# अपिल ! अपिल !! अपिल !!!

## आदरणीय भेरी नगरपालिका सम्पुर्ण नगरवासी, जनप्रतिनिधी, राष्ट्रसेवक कर्मचारी, विभिन्न पेशा, व्यवशायी एंव सरोकारवाला सबै ।

१. हामी यतिबेला विश्व महामारी कोभिड १९ को दोस्रो लहरले आक्रान्त छौं। यस नगरपालिका भित्र आजको मिति सम्म यो महामारीबाट संक्रमित सर्वसाधारण नागरिक, जनप्रतिनिधि र राष्ट्रसेवक कर्मचारीको संख्या ४१ पुगेको छ ।

स्थितिलाई ध्यानमा राखी आजका मिति देखी नै सम्पुर्ण शैक्षिक संस्थाहरु ७ (सात) दिनको लागि पुर्ण रुपमा वन्द गरिएको छ। महामारी उच्च जोखिम क्षेत्र पहिचान गरी कन्टयाक्ट ट्रेसिङको परिक्षण दायरा बढाउदै छौं र यो महामारीबाट वच्न र वचाउन अपनाउनुपर्ने व्यवस्थापनका विषयमा सरोकारवाला सबै जिम्मेवार निकायको समन्वय र सहकार्यमा निरन्तर अहोरात्र खटि रहेका छौं।

२. यो महामारीबाट वच्न र वचाउन मुल उपचार भनेको हरेक नागरिकले अपनाउनुपर्ने सावधानी नै देखिन्छ। तसर्थ रोगबाट संक्रमित भेटिएका व्यक्तिहरु हाल होम आईसुलेसनमा वस्नु भएको छ। यहाँहरु सम्बन्धित वडाका स्वास्थ्य कर्मी र नगरपालिकाको निगरानीमा हुनुहुन्छ। तपाईहरुलाई नगरपालिकाले निम्न व्यवहार अनुसरण गर्न अनुरोध गर्दछ ।

क. घरको छुट्टै कोठामा एक्लै बस्ने।

ख. आफुले मास्कको अनिवार्य प्रयोग गर्ने र घरपरिवारका सवै सदस्यहरुलाई अनिवार्य मास्कको प्रयोग गर्न लगाउने।

ग. तातोपानी मात्र पिउने। सावुन पानीले पटक पटक हात धुने र घरपरिवारका सदस्यलाई समेत धुन लगाउने। आफुले प्रयोग गरेको सावुन अन्य घर परिवारका सदस्यलाई प्रयोग गर्न नदिने।

घ. ताजा फलफुल, दुध, अन्डा र माछा मासु खाने।

ङ. जाँड, रक्सी, चुरोट र सुर्तीजन्य चिजहरु पटक्कै सेवन नगर्ने।

च. सम्भव भएसम्म एउटै चर्पी र बाथरुमको प्रयोग नगर्ने।

छ. सकारात्मक सोच बढाउन हरेक विहान योगा गर्ने, मेडिटेसनका धुनहरु र धार्मिक आध्यात्मिक भजनहरु सुन्ने।

ज. ज्ञानवर्धक एवं जिवन उपयोगी पुस्तकहरु अध्ययन गर्ने।

झ. आफ्नो घर,टोल र समुदायमा दुरी कायम गरी सरसफाई गराउने र यो रोगबाट बच्ने र बचाउने व्यवहारलाई शसक्त कार्यान्वयन गर्न लगाउने।

ञ. संक्रमित व्यक्तिहरु विच मोवाईल संचार मार्फत सम्पर्कमा रहने। अनुभुति सेयरिङ गर्ने।

Scanned with CamScanner

ट. नियामत सम्बान्धत वडाका स्वास्थ्य कमा र स्वास्थ्य सस्थाका सम्पकमा रहन।

ठ. स्थानीयस्तरको उत्पादन लसुन, टिमुर, अदुवा र वेसार दैनिक भोजनमा अनिवार्य सेवन गर्ने।

ड. होम आईसुलेसनमा बस्दै गरेको बखत स्वास्थ्य स्थितिमा गम्भिर समस्या देखा परे नगरपालिका अन्तर्गत स्वास्थ्य शाखामा सम्पर्क राख्ने। (नगर स्वास्थ्य शाखाको संयोजक श्री खेम बहादुर पुन सम्पर्क नं. ९८४८०६४८५६ र नगर स्वास्थ्य शाखाको सह संयोजक तथा कोभिड फोकल पर्सन श्री निशा थापा सम्पर्क नं. ९८४८०१०१५४)

३. यो रोगबाट वच्ने र वचाउने जिम्मेवारी हामी सबैको हो। तसर्थ हामी सबै जहाँ छौं सकारात्मक सोच र कदमका साथ जिम्मेवार नागरिकको भुमिका निर्वाह गरौं। सम्पुर्ण नागरिक यतिबेला संवेदनशिल बनौं। स्थिति भयाबह हुन सक्छ। तसर्थ हामी सबै सामाजिक दुरी कायम गरी दैनिक कार्य सम्पादंन गरौं। अनिवार्य मास्कको प्रयोग गरौं। साबुन पानीले पटक पटक हात धोऔं। सरसफाई खानेपानी दैनिक आहार विहारमा ध्यान दिऔं आफ्नो घर टोल वस्ती र समुदायमा कोभिड महामारीबाट वच्ने वचाउने कार्यलाई सामाजिक अभियान बनाऔं। जाँड, रक्सी, चुरोट र सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन र विक्रि वितरण गर्ने कार्यलाई पुर्ण रुपमा निषेध गरौं। वृद्ध तथा बालवालिका र दिर्घ रोगीहरुलाई विशेष ध्यान दिऔं। हाईजेनिक शक्ति वर्धक खानपिनमा जोड दिऔं। परम्परागत मेला, जात्रा, विवाह, भोज, सभा र सम्मेलनमा सहभागी नह र यस्ता गतिविधीलाई हाल पुर्ण रुपमा बन्द गरौं। महामारीबाट प्रभावित व्यक्तिलाई भौतिक सहयोग, सकारात्मक सुझाव र सामाजिक वल प्रदान गरौं।

४. अन्त्यमा यो महामारीबाट वच्न र वचाउन संयमित, संवेदनशिल र असल अभिभावकको रुपमा सम्पुर्ण राजनितिक दल सबै टोल वस्तीका विभिन्न समुह, संस्था, क्लब, सरकारी तथा गैर सरकारी संघ-संस्था विभिन्न पेशागत संघ-संगठन, उद्योग, व्यापारी, उद्योग वाणिज्य संघ, निर्माण व्यवशायी संघ, यातायात मज्दुर संगठनहरु, निजी क्षेत्र, सहकारी क्षेत्र, आम सन्चारकर्मी, नागरिक समाज लगायत सरोकारवाला सबै निकाय र आम नगरवासीहरु सबैलाई सामुहिक ढंगले महामारी नियन्त्रणको यो अभियानमा आ-आफ्नो स्थानबाट रचनात्मक सक्रिय समन्वय, सहयोग र सहभागिताका लागि विशेष आव्हान र हार्दिक अपिल गर्दछौं।

मिति: २०७८/०१/१४

२०७८/०१/१४
(दल बहादुर घर्ती)
निमित्त प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत
नि. प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत
भेरी नगरपालिका, जाजरकोट

भेरी नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
खलंगा, जाजरकोट
कर्णाली प्रदेश, नेपाल
२०७३

(भावना भण्डारी)
नगर प्रमुख
का.वा. नगर प्रमुख

भेरी नगरपालिका तथा नगर कार्यपालिकाको कार्यालय परिवार,
जाजरकोट

Scanned with CamScanner