विपद् स्वयम्सेवक परिचालन आधारभूत तालिम पाठ्यक्रम

२०८१

नेपाल सरकार

गृह मन्त्रालय

राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण

सिंहदरवार, काठमाण्डौ

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण
सिंहदरवार, काठमाडौं

कार्यदलका सदस्यहरू

संयोजकः डा. भीष्मकुमार भूसाल, सह-सचिव, राष्ट्रिय विपद जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण

- सदस्य श्री भीमकान्त शर्मा, उप-सचिव, रा. वि. जो. न्यू. तथा व्य. प्राधिकरण
- सदस्य श्री सन्ध्या सिग्देल, उप-सचिव, रा. वि. जो. न्यू. तथा व्य. प्राधिकरण
- सदस्य श्री भगीरथ महत, सेनानी, नेपाली सेना
- सदस्य श्री रामकुमार दानी, प्रहरी नायव उपरीक्षक, नेपाल प्रहरी
- सदस्य श्री अमित सिंह, सशस्त्र प्रहरी नायव उपरीक्षक, ससस्त्र प्रहरी बल नेपाल
- सदस्य श्री प्रमोद अधिकारी, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी
- सदस्य डा. सुरेश चौधरी, भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज, नेपाल
- सदस्य सचिव श्री गोमादेवी चेम्जोङ, उप-सचिव, रा. वि. जो. न्यू. तथा व्य. प्राधिकरण
- आमन्त्रित श्री लक्ष्मण बस्नेत, सशस्त्र प्रहरी नायव उपरीक्षक, ससस्त्र प्रहरी बल नेपाल

विशेषज्ञहरू

- डा. गणेश कुमार जिमी, भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज नेपाल
- श्री ठुले राई, पूर्व अतिरिक्त प्रहरी महानिरीक्षक, नेपाल प्रहरी
- डा. सिर्जन मल्ल, प्रमुख सेनानी (अवकाश प्राप्त), नेपाली सेना

सल्लाहकारहरू

- श्री अनिल पोखरेल, पूर्व कार्यकारी प्रमुख
- श्री रोशनीकुमारी श्रेष्ठ, सह-सचिव

भाषा सम्पादन

- श्री सीताराम कोइराला, उप-सचिव, रा. वि. जो. न्यू. तथा व्य. प्राधिकरण

भूमिका

नेपालमा वर्षेनी विभिन्न प्रकारका विपद्का घटना हुने गरेका छन्। प्रत्येक वर्ष लगभग ९०० वटा विपद्का घटनामा परी ठ"लो मात्रामा जनधनको क्षति हुने गरेको छ। विपद्बाट नेपालका शहरी क्षेत्रदेखि छरिएर रहेका गाउँ बस्ती समेत प्रभावित हुने गरेका छन्। विपद असंवेदनशील मानवीय जीवनशैली, सचेतनाको अवस्था तथा पँहुचको अभावले गर्दा ग्रामीण क्षेत्र अझ बढी विपद्को जोखिममा रहेको पाइन्छ। यो अवस्थामा सुधार ल्याउन प्रदेश तथा स्थानीय सरकारको नेतृत्व र समन्वयमा विपद् उत्थानशील समुदाय निमार्णको लागि विशेष पहलको खाँचो छ।

नेपालको संविधानले प्राकृतिक तथा गैरप्राकृतिक विपद् व्यवस्थापनलाई राज्यको दायित्वको रूपमा परिभाषित गरेको छ। प्राकृतिक प्रकोपबाट हुने जोखिम न्यूनीकरण गर्न पूर्वसूचना प्रणाली, पूर्वतयारी, उद्धार, राहत एवम पुनर्स्थापना गर्नुपर्ने कुरा संविधानमा उल्लेख गरिएको छ। विपद् व्यवस्थापनसँग सम्बन्धित विषयलाई स्थानीय तहको एकल अधिकारको सूचीमा समावेश गरिएको तथा सङ्घ र प्रदेशको साझा अधिकारको सूचीमा प्राकृतिक तथा गैर प्राकृतिक विपद् पूर्वतयारी, उद्धार तथा राहत र पुनर्लाभको विषय समेटिएको छ। त्यसैगरी तीनै तहको साझा अधिकारको सूचीमा विपद् व्यवस्थापनका कार्यलाई उल्लेख गरिएको छ। स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ ले पनि स्थानीय तहलाई आफ्नो क्षेत्रको समग्र विकासका लागि आवश्यक नीति, कानुन, निर्देशिका, मापदण्ड एवम विकास योजना तर्जुमा तथा कार्यान्वयन, अनुगमन, नियमन र मूल्याङ्कन गर्ने व्यवस्था गरेको छ।

यस परिप्रेक्ष्यमा नेपालका विभिन्न गाउँपालिका÷नगरपालिकालाई वहुप्रकोपबाट सुरक्षित बनाउन, आपत्कालीन प्रतिक्रिया प्रणालीलाई सुदृढ गर्न, समयमै प्रभावकारी सहयोग प्रदान तथा आपतकालीन अवस्थामा तथा विनाशकारी विपत्तिमा प्रतिकार्यका लागि ***"स्थानीय नेतृत्व र समुदायक प्रथम प्रतिकार्यकर्ता"***को मान्यतालाई आत्मसात गर्दै उच्च दक्षता भएका आपतकालीन प्रतिकार्य टोली विकास गर्न तथा समुदायमा हुने विपद्को समयमा सुरक्षा र गुणस्तरीयतालाई सुनिश्चित गर्दै प्रतिकार्य गर्न आवश्यक पर्ने आधारभूत ज्ञान एवम् सीप प्रदान गर्ने अभिप्रायले राष्ट्रिय विपद जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणको मार्गदर्शन र नेतृत्व भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज (एनसेट) सँगको साझेदारीमा विपद् स्वयम्सेवक परिचालन आधारभूत तालिम पाठ्यक्रम, २०८१ तयार गरी परीक्षणका रूपमा लागू गरिएको छ । यो पाठ्यक्रम तयारीका लागि विशेष जिम्मेवारीका साथ कार्य गर्ने कार्यदलका सदस्य, सल्लाहकार, विज्ञ, बुद्धिजीवी, भाषा सम्पादक, एनसेट परिवारलगायत सम्बद्ध सवैलाई प्राधिकरण हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछ ।

राष्ट्रिय विपद\ जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण

सिंहदरबार, काठमाडौं

विपद् स्वयम्सेवक परिचालन आधारभूत तालिम पाठ्यक्रम

१. पृष्ठभूमि

नेपाल प्राकृतिक प्रकोप र मानवजन्य आपतकालीन परिस्थितिका कारण उत्पन्न विभिन्न विपत्तिको अवस्थासँग अपरिचित छैन, जसमाथि जलवायु परिवर्तनले झनै जटिल बनाएको छ। आपतकालीन अवस्थामा र विनाशकारी विपत्तिमा प्रतिकार्य गर्नका लागि उच्च दक्षता भएका आपतकालीन प्रतिकार्य टोलीहरूको आवश्यकता छ। यस सन्दर्भमा राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण, गृह मन्त्रालय, नेपाल सरकारले देशमा आपत्कालीन प्रतिकार्य प्रणालीलाई सुदृढ गर्नका लागि राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय स्तरमा प्रशिक्षण गराइरहेका विशेषज्ञद्वारा प्रशिक्षित उच्च क्षमता भएका पेसेवार प्रतिकार्यकर्ताहरू तथा सामुदायिक स्वयंसेवक विकास गरी व्यवहारमा उतार्न प्रयासरत रहेको छ।

नेपालको समग्र आपतकालीन प्रतिकार्य क्षमतालाई अभिवृद्धि गर्न, विभिन्न पाठयक्रमहरूलाई राष्ट्रिय र स्थानीय आवश्यकतामा आधारित बनाउने र सो मुताबिक विकसित गर्ने दिशामा यो पाठयक्रम केन्द्रित रहेको छ। कार्यक्रमको प्रभावकारिता र दिगोपन कायम राख्नका निम्ति राष्ट्रिय सन्दर्भमा पाठ्यक्रमको अनुकूलता माथि जोड दिंदै सम्बन्धित संस्थामा पाठ्यक्रमलाई एकीकृत गर्ने तथा स्थानीय र राष्ट्रिय सञ्जालको निर्माणलाई टेवा दिंदै लगिनेछ।

२. सैद्धान्तिक आधार

यो पाठ्यक्रम देहायका सिद्धान्त वमोजिम तयार गरिएको छ:

- मानवता
- प्रतिवद्धता
- स्वामित्व
- समावेशिता (विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनमा लैंगिक समानता, अपाङ्गता तथा सामाजिक समावेशीकरण रणनीतिक कार्ययोजना, २०८१)
- ऐक्यबद्धता
- निश्पक्षता
- पारदर्शिता/तटस्थता
- सामाजिक मागको सिद्धान्त।

३. **पाठ्यक्रमको उद्देश्य**

समुदायमा हुने विपद्को समयमा सुरक्षा र गुणस्तरियतालाई सुनिश्चित गर्दै प्रतिकार्य गर्न आवश्यक पर्ने आधारभूत ज्ञान एवम् सीप प्रदान गर्ने यस पाठ्क्रमको मुख्य ध्येय रहेको छ।

प्राकृतिक र गैर प्राकृतिक प्रकोपजन्य विपदको जोखिम न्यूनीकरण र व्यवस्थापनको लागि स्वयंसेवकको संस्थागत विकास एवं परिचालन गरी विपद् व्यवस्थापनको प्रभावकारिता अभिवृद्धि गर्नु यसको मुख्य उद्देश्य रहेको छ। यसका साथै देहाय बमोजिमको अन्य सहायकउद्देश्य पनि रहेका छन्:

- विपद् व्यवस्थापनका विभिन्न विषयगत क्षेत्रमा स्वयंसेवक सङ्गठित गरी क्षमता अभिवृद्धि गर्नु,
- विपद् व्यवस्थापनमा विभिन्न निकाय वा सङ्घ संस्थाका प्रयासलाई सहजीकरण गर्नु,
- विपद् व्यवस्थापनमा अन्तराष्ट्रिय स्वयंसेवकहरूको परिचालन र व्यवस्थापनमा सहजीकरण गर्नु।

४. **पाठ्यक्रमको ढाँचा देहायबमोजिम रहेको छः**

खण्ड कः नेपालमा विपद व्यवस्थापन प्रणाली

सि.नं	विवरण	समयावधि			
		प्रस्तुतिकरण	प्रदर्शन	अभ्यास	समय (४५ मि. सेसन)
१	तालिमको परिचय (उद्देश्य, समय तालिका, प्रशिक्षक तथा प्रशिक्षार्थीको परिचय, प्रशिक्षण तथा मूल्याङ्कन विधि, तालीमका आधारभूत नियम, सुरक्षा जानकारी र बन्दोबस्तीको जानकारी)	छ			१ सेसन
२	विपद परिचय र परिदृष्य (जलवायु परिवर्तन, आगलागी, बाढी पहिरो, हिम पहिरो तथा ताल विष्फोट, भुकम्प)	छ			१ सेसन
३	नेपालमा विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनसम्बन्धी कानुनी व्यवस्था (ऐन, नियमावली, नीति, निर्देशिका, कार्यविधि, शव व्यवस्थापन कार्यविधिसमेत)	छ			१ सेसन
४	नेपाल सरकारको विपद् जोखिम् न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन संरचना तथा विपद् पोर्टल	छ			१ सेसन
५	विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी अन्तराष्ट्रिय व्यवस्था	छ			१ सेसन
६	राष्ट्रिय विपद् प्रतिकार्य कार्यढाँचा तथा सरोकारवाला निकायको भूमिका	छ			१ सेसन
७	विपद् जोखिम व्यवस्थापनमा सुरक्षा निकायको भूमिका	छ			१ सेसन
८	समुदायको भूमिका, समावेशिता र स्वयम्सेवक व्युरो गठन	छ			१ सेसन

सि.नं	विवरण	समयावधि			
		प्रस्तुतिकरण	प्रदर्शन	अभ्यास	समय (४५ मि. सेसन)
	तथा परिचालन कार्यविधि-2078 (VMS)				

खण्ड ख: प्राथमिक उपचार

सि.नं	विवरण	समयावधि			
		प्रस्तुतिकरण	प्रदर्शन	अभ्यास	समय (४ मि. सेसन
१	पहिलो उपचार सहयोगीको भूमिका, आकस्मिक उपचार सेवा प्रणाली (परिचय, उद्देश्य तथा सिमा)	छ			१ सेसन
२	घाइतेको जाँच (Patient Assessment)	छ	छ	छ	१,१ सेस
३	जीवनको आधारभूत साहारा (BLS): बाह्य बस्तुद्वारा स्वासमार्गमा अवरोध Foreign Body Airway Obstruction (FBAO), डुबाई (Drowning), तथा फोक्सो मुटुको पुन:संचालन Cardiopulmonary Resuscitation (CPR)	छ	छ	छ	१,२ सेस
४	रक्तश्राव, क्षोभ र नरम तन्तुको क्षति तथा उपचार	छ	छ	छ	१,१ सेस
५	हाड भचाई (Fracture) तथा उपचार	छ	छ	छ	१,२ सेस
६	खप्पर, मेरुदण्ड (Spinal column) र छातीको चोट तथा उपचार	छ	छ	छ	१,१ सेस
७	जल्नु-पोल्नु, बिष-टोकाई र वातावरणीय आकस्मिकता	छ	छ	छ	१,१ सेस
८	घाइते विरामीलाई उठाउने र स्थान्तरण गर्ने (Lifting and Moving)	छ	छ	छ	१,१ सेस
९	घाइतेको प्राथमिकीकरण (Triage)	छ	छ	छ	१,१ सेस

खण्ड ग: बाढी पहिरोमा खोज तथा उद्धार

सि.नं.	विवरण	समयावधि			
		लेक्चर	प्रदर्शन	अभ्यास	समय (४५ मि. सेसन)
१	बाढी, पहिरो तथा पानीजन्य विपदमा खोज उद्धार Water Rescue (परिचय, परिदृष्य, खोजउद्धार विधि तथा आवश्यक सामाग्रीहरू)	छ	छ	छ	१,४ सेसन

खण्ड घ: आगलागीमा खोज तथा उद्धार

सि. नं	विवरण	समयावधि			
		प्रस्तुतिकरण	प्रदर्शन	अभ्यास	समय (४५ मि. सेसन)
१	आगोजन्य विपद् र प्रतिकार्यका विधि (परिचय, परिदृष्य, र प्रतिकार्य विधि)	छ	छ	छ	१, २ सेसन

खण्ड ङ: भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा खोज उद्धार विधि

सि.नं	विवरण	समयावधि			
		लेक्चर	प्रदर्शन	अभ्यास	समय (४५ मि. सेसन)
१	भूकम्पको पूर्व तयारी तथा प्रतिकार्यका विधि (परिचय, परिदृश्य, पूर्वतयारी योजना तथा प्रतिकार्य)	छ	छ	छ	१,१ सेसन
२	खोज तथा उद्धार टोलीको गठन, व्यक्तिगत सुरक्षा र आवश्यक सामाग्री (PPE & TEAs)	छ	छ	छैन	१ सेसन
३	संरचनागत क्षतिको प्रकार तथा आधारभूत मूल्याङ्कन	छ	छैन	छ	१ सेसन
४	खोज तथा उद्धार विधि (PPE, TEAs, SAR Technique)	छ	छ	छ	१, २ सेसन
५	भारोत्थान तथा स्थिरीकरण र उद्धार रणनीति तथा तरिका	छ	छ	छ	१, २ सेसन

खण्ड च: डोरीको प्रकार तथा प्रयोग विधि

सि.नं	विवरण	समयावधि			
		लेक्चर	प्रदर्शन	अभ्यास	समय (४५ मि. सेसन)
	डोरीबाट गरिने उद्धारको परिचय, डोरीको प्रकार, आधारभूत गाँठो, तथा व्यावहारिक प्रयोगका विधि	छ	छ	छ	१, २ सेसन

खण्ड छ: सडक दुर्घटना र उद्धार

सि.नं	विवरण	समयावधि			
		लेक्चर	प्रदर्शन	अभ्यास	समय (४५ मि. सेसन)
१	दुर्घटनाग्रस्त सवारी साधनबाट घाइतेलाई उद्धार गर्दा अपनाउनुपर्ने उपायहरू (क्रस सिन्ड्रमलगायत)	छ	छ		१,१ सेसन

खण्ड ज: अन्तिम अभ्यास

१. परिदृष्यमा आधारित सामुहिक अभ्यास (भूकम्प, आगलागी, सवारी दुर्घटना लगायतबाट हुने विपद): यस तालिमा सिकाइएका व्यावहारिक सिपहरूको अन्तिम मूल्याङ्कन। कृत्रिम परिदृष्य, समूहगत प्रतिकार्य, प्रत्येक प्रशिक्षार्थीले परिदृष्यअनुरूप अनिवार्य रूपमा भूमिका निर्वाह गर्ने, समूहगत मूल्याङ्कन हुने।(३.०० घण्टा)

२. समापन समारोह (१.५ घण्टा)

पाठ : १

परिचय

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन तथा प्रदर्शन

सामाग्रीहरू: श्रव्य-दृष्य सामाग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर र अन्य सामग्री)

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. विपदमा स्वयम्सेवक परिचालनसम्बन्धी आधारभूत तालिमको बारेमा जानकारी लिन,
२. प्रशिक्षक र प्रशिक्षार्थीको बारेमा जानकारी लिन,
३. प्रशिक्षण विधिको बारेमा जानकारी लिन ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. तालिमको उद्देश्य
२. तालिम सञ्चालनका नियम
३. सहभागीको परीक्षण तथा प्रशिक्षण कार्यतालिका
४. तालिममा उत्तीर्ण हुनका लागि न्यूनतम सर्त
५. सहभागिताको प्रमाणपत्र मात्र नदिने अवस्था
६. सुविधा तथा आधारभूत नियम

पाठ : २

विपद्को परिचय र परिदृष्य

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन तथा प्रदर्शन

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामाग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर र अन्य सामग्री)

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. विपद्को परिभाषा बताउन,
२. नेपालको सन्दर्भमा विभिन्न विपद्को अवस्थाको बारेमा बताउन,
३. विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनका आधारभूत चार स्तम्भ र नेपाल सरकारले पहिचान गरेका प्राथमिकताको बारेमा बताउन ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. विपद्
२. विपद्का प्रकार
३. विपद्सँग सम्वन्धित मुख्य शब्दवाली
४. नेपालमा बारम्बार घटिरहने विपद्हरु
   - भूकम्प
   - पहिरो
   - आगलागी
   - महामारी
   - सडक दुर्घटना
   - खडेरी
   - शितलहर
५. विपद् जोखिम न्यूनीकरण र व्यवस्थापनका ४ स्तम्भ

पाठ: ३

विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनसम्बन्धी कानुनी व्यवस्था

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन तथा छलफल

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर र अन्य सामग्री)

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन सम्बन्धी नेपालमा विद्यमान मुख्यमुख्य कानुनी व्यवस्थाको बारेमा बताउन ।

मुख्य विषय क्षेत्र

नेपालमा विद्यामान मुख्यमुख्य कानुनी व्यवस्था

क. संवैधानिक व्यवस्था

ख. विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनसँग सम्वन्धित ऐन तथा नियमावली

ग. स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४

घ. राष्ट्रिय विपद् प्रतिकार्य कार्यढाँचा, २०७०

ङ. विपद् जोखिम न्यूनीकरण राष्ट्रिय नीति, २०७५

विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनसम्बन्धी संरचना, अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग तथा समन्वय ढाँचा र आपतकालीन संकट व्यवस्थापन प्रणाली

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन तथा छलफल

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, सूचना पोर्टलहरूको स्क्रिन सटहरू र अन्य सामग्री)

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन सम्बन्धी नेपालमा विद्यमान संरचनाहरूको बारेमा बताउन,

२. अन्तराष्ट्रिय सहयोग तथा समन्वय ढाँचा, घटना आदेश वा आपतकालीन संकट व्यवस्थापन प्रणाली बारे बताउन।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. नेपालमा विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन सम्बन्धी विद्यमान संरचना

२. अन्तराष्ट्रिय सहयोग तथा समन्वय ढाँचा

३. आपतकालीन संकट व्यवस्थापन प्रणाली (Incident Command System)

पाठ: ५

बहुप्रकोपीय पूर्वसूचना प्रणाली र पूर्वानुमानमा आधारित पूर्वकार्य

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन तथा छलफल

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्युटोरियल, भिडियो क्लिप र अन्य सामग्री)

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. पूर्व सूचना प्रणालीको मुख्य चार स्तम्भको बारेमा बताउन,
२. पूर्वानुमानपश्चात गरिने महत्त्वपूर्ण पूर्वकार्यहरूको सूची तयार गर्न ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१ . बहु-जेखिम पूर्वचेतावनी प्रणाली

२. बहुजोखिम पूर्वसूचना प्रणालीका फाइदा

३. पूर्वसूचना प्रणालीको आवश्यकता किन

४. बहु-जेखिम पूर्वचेतावनी प्रणालीको मुख्य स्तम्भह

५. जलमापनका उपकरण

६. मौसम पूर्वानुमान

७. चेतावनी सञ्चार

८. तयारी र प्रतिकार्य

९. पूर्वानुमानमा आधारित पूर्वकार्य

पाठः ६

विपद् स्वयंसेवक व्युरो गठन तथा परिचालन

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन तथा छलफल

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर र अन्य सामग्री)

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. विपद् स्वयंसेवक परिचालन र व्यूरोको गठन र परिचालन विधि बताउन,
२. विपद् स्वयंसेवकको काम, कर्तव्य तथा आचारसंहिता बताउन,
३. विपद् स्वयंसेवकको कार्य विवरण बताउन।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. मार्गदर्शक सिद्धान्त
२. उद्देश्य
३. स्थानीय स्वयंसेवक व्युरोको गठन र परिचालन
४. स्वयंसेवकको काम, कर्तव्य र आचार संहिता
५. स्वयंसेवकको कार्य विवरण

पाठ: ७

प्राथमिक उपचार र आकस्मिक उपचार सेवा प्रणाली

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन तथा छलफल

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिप र अन्य)

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. प्राथमिक उपचारको परिभाषा तथा उद्देश्य बताउन,

२. प्राथमिक उपचारको मूल जिम्मेवारी बताउन,

३. आकस्मिक सेवा परिचालन गर्नको लागि आवश्यक पर्ने ५ सूचनाको सूचीकृत गर्न,

४. घटनास्थल वस्तुस्थितिको मूल्याङ्कन गर्न ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. प्राथमिक उपचार
२. प्राथमिक उपचारको उद्देश्य
३. प्राथमिक उपचारका सिद्धान्त
४. प्राथमिक उपचारकका मुख्य जिम्मेवारी
५. आपतकालीन उपचार सेवा प्रणाली
६. घटना
७. घटनाका प्रकार
८. घटनास्थलको मुल्याङ्कन
९. घटनास्थलको विवरण/प्रतिवेदन

पाठ : ८

घाइतेको जाँच

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री, पिपिइ)

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. घटनास्थलमा पुगेपछि प्राथमिक उपचारकले अपनाउनु पर्ने पाँच सामान्य कार्यविधिलाई सूचीकृत गर्न,

२. घाइतेको जाँच योजनाका छ चरणलाई सूचीकृत गर्न,

३. प्रारम्भिक जाँचका छ चरणलाई सूचीकृत गर्न,

४. यस पाठमा परिभाषित गरेअनुसार पूर्ण शारीरिक जाँच गर्न ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. घटनास्थलको मापन
२. प्रारम्भिक जाँच
३. शारीरिक जाँच (Physical Exam)
४. घाइतेको स्वास्थ्य इतिहास (Patient History)
५. अद्यावधिक मूल्याङ्कन
६. घाइते हस्तान्तरण प्रतिवेदन (Hand-off Report)

पाठ:९

जीवनको आधारभूत सहारा: बाह्यवस्तुद्वारा स्वासमार्गमा अवरोध (Chowking), डुवाई (Drowning) तथा फोक्सो - मुटुको पुन: सञ्चालन (Cardio Pulmonary Resucsitation)

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्युटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: मेडिकल पिपिइ, एडल्ट म्यानिकिन, कम्बल, तन्ना, स्टेशन मूल्याङ्कन फाराम, स्टेशन चार्टलगायत ।

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. श्वास मार्ग खोल्ने तथा अवरोध हटाउने तरिकाको वारेमा वर्णन तथा प्रदर्शन गर्ने,

२. मेनिक्विनको प्रयोगद्वारा वयस्कमा सिपिआर दिने तरिकाको वर्णन र प्रदर्शन गर्ने,

३. वयस्कका निम्ति दुई उद्धारकर्ताको सिपिआर दिने तरिकाको वर्णन र प्रदर्शन गर्ने,

४. डुवाईको प्राथमिक उपचार गर्ने तरिकाको वर्णन गर्ने ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. मुटु र फोक्सोको कार्य तथा संरचना

२. श्वास फेर्नु

३. सायनोसिस (Cynosis)

४. लाक्षणिक (क्लिनिकल) तथा जैविक (बायोलोजिकल) मृत्यु

५. श्वासमार्गको अवरोध खोल्ने/हटाउने तरीका

६. कृत्रिम श्वास प्रदान गर्ने (श्वासप्रश्वास उद्दार) कार्य

७. बाँच्ने शृङ्खला (चेन अफ सर्भाइभल)

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण
सिंहदरबार, काठमाडौं

८. हृदयघातका जोखिमका कारक

९. कार्डियोपल्मोनरी रिसिस्टेसन (सिपिआर) (CPR)

१०. सिपिआरका बारेमा विशेष जानकारी

११. सफल सिपिआरका सङ्केत

१२. सिपिआर कहिले सुरु नगर्ने ?

१३. सिपिआरका कारणले उत्पन्न जटिलता

१४. सिपिआर गर्दा हुने त्रुटि

१५. सिपिआर रोक्दा (Interrupting CPR)

१६. सुरक्षित आसन (रिकभरी पोजिसन) (Recovery Position)

पाठः १०

रक्तस्राव, क्षोभ र नरम तन्तुको क्षति तथा उपचार

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य) प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. बाह्य रक्तस्राव तथा आन्तरिक रक्तस्राव हुँदा गरिने अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचारका तीन चरणहरू भन्न,

२. क्षोभका कुनै ५ चिह्न तथा लक्षणहरूका साथै क्षोभको उपचारका पाँच चरणहरू बताउन,

३. बन्द तथा खुल्ला घाउको उपचार गर्ने चरणहरू बताउन,

४. आँखा, कान, नाक तथा मुखमा चोट लाग्दा गरिने अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचारका चरणलाई सूचीकृत गर्न,

५. पेट तथा जननाङ्गमा चोट लाग्दा गरिने अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचारका चरणलाई सूचीकृत गर्न,

६. रक्तस्राव रोक्न ड्रेसिङ र पट्टीको प्रयोगको प्रदर्शन गर्न,

७. अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचारका निम्ति अपनाइने तरिका प्रदर्शन गर्न।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. अङ्गहरूको समीक्षा

२. रगत

३. धमनीय स्पन्दन (पल्स)

४. रक्तस्राव (हेमोरेज)

५. आन्तरिक रक्तस्राव

६. परफ्युजन

७. क्षोभ (शक्) (Shock)

८. नरम तन्तुहरूको क्षति

९. ड्रेसिङ तथा ब्यान्डेज

१०. विशेष परिस्थिति

पाठ: ११

भँचाई

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजृक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१) खुल्ला भँचाई र बन्द भँचाईलाई परिभाषित गर्न,

२) डिस्लोकेसन (खुस्किनु),मर्कनु तथा तन्कनुको अर्थ भन्न,

३) हाड भँचाईका चिह्न तथा लक्षणहरू भन्न,

४) Crush Syndrome तथा Compartment Syndrome का कुनै ३/३ वटा लक्षण तथा चिह्न बताउनका साथै यसका जटिलताहरू बताउन,

५) घाइतेमा हड्डी भचिएको वा चर्किएको, मर्कनु वा तन्कनुलाई अचल गर्ने दुई कारणहरू स्पष्ट गर्न,

६) भाँचिएका तथा खुस्किएका काँधको हड्डी हात गोडा तथा नितम्बको अस्पताल लग्नुपूर्व उपचारको प्रदर्शन गर्न।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. अस्थिपञ्जर प्रणाली

२. हाड भाँच्चिनु, खुस्किनु र मर्किनु

३. काम्रो बाँध्नु (स्पिलिन्टिङ)

४. शंकास्पद हड्डी भँचाई, खुस्काई, मर्काई, तन्काईका अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचार

५. विशेष क्षतिको अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचार तथा स्पिल्न्टको प्रयोग

६) क्षोभको उपचार

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण
सिंहदरबार, काठमाडौं

पाठ : १२

खप्पर, मेरुदण्ड, छातीका चोट तथा उपचार

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजृक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१) खप्परको हड्डी भाँच्चिदा देखिने पाँच चिह्न तथा लक्षणलाई सूचीकृत गर्न,

२) स्पाइनल (मेरुदण्ड) को क्षतिका छ चिह्न तथा लक्षणलाई सूचीकृत गर्न,

३) खप्पर र स्पाइनलको क्षति हुँदा गरिने अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचार र मूल्याङ्कनको तरिकाको प्रदर्शन गर्न,

४) छातीको क्षति हुँदा देखिने पाँच चिह्न तथा लक्षणलाई सूचीकृत गर्न,

५) करङ भाँच्चिदा, छातीमा गम्भीर धक्का वा फ्लेल चेष्ट हुँदा र छातीमा कुनै वस्तु छेडिएर गहिरो क्षति हुँदा गरिने मूल्याङ्कन र अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचारको तरिकाको प्रदर्शन गर्न।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. एक्जियल अस्थिपञ्जरको समीक्षा (Review of Axial Skeleton)

२. विशेष प्रकारको घाउ/चोट

३. खप्परको हड्डी भाँच्चिनु वा चर्किनु

४. छातीको क्षति

५. मुटु र फोक्सोको क्षति

पाठ : १३

जल्नु/पोल्नु विष टोकाई तथा वातावरणीय आकस्मिकता

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१) गहिराईको आधारमा तीन प्रकारका पोलाईका चिह्न तथा लक्षणहरूको मिलान वा तुलना गर्न,

२) रसायन तथा विद्युतले पोलेको भागमा अस्पताल लग्नु अगाडिका उपचारको तीन चरणलाई सूचीकृत गर्न,

३) विष लाग्नुका चिह्न तथा लक्षण र अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचारका चरणलाई सूचीकृत गर्न,

४) सुँघेर सोसिएर वा सर्पले टोकेका चिह्न तथा लक्षण र अस्पताल लग्नु अगाडिको उपचारका चरणलाई सूचीकृत गर्न,

५) मध्यम वा तीव्र रूपमा शरीरको ताप घट्दा (हाइपोथर्मिया) देखिने तीन चिह्न तथा लक्षणलाई सूचीकृत गर्न र अस्पताल लग्नु अगाडि गरिने उपचारका छ चरणलाई सूचीकृत गर्न,

६) शीतको असर (फ्रस्टबाइट) का तीन चिह्न तथा लक्षण तथा अस्पताल लग्नु अगाडि गरिने उपचारका चरणलाई सूचीकृत गर्न,

मुख्य विषय क्षेत्र

१. पोल्नु वा जल्नु

२. विष

३. सर्पको डसाई (टोक्नु वा चिल्नु)

४. वातावरणीय आकस्मिकता

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण
सिंहदरबार, काठमाडौं

पाठ: १४

घाइतेलाई उठाउने र स्थान्तरण गर्ने

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजृक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य) प्र

योगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१) आकस्मिक र खतराविहीन स्थितिमा घाइतेलाई उठाउन र स्थानान्तरण गर्न प्रयोग गरिने विधिहरूलाई सूचीकृत तथा प्रदर्शन गर्न,

२) ब्याकबोर्डको प्रयोग गरी घाइतेलाई अचल बनाउने र स्थान्तरण गर्ने विधिहरूको प्रदर्शन गर्न।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. पृष्ठभूमि

२. शारीरिक संयन्त्र (बडी मेकानिक्स Body Mechanics)

३. घाइतेको स्थान्तरण

४. घाइतेको सही स्थिति/आसन निर्धारण गर्ने

५. घाइतेलाई बोक्ने उपकरण

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण
सिंहदरबार, काठमाडौं

पाठ : १५

घाइते प्राथमिकीकरण (ट्रियाज)

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्युटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. घटना आदेश प्रणाली लाई परिभाषित गर्न,
२. घाइतेको प्राथमिकीकरण (ट्रियाज) लाई परिभाषित गर्न,
३. घाइतेको प्राथमिकीकरण (ट्रियाज) का चार वर्ग र तत्सम्बन्धित रङ्ग र प्रत्येक वर्गको संक्षिप्त व्याख्या गर्न,
४. कृत्रिम आकस्मिक घटनाका बहुघाइतेलाई सही तवरले प्राथमिकीकरण (ट्रियाज) गर्न।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. घटना आदेश प्रणाली (इन्सिडेन्ट कमान्ड सिस्टम (Incident Command System/ICS)

२. ट्रियाज/Triage

३. स्टार्ट START प्रणाली

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण
सिंहदरबार, काठमाडौं

पाठ: १६

बाढी तथा डुवान

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजृक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. स्थिर तथा बगेको पानीको कारण हुने बाढी तथा डुवानसम्बन्धी हुने विपद् बारे बताउन,
२. स्थिर तथा बगेको पानीको कारण हुने बाढी तथा डुवानबाट सुरक्षित रहने उपाय तथा उद्धारका प्रक्रिया अपनाउन ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. बाढी
२. बाढी तथा डुवानबाट हुनसक्ने जोखिम तथा पानीजन्य विपद् बाट हुने क्षतिको प्रवृति
३. बाढीका कारण
४. बाढी जोखिम आँकलन
५. बाढी जोखिम व्यवस्थापन तथा पूर्वतयारी
६. स्थानीय समुदायमा परापूर्वकालदेखि गरिदै आएका विधिहरू
७. बाढी आउनु अघि गर्नुपर्ने कामहरू
८. बाढी आएका बेला गर्नुपर्ने कामहरू
९. पूर्वतयारी
१०. प्रतिकार्यका उपाय
११. गर्नुपर्ने तथा गर्न नहुने कार्य
१२. प्रयोगात्मक कक्षाको पाठ्यवस्तु

पाठ: १७

पहिरो तथा भूकम्प

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजृक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य) प्र

योगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. पहिरो तथा भूकम्पको सम्बन्धि आधारभूत कुरा बताउन,
२. पहिरो तथा भूकम्प जन्य विपद्मा खोज तथा उद्धार प्रक्रियाको प्रदर्शन गर्न ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. पहिरो
२. पहिरो जानु अघि गर्नुपर्ने काम
३. पहिरो गइरहेको वेला गर्नुपर्ने कामहरू
४. पहिरोको जोखिम व्यवस्थापन तथा पूर्वतयारीका उपाय
५. भूकम्प
६. प्रयोगात्मक कक्षा
   - खोज तथा उद्धार टोलीको गठन
   - व्यक्तिगत सुरक्षाका उपकरणहरू (PPE)
   - खोज तथा उद्धारका सामग्री तथा उपकरणहरू
   - भौतिक संरचना तथा गैरसंरचनात्मक क्षतिको प्रकार र आधारभूत क्षति आँकलन
   - खोज तथा उद्धार प्रक्रिया

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण
सिंहदरबार, काठमाडौं

पाठ : १८

आगलागी

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्युटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. आगोको प्रकार तथा आगोबाट बच्ने उपायहरू बताउन,
२. आगो नियन्त्रणका विधि प्रदर्शन गर्न ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. आगलागी
२. अग्नि त्रिकोण (Fire Triangle)
३. आगोको वर्गीकरण (Classification of fire)
४. आगलागीका अवस्था (Stages of Fire)
५. सहरी, गाँउ बस्ती तथा जंगलमा लाग्ने आगोको प्रकार
६. आगो नियन्त्रण गर्ने सैदान्तिक विधि
७. आगलागीको जोखिम आँकलन
८. आगलागीको जोखिम व्यवस्थापन
९. पूर्वतयारी
१०. प्रतिकार्यका उपाय
११. प्रयोगात्मक अभ्यास

पाठ : १९

डोरी (गाँठो तथा सुर्कन गाँठो)

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजृक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्यूटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. डोरी, गाँठो तथा सुर्कने गाँठोको प्रकारहरू छुट्टयाउन तथा बताउन,
२. डोरी, गाँठो तथा सुर्कने गाँठोको प्रयोग तथा प्रर्दशन गर्न ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. डोरी
२. डोरीको प्रकार तथा विशेषता
३. डोरीको उपयोग
४. गाँठो तथा सुर्कने गाँठोको परिचय, प्रकार तथा विशेषता
५. खोज तथा उद्धारमा डोरीसँग प्रयोग हुने शब्दावलीहरू
६. डोरीको निरीक्षण, सुरक्षा, भण्डारण तथा बोक्ने तरिका
७. प्रयोगात्मक कक्षाको पाठ्यक्रम
८. डोरी तथा काठको टुक्राहरूको प्रयोगद्वारा भर्याङ बनाउने तरिका

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण
सिंहदरबार, काठमाडौं

पाठ : २०

सडक दुर्घटना तथा चट्याङ

समय: ४५ मिनेट

विधि: प्रवचन, प्रदर्शन र प्रयोगात्मक अभ्यास

सामग्री: श्रव्य-दृष्य सामग्री (कम्प्युटर, प्रोजेक्टर, फ्लिप चार्ट, सेतोपाटी, मार्कर, अनलाईन ट्युटोरियल, भिडियो क्लिपहरू र अन्य)

प्रयोगात्मक अभ्यासका लागि सामग्री: पिपिइ

उद्देश्य

यस पाठबाट सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

१. सडक दुर्घटनाका कारणहरू वताउन,
२. सडक दुर्घटनाम हुने घाइतेको व्यवस्थापन गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू बताउन,
३. दुर्घटना ग्रस्त सवारी साधनबाट घाइते निकाल्दा ध्यान दिनुपर्ने कुरा बताउन ।

मुख्य विषय क्षेत्र

१. सडक दुर्घटना परिदृश्य
२. सडक दुर्घटनाका कारण
३. सडक दुर्घटनाहरूमा घाइतेलाई उद्धार गर्दा गर्न हुने र नहुने कार्य
४. चट्याङबाट बच्न गर्नहुने र नहुने कार्य
५. घटनाको प्रतिवेदन तथा समन्वय
६. Practical कक्षा

पाठ : २१

अन्तिम प्रयोगात्मक अभ्यास

समय: ३ घण्टा

आवश्यक सामग्री: मल्टिमेडीया प्रोजेक्टर, मेगाफोन, व्यक्तिगत सुरक्षा का साधनहरू (PP) (पहिलो उपचार सहयोगी, आगलागि नियन्त्रण तालिम, पानिजन्य विपद प्रतिकार्यका सामग्री, आकस्मिक आवास तथा डोरीको प्रयोग सामग्री, तथा अन्य तालिम अवधिभर प्रयोग गर्न सिकाइएका सामग्री दुई सेट ।

उद्देश्य

यस तालिमको अन्तमा सहभागी निम्नलिखित विषयमा सक्षम हुनेछन्:

क. प्रयोगात्मक अभ्यास द्वारा प्रशिक्षार्थीहरूले विपदजन्य घटनाहरूमा सम्वद्द निकायहरूले कसरी कार्य गर्दछन भन्ने कुराको एकीकृत ज्ञान हासिल,

ख. कृत्रिम घटना अभ्यास द्वारा वास्तविक विपद्जन्य घटनामा स्वयम्सेवकको काम, कर्तव्यसम्वन्धी व्यावहारिक ज्ञान हासिल गर्न,

ग. घटनाको प्रकृतिअनुसार प्रतिकार्य रणनीति वनाउने तथा उपलब्ध स्रोत साधनहरूको उच्चतम प्रयोगसम्वन्धी ज्ञान हासिल गर्न ।

परिदृश्य

स्थानीय सन्दर्भअनुसार भूकम्प, आगलागी, बाढीपहिरो, सडक दुर्घटना तथा पानीजन्य विपदमा आधारित कृत्रिम घटना अभ्यासको लागि घटनाक्रमहरूको विकास गरिनेछ ।

अभ्यासका चरणका लागि अनुमानित समय: १८० मिनेट

चरण १: परिदृश्य जानकारी ।

चरण २: आवश्यक प्रतिकार्य रणनीति, प्रतिकार्य टोलीको गठन, जिम्मेवारी वाडफाँड, स्रोत साधनको व्यवस्था ।

चरण ३: प्रारम्भिक लेखाजोखा तथा योजना, सुरक्षासम्वन्धी योजना, प्रतिकार्य (खोज तथा उद्धार)

चरण ४: कार्यसमाप्ति, साधनको गणना तथा सरसफाई, उद्धारकको गणना तथा स्वास्थ्य अवस्थाको मूल्याङ्कन, साधनहरूको भण्डारण ।

चरण ५: डि बिर्फिङ (छलफल, अनुभवहरूको संक्षिप्त आदान प्रदान, प्रश्न उत्तर, सिकाइ, कार्यदिशा)

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन
सिंहदरबार, काठमाडौं