

༡༡། དང་སྐབས་བོད་མིའི་སྲི་ཚོགས་མང་པོའི་ནང་སྐུལ་
 འཁོར་སོགས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་
 ལ་སྐྱབས་པར་དུ་གཞིན་སྐྱེས་ནང་སྐྱབས་སྐྱབས་གཏོང་མཁན་དེ་
 བས་མང་པོ་ཡོད་པས་རང་གཞན་ཚང་མར་སྐྱོན་འཚགས་མི་ཡོང་
 པའི་ཆེད་སྐྱབས་གཟབ་གནང་དགོས་པའི་གནས་དོན་ཁག་ཅིག་
 ལུ་རྒྱ་ཡིན།

༡། སྐྱབས་སྐྱབས་གཏོང་བའི་སྐབས་མགོ་ལ་ངེས་པར་དུ་
 ལྷགས་ལུ་ HELMET ། འྱོན་དགོས་མ་ཟད་དེ་ཡང་ཆེ་ཆུང་
 འཚམ་པོ་དང་རྒྱ་ཆ་སོགས་སྒྲོས་འགོལ་ཚོགས་པ་ཞིག་དགོས།

༢། གཞུང་ལམ་སྐར་འཁོར་བསྐྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་འཕྲུལ་
 འཁོར་ཆེ་ཆུང་ཚང་མས་ཐོག་མར་རང་ཉིད་ལོགས་སུ་མཐོང་
 རྒྱུ་པ་བཟོ་རྒྱུ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་འྱོན་ཚས་དང་མགོའི་
 ལྷགས་ལུ་སོགས་ཚོན་མདོག་བཀག་མདངས་ཆེན་པོའི་རིགས་
 འྱོན་པ་དང་རབ་བྱུང་ན་མཚན་མོ་ཅོམ་མ་ཡིན་པར་ཉིན་གུང་
 ལ་འང་མི་ཚོགས་ཆེ་ས་དང་འཕྲུལ་འཁོར་མང་སར་སྐྱབས་སྐྱབས་
 གི་སྒོལ་སྐར་ནས་གཏང་དགོས།

༣། མཚན་མོར་སྐྱབས་སྐྱབས་གཏང་ནས་འགོ་དགོས་པ་བྱུང་
 ཆེ་ཐོག་མར་སྐྱབས་སྐྱབས་རྒྱུ་འྱོན་གྱི་སྒོལ་དམར་པོ་ TAIL

LIGHT ། འབར་གྱི་ཡོད་མེད་ངེས་པར་དུ་བརྟག་དབྱེད་གཞན་
 དགོས།

༤། ཁྱེད་རང་གི་སྐྱབས་སྐྱབས་གསར་པ་ཞིག་གམ་ཡང་ན་
 སྐྱོན་མ་གཏང་སྤྱོད་མེད་པ་ཞིག་གཏོང་སྐབས་ཐོག་མར་དལ་
 པའི་ངང་ནས་དེའི་ལྷགས་དང་རྒྱུར་ཚང་སོགས་རྒྱུས་ལོན་ཐབས་
 གནང་དགོས།

༥། སྐྱབས་སྐྱབས་ཁ་འགོག་དགོས་པ་སོགས་བྱུང་ཆེ་འགོག་
 བྱེད་གྱི་མ་ལག་ BRAKE ། བེད་སྤྱོད་གཏོང་སྐབས་ཤེས་
 དགོས་ དངོས་ནས་བྱས་ན་མདུན་གྱི་ BRAKE ། བརྒྱ་ཆ་
 ༧༥ ཅོམ་དང་རྒྱུ་འཁོར་ལོའི་ BRAKE ། བརྒྱ་ཆ་ ༥༥
 ཅོམ་ཚོད་བྱས་ནས་ཁ་འགོག་ཐབས་གནང་དགོས། གལ་
 སྲིད་སྐུལ་ལམ་སྐྱོན་པ་ཡིན་ཆེ་མདུན་དང་རྒྱུ་འཁོར་པའི་
BRAKE ། བརྒྱ་ཆ་ ༥༠:༥༠ ཅོམ་ཚོད་བྱས་ནས་བེད་
 སྤྱོད་གཏང་དགོས།

༦། འཕྲུལ་འཁོར་ལག་པོ་གཏོང་ཤེས་མཁན་ཚོས་ཁ་འགོག་
 བྱེད་ BRAKE ། དེ་ཅོམ་མང་པོ་བེད་སྤྱོད་བཏང་གི་མེད་པ་
 ལས་ར་འཕྲོད་སྐབས་དེ་ལྟར་བཏང་མཁན་མི་དེས་རང་དང་མདུན་
 དུ་འགོ་བཞེན་པའི་དབར་རྒྱང་ཚད་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་མགོ་གས་

ཚད་དེ་མིན་གཞུང་ལམ་སྐྱོང་འཕྲུལ་འཁོར་ཆེ་ཆུང་རང་གཞན་
 ཚང་མར་སྐྱོན་ཚགས་མི་ཡོང་བའི་བདེ་སྐྱབས་གི་བསམ་སྒོལ་དང་གྲ་
 སྐྱིག་སྐྱོན་ཆུང་ནས་བྱས་ཟིན་པས་ཡིན།

༧། གལ་ས་གཡོན་གང་དུ་ཁ་ལོ་མ་འཕྱུར་བའི་སྐྱོན་རྒྱུ་
 མཐོང་མེ་ལོང་ནང་བཟུབ་ཅོམ་མ་ཡིན་པར་མགོ་བོ་གཙུག་ནས་
 རྒྱུ་དུ་འཕྲུལ་འཁོར་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་
 དགོས་ལ་བརྟེན་བཏང་བྱེད་གྱི་སྒོལ་ INDICATOR
 LIGHT ། སྐྱོན་ཆུང་ནས་སྐར་དགོས།

༨། གཞུང་ལམ་སྐྱོང་སྒོལ་དམར་པོ་འབར་ནས་རྒྱང་ཁུ་
 འབར་རྒྱ་སྐྱབས་སྐབས་སྐྱབས་སྐྱབས་ལམ་གྱི་དབྱེས་སུ་ཁ་འགོག་
 རྒྱ་མེད་རབ་བྱུང་ན་ཁ་འགོག་ཟིན་པའི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་མདུན་
 དང་ཡང་ན་དབར་ལ་ལངས་དགོས།

དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཆེ་ལམ་གྱི་རྒྱར་ཞིག་ལ་བཀག་ནས་རང་
 ཉིད་ཀྱི་སྐྱོགས་སུ་འཕྲུལ་འཁོར་གཞན་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་
 དོ་སྐྱོང་གནང་དགོས།

༩། སྐྱབས་སྐྱབས་གཏོང་སྐབས་མདུན་སྐྱོགས་ཀྱི་རྒྱ་ལམ་སྐྱོང་
 དོ་སྐྱོང་དང་མིག་བརྟུབ་ལས་གཞན་ལ་ཁ་གཡོང་མིག་གཡོང་
 གནང་མི་རུང་།

༡༠། དུས་རྒྱུན་དུ་སྐབས་སྐབས་གཏོང་སྐབས་སེམས་སྒྲོད་པོ་
 དང་སྤྱིང་བོ་བྱས་ནས་བཏང་བ་ལས་ཁོང་ཁྱོད་དང་གཉིད་བྱོ་བཞིན་
 པ་ཡང་ན་དགོག་དགོག་སོགས་བྱས་ནས་གཏང་རྒྱ་མེད་སྐབས་
 པར་དུ་ཆང་ཨ་རག་ལ་སོགས་པ་གཏང་ཡོད་ཆོ་སྐབས་སྐབས་ཚམ་
 མིན་པར་འཕྲུལ་འཁོར་རིགས་གཏང་ན་རང་གཞན་ཆང་མའི་
 སྲོག་ལའང་ཉེན་ཁ་ཤིན་དུ་ཆེ།

དགའ་བའི་ལོན་བོད་སྐད་རྒྱུད་འཕྲིན་ལས་རིམ་གཤམ་
 གསལ་དུས་ཚོད་ཐོག་གསལ་གནང་ཡོད་པ་ལྟ།

དགོང་ཚོ།

མུ་གར་ནང་ཚོད་ ༥:༣༠ ནས་ ༦:༠༠བར།
 བལ་ཡུལ་ནང་ཚོད་ ༥:༤༥ ནས་ ༦:༡༥ བར།
 འབྲུག་ཡུལ་ནང་ཚོད་ ༦:༠༠ ནས་ ༦:༣༠བར།
 རང་ཡུལ་བོད་ནང་ཚོད་ ༧:༠༠ ནས་ ༧:༣༠ བར།
 འོད་ཚད་ཨང་གྲངས་ ༡༧ ཐོག་ང་ཚོའི་ལས་རིམ་
 གསལ་རྒྱ་མ་སྤྲེལ་པ་གནང་རོགས།

ང་ཚོའི་ཉམས་སྲོལ་དང་ཤེས་ཡོན་སོགས་སྒོ་གང་ས་ནས་
 ཞན་ཆ་མང་བས་བྱིད་རྣམས་ཀྱི་བཟོད་སྲོལ་དང་མ་འོངས་
 ཡར་རྒྱས་ཡོང་སྲུང་སྤྱིད་ནས་སྤང་དོར་བཀའ་སྲོལ་
 གནང་རྒྱུར་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན།

GAWEYLON
 TIBETAN RADIO PROGRAMME
 POST BOX NO.286
 DEHRADUN GPO-248001
 UTTARAKHAND
 INDIA

སྐད་སྲོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཁག་ཅིག

SAFE RIDING
 TEN TIPS FOR SAFE BIKE RIDING



Website- www.gaweylon.com

E-Mail- gaweylon@gmail.com

You can call or SMS us at
 +91 7417065068