

# बर्दिया शीतलहर आकस्मिक योजना, २०८१ (Bardiya Cold wave Contingency Plan, 2024)



जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समिति, बर्दिया  
(मिति २०८१ पौष २४ गतेको बैठकको निर्णय बमोजिम)

# BARDIYA

No. of House of Representative Constituency: 2

No. of Provincial Constituency : 4



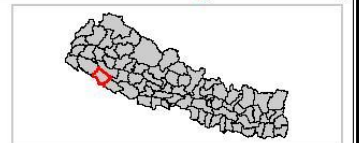
## Legend

- International Boundary
- Province Boundary
- District Boundary
- House of Representative Boundary
- Provincial Constituency Boundary
- Palika Boundary
- Ward Boundary
- Sanskritik Area
- National Park/Wildlife Reserve/Hunting Area/Watershed Area

Spatial Data Source : Survey Department  
 Population Data Source : Population Census 2011, CBS  
 Government of Nepal



Note:  
 1 in 1(1) indicates House of Representative Constituency Number and (1) indicates Province Constituency Number within the House of Representative Constituency Number and likewise





दस्तावेज: **बर्दिया शीतलहर आकस्मिक योजना, २०८१**  
(Bardiya Cold wave Contingency Plan, 2024)

प्रकाशक: जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समिति, बर्दिया

प्रकाशन मिति: २०८१ पौष

सर्वाधिकार: ©प्रकाशकमा

आर्थिक तथा प्राविधिक सहयोग:

सल्लाहकार: श्री रुद्रादेवी शर्मा, प्रमुख जिल्ला अधिकारी, बर्दिया

सम्पादक मण्डल:

श्री रोशन कुमार कठायत, सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, बर्दिया

श्री बिमल गुरुङ्ग, प्रशासकीय अधिकृत/विपद् फोकल पर्सन, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, बर्दिया

श्री कर सिंह राना, प्रशासकीय अधिकृत, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, बर्दिया

कम्प्यूटर: श्री गंगाराम अधिकारी, कम्प्यूटर अपरेटर, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, बर्दिया

जोखिम नक्शांकन: गुलरिया, मधुवन, राजापुर, ठाकुरबाबा, बाँसगढी र बारबर्दिया नगरपालिका तथा बढैयाताल र गेरुवा गाउँपालिका, जिल्ला आपतकालिन कार्य संचालन केन्द्र (DEOC)

प्राविधिक सहयोग तथा सहजीकरण:

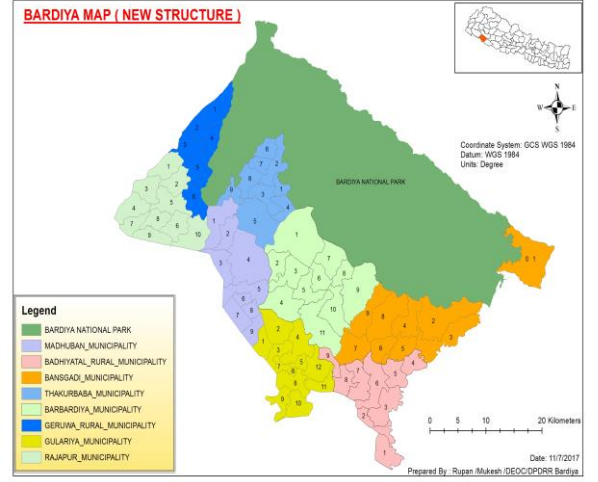
## बिषय-सूची

१. बर्दिया जिल्लाको परिचय:.....	१
२. विपद्को अवस्था.....	३
३. योजनाको उद्देश्य:.....	३
४. शीतलहरबाट प्रभावित हुन सक्ने जनसंख्या र प्रभावस्तर.....	३
५. असल अभ्यासहरू.....	७
६. मौजुदा नीतिगत व्यवस्था र सिकाइ.....	८
७. संरचनागत संयन्त्र.....	९
८. विपद् व्यवस्थापनमा सहयोग गर्नुपर्ने.....	१०
९. निकायगत भूमिका तथा जिम्मेवारी.....	११
१०. विपद् परिदृश्य तथा योजना अवधारणाहरू.....	१२
११. न्यूनतम तापक्रमको इतिहास.....	१२
१२. पीडित पहिचान.....	१२
१३. जनशक्ति परिचालन हुने क्षमता.....	१३
१४. जिल्ला विपद् व्यवस्थापन कोष एवम् स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोषमा रहेको रकमको अवस्था: ..	१३
१५. राहत सामाग्री जुटाउने तथा संकलन गर्ने.....	१४
१६. पीडितलाई राहत सामाग्री वितरण गर्ने.....	१४
१७. सामूहिक स्वरूपको राहत व्यवस्था.....	१४
१८. संरचनागत संयन्त्र.....	१५
१९. सरोकारवालाहरूको संलग्नता.....	१५
२०. अनुगमन तथा मूल्यांकन.....	१६
२१. अन्य व्यवस्थापन तथा प्रक्रिया संयन्त्रले निर्धारण गर्न सक्ने:- .....	१६
२२. समन्वय तथा जिम्मेवारी.....	१६
२३. शीतलहर तथा चिसोबाट बच्न गर्नुपर्ने तयारी.....	१७
२४. प्रतिकार्य विवरण.....	२०
२५. विषयगत क्षेत्रका अगुवा तथा सदस्य विवरण.....	२०
२६. रणनीतिक कार्ययोजना.....	२२
अनुसूची-१ जिल्लामा संचालनमा रहेका एम्बुलेन्सहरूको विवरण:.....	२४
अनुसूची-२ जिल्लास्थित स्थानीय तहका स्वास्थ्य शाखा प्रमुखहरूको विवरण:.....	२४
अनुसूची-३ शीतलहरबाट जोखिम न्यूनीकरण गर्ने सूचनामूलक सन्देशहरू.....	२५

## बर्दिया शीतलहर आकस्मिक योजना, २०८१

### १. बर्दिया जिल्लाको परिचय:

लुम्बिनी प्रदेशमा पर्ने बर्दिया जिल्ला नेपालको पश्चिम क्षेत्रको अन्न भण्डारको रूपमा चिनिन्छ । यो जिल्लाको पुर्वमा बाँके, पश्चिममा कैलाली, उत्तरमा सुर्खेत र सल्यान तथा दक्षिणमा भारतको उत्तर प्रदेशको बहराईच जिल्ला पर्दछ । यस जिल्लाको कुल क्षेत्रफल २०२५ वर्ग कि.मी. मध्ये दुई तिहाई भन्दा बढी भु-भाग (६८.७६ प्रतिशत) तराईको समथल जमिनले ओगटेको छ भने बाँकी भाग (३१.२४ प्रतिशत) चुरे पर्वत पर्दछ। विगतमा आदीवासी थारुहरुको बाहुल्यता रहेको यो जिल्ला पछिल्ला दिनहरुमा बाहिरी जिल्लाहरुबाट बसाईसराईको क्रम बढेसंगै जातिय र साँस्कृतिक विविधता रहेको छ।



यस जिल्लाको भौगोलिक अवस्थितिलाई संक्षेपमा निम्न तालिकाबाट प्रस्तुत गर्न सकिन्छ ।

अक्षांश	उत्तरी अक्षांश २८°१७' देखि २८° ३९' सम्म
देशान्तर	पूर्वी देशान्तर ८१° ३' देखि ८१° ४१' सम्म
पूर्व	बाँके जिल्ला
पश्चिम	सुदुरपश्चिम प्रदेशको कैलाली जिल्ला
उत्तर	कर्णाली प्रदेशको सुर्खेत र सल्यान जिल्ला
दक्षिण	भारत उत्तर प्रदेशको बहराईच र लखिमपुर खिरी जिल्ला
क्षेत्रफल	२०२५ वर्ग किलोमिटर
औषत लम्बाई	६४ किलोमिटर
औषत चौडाई	३५.७१ किलोमिटर
उचाई	समुन्द्र सतहबाट १३८ मिटर देखि १२७९ मिटर सम्म

यस जिल्लाको भौगोलिक बनावट अनुसार हावापानी तीन प्रकारको पाईन्छ । अधिकतम वार्षिक वर्षा २०५० मिलिमिटर रेकर्ड कायम भएको देखिन्छ । बर्दिया जिल्लाको जलवायुको अभिलेख अनुसार औषत न्यूनतम वर्षा १११८ मिलिमिटर छ । जसमध्ये ८५ प्रतिशत वर्षा मनसुन याममा हुने गर्दछ । तुलनात्मक रूपले उत्तरी क्षेत्रमा बर्दिया निकुञ्जको घना जंगलको प्रभावले बढी पानी पर्दछ । यस जिल्लाको औषत सापेक्षित आद्रता ७१.४ छ । हावाको औषत वेग ३ किलोमिटर प्रतिघण्टा छ । हावापानीको दृष्टिले बर्दिया जिल्लालाई मुलत ३ भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ:

- गर्मी सुख्खा समशितोष्ण हावापानी (Hot Dry Sub-tropical Climate)
- न्यानो सुख्खा समशितोष्ण हावापानी (Warm Dry Sub-tropical Climate)
- शितोष्ण आद्र हावापानी (Cool Moist Tropical Climate)

बर्दिया जिल्ला तत्कालीन मध्यपश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्रको भेरी अञ्चल र हाल लुम्बिनी प्रदेश अन्तर्गत पर्ने तराईको जिल्लामा पर्दछ । यस जिल्लालाई २ वटा प्रतिनिधि सभा निर्वाचन क्षेत्र र ४ वटा प्रदेश सभा निर्वाचन क्षेत्रमा विभाजन गरिएको छ भने स्थानीय तह तर्फ ६ नगरपालिका र २ गाउँपालिका अन्तर्गत जम्मा ७५ वडाहरू रहेका छन् ।

विवरण	संख्या	नगरपालिका/गाउँपालिका
संघीय निर्वाचन क्षेत्र	२	क्षेत्र नं.१: बाँसगढी नगरपालिका, बढैयाताल गाउँपालिका, गुलरिया न.पा. र बारबर्दिया नगरपालिका क्षेत्र नं.२: मधुवन नगरपालिका, ठाकुरद्वारा नगरपालिका, राजापुर नगरपालिका र गेरुवा गाउँपालिका
प्रदेश निर्वाचन क्षेत्र	४	क्षेत्र नं.१: बाँसगढी नगरपालिका र बढैयाताल गाउँपालिका क्षेत्र नं.२: गुलरिया नगरपालिका र बारबर्दिया नगरपालिका वडा नं. ४ देखि ११ सम्म क्षेत्र नं.३: मधुवन नगरपालिका, ठाकुरबाबा नगरपालिका र बारबर्दिया नगरपालिका वडा नं.१ देखि ३ सम्म क्षेत्र नं.४: राजापुर नगरपालिका र गेरुवा गाउँपालिका
नगरपालिका	६	१.बाँसगढी नगरपालिका, २. गुलरिया नगरपालिका, ३. बारबर्दिया नगरपालिका, ४.मधुवन नगरपालिका, ५. ठाकुरबाबा नगरपालिका र ६. राजापुर नगरपालिका
गाउँपालिका	२	१. बढैयाताल गाउँपालिका र २. गेरुवा गाउँपालिका
जम्मा वडा	७५	(१) बाँसगढी नगरपालिकामा ९ वडा , (२) गुलरिया नगरपालिकामा १२ वडा, (३) बारबर्दिया नगरपालिकामा ११ वडा, (४) मधुवन नगरपालिकामा ९ वडा, (५) ठाकुरबाबा नगरपालिकामा ९ वडा, (६) राजापुर नगरपालिकामा १० वडा, (७) बढैयाताल गाउँपालिकामा ९ वडा र (८) गेरुवा गाउँपालिकामा ६ वडा

जनगणना २०७८ अनुसार बर्दिया जिल्लामा कुल जनसंख्या ४,५९,९०० रहेको छ । जसमा पुरुषको जनसंख्या २,१६,७६६ जना र महिलाको जनसंख्या २,४३,१३४ जना छ । यस जिल्लामा कुल परिवार संख्या १,०६,३२६ छ । औषत घरपरिवारको आकार ४.३३ छ । जनघनत्व २२७ प्रति वर्ग कि.मि र बाषिक जनसंख्या बृद्धि दर ०.७२ रहेको छ । यस जिल्लाको २०३८ देखि २०७८ सम्मको जनसंख्यालाई तालिकामा देखाइएको छ ।

जनगणना (वर्ष)	जनसंख्या					बृद्धि प्रतिशत	घरधुरी संख्या	परिवारको औषत आकार
	कुल	पुरुष	प्रतिशत	महिला	प्रतिशत			
२०३८	५९९०४४	२९०३१३	४८.४६	९५१६५	५१.५४	३.८५		७.५
२०४८	२९०३१३	१७४४५४	५०.७९	१४२३८६	५०.७९	३.७	४१२९८	७.०
२०५८	३८२६४९	१९२६५५	५०.३५	१८९९९४	५०.३५	२.७९	५९५६९	६.४२
२०६८	४२६५७६	२०५०८०	४८.०७	२२१४९६	५१.९३	१.०९	८३१४७	५.१३
२०७८	४५९९००	२१६७६६	४७.१	२४३१३४	५२.९	०.७२	१०६३२६	४.३३

## २. विपद्को अवस्था

बर्दिया जिल्लामा प्रत्येक वर्ष जसो बाढी, चट्याङ्ग, आगलागी, सडक दुर्घटना तथा महामारी जस्ता प्राकृतिक र सडक दुर्घटना, महामारी, अनिकाल, कीट वा सूक्ष्म जीवाणु आतंक, पशु तथा चराचुरुङ्गीमा हुने फलू, प्यान्डामिक फलु जस्ता विश्वव्यापीकरण हुनसक्ने महामारी, सर्पदंश, जनावर आतंक, जल वा औद्योगिक दुर्घटना, आगलागी, वन डढेलो, विषाक्त खाद्य सेवन, वातावरणीय प्रदुषण, वन विनास वा भौतिक संरचनाको क्षति लगायतका गैर प्राकृतिक प्रकोपहरूले जनधनको ठूलो क्षति तथा नोक्सानी हुने गरेको छ ।

वर्षको पुष महिना देखि मध्य माघ महिनासम्ममा हुने चिसोको कारण तराईमा बसोबास गर्नेहरू प्रभावित हुने गर्दछन् । चिसो र शीतलहरको नकारात्मक प्रभावस्वरूप रुघाखोकी, निमोनियाजस्ता स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याबाट धेरै मानिसहरू विरामी पर्ने तथा केही व्यक्तिको मृत्यु समेत हुने गरेको छ । साथै पशुपंक्षी र अन्नवालीमा समेत शीतलहरका कारण नकारात्मक प्रभाव पर्ने गरेको छ । जाडोमा विशेष गरी बालबालिका, जेष्ठ नागरिक, सुत्केरी, गर्भवती तथा विभिन्न प्रकोपबाट प्रभावित भई अस्थायी आवासमा रहेको परिवारहरू समेतलाई प्रत्यक्ष प्रभाव पर्न सक्ने भएकाले उक्त जोखिमलाई न्यूनीकरण गर्न, आवश्यक श्रोत साधनको पूर्व प्रबन्ध गर्न, सचेतना अभिवृद्धि गर्न, शीतलहर प्रभावित परिवारलाई उद्धार तथा राहतको कार्यलाई व्यवस्थित र प्रभावकारी बनाउनका लागि शीतलहर आकस्मिक कार्य योजना, २०८१ निर्माण गरेको छ ।

## ३. योजनाको उद्देश्य:

विपद्को समयमा विपद् प्रभावितको बहुमूल्य सम्पत्तिको संरक्षण तथा सुरक्षा गरी मानिस माथि पर्ने प्रतिकूल प्रभावको सामना गर्न बर्दिया जिल्लाको साधन स्रोतको अधिकतम उपयोग गर्दै प्रभावित समुदायलाई व्यवस्थित, प्रभावकारी र जवाफदेहीयुक्त तरिकाले मानवीय सहयोग उपलब्ध गराउनु तथा विपद् जोखिम न्यूनीकरणका कार्यलाई संस्थागत रूपमा प्रवर्द्धन गर्नु यस योजनाको मूल उद्देश्य रहेको छ ।

- क. शीतलहरबाट हुन सक्ने क्षतिलाई न्यूनीकरण गरी सिमित श्रोत र साधनको अधिकतम प्रयोग मार्फत जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समितिबाट गरिने प्रतिकार्यलाई शीघ्र, उपयुक्त र प्रभावकारी बनाउनु ।
- ख. विपद्को समयमा प्रभावकारी ढङ्गले प्रतिकार्यमा सहभागी हुने पद्धती, संरचनाहरू बनाउने तथा आवश्यक तयारी गर्नु ।
- ग. श्रोतसाधन र जनशक्तिको अभावमा पनि स्थानीय तह तथा सरोकारवालाहरू संग समन्वय मार्फत प्रभावकारी प्रतिकार्य गर्नु ।
- घ. आपत्कालीन प्रतिकार्यका लागि जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समिति, स्थानीय तहमा गठित स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समिति लगायत सबै तहका संरचनाहरूलाई चलायमान बनाई राख्नु ।
- ङ. चिसो मौसमका बखत नेपाल सरकारले तोकेका स्वास्थ्य सुरक्षाका मापदण्डलाई पूर्णरूपमा पालना गराउनु ।

## ४. शीतलहरबाट प्रभावित हुन सक्ने जनसंख्या र प्रभावस्तर

शीतलहरको समयमा जमिन सतहबाट २०० देखि ४०० मिटरसम्म ढुसी तथा तुवालोलो ढाक्दछ । सो कारण विहान कम दृश्यता (Poor Visibility) रहन्छ । तापक्रम न्यून हुँदै जान्छ । तापक्रम १५ देखि १० डिग्री सेल्सियससम्म कम हुन जाँदा कतिपय मानिसहरू हाइपोथर्मियाका कारण मृत्यु वरण गर्न पुग्दछन् । जाडोयामको समयमा जिल्लामा शीतलहरबाट मानिसहरूको असाबधानीका कारणबाट हरेक वर्ष रुघाखोकी, निमोनिया, एलर्जी जस्ता स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याबाट धेरै मानिसहरू विरामी पर्ने र केहि व्यक्तिको मृत्यु समेत हुने गरेको छ । पशुपन्छी, अन्नवालीमा समेत प्रतिकूल प्रभाव परि धेरै मात्रामा नोक्सान हुने गरेको छ ।

यस जिल्लामा गुलरिया न.पा., बारबर्दिया न.पा., बाँसगढी न.पा., राजापुर न.पा., बढैयाताल गा.पा., मधुवन न.पा., ठाकुरबाबा न.पा. र गेरुवा गा.पा. शीतलहरबाट क्रमशः बढी प्रभावित देखि न्यून प्रभावित स्थानीय तह हुन्। प्रस्तुत तथ्याङ्क विशेष गरी स्थानीय तहबाट अनलाईन प्रणालीमा प्रविष्ट भएका सामाजिक सुरक्षा भत्तामा आवद्ध रहेका नागरिक एवम् बालबालिका, जेष्ठ नागरिक, सुत्केरी, गर्भवती तथा २०७१ तथा २०७४, २०७९ सालको वाढीवाट पुर्ण प्रभावित परिवारको तथ्याङ्कको आधारमा रहेको छ। साथै नेपालमा गरिवीको लघु क्षेत्र अनुमान, २०६८, केन्द्रिय तथ्याङ्क विभाग अनुसार बर्दिया जिल्लामा गरिवीको दर २८.७ प्रतिशत रहेको छ। आकडा अनुसार गरिवीको विषमता ७.०५ प्रतिशत र गरिवीको गहनता २.५३ प्रतिशत रहेको छ। यसबाट पनि शीतलहरबाट गरिव समुदायका व्यक्तिहरु ठुलो मात्रामा प्रभावित हुने देखिन्छ। यी सबैलाई आधारमानी प्रभावित हुनसक्ने परिवार सख्या आकलन गरिएको छ। यस वर्ष लगभग तपसिल बमोजिमको स्थानीय तह अनुसार प्रभावस्तरका आधारमा जाडो (शीतलहर/चिसो)बाट प्रभावित हुनसक्ने आँकलन गरिएको छ ।

बर्दिया जिल्लाको घरधुरी तथा जनसंख्याको विवरण				प्रभावस्तर		
स्थानीय तह	वडा संख्या	जनसंख्या	परिवार संख्या	उच्च	मध्यम	न्यून
गुलरिया न.पा.	१२	७४५०५	१६००२	६%	५%	४%
गेरुवा गा.पा.	६	३३५१४	७७६२	२%	३%	५%
ठाकुरबाबा न.पा.	९	४९४२०	११४६९	२%	३%	४%
बढैयाताल गा.पा.	९	५२८१८	१२९६१	३%	४%	५%
बाँसगढी न.पा.	९	६२२५२	१५०९१	२%	४%	५%
बारबर्दिया न.पा.	११	५२५३३	१६८९७	४%	५%	४%
मधुवन न.पा.	९	५०७३९	१२४४४	२%	४%	६%
राजापुर न.पा.	१०	६०८३१	१३६५९	२%	३%	४%

### प्रभावित हुनसक्ने समुह

जेष्ठ नागरिक ८० वर्ष भन्दा माथि	श्वास प्रश्वास जन्य रोग, नसा सम्बन्धि, मृत्यु हुन सक्ने, आर्थिक क्षति
बालबालिका ५ वर्ष भन्दा मुनि	पखाला, आँउ, चिसोबाट हुने रोग, मृत्यु, विद्यालय शिक्षाबाट वन्चित, कुपोषण, हिडडुलमा समस्या
अपाङ्गता भएका व्यक्ति	पखाला, आँउ, चिसोबाट हुने रोग, मृत्यु, विद्यालय शिक्षाबाट वन्चित, कुपोषण, हिडडुलमा समस्या
गर्भवती महिला	पोषणजन्य खानाको अभाव, चिसोले बेहोस हुने, शरिर दुख्ने
सुत्केरी	चिसो जन्य रोग, सरसफाईमा समस्या
दिर्घरोगी	उपचारमा समस्या, रोग जटिलता हुने, मृत्यु हुन सक्ने
सडक मानव	कठाङ्गिने, चिसोबाट मृत्यु हुने
गरिब तथा विपन्न	कठाङ्गिने, चिसोबाट मृत्यु हुने
ज्यालादारी मजदुर	काम गुम्ने सम्भावना
विद्यालय जाने उमेरका बालबालिका	विद्यालय बन्द हुनाले पढाई प्रभावित हुने





स्थानीय तहबाट विभिन्न शिर्षकबाट सामाजिक सुरक्षा भत्ता बुझी रहेकाहरूको विवरण(आ.व. २०८०/८१ को तथ्याङ्क)

पालिका	अति अशक्त अपाङ्गता भत्ता पुरुष	अति अशक्त अपाङ्गता भत्ता महिला	अन्य जेष्ठ नागरिक भत्ता पुरुष	अन्य जेष्ठ नागरिक भत्ता महिला	जेष्ठ नागरिक एकल महिला	जेष्ठ नागरिक भत्ता (दलित) पुरुष	जेष्ठ नागरिक भत्ता (दलित) महिला	दलित बालबालिका पुरुष	दलित बालबालिका महिला	पूर्ण अपाङ्गता भत्ता पुरुष	पूर्ण अपाङ्गता भत्ता महिला	लोपन्मुख जाति पुरुष	लोपन्मुख जाति महिला	लोपन्मुख बालबालिका महिला	विधवा	पालिका अनुसार जम्मा
बारबर्दिया	३४८	२५३	१७९७	१८०३	४४९	१०७	९३	२७६	२६४	१३२	९१	२०३	१८६		१००२	७००४
बाँसगढी	२७७	२१३	१६७५	१७६२	३८८	२०१	१४२	३९३	२९८	९६	७८	७०	६८		९५४	६६१५
गुलरिया	२६६	१८८	१४६५	१४७२	४२०	२२३	१५८	४६८	४३८	१०४	६४	१२९	१२२	१	९१२	६४३०
बढैयाताल	२०८	१६८	१५११	१५७४	३९७	२७४	२१४	५३८	४५३	९५	७४				८१५	६३२१
मधुवन	२११	१६१	१३७६	१४१८	३८७	२१४	१९२	३७३	३५७	७८	७३	२३५	२२३		७६९	६०६७
राजापुर	२५९	१९९	१३७२	१५६०	४२६	९३	७७	१५७	१४६	१०७	८०				८७२	५३४८
ठाकुरबाबा	१८६	१५३	११४१	१२७८	३१६	७८	८३	१९१	१७६	९४	४२				७३७	४४७५
गेरुवा	१६३	११९	८८२	१०६२	२५५	६६	५५	१४६	१०८	६१	५६				५२६	३४९९
<b>जम्मा</b>	<b>१९१८</b>	<b>१४५४</b>	<b>११२१९</b>	<b>११९२९</b>	<b>३०३८</b>	<b>१२५६</b>	<b>१०१४</b>	<b>२५४२</b>	<b>२२४०</b>	<b>७६७</b>	<b>५५८</b>	<b>६३७</b>	<b>५९९</b>	<b>१</b>	<b>६५८७</b>	<b>४५७५९</b>

श्रोत: राष्ट्रिय परिचयपत्र तथा पञ्जीकरण विभाग

## ५. असल अभ्यासहरू

### ५.१ गत वर्ष गरिएका कार्यहरू:

शीतलहरबाट विशेष गरी बालबालिका, जेष्ठ नागरिक, सुत्केरी, गर्भवती, सीमान्तकृत वर्ग र पिछडिएको क्षेत्रका बासिन्दा लगायतलाई प्रभाव परेको पाइन्छ। हिउँदको महिना खासगरी मंसिरदेखि माघसम्म बाक्लो हुस्सु लाग्ने र अत्यधिक चिसो हुने गर्दछ। आफै हिंडुल गर्न नसक्ने सुत्केरी, गर्भवती महिला, शारीरिक रूपले अशक्त, अपाङ्गता भएका व्यक्ति, हिंडुल गर्न नसक्ने ज्येष्ठ नागरिक र विपन्न परिवारहरू चिसो तथा शीतलहरको उच्च जोखिममा रहेका हुन्छन् भने बाक्लो हुस्सु लाग्ने अवस्थामा अत्याधिक सडक दुर्घटना हुने गरेको छ। बर्दिया जिल्लामा विगत लामो समयदेखि जाडो याममा जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समिति, स्थानीय तह, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी तथा अन्य गैरसरकारी संस्थाहरूले वढि प्रभावित क्षेत्र तथा चोक चोकमा आगो बाल्नका लागि दाउरा सहयोग गर्दै आएको छ भने आवश्यकता हेरी जोखिममा रहेका नागरिकहरूलाई जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समिति, जिल्ला सुरक्षा समिति, स्थानीय तह, विभिन्न संघसंस्थाबाट न्यानो कपडा तथा कम्मल वितरण समेत गर्ने गरेको छ।

### ५.२ २०८१ को हिउदे मौसमको आँकलन

जल तथा मौसम विज्ञान विभागले २०८१ मंसिर २१ गते प्रकाशित गरेको बुलेटिन अनुसार मंसिर १६ देखि फागुन १६ गतेसम्मको तीन महिनाको हिउँद अवधिमा देशभर सरदर भन्दा कम वर्षा हुने सम्भावना रहेको जानकारी गराएको छ। साथै यस वर्ष अधिकतम तापक्रम र न्यूनतम तापक्रम देशभर सरदर भन्दा बढी रहने सम्भावना रहेको छ। न्यूनतम तापक्रम देशभर सरदर भन्दा बढी हुने सम्भावना रहेको छ। बागमती प्रदेशका अधिकांश भू-भाग र मधेश प्रदेशका पश्चिमी भू-भागमा न्यूनतम तापक्रम सरदर भन्दा बढी हुने सम्भावना ५५% देखि ६५% रहेको छ भने कर्णाली प्रदेशका अधिकांश भू-भाग, लुम्बिनी प्रदेशको अधिकांश भू-भाग, गण्डकी प्रदेशका दक्षिणी तथा पश्चिमी भू-भाग, मधेश प्रदेशका पूर्वी भू-भाग र कोशी प्रदेशका दक्षिणी भू-भागमा न्यूनतम तापक्रम सरदर भन्दा बढी हुने सम्भावना ४४% देखि ५५% रहेको छ। देशका बाँकी भू-भागमा न्यूनतम तापक्रम सरदर भन्दा बढी हुने सम्भावना ३४% देखि ४५% रहेको छ।

### ५.३ विगत १० वर्षमा शीतलहर तथा चिसोले पारेको प्रभाव:

साल	शीतलहरको अवधि	प्रभाव
२०८०	७-१० दिन	मध्यम
२०७९	१०-१५ दिन	मध्यम
२०७८	१०-१५ दिन	मध्यम
२०७७	१०-१५ दिन	मध्यम
२०७६	१०-१५ दिन	मध्यम
२०७५	३० दिन	उच्च
२०७४	७ दिन	सामान्य
२०७३	१० दिन	मध्यम
२०७२	केही दिन	सामान्य
२०७१	७ दिन	मध्यम
२०७०	केही दिन	सामान्य
२०६९	४५ दिन	उच्च

## ६. मौजूदा नीतिगत व्यवस्था र सिकाइ

### ६.१ संवैधानिक व्यवस्था

नेपालको संविधानले विभिन्न धारा उपधारा र अनुसूचीहरूमा विपद् व्यवस्थापनका विषयमा तहगत कार्य जिम्मेवारी दिएको छ । संविधानको भाग २८ धारा २६७ (४) मा नेपाल सरकारले नेपाली सेनालाई संघीय कानून बमोजिम विकास निर्माण र विपद् व्यवस्थापन लगायतका कार्यमा समेत परिचालन गर्न सक्ने व्यवस्था गरेको छ । त्यसै गरी, भाग ३०, धारा २७३ (१) र (२) मा देशको कुनै भागमा प्राकृतिक विपद् वा महामारीको सङ्क्रमण भएमा आपत्कालीन अवस्थाको घोषणा गर्नु पर्ने व्यवस्था गरेको छ । संविधानको अनुसूची ७ मा संघ र प्रदेशको साझा अधिकारको सूची नं. ७ मा प्राकृतिक तथा गैर प्राकृतिक विपद् पूर्वतयारी, उद्धार तथा राहत र पुनलाभ सम्बन्धी कार्य गर्ने उल्लेख भएको छ भने अनुसूची ८ मा स्थानीय सरकारको एकल अधिकार अन्तर्गतको सूची २० मा विपद् व्यवस्थापन गर्ने भनेर वृहत्तर अधिकार प्रदान गरेको छ । अनुसूची ९ मा संघ, प्रदेश र स्थानीय तहको साझा अधिकारको सूची ९ मा विपद् व्यवस्थापनलाई सबै तहको साझा अधिकारको रूपमा उल्लेख गरेको छ । यसबाट स्पष्ट हुन्छ, विपद् जोखिम न्यूनीकरणमा तहगत रूपमा एकल अधिकारको व्यवस्था अन्तर्गत स्थानीय तहलाई प्रदेश र संघको आवश्यकता परेमा साझा अधिकार अन्तर्गत कार्य हुनेछ भने नेपाल सरकारले कुनै पनि समयमा आफ्नो अवशिष्ट अधिकार प्रयोग गरी कार्य गर्न सक्नेछ ।

### ६.२ स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४

स्थानीय सरकार संचालन ऐन, २०७४ अनुसार स्थानीय तहले विपद् व्यवस्थापनका विषयमा शसक्त रूपमा कार्य गर्ने अधिकार र जिम्मेवारी प्राप्त गरेका छन् । ऐनको परिच्छेद ३ को दफा ११ ले स्थानीय तहलाई राष्ट्रिय भवन संहिता तथा मापदण्ड बमोजिम भवन निर्माण र सञ्चालन अनुमति प्रदान गर्ने, (झ) मा आधारभूत स्वास्थ्य र सरसफाइका कार्य गर्ने र दफा ११(न) अन्तर्गत १२ ओटा बुँदामा विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी नीति, कानून, मापदण्ड, योजनाको निर्माण र कार्यान्वयन, अनुगमन र नियमन, पूर्वतयारी, राहत व्यवस्थापन, नदी व्यवस्थापन, जोखिममा रहेका बस्ती स्थानान्तरण लगायत बहुतर भूमिका र जिम्मेवारी प्रदान गरेको छ ।

### ६.३ विपद् जोखिम न्यूनीकरण राष्ट्रिय नीति २०७५

विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि दिगो विकास लक्ष्य, जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी पेरिस सम्झौता लगायतका अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि सम्झौता एवं राष्ट्रिय आवश्यकता अनुरूप नेपाल सरकारले विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि विपद् जोखिम न्यूनीकरण राष्ट्रिय नीति २०७५, जारी गरेको छ । विपद् जोखिमबाट सुरक्षित, जलवायु अनुकूलित तथा उत्थानशील राष्ट्रको निर्माण गर्दै दिगो विकासमा योगदान पुर्याउने सोच सहित ५९ नीति, ७ नीति कार्यान्वयन कार्यनीति र ४ बुँदामा समन्वय, अनुगमन तथा मूल्याङ्कनको विषय उल्लेख गरेको छ ।

यस नीतिले विपद्बाट हुने मृत्युदर तथा प्रभावित व्यक्तिहरूको संख्या उल्लेख्य रूपमा घटाउने, जीविकोपार्जनका साधन, कृषि, उद्योग, सडक, सञ्चार, खानेपानी तथा सरसफाइका संरचना, स्वास्थ्य, शिक्षाजस्ता आधारभूत सेवा प्रवाह गर्ने निकायका भौतिक पूर्वाधारमा रहेको जोखिम न्यूनीकरण गरी उत्थानशीलता अभिवृद्धि गर्नु र विपद्बाट हुने आर्थिक क्षति कम गर्ने लक्ष्य राखेको छ ।

सबै तह र वर्ग तथा विकासका विषयगत क्षेत्रमा हुने विपद् जोखिम तथा जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी कार्यवारे बुझाइको विकास, जोखिममा आधारित शासनपद्धतिको सुदृढीकरण गर्ने, विपद् जोखिम न्यूनीकरणलाई जलवायु परिवर्तन अनुकूलनसँग एकीकृत गरी विकास प्रक्रियामा मूलप्रवाहीकरण गर्ने, लगानी प्रवर्द्धन गरी उत्थानशीलता

बढाउने, विपद् व्यवस्थापन सूचना प्रणालीको सुदृढीकरण र पूर्वसूचना प्रणालीको विस्तार गर्ने, विपद् पश्चातको पुनर्निर्माण र पुनःस्थापनामा "अझ राम्रो अझ बलियो निर्माण" को अवधारणा अवलम्बन गर्ने कुरा सुनिश्चित गरेको छ ।

### ७. संरचनागत संयन्त्र

नेपालको संविधानको अनुसूची ६, ७, ८ र ९ मा उल्लेखित संघ, प्रदेश र स्थानीय तहको अधिकारीको सूची तथा विपद् प्रतिकार्यको लागि विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन ऐन, २०७४, स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ मा र शीतलहर तथा चिसो प्रभावित विपन्नहरूको पहिचान तथा राहत प्रदान सम्बन्धी मापदण्ड, २०६९ मा आधारभूत कानूनी व्यवस्था रहेको छ ।

### ७.१ अन्य सरोकारवाला निकाय

विपद् व्यवस्थापनका सबै क्रियाकलापको समन्वयात्मक र प्रभावकारी व्यवस्थापन गरी प्राकृतिक तथा गैरप्राकृतिक विपद्बाट सर्वसाधारणको जीउज्यान र सार्वजनिक, निजी तथा व्यक्तिगत सम्पत्ति, प्राकृतिक एवम् साँस्कृतिक सम्पदा र भौतिक संरचनाको संरक्षण गर्न विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन ऐन, २०७४ र विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन नियमावली, २०७६ बमोजिम तोकिएको काम, कर्तव्य र अधिकारहरू;

### ७.१.१ सुरक्षा निकायको परिचालन तथा काम, कर्तव्य र अधिकार :

- (१) विपद् व्यवस्थापनको काममा आवश्यकता अनुसार सुरक्षा निकाय परिचालित हुनु पर्नेछ ।
- (२) विपद्को समयमा खोज, उद्धार तथा राहतको कार्यको लागि नेपाल सरकारले नेपाली सेना परिचालन गर्न सक्नेछ ।
- (३) विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धमा सुरक्षा निकायले कार्यकारी समिति, प्राधिकरण, प्रदेश विपद् व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष तथा जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समितिको अध्यक्षको निर्देशन तथा सुपरिवेक्षण अन्तर्गत रही देहाय बमोजिमको कार्य सम्पादन गर्नु पर्नेछ :-
  - (क) सम्भावित विपद्को सम्बन्धमा पूर्वचेतावनी दिने तथा विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि समुदायलाई सजग बनाउने,
  - (ख) कुनै पनि स्थानमा विपद्का घटनाहरू भएको जानकारी प्राप्त हुनासाथ तत्काल परिचालित हुने र सोको जानकारी सम्बन्धित अधिकारी वा निकायलाई गराउने,
  - (ग) आपत्कालीन खोज, उद्धार तथा राहत वितरण गर्ने कार्य प्रभावकारी रूपमा सम्पन्न गर्ने,
  - (घ) विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी विषयमा खोज तथा उद्धार सम्बन्धी तालिम एवम् जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ।
- (४) विपद् प्रतिकार्यका लागि प्रमुख जिल्ला अधिकारीको आदेश बमोजिम कुनै पनि स्थानमा प्रवेश गर्ने तथा उपलब्ध जुनसुकै व्यक्ति वा संस्थाको साधन र स्रोत उपयोग गर्ने अधिकार सुरक्षा निकायलाई हुनेछ ।
- (५) सुरक्षा निकायले विपद्को समयमा खोज तथा उद्धार कार्यका लागि प्रदेश विपद् व्यवस्थापन समिति तथा स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिसँग आवश्यक सामग्री माग गर्न सक्नेछ ।

### ७.१.२ सेवा प्रदायक निकायको काम, कर्तव्य र अधिकार:

- (१) कुनै स्थानमा विपद् परेमा वारूणयन्त्र तथा अन्य सेवा प्रदायक निकायले सम्बन्धित स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिलाई तत्काल सूचना दिनु पर्नेछ ।
- (२) वारूणयन्त्र तथा अन्य सेवा प्रदायक निकायले आपत्कालीन खोज, उद्धार तथा राहत उपलब्ध गराउन जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समिति तथा स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिले दिएको निर्देशनको पालना गर्नु पर्नेछ ।

(३) आपत्कालीन कार्य सम्पादन गर्दा स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिको आदेश बमोजिम कुनै पनि स्थानमा प्रवेश गर्ने तथा जुनसुकै व्यक्ति वा संस्थाको साधन र स्रोत उपयोग गर्ने अधिकार वारुणयन्त्र सेवा प्रदायक निकायलाई हुनेछ ।

### ७.१.३ सार्वजनिक संस्था तथा व्यावसायिक प्रतिष्ठानको दायित्व :

(१) विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धमा सार्वजनिक संस्था तथा व्यावसायिक प्रतिष्ठानको दायित्व देहाय बमोजिम हुनेछ :-

- (क) आफ्नो भवन, उद्योग, कार्यालय वा व्यावसायिक केन्द्रमा विपद्का घटना हुन नदिन विपद् सुरक्षा औजार, उपकरण, सामग्री, आपत्कालीन निकास लगायत तोकिए बमोजिमका अन्य व्यवस्था गर्ने,
- (ख) तथ्याङ्क सङ्कलन, क्षतिको मूल्याङ्कन, राहत, पुनर्स्थापना तथा पुनर्निर्माण समेतका सम्पूर्ण कार्यमा कार्यकारी समिति, विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी अन्य समिति तथा प्राधिकरणलाई आवश्यक सहयोग गर्ने,
- (ग) आफ्ना कर्मचारी तथा कामदारलाई विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धमा प्राधिकरणले तोके बमोजिमका आधारभूत अभिमुखीकरण तालिम दिने,
- (घ) विपद् व्यवस्थापन कार्यमा उपयोग हुने स्रोत साधनलाई तयारी हालतमा राख्ने,
- (ङ) नेपाल सरकार, प्राधिकरण, प्रदेश सरकार, स्थानीय तह र प्रमुख जिल्ला अधिकारीको आदेश अनुसार आफ्ना भवन लगायत अन्य संरचना आपत्कालीन प्रयोजनका लागि आवश्यक परेमा उपलब्ध गराउने,
- (च) सम्बन्धित अधिकारीको सुपरिवेक्षणमा उद्धार तथा राहत वितरण कार्यमा सहयोग पुऱ्याउने,
- (छ) विपद् जोखिम न्यूनीकरण संयन्त्रको व्यवस्था गरी तयारी अवस्थामा राख्ने,
- (ज) फोहोरमैला तथा प्रदुषणको यथोचित व्यवस्थापन गरी यसबाट वातावरण र जनजीवनमा पर्न सक्ने नकारात्मक प्रभावलाई न्यूनीकरण गर्ने उपायहरू अपनाउने,
- (झ) विपद्को घटना घटेमा तत्काल नजिकको सुरक्षा निकाय र स्थानीय आपत्कालीन कार्यसञ्चालन केन्द्रलाई खबर गर्ने ।

(२) सार्वजनिक संस्था तथा व्यावसायिक प्रतिष्ठानले नेपाल सरकार, प्रदेश सरकार तथा स्थानीय तहको विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी योजनाको अधीनमा रही विपद् व्यवस्थापन योजनाको तर्जुमा गरी अनिवार्य रूपमा लागू गर्नु पर्नेछ ।

### द. विपद् व्यवस्थापनमा सहयोग गर्नुपर्ने

सरकारी कार्यालय, गैरसरकारी संस्था, स्थानीय सङ्घ संस्था, समुदाय, स्वयंसेवक, नागरिक समाज, निजी क्षेत्र तथा व्यक्तिले विपद् व्यवस्थापन कार्यमा देहाय बमोजिम सहयोग गर्नु पर्नेछ:-

- (क) तथ्याङ्क सङ्कलन, क्षतिको मूल्याङ्कन, राहत, पुनर्स्थापना तथा पुनर्निर्माण लगायतका विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी कार्यमा सहयोग गर्ने,
- (ख) विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी जनचेतना अभिवृद्धि गर्ने,
- (ग) क्षमता विकास, आपत्कालीन नमूना अभ्यास तथा विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी प्रशिक्षण कार्यक्रममा सहयोग गर्ने तथा भाग लिने,
- (घ) खोज, उद्धार तथा राहत वितरण सम्बन्धी कार्यमा सहयोग गर्ने ।

विभिन्न सरकारी, गैरसरकारी, स्थानीय बुद्धिजीवी, दातृ निकाय, परोपकारवादी संस्थाहरू, स्थानीय नागरिक समाज, निजी कम्पनी तथा लगानीकर्ताहरू तथा अन्य व्यक्तिहरूसँग समन्वय गरी स्थानीय विपद् जोखिम सम्बन्धी कार्य गर्न सक्नुका साथै सहयोगको लागी अक्षयकोष तथा उद्धारको लागि वारुणयन्त्र, खाद्य तथा अन्य अत्यावश्यक सामग्री भण्डारण गर्नसक्छ ।

विपदले प्रभाव पार्न सक्ने संभावित ठाउँ, समुदाय, तथा क्षेत्रको पहिचान तथा नक्साङ्कन गरी विपद् आउनुअघि त्यसको जोखिम न्यूनीकरणको लागि पूर्वतयारी सम्बन्धि क्रियाकलाप गर्न तथा गराउन सक्छ। यसो गर्दा विपद् आइहाले पनि ठूलो जनधनको क्षति हुनाबाट स्थानीय समुदायलाई जोगाउन सकिन्छ। समुदायस्तरमा विपद् पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्य समिति गठन गर्न प्रत्येक गाउँटोल वा दुई वा दुईभन्दा बढी गाउँटोल मिलाएर वा समुदायलाई लक्षित गरी एक सामुदायिक विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन समितिको गठन गर्दा विपद् न्यूनीकरण गर्नको लागि अझ सजिलो हुन्छ।

## ९. निकायगत भूमिका तथा जिम्मेवारी

क्रसं	निकायको नाम	जिम्मेवार व्यक्ति	जिम्मेवारी
१	जिल्ला प्रशासन कार्यालय	प्रमुख जिल्ला अधिकारी/ सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी	समग्र समन्वय तथा नेतृत्व ।
२	जिल्ला समन्वय समिति	प्रमुख जिल्ला समन्वय अधिकारी	समन्वयात्मक कार्यमा सहयोग गर्ने । स्रोत (आर्थिक, भौतिक, मानविय श्रोत ) परिचालन गर्न समन्वय गर्ने ।
३	स्थानीय तहहरू	प्रमुख/अध्यक्ष	आ-आफ्नो स्थानीय तहको नेतृत्वदायी भूमिका निर्वाह गर्ने । विषयगत क्षेत्रसंग समन्वय गर्ने । श्रोत साधन व्यवस्था गर्ने। तथ्यांक संकलन तथा व्यवस्थापन ।
४	सुरक्षा निकायहरू	प्रमुख तथा प्रतिनिधि	सुरक्षा व्यवस्था गर्ने। उद्धार गर्ने। विषयगत समितिमा रही सहयोग गर्ने ।
५	राजनैतिक दलहरू	दलका प्रमुखहरू	समन्वय। स्रोत संकलनमा सहयोग गर्ने, जनपरिचालन गर्ने ।
६	जिल्ला आपतकालिन कार्य सञ्चालन केन्द्र	फोकल पर्सन	सूचना संकलन, समन्वय, संप्रेषण, तथ्यांक व्यवस्थापन
७	जिल्ला अगुवा सहयोगी निकाय (DLSA)	स्रोत केन्द्र प्रमुख	श्रोत उपलब्धताका लागि राष्ट्रिय/अन्तराष्ट्रिय गैरसरकारी संघ/संस्था तथा सरोकारवालासंग समन्वय गर्ने ।
८	नेपाल रेडक्रस सोसाइटी	सभापति	राहत खाद्य सामग्री तथा अस्थाई आवास व्यवस्थापन आपत्कालीन आवास तथा बन्दोबस्ती (Logistic) व्यवस्थापनमा सहयोग गर्ने ।
९	विषयगत सरकारी कार्यालय	कार्यालय प्रमुखहरू	विषयगत समितिमा रही क्षेत्रगत अगुवा भूमिका निर्वाह गर्ने । आ-आफ्नो क्षेत्रको आपत्कालीन योजना निर्माण गरी कार्यान्वयन गर्ने ।
१०	उद्योग वाणिज्य संघ/व्यापार संघ	अध्यक्ष	न्यानो कपडा तथा कम्मल सामग्री संकलन वितरण र व्यवस्थापनमा सघाउने
११	यातायात व्यवसायी प्रा.लि.हरू	अध्यक्ष	राहात तथा उद्धार कार्यका लागि यातायातका साधनहरू र जन शक्ति उपलब्ध गराउने ।

क्रसं	निकायको नाम	जिम्मेवार व्यक्ति	जिम्मेवारी
१२	संचार माध्यमहरू	नेपाल पत्रकार महासंघ, सञ्चारकर्मीहरू	सहि सूचना संकलन तथा सम्प्रेषण सचेतनामूलक सूचना तथा समाचार सम्प्रेषण गर्ने
१३	नागरिक समाज	संयोजक	राहत कार्यमा सहयोग तथा समन्वय, मानव अधिकारको संरक्षण तथा सम्बर्धनमा सहयोग
१४	पेशागत व्यवसायी समितिहरू	अध्यक्ष	राहत, उद्धार तथा संरक्षण कार्यमा सहयोग
१५	गै.स.स.महासंघ/ राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय गै.स.स.	प्रमुख/प्रतिनिधिहरू	मानवस्रोत परिचालन गर्ने । स्रोत संकलनमा सहयोग गर्ने । गै.स.स. बीच समन्वय । क्षमता विकास तथा सहजीकरण कार्य गर्ने ।

### १०. विपद् परिदृश्य तथा योजना अवधारणाहरू

विभिन्न प्रकारका प्रकोपबाट उत्पन्न हुने विपद्बाट प्रभावित जिल्लाको सूचीमा बर्दिया पनि रहेको छ । जिल्लामा हरेक वर्ष बाढी, डुबान, आगलागी, शीतलहर, हावाहुरी, मानव वन्यजन्तु द्वन्द र सडक दुर्घटना जस्ता विपद्का कारण जनधनको क्षति हुने गरेको छ । जिल्ला विपद् पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्य योजना, २०८१ मा प्रयोग स्तरीकरण गर्दा ७ औँ स्थानमा रहेको शीतलहर तथा नियमित भइरहने विपद्को समयमा मानवीय सहायतालाई प्रभावकारी रूपमा अघि बढाउन आवश्यक छ । जिल्लामा विपद्को सामना गर्ने क्षमता अभिवृद्धिका विभिन्न कार्यक्रम र योजनामध्ये आपत्कालिन समयमा मानव जीवनको रक्षा र महत्वपूर्ण सम्पत्तिको संरक्षण गर्ने उद्देश्यका लागि जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समिति बर्दियाले हरेक वर्ष शीतलहर आकस्मिक योजना (Cold Wave Contingency Plan) तयार गरी जिल्लाका महत्वपूर्ण दस्तावेजको रूपमा स्वामित्व ग्रहण गरेको छ ।

### ११. न्यूनतम तापक्रमको इतिहास

यस जिल्ला उष्ण तथा उपोष्ण प्रकारको हावापानी रहेको क्षेत्र अन्तर्गत पर्दछ । यहाँ प्रदेशीय हावापानी पाइएता पनि बाह्रौँ महिना एकै नासको हावापानी नरहेकोले चैत्र महिनादेखि आश्विनको शुरुवातसम्म गर्मी हुन्छ । आश्विन, कार्तिक र फागुनमा यहाँको हावापानी समशितोष्ण हुन्छ भने मंसिर, पौष र माघमा निकै जाडो हुन्छ । जेष्ठको अन्त्य देखि आश्विनको सुरुसम्म मनसुनी वायुका कारण प्रशस्त वर्षा हुने गर्दछ ।

गर्मीयाममा यहाँको औसत तापक्रम ४१ डिग्री सेल्सियससम्म पुग्छ भने हिउँदमा औसत ७ डिग्री सेल्सियससम्म पुग्न जान्छ । जल तथा मौसम विज्ञान कार्यालयका अनुसार हालसम्मको मौसम मापनमा बर्दिया जिल्ला रानीजमरा मौसम मापन केन्द्रका अनुसार १९९६ डिसेम्बर महिनामा हालसम्मकै न्यूनतम तापक्रम मापन गरिएको थियो ।

### १२. पीडित पहिचान

क. बर्दिया जिल्लाका ८ वटै स्थानीय तहमा शीतलहर तथा चिसोबाट प्रभावित बस्तिहरू, समूहहरू तथा व्यक्तिहरू पहिचान गर्नका लागि वडास्तरबाट कर्मचारी खटाई अभिलेखिकरण गर्नुपर्दछ र नगर प्रमुख/अध्यक्ष वा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतबाट समेत त्यस्ता बस्तीहरू भ्रमण गर्ने तथा पहिचान गरी सोको विवरण स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिमा राखि जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समितिमा पठाउने गर्नुपर्दछ भने प्रमुख जिल्ला अधिकारीबाट समेत शीघ्रातिशीघ्र त्यस्ता बस्तीहरू भ्रमण गर्ने तथा पहिचान गर्ने कार्य गर्नुपर्नेछ ।



- ख. अति विपन्न बस्तीको र त्यसपछि अति विपन्न परिवारको पहिचान गरी तिनलाई राहत स्वरूप कम्बल तथा सामूहिक राहत स्वरूप चोक वा टोलमा सामूहिकरूपमा दाउराहरू बाल्ने तथा तातो हुने अन्य प्रबन्धहरू मिलाउने तथा मिलाउन लगाउनु पर्नेछ।
- ग. अति विपन्न परिवार पहिचान गर्दा देहायको अवस्थालाई मूल आधार बनाउनु पर्नेछ।
- अ. घरको अवस्था
- आ. जग्गा जमीन तथा आर्थिक स्थिति (२ कठ्ठाभन्दा कम जग्गा भएकालाई विशेष प्राथमिकता दिनुपर्ने)
- इ. परिवार संख्या
- ई. घरको आयश्रोत
- उ. ढाँचा अनुसूची-४ मा रहेको।

### १३. जनशक्ति परिचालन हुने क्षमता

क्र.स.	निकाय	स्वयम् सेवक	स्वास्थ्यकर्मी	कैफियत
१	जिल्ला प्रहरी कार्यालय	४५०	०	
२	सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल	४५०	०	
३	नेपाली सेना	४०	०	
४	गुलरिया न.पा.	६०	३०	
५	मधुवन न.पा.	४५	५०	
६	राजापुर न.पा.	१००	६०	
७	ठाकुरबाबा न.पा.	५०	४०	
८	बारबर्दिया न.पा.	२२	४६	
९	बाँसगढी न.पा.	२७	५५	
१०	गेरुवा गा.पा.	१८	१८	
११	वढैयाताल गाँउपालिका	४५	२२	
१२	नेपाल रेडक्रस सोसाइटी शाखा /उपशाखा	१४०	५	
१३	विभिन्न संघसंस्था	५०	०	
<b>जम्मा</b>		<b>१४९७</b>	<b>३२६</b>	

### १४. जिल्ला विपद् व्यवस्थापन कोष एवम् स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोषमा रहेको रकमको अवस्था:

सि.नं.	निकाय	कोष	रकम
१.	जिल्ला प्रशासन कार्यालय	जिल्ला विपद् व्यवस्थापन कोष	३,१४,५६,९९५।७८
२.	गुलरिया न.पा.	स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोष	३५,००,०००।००
३.	मधुवन न.पा.	स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोष	३०,००,०००।००
४.	राजापुर न.पा.	स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोष	५४,००,०००।००
५.	ठाकुरबाबा न.पा.	स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोष	६५,००,०००।००
६.	बारबर्दिया न.पा.	स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोष	१,१०,७९,५८२।००
७.	बाँसगढी न.पा.	स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोष	१५,००,०००।००
८.	वढैयाताल गा.पा.	स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोष	५,००,०००।००

सि.नं.	निकाय	कोष	रकम
९.	गेरुवा गा.पा.	स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोष	३६,६९,८००।००

#### १५. राहत सामग्री जुटाउने तथा संकलन गर्ने

- क. शीतलहर तथा चिसोबाट जोगाउन तथा पूर्वतयारीहरू गरी तातो हुने अवस्था सृजनाका लागि स्थानीय तहबाट राहत सामग्री जुटाउने तथा संकलन गर्ने मापदण्ड निर्माण गरी सोही बमोजिम संयन्त्र परिचालन गरी राहत सामग्रीहरू जुटाउनु तथा संकलनको प्रबन्ध मिलाउनु पर्छ भने जिल्ला स्तरमा प्रमुख जिल्ला अधिकारीले यस मापदण्ड बमोजिम बनाइने संयन्त्र परिचालन गरी राहत सामग्रीहरू जुटाउनु तथा संकलनको प्रबन्ध मिलाउनु पर्छ ।
- ख. शीतलहर तथा चिसोबाट प्रभावित विपन्न वर्गलाई राहत स्वरूप प्रति परिवार एक थानका दरले कम्बल वा न्यानो कपडा वितरण गर्नका लागि स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोषबाट वा जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समितिको निर्णय एवम् सिफारिसले जिल्ला विपद् व्यवस्थापन कोषबाट वा मन्त्रालयबाट प्राप्त परिपत्र बमोजिम प्राप्त रकम प्रयोग गर्नु पर्ने छ । यसका साथै संयन्त्रले स्थानीय स्तरमा अन्य सहयोग समेत जुटाउन सक्नेछ ।
- ग. स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोषबाट वा केन्द्रीय दैवी प्रकोप उद्धार कोषबाट शीतलहर तथा चिसो सम्बन्धी राहतका लागि निर्दिष्ट रकमबाट चोक तथा टोलहरूमा सामूहिक रूपमा तातो गर्नका लागि दाउराहरू किन्न सकिने छ ।
- घ. चोक वा टोलमा कति दाउरा किन्ने भन्ने सम्बन्धमा स्थानीय स्तरमा र जिल्ला स्तरमा यस मापदण्ड बमोजिम बन्ने संयन्त्रले निर्णय गर्ने छ ।
- ङ. दाउरा वन तथा वातावरण मन्त्रालय (डिभिजन वन कार्यालय) अन्तर्गतको निकायहरूबाट सुलभदरमा वा निशुल्क प्राप्त गर्न सकिने भए उपलब्ध गर्नु पर्ने छ ।

#### १६. पीडितलाई राहत सामग्री वितरण गर्ने

- क. शीतलहर तथा चिसोबाट प्रभावित पीडितहरूको पहिचान गरी ती मध्ये विपन्न वर्गका लागि प्रति परिवार एक थान कम्बल राहत तथा पूर्वतयारी स्वरूप उपलब्ध गराउने ।
- ख. राहत वितरण गर्दा विपन्न वर्गका परिवारलाई अतिआवश्यकताका आधारमा उपलब्ध गराउने राहतस्वरूप प्रदान गरिने एक थान कम्बल उपलब्ध भएसम्म घरमूलीलाई दिने ।
- ग. राहत वितरण गर्दा सदरमुकाम, पालिका मुकाममा मात्र वा कुनै एक वस्तीमा मात्र केन्द्रित नहुने ।

#### १७. सामूहिक स्वरूपको राहत व्यवस्था

- क. शीतलहर तथा चिसोबाट बढी प्रभावित वस्तीहरू पहिचान गरी ती वस्तीहरूमा सामूहिक रूपमा तातोको व्यवस्था गर्नका लागि चोक वा टोलको केन्द्रमा आगो बाल्ने गरी दाउराहरू उपलब्ध गराउने ।
- ख. जिल्लास्तरमा दाउराहरू खोजमेल गरेर उपलब्ध गराउने र खोजमेल गर्दा प्रयाप्त दाजराहरू फेला नपरे खरिद गरी उपलब्ध गराउने ।
- ग. चोक वा टोलका केन्द्रहरूमा उपलब्ध गराउने दाउराहरू खरिद गर्नका लागि शीतलहर तथा चिसोबाट प्रभावित अति विपन्न परिवारलाई राहत दिन भनी निर्दिष्ट गरी पठाइएको रकमबाट खर्च गर्ने र यस्तो खर्च पछि जिल्ला दैवी प्रकोप उद्धार समितिबाट अनुमोदन गराउनु पर्ने ।

घ. उपलब्ध गराइएका दाउराहरू व्यक्तिगत प्रयोगमा नआओस् भन्ने विषयमा विशेष सतर्कता अपनाउने तथा यस्तो निजी प्रयोगमा आएको पाइएमा दिईएका दाउराहरू फिर्ता ल्याई त्यस टोल वा समुदायका त्यस्तो कार्य गर्ने व्यक्तिलाई पालिका प्रमुख वा प्रमुख जिल्ला अधिकारीले नसिहत दिन सक्ने ।

#### १८. संरचनागत संयन्त्र

क. पीडित पहिचान तथा त्यसमा पनि विपन्न वर्गकालाई प्राथमिकताका आधारमा राहत प्रदान गर्न र चोक वा टोलमा सामूहिक रूपमा दाउराहरू बालनका लागि प्राथमिकताका आधारमा वितरण गर्नका लागि वडास्तरमा वडा अध्यक्षको संयोजकत्वमा, नगर/गाउँ पालिकास्तरमा नगर प्रमुख/अध्यक्षको संयोजकत्वमा र जिल्लास्तरमा प्रमुख जिल्ला अधिकारीको संयोजकत्वमा एक संयन्त्र निर्माण गर्ने ।

ख. जिल्लास्तरमा यस संयन्त्रमा निम्न बमोजिमका पदाधिकारी रहने छन् ।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी	संयोजक
जिल्ला समन्वय अधिकारी	सदस्य
जिल्ला प्रहरी प्रमुख	सदस्य
जिल्लास्थित सशस्त्र प्रहरी प्रमुख	सदस्य
डिभिजन वन कार्यालयका प्रमुख	सदस्य
स्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख	सदस्य
जिल्ला रेडक्रसको प्रतिनिधि	सदस्य
जिल्ला उद्योग वाणिज्य संघको प्रतिनिधि	सदस्य

घ. संयन्त्रको सचिवालयको रूपमा स्थानीयस्तरमा पालिकाको कार्यालय र जिल्लास्तरमा जिल्ला प्रशासन कार्यालयले कार्य गर्ने छ ।

ङ. कम्बल किनी वितरण गर्नका लागि तथा सामूहिकरूपमा प्रयोग गर्न दाउराहरू किनी वितरण गर्नका लागि स्थानीय स्तरमा भएको खर्चको फाटवारी स्थानीय तह(पालिका)ले र जिल्ला विपद् व्यवस्थापन कोषमा प्राप्त रकमको फाटवारी तथा फेहरिस्त जिल्ला प्रशासन कार्यालयले राख्ने छ ।

#### १९. सरोकारवालाहरूको संलग्नता

क. शीतलहर तथा चिसोबाट अति प्रभावित बस्ती तथा टोलहरूको पहिचान र विपन्न वर्गका लागि प्रति परिवार एक थान कम्बल तथा सामूहिकरूपमा बालनेगरी दाउराहरू वितरण पश्चात प्रभावित नागरिकहरूलाई राहत प्रदान गर्नका लागि जिल्ला स्थित सम्पूर्ण सरकारी तथा गैर-सरकारी संघ सस्थाहरूले सामूहिक तथा व्यक्तिगत रूपमा सहयोग गर्न सक्नेछन् ।

ख. यस्तो सहयोगको आव्हान स्थानीय स्तरमा स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिको र जिल्लामा जिल्ला विपद् व्यवस्थापन समितिको बैठक बसी गरिने छ । आकस्मिक रूपमा विपद् व्यवस्थापनको बैठक बस्न नसकेको अवस्थामा स्थानीय स्तरमा पालिका प्रमुख र जिल्लास्तरमा प्रमुख जिल्ला अधिकारीले यस मापदण्ड बमोजिमको संयन्त्रको बैठक बसाली आव्हान गर्न सक्नेछ ।

ग. यस आव्हान बमोजिम सहयोग गर्नु जिल्ला स्थित सबै सरकारी तथा गैर-सरकारी संघ संस्थाहरू एवम् सरोकारवाला सबैको कर्तव्य हुनेछ ।

## २०. अनुगमन तथा मूल्यांकन

- क. शीतलहर तथा अति चिसोबाट प्रभावित विपन्न वर्गहरूले उचित तरिकाले कम्बल पाए नपाएको विषयमा प्रमुख जिल्ला अधिकारीले आफै गई वा प्रतिनिधि पठाई अनुगमन तथा निरीक्षण गर्नु गराउनु पर्ने छ ।
- ख. जिल्लास्थित सरकारी तथा गैर-सरकारी संघ संस्थाहरूले शीतलहर तथा अति चिसो प्रभावितहरूलाई के कति सहयोग गरे भन्ने विषयको अभिलेख प्रमुख जिल्ला अधिकारीले राख्नु पर्ने छ ।
- ग. सामूहिक रूपमा तातो गराउनका लागि चोक तथा टोलहरूमा के कति दाउराहरू वितरण भए तथा कुन कुन चोक तथा टोलहरूमा दाउराहरू बाल्ने कार्य भएको छ सो को अभिलेख जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा राखी त्यसको विवरण तथा कम्बल वितरणको विवरण क्षेत्रीय प्रशासन कार्यालयमा पठाउनु पर्ने छ ।
- घ. कार्यसम्पादन गरिएपछि सम्पूर्ण विवरण खुलाई गृह मन्त्रालयमा प्रतिवेदन गर्नु प्रमुख जिल्ला अधिकारीको कर्तव्य हुनेछ ।
- ङ. कार्य सम्पादन गरिएपछि राहत विवरण र खर्च, लाभान्वित परिवार सख्या सम्बन्धी सम्पूर्ण विवरण सार्वजनिक गर्नु सरचनागत सयन्त्रको कर्तव्य हुनेछ ।

## २१. अन्य व्यवस्थापन तथा प्रक्रिया संयन्त्रले निर्धारण गर्न सक्ने:-

यो मापदण्डको व्यवस्थाको प्रतिकूल नहुने गरी कार्य सम्पादन सम्बन्धी अन्य प्रक्रिया र व्यवस्थापन यस मापदण्ड अनुरूपको संरचनागत संयन्त्रले आफै निर्धारण गर्न सक्ने छ ।

## २२. समन्वय तथा जिम्मेवारी

- क. जिल्ला विपद् पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्य योजनामा उल्लेख भए बमोजिमका क्षेत्रमा सम्बन्धित सबैले कार्ययोजना तयार पारी शीतलहरको पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्यमा तयार रहने ।
- ख. शीतलहर तथा चिसोबाट प्रभावित वस्तीहरू, समूहहरू तथा व्यक्तिहरू पहिचान गर्न प्र.जि.अ., नगर प्रमुख/अध्यक्ष, प्र.प्र.अ., विषयगत कार्यालय प्रमुख, सरोकारवाला निकायबाट तोकिएको व्यक्तिहरूले शीघ्रतिशीघ्र त्यस्ता वस्तीहरू भ्रमण गर्ने तथा पहिचान गर्ने कार्य गर्नुपर्ने ।
- ग. प्रथमतः अति विपन्न वस्तीको र त्यसपछि विपन्न परिवारको पहिचान गरी तिनलाई राहत स्वरूप कम्बल तथा सामूहिक राहत स्वरूप चोक वा टोलमा सामूहिकरूपमा दाउराहरू बाल्ने तथा तातो हुने अन्य प्रबन्धहरू मिलाउने तथा मिलाउन लगाउनु पर्नेछ ।
- घ. शीतलहर प्रभावितहरूलाई विना भेदभाव राहत उपलब्ध गराउने र सो क्रममा विशेषगरी बालबालिका, जेष्ठ नागरिक, शारीरिक रूपमा अशक्त, सुत्केरी तथा गर्भवती महिलालाई प्राथमिकता दिने ।
- ङ. शीतलहरको प्रभावबाट सुरक्षित राख्ने उपायहरूको सम्बन्धमा स्थानीय विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी कार्य गर्ने सबै सरकारी तथा गैरसरकारी संघ संस्थाहरू समेतलाई जोखिम न्यूनीकरण गर्नको लागि अनुरोध गर्ने ।
- च. विपद्को समयमा नेपाल सरकार, प्रदेश सरकार, स्थानीय तह, दातृ निकाय, सबै क्षेत्र, सहयोगी संस्था तथा नागरिक समाज बीच समन्वय कायम गर्ने ।
- छ. नियमित रूपमा अनुगमन गरी सबै विषयगत क्षेत्रहरूलाई परिचालन गर्ने र पृष्ठपोषण दिने ।
- ज. शीतलहरबाट बढी प्रभावित हुन सक्ने क्षेत्र, गाउँ, टोल, परिवारहरूको पहिचान गरी राहत तथा उद्धारको लागि सबै सरोकारवाला निकायहरूलाई दाउरा, कम्बल, न्यानो कपडा जस्ता सामग्रीहरूको पूर्व प्रबन्ध गरी तयारी अवस्थामा राख्ने र राख्न लगाउने ।
- झ. जल तथा मौसम विज्ञान विभागले जारी गर्ने ३ दिने बुलेटिन अनुसार पूर्वतयारीका गतिविधि सञ्चालनमा जोड दिने ।

- ज. जाडोयाममा हुन सक्ने स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्यालाई न्यूनीकरण गर्न जनचेतनामूलक कार्यक्रम संचालन गर्नुका साथै स्वास्थ्यकर्मी तथा औषधीहरू तयारी अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाउने ।
- ट. शीतलहरबाट सुरक्षित रहनका लागि तपसिल बमोजिमका सचेतनामूलक, सन्देशमूलक सूचना एवम् जानकारी स्थानीय संचार माध्यम मार्फत स्थानीय भाषामा समेत प्रशारण गर्न स्थानीय संचार माध्यम तथा स्थानीय गैरसरकारी निकायबाट प्रचार प्रसार गर्ने व्यवस्था मिलाउने ।
- ठ. शीतलहरका समयमा हुस्सुका कारण भिजिविलिटीमा कम हुन गई सवारी साधन दुर्घटना हुन सक्ने हुँदा स्थानीय ट्रफिक प्रहरीको सकृयतामा सवारी साधनको गति सिमितताको अनुगमनको कार्य गर्ने ।
- ड. शीतलहर तथा जाडोयाममा समयमै पुर्वसूचना समुदायस्तरमा पुऱ्याउन जल तथा मौसम विभागको बुलेटिन अनुसारको सूचना सम्प्रेषण गरी पुर्वानुमानका आधारमा गतिविधि सञ्चालन गर्ने ।
- ढ. जल तथा मौसम विज्ञान विभागको वेवसाइट <https://dhm.gov.np/mfd/#/weather/pages/fog> मा दैनिकरूपमा विहान ९:३० वजे जारी हुने तराईको हुस्सु/कुहिरो/शीतलहर बुलेटिन (Terai Mist/Fog/Cold wave Bulletin) मा उपलब्ध हुने शीतलहर सम्बन्धी सूचनाको प्रयोग गरी दैनिक क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने । दैनिक तापक्रम तथा वर्षाको विवरण हेरी आवश्यक पुर्वतयारी अपनाउन सचेतना अभिवृद्धि गर्ने ।

### २३. शीतलहर तथा चिसोबाट बच्न गर्नुपर्ने तयारी

#### २३.१ शीतलहर तथा चिसो आउनु अघि गर्नुपर्ने कामहरू

- क. शीतलहरका वारेमा सचेत रहने, सूचना लिइरहने ।
- ख. विपद्संग सम्बन्धित सरोकारवाला निकायहरूसंग समन्वय बैठक गर्ने ।
- ग. सबै स्थानीय तहका विपद् व्यवस्थापन समितिहरूले जनचेतनामूलक कार्य गर्ने ।
- घ. शीतलहरमा पर्न सकिन्छ भनेर त्यो बेला प्रयोग हुने साधन स्रोतको जोहो गरिराख्ने ।
- ड. शीतलहर तथा चिसोबाट प्रभावित हुने क्षेत्र, जनसङ्ख्याको पुर्वानुमान नक्साङ्कन गरी आवश्यक होसियारी अपनाउने ।
- च. न्यानो कपडा लगाउन र तातो तरल पदार्थ मनग्ये पिउन सके शीतलहरलाई परास्त गर्न सकिन्छ भन्ने जानकारी लिने, दिने ।
- छ. शीतलहर आउनु अघि दाउरा, सुकेका स्याउला, भिंगटा काठको भूस, गुंडा जस्ता वस्तुमध्ये उपलब्ध वस्तु केही हसालाई पुग्ने सम्म जोहो गरिराख्ने ।
- ज. शीतलहर प्रभावित हुने क्षेत्र र जनसङ्ख्यालाई आगो तापन दाउरा, न्यानो लुगा वितरण गर्न पहल गर्ने ।
- झ. चिसोका कारण हुने रोगको उपचारका निम्ति स्वास्थ्य निकायहरूले पर्याप्त औषधीको व्यवस्था गर्ने ।
- ञ. शीतलहर पुर्वतयारीका लागि रणनीतिक योजना तयार गर्ने ।
- ट. सबै स्थानीय तह तथा सरोकारवाला निकायसंग समन्वय गरी आवश्यक पर्ने दाउरा जोहो गरी राख्ने र न्यानो रहनका लागि टोल टोलमा दाउरा बाल्ने स्थानको निकोल् गरी जोखिमलाई कम गर्ने गरी नेपाल सरकारले तोकेका स्वास्थ्य सुरक्षाका मापदण्ड अनुसार आगो तापने व्यवस्था मिलाउने ।
- ठ. स्थानीय एफ.एम.हरू र वडास्तरमा माइकिङ् मार्फत जनचेतनामूलक सामाग्रीहरू प्रकाशन/प्रसारण गर्ने ।
- ड. शीतलहर जस्ता विपत्तीको क्षति न्यूनीकरणका लागि प्रभावित व्यक्तिलाई सुरक्षित स्थानमा लैजाने संयन्त्रको विकास र मौसम पुर्वसूचना प्रणालीको उचित प्रबन्ध गर्न पहल गर्ने ।
- ढ. शरीर पुर्ने ढाक्ने गरी लुगा लगाउने र जीउमा चिसो पस्न रोक्ने कुरामा सजग रहने ।

ण. जाडो मौसम एकवर्ष मात्र होइन, प्रत्येक वर्ष आउँछ। यसका लागि व्यक्ति स्वयम् पनि सजग हुन जरुरी छ। हामीले पनि आफ्नो आमदानीको केही बचत गरी जाडोमा चाहिने सामग्रीको प्रवन्ध गर्न सक्छौं। केही सीप नलागे मात्र सरकार र सहयोगी संस्थाहरूको आश गर्नु राम्रो हुन्छ ।

### २३.२ शीतलहर तथा चिसो आउँदै गर्दा गर्नुपर्ने कामहरू

- क. शीतलहरको समयमा परिवारका सदस्यहरू चुलो अगेंनु वा मकलमा सुरक्षित भई आगो तापेर बस्ने । आगो तापिसकेपछि निभाउने ।
- ख. शीतलहरको समयमा परिवारका सदस्यहरूले प्रशस्त मात्रामा तातो पानी र तातो खानेकुरा खाने ।
- ग. वृद्धवृद्धा, बालबालिका, अशक्त अपाङ्ग, सुत्केरीहरूलाई चिसोमा नराख्ने, बाक्लो लुगा लगाइदिने, प्रशस्त मन तातो पानी पिउन दिने, तातो खानेकुरा खान दिने, अत्यावश्यक काममा बाहेक घरबाट बाहिर निस्कने कार्य नगर्ने ।
- घ. शीतलहरको समयमा मानिसलाई मात्र नभएर पशु चौपायहरूलाई समेत तातो पानी कुंडो खान पराल आदि दिएर गोठ भित्रै राख्ने ।
- ङ. चिसोबाट बच्न शारीरिक व्यायाम गर्नुपर्छ ।
- च. सवारी चलाउँदा वा घुमफिर गर्दा पनि न्यानो कपडा लगाएर बस्ने। आवश्यकता अनुसार आगो बाल्ने र आफैलाई न्यानो बनाउने काम गर्ने ।
- छ. शीतलहरको समयमा परिवारका बालबालिकाहरू वृद्धवृद्धाहरूको विशेष रूपमा ख्याल गर्नुपर्छ। भर्खर जन्मेका बच्चाहरूमा निमोनिया, बोनकाइटिस तथा छालाको समस्या हुने भएकाले बालबालिकालाई चिसोमा नराख्ने, बाक्लो लुगा लगाइदिने, ताता खानेकुरा खुवाउने, मोटरसाइकलमा नचढाउने, चिसोमा जथाभावी खेलन नदिने र न्यानो कपडा लगाउने ।
- ज. शीतलहरको समयमा तरकारी बालीलाई टनेल बनाएर संरक्षण गर्ने ।
- झ. विरामी तथा सुत्केरीहरूको सुरक्षाका लागि सचेतनामूलक कार्यक्रम संचालन गर्ने ।
- ञ. आवश्यक परेको ठाँउ या बस्तिहरूमा त्यानो कपडा र आगो बाल्ने काठहरूको वितरण गर्ने ।

### २३.३ शीतलहर तथा चिसो आइसकेपछि गर्नुपर्ने कामहरू

- क. शीतलहर तथा चिसो प्रभावित विपन्नहरूको पहिचान र सूचना संकलन गर्ने ।
- ख. समाजका अति विपन्न बस्तीको र अति विपन्न परिवारको पहिचान गरी राहतका लागि उपलब्ध साधन श्रोतको आंकलन गर्ने ।
- ग. शीतलहर तथा चिसोबाट प्रभावित विपन्न वर्गलाई राहत स्वरूप न्यानो कपडा, कम्बल, दाउरा काठ, लुगाफाटो औषधी वितरण गर्ने ।
- घ. सामूहिक राहत स्वरूप चोक चोक वा टोलमा सामूहिक रूपमा दाउराहरू बाल्ने तथा तातो हुने अन्य प्रवन्धहरू मिलाउने तथा मिलाउन लगाउने ।
- ङ. शीतलहरका कारण गम्भिर स्वास्थ्य समस्या उत्पन्न भएका व्यक्तिहरूलाई अस्पताल लैजाने ।
- च. हिमपात, तुसारो, बाक्लो कुहिरो तथा हुस्सुका कारण सभावित सडक दुर्घटनालाई न्यूनीकरण गर्ने ।
- छ. हिमपात, चिसो तथा शीतलहरबाट बच्न जनचेतनाका कार्यक्रमहरू संचालन गर्ने ।
- ज. अन्नाबाली र पशुपक्षीको क्षतिलाई न्यूनीकरण गर्न आवश्यक औषधी उपचार तथा यसबाट बच्ने र बचाउने उपायहरूका सम्बन्धमा सन्देशमूलक सूचना सम्प्रेषण गर्ने ।
- झ. शीतलहरको कारणबाट अन्नबाली, पशुपक्षीको क्षति भएमा कृषकहरूलाई मल, बीउ, पशुपक्षी उपकरण तथा प्रविधीहरूको सहयोग र राहत उपलब्ध गराउने ।

अ. कृषिक्षेत्रमा हुने विपद् जोखिम हस्तान्तरण बीमाको योजना निर्माण गरी रणनीतिक कार्ययोजना तयार गरी कार्यान्वयन गर्ने।

## २४. प्रतिकार्य विवरण

सि.नं.	क्रियाकलाप	कसले	कहाँ
१	न्यानो कपडा तथा पोषिलो खाद्यबस्तु व्यवस्थापन	न.पा. तथा गा.पा.हरु, उद्योग वाणिज्य संघ मार्फत न्यानो कपडा व्यवस्थापन, कम्बल लगायत अन्य न्यानो कपडाहरु नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखा तथा उपशाखाहरु मार्फत	क्षेत्र अनुसार जिल्लाको विभिन्न स्थानहरुमा
२	दाउरा व्यवस्थापन	न.पा., गा.पा.हरु, डिभिजन वन कार्यालय तथा सामुदायिक वन महासंघ, मध्यवर्ती वन व्यवस्थापन समिति, बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज	चोक तथा घनाबस्तीको पायक पर्ने स्थान
३	राहत वितरण	जिल्ला प्रशासन कार्यालय, स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समिति, सुरक्षा निकाय, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, जिल्ला शाखा/उपशाखाहरु र उद्योग वाणिज्य संघहरु	प्रभावित क्षेत्रमा
४	एम्बुलेन्स सेवा	एम्बुलेन्स संचालक संघसंस्थाहरु तथा समितिहरु	जिल्लाभर
५	स्वास्थ्य शिविर	बर्दिया अस्पताल, स्वास्थ्य कार्यालय, स्थानीय तह अन्तर्गतका स्वास्थ्य इकाइहरु र अन्य सेवा प्रदायक संघसंस्था	प्रभावित क्षेत्रमा
६	विपद् सम्बन्धी सूचना तथा जनचेतना	जिल्ला आपत्कालीन कार्य संचालन केन्द्र, स्थानीय तह, स्वास्थ्य कार्यालय, पत्रकार महासंघ, स्थानीय संचार माध्यमहरु,	जिल्लाभर
७	सूचना व्यवस्थापन	जिल्ला आपत्कालिन कार्यसञ्चालन केन्द्र	जिल्लाभर

## २५. विषयगत क्षेत्रका अगुवा तथा सदस्य विवरण

विषयगत क्षेत्रहरु	अगुवा संस्था	सदस्यहरु
१) समन्वय तथा सूचना व्यवस्थापन	जिल्ला प्रशासन कार्यालय	जिल्ला समन्वय समिति, नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी वल नेपाल, राष्ट्रिय अनुसन्धान, स्थानीय तह, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी
२) खोज तथा उद्धार	जिल्ला प्रशासन कार्यालय,	नेपाली सेना, सशस्त्र प्रहरी वल नेपाल, नेपाल प्रहरी, स्थानीय तह, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी
		राष्ट्रिय अनुसन्धान, जल तथा मौसम विज्ञान कार्यालय, नेपाल टेलिकम, नेपाल पत्रकार महासंघ, गै.स.स.महासंघ, विभिन्न संघसंस्थाहरु
		राष्ट्रिय अनुसन्धान जिल्ला कार्यालय, बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज कार्यालय, ठाकुरद्वारा



बिषयगत क्षेत्रहरु	अगुवा संस्था	सदस्यहरु	
३) गैर खाद्य सामग्री र शिविर व्यवस्थापन	शहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग, संघीय आयोजना कार्यान्वयन इकाइ	स्थानीय तह, सुरक्षा निकाय, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, उद्योग व्यापार संघ	गै.स.स.महासंघ, विभिन्न संघसंस्थाहरु, सामुदायिक वन उपभोक्ता महासंघ,
४) खाद्य तथा गोदाम व्यवस्थापन	एकीकृत कृषि तथा पशुपंक्षी विकास कार्यालय	स्थानीय तह, नेपाल प्रहरी, जिल्ला समन्वय समिति, नेपाल रेडक्रस	नेपाल खाद्य संस्थान राजापुर, उद्योग वाणिज्य संघ, गै.स.स.महासंघ, विभिन्न संघसंस्थाहरु
५) खानेपानी तथा सरसफाई	खानेपानी तथा सरसफाई कार्यालय	नेपाल रेडक्रस सोसाइटी,	गै.स.स.महासंघ, विभिन्न संघसंस्थाहरु
६) संरक्षण	जिल्ला प्रशासन कार्यालय	स्थानीय तह, नेपाल प्रहरी, जिल्ला समन्वय समिति, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी	गै.स.स.महासंघ, विभिन्न संघसंस्थाहरु
७) स्वास्थ्य तथा पोषण	स्वास्थ्य कार्यालय	जिल्ला अस्पताल, जिल्ला समन्वय समिति, स्थानीय तह, बर्दिया आयुर्वेद स्वास्थ्य केन्द्र, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी,	सरकारी स्वास्थ्य सेवा प्रदायक निकायहरु, गै.स.स.महासंघ, विभिन्न संघसंस्थाहरु, औषधि व्यवसायी संघ
८) आपत्कालीन शिक्षा	शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइ	स्थानीय तह, जिल्ला समन्वय समिति	प्याब्सन एन प्याब्सन, गै.स.स.महासंघ, विभिन्न संघसंस्थाहरु
९) पुनःस्थापना तथा पुर्ननिर्माण	शहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग, संघीय आयोजना कार्यान्वयन इकाइ, नेपालगञ्ज	स्थानीय तह, शहरी विकास तथा भवन कार्यालय, डिभिजन वन कार्यालय, खानेपानी तथा सरसफाई कार्यालय,	नेपाल विद्युत प्राधिकरण, सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिहरु, नेपाल टेलिकम, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, गै.स.स.महासंघ, विभिन्न संघसंस्थाहरु

२६. रणनीतिक कार्ययोजना

(विगतको अनुभव अनुसार अवधि डिसेम्बर देखि फेब्रुअरीसम्म (९० दिन))

चिसो/शीतलहरको स्तर	प्रभाव			सामना गर्ने रणनीतिहरू	सिजन भरि	
	मानव	जीविकोपार्जन (बाली, जनावर, श्रम काम)	यातायात / पूर्वाधार		कार्यहरू	नेतृत्व एजेन्सी
<b>न्यून (५० दिन)</b>						
हल्का चिसो, हल्का कुहिरो	थोरै मानिस बिरामी हुने, सामान्य रुघाखोकी, खोकी र बालबालिकालाई निमोनिया हुने गरेको छ ।	कामको आवश्यकता अनुसार चहलपहल गर्दैनन्,	थोरै दुर्घटना	न्यानो लुगा लगाउने, बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक र अपाङ्गताको विशेष हेरचाह	एफएम रेडियो सन्देश, माइकिड	DDMC/D EOC/LEO C
आकाश अलिकति देखिन्छ	अधिकांश वृद्धवृद्धा र बालबालिका, अधिकांश सीमान्तकृत					
घाम अझै अलिकति तातो छ	बच्चाहरू र वृद्धहरू लाई न्यानो					
<b>मध्यम (३० दिन)</b>						
चिसो, कम दृश्यतासंग बाक्लो कुहिरो (५०मी.)	सबैभन्दा कमजोर मा केहि महत्वपूर्ण केसहरू	आजीविका	कम संचालन	कम्बल किन्दै मानिसहरू	एफएम रेडियो सन्देश	DDMC/D EOC/LEO C
आकाश देखिदैन	प्रायः वृद्ध र बालबालिकाहरू केही गम्भीर अवस्थाहरू	दैनिक ज्यालादारी मजदुरले आफ्नो जीविकोपार्जन गर्न सक्दैनन्	थोरै दुर्घटना	उडानको सट्टा सडक यात्रा		
घाम न्यानो छैन	केही गम्भीर केसहरू		ट्राफिक जाम			
हावा चलिरहेको	थोरै मानिस बिरामी हुने, सामान्य रुघाखोकी, खोकी र	काम पाउन मुस्किल, जनावरबाट कम उत्पादन	कम संचालन, कम दुर्घटना,	घर भित्रै बस्नुहोस्, बत्ती बाल्नुहोस् र सडकबाट	एफएम रेडियो सन्देश	DDMC/D EOC/LEO C

चिसो/शीतलहरको स्तर	प्रभाव			सामना गर्ने रणनीतिहरू	सिजन भरि	
	मानव	जीविकोपार्जन (बाली, जनावर, श्रम काम)	यातायात / पूर्वाधार		कार्यहरू	नेतृत्व एजेन्सी
	बालबालिकालाई निमोनिया हुने गरेको छ		कमजोर दृश्यता	यात्रा गर्नुहोस्		
<b>उच्च ( १० दिन)</b>						
धेरै चिसो, धेरै कम दृश्यता संग धेरै बाक्लो कुहिरो (२मी.)	धेरै गम्भीर केसहरू र मृत्यु, थोरै मानिसहरू बिरामी, सामान्य रुघाखोकी, खोकी र बच्चाहरूलाई निमोनिया	दैनिक ज्यालादारी मजदुरले आफ्नो जीविकोपार्जन गर्न सक्दैनन्	अत्यन्त कम संचालन	उडानको सट्टा सडक यात्रा	एफएम रेडियो सन्देश	DDMC/D EOC/LEO C
आकाश कतै देखिदैन	सबैभन्दा कमजोर मा केहि महत्वपूर्ण केसहरू	दैनिक ज्यालादारी मजदुरले आफ्नो जीविकोपार्जन गर्न सक्दैनन्	सडक दुर्घटनाहरू	सवारी साधन प्रयोग नगर्नुहोस्	एफएम रेडियो सन्देश / माइकिड	DDMC/D EOC/LEO C
घाम छैन	धेरै गम्भीर केसहरू र मृत्यु	दैनिक ज्यालादारी मजदुरले आफ्नो जीविकोपार्जन गर्न सक्दैनन्	ट्राफिक जाम, अत्यन्त कम संचालन	न्यानो लुगा लगाएर सवारी साधन प्रयोग नगर्ने	एफएम रेडियो सन्देश / माइकिड	DDMC/D EOC/LEO C
उच्च आर्द्रता / शीत	धेरै गम्भीर केसहरू र मृत्यु	दैनिक ज्यालादारी मजदुरले आफ्नो जीविकोपार्जन गर्न सक्दैनन्	सडक दुर्घटनाहरू	ज्येष्ठ नागरिक, बालबालिका, दीर्घरोगबाट प्रभावित व्यक्तिको विशेष हेरचाह	एफएम रेडियो सन्देश / माइकिड	DDMC/D EOC/LEO C

अनुसूची

अनुसूची-१ जिल्लामा संचालनमा रहेका एम्बुलेन्स र शववाहनहरुको विवरणः

Local Level	Ward	Organization Name	Ambulance Driver Details		Condition	GPS	वर्ग
			DriverName	Contact No			
Gulariya	5	Nepal Red Cross Society	Dayal Das Tharu	9868141412	Functional		ग
	6	Bardiya Hospital	Shyam Prasad Chaudhary	9848066312	Functional		ग
	6	Bardiya Hospital	Kiran Prasad Kurmi	9819515546	Functional		ग
Madhuwan	1	Khairapur HP	Khidulal Chaudhary	9848217391	Functional	GPS	ख
	1	Suryapatuwa HP	Ramphal Tharu	9864971480	Functional		ग
	3	Maya Sadan Clinic	Ramesh Tharu	9800510302	Functional		ग
	6	Nepal Red Cross Society	Basant Kumar Mahato	9848200722	Functional		ग
	6	Nepal Red Cross Society	Suman Tharu	9868050525	Functional		ग
	6	Bagalamukhi Cooperative	Phiruwa Tharu	9848083984	Functional		ग
	7	Taratal HP	Bel Bahadur Chhetri	9868960497	Functional		ग
Rajapur	2	Sahid Pratishthan Nayagaun	Chandra Bahadur Tharu	9814546409	Functional		ग
	4	Rajapur PHC	Chandrika Lohati	9868106980	Functional		ग
	4	Mansarobar Polyclinic	Sajjan Tharu Chaudhary	9868021072	Functional		ग
	5	Badalpur HP	Govind Kumar Tharu	9863575424	Functional		ख
	6	Yunic Nepal	Dipulal Tharu	9848067470	Functional		ग
	6	Manpur Tapara HP	Prabin Chaudhary	9866641307	Functional		ग
Geruwa	10	Nepal Red Cross Society	Raj Kumar Chaudhary	9868141413	Functional		ग
	3	Geruwa RM	Amar Rokaya	9840485304	Functional		ग
Thakurbaba		Redcross Bagnaha	Dipak Rana	9744391900	Functional		ग
	8	Thakurdwara HP	Kulram Tharu	9869519100	Functional		ग
Barbardiya	4	Padnaha HP	Ansuman Tharu	9869968910	Functional		ग
	6	Nepal Red Cross Society	Ramsaran Tharu	9848254080	Functional	GPS	ख
	6	Nagar Hospital Barbardiya	Ram Bahadur Tharu	9766662801	Functional		ख
	8	Buddhabhumi Nepal	Ashok KC	9802525858	Functional		ग
	8	Buddhabhumi Nepal	Prakash Saru Magar	9848084848	Functional		ग
	10	Dhadhawa HP	Jangali Tharu	9869966801	Functional		ग
Bansgadhi	5	Nagar Hospital Bansgadhi	Gopal Jaisi	9812417073	Functional	GPS	ख
Badhaiyatal	3	Sorahawa PHC	Amir Hasan Ansari	9812597558	Functional		ग
		Badhaiyataal RM	Santaram Tharu	9848092575	Functional	GPS	ख

शव बहानको विवरण

Local Level	Ward	Organization Name	DriverName	Contact No	Condition
Gulariya	6	Bardiya Hospital	Kiran Prasad Kurmi	9819515546	Functional
Gulariya	6	Gulariya Municipality	Maan Bahadur Sunar	9858031748	Functional
Thakurbaba	1	Neulapur HP	Bhiseram Tharu	9848145066	Functional

अनुसूची-२ जिल्लास्थित स्थानीय तहका स्वास्थ्य शाखा प्रमुखहरुको विवरणः

सि.नं.	स्थानीय तहको नाम	स्वास्थ्य शाखा प्रमुखको नाम	सम्पर्क नं.	ईमेल ठेगाना
१	गुलरिया न.पा.	शिव कुमार चौधरी	९८५८०७०५७०	<a href="mailto:healthsection.gulariya@gmail.com">healthsection.gulariya@gmail.com</a>
२	बारबर्दिया न.पा.	कमलेश कुमार पासवान	९८००५२२७३९	<a href="mailto:health.barbardiya@gmail.com">health.barbardiya@gmail.com</a>
३	राजापुर न.पा.	गणेश प्रसाद अर्याल	९८४८०६५२९७	<a href="mailto:aryalprajwal779@gmail.com">aryalprajwal779@gmail.com</a>
४	बाँसगढी न.पा.	घनश्याम के सी	९८४४८२०२५५	<a href="mailto:bansgadhimunhealthunit@gmail.com">bansgadhimunhealthunit@gmail.com</a>
५	मधुवन न.पा.	गिता घिमिरे	९८४४७५८८२२	<a href="mailto:healthmadhuwan@gmail.com">healthmadhuwan@gmail.com</a>
६	ठाकुरबाबा न.पा.	विष्णु ज्ञवाली	९८५८०२६९९९	<a href="mailto:healthtbm@gmail.com">healthtbm@gmail.com</a>
७	बढैयाताल गा.पा.	विष्णु पौडेल	९८५८०२००७९	<a href="mailto:paudelb14@gmail.com">paudelb14@gmail.com</a>
८	गेरुवा गा.पा.	नारायण प्रसाद भण्डारी	९८४८४४९९३४	<a href="mailto:bhandarinarayan524@gmail.com">bhandarinarayan524@gmail.com</a>

### अनुसूची-३ शीतलहरबाट जोखिम न्यूनीकरण गर्ने सूचनामूलक सन्देशहरू

- जाडोयामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौं ।
- सकेसम्म घर भित्रै बस्नुहोस् ।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुल्ला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं ।
- मौसम रिपोर्ट र आपतकालीन जानकारीको लागि रेडियो वा टेलिभिजन सुन्नुहोस् ।
- आवश्यक भएमा एक कोठामा अस्थायी रूपमा तातो गराउने हिटर वा एसी वा आगोको व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाऔं ।
- भारी कपडाको एक तहको सट्टा ढीलो-फिटिंग, हल्का, न्यानो कपडाको धेरै तहहरू लगाउनुहोस् । बाहिरी लुगाहरू कडा रूपमा बुनेको र पानी विकर्षक हुनुपर्छ । मिटन्स (Mittens) पन्जा भन्दा न्यानो हुन्छन् ।
- टाउको र मुखबाट चिसो गई शरीरलाई असर गर्ने भएकाले टाउको र मुखलाई छोप्नुहोस् ।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गर्ने र सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरूपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं ।
- चिसोको समयमा शरीरलाई तातो गराउन चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्तमात्रामा तातो झोलिलो खानेकुराहरू खाऔं ।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, विशेष प्रकृतिका अपाङ्गहरू, सुत्केरी, गर्भवती महिला तथा विरामीहरूको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरूलाई न्यानो अवस्थामा राखौं ।
- शीतलहर चलेको बेलामा घरेलु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने गोठ अथवा टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस, पराल र दाना दिऔं ।
- फ्रस्टबाइटका लक्षणहरूको लागि हेर्नुहोस्: औंलाहरू, औंलाहरू, कानको लोबहरू, र नाकको टुप्पो जस्ता खुट्टाहरूमा अनुभूति गुमाउनु र सेतो वा पहेँलो देखिनु ।
- हाइपोथर्मियाका लक्षणहरूको लागि हेर्नुहोस्: अनियन्त्रित काँप्ने, स्मरणशक्तिमा कमी, भ्रामकता, असंगतता, अस्पष्ट बोली, निद्रा, र स्पष्ट थकान ।
- यदि हाइपोथर्मियाका लक्षणहरू पत्ता लागेमा, पीडितलाई न्यानो स्थानमा लैजानुहोस् र कुनै पनि भिजेको कपडा हटाउनुहोस् । न्यानो, तातो झोलिलो पदार्थहरू दिएर शरीरको केन्द्रलाई न्यानो पार्नुहोस् । सकेसम्म चाँडो चिकित्सा सहायता खोज्नुहोस् ।
- चिसोको कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्त उपचारको लागि जाऔं ।
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गरौं ।
- कोठा भित्र आगो बाली तातो पार्दा पर्याप्त भेण्टिलेशनको व्यवस्था मिलाऔं ।
- चिसो मौसममा नेपाल सरकारले तोकेका स्वास्थ्य सुरक्षाका मापदण्डलाई अपनाऔं ।

अनुसूची-४ शितलहर तथा चिसो प्रभावित विपन्नहरूकोलागि राहत वितरण गर्न पहिचान फारम

क्रस	घरमुलीको नाम	ठेगाना			घरको अवस्था			जग्गा जमिन			परिवार सख्या	आयश्रोत			३ महिना भन्दा कम उमेरको बालबालिका	८० वर्ष माथीका जेष्ठ नागरिक	पुर्ण अपाङ्गता भएको व्यक्ति	सिफारिस		कैफियत	
		स्थानीय तह	वडा	टोल	पक्की	कच्ची	टहरा	छैन	२ कठ्ठाभन्दा कम	२ कठ्ठाभन्दा बढी		मजुरी	कृषि	अन्य				छ	छैन		

# जाडोमा आगो ताप्दा, हिटर बाल्दा वा गिजरको प्रयोग गर्दा अपनाउनु पर्ने सावधानीहरू

जाडो चाममा शरीर वा कोठालाई न्यानो बनाइराख्न आगो ताप्ने, हिटर बाल्ने, गिजरको प्रयोग गर्ने लगायतका उपायहरू गरिए पनि पर्याप्त सावधानी नअपनाउँदा अप्रिय घटनाहरू हुने गरेका छन्। त्यसैले त्यस्ता कार्य गर्दा सावधानीका निम्न उपायहरू अपनाऔं:

हावा ओहोरदोहोर हुने ठाउँ वा कोठामा मात्र आगो ताप्ने, हिटर बाल्ने वा गिजर प्रयोग गर्ने गरौं

कोइला जन्ध स्रोतबाट सकेसम्म आगो नतापौं



आगो ताप्दा वा हिटर बाल्दा कागज, कपडा जस्ता छिटो जल्ने खालका सामाग्री नजिकै नराखौं

आगो तापिसकेपछि त्यसलाई पूर्ण रूपमा निभाउने गरौं



हिटरको प्रयोग गर्दा समय-समयमा चलिरहेको हिटरलाई बन्द गर्ने गरौं

सुत्नुअघि अनिवार्य रूपमा हिटर निभाउने गरौं



गिजरको मुख्य मेसिनलाई बाथरुम बाहिर खुला ठाउँमा जडान गरौं

गिजर खोलेर लामो समयसम्म बाथरुममा बस्ने नगरौं



# शीतलहर र हिमपातका जोखिमबाट सुरक्षित रहने उपायहरू

केही समय यता बढ्दो चिसो सँगै शीतलहर र हिमपातले जनजीवन प्रभावित पारेको छ । त्यसैले चिसोबाट बच्न यी उपायहरू अपनाऔं ।

शरीरको सबै भाग ढाक्ने गरी बाक्लो तथा न्यानो लुगा लगाऔं

कोठा न्यानो पारौं र पर्याप्त हावा ओहोरो दोहरो हुने व्यवस्था गरौं

बालबालिका, वृद्ध-वृद्धा, गर्भवती महिला तथा दीर्घ रोगीहरूलाई चिसोबाट बचाऔं

आमाको दूध खाने बच्चाहरूलाई नियमित रूपमा स्तनपान गराऔं

तातो तथा पोषिलो भोल पदार्थहरू प्रशस्त मात्रामा सेवन गरौं, धूम्रपान तथा मद्यपान नगरौं

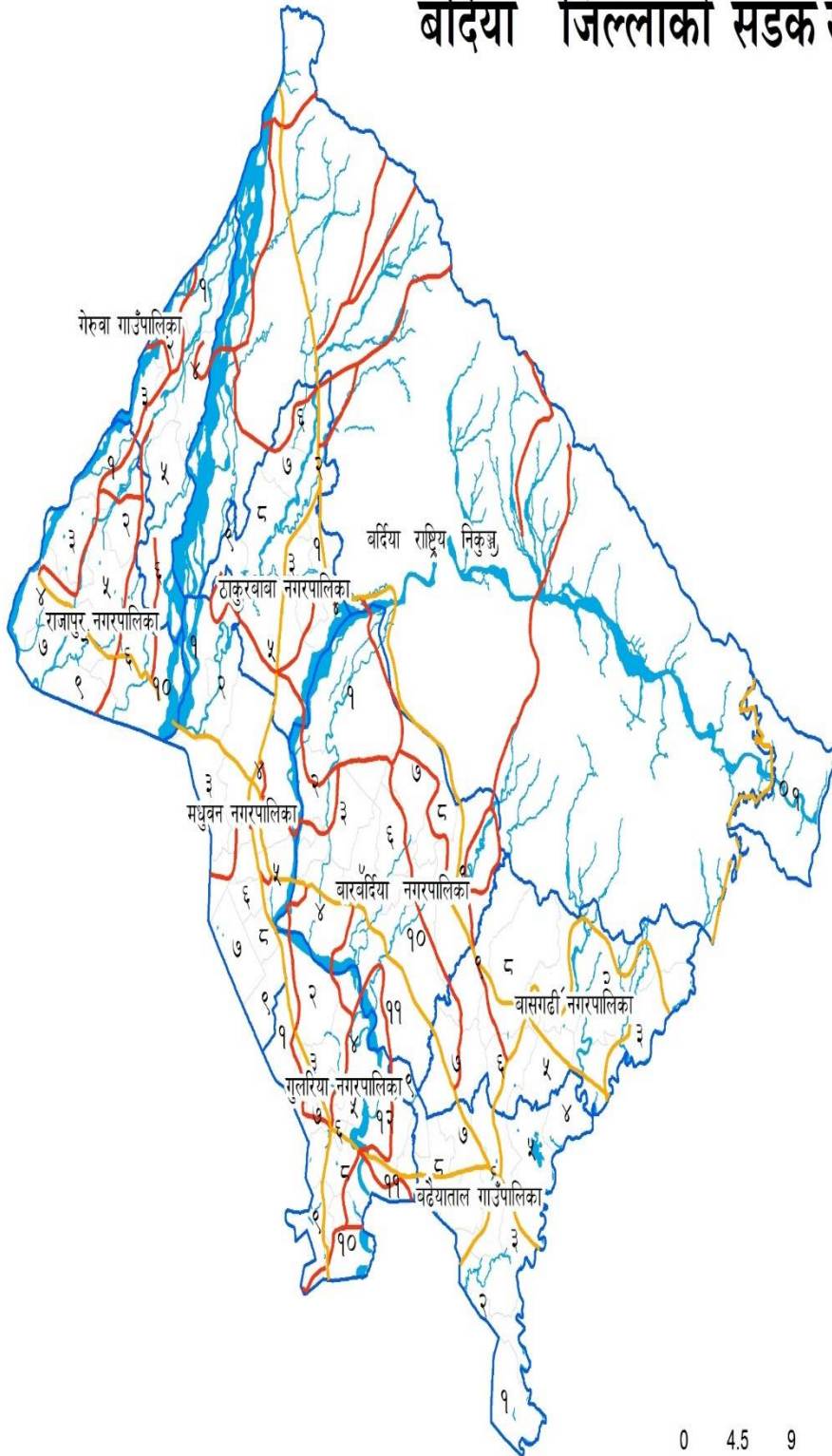
स्वास्थ्य सम्बन्धी कुनै समस्या जस्तै ज्वरो आएमा, भाडा पराला लागेमा, दम बढेमा, खोकी लागेमा, घ्यार-घ्यार भएमा, श्वास फेर्न कठिनाइ भएमा तुरुन्त स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं

सुत्ने कोठामा आगो, हिटर, मकल, कोइला त्रिकेट आदि बाली भ्याल ढोका बन्द गरेर कहिल्यै नसुतौं । त्यसो गरेमा श्वास फेर्न नसकी निसासिएर मृत्यु समेत हुन सक्छ

आगो बालेको ठाउँमा बच्चाहरूलाई एक्लै नछोडौं



# बर्दिया जिल्लाको सडक संजाल नक्सा



-  मुख्य सडक
-  सहायक सडक

0 4.5 9 18 Kilometers

