nepal

Travelers' Information
(ভ্রমণকারীদের তথ্যাবলি)

নেপাল পর্যটন বোর্ড

NTB

www.ntb.gov.np

নেপালী রাজদূতাবাস, ঢাকা

অনন্য ভৌগোলিক অবস্থান এবং অক্ষাংশীয় বৈচিত্র্যর কারণে জীববৈচিত্র্যর দিক থেকে বিশ্বের অন্যতম সমৃদ্ধ দেশ নেপাল। দেশটির উচ্চতা সমুদ্রপৃষ্ঠের উপর ৬০ মিটার থেকে পৃথিবীর সর্বোচ্চ শৃঙ্গ মাউন্ট এভারেস্ট ৮,৮৪৮.৮৬ মিটার পর্যন্ত বিস্তৃত। সবকিছুই ১৫০ কিলোমিটার দূরত্বের মধ্যে থাকার ফলে উপ-ক্রান্তীয় থেকে আর্কটিক পর্যন্ত জলবায়ু পরিস্থিতি বিরাজ করে।

পৃথিবীর মোট ভূমির মাত্র ০.১% নেপালে হলেও এখানে রয়েছে:

- পৃথিবীর সকল ফুল জাতীয় উদ্ভিদের ২ শতাংশ
- পৃথিবীর ৮ শতাংশ পাখি (৮৮৯টিরও বেশি প্রজাতি)
- পৃথিবীর স্তন্যপায়ী প্রাণীর ৪ শতাংশ
- পৃথিবীর ১৫ টি প্রজাপতি পরিবারের ১১টি (৫০০টিরও বেশি প্রজাতি)
- ৬০০টি আদি দেশিয় উদ্ভিদ পরিবার
- ৩১৯ প্রজাতির বিদেশী অর্কিড

এক নজরে নেপাল

আয়তন	:	১৪৭,৫১৬ বর্গ কিলোমিটার
অবস্থান	:	উত্তরে চীন এবং দক্ষিণ, পূর্ব ও পশ্চিমে ভারত
রাজধানী	:	কাঠমান্ডু
জনসংখ্যা	:	২৯.১৯ মিলিয়ন (২০২১ সালের আদমশুমারি অনুসারে)
মানুষ	:	১২৫টিরও বেশি জাতিগোষ্ঠী এবং ১২৩টি কথ্য ভাষা
ভাষা	:	নেপালি জাতীয় ভাষা; পর্যটন সংশ্লিষ্ট ব্যবসায়ী মহল ইংরেজি বুঝেন ও বলতে পারে।
ধর্ম	:	ধর্মনিরপেক্ষ রাষ্ট্র, তবে হিন্দু ও বৌদ্ধ ধর্মের অনুসারীর আধিক্য
মুদ্রা	:	নেপালি রুপি - এনপিআর
রাজনৈতিক ব্যবস্থা	:	ফেডারেল ডেমোক্রেটিক রিপাবলিক
জলবায়ু	:	চারটি প্রধান ঋতু (১) শীতকাল: ডিসেম্বর-ফেব্রুয়ারি (২) বসন্ত : মার্চ-মে (৩) গ্রীষ্ম জুন-আগস্ট (৪) শরৎ : সেপ্টেম্বর-নভেম্বর; জুন থেকে মধ্য সেপ্টেম্বর পর্যন্ত বর্ষাকাল; বছরের সকল সময় নেপাল ভ্রমণ করা যায় ।
পরিধেয় পোষাক	:	মে থেকে অক্টোবর পর্যন্ত হালকা পোষাক পরা ভাল। অক্টোবর থেকে মার্চ পর্যন্ত গরম পোষাকের প্রয়োজন। বর্ষাকালে ছাতা বা রেইনকোট সহায়ক হবে।

ভিসা (প্রবেশ নিয়মাবলি)

১. বিদেশি পর্যটক ভ্রমণকারীকে (ভারত ব্যতীত*) পর্যটনের উদ্দেশ্যে নেপালে প্রবেশের জন্য অবশ্যই পর্যটক ভিসা নিতে হবে। ত্রিভুবন আন্তর্জাতিক বিমানবন্দর (টিআইএ) ও নেপালের অন্যান্য প্রবেশপথে অবস্থিত ইমিগ্রেশন বিভাগ (ডিওআই) থেকে অন এরাইভাল ট্যুরিস্ট ভিসা** পাওয়া যাবে। নেপালে প্রবেশের আগে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির দেশে অবস্থিত অথবা নিকটতম নেপাল কূটনৈতিক মিশন থেকেও পর্যটক ভিসা সংগ্রহ করা যাবে। পর্যটক ভিসার জন্য প্রয়োজনীয় বিষয়গুলি–

- বৈধ পাসপোর্ট এবং হালকা রঙের ব্যাকগ্রাউন্ড দিয়ে তোলা পাসপোর্ট সাইজের ছবি
- মার্কিন ডলার অথবা রূপান্তরযোগ্য বিদেশী মুদ্রায় ভিসা ফি প্রদান; আন্তর্জাতিক ক্রেডিট কার্ড গ্রহণ করা হয়
- যে কেউ নেপালে পৌঁছানোর আগে http://online nepalimmigration.gov.np/tourist-visa লিঙ্কের মাধ্যমে অনলাইন ভিসা আবেদনপত্র পূরণ করতে পারবে।

২. পর্যটক ভিসা

ভিসা সুবিধা	মেয়াদ	ফি
মাল্টিপল এন্ট্রি	১৫ দিন	৩০ মার্কিন ডলার বা সমমান রূপান্তরযোগ্য মুদ্রা
মাল্টিপল এন্ট্রি	৩০ দিন	৫০ মার্কিন ডলার বা সমমান রূপান্তরযোগ্য মুদ্রা
মাল্টিপল এন্ট্রি	৯০ দিন	১২৫ মার্কিন ডলার বা সমমান রূপান্তরযোগ্য মুদ্রা

৩. ভিসার মেয়াদ বৃদ্ধি

- কাঠমান্ডু বা পোখারায় ইমিগ্রেশন বিভাগ থেকে করা যেতে পারে
- ১৫ দিনের পর্যটক ভিসার জন্য ৪৫ মার্কিন ডলার এবং অতিরিক্ত প্রতি দিনের জন্য ৩ মার্কিন ডলার দিয়ে করা সম্ভব
- তবে, ১৫০ দিন পর্যন্ত মেয়াদ বৃদ্ধির বিলম্বের ক্ষেত্রে, প্রতি দিনের বিলম্ব ফি অতিরিক্ত ৫ মার্কিন ডলার

৪. গ্রেটিস ভিসা (নিম্নেবর্ণিত ভিসা আবেদনকারীদের ক্ষেত্রে বিনামূল্যে ভিসা)

- ১০ বছরের কম বয়সী শিশু (মার্কিন নাগরিক ব্যতীত)
- সার্ক নাগরিকদের ক্ষেত্রে (আফগানিস্তান ব্যতীত) একটি ভিসা বছরে প্রথমবার নেপাল ভ্রমণ ৩০ দিন পর্যন্ত
- কেবল ডিওআই-এর সুপারিশক্রমে আগমনের সাথে সাথে আফগান নাগরিকরা গ্রেটিস ভিসা পাবে
- অনিবাসী নেপালী (এনআরএন) কার্ডধারী পররাষ্ট্র মন্ত্রণালয়/বিদেশে নেপালের কূটনৈতিক মিশন থেকে ইস্যুকৃত)
- চীনা নাগরিক

৫. যাদের জন্য অন এরাইভাল পর্যটক ভিসা প্রযোজ্য নয় **

নেপাল সরকারের নীতি অনুসারে, নিম্নবর্ণিত দেশের নাগরিকদের নেপালে আগমনের পূর্বে নিকটতম কূটনৈতিক মিশন থেকে নেপালের ভিসা সংগ্রহ করতে অনুরোধ করা হচ্ছে: নাইজেরিয়া, ঘানা, জিম্বাবুয়ে, সোয়াজিল্যান্ড, ক্যামেরুন, সোমালিয়া, লাইবেরিয়া, ইথিওপিয়া, ইরাক, প্যালেস্টাইন, আফগানিস্তান ও সিরিয়া। ভ্রমণ-দলিল হাতে বিদেশী শরণার্থীদের ক্ষেত্রেও একই কথা প্রযোজ্য।

৬. ভ্রমণকারী ভারতীয় নাগরিকদের জন্য*

নেপালে প্রবেশের জন্য ভ্রমণকারী ভারতীয় নাগরিকদের ভিসার প্রয়োজন নেই। নেপালে প্রবেশ/প্রস্থানের জন্য নিম্নবর্ণিত যেকোনো একটি দলিল বৈধ পরিচয়পত্র হিসেবে বহন করতে অনুরোধ করা হলো।

- বৈধ জাতীয় পাসপোর্ট
- ভারতের নির্বাচন কমিশন কর্তৃক ইস্যুকৃত নির্বাচনী কার্ড
- প্যান কার্ড, ড্রাইভিং লাইসেন্স, ছবিসহ রেশন কার্ড এবং ৬৫ বছরের বেশি বয়সী মানুষের জন্য বয়স প্রমাণের দলিল
- ১৮ বছরের কম বয়সী শিশুদের জন্য বিদ্যালয়ের অধ্যক্ষ কর্তৃক ইস্যুকৃত পরিচয়পত্র

ভারতীয় নাগরিকদের যে বিষয়গুলো মনে রাখতে হবে–
আধার কার্ড (ইউআইডি) ভ্রমণ দলিল হিসেবে গণ্য হবে না
কাঠমান্ডুস্থ ভারতীয় দূতাবাস কর্তৃক ইস্যুকৃত নিবন্ধন সনদপত্র ভ্রমণ-দলিল হিসেবে গণ্য হবে না
কাঠমান্ডুস্থ ভারতীয় দূতাবাস কর্তৃক ইস্যুকৃত জরুরি সনদপত্র ও পরিচয়পত্র ভারতে ফিরে যাওয়ার একক ভ্রমণের জন্য বৈধ হিসেবে গণ্য হবে।

বিস্তারিত তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে কাঠমান্ডুর কালিকাস্থান ইমিগ্রেশন বিভাগে যোগাযোগ করুন

টেলিফোন: ০০৯৭৭-১-৪৪৩৩৯৩৪/৪৪২৯৬৬০/৪৪৩৮৮৬২/৪৪৩৮৮৬৮
ইমেইল: mail@nepalimmigration.gov.np, dj@nepalimmigration.gov.np
ওয়েবসাইট: www.nepalimmigration.gov.np

নেপালে প্রবেশ

বিমানপথ

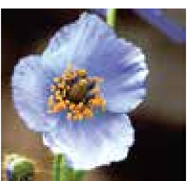
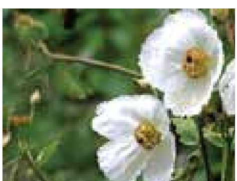
নেপালের জাতীয় পতাকাবাহী নেপাল এয়ারলাইন্স দিল্লি, মুম্বাই, বেঙ্গালুরু, কুয়ালালামপুর, দুবাই, ব্যাংকক, টোকিও, দোহা এবং হংকং যাতায়াত করে। শীর্ষস্থানীয় আন্তর্জাতিক বিমান সংস্থাগুলির মাধ্যমে বিশ্বের বিভিন্ন স্থানের সাথেও নেপাল সংযুক্ত। কাঠমান্ডু থেকে পরিচালিত সর্বশেষ আন্তর্জাতিক বিমান সংস্থাগুলির তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে www.ntb.gov.np/planyourtrip/flights এ লগ ইন করুন।

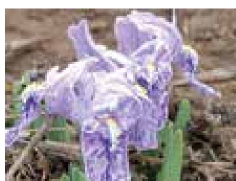
স্থলপথ

স্থলপথে নেপালে আসতে ইচ্ছুক পর্যটকরা ভারত-নেপাল সীমান্তের প্রবেশপথগুলোর যেকোনো একটি দিয়ে প্রবেশ করতে পারবে। (১)

পানি ট্যাঙ্কি/কাকরভিটা, রাক্সৌল/বীরগঞ্জ, সুনাউলি/বেলাহিয়া, রূপাইদিয়া/নেপালগঞ্জ, মোহনা/ধানগাড়ি, বনবাসা/গদ্দাচৌকির মহেন্দ্রনগর। দর্শনার্থীরা নেপাল-চীন সীমান্তে অবস্থিত রাসুওয়া/গেরং, হিলসা/বুরাং, সিন্দুপালচক/ঝাংমু, কোদারি (সিন্দুপালচক) প্রবেশপথগুলি দিয়েও প্রবেশ করতে পারবেন। সিন্দুপালচক/ঝাংমু, স্থলপথ ব্যবহারকারী পর্যটকদের যানবাহন নিয়ে প্রবেশের ক্ষেত্রে আন্তর্জাতিক কার্নেট নিতে হবে অথবা শুল্ক আনুষ্ঠানিকতা সম্পন্ন করতে হবে।

রুট	দূরত্ব (প্রায়) (সীমান্ত শহর থেকে প্রধান শহর)	ভারতে নিকটতম রেলওয়ে স্টেশন
শিলিগুড়ি-কাকরভিটা- কাঠমান্ডু	৬২০ কিমি	নিউ জলপাইগুড়ি (এনজেপি)
জোগবানি-বিরাটনগর- কাঠমান্ডু	৫৫০ কিমি	জোগবানি
রাক্সৌল-বীরগঞ্জ-কাঠমান্ডু	২৮০ কিমি	রাক্সৌল (আরএক্সএল)
সুনাউলি-ভৈরহাওয়া- কাঠমান্ডু	২৮০ কিমি	গোরাখপুর (জিকেপি)
রূপাইদিয়া-যমুনা (নেপালগঞ্জ)-কাঠমান্ডু	৫২০ কিমি	রূপাইদিয়াভ/নানপাড়া
গৌরীফাঁটা-মোহনা (ধানগড়ি)- কাঠমান্ডু	৬৩০ কিমি	গৌরীফাঁটা/পালিয়া
বনবাসা-গদ্দাচৌকি (মহেন্দ্রনগর)- কাঠমান্ডু	৭১৫ কিমি	বনবাসা/টনকপুর
সুনাউলি-ভৈরহাওয়া-পালপা-পোখরা	১৮৫ কিমি	গোরাখপুর (জিকেপি)
সুনাউলি-ভৈরহাওয়া-চিতওয়ান	১৪৫ কিমি	গোরাখপুর (জিকেপি)
সুনাউলি-ভৈরহাওয়া-লুম্বিনি	২৬ কিমি	গোরাখপুর (জিকেপি)



আভ্যন্তরীণ এয়ারলাইন্স

নেপালের গুরুত্বপূর্ণ স্থানগুলোতে বিমান পরিষেবার একটি বিস্তৃত নেটওয়ার্ক রয়েছে নেপাল এয়ারলাইন্সের। বেসরকারি খাতের অভ্যন্তরীণ বিমান সংস্থাগুলি জনপ্রিয় অভ্যন্তরীণ গন্তব্যগুলিতে নিয়মিত ও চার্টার পরিষেবা প্রদান করে থাকে। অনেক দেশীয় বিমান সংস্থা ভোরে এক ঘন্টার পাহাড়ি উড্ডয়ন পরিচালনা করে সারা বছর ধরে।

বিদেশী মুদ্রা বিনিময়

শুধুমাত্র ব্যাংক বা অনুমোদিত বৈদেশিক মুদ্রা ব্যবসারীদের মাধ্যমে বৈদেশিক মুদ্রা বিনিময় করতে হবে এবং এই ধরনের লেনদেনের রসিদ সংগ্রহ ও সংরক্ষণ করতে হবে। দর্শনার্থীরা বিমানবন্দরে পৌঁছানোর পর বৈদেশিক মুদ্রা কাউন্টারে অর্থ বিনিময় করতে পারবে।

শুল্ক আনুষ্ঠানিকতা

প্রবেশের সময় সাথে থাকা সমস্ত লাগেজ ঘোষণা করতে হবে এবং কাস্টমস ছাড়পত্র নিতে হবে। ব্যক্তিগত জিনিসপত্র বিনামূল্যে প্রবেশের অনুমতি রয়েছে। একজন পর্যটক নির্ধারিত পরিমাণে শুল্কমুক্তভাবে তামাক এবং মদের মতো শুল্কযোগ্য পণ্য আনতে পারে। মাদকদ্রব্য, অস্ত্র এবং গোলাবারুদ বহন কঠোরভাবে নিষিদ্ধ (টেলিফোন: ০১-৪৪৭০৩৮২)। দর্শনার্থীরা নিজ নিজ দেশে স্যুভেনির নিতে পারবে। তবে প্রাচীন জিনিসপত্রের ক্ষেত্রে প্রত্নতত্ত্ব বিভাগ, জাতীয় আর্কাইভ ভবন, রাম শাহ পথ, কাঠমান্ডু (টেলিফোন: ০১-৮২৬০৬৮৬/৮২২০৬৮৭/৪২৫০৬৮৮) থেকে বিশেষ অনুমতি নিতে হবে।

স্থানীয় পরিবহন

কাঠমান্ডুর ভেতরে চলাচলের জন্য ট্যাক্সি, বাস, মাইক্রোবাস, তিন চাকার গণপরিবহন সহজেই পাওয়া যায়। ট্যাক্সি এবং দুই চাকার বাহনের জন্য অনলাইন অ্যাপসও রয়েছে। তিনটি শহরের প্রধান রুটে সাঝা বাস পরিষেবাও রয়েছে। একইভাবে, উপত্যকার বাইরে যাওয়ার জন্য গঙ্গাবু বাস টার্মিনাল থেকে নির্ধারিত বাস পরিষেবা পরিচালিত হয়। নামমাত্র ভাড়ায় পাহাড়ি বা মোটরবাইকও নেয়া যায়। কোনও টিপস প্রত্যাশিত নয়।

ভ্রমণ ও ভ্রমণ সুবিধা

নেপালে সকল শ্রেণীর সুবিধা রয়েছে, আন্তর্জাতিক মান থেকে শুরু করে বাজেট ফ্রেন্ডলি (কম খরচে) সুবিধা রয়েছে। নিরাপত্তা এবং গুণমান নিশ্চিত করার জন্য, সরকার নিবন্ধিত এবং অনুমোদিত পরিষেবা প্রদানকারীদের সাহায্য নেয়ার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে।

ট্যুর আয়োজনের জন্য রয়েছে

নেপাল অ্যাসোসিয়েশন অফ ট্র্যাভেল অ্যান্ড ট্যুর এজেন্টস (এনএটিটিএ)

http://www.natta.org.np

নেপাল অ্যাসোসিয়েশন অফ ট্যুর অপারেটরস (এনএটিও)

http://www.nepaltouroperators.org.np

সোসাইটি অফ ট্র্যাভেল অ্যান্ড ট্যুর অপারেটরস নেপাল (এসওটিটিও-নেপাল) http://www.sottonepal.org

আবাসন

আবাসনের জন্য পাঁচ তারকা আন্তর্জাতিক মানের হোটেল ও রিসোর্ট থেকে শুরু করে আরামদায়ক লজ কাঠমান্ডু ও প্রধান প্রধান পর্যটন কেন্দ্রে রয়েছে। হোটেলগুলোতে বিশেষ রেস্তোরা, সম্মেলন সুবিধা, স্বতন্ত্র হেলথ ক্লাব এবং বিজনেস সেন্টার রয়েছে। এছাড়াও আপনি স্থানীয় মানুষদের সাথে সেখানকার বাড়িতে থাকতে পারেন যেখানে আপনি ঐতিহ্যবাহী খাবার ও অভিজ্ঞতা উপভোগ করতে পারবেন।

বিস্তারিত তথ্যের জন্য:

হোটেল অ্যাসোসিয়েশন অব নেপাল (এইচএএন)
http://www.hotelassociationnepal.org.np

সংস্কৃতি

নেপালের অনন্য সম্পদ

মাউন্ট এভারেস্ট-পৃথিবীর সর্বোচ্চ শৃঙ্গ
কুমারী-জীবন্ত দেবী
লুম্বিনী-বুদ্ধের জন্মস্থান

বৈশ্বিক ঐতিহ্যবাহী স্থান

ইউনেস্কোর বৈশ্বিক চারটি ঐতিহ্যবাহী স্থান রয়েছে নেপালে। এর মধ্যে সাংস্কৃতিক বিভাগে ও প্রাকৃতিক বিভাগে দুইটি করে রয়েছে।

নেপালের বৈশ্বিক সাংস্কৃতিক ঐতিহ্যবাহী স্থান

কাঠমান্ডু উপত্যকা

(এর মধ্যে রয়েছে কাঠমান্ডুর দরবার স্কয়ার, পাটান, ভক্তপুর, বৌদ্ধ স্তূপা স্বয়ম্ভুনাথ, বৌদ্ধনাথ; হিন্দু মন্দির পশুপতিনাথ ও ছাঙ্গু নারায়ণ)
লুম্বিনী-বুদ্ধের জন্মস্থান

নেপালের বৈশ্বিক প্রাকৃতিক ঐতিহ্যবাহী স্থানসমূহ

চিতওয়ান জাতীয় উদ্যান
সাগরমাথা জাতীয় উদ্যান

এছাড়াও, কাঠমান্ডু উপত্যকা ও এর আশেপাশে অনেক শহর ও বসতি রয়েছে যা নেপালের সমৃদ্ধ ইতিহাস ও ঐতিহ্যের উৎকৃষ্ট উদাহরণ। পর্যটকরা প্রাচীন কাঠমাণ্ডু উপত্যকার খাঁটি সংস্কৃতি অনুভব করতে কীর্তিপুর, বুঙ্গামতি, খোকানা, থেচো পানাউতি, লুতু, হান্ডিগাঁও এমন ছোট শহরগুলোতে যেতে পারে ।

অনুষ্ঠান/উৎসব

নেপালি সংস্কৃতির সৌন্দর্য ও সমৃদ্ধি বোঝার একটি অনন্য ও আকর্ষণীয় মাধ্যম হল এর উৎসবগুলো। স্থানীয় উৎসবে পর্যটক/ভ্রমণকারীরা অংশগ্রহণ করে নেপালি জনগণের জীবন সম্পর্কে ভালোভাবে জানতে পারে এবং সেটির মাধ্যমে নেপালে তাদের অবস্থানকে আরও রঙিন করে তুলতে পারে। নেপালের প্রতিটি উৎসব একটি ধর্মীয় আচার দিয়ে শুরু হয় এবং স্বতঃস্ফূর্ত চেতনার মধ্য দিয়ে একটি মনোরম সামাজিক অনুষ্ঠানে রূপ নেয়। নেপালের উৎসবগুলোতে মনোমুগ্ধকর নিজস্ব সংস্কৃতির নাচ, গান এবং পরিবেশনা থাকে, যেটি উৎসবকে আরো আকর্ষণীয় এবং উপভোগ্য করে তোলে।

গ্রাম ভ্রমণ

পর্যটক ও ভ্রমণপিপাসুদের গ্রাম ভ্রমণ সাধারণ নেপালিদের জীবন-যাপনের অভিজ্ঞতা প্রত্যক্ষ করার সুযোগ করে দেয়। এতে পর্যটকরা সমৃদ্ধ নেপালি সাংস্কৃতিক ঐতিহ্য পর্যবেক্ষণ করার এবং স্থানীয়দের সাথে মেলামেশার সুযোগ পায়। এছাড়াও, সেখানে যেকোনো ব্যয় স্থানীয় সম্প্রদায়ের কল্যাণে সরাসরি অবদান রাখে। গ্রাম ভ্রমণ সম্প্রদায়ের বাড়িতে বাস পরিচালিত হয় কাঠমান্ডু উপত্যকা এবং এর উপকণ্ঠ সিরুবাড়ি, ব্রিদ্দিম, ঘালেগাঁও, ইলাম, পানৌতি, বারদিয়া, চিতওয়ানসহ বিভিন্ন স্থানে ।

সুস্থতা

পবিত্র, রহস্যময় এবং দেবতাদের আবাসস্থল হিসেবে বিবেচিত নেপালে হিমালয়ের কোলে ভ্রমণের মাধ্যমে আপনি শান্তি, সুস্থতা এবং সচেতনতার পথ আবিষ্কার করতে পারবেন। প্রকৃতি, অ্যাডভেঞ্চার বা সংস্কৃতি যেটির জন্যই নেপাল ভ্রমণ করুন না কেন, অভিজ্ঞতাটি হৃদয়গ্রাহী এমনকি জীবন পরিবর্তনকারীও হতে পারে। যোগব্যায়াম থেকে ধ্যান, প্রাচীন নিরাময় অনুশীলন থেকে ট্রেন্ডি স্পা, প্রকৃতির মাঝে বিশাল জঙ্গলে ভ্রমণ থেকে শুরু করে উঁচু পাহাড়ে নিজেকে হারিয়ে খুঁজে বেড়ানো, ধর্মীয় অনুশীলন থেকে শুরু করে গভীর ভক্তি কেন্দ্রগুলোতে আনন্দময় ভ্রমণ নেপাল অভিজ্ঞতা শরীর, মন ও আত্মার ভারসাম্য অর্জনের প্রচুর সুযোগ এনে দেয়।

লোকসঙ্গীত এবং নৃত্য

নেপালের আদিবাসী সংস্কৃতি সমৃদ্ধ ঐতিহ্যবাহী লোকসঙ্গীত এবং নৃত্যের অধিকারী। অত্যন্ত ধর্মীয় ও সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠানের সময় অত্যন্ত কঠিন হাত-পা এর মুদ্রার মাধ্যমে ঐতিহ্যবাহী নৃত্য পরিবেশিত হয়। দর্শনার্থীদের ভ্রমণ উপলক্ষে আয়োজিত বিশেষ অনুষ্ঠান এবং উৎসবগুলোতে প্রায়শই তারা স্থানীয়দের সাথে নাচে সঙ্গ দেন এবং উপভোগ করেন। কিছু জনপ্রিয় নেপালি নৃত্য হলো: কাঠমান্ডু উপত্যকার লক্ষে, ভৈরব, কার্তিক নৃত্য; পূর্ব নেপালের মারুনি, ছায়াব্রুং, ধান, দিশকা হুরা, সাকেলা নৃত্য; পশ্চিম নেপালের দেউদা, ময়ূর, ঘাটু, সোরাথি নৃত্য; তরাইয়ের ঝিঝিয়া, জাতাজাতিন, বালান ও লাঠি নৃত্য।

জাদুঘর

এখানকার প্রকৃতি, ইতিহাস এবং সংস্কৃতির বিশদ নিরীক্ষণের জন্য স্থানীয় জাদুঘর দর্শন অপরিহার্য। নেপালে ৫০টিরও বেশি জাদুঘর রয়েছে। কাঠমান্ডু উপত্যকায় বেশ কয়েকটি জাদুঘর রয়েছে। কাঠমান্ডু উপত্যকা নিজেই জাদুঘরসমৃদ্ধ। এটি নেপালি জনগণের জীবনযাপন সম্পর্কে ধারণা দেয়। বুদ্ধের জন্মস্থানে অবস্থিত লুম্বিনী জাদুঘর বুদ্ধের জীবন এবং জ্ঞানালোকের দিকে তাঁর যাত্রার প্রতি নিবেদিত। পোখারার আন্তর্জাতিক পর্বত জাদুঘর হিমালয়ের পর্বতারোহণের ইতিহাসে গুরুত্বপূর্ণ কীর্তিগুলো ধারণ করে। চিতওয়ানের থারু জাদুঘর থারু সংস্কৃতি ও জীবনধারার একটি আশ্চর্যজনক সংগ্রহ।

কেনাকাটা

নেপালে হস্তশিল্প এবং স্যুভেনির কেনাকাটা একটি আনন্দের বিষয়। নেপালের হস্তশিল্পের সূক্ষ্ম কারুশিল্প এবং সর্বোচ্চ মানের স্যুভেনির হিসেবে অত্যন্ত মূল্যবান জিনিস। এছাড়া, জনপ্রিয় কেনাকাটার মধ্যে রয়েছে হাতে তৈরি কার্পেট, গয়না, পশমিনা শাল, নিটওয়্যার, সূচিকর্ম, থানকা এবং পাউভা চিত্রকর্ম, কাঠের খোদাই, ধাতব কাজ এবং ভাস্কর্য, সিরামিক, মৃৎশিল্প, চালের কাগজের পণ্য, চা ও মশলা ইত্যাদি। থামেল, লাজিম্পাট, দরবার স্কোয়ার, আসান, নিউ রোড এবং স্থানীয় বাজারগুলি কেনাকাটার জন্য আদর্শ স্থান।

অ্যাডভেঞ্চার কার্যক্রম

পর্বত আরোহণ

মাউন্ট এভারেস্টসহ বিশ্বের আটটি সর্বোচ্চ শৃঙ্গ রয়েছে নেপালে। অবাক হওয়ার কিছু নেই যে পর্বতারোহণের জগতে সবচেয়ে অসাধারণ কিছু অর্জনের মঞ্চ হয়ে উঠেছে নেপাল। ৮,০০০ মিটারের উপরে ১৪টি পর্বতের মধ্যে নেপালে রয়েছে ৮টি এবং সেগুলি হল এভারেস্ট, কাঞ্চনজঙ্ঘা, লোৎসে, মাকালু, ধৌলাগিরি, মানাসলু, অন্নপূর্ণা এবং চো-ওয়ো। নেপাল ২০১৪ সালে ১০৪টি শৃঙ্গ যোগ করে ৪১৪টি শৃঙ্গ পর্বতারোহণের জন্য উন্মুক্ত করেছে। সাহসী বরফাচ্ছাদিত শৃঙ্গগুলি কয়েক দশক ধরে সাহসী ব্যক্তিদের দেহ এবং আত্মাকে চ্যালেঞ্জ করে আসছে। অভিযান এবং অনুমতির (পারমিট) জন্য সমস্ত অনুসন্ধান এবং ব্যবস্থা অনেক আগেই পর্যটন ও বেসামরিক বিমান পরিবহন মন্ত্রণালয়, পর্বতারোহণ বিভাগ, ভ্রুকুটিমন্ডপে (টেলিফোন: ৪২৫৬২৩১/২, ফ্যাক্স: ৪২২৭২৮১, ওয়েবসাইট: www.tourism.gov.np) থেকে করতে হবে, যেখানে নির্দেশিকা দেয়া রয়েছে।

ট্রেকিং

ভূখণ্ড পর্বতমালা, পাহাড় এবং তরাই এর কারণে বিশ্বের সবচেয়ে আকর্ষনীয় ট্রেকিং রুটগুলির মধ্যে একটি নেপাল। এজন্য নেপালকে "ট্রেকারদের স্বর্গ" বলা হয়। আমরা ছোট এবং সহজ থেকে শুরু করে তুষারাবৃত শৃঙ্গের কঠিন চ্যালেঞ্জ পর্যন্ত শত শত ধরণের ট্রেকিং অফার করি। সহজ, মাঝারি বা কঠিন যেটাই হোক, প্রত্যেকের জন্য কিছু না কিছু আছে।

ভৌগলিক এবং জলবায়ুর বিশাল বৈপরীত্যে জীবনধারা, গাছপালা এবং বন্যপ্রাণীর সমানভাবে বৈচিত্র্যময় মিশ্রণ রয়েছে এখানে। হিমালয় অ্যাডভেঞ্চারের মতোই একটি সাংস্কৃতিক অভিজ্ঞতা হলো নেপালে ট্রেকিং করা। উচ্চ উচ্চতার ট্রেকিং থেকে শুরু করে সহজ, সহজ গতির হাঁটা পর্যন্ত বিভিন্ন রকমের ট্রেকিং এর অভিযান রয়েছে। নেপালে প্রতি পাঁচজন দর্শনার্থীর মধ্যে একজন ট্রেকার।

ট্রেকিং সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য; অনুগ্রহ করে যোগাযোগ করুন: ট্রেকিং এজেন্সিজ অ্যাসোসিয়েশন অফ নেপাল (টিএএএন) টেলিফোন: ৪৪২৭৪৭৩, ৪৪৪০৯২০, ওয়েবসাইট: ীীী.ঃধধহ.ড়ৎম.হঢ়

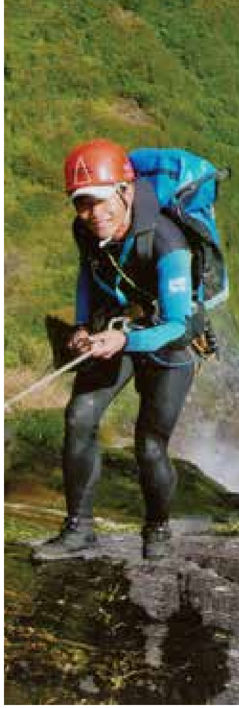
ট্রেকারদের তথ্য ব্যবস্থাপনা ব্যবস্থা (টিআইএমএস)

১ এপ্রিল, ২০২৩ থেকে, নেপালের অ-সীমাবদ্ধ ট্রেকিং এলাকাগুলিতে ভ্রমণকারী সকল দেশের পর্যটক নাগরিকদের (১) অনলাইন টিআইএমএস কার্ড এবং (২) লাইসেন্সপ্রাপ্ত ট্রেকিং গাইডের পরিষেবা গ্রহণ করতে হবে। নেপাল সরকারের সাথে নিবন্ধিত অনুমোদিত ট্রেকিং এজেন্সিগুলির মাধ্যমে উভয়কেই এটি গ্রহণ করতে হবে।

টিআইএমএস কার্ডের ফি নিম্নরূপ:

- সার্কভুক্ত দেশের নাগরিকদের জন্য ব্যক্তি প্রতি ১,০০০ নেপালি রুপি
- সার্ক বহির্ভূত দেশগুলির নাগরিকদের জন্য ব্যক্তি প্রতি ২,০০০ নেপালি রুপি
- কূটনীতিকদের জন্য ব্যক্তি প্রতি ৫০০ নেপালি রুপি

টিআইএমএস কার্ড শুধুমাত্র ট্রেকারদের জন্য প্রযোজ্য। এটি হস্তান্তরযোগ্য নয়, অনুমোদনযোগ্য নয়, অফেরতযোগ্য এবং নির্ধারিত এলাকা এবং সময়কালের জন্য শুধুমাত্র একটি প্রবেশের জন্য বৈধ। আরও তথ্যের জন্য এবং অনলাইনে টিআইএমএস কার্ড আবেদনের বিস্তারিত নির্দেশিকা জানতে অনুগ্রহ করে এনটিবি ওয়েবসাইট www.trade.ntb.gov.np করুন।



ভেলা তোলা(রাফটিং)/কায়াকিং/ক্যানিয়নিং

নেপাল হল জলক্রীড়া প্রেমীদের জন্য একটি প্রিয় গন্তব্য যারা সেরা নদীগুলোর সন্ধানে বিশ্বজুড়ে ভ্রমণ করেন। ভেলা তোলা এবং কায়াকিং-এর মাধ্যমে নদী ভ্রমণ অবশ্যই দেশের প্রাকৃতিক এবং সাংস্কৃতিক ঐতিহ্যের সাধারণ ক্রস-সেকশন অন্বেষণ করার সেরা উপায়গুলির মধ্যে একটি। বন, আলপাইন তৃণভূমি, গভীর গিরিখাত, গিরিখাত এবং শান্ত উপত্যকা এবং জনবসতিগুলির মধ্য দিয়ে প্রবাহিত নদীগুলো। ভোতেকোশি, মার্স্যাংদি, তামোর, সেতি, অরুণ, ত্রিশুলির মতো উচ্চ নদীগুলি সাদা জলের ভেলা তোলার জন্য জনপ্রিয়, যেখানে তরাই কর্ণালী, নারায়ণী, কোশি, মহাকালী (নিম্ন) এর মধ্য দিয়ে প্রবাহিত নদীগুলি সমতল জলের ভেলা তোলার জন্য পরিচিত। নেপালের নদী এবং জলপ্রপাতগুলি ক্যানিয়নিং কার্যকলাপও অফার করে যার মধ্যে রয়েছে ডুবে যাওয়া, লাফানো, স্লাইডিং, জলপ্রপাত এবং খাড়া পাহাড়ের উপর দিয়ে গভীর পুলে আরোহণ করা, যা ক্যানিয়নিয়রকে পানির নীচের ভূদৃশ্য অন্বেষণ করার স্বাধীনতা দেয়।

মাউন্টেন বাইকিং

নেপালের বৈচিত্র্যময় ভূখণ্ড পর্বত বাইক চালানোর জন্য এটিকে সেরাগুলির মধ্যে একটি করে তোলে। গ্রামীণ প্রশান্তির মাঝে সাইকেল চালিয়ে দেশের বিভিন্ন প্রান্ত ঘুরে দেখুন এবং গ্রামীণ শান্ত পরিবেশে গ্রাম ও ছোট ছোট শহরগুলো আবিষ্কার করুন। সময় পেলে, পাহাড়ি বাইকে করে দেশের পুরো অংশ ঘুরে দেখাও সম্ভব। কাঠমান্ডু এবং পোখরায় বাইক ভাড়া করা যায়।

প্যারাগ্লাইডিং

প্যারাগ্লাইডিং পর্যটকদের মধ্যে খুবই জনপ্রিয়। একা উড়ার আনন্দ আবিষ্কার করার সবচেয়ে সহজ, নিরাপদ এবং কম খরচের উপায় হলো প্যারাগ্লাইডিং। পাহাড়, হ্রদ, বন এবং গ্রামগুলির উপর দিয়ে উড়ে যাওয়ার সময় এটি দুর্দান্ত হিমালয়ের আকাশে দৃশ্য উপস্থাপন করে। পোখরা নেপালের সবচেয়ে জনপ্রিয় প্যারাগ্লাইডিং গন্তব্যগুলির মধ্যে একটি। এখান থেকে, বিশ্বের আট হাজার পর্বতের মধ্যে দুটি, ধৌলাগিরি এবং অন্নপূর্ণার অত্যাশ্চর্য দৃশ্য উপভোগ করা যায়।

জিপলাইনিং

বিশ্বের অন্যতম জিপলাইনগুলির আয়োজক নেপাল। পোখারা, পার্বত, ধুলিখেল, মাকওয়ানপুর, নুয়াকোট এবং দেশের অন্যান্য অংশে জিপলাইন করা যায়। এটি দ্রুত নেপালের দ্রুততম ক্রমবর্ধমান অ্যাডভেঞ্চার কার্যকলাপের মধ্যে একটি হয়ে উঠছে।

বাঞ্জি জাম্পিং

নেপালের একটি জনপ্রিয় অ্যাডভেঞ্চার কার্যকলাপ হলো বাঞ্জি জাম্পিং। নিরাপদ এবং প্রতিরক্ষামূলক ব্যান্ড দ্বারা সুরক্ষিত উচ্চ স্থান থেকে লাফ দেওয়া হলো বাঞ্জি জাম্পিং। কোদারি, পোখারা এবং কুশমায় বাঞ্জি জাম্পিং দেওয়া হয়।

মাউন্টেইন ফ্লাইট

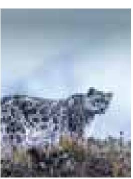
মাউন্টেইন ফ্লাইটগুলি হিমালয়ের কাছাকাছি অভিজ্ঞতার সহজ মাধ্যম। কাঠমান্ডু থেকে ১ ঘন্টার ফ্লাইটে গোসাইথান বা শিশা পাংমা, দর্জে লাকপা, ফুরবি ছায়াচু, চোবা ভামারে, গৌরীশঙ্কর, মেলুংটসে, চুগিমাগো, নুম্বুর, ক্যারিওলুং, চো-ওয়ু, গ্যাচুংকাং, পুমোরি, নুপ্তসে এবং অবশ্যই, এভারেস্ট এমন শৃঙ্গগুলি দেখা যায়। কাঠমান্ডুর অভ্যন্তরীণ বিমানবন্দর থেকে সকালে বেশ কয়েকটি বিমান সংস্থা মাউন্টেইন ফ্লাইট বিমান চলাচলের সুযোগ করে দেয়। এছাড়া, পোখারায় প্রশিক্ষিত পাইলটসহ অতি হালকা বিমানে উড়ার বিকল্পও রয়েছে।

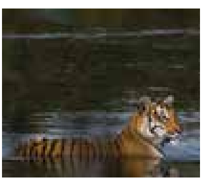
জাতীয় উদ্যান

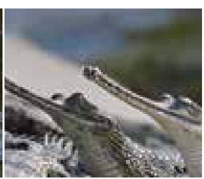
নেপালের বিস্তৃত, কার্যকর উদ্যান এবং সংরক্ষণ ব্যবস্থার জন্য ধন্যবাদ। এশিয়ার অন্য যেকোনো অঞ্চলের তুলনায় দেশটি বিপন্ন প্রজাতির উদ্ভিদ ও প্রাণী বেশি সংরক্ষণ করতে সক্ষম হয়েছে। নেপালের সুরক্ষিত অঞ্চলগুলির মধ্যে রয়েছে ১২টি জাতীয় উদ্যান, ১টি বন্যপ্রাণী সংরক্ষণ, ১টি শিকার সংরক্ষণ, ৬টি সংরক্ষণ এলাকা এবং ১৩টি বাফার জোন যা মোট ভূমির ২৩.৩৯% জুড়ে রয়েছে যা সারা দেশে পরিবেশ ব্যবস্থা এবং জীববৈচিত্র্যের আভ্যন্তরীণ সংরক্ষণে অবদান রাখে। আরও তথ্যের জন্য: জাতীয় উদ্যান এবং বন্যপ্রাণী সংরক্ষণ বিভাগ (ডিএনপিডব্লিউসি) www.dnpwc.gov.np

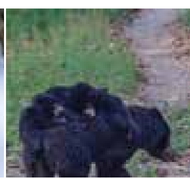
পাখি পর্যবেক্ষণ

নেপালের বিভিন্ন উচ্চতা ৮৫০ টিরও বেশি প্রজাতির পাখির আবাসস্থল, যা বিশ্বের মোট প্রজাতির প্রায় ১০ শতাংশ। এছাড়া, শীতকালে পরিযায়ী পাখিও দেখা যায়। চিতওয়ান জাতীয় উদ্যানে ৪৫০ টিরও বেশি প্রজাতির পাখি দেখা গেছে, অন্যদিকে কোশি টাপ্পু জলাভূমিকে এশিয়ার সেরা পাখি দেখার স্থান হিসেবে মনোনীত করা হয়েছে। সংরক্ষিত এলাকার জঙ্গল ছাড়াও, কাঠমান্ডু উপত্যকা এবং পোখারার উপকণ্ঠ, কপিলবস্তুর জগদীশপুর, কৈলালির ঘোড়াঘোড়ি, পূর্বে মাই এবং তামুর উপত্যকা, পশ্চিমে ডাং উপত্যকাও বিদেশী পাখি দেখার উপযুক্ত স্থান। পাখি পর্যবেক্ষণ অত্যন্ত জনপ্রিয় হয়ে উঠার কারণে বিশেষায়িত পাখি দেখার জন্য বিভিন্ন জাতীয় উদ্যান এবং বন্যপ্রাণী সংরক্ষণাগারে ট্যুরের আয়োজন করা হয়ে থাকে।









প্রদেশ পর্যটন কার্যক্রম

প্রদেশ	পর্যটন কার্যক্রম	পর্যটন পণ্য
কোশী	পর্বতারোহণ ও ট্রেকিং	মাউন্ট এভারেস্ট, মাকালু, মাউন্ট বরুন, মাউন্ট কাঞ্চনজঙ্ঘা
	চা বাগান দর্শনীয় স্থান	ইলাম
	ধর্মীয় স্থান	হালেশী মহাদেব, পাথিভরা দেবী মন্দির
	পাহাড় দর্শন, সূর্যোদয় ও সূর্যাস্ত	ভেদেতার, শ্রী অন্তু
	জঙ্গল সাফারি	কোশি টাপ্পু ওয়াইল্ডলাইফ রিজার্ভ
মধেশ	ধর্মীয় স্থান	জনকপুরধাম, গাধি মাই, জলেশ্বর মহাদেব, পবিত্র পুকুর, ধনুসাধাম, ছিন্নামস্তা মন্দির
	জঙ্গল সাফারি	পারসা ওয়াইল্ডলাইফ রিজার্ভ
	সংস্কৃতি ও শিল্প	মিথিলা পেইন্টিং, ছাঠ
	সংস্কৃতি ও ঐতিহাসিক স্থান	সহলেশ বোটানিক্যাল গার্ডেন, সিমরাউনগড়
	ব্যবসা-বাণিজ্য	বীরগঞ্জ
	প্রাকৃতিক দর্শনীয় স্থান	বাবা তাল, ভরত তাল
বাগমতি	সাংস্কৃতিক, ঐতিহাসিক, প্রত্নতাত্ত্বিক ও প্রাকৃতিক স্থান	কাঠমান্ডু উপত্যকা, নুওয়াকোট দরবার, দোলাখা, সিন্ধুলি গাধি, ল্যাংটাং এলাকা, চিতওয়ান
	জঙ্গল সাফারি এবং প্রাকৃতিক দর্শনীয় স্থান	চিতওয়ান জাতীয় পার্ক
	পর্বতমালার প্রাকৃতিক দর্শনীয় স্থান এবং মনোরম দৃশ্য	দামন, জিরি, ধুলিখেল, নগরকোট
	র‍্যাফটিং ও বাঞ্জি জাম্পিং	ত্রিশূলী ও ভোটেকোশি
	দর্শনীয় দর্শনীয় স্থান ও পর্বত পরিদর্শণ	হেলাম্বু, গোসাইকুণ্ড, ল্যাংটাং, গৌরীশঙ্কর
	ধর্মীয় স্থান	দোলাখা ভীমসেন, কালিনচৌক ভগবতী
	ট্রেকিং	রুবি ভ্যালি, ল্যাংটাং, কাঠমান্ডু ভ্যালি উপত্যকা
গন্ডকি	প্রাকৃতিক দর্শনীয় স্থান	পোখারা, অন্নপূর্ণা অঞ্চল
	ধর্মীয় স্থান	মনকামনা, মুক্তিনাথ, শাশ্বত ধাম
	ট্রেকিং	অন্নপূর্ণা অঞ্চল
	গ্রাম ও সাংস্কৃতিক পর্যটন	অমলতারি হোমস্টে, সিরুবাড়ি হোমস্টে, ঘালেগাঁও
	বাঞ্জি জাম্পিং ও সুইং	পর্বতে কুশমা
লুম্বিনী	ঐতিহাসিক ও ধর্মীয় স্থান	লুম্বিনী, স্বর্গদ্বারী, কপিলবস্তু
	জঙ্গল সাফারি	বারদিয়া, বাঁকে
	ব্যবসা-বাণিজ্য	নেপালগঞ্জ, বুটওয়াল
	ঐতিহাসিক স্থান	পালপা, রানী মহল
কর্নালি	প্রাকৃতিক দর্শনীয় স্থান	রারা, শে ফোকসুন্ডো
	ট্রেকিং	ডলপো, রারা
	হোয়াইট ওয়াটার রাফটিং	কর্নালি নদী
	ঐতিহাসিক ও ঐতিহ্যবাহী ভ্রমণ	জুমলার সিনজা উপত্যকা
সুদূর পশ্চিম	প্রাকৃতিক দর্শনীয় স্থান	খপ্তড, শুক্লাফাঁট
	ধর্মীয় প্রাকৃতিক ও তীর্থযাত্রা	বডিমালিকা, উগ্রতারা, শৈলেশ্বরী, ঘাটাল, ত্রিপুরাসুন্দরী, বৈদ্যনাথ
	প্রাকৃতিক দর্শনীয় স্থান এবং পাখি পর্যবেক্ষন	অপি নাম্পা সংরক্ষণ এলাকা, সাইপাল, ঘোড়াঘোড়ি
	লেক রিভার ট্যুর	ঝিলমিলা, বেতকোট, রামরোশন, কর্নালী, ঘোড়াঘোড়ি
	প্রত্নতাত্ত্বিক স্থান	পাতাল ভুমেশ্বরী, বৈতডী, ডডেলধুরার অমর সিং ফোর্ট, ডডেলধুরার আজমের কোট

For More Information:

NTB

Nepal Tourism Board

Tourist Service Center
Post Box: 11018
Bhrikutimandap, Kathmandu, Nepal
Tel: +977-1-4256909
E-mail: info@ntb.org.np
Web site: http://www.ntb.gov.np

Pokhara Tourist Service Center
Pardi, Pokhara
Tel: +977-61-465292, 463029, E-mail: gandaki@ntb.org.np

Tourist Information Center - Kakkarbhitta
Tel: +977-23-562252, E-mail: infontbkbt@yahoo.com

Tourist Information Center - Belhiya, Bhairahawa
Tel: +977-71-520197, E-mail: infontbbhw@ntc.net.np

Tourist Information Center - Gaddachowki, Mahendranagar
Tel: +977-99-402059, E-mail: ntbgaddachauki@ntb.org.np

Bangla Edition 2025
NOT FOR SALE

NepalTourismBoard

nepaltourism

nepaltourismb

Lifetime Experiences!