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 :- २०७४।७५
चलानी नं.:- ५५५

मिति: २०७४।८।११

विषय : **शीतलहर सम्बन्धमा ।**

श्री महिला तथा बालबालिका कार्यालय,
सबै ।
विशेष : झापा, मोरङ, सुनसरी, सिराह, सप्तरी, उदयपुर, धनुषा, महोत्तरी, सर्लाही, रौतहट, मकवानपुर, बारा, पर्सा, चितवन, नवलपरासी, रुपन्देही, कपिलबस्तु, 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 अनुरुप महिला, बालबालिका तथा समाजकल्याण मन्त्रालय र राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग संरक्षण क्षेत्रको (Protection Cluster) नेतृत्व गर्ने निकायको रुपमा रहेका छन ।
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 कारणवाट धनजनको क्षति हुन सक्ने व्यहोरा अनुरोध छ । शीतलहरको प्रभाव महिला, वालवालिका, ज्येष्ठ नागरिक तथा अपाङ्गता भएका व्यक्तिमा वढी पर्ने हुदा यसवाट हुनसक्ने धन जनको क्षतिलाई न्युन गर्न पूर्व तयारी कार्यको लागि त्यस कार्यालयवाट संरक्षण विषयगत क्षेत्र (Protection Cluster) को वैठक राख्नु हुन अनुरोध छ । शितलहरको प्रभाववाट 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, अन्य विषयगत क्षेत्रहरू (Cluster) तथा स्थानीय निकायसँगको 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 ।

बोधार्थः
श्री महिला, बालबालिका तथा समाजकल्याण मन्त्रालय, सिंहदरबार ।
श्री गृह मन्त्रालय, विपद व्यवस्थापन महाशाखा, सिंहदरबार, काठमाडौं ।

ममता बिष्ट
महिला विकास अधिकृत

D:\Users\Pawan Regmi\Documents\nepali letter pad Planning.doc

शीत लहरको समयमा चिसोका कारण मानिसको मृत्यु हुन सक्छ त्यसैले

- न्यानो कपडाको जोहो गरौ,
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुल्ला स्थानमा धेरै समय नविताऔ, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔ,
- रातको समयमा सिरक कम्बल जस्ता न्यानो आड्ने प्रयोग गरौं । घरभित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रवन्ध मिलाऔं ।
- शीत लहर चलेका समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने गरौ, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने कार्य गरौ,
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक तातो खानेकुराहरु खाने वानीको विकास गरौं ।
- बालबालिका, बृद्ध-बृद्धा गर्भवती महिला तथा विरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउदै बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाऔं ।
- शीत लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाऔ, गोठ टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस, पराल र दाना दिने व्यवस्था मिलाऔं ।
- चिसोका कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्त उपचारको लाग जाने बानीको विकास गरौं,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्न लैजाऔ ।
- कोठा भित्र आगोवाली तातो पार्दा पर्याप्त भेण्टिलेशनको व्यवस्था मिलाउन नभुलौं ।