तांजाकोट गाउँपालिका
गाउँकार्यपालिकाको कार्यालय

मैला हुम्ला
कर्णाली प्रदेश नेपाल
२०७३

पत्र संख्या ०७६/०७७
चलानी नं. :

मिति : २०७६/१२/०३

विषय :- जनचेतनाका लागी COVID-19 कोरोना भाइरसको संक्रमण प्रति सजकता रोकथाम तथा नियन्त्रण सम्बन्धमा ।

श्री ....।

प्रस्तुत विषयमा यस तौंजाकोट गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको मिति २०७६।११।३० गतेको निर्णय अनुसार यस तौंजाकोट गौउपालिका भित्र बसोबास गर्ने सम्पूर्ण आम जनसमुदायलाई बिश्वका अधिकाँस देशमा फैलियको कोरोना भाइरसको संक्रमणबाट बच्न तपशिल बमोजिमको उपायहरु अपनाउन हुन सम्बन्धित सबैको जानकारीका लागी सुचना प्रकाशन गरिएको छ ।

<u>तपशिल</u>

१ कोरोना भाइरस तातोसँग कमजोर हुने हुँदा नियमित रुपमा तातोपानी पिउनु पर्छ ।
२ दिउसो प्राय घाममा बस्नुपर्छ।
३ मास्कको अनिबार्य प्रयोग गर्नुपर्छ ।
४ साबुनको प्रयोग गरी लुगा नियमित धुनुहोस र घाममा सुकाउनु पर्छ ।
५ हाछ्यू गर्दा वा खोक्दा अन्य व्यक्ति भन्दा ३ मिटर टाढा रहनु पर्छ ।
६ खेतबारीमा काम गरिसकेपछी तुरुन्तै साबुन पानीले कम्तीमा १० पटक मिचिमिचि हात खुट्टा सफा धुनु पर्छ ।
७ पशुजन्य मासु तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर खानुपर्छ ।
८ भिडभाड तथा कोलाहलबाट टाढा रहनुपर्छ ।
९ उच्च ज्वरो आएमा , रुघाखोकी लागेमा , स्वासप्रस्वासमा अत्याधिक समस्या भएमा तुरुन्त स्वास्थ्य सँस्थामा सम्पर्क गर्नु पर्छ।

लाल प्रसाद ढकाल
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

" शिक्षा ,स्वास्थ्य , कृषि , पर्यटन र पूर्वाधार "
"तौंजाकोट गाउँपालिकाको विकासको मुल आधार"

Webside- tajakotrm.gov.np E-mail- ito.tajakotmun@gmail.com
सम्पर्क नम्बर : 9851119292 (गा.पा.अध्यक्ष), 9861250295(गा.पा.उपाध्यक्ष), (9858322669 (प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत)

Scanned with CamScanner