



नेपाल सरकार

महिला, बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालय

महिला तथा बालबालिका विभाग
(योजना, अनुसन्धान तथा कार्यक्रम शाखा)

फोन नं. ५५२३८२७,
५५२६७७९

फ्याक्स : ५५२१२१४
E-Mail: dwd1@wlink.com.np
Web Site: www.dwd.gov.np
ललितपुर ।

पत्र संख्या :- २०७३।७४

चलानी नं.:- ६६४

मिति: २०७३।८।१०

विषय : शीतलहर सम्बन्धमा ।

श्री महिला तथा बालबालिका कार्यालय,
सवै ।

विशेष : भापा, मोरङ, सुनसरी, सिराहा, सप्तरी, उदयपुर, धनुषा, महोत्तरी, सर्लाही, रौतहट, मकवानपुर, बारा, पर्सा, चितवन, नवलपरासी, रुपन्देही, कपिलवस्तु, दाङ, बाँके, बर्दिया, सुर्खेत, कैलाली, कन्चनपुर ।

प्रस्तुत विषयमा विपद् व्यवस्थापन कार्यका लागि नेपाल सरकार गृहमन्त्रालयले राष्ट्रिय विपद् प्रतिकार्यको कार्यढाँचा (National Disaster Response Framework) स्वीकृत गरे अनुसार उक्त कार्यढाँचा अनुरूप महिला, बालबालिका तथा समाजकल्याण मन्त्रालय र राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग संरक्षण क्षेत्रको (Protection Cluster) नेतृत्व गर्ने निकायको रूपमा रहेका छन् ।

उक्त कार्ययोजनाका आधारमा जिल्लामा महिला तथा बालबालिका कार्यालयलाई संरक्षण विषयगत क्षेत्रको संयोजन गर्न व्यवस्था रहेको छ । प्रस्तुत सन्दर्भमा विगतका वर्ष जस्तै यस वर्ष पनि तराईका केहि जिल्लामा शितलहरको समस्या आउन सक्ने र सो को कारणबाट धनजनको क्षति हुन सक्ने व्यहोरा अनुरोध छ । शीतलहरको प्रभाव महिला, बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक तथा अपाङ्गता भएका व्यक्तिमा बढी पर्ने हुदा यसबाट हुनसक्ने धन जनको क्षतिलाई न्युन गर्न पूर्व तयारी कार्यको लागि त्यस कार्यालयबाट संरक्षण विषयगत क्षेत्र (Protection Cluster) को बैठक राख्नु हुन अनुरोध छ । शितलहरको प्रभावबाट जोगिन तथा यस विषयमा जानकारी हासिल गराउने उद्देश्यले तयार गरिएको देहायमा उल्लेखित सन्देशको प्रचार प्रसार, सामुदायिक सञ्चार माध्यम, संरक्षण विषयगत क्षेत्र (Protection Cluster) का सदस्यहरू, महिला समूह, समिति तथा सहकारी सस्थाको सक्रियतामा गर्नुहुन अनुरोध छ ।

शीतलहरको प्रभाव न्यून गर्ने पूर्वतयारीको कार्यमा जिल्ला दैवी प्रकोप उद्धार समिति तथा अन्य विषयगत क्षेत्रहरू (Cluster) संगको समन्वयमा रही तहाँ कार्यालयबाट संरक्षण विषयगत क्षेत्र (Protection Cluster) को नेतृत्वदायी भूमिका निर्वाह गर्नुका साथै तत्सम्बन्धमा भए, गरेका प्रगति विभागमा पठाउनु हुनसमेत आदेशानुसार अनुरोध छ ।

बोधार्थ:

श्री महिला, बालबालिका तथा समाजकल्याण मन्त्रालय, सिंहदरबार ।

श्री गृह मन्त्रालय, विपद् व्यवस्थापन महाशाखा, सिंहदरबार, काठमाडौं ।


ममता बिष्ट
महिला विकास अधिकृत



शीतलहरबाट सुरक्षित रहन महिला, बालबालिका तथा समाजकल्याण मन्त्रालयको जरूरी सूचना

शीतलहरबाट मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ, त्यसैले

- जाडो यामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौं ।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुल्ला स्थानमा धेरै समय नबित्ताउँ । घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय रहनु परेमा न्यानो कपडा लगाऊं ।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गरौं ।
- घरभित्र राती सुत्दा अनिवार्य रूपमा छाति तथा टाउको ढाक्ने प्रवन्ध मिलाऊं ।
- शीतलहर चल्दा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राखौं । छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाऔं ।
- घरभित्र किरासिन हिटर, मकल, गुइँठा, ब्रिकेट आदिबाट आगो बालेका बेला भ्याल ढोका खुला राखौं ।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो भोल खानेकुराहरु खाऊं ।
- बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक, अपाङ्गता भएका व्यक्ति, गर्भवती महिला तथा विरामीहरुको विशेष सुरक्षाको प्रवन्ध गरौं । बालबालिकालाई विशेष गरि तातो र न्यानो अवस्थामा राखौं ।
- शीतलहर चलेको वेलामा पाल्तु, पशुपक्षिलाई सकेसम्म खुल्लास्थानमा चराउन नलैजाउ ।
- चिसोको कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकि वा अस्पतालमा तुरुन्त उपचारको लागि लैजाउ ।
- चिसोको कारण पशुपक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्त सम्पर्क गरी औषधोपचार गरौं ।