



सम्झौता गर्न आउने सम्बन्धी सार्वजनिक सूचना

मिति: २०८३।।०१।०२

यस मन्त्रालयबाट मिति २०८२।०९।०७ मा प्रकाशित सूचना बमोजिम जनहितका लागि प्रकाशन र प्रसारण गर्नुपर्ने लोककल्याणकारी विज्ञापनका लागि ईच्छुक यस प्रदेशमा सञ्चालनमा रहेका आमसञ्चार माध्यमलाई निवेदन माग गरिएकोमा रितपूर्वक निवेदन दिई कागजात पुरा भइ छनौट सञ्चार माध्यमलाई लोककल्याणकारी विज्ञापन प्रकाशन र प्रसारण गर्ने प्रयोजनका लागि यो सूचना सम्प्रेषण भएको मितिले ७ (सात) दिन भित्र सम्झौता गर्न आउन सम्बन्धित सबै सरोकारवालाहरूको लागि यो सार्वजनिक सूचना आह्वान गरिएको छ । छनौट भएका सञ्चार माध्यमहरूको विवरण मन्त्रालयको वेबसाइटमा राखिएको छ ।

नोट: मन्त्रालय सूचनाको म्याद भित्र सम्झौता गर्न नआएका सञ्चारमाध्यमसँग सम्झौता गर्न वाध्य हुनेछैन ।


२०८३।१।०२

धर्मराज जोशी
(अधिकृत प्रशासन)



छनौट भएका सञ्चार माध्यमहरूको विवरणहरू

१. हरचाली साहित्यीक (त्रैमासिक पत्रिका)
२. समाधान न्यूज (दैनिक पत्रिका)
३. बिजया मिडिया ग्रुप एण्ड पब्लिकेसन प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
४. पहुरा थारु (दैनिक पत्रिका)
५. मानसरोवर राष्ट्रिय दैनिक (दैनिक पत्रिका)
६. संचार विकास केन्द्र (एफ.एम. रेडियो ९० मेगाहर्ज)
७. संयोग मिडीया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
८. खबर रफतार दैनिक (दैनिक पत्रिका)
९. युग सरोकार साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१०. सुदूर आज मिडिया नेपाल (अनलाइन पत्रिका)
११. दिनेश एफ.एम. प्रा.लि. (एफ.एम. रेडियो)
१२. दिनेश संचार गृह प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१३. वैज्ञानिक मिडिया (अनलाइन पत्रिका)
१४. कैलाली इन्भेन्ट एण्ड मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१५. ह्वाइट हाउस मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१६. मानव संशोधन केन्द्र (एफ.एम. रेडियो)
१७. अद्वितीय राष्ट्रिय विकास संगठन (एफ.एम. रेडियो ९९.६ मेगाहर्ज)
१८. शिखर कम्युनिकेसन प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१९. रैकवार संचार केन्द्र दैनिक पत्रिका (दैनिक पत्रिका)
२०. रैकवार संचार केन्द्र अनलाइन (अनलाइन पत्रिका)
२१. कृषक जागरण (त्रैमासिक पत्रिका)
२२. नजर मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
२३. सुदूर खबर अनलाइन मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
२४. इ.अल नेपाल प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
२५. केदार मिडिया हाउस प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
२६. भुमिराज मिडिया नेपाल प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
२७. अग्नी पोष्ट (दैनिक पत्रिका)
२८. सरल मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
२९. जोशीपुर साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
३०. अँख्वारी पत्रिका (साप्ताहिक पत्रिका)
३१. अग्रलेख मल्टी मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
३२. अत्तरिया मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
३३. अत्तरिया खबर दैनिक (दैनिक पत्रिका)
३४. रेडियो के.एम.सी. (एफ.एम.रेडियो १०४.६ मेगाहर्ज)
३५. सञ्चार व्यवसायी फर्म प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
३६. सुल्जन मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
३७. पश्चिम दर्पण मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)



३८. हाइवे दर्पण मिडिया प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ९२.८ मेगाहर्ज)
३९. हाइवे टाइम्स (दैनिक पत्रिका)
४०. घोडाघोडी मिडिया संचार समुह (एफ.एम.रेडियो)
४१. कोसेली मिडिया प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ९७ मेगाहर्ज)
४२. कैलाली दर्पण एण्ड बिज्ञापन एजेन्सी (अनलाइन पत्रिका)
४३. गोदावरी मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
४४. आगनवारी मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
४५. बेलौरी अनलाइन खबर प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
४६. त्रिशक्ति इभेण्ट एण्ड मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
४७. समाजिक विकास तथा सचेतना (एफ.एम.रेडियो)
४८. रुइन्द्र मिडिया (अनलाइन पत्रिका)
४९. एन.वी. मिडिया नेटवर्क प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
५०. गौमुल मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
५१. हाम्रो सेती (साप्ताहिक पत्रिका)
५२. कैलास मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
५३. देवभुमी मिडिया एण्ड कन्सलटेन्सी सर्भिस प्रा.लि. (दैनिक पत्रिका)
५४. झिल्को मिडिया एण्ड कन्सलटेन्सी प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
५५. संचार विकास समुह (एफ.एम.रेडियो)
५६. स्थानिय विकास मञ्च (दैनिक पत्रिका)
५७. स्थानिय विकास मञ्च (एफ.एम.रेडियो ९९.४ मेगाहर्ज)
५८. फुलवारी खबर (अनलाइन पत्रिका)
५९. नयाँ जनक्रान्ती (दैनिक पत्रिका)
६०. कञ्चनपुर पोष्ट दैनिक (दैनिक पत्रिका)
६१. कालापानी खबर मल्टी मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
६२. सिगास मिडिया सोसाइटी प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ९१ मेगाहर्ज)
६३. फारवेष्ट मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
६४. केर्नी मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
६५. संघारी मल्टीपल सर्भिस एण्ड रिसर्च प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
६६. बेलडाँडी पोष्ट (साप्ताहिक पत्रिका)
६७. रुविसा मिडिया नेटवर्क प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
६८. कञ्चनपुर खबर (साप्ताहिक पत्रिका)
६९. डिलाशैनी मिडिया नेटवर्क प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
७०. कैलाली दैनिक (दैनिक पत्रिका)
७१. आधारपत्र साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
७२. कलान्तर दैनिक (दैनिक पत्रिका)
७३. सुर्यारम्भ साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
७४. सञ्चारकर्मि समुह (एफ.एम.रेडियो)
७५. सुदूरपश्चिमको प्रयास (साप्ताहिक पत्रिका)
७६. टिकापुर दैनिक (दैनिक पत्रिका)
७७. सुदूर सन्दर्भ (साप्ताहिक पत्रिका)
७८. हटलाइन पब्लिकेसन प्रा.लि. (दैनिक पत्रिका)
७९. सुन्दर सुदूर सञ्चार केन्द्र प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)

[Handwritten Signature]



८०. गोदावरी टाइम्स (साप्ताहिक पत्रिका)
८१. सेतीकाली मिडिया प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ९५.३ मेगाहर्ज)
८२. सुदूर दर्पण दैनिक (दैनिक पत्रिका)
८३. बैष्णवी मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
८४. उदयदेव मिडिया प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो १०५ मेगाहर्ज)
८५. राष्ट्रिय ग्रामिण तथा बैकल्पिक उर्जा विकास प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ८९.८ मेगाहर्ज)
८६. राष्ट्रिय सूचना तथा सञ्चार केन्द्र नेपाल (एफ.एम.रेडियो १०७.८ मेगाहर्ज)
८७. सामुदायिक सूचना केन्द्र नेपाल (एफ.एम.रेडियो ८९.२ मेगाहर्ज)
८८. लोक भिजन राष्ट्रिय साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
८९. सामुदायिक विकास तथा सामुदायिक न्याय मञ्च (एफ.एम.रेडियो)
९०. कैलपाल प्रिन्टिड प्रेस (दैनिक पत्रिका)
९१. नेपाल पथ राष्ट्रिय दैनिक (दैनिक पत्रिका)
९२. सुदूरपश्चिम मिडिया नेटवर्क प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो)
९३. सुदूर सन्देश पब्लिकेसन (दैनिक पत्रिका)
९४. अनिरुद्र बोर्ड कस्टीड (एफ.एम.रेडियो)
९५. थारु टेलिभिजन प्रा.लि. (टि.भि.)
९६. टिकापुर मिडिया प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ९६.५ मेगाहर्ज)
९७. ओजराज मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
९८. लम्की सञ्चार समुह (एफ.एम.रेडियो १०४.७ मेगाहर्ज)
९९. समाजिक विकास समुह (एफ.एम.रेडियो १००.६ मेगाहर्ज)
१००. लर्ड बुध्द मिडिया हाउस (अनलाइन पत्रिका)
१०१. सेतीकाली एक्सप्रेस राष्ट्रिय दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१०२. कालापानी सामुदायिक समाचार केन्द्र (एफ.एम.रेडियो)
१०३. सुदूरपश्चिम मिडिया हाउस प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१०४. अपी टुडे दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१०५. नाप्पा साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१०६. बिगुल सञ्चार प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१०७. सुन्दर पश्चिम मिडिया प्रा.लि. (दैनिक पत्रिका)
१०८. अमरगढी पोष्ट राष्ट्रिय दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१०९. खसड न्यूज राष्ट्रिय दैनिक (दैनिक पत्रिका)
११०. सामुदायिक संचार विकास तथा अध्ययन केन्द्र (एफ.एम.रेडियो)
१११. जोशीपुर सन्देश साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
११२. सुन्दराञ्चल दैनिक (दैनिक पत्रिका)
११३. समावेशी अवाज मिडिया (अनलाइन पत्रिका)
११४. दिशा निर्देश कञ्चन साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
११५. मलवारा दैनिक (दैनिक पत्रिका)
११६. कञ्चनपुर मिडिया प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो १०६.५ मेगाहर्ज)
११७. हाम्रो मालिका एफ.एम. एण्ड कम्युनिकेसन प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ९९ मेगाहर्ज)
११८. वेष्ट भिजन सर्भिस प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
११९. अनुमोदन खबर डट कम (अनलाइन पत्रिका)
१२०. अनुमोदन राष्ट्रिय दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१२१. सुदूर टाइम्स मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)

[Handwritten signature]

१२२. बिम्ब साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१२३. हेलो टेलिभिजन प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१२४. समाजिक विकास अभिवृद्धि केन्द्र (एफ.एम.रेडियो ९०.२ मेगाहर्ज)
१२५. पश्चिम नेपाल मिडिया अभियान (एफ.एम.रेडियो ९२.२ मेगाहर्ज)
१२६. रंगुन दर्पण साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१२७. डडेलधुरा पोष्ट (दैनिक पत्रिका)
१२८. मानव विकास तथा सामुदायिक सेवा (एफ.एम.रेडियो)
१२९. त्रिवेणी संचार बहुउद्देशिय सहकारी संस्था (एफ.एम.रेडियो ९५.२ मेगाहर्ज)
१३०. मिडिया विकास समाज नेपाल (एफ.एम.रेडियो १०४.५ मेगाहर्ज)
१३१. नव त्रिवेणी मिडिया (अनलाइन पत्रिका)
१३२. प्रेम सिंह धामी स्मृती प्रतिष्ठान (एफ.एम.रेडियो)
१३३. कालापानी न्यूज डट कम (अनलाइन पत्रिका)
१३४. दार्चुला सन्देश दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१३५. कालापानी पोष्ट साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१३६. सफलता एजेन्सी प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१३७. सिलालेख बुलेटीन (साप्ताहिक पत्रिका)
१३८. मिसन पर्यटन संघ (एफ.एम.रेडियो ८९.५ मेगाहर्ज)
१३९. निसराउ साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१४०. युगअस्त्र दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१४१. सुनौलो अभियान (साप्ताहिक पत्रिका)
१४२. त्रिवेणी मिडिया नेटवर्क (एफ.एम.रेडियो ९४.४ मेगाहर्ज)
१४३. पञ्चकोसी मिडिया एण्ड एडभरटाजिड प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१४४. सार्थक प्रकाशन (साप्ताहिक पत्रिका)
१४५. सार्थक प्रकाशन (अनलाइन पत्रिका)
१४६. आशीर्वाद मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१४७. हाम्रो युग दर्पण (साप्ताहिक पत्रिका)
१४८. समायोजन साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१४९. जनसरोकार पोष्ट (अनलाइन पत्रिका)
१५०. जनसरोकार पोष्ट (दैनिक पत्रिका)
१५१. दिर्घायु मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१५२. भिमनगर साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१५३. सुदूर खबर (दैनिक पत्रिका)
१५४. पश्चिम नेपाल दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१५५. सुनौलो एफ.एम. प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो १०५.६ मेगाहर्ज)
१५६. बैतडी सन्देश (साप्ताहिक पत्रिका)
१५७. महाकाली खबर (साप्ताहिक पत्रिका)
१५८. ग्वालेक मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१५९. निश्चल मिडिया प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो)
१६०. अपी अनलाइन खबर प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१६१. पलपल अनलाइन मिडिया एण्ड मार्केटिङ प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१६२. मंगलाशैनि मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)

(Handwritten signature)



१६३. आभाष कुञ्ज दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१६४. बेष्ट न्यूज (साप्ताहिक पत्रिका)
१६५. त्रिनेत्र पोष्ट प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१६६. अराज केशव फिल्मस प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१६७. सेतीकाली एक्सप्रेस नेटवर्क प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१६८. प्रभु एफ.एम. प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो १०२.६ मेगाहर्ज)
१६९. महाकाली टुडे दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१७०. खबर उज्यालो मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१७१. फेथ मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१७२. सत्य दृश्य मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१७३. कुँवर मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१७४. अभियान नेपाली दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१७५. आजको नयाँ विकल्प दैनिक (दैनिक पत्रिका)
१७६. परशुराम मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१७७. शैलेश्वरी मिसन पब्लिकेसन प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१७८. परशुराम मिडिया प्रा.लि. (साप्ताहिक पत्रिका)
१७९. निशपक्ष आवाज प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१८०. जागरण संचार समुह (एफ.एम.रेडियो १०६.४ मेगाहर्ज)
१८१. सुल्पा मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१८२. श्री मिडिया विकास समुह (एफ.एम.रेडियो ९३ मेगाहर्ज)
१८३. अनीरुद्र ब्रोडकास्टिङ (अनलाइन पत्रिका)
१८४. कुशल मल्टीमिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१८५. वर्दा देवी मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१८६. सुदूर मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१८७. बाशुलिङ्ग मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१८८. स्वतन्त्र खबर (साप्ताहिक पत्रिका)
१८९. चेतना खबर (दैनिक पत्रिका)
१९०. फारवेष्ट मिडिया प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ९८.५ मेगाहर्ज)
१९१. सम्राट मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१९२. खबर रफतार प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१९३. लिम्पीयाधुरा साप्ताहिक (साप्ताहिक पत्रिका)
१९४. शिला मिडिया नेटवर्क प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१९५. सुदूरपश्चिम पोष्ट (साप्ताहिक पत्रिका)
१९६. कञ्चन आवाज प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१९७. पौरखी विकास सञ्चार सहकारी प्रा.लि. (एफ.एम.रेडियो ९०.४ मेगाहर्ज)
१९८. बफादार मिडिया प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)
१९९. निशाना न्यूज प्रा.लि. (अनलाइन पत्रिका)

[Handwritten signature]

अनुसूची- २

(दफा ४ को उपदफा (१) सँग सम्बन्धित)

लोककल्याणकारी विज्ञापनको विषयवस्तु

(१)

राष्ट्रिय झण्डाको सम्मान गरौं।

राष्ट्रिय झण्डाको अपमान हुने देहायका कार्य गर्न पाईदैन।

- राष्ट्रिय झण्डा उल्टो(चन्द्रमा तल पर्ने गरि) राख्न।
- राष्ट्रिय झण्डा च्यात्न, जलाउन,फयाक्न वा कुनै सामान पोको पार्न।
- व्यापारिक प्रयोजनका लागि दूरुपयोग गर्न।
- शरिरको कम्मर भन्दा तलको भागमा लगाउन।
- शरीरको छातीभन्दा तलको भागमा लगाईने भित्री बाहिरी कपडामा राष्ट्रिय झण्डाको प्रतीक चिन्ह राख्न।
- फहराउने प्रकृतिको कार्यमा बाहेक अन्यत्र राष्ट्रिय झण्डाको प्रयोग नगरौं।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(२)

सामाजिक अपराध तथा हिंसा विरुद्ध एकजुट होऔं।

- कुनै प्रकारका हिंसा दुर्व्यवहार विभेद जस्ता सामाजिक अपराधजन्य क्रियाकलाप नगरौं।
- त्यस्ता कार्य देखेमा स्थानीय प्रशासनमा खबर गरौं।
- सामाजिक अपराध र हिंसा विरुद्ध एकतावद्ध भएर आवाज उठाऔं।
- बालबालिका महिला जेष्ठनागरिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु माथि हुने हिंसा विरुद्ध चेतनामुलक कार्यक्रम सञ्चालन गरौं।
- सामाजिक सञ्जाल सञ्चार माध्यममार्फत फैलन सक्ने झुठा समाचार बदनियतपूर्ण/द्वेषपूर्ण सामग्री प्रति सजग रहौं।
- मानवीय मर्यादाको संरक्षण गर्दै छिमेकी र समुदायलाई सहयोग गरौं।
- विद्यालय टोल तथा सामुदायिक संस्थामा हिंसारहित व्यवहार गरौं।
- सामाजिक अपराध रोक्न समुदाय प्रहरी साझेदारी कार्यक्रम प्रभावकारी बनाऔं।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

[Handwritten signature]

(३)

प्रतिलिपी अधिकार संरक्षण गरौं।

- सर्जकको सम्मान शब्दले होईन व्यवहारले गरौं।
- सिर्जनालाई बचाऔं सर्जकलाई सम्मान गरौं।
- अर्काको सिर्जना वा रचनालाई चोरी नगरौं।
- प्रतिलिपी अधिकार उलंघन नगरौं।
- बौद्धिक सम्पतिको रक्षा गरौं।
- सिर्जनाको संरक्षण गरौं।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(४)

उपभोक्ताको सूचना पाउने हक सुनिश्चित गरौं।

- बस्तु तथा सेवा प्रदायकले आफ्नो उत्पादन वा सेवाका बारेमा तथ्यपूर्ण जानकारी दिऔं।
- गुणस्तर मुल्य मात्रा प्रयोगको अन्तिम म्याद जोखिम तथा प्रयोग विधि सार्वजनिक गरौं।
- झुटा दावी भ्रमपूर्ण प्रचार अतिरञ्जित विज्ञापन नगरौं नगराऔं।
- उपभोक्ता सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गरौं गराऔं।
- उपभोक्ताको तथ्यपूर्ण सूचना पाउने हकको संरक्षण गरौं।
- उपभोक्ता हकको संरक्षणलाई सामाजिक जिम्मेवारीका रूपमा लिऔं।
- सबै वर्ग र समुदायका उपभोक्ताले सजिलै बूझ्ने भाषा माध्यम र प्रस्तुति गरौं।
- अनुचित व्यापारिक क्रियाकलाप तथा उपभोक्ता छल्ने प्रवृत्तिको अन्त्य गरौं।
- उपभोक्तालाई मर्का परे उजुरी दिने लिने व्यवस्था मिलाऔं।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(Handwritten signature)

(५)

सार्वजनिक सेवा लिँदा ध्यान दिऔ।

- आफुले लिने सेवाका सम्बन्धमा जानकारी राखौ।
- आवश्यक कागजात र प्रकृया पुरा गरौ।
- नागरिक बडापत्रका बारेमा जानकारी राखौ।
- आधिकारीक सेवा प्रदायकबाट मात्र सेवा लिऔ।
- सेवा प्राप्त गर्दा विचौलियाको प्रयोग नगरौ।
- सकेसम्म अनलाईनबाट नै सेवा लिने दिने गरौ।
- जेष्ठ नागरिक अपाङ्गता भएका तथा अशक्त व्यक्तिलाई प्राथमिकता दिऔ।
- सेवा प्रवाहमा समस्या देखिए सम्बन्धित निकायमा सम्पर्क गरौ।
- अनियमितता र भ्रष्टाचार विरुद्ध उजुरी गरौ।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(६)

भुकम्पबाट जोगिन सचेत बनौ।

- भुकम्पको समयमा जोगिने उपायको पूर्व अभ्यास गरौ।
- भुकम्पबाट जोगिन पूर्व तयारी गरौ।
- आफ्नो घरको संरचना भुकम्प प्रतिरोधी बनाऔ।
- परिवार र समुदायलाई भुकम्प सुरक्षाबारे जानकारी गराऔ।
- भुकम्पको समयमा सुरक्षित स्थानमा बसौ।
- आपतकालिन सामग्री पिउने पानी औषधी बत्ती खाजा तयार राखौ।
- भुकम्पको सम्भावित जोखिमबाट बचौ र बचाऔ।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(७)

चिसो मौसममा हुने स्वास्थ्य समस्याबाट बचौं।

जाडो तथा चिसो समयमा:

- मौसमी रुघाखोकी, भाईरल ज्वरो, छातीको समस्या, दम, निमोनिया, झाडापखाला, छाला सुख्खा हुने, जोर्नी दुखाई, पिनास टन्सिल, हृदयघात लगायतका स्वास्थ्य समस्या देखापर्न सक्छन्।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा तथा दीर्घरोगी बढी पीडित हुन सक्छन्।
- चिसो मौसममा बाक्लो र न्यानो कपडा लगाऔं।
- तातो, पोषिलो र झोलिलो खानेकुरा खाऔं र खुवाऔं।
- शारीरिक व्यायाम गरौं धुम्रपान र मध्यपान नगरौं।
- घर र कोठा न्यानो बनाऔं।
- नियमित घाम ताप्ने गरौं।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(८)

सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगबारे सचेत रहौं।

- आफूले प्रयोग गर्ने फेसबुक, ट्विटर, इन्स्टाग्राम लगायतका सामाजिक सञ्जालको एकाउन्ट प्रयोग पश्चात लगआउट गरौं।
- अरुलाई आफ्नो सामाजिक सञ्जालको पासवर्ड थाहा नदिउँ।
- साथीभाइ वा अन्य व्यक्तिको फोटो तथा भिडियो खिच्नु अघि र सामाजिक सञ्जालमा राख्नु अघि अनुमति लिऔं।
- अपरिचित व्यक्तिको साथी बन्ने प्रस्ताव आए अस्वीकार गरौं।
- सामाजिक सञ्जालमै चिनेको भरमा बोलाएको ठाउँमा भेट्न नजाउँ।
- सामाजिक जीवनमा गर्न नमिल्ने काम तथा व्यवहार सामाजिक सञ्जालमा नगरौं।
- सामाजिक सञ्जालमा देखिएका भ्रामक, आधिकारिकता नभएका सूचना सन्देश, फोटो तथा भिडियो शेयर नगरौं।
- कसैको मर्यादा, प्रतिष्ठा तथा सम्मानमा आँच आउने खालका सूचना तथा सन्देश पोष्ट वा शेयर नगरौं।
- शंकास्पद तथा अशोभनीय सन्देशको प्रतिवाद गरौं र रेकर्डको लागि सुरक्षित राखौं।
- सामाजिक सञ्जालको उपयोगमा सचेत बनौं र त्यसबाट हुनसक्ने अपराधिक क्रियाकलाप नियन्त्रणमा सहयोग गरौं।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

४

(९)

गर्मी मौसममा हुनसक्ने आगलागीका घटनाहरू र सोबाट हुनसक्ने जनधनको क्षति न्यूनीकरण गर्न निम्नानुसार गर्ने गरौं।

- सलाई, लाइटर जस्ता आगो बाल्ने सामग्रीहरू बालबालिका तथा मानसिक सन्तुलन ठिक नभएका व्यक्तिहरूले नभेट्ने ठाउँमा राखौं ।
- खाना पकाइसकेपछि आगो राम्रोसँग निभाऔं, खाना पकाउने ग्याँस प्रयोगकर्ताले चुलो, रेगुलेटर तथा लाइटर आदि समय समयमा निरीक्षण गरौं ।
- चुरोट, बिँडीको प्रयोग गरी जथाभावी फालेको देखेमा आगो राम्रोसँग निभाऔं ।
- पेट्रोल, डिजेल, ग्याँस स्टेसनको वरिपरि सलाई, लाइटर जस्ता सामग्रीको बेचबिखन तथा प्रयोग नगरौं ।
- आगलागीका घटना भएमा दमकल, सुरक्षाकर्मी र सञ्चार माध्यममा खबर गरौं ।
- सम्भव भएसम्म घर तथा कार्यालयमा अग्नी नियन्त्रक उपकरण राखौं ।
- आगलागीका घटना घटेमा महिला, बालबालिका, वृद्धवृद्धा तथा अशक्तहरूको सुरक्षामा विशेष ध्यान दिऔं ।
- आगलागीको घटना कुनै पनि वेला घट्ने भएको हुँदा पानीका स्रोतहरू चालु अवस्थामा राखौं ।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(१०)

-प्रकृति सकिए जीवन सिद्धिन्छ । त्यसैले प्राकृतिक सम्पदाको अतिक्रमण र दोहन नगरौं । वनजङ्गल, नदीनाला, पहाडपर्वत, जडीबुटी, जीवजन्तु र जैविक विविधताको संरक्षण गरौं । ।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(११)

सर्पले टोकेको अवस्थामा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

- सर्पले टोकेका व्यक्ति आत्तिन सक्छन्, सान्त्वना दिऔं,
- आफ्नो नजिक सर्पदंश उपचार केन्द्र कहाँ छ? जानकारी राखौं,
- सर्पले टोकेका व्यक्तिलाई तुरुन्त स्वास्थ्य संस्था, अस्पताल वा सर्पदंश उपचार केन्द्र पुन्र्याऔं,
- सवारी साधनमा घाइतेलाई बसाएर सर्पले टोकेको ठाउँलाई मिलेसम्म मुटुको सतहभन्दा तल पारी लैजाऔं,
- गलत परम्परागत उपचार विधि (झारफुक) तिर नलागौं,
- आफ्नो घर वरिपरि झाडी नराखौं र सधैं वातावरण सफा राखौं।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(१२)

रक्तदान गरौं, जीवन बचाऔं।

- रक्तदान दानमध्ये सबैभन्दा ठुलो दान अर्थात् जीवन दान हो।
- तपाईं हामीले दिएको एक युनिट रगतले ३ जना सम्मको ज्यान बच्न सक्दछ।
- हरेक स्वस्थ व्यक्तिले ३-३ महिनामा रक्तदान गर्न मिल्दछ।
- १८ वर्षदेखि ६५ वर्षको उमेरसम्म रक्तदान गर्न सकिन्छ।
- रगतको अन्य विकल्प नभएकोले रक्तदान नै एक मात्र उपाय हो।
- रक्तदानमा कुनै धर्म र जात हुँदैन।
- आफूले पनि रक्तदान गरौं, अरुलाई पनि रक्तदान गर्न प्रेरित गरौं।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(१३)

लागुऔषध रहित परिवार: स्वस्थ जीवनको आधार

- लागु औषधले मानिसको शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ।
- लागु औषधले उत्पादन, सञ्चय, ओसारपसार, विक्रीवितरण तथा सेवन कानूनतः दण्डनीय छ।
- गैरकानुनी गतिविधिमा आफू पनि नलाओँ, अरुलाई पनि लाग्न नदिओँ।
- स्वस्थ र सुखी परिवारको लागि लागु औषध दुर्व्यसनलाई निरुत्साहन गरौँ।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

(१४)

खेतीयोग्य जमिनको उपयोग गरौँ अर्थतन्त्रलाई बलियो बनाउँ।

- खेतबारी तथा उर्वर भूमिलाई बाँझो नराखौँ ।
- भूमिको अधिकतम उपयोग गरौँ ।
- कृषिलाई आत्मनिर्भर मात्र होइन, व्यावसायिक बनाओँ ।
- भूमिको बहुउपयोग गरी उत्पादन बढाओँ ।
- भूमिको बहुउपयोग गरी उत्पादन बढाओँ र स्वदेशी अर्थतन्त्रलाई टेवा पुऱ्याउँ।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
धनगढी, कैलाली

[Handwritten Signature]