



वैशाख २०८१

APRIL/MAY 2024

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

जेठ २०८१

MAY/JUNE 2024

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	विहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		सप्तमी १ 14	अष्टमी २ 15	अष्टमी ३ 16	नवमी ४ 17	दशमी ५ 18
एकादशी ६ 19	द्वादशी ७ 20	त्रयोदशी ८ 21	चतुर्दशी ९ 22	पूर्णिमा १० 23	प्रतिपदा ११ 24	द्वितीया १२ 25
तृतीया १३ 26	चतुर्थी १४ 27	पञ्चमी १५ 28	षष्ठी १६ 29	सप्तमी १७ 30	अष्टमी १८ 31	नवमी १९ 1
दशमी २० 2	द्वादशी २१ 3	त्रयोदशी २२ 4	चतुर्दशी २३ 5	औशी २४ 6	प्रतिपदा २५ 7	द्वितीया २६ 8
तृतीया २७ 9	चतुर्थी २८ 10	पञ्चमी २९ 11	षष्ठी ३० 12	सप्तमी ३१ 13	अष्टमी ३२ 14	

बिदा

- १ : नया वर्ष
- ५ : रामनवमी
- १९ : श्रमिक दिवस

कार्यक्रम

- चित्रकला प्रतियोगिता
- चिडियाघर भ्रमण

बिदा

- १० : बुद्ध जयन्ती
- १५ : गणतन्त्र दिवस

कार्यक्रम

- सिनेमा हेर्न जाने
- नाटकको अभ्यास शुरु



डाउन सिन्ड्रोम समाज, नेपाल

कपुरधारा मार्ग-६९४

सम्पर्क: ९७७-०१-५९०४७६१, ९८५११९६५१९, ९८५१०९२२५०

ईमेल: dsnepal2010@gmail.com

वेबसाईट: www.dsn.org.np





असार २०८१

JUNE/JULY 2024

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

साउन २०८१

JULY/AUGUST 2024

आइतबार Sunday	सोमबार Monday	मंगलबार Tuesday	बुधबार Wednesday	विहीबार Thursday	शुक्रबार Friday	शनिबार Saturday
		दशमी १ 16	एकादशी २ 17	द्वादशी ३ 18	त्रयोदशी ४ 19	चतुर्दशी ५ 20
पूर्णिमा ६ 21 शिक्षक दिवस	प्रतिपदा ७ 22	द्वितीया ८ 23	चतुर्थी ९ 24	पञ्चमी १० 25	षष्ठी ११ 26	सप्तमी १२ 27
अष्टमी १३ 28	नवमी १४ 29	दशमी १५ 30	एकादशी १६ 31	द्वादशी १७ 1	त्रयोदशी १८ 2 गठे मंगल	चतुर्दशी १९ 3
औंशी २० 4	प्रतिपदा २१ 5	द्वितीया २२ 6	तृतीया २३ 7	चतुर्थी २४ 8	पञ्चमी २५ 9 नाग पञ्चमी	षष्ठी २६ 10
षष्ठी २७ 11	सप्तमी २८ 12	अष्टमी २९ 13	नवमी ३० 14	दशमी ३१ 15	एकादशी ३२ 16	

बिदा

वर्खा बिदा
१६ देखि २१ सम्म

कार्यक्रम

- रोपाई मनाउने
- दहि चिउरा खाने
- पहिलो मूल्याङ्कन परिक्षा

बिदा

कार्यक्रम

- खेल प्रतियोगिता
- खिर खाने / अभिभावक बैठक



डाउन सिन्ड्रोम समाज, नेपाल

कपुरधारा मार्ग-६९४

सम्पर्क: ९७७-०१-५९०४७६१, ९८५११९६५१९, ९८५१०९२२५०

ईमेल: dssnepal2010@gmail.com

वेबसाईट: www.dssn.org.np





मदौ २०८१

AUGUST/SEPTEMBER 2024

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

असोज २०८१

SEPTEMBER/OCTOBER 2024

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

बिदा

- ३ : रक्षा बन्धन
- २१ : तिज
- २३ : श्रृषि पञ्चमी

कार्यक्रम

- तिज दर कार्यक्रम
- बाल दिवस भदौ २० गते मनाउने
- अवलोकन भ्रमण २८ गते

बिदा

- १७ : घटस्थापना
- २४ : फूलपाती
- २५ : महाष्टमी
- २६ : विजयादशमी
- २७ : दशै बिदा
- २८ : दशै बिदा

कार्यक्रम

- १६ गते दशै भोज
- सांस्कृतिक भेषभुषा प्रतियोगिता



डाउन सिन्ड्रोम समाज, नेपाल

कपुरधारा मार्ग-६९४

सम्पर्क: ९७७-०१-५९०४७६१, ९८५११९६५१९, ९८५१०९२२५०

ईमेल: dssnepal2010@gmail.com

वेबसाईट: www.dssn.org.np





कार्तिक २०८१

OCTOBER/NOVEMBER 2024

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

मंसिर २०८१

NOVEMBER/DECEMBER 2024

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

बिदा

- १४ : काग तिहार
- १५ : लक्ष्मी पुँजा
- १८ : भाई टिका
- १९ : विदा
- २२ : छठ पर्व

कार्यक्रम

- देउसी भैलो १४ गते
- प्रोजेक्ट कार्य

बिदा

- १८ : अपाङ्गता दिवस

कार्यक्रम

- दोस्रो मूल्याङ्कन परिक्षा
- खेलकूद दिवस



डाउन सिन्ड्रोम समाज, नेपाल

कपुरधारा मार्ग-६९४

सम्पर्क: ९७७-०१-५९०४७६१, ९८५११९६५१९, ९८५१०९२२५०

ईमेल: dsnepal2010@gmail.com

वेबसाईट: www.dsn.org.np





पुष २०८१

DECEMBER/JANUARY 2024-25

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

माघ २०८१

JANUARY/FEBRUARY 2025

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

बिदा

१० : क्रिसमस
१४ देखि १९ सम्म जाडो विदा

कार्यक्रम

- सिनेमा हेर्न जाने

बिदा

१ : माघे संक्रान्ति

कार्यक्रम

- पिकनिक जाने
- सरस्वती पुजा मनाउने



डाउन सिन्ड्रोम समाज, नेपाल

कपुरधारा मार्ग-६९४

सम्पर्क: ९७७-०१-५९०४७६१, ९८५११९६५१९, ९८५१०९२२५०

ईमेल: dssnepal2010@gmail.com

वेबसाईट: www.dssn.org.np





फागुन २०८१

FEBRUARY/MARCH 2025

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

चैत्र २०८१

MARCH/APRIL 2025

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

बिदा

७ : प्रजात्रन्त दिवस
१४ : महा शिवरात्री
२९ : फागु पूर्णिमा

कार्यक्रम

- १७ गते मीट द प्रेस
- २८ गते होली मनाउने

बिदा

८ देखि १४ सम्म विश्व डाउन सिण्ड्रोम दिवस
२४ देखि ३१ सम्म विदा

कार्यक्रम

- सास्कृतिक कार्यक्रम
- अन्तिम मूल्याङ्कन परिक्षा
- अभिभावक दिवस
- दिक्षान्त समारोह
- मार्च महिनाको-अन्तिम कार्यक्रम



डाउन सिण्ड्रोम समाज, नेपाल

कपुरधारा मार्ग-६९४

सम्पर्क: ९७७-०१-५९०४७६१, ९८५११९६५१९, ९८५१०९२२५०

ईमेल: dssnepal2010@gmail.com

वेबसाईट: www.dssn.org.np

