

तपाईंको सूचनाको
गोपनियता कायम
रहनेछ ।

प्रहरी हटलाइन	: १००
नेपाल प्रहरी, साइबर ब्यूरो	: ९८५१२८६७७०
जनगुनासोको लागि (प्रहरी प्रधान कार्यालय)	: १११३
बालबालिका खोजतलास समन्वय केन्द्र	: १०४
बाल हेल्प लाईन	: १०९८
OCMC पाटन अस्पताल	: ९८४७६९३६००
राष्ट्रिय महिला आयोग	: ११४५
ट्राफिक हटलाईन (काठमाडौं)	: १०३

ललितपुर जिल्लाको लागि सम्पर्क नम्बरहरू

	कार्यालय	का. प्रमुख
१. जिल्ला प्रहरी परिसर, ललितपुर	९८५१२९६८४१	९८५१२२५५५५
२. जिल्ला प्रहरी परिसर, ललितपुर सूचना अधिकारी	९८५१२०१०५	
३. प्रहरी वृत्त, सातदोबाटो	९८५१२८३०२९	९८५१२८३८८५
४. प्रहरी वृत्त, चापागाउँ	९८५१२८३०११	९८५१२९०८२०



www.nepalpolice.gov.np



NepalPolicePHQ



NepalPoliceHQ



nepalpolice



NepalPolicePHQ

प्रकाशन सहयोग :



हर प्रहर, गाउँ र नगरी !
टोल टोलमा नेपाल प्रहरी !!

समुदाय-प्रहरी साझेदारी

बाल संरक्षण र सुरक्षित समाजका लागि
Community-Police Partnership
for Child Protection & Safe Society



बालदुर्यवहार, शोषण र हिंसा रोकथामका लागि आधारभूत सुरक्षा जानकारी
(Basic safeguarding information to parents children from
abuse exploitation an violence)



भाइस अफ चिल्ड्रेन, ललितपुर

फोन नं. ०१-५५४८०९८, ५५४६३९०

Web: www.voiceofchildren.org.np



जिल्ला प्रहरी परिसर

जाउलाखेल ललितपुर

फोन नं. ०१-५५२९३५०

बालबालिका, बालअधिकार र बालबालिकाविरुद्ध हुने अपराधबारे जानकारी

- ◆ नेपालको प्रचलित कानून अनुसार गर्भदेखि १८ वर्षसम्मका व्यक्तिहरूलाई बालबालिका भनिन्छ ।
- ◆ बालबालिकाको आफ्नो पहिचान, अधिकार, शिक्षा, स्वास्थ्य, पालनपोषण, स्याहार, संरक्षण, शिक्षा खेलकुद, मनोरञ्जन तथा सर्वाङ्गीण व्यक्तित्व विकासको अधिकार तथा बालसहभागिताको अधिकारहरू छन् ।



बाल संरक्षण

बालबालिकालाई दूर्व्यवहार, शोषण, बेचविखन, अपहेलना र हिंसाबाट बचाउनु र यस्ता अवस्थामा परेकाहरूलाई संरक्षण र सुरक्षा प्रदान गर्नु बाल संरक्षण हो ।

नेपालको संविधान २०७२ को धारा ३९ मा मौलिक हकको रूपमा बालबालिकाको हकको व्यवस्था गरी बालअधिकार र उनिहरूको संरक्षण सुनिश्चित गरिएको छ ।

बालबालिकाविरुद्ध हुने अपराधहरू

बाल यौन दूर्व्यवहार, अनलाईनबाट हुने बाल यौन दूर्व्यवहार, जबर्जस्ती करणी (बलात्कार), मानव बेचविखन, बालश्रम, बालविवाह, बाल हिंसा आदि ।

बालयौन दूर्व्यवहार

- ◆ बालबालिकालाई फर्काई प्रलोभन वा अनुचित प्रभावमा पारी, डर धाक धम्की दिई कुनै व्यक्तिले यौनजन्य क्रियाकलाप गर्छ भने, त्यो बालयौन दूर्व्यवहार हो । जस्तै बालबालिकालाई अश्लील पत्रपत्रिका, तस्विर, चलचित्रमा प्रयोग गर्नु वा त्यस्ता कुराहरू देखाउनु र सिकाउनु, यौन आनन्दको निमित्त बालबालिकाको गुप्ताङ्ग वा शरीरको कुनै पनि भागमा छुनु, घर्षण गर्नु, चुम्बन गर्नु वा गर्न लगाउनु, हस्तमैथुन मुखमैथुन जस्ता कार्यमा बालबालिकालाई प्रयोग गर्नु, बालबालिकासँग कुनै प्राकृतिक वा अप्राकृतिक तरिकाले यौन सम्पर्क गर्नु ।



बालयौन दूर्व्यवहारबाट बच्ने उपायहरू

- ◆ प्रहरीहटलाइन १००, बालहेल्पलाइन १०९८ मा फोन गर्ने ।
- ◆ आफ्नो शरीरमा कसैलाई छुन नदिने किनभने, आफ्नो शरीरमा आफ्नो मात्र अधिकार हुन्छ ।
- ◆ कसैले छुन खोजेमा प्रतिक्रिया दिने, “हुँदैन, नाई” भन्ने ।
- ◆ कसैले जबर्जस्ती गरेको खण्डमा, भाग्ने, चिच्याएर अरुको सहयोग माग्ने र आत्मरक्षाका उपाय अपनाउने ।
- ◆ घटना भइसक्यो भने, लुकाएर नराख्ने र विश्वासिलो र जिम्मेवार व्यक्तिलाई भन्ने ।
- ◆ असुरक्षित स्थानमा नजाने ।



- ◆ बालबालिकालाई यौनजन्य तथा अस्वाभाविक व्यवहार गर्न नहुने । यस्तो गरे गराएमा ३ वर्षसम्म कैद र ३० हजारसम्म जरिवाना हुने व्यवस्था छ । (बालबालिकाका मन्जुरीलाई मन्जुरी नमानिने)
- ◆ हदम्याद (१ वर्षभित्र उजुरी दिइ सक्नुपर्ने) ।

अनलाइनबाट हुने बाल यौन दुर्यवहार

सामाजिक सञ्जालहरू फेसबुक, म्यासेन्जर, टिकटक, युट्युब, भाइबर, ट्वीटर, व्हाट्सएप, इमो, इन्स्टाग्राम आदि प्रयोग गरी बालबालिकाको शारीरिक, मानसिक, शैक्षिक, नैतिक, सामाजिक विकासमा नकारात्मक असर पर्ने क्रियाकलापहरू अनलाइनबाट हुने दुर्यवहार हो । बालबालिका अनलाइनको माध्यमबाट सबैभन्दा बढी यौन दुर्यवहार र शोषणमा पर्ने गरेका छन् ।



अनलाइनबाट हुने बालयौन दुर्यवहारका केही स्वरूपहरू

- ♦ सामाजिक सञ्जालबाट बालबालिकालाई आफ्नो फाइदाको लागि फकाउनु र प्रलोभनमा पार्नु ।
- ♦ अनलाईनबाट बालबालिकासँग यौनजन्य कुराकानी गर्नु तथा उनीहरूलाई यौनजन्य सन्देश, भिडियो र फोटो पठाउनु ।
- ♦ बालबालिकालाई नग्न फोटो खिच्न र भिडियो बनाउन लगाउनु वा अनलाइनमा आफैले फोटो वा भिडियो खिच्नु ।
- ♦ अरु व्यक्तिको नग्न तस्विरमा बालबालिकाको अनुहार र शरीर जोडेर फोटो तथा भिडियो बनाउनु र सामाजिक सञ्जालमा राख्नु ।
- ♦ अश्लील साईटहरूमा बालबालिकालाई नग्न फोटो र भिडियो पोष्ट गर्न तथा त्यस्ता साइटहरू हेर्न लगाउनु ।
- ♦ आफ्नो नग्न फोटो तथा भिडियोहरू बालबालिकालाई अनलाईन मार्फत प्रत्यक्ष देखाउनु र बालबालिकालाई पनि देखाउन लगाउनु ।
- ♦ विश्वासिलो सम्बन्ध बनाई बालबालिकालाई अन्य यौनजन्य गतिविधिमा संलग्न हुन र गराउन बाध्य पार्नु ।



सामाजिक सञ्जालबाट हुने बालयौन दुर्व्यवहार र शोषणबाट सुरक्षित रहने उपायहरू

- ◆ आफ्नो फेसबुक वा अन्य सामाजिक सञ्जालको पासवर्ड राख्दा अक्षर, संकेत र अंक मिलाएर राख्ने ।
- ◆ आफ्नो फेसबुक वा अन्य सामाजिक सञ्जालको पासवर्ड र पिनकोर्ड कसैलाई पनि नदिने ।
- ◆ सामाजिक सञ्जालमा आफ्नो व्यक्तिगत विवरण नराख्ने ।
- ◆ आफ्नो सामाजिक सञ्जालमा Privacy Setting मिलाउने ।
- ◆ चिनजानका व्यक्तिहरूलाई मात्र सामाजिक सञ्जालमा साथी बनाउने ।
- ◆ थाहा नभएको, अपरिचित व्यक्तिहरूले पठाएको शंकास्पद वेबसाइटहरू नखोल्ने ।
- ◆ कसैको दबाब, प्रलोभन र डरमा सामाजिक सञ्जालमा फोटो र भिडियो नराख्ने र यौनजन्य क्रियाकलापमा संलग्न नहुने ।
- ◆ अनलाइनबाट चिनेको भरमा कसैलाई पनि भेट्न नजाने ।
- ◆ बालबालिकालाई सामाजिक सञ्जालमा गरेका क्रियाकलापहरूमा निगरानी राख्ने र सामाजिक सञ्जाल चलाउँदा आइपरेका समस्याहरू बारे खुलेर कुरा गर्न अभिप्रेरित गर्ने ।

विद्युतीय कारोबार ऐन २०६३ को दफा ४७ अनुसार.

यदि कुनै व्यक्तिले यस्तो प्रकारको विद्युतीय अपराध गरेको प्रमाणित भएमा एक लाख रुपैयाँ जरिवाना तथा ५ वर्ष कैद वा दुवै सजाय हुन सक्छ । (हदम्याद ३५ दिनभित्र उजुरी दिइ सक्नुपर्नेछ ।)

बालबालिका सम्बन्धी ऐन, २०७५ को दफा ११ (२) अनुसार.

कसैले पनि बालबालिकाको चरित्रमा आघात पार्ने वा निजलाई लाज, ग्लानी वा अपहेलना हुने किसिमको निजको व्यक्तिगत सूचना, विवरण, फोटो, भिडियोको सिर्जना, सूचना संकलन, प्रकाशन, मुद्रण, प्रदर्शन, बिक्री, वितरण वा कुनै पनि माध्यमबाट प्रवाह गर्न वा गराउन हुँदैन ।



जबरजस्ती करणी (बलात्कार)

१८ वर्ष भन्दा कम उमेरको बालिकाको हकमा मन्जुरी लिई वा नलिई कुनै पनि तरहले करणी (यौन सम्पर्क) गर्नु जबरजस्ती करणी हो ।



बलात्कार भएमा,

तत्काल प्रहरीमा उजुरी दिनु पर्दछ ।

बलात्कार भएको स्थान, सम्बन्धित सामानहरू नचलाउने
प्रहरी आइनपुगेसम्म सुरक्षित राख्नु पर्दछ ।



स्वास्थ्य परीक्षण नगराई ननुहाउने र प्रहरीले सबुत प्रमाण (नमूना) सङ्कलन नगरेसम्म घटनास्थलमा प्रयोग भएको लुगा (भित्री लुगा समेत) धुनु हुँदैन । प्रहरीको सहयोगमा यथाशीघ्र स्वास्थ्य परीक्षण गराउनुपर्दछ ।

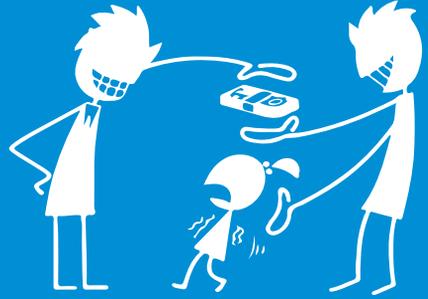
यस्तो किसिमको अपराध भएको खण्डमा त्यस्तो बालिका अठार वर्ष पूरा भएको मितिले तीन वर्षभित्र, त्यस्तो कसूर पूर्ण अशक्त अपाङ्ग भएका, सुस्त मनस्थिति भएका वा सत्तरी वर्षभन्दा बढी उमेर भएका व्यक्तिका विरुद्ध भएमा कसूर भएको मितिले तीन वर्षभित्र र अन्यको हकमा त्यस्तो कसूर भएको मितिले दुई वर्षभित्र उजुरी दिइसक्नुपर्ने हुन्छ ।

जबरजस्ती करणी गरेको प्रमाणित भएमा जन्म कैद सम्म सजाय हुन सक्छ ।

मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार

कुनै पनि उद्देश्यले मानिस किन्ने वा बेच्ने, कुनै प्रकारको फाइदा लिई वा नलिई वेश्यावृत्तिमा लगाउने, प्रचलित कानून बमोजिम बाहेक मानिसको अङ्ग भिक्ने, वेश्यागमन गर्ने कार्यलाई मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार भनिन्छ ।

मानव बेचबिखनको कसुर गरेको, गरिरहेको वा गर्न लागेको थाहा पाउने जुनसुकै व्यक्तिले नजिकको प्रहरी कार्यालयमा उजुरी गर्न सक्नेछ । मानव बेचबिखन तथा ओसार पसार गर्नेलाई २० वर्षसम्म कैद र २ लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना हुन्छ ।

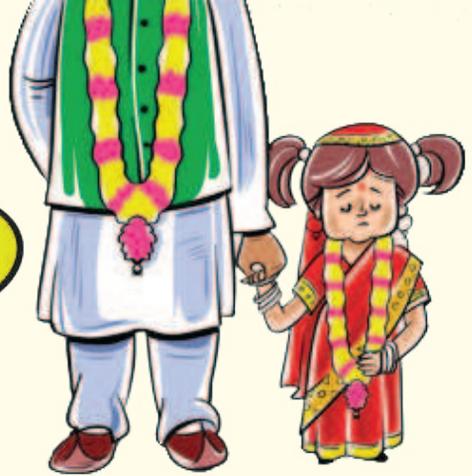


बालश्रम

बालश्रम भन्नाले कलकारखाना (ईट्टा भट्टा, जोखिमयुक्त कार्य), सवारी साधन (चालक सहयोगी रूपमा), कुनै संघसंस्था आदिमा १४ वर्ष नपुगेकालाई श्रममा लगाउने कार्य बालश्रम हो ।

बालबालिकालाई काममा लगाए पनि ६ घन्टाभन्दा बढी र रातको समयमा लगाउन हुँदैन । बालबालिकालाई १४ वर्ष उमेर नपुगी कसैले श्रमिकको रूपमा काममा लगाएमा ३ महिनासम्म कैद र १० हजारसम्म जरिवाना हुन्छ । जोखिमपूर्ण व्यवसायमा लगाएमा वा जबरजस्ती काममा लगाएमा एक वर्षसम्म कैद वा ५० हजारसम्म जरिवाना वा दुबै हुन्छ ।

आजभोलि बालविवाह बृद्धि हुनुको एउटा कारण असुरक्षित रूपमा सामाजिक सञ्जाल चलाउनु हो । त्यसैले सुरक्षित रूपमा सामाजिक सञ्जाल चलाऔं ।

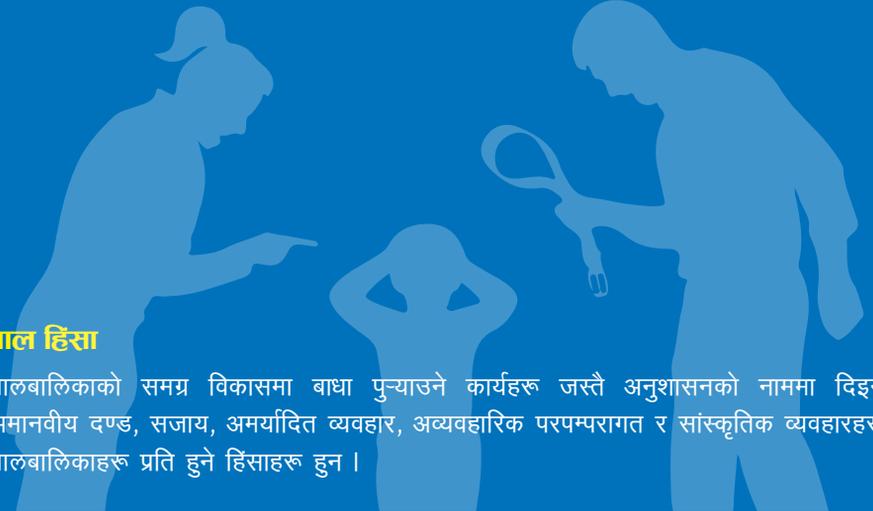


बालविवाह

नेपालको कानून अनुसार २० वर्ष उमेर नपुगी विवाह गर्नु गराउनुलाई बालविवाह भनिन्छ । बाल विवाहबाट हुने असरहरू:

- ◆ सानै उमेरमा गर्भवती हुँदा आमा र शिशु दुवैको ज्यान जोखिममा हुन्छ ।
- ◆ यौन र लैंगिक हिंसा, यौन दूर्यवहार, बैबाहिक बलात्कारका घटनाहरू बढ्दछन् ।
- ◆ प्रजनन स्वास्थ्य र समग्र स्वास्थ्यमा असर हुन्छ ।
- ◆ शारीरिक, शैक्षिक, सामाजिक, मानसिक लगायत समग्र विकासमा असर पर्दछ ।
- ◆ घरपरिवार र आफुप्रति नै दिक्क लाग्ने र जीवनप्रति नैराश्रयताको भावना आउँदछ ।

२० वर्ष उमेर पूरा नगरी विवाह गर्नु गराउनु हुँदैन, कसैले बालविवाह गरे गराएमा स्वतः बद्र हुन्छ । नेपालको मुलुकी अपराध संहिता २०७४ अनुसार २० वर्ष उमेर नपुगी विवाह गर्ने गराउनेलाई ३ वर्षसम्म कैद र ३० हजार रुपैयाँ सम्म जरिवाना हुन्छ ।



बाल हिंसा

बालबालिकाको समग्र विकासमा बाधा पुऱ्याउने कार्यहरू जस्तै अनुशासनको नाममा दिइने अमानवीय दण्ड, सजाय, अमर्यादित व्यवहार, अव्यवहारिक परम्परागत र सांस्कृतिक व्यवहारहरू बालबालिकाहरू प्रति हुने हिंसाहरू हुन ।

हिंसाबाट बच्न र बचाउने कुरामा सचेत रही निम्न योजना गरौं:

- ◆ छिटो सजिलोसँग टेलिफोन गर्न सक्ने ठाउँको बारेमा जानकारी राखी राख्ने ।
- ◆ आफूसँग जहिले पनि अत्यावश्यक टेलिफोन नम्बरहरू साथमा राख्ने ।
- ◆ आफ्नै गल्ती भए पनि सबै कुरा आफ्ना आमाबुबा वा परिवारका सदस्यलाई बताउने बानी बसाल्ने ।
- ◆ सम्भव भएसम्म आपतकालीन अवस्थाका लागि केही रकम सुरक्षित ठाउँमा राख्ने ।
- ◆ समस्या परेको बेला कोसँग सम्पर्क राख्नुपर्ने हो थाहा पाई राख्ने ।
- ◆ नेपाल प्रहरी महिला बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक सेवा केन्द्रमा सम्पर्क गर्ने ।

बाल संरक्षणका लागि अभिभावकहरूले जान्नुपर्ने कुराहरू:

- ◆ बालबालिकालाई आफुलाई मन नपर्ने कुरा “हुँदैन” (NO) भन्न सिकाउने ।
- ◆ बालबालिकालाई उनीहरूका संवेदनशील अङ्गहरूबारे जानकारी दिने ।
- ◆ राम्रो छुवाई (Good Touch) र नराम्रा छुवाई (Bad Touch) बारे बालबालिकालाई स्पष्ट पार्ने ।
- ◆ बालबालिकाको अगाडि हिंसात्मक गतिविधि नगर्ने ।
- ◆ बालबालिकाको अगाडि रक्सी, चुरोट, तथा नसालु पदार्थ नखाने ।
- ◆ बालबालिकालाई शारीरिक तथा मानसिक यातना नदिने ।
- ◆ बालबालिकालाई गुणस्तरीय समय दिने र उमेरअनुसार व्यवहार गर्ने ।
- ◆ बालबालिकाले गरेको क्रियाकलापहरू जस्तै साथी संगत, सामाजिक सञ्जालको प्रयोग, पढाई र व्यवहारबारे जानकारी लिने ।
- ◆ बालबालिकाको व्यवहार सामान्य भन्दा फरक भए आफ्ना बालबालिकासँग सो सम्बन्धी कुरा गरी आवश्यक परे मनोविमर्शकर्तासँग परामर्श गर्ने ।
- ◆ बालबालिकालाई समय तालिका अनुसार काम गराउने बानी बसाल्ने ।
- ◆ बालबालिकाको अभिभावकभन्दा बढी राम्रो साथी बन्ने कोशिस गर्ने ।



सवारी नियमहरू:

१. सडक पेटी नभएमा दाहिने किनाराबाट हिँडौं ।
२. कम गति भएका सवारी साधन (जस्तै: साइकल, गाडा, बयलगाडा आदि) बाँयाबाट चलाऔं ।
३. कहीं कतै सवारी दुर्घटना देखे प्रहरी हटलाइन (१००/१०३) मा सम्पर्क गरौं वा "हाम्रो पुलिस" मोबाइल एप्समा पठाऔं ।
४. ज्येष्ठ नागरिक, अपाङ्गता भएको व्यक्ति, असहाय, बालबालिकालाई दुईतर्फि आउने गाडी रोकी बाटो काट्न मद्दत गरौं ।
५. नजिकको प्रहरी वा ठूला व्यक्तिहरूसँग बाटो काट्न सहयोग लिऔं ।
६. सधैं जेब्राक्रसिङ्ग सब-वे, ओभरहेड पुलबाट मात्र बाटो क्रस गरौं ।
७. हरियो बत्ती बलेपछि मात्र बाटो क्रस गरौं ।
८. रातको समयमा चम्किलो लुगा लगाएर मात्र हिँडौं ।
९. फुटपाथ भएको सडकमा सधैं फुटपाथबाट मात्र हिँड्ने बानी बसालौं । फुटपाथ नभएको ठाउँमा सडकको दाहिने किनारा लागि हिँडौं ।
१०. ट्राफिक नियम पालना गरौं ।

