

ROYAL CIVIL SERVICE COMMISSION
BHUTAN CIVIL SERVICE EXAMINATION (BCSE) 2023
EXAMINATION CATEGORY: TECHNICAL

PAPER I: LANGUAGE AND GENERAL KNOWLEDGE

Date	: October 5, 2023
Total Marks	: 100 [70 marks for Part A – English and GK; 30 marks for Part B – Dzongkha]
Writing Time	: 3 hours
Reading Time	: 15 minutes (prior to examination time)

READ THE FOLLOWING INSTRUCTIONS CAREFULLY:

1. Write your Registration Number clearly and correctly on the Answer Booklet.
2. The first 15 minutes is being provided to check the number of pages of the Question Paper, printing errors, clarify doubts and to read the instructions. You are NOT permitted to write during this time.
3. This paper is divided into two parts:
 - ❖ Part A – English and General Knowledge which carry 70 marks; and
 - ❖ Part B – Dzongkha Language which carries 30 marks.

Part A of the paper is divided into three sections:

- ✓ Section I – Case Study;
- ✓ Section II – Topical Discussion; and
- ✓ Section III – General Knowledge.

Part B of the paper is divided into two sections:

- ✓ Section I – Comprehension རྩོམ་ཚན་དང་པ་ གོ་བ་ལེན་ནི།
- ✓ Section II – Translation རྩོམ་ཚན་གཉིས་པ་ སྐད་སྐྱུར།

4. Specific instructions for Part A and Part B are provided under each Part/Section separately. Please read the instructions for each Part/Section carefully and answer the questions that follow.
5. **You are required to write your answers for Part A and Part B on the SAME answer booklet.**
6. **All answers should be written with correct numbering of Part, Section and Question Number in the Answer Booklet provided to you. Note that any answer written without indicating any or correct Part, Section and Question Number will NOT be evaluated and no marks would be awarded.**
7. Begin each Section on a fresh page of the Answer Booklet.
8. **You must hand over the Answer Booklets to the Invigilator before leaving the examination hall.**
9. This paper has **12 printed pages**, including this instruction page.

GOOD LUCK!

PART A: English and General Knowledge (70 marks)

Section I: Case Study [30 marks]

Read the following passage and answer ALL THREE questions that follow.

Six Pillars of Character-Case Study (published: 12/03/2021)

Maintenance of a commendable ethical character is essential to the work environment. In fact, Sanderse (2012) argues that lack of ethical character creates a non-conducive working atmosphere. As a result, it is essential for people to value the essence of ethics and respect for other people. In the case provided, we are presented with two parties that are a complete opposite of each other's character. As much as mutual understanding is enhanced through the efforts of more than one party, it is worth acknowledging that Jeffrey Lyndell lacks essential characters that define good personality (Mintz & Morris, 2014). Primarily, he is untrustworthy. One would expect employees to be honest by not deceiving their workmate or the management. However, the same cannot be said for the abovementioned individual since he has a high appeal for deception and unreliability. This makes it impossible for Cindie to trust that he would be resourceful in the future.

Caring is an indispensable pillar in the formation of an all-round character. Lyndell is deficient of this virtue. He does not show any care for his workmate since he leaves work early with no contemplation that Cindie might be overwhelmed with work. In spite of that, he does not express any form of gratitude for the favours she grants him. Additionally, he is unfair because he does not play by the organizational rules. For instance, he is enrolled for the night shift and is expected to be at work until midnight. However, he does not follow this provision and he unfairly leaves the workload to his workmate by departing the restaurant before he is supposed to. Saderse (2012) argues that responsible people ought to know what they are supposed to do and they should be diligent and perseverant. As such, Lyndell is irresponsible since he does not comprehend what is expected of him in the organization. Moreover, he does not respect other people's values. This is largely attributed to the fact that he leaves work early and expects Cindie to cover for him. Collectively, he lacks the citizenship character since he does not make his work environment a better place.

On the other hand, Cindie is trustworthy. She is very reliable since she covers the entire store even when the situation is difficult. Additionally, she is fair since she plays by the rules of the establishment even in challenging situations. Her level of responsibility is uncompromised. Precisely, it was not easy to attend to ten people at once while keeping them calm and attending to phone calls. As such, one is justified to claim that she is Lyndell's complete opposite. She is respectful since she accords other people the respect they deserve. For starters, she is tolerant of the workmate's behaviour and anticipates that it would be better in the future. Her caring nature is exhibited by her initiative to explain the absence of her colleague when one of the clients makes an inquiry. Finally, she completes the six pillars of character through her citizenship nature. This is largely accredited to the fact that she seeks to make the community a better place. Sanderse (2012) argues that an all-round ethical being ought to embrace the six pillars of character.

Lawrence Kohlberg proposes three levels of moral development that encompass six stages. The former includes the pre-conventional, conventional and post conventional morality. It is worth mentioning that the level of internalization of the provisions of ethical character vary in these stages. As such, this ideology can be used to determine the actions of the parties presented in the case. Arguably, Cindie Rosen was compelled to give in to the demands of his workmate at first without raising any concerns. According to Killen and Smetana (2006) in obedience and punishment orientation, the first stage of moral development, an individual often maintains a good order with other people by avoiding conflict. As such, she accepted this demand since she wanted to maintain a good relationship with Lyndell. However, she is subjected to the second stage of moral development, individualism and exchange, when one of the Japanese clients makes an inquiry on the policies of the restaurant. Her internalization of the fact that rules are dispensed by more than one party complete the first level of moral development.

Cindie advances to the third stage when she decides to serve the clients and not inform the management through a phone call. Killen and Smetana (2006) argue that the third stage, good interpersonal relationships, compels people to act in ways that build their character and overall perception from other parties. In this case, the clients were pleased with her efforts. After closing the store, Cindie advances to the fourth stage of moral development, maintaining the social order, and he begins to accept that Lyndell's actions are unethical and there is a need to remedy them. In the fifth stage, social contract and individual rights, she is engrossed in an ethical dilemma and is uncertain of what to do. She feels obliged to communicate with his workmate and debate about his character but is also torn about speaking to the management. The ethical dilemma leads her into the final stage of moral development, universal principles. She instead does what the larger population would have done, speak to the management.

This case scenario compels one to internalize the importance of maintaining ethical principles in a work environment. In other words, it is imperative to have moral values when dealing with fellow workmates and implementing the provisions of the management. For starters, Cindie's behavior with regard to the interpretation of this scenario is somewhat pleasant. This is largely accredited to the fact that most of her actions are based on her personal beliefs and initiatives that are intentioned to make the work environment better. Nonetheless, it is worth acknowledging the fact that his ideology is flawed. As much as one has to maintain their moral values, it is essential to compromise personal character for the betterment of situations. If this is not the case, people often take advantage of other individuals. This can be explained by the fact that Lyndell left work early in more than one occasion.

Arguably, if she would have been intolerant of her workmate's behavior in the first instance, it would have averted the problem of leaving work before time. Nonetheless, since she is easily manipulated due to her character, Lyndell makes the most out of her leniency to exploit her. To ensure that the chain of the abovementioned problems did not mature, she should have been firm at first when she was requested to cover for her workmate. Refusing to grant his request would have led to a minor disagreement that would have led to a more conducive work environment. For a fact, it is essential to compromise one's character in place of ethical beliefs (Sanderse, 2012). Through this initiative, there would have been better communication and a more conducive work environment.

Question 1

Take a close reference to the six pillars of character and explain any four pillars that best fit your personality. The explanation must translate your daily conduct either from professional practice or personal life. **(10 marks)**

Question 2

One of the lines in the last paragraph reads ‘*Refusing to grant his request would have led to a minor disagreement that would have led to a more conducive work environment*’.

How does minor disagreement lead to conducive working ambience? Examine TWO values that are common in Bhutanese leaders which would lead to positive behavioural change in their staff. **(10 marks)**

Question 3

What ethical reasoning does the author develop from this case with regards to individual behaviour at workplace? **(10 marks)**

Section II: Topical Discussion [20 marks]

This section consists of three questions related to topical issues. Answer ANY TWO questions. Each question carries 10 marks.

Question 1

The Bhutan InfoComm and Media Authority (BICMA) recently notified about the process of selecting a film for submission to the Academy Awards (Oscars) in the category of “International Feature Film Award”. Discuss if Bhutanese film industry is competent to contest in the international awards?

Question 2

As per Kuensel dated 15th December 2022, fines and penalties for waste offences have been revised. To what extent do you agree increasing fines has encouraged people to manage their own waste and they are more cautious of waste management policy? Give reasons for your answer and include any relevant examples from your own knowledge or experience.

Question 3

One of the most recent topics discussed in the United Nation is to promote international peace and security. As a member of the UN, how has Bhutan contributed towards both national and international peacekeeping? Justify with two valid reasons.

Section III: General Knowledge [20 marks]

Choose the correct answer and write down the letter of your chosen answer in the Answer Booklet against the question number e.g. 21 (a). Each question carries ONE mark. Any double writing, smudgy answers or writing more than one choice shall not be evaluated.

1. How many permanent UN Security Council members are there?
 - a) Fifteen
 - b) Five
 - c) Ten
 - d) Eight

2. An octopus has
 - a) One hearts.
 - b) Two hearts.
 - c) Three hearts.
 - d) Eight hearts.

3. In 2022, The Asahi Glass Foundation of Japan awarded _____ to The His Majesty Jigme Singye Wangchuck.
 - a) The Nobel Laureate.
 - b) The Nobel Peace Prize.
 - c) The Liberation War Honour.
 - d) The Blue Planet Prize.

4. The book named 'The Tibetan Book of Living and Dying' was written by
 - a) Dzongsar Khyentse Rinpoche.
 - b) Kalu Rinpoche.
 - c) Dalai Lama.
 - d) Sogyal Rinpoche.

5. Who is the Chief Patron of Bhutan Echoes?
 - a) Ashi Dorji Wangmo Wangchuck.
 - b) Ashi Tshering Pem Wangchuck.
 - c) Ashi Tshering Yangdon Wangchuck.
 - d) Ashi Sangay Choden Wangchuck.

6. Name the currency of South Korea.
 - a) Yen
 - b) Won
 - c) Taka
 - d) Kyat

7. With the transformation of Civil Service, the number of Ministries currently in the civil service is
 - a) 7
 - b) 8
 - c) 9
 - d) 10

8. Who will look after the legal matters pertaining to the Government?
- The Royal Civil Service Commission
 - The Anti-Corruption Commission
 - His Majesty's Secretariat
 - The Office of the Attorney General
9. The Monastic Body (Zhung Dratshang) moves back to Thimphu for its Summer residence from Punakha on
- 1st day of the fourth Bhutanese month
 - 1st day of the fifth Bhutanese month
 - 1st day of the sixth Bhutanese month
 - 1st day of the seventh Bhutanese month
10. Which of the following is not an international organisation?
- ASEAN
 - NATO
 - FIFA
 - FBI
11. On August 5, 2000 Bhutan was adopted as the _____ member of the FIFA family during the 52nd ordinary congress in Zurich.
- 201st
 - 202nd
 - 203rd
 - 204th
12. The movie "The Monk with the Gun" made its premiere for the
- Oscar
 - Smithsonian
 - Telluride
 - Cannes
13. Which of the following Hydro Power Projects in Bhutan was awarded the Prestigious Brunel Medal for Excellence in Civil Engineering?
- Tala Hydro Project
 - Kurichu Hydro Project
 - Mangdechu Hydro Project
 - Punatsangchhu Hydro Project
14. What is the official slogan for the Olympic and Paralympic Games Paris 2024?
- For the game. For the World
 - Games wide open
 - United by Emotion
 - Living the Future

15. The next three summer Olympic Games in 2024, 2028 and 2032 are scheduled to be held in chronological order of
- USA, France, and Australia
 - Australia, USA, and France
 - France, USA, and Australia
 - France, Australia, and USA
16. His Holiness Trulku Jigme Chhoeda is one of the most accomplished spiritual masters, an ecclesiastical reformer and non-sectarian religious figures in modern Bhutan. His Holiness was enthroned as the 70th Je Khenpo (Chief Abbot) in the year
- 1995
 - 1996
 - 1997
 - 1998
17. Which one of the following currencies has the highest value against the Bhutanese Ngultrum/ Indian Rupee?
- Euro
 - Pound Sterling
 - Kuwaiti Dinar
 - United States Dollar
18. His Majesty The First King Ugyen Wangchuck introduced western education in Bhutan by sending 46 boys to Dr. Graham's Homes, a Scottish school in Kalimpong, India and by inaugurating a school in Haa in the Year
- 1900
 - 1910
 - 1914
 - 1947
19. The current CEO of the social media platform "tiktok" is
- Ma Huaeng
 - Shou Zi Chew
 - Evan Spiegel
 - Jan Koum
20. Edwin Howard Armstrong was an inventor of which of the following?
- Television
 - Compact Discs
 - FM Radio
 - Broadband

Part B – Dzongkha Language (30 Marks)

དོན་ཚན་དང་པ་

གོ་བ་ལེན་ནི།

། “ས་ཀླས་པར་བལྟ་སྟེ་བྱ་གསོ།” ཟེར་བའི་དབྱེ་གཏམ་འདི་ལུ་དབྱད་པ་ཅིན་ དང་པ་རང་གི་ཕམ་འདི་ རང་ལུ་དྲིན་ཆེ་བའི་ དོན་དང་། གཉིས་པ་བྱ་གཞི་ཚུ་གིས་ཡང་ ཕམ་ལུ་དྲིན་ལན་འཇལ་དགོ་པའི་ དོན་དག་སྟོན་མས་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན། ཕམ་དྲིན་ཆེ་ དགོ་པའི་ཁྲུངས་དེ་ཡང་ རང་གི་ཕམ་འདི་ རང་ལུ་འཇམ་གྱིང་ནང་ རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་ལྷག་པའི་ མིའི་ལུས་རྟེན་བྱིན་མིའི་ དྲིན་ཅན་ཅིག་དང་། རང་འཇམ་བྱ་གྱིང་ནང་ སྐྱེས་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་འབད་རུང་ ལྷོམ་བཀྲེས་ ལ་སྐོམ་ལུས་མ་བཅུག། དེ་ བཟུམ་སྟེ་ ཚམ་མེ་ནང་མ་བཅུགས། གྲུམ་ཚུ་ནང་མ་བཅུགས། བཅུད་པའི་ཨོམ་བྱིན། བཅུ་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྦྱོང། བྱམས་ པའི་མིག་ཉོ་གིས་བལྟ། དགའ་བའི་འཇུམ་གྱིས་བསུ་སྟེ་ གཅེས་གཅེས་ཕངས་ཕངས་སྟེ་གསོ། དེ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ ལ་ སྐབ་ཤེས་པ་ཚམ་ཅིག་འགྲོ་བའི་བསྐང་ལས་ ཟ་ཐངས་འཐུང་ཐངས་དང་ འགྲོ་ཐངས་སྟོད་ཐངས་ལས་འགོ་བཅུགས་ཉེ་ ལམ་ སྟོན་བསྐབ་བྱ་ཆ་ཚང་ཅིག་སྟོན་བྱིན་མ་ཚད། ཨ་ལུ་འདི་སྟོབ་ལྷན་འགྲོ་ཚུགས་པའི་ནམ་དུས་ལས་ རོགས་དང་འབྲུག་འབྲུག་ ཤེས་ཡོན་བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་ལུ་མེད་རུང་རོགས་ལས་འཚོལ་ཉེ་ རྩོ་པ་དཀར་གྱིས་བཅད་ བྱི་བུ་གནག་གིས་བཅད་དེ། ཉལ་རུང་གཉིད་མེད་ ཟ་རུང་བཅུད་མེད་པར་དཀའ་མཉམ་སྟུང། མཐའ་མར་བྱ་གཞི་རྐང་ཐང་འབྲོངས་ཉེ་ མི་གལ་ཚུད་སོ་རུང་ ཕམ་ཁོང་ར་གིས་མི་ཚེ་གཅིག་ དཀའ་མཉམ་སྟུང་དེ་བསྐབས་བསྐབས་པའི་ རྒྱ་ལོ་ལོངས་སྟོད་ལྷག་ལུས་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ ག་ར་ སེར་སྟེ་དང་ཕངས་སེམས་མེད་པར་ བྱ་གཞི་ལུ་སྐལ་ཕུང་བཞོ་བཤའ་སྟེ་ བཞོ་བྱིན་མ་ཡིན་མ་ལས་ རང་ལུ་བཀའ་དྲིན་བསམ་ ཀྱིས་མི་བྱབ་པ་ཅིག་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་དེ་ལས་བརྟེན་ སྟོན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ ལྷ་ལུལ་སུམ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་ལུ་འབྱོན་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ཕམ་དྲིན་ཆེ་བའི་ རྒྱ་མཚན་དང་། སྐབས་རྗེ་མཚོག་གིས་ རྒྱལ་བ་ལྷ་ལས་བབས་པའི་དུས་ཆེན་འདི་ ཕ་མའི་དུས་ཆེན་སྟེ་བཙུང་མཇུག་དགོ་མི་ འདི་ཡང་ ཕམ་དྲིན་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ལས་བརྟེན་ཉེ་ ཨིན་མས་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན། ང་བཅས་ར་འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་ རང་ལུ་ གནས་སྐབས་ཅིག་ ཕན་བཏགས་མིའི་མི་ལུ་ཡང་ ལོག་དགའ་ཚོར་བསྐྱེད་དེ་དྲིན་ལན་འཇལ་སོལ་ཡོད་པ་ཅིན་ རང་གི་ཕམ་ འདི་ དེ་གི་དོ་མེན་མ་ལས་ དེས་པར་དུ་དྲིན་ལན་འཇལ་དགོ་པ་ཡིན། དྲིན་ལན་འཇལ་ཐངས་དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་ར་ ཁོང་ཕམ་ཚུ་ ལོ་ན་རྒྱས་པའི་སྐབས་སུ་ བྱ་གཞི་ཚུ་གིས་སྐང་མེད་སྟེ་ རྒྱབ་ཁར་བཀོ་མ་བཞག་པར་ བདག་འཇིན་འཐབ། རོ་རྒྱལ་མ་འབད་ བར་ གུས་ཞབས་དང་བཙུ་བཀའ་གི་ཐོག་ལས་ ཅི་སྟོབས་གང་སྟོབས་སྟེ་ ཞབས་ཉོག་ཞུ་དགོ་པ་ཡིན།

ཨིན་རུང་ དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་བསྟུན་ ལེགས་བཤད་ལས། “རྗེ་ལྷ་ར་པ་མས་བུར་བྱམས་པ། །དེ་ལྟ་བུ་ཚས་པ་མར་མིན། །པ་ མས་བུ་ཚ་བསྐྱུངས་བསྐྱུངས་ནས། །པ་མ་རྒྱས་ནས་བུ་ཚས་བརྟུས།” ཟེར་གསུང་དོམ་བཟུམ་སྟེ་ ད་རེས་ནངས་པ་མི་རིགས་ གཞན་གྱི་ ལྷ་བ་དང་ལམ་སོལ་ལུ་ལྷགས་ཐལ་ཞིན་མ་ལས་ རང་གི་ཕ་མའི་བཀའ་དྲིན་སེམས་ཁར་བཅུན་ཉེ་ དྲིན་ལན་འཇལ་ནི་

མར་བཞག་ “ཉ་གསོ་བའི་བྱིན་ལན་རྟོག་པས་འཇམ།” ཟེར་བའི་དཔེ་བཟུམ་སྟེ་ དྲིན་ལན་ཚུལ་བཞིན་མ་འཇམ་བར་ མམ་ལུ་
 རོ་རྟོལ་འབད་ནི་དང་། དེ་བཟུམ་སྟེ་ མམ་ལོ་ན་ཁྱས་པའི་སྐབས་ལུ་ ཁྱིམ་ནང་གོ་དོག་སྟེ་ ཁྱེན་གསོ་ཁང་ཚུ་ནང་བསྐྱུལ་
 བཞག་ནི། ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ ཁྱིམ་ནང་བཞག་རུང་ “མ་ཁྱས་ན་མོ་རྩི། ལམ་ཁྱས་ན་བུ་རྩི།” ཟེར་བའི་དཔེ་བཟུམ་སྟེ་ ཨ་པ་
 རོར་འཚོ་བཅུག་ ཨའི་ཨ་ལུ་བཟླ་བཅུག་སྟེ་ ལོག་སྟེ་མམ་དཀའ་མཉམ་སྤྱད་དགོ་པའི་གནས་སྤངས་དང་། མཚོད་རྟེན་དང་ལྷ་ཁང་
 ལ་སོགས་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ མམ་ཁྱེན་ཁྱས་བདག་མེད་སྟེ་ བཀོ་བཞག་སྟེ་དཀའ་སྤྱད་སྤྱོད་ས་པའི་གནས་སྤངས། ལ་ལུ་
 ཅིག་གིས་རང་གི་མམ་ལུ་ མམ་ཨིན་ཟེར་སྐབ་ནི་ལུ་ཡང་ རོ་རྟོལ་བའི་གནས་སྤངས། ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ “གོ་རང་གིས་མ་
 ཚོད། །ལྷས་མ་མར་བདར།” ཟེར་བའི་དཔེ་བཟུམ་སྟེ་ མམ་ལུ་སྤྱད་ཚུ་བཟོ་བྱེ་ དཀའ་ངལ་བྱིན་པའི་གནས་སྤངས། ལ་ལུ་
 ཅིག་གིས་རང་གི་མམ་ལུ་ གུས་བཀྱར་དང་བཙུ་མཐོང་མེད་པའི་ གནས་སྤངས་རྣམ་པ་སྤྲོ་ཚོགས་ཚུ་ལུ་བཟླ་བ་ཅིན་ ར་བཅས་
 རའི་མི་སྟེ་ནང་ དཀའ་ངལ་སྤོམ་ཅིག་དང་ རྫོ་མམ་བསྐྱེད་དགོ་པའི་ གཞི་ཅིག་ལུ་གྱུར་དེས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དཀའ་ངལ་དེ་ཡང་ དང་པ་མམ་གིས་སྐབ་མི་ བྱ་གཞི་གིས་ཉན་མ་བརྟུབ་པའི་ ཏུས་ངན་སྤྱིགས་མ་ལུ་བདོ་ཨིན་པའི་རྟགས་
 མཚན་དང་། གཉིས་པ་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ མི་རིགས་གཞན་དང་གཞན་གྱི་ ལུ་བ་དང་ལམ་སྲོལ་དར་བའི་ལུགས་རྒྱུ།
 གསུམ་པ་ཕྱི་དངོས་པའི་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ ཆགས་སེམས་ཆེ་བའི་སྐྱོན། བཞི་པ་རང་གི་སྤར་སྲོལ་ལམ་ལུགས་ཚུ་ རྒྱལ་ཁབ་
 བཞག་སྟེ་ བཙུ་མཐོང་དང་ལག་ལེན་མེད་པའི་སྐྱོན། ལུ་པ་ཟེར་མ་ད་ རང་གི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ལུ་སྤྱད་བཙོན་ཚུང་བ་དང་
 ལམ་སྲོན་བསྐབ་བྱ་ཚུ་ མ་ཐོབ་པའི་སྐྱོན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཨིན་མས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ལྷག་གི་ཡིག་རྒྱུགས་ལྷག་ཞིན་ན་ དྲི་བ་ ཀ་ ཁ་ ག་ ར་ བཞི་གི་ལན་བྲིས།

དྲི་བ་ ཀ། ལན་ཐུང་ཀྱ། སྐྱགས་ ༤།

འོག་གི་དྲི་བ་ག་ར་གི་ ལན་བྲིས།

- ༡༽ རང་གི་མམ་གཉིས་ དྲིན་ཆེ་བའི་གནད་དོན་གཉིས་ཐོ་བཀོད་འབད།(༡)
- ༢༽ མམ་ལོ་ན་ཁྱས་པའི་སྐབས་ལུ་ བྱ་གཞི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ ཁྱེན་གསོ་ཁང་ཚུ་ནང་བསྐྱུལ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ག་ཅི་སྟོ?(༡)
- ༣༽ “རྫོ་པ་དཀའ་རྒྱས་བཅད། ཕྱི་རུ་གནག་གིས་བཅད།” ཟེར་བའི་དོན་དག་ཁ་གསལ་སྟེ་བྲིས།(༢)

༤༽ ཨ་ལུ་ཚུ་གིས་ སམ་ལུ་ངོ་ཚོལ་འབད་མི་འདི་ ལམ་སྟོན་བསྐྱབ་བྱ་ཚུ་མ་ཐོབ་པའི་སྟོན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་ཟེར་མི་ལུ་
ཚུད་ཀྱིས་ངོས་ལེན་ཡོད་ག་? ག་ཅི་སྟེ?(༢)

༥༽ འཛིག་རྟེན་འདི་ནང་ལུ་ སམ་གཉིས་པོ་འདི་ ག་ནི་བ་འིན་ཅན་ཅིག་ཨིན། ཚུད་ཀྱིས་ འིན་ལན་ག་དེ་སྟེ་འཇལ་ནིའི་རེ་
བ་ཡོད་གོ? གནད་དོན་གཉིས་ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་ བཤད་པ་རྒྱབ།(༢)

རྩི་བ་ ལ། ལན་གདམ་ཁ་ཅན། རྒྱགས་
༤x༡=༤།

འོག་གི་རྩི་བ་རེ་ལུ་ལན་ ཀ་ཁ་ག་ང་ ཡོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་འདི་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་དང་སྟེགས་ཏེ་ ལན་
ཐོག་ནང་བྲིས།

༡༽ “སེར་སྣ་དང་ཕངས་སེམས་” ཟེར་བའི་རྣམས་ སེར་སྣ་ཟེར་བའི་དོན་དག་འདི་ གཞན་...
 ཀ། རྩི་གསེར་བདག་འཛིན་འབད་དེ་བཞག་མི་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།
 ཁ། ལུ་བྱིན་མ་རུམ་པར་བསྐྱམས་བཞག་མི་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།
 ག། ལུ་ཡོད་མི་རང་ལུ་དགོ་པའི་སེམས་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།
 ང། ལུ་ཕངས་སེམས་བསྐྱེད་མི་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།

༢༽ ཐོང་གི་འབྲི་ཚུམ་འདི་ལུ་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ མིང་ཅིག་བརྟགས་པ་ཅིན་...
 ཀ། སམ་དང་བྱ་གཞིའི་མཐུན་འབྲེལ།
 ཁ། ས་རྒྱས་པར་བལྟ་སྟེ་བྱ་གསོ།
 ག། ས་མའི་དཀའ་སྤྱད།
 ང། ས་མའི་ཞབས་ཏོག།

༣༽ སྟོན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ ལྷ་ཡུལ་སུམ་ཅུ་ཚུ་གསུམ་ལུ་ འབྲོན་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་འདི་...
 ཀ། ཡུམ་རྒྱགས་དགེས་བཅུག་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་པས།
 ཁ། ས་མའི་རྩིན་ལན་འཇལ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་པས།
 ག། ལྷ་ཚུ་ལུ་ཚོས་གནང་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་པས།

ང ལྷ་ཚུ་གི་དོན་མཛད་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་པས།

༤༽ མི་སྤེའི་ནང་ལུ་ དཀའ་ངལ་དང་ རྩོམ་མ་སི་སི་ཅིག་ལུ་ཐུག་དགོ་མི་འདི་

ཀ སྐད་གཞིན་བར་ན་གུས་བཀྱར་དང་བཙུ་མཐོང་ཞན་མ་ལས་བརྟེན་ཨིན་པས།

ཁ ལོང་མ་དང་འོག་མ་གི་བར་ན་ཐ་དམ་ཚིག་རྒྱུང་མ་ལས་བརྟེན་ཨིན་པས།

ག དྲིན་ལན་ལོག་པ་སྤེའི་འཇལ་ལས་བརྟེན་ཨིན་པས།

ང བཀའ་དྲིན་བསམ་མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན་ཨིན་པས།

དྲི་བ་ ག། འོག་གི་མིང་ཚིག་རྩི་གི་རྩོད་ཚིག་གིས། (ལྷག་གི་ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ལས་འབྲ་བལུས་པ་བ་མི་ཚོག)

སྐྱགས་ ༩།

༡༽ ལྷང་མེད།

༢༽ བྱམས་བཙེ།

༣༽ བཙུ་སྤང།

༤༽ བཙུ་བཀྱར།

༥༽ ལོ་དོག།

༦༽ ཤན་ལུགས།

དྲི་བ་ ང། འོག་གི་དོན་མཚམས་འདི་ལྷག་སྤེའི་ ཡིག་སྤེའི་འཇོལ་བ་ ༥ ཡོད་མི་རྩི་ རོས་འཛིན་འབད་ཞིན་ན་
སྤེའི་བཙུ་ལ་རྒྱུ་སྤེའི་ ལན་ཤོག་ནང་གིས། སྐྱགས་ ༡x4=4།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱགས་ཀྱི་མཁུན་བྱ་ཆེ་བའི་ སྤྲིད་རྒྱུས་བཟང་པོ་ལས་བརྟེན་ ང་བཙུས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
རང་དབང་རང་བཙན་དང་བསྐྱུང་སྐྱོབ་དེ་ ད་རེས་བཟུམ་མའི་མཐའ་བཙན་ཉོག་ཉོ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་གི་འདས་པའི་
བརྒྱལ་རབས་ནང་ ཏུས་ནམ་ཡང་མ་འབྱུང་པས། དེ་ལས་བརྟེན་ཉེ་ མི་སྤེའི་སྤེའི་འབྲོར་གོང་འཕེལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་རྩི་ གཞུང་
དང་མི་སེར་གྱི་སྐྱགས་ཀྱི་རེ་བ་ལྷར་དུ་ འགྲུབ་རྒྱུགས་མི་འདི་ཡང་ གཙོ་བོ་ར་མི་དབང་མཚོག་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་
སྤུང་སྐྱོབ་འདི་མཐའ་བཙན་ཉོག་ཉོ་བཟོ་གནང་བའི་བཀའ་དྲིན་ལོ་ན་ལས་བརྟེན་ཉེ་ཨིན།

དོན་ཚན་གཉིས་པ།

སྐད་སྒྱུར།

སྐག་པ་ ༡༠།

འོག་གི་ཨིང་སྐད་ནང་ཡོད་མི་དོན་མཚམས་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སློབ་ལྷན་ཞིན་མ་ལས་ རྫོང་ཁའི་ཐོག་ལུ་ སྐད་སྒྱུར་འབད།
(གནད་དོན་ཐོག་མ་ཐོག་དང་ ལོ་རིམ་ རྩེབ་སྦྱོར་ཚུ་ལུ་ བལྟ་སྟེ་སྐྱགས་བྱིན་ནི་ཨིན།)

Her Majesty the Gyalyum Sangay Choden Wangchuck, the Royal Patron of RENEW (Respect, Educate, Nurture and Empower Women) concluded a two-day advocacy on women and girl's empowerment, and public health in Tsirang.

Over 400 people from 12 gewogs of Tsirang, including local government officials attended the advocacy programme.

The objective of the advocacy was to create awareness on women and girl's empowerment, and public health including sexual and reproductive health and rights.

Health ministry officials presented public health concerns around communicable, non-communicable diseases, and mental health.

The Director of the Department of Public Health, Karma Jamtsho, said that major risk factors are alcohol, tobacco, unhealthy diet and physical inactivity. The public was sensitized on how to live a healthy life and encouraged to seek support from relevant healthcare providers.

TASHI DELEK