभकामना !



विजयादशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०७९ तथा नेपाल
सम्वत् १९८३ को सुखद उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण अभिभावकज्यूहरु,
शुभचिन्तकज्यूहरु, विद्यार्थीहरु तथा देश विदेशमा रहनुभएका
आमाबुबा, दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति,
समृद्धि, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि
हार्दिक मंगलमय शुभकामना
व्यक्त गर्दछौं ।



BUDDHA PUBLICATIONS PVT. LTD.

Anamnagar, Kathmandu 29, Nepal

Tel: 977-1-5705165, 5705210, 5705177

E-mail: info@buddhapublication.com



विजयादशमी, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०७९ तथा नेपाल सम्वत् १९८३ को सुखद
उपलक्ष्यमा सुख, शान्ति, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि
हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

शुभदशै
तिहार



आय विकास बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

बुढानिलकण्ठ-१०, कपन, मिलनचोक, काठमाण्डौ

होम बहादुर (मनोज) अधिकारी
अध्यक्ष

Holy

✍ *Rejina Tamang, Class: 5A1*
International Joseph Public School

The name of my country is Nepal. It lies in the southern part of Asia continent. It lies between two big countries, China and India. It is small but beautiful. It is a common garden of four castes and thirty six sub-castes. Our country is physically/geographically divided into three parts. They are Himalayan Region, Hilly Region and Tarai Region. Nepal has 77 districts 6 metropolitan, 460 village councils and 6743 word offices. Pokhara/ Lekhnath is this largest metropolitan city of Nepal. We have love our country and work to develop it.

Dashain

✍ *Sandhya Bhujel*
International Joseph Public School

Dashain festival is one of the greatest festivals of Nepal. It is celebrated with great joy by Hindus throughout the country. Dashain is also called Vijaya Dashami. It is the festival that brings happiness and delivers the message of unity among people.

Dashain generally falls in. The month of Ashwin (sep.-oct.) lasts for 10 days. Each day has special rituals and activities to be performed. The festival starts from Ghatasthapana and ends at Vijaya Dashami on Ghatasthapana day, people sow rice, maize and barley seeds on the pious corner of their house to grow seedlings called Jamara.

The first nine days of the festival are popularly called Navaratri. The goddess Durga is worshipped during this period. The seventh day is known as fulpati and on this day Jamara is brought to the Hanuman Dhoka, Kathmandu from the Gorkha Durbar with the help of the priest.

Social Service

✍ *Aaroshi Gurung, Class: 5A1*
International Joseph Public School

Social service is the service given to the person to living in the society. It is a virtue to help those person who are in trouble. A man is affected by the natural calamity like flood. We help him by providing some money.

There is need of social service Nobody can solve his problem by himself one can be trouble at anytime if we need help other's other's will helps. If we help do not help others, we can not get help from other social service is accepted as a good.

Social Service can be rendered in different forms. Rich person can serve the society by spending money. They can provided money to hospital, School, roads, They also can create a fund to help the orphans poor and homeless people.

Tihar

✍ *Prashna Shrestha, Class: 5A1*
International Joseph Public School

Tihar is celebrated as the second greatest festival by Nepali people. It is celebrated in the month of Ashwin/ Kartik. It is celebrated for five days. The government of Nepal gives three days holiday from Laxmi Pooja to Bhai tika. This festival is also known as the festival of lights and flowers.

The first day of Tihar is called kaagTihar (crow worshipping day). On this day people offer delouse foods to the crow because this bird is taken as the messenger of people to take their messages to their relatives in a far place.

Discipline

✍ *Sange*
International Joseph Public School

Discipline is a training which produces obedience or self- control after in the forms of rules and punishment. Without discipline man is nothing more than an animal. Since the beginning of civilization man has been trying to discipline himself. In the tribal states the head of the family used to discipline all the members.

The institutions of religions family and government were created to discipline man. So much pain has been taken because it is very important.

In education noting can be achieved without discipline.

Nature's Music

✍ *Deepjyoti Tamang, 3A1*
Joseph High School

I love Nature's music,
And summer time songs
In the forest her great singers
Gather in throngs

The wind plays the harp,
And the birds take the tune
The bass part is sung
By the man in the moon!

Each one knows their part
To the very last letter!
And even our radio
Doesn't sound any better!



The Unique Dino

✍ Nistha Shakya
International Joseph Public School

Very long ago when there was no people on the earth there used to be many dinosouros. Some were tall and red or dark green in colour and some were small and dark red and light black in colour. One dinosaur which was small a lot cute than others and blue in colour was the only one dino which was unique. Because of her eyes colour, body colour and small hight all the dinosouros used to tease her. She can even talk like a normal person but never say to other that she can take like a human. She used to see a tree on a coroon of a ground which was blue is colour. Only she can see it because she was in blue colour.

One day when all her friends were teaching her she suddenly said" Stop! Stop it stop teaching me.

The big dino whose name was Lily she said

Lily : Why should we stop teasing you? Hum.....

Unique dino- Cause one day both we die and I'll also die so why to waster your life by teasing me.

Lily: You're but I want to do something, but also you're I am so soso sorry for teasing you.

After many years like 40 billion years after the dino take birth as a baby girl. When she turned 40 she died and when she was living her last few moment she said "Lily, I love you".

Never Give Up

✍ Saurav Dhungana, Class: 6A1
Joseph High School

A long time ago, there lived a boy named Rodney in a village. He was very happy with his family. But his happiness could not last for long. Rodney and his fellow villagers faced a severe drought. They desperately waited for rains but with no luck. All the crops, land and even trees dried up. The cattle started dying. As there was no rain, the stream was dying up slowly.

One night, during a meet with the villagers Rodney said, "friends, we all have heard tales from our grand parent about an underground river flowing through our village. Why don't we dig and see?" The villagers agreed and started digging. They dug for some days but gave up soon.

However, Rodney kept on digging. When people told him to give up, he said, "God is helping and guiding my way."

One day, when he had dog deep enough, Rodney say water. His attitude or not giving up saved the whole village. "Never give up so easily," Rodney advised all the villager. Never they are never short of water. And when even any problem arises, all the villagers came up together and find a solution.

Moral: Life is going to shovel dirt on you all kinds of dirt. The trick is not to get bogged down by it. We can get out of the deepest wells by not stopping and by never giving up.

Wandering Cloud

✍ Nigam Acharya, Class: 9A1
Joseph High School

If I were a cloud
I could shout a loud
Flying up in the sky
With excitement and joy
 I cloud enjoy the view
 Bear and far with you
 Picking up a drop water
 To irrigate the earth's quarter
Thunderstorm and rain are my friends.
Let the rainbow bend.
Moving from here to there
without tension and fear

If I were a cloud

Earth Feat Hell

✍ Dikshya Joshi, Class: 9A1, International Joseph High School

Walking in this world feels like	me.....
being in hell,	I see myself if cannot touch me
Stepping in this soil burns my
barely leg,	I can lick myself I cannot taste me
should I change my step or should
I change the hell.....	I fell everything but I can't feel me
I can't find my way to get out of
here,	What should I change the streets
I see the monster in a mascot of	or should I change me.....
men carving for lust they ride like	I am dancing with my fear with
a chain.....	the deity veil,
Men here are enormous of bloody	Imposing my power to destroy a
stain,	heaven.
I don't I don't know what to do	I lost my word I lost myself,
.....being turmoil being	At the beginning when I try to
inhuman being occurring in only	wake,
to prove.	I lose being men I win being
Walking in the streets feels like	devil, what should I change my
trapping in,	existence or my hell.
I am lost within me I can't find	

Motivational Quotes

✍ Nisha Thapa, Class: 8A1
International Joseph Public School

- Beauty is just my power but smile is my sword.
- You will not be angry by punishing but you will be punished by your anger.
- No one is ugly the problem is we live in a judgemental society.
- Playing game is not about winning it's about passion.
- Hard work pays off.
- If you date many guys don't think you are pretty because cheap products are liked by everyone.
- Loving and liking someone is not same because loving someone is hard and liking someone is easy.
- Don't tell your plan to others so, then your result instead.
- If someone throw a stone to you don't throw them back instead collect them and build your empire.

REASON BEHIND TANTRISM

✍ Satyam Adhikari, Class: 10A2
International Joseph Public School

Nepal is believed to be the country of Hindus where majority of the people living here are Hindus. Hindus are regarded as the very traditional, ethnic, and oldest religion of the world. A Hindu worships a number of gods according to their faith and cultural beliefs. There aren't any actual belief in the existence of gods. Seeing and going back to the history, we find a lot about this topic. Sri Lanka, currently a sovereign country shows a very interesting detail on the existence of the Ram and Ravana. Ravana's golden palace was believed to be located on the top of Trikuta Mountain in the ancient city of Lankapur which is still existing. There are many other beliefs and mainly three arguments on the existence of Gods.

There are still many people who are interested to learn about these and is still researching on the existence of gods. Seeing on the context of Nepal, Nepal is the most well-known country for its traditional beliefs and practices. Soul, in religious and philosophy, the immaterial aspect or essence of a human being, that grant to individually and humanity, often considered to be the synonymous with the mind or the self. There is evidence even among prehistoric people of a belief in an aspect distinct from the body and residing in it.

Soul dualism also called dualistic or multiple souls, is a range of beliefs that person has two or more kinds of souls. In many cases, one of the souls is associated with body functioning [real body soul] and the other one can leave the body [free soul]. Nepal has a traditional belief called tantrism of "Debataachadnu" in Nepali. It is a range

Air Pollution

✍ Kristina Khatri, Class: 5A2
International Joseph Public School

A concern surrounding the destruction of the earth's atmosphere due to air pollution, the indirect and direct harm caused to human body is often overshadowed. Chemicals and fossil fuels may leave the planet inhabitable, such pollutions cause damage to respiratory system, leading to the fluctuation of life span of individual depending on number of condition. What are Pollutants? And how do they affect us. In order to understand how air pollution affect us, you must understand exactly why this pollution is. The pollutants that harm our responder system are known as practical. They are the product of Incomplete combustion engines.

of belief in which there is a dualistic of multiple soul that can be of god, goddesses, animals, etc.

When we highly believe on something, we keep on thinking about which our mind feels unconscious and we are completely focusing to the topic. Let's take a real example, there was an occasion of Naag Panchami. In that day, we worship snakes and our mind keeps on thinking about the same topic. When the topic of our mind sees the environment of Naag, our unconscious thinks that we are Naag, and we start behaving like a Naag. It's all about game of our mind.

Now can we tell that it was the side effects of something related to the science? Scientifically, it's not possible in the slightest. Soul doesn't exist; they are nothing more than an imaginary entity which are important in religious terms because they're supposed to carry the consciousness or awareness of a dead person or the gods and goddesses we faith on. However, there is not even the remotest scarp of support to any part of the concept, it is a physical and biological impossible.

The truth behind the topic is still unsolved. We shouldn't make these aspects of soul-dualism as a matter of joke. We should have fear of gods. No matter who you are. The reason that is showed in these paragraphs may also be wrong. There are many hypothesis and theory which are still unsolved.



हरेक सफलताको पछाडी १% प्रेरणाले काम गरेको हुन्छ भने ९९% परिश्रमको पसिनामा निर्भर गर्छ ।

- अल्वर्ट आइन्स्टाइन

Discipline

 Pradish Khanal, Teacher, International Joseph Public School

Discipline is very important factor in our life. Discipline is an important virtue. Life without discipline is just like a ship without a rudder. It is necessary for expressing other virtues. It is absolutely essential for success in life. Discipline refers to orderliness in life which results from our adherence to certain code of conduct prepared by the learned people. It also implies our respect to physical and moral laws in our society. Without discipline, it is very difficult to lead a happy life in society. There will be indiscipline and chaos if we try to live in our own way. Both, individual and society will be in jeopardy.


We observe discipline in nature. The earth and the moon revolve around the sun in a disciplined way. As a result, night and day recur after twelve hours. We experience the cycle of seasons on the earth. Our physical existence is possible only due to a great discipline in the external nature. We grow when all the limbs and the respective capacity of different organs of our body grow in a disciplined way. Discipline can be applied in all walks

of life. It is essential for us at home, for students in school and college, for players in play ground, for soldiers in battlefield. A factory with a team of disciplined workers and engineers will run smoothly and yield profit.

Discipline plays an important role in building a nation. It has good impact on the child's mind too. He passes through discipline since his childhood, becomes a civilized citizen in future. He leads a decent life. A team of experienced players often lose the match because of indiscipline in the team. A horrible battle can be won by a disciplined army. Discipline is very important in a student's life. He must obey his teachers. He must abide by the rules in school. If he violates them, he suffers a great deal in his future. A disciplined student can achieve success. Similarly, a teacher without discipline in his life cannot be an ideal teacher.

Self-discipline is very important. Spiritual persons practice it to attain the liberty of soul. Self-discipline lies in restraining our unruly desires and ugly impulses. Thus, discipline is essential everywhere for all.

IMPORTANCE OF EDUCATION

 Deepak Jung Adhikari, Lecturer, Computer Science

Life is all about learning and exploring new things. Everyday we used to face different sorts of challenges in our life which comes and, in a return, teaches new lesson. Different abled people have different way of learning this beautiful nature. In this beautiful nature there are different types of people with different mindset. As we all people know that education is most important weapon to all kinds of people to survive in this nature. Importance of education won't be known by the students until they wouldn't be passing through difficult situation. Education is light of every human-being which shows the paths to them while going

through their difficult situations. If any people compare a gun with knowledge, then definitely, I will say a knowledge because without a knowledge nobody can make a gun or can do anything. Anything's means doing worthy works. Stupid can be done by anyone at any time. Let's know about Balmiki, who has changed his life style from dacoits to philosopher who was able to write Mahabharat epic. Life is impossible without the education where people get different sorts of obstacles which they have to overcome, as to overcome his/her obstacles they must need education.

Those Moments

 Nigam Acharya, 9A1

Longer are the days, so are the nights
waiting for you to come in sights.
The moment you are near
A different aroma spread in the air
My heart starts to beat fast
I want those moments to ever last
Those moments are vivid in my memory still.
I remember how special your words made me feel
Nowadays, my memories are too fond.
The distance between us has stolen our bond.

I have been waiting from the day you left.
Along with you my happiness got theft
A wonder why so cruel is our fate
Can't the merciful god see our state?
Longer are the days so are the night
We still hoping someday you will come in sight.

विफलताको बेलानै सफलताको बीउ रोप्ने
सबैभन्दा राम्रो समय हो । -परमहंस योगानन्द

Is library better than internet ?

Muna Lama , English Teacher, International Joseph Public School

Source refers to the person, place or thing from which something comes or is acquired. Water is acquired from river. We get food from plant or animal heat and light from sun and fire. In this sense rice is source of water, plant and animal are of food and of heat and light it is sun and fire. If we talk about knowledge then what is the source of knowledge? There is no exact source of knowledge as we can often achieve it through books, newspaper and internet are frequently used as a source of knowledge. So, here I am going to talk about which one is better and authentic.

Library is a place where various books are stored for public use. It is a place where people can go and read the book and if needed they can borrow it through membership. Here we can find book from various subjects like history, science, geography, maths, literature, economics and arts. It is a store house where we are free to choose any book of our interest and need which we use as our guide to do research work project work assignments. As a student library is a great source of knowledge.

Similarly internet is another popular source of knowledge for the students. Internet is the largest global network of computer of the world that communicates people. It is also called network of network for the reason that it connects the whole network together from one corner of the world to another. It has become a very useful part of our life. As a student it is mostly used source of knowledge. Now the development of technology has changed our way of studying in a way that we are mostly dependent upon internet for information.

It was the time when there was a trend of going to library to get the latest information through books. But with the advancement in science, the trend has changed into internet. Nowadays students mostly rely upon internet to complete their assignments and project work. It has brought a kind of positive change. But is it better than library? If yes then how? If not then why? In the present time words like 'Download', 'copy', 'cut', 'paste' are very common for students as these are frequently used nowadays. Whenever they get an assignment and project work, at first they would use search engines and web browsers like Google, Mozilla Firefox etc. It seems the easiest way because we can find all the information related to the topic. Students download them and paste

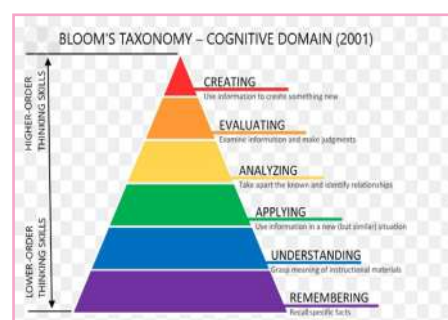
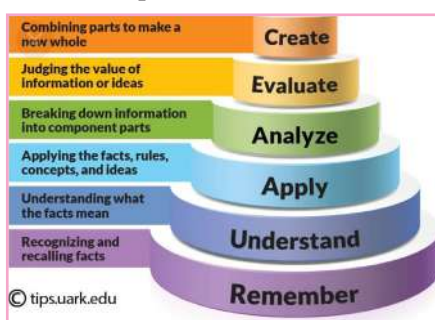
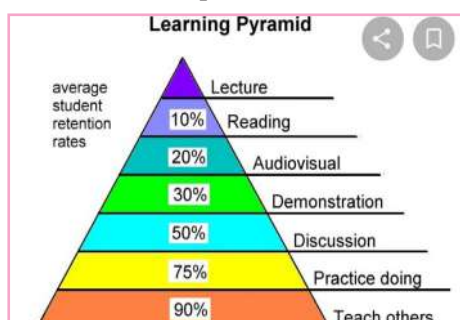
it in their assignment. In this essay I am going to discuss about how library is better than internet on three basis. The three basis are creativity, activeness and fakeness.

Our mind is like a clay if we use it more and try to create sometime it can create beautiful arts and if we keep it as it is it will dry and there will be devil firstly, the books shape our mind and make us to think and imagine. It gives us a new glass or perspective to see the things around us. It is said that a book never misguides the person. When we read a book, the more we go through the more we come to discover new things. With the help of it we can create our own art. It helps us to be creative. It doesn't give us time to think in a way that we forget to create our own art. It makes us dependent and feed us ready-made

answer. In this comfort we lose our creativity unknowingly. These two are just like junk food and home-made food. As junk food makes us easy but harms our health and causes loss on our health internet too makes us easy and causes loss of creativity. Where as home-made food makes us to work but give long-lasting and effective result. Library research teaches us to expose the door of knowledge.

Secondly, books in library make students active in a sense that students will not be benefited unless they read them and discover the new idea. They search it frequently and unknowingly learn many things. But when we talk about internet the web doesn't allow us to work hard and we fully rely upon it for each and every task. It creates laziness and causes waste of time as students spend hours in front of computer and phone with internet finally, internet has created fakeness in students' work. They don't create themselves the things and copy it. There are millions of information and they lack to choose the appropriate information. This is a term called 'plagiarism' in internet which means steal others work of art without their permission. Students copy everything and present them as their own without giving credit to the original creator. But library-based research and work gives us authentic information and that doesn't seem fake as there is hard work and understanding of student. They can give credit to the original artist.

To sum up, it is better to use library as a source of information than internet because of the loss of creativity, passiveness and fakeness. A great person once said that books are the best friend of human which would never misguide.



बाल सुसेली

दुर्गा अधिकारी भमरकोटे (अभिभावक)

बाल सुसेली
कालो रात पछाडि
हुन्छ उजेली ।१

सहेको नै हो
हामी सबै बालक
भएको नै हो ।२

हेलाँ गरीला
हामी नै हौ भविष्य
फेला परौला ।३

ज्ञानी हुनेछौं
हामी ठुला भएर
जून छुनेछौं ।४

भोला लानु छ
आमा खाना दिनुहोस्
पढ्न जानु छ ।५

देश यो गति
दिदी भाइ मिलेर
गछी प्रगति ।६

मैला धुनु छ
देशको विकासमा
पैला हुनु छ ।७

आमा हाँसन
संसारकै राम्री भै
तिमी बाँचन ।८

सेवा गर्नेछु
आमाको खुसीमा म
परे मर्नेछु ।९

हाम्रा गजुर
बालकका पुकार
सुनौ हजुर ।१०

शुभकामना
पूरा गरौ बच्चाका
सबै चाहना ।११

भन साथी यो
गरीबीमा जन्मनु
हाम्रो गल्ती हो ?१२

हाम्रो सरकार
सुरक्षित गरिदछौ
बालाधिकार ।१३

हामी साना छौ
सिकाउनु गुरु जि
सबै मान्ने छौ ।१४

हाम्रा मालिक
रक्षा गर प्रभुजी
बालबालिका ।१५

गर तपस्या
यिनै बालबालिका
तिम्रा भविष्य ।१६

स्कूल जाँदैछौ
भोला भरि किताब
हामी लाँदैछौ ।१७

बुद्धि लगाऊ
नानी बाबु स्कूलमा
पढ्न पठाऊ ।१८

देख्नु पर्दछ
आफै आफ्नो भविष्य
लेख्नु पर्दछ ।१९

बुझ्नु पर्दछ
हाम्रो माया नपाए
फूल भर्दछ ।२०



JOSEPH H.S./COLLEGE

ADMISSION OPEN
for Grade -11

+2 **SCIENCE**
MANAGEMENT
HOTEL MANAGEMENT
COMPUTER SCIENCE

Mahankal, Shantinagar, Kathmandu
Tel: 01-4823008,
E-mail: josephschool.edu.np@gmail.com
www.josephschool.edu.np

Scholarship Test & Entrance Test Everyday at 11:00 A.M.

BE GOOD, DO GOOD

"The only institution for your ward success"

BE GOOD, DO GOOD

PRIZE DISTRIBUTION, CP
FINALE OF JOSEPH
SCHOOL AWARDS
2020 - 2023

INTERNATIONAL
SCHOOL AWARD
2020 - 2023

FROM GRADE NURSERY TO NINE

ADMISSION OPEN

जोसेफको अभियान: असल सरकार सहितको सीपमूलक व्यावहारिक शिक्षा

JOSEPH HIGH SCHOOL
Budhanilkantha-10, Milanchowk, Kapan
Tel: 01-4810055, E-mail: hamrojoseph@yahoo.com

INTERNATIONAL JOSEPH PUBLIC SCHOOL
Mahankal, Shantinagar, Tel: 01-4821062
E-mail: josephpublicschool@gmail.com

www.josephschool.edu.np

नारी

✍ सम्भना तामाङ्ग, कक्षा : ८ए२
इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

धरतीको उपाहार तिमी
प्रकृतिकी सुन्दर फुल
ममताकी खानीतिमी
कोमलताकीमूल ॥

नारामा नै सिमितभयो
दिदीबहिनी नारी
मुखलेठिक्क पार्छन हजुर
यिनलाई बगलीमा छुरी ॥

भन के लाग्छ तिमीलाई
के नारी सस्ती छिन
तर मलाई लाग्दैन नारी सस्ती छिन्
केबल नारी त भगवान एक
अवतार जस्ती छिन् ॥

अन्यायलाई सहनुभन्दा
मर्ने परे मरौ
अब त केही गरौ
अब त केही गरौ ॥

झ्याउरे छन्द

✍ रक्षिका अधिकारी, कक्षा ९
इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

तिमी नै हौ जगत जननी
तिमी नै हो उज्यालो बिहानी
फेलेको छ तिम्रो ममताको कहानी
आमातिम्रो मायाकहिल्यै हुन्न खरानी

गगनको प्रतिस्पर्धी, मेरो नेपाल
कोरीबाटो चट्टपरी, याथिकाभैँ सजिएकी,
पहाडले बिउँझ्याइएकी, हिमजलले रूँभिएकी,
पहिलपुरका कछाडमा, फर्फराई रमाएकी,
खोलासँगै बगाइएकी, भरनामा भिजाइएकी,

बुद्धबाट शालीनता र शान्ति गित सिकाइएकी,
सीताबाट आदर्श र त्याग कथा बुझाइएकी,
अन्यायलाई काटिफाल्न शुक्रराजले बताइएकी,
सन्तानले उर्वरामा, गर्वमान बनाइएकी,

त्यहोसार मातिहारमा, धुमधाम मनाइएकी,
सोरठी र सँगिनीमा, छमछमी नचाइएकी,
ठेकुवा र यमरीको, मिठासमा हराइएकी
त्रिपिटक र कुरानमा, मानवता सिकाइएकी

संस्कृतिले बाँधिएकी, सुन्तरताले मानिएकी,
सेवालाई धर्मभनी, मानवता बचाइएकी,
गगनको प्रतिस्पर्धी, नेपालमा जन्मिएकी,
यो माटोले उमरेकी, मने हुँ त्यो भाग्यमानी ।

शीर्षक : जिन्दगी

✍ सुनिता बराल, शिक्षिका,
इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

छन्द: मालिनी
न न म य य
iii iii sss iss iss

असल बनन मान्छे जिन्दगी सान हाम्रो
फगत समर खोज्दा लाग्छ धेरै नराम्रो
कुसुम कमलजस्तै जिन्दगी फुल्नुपर्छ
मधुर पवन चल्दा वेसरी भुल्नुपर्छ ॥१

मनुज मरण भन्ने आज थाहा हुँदैन
मनुज अमर छैनन् जो नमर्ने हुँदैन
रगत सकल एकै भेद केमा गरेको
रहर सब छ एकै जिन्दगी गाँसिएको ॥२

रसिक मधुर बन्ने जिन्दगी रङ्गशाला
मृदुल भजन लेख्ने जिन्दगी छन्दशाला
अधिपछि सब मान्छे हिँड्छ हाम्रो खुसीमा
सरस बनन मान्छे शान्ति मिल्ने थलामा ॥३

असल विटप मान्दै जिन्दगी धान्नु पर्छ
शिखर गगन चुम्दै स्वर्गभैँ मान्नुपर्छ
अब त मनुज सोचौँ बाँचनलाई रमाई
सकल मनुजलाई आज धेरै हँसाई ॥४

नबन कलुष धेरै जिन्दगी बाँचनलाई
कुटिल मनुजलाई बाँचन गाह्रो छ भाई
सबसँग सुख बाँड्दै जिन्दगी टर्नुपर्छ
अमर मरण बन्छन् काममै लाग्नु पर्छ ॥५

हाम्रो देश नेपाल

✍ छिरिङ्ग, कक्षा ४ए१
इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

नेपालयसको नाउ
जताततै डाडाँकाडाँ
सुन्दर सुन्दर ठाँउ

एक अर्कामा मिलेर बस्छन्
साथी जस्तै साथ छोड्दैनन् कहिले
पानी परिस्थितिआयर्पनि कस्ते ।

प्रकृतिक सुन्दरताले भरिएको
नेपाल देश नेपाली भनि गर्भ गरौ
छ अरु भन्दाबेश

धर्ती

✍ आयुस्मा दाहाल, कक्षा ४ए१
इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

बालिनाली जसको हामी
रंगीवरंगी यहाँ दामी
फुल बसन्तमा कोइली
गाउँछ भमरा नबोली

शितको थोपा टल्किन्छ बिहान
जीवको भोलि जहाँछ चिहान
जति उडेकाछन् चरा आकाश
पछि पछि लाग्छन् जहाँकै आशा

कन्चन जल जंगलको
फल अनेको मंगलको
एउटै हल र खुसीको भवन
सिमा रहेन त्यो सुन्दर यौवन

मौसम चिसो मिठो हावा
भयो त्यो मधुशाला खावा
रुप तिम्रो अनेकौ कति
तिमी आधार हामी रति

हावा आँधी हुरी अनि बतास
धेरै पुरानो तिम्रो इतिहास
रहेछ तुलै तिम्रो संग्रहालय
तिम्रै काखमा छ हाम्रो हिमाल

सन्तानले बुझे हुन्छ ।

✍ सौगात पोखरेल, कक्षा ४ए१
इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

देवता हुन् बाआमा तिमी पुजारी बन
बाआमाले आर्जेको घर मन्दिर हो मन

देवता हुन निउरी आशिर्वाद लेउ ।
हृदय छेउमा उनलाई बास देऊ ।

प्रेमसित मिठो बोल हाँसिदेऊ खान
पर्देनत केही दान गर्न तिर्थ जान

बेकारमा मन तिमीले दुखाएका भए
सुख पाउने छैनौ परलोकमा गए ।

बाआमालाई रुखाएर दियौ भने दुःख
यमराजले तिमीलाई दिने छैनन् सुख ।

बाआमा नहुनेले सम्झी रोएका छन् ।
दिनरात आँसुले आँखा धोएका छन् ।

यदि तपाईंले सपना देख्न सक्नुहुन्छ भने तपाईंले गर्न
सक्नुहुन्छ । - वाल्ट डिजनी

को ठूलो (गध्य कविता)

✍ सुनिता बराल (दाहाल), शिक्षिका,
ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

धेरै वर्ष पहिले एक जाना ऋषि थिए । उनले कुटी अगाडि
पिपलको विरुवा रोपेको थिए । उनि पिपललाई मायागदैं छोरी
पिपलु भन्ने गर्थे । पिपल पनि घाम, पानी र माया पाएर चाँडै
हुकंदै गई । केहि वर्षमै ठूली भई । एक दिन ऋषिले पिपलको
विवाह गरिदिने विचार गरे । उनले सोधे ! 'पुत्री पिपलु ! तिम्रो
बिहे गर्ने बेलाभयो । भन तिमि कुन रुखसँग विवाह गर्छ्यौं ?'
पिपलुले घमण्ड गर्दै भनी 'रुखसँग बिहे अरे' पिताश्री !

भोला

✍ अंकित घिमिरे, कक्षा : ३ क१
जोसेफ हाई स्कुल

डाडामुनी सलललबग्ने सानीखोला
खोलाभन्दा राम्रो लाग्छ मलाई भैरे भोला
म सँगै दुलिरहन्छ सधैं मेरो भोला
किताबकापी नराखेमा कति रुन्छ होला
कहिले बस्छ पिठिउँमा कैले बेन्च माथी
बेला बेलाभन्ने गर्छ मलाई नुहाइदेऊ साथी
रेनकोट, बोटल खाजा सबै थोक राख्छ
नागरीलो छ है भोला न त कहिल्यै थाक्छ
थरीथरी रङ्गमा हुने गर्छ भोला
धेरै सामान राखेमा त चातिन्छ होला ।



पञ्चाङ्ग

✍ जमुना आचार्य, शिक्षिका
ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

पढ्ने बेला हाम्रो हो ध्यानदिएर पढ्नुपर्छ
गुरु,आमा, बाबुको ज्ञान पिएर पढ्नुपर्छ
बेलैमा बुद्धि नपुगे हामीलिएर पढ्नुपर्छ
स्वान निन्द्रा अल्पहारी व्युँभिएर पढ्नुपर्छ ॥ १

बाबाआमाले भनेको पनि मान्नुपर्छ हामीले
भविष्यको राम्रो बाटोलाई छान्नुपर्छ हामीले
गलत, काम सङ्गतपनिगर्नुहुन्नकहिल्यै
कसरी गर्ने पूरा सजिलै जान्नुपर्छ हामीले
विश्वसामु टेकीआफ्नो देश धान्नुपर्छ हामीले ॥ २

फजुलखर्च गर्नुहुन्न बचत गर्ने बानी राम्रो
उसै हुन्नउमाली, छोपी, फिल्टर हुन्छ पानी राम्रो
जङ्कफुड खाँदा असर गर्छ हाम्रो दिमागलाई
बचत गरी दुःखीगरिबलाई दिने दानी राम्रो
अनजानसँग हुन्न बोल्नु साथी लिई जानी राम्रो ॥ ३

आमा-बाबा

✍ सम्राट राउत, कक्षा : ३ क१
जोसेफ हाई स्कुल

आमाको माया लाग्छ
बाबाको पनि लाग्छ
घरमा सबै जनाको
खुबै माया लाग्छ

खाना दिन्छिन् आमाले
कथा भन्छिन् बाबाले
साथी बन्छिन् दिदीले
माया गर्छिन् सबैले ।

बाटो नछेक

✍ जमुना आचार्य, शिक्षिका
ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

शिक्षा पाएँ आमा मैले रोजगार छैन
सँगै बस्न सकिएन तिमी रुने हैन ।
कर्म फल छैन यहाँ बसौं भने देश
चोली फेर्न पाउँ दिन फुल्दा पनि केश ॥

आमा तिमी बिदा देऊ नरोएर भट्ट
कमाउन हिँडेको म साजिएर चट्ट ।
घरका काम गर्नलाई बुहारी छ साथ
कमाएर आएस् भनि आशिष देऊ साथ ॥

धनलिई आउँछु म परे हुन्छ राख
पठाउँछु पैसा मैले तिमी खिर चाख ।
फोन गर्छु बेलाबेला मिलिजुली बोल्नु
सँगै बसी दुवैजना मनकुरा खोल्नु ॥

पैसा छैन बाबाकोनि तिथि श्राद्ध गर्न
साहु ऋण टनै छ बेला हुन्छ भर्न ।
उडानको बेलाभयो पिरसुर्ता फाल
व्यवहार धान्नु प्यारी नपारेर गाल ॥

हल्लाउदै हातहेर ! छोरो पनिगयो
नछेक है ! बाटो भन्या वर्ष दिनभयो ॥
उडानको बाटोसम्म जान पनि कता
छोरो गयो हेरिरहँ भ्याएसम्म जता ॥

आज पढ, भोली लेख

✍ निष्ठा शाक्य, ई जोसेफ पब्लिक स्कुल

आज पढ,
भोली लेख ।
पढ्ने लेख्ने,
उमेर तिम्रो ।

क ख ग घ,
ऐ बि सी डी ।
सबै पढि सकेको,
तिमी ले ।

अब त गह्रो,
हुन्छ तिमीलाई ।
राम्रो गर है ,
फेल हैन पास हुन आसा गर है ।



Be Good, Do Good

हार्दिक बधाई

नेपाल विद्यालय रम्बी आयोगबाट मिति २०७८ असार १६ गते बिहिवार दशरथ रंगशालामा आयोजित "Bagmati Touch Rugby Tournament" मा छात्रा तर्फ दोस्रो स्थान हासिल गर्न सफल भएकोमा प्रतियोगितामा सहभागी तथा विजयी सम्पूर्ण खेलाडी विद्यार्थीहरूलाई हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्दछौं ।

जोसेफ एडुकेशनल नेटवर्क
जोसेफ कलेज, जोसेफ हाई स्कुल
तथा ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

लक्ष्य

✍ भावना बराल, कक्षा : ६

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

चरी जस्तै उड्न मन छ
कलम साथीबनाए ।
देशकै छोरी बन्न मन छ
ज्ञानका किताब समाए ।
हातदेउ साथ देउ
असलशिक्षाअसल संकार
ज्ञानको ज्योतिबन्न मन छ
पाए सबको माया अपार
सही बाटो हिड्न सिकाउ
देश विकासमा लम्कनु छ
हो नि साथी पक्कै एक दिन
तारा बनी चम्कनु छ ।

कविता

✍ अर्जुन साह, कक्षा : ५ ए१

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

कस्तो हुन्छ भनेर
बाको टोपीलगाएँ
आँखाजम्मै छोपियो
अँध्यारो भो, डराएँ
कस्तो हुन्छ भनेर
बाकी चस्मा लगाएँ
फननन्न रिंगायो
आतिँ र कराएँ
कस्तो हुन्छ भनेर
बाको दौरा लगाएँ
जिउ पूरै ढाकियो
मान्छे आफै हराएँ ।

मेरो देश

✍ समिप साह, कक्षा : ३ए१

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

कति खोजें देश मैले बोकी मान चित्र
आखिरमा देश पाएँ आफ्नै छातिभित्र देश
हेर्न लेक, बैसी तराई सबै धाएँ बुझ्दा
आफ्नो देश आफैँ सितपाएँ जुनदिन
छाती भित्र देश मैले भेटें डाँडाकाँडा जताततै
देखें मेची, कोशी, सेती, काली कर्णालीका
तीर आफ्नै रगत बगे जस्तै आफ्नै मुटुनिर पहाड,
मधेश, हिमाल सबै मेरो
घरबार सबै जात, सबै वर्गा मेरो परिवार
नेपालीको आँसु पुछ, देशले मलाई भन्छ
नेपालीलाई बिर्सै भने कसले मलाई ज्मन्छ ?

आमा

✍ विराज अपाध्याय, कक्षा : ६ ए२

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

आमातिमीले यो
सन्सार देखायौ
आफ्नो दुःखलुकाई
हामीलाई पढायौ लेखायौ
आफूले नखाइनखाइ
हामीलाई असलबनायौ
यो समाज अधि एउटा
असलव्यक्ति समायौ ।
आमा म तिम्रो
ऋण तिरो कसरी
सानो देखि अहिलेसम्म
तिम्ले गरे जसरी

शुभकामना

✍ पुष्पा दाहाल, शिक्षिका

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

धानको बालासरी तिमी
भुल्दै जानु है ।
पारिजात र जाइफूल जस्तै
फुल्दै जानु है ।
दुबो जस्तै मौलाउनु है
देशको गीतगाउनु ।
जून र तारा साथी तिम्रा
मितको साइनु लाउनु ।
श्रीखण्ड भै सुवास छुर्नु
जुनको किरण बन्दै
उद्देश्यले चन्द्र छुनु
नेपाली म भन्दै ।
जोसेफको छत्रछाया
मुटुभरि माया
जूनज्योति बन्नु तिमी
अनन्न शुभकामना

ओ सानो पुतली

✍ राज्ञी बाँस्तोला, कक्षा : ३ए१

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

ओ सानीपुतली
हामीले भनेको मान्छौ
तर हाम्रो फुलको रस चुसीचुसी खान्छौ ।
न कहिले सुख न कहिले रुन
सबै तिम्रै साथले हो सानीपुतली
तिम्रै मायाले मेरो मन खुसी हुन्छ ।
तिम्रै साथले मेरो काम सफल हुन्छ ।

नेपाल

✍ रोजिना चौधरी, कक्षा : ६ ए१

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

देश छ तिम्रो शान्त र प्यारो
खुसीले भरेको मानिस यँहा घृणाले
हैन मायाले बाँचेको ।
माथिमाथि हिँउचुली छ तल हेर्दा तराईको
सधैं राम्रो बढाई,
हराभरा मलिलो छ देश हाम्रो नेपाल,
लुम्बिनीको बोध छ हाम्रो संसारमै विशाल ।
कति खोजें नेपाल मैले बोकी मानचित्र,
आखिरम नेपाल पाए आफ्नै छाती भित्र,
नेपालको माटो सिर्जनाले भर्न सके हुन्थ्यो,
छातीभरि न्यानो माया छर्न सके हुन्थ्यो,
मिलि जुली काम गछौँ इमान्दार लिएर
सच्चा व्यवहार गछौँ देशको शिर राखेर
पहाड मधेश हिमाल सबै नेपालको घरबार
सबै जात सबै वर्ग नेपालको परिवार ।
मेची कोसी सेतीकाली कर्णालीका वार्ण
आफ्नै रगत बगे जस्तो आफ्नै मुटु निर

आमा

✍ अविरल सिल्वाल, ६ए१

ईन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कुल

जिवनकी गाथा फुलि रहे सरी,
आमा तपाइकी माया अजम्बरी,
म सानी छदा गर्नुभएको मया
सम्झदा मेरो मननै छुन्छ ?
तर आमाले सहेकी दुःख पिडा सम्झदा
मेरो मन रुन्छ ।
आफु नखाई नखाई खुवाउनु हुन्थी खान्
तर मलाई लाप्दै रहर तपाइलाई छोडि जान् ।
नौ महिना कोखमा राखी, यो संसार देखाउनु भयो ।
मलाई ज्ञान ज्ञानको भण्डार दिलाउनु भयो
मलाई असल बन्ने सीप सिकाउनु भयो
मलाई को खाहीखाही गरी खाना खुवाउनु भयो
सुत्ने बेलामा मिठी लोरी गाउनुभयो
आमा तपाइकी माया लाखौमा एक
पुरा गरिदिने मेरो चाहना अनेक
मलाई थाहा छैन, म कसरी चुकाउत्यो त्याग र समर्पन
तर मलाई यति थाहा छ कि म असल र
नाम रोशन अवस्थ गराउँछु ।



एस.ई.ई पछि कलेज छाउने उपाय?

✍ कल्पना थापा, काउन्सेलर, जोसेफ कलेज

माध्यमिक शिक्षा परीक्षा (एसईई) पार गरेलगतै विद्यार्थीको पाइला उच्च शिक्षातिर अघि बढ्छ। आजकल कक्षा ११, १२ लाई विद्यालयतह नै भनिने पनि विद्यार्थी यो कुरा मान्न तयार छैनन् र आफु कलेज पढ्ने भईसकेँ भन्न रुचाउँछन्। अभिभावक पनि आफ्ना छोराछोरी विद्यालय तह सकेर कलेज पढ्ने भयो भन्ने मन पराउँछन्। विद्यालयतह सकेर भविष्यमा के पढ्ने र के बन्ने भन्ने विषयमा त विद्यार्थी अभिभावक सबैको दिमाग धेरै नै खर्च भएको हुन्छ तर त्यसका लागि कुन कलेज पढ्ने र कलेज कसरी छान्ने भन्ने कुरामा भने धेरै विद्यार्थीले त हेक्का पुऱ्याउँदैनन् नै, अभिभावकले पनि यसमा चुकेको नै देखिन्छ। शिक्षाका जानकारहरुका अनुसार पढ्न र विषयभन्दा पनि कलेज छान्न गाह्रो हुन्छ। त्यसैले यसमा हेक्का पुऱ्याउनु आवश्यक छ।

एसईईको नतिजा सार्वजनिक भएलगतै कलेजहरु पनि विद्यार्थी र अभिभावक पनि कलेजको खोजीमा भाँतारिएका हुन्छन्। छोराछोरीले कुन कलेजमा नाम निकाल्ने हुन्। कहाँ भर्ना गरौं भन्ने पिरलो अभिभावकलाई पनि खुबै हुने गर्दछ।

कलेजहरुले त विद्यार्थीको खोजीका लागि विद्यार्थी अध्ययन गरेको विद्यालयमा पुगुका साथै ट्यूसन सेन्टर, शैक्षिक मेला, विद्यार्थी अभिभावक भेटवार्ता लगायतका कार्यक्रम राखेर विद्यार्थीलाई भर्ना गर्ने मेसो मिलाएका हुन्छन्। तर यो बेला भर्नाका लागि विद्यार्थी खोज्ने कलेज भन्दा भर्नाका लागि कलेज खोज्ने अभिभावक र विद्यार्थीले धेरै विचार पुऱ्याउनु पर्ने हुन्छ। विद्यार्थी तथा अभिभावकको सानोतिनो कमीकमजोरी हे लचक्र्याई र सुझुबुझ पुऱ्याउन नसक्दा विद्यार्थीको उच्च शिक्षाको भविष्य त धरापमा पर्छ नै अभिभावकको लाखौको लगानी पनि बालुवामा पानी हाले जस्तो हुन्छ। यसैले यसमा धेरै नै विचार गर्नुपर्छ।

एसईईपछि धेरै विद्यार्थीले आफु अध्ययन गरेका विद्यालय परिवर्तन गरेर कक्षा ११ बाट नयाँ कलेजमा (हाल मावि नै भनिन्छ) भर्ना हुन्छन् र यसमा अभिभावकको पनि भन्दा पनि विद्यार्थीको भूमिका बढी हुन्छ र विद्यार्थीले आफ्ना साथीभाइले गरेको निर्णयकै आधारमा आफुले पनि कलेज छान्ने गर्दछ। अध्ययन गर्ने विषय र कलेजको समेत छनौटमा साथीको भूमिका सबैभन्दा महत्वपूर्ण हुने अध्ययनबाट पनि देखिएको छ कसरी छान्ने त कलेज, के कस्तो कुरामाविचार पुऱ्याउनु पर्छ।

खासमा राम्रो व्यवस्थापन भएको, कलेजको विगतको नतिजा, अध्ययनगर्ने वातावरण, उक्त कलेजमा विगत दुई तीनवर्ष अघिका विद्यार्थीले प्राप्त गरेको सफलताको आधारमा तपाईंले कलेज छनौट गर्न सक्नुभयो भने त्यो निकै राम्रो हुन सक्छ। कतिपय विद्यार्थी साथीभाइको लहलहैमा भर्ना हुन्छन् तर कलेजको प्रिन्सिपल को हो, कलेज चलाएको हो भन्ने कुरामा रतिभर पनि हेक्का राख्दैनन्। खासमा कलेज छान्ने काम पनि त्यति सजिलो होइन। कलेजमा विद्यार्थी भर्नाको चटारो चलेको बेला कलेज छान्दा विचार गरौं राम्रो अध्यापक, नियमित अध्यापन हुने कलेज छान्नुपर्छ।

निश्चित विद्यार्थी मात्रै अध्यापन गराउने कलेज छान्नु उपयुक्त हुन्छ परिवारले लगानी गर्न सक्ने अवस्थालाई विचार गरेर कलेज छान्नुपर्छ। कलेजबाट उत्पादित जनशक्ति बजारमा बिकेको छ कि छैन यसतर्फ पनि विचार गर्नुपर्छ। कलेजको बाहिरी आवरणको हाईफाईमा नलागौं साथीको लहलहैमा पनि नलागौं।

मेरो देश नेपाल

✍ गौरब खड्का, कक्षा : ६ क

जोसेफ हाई स्कूल

नेपाल देश सुन्दर विशालशिर हाम्रो हिमाल
भृकुटी सिता, गहना, हाम्रो संकृतिविशाल

राम र बुद्ध विश्वकै तारा संसारले चिन्छन्
विचित्र हाम्रो यो तपोभूमिविश्वकै भिन्नछ

विविध जाति भाषा धर्म हिमाल पहाड तराई
नेपाली भई बस्छौ मिलि कोहि छैन पराई।

पूर्व मेघि पश्चिम माहाकाली उत्तर हिमाल हाम्रो
दक्षिणमा तराईफाट हराभरा राम्रो

हिमाल पहाड तराई सुन्दर हरियालीवन
मनाकारी नेपाली हामी स्वच्छ सफा मन

जताजाँऊजता डुलौं यै नेपाल देख्छु
संसारकै सुन्दर नेपाल यै मुटुमा लेख्छु।

मेरो देश

✍ पुकार कोइराला, कक्षा ४ ए

इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूल

नेपाल देशमा बस्छौं हामी
यहाँको वातावरण छ दामी
देशको उच्च कमाउने नामी
कोही नै छैन यहाँ दुरगामी॥

सबै मिलीबनाउनु छ देशलाई
नबिसौं कहिल्यै भाषा र भेषलाई
फुल्ल नदिइकन आमाको केशलाई
आमा चिन्ता नलेउ रोकिदैन रेशलाई॥

म पनिचिनाउने छु देशको नाम
गरेर नै भविष्यमा सुन्दर काम
मात्र पछि लायिदैन कमाउने दाम
अध्ययन गर्नेछु म ताकेर घाम

विज्ञानको खोजीमा सधैं अघि बढ्नेछु
परिवार व्ययभार बुझेर पढ्नेछु
गन्तव्यमा पुग्नलाई लडाइँ लड्नेछु
परोस् हेर छाडिदिन अन्तरिक्ष चढ्नेछु॥

मुक्तक

✍ सुनिता बराल, शिक्षिका,

इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूल

सिङ्गो नेपाललाई आफ्नै घर मान्न सक्नु पर्छ
सत्य बोली वचनले अरुको मन तान्न सक्नु पर्छ
यहाँका विभिन्न जातजाति र भाषाभाषीले
आफ्नो अस्तित्व र पहिचान धान्न सक्नु पर्छ (?)

अत्याचार गर्नेलाई फाँसी दिन मन छ
धनका घमण्डी देख्दा हाँसीदिन मन छ
२१औं शताब्दीमा पनि विभेद गर्नेलाई
चेतनाको पम्प्लेट टाँसिदिन मन छ।(२)

परदेशबाट आऊ दाजु सयपत्री उनेर राख्नेछु
भाइ टीकालाई ढाका टोपी बुनेर राख्नेछु
मैले तिम्रो लामो आयु माग्दै दियो बाली
खुसी र उमङ्गको भाव मनमा गुनेर राख्नेछु।(३)

विज्ञानका रोचक तथ्य

राम ठकुरी, Chemistry लेक्चरर, जोसेफ कलेज



के हो सुपरग्लू ? यसले कसरी छाला बिगाई ?

बजारका अधिकांश पसलहरूमा सुपरग्लू बेच्न राखेको हामी देख्न सक्छौ । उक्त सुपरग्लू (super glue) हामीहरू उक्किएको जुता र अन्य बस्तुहरूलाई जोड्न प्रयोग गर्दछौ ।

के हो त सुपरग्लू ?

सुपरग्लू एक प्रकारको पोलिमर (polymer) हो । एकै प्रकारको र भिन्न-भिन्न प्रकारको अणु (molecule) हर को लगातारको बोनडिङबाट बन्न पुगेको लामो र जटिल संरचना नै पोलिमर हो, जुन जटिल अणु निर्माणमा सहभागी हुने उस्तै-उस्तै साना-साना अणुहरूलाई मोनोमर (monomer)

भनिन्छ । जस्तै : प्लाष्टिक, रबर, नाइलन, बेकेलाइट, डि.एन.ए. आदि पोलिमरका उदाहरण हुन जुन मोनोमर मिलेर बनेको हुन्छ । हामीले दैनिक जीवनमा प्रयोग गर्ने प्लाष्टिक इथिन नामक एक प्रकारको असन्तृप्त हाइड्रोकार्बन (unsaturated hydrocarbon) को अणुबाट बनेको पोलिमर भएकोले प्लाष्टिकलाई पोलिइथिन पनि भनिएको हो। सुपरग्लू पनि यस्तै तरिकाले मसिना-मसिना मोनोमरबाट बनेको पोलिमर हो ।

यसले कसरी बस्तुलाई टाट्दछ त ?

सुपरग्लू पोलिमरले ठोस बस्तु विशेषगरी छालासंग स्थायी प्रकारले बोनडिङ गर्छ । त्यसैले यसले छालालाई राम्रोसंग जोड्दछ । यदि सुपरग्लू हाम्रो छालामा पर्न गएमा यसले हाम्रो छालामा भएको प्रोटीन (protein) को अणु एमिनो एसिड (amino acid) संग स्थायी बोनड बनाउँछ र फलस्वरूप छाला उक्किएर जान्छ ।



कसरी बिगाई सुर्‍यको किरणले हाम्रो छालालाई ?

सुर्‍यको किरण जसरी भिटामिन 'डी ३' उत्पादन गर्नको लागि आवश्यक छ, त्यसरी नै लामो समय हाम्रो छालामा परेमा छालाको लागि हानिकारक पनि छ । लामो समयसम्म हाम्रो

खुल्ला छालामा सुर्‍यको पराबैजनी किरण पर्न गएमा हाम्रो छालामा भएको मसिना र तनलीहरू खुम्चने, फुक्ने र छाला रातो-रातो हुन्छ ।

यो क्रम लामो समयसम्म चलिरेहेमा छालाको बाहिरी तहको कोष मर्न जान्छ र छाला कालो रंगको हुन जान्छ । त्यस्तै छालामा मेलानिनको मात्रा पनि बढ्न जान्छ । सुर्‍यको किरणको लामो समय छाला संगको सम्पर्कले पानीको कमी हुने, थकान बढ्ने र छालामा भएको डीएनएको केहि मात्रा पूर्ण रुपमा नष्ट हुन गई छालाको क्यान्सर समेत हुने हुन्छ ।

यसबाट बच्नको लागि लामो समयसम्म छालालाई सुर्‍यको किरणको सम्पर्कमा राख्नु हुँदैन । चर्को घामले बाहिर निस्कदा सनग्लास लगाउनु पर्दछ र साथै टोपी प्रयोग गर्ने छालामा सनब्लक क्रिम लगाउनु बुद्धिमानी हुन्छ । सनब्लक क्रिमलाई पानीले

पखाल्ने हुन्छ र पसिनाले पनि यसलाई पखालिदिन्छ । बिहान १० देखि दिउसोको २ बजेको बीचमा घामको प्रकाशमा बढी मात्रामा पराबैजनी विकिरण हुन्छ ।

कसरी प्राप्त गर्दछ त हाम्रो शरीरले सुर्‍यको किरणबाट भिटामिन डी ?

यो कुरा सत्य हो कि सुर्‍यको किरण भिटामिन 'डी'को लागि उपयोगी हो तर सुर्‍यको किरणसँगै भिटामिन 'डी' हाम्रो शरीरमा भने प्रवेश गर्ने चाहिँ होइन । जब सुर्‍यको किरण हाम्रो छालामा प्रवेश गर्दछ तब सुर्‍यको किरणमा भएको पराबैजनी किरण (UV-Ray)लाई हाम्रो छालाको इपीडर्मिस नामक तहमा भण्डार भएर रहेको 7-dehydrocholesterol(7-DHC) नामक यौगिकले सोस्छ र सुर्‍यको किरणमा भएको उक्त पराबैजनी किरणको उपस्थितिले गर्दा 7-DHC मा रासायनिक परिबर्तन हुन गई भिटामिन 'डी'मा परिवर्तन हुन्छ । उक्त भिटामिन बास्तबमा भिटामिन 'डी ३' Vitamin D3 -Cholecalciferol हो ।

रोचक पक्ष

उच्च अल्ट्रावियोलेट बस्ने मानिस भन्दा कम अल्ट्रावियोलेट बस्ने मानिसको छालामा भिटामिन 'डी३' को मात्रा बढी उत्पादन हुन्छ । कम अल्ट्रावियोलेट प्रकाशको तिब्रता बढी हुने भएकोले यसो भएको हो । कालो र गोरो मानिसमध्ये गोरो मानिसको छालामा बढी मात्रामा खटकल म्य (cholecalciferol) उत्पादन हुन्छ । कालो छालामा मेलानिन नामक पदार्थ अत्याधिक हुने र उक्त मेलानिनले पनि पराबैजनी किरणलाई सोसिदिने हुँदा सम्पूर्ण पराबैजनी किरणको मात्रा 7-dehydrocholesterol (7-DHC)लाई भिटामिन 'डी ३' मा रुपान्तरण गर्नतर्फ उपयोग हुन पाउँदैन ।



बिरालोले राती कसरी आँखा देख्छ त ?

हामीले राती बिरालो सक्रिय रहेको, यताउति सजिलै हिड्न गरेको, आपसमा भगडा गरेको र मुसा माँदै हिडेको देख्दै आएका छौ । मानिसको बस्तीमा रहने बिरालो मात्र नभएर जंगलमा पाइने बिरालो बर्गका अन्य खतरनाक जन्तुहरू जस्तै सिंह, बाघ, चितुवा आदि पनि दिनभरी सुतेर समय बिताउने अनि रात् परेपछि सक्रिय भएर हिडेको दृश्य विभिन्न टेलिभिजनमा प्रसारण गरिएको देख्दै आएका छौ ।

बिरालोले राती आँखा देख्नुको कारण त्यसको आँखाको बनावट नै हो । बिरालोको आँखाको रेटिनाको पछाडीपटि अर्को छुट्टै विशेष प्रकारको Tapetum Lucidum नामक पत्र रहेको हुन्छ जसले प्रकाशलाई परावर्तन गरी पुनः रेटिनामा पुर्याइदिन्छ जसको कारणले गर्दा बिरालोलाई राती हामीले देख्न नसक्ने बस्तु पनि देख्दछ । बिरालोको यो गुणलाई यिनमा भएको अनुकुलताको लक्षण पनि भनिन्छ । अनुकुलताको लक्षण भन्नाले जीवहरूको वातावरणसंग घुलमिल भएर सजिलै बाच्न सक्ने क्षमता बुझिन्छ । मानिसले जुन प्रकाशमा बस्तु देख्न सक्छ त्यो भन्दा १० गुणा कम प्रकाशमा पनि यी बिरालो जातिका जन्तुहरू सजिलै बस्तुहरू देख्न समर्थ हुन्छन् । आँखाको यहि बनावटको कारणले गर्दा नै राती थोरै प्रकाश पर्दा पनि बिरालोको आँखा टल्किएको हो ।



स्टाफ खेलकुद प्रतियोगिता



स्टाफ नगद पुरस्कार



स्टाफ मिटिङ्ग

आमा

✍ अनिल चौधरी, कक्षा १२



तिमी नै हो जगत जननी
तिमी नै हो उज्यालो बिहानी
फेलेको छ तिम्रो ममताको कहानी
आमा तिम्रो माया कहिल्यै हुन्न खरानी

आमा तिमिले जति माया कसैले दिन
जति तिरेर पनि पाउँदैन यो किन्न
तिम्रो कहिल्यै छोड्दिनै साथ म
तिम्रो प्रेम निसानी कहिल्यै मेट्दिनै ।

नराम्रो नसोच्नु भनेर सम्झायौ ।
समाजमा बस्न सिमायौ
देशको सेवागर्न अग्रसर गरायौ ।

आमा तिम्रो माया र ममता अपार
क्षमा पाऊँ आमा सकिदैन तिर्न तिम्रो दुधको भार
आमा तिमिले मलाई यहाँ भित्रायौ ।
मलाई राम्रो मान्छे बन्न तिमिले के-के सिकायौ ।

आमाहेर्न सकिदैन तिम्रो अपमान
अरुको नजरमा गर्ने छु तिमिलाई सम्मान
आमा म तिम्रो केही कुरा चोरेर लान्न
तिम्रो आँखाबाट एक थोपा आँसु भाँन दिन ।

आमासँगको पुकार

✍ गायत्री रिजाल, शिक्षिका,
जोसेफ हाई स्कूल

नेपाल आमा प्यारी थिइन्, थिइन् सेवी पनि
बाले चाहे छोराहरु उनि जस्तै भनि ।
छोरा जन्मे खोजे जस्ता थिए ज्ञानी अनि
भए ठूला पाए पोषण अनि संकार पनि
हाम्रा बा त धनिमान थिए उर्वरभूमि
भएँ बूढो अंशवण्डा गर्छु भने म नि ।
सिमे खेत टारी पाए ठूला दाइले
म चै भने खोरीया बारी कहाँ खन्छु भाइले ?
अंशवण्डा नमिल्लाले भाइभाइ फुटे
त्यही फुटाइको फाइदा उठाई शत्रुहरु जुटे ।
दुश्मनहरु भाइलाई भन्छन् हामीसँग लागेस्
गुनको बदला गुन नै हो धन सम्पत्ती पाएस् ।
आफ्नै आफ्ना नमिल्लाले भयो भाँडभैलो
ललाई फर्काई शत्रुहरुले धुते सुनको थैलो ।
आमासँग पुकार मेरो राम्रो भाइ देउन
अशान्तिको देशमा फेरी बुद्ध फर्काइदेउन ।

अधुरो माया

✍ अंकित ढुंगाना, कक्षा १२

बैशाख जेठको खडेरीमा
आगो बाल्न सलाई दियोँ
बन्दै थियो प्रेमको मन्दिर
अधुरैमा जलाईदियोँ

बुद्धको भैं शान्त थियो
मन को तलाउ
दुइगा हानि चलाईदियोँ
फूलको थुङ्गा आफू सितरी
काडा चाहिँ मलाई दियोँ

चर्किएको घाममा तिमिले
छाया दिए पुथ्यो
अरु मलाई केहि चाहिन्न
माया दिए पुथ्यो

तिर्खाएको प्यासी हुँ म
पानी दिए पुथ्यो
तिम्रै कारण पागल भाछु
जानी दिए पुथ्यो ।

कविता

✍ विनिता उपाध्याय, कक्षा ३

हेर न साथी आकाशमा
कति राम्रा जुन
छुन खोज्छु उफ्री उफ्री
सकिदैन म किन ।

मन मनै प्रश्न गर्छु
कहाँ होला जुनको घर
एकलै बस्दा आकाशमा
लाग्दैन कि डर ॥

पूर्णमाको रातमा जुन
कति राम्रो लाग्छ
बिहानीमा उठी हेर्दा
जुन कता भाग्छ ॥

सामान्य ज्ञान

✍ रीता थपलिया, शिक्षिका,
इन्टरनेशनल जोसेफ पब्लिक स्कूल

१. नेपाली राष्ट्रिय गानमा कति शब्द र कति अक्षर रहेका छन्?
(- शब्द ४६, अक्षर १२८)
२. पृथ्वी गोलो छ भनेर घोषणा गर्ने व्यक्ति को हुन् ? (-पाइथागोरस)
३. टाउकोमा गर्भधारण गर्ने जीव कुन हो ? (-उडुस)
४. जिब्रोको भित्री भागले कुन स्वाद थाहा पाउँछ ? (-तितो)
५. कहिले पनि ननिदाउने जनावर कुन हो ? (-हात्ती)
६. मानिस स्वस्थ रहन कति प्रकारको भिटामिन खानु पर्दछ ?
(-१३ प्रकारका)
७. संसारको सबैभन्दा बढि सर्ने रोग कुन हो ? (-रुघा)

आमा

✍ ओजस्वी बराल, कक्षा , ६ ए१
जोसेफ हाई स्कूल

आमा तिमि संसारकी रानी
आमा तिमि मायाकी खानी
गल्ती गरे जानी नजानी
माफी दिन्छौ अज्ञानी ठानी
सहन्छौ तिमि भोक र प्यास
तिम्रो लागि सन्ताननै खास ।
खुवाउछ्यौँ आमा काटेर गाँस
सन्तानकै लागि भइरहन्छौ दास ।
तिमिले दिन्छौ निस्वर्थ माया
च्यापेर सधैं दायौ र बायाँ
पर्न दिन्नौ हामीलाई दुःखको छाँया
अपरम्पार छ आमा तिम्रो माया ।
संसारको जुनसुकै कुनामा जाउँ,
आमा तिम्रो सेवा गरि रहनपाउँ
संघर्ष गर्दा जति हन्डर खाउँ,
आमा तिम्रो माया अनि साथ पाउँ ।

JOSEPH H.S./COLLEGE

MAHANKAL, SHANTINAGAR

CLASS WISE PHOTO



XI, SCIENCE



XI, BUSINESS



XI, HOTEL MANAGEMENT



XI, COMPUTER SCIENCE



XII, SCIENCE



XII, BUSINESS



XII, HOTEL MANAGEMENT



XII, COMPUTER SCIENCE



COLLEGE STAFF



COMPUTER LAB



SCIENCE LAB



STUDENTS ON HIKING



SDG TRAINING AT VIN



STUDENTS LEARNING



WINNER STUDENTS



FUTSAL MATCH

JOSEPH HIGH SCHOOL

Budhanilkantha-10, Kapan

CLASS WISE PHOTO



NURSERY A1



NURSERY A2



NURSERY A3



JKG A1



JKG A2



SKG A1



SKG A2



ONE A1

JOSEPH HIGH SCHOOL



ONE A2



TWO A1



TWO A2



THREE A1



THREE A2



THREE A3



FOUR A1



FOUR A2

JOSEPH HIGH SCHOOL



FOUR A3



FIVE A1



FIVE A2



FIVE A3



SIX A1



SIX A2



SIX A3



SEVEN A1

JOSEPH HIGH SCHOOL



SEVEN A2



EIGHT A1



EIGHT A2



EIGHT A3



NINE A1



NINE A2



TEN A1



TEN A2

JOSEPH HIGH SCHOOL



TEN A3



TEACHING STAFF



TEACHING STAFF



NON-TEACHING STAFF



BUS STAFF



SCIENCE LAB



V.R. SESSION AT JOSEPH HIGH SCHOOL



STUDENTS ON PLAY GROUND

INTERNATIONAL JOSEPH PUBLIC SCHOOL

Mahankal, Shantinagar

CLASS WISE PHOTO



NURSERY A1



NURSERY A2



JKG A1



JKG A2



SKG A1



SKG A2



ONE A1



ONE A2

INTERNATIONAL JOSEPH PUBLIC SCHOOL



ONE A3



TWO A1



TWO A2



TWO A3



THREE A1



THREE A2



THREE A3



FOUR A1

INTERNATIONAL JOSEPH PUBLIC SCHOOL



FOUR A2



FOUR A3



FIVE A1



FIVE A2



SIX A1



SIX A2



SEVEN A1



SEVEN A2

INTERNATIONAL JOSEPH PUBLIC SCHOOL



EIGHT A1



EIGHT A2



NINE A1



NINE A2



TEN A1



TEN A2



TEACHING STAFF



TEACHING STAFF



NON-TEACHING STAFF



KARATE CLASS



ISA AWARDED CO-ORDINATORS



AWARDED PLAYERS



COMPUTER LAB



AWARDED DANCE STUDENTS



FUTSAL MATCH



SCHOOL ASSEMBLY

PHOTO GALLERY



SCHOOL ASSEMBLY



SCHOOL VEHICLE



KIDS PLAY STATION



CAFETERIA



COMPUTER LAB



LIBRARY



MUSIC CLASS



STUDENTS ON PLAY GROUND

The only institution for your ward success...