नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
विपद् व्यवस्थापन महाशाखा

भूकम्प सुरक्षा दिवस मार्गदर्शन, २०७१

२०७१ पौष

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
सिंहदरवार, काठमाडौं

दस्तावेज : भूकम्प सुरक्षा दिवस मार्गदर्शन, २०७१
निर्णय मिति : २०७१ पौष ४
प्रकाशन मिति : २०७१ पौष
प्रकाशक : नेपाल सरकार, गृह मन्त्रालय, विपद् व्यवस्थापन महाशाखा
प्राविधिक सहयोग : भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल (एनसेट)

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
विपद् व्यवस्थापन महाशाखा

भूकम्प सुरक्षा दिवस मार्गदर्शन, २०७१

२०७१ पौष

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
सिंहदरवार, काठमाडौं

प्राक्कथन

वि.सं १९९० साल माघ २ गतेका दिन २ बजेर २४ मिनेट जाँदा गएको महाभूकम्पलाई नेपालको आधुनिक इतिहासमा हालसम्मकै सबैभन्दा शक्तिशाली भूकम्पका रुपमा लिईन्छ, जसका कारण काठमाडौं उपत्यका लगायत देशका विभिन्न ठाउँमा ठूलो मात्रामा जनधनको क्षति भएको थियो । सोही भूकम्पको स्मृतिमा नेपाल सरकार, गृह मन्त्रालयको संयोजकत्वमा वि.सं २०५५ सालदेखि हरेक वर्ष माघ २ गतेका दिनलाई भूकम्प सुरक्षा दिवसका रुपमा मनाईंदै आएको छ । यस अघिका १६ वटा दिवस, नेपाल सरकार, गृह मन्त्रालयमा माननीय गृहमन्त्रीज्यूको अध्यक्षतामा बसेको मूल समारोह समितिको बैठकको निर्णय र परिपत्रको आधारमा केन्द्रदेखि जिल्लास्तरसम्म विभिन्न चेतनामूलक कार्यक्रमका साथ मनाउँदै आइएकोमा यस बर्षदेखि भूकम्प सुरक्षा दिवसलाई देशब्यापी रुपमा व्यवस्थित र प्रभावकारी तुल्याउन तथा विभिन्नतहमा गरिने कार्यक्रमका बीचमा एकरुपता कायम गर्नका लागि भूकम्प सुरक्षा दिवस मार्गदर्शन, २०७१ तर्जुमा गरी जारी गरिएको छ ।

नेपालमा भूकम्प लगायतका विपद्जन्य घटनाबाट आम नागरिकको सुरक्षाका लागि जोखिम न्यूनीकरणका क्षेत्रमा कार्यरत विभिन्न सरकारी तथा गैरसरकारी निकायहरुबाट समेत हरेक वर्ष भूकम्प सुरक्षा दिवसका दिन विभिन्न चेतनामूलक कार्यक्रमहरु संचालन हुने गरेका छन् । भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरणका क्षेत्रमा कार्यरत सबै सरोकारवालाहरुले एकीकृतरुपमा विभिन्न कार्यक्रमहरु सहित भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाउँदा यसको प्रभावकारिता बढ्ने ठहर सहित कार्यक्रम संचालनमा सरोकारवालाहरुको सुझाव र सहयोग अपेक्षा गरिएको छ ।

यस भूकम्प सुरक्षा दिवस मार्गदर्शन, २०७१ तर्जुमा गर्ने क्रममा विभिन्न निकाय र महानुभावहरुको सक्रिय सहयोग रहनुका साथै यस मन्त्रालयका सह-सचिव लक्ष्मीप्रसाद ढकाल, सह-सचिव रामेश्वर दंगाल, उप-सचिव मेघनाथ काफ्ले, उप-सचिव प्रदीपकुमार कोइराला, उप-सचिव रुद्रप्रसाद खड्का, शाखा अधिकृतत्रय बंशीकुमार आचार्य, शेखर पौड्याल एवं राजेन्द्र प्रसाद रुपाखेती र कम्प्युटर अपरेटर संजिव कार्की तथा भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपालका आमोदमणि दीक्षित, सूर्य नारायण श्रेष्ठ र विजय कृष्ण उपाध्यायको विशेष योगदान रहेको छ ।

केन्द्र देखि जिल्ला र स्थानीय तहसम्म आगामी दिनमा मनाइने भूकम्प सुरक्षा दिवसका समारोह तथा कार्यक्रमहरु यसै मार्गदर्शन बमोजिम व्यवस्थित र एकरुपताका साथ

संचालन हुनेछन् र कार्यक्रमको उपयुक्त अभिलेखीकरण तथा अनुगमन समेत हुनेछ भन्ने अपेक्षा राख्दै यस मार्गदर्शनको प्रयोगकर्ता एवं भूकम्प सुरक्षा सम्बन्धी बिषयमा चासो राख्ने सबैलाई यसमा रहेका कमी कमजोरी पहिल्याउँदै आवश्यक परिमार्जनका लागि आ-आफ्नो सुझाव दिनहुन समेत यहाँहरु समक्ष अनुरोध गरिएको छ ।

धन्यवाद

२०७१ पौष
गृह मन्त्रालय
विपद् व्यवस्थापन महाशाखा

विषय सूची

प्राक्कथन ३

१. **परिचय** ८

१.१. भूकम्प र नेपाल ८

१.१.१. भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण १०

१.१.२. भूकम्पीय पूर्वतयारी ११

२. **परिकल्पना, उद्देश्य र प्रारम्भ** १३

२.१. परिकल्पना १३

२.२. उद्देश्य १३

२.३. प्रारम्भ १३

३. **भूकम्प सुरक्षा दिवसका क्रियाकलापहरु** १४

३.१. केन्द्रीयस्तरमा आयोजना गरिने कार्यक्रमहरु १४

३.२. जिल्लास्तरमा आयोजना गरिने कार्यक्रमहरु १५

३.३. स्थानीय स्तरमा आयोजना गरिने कार्यक्रमहरु १६

४. **भूकम्प सुरक्षा दिवस संचालन कार्यविधि** १७

४.१. केन्द्रीयस्तर १७

४.१.१. भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समिति १७

४.१.२. प्रचार प्रसार उप-समिति १८

४.१.३. व्यवस्थापन उप-समिति १८

४.२. जिल्लास्तर १८

४.२.१. भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समिति १८

४.२.२. भूकम्प सुरक्षा दिवस, जिल्ला पूर्वतयारी बैठक १९

४.२.३. भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समितिको बैठक २०

४.३. स्थानीयस्तर २१

४.३.१. भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समिति २१

५. भूकम्प सुरक्षा दिवसका न्यूनतम कार्यक्रमहरु २३

५.१. भूकम्प सुरक्षा ऱ्याली २३

५.२. भूकम्प स्मृति तथा भूकम्पीय पूर्वतयारी सचेतना सभा २३

५.३. घुँडा टेकी गुँडुल्की ओत लागी समात (Drop, Cover and Hold on (DCH) अभ्यास २३

५.४. भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीमा सामूहिक प्रतिबद्धता जनाउन हातेमालो कार्यक्रम २४

६. श्रोत व्यवस्थापन, कार्यक्रम अभिलेखीकरण तथा अनुगमन २५

६.१. श्रोत व्यवस्थापन २५

६.२. कार्यक्रम अभिलेखीकरण २५

६.३. कार्यक्रम अनुमगन २५

७. कार्यसम्पादन प्रतिवेदन २६

अनुसूची

अनुसुचि-१: भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समिति २८

अनुसुचि-२: प्रचार प्रसार उपसमिति ३२

अनुसूची-३: व्यवस्थापन उप-समिति ३४

अनुसुचि-४: जिल्लास्तरमा सम्भाव्य सहयोगी निकाय तथा संघ-संस्थाहरू ३६

१. परिचय

भूकम्पलाई रोक्न नसकिए तापनि यसबाट हुन सक्ने जनधनको क्षतिलाई जोखिम न्यूनीकरण र पूर्वतयारीका प्रभावकारी उपायहरु अवलम्बन गरी धेरै हदसम्म कम गर्न सकिन्छ । यसै सन्दर्भमा, नेपाल सरकार गृह मन्त्रालयको नेतृत्वमा वि.सं. १९९० साल माघ २ गते अपरान्ह २ बजेर २४ मिनेटमा गएको ८.३ परिमाण (मोमेन्ट म्याग्नीच्युड)को महा-भूकम्पको स्मरणमा वर्षेनी भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाउँदै आइएको छ । भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीमा राष्ट्रिय प्रतिवद्धता दर्शाउने उद्देश्यका साथ प्रत्येक वर्ष माघ २ गते यो दिवस मनाउने गरिन्छ । भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीको आवश्यकता, औचित्य र सान्दर्भिकताका बारेमा देशव्यापीरुपमा सचेतना र जानकारी अभिवृद्धि गर्नु यो दिवसको उद्देश्य हो ।

नेपाल सरकार गृह मन्त्रालयको संयोजकत्व र भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज नेपालको प्राविधिक सहयोग तथा भूकम्पीय जोखिम न्यूनीरकणमा संलग्न सरकारी तथा गैर करकारी निकायहरुको संलग्नतामा २०५५ साल देखि प्रत्येक वर्ष निरन्तर रुपमा भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाउँदै आइएको छ। प्रत्येक वर्ष पौष १६ गते देखि माघ १५ गतेसम्म भूकम्पीय जोखिमबाट बच्ने र बचाउने उपायका बारेमा ज्ञान तथा सीप अभिवृद्धि गर्ने सचेतनामूलक कार्यक्रमहरु सहित देशब्यापी अभियानको रुपमा यो दिवस मनाउने गरिन्छ । भूकम्प सुरक्षा दिवसलाई अझ प्रभावकारी बनाउन सरोकारवाला निकायहरु, संघ-सस्था तथा समुदायहरुको सहभागिता प्रवर्द्धन गरी एकरुपता ल्याउन आवश्यक भएको छ । यसै सन्दर्भमा यो दिवसको उद्देश्यलाई परिणाममुखी बनाउन माननीय उपप्रधान मन्त्री तथा गृहमन्त्रीज्यूको अध्यक्षतामा बसेको १७औं भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिको बैठकबाट स्वीकृत भए बमोजिम "**भूकम्प सुरक्षा दिवस मार्गदर्शन**, २०७१" जारी गरिएको हो ।

यस मार्गदर्शनमा मुलुकभर विभिन्न स्तरमा गर्नुपर्ने न्यूनतम कार्यक्रमहरू, कार्यान्वयन ढाँचा र कार्यविधिको विषय लगायत कार्यक्रमहरू सञ्चालनका लागि आवश्यक स्रोत साधन तथा जनशक्ति उपलब्ध हुन सक्ने सम्भाव्य सहयोगी निकाय र संघ-संस्थाहरूको सूची समेत समावेश गरिएको छ ।

१.१. भूकम्प र नेपाल

पृथ्वीको बाहिरी सतह वा पत्र सात प्रमुख भौगर्भिक चाक्लाहरु मिलेर बनेको छ। पृथ्वीको केन्द्रमा विद्यमान अत्यधिक ताप र चापका कारण यी भौगर्भिक चाक्लाहरु एक आपसमा

घस्रने, खप्टिने वा टाढिने हुँदा भूगर्भमा अत्यधिक शक्ति संचित हुँदै जान्छ । यसरी जम्मा भएको शक्ति भौगर्भिक संरचनाको क्षमताले थेग्न सक्ने भन्दा बढी हुन जाँदा भूखण्डहरुको केही भाग भाँच्चिने, दोब्रिने वा फाट्ने गर्छ । यो प्रक्रियाका कारण निस्कने शक्ति वा उर्जा विभिन्न प्रकारका तरङ्गको रुपमा पृथ्वीको सतहसम्म आइपुगी हुने जोडदार कम्पन नै भूकम्प हो ।

भौगोलिक अवस्थितिका हिसाबले नेपाल उत्तर तर्फ तिब्बतीय भूखण्ड र दक्षिण तर्फ भारतीय भूखण्डको बीचमा पर्दछ । तिब्बतीय भूखण्डभित्र भारतीय भूखण्ड घुस्रिने प्रक्रिया करोडौं वर्षदेखि निरन्तर चलिरहेको छ र भविष्यमा पनि चलिनै रहने छ । यस क्षेत्रमा बारम्बार भूकम्प जाने कारण पनि यही हो । भूगर्भविद्हरुद्वारा गरिएको वैज्ञानिक अध्ययन-अनुसन्धान अनुसार हालको समयमा भारतीय भूखण्ड वर्षको सरदर एक इन्चका दरले तिब्बतीय भूखण्ड भित्र घुस्रिंदै छ । यही घुस्राइका कारण उत्पन्न हुने चाप बढ्दै जाँदा भौगर्भिक चिराहरुमा हुने हलचलका कारण नेपालमा बारम्बार भूकम्प हुने गर्छ ।

नेपालमा गएका भुँईचालोहरुमा विक्रम सम्बत् १३११ को भूकम्पनै हालसम्मको पहिलो अभिलखित घटना हो । यस घटनामा काठमाण्डौं उपत्यकाका हजारौं मानिसहरु मर्नुका साथै एक तिहाइ घरहरु भत्किएका थिए । हालसम्मको सबभन्दा पछिल्लो विध्वंसकारी घटना भने विक्रम सम्बत १९९० को ८.३ परिमाण (मोमेण्ट म्याग्नीच्यूड) को महाभूकम्प नै हो । यस घटनामा मृत्यु भएका कूल १७,५०० मध्ये नेपाल भित्र ८५१९ जना मानिसहरुको मृत्यु भएको थियो । विक्रम सम्वत १३१० देखि १९९० सम्मको ६८० वर्षको अवधिमा झण्डै झण्डै त्यस्तै विध्वंसकारी दसवटा भूकम्पहरु गएका थिए । यहाँ पुगनपुग ६० देखि १०० वर्षमा एउटा ठूलो महा-भूकम्प दोहोरिने गरेको देखिन्छ ।

म्यान्मार देखि अफगानिस्तानसम्मको लगभग दुइ हजार पाँच सय किलोमिटर लामो हिमालय श्रृंखला संसारकै प्रमुख भूकम्पीय संवेदनशील क्षेत्र मानिन्छ । यही हिमालय पर्वत श्रृंखलाको झण्डै बीचको एक हजार किलोमिटर लामो भागमा नेपाल अवस्थित छ । यसकारणले नेपाल पनि भूकम्पीय हिसाबले अति संवेदनशील छ । संसारका बारम्बार भुँईचालो गइरहने देशहरुमा गरिएको एक सर्भेक्षण अनुसार सम्भावित मृत्युको आधारमा नेपाल भूकम्पीय जोखिमको सन्दर्भमा एघारौं स्थानमा पर्दछ । भूकम्पीय क्षेत्रमा अवस्थित विश्वका एक्काइस प्रमुख महानगरहरुको अध्ययनले काठमाडौं उपत्यकालाई भूकम्पीय जोखिमका हिसाबले एक नम्बरमा देखाएको छ । विगतको इतिहास र वर्तमानको वैज्ञानिक अध्ययन दुवै एक अर्कामा परिपूरक देखिन्छन् । निकट भविष्यको कुनै पनि समयमा नेपालीहरुले महाभूकम्प भोग्नुपर्ने कुरा इतिहास र विज्ञान दुवैले देखाएका छन् । तर कुन

मितिमा कति बजे कहाँ कति परिमाणको भूकम्प जान्छ भनेर किटानीका साथ भविष्यवाणी गर्ने वैज्ञानिक पद्धति हालसम्म विकास भइसकेको छैन ।

१.१.१. भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण

भूकम्पबाट सुरक्षित संरचनाहरुको निर्माण गर्नु र यसका लागि पूर्वतयारीको अवस्थामा रहनु नै यसको क्षति बाट बच्ने एक मात्र उत्तम उपाय हो । भूकम्प रोक्न नसकिने प्राकृतिक प्रक्रिया भएतापनि जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीका प्रभावकारी उपायहरू अपनाएर यसबाट हुने जन-धनको क्षति धेरै हदसम्म कम गर्न सकिन्छ। भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरणका लागि निम्न अनुसारका तीन प्रमुख कार्यहरु प्रमुख हुन ।

(क) भूकम्प प्रतिरोधी भौतिक संरचना निर्माण

भूकम्प आफैले कसैलाई मार्दैन तर मानिसले बनाएका कमजोर घर, भवन, पुल बाँध जस्ता भौतिक संरचनाहरू भूकम्पको बेला भत्किदा जन धनको भारी क्षति हुने गर्दछ । विगतका भूँइचालाहरूले भत्काएका र बचेका संरचनाहरूको विस्तृत अध्ययन तथा विश्लेषणका आधारमा भूकम्प प्रतिरोधी निर्माण प्रविधिको विकास भएको छ । उक्त प्रविधिको प्रयोग गरेर बनाइएका घरहरू भूकम्पको बेला सुरक्षित रहन्छन् र जनधनको क्षति नगन्य हुन्छ । प्रचलित निर्माणको तुलनामा कुल लागतको ५-७ % बढी लगानी गरेर साविककै निर्माण सामग्रीहरूबाटै शहर बजार वा गाउँघरतिर बन्ने सबै खाले घरहरुलाई भूकम्प प्रतिरोधी बनाउन सकिन्छ ।

(ख) भूकम्पीय प्रबलीकरण

पहिल्यै बनिसकेका पुराना वा नयाँ घरहरू कमजोर छन् भने तिनलाई विशेष प्रकारको मर्मत संभार गरेर संभावित भूकम्पबाट सुरक्षित पार्ने कामलाई भूकम्पीय प्रबलीकरण भनिन्छ। भूकम्प थेग्ने नयाँ घर बनाउँदा लाग्ने खर्चको अधिकतम तीस प्रतिशत लगानी गरेर सम्भब छ भने बनिसकेका पुराना वा नयाँ कमजोर घरहरूलाइ भूकम्प प्रतिरोधी पार्न सकिन्छ। थोरै लगानीमा पुराना वा नयाँ कमजोर घरहरूमा भूकम्पबाट हुन सक्ने ठूलो जन धनको क्षति जोगाउन भूकम्पीय प्रबलीकरण उपयुक्त विकल्प हो । विशेषतः विद्यालय, स्वास्थ्य केन्द्र आदि सार्वजनिक प्रयोग हुने भवनहरु प्रवलिकरणको पहिलो प्राथमिकतामा पर्नु स्वभाविक हो ।

(ग) गैरसंरचनात्मक जोखिम अल्पीकरण

हामीले घर, अफिसमा बरोबर प्रयोग गर्ने र्‍याक, दराज, शोकेस, टेलिभिजन, पंखा हिटर जस्ता फर्निचर तथा उपकरणहरु भूकम्पको बेला ढल्दा, खस्दा पनि जन धनको क्षति हुने

गर्छ । भवनको बलियो वा कमजोरपनामा प्रत्यक्षतः सामेल नहुने यी गैर-संरचनात्मक अंगहरु पनि बलियो हुनु आवश्यक छ । विनासकारी भूकम्पहरुमा परी चोटपटक लागेको तथा मृत्यु हुनेहरुमध्ये करिब आधा जति गैर-संरचनात्मक जोखिमका कारण हुने गर्दछ । त्यसैले हामीले आफ्नो घर, कार्यालय तथा विद्यालयमा प्रयोग गर्ने फर्निचर, उपकरणहरु लगायत सजावटका सरसमानहरु सुरक्षित तवरले बाँधेर, अड्काएर, अडयाएर नढल्ने, नखस्ने गरी राख्नुपर्छ ।

१.१.२. भूकम्पीय पूर्वतयारी

भूकम्पको बेला हतार गरेर साँगुरो स्थानबाट धेरै जना एकै पटक भाग्दा वा बार्दली कौशी तथा झ्यालबाट हाम्फाल्दा पनि मानिसहरुको ज्यान जाने वा घाइते हुने गर्दछ । त्यसैले भूकम्प अघि, भूकम्पको समयमा र भूकम्पको तत्काल पछि के गर्न हुन्छ, के गर्नु हुदैन तथा त्यसका लागि अहिलेदेखि नै के कस्तो तयारी गर्नुपर्छ भन्ने जानकारी लिने र गर्नु पर्ने कामहरुको अभ्यास गर्नु जरुरी हुन्छ । भूकम्पको समयमा भूकम्प जाँदै गर्दा घरभित्र छदाँ सबैले बहन गर्नु पर्ने सुरक्षित तरिकाको बारेमा जानकारी लिई आवधिक अभ्यास गरेर आइपरेको संकटकालका लागि चाहिने यस्तो कार्य र व्यवहार गर्न सक्ने अवस्थामा सदैव रहनु पर्छ । भूकम्प गइसकेपछिको समयको लागि आपत्कलीन सामग्रीहरुको जोहो गरी भुईंचालो झटपट झोला तयारी अवस्थामा राख्नु पर्छ । आफू र आफ्नो परिवारका सदस्यहरुलाइ पूर्वतयारीका निम्न थप विषयहरुमा पर्याप्त जानकारी दिई सधै तयारी अवस्थामा रहनु पर्छ ।

(क) सुरक्षित स्थानहरुको पहिचान

भूकम्पीय जोखिमका हिसाबले घरका सबै भागहरु उत्तिकै कमजोर वा बलियो हुदैनन् । भूकम्पको समयमा घरका बाहिरी गारोहरु भित्री गारोको तुलनामा छिटो तथा बढी क्षतिग्रस्त हुन्छन् । त्यस्तै भऱ्याङ्ग तथा बरण्डाहरु पनि असुरक्षित हुन्छन् । आ-आफ्नो घर, कार्यालय तथा विद्यालय भवनहरुमा सुरक्षित र असुरक्षित स्थानहरुको पहिचान गरी परिवार तथा प्रयोगकर्ता सबैलाई जानकरी गराउनु पर्छ । यसो गर्नाले भूकम्पको झट्का महसुश हुना साथ सबैजना पूर्व निर्धारित सुरक्षित स्थानमा गइ चोटपटक तथा मृत्यु हुनबाट जोगिन सक्छन् ।

(ख) भूकम्प पछिको भेलास्थल

भुईंचालो पछि आफ्नो परिवारका सदस्यहरू जहाँसुकै भएपनि कुन ठाउँमा भेट्ने भनी पहिले नै सरसल्लाह गरी राख्नुपर्छ । आफ्नो टोल छिमेक वा टोलभन्दा बाहिरको सुरक्षित

खुल्ला भेट्ने स्थानहरू पहिले नै पहिचान गरी राखेको खण्डमा भूकम्प पछि आफ्नो परिवारका सदस्यहरूसँग सजिलै भेट्न सकिन्छ। भूकम्पपछि लामो समयसम्म परिवारका सदस्यहरू एक आपसमा भेटघाट हुन नसकी मानसिक चिन्ता तथा अन्यौलको स्थिति उत्पन्न हुन नदिन भूकम्प पछिको भेला स्थल निर्धारण गर्नु अति आवश्यक हुन्छ ।

(ग) भूकम्प "झटपट झोला"

ठूलो भूकम्प पछि राहत सामग्री वितरण सुचारु नहुञ्जेल (कम्तीमा ३-७ दिन सम्म) आफ्नो परिवारको लागि आवश्यक सरसमानको जोहो पहिले नै गर्नु पर्छ। पानी, टर्चलाईट, भुईंमा ओछ्याउन तथा पाल बनाउन प्लास्टिक र डोरी, नपकाइकनै खान मिल्ने खानेकुरा, नियमित सेवन गर्नु पर्ने औषधि, मैनबत्ती, प्राथमिक उपचारका सामग्रीहरु भएको "झटपट झोला" सधैं तयारी अवस्थामा राख्नु पर्छ । यस्तो झटपट झोलामा नागरिकताको प्रमाणपत्र, लालपुर्जा, पासपोर्ट जस्ता महत्वपूर्ण कागजातको फोटोकपी, सानो रेडियो र केही नगद समेत राख्नुपदर्छ ।

(घ) घुँडा टेकी गुँडुल्की ओत लागी समात

ठूलो भूकम्पमा जमिन हल्लिइरहेको बेला हामी भाग्न वा दौडन सक्दैनौ, यस्तो समयमा हतारिएर ज्यान जोगाउनका लागि भाग्न खोज्यौं भने चोटपटक लाग्ने वा मृत्यु हने सम्भावना अझ बढ्छ । भुईंचालोको कम्पन १५-२० सेकेन्ड देखि लगभग १ मिनेट सम्मको हुने गर्छ। यति छोटो समयमा हामी जति छिटो भागे पनि सुरक्षित ठाउँमा पुग्न सक्दैनौ । घर भित्र भएको समयमा भूकम्पको धक्का महसुश गर्ने बित्तिकै नहड्बडाइकन "घुँडा टेकी गुँडुल्की ओत लागि समात"को आसनमा बसेर भूकम्प सकिए पछि होसियारी पूर्वक झटपट झोला लिएर पूर्व निर्धारित स्थनमा जानु पर्छ । यसरी घर बाहिर जाँदा बिजुलीको मेन स्विच, आगोका श्रोतहरु बन्द गरेर मात्र जानु पर्छ ।

माथि उल्लिखित भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण र पूर्वतयारीका उपायहरुको बारेमा व्यापक रुपमा प्रचार प्रसार, छलफल र अभ्यास गर्ने अनि अरुलाई पनि गर्न प्रेरित तथा सहयोग गर्ने कार्यले आफ्नो, परिवारको र समुदायको भूकम्पीय सुरक्षा नीकै बढ्छ । देशब्यापी रुपमा मनाइने भूकम्प सुरक्षा दिवसले यस कार्यलाई संगठित र सामूहिकरुपमा अघि बढाउन प्रेरणा तथा अवसर प्रदान गर्दछ ।

२.   परिकल्पना, उद्देश्य र प्रारम्भ

२.१. परिकल्पना

"भूकम्पीय जोखिम उत्थानशील नेपाली समुदाय" को परिकल्पनामा यस मार्गदर्शन तयार पारिएको छ ।

२.२. उद्देश्य

माथि उल्लेखित परिकल्पना साकार पार्न निम्न उद्देश्यहरु रहनेछन् ।

(क) भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारी सम्बन्धी देशव्यापी रुपमा सचेतना अभिवृद्धि गर्ने,

(ख) भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण, पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्य योजना तर्जुमा र प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि राष्ट्रिय प्रतिबद्धता दर्साउने,

(ग) भूकम्पीय प्रभावबाट जोगिन सुरक्षित उत्थानशिल विकासका लागि अन्तर्राष्ट्रिय अनुभव, विशेषज्ञता, प्रविधि, नविनतम् ज्ञान र सिपलाई मुलुकको सन्दर्भमा उपयोग गर्ने वातावरण तयार गर्ने,

(घ) भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीका विषयमा विगतका प्रयास तथा अनुभवहरुको आदान-प्रदान गर्दै नयाँ प्रविधि र उपायहरुको क्रमश: अबलम्वन गर्दै जाने,

(ङ) विगतमा गरेका कामको मूल्याङ्कन एवं भविष्यमा गरिने कार्यक्रमहरुको सम्बन्धमा छलफल गर्ने ।

२.३. प्रारम्भ

प्रत्येक बर्ष माघ २ गते मनाइने भूकम्प सुरक्षा दिवस तथा यस अवसरमा देशभर संचालन गरिने महिना ब्यापी कार्यक्रमहरुलाई ब्यवस्थित र प्रभावकारी पार्नका लागि माननीय उपप्रधान मन्त्री तथा गृह मन्त्रीको अध्यक्षतामा वसेको १७ औं भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिको मिति २०७१ पौष ४ मा बसेको वैठकले निर्णय गरेबमोजिम सोही मिति देखि लागू हुने गरी "**भूकम्प सुरक्षा दिवस मार्गदर्शन**, **२०७१**" जारी गरिएको छ ।

३. भूकम्प सुरक्षा दिवसका क्रियाकलापहरु

देशब्यापी रुपमा भूकम्प सुरक्षा दिवस आयोजना गर्नका लागि केन्द्र, जिल्ला, स्थानीय (महा/उपमहा/नगरपालिका/गाउँ विकास समिति) स्तरमा निम्न अनुसारका कार्यक्रमहरु संचालन गरिने छन ।

३.१. केन्द्रीयस्तरमा आयोजना गरिने कार्यक्रमहरु

भूकम्पीय जोखिम उत्थानशील समुदाय निर्माणको लागि पर्याप्त जनचेतना जागृत गराउन र उपयुक्त पूर्वतयारीको प्रबन्ध गर्नका लागि मुलुकमा देहायबमोजिम न्यूनतम कार्यक्रमहरुका साथ भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाईने छ ।

(क) "भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरणमा संचार माध्यमको भूमिका" अन्तरक्रिया कार्यक्रम,

(ख) पत्रकार सम्मेलन,

(ग) राष्ट्रिय दैनिक अखबारहरुमा भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण, पूर्वतयारी तथा प्रतिकार्य सम्बन्धी लेख रचना प्रकाशन,

(ध) रेडियो, टेलिभिजन, पत्रपत्रिकाहरु मार्फत भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण सम्बन्धी सार्वजनिक सन्देश प्रसारण, छलफल, अन्तर्क्रिया,

(ङ) "विपद् जोखिम न्यूनीकरण क्षेत्रका अनुभवहरु" विषयक राष्ट्रिय गोष्ठी,

(च) रेडियो नेपाल तथा नेपाल टेलिभिजनमा परिसम्वाद कार्यक्रमहरु,

(छ) १७ औं भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिका सभाध्यक्ष माननीय उपप्रधान तथा गृह मन्त्रीज्यबाट रेडियो सन्देश, रेडियो नेपाल,

(ज) भूकम्प स्मृति सभा, भूकम्प स्मारक, भूगोल पार्क काठमाण्डौ र दरबार स्क्वायर, ललितपुर,

(झ) भूकम्प सुरक्षा सचेतना ¥याली,

(ञ) भूकम्प सुरक्षा दिवस "मूल समारोह",

(ट) देशब्यापी रुपमा "घुँडा टेकी, गुँडुल्की, ओत लागी समात" अभ्यास तथा भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरणमा प्रतिबद्धता दर्शाउन हातेमालो कार्यक्रम,

(ठ) भूकम्प सुरक्षा प्रदर्शनी

१. भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण र पूर्वतयारीका क्षेत्रमा क्रियाशील निकायहरु एवं संघसस्थाहरुका गतिविधिहरुको प्रदर्शनी,

२. भूकम्प प्रतिरोधी भवन निर्माण प्रविधि सम्बन्धी पूर्ण मापको नमूना प्रदर्शन,

३. नमूना भवन कम्पन मञ्च प्रदर्शन,

४. सडक नाटक,

५. प्राथमिक उपचार विधि प्रदर्शन,

(ड) भूकम्पीय संकटासन्नता अनुभूति पदयात्रा,

(ढ) भूकम्पीय सुरक्षा वाकाथोन,

(ण) साइकल ऱ्याली ।

३.२. जिल्लास्तरमा आयोजना गरिने कार्यक्रमहरु

मुलुकभर एकैपल्ट भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाउन नेपालका सबै जिल्ला सदरमुकामहरुमा सदरमुकाम रहेको नगरपालिका वा गाँउ विकास समिति समेतको संलग्नतामा देहाय वमोजिमका न्यूनतम कार्यक्रमहरु आयोजना गरिनेछ ।

१. भूकम्प सुरक्षा ऱ्याली

२. भूकम्प स्मृति तथा भूकम्पीय पूर्वतयारी सचेतना सभा,

३. "घुँडा टेकी गुँडुल्की ओत लागि समात" Drop, Cover and Hold on (DCH) अभ्यास,

४. भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीमा सामूहिक प्रतिबद्धता जनाउन हातेमालो कार्यक्रम,

५. नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखाको सहयोगमा प्राथमिक उपचार विधिको प्रदर्शन,

६. भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीका विषयमा जिल्ला स्तरीय कार्यक्रमहरुको अनुभव, सिकाइहरु र आगामी कार्यक्रमहरु सम्बन्धि समिक्षा गोष्ठी,

७. स्थानीय एफ. एम. रेडियोबाट भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारी सम्बन्धी अन्तरक्रिया तथा अन्तरसम्वाद कार्यक्रमहरू प्रसारण,

८. पौष २४ देखि माघ ५ गते सम्म जिल्ला स्थित सबै एफ एम रेडियोबाट भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारी सम्बन्धी सार्वजनिक सूचनाहरू प्रसारण,

९. जिल्लाका सबै नगरपालिकाले निम्न लिखित विषयमा आफ्नो नगरवासीको लिखित प्रतिवद्धता लिने र हरेक वर्ष सो अनुरुपको प्रगति अनुगमन गरी सोलाई सार्वजनिक गर्ने,

(क) म भूकम्पीय जोखिमबाट सुरक्षित हुने उपायहरु सिक्नेछु र परिवारका सबै सदस्यहरुलाई सिकाउने छु,

(ख) मैले बनाउने घर भूकम्प प्रतिरोधी बनाउनेछु,

(ग) मेरो अहिले भैरहेको घरलाई भूकम्पीय प्रबलीकरण गर्नेछु,

(घ) मेरो समुदायमा भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी जनचेतना अभिवृद्धिमा लाग्नेछु ।

यी न्यूनतम कार्यक्रमहरू बाहेक उपयुक्तता, उपलब्ध जनशक्ति तथा स्रोत, साधन आदिलाई ध्यानमा राख्दै थप अन्य कार्यक्रमहरू समेत गर्न गराउन सकिनेछ ।

३.३. स्थानीय स्तरमा आयोजना गरिने कार्यक्रमहरु

मुलुकभरका सवै महा/उपमहा/नगरपालिका लगायत गाउँ विकास समितिहरुमा देहाय वमोजिमका न्यूनतम कार्यक्रमहरु आयोजना गरी भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाइनेछ ।

१. भूकम्प सुरक्षा र्‍याली

२. भूकम्प स्मृति तथा भूकम्प पूर्वतयारी सचेतना सभा

३. "घुँडा टेकी गुँडुल्की ओत लागी समात" अभ्यास

४. भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीमा सामूहिक प्रतिबद्धता जनाउन हातेमालो कार्यक्रम

५. नगरपालिकाले निम्न लिखित विषयमा आफ्नो नगरवासीको लिखित प्रतिवद्धता लिने र हरेक वर्ष सो अनुरुपको प्रगति अनुगमन गरी सोको सार्वजनिक गर्ने

(क) म भूकम्पीय जोखिमबाट सुरक्षित हुने उपायहरु सिक्नेछु र परिवारका सबै सदस्यहरुलाई सिकाउने छु,

(ख) मैले बनाउने घर भूकम्प प्रतिरोधी बनाउनेछु,

(ग) मेरो अहिले भैरहेको घरलाई भूकम्पीय प्रवलीकरण गर्नेछु,

(घ) मेरो समुदायमा भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी जनचेतना अभिवृद्धिमा लाग्नेछु ।

यी न्यूनतम कार्यक्रमहरू बाहेक उपयुक्तता, उपलब्ध जनशक्ति तथा स्रोत, साधन आदिलाई ध्यानमा राख्दै थप अन्य कार्यक्रमहरू समेत गर्न गराउन सकिनेछ ।

४. भूकम्प सुरक्षा दिवस संचालन कार्यविधि

४.१. केन्द्रीयस्तर

भूकम्प सुरक्षा दिवसको केन्द्रीयस्तरका कार्यक्रमहरु देहायबमोजिम संचालन गरिने छन् ।

४.१.१. भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समिति

देशब्यापी रुपमा मनाइने भूकम्प सुरक्षा दिवस सम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रमहरूलाई एकरूपता प्रदान गरी प्रभावकारी बनाउन केन्द्रीयस्तरमा माननीय गृहमन्त्रीको अध्यक्षतामा अनुसूची १ वमोजिमको सरकारी, राष्ट्रिय/अन्तरराष्ट्रिय गैरसरकारी संघ-संस्थाहरूका प्रतिनिधिहरु सदस्य रहेको भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समिति रहने छ ।

(क) भूकम्प सुरक्षा दिवस, केन्द्रीय पूर्वतयारी बैठक

नेपाल सरकार गृह मन्त्रालय विपद् व्यवस्थापन महाशाखा तथा भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज नेपालले सरोकारवालाहरुसँग छलफल गरी भूकम्प सुरक्षा दिवसका लागि निम्न अनुसार विभिन्न कार्यक्रमहरुको प्रस्ताव तयार पारी भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिको बैठकमा पेश गर्ने छन् ।

१. भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह स्थलको चयन,

२. भूकम्प सुरक्षा दिवसको मूलनारा,

३. भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोहको कार्यक्रम,

४. भूकम्प सुरक्षा दिवसको केन्द्रीय, जिल्ला तथा सूचीस्थानीयस्तरमा संचालन गरिने देशब्यापी कार्यक्रमहरुको सूची,

५. भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिबाट निर्णय हुने विषयहरु ।

(ख) भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिको बैठक

माननीय गृहमन्त्रीको अध्यक्षतामा बस्ने भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिको बैठकले उक्त प्रस्तावित कार्यक्रमहरुमा छलफल गरी आवश्यक सुधार परिमार्जन सहित पारित गर्नुका साथै नेपाल सरकारको तर्फबाट भूकम्प सुरक्षा दिवसका लागि उपलब्ध गराउने बजेटको निर्धारण गर्ने छ ।

भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिको बैठकमा पारित भएका कार्यक्रमहरूको देशब्यापी प्रचार गर्न प्रचार प्रसार उप-समिति तथा प्रभावकारीरुपमा संचालन गर्न व्यवस्थापन उप-समिति गठन हुने छन् ।

४.१.२. प्रचार प्रसार उप-समिति

सहरी विकास तथा भवन निर्माण विभागको संयोजकत्वमा अनुसूची २ बमोजिम सरकारी निकायहरु, राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संघ-संस्थाहरूका प्रतिनिधिहरु सदस्य भएको प्रचार प्रसार उपसमिति गठन हुने छ। प्रचार प्रसार उप-समितिले भूकम्प सुरक्षा दिवसका विभिन्न कार्यक्रमहरुको सरोकारवाला निकायहरु तथा संघ-संस्थाहरूसँग आवश्यक समन्वय एवं सहकार्यमा देशब्यापी रुपमा बिभिन्न संचार माध्यमहरुद्वारा प्रचार प्रसार गर्ने छ ।

४.१.३. व्यवस्थापन उप-समिति

भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह आयोजना गरिने महा/उपमहा/नगरपालिकाको प्रमुख एवं कार्यकारी अधिकृतको संयोजकत्वमा अनुसुचि ३ अनुसार सरकारी निकायहरु तथा राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संघ-संस्थाहरूका प्रतिनिधिहरु सदस्य रहने गरी व्यवस्थापन उप-समिति गठन हुने छ । व्यवस्थापन उप-समितिले सरोकारवाला निकायहरु तथा संघ संस्थाहरूसँग आवश्यक समन्वय एवं सहकार्यमा भूकम्प सुरक्षा दिवसका विभिन्न किार्यक्रमहरु संचालन गर्ने छ । भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिले तय गरेको कार्यक्रमहरु संचालन र व्यवस्थापन गर्ने प्रमुख दायित्व व्यवस्थापन उप-समितिको हुनेछ ।

४.२. जिल्लास्तर

जिल्लास्तरमा भूकम्प सुरक्षा दिवसका विभिन्न कार्यक्रमहरु निम्न अनुसार संचालन गरिने छन् ।

४.२.१. भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समिति

जिल्लास्तरमा मनाइने “भूकम्प सुरक्षा दिवस” का विभिन्न कार्यक्रमहरू प्रभावकारीरुपमा संचालन गर्न प्रमुख जिल्ला अधिकारीको संयोजकत्वमा देहायबमोजिमको भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समिति रहनेछ ।

(क) अनुसूची १ मा भएका जिल्लास्थित सरकारी, राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संघ-संस्थाहरूका प्रमुखहरु,

(ख) महा/उपमहा/नगरपालिका प्रमुखहरु,

(ग) राजनीतिक दलका जिल्ला प्रमुखहरु,

(घ) अनुसूची १ बमोजिमका निकायहरुको क्षेत्रीय/डिभिजन कार्यालय भएका जिल्लाहरुमा तत्तत् क्षेत्रीय/डिभिजन कार्यालयका प्रमुखहरु

(ङ) भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समितिको सदस्य सचिवको रुपमा स्थानीय विकास अधिकारी रहने छन् ।

४.२.२. भूकम्प सुरक्षा दिवस, जिल्ला पूर्वतयारी बैठक

जिल्लास्तरमा भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरुको तयारीका लागि तपसिल बमोजिमको प्रतिनिधित्व हुने गरी भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समितिका सदस्य सचिव वा निजले तोकेका ब्यक्तिले प्रत्येक वर्ष मंसिर १५ गते भित्र भूकम्प सुरक्षा दिवस पूर्वतयारी बैठकको आयोजना गर्नेछ ।

१. संयोजक, स्थानीय विकास अधिकारी वा निजले तोकेका ब्यक्ति,
२. प्रतिनिधि, जिल्ला प्रशासन कार्यालय,
३. प्रतिनिधि, जिल्ला विकास समिति,
४. प्रतिनिधि, नेपाली सेना,
५. प्रतिनिधि, नेपाल प्रहरी,
६. प्रतिनिधि, सशस्त्र प्रहरी बल,
७. प्रतिनिधि, जिल्लाका सबै महा/उपमहा/नगरपालिकाहरु (नगरपालिका नभएका जिल्लमा सदरमुकाम रहेको वा गाविस),
८. प्रतिनिधि, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी,
९. प्रतिनिधि, गैरसरकारी संस्था ।

भूकम्प सुरक्षा दिवसका लागि जिल्लामा आयोजना हुने विभिन्न कार्यक्रमहरुको तयारीका लागि बस्ने यो बैठकले निम्नानुसारको विषयहरुमा छलफल गरी प्रस्ताव गर्नेछ ।

१. भूकम्प सुरक्षा दिवसको जिल्लास्तरीय समारोहस्थलको चयन,
२. भूकम्प सुरक्षा दिवस अन्तर्गत जिल्ला सदरमुकाम तथा अन्य महा/उपमहा/नगरपालिकाहरुमा आयोजना गरिने कार्यक्रमहरुको सूची,

३.	जिल्लास्तरीय भूकम्प सुरक्षा दिवस समारोह समितिको बैठकको मिति तथा छलफलका विषयहरु ।

४.२.३. भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समितिको बैठक

(क) जिल्लास्तरमा भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरु तय गर्नका लागि प्रत्येक वर्ष मंसिर मसान्त भित्र प्रमुख जिल्ला अधिकारीको अध्यक्षतामा भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समितिको बैठक वस्ने छ ।

(ख) जिल्लास्तरीय भूकम्प सुरक्षा दिवस समारोह समितिले पूर्वतयारी बैठकमा तय भएका विषय तथा कार्यक्रमहरुमा छलफल गरी आवश्यक परिमार्जन सहितको जिल्लास्तरीय भूकम्प सुरक्षा दिवस कार्यक्रमहरु पारित गर्ने छ ।

(ग) पारित भएका कार्यक्रमहरु संचालनका लागि आवश्यक उपलब्ध श्रोत साधन अनुसार सहभागी संघ-संस्थाहरु बीच कार्य विभाजन गरी जिम्मेवारी तोक्ने छ ।

(घ) यसरी तय गरिएका कार्यक्रमको सूची तालिका १ अनुसार तयार पारी गृह मन्त्रालय विपद् व्यवस्थापन महाशाखामा पौषको पहिलो साता भित्र पुग्ने गरी पठाउनु पर्ने छ ।

तालिका १: जिल्लास्तरीय भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रम

.... **जिल्ला**

क्रम	कार्यक्रम /कृयाकलाप	मिति	जिम्मेवार संस्था
१			
२			
३			
४			
५			

तालिका १ मा समाबेस भएका कार्यक्रम/कृयाकलाप सहित भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाउने कामको प्रमुख जिम्मेवारी भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्ला समारोह समितिको हुनेछ ।

जिल्ला भूकम्प सुरक्षा दिवस समारोह समितिले तय गरेका कार्यक्रमहरु संचालनका लागि आवश्यक उप-समितिहरु गठन गर्न सक्ने छ । यसका लागि अनुसूची २ र ३ बमोजिमका जिल्लास्तरीय सरकारी निकायहरु, गैर सरकारी संघ संस्थाहरुका प्रमुखहरु सदस्य भएको

प्रचार प्रसार तथा व्यवस्थापन उपसमिति लगायत अन्य आवश्यक उपसमिति तथा कार्यदलहरुको समेत गठन गर्न सक्नेछ ।

४.३. स्थानीयस्तर

भूकम्प सुरक्षा दिवसका सूची स्थानीय (महा/उपमहा/नगरपालिका/गाउँ विकास समिति) स्तरमा आयोजना हुने कार्यक्रमहरु निम्न अनुसार संचालन गरिने छन् ।

४.३.१. भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समिति

स्थानीय (महा/उपमहा/नगरपालिका/गाउ विकास समिति) मनाइने "भूकम्प सुरक्षा दिवस"का विभिन्न कार्यक्रमहरू प्रभावकारीरुपमा संचालन गर्न महा/उपमहा/नगरपालिका/प्रमुख तथा कार्यकारी अधिकृतको वा गाउँ विकास समितिको संयोजकत्वमा स्थानीय तहमा भएका सरकारी, राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संघ-संस्थाहरूका प्रमुखहरु र राजनीतिक दलका प्रमुखहरु सदस्य रहको भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समिति रहने छ । उक्त समितिको सदस्य सचिव नेपाल रेडक्रस सोसाइटी स्थानीय कार्यालयका प्रमुख हुने छन् ।

(क) स्थानीयस्तरमा भूकम्प सुरक्षा दिवस पूर्वतयारी बैठक

स्थानीयस्तरमा भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरुको तयारीका लागि प्रत्येक वर्ष मंसिर १५ गते भित्र भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समितिका संयोजकले समितिको सदस्य सचिव तथा स्थानीयस्तरका सुरक्षा निकायहरुको प्रतिनिधिहरु सहितको पूर्वतयारी बैठक आयोजना गर्नेछन् । भूकम्प सुरक्षा दिवसका लागि स्थानीयस्तरमा आयोजना हुने विभिन्न कार्यक्रमहरुको तयारीका लागि बस्ने यो बैठकले निम्नानुसारको विषयहरुमा छलफल गरी प्रस्ताव गर्ने छ ।

१. भूकम्प सुरक्षा दिवसको समारोह स्थलको चयन,

२. भूकम्प सुरक्षा दिवस अन्तर्गत स्थानीयस्तरमा आयोजना गरिने कार्यक्रमहरुको सूची,

३. भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समितिको बैठक बस्ने मिति तथा छलफलका विषयहरु ।

(ख) भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समितिको बैठक

स्थानीयस्तरमा भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरु तय गर्नका लागि प्रत्येक वर्ष मंसिर महिनाको तेश्रो साता भित्र भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समितिका संयोजकको अध्यक्षतामा समितिको बैठक वस्ने छ ।

भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समितिले पूर्वतयारी बैठकमा तय भएका विषय र कार्यक्रमहरुमा छलफल गरी आवश्यक परिमार्जन सहितको भूकम्प सुरक्षा दिवस कार्यक्रमहरु पारित गर्ने छ ।

पारित भएका कार्यक्रमहरु सञ्चालनका लागि आवश्यक उपलब्ध श्रोत साधन अनुसार सहभागी संघ-संस्थाहरु बीच कार्य बिभाजन गरी जिम्मेवारी तोक्ने छ ।

यसरी तय गरिएका कार्यक्रमको सूची तालिका २ अनुसार तयार पारी सम्बन्धित जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा मंसिर मसान्त भित्र पुग्ने गरी पठाउनु पर्ने छ ।

तालिका २: स्थानीय भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रम

.... महा/उपमहा/नगरपालिका/गाउँ विकास समिति

क्रम	कार्यक्रम /कृयाकलाप	मिति	जिम्मेवार संस्था
१			
२			
३			
४			
५			

तालिका २ मा समाबेस भएका कार्यक्रम/कृयाकलाप सहित भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाउने कामको प्रमुख जिम्मेवारी भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समितिको हुनेछ ।

भूकम्प सुरक्षा दिवस स्थानीय समारोह समितिले तय गरेका कार्यक्रमहरु संचालनका लागि आवश्यक उपसमितिहरु गठन गर्न सक्ने छ । यसका लागि अनुसूची २ र ३ बमोजिमका स्थानीय तवरमा उपलब्ध सरकारी निकायहरु, गैरसरकारी संघ संस्थाहरुका प्रमुखहरु सदस्य भएको प्रचार प्रसार तथा व्यवस्थापन उपसमिति लगायत अन्य आवश्यक उपसमिति तथा कार्यदलहरुको समेत गठन गर्न सक्नेछ ।

५. भूकम्प सुरक्षा दिवसका न्यूनतम कार्यक्रमहरु

५.१. भूकम्प सुरक्षा ऱ्याली

राष्ट्रिय भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिले तय गरेको नारा सहित ....औं भूकम्प सुरक्षा दिवस .... लेखिएको ब्यानर सहितको ऱ्याली आयोजना गर्नुपर्नेछ । उक्त ऱ्यालीका सहभागिहरुले भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण र पूर्वतयारी सम्बन्धी सूचनाहरू लेखिएको प्लेकार्डहरु प्रदर्शन गर्नु पर्ने छ । यसरी आयोजना हुने भूकम्प सुरक्षा ऱ्याली सदरमुकामको ठूलो सार्वजनिक खुल्ला स्थान (टुँडिखेल) बाट शुरु गरी सदरमुकाम बजारक्षेत्रको मुख्य बाटोहरू हुँदै नगर परिक्रमा गरेर शुरुकै स्थानमा भूकम्प स्मृति तथा भूकम्पीय पूर्वतयारी सचेतना सभामा परिणत हुनु पर्ने छ ।

५.२. भूकम्प स्मृति तथा भूकम्पीय पूर्वतयारी सचेतना सभा

सरकारी निकायहरु, राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संघ-संस्थाहरु, प्राज्ञिक, नागरिक समाजका प्रतिनिधिहरू, स्थानीय राजनैतिक दलका प्रतिनिधिहरू, उद्योग व्यवसायी तथा पत्रकारहरूलाई समावेस गरी भूकम्प स्मृति तथा भूकम्पीय पूर्वतयारी सचेतना सभा आयोजना गर्ने । उक्त सभामा सम्बन्धित विषयका विज्ञहरू तथा लब्धप्रतिष्ठित व्यक्तित्वहरुबाट विगतका वर्षमा सम्पन्न भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरणका क्रियाकलापहरुको समीक्षा, अनुभवका सिकाइहरु लगायत आगामी वर्षका कार्यक्रमहरुमा केन्द्रित अन्तरक्रिया गर्ना साथै, भूकम्पीय जोखिमबाट बच्ने उपायका बारेमा सार्बजनिक रुपमा छलफल गर्ने ।

५.३. घुँडा टेकी गुँडुल्की ओत लागी समात (Drop, Cover and Hold on (DCH) अभ्यास

भूकम्प भइरहेको समयमा चोटपटक नलागोस् र मृत्यु नहोस् भनेर गर्नुपर्ने सुरक्षित आसन घुँडा टेकी गुँडुल्की ओत लागि समात् को अभ्यास देशभरि एकै समयमा गर्नका लागि माघ २ गते अपरान्ह २:२४ देखि २:२५ सम्म १ मिनेट रेडियो नेपाल लगायतका सञ्चार माध्यमहरुबाट विशेष धून बज्नेछ । यो एक मिनेटको अवधिभर उक्त आसनको अभ्यास भूकम्प स्मृति तथा भूकम्पीय पूर्वतयारी सचेतना सभाको कार्यक्रममा भेला भएका सबै जनसमुदायले एकै साथ गर्न मिल्ने गरी कार्यक्रम तय गर्नुपर्ने छ ।

५.४. भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीमा सामूहिक प्रतिबद्धता जनाउन हातेमालो कार्यक्रम

"घुँडा टेकी, गुँडुल्की, ओत लागी समात"को अभ्यासको लगत्तै पछि भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीमा सामूहिक प्रतिबद्धता जनाउने अभ्यास गर्नुपर्ने छ । यसको लागि भूकम्पीय पूर्वतयारी सचेतना सभाको कार्यक्रममा भेला भएका सबैले एक आपसमा एक हातको दूरी हुने गरी लाममा उभिनु पर्छ । २:२५ देखि २:२६ सम्मको १ मिनेटसम्म एक अर्काको हात समातेर प्रतिबद्धता जनाउन उभिइरहँदा सबै जनाले एक साथ भूकम्प सुरक्षा दिवसको मूल नारा सहित देहाय बमोजिमका ४ प्रतिबद्धताहरु उद्घोष गर्नु पर्नेछ ।

(क) म भूकम्पीय जोखिमबाट सुरक्षित हुने उपायहरु सिक्नेछु र परिवारका सबै सदस्यहरुलाई सिकाउने छु,

(ख) मैले बनाउने घर भूकम्प प्रतिरोधी बनाउनेछु,

(ग) मेरो अहिले भैरहेको घरलाई भूकम्पीय प्रबलिकरण गर्नेछु,

(घ) मेरो समुदायमा भूकम्प प्रतिरोध सम्बन्धी जनचेतना अभिबृद्धिमा लाग्नेछु ।

६. श्रोत व्यवस्थापन, कार्यक्रम अभिलेखीकरण तथा अनुगमन

भूकम्पीय जोखिम न्यूनीकरण तथा पूर्वतयारीका क्षेत्रमा कार्यरत विभन्न सरकारी निकायहरु, राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संघ-संस्थाहरू लगायत सामुदायिक संघ संस्थाहरुको समन्वय तथा सहकार्यमा केन्द्रिय, जिल्लास्तरीय तथा स्थानीयस्तरमा भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरु संचालन हुनेछन् ।

६.१. श्रोत व्यवस्थापन

(क) भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समितिको बैठकले प्रत्येक वर्ष उपलब्ध श्रोत साधनका आधारमा केन्द्रिय, जिल्ला र स्थानीय कार्यक्रमहरुको संचालनका लागि रकम विनियोजन गर्नेछ ।

(ख) केन्द्रिय, जिल्लास्तरीय तथा स्थानीय भूकम्प सुरक्षा दिवस समारोह समितिहरुले सम्बन्धित सदस्य निकाय, संघ-संस्थाहरुसँग उपलब्ध श्रोत साधनहरु परिचालन गरी यो दिवसका कार्यक्रमहरु देशभरी संचालन हुनेछ ।

६.२. कार्यक्रम अभिलेखीकरण

(क) स्थानीय र जिल्ला भूकम्प सुरक्षा दिवस समारोह समितिहरुले पारित गरी पठाएका भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरुको अभिलेखीकरण सम्बन्धित जिल्ला प्रशासन कार्यालयले गर्नेछ ।

(ख) जिल्ला प्रशासन कार्यालयले प्राप्त गरेको भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरु केन्द्रीय अभिलेखीकरणको लागि गृह मन्त्रालय विपद् व्यवस्थापन महाशाखामा पौष महिनाको पहिलो साता भित्र पुग्ने गरी पठाउनेछ ।

(ग) केन्द्रीय, जिल्लास्तरीय तथा स्थानीय भूकम्प सुरक्षा दिवस समारोह समितिहरुले पारित गरी पठाएका सम्पूर्ण कार्यक्रमहरु समावेश गरी विपद् व्यवस्थापन महाशाखाले भूकम्प सुरक्षा दिवस राष्ट्रिय कार्यक्रम पौष महिनाको दोश्रो साता भित्र तयार गरी सार्वजनिक गर्नेछ ।

६.३. कार्यक्रम अनुमगन

(क) स्थानीयस्तरमा संचालन हुने भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरु तथा समारोहको अनुगमन जिल्ला प्रशासन कार्यालयले गर्नेछ,

(ख) जिल्लास्तरमा संचालन हुने भूकम्प सुरक्षा दिवसका कार्यक्रमहरु तथा समारोहको अनुगमन क्षेत्रीय प्रशासन कार्यालयले गर्नेछ ।

७. कार्यसम्पादन प्रतिवेदन

स्थानीय भूकम्प सुरक्षा दिवस समारोह समितिहरुले पारित गरी संचालन गरेका विभिन्न कार्यक्रमहरुको विवरण तालिका ३ अनुसार तयार पारी माघ महिनाको तेश्रो साता भित्र पुग्ने गरी सम्बन्धित जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा पठाउने छ ।

तालिका ३ः स्थानीय भूकम्प सुरक्षा दिवस कार्य सम्पादन प्रतिवेदन

.... महा/उपमहा/नगरपालिका/गाउँ विकास समिति

क्रम	कृयाकलाप	मिति	जिम्मेवार संस्था	सहभागीहरु	लागत
१					
२					
३					
४					
५					

जिल्ला प्रशासन कार्यालयले स्थानीय निकायहरुबाट प्राप्त भूकम्प सुरक्षा दिवस कार्य सम्पादन प्रतिवेदनहरु लगायत जिल्ला स्तरमा सम्पन्न कार्यक्रमहरु समावेस गरी तालिका ४ अनुसारको जिल्लास्तरीय कार्य सम्पादन प्रतिवेदन तयार पर्ने छ ।

तालिका ४ः जिल्लास्तरीय भूकम्प सुरक्षा दिवस कार्य सम्पादन प्रतिवेदन

भूकम्प सुरक्षा दिवस कार्य सम्पादन प्रतिवेदन .... जिल्ला

क्रम	कृयाकलाप	मिति	जिम्मेवार संस्था	सहभागीहरु	लागत
१					
२					
३					
४					
५					
६					

जिल्ला प्रशासन कार्यालयले भूकम्प सुरक्षा दिवस जिल्लास्तरीय कार्य सम्पादन प्रतिवेदन गृह मन्त्रालय विपद् व्यवस्थापन महाशाखामा माघ महिनाको चौथो साता भित्र पुग्ने गरी पठाउनेछ ।

केन्द्रीय, जिल्लास्तरीय तथा स्थानीय भूकम्प सुरक्षा दिवस समारोह समितिहरुले पारित गरी सम्पन्न गरेका सम्पूर्ण कार्यक्रमहरुको एकिकृत प्रतिवेदन गृह मन्त्रालय विपद् व्यवस्थापन महाशाखाको संयोजकत्वमा भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपालको सहयोगमा फाल्गुण महिनाको चौथो साता भित्र तयार गरी सार्वजनिक गरिनेछ ।

अनुसुचि-१ः भूकम्प सुरक्षा दिवस मूल समारोह समिति

१. माननीय मन्त्री, गृह मन्त्रालय	अध्यक्ष
२. माननीय मन्त्री, भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालय	सदस्य
३. माननीय मन्त्री, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय	सदस्य
४. माननीय मन्त्री, सङ्घीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्रालय	सदस्य
५. मुख्य सचिव, प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय	सदस्य
६. सचिव, प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय	सदस्य
७. सचिव, गृह मन्त्रालय	सदस्य
८. सचिव, अर्थ मन्त्रालय	सदस्य
९. सचिव, परराष्ट्र मन्त्रालय	सदस्य
१०. सचिव, कृषि विकास मन्त्रालय	सदस्य
११. सचिव, सिंचाइ मन्त्रालय	सदस्य
१२. सचिव, उर्जा मन्त्रालय	सदस्य
१३. सचिव, उद्योग मन्त्रालय	सदस्य
१४. सचिव, भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालय	सदस्य
१५. सचिव, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय	सदस्य
१६. सचिव, शिक्षा मन्त्रालय	सदस्य
१७. सचिव, रक्षा मन्त्रालय	सदस्य
१८. सचिव, सूचना तथा संचार मन्त्रालय	सदस्य
१९. सचिव, वन तथा भू-संरक्षण मन्त्रालय	सदस्य
२०. सचिव, सहरी विकास मन्त्रालय	सदस्य
२१. सचिव, विज्ञान, प्रविधि तथा वातावरण मन्त्रालय	सदस्य
२२. सचिव, महिला, बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालय	सदस्य
२३. सचिव, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालय	सदस्य

२४. सचिव, युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय	सदस्य
२५. सचिव, सङ्घीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्रालय	सदस्य
२६. सचिव, श्रम तथा रोजगार मन्त्रालय	सदस्य
२७. सचिव, भूमिसुधार तथा व्यवस्था मन्त्रालय	सदस्य
२८. सचिव, राष्ट्रिय योजना आयोगको सचिवालय	सदस्य
२९. पाँच विकास क्षेत्रका क्षेत्रीय प्रशासकहरु	सदस्य
३०. रथी, नेपाली सेना, जंगी अड्डा	सदस्य
३१. प्रहरी महानिरीक्षक, प्रहरी प्रधान कार्यालय	सदस्य
३२. सशस्त्र प्रहरी महानिरीक्षक, सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालय	सदस्य
३३. मुख्य अनुसन्धान निर्देशक, राष्ट्रिय अनुसन्धान विभाग	सदस्य
३४. आवासीय प्रतिनिधि, संयुक्त राष्ट्र संघ	सदस्य
३५. महानिर्देशक, सहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग	सदस्य
३६. महानिर्देशक, खानी तथा भू-गर्भ विभाग	सदस्य
३७. महानिर्देशक, स्वास्थ्य सेवा विभाग	सदस्य
३८. महानिर्देशक, शिक्षा विभाग	सदस्य
३९. महानिर्देशक, सूचना विभाग	सदस्य
४०. महानिर्देशक, जल तथा मौसम विज्ञान विभाग	सदस्य
४१. महानिर्देशक, जल उत्पन्न प्रकोप नियन्त्रण विभाग	सदस्य
४२. प्रमुख, राष्ट्रिय भूकम्प मापन केन्द्र	सदस्य
४३. प्रमुख, हुलाक सेवा विभाग	सदस्य
४४. सदस्य-सचिव, समाज कल्याण परिषद्	सदस्य
४५. अध्यक्ष, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी	सदस्य
४६. आयुक्त, नेपाल स्काउट	सदस्य
४७. विकास आयुक्त, काठमाडौं उपत्यका विकास प्राधिकरण	सदस्य
४८. प्रमुख जिल्ला अधिकारी, काठमाडौँ, ललितपुर, भक्तपुर	सदस्य

४९.	स्थानीय विकास अधिकारी, काठमाडौं, ललितपुर, भक्तपुर	सदस्य
५०.	जिल्ला शिक्षा अधिकारी, काठमाण्डौ/ललितपुर/भक्तपुर	सदस्य
५१.	प्रमुख तथा कार्यकारी अधिकृत, काठमाडौं उपत्यकाका सबै महा/उपमहा/नगरपालिकाहरु	सदस्य
५२.	प्रमुख, विपद् व्यवस्थापन अध्ययन केन्द्र, त्रिभुवन विश्वविद्यालय, (CDS, TU)	सदस्य
५३.	डीन, इन्जिनियरिङ्ग अध्ययन संस्थान	सदस्य
५४.	डीन, चिकित्सा शास्त्र अध्ययन संस्थान	सदस्य
५५.	अध्यक्ष, जिल्ला विकास समिति महासंघ	सदस्य
५६.	अध्यक्ष, गाउँ विकास समिति महासंघ	सदस्य
५७.	अध्यक्ष, नगरपालिका महासंघ	सदस्य
५८.	महाप्रबन्धक, नेपाल टेलिभिजन	सदस्य
५९.	महाप्रबन्धक, रेडियो नेपाल	सदस्य
६०.	महाप्रवन्धक, गोरखापत्र संस्थान	सदस्य
६१.	अध्यक्ष, नेपाल पत्रकार महासंघ	सदस्य
६२.	अध्यक्ष, वातावरण पत्रकार समूह	सदस्य
६३.	अध्यक्ष, विपद् व्यवस्थापन पत्रकार समाज (DIMJA)	सदस्य
६४.	अध्यक्ष, समुदायीक रेडियो प्रसारक संघ	सदस्य
६५.	अध्यक्ष, नेपाल एमेच्योर रेडियो संचालक समाज	सदस्य
६६.	अध्यक्ष, ब्रोडकास्टिङ्ग एसोसिएसन नेपाल	सदस्य
६७.	अध्यक्ष, टेलिभिजन ब्रोडकास्टर्स नेपाल	सदस्य
६८.	अध्यक्ष, नेपाल मिडिया सोसाइटी	सदस्य
६९.	अध्यक्ष, उद्योग वाणिज्य महासंघ	सदस्य
७०.	अध्यक्ष, नेपाल इन्जिनियर्स एसोसिएसन	सदस्य
७१.	अध्यक्ष, स्ट्रक्चरल इन्जिनियर्स सोसाईटी	सदस्य
७२.	अध्यक्ष, नेपाल इन्जिनियरिङ्ग काउन्सिल	सदस्य

७३. अध्यक्ष, नेपाल च्याम्बर अफ कमर्स	सदस्य
७४. अध्यक्ष, AINTGDM	सदस्य
७५. अध्यक्ष, विपद् पूर्वतयारी सन्जाल (DPNet)	सदस्य
७६. अध्यक्ष, निर्माण व्यवसायी महासंघ	सदस्य
७७. अध्यक्ष, नेपाल जग्गा तथा आवास विकास संघ	सदस्य
७८. अध्यक्ष, प्याब्सन (PABSON)	सदस्य
७९. अध्यक्ष, एन प्याब्सन (N-PABSON)	सदस्य
८०. कार्यकारी निर्देशक, भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल	सदस्य-सचिव

अनुसुचि-२ः प्रचार प्रसार उपसमिति

१.	महानिर्देशक, सहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग	संयोजक
२.	उपसचिव, विपद् व्यवस्थापन महाशाखा, गृह मन्त्रालय	सदस्य
३.	उपसचिव, विपद् व्यवस्थापन शाखा, सङ्घीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्रालय	सदस्य
४.	उपसचिव, सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय	सदस्य
५.	उपसचिव, शिक्षा मन्त्रालय	सदस्य
६.	उपसचिव, युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय	सदस्य
७.	उपसचिव, सूचना विभाग	सदस्य
८.	उपसचिव, हुलाक सेवा विभाग	सदस्य
९.	जिशिअ, जिल्ला शिक्षा कार्यालय, काठमाण्डौ/ललितपुर/भक्तपुर	सदस्य
१०.	प्रमुख, राष्ट्रिय भूकम्प मापन केन्द्र	सदस्य
११.	महा-सेनानी, नेपाली सेना	सदस्य
१२.	बरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक, प्रहरी प्रधान कार्यालय	सदस्य
१३.	सशस्त्र बरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक, सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालय	सदस्य
१४.	प्रमुख विपद् व्यवस्थापन विभाग, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी	सदस्य
१५.	प्रतिनिधि, नेपाल स्काउट	सदस्य
१६.	प्रमुख, विपद् व्यवस्थापन अध्ययन केन्द्र, त्रिभुवन विश्वविद्यालय	सदस्य
१७.	प्रतिनिधि, नेपाल टेलिभिजन	सदस्य
१८.	प्रतिनिधि, रेडियो नेपाल	सदस्य
१९.	अध्यक्ष, सामुदायिक रेडियो महासंघ	सदस्य
२०.	अध्यक्ष, जिल्ला विकास समिति महासंघ	सदस्य
२१.	अध्यक्ष, नगरपालिका महासंघ	सदस्य
२२.	अध्यक्ष, गाउँ विकास समिति महासंघ	सदस्य

२३. अध्यक्ष, नेपाल भौगर्भिक समाज — सदस्य

२४. अध्यक्ष, नेपाल पत्रकार महासंघ — सदस्य

२५. अध्यक्ष, वातावरण पत्रकार समूह — सदस्य

२६. अध्यक्ष, विपद् व्यवस्थापन पत्रकार समाज (DIMJA) — सदस्य

२७. अध्यक्ष, समुदायीक रेडियो प्रसारक संघ — सदस्य

२८. अध्यक्ष, ब्रोडकास्टिङ्ग एसोसिएसन नेपाल — सदस्य

२९. अध्यक्ष, टेलिभिजन ब्रोडकास्टर्स नेपाल — सदस्य

३०. अध्यक्ष, नेपाल एमोच्योर रेडियो संचालक समाज — सदस्य

३१. अध्यक्ष, नेपाल मिडिया सोसाइटी — सदस्य

३२. अध्यक्ष, प्याब्सन (PABSON) — सदस्य

३३. अध्यक्ष, एन प्याब्सन (N–PABSON) — सदस्य

३४. प्रतिनिधि, UNDP — सदस्य

३५. प्रतिनिधि, UNICEF — सदस्य

३६. प्रतिनिधि, WHO — सदस्य

३७. प्रतिनिधि, WFP — सदस्य

३८. प्रतिनिधि, AINTGDM — सदस्य

३९. अध्यक्ष, विपद् पूर्वतयारी सन्जाल (DPNet–Nepal) — सदस्य

४०. अध्यक्ष, विपद् व्यवस्थापन राष्ट्रिय संजाल (DIMANN) — सदस्य

४१. निर्देशक, भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज, नेपाल (NSET) — सदस्य-सचिव

अनुसूची–३: व्यवस्थापन उप–समिति

१. कार्यकारी अधिकृत, मूल समारोह हुने महा/उपमहा/नगरपालिका	संयोजक
२. उपसचिव, विपद् व्यवस्थापन महाशाखा, गृह मन्त्रालय	सदस्य
३. उपसचिव, विपद् व्यवस्थापन शाखा, सङ्घीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्रालय	सदस्य
४. उपसचिव, सहरी विकास मन्त्रालय	सदस्य
५. उपसचिव, वातावरण, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय	सदस्य
६. उपसचिव, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय	सदस्य
७. निर्देशक, खानी तथा भूगर्भ विभाग	सदस्य
८. निर्देशक, पुरातत्व विभाग	सदस्य
९. निर्देशक, स्वास्थ्य सेवा विभाग	सदस्य
१०. निर्देशक, सूचना विभाग	सदस्य
११. निर्देशक, शहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग	सदस्य
१२. निर्देशक, जल उत्पन्न प्रकोप नियन्त्रण विभाग	सदस्य
१३. प्रमुख, राष्ट्रिय भूकम्प मापन केन्द्र	सदस्य
१४. सप्रजिअ, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, काठमाण्डौ/ललितपुर/भक्तपुर	सदस्य
१५. प्रमुख विपद् व्यवस्थापन विभाग, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी	सदस्य
१६. प्रतिनिधि, नेपाल स्काउट	सदस्य
१७. महा-सेनानी, नेपाली सेना	सदस्य
१८. बरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक, प्रहरी प्रधान कार्यालय	सदस्य
१९. सशस्त्र बरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक, सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालय	सदस्य
२०. बरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक, उपत्यका ट्राफिक प्रहरी कार्यालय	सदस्य
२१. नायब विकास आयुक्त, काठमाण्डौ उपत्यका विकास प्राधिकरण	सदस्य
२२. प्रमुख तथा कार्यकारी अधिकृत, काठमाण्डौ उपत्यकाका महा/उप-महा/नगरपालिकाहरु	सदस्य

२३. अध्यक्ष, उद्योग वाणिज्य महासंघ	सदस्य
२४. अध्यक्ष, नेपाल इन्जिनियर्स एसोसिएसन	सदस्य
२५. अध्यक्ष, स्ट्रक्चरल इन्जिनियर्स सोसाईटी	सदस्य
२६. अध्यक्ष, नेपाल इन्जिनियरिङ्ग काउन्सिल	सदस्य
२७. सहायक डीन, इन्जिनियरिङ्ग अध्ययन संस्थान	सदस्य
२८. अध्यक्ष, नेपाल मेडिकल एशोसिएसन	सदस्य
२९. अध्यक्ष, नेपाल नर्सिङ्ग एशोसिएसन	सदस्य
३०. अध्यक्ष, चिकित्सा शास्त्र अध्ययन संस्थान	सदस्य
३१. अध्यक्ष, नेपाल च्यम्बर अफ कमर्स	सदस्य
३२. अध्यक्ष, विपद् पूर्वतयारी सन्जाल (DPNet–Nepal)	सदस्य
३३. अध्यक्ष, निर्माण व्यवसायी महासंघ	सदस्य
३४. अध्यक्ष, नेपाल जग्गा तथा आवास विकास संघ	सदस्य
३५. निर्देशक, भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल (NSET)	सदस्य-सचिव

अनुसुचि-४: जिल्लास्तरमा सम्भाव्य सहयोगी निकाय तथा संघ-संस्थाहरू

१. जिल्ला दैवी प्रकोप उद्धार समितिको सहयोगी संस्था (DLSA),
२. नेपाल रेडक्रस सोसाइटी,
३. सहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग डिभिजन कार्यालय,
४. जिल्ला/नगर/गाउँ विकास समितिमा कार्यरत राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संस्था,
५. उद्योग वाणिज्य महासंघ,
६. गैरसरकारी संस्था (गैसस) महासंघ,
७. स्थानीयस्तरमा कार्यरत विपद् जोखिम व्यवस्थापनसम्बन्धी सरकारी, निकाय तथा गैरसरकारी संघ-संस्थाहरु ।

भूकम्प सुरक्षा दिवस

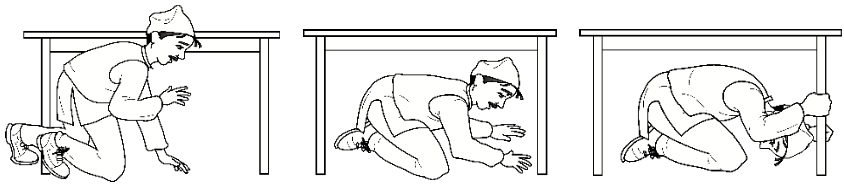
सचेत र प्रतिवद्ध कार्यान्वयन

भुईंचालो आउँदै गर्दा सुरक्षित तवरले बस्न सकियो भने हाम्रो ज्यान जोगिन्छ । भुईंचालोबाट जोगिन घर, कार्यालय वा विद्यालयभित्र रहँदा गरिने अति प्रभावकारी उपाय मध्ये "घुँडा टेकी गुँडुल्की, ओत लागी समात" (Drop, Cover and Hold on) हो भन्ने विश्वभरी मान्यता छ ।

घुँडा टेकी गुँडुल्की: दुवै घुँडा र कुहिना टेकेर भुईंमा गुँडुल्किएर टाउको जोगाउँदै आफ्नो शरीरलाई सकभर सानो बनाउने ।

ओत लागी: घुँडा टेकी गुँडुल्कींदा टाउको र मेरुदण्ड जोगाउन कुनै बलियो फर्निचर वा सामग्रीको ओत लागी उछिट्टिन वा खस्न सक्ने वस्तुहरुबाट बच्नु हो । बलियो फर्निचर वा सामग्री नभएको खण्डमा दुवै हत्केलाले टाउको छोप्ने ।

समात: भुईंचालोको बेला ओत दिने वस्तु वा आफु हुत्तिनबाट जोगिन ओतलाई बलियो गरी समात्ने तथा शान्त भई बस्ने।



"घुँडा टेकी गुँडुल्की ओत लागी समात" गर्ने तरिका

केही सेकेण्डमै गइसक्ने भुईंचालोको बेला आफ्नो नजिकको सुरक्षित ठाउँमा "घुँडा टेकी गुँडुल्की, ओत लागि समात" को आसन गरियो भने चोटपटकबाट बच्न तथा ज्यान जोगाउन सकिन्छ । यो आसनको अभ्यास बारम्बार गरी यस ज्ञानलाई अन्तर्मनमा सदैव तयारीको अवस्थामा राखेमात्र भूकम्पको बेला स्वत:स्फूर्त रुपमा यो काम गर्न सकिन्छ।

भूकम्प (भुईंचालो) को समयमा के गर्ने ?

दश उपयोगी सुझावहरु:

१) भूकम्पको कम्पन चाल पाउनासाथ, सुरक्षित ठाउँमा "घुँडा टेकी, गुँडुल्की, ओत लागी समात'' गर्नुहोस् ।

२) सिनेमाहल, मल, डिपार्टमेण्टल स्टोर वा प्रदर्शनी हल जस्ता ठाउँमा हुनुहुन्छ भने त्यहाँका सुरक्षाकर्मी अथवा कर्मचारीले भने बमोजिम गर्नुहोस् ।

३) यदि भुइँतलाको मुल ढोका नजिकै हुनुहुन्छ भने, छोटो र सुरक्षित निकास मार्ग प्रयोग गरी बाहिर निस्कनुहोस् तर साँघुरो गल्लीमा खतरा हुन सक्छ ।

४) घरबाहिर हुँदा टाउकोलाई सुरक्षित राख्नुहोस् र जोखिमयुक्त वस्तुबाट बच्नुहोस् ।

५) सवारी साधन चलाउँदै हुनुहुन्छ भने बायाँतर्फ मोडी पार्क गर्नुहोस् । निषेधित क्षेत्र, अग्ला भवन, अग्ला रुख, पुल आदि छल्नुहोस् ।

६) पहिरो जाने तथा ढुङ्गा वा चट्टान खस्न सक्ने क्षेत्रमा सावधान रहनुहोस् ।

७) नआत्तिनुहोस र कुनै पनि असुरक्षित व्यवहार (ठेलमठेल, झ्यालबाट हाम्फाल्ने आदि) नगर्नु होस् ।

८) बाहिर निस्कनु अघि यथासम्भव आगोका श्रोतहरु (ग्यास चुलो, अगेनो, हीटर आदि) बन्द गर्नुहोस् ।

९) कम्पन रोकिएपछि मात्र झटपट झोला लिएर बाहिर निस्कनुहोस् ।

१०) हल्लाको पछि नलाग्नुहोस् । सही र भरपर्दो सूचना प्राप्त भएपछि मात्र सुरक्षित स्थलतर्फ लाग्नुहोस् ।

भूकम्प सुरक्षा दिवसका मूल नाराहरू

१. पूर्व तयारीका उपाय अपनाई, भूकम्पको विनाशबाट बचौं । - २०५५

२. प्राकृतिक प्रकोपको रोकथाम तथा संचार माध्यम । - २०५६

३. भविष्यमा आउन सक्ने भूकम्पबाट अहिले नै हाम्रो विद्यालयलाई सुरक्षित बनाऔं । - २०५७

४. भूकम्पीय जोखिम न्यूनिकारणका लागि सामुदायिक प्रयाश । - २०५८

६. भूकम्पीय जोखिम न्यूनिकरण गैर-संरचनात्मक उपायहरुको अवलम्बन । - २०६०

७. भूकम्पबाट सुरक्षित रहन भवन निर्माण संहिता पालना गरौं । - २०६१

८. सकिन्न भू-कम्पलाई रोक्न,
गरे पूर्वतयारी सकिन्छ बचाउन र बच्न । - २०६२

९. घटाऔं भूकम्पको खतरा जागरुक भई युवा । - २०६३

१०. भूकम्प सुरक्षित स्वास्थ्य संस्था अविच्छिन्न स्वास्थ्य सेवा । - २०६४

११. भूकम्पीय सुरक्षाको मूल आधार
सुरक्षित घर, सबल उद्धार क्षमता तथा सुदृढ स्वास्थ्य उपचार । - २०६५

१२. भूकम्पीय जोखिम घटाऔं, समुदायको सुरक्षा बढाऔं ।
विद्यालय, अस्पताल, घर-बसोबास सुरक्षित बनाऔं ॥ - २०६६

१३. भूकम्पीय सुरक्षाका लागि समुदाय नै अघि सरौं,
साधन, ज्ञान-सीप र भवन संहिताको अधिकतम प्रयोग गरौं । - २०६७

१४. नसोधी, नबोली आउँछ भूकम्पीय विपदा ।
जागौं, जुटौं बचाउन सृष्टिको सम्पदा ॥ - २०६८

१५. नसोधी, नबोली आउँछ भूकम्पीय विपदा ।
जागौं, जुटौं बचाउन सृष्टिको सम्पदा ॥ - २०६९

१६. नसोधी, नबोली आउँछ भूकम्पीय विपदा ।
जागौं, जुटौं बचाउन सृष्टिको सम्पदा ॥ - २०७०

१७. नसोचेकै बेला आउँछ है भुईंचालो,
पूर्वतयारीमा जुट्ने हामी सबैको पालो । - २०७१

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
विपद व्यवस्थापन महाशाखा