जाडोको समयमा चिसोबाट बचौं ।

- जाडोबाट बच्न तातो, पोषिलो तथा झोलिलो खानेकुरा खाऔं ।
- न्यानो कपडा लगाऔं ।
- घर तथा कोठा न्यानो बनाऔं ।
- कोठामा हिटर तथा आगो बाल्दा हावा ओहोरदोहोर हुने सुनिश्चित गरौं ।
- बालबालिकालाई तेल मालिस गरिदिऔं ।
- बढी चिसोमा मर्निङ वाक नगरौं ।
- चिसोमा बाहिर हिँड्दा बाक्लो कपडा लगाऔं ।
- दैनिक घाम ताप्ने गरौं ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सञ्चार मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

शौचालयको प्रयोग गरौं, संक्रमणबाट जोगिऔं ।

- खुल्ला स्थानमा दिसापिसाब नगरौं ।
- शौचालयमा मात्र दिसापिसाब गरौं ।
- दिसापिसाब गरिसकेपछि साबुनपानीले मिचिमिची हात धोऔं ।
- हत्केला पछाडी, औंलाको बीच, नङ लगायत हातका सबै भागमा कम्तिमा २० सेकेण्डसम्म राम्रोसँग साबुन लगाएर सफा पानीले हात धोऔं ।
- सफा कपडा वा तौलियाले हात पुछौं ।
- जीवाणु लगायतको संक्रमणबाट आफू पनि बचौं, अरुलाई पनि बचाऔं ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सञ्चार मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सञ्चार मन्त्रालय

सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गरौं ।

- सार्वजनिक सम्पत्तिको अतिक्रमण नगरौं ।
- सार्वजनिक सम्पत्ति स्याहार संभार गरी सार्वजनिक काममा प्रयोग गरौं ।
- सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गर्नु सबैको कर्तव्य हो ।
- सार्वजनिक सम्पत्तिको अतिक्रमण र हानिनोक्सानी कानूनी रुपमा दण्डनीय हुन्छ ।
- सार्वजनिक सम्पत्तिको अतिक्रमण वा हानिनोक्सानी हुँदा सम्बन्धित निकायमा जानकारी गराउनु नागरिकको कर्तव्य हो ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सञ्चार मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

विज्ञापन व्यवसायमा पारदर्शिता कायम गरौं ।

- विज्ञापन कारोबार गर्ने विज्ञापन एजेन्सी र सञ्चारमाध्यम विज्ञापन बोर्डमा सूचीकरण गरौं ।
- विज्ञापन बोर्डमा सूचीकरण भएका सञ्चारमाध्यम र विज्ञापन एजेन्सीसँग मात्र विज्ञापनको कारोबार गरौं ।
- सञ्चारमाध्यमबाट जारी विजकको आधारमा एजेन्सीको सेवा शुल्क खुलेको बीलबाट मात्र भुक्तानी गरौं, गराऔं ।
- विज्ञापनदाता, विज्ञापन एजेन्सी र सञ्चारमाध्यमबीच त्रिपक्षीय सम्झौताको आधारमा कारोबार गरौं ।
- विज्ञापन कारोबारमा विवाद भए विज्ञापन बोर्डमा उजुरी गरौं । ।"

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सञ्चार मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सञ्चार मन्त्रालय
(देउखुरी),