नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

बबरमहल, काठमाडौं

प.सं. :- ०८१/८२

च.नं. :- ४४४

मिति :- वि.सं. २०८१/१२/२५

ने.स. :- ११४५ चौलाथ्व १० सोमवार

विषय: २०८२ साल वैशाख महिनामा प्रकाशन गर्न लोककल्याणकारी विज्ञापन पठाइएको।

श्री सम्पादकज्यू/प्रकाशकज्यू आ.ब.२०७८/७९ को बर्गीकरणमा 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, २०८१ बमोजिम छापामाध्यमबाट लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्ने प्रयोजनको लागि आ.ब. २०७८/७९ को वर्गीकरणमा परेका पत्रपत्रिकाले २०८२ साल वैशाख महिनामा संलग्न बमोजिमका लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशनको लागि पठाइएको ब्यहोरा निर्णयानुसार अनुरोध छ। बोर्डबाट उपलब्ध गराइएको लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्दा देहाय बमोजिम गर्नु गराउनुहुन साथै सो बमोजिम नभएमा लोकल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन बापतको रकम भुक्तानी नहुने ब्यहोरा समेत अनुरोध छ।

तपसिलः

१. पत्रसाथ उपलब्ध गराइएका विज्ञापनहरु २०८२ साल वैशाख महिनाको लागि भएकोले सोही महिनामा मात्र प्रकाशन गर्नुहुन।

२. विज्ञापन प्रकाशन गर्दा फरक अंकमा नदोहोराइकन फरक फरक विज्ञापन प्रकाशन गर्नुहुन अर्थात महिना भरीमा एउटा विज्ञापन एक पटक मात्र प्रकाशन गर्नुहुन।

३. बैशाख महिनाको विज्ञापन प्रकाशन गरेपछि विज्ञापन प्रकाशन गरिएका पत्रपत्रिका र बील वैशाख महिनामा नै वा २०८२ साल जेठ महिनाको ७ गतेभित्र अनिवार्यरुपमा बोर्ड/हुलाक निर्देशनालय/कार्यालयमा पेश गर्नुहुन।

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

(डिल्ली राम सुवेदी)
शाखा अधिकृत

बोधार्थः

श्री जिल्ला हुलाक कार्यालय/क्षेत्रीय हुलाक निर्देशनालय सबै।

.

स्वदेशी मौलिक उत्पादनको प्रवर्द्धन गरौं

- हाम्रो मौलिक उत्पादन पहिचानमात्र होईन आय-आर्जनको स्रोत पनि हो,
- घरेलु र परम्परागत सीपमा आधारित उत्पादनको अभिबृद्धि गर्दै स्वावलम्बी र स्वरोजगार बनौं,
- स्थानीय सीप, क्षमता र कच्चा पदार्थको उपयोग गरौं,
- हस्तकला लगायतका व्यवसाय सानो पूजींमा पनि थालनी गर्न सकिन्छ,
- स्वदेशी उत्पादनबाट आत्मनिर्भर बनौं,
- आयातित वस्तुको सट्टा स्वदेशी उत्पादनलाई प्रोत्साहन गरौं,

अर्थतन्त्रमा योगदान गरौं, मुलुकलाई समृद्ध बनाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

मौसमी फ्लु रोकथामका उपाय

- बिरामी भएका व्यक्तिसँग भौतिक दुरी कायम राखौं,
- खोक्दा, हाच्छिउँ गर्दा नाक मुख छोपौं,
- पौष्टिक खाना खाऔं, शारीरिक रुपमा सक्रिय बनौं,
- सम्भव भएसम्म बिरामी हुँदा घरमै बसौं,
- बेलाबेलामा साबुनपानीले हात धोऔं वा स्यानिटाइजरको प्रयोग गरौं,
- प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउन योग, ध्यान र व्यायाम गरौं,
- लक्षण देखिएमा चिकित्सकको सल्लाह लिऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

वैदेशिक रोजगारमा जानुपूर्व ध्यान दिनुपर्ने कुरा

- श्रम स्वीकृती लिएरमात्र वैदेशिक रोजगारमा जाऔं,
- वैदेशिक रोजगारमा जाँदा गर्ने काम, लाग्ने खर्च र पाउने सेवा सुविधाको यकिन गरौं,
- वैदेशिक रोजगार व्यवसायीको आधिकारिकताका बारेमा सचेत बनौं,
- भिषा तथा श्रम स्वीकृतिको सुनिश्चिततापछि मात्र कानूनले तोकेबमोजिम रकम बुझाऔं र बुझाएको रकमको अनिवार्य भरपाई लिऔं,
- वैदेशिक रोजगारमा जाने देशको भाषा, संस्कृति, रीतिरिवाज र कानूनका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न अनिवार्य रुपमा अभिमूखीकरण तालिम लिऔं,
- सूचिकृत स्वास्थ्य संस्थाबाट मात्र स्वास्थ्य परीक्षण गराऔं,
- नेपाल सरकारद्वारा स्वीकृत कम्पनीमा जीवन बीमा गराऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सामाजिक सञ्जालको रचनात्मक प्रयोग गरौं

- सामाजिक सञ्जालमा प्राप्त भएका सूचनाको सत्यता बुझेर मात्र विश्वास गरौं,
- सामाजिक सञ्जालमा आउने झूठा वा भ्रामक सूचनाले अफवाह फैलाउन सक्छ,
- 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

वायु प्रदूषणबाट जोगिने उपाय

- वायु प्रदूषणवाट श्वासप्रश्वासमा असर पर्ने भएकाले घरवाहिर निस्कँदा मास्कको प्रयोग गरौं,
- वातावरणमैत्री सवारी साधनको प्रयोग गरौं,
- दाउरा र कोइलाको सकेसम्म कम प्रयोग गरौं,
- निर्माणस्थल, उद्योग कलकारखाना आदिबाट निस्कने धुलो धुवाँको उचित व्यवस्थापन गरौं,
- श्वासप्रश्वाससम्बन्धी समस्या आएमा स्वास्थ्य परीक्षण गराऔं,
- जथाभावी प्लास्टिकलगायतका वस्तु नजलाऔं,
- रुखविरुवा रोपौ, हरियाली बढाऔं र वनजङ्गल जोगाऔं ।

वायु प्रदूषणको असरबाट बचौं र बचाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बन डढेलो नियन्त्रण गरौं, वातावरण जोगाऔं

- वन क्षेत्रमा आगो नबालौं,
- सुख्खा घाँसजस्ता ज्वलनशील पदार्थहरू सुरक्षितरूपमा व्यवस्थापन गरौं,
- सलाई, लाइटर तथा प्रज्वलनशील वस्तु बालबालिकाको पहुँचबाट टाढै राखौं,
- चुरोट, बिडीका ठूटा जथाभावी नफालौं । यसले आगलागिको जोखिम निम्त्याउन सक्छ,
- डढेलो नियन्त्रणमा सहभागी बनौं, स्थानीय प्रशासनलाई खबर गरौं,
- वनजङ्गलमा आगो लगाउने व्यक्तिको पहिचान गरौं र यथाशीघ्र नजिकको प्रहरी कार्यालय वा वन कार्यालयमा खवर गरौं,
- समुदायस्तरमा सचेतना फैलाऔं र वन संरक्षणमा योगदान दिऔं ।

डढेलो नियन्त्रणको अभियान, सुरक्षित वन हाम्रो पहिचान ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

मजदुरको हकहित संरक्षण गरौं

- श्रमिकका लागि स्वस्थ, सुरक्षित र मर्यादित कार्य वातावरणको निर्माण गरौं,
- दक्ष श्रमशक्तिको विकास र सदुपयोग गरी उत्पादकत्व बढाऔं,
- असल औद्योगिक श्रम सम्बन्ध कायम गरौं, व्यवस्थापनमा श्रमिकको सहभागिता सुनिश्चित गरौं,
- स्वदेशी तथा विदेशी श्रम बजारको मागअनुरूप दक्ष एवं प्रतिस्पर्धी जनशक्ति तयार गरौं,
- बालश्रमलगायतका श्रम शोषणका सबै रुपको अन्त्य गरौं,
- मजदुरका लागि स्वास्थ्य बीमा, दुर्घटना बीमा, पेन्सनलगायत अन्य सामाजिक सुरक्षाका कार्यक्रमहरु लागू गरौं ।

सामाजिक सुरक्षासहितको रोजगार, हामी सबैको सरोकार ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

चटयाङ्गबाट बचौ र बचाऔं

आकाशमा विजुली चम्कँदा र गडयाङ्गगुडुङ्ग हुँदा:

- ➢ घरभित्रै बसौं,
- ➢ रूख वा विजुलीको पोलमुनी नबसौं,
- ➢ पौडी खेल्ने, डुङ्गा चलाउने तथा खेतवारीमा काम नगरौं,
- ➢ सुरक्षित ओतमा नपुग्दै चटयाङ्ग परे दुवै हातलाई टाउकोमाथि राखी निहुरिएर बसौं,
- ➢ टेलिफोन, मोवाईल, टेलिभिजन, चार्जर, कम्प्युटर, फ्रिजजस्ता विद्युतीय उपकरणको प्रयोग नगरौं,
- ➢ झ्याल, भर्याङ्ग, बुइगल, बरण्डाको ग्रील, बारलगायतका धातुजन्य वस्तु नछोऔं,

चटयाङ लागेमा तुरुन्तै नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा लैजाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

डढेलोबाट वनजङ्गल बचाऔं, पर्यावरण जोगाऔं:

- घाँस दाउरा गर्न वनजङ्गलमा जाँदा चुरोट, बिडी नखाऔं,
- वनभोजपछि चुल्होको आगो राम्ररी निभाऔं,
- खेतबारी, खरबारी र खर्कमा आगो नलगाऔं,
- मानव बस्ती वरिपरि अग्नि नियन्त्रण रेखा बनाऔं,
- स्थानीय प्रशासन, वन, स्थानीय तह, प्रहरी कार्यालय, रेडक्रसलगायत अन्य संघ-संस्थाको सम्पर्क नम्बर सुरक्षित राखौं,
- वनमा डढेलो लागेको देख्ने वित्तिकै नजिकैको प्रहरी, वन कार्यालय, स्थानीय प्रशासन र स्थानीय तहलाई खबर गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

आगलागीबारे चनाखो बनौ

- खाना पकाइसकेपछि आगो, ग्याँस, चुल्हो, स्टोभ वा हिटर निभाऔं,
- सिलिन्डरको रेगुलटर, पाइप, चुल्होबाट ग्याँस चुहावट (लिक) भएको छ/छैन, ख्याल गरौं,
- पेट्रोललगायत प्रज्वलनशील पदार्थको गन्ध आए बेवास्ता नगरौं,
- सलाई, लाइटरजस्ता वस्तु बालबालिकाले भेट्टाउने ठाउँमा नराखौं,
- गोठमा कुँडो पकाइसकेपछि राम्ररी आगो निभाऔं । जथाभावी आगो नबालौं,
- चुरोट, तमाखु, चिलिम, हुक्का र सुल्फा नखाऔं,
- विजुलीका तार, प्लग, स्वीच वा वायरिङ्गको नियमित जाँच गरौं,
- घरबस्तीनजिकै पोखरी, ट्याङ्की वा अरू कुनै तरिकाले पानीको जोहो गरौं,

आगलागी भएमा स्थानीय तह, प्रहरी कार्यालय, दमकल, स्थानीय प्रशासन कार्यालयमा खबर गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

हावाहुरीबाट जोगिने उपाय

- घरको संरचना बलियो बनाऔं,
- हावाहुरी चल्न थाले झ्यालढोका बन्द गरौं,
- छानालाई चोया, तार, काठ, हुकलगायतका सामग्रीको प्रयोग गरेर बलियो पारौं,
- जस्तापातालगायतका सामग्रीहरू खुला र जथाभावी नराखौं,
- हावाहुरी चलेको बेला भागदौंड नगरौं,
- सवारी साधन चलाएको बखत हावाहुरी चले रोकेर सुरक्षित स्थानमा बसौं,
- पैदल यात्रामा रहेको समयमा हावाहुरी चलेमा र ओत नभेटेमा थुचुक्क बसेर दुबै हातले टाउँको छोपी घोप्टो परौं ।

हावाहुरी रोक्न सकिदैन, तर पूर्वतयारी गर्दा हावाहुरीबाट हुने क्षति कम गर्न सकिन्छ ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

जन्म दर्ता गर्न आवश्यक कागजात

- आमा वा बाबुको नागरिकता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि,
- सूचकको नागरिकता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि,
- स्वास्थ्य संस्था/अस्पतालमा जन्म भएको भए उक्त संस्थाबाट जारी जन्म प्रमाण,
- घरमा जन्म भएको हकमा खोप कार्ड,
- बाबु बेपत्ता वा ठेगाना थाहा नभएको भए सोसम्बन्धी प्रहरी प्रतिवेदन,

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सामाजिक सुरक्षा कोषमा सहभागी बनौं

- सामाजिक सुरक्षा कोषले सञ्चालन गर्ने योजना अन्तर्गत:
  - औषधी उपचार तथा स्वास्थ्य सुरक्षा योजना,
  - मातृत्व सुरक्षा योजना
  - दुर्घटना सुरक्षा योजना,
  - अशक्तता सुरक्षा योजना,
  - आश्रित परिवार सुरक्षा योजना,
  - बृद्धावस्था सुरक्षा योजना,
  - वेरोजगार सहायता योजनामा सहभागी भई लाभान्वित हौऔं।

सामाजिक सुरक्षा कोषमा आवद्धता, आफ्नो र परिवारको भविष्य सुनिश्चितता।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

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

विद्यार्थी भर्ना अभियानमा सबैले योगदान गरौं

- विद्यालयले आ-आफ्नो सेवा क्षेत्रभित्रका अभिभावकलाई टेलिफोन, इन्टरनेट, रेडियो, टेलिभिजन तथा सामाजिक सञ्जालबाट सूचना प्रवाह गर्ने,
- अभिभावकविहीन बालबालिकाको अध्ययनमा सहयोग गर्ने व्यक्ति तथा संस्थाको पहिचान र उचित सम्मान गर्ने,
- सामुदायिक सिकाइकेन्द्रहरुले विद्यालयबाहिर रहेका बालबालिकाको लगत संकलन गर्ने,
- सार्वजनिक जीवनका व्यक्तिहरुले विद्यालय उमेर समूहका , सीमान्तकृत समूहका, अपाङ्गता भएका वालबालिकाका लागि विद्यालय भर्नाको पहल गर्ने,
- स्थानीय तहले भर्ना अभियानको नेतृत्व गर्ने ।

सबै बालबालिकाको विद्यालयमा सहभागिता, गुणस्तरीय शिक्षा प्राप्तिको सुनिश्चितता ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड