लालबन्दी नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
लालबन्दी, सर्लाही
प्रदेश नं. २, नेपाल

मिति : २०७६/१२/०६

कोरोना भाईरस (COVID-19) को संक्रमणबाट सचेत र सजग रहने बारे लालबन्दी नगरपालिकाको अनुरोध ।

हाल विश्वव्यापी रूपमा फैलिएको **कोरोना भाईरस (COVID-19)** यस नगरपालिका भित्र पनि देखिन सक्ने सम्भावित जोखिमलाई मध्यनजर गर्दै संक्रमणको पहिचान, रोकथाम र नियन्त्रणका लागि निम्न अनुसारको क्रियाकलापमा विशेष ध्यान पुऱ्याउनु हुन सम्पूर्ण नगरवासीहरूमा लालबन्दी नगरपालिका हार्दिक अनुरोध गर्दछ।

१. नियमित रूपमा साबुन पानीले राम्रोसँग हात धुने ।
२. खोक्दा वा हाछ्यु गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
३. अनावश्यक भिडभाड नगर्ने तथा भिडभाडमा नजाने ।
४. नियमित रूपमा मास्कको प्रयोग गर्ने ।
५. फ्लू जस्तो लक्षण देखिएमा नजिकको चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।
६. फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने व्यक्तिको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
७. पशुजन्य मासु/अण्डा लगायतका खानेकुराहरू राम्रोसँग पकाएर मात्र खाने । धुमपान तथा मद्यपान नगर्ने ।
८. अत्यावश्यक काम वेगर जथाभावी बाहिर ननिस्कने ।
९. आँखा, नाक, मुख छुनु पर्दा सफा हातले छुने ।
१०. सार्वजनिक स्थानमा व्यक्ति-व्यक्तिको दुरी १ देखी १.५ मिटर कायम गर्ने ।
११. जंगली तथा घरपालुवा पशुपंछी सँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
१२. हात नमिलाउने नमस्ते गर्ने बानी बसाल्ने ।
१३. शारीरिकरूपमा अस्वस्थताको अनुभूति भएमा आराम गर्ने ।
१४. अस्पतालमा संक्रमणको जोखिम बढी हुने हुँदा प्रेसर, सुगर, दम जस्ता दीर्घरोग भएका र हाल औषधि प्रयोग गरिरहेका बिरामीहरू सामान्य फलोअपमा अस्पताल जानुको साटो हाल सेवन गरिरहेको औषधीनै सेवन गरि घरमै बस्ने ।
१५. संक्रमण नियन्त्रणमा नआएसम्म ठूला जमघट हुने खालका सामाजिक कार्यहरू, भोज, उत्सव एवम् पर्वहरूमा सहभागी नहुने/नगराउने साथै २५ जना भन्दा बढी भेला हुने किसिमको कुनैपनि क्रियाकलाप नगर्ने ।
१६. सार्वजनिक यातायातले सीट क्षमता भन्दा बढी यात्रु नराख्ने ।
१७. ज्वरो आउने, घाँटी दुख्ने तथा श्वास फेर्न गाह्रो हुने जस्ता समस्या देखिएमा तुरुन्त स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क राख्ने ।

➢ लालबन्दी नगरपालिकाले २०७६ चैत्र मसान्त सम्मको लागि नगर भित्रका सबै किसिमका शैक्षिक क्रियाकलापहरूको साथै नगरपालिका अन्तर्गतका सबै स्वास्थ्य संस्थाहरूमा अत्यावश्यक बाहेकका अन्य सेवाहरू हाललाई बन्द गरेको छ ।

"तथ्यहिन हल्लाको पछी नलागौं, नआत्तिऔं, कोरोनाबाट सजग र सचेत रहौं,
सजग र सचेत रहन आग्रह गरौं ।"

- कोरोना भाईरस (COVID-19) सम्बन्धी कुनै जानकारी लिनु/दिनु र सोधपुछ गर्नु परेमा सम्पर्क नं. ९८४१०८४३४५ र ९८४४१८९९९६ मा सम्पर्क गर्न सकिने छ ।

लालबन्दी नगरपालिका
लालबन्दी, सर्लाही