CIVIC ACTION TEAMS

Nepal Coronavirus CivActs Campaign

अंक #६३

०५।६।२०७७

Coronavirus CivActs Campaign (CCC) सँ सरकार, सञ्चार माध्यम, संघसंस्था आ आम नागरिक बिचक सूचनाके दुरी कम कएक देशभैरसं संकलन कएलगेल हल्ला, नागरिकक जिज्ञासा आ प्रश्नसभ संकलन कए तथ्य पत्ता लगाएक आम नागरिकके सूचित करैत अछि । एहिसं आम नागरिकक आवश्यकताके पहिचान करबाक साथे हल्लासभहक कोनो नकारात्मक असर पहुचावस पहिलेहि सान्दर्भिक तथ्य आम नागरिक सभमे प्रवाह कए जोखिम न्युनिकरण करैत अछि ।

कोभिड-१९ के सन्दर्भमे रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाब ई पोषक तत्वसभ खाएलजाउ

भिटामिन ए

मांस, कलेजी, अण्डाके पियर भाग, माछ, घी, दुध, पाकल पपिता, सन्तोला रंगके सखरखण्ड, गाजर, हरियर सागपात तथा पियर फलफूलसभ

भिटामिन सि

खट्टा फलफूल जस्तैः कागती, सन्तोला, मौसमी आदि तथा पाकल जेहन हरियर सागपातसभ

भिटामिन इ

काजु, बदाम, ओखर, घी, एभोकाडो, तिसी जेहन तेलहन दानासभ, माछ, हरियर सागसब्जीसभ

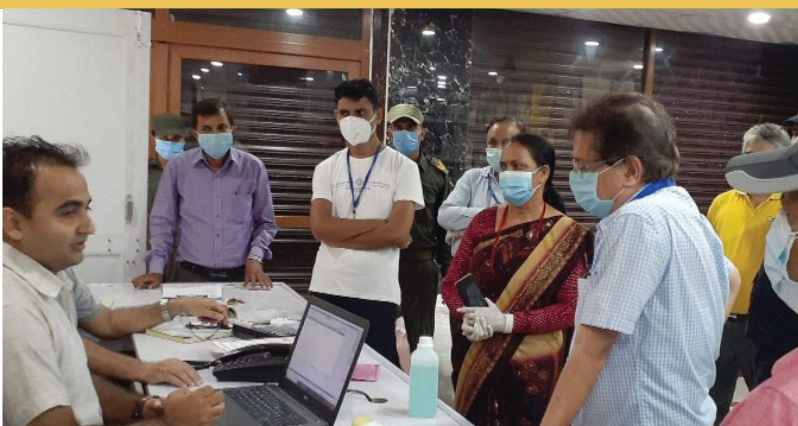
जिङ्क

गेडागुडी, छिलका सहितके अन्नसभ, काजु, बदाम, ओखर, दुधके परिकारसभ, लाल मांस

अलगे अलगे उमेर समुह आ आरो बिमारी सहित कोभिड - १९ संक्रमित बिमारीके खायवला पौष्टिक आहारके विस्तृत मेनु निचाके लिंकमे देलगेल छै ।

स्रोतः https://www.facebook.com/457161001021145/videos/1032488617173276

नेपाल अपडेट



मेडिकलजन्य सामानके थोक आ खुदरा बिक्रेतासभ स्वास्थ्य सामग्रीमे अस्वाभाविक दाम बढेलापर बुटवल उप-महानगरपालिकाके उप-प्रमुख गुमादेबी आचार्यके नेतृत्वमे अनुगमन कलरहल

तस्बिरः भवानी प्रसाद पाण्डे

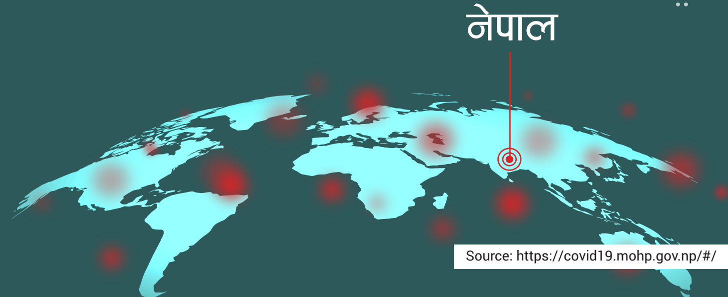
परिक्षण

पिसिआर परिक्षणः ९२३,८२३

पोजेटिभः ६५,२७६

उपचाररतः १७,६११

मृत्यु : ४२७



Source: https://covid19.mohp.gov.np/#/

हल्ला र तथ्य

घर तथा होटेल आईसोलेशनमे रहल बिमारीके मापदण्ड पुरा नै करैत छै से शिकायत छै । एकर निगरानी के कऽरहल छै ?

लक्षण नै देखाएल या सामान्य लक्षण भेल संक्रमित घर या होटेल आईसोलेशनमे रहके प्रयोजनके लेल सम्बन्धित संक्रमित आ निर्धारित स्वास्थ्यकर्मीके संयुक्त सहमतिमे कर पड़ैत छै । संक्रमितके आईसोलेशनमे रहलापर मापदण्ड पालना करके साथे निर्धारित स्वास्थ्यकर्मीके प्रत्येक दिन अपन स्वास्थ्य अवस्थाके जानकारी उपलब्ध कराएब कहिक फारम भर परैत छै । तेकर कार्यान्वयन भेल/नैभेलके सुनिश्चित करके जिम्मेवारी सहमतीपत्रमे हस्ताक्षर करवला स्वास्थ्यकर्मीके होईत छै ।

स्रोत: https://drive.google.com/file/d/1L6YkCZTFcaFgbDmHIM-hr4lkxlB4nQbu/view

बहराईन स्थित नेपाली दुतावास बहराइन फिर्ता आबवला नेपालीके आवश्यक कागजात पठाब कहने छै कहादन । कोन कागजात आ केना पठेबै ?

छुट्टीमे आएल लेकिन कोरोनाके कारण रोकाएल नेपालीके बहराईन आब पाबी कहिक दुतावासद्वारा उपलब्ध कराएलगेल फारममे विवरण भैरके पठेने छलै । एना आरो विवरण बुझेने लेकिन राहदानी नम्बर तथा ऋएछ नम्बर उपलब्ध नै करेने सूचिमे नाम भेल नेपालीके ओई सूचीमे उल्लेख भेल क्रम संख्या, पुरा नाम सहित राहदानी नम्बर दुतावासके ह्वाट्स एप नं. ३२००५०४१ या ३५४२७७१७ मे उपलब्ध कराब बहराईन स्थित नेपाली दुतावास आग्रह केने छै । एना बहराइन फिर्ता आब चाहवला २१५ कोई नेपालीके नामावली सेहो दुतावास सार्वजनिक केने छै ।

स्रोत: https://bh.nepalembassy.gov.np/notice-of-chartered-flight-to-nepal-3/

रुपन्देहीमे अखन कन्ट्याकट ट्रेसिङमे ढिलाई भेनाई आ रिपोर्टके लेल सेहो एक सप्ताहतक प्रतिक्षा करपरके अवस्था छै । एना किया ?

पहिलेके लुम्बिनी अञ्चलके ६ जिलाके स्वाव प्रदेश जनस्वास्थ्य प्रयोगशाला, भैरहवा पहुचैत अछि । समुदायमे संक्रमण दर बढला सँ अखन १२ सय स्वाव पेन्डिङमे छै । अईके कारणसँ सेहो परिक्षणके परिणाम आबमे ढिलाई भेल छै । अखन दैनिक २ सय सँ ३ सय तक परीक्षणके परिणाम आबिरहल छै । स्वचालित मशिन नै भेनाई, परिक्षण किटके अभाव भेनाई, निजी आ आरो जगहमे परिक्षण भऽरहल स्वाव डाइभर्ट भेनाई, पोजेटिभ देखायके गति बढ्नाई आ असम्बन्धित व्यक्तिके स्वाव संकलन भेला सँ सेहो नतिजा आब ढिलाई भऽरहल छै ।

स्रोत: डाक्टर राजेन्द्र गिरी, प्रमुख, प्रदेश जनस्वास्थ्य प्रयोगशाला भैरहवा

कक्षा १२ के परीक्षा अनलाईनसँ हेतै से सुनाईत छै लेकिन, सम्बन्धित विद्यालय त कोनो सूचना जारी नै केने छै ?

किछ सञ्चार माध्यमसभ कक्षा १२ के परीक्षा अनलाईन माध्यमसँ हेतै तै शिर्षकमे समाचार बाहर अनलाके बादो, आधिकारिक सँस्था राष्ट्रिय परीक्षा बोर्ड परीक्षा सञ्चालनके लेल अखनतक कोनो निर्णय नै केने छै । एना भ्रमपूर्ण समाचार संप्रेषण नै कऽदेब कहैत बोर्डद्वारा सूचना जारी करैत सम्बन्धित सबके अनुरोध केने छै ।

स्रोत: http://www.neb.gov.np/uploads/photos/J457xzYLVc200917090521.pdf

WhatsApp मार्फत हमरासभके विषयमे नियमित ताजा जानकारी पाब

१. आहाके कन्ट्याक्ट लिस्टमे +2760806146 एड करु

२. उपरका कन्ट्याक्ट नम्बरमे Nepal लिखक म्यासेज पठाउ

COVID-19

को बारेमा बुझ्न नि:शुल्क हटलाईन

viamo द्वारा प्रस्तुत

कोभिड - १९ सम्बन्धि मंगानियेमे जानकारी लेबके लेल आहाके NTC सिमकार्ड सँ

३२१०० मे डायल करु

accountabilitylab NEPAL

Open Migration

मुख्य गन्तव्य राष्ट्रमा रहेका नेपाली कामदार

साउदी अरब	कुवेत	बहराईन	कतार	युएई	ओमान	मलेसिया	दक्षिण कोरिया
३,३४,४५१ नेपाली	७१,१९३ नेपाली	२६,००० नेपाली	४,०६,९१७ नेपाली	२,२४,९०५ नेपाली	१७,०५७ नेपाली	५००,००० नेपाली	३८,८६२ नेपाली
३,२९,७५४ संक्रमित	९९,४३४ संक्रमित	६५,०३९ संक्रमित	१,२३,३७६ संक्रमित	८५,५९५ संक्रमित	९३,४७५ संक्रमित	१०,२७९ संक्रमित	२३,०४५ संक्रमित
१८७५ नेपाली संक्रमित	१६५० नेपाली संक्रमित	४५१ नेपाली संक्रमित	२२,५०० नेपाली संक्रमित	२४०० नेपाली संक्रमित	४५ नेपाली संक्रमित	८१ नेपाली संक्रमित	२ नेपाली संक्रमित
११ मृत्यु भएका नेपाली	७ मृत्यु भएक नेपाली	३ मृत्यु भएका नेपाली	१६ मृत्यु भएका नेपाली	३० मृत्यु भएका नेपाली	१ मृत्यु भएका नेपाली		

- गन्तव्य राष्ट्रमा संक्रमित नेपाली
- गन्तव्य राष्ट्रमा नेपाली जनसंख्या
- गन्तव्य राष्ट्रमा संक्रमित जनसंख्या
- गन्तव्य राष्ट्रमा मृत्यु भएका नेपाली

स्रोत: https://coronavirus.jhu.edu/map.html
https://www.covid19.nrna.org.np/
https://publications.iom.int/system/files/pdf/mp_nepal_2019.pdf

ShramikSanjal

मध्यपूर्वके जानकारी

१. आहाँके साउदी अरबके भिषाके म्याद खतम नै भेल होबके चाही । अपन भिसाके म्याद बाँकी छै कि नै से जाँच करके लेल https://muqeem.sa/#/visa-validity/check मे जाल्क अकामा नंम्बर या भिषा नम्बर राईखक देखु ।

२. यदि श्रम नै छै त श्रम करु । अखन श्रम करके लेल आरो कागजात संगे कम्पनीके NOC सेहो चाही।

३. हवाई टिकट प्रदायक (हिमालय या नेपाल एयरलाईन्स) सँ बात करु । आहाँके जायपरवला साउदीके शहरमे कहियाके लेल टिकट छै, से बुझिक टिकट बुक कराउ ।

४. तेकरबाद PCR परीक्षणके लेल जालसकैत छी । साउदी अरब फिर्ता आबके लेल ४८ घण्टा नै कटल एऋच के Negative Report चाही ।

५. सब नियमके पालना करैत आब आहाँ स्वास्थ्य सम्बन्धी सम्पूर्ण मापदण्ड पालना करैत साउदी अरब प्रस्थान कल सकैत छी ।

www.facebook.com/shramik.sanjal सँ आहाँ प्रत्येक रविदिन, बुधदिन आ शुक्रदिन साझँमे UAE Time (8:00 PM), Qatar, KSA, Kuwait (7:00 PM) Malaysia (12 Midnight) हमरासभके लाईभ देख सुन सकैत छी ।

$ फलो द मनी - खर्चको अर्थ

२०७७ साल श्रावण मसान्त सम्म कोभिड - १९ को सन्दर्भमा भएको जम्मा खर्च

१३ अर्ब ३७ करोड

संघिय सरकार	प्रदेश सरकार	स्थानीय सरकार	प्रधानमन्त्री कोरोना रोकथाम तथा उपचार कोष
३६%	११%	४५%	८%

संघिय सरकारमा भएको खर्च शिर्षक

औषधी तथा स्वास्थ्य उपकरण
रु. १,७५,५२,४०,०००

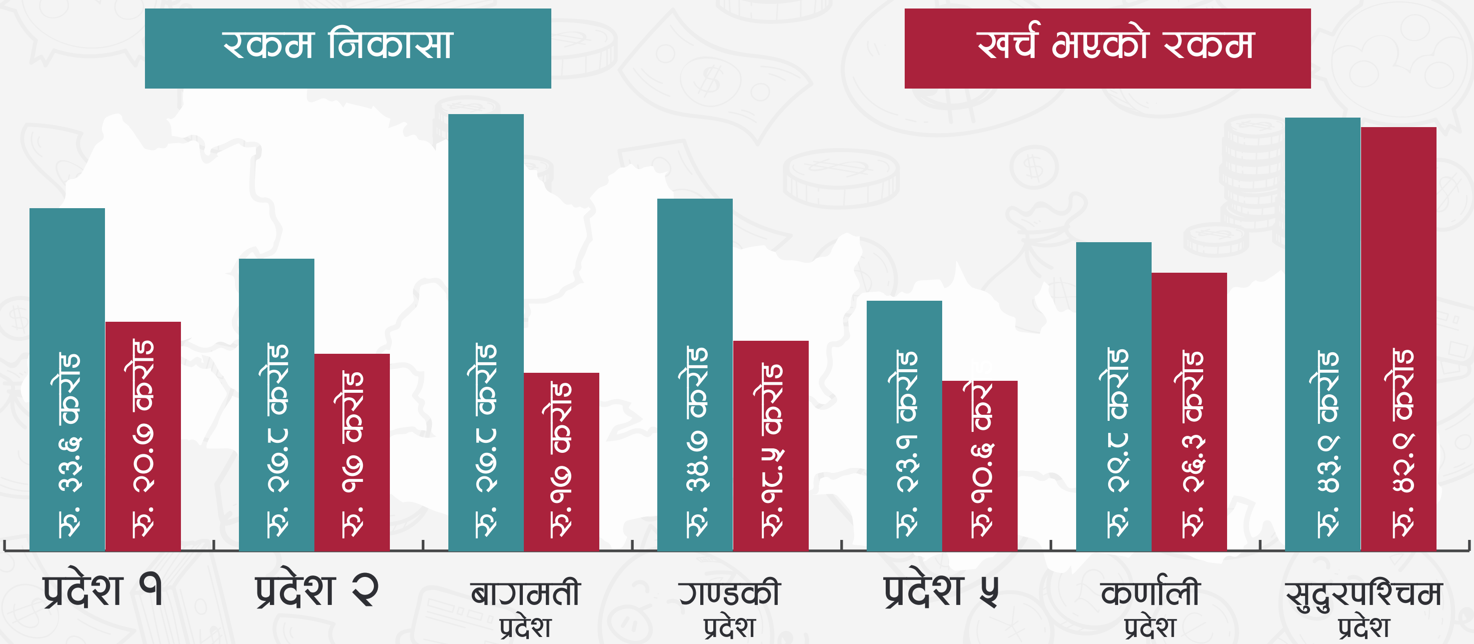
क्वारेन्टाईन व्यवस्थापन
रु. ४,६९,४६,०००

स्वास्थ्य बीमा
रु. २,९३,८८,९६,०००

अन्य
रु. १,२४,७३,०००

मानव स्रोत साधन परिचालन
रु. ५,७४,४३,०००

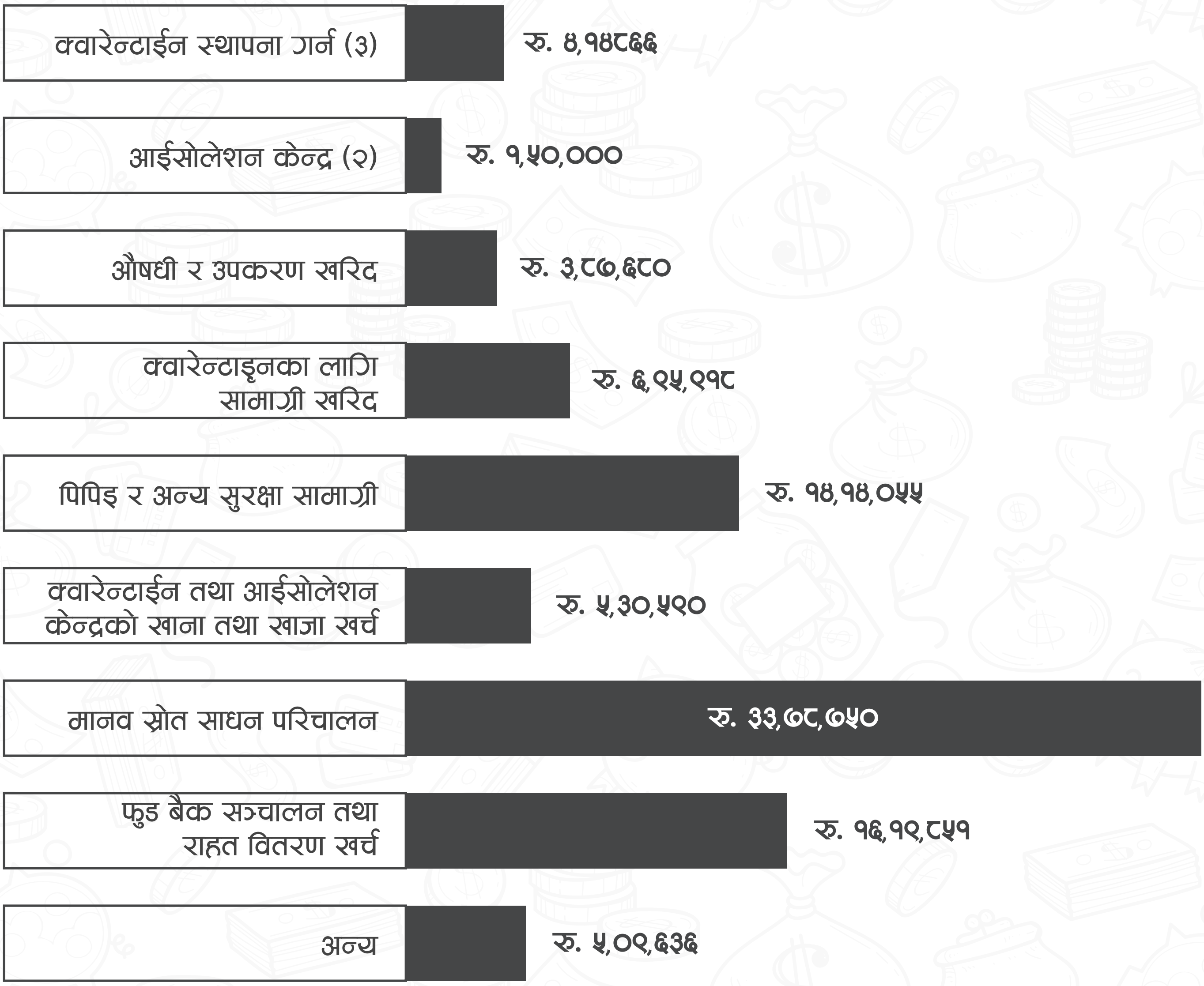
प्रदेश सरकारले गरेको खर्च



accountabilitylab NEPAL

$ फलो द मनी - खर्चको अर्थ

पनौती नगरपालिका कार्यद्वारा कोभिड - १९ सम्बन्धी कएलगेल खर्च



पनौती नगरपालिका कोभिड - १९ सम्बन्धी जम्मा ९१ लाख रुपैयाँ खर्च केने छै । ऊ सबसँ बेसी खर्च मानव स्रोत साधन परिचालनमे केने छै । नगरपालिकाद्वारा कएलगेल जम्मा खर्चके देखल जाय त, ई रकम बहुते छै । लेकिन, आरो खर्च मुदा तार्किक छै । कुल खर्च मे सँ बहुते खर्च राहत वितरण आ पिपिइ किनमे भेल छै । जे की, कारोना रोकथाम तथा नियन्त्रणमे भेल बढिया प्रयास कहल जालसकैय । नगरपालिकाद्वारा सार्वजनिक कएलगेल खर्चमे प्रश्न उठाबके जगह नै देखाईत छै । एना देखला सँ पनौती नगरपालिका पारदर्शिताके बढिया उदाहरण प्रस्तुत केने छै आ ई अभ्यास सँ नागरिकके विश्वास सेहो जित लेतै ।

नोट: हमरासभके उद्देश्य सरकारद्वारा कयलगेल बढिया काज आ छुट्याओलगेल बजेटके विषयमे सबके जानकारी होई आ तेकरबाद अई विषयमे नागरिक आ आरो सरोकारवालाके बीचमे बातचित भलक सरकारके पर्याप्त पृष्ठपोषण प्राप्त होई से अछि । एत प्रस्तुत विवरण पूर्ण नै छै । उपलब्ध माध्यमसँ संग्रह कलक राखलगेल अछि । आरो सही तथ्यांक संकलन कलक परिमार्जन करैत जायब । अईमे सबकोईके सहयोग क देब लेल आग्रह करैत छी ।

accountabilitylab NEPAL

कोरोनाके कारण वर्षोंके वैदेशिक रोजगारीके कमाई बैंकके ऋण तिरैत ठिक

अर्घाखाँचीके छत्रदेब गाउँपालिका-७ के ३८ वर्षिय गणेश प्रसाद पाण्डे १२ कक्षा पैढ्ते पैढ्ते मलेसिया पहुच गेलाह । घरके आर्थिक अवस्था कमजोर भेलाके कारण, तीन भाई आ एक बहिन मे सँ जेठ पाण्डे तीन वर्षक मलेसियाके कमाई सँ पहाडमे घर बनेलक । साथीसभ, मलेसियाके तुलनामे नेपालेमे बेसी कमाई होईछै, हम सहयोग करबौ कहलापर मलेसियाके भिषा रद्द कलक उ नेपाल फिता आबी गेल ।

नेपाल एलाके बाद साथीसभ फेर कोनो मतलबे नै करला सँ फेर विदेश जायके सोच बनेलक । तेकरबाद पाण्डे नेपालके एक मेनपावर कम्पनी मार्फत कतार पुगलाह । दैनिक ८ घण्टा काम । मासिक ७ सय रियाल पारिश्रमिक । ओभर टाइम सेहो कर पायत । अफिस ब्वायके रुपमे काम करब कहैत कतारके मनास्लु कम्पनी पुगल पाण्डेके ओत पुगलाके बाद मुदा, कहल जेहन काज नै भेटल । १० घण्टा काम कर पड्त आ खानाके लेल अपने खर्च कर पड्त कहिक ७०० रियाल भेटत कहल गेल ।

खानाके मासिक २२५ रियाल तिर परैत छलै । तैयो, उ हिम्मत नै हारलक । गाडी चलाब सिखक लाईसेन्स निकाललक । बिगत १२ वर्षसँ ओत कार्यरत पाण्डे अखन ३ हजार रियाल अर्थात मासिक नेपाली करिब १ लाख रुपैयाँ कमाईत छलाह । मनास्लु कम्पनीके इलेक्ट्रोनिक डिपार्टमे सेल्समेनके रुपमे कार्यरत पाण्डे २०७७ फागुनके १८ गते ३५ दिनके छु ीमे नेपाल एलाह ।

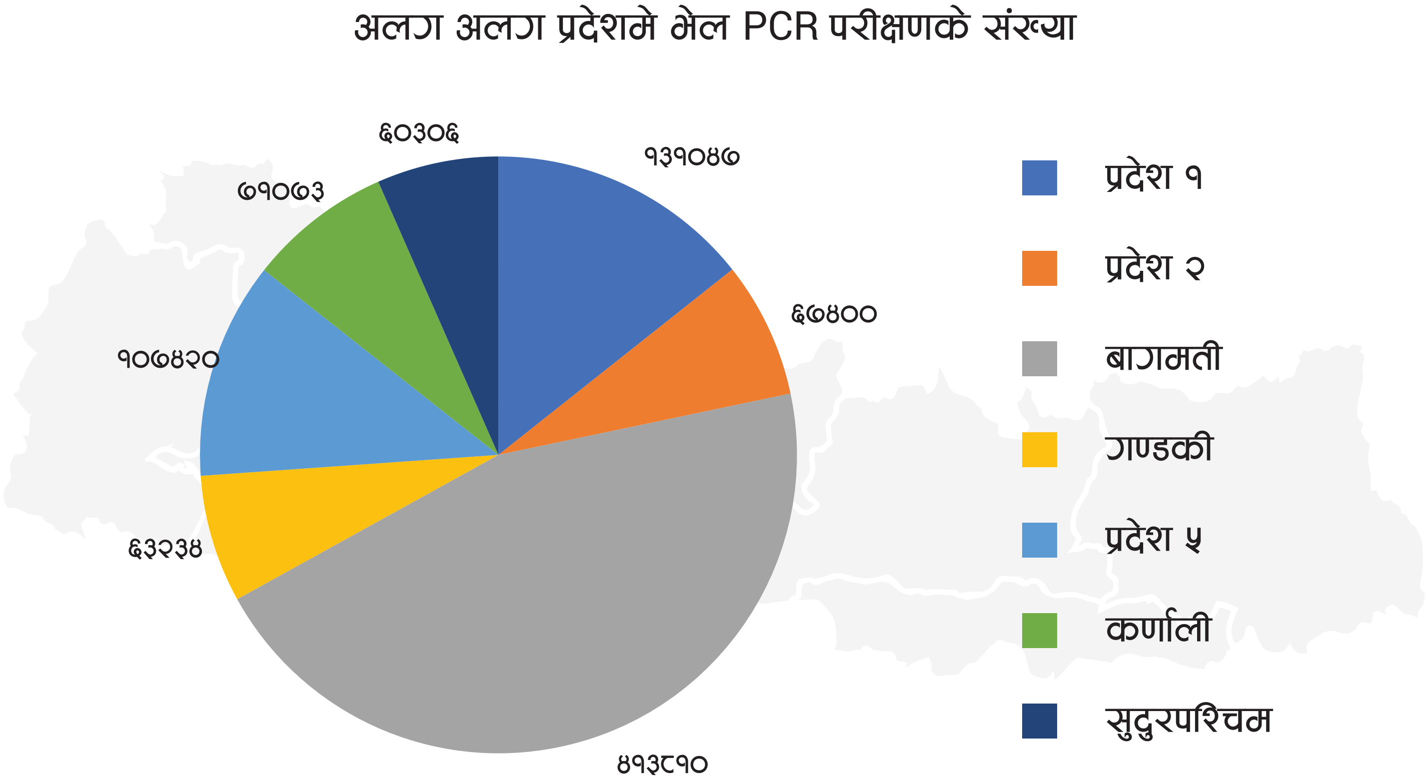
नेपाल एलाके बाद कोरोना महामारकि जोखिमके कारण सरकार चैत्र ११ गते सँ लकडाउन केलक । जै के कारण अप्रिल ५ मे फिर्ता जायके टिकट लेने ऊ फिर्ता नै जाळसकल । अहि बीच बैंक सँ ऋण लळक रुपन्देहीके तिलोत्तमा-९ मे घर बनाक पाण्डेके परिवारके मासिक कमाईके अभावमे किस्ता तिर समस्या होब लागल ।

लकडाउनसँ नेपालेमे रहपरवला अवस्था, मासिक कमाई नैभेल आ भेलके पैसा सेहो घरायसी काजमे खतम भेला सँ दूटा बेटा, कनिया आ बाबुमाँ सहित रहल ६ कोईके परिवारमे आर्थिक समस्या देखाय लागल । कनिया गीताद्वारा सञ्चालन केने फेन्सी दोकान सेहो लकडाउनक कारण बन्द छलै । घर चलाबहे मे समस्या भळरहल समयमे बैंकसँ किस्ताके लेल आबवला लगातारके फोनके कारण तनाव झेलरहल पाण्डे परिवार ऋणे दोसर बैंकमे सारके लेल प्रस्ताव केने छैथ ।

कोरोनाके जोखिम केना बढ्त जेतै ? लकडाउन कतेक लम्बा जेतै ? अवस्था कि हेतै ? घर बनाव लेने ऋणके किस्ता तिर नै सकला पर कि हेतै ? यदि फेर कतार जाय नै पेतै आ ऋण सेहो तिर नै सकलापर कि करबै ? से सोच बेर बेर आब लगलापर किस्ता तिरक माथ हल्का बनाबके लेल उ घरे बेचके निर्णय मे पुगल छैथ।

सही सूचना

अलग अलग प्रदेशमे भेल PCR परीक्षणके संख्या



उपरके चार्ट सँ नेपाल मे सबसँ बेसी एत्रःच परीक्षण बागमती प्रदेशमे भेल छै । शुरुमे सब जगह सँ स्वाब संकलन कलक परीक्षणके लेल काठमाण्डौ आनल जाईत छलै, लेकिन अखन परिक्षणके दायरा बढा्क सब प्रदेशमे पुगाएल गेल छै । अखनो तक दैनिक कुल परीक्षणके आधा जते परिक्षण बागमती प्रदेशमे भळरहल छै । सक्रिय संक्रमितके संख्या देखल जाय त, अन्तिम चार सप्ताहमे काठमाण्डौ जिला सबसँ उपर छै । बागमती प्रदेशमे सबसँ बेसी परिक्षण होबके कारण ई सेहो होब सकै छै । यद्यपी, परीक्षणके संख्या देखाल सँ कोरोना विरुद्धके लडाईमे किछ भेदभाव भेलै कि कहल जाळसकैत छै । किया कि प्रदेश २ सबसँ बेसी जनघनत्व भेल प्रदेश छै ।

स्रोत: HEOC, MoHP, SitRep

DISCLAIMER

अई अंकमे समेटलगेल हल्ला, सवाल तथा सूचनासभ, बहुतोरास संस्था तथा व्यक्ति, नेपाल सरकार स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय आ विश्व स्वास्थ्य संगठनके वेबसाईट, सामाजिक सञ्जाल, ७ टा प्रदेशमे रहल कम्युनिटी फ्रन्टलाईनर्स आ सिभिक एक्सन टिम विगत एक सप्ताहमे बहुतो आदमीसभसंगेके प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष संवादसँ संकलन कएलगेल छै । विषयके महत्व, सान्दर्भिकता आ तीव्रताके ध्यान दळक हल्ला, सवाल तथा जिज्ञासासभ छनौट कएलगेल छै । अई अंकमे समेटलगेल जानकारी बुलेटिन प्रकाशित भेल मिति तक सत्य छै ।

Coronavirus CivActs Campaign is brought to you by **Accountability Lab Nepal**.

accountabilitylab communities

@CivicActionTeams @civacts @CivActs

CivActs | Email: civactsnp@accountabilitylab.org | Phone: 9851203219