



साप्ताहिक गतिविधि

वर्ष १ अङ्क १० २०७६ चैत्र १७ आइतबार

सम्पादकीय:

कोरोना भाइरस: शतर्कता

चीनको बुहानबाट सुरु भएर बेइजिङ, मकाउ, ताइवान हुँदै संसारभर कोरोना भाइरस फैलिएपछि उत्तरी छिमेकी मुलुक चीनमा यतिबेला यो भाइरसले त्रासदी फैलाएको छ। सोही भाइरसकै कारण कतिपयको ज्यान समेत गइसकेको छ । भाइरसले सैयौं प्रभावित छन् । भाइरसबाट थप क्षति नहोस् भनेर उच्च सर्तकता अपनाएको छ ।

कोरोना अमेरिका, अष्ट्रेलिया, थाइल्यान्ड, दक्षिण कोरिया सम्म फैलिएको छ। भाइरस फैलिएपछि विश्वभरकै विमानस्थलमा सावधानी अपनाउन थालिएको छ।

नेपालमा पनि कोरोना भाइरसको उच्च जोखिमतालाई मध्यनजर गरी हालै मात्र नेपाल सरकारले चिनिया यात्रीलाई अन अराइभल भिस्सामा रोक लगाउने निर्णय गर्दै कोरोना भाइरसबाट सतर्कता अपनाउन अनुरोध सहित सबै प्रदेशमा सचेतनात्मक कार्यक्रम अगाडि बढाएको छ ।

महामारीकै रूपमा विश्वभर फैलिएको कोरोना भाइरस जनवारबाट सरेँ एक रहस्यमयी भाइरस हो। यो गत डिसेम्बरमा पत्ता लागेको थियो। यसअघि ६ प्रकारको भाइरस मात्र मान्छेमा संक्रमण भनिए तापनि अहिले भने त्यसभन्दा फरक नयाँ प्रकारको कोरोना फैलिएको हो ।

यसको संक्रमण क्षमता अरुभन्दा तीव्र एवं धेरै भएकाले विशेषज्ञहरुले यो निकै भयानक रहेको बताएका छन् । सुरुमा रुघाखोकी जस्तै लक्षण हुने भएकाले यसबाट सुरक्षित रहनु भनेको अहिलेको अवस्थामा सजग र सतर्क रहनु नै हो । रुघाखोकी लागेको व्यक्तिको सोझो सम्पर्कमा नरहने, भिडभाडमा सावधानी अपनाउने, सरसफाईमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ। रोग भित्रिहालेमा थप विस्तार हुन नदिन जनस्तर, पालिकास्तर र देशव्यापी



प्रकाशक:

भूमे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

खाबाडबगर, रुकुम (पूर्व)

५ नं. प्रदेश नेपाल



कार्यपालिका बैठक सम्पन्न

१० चैत्र २०७६, खाबाडबगर ।

भूमे गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको बैठक सम्पन्न भएको छ । बैठकले राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रम सिफारिश, कोभिड-१९ कोरोना भाइरस रोग सम्बन्धी पूर्व तयारी तथा प्रतिकार्य, प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रम आयोजना कार्यान्वयन, सामाजिक सुरक्षा समिति गठन, कक्षा थप अनुमति लगायत १३ प्रस्तावहरू माथि निर्णय गरेको छ ।

गाउँ कार्यपालिका बैठकले राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रम गर्न इच्छुक सार्वजनिक विद्यालयहरूलाई परियोजना प्रस्ताव पेश गर्ने सम्बन्धी शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्रद्वारा जारी सूचना बमोजिम २०७६।१२।०७ भित्र दर्ता भएका प्रस्तावहरूमध्ये १५ सामुदायिक विद्यालयहरूलाई प्राथमिकताक्रम तोक्यो सिफारिश गर्ने निर्णय गरेको छ । बैठकले हाल विश्वभर महामारीको रूपमा फैलिरहेको कोभिड-१९ कोरोना भाइरस रोगबाट बच्न आवश्यक पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्यका लागि गाउँपालिका अध्यक्ष रामसुर बुढा मगरको अध्यक्षतामा उपाध्यक्ष, वडाध्यक्ष, कार्यपालिका सदस्यहरू, स्वास्थ्य संस्थाका प्रमुखहरू तथा कार्यपालिकाबाट मनोनित समाजसेवी सदस्यहरू रहेको गाउँपालिकास्तरीय समन्वय समिति गठन गरेको छ । गाउँपालिकास्तरीय समन्वय समितिमा स्थानीय समाजसेवीहरूमध्येबाट रुजिधन घर्ति, अजय मगर, भिम बहादुर बुढा, सबिना बुढा, विनोद बुढा मनोनित भएका छन् । त्यसै गरी सबै वडाले वडाध्यक्षको संयोजकत्वमा जनप्रनिधि, स्वास्थ्य संस्थाका प्रमुख, प्रधानाध्यापक र ५ जना स्थानीय समाजसेवी रहेको वडास्तरीय समन्वय समिति गठन गरी कार्यविवरण बमोजिमको जिम्मेवारी पूरा गर्ने, जनचेतना फैलाउने, ठूला भोजभतेर, सभासम्मेलन, गोष्ठी लगायतका कार्यक्रम बन्द गर्ने, सबै वडा तथा टोलहरूमा सचेतनात्मक कार्यक्रम गर्ने, सचेतनामूलक कार्यक्रमका लागि सबै संयन्त्र परिचालन गरी अन्य संघसंस्थाहरूसँग समेत समन्वय तथा साझेदारी गर्ने निर्णय गरेको छ ।

गाउँ कार्यपालिका बैठकले नेपाल सरकारबाट प्रदान गरिने ज्येष्ठ नागरिक दीर्घ सेवा सम्मान तथा सामाजिक सुरक्षा भत्ता कार्यक्रमलाई प्रभावकारी कार्यान्वयन भए नभएको अनुगमन गर्न साथै नियमित अनुगमन निरीक्षण गर्न तथा सामाजिक सुरक्षा सम्बन्धी गुनासो सुनुवाई प्रभावकारी बनाउन गाउँपालिका उपाध्यक्ष श्री मनकुमारी बुढा मगरको संयोजकत्वमा ६ सदस्यीय गाउँपालिकास्तरीय अनुगमन तथा सुपरीवेक्षण समिति र वडाध्यक्षको संयोजकत्वमा ६ सदस्यीय वडास्तरीय गुनासो सुनुवाई समिति गठन गरेको छ । त्यसैगरी, जनशक्ति आधारभूत विद्यालय झिम्का, सरस्वती आधारभूत विद्यालय सिमखोला र आधारभूत विद्यालय सिमचौरलाई कक्षा थपका लागि अनुमति प्रदान गर्ने लगायत १३ वटा प्रस्ताव माथि निर्णय गरेको छ ।



गाउँपालिका अध्यक्ष श्री रामसुर बुढा मगरको अध्यक्षतामा बसेको बैठकमा कूल १७ जना कार्यपालिका सदस्यहरुमध्ये १२ जना कार्यपालिका सदस्यहरुको उपस्थिति रहेको थियो । बैठकको सञ्चालन तथा सहजीकरण प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत चन्द्रसिंह श्रेष्ठले गर्नुभएको थियो ।

**“सक्षम बालबालिका समृद्ध नेपाल”
बालविवाह कानुनी अपराध हो।**

खबरदार
१० वर्ष नपुगेको विवाह गर्न र गराउने र गराउने लाग्नु भएको छ भने त्यो अपराध हो।

बालविवाहको उजुरी र हदम्याद
॥ कसैले बालविवाह गर्ने गराउने पाइएमा तुरुन्त नजिकको प्रहरी कार्यालयमा उजुरी दिनु पर्छ।
॥ यस्तो उजुरी जोसुकैले पनि दिन सक्छ।
॥ यस्तो उजुरी बालविवाह भएको देखेको बित्तै वा थाहा भएको ३ महिना भित्र उजुरी गर्नु पर्छ।

- ॥ १० वर्ष मुनिको बालिकाको विवाह गर्ने गराउने मध्य उमेर पुगेको मुख्यलाई - ६ महिना देखि ३ वर्ष सम्म कैद र १ हजार देखि १० हजार रुपैयाँ सम्म जरिवाना हुने
- ॥ १० वर्ष माथि १४ वर्ष नपुगेको बालिकाको विवाह गराएमा - ३ महिना देखि १ वर्ष सम्म कैद र ५ हजार रुपैयाँ सम्म जरिवाना हुने
- ॥ १४ वर्ष माथि र १८ वर्ष नपुगेको बालिकाको विवाह गराएमा - ६ महिना कैद १० हजार रुपैयाँ सम्म जरिवाना वा दुवै सजाय हुने
- ॥ २० वर्ष उमेर नपुगेको व्यक्तिको विवाह गराएमा - ६ महिना कैद १० हजार रुपैयाँ सम्म जरिवाना वा दुवै सजाय हुने
- ॥ जानी-जानी बालविवाहका काम गर्ने लमी, पुरोहित र अरु सहयोगीहरुलाई - १ महिना कैद वा १ हजार रुपैयाँ सम्म जरिवाना हुने
- ॥ भुक्त्याद र गरेमा - २ वर्ष सम्म कैद र एक लाख जरिवाना हुने

क्वारेन्टाइन निर्माणका लागि कम्बल सहयोग

११ चैत्र २०७६, खावाडबगर ।

रुकुम (पूर्वी भाग) जिल्ला रुकुमकोटस्थित श्री रुक्मिणी माध्यमिक विद्यालयमा स्थापना भएको क्वारेन्टाइनका लागि भूमे गाउँपालिका रुकुम (पूर्व) ले १० थान कम्बल उपलब्ध गराएको छ । गाउँपालिकाको विपद व्यवस्थापन कोषबाट भवितव्य रूपमा आइपर्न सक्ने विपद्मा तत्काल राहत सहयोगका लागि तयारी अवस्थामा राखिएको कम्बल मध्ये सिस्ने गाउँपालिका ५ रुकुमकोटस्थित श्री रुक्मिणी माध्यमिक विद्यालयमा स्थापना भएको क्वारेन्टाइनका लागि जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समितिमार्फत १० थान कम्बल उपलब्ध गराइएको छ ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालय, जिल्ला अस्पतालको सहजीकरण तथा सिस्ने गाउँपालिकाको व्यवस्थापनमा स्थापना भएको क्वारेन्टाइनमा हाल ३२ जना व्यक्तिहरुलाई क्वारेन्टाइनमा राखिएको छ ।



भूमे गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय



खाबाठवगर, रुकुम (पूर्व)
५ नं. प्रदेश, नेपाल

प.सं. (कोरोना)/२०७६/०७७

च.नं.

मिति: २०७६/१२/१०

सरोकारवाला/सर्वसाधारणमा अत्यन्त जरूरी सूचना ।

हाल विश्वव्यापी रूपमा महामारीको रूपमा फैलिएको COVID-19 (कोरोना भाइरस)को रोकथाम र नियन्त्रणका लागि उच्च सतर्कता अपनाई सम्भावित जोखिमबाट बच्न तथा रोकथाम गर्नका लागि नेपाल सरकारको परिपत्रलाई समेत मध्यनजर गर्दै भूमे गाउँपालिकाको मिति २०७६।१२।०९ मा बसेको कार्यपालिका बैठकको प्रस्ताव नं. ४ बमोजिम विश्वव्यापी तथ्यमा फैलिएको कोरोना भाइरसको संक्रमणबाट बच्न उच्च सतर्कता अपनाई सचेतनात्मक तथा व्यवस्थापकीय कार्यक्रम गर्ने निर्णय भएकोले यस कार्यालयबाट अत्यावश्यक सेवा बाहेकका अन्य सेवाहरू अर्को व्यक्त्या वपसम्मका लागि स्थगित गरिएको छ । कार्यपालिका बैठकको निर्णयानुसार तपसिल बमोजिम गर्नु गराउनु हुन सम्बन्धित सरोकारवालाहरूमा अवरोध छ:

तपसिल

- गाउँपालिका अन्तर्गतका सबै सरकारी तथा गैरसरकारी संघसंस्थाबाट हुने तालिम, गोष्ठी, सेमिनार, सभा, सम्मेलन तथा शैक्षिक कार्यक्रमहरू २०७६ चैत्र मसान्तसम्म स्थगित गर्ने ।
- गाउँपालिकाभित्रका मुख्य बजारहरूका अत्यावश्यक सेवा उपलब्ध गराउने बाहेकका पसल व्यवसायहरू २०७६ चैत्र मसान्तसम्मका लागि बन्द गर्ने ।
- सबै गाउँ टोलहरूमा सामाजिक तथा सांस्कृतिक प्रकृतिकका सबै खाले ठूला भोजभतेर, सभा सम्मेलन, गोष्ठी लगायतका सबै खाले भीडभाड हुने कार्यक्रमहरू बगर्ने/नगराउने व्यवस्था मिलाउने । यदि कसैले अटेर गरेमा काचुली सजाय कडाइका साथ लागू गरिने ।
- चिदेशी मुलुकबाट आएका तथा फर्किएका व्यक्तिहरूको सङ्ख्यात्मक विवरण सम्बन्धित बडा कार्यालय र कोरोना जोखिम रोकथामका लागि गठित क्यास्तरीय सम्बन्ध समिति ले गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय र गाउँपालिकास्तरीय सम्बन्ध समितिलाई नियमित प्रतिवेदन गर्ने ।
- गाउँपालिकावासी सबैले आफ्नो स्वास्थ्य र सुरक्षालाई ज्याल राखी अत्यावश्यक बाहेक हिंडुल, घुमघाम र हाट बजार नजाने, अनावश्यक सम्पर्क कम गरी घरमै सुरक्षित रहने ।
- कोरोना भाइरसबाट बच्न तथा अनावश्यक हाउगुजी नियन्त्रण गर्न सचेतनामूलक कार्यका लागि ठूला जमघट हुने स्थानहरूमा हात धुने स्थान, आवश्यक सचेतनामूलक कार्यका लागि स्थानीय युवा क्लब, आमा समूह, कुबक समूह तथा गैरसरकारी संघसंस्थाहरू समेतको सहकार्यमा कार्यक्रम गर्ने ।
- गाउँपालिकामा कार्यक्षेत्र भएका सबै सरकारी तथा गैरसरकारी संघसंस्था अन्तर्गत सबै संघसंस्था, समूह, क्लब, सञ्जालले सचेतनात्मक कार्यक्रम गरी प्रतिवेदनको समेत व्यवस्था मिलाउने ।
- गाउँपालिकाभरका सबै बडा तथा टोलहरूमा सचेतनात्मक कार्यक्रम गर्ने, समय समयमा साबुन वा खरानी पानीले हात धुन, पशुपंक्षीसँग धेरै सम्पर्कमा नरहने र सम्पर्कपछि सरसफाई गर्ने, अत्यावश्यक बाहेक घरबाट बाहिर ननिस्कने र भीडभाड बगर्ने लगायतका उपयुक्त सूचनाहरू स्थानीय तहहरू मार्फत समेत सूचना गर्ने । सोको दैनिक रूपमा गाउँपालिका कार्यालयमा प्रतिवेदन गर्ने व्यवस्था सम्बन्धित बडा कार्यालयले मिलाउने ।



गाउँपालिकास्तरीय समन्वय समितिको बैठक सम्पन्न

१६ चैत्र २०७६, खावाडबगर

पछिल्लो समय विश्वभर महामारीको रूपमा फैलिएको कोभिड-१९, नोभल कोरोना भाइरस रोगबाट बच्न पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्यका लागि भूमे गाउँपालिकामा गठित गाउँपालिकास्तरीय समन्वय समितिको बैठक बसेको छ ।

समितिका संयोजक तथा गाउँपालिका अध्यक्ष श्री रामसुर बुढा मगरको अध्यक्षतामा बसेको बैठकले गाउँपालिकामा कोरोना जोखिम र भएका क्रियाकलापहरूको समीक्षा गर्दै भारत तथा विदेशी मुलुक र अन्य स्थानबाट गाउँपालिका प्रवेश गरेका मानिसहरूको तथ्याङ्क संकलन गरिँदै आएकोमा विदेशी मुलुकका साथै नेपालका अन्य स्थानबाट समेत यस गाउँपालिकामा आएका व्यक्तिहरूको विवरण गाउँपालिकाद्वारा तोकिएको ढाँचामा नियमित अद्यावधिक गर्ने, कोरोना भाइरसबाट सम्भावित जोखिम र आवश्यक परेमा संक्रमण सम्भावित व्यक्ति भेटिएमा क्वारेन्टाइनमा राख्ने गरी भूमे गाउँपालिका वडा नं. १, लुकुम स्थित श्री सिद्धचौर माध्यमिक विद्यालय लुकुममा क्वारेन्टाइन निर्माण गर्ने र अन्य विद्यालयहरूलाई पनि आवश्यक परेमा क्वारेन्टाइनको रूपमा स्थापना र सञ्चालन गर्न तयारी अवस्थामा राख्ने निर्णय गरेको छ ।

बैठकले कोरोना भाइरसबाट सम्भावित जोखिमलाई मध्यनजर गर्दै परिआएको खण्डमा तत्काल खर्च गर्न सकिने गरी आकस्मिक कोष खडा गर्ने र हाल उक्त कोषमा गाउँपालिकाको विपद् व्यवस्थापन कोषबाट रु. १०००००।— रकम निकाली उक्त कोषमा जम्मा गर्ने र आकस्मिक कोषमा सबै संघसंस्था, व्यक्तिलाई स्वेच्छिक सहयोगका लागि आव्हान गर्ने निर्णय गरेको छ । कोरोना रोग प्रतिकार्य तथा पूर्व तयारीका लागि कार्ययोजनाका साथै भाइरसको विस्तार हुने सम्भावित जोखिमलाई मध्यनजर गर्दै नेपाल सरकारद्वारा जारी गरिएको लकडाउनलाई सबै वडामा प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन गर्न सबै पदाधिकारी तथा वडास्तरीय समन्वय समितिले आआफ्नो क्षेत्रबाट भूमिका निर्वाह अनुरोध गर्ने निर्णय गरेको छ ।



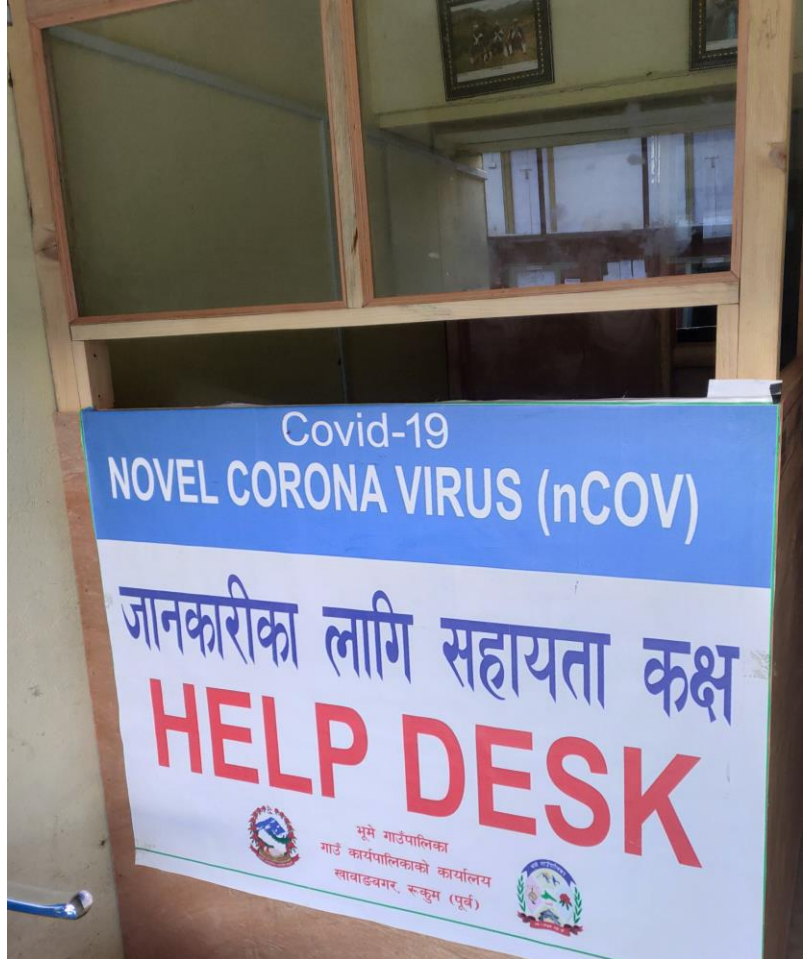
हेल्प डेस्कबाट जानकारी, हेल्थ डेस्कबाट स्क्रिनिङ

१६ चैत्र २०७६, खाबाडबगर ।

चीनको ऊहान शहरबाट विश्वभर फैलिएको कोभिड-१९ नोभल कोरोना भाइरस रोग बारे जानकारी दिन तथा बच्ने उपाय बारे जिज्ञासा समाधान गर्ने उद्देश्यले भूमे गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, खाबाड बगरमा कोरोना हेल्प डेस्क स्थापना गरिएको छ । हेल्प डेस्कबाट कोरोना सम्बन्धी जानकारीका साथै सोसँग सम्बन्धित ब्यानर, ब्रोसर प्राप्त गर्न सकिने व्यवस्था मिलाइएको छ । सबै वडा कार्यालय, स्वास्थ्य चौकी, मुख्य बजारहरुमा कोरोनाको जानकारी र बच्ने उपाय बारे बोर्ड ब्यानर स्थापना गरिएको छ ।

गाउँपालिका प्रवेश गर्ने व्यक्तिहरुको स्वास्थ्य चेक जाँचका लागि भूमे गाउँपालिका वडा नं २ खाबाडबगर, वडा नं. ७ धर्मशाला, ५ वटै स्वास्थ्य चौकीहरुमा हेल्थ डेस्क स्थापना गरी स्क्रिनिङ शुरु गरिएको छ ।

कोरोना शंकास्पद व्यक्तिलाई चेक जाँचका लागि स्वास्थ्यकर्मीका लागि आवश्यक सामग्रीको अभावमै पनि स्वास्थ्यकर्मीहरुद्वारा आवतजावत गर्ने यात्रीहरुलाई ज्वरो, लक्षण लगायतका चेकजाँच



गरी स्क्रिनिङ थालिएको छ । भूमे गाउँपालिका वडा नं २ खाबाडबगरमा स्थापना भएको हेल्थ डेस्कमा यो सातामा ३६ जना व्यक्तिको जाँच गर्दा हालसम्म कुनै पनि शंकास्पद लक्षण भेटिएको छैन । लकडाउनको अवधि भएकाले पनि आवतजावत कम हुने भएकाले स्वास्थ्य परीक्षणको संख्या कम भएको जानकारी भूमे गाउँपालिकाका स्वास्थ्य संयोजक उपेन्द्र यादवले बताउनुभयो ।



कोरोना जोखिमबाट बच्न कोरोना क्वारेन्टाइन स्थापना



१६ चैत्र २०७६, खावाडबगर ।

विश्वभर फैलिएको कोभिड-१९ नोभल कोरोना भाइरस रोगबाट बच्न पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्यका लागि भूमे गाउँपालिकामा गठित गाउँपालिकास्तरीय समन्वय समितिको बैठकको निर्णयानुसार भूमे गाउँपालिका वडा नं. १ लुकुमस्थित श्री सिद्धचौर माध्यमिक विद्यालय लुकुममा ६ बेडको कोरोना क्वारेन्टाइन निर्माण गरिएको छ ।

भारत लगायत विदेशी मुलुक तथा अन्य स्थानबाट आएका व्यक्तिहरुमा कोरोना जोखिमको मध्यनजर गर्दै सेल्फ क्वारेन्टाइनमा बसाल्ने र घरमै बस्न नसक्ने अवस्था भएमा वा जोखिम बढेमा क्वारेन्टाइनमा राख्ने गरी हाललाई ६ बेडको क्वारेन्टाइन स्थापना गरिएको छ । क्वारेन्टाइनमा बस्ने व्यक्तिको संख्या वृद्धि भएमा तत्काल व्यवस्थापन गर्न सकिने गरी अन्य कोठाहरु समेत सरसफाई गरी आवश्यक बेडको समेत तयारी गरिएको छ । त्यसैगरी संख्या बढी भएमा अन्य वडाहरुमा समेत स्थापना गर्न सकिने भएकाले सबै सामुदायिक विद्यालयहरुलाई तयारी अवस्थामा राखिएको छ ।



दम्पतीले सल्लाह गरेर इच्छा अनुसार सन्तान जन्माओ ।

परिवार नियोजन, स्मार्ट बन्ध जीवन



- पहिलो बच्चा टिलो पाउन
- कम्तीमा ३ वर्ष जन्मान्तर राख्न (बच्चा पाएको ४५ दिन भित्र शुरुवात)
- लामो समय गर्भ रोक्न
- सन्तानको रहर पुगेपछि

स्वास्थ्य संस्थाहरूमा उपलब्ध परिवार नियोजनका अस्थायी साधन तथा स्थायी विधिहरू:

 आई-यूरी.डी. १९२ वटी	 डिअप्लान्ट १५ वटी	 ३ महिने सुई	 सानो घण्टी (पिल्स)	 कण्डम	 मिनील्युप भ्यासेक्टोमी
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

सेवा र सल्लाहका लागि नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क राखौ ।

**परिवार नियोजन,
Smart बन्ध जीवन**

**आमा र बच्चाको स्वास्थ्यको लागि कम्तीमा ३ वर्षको फरकमा मात्र बच्चा जन्माओ ।
परिवार नियोजनका अस्थायी तथा स्थायी साधनहरू प्रयोग गरौ । सरकारी स्वास्थ्य
संस्थाहरूमा परिवार नियोजनको साधन र सेवा निःशुल्क पाइन्छ ।**



NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

सर्वसाधारणका लागि जनचेतनामुलक संदेश

नोवेल कोरोना भाइरसका मुख्य लक्षणहरू



ज्वरो
(१००.४ °F भन्दा माथि)



श्वास प्रश्वासमा
आत्याधिक समस्या



रुघा र खोकी

“कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरूबाट आउने मानिसहरूमा दुई हप्ता भित्र रुघाखोकी लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउको दुखेमा, श्वासप्रश्वासमा आत्याधिक समस्या भएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने।”

नोवेल कोरोना भाइरसबाट कसरी आफू र अरूलाई बचाउने?

नियमित रूपमा साबुन-
पानीले हात धुने



खोकदा र हाछ्युं गर्दा
नाक र मुख छोप्ने



यदि फ्लू जस्तो लक्षण
(Flu-like symptoms)
देखिएमा चिकित्सकसंग
परामर्श लिने



फ्लू जस्तो लक्षण
देखाउने जो कोहीको
सम्पर्कबाट टाढा रहने



जंगली तथा
घरेलु पशुपन्छी हरूसँग
असुरक्षित सम्पर्कबाट
टाढा रहने



पशुजन्य मासु/अन्डा
राम्रोसंग पाकेको मात्र
खाने





उपभोक्ता तथा व्यापारी वर्गमा भूमे गाउँपालिकाको अपिल!

- १) कारोबारस्थलमा साइनबोर्ड, मूल्य सूची भए नभएको हेर्ने बानी बसालौं ।
प्याकिङमा अधिकतम खुद्रा मूल्य (MRP), उपभोग्य अवधि (Best Before BB) हेरेर मात्र सामान किन्ने गरौं ।
- २) प्याकिङ सामानमा लेबल, उत्पादकको नाम, ठेगाना र वस्तुको ब्याच नम्बर, तौल, उत्पादन मिति र उपभोग्य मिति हेरेर मात्र सामान खरिद गरौं ।
- ३) उत्पादन मिति, उपभोग्य मिति नभएको वा केरमेट गरेको वा पुनः लेबलिङ गरेको वस्तु खरिद नगरौं ।
- ४) औषधी तथा औषधिजन्य पदार्थहरूको प्याकिङमा उपभोग्य मिति र प्रयोग गर्ने तरिका छ/छैन हेर्ने बानी बसालौं ।
- ५) वस्तु उत्पादन गर्दा प्रयोग भएका कच्चा पदार्थ, भण्डारण विधि, उपयोग गर्ने तरिका छ/छैन हेर्ने बानी बसालौं ।
- ६) सामान खरिद गर्दा बिल पाउनु उपभोक्ताको अधिकार हो । वस्तु तथा सेवा खरिद गर्दा अनिवार्य रूपमा प्यान वा भ्याट बिल लिने बानी गरौं ।
- ७) कमसल उपभोग्य वस्तु वा सेवाको प्रयोगबाट कुनै हानी नोक्सानी भएमा गाउँपालिका वा सम्बन्धित जिल्ला क्षतिपूर्ति समितिमा उजुरी गरौं ।
- ८) अखाद्य वा कमसल उपभोग्य वस्तु तथा सेवाको बिक्री वितरण भएमा स्थानीय प्रहरी कार्यालय वा जिल्ला प्रशासन कार्यालय वा यस गाउँपालिका वा आपूर्ति व्यवस्थापन तथा उपभोक्ता संरक्षण विभागमा उजुरी गरौं ।
- ९) व्यवसाय दर्ता गरेको व्यवसायसँग मात्र सामान खरिद गर्ने बानी बसालौं ।
- १०) उपभोक्ता हित विपरित हुने कुनै कार्य भएको थाहा भएमा नागरिक खबरदारी गरौं ।



सातामा शाखा तथा कार्यालयहरुबाट सम्पादन भएका कामको विवरण

कोरोना भाइरसको जोखिमका कारण लकडाउन भएकाले सम्पादित कार्यको विवरण संलग्न नभएको