नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

बबरमहल, काठमाडौं

प.सं. :- ०८१/८२

च.नं. :- ३१

मिति :- वि.सं. २०८१/०४/२७

ने.स. :- ११४४ गुंलाथ्व ७ आइतवार

विषयः २०८१ साल भाद्र महिनामा प्रकाशन गर्न लोककल्याणकारी विज्ञापन पठाइएको ।

श्री सम्पादकज्यू/प्रकाशकज्यू

आ.ब.२०७७/७८ को वर्गीकरणमा परेका पत्रपत्रिकाहरु ।

विज्ञापन (नियमन गर्ने) ऐन, २०७६ को दफा ३२ र विज्ञापन (नियमन गर्ने) नियमावली, २०७७ को नियम ६ साथै छापामाध्यमका लागि लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशनसम्बन्धी कार्यविधि बमोजिम छापामाध्यमबाट लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्ने प्रयोजनको लागि आ.ब.२०७७/७८ को वर्गीकरणमा परेका पत्रपत्रिकाले २०८१ साल भाद्र महिनामा संलग्न बमोजिमका विज्ञापन प्रकाशनको लागि पठाइएको व्यहोरा आदेशानुसार अनुरोध छ। बोर्डबाट उपलव्ध गराइएको लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्दा देहाय बमोजिम गर्नु गराउनुहुन साथै सो बमोजिम नभएमा लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन बापतको रकम भुक्तानी नहुने व्यहोरा समेत अनुरोध छ।

तपसिलः

१. पत्रसाथ उपलव्ध गराइएका विज्ञापनहरु २०८१ साल भाद्र महिनाको लागि भएकोले सोही महिनामा मात्र प्रकाशन गर्नुहुन।
२. विज्ञापन प्रकाशन गर्दा फरक अंकमा नदोहराइकन फरक फरक विज्ञापन प्रकाशन गर्नुहुन अर्थात महिना भरीमा एउटा विज्ञापन एक पटक मात्र प्रकाशन गर्नुहुन।
३. भाद्र महिनाको विज्ञापन प्रकाशन गरेपछि विज्ञापन प्रकाशन गरिएका पत्रपत्रिका र बील भाद्र महिनामा नै वा २०८१ साल आश्विन महिनाको ७ गतेभित्र अनिवार्यरुपमा बोर्ड/हुलाक निर्देशनालय/कार्यालयमा पेश गर्नुहुन।

प्रमाणित डिजिटल हस्ताक्षर गर्ने व्यक्ति
Baburam Pandey
baburam.pandey512@gmail.com

(बाबु राम पाण्डे)

शाखा अधिकृत

बोधार्थः

श्री हुलाक निर्देशनाल(मोरङ,कास्की,सुर्खेत,डोटी)

श्री जिल्ला हुलाक कार्यालय (सवै)

इमेलः info@adboard.gov.np फोन नं: +९७७ ०१५९०१३४४ वेबसाइटः https://adboard.gov.np/

साइबर सुरक्षाबारे सचेत रहौं

- अपरिचित इमेल, सन्देश र लिङ्कहरु नखोलौं,
- संवेदनशील जानकारी (पासवर्ड, बैंक विवरण) सुरक्षित राखौं,
- अनधिकृत सफ्टवेयर डाउनलोड नगरौं,
- फर्जी वा अनलाइन लगानी (क्रिप्टोकरेन्सी) जस्ता साइटहरूबाट हुनसक्ने ठगीबाट जोगिऔं,
- सामाजिक सञ्जालमा आफ्नो ठेगाना, फोन नम्बर र वित्तीय विवरण नराखौं,
- आफ्नो पासवर्डलाई बलियो राखौं र नियमित रूपमा परिवर्तन गरौं,
- वाई-फाई नेटवर्कको पासवर्ड सुरक्षित राखौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सामाजिक सञ्जालको रचनात्मक प्रयोग गरौं

- ➢सामाजिक सञ्जालमा प्राप्त भएका सूचनाको सत्यता बुझेर मात्र विश्वाँस गरौं,
- ➢सामाजिक सञ्जालमा आउने झूठा वा भ्रामक सूचनाले अफवाह फैलाउन सक्छ,
- ➢विश्वसनीय स्रोतबाट प्राप्त जानकारीलाई मात्र विश्वास गरौं,
- ➢सामाजिक सञ्जालको प्रयोग ज्ञान प्राप्त गर्न र सूचना आदानप्रदान गर्न गरौं,
- ➢सामाजिक सञ्जाललाई सकारात्मक र रचनात्मक रुपमा प्रयोग गरौं,
- ➢सामाजिक सञ्जालको अत्यधिक प्रयोगले मानसिक तथा शारीरिक समस्या देखापर्न सक्छ, सतर्क रहौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सुशासन प्रवर्द्धन गरौं

- कानून पालना गर्ने संस्कार र संस्कृतिको विकास गरौं,
- भ्रष्टाचार, अनियमितता विरुद्ध शुन्य सहनशील बनौं,
- सार्वजनिक सेवालाई पारदर्शी र उत्तरदायी बनाऔं,
- राज्य र समाजप्रतिको जिम्मेवारी तथा कर्तव्यबोध गरौं,
- रचनात्मक आलोचना र सकारात्मक सोचको विकास गरौं,
- विकास निर्माणका कार्यमा सहभागिता जनाऔं,
- अनियमितताको कुनै सूचना भए नियामक निकायलाई जानकारी गराऔं,
- सुशासन कायम गर्न राज्य संयन्त्रलाई खबरदारी गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

स्वच्छ समाजको निर्माणमा सहभागी बनौं

- सम्भव भएसम्म बिद्युतीय चुलो प्रयोग गर्न प्रोत्साहन गरौं,
- प्लाष्टिकजन्य सामग्रीको प्रयोगलाई निरुत्साहित गरौं,
- वनक्षेत्रको अतिक्रमण र डढेलो नियन्त्रण गरौं,
- हिमताल, जलाधार, सीमसार तथा पानीका स्रोतहरुको संरक्षण गरौं,
- नदी र खानीजन्य स्रोतको उत्खननलाई व्यवस्थित गरौं,
- भिरालो वा तटीय जमीन सुरक्षित गर्न बायो-इन्जिनियरिङ प्रविधिको प्रयोग गरौं,
- पारिस्थितिक प्रणाली (Ecosystem) को संरक्षण गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

विपद व्यवस्थापनमा सहयोगी बनौं

- विपदले आपतकालीन अवस्था सिर्जना गर्न सक्छ,
- विपदमा धनजनको क्षतिका साथै जीवनयापनमा प्रतिकूल असर पर्न सक्छ,
- विपदबाट प्रभावितको जीवनरक्षाका लागि सहयोग गरौं,
- भौगोलिक र मौसमी अवस्थाको प्राप्त सूचनाबाट विपदको बारेमा सचेत रहौं,
- भ्रमपूर्ण सूचनाबाट सजग रहौं,
- विपद परेमा स्थानीय तह वा स्थानीय प्रशासनलाई जानकारी गराऔं,
- विपद प्रभावितलाई सुरक्षित स्थानमा लैजाऔं,
- विपदको अवस्थामा आवश्यक पर्ने दैनिक उपभोग्य वस्तुको सञ्चय गरौं,
- बालबालिका, जेष्ठ नागरिक र विशेष अवस्थाका मानिसलाई विशेष हेरविचार र संरक्षण गरौं,
- उद्धार, राहत, पुर्नस्थापना, पुनर्लाभ सहभागी बनौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सूचनाको हकको सम्बन्धमा सार्वजनिक निकायको दायित्व

- सूचनाको हकको सम्मान र संरक्षण,
- सूचनाको अद्यावधिक र सार्वजनिकीकरण,
- सूचनामा नागरिकको सहज पहुँचको व्यवस्था,
- खुला र पारदर्शी कार्यसम्पादन,

सार्वजनिक निकायले उल्लिखित दायित्व निर्वाह गरी नागरिकको सूचना पाउने हकअधिकार सुनिश्चित गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

विज्ञापन कारोबारलाई पारदर्शी बनाऔं

सरकारी निकायले विज्ञापन गर्दाः

- सञ्चारमाध्यमको बीलको आधारमा भुक्तानी गरौं,
- विज्ञापन एजेन्सीमार्फत विज्ञापन प्रकाशन/प्रसारण गरेको भए सञ्चारमाध्यमको बीलको प्रतिलिपि संलग्न गरी एजेन्सीको सेवा शुल्क खुल्ने बीलको आधारमा मात्र भुक्तानी गरौं,
- सरकारी विज्ञापनको भुक्तानी गर्दा कर कट्टा गरी बाँकि रकमको तीन प्रतिशत रकम विज्ञापन कोषमा जम्मा गरौं,
- विज्ञापन बोर्डमा सूचीकृत सञ्चारमाध्यम तथा विज्ञापन एजेन्सीसँग मात्र विज्ञापनको कारोबार गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

चाडपर्वको संरक्षण र सम्बर्द्धन गरौं।
चाडपर्वमा फजुल खर्च नगरौं ।

हाम्रा साँस्कृतिक पर्वहरुको जगेर्ना गरौं।
मद्यपान र जुवातासजस्ता विकृतिको अन्त्य गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

डेंगीका लक्षणहरु

- उच्च ज्वरो आउनु,
- जोर्नी र मांशपेशीहरूमा असह्य पीडा हुनु,
- आँखाको गेडी दुख्नु,
- अत्याधिक टाउको दुख्नु,
- शरीरमा राता बिमिराहरू आउनु,
- वाकवाकी लाग्नु वा वान्ता हुनु।

यस्ता लक्षणहरु देखापरेमा डेंगी हुन सक्छ। तत्काल चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

डेंगीबाट बच्ने उपायहरु

- लामखुट्टेको टोकाईबाट डेंगी लाग्न सक्दछ,
- लामखुट्टेबाट बच्न पूरै शरिर ढाक्ने लुगा लगाऔं,
- घर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानमा पानी जम्न नदिऔं,
- पानी राखेको भाँडालाई छोपेर राखौं,
- लामखुट्टे भगाउने धूप बालौं र लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने मलम लगाऔं,
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरी झ्याल ढोकामा जाली र सुत्ने बेलामा झुल लगाएर सुतौं,
- अध्यॉंरा कुना–काप्चामा किटनाशक औषधी छर्कने गरौं,
- एयर कुलर, पानी टयांकी, फूलदानी, गमलामा राखिएका प्लेटहरु नियमित सफा गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

दूषित पानीका कारण हुने रोगप्रति सजग रहौं

फोहोर पानीको प्रयोगले झाडापखाला, हैजा, टाइफाईड, आउँ, जण्डिसजस्ता रोगहरु लाग्न सक्छन्।

त्यसैले:

- खोला, धारा वा मूलको पानी सिधैं नपिऔं,
- पानी उमालेर मात्र पिऔं,
- उमाल्न सम्भव नभएमा शुद्धीकरण गरेर पिऔं,
- पिउने पानीलाई सफा भाँडामा छोपेर राखौं र सफा भाँडाले पानी झिक्ने गरौं।
- भाँडाहरु सफा पानीले पखालौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

पानीका स्रोत तथा वितरण प्रणाली सफा राखौं

- पानीका मुहान तथा स्रोतलाई सफा र सुरक्षित राखौं,
- स्रोतमा बाढि, धमिलो तथा बर्षातको पानी छिर्न नदिऔं,
- खानेपानीको मुहान तथा स्रोतमा गाईवस्तु, चराचुरुङ्गी तथा अन्य जीवजन्तु छिर्न नसक्ने गरी तारबार गरौं,
- पानीको मूल, प्रशोधन यन्त्र तथा भण्डारण गर्ने टयाङ्की समयसमयमा सफा गरौं,
- घर तथा सार्वजनिक स्थलका पानी टयाङ्की, धाराका टुटी तथा पानी संकलन गरिएका भाँडा नियमित सफा गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

भू-क्षय न्यूनीकरणका उपाय

- वस्तीको माथिल्लो भागमा कुलो बनाई पानीको उचित निकास दिऔं,
- घरभित्र वा वरिपरिको जमिन चिरा परेको भए सुरक्षित स्थानमा बसौं,
- नदी वा खोलामा बाढी आएमा तल्लो भागमा बस्ने जनसमुदायलाई सूचना दिऔं,
- जमिन चिरा परेको स्थानलाई पुरौं र सजगता अपनाऔं,
- भौगोलिक अवस्था विचार गरेर मात्र बाटो, कुलो वा नहर जस्ता संरचना बनाऔं,
- जथाभावी डोजर/स्काभेटर प्रयोग नगरौं,
- विकास गर्दा विनास ननिम्त्याऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बाढीपहिरोबाट जोगिऔं

जथाभावी सडक निर्माण, खोला उत्खनन् र वन विनाशले बाढीपहिरो निम्त्याउने हुँदा:

- वृक्षारोपण गरौं, वनजंगल जोगाऔं, बाढीपहिरो नियन्त्रण गरौं,
- पहिरोको जोखिम भएका क्षेत्र तथा नदी किनारमा रुख, बाँस, निगालोजस्ता भू-क्षय रोक्ने खालका विरुवा रोपौं र संरक्षण गरौं,
- बस्ती तथा समुदायको रक्षा गरौं,
- बाढी आएको सूचना तल्लो तटीय क्षेत्रमा दिऔं,
- घर बनाउने स्थान बाढी तथा पहिरोको जोखिममा भए नभएको एकीन गरौं ।

बाढीपहिरोबाट आफू पनि बचौं, अरुलाई पनि बचाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सर्पको टोकाईबाट बचौं

- घरवरिपरि सफा राखौं, प्वालहरु टालौं,
- झाडी एवं खुलास्थानमा शौच नगरौं,
- खाली खुट्टा नहिडौं, जुत्ता वा गमबुट लगाऔं,
- लट्ठी लिएर हिंडौं,
- सम्भव भएसम्म खाटमा सुतौं,
- सुत्दा झुलको प्रयोग गरौं,
- सुत्ने बेलामा ओछ्यान राम्ररी हेरौं,
- राती हिंड्दा टर्च लाईटको प्रयोग गरौं,
- पराल, दाउरा आदि निकाल्दा होसियारी अपनाऔं,

यदि सर्पले टोकेमा नजिकको सर्पदंश केन्द्र वा अस्पतालमा लैजाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड