



नेपाल सरकार

www.mofaga.gov.np  
Email: edms.mofaga@gmail.com

संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय

सिंहदरबार, काठमाण्डौ

(वातावरण तथा विपद् व्यवस्थापन शाखा)

प.सं.: - २०७९/८०

च.नं.: - ११६

मिति: २०७९/९/२९

श्री महानगरपालिका, उपमहानगरपालिका, नगरपालिका, सबै  
श्री गाउँपालिका, सबै

जलकपुरबाट गठ-महानगरपालिका
दस्तावेज नं. - २९९०
मिति - ०९/९/२९

विषय: शीत लहर तथा चिसोबाट हुने क्षती न्यूनीकरण सम्बन्धमा ।

जाडो यामको समयमा खास गरी तराईका जिल्लाहरूमा चिसो तथा शीतलहर, हिमाली जिल्लाहरूमा हिमपात र अन्य जिल्लाहरूमा चिसोबाट मानिसहरूको असावधानीको कारणबाट स्वास प्रस्वास, रुघाखोकी, निमोनिया जस्ता स्वास्थ्य सम्बन्धीसमस्याबाट धेरै मानिस बिरामी हुने र केहीको मृत्युसमेत हुने गरेको छ । यस वर्ष पनि जाडोयाममा विगत वर्षमा जस्तै मौसमको प्रतिकूलता र वातावरणमा आउने परिवर्तनबाट शीतलहर चलन सक्ने तथा चिसोका कारण मानव सस्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्न सक्ने हुँदा देहाय बमोजिम व्यवस्था मिलाउनहुन मिति २०७९/९/२९ नेपाल सरकार (सचिवस्तर) को निर्णयानुसार अनुरोध छ ।

१. जाडोयाममा हुनसक्ने स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्यालाई न्यूनीकरण गर्न जनचेतनामूलक कार्यक्रम स्वास्थ्य विषयगत महाशाखा/शाखाले तत्काल सञ्चालन गर्ने र स्वास्थ्यकर्मी तथा औपधिहरू तयारी अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाउने,

२. शीतलहरबाट सुरक्षित रहन तपसिल बमोजिम सचेतनात्मक सन्देश सहित आवश्यक व्यवस्था मिलाउने:

सचेतनात्मक सन्देश:

- जाडो यामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोडो गरौं,
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबित्ताऔं,
- घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं, रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गर्ने र घर भित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरूपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रवन्ध मिलाऔं,
- शीतलहर चलेको समयमा शीत नपर्ने सुरक्षित ठाउँमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्नु, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगऔं,

Handwritten notes and signatures in the bottom left corner, including "Koblen Upload" and "206/11/29".

Handwritten signature in the bottom center.

नतिजामुखी प्रशासन, समृद्धि र सुशासन



नेपाल सरकार

www.mofaga.gov.np  
Email: edms.mofaga@gmail.com

## संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय

सिंहदरवार, काठमाडौं

(वातावरण तथा विपद् व्यवस्थापन शाखा)

प.सं.: - २०७९/८०

च.नं.: - १२६

- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्तमात्रामा तातो र झोलिलो खानेकुराहरू खाने,
- बालबालिका, वृद्ध-वृद्धा, गर्भवती महिला तथा विरामीहरूको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरूलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने,
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्नु पशुपंक्षीहरूलाई सकेसम्म खुला स्थानमा चराउन नलैजाने, घर टहरामैराखेर पर्याप्त घाँस परालर दाना दिने,
- चिसोका कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त उपचारको लागि जाने,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने,
- कोठा भित्र आगो, मकल, हिटर लगाएतबाट तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशन (हावा आवगतजावत) को व्यवस्था मिलाउने,
- शीतलहरबाट हुन सक्ने कृषिवाली र पशुपंक्षीको क्षतीलाई न्यून गर्न सेड, छाप्री, छानो, पाल्टिक लगाएतका संरचनाद्वारा सुरक्षित गर्ने,

आवश्यक व्यवस्था मिलाउने:

- शीतलहरको प्रभाव न्यून पार्न नगरपालिका तथा गाउँपालिकाहरूले जोखिममा रहेका विपन्न तथा गरीब परिवारहरूको पहिचान गरी स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिको समन्वयमा पर्याप्त मात्रामा ईन्धन, दाउरा, कम्बल तथा खद्यन्न वितरणको लागि आवश्यक व्यवस्था मिलाउने,
- नगरपालिका तथा गाउँपालिकाहरूमा रहेका सुरक्षा निकाय तथा कृषाशिल संघ संस्थाहरूको समन्वयमा शीतलहरको प्रभावबाट बचाउन पूर्वतयारी तथा अन्य आवश्यक प्रबन्ध मिलाउने ।

बोधार्थ:

श्री गृह मन्त्रालय, सिंहदरवार, काठमाडौं  
श्री सूचना तथा प्रविधि शाखा, संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन  
मन्त्रालय, (आवश्यक समन्वय गरिदिनुहुन।)

3129

(जयराम उप्रेती)  
शाखा अधिकृत