नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड
बबरमहल, काठमाडौं

प.सं. :- ०८१/८२

च.नं. :- ५०९

मिति :- वि.सं. २०८२/०२/२६

<u>विषय: २०८२ साल असार महिनामा प्रकाशन गर्न लोककल्याणकारी विज्ञापन पठाइएको ।</u>

श्री सम्पादकज्यू/प्रकाशकज्यू आ.ब.२०७८/७९ को वर्गीकरणमा परेका पत्रपत्रिकाहरू ।

.

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 प्रेस काउन्सिल नेपालको आ.ब. २०७८/७९ को वर्गीकरणमा परि लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्न बोर्डबाट स्वीकृत भएका छापामाध्यममा २०८२ साल असार महिनामा संलग्न लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्न पठाइएको छ । बोर्डबाट उपलब्ध गराइएको लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गर्दा देहाय बमोजिम गर्नु गराउनुहुन साथै सो बमोजिम नभएमा लोकल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन बापतको रकम भुक्तानी नहुने ब्यहोरा निर्णयानुसार अनुरोध छ।

<u>देहायः</u>

१ पत्रसाथ उपलब्ध गराइएका विज्ञापनहरु मध्ये **योग्यतामा प्रणालीको सम्मान गरौं** शिर्षकको लोक सेवा आयोगसंग सम्बन्धित लोककल्याणकारी विज्ञापन २०८२ साल आषाढ १ प्रकाशन गर्नु हुन।

२ पत्रसाथ उपलब्ध गराइएका विज्ञापनहरु २०८२ साल आषाढ महिनाको लागि भएकोले सोही महिनामा मात्र प्रकाशन गर्नुहुन।

३ विज्ञापन प्रकाशन गर्दा फरक अंकमा नदोहोराइकन फरक फरक विज्ञापन प्रकाशन गर्नुहुन अर्थात प्रकाशन अवधिमा एउटा विज्ञापन एक पटक मात्र प्रकाशन गर्नुहुन।

४ आषाढ १५ गतेभित्र लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गरिसक्नु हुन ।

५ दैनिक पत्रपत्रिकाले १० अंकमा, साप्ताहिक तथा अर्धसाप्ताहिक पत्रिकाले १५ गते पछि प्रकाशन गरिनुपर्ने अंक गणना गरी अघिल्लो अंकमा थप विज्ञापन प्रकाशन गर्नु हुन ।

६ आषाढ १५ गते पछि प्रकाशित हुने पाक्षिक, मासिक, द्वैमासिक र त्रैमासिक पत्रपत्रिकाले अघिल्लो अंकमा नै आषाढ महिनाको समेत विज्ञापन थप गरि प्रकाशन गर्नुपर्न व्यवस्था छापामाध्यमका लागि लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशनसम्बन्धी कार्यविधि, २०८१ को दफा २३ मा रहेकोले सोहि बमोजिम गर्नु/गराउनु हुन ।

७ लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन गरे वापतको भुक्तानी आषाढ २० गतेभित्र अनिवार्यरुपमा विज्ञापन बोर्ड/हुलाक निर्देशनालय/हुलाक कार्यालयमा माग गरिसक्नु हुन । २० गतेपछि माग गरेमा सोको भुक्तानी गरिनेछैन ।

८ चालु आर्थिक बर्षमा भुक्तानी लिनुपर्ने रकम तोकिएको समयमा माग नगरेमा उक्त रकमको दायित्व अर्को बर्षमा सारिनेछैन

९ साथै चालु आ.ब. मा विनियोजित रकम सकिएको र थप बजेट माग भएकोले बजेट थप भई आएमा मात्र भुक्तानी हुने तर बजेट थप हुन नसकेको खण्डमा भुक्तानी नहुने शर्तमा संलग्न विज्ञापनहरु सार्वजनिक हित र जनहितमा प्रकाशन गर्न ईच्छुक पत्रपत्रिकाले मात्र प्रकाशन गर्नु हुन ।

प्रमाणित डिजिटल हस्ताक्षर गर्ने व्यक्ति
Bimal Rijal
bimalrijal51@gmail.com

(बिमल रिजाल)
शाखा अधिकृत

बोधार्थ:
श्री क्षेत्रीय हुलाक निर्देशनालय/श्री जिल्ला हुलाक कार्यालय
सबै

योग्यता प्रणालीको सम्मान गरौं

- ❖ योग्यतामा आधारित छनौट प्रणालीको सम्मान गरौं,
- ❖ योग्यता र प्रतिष्पर्धाको सम्मान गर्दै रोगजारीमा समान अवसरको सदुपयोग गरौँ,
- ❖ प्रतिभाको कदर स्वदेशमै गरौं र प्रतिभा पलायन हुनबाट रोकौं,
- ❖ निर्भिक एवं निष्पक्ष रुपमा राष्ट्रको सेवा गर्ने अवसरको उपयोग गरौं र गराऔं,
- ❖ २०८२ असार १ गते लोक सेवा आयोगको ७५ औं वार्षिकोत्सव तथा हीरक जयन्ती भव्यताका साथ मनाऔं,

"योग्यता, स्वच्छता, निष्पक्षता-लोक सेवा आयोगको प्रतिबद्धता"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

हाम्रो पहिचानमा हाम्रो गौरव

❖नेपाली भाषा र संस्कृतिलाई आत्मसाथ गरौं,

❖परम्परा, चाडपर्व, लोककला जोगाऔं,

❖मौलिक संस्कृतिमा गर्व गरौं,

❖नक्कल होइन मौलिकता अपनाऔं,

❖विविधतामा एकता कायम गरौं,

❖राष्ट्रको पहिचानलाई सम्मान गरौं .

"हाम्रो पहिचान, हाम्रो स्वाभिमान"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

विपद्को पूर्वतयारी गरौं

- ❖ सम्भावित जोखिमको मूल्यांकन गरौं,
- ❖ भूकम्प, बाढी, आगोलागी जस्ता सम्भावित विपद्को बारेमा सचेत बनौं,
- ❖ सम्भावित जोखिमबाट बच्न आपतकालीन योजना बनाऔं,
- ❖ घर परिवार र छिमेकीहरूसँग मिलेर सुरक्षित स्थानको पहिचान गरौं,
- ❖ सम्पर्क बिन्दुहरु तय गरौं, सूचना प्रणालीमा आवद्ध होऔं,
- ❖ खाना, पानी, प्राथमिक उपचार बक्स, टर्चलाइट, आवश्यक औषधि आदि तयार राखौं,
- ❖ विपद् व्यवस्थापन तालिम तथा अभ्यासमा सहभागी बनौं,
- ❖ बालबालिका, वृद्धवृद्धा र अपाङ्गता भएका व्यक्तिको सुरक्षामा ध्यान दिऔं ।

" विपद्को सामना गर्न तयार होऔं, क्षति हुन नदिऔं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सांस्कृतिक विविधताको सम्मान गरौं ।

- सबै धर्म, जात, जाती भाषा भाषि, भेषभूषा र पहिचानको सम्मान गरौं,
- सबैका चाडपर्वमा सहभागी बनौं, अन्तरसंवाद बढाऔं,
- भेदभाव, छुवाछुत, घृणा र हिंसाविरुद्ध बोलौं,
- सांस्कृतिक कार्यक्रम र परम्परालाई संरक्षण गरौं,
- समावेशी समाज निर्माण गरौं,
- विविधतामा एकताको भावना निर्माण गरौं ।

"सांस्कृतिक विविधताको सम्मान गरी एकता कायम गरौं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बाढी र पहिरोबाट जोगिऔं

बाढी र पहिरोबाट हुने जोखिमबाट सतर्क बनौः

- ❖ सञ्चार माध्यमबाट मौसमको जानकारी प्राप्त गर्ने गरौं,
- ❖ बाढी वा पहिरोको उच्च जोखिम भएको क्षेत्रमा होसियारी अपनाऔं,
- ❖ आपतकालीन झोला (औषधि, टर्चलाइट, खानेकुरा र लुगाफाटा) तयार राखौं,
- ❖ बालबालिका, वृद्धवृद्धा र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई विशेष ध्यान दिऔं,
- ❖ बाढी पहिरो आएमा सुरक्षित स्थानतर्फ जाऔं,
- ❖ विजुलीका लाइन वा पोलबाट टाढा बसौं,
- ❖ बाढीको समयमा खोलानाला पार गर्दा सतर्कता अपनाऔं,
- ❖ अफवाह नफैलाऔं, सत्य सूचना मात्र आदान–प्रदान गरौं,
- ❖ घाइते वा जोखिममा परेका व्यक्तिको उद्धारमा सहयोग गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

अनलाइन ठगीबाट बचौं र बचाऔं

अनलाइन ठगहरुलेः

❖तपाईंले चिठ्ठा जित्नुभयो,

❖तपाईंको बैंक खाता बन्द हुँदैछ, तुरुन्त OTP पठाउनुहोस्,

❖यो लिङ्क क्लिक गर्नुस्, ठूलो इनाम पाउनुहुनेछ,

❖म विदेशबाट पैसा पठाउँदै छु, तपाईंको खाता पठाउनुहोस् जस्ता अनेकौं प्रलोभन दिन सक्छन् ।

त्यसबाट बच्नः

❖OTP, पासवर्ड वा बैंक विवरण कसैलाई नदिऔं,

❖अपरिचित लिङ्क वा एप डाउनलोड नगरौं,

❖कुनैपनि प्रकारका प्रस्तावमा नलोभिऔं,

❖सामाजिक सञ्जालमा अपरिचित व्यक्तिलाई व्यक्तिगत जानकारी नदिऔं,

❖ठगी भएको वा हुन लागेको शङ्का लागेमा तुरुन्तै नजिकको प्रहरीलाई खवर गरौं ।

"सावधानी अपनाऔं, अनलाइन ठगीबाट बचौं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

डिजिटल कारोवारबारे सचेत बनौं ।

डिजिटल बैंकिङ्गको सुरक्षाका लागिः

- ❖ OTP, पासवर्ड र PIN नम्बर कसैलाई नदिऔं,
- ❖ आधिकारिक एप वा वेबसाइटबाट मात्र बैंकिङ सेवा प्रयोग गरौं,
- ❖ सार्वजनिक Wi-Fi प्रयोग गरी कारोबार नगरौं,
- ❖ अपरिचित व्यक्ति वा फोन कलमार्फत प्राप्त हुने प्रस्तावमा विश्वास नगरौं,
- ❖ शंकास्पद लिङ्कमा क्लिक नगरौं,
- ❖ मोबाइल वा कम्प्युटरमा सुरक्षित पासवर्ड र एण्टी भाइरस राखौं,
- ❖ अनलाइन ठगीको आशंका लागेमा तत्काल सम्बन्धित बैंक वा नजिकको प्रहरीमा खवर गरौं ।

"डिजिटल कारोवार सुरक्षित बनाऔं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

कृषिमा आधुनिकीकरण गरौं ।

- कृषिमा आधुनिक प्रविधिको प्रयोग गरौं,
- बैज्ञानिक खेती पद्दतीको विकास गरौं,
- उन्नत बीउ र जैविक मलको प्रयोग गरौं,
- सिँचाइ प्रणालीमा सुधार गरौं,
- सिँचाइ नभएको स्थानमा बोरिङ्ग र पम्पसेट प्रयोग गरी सिंचाइ गरौं,
- परम्परागत विषादीको प्रयोग गरी किराफट्याङ्ग्रा नियन्त्रण गरौं,
- बजार ब्यवस्थापन प्रणालीको विकास गरौं,
- कृषक समूहमा आवद्ध भई ज्ञान आदान–प्रदान गरौं,
- कृषि प्राविधिकको सहयोग र सल्लाह लिने गरौं ।

"कृषि क्षेत्रमा आत्मनिर्भर बनौं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

स्वच्छ सहर – स्वस्थ्य सहर

- धुवाँ बढी फाल्ने सवारी साधनको प्रयोग नगरौं,
- सवारी साधनको समय समयमा मर्मत सम्भार गरौं,
- तोकिएको स्थानमा मात्र फोहोर फालौं, जथाभावी नफालौं,
- करेसाबारी, सडक छेउ र सार्वजनिक स्थानमा वृक्षारोपण गरौं,
- सार्वजनिक स्थलका बोट विरुवा तथा फूलको संरक्षण गरौं,
- स्वच्छ पानी र सरसफाइमा ध्यान दिऔं,
- ध्वनि र वायु प्रदूषण कम गरौं,
- सडकको समय समयमा मर्मत संभार गरौं,
- सडकमा निर्माण सामग्री नराखौं,

"सहरलाई सुन्दर बनाऔं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

धुम्रपान र मदिरा सेवन नगरौं ।

धूम्रपानलेः

❖फोक्सोको क्यान्सर, मुटु रोग, दम जस्ता रोग लाग्न सक्छ,

❖स्वाश प्रश्वास प्रणालीमा असर गर्न सक्छ,

❖मुख, घाँटी र छालामा क्यान्सर हुन सक्छ,

❖गर्भाअवस्थामा धुम्रपान गरे बच्चाको स्वास्थ्यमा प्रतिकूल प्रभाव पर्न सक्छ,

मदिरा सेवनलेः

❖कलेजोको रोग हुन सक्छ,

❖तनाव, डिप्रेशन जस्ता मानसिक स्वास्थ्यका समस्या देखा पर्न सक्छ,

❖पारिवारीक कलह र अशान्ति छाउन सक्छ,

"स्वास्थ्यकर जीवनशैली अपनाऔं, धूम्रपान र मदिराबाट टाढा रहौं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बालश्रम अन्त्य गरौं

बालश्रमका कारणः

- शिक्षाबाट बञ्चित हुने,
- मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यमा असर पर्ने,
- भविष्य अन्धकार हुने,
- बालअधिकारको उल्लङ्घन हुन्छ,

त्यसैलेः

- बालश्रमको विरोध गरौं,
- शिक्षाको पहुँच सबैमा सुनिश्चित गरौं,
- गरिबी निवारणमा सहयोग गरौं,
- बालश्रम गराउनेलाई कानुनी कारबाही गर्न सहयोग गरौं,

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

मानसिक स्वास्थ्य प्रति सचेत बनौं

- निराश हुनु,
- तनाव तथा चिन्तित महशुस हुनु,
- बेला बेलामा डर लाग्नु,
- पसिना आउनु,
- गहिरो निद्रा नपर्नु लगायत मानसिक रोगका लक्षण हुन सक्छन् ।

मानसिक समस्या निदानको लागिः

- नियमित व्यायाम गरौं,
- आफ्ना भावना खुल्ला रूपमा व्यक्त गरौं,
- परिवार र साथीहरूसँग समय बिताऔं,
- योग, ध्यान वा मनपर्ने गतिविधिमा संलग्न होऔं,
- आवश्यक परेमा मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञसँग परामर्श गरौं,

"स्वस्थ मन, सुखी जीवन"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

प्राविधिक शिक्षा र व्यावसायिक तालिम प्राप्त गरौं ।

❖ इलेक्ट्रिसियन, प्लम्बिङ्ग, कम्प्युटर अपरेटिङ्ग, सिलाई–कटाई, मोबाइल मर्मत, कुकिंग एण्ड हस्पिटालिटी, कृषि, तथा पशुपालन जस्ता प्राविधिक ज्ञान प्राप्त गरौं ।

❖ स्वरोजगार बनौं,

❖ कम लागतमा उच्च परिणाम हासिल गरौं,

❖ आत्मनिर्भर र उद्यमशील बनौं,

❖ देशमै रोजगारीको अवसर प्राप्त गरौं,

"जीवनस्तरमा सुधार गरौं "

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

प्लाष्टिक प्रयोगमा कटौती गरौं

प्लास्टिक प्रयोगलेः

❖माटोको उर्वरा शक्ति घटाउँछ,
❖पानी प्रदूषण हुन्छ,
❖पशुले प्लास्टिक खाएमा मृत्यु हुन्छ,
❖मानव स्वास्थ्यमा हानी पुऱ्याउँछ,
❖प्राकृतिक सौन्दर्यता नष्ट हुन्छ,

त्यसैले,

❖प्लाष्टिकका झोलाको सट्टा कपडाको झोलाको प्रयोग गरौं,
❖प्लास्टिकका भाँडाको सट्टा स्टिल, काँच र बाँसका सामग्री प्रयोग गरौं,
❖प्लाष्टिकजन्य फोहोर सही तरिकाले व्यवस्थापन गरौं,
❖“प्लाष्टिकमुक्त" अभियानमा सहभागी बनौं,

"वातावरणको संरक्षण गरौं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

जलवायु परिवर्तनको असरबाट जोगिऔं

जलवायु परिवर्तनका असरः

- ❖ हिउँ पग्लने र हिमाल नाङ्गा डाँडामा परिणत हुने,
- ❖ बाढी, पहिरो र सुख्खा बढ्दै जाने,
- ❖ कृषि प्रणालीमा असर पर्ने,
- ❖ जैविक विविधताको विनाश हुने,
- ❖ वातावरणीय प्रणालीमा प्रभाव पर्ने,
- ❖ तापक्रममा बृद्धि हुने,

जलवायु परिवर्तनबाट बच्नः

- ❖नवीकरणीय ऊर्जाको प्रयोग गरौं,
- ❖रूख रोपौं वनजंगलको संरक्षण गरौं,
- ❖पुराना सवारी साधनको प्रयोग नगरौं
- ❖जलवायु शिक्षामा जोड दिऔं

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सुरक्षित घर निर्माण गरौं

घर निर्माण गर्दा-

❖ इञ्जिनियरको सल्लाह लिएर मात्र निर्माण गरौं ।
❖ भूकम्प प्रतिरोधि डिजाइन बनाऔं ।
❖ गुणस्तरीय सामग्री प्रयोग गरौं ।
❖ स्थानीय भू-सम्भाव्यता अनुसार निर्माण गरौं ।
❖ नियमित मर्मतसम्भार गरौं ।
❖ निर्माण अघि स्वीकृति लिऔं ।

"बलियो घर निर्माण गरौं, सुरक्षित भविश्य बनाऔं"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड