प.सं. :- ०८२/८३
च.नं. :- ६४

मिति :- वि.सं. २०८२/०४/२३

विषयः २०८२ भाद्र महिनामा प्रकाशन गर्न लोककल्याणकारी विज्ञापन पटठाइएको सम्बन्धमा ।

श्री सम्पादक/प्रकाशकज्यू, प्रेस काउन्सिल नेपालको आ.व. २०७८/७९ को बर्गीकरणमा परेका पत्रपत्रिका (सबै) ।

विज्ञापन (नियमन गर्ने) ऐन २०७६ को दफा ३२ र विज्ञापन (नियमन गर्ने) नियमावली, २०७७ को नियम ६ बमोजिम छापामाध्यमबाट लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्ने प्रयोजनको लागि प्रेस काउन्सिल नेपालको आ.व. २०७८/७९ को वर्गीकरणमा परेका पत्रपत्रिकाले २०८२ साल भाद्र महिनामा प्रकाशनको लागि संलग्न बमोजिमका लोककल्याणकारी विज्ञापन पठाइएको छ । बोर्डबाट उपलब्ध गराइएको लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्दा देहाय बमोजिम गर्नु गराउनु हुन साथै सो बमोजिम नभएमा लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन वापतको रकम भुक्तानी नहुने व्यहोरा निर्णयानुसार अनुरोध छ ।

देहायः

१. पत्रसाथ उपलब्ध गराइएका विज्ञापनहरु २०८२ साल भाद्र महिनाको लागि भएकोले सोही महिनामा मात्र प्रकाशित गर्नु हुन ।

२. लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्दा फरक अंकमा नदोहोऱ्याई फरक फरक विज्ञापन प्रकाशन गर्नु हुन ।

३. भाद्र महिनाको लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गरिएका पत्रपत्रिका, सोको विल २०८२ साल अशोज ७ गतेभित्र अनिवार्य रुपमा बोर्ड/हुलाक निर्देशनालय/जिल्ला हुलाक कार्यालयमा भुक्तानीको लागि पेश गर्नु हुन ।

प्रमाणित डिजिटल हस्ताक्षर गर्ने व्यक्ति
Dilli Ram Subedi
dkt.adm2029@gmail.com

(डिल्ली राम सुवेदी)
शाखा अधिकृत

बोधार्थः
श्री हुलाक निर्देशनालय/जिल्ला हुलाक कार्यालय,
सबै ।

औषधि प्रयोग गर्दा ध्यान दिऔं

- मान्यताप्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको सिफारिसबाट मात्र औषधि प्रयोग गरौं,
- औषधिको प्रयोग सम्बन्धमा पूर्ण जानकारी लिऔं,
- गर्भवती भएमा सो बारेमा स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह गरेर औषधि प्रयोग गरौं,
- औषधि बालबच्चाको पहुँचबाट टाढा राखौं,
- औषधि प्रयोग गर्दा जिउ चिलाएमा, छालामा डाबरहरु आएमा, स्वास फेर्न गाह्रो भएमा वा यस्तै अन्य लक्षण देखा परेमा तत्काल नजिकैको स्वास्थ्य संस्था वा चिकित्सकसँग परामर्श गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

जग्गा खरिद गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु:

- बिक्रेता वास्तविक हो/होईन, निजको हक भोग छ/छैन प्रष्ट होऔं,
- कित्ताको मोठ श्रेस्ता, फोटो र तीनपुस्ते ठिक भए नभएको एकिन गरौं,
- कुनै अड्डा अदालत वा अन्य कुनै कार्यालयमा रोक्का वा झगडा भए/नभएको बारेमा प्रष्ट होऔं,
- जग्गा र नक्सामा बाटो छ/छैन एकिन गरौं,
- जग्गाको हकभोग अनुसार आकार प्रकार मिले/नमिलेको एकिन गरौं,
- जग्गा रैकर वा गुठी के हो प्रष्ट होऔं,
- जग्गामा मोही भए/नभएको प्रष्ट होऔं,
- लालपूर्जा, जमिन र नक्साको क्षेत्रफल मिल्छ/मिल्दैन एकीन गरौं,
- सिमानामा विवाद भए/नभएको साँध संधियारबाट बुझौं,
- नक्सा बमोजिमको जमिनमा चारैतर्फ सिमाना एकीन गर्न रेखाङ्कन गराएर मात्र खरिद बिक्री गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

इ-सिगरेट प्रयोग नगरौं, सुरक्षित र स्वस्थ्य रहौं ।

इलेक्ट्रोनिक सिगरेट वा भेपिङ्ग पनि चुरोट वा अन्य सुर्तीजन्य पदार्थ जस्तै स्वास्थ्यको लागि हानिकारक हुन्छ

त्यसैले:

- ❖ इ-सिगरेटले निकोटिनको लत बढाउँछ,
- ❖ यसले फोक्सोको रोगका साथै स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पार्न सक्छ,
- ❖ धेरैजसो इ-सिगरेटमा विषालु रसायनहरू हुन्छन्,
- ❖ इ-सिगरेट सुरक्षित विकल्प नभई स्वास्थ्यका लागि हानिकारक हुन्छ,
- ❖ स्वस्थ जीवनका लागि धूम्रपान र इ-सिगरेट दुवैबाट टाढा बसौं,

स्वस्थ बनौं हानिकारक वस्तुबाट टाढै रहौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

मानव बेचबिखन अपराध हो ।

- ❖मानिसलाई झुक्याएर बन्धक बनाउने वा दास बनाउने,
- ❖मानिसलाई खरिद बिक्री गर्ने र जवरजस्ती काममा लगाउने,
- ❖कुनै प्रकारको फाइदा लिई वा नलिई वेश्यावृत्तिमा लगाउने,
- ❖प्रचलित कानून विपरीत मानव अङ्ग झिक्ने वा व्यापारिक प्रयोजनमा खरिद बिक्री गर्ने,
- ❖वेश्यागमन गर्ने वा गराउनेजस्ता कार्य मानव बेचबिखन मानिने कार्य हुन् ।

यस्ता कार्य गर्ने गराउने व्यक्तिलाई कानूनबमोजिम कारवाही हुन्छ ।

त्यस्तो कार्य कहिकतै भए गरेको जानकारी भए नजिकको प्रहरीमा खवर गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

साक्षर समाज-सक्षम राष्ट्र ।

शिक्षाः

- आत्मनिर्भर जीवनको लागि,
- रोजगारी र अवसरको लागि,
- सामाजिक विकास र समृद्ध राष्ट्रको लागि,
- लैंगिक, जातीय र क्षेत्रीय समानताको लागि,
- अधिकार र कर्तव्य बोधका लागि,
- स्वास्थ्य सम्बन्धी सचेतनाका लागि,
- आर्थिक सशक्तिकरणका लागि ।

त्यसैले शिक्षित बनौं, प्रगतिको पथमा लम्किऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बालअधिकार सुनिश्चित गरौं

बालअधिकारः

- शिक्षा, स्वास्थ्य र पालनपोषणको अधिकार,
- हिंसा र शोषणबाट जोगिने अधिकार,
- अभिव्यक्ति र सहभागिताको अधिकार,
- माया, स्नेह र संरक्षण पाउने अधिकार,
- खेल र मनोरञ्जनको अधिकार ।

त्यसैले,

- बालश्रम अन्त्य गरौं,
- सबै बालबालिकालाई विद्यालय पुऱ्याऔं,
- बालबालिकाको आवाज सुन्ने संस्कार बसालौं,
- बालमैत्री समाजको निर्माण गरौं,

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

"आजका बालबालिका. भोलिका कर्णधार"

आत्महत्या समस्याको समाधान होइन ।

आत्महत्याका प्रमुख कारणः

- ❖ मानसिक तनाव, डिप्रेशन वा निराशा,
- ❖ पारिवारिक झगडा वा सम्बन्ध विच्छेद र प्रेममा असफलता,
- ❖ बेरोजगारी, आर्थिक संकट र ऋण लाग्नु,
- ❖ हिनताबोध, आवेश र घुर्की देखाउनु,
- ❖ व्यक्तिगत र पारिवारिक इच्छा, आकांक्षा पूर्ती हुन नसक्नु,
- ❖ सोचे अनुसार सफलता प्राप्त नहुनु,
- ❖ सामाजिक बहिष्कार वा दुव्र्यवहार आदि ।

रोकथामका उपायः

- ❖ आफन्त, साथी वा विश्वासिलो व्यक्तिसँग समस्या साटासाट गरौं,
- ❖ तनाव वा समस्या परेमा मनोचिकित्सक वा परामर्शकर्ताको सहयोग लिऔं,
- ❖ आत्महत्याको सोच आएमा तत्काल परिवारका सदस्यलाई बताऔं वा सहायता केन्द्रमा सम्पर्क गरौं,
- ❖ तनाव र निराशामा रहेका व्यक्तिको समस्या सुनौं र सहयोग गरौं ।

"एक-अर्काको सहारा बनौं, आत्महत्या होइन समाधान खोजौं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

प्राथमिक उपचार

उद्देश्यः

- जीवन बचाउनु,
- दुखाइ न्यूनिकरण गरी निको हुन सहयोग गर्नु,
- अचेत अवस्थालाई सुरक्षित बनाइ मनोबल बढाउनु,
- चोट वा घाउको अवस्था बिग्रन नदिनु ।

कस्तो अवस्थामा के गर्नेः

- सफा कपडाले रगत बग्नबाट रोक्ने,
- पोलेमा चिसो पानीले धुने र सफा चिसो कपडाले ढाक्ने,
- अचेत भएमा श्वासप्रश्वासमा निरन्तरता दिन प्रयास गर्ने,
- हड्डी भाँचिएमा नहल्लाइ अस्पताल लैजाने,

प्राथमिक उपचारका लागि आवश्यक पर्नेः ब्याण्डेज, टेप, सर्जिकल ग्लोभ्स ,थर्मोमिटर, कैंची तथा अन्य आधारभूत औषधिहरु घरमा राखौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बाढीबारे चासो राखौं, चनाखो बनौं

बाढी र डुबान हुनुपूर्वको तयारीः

- ❖ बर्षायाममा सधै मोबाईलमा पर्याप्त ब्यालेन्स र ब्याट्री राखौं,
- ❖ बर्षा र बाढीको अवस्थाबारे टोल फ्रि नम्बर ११५५ वा सञ्चार माध्यमबाट जानकारी लिने गरौं,
- ❖ प्रहरी, सुरक्षा निकाय र एम्बुलेन्सको नम्बर राखौं, तत्काल सहायता चाहिएमा सम्पर्क गरौं,
- ❖ गाउँ, टोल, वडामा रबरका डुङ्गा, लाईफ ज्याकेट, डोरी, बाँस र प्राथमिक उपचारका सामाग्री तयारी अवस्थामा राखौं,
- ❖ आपतकालितन अवस्थाकालागि अन्न, दाल, नून, तेल, पानी सफा गर्ने औषधी र साबुनजस्ता सामाग्री घरको अग्लो ठाउँमा राखौं,
- ❖ घरबाट नजिक रहेको सबैभन्दा अग्लो ठाउँ, चौर र सार्वजनिक भवनबारे पहिल्यै थाहा पाइराखौं,
- ❖ नदीमा बढेको पानी, ड्याम र तटबन्धको अवस्थाको जानकारी लिऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

हैजाका लक्षण र बच्ने उपाय

लक्षणः

- बारम्बार पानीजस्तो पातलो पखाला लाग्ने,
- बारम्बार वान्ता हुने,
- शरीर कमजोर हुने, आँखा भासिने,
- शरीरमा पानीको कमी भई अत्यधिक पानी तिर्खा लाग्ने,
- मुख र छाला सुख्खा हुने,
- कमजोरी र थकान महशुस हुने,
- चक्कर लाग्ने वा होश हराउने,
- कम रक्तचाप र छिटो नाडी चल्ने ।

बच्ने उपायहरूः

- पानी उमालेर वा फिल्टर गरेर पिउने,
- खाना पकाउँदा र खाँदा साबुनपानीले हात धुने,
- खुला रुपमा राखिएको खाना नखाने,
- जथाभावी दिशापिसाव नगर्ने र शौचालय सफा राख्ने,
- खानेकुरा राम्रोसँग पखालेर खाने,
- झोलिलो खाना र प्रशस्त पानी पिउने,
- लक्षण देखिएमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा जाने ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

होडिङ्ग बोर्डमार्फत विज्ञापन गर्दा के गर्ने ?

विज्ञापन (नियमन गर्ने) ऐन,२०७६ अनुसार,

- होर्डिङ्ग बोर्ड राख्न र त्यसमा विज्ञापन गर्न स्थानीय तहबाट अनुमति लिनुपर्ने,
- अनुमतिपत्रको लागि सम्बन्धित स्थानीय तहको कार्यालयमा निवेदन दिनुपर्ने,
- स्थानीय तहले प्रचलित कानून बमोजिम मनासिव देखेमा अनुमतिपत्र दिनुपर्ने,
- अनुमति दिँदाकै समयमा राजश्व संकलन गर्ने,
- अनुमतिको अवधि समाप्त भएपछि त्यस्तो होडिङ्ग बोर्ड हटाउनुपर्ने ब्यवस्था छ ।

त्यसैले अनुमति प्राप्त गर्नः

- स्थानीय तहमा निवेदन दिऊँ,
- अनुमतिपत्र प्राप्त नगरी होर्डिङ्ग बोर्ड नराखौं वा राख्न नदिऔं,
- अनुमति प्राप्त नगरी राखिएका होर्डिङ्ग बोर्ड तत्काल हटाऔं,
- अनुमति प्रदान गर्दा अनुमति शुल्क, बहाल वा बहालकर, विज्ञापन कर लिने गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बाह्य विज्ञापनलाई स्थानीय तह र प्रदेश सरकारको आम्दानीको स्रोत बनाऔं

विद्युतीय व्यापार (इ-कमर्स) मा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु ।

❖विश्वसनीय वेबसाइट वा मोबाइल एप पहिचान गरेर मात्र प्रयोग गरौं,

❖व्यक्तिगत जानकारी (जस्तैः OTP, पासवर्ड र बैंक विवरण) कसैसँग पनि साझा नगरौं,

❖सुरक्षित डिजिटल वालेट प्रयोग गरौं,

❖सामान खरिद गर्नु अघि राम्रोसँग विवरण पढेरमात्र खरिद गरौं,

❖खरिद गरेको सामाग्री बिग्रीएको वा गलत आयो भने फिर्ता गर्न मिल्छ/मिल्दैन सो बारे जानकारी राखौं,

❖फेसबुकलगायत अन्य सञ्चारमाध्यममा देखिएको विज्ञापन लिंक खोल्नु अघि सावधानी अपनाउने गरौं,

❖ठगीको मनासायले गरिने अत्यधिक सस्तो सामाग्री प्रति सचेत रहौं,

❖आफूले प्रयोग गरिरहेको वस्तु वा सेवा प्रदान गर्ने फर्म कानुनी रूपमा दर्ता भए/नभएको एकिन गरौं,

❖खरिद गरेका सामग्रीको विल सुरक्षित राखौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बजारबाट सामाग्री खरिद गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुरा

क्रेता वा सामाग्री खरिदकर्ताले:

- विल वा रसिदको विवरण ठीक छ कि छैन जाँच गरौं,
- सामानको नाम, मात्रा, मूल्य, मूल्य अभिवृद्धि कर (VAT), लगायत विवरण हेर्ने गरौ,
- विलमा मिति, विजक नम्बर र किनमेल गरिएको स्थान सही छ वा छैन जाँच गरौं,
- प्राप्त विल वा रसिदलाई सुरक्षित राखौं,
- विलमा व्यवसायको नाम, ठेगाना, फोन नम्बर र PAN नम्बर उल्लेखित भए/नभएको हेरौं,
- कुनैपनि वस्तु तथा सेवा खरिद गरेपछि विल/बिजक माग्ने गरौं,

बिक्रेताले:

- ग्राहकलाई सामाग्री खरिद गरेको विल अनिवार्य रुपमा दिऔं,
- विल बमोजिमको सामान उपलब्ध गराऔं,

सामान खरिद बिक्री गर्दा विल अनिवार्य लिने/दिने गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

चराचुरुङ्गीको संरक्षण गरौं

चराचुरुङ्गीलेः

- ❖पर्यावरणको सन्तुलन कायम गर्न सहयोग गर्दछ,
- ❖चराहरुले किरा–फट्याङ्ग्रा खाएर रोग नियन्त्रणमा सहयोग पुऱ्याउँछ,
- ❖खेतीपातीमा बिषादीको प्रयोग घट्छ,
- ❖फलफूल खाएर बीउहरू विभिन्न स्थानमा फाली नयाँ बोटबिरुवा उम्रनमा सहयोग पुऱ्याउँछ,
- ❖एउटा फूलबाट अर्को फूलमा गएर परागसेचन गराई फलफूल उत्पादन बढाउँछ,
- ❖मृत जनावरको मासु खाई वातावरण सफा राख्न मद्दत पुऱ्याउँछ,
- ❖चिरबिर आवाजले मन शान्त पारी तनाव कम गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ,
- ❖जैविक विविधता बुझ्न, मौसम परिवर्तनको संकेत थाहा पाउन र वातावरणीय अध्ययन अनुसन्धानका लागि भूमिका खेल्छन्,
- ❖ प्राकृतिक सौन्दर्यतामा वृद्धि भई पर्यापर्यटनमार्फत आयस्रोतमा टेवा पुऱ्याउँछ ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सूचना हाम्रो अधिकारः सुशासन र विकासको आधार

- ❖सार्वजनिक निकायमा भएका सूचना माग्ने र पाउने हक प्रत्येक नागरिकलाई हुनेछ,
- ❖सूचना माग भएमा उपलब्ध गराउने दायित्व प्रत्येक निकायका पदाधिकारीको हुनेछ,
- ❖मागेको सूचना तोकिएको अवधिमा नपाएमा राष्ट्रिय सूचना आयोगमा उजुरी गर्न सकिनेछ,
- ❖नागरिकको सूचना माग्ने, पाउने हकको संरक्षण र प्रवर्द्धन गरौं।

राष्ट्रिय सूचना दिवस २०८२
भाद्र ३ गते भव्य रुपमा मनाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड