झिमरुक गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
भ्यागुते, प्यूठान
५ नं. प्रदेश नेपाल

पत्र सख्या -२०७६/०७७ मिति -२०७६/१२/९

चलानी नं. ६४१

श्री वडा कार्यालयहरु सबै

विषय : आवश्यक काम कारवाही सम्बन्धमा ।

प्रस्तुत विषयमा संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय सिंहदरवार, काठमाडौंको च.न. ३९२ मिति २०७६/१२/९ र स्वास्थ्य तथा जनसख्या मन्त्रालय, रामशाहपथ, काठमाडौंको च.न. ४६९/HECO मिति २०७६/१२/२को पत्र अनुसार प्रत्येक वडामा कम्तीमा एक वटा समन्वय समिति गठन गरी सो सम्वन्धी काम कारवाही अगाडि वढाउनु हुन उक्त पत्रहरु यसैसाथ संलग्न गरी पठाईएको व्यहोरा अनुरोध छ ।

कमल प्रसाद भुसाल
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

नेपाल सरकार
सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय
सिंहदरबार, काठमाण्डौं
(स्थानीय तह समन्वय शाखा)

सिंहदरबार, काठमाण्डौं
फोन नं.-४२००५११/४२००३०४

पत्र सं.:-स्था.त.स.शा./जानकारी/फा.नं.३/२०७६/७७ मितिः- २०७६/१२/०९
चलानी नं.:- ३५२

विषयः- कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड - १९) सम्बन्धी पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्य सम्बन्धी आवश्यक व्यवस्था गर्ने सम्बन्धमा।

श्री श्री स्थानीय तहहरु, (सबै) ।

प्रस्तुत विषयमा स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, स्वास्थ्य आपतकालीन तथा विपद व्यवस्थापन इकाई, स्वास्थ्य आपतकालीन कार्यसंचालन केन्द्रको प.सं. ०७६/०७७, च.नं. ४६९/ HEOC, मिति २०७६/१२/०२ को कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड - १९) सम्बन्धी पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्य सम्बन्धी आवश्यक व्यवस्था गर्ने सम्बन्धी प्राप्त पत्र संलग्न छ । सो सम्बन्धमा थप व्यहोरा पत्रबाट अवगत गर्नुभई आवश्यक सहयोग र समन्वयको लागि आदेशानुसार अनुरोध छ।

श्री प्रशासन शाखा / स्वास्थ्य इकाई
२०७६/१२/०८

..........१२/०९..........
चिरन्जीवी नेपाल
शाखा अधिकृत

बोधार्थः
श्री स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, स्वास्थ्य आपतकालीन तथा विपद व्यवस्थापन इकाई, स्वास्थ्य आपतकालीन कार्यसंचालन केन्द्र, रामशाहपथ, काठमाण्डौं।
श्री सूचना तथा प्रविधि शाखा, website मा upload गरिदिनुहुन।

झिमरुक गाउपालिका
मच्छी, प्युठान
दर्ता नं. ८६५
दर्ता मिति: २०७६/१२/१६

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य आपतकालीन तथा विपद व्यवस्थापन इकाई
Health Emergency and Disaster Management Unit (HEDMU)
स्वास्थ्य आपतकालीन कार्यसंचालन केन्द्र,
Health Emergency Operation Center (HEOC)
फोन ०१-४२५०८
फ्याक्स ०१-४२५०८
रामशाहपथ ,काठमाडौं
वेबसाइट: heoc.mohp.gov.np, फेसबुक: fb.com/HEOCMoHP

पत्र संख्या: ०७६/७७
च.नं. ४६९।HEOC

मिति: २०७६/१२/०२

विषय: कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड - १९) सम्बन्धी पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्य सम्बन्धी आवश्यक व्यवस्था गर्न स्थानीय तहहरुलाई पत्राचार गरिदिने बारे ।

श्री संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय,
सिंहदरबार, काठमाण्डौं ।

चीनको वुहानबाट फैलिएको कोरोना भाईरस रोगको संक्रमण विश्वका विभिन्न मुलुकमा फैलदो क्रममा रहेको र आजको मिति सम्ममा पाँचहजार भन्दा बढी मानिसहरुको मृत्यु भईसकेको परिप्रेक्ष्यमा नेपालमा यसको संक्रमण भित्रन र फैलन नदिन तथा संकास्पद व्यक्तिहरुको निगरानी र उपचारको व्यवस्था समेत मिलाउनका लागि प्रत्येक स्थानीय तहमा देहायबमोजिमको स्थानीय समन्वय समितिको गठन गर्ने/गराउने व्यवस्था मिलाउनका लागि सबै स्थानीय तहहरुलाई मिति २०७६/११/२८ मा परिपत्र गरिदिनुहुन भनी अनुरोध गरिएकोमा पत्रको विषयवस्तुमा केही परिमार्जन गरिएको हुँदा तपसिल अनुसारको परिमार्जित व्यहोरा अनुरुप पुन परिपत्र गरिदिनुहुन अनुरोध छ ।

(क) प्रत्येक वडामा कम्तीमा एक वटा र बढीमा आवश्यक्ता बमोजिम देहायबमोजिमको समन्वय समिति गठन गर्ने :-

१. सम्बन्धित वडाको वडा अध्यक्ष वा निजले तोकेको जनप्रतिनिधि - संयोजक
२. सम्बन्धित वडाका जनप्रतिनिधिहरु - सदस्य
३. सम्बन्धित वडामा रहेका स्वास्थ्य संस्थाका प्रतिनिधि - सदस्य
४. सम्बन्धित वडामा रहेका विद्यालयका प्रधानाध्यापक - सदस्य
५. स्थानीय समाजसेवीहरु मध्येबाट वडाले मनोनयन गरेका पाँचजना - सदस्य
६. सम्बन्धित वडा कार्यालयको सचिव - सदस्य-सचिव

(ख) प्रत्येक स्थानीय तहमा देहायबमोजिमको समन्वय समिति गठन गर्ने :-

१. सम्बन्धित स्थानीय तहको प्रमुख - संयोजक
२. सम्बन्धित स्थानीय तहको उपप्रमुख - सहसंयोजक
३. सबै वडा अध्यक्षहरु - सदस्य
४. कार्यपालिकाका सदस्यहरु - सदस्य

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य आपतकालीन तथा विपद व्यवस्थापन इकाई
Health Emergency and Disaster Management Unit (HEDMU)
स्वास्थ्य आपतकालीन कार्यसंचालन केन्द्र
Health Emergency Operation Center (HEOC)

फोन ०१-४२५०८
फ्याक्स ०१-४२५०८
रामशाहपथ ,काठम
वेबसाइटः heoc.mohp.gov.np, फेसबुकः fb.com/HEOCMoI

पत्र संख्याः ०७६/७७
च.नं. ४६३।HEOC

५. स्थानीय तहभित्र रहेका सबै स्वास्थ्य संस्थाका प्रमुख - सदस्य
६. स्थानीय समाजसेवीहरु मध्येबाट कार्यपालिकाबाट मनोनित पाँचजना - सदस्य
७. सम्बन्धित स्थानिय तहको रेडक्रसको प्रतिनिधि - सदस्य
८. सम्बन्धित स्थानीय तहको स्वास्थ्य संयोजक - सदस्य-सचिव

(ग) वडास्तरको स्थानीय समन्वय समितिको कार्यविवरण (TOR)

१. स्वास्थ्यकर्मी र महिलास्वास्थ्य स्वयम् सेविकाहरूलाई परिचालन गरी कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड-१९) को निम्न मुख्य लक्षणहरू र बच्ने उपायबारे आम नागरिकलाई सुसूचित गराउने । यस्ता लक्षणहरू देखिएका व्यक्तिहरूको निगरानी गर्ने/गर्न लगाउने र लक्षण देखिएको खण्डमा स्वास्थ्य संस्थामा तुरून्त सम्पर्क गर्न सुझाव दिने ।

कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड-१९) का मुख्य लक्षणहरू

क) १००.४ डिग्री फरेनहाइट भन्दा बढी ज्वरो आउनु
ख) खोकी लाग्नु
ग) सास फेर्न गाह्रो हुनु

कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड-१९) को सङ्क्रमणबाट कसरी बच्ने र बचाउने

क) नियमित रूपमा हरेक पटक कम्तिमा २० सेकेन्डसम्म साबुन पानीले हात धुने ।
ख) फोहोर हातले मुख/आँखा/नाक नछुने ।
ग) ज्वरो सहित खोकीको लक्षण भएका व्यक्तिहरूको नजिकको सम्पर्कबाट टाढा बस्ने ।
घ) खोक्दा र हाच्छिँउ गर्दा नाक र मुखलाई हात वा कुहिनाले छोप्ने । तत्पश्चात हात साबुन पानीले तुरुन्त धुने ।
ङ) ज्वरो सहित खोकीको लक्षण देखिएमा स्वास्थ्य संस्थामा जाने र स्वास्थ्यकर्मीसंग परामर्श लिने
च) माछा, मासु र अण्डा राम्रोसँग पकाएर मात्र खाने ।

२. कोभिड-१९ प्रभावित देशहरूबाट आउने व्यक्तिहरुमा सङ्क्रमण हुन सक्ने भएको हुँदा प्रवेश नाकाहरूमा संचालित हेल्थ डेस्कको अनुगमन गर्ने साथै ती देशहरुबाट आउने व्यक्तिहरुको निगरानी गर्ने व्यवस्था गर्ने/गराउने ।

३. कोभिड-१९ प्रभावित देशहरूबाट यात्रा गरी आएका व्यक्तिहरू र कोभिड-१९ बाट सङ्क्रमित भएका व्यक्तिहरुको नजिकको सम्पर्कमा आएका व्यक्तिहरु (नेपालमा कोभिड-१९ सङ्क्रमण फैलिएको अवस्थामा)ले स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले तोकेअनुसारको सेल्फ क्वारेन्टाइनमा १४ दिनसम्म बसी तोकिएका नियमहरु पालना गरे नगरेको नियमन गर्ने । **(अनुसूची १)**

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य आपतकालीन तथा विपद व्यवस्थापन इकाई
Health Emergency and Disaster Management Unit (HEDMU)
स्वास्थ्य आपतकालीन कार्यसंचालन केन्द्र
Health Emergency Operation Center (HEOC)
फोन ०१-४२५०८
फ्याक्स ०१-४२५०८
रामशाहपथ ,काठम
वेबसइटः heoc.mohp.gov.np, फेसबुकः fb.com/HEOCMo
पत्र संख्याः ०७६/७७
च.नं. ४६४।HEOC

४. सङ्क्रमण फैलिएको अवस्था भएमा उल्लेखित लक्षणहरू भएका व्यक्तिहरूलाई तुरुन्त अस्पताल लैजाने व्यवस्था मिलाउने र त्यस व्यक्तिसंग अन्य व्यक्तिहरूले सम्पर्क गर्दा कम्तिमा १ मिटरको दुरी राख्न सबैलाई सुसूचित गराउने र भए नभएको निगरानी गर्ने र गर्न लगाउने
५. कोभिड-१९ सम्बन्धी जनचेतनामूलक सन्देहरु सम्प्रेषण गर्दा स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयबाट प्रकाशन भएका सूचना सामाग्रीहरुको मात्र प्रयोग गर्ने र प्रयोग भएको सुनिश्चित गर्ने ।
६. स्वास्थ्य जाँचको क्रममा कसैलाई कोरोना भाईरस रोगको शंका लागेमा थप व्यवस्थापनका लागि हटलाइन नं ११९५, ९८५१२५५८३४/९८५१२५५८३७/९८५१२५५८३९ र ४२५०८४२/४२५०८४५ मा सम्पर्क गर्ने र प्राप्त सुझाव बमोजिम गर्ने ।

(घ) स्थानीय तहको कार्यविवरण

१. प्रत्येक वडामा आवश्यकता अनुसार स्थानीय समन्वय समिति गठन र परिचालन गराउने,
२. वडा समन्वय समितिलाई आवश्यक बजेट लगायतका निर्देशन दिने,
३. स्थानीय तह अर्न्तगत स्वास्थ्यकर्मी र महिलास्वास्थ्य स्वयम् सेविकाहरूलाई परिचालन गरी कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड-१९) को निम्न मुख्य लक्षणहरू र बच्ने उपायबारे आम नागरिकलाई सुसूचित गराउने । यस्ता लक्षणहरू देखिएका व्यक्तिहरूको निगरानी गर्ने/गर्न लगाउने र लक्षण देखिएको खण्डमा स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त सम्पर्क गर्न सुझाव दिने ।

कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड-१९) का मुख्य लक्षणहरू

क) १००.४ डिग्री फरेनहाइट भन्दा बढी ज्वरो आउनु
ख) खोकी लाग्नु
ग) सास फेर्न गाह्रो हुनु

कोरोनाभाइरस रोग (कोभिड-१९) को सङ्क्रमणबाट कसरी बच्ने र बचाउने

क) नियमित रूपमा हरेक पटक कम्तिमा २० सेकेन्डसम्म साबुन पानीले हात धुने ।
ख) फोहोर हातले मुख/आँखा/नाक नछुने ।
ग) ज्वरो सहित खोकीको लक्षण भएका व्यक्तिहरूको नजिकको सम्पर्कबाट टाढा बस्ने ।
घ) खोक्दा र हाच्छिँउ गर्दा नाक र मुखलाई हात वा कुहिनाले छोप्ने । तत्पश्चात हात साबुन पानीले तुरुन्त धुने ।
ङ) ज्वरो सहित खोकीको लक्षण देखिएमा स्वास्थ्य संस्थामा जाने र स्वास्थ्यकर्मीसंग परामर्श लिने
च) माछा, मासु, र अण्डा राम्रोसँग पकाएर मात्र खाने ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य आपतकालीन तथा विपद व्यवस्थापन इकाई
Health Emergency and Disaster Management Unit (HEDMU)
स्वास्थ्य आपतकालीन कार्यसंचालन केन्द्र
Health Emergency Operation Center (HEOC)

फोन ०१-४२५०८
फ्याक्स ०१-४२५०८
रामशाहपथ ,काठम
वेबसाइट: heoc.mohp.gov.np, फेसबुक: fb.com/HEOCMo

पत्र संख्या: ०७६/७७
च.नं. ४६३ | HEOC

४. कोभिड-१९ प्रभावित देशहरूबाट आउने व्यक्तिहरुमा सङ्क्रमण हुन सक्ने भएको हुँदा प्रवेश नाकाहरूमा संचालित हेल्थ डेस्कको अनुगमन गर्ने साथै ती देशहरुबाट आउने व्यक्तिहरुको निगरानी गर्ने व्यवस्था गर्ने/गराउने ।

५. कोभिड-१९ प्रभावित देशहरूबाट यात्रा गरी आएका व्यक्तिहरू र कोभिड-१९ बाट सङ्कमित भएका व्यक्तिहरुको नजिकको सम्पर्कमा आएका व्यक्तिहरु (नेपालमा कोभिड-१९ सङ्क्रमण फैलिएको अवस्थामा)ले स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले तोकेअनुसारको सेल्फ क्वारेन्टाइनमा १४ दिनसम्म बसी तोकिएका नियमहरु पालना गरे नगरेको नियमन गर्ने ।
(अनुसूची १)

६. सङ्क्रमण फैलिएको अवस्था भएमा उल्लेखित लक्षणहरू भएका व्यक्तिहरूलाई तुरुन्त अस्पताल लैजाने व्यवस्था मिलाउने र त्यस व्यक्तिसंग अन्य व्यक्तिहरूले सम्पर्क गर्दा कम्तिमा १ मिटरको दुरी राख्न सबैलाई सुसूचित गराउने र भए नभएको निगरानी गर्ने र गर्न लगाउने ।

७. कोभिड-१९ सम्बन्धी जनचेतनामूलक सन्देहरु सम्प्रेषण गर्दा स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयबाट प्रकाशन भएका सूचना सामाग्रीहरुको मात्र प्रयोग गर्ने र प्रयोग भएको सुनिश्चित गर्ने ।

८. स्वास्थ्य जाँचको क्रममा कसैलाई कोरोना भाईरस रोगको शंका लागेमा थप व्यवस्थापनका लागि हटलाइन नं १११५, ९८५१२५५८३४/९८५१२५५८३७/९८५१२५५८३९ र ४२५०८४२/४२५०८४५ मा सम्पर्क गर्ने र प्राप्त सुझाव बमोजिम गर्ने ।

बोधार्थ :
श्री प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय,
सिंहदरबार, काठमाण्डौं ।

श्री माननीय मन्त्रिज्यूको सचिवालय,
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
रामशाहपथ, काठमाडौं

सागर दाहल
(वरिष्ठ जनस्वास्थ्य प्रशासक)
प्रमुख HEOC

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य आपतकालीन तथा विपद व्यवस्थापन इकाई
Health Emergency and Disaster Management Unit (HEDMU)
स्वास्थ्य आपतकालीन कार्यसंचालन केन्द्र
Health Emergency Operation Center (HEOC)

फोन ०१-४२५०८।
फ्याक्स ०१-४२५०८।
रामशाहपथ ,काठम
वेबसाइट: heoc.mohp.gov.np, फेसबुक: fb.com/HEOCMoI

पत्र संख्या: ०७६/७७
च.नं. ४६९।HEOC

अनुसूची १:

<u>सेल्फ क्वारेन्टाइनमा बस्दा पालना गर्नु पर्ने नियमहरू:</u>

१. पर्याप्त भेन्टिलेसन भएको कोठामा एक्लै बस्ने, र यो सम्भव नभएमा छुट्टै ओछ्यानमा सुतिरहेको अर्को व्यक्तिसंग कम्तिमा १ मिटरको दूरी राख्ने ।

२. छुट्टै बाथरूम/शौचालयको प्रयोग गर्ने र यदि यो सम्भव नभएमा प्रयोग गरेपछि बाथरूम र शौचालय आफैं सफा गर्ने ।

३. आफु बस्ने कोठा आफैं सफा गर्ने ।

४. घरभित्र साझा रूपमा प्रयोग हुने ठाउँहरू जस्तै भान्सा, शौचालयमा आवात जावतलाई सीमित गर्ने । यी साझा ठाउँहरूमा पर्याप्त भेन्टिलेसन भएको (वा झ्याल खुला रहने) सुनिश्चित गर्ने ।

५. स्वास्थ्य संस्था जान बाहेक अन्य कामको लागि घर बाहिर नजाने । काममा, विध्यालयमा वा सार्वजनिक क्षेत्रहरूमा नजाने र सार्वजनिक यातायातको प्रयोग नगर्ने ।

६. नियमित रूपमा आफ्नो हात साबुन र पानीले मिची मिची २० सेकेन्डसम्म धुने, वा हात सफा राख्न अल्कोहल युक्त हेन्ड सेनिटाइजर प्रयोग गर्ने । हात नधोइ आँखा, नाक र मुख छुनबाट जोगिने ।

७. प्रयोग गर्ने गिलास, कप, खाना खान प्रयोग हुने भाँडा, तौली/रुमाल, ओछ्यान, वा अन्य सामानहरू घरका अन्य व्यक्तिहरूसँग साझा प्रयोग नगर्ने । प्रयोग गरेपछि यी सामानहरू साबुन र पानीले सफासंग धुने ।

८. अन्य व्यक्तिहरूसँगको प्रत्यक्ष सम्पर्कलाई कम गर्न सक्दो प्रयास गर्ने ।

९. यदि अन्य व्यक्तिहरूसँगको सम्पर्कमा आउनु पर्दा, कम्तिमा १ मिटर (३ फिट) को दूरी राख्ने र अर्को व्यक्तिसंग एउटै कोठामा हुँदा र स्वास्थ्य संस्था जाँदा मास्क लगाउने ।

१०. खोक्दा वा हाच्छिउँ गर्दा मुख र नाकलाई टिस्यु, रुमाल वा कुहिनाले छोप्ने ।

११. आफ्नो कोठाबाट प्रयोग गरिएको टिस्यु, रूमाल, मास्क र अन्य चीजहरू छुट्टै फोहोर फाल्ने ठांउमा फाल्ने र फाले पछि तुरून्तै कम्तिमा २० सेकेन्डसम्मका लागी अफ्ना हातहरू साबुन र पानीले मिची मिची धुने । रूमाल वा पुन प्रयोग गर्ने कपडा साबुन र पानीले सफासंग धुने र यसलाई घाममा राम्ररी सुकाएपछि मात्र पुन प्रयोग गर्ने ।

१२. स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयबाट प्राप्त निर्देशनहरूको पालना गर्ने र आवश्यक सहयोगको लागि सधैं तयार रहने

१३. क्वारेन्टाइनमा रहँदा आफ्नो शरीरको तापक्रम दैनिक रुपमा जाच्ने र दिईएको फाराममा रेकर्ड गर्ने । दिईएको निर्देशन अनुसार १४ दिन सम्म दैनिक स्वास्थ्य स्थिति बारे तोकिएको स्वास्थ्य निकायमा जानकारी दिने ।

१४. कुनै पनि स्वास्थ्य समस्या देखिएको खण्डमा वा क्वारेन्टाइनमा बस्दा अन्य केही समस्याहरू भएमा तोकिएको स्वास्थ्य निकायबाट प्राप्त निर्देशनहरू अनुरूप गर्ने ।

१५. स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयसंगको पूर्व अनुमति बिना क्वारेन्टाइन स्थान भन्दा बाहिर यात्रा नगर्ने ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
रामशाहपथ, काठमाडौं