

COMPILATION OF CASE STUDIES: AN OUTCOME OF COVID RESPONSE PROJECT BY ACTION NEPAL



ACTION NEPAL

ACTION NEPAL

Neelkantha-3, Dhading, Nepal

Phone :010-521012

Email : actionnepal@gmail.com

Web-www.actinnepal.org

INTRODUCTION:

This is the report to illustrate the outcomes and impact of Covid-19 response project being implemented by ACTION Nepal in different municipalities and rural municipalities of Dhading under the funding support of DCA. This report is generated with the case studies of different Covid-19 infected patients regarding their experience in quarantine stay, their mental and physical health as well as the impact of psychosocial counselling that they have received during their quarantine stay and the satisfaction level for the physical facilities provided during their hard times. This also demonstrates the case studies of stakeholders regarding the management of quarantine and the coordination done with local authority and support agencies.

The media coverage related to the best quarantine management practices in the local units with the help of ACTION NEPAL has been mentioned through the links of news and features in this report.

CASE STUDY

1. How you got infected with COVID-19?

I doubt I was infected with corona a bit earlier when I was staying- with my friend who had similar symptoms of corona. After while I also felt body aches I went to Kathmandu for PCR TEST and got positive result.



Name : Kishor Shrestha
Age/Sex : 26/male
Address : Thakre-2, Dhading
Phone no : 98458322135

2. After you had COVID-19 positive what was the response of the community towards you?

I was dishonored and hatred by the community after I got COVID-19 positive. It was disappointing and embarrassing to stay in such community.

3. Did you stay safely during home quarantine?

I stayed in home quarantine very safely considering that no one else gets infected by me. I cooked myself and maintained social distancing in home quarantine.

4. Did you get personal hygiene kit?

Yes, I got personal hygiene kit.

5. Was personal hygiene kit helpful to you?

I was very happy to receive all personal hygiene equipment in one bag in that situation when I was not able to leave my home to purchase materials.

6. Was the sanitation (toilet/bathroom) facility managed well for you?

Yes, it was.

7. What about the facility of water during your home quarantine stay?

It was well managed.

8. Did you get psychosocial counselling?

Yes, I got.

9. Who did provide the counselling?

From Action Nepal.

10. How you have been benefited by psychosocial counselling?

The psychosocial counselling could help me out of fear from that scary situation. I used to be really tensed while using social media because of COVID news before I got counselling. After I got counselling I started ignoring that news and build up confidence within myself. I started doing some physical fitness exercises, meditation which really help me to get out of this COVID.

1. How you got infected with COVID-19?

I got wet due to rain. As a consequence, I started suffering from fever and blockage in my nose. In the next morning ache I got PCR Test and tested positive.



Name : Chanda Maya Thapa Magar
Age/Sex : 25/Female
Address : Galchi-4, Dhading
Phone no : 9840584828

2. After you had COVID-19 positive what was the response of the community towards you?

I was dishonored and hatred by the community after I got COVID-19 positive. It was disappointing and embarrassing to stay in such community.

3. How did you arrive to quarantine center?

I was working at the same quarantine center. Once I tested positive I started living in isolation room as per the guidance of health coordinator.

4. Did you find the quarantine center managed well?

The quarantine center seems ok while observing as an outsider but I couldn't feel the management proper.

5. Did you get personal hygiene kit?

Yes, I got personal hygiene kit.

6. Was personal hygiene kit helpful to you?

The personal hygiene kit that I received is being very useful to me indeed.

7. Was the sanitation (toilet/bathroom) facility managed well for you?

Yes, it was.

8. What about the facility of water during your home quarantine stay?

It was well managed.

9. Did you get psychosocial counselling?

Yes, I got.

10. How you have been benefited by psychosocial counselling?

I could increase myself confidence once I got psychosocial counselling. It was hard for me to spend time before, but now I am out of tension with high motivation so I am confident that I will win this virus.

11. Are the equipment's that you got for physical exercises being easy and comfortable for you?

That equipment's are very comfortable and easy. I used to read books, listen to music via speaker and do yoga physical exercise to spend my day.

1. How did you reach to quarantine?

I was in New Delhi since 4 years. I have returned to home for Dashain festival, I had to stay in quarantine mandatorily as per the rule of local authority, so we both stayed here.

2. How you find the quarantine?

In overall, it is well managed.

3. Have you got any personal hygiene materials?

Yes, I have got the personal hygiene kit within the bag.

4. How have you been benefited with the hygiene kits that you received?

It's very easy for me so far.

5. What are the facilities in your quarantine?

There are bathrooms, toilets, hand wash facility, entertainment tools and internet facility in the quarantine.

6. What about the water facility in quarantine?

There is adequate water facility for bathing, which are separate for male and female. So that I'm happy and safe.

7. Have you got psychosocial counselling?

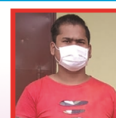
Yes I got. They taught lots of things, we should not have to be tensed and how to manage it was my key learning from the counselling.

8. What and how your life has been changed after you got psychosocial counselling?

I have boosted my self-confidence. I used to be bored and was hard for me to spend time, but now I use to do regular Yoga, Meditation and exercises and read books. I used to be worried for not having job and being away from my family but now, I'm tension free after the counselling.

9. How the tools/materials that you received for recreational activities and physical exercises are being helpful to you?

It became easier to do yoga's, meditations and listen music via speaker. Moreover, internet facility have been added advantage for me.



Name : Amrit B.K.
Age/Sex : 19/ Male
Address : Jwalamukhi-2, Dhading
Address : 98357673

CASE STUDY

1. How did you reach to quarantine?

I used to stay with my husband in Ban glori India since a year. Once I returned home for Dashain festival, I had to stay in quarantine mandatorily as per the rule of local authority, so we both stayed here.



Name : Sumitra Tiwari
Age/Sex : 42/Female
Address : Jwlamukhi-2 Dhading
Phone no : 9821472049

2. How you find the quarantine?

In overall, it is well managed.

3. Have you got any personal hygiene materials?

Yes, I have got the personal hygiene kit within the bag.

4. How have you been benefited with the hygiene kits that you received?

It's very easy for me so far.

5. What are the facilities in your quarantine?

There are bathrooms, toilets, hand wash facility, entertainment tools and internet facility in the quarantine.

6. What about the water facility in quarantine?

There is adequate water facility for bathing, which are separate for male and female. So that I'm happy and safe.

7. Have you got psychosocial counselling?

Yes I got. They taught lots of things, we should not have to be tensed and how to manage it was my key learning from the counselling.

8. What and how your life has been changed after you got psychosocial counselling?

I have boosted my self-confidence. I used to be bored and was hard for me to spend time, but now I use to do regular Yoga, Meditation and exercises and read books. I used to be worried for not having job and being away from my family but now I'm tension free after the counselling.

9. How the tools/materials that you received for recreational activities and physical exercises are being helpful to you?

It became easier to do yogas, meditations and listen music via speaker. Moreover, internet facility have been added advantage for me.

10. How do you feel about the handwashing station?

We don't have to touch by hands, which decreases the chance of virus contamination, I feel safe.

1. How did you get to know that you got corona positive?

When my sister came



Name : Archita Upreti Shrestha
Age/Sex : 26/Female
Address : Benighat Rorang-I, Dhading
Address : 9860567209

back from Kathmandu, she got severe headache and slight fever. Within few days I felt like same and suffered from fever measuring 102°F which wasn't dropping. Then, I realized it could be corona virus so without delay I went for a PCR test and the result unfortunately tested positive.

2. Who helped to bring you in quarantine?

The fright of the transmission of virus to other family members was considerable being in home. That's why I send the information to rural municipality and from there I got a recommendation for an isolation center. They send an ambulance for me and dropped me here in quarantine.

3. Is the quarantine well managed?

Yes, the quarantine is properly managed. Before coming here, I was in confusion about what to carry with me to be in quarantine but in the meantime I got a call from rural municipality that everything required to maintain personal hygiene will be provided there in quarantine center. Awkwardly that was true, when I reached here I was facilitated with a bag which was full of items that we require for our hygiene maintenance. That gesture in the quarantine center made me feel very happy and recently I'm using all the hygiene items provided here. I want to thank you for this behavior of taking care. Likewise, before being here there were many doubts running in my mind like, how would be the toilet there, would the bathroom be neat and maintained or what kind of room will be there. But when I reached here I found a very clean and maintained rooms, bathroom and toilets. People are in plentiful number here that's why the internal toilets comes to be less for us because of which we use the toilets outside the building in day time but during night time we manage to use toilets inside. Due to the proper and managed bathroom we feel comfortable to bath wash our clothes. The taps are also very fine where the water is available for 24 hours as much as we have to use. Due to all those proper managements we feel comfortable here in quarantine. The duration of quarantine is passing very easily by the facilities like Television (which we usually use to listen news and songs,) speaker for an entertainment.

Media Coverages

नेपालमा कोरोना भाइरस (कोभिड १९) को संक्रमण फैलिन नदिन जब चैतमा लकडाउन भयो त्यतिबेला देखि नै गल्छी गाउँपालिकाले विद्यालयमा क्वारेन्टिन निमाण गरे। सुरुमा भारतबाट आएकाहरूलाई १४ दिनसम्म क्वारेन्टिनमा राखियो। भारतल गायत अन्य देशहरूबाट फर्कनेको संख्या बढ्न थाले पछि क्वारेन्टिन भरि भराउ नभए। पालिकाले क्वारेन्टिन स्थलमा बेडको संख्या बढाए भने थप व्यवस्थापनमा जुटे। अहिले देशैभर काभिड १९ संक्रमणको जोखिम बढ्दो छ। दिनानुदिन संक्रमितको संख्या बढ्दै जाँदा गल्छी गाउँपालिका आइसोलेसन व्यवस्थापनमा जुटेको गल्छी गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष राधा तिमिल्सिना लामिछाने बताइन्। २६ कोठाको आइसोलेसन निमाण कार्य अन्तिम चरणमा पुगेको छ। उनले भनिन्, सुरुमा हामीले क्वारेन्टिनलाई व्यवस्थित गरेका थियौं अहिले संक्रमितको संख्या बढ्दै जाँदा आइसोलेसनमा जोड दिएकाहौं। नेपाल सरकारको अवधारणा अनुसारको पाँच बेडको आइसोलेसन निमाण गरी सञ्चालन भइरहेको उनले बताइन्। चाडपर्वलाई लक्षित गरेर विभिन्न ठाउँबाट घर फर्कनेहरू र लक्षण नदेखिएकाहरूलाई पालिकाले होम आइसोलेसनमा बस्न आग्रह समेत गरेको छ। होम आइसोलेसनमा बसेकाहरूको पालिका, वडाका प्रतिनिधि, स्वास्थ्यकर्मीहरूले स्वास्थ्य अवस्थाबारे नियमित रूपमा जानकारी लिने गरेको उपाध्यक्ष तिमिल्सिनाले बताइन्। अहिले व्यवस्थापन गरिएको आइसोलेसनमा एम बि वि एस डाक्टर, नर्स लगायतका टोलीसमेत परिचालित गरेको उनले बताइन्।

चाडपर्वमा भारत लगायत देशकै अन्य क्षेत्रबाट गाउँफर्कनेहरूलाई लक्षित गरी अन्य स्थानीयतहहरूले पनि आइसोलेसन व्यवस्थापनमा जुटेका छन्। सुरुवाती चरणहरूमा हतार हतारमा विद्यालयहरूमा क्वारेन्टिन बनाइएको भए पनि व्यवस्थापन फितलो भएको र संक्रमणको भन्ने जोखिमभएको गुनासो आउन थालेपछि नयाँ ठाउँमा क्वारेन्टिन बनाउन थालिएको हो। नयाँ ठाउँमा क्वारेन्टिन बनाएसँगै धादिङ्का सातवटा स्थानीय सरकारले क्वारेन्टिनमा बस्दा अपनाउनुपर्ने विभिन्न नौ बुँदे आचार संहिता समेत जारी गरेका छन्। स्वास्थ्य सरसफाई, सदाचार, महिला तथा बालबालिका, अपाङ्गता वृद्धवृद्धाको लागि पालना गर्नुपर्ने नियमहरू तथा क्वारेन्टिनमा गर्न हुने र नहुने कामहरूको विषयमा आचारसंहिता बनाएर लागु गरिएको खनियावास गाउँपालिकाका अध्यक्ष रणबहादुर तामाङले बताए। क्वारेन्टिनमा रहने सबैबाट पहिले आचार संहिता पूर्ण रूपमा पालना गर्नको लागि प्रतिबद्धता माग्छौं, उनले भने, हामीले क्वारेन्टिनमा न्यूनतम पूर्वाधारहरूका सबै व्यवस्था गरेका छौं, यसरी राख्दा संक्रमण फैलन नदिने अपेक्षा गरेका छौं। क्वारेन्टिनमा रहेकाहरूले पनि सुरुवाती चरणमा भन्दा अहिले धेरै नै सुधार आएको भारतबाट फर्किएर क्वारेन्टिनमा बसेर घर फर्किएकी ज्वालामुखी गाउँपालिका वडा नं २ कि गोमा श्रेष्ठले बताइन्। विद्यालयमा बनाइएको क्वारेन्टिन अव्यवस्थित भयो, खानेपानी, शौचालयको अभावभन्ने सुनिन्थ्यो, उनले भनिन्, विशेष कामले म भारत गएर फर्किनुपरेकाले यहाँ बसेको छु, स्वास्थ्य, सरसफाइमा निकै नै सचेत र सतर्कता अपनाएको छु पहिले भन्दा धेरै सुधार भएको रहेछ। स्थानीय सरकारले क्वारेन्टिन बनाएको क्षेत्रमा स्वास्थ्य र सरसफाइ लागि एक्सन नेपालनामक गैरसरकारी संस्थाले सहयोग गरेको छ। डिसेप्टेम्बरको सप्ताह- दारीमा एक्सन नेपालले सञ्चालन गरेको पूर्णिमा परियोजनाले धादिङ्का सात स्थानीयतहले सञ्चालन गरेका क्वारेन्टिनहरूमा रहने प्रत्येक व्यक्तिलाई आवश्यक पर्ने व्यक्तिगत सरसफाइ सामग्रीदेखि, क्वारेन्टिनमा इन्टरनेट, टेलिभिजन, व्यवस्थित शौचालय तथा छुट्टै स्नानघरसमेत निमाण गरिदिएको छ।

क्वारेन्टिन, आइसोलेसनमा आचार संहितानिमाण देखि क्वारेन्टिनमा भौतिक पूर्वाधारहरू बनाउने काममा परियोजनाबाट सहयोग गरेको एक्सन नेपालका कार्यकारी निर्देशक गणेश ढुंगानाले बताए। क्वारेन्टिन, आइसोलेसन अव्यवस्थित भएको जनगुनासो आएसँगै स्थानीय तहहरूसँग समन्वय गरेर थप व्यवस्थित गरेका हौं, उनले भने, क्वारेन्टिन, आइसोलेसनमा बस्ने सबैलाई प्रतिव्यक्तिका हिसाबले स्वास्थ्य र सरसफाइका सामानसमेत उपलब्ध गराएका छौं। कोभिड १९ संक्रमणको सुरुवाती चरणहरूमा धादिङ्का क्वारेन्टिन व्यवस्थापन निकै फितलो देखिएको थियो। धेरैजनालाई एकैठाउँमा राख्नुपर्ने, स्वास्थ्य र सरसफाइमा भन्ने जोखिमभएको जस्ता गुनासो आइरहेको बेलामा स्थानीय तहहरूले मापदण्ड, आचार संहिता निमाण देखि थप व्यवस्थापनमा जुटेका हुन्। स्थानीय सरकारहरूले क्वारेन्टिनमा रहेकालाई मनोरामशर्को आवश्यक परेको खण्डमा परामर्श दिनेसमेत व्यवस्था मिलाएको छ।



चाड पर्व लक्षित गरी क्वारेन्टिन निर्माण गर्दै स्थानीय सरकार

धादिङ : नेपालीहरूको दसैं (तिहार जस्ता ठूला चाडपर्व नजिकिदै छन् । कोभिड १९ संक्रमणको जोखिम पनि उस्तै छ । धादिङमा पनि कोभिडको-१९ को संक्रमण कम नभएकोले चाडपर्व लक्षित गरी स्थानीयसरकारले क्वारेन्टाइन थप व्यवस्थित गर्न थालेका छन् । चाड पर्वमा भारतरगत देशकै अन्य क्षेत्रबाट गाउँ फर्कनेहरूलाई लक्षित गरी आचार-सहिता निर्माणदेखि क्वारेन्टाइनको व्यवस्थापनमा जुटेका हुन् । दसैं, तिहार जस्ता ठूला चाडपर्व नजिक आएकोले उक्त समयमा गाउँ फर्कनेलाई सुरक्षित राख्नका लागि स्थानीय सरकार क्वारेन्टाइन व्यवस्थापनमा जुटेका हुन् । सुरुवाती चरणमा हतार हतारमा विद्यालयमा क्वारेन्टाइन बनाइएको भएपनि व्यवस्थापन फितलो भएको र संक्रमणको जोखिम कायम रहेको गुनासो आउन थालेपछि नयाँ ठाउँमा क्वारेन्टाइन बनाउन थालिएको हो । नयाँ ठाउँमा क्वारेन्टाइन बनाएसँगै धादिङका ७ वटा स्थानीय सरकारले क्वारेन्टाइनमा बस्दा अपनाउनुपर्ने विभिन्न १५ बुँदे आचारसहिता समेत जारी गरेका छन् । स्वास्थ्य सरसफाई, सदाचार, महिला तथा बालबालिका, अपाङ्गता वृद्धवृद्धाका लागि पालना गर्नुपर्ने नियम तथा क्वारेन्टाइनमा गर्न हुने र नहुने कामहरूको विषयमा आचारसहिता बनाएर लागू गरिएको खनियावास गाउँपालिकाका अध्यक्ष रण बहादुर तामाङले बताए ।

उनले भने, क्वारेन्टाइनमा रहने सबैबाट पहिले आचारसहिता पूर्ण रूपमा पालना गर्नका लागि प्रतिवद्धता माग्यौं, हामीले क्वारेन्टाइनमा न्युनतम पूर्वाधारहरूका सबै व्यवस्था गरेका छौं, यसरी राख्दा संक्रमण फैलन नदिने अपेक्षा गरेका छौं । स्थानीय सरकारले क्वारेन्टाइन बनाएको क्षेत्रमा स्वास्थ्य र सरसफाई लागि एक्सन नेपाल नामक गैर सरकारी सस्थाले सहयोग गरेको छ । डिसिएसँगको सामेदारीमा एक्सन नेपालले संचालन गरेको पुर्णिमा परियोजनाले धादिङका ७ वटै स्थानीय तहले संचालन गरेका क्वारेन्टाइनहरूमा रहने प्रत्येक ब्यक्तिलाई आवश्यक पर्ने ब्यक्तिगत सरसफाई सामाग्रीदेखि, क्वारेन्टाइनमा इन्टरनेट, टेलिभिजन, व्यवस्थित शौचालय तथा छुट्टै स्नानघर समेत निर्माण गरिदिएको छ ।

स्थानीय सरकारले क्वारेन्टाइनमा रहेकालाई मनोरामशर्को आवश्यक परेको खण्डमा परामर्श दिने समेत व्यवस्था मिलाएको छ । ज्वालामुखी गाउँपालिका ३ अमरावतीमा रहेको क्वारेन्टाइन व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष एवं वडा अध्यक्ष रुमान श्रेष्ठले भने, स्थानीय सरकार र सहयोगी सस्था मिलेर हामीले क्वारेन्टाइन व्यवस्थित बनाएका छौं, क्वारेन्टाइनमा इन्टरनेट राख्ने, टेलिभिजन राख्ने, शौचालय पर्याप्त बनाउने कुरामा ध्यान दिएका छौं । आधारभूत कुरामा कुनै गुनासो नआओस भन्ने कुरामा ध्यान दिएका छौं । क्वारेन्टाइनमा रहेकाहरूले पनि सुरुवाती चरणभन्दा अहिले धेरै नै सुधार आएको बताएका छन् । भारतबाट फर्किएर क्वारेन्टाइनमा रहेकी ज्वालामुखी गाउँपालिका २ की गोमा श्रेष्ठले भनिन्, विशेष कामले म भारत गएर फर्किनुपरेकाले यहाँ बसेको छु, पहिले हामी आफैले हेरेका थियौं, विद्यालयमा बनाइएको क्वारेन्टाइन कति भोगल थियो । तर अहिले धेरै कुरामा सुधार आएको छ ।

कोभिड १९ संक्रमणको सुरुवाती चरणमा धादिङमा क्वारेन्टाइन व्यवस्थापन निकै फितलो देखिएको थियो । धेरैजनालाई एकै ठाउँमा राख्नुपर्ने, स्वास्थ्य र सरसफाइमा भन्नै जोखिम भएको जस्ता गुनासो आइरहेको बेलामा स्थानीय सरकारले चाडबाड लक्षित गर्दै बनाएको क्वारेन्टाइनको नयाँ मापदण्डले पक्कै पनि संक्रमण फैलनबाट बचाउने अपेक्षा गरिएको छ । चाडपर्वसँगै रोग पनि गाउँमा नआओस भन्ने उद्देश्यले गरिएको यो प्रयास सकारात्मक देखिएको छ ।



मनीष दुवाडी
अन्नपूर्ण

१३ असोज २०७७ १२:५५:००

क्वारेन्टीन र आइसोलेशनमा मनोपरामर्श गराउदै पुर्णिमा परियोजना

धादिङ, कोरोना भाइरसको संक्रमण बढ्दो छ । पहिले संक्रमण रोक्नकोलागि भनेर लकडाउन, निषेधाज्ञा जारी गरिएको भए पनि अहिले त्यो अवस्था छैन । मानिसहरूको ओहोर दोहोर बाक्लिन थालेको छ भने संक्रमण दर पनि बढ्न थालेको छ । संक्रमण बढे सँगै र चाड पर्व नजिकि-



एस सँगै स्थानीय सरकारहरू क्वारेन्टीन र आइसोलेशन व्यवस्थापनमा ध्यान दिन थालेका छन् । क्वारेन्टीन व्यवस्थापनमा स्थानीय सरकार संग सामेदारी गरि रहेको गैर सरकारी सस्था एक्सन नेपालले क्वारेन्टीन र आइसोलेशनमा बस्नेहरूको लागि मनोपरामर्श सेवा दिन थालेको छ । पुर्णिमा कार्यक्रम अन्तरगत बेलायत सरकारको आर्थिक सहयोग, मटम्याक डोनाल्डको व्यवस्थापन तथा डिसिए नेपाल र एक्सन नेपालको को सामेदारीमा संचालित परियोजनाबाट धादिङका थाक्रे, गल्छी, गजुरी, बेनिघाट रोराङ, ज्वालामुखी, खनियावास र गंगजमुना गाउँपालिकाका स्तरीय क्वारेन्टीन तथा आइसोलेशन सेन्टरमा स्वास्थ्य, सरसफाई र परामर्शको काममा सहयोग गर्दै आइरहेको छ । होम आइसोलेशनमा रहेका र क्वारेन्टीनमा रहेकाहरूलाई तनाव हुने, डरत्रास उत्पन्न हुने जस्ता समस्याहरू आउन नदिनकोलागि आवश्यकता आधारमा मनोपरामर्श दिने व्यवस्था मिलाइएको एक्सन नेपालका कार्यकारी निर्देशक गणेश ढुङ्गानाले जानकारी दिनुभयो ।



उहाँले, हामीले धादिङका ७ वटा पालिकामा यो काम गरिरहेका छौं, होम आइसोलेशनमा रहेकाहरू, सस्थागत आइसोलेशनमा रहेकाहरू र क्वारेन्टीनमा रहेका सवैलाई उनीहरूको मनोबल उच्च राख्नकोलागि परामर्श दिने व्यवस्था मिलाएका हौं । क्वारेन्टीन तथा आइसोलेशनमा रहेँदा एक्लै बस्नुपर्ने, एकैठाउँमा बस्नु पर्ने हुँदा दिक्दारी लाग्ने, मनमा अनेक कुराहरू खेल्ने, गाउँ समाजले के के भन्थे भनेर सोच्ने जस्ता समस्या आउने हुँदा ती समस्या हल गर्नकोलागि दिक्दारीपनहटाउने उपायहरू सिकाइएको मनोपरामर्शकर्ता विक्रम श्रेष्ठले बताए । उनले भने, हामीले उनीहरूसँगै प्रत्यक्ष भेटेर मनोपरामर्श दिन्छौं, घरमै आइसोलेशनमा रहेकाहरूलाई पनि घरमै पुगेर भेटघाट गर्छौं । हालसम्म धादिङमा १ सय २१ जना लाई क्वारेन्टीनमा मनोसामाजिक परामर्श दिइसकेको छ । त्यस्तै ४० जना लाई आइसोलेशनमै पुगेर मनोपरामर्श दिइएको एक्सन नेपालले जानकारी दिएको छ । क्वारेन्टाइनबाट घर फर्किसकेकाहरूलाई पनि फोनबाट नियमित परामर्श दिइरहेको मनोपरामर्शकर्ता रामकृष्ण लंसालले जानकारी दिए । अहिलेसम्म क्वारेन्टीन र आइसोलेशनबाट घर फर्किएका २ सय १४ जना लाई फोनबाट परामर्श दिइएको लंसालले बताए । यसको साथै क्वारेन्टीन र आइसोलेशनमा इन्टरनेट, ब्यक्तिगत खेल सामाग्री, योगागन्ध्याट, टेलिभिजन (डिस्होम), गीत संगीत बजाउने उपकरणहरू, अध्ययन गर्नेहरूकोलागि पुस्तकहरू पनि प्रदान गरिएको एक्सन नेपालले बताएको छ । हाम्रो उद्देश्य भनेको क्वारेन्टीन र आइसोलेशनमा बस्नेहरूले दिक्दार नमानुन्, पुर्णमनोरन्जन लिएर बस्नु भन्ने हो । कार्यकारी निर्देशक ढुङ्गानाले भने, स्थानीय सरकारसँग सामेदारी गरेर त्यहाँको आवश्यकता अनुसार काम गरिरहेका छौं । क्वारेन्टीनमा रहने प्रत्येक ब्यक्तिलाई आवश्यक पर्ने ब्यक्तिगत सरसफाई सामाग्रीदेखि, क्वारेन्टीनमा इन्टरनेट, टेलिभिजन, महिला र पुरुषको लागि छुट्टाछुट्टै शौचालय र स्नानघर समेत निर्माण गरिएको छ । यहाँ मनो परामर्श र योगाको समेत व्यवस्थापन गरिएको छ ।

धादिङका सातओटा स्थानीय तहले क्वारेन्टीन र आइसोलेशन बसाई सम्बन्धी नागरिक आचार सहिता र सञ्चालन तथा व्यवस्थापन मापदण्ड तयार गरि १० वटा क्वारेन्टीनमा लागू गराएका छन् । यी पालिकाहरूले निर्माण गरेका क्वारेन्टीन र आचार सहिता जिलाका अरू पालिका मात्र होइन देशकै स्थानीय सरकारहरूको लागि नमूना भएको छ । यति मात्र होइन पालिकाहरूले व्यवस्थित क्वारेन्टीन निर्माण गरेपछि स्थानीय बासिन्दामा समेत कोरोना भाइरसलाई हल्का ढङ्गले नहेरी सतर्क र सजग रहनु पर्ने थप प्रेरणा र उत्साह प्राप्त भएको छ ।

Code of conduct for quarantine, isolation facilities in Dhading

With escalation of the COVID-19 risk, local levels have started implementing regulations to manage isolation and quarantine facilities in Dhading. Out of 13 local levels, seven have prepared code of conduct and operation and management criteria and implemented them in 10 quarantine facilities.

Quarantine facilities set up in Gajuri, Benighatrorang, Thankre, Galchhi, Jwalamukhi, Gangajamuna and Khaniyabash have been operated as per the code of conduct. The facilities are equipped with sanitation materials for personal hygiene, internet, television and separate toilet and bathroom for males and females. They have also managed a psychological counseling service and yoga programme for the COVID patients.

Jwalamukhi Rural Municipality Health Coordinator Sujana Shrestha said local levels have become careful for management of isolation and quarantine facilities keeping in view the possible increase of COVID cases during the festive period. Khaniyabash Rural Municipality Chair Ran Bahadur Tamang said they had implemented strict regulations as there was no sign of COVID slowing down any time soon.

According to him, they had managed the quarantine and isolation centres abiding by the government's standards and with support from people's representatives, health coordinator and others. Various national and international NGOs had lent support for the preparation and implementation of the code of conduct at local levels.

The Himalayan

DHADING, OCTOBER 2

धादिङका स्थानीय पालिकाहरू यसरी क्वारेन्टिन व्यवस्थित गर्दैछन्



धादिङ, शुनिबार हामी ज्वालामुखी गाउँपालिकाले सञ्चालन गरेको वडा नं ३ अमरावती कोक्वारेन्टिनमा पुगेका थियौं। छिमेकी मुलुक भारतबाट फर्कि क्वारेन्टिनमा बसेर ६ जना घर फर्कने तरखरकासाथ भोला मिलाउँदै देखिन्थे। जस मध्ये नौदिनसम्म क्वारेन्टिनमा बसेर ज्वालामुखी-२ की गोमा श्रेष्ठ घर फर्किदै थिइन्। उनी आफू सुरक्षित र व्यवस्थित सँग क्वारेन्टिनमा बस्न पाउँदा निकै खुशी देखिन्थन्। उनले क्वारेन्टिनमा आएकै दिन प्रयाप्त स्वास्थ्य सामाग्री पाइन्। उनलेभनिन् पहिले हामी आफैले देखेका थियौं, विद्यालयमा बनाइएको क्वारेन्टिनमा कति सम्मको अप्ठेरो भेल्ले बसेका थिए। तर, अहिले धेरै कुरामा सुधार आएको छ। पिसिआर जाँच पछि रिपोर्ट नेगेटिभ आए पछि उनी घर जानेतरखर गर्दै गर्दा आभनेगार्उँमा आइपुगेर व्यवस्थितसँग क्वारेन्टिनमा बस्न र परिक्षण पश्चातमात्र घर फर्किन पाउँदा निकै खुसी देखिन्थन्। र, उनले क्वारेन्टिनको व्यवस्थापनको निकै बेर प्रशंसागरिन्। क्वारेन्टिनमा बसेकी गोमा श्रेष्ठ जस्तै अमराइको सुरेश प्रजापतिले पनि क्वारेन्टिनमा बिताएको समयको बेलिबिस्तार लगाए। गोरखाबाट फर्किएर घर नजिकैका क्वारेन्टिनमा बसेर परिक्षण पछि सुरेश घर फर्किन पाउँदा आभने कारणले परिवार र समाजलाई जोखिम मुक्त भएको बताउँछन्। कोभिडको-१९को जोखिम बढ्दै गएपछि धादिङमा स्थानीय पालिकाहरूले क्वारेन्टिन र आइशोलेसन लाई थप व्यवस्थित गर्नथालेका छन्। भारत र तेश्रो मुलुकबाट फर्किनेको संख्या नरोकिएको र दिनहुँ कोरोना भाइरस संक्रमितको संख्या थपिँदै गएकोले पालिकाहरूले क्वारेन्टिन र आइशोलेसन लाई व्यवस्थित गर्नथालेका हुन्। केही समय अघि सम्म विदेशबाट फर्तिनेहरूमा मात्र कोरोना संक्रमण देखिएकोमा अहिले स्वास्थ्यकर्मी, सुरक्षाकर्मी र संचारकर्मी जस्ता अग्रपंक्तिमा रहेरका मन व्यक्त र संसाधारणमा समेतको रोगा संक्रमण देखिए को छ। दशैं, तिहार र छठ जस्ता ठूला चाड पर्वले दैलो ढकढकाउन आइसकेकाले पनि यति बेला मानिसहरूको आवत जावत, भेटघाट र जमघट बाक्लिने कुरामा शंका छैन। चाडपर्व को जमघटले कोरोना भाइरसलाई समेत निम्त्याउने खतरा रहन्छ। यसकारण पनि धादिङका स्थानीय सरकार क्वारेन्टिन र आइशोलेसनको व्यवस्थापन मा निकै चनाखो देखिएका छन्। सुरुवाती चरणहरूमा विद्यालय सरकारी भवनहरूमा क्वारेन्टिन र आइशोलेसन निर्माण गरिएका थिए। अहिलेजिल्लाका धेरै जसो विद्यालयमा पठन पाठन शुरू भैसकेकाले विद्यालयमा रहेका क्वारेन्टिन र आइशोलेसन हटाई सेनिटाइज गरेर विद्यालय लाई सुरक्षित र सफा बनाइ सकिनेको छ।

अब क्वारेन्टिन र आइशोलेसनमा बस्नेहरूले आचार सहिता पालना गर्नुपर्ने र यसले अवश्य संक्रमणको जोखिम कम हुने खनियाबा खाउँपालिकाका अध्यक्ष रणबहादुर तामाङले बताउनु भयो। अध्यक्ष तामाङले क्वारेन्टिन र आइशोलेसनको व्यवस्थापन सरकारले तोकेको मापदण्डलाई पछ्याउँदै आभने भुगोल र समुदायलाई हेरेर गाउँपालिकाका जनप्रतिनिधि, स्थानीय, स्वास्थ्य संयोजक र एक्सन नेपालको टिममिलेर व्यवस्थापन र बसाई आचार सहिताका निर्माण गरिएकोबताए। यसरी सात वटा पालिकाले आचार सहिता लाई लागू गर्नथालेकाछन्। स्थानीय सरकार नै बसाई आचार-सहिता निर्माणदेखि क्वारेन्टिनको व्यवस्थापनमा जुट्दा क्वारेन्टिन र आइशोलेसनमा बस्नु पर्दा पनि संक्रमित र जोखिममा रहेका व्यक्तिहरू थप जोखिममा रहेकोमा हसुस गर्नपाउने गंगाजमुना गाउँपालिकाका स्वास्थ्यसंयोजक दिपक अधिकारीले बताउनु भयो।

विद्यालयको क्वारेन्टिन हटाइए पछि स्थानीय पालिकाहरूले नयाँ ठाउँमा क्वारेन्टिन र आइशोलेसन निर्माण गरेका छन्। उनीहरूले नौ बुँदे आचार सहिता समेत जारी गरेका छन्। गजुरी, बेनिघाटरोराङ, थोक्ले, गल्छी, ज्वालामुखी, गंगाजमुना र खनियाबास समेत सात ओटा पालिकाहरूले व्यवस्थित र नमूना लायक क्वारेन्टिन र आइशोलेसन निर्माण गरेकाछन्। बेलायती अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग नियोग युकेएड को आर्थिक सहयोग तथा मट म्याक डोनाल्डको व्यवस्थापनमा सञ्चालित पुर्णिमा परियोजना अन्तर्गत डेनमार्क स्थित गैह्रसरकारी संस्था डिसिएको अगुवाईमा एक्सन नेपालले धादिङमा यो कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्दैछ।

Combating psychosocial issues

This is a guest post by
Mr. Ishwar Rauniyar
from DanChurchAid,
Purnima's partner

The day, when the world was celebrating the World Mental Health Day 2020, psychosocial counsellor Ram Krishna Lamsal, was busy helping the people in the quarantine centres; get rid of the stresses and anxiety, they were going through. A group of people, those staying in Amrawati Quarantine centre in Jwalamukhi Rural Municipality, Dhading district were following his command, 'Imagine, the positive energy coming into your body with every breath you take and imagine the breath going out every moment is taking away your anxiety and stress from your mind.' Most of the people have lost their jobs, some are away from their homes; they have traveled days to reach to their home, but haven't been able to go to their houses and meet their loved ones, that has created tensions and stresses among the people," Lamsal adds, "We are trying to make them feel good, and let them realise that this is not the end of the world and good things are still waiting for them."

This is not just giving them relief from the tensions they have been thinking about, also facilitating them to think positive after they are back home.

"We are asking them to engage themselves in whatever skills they have, either it is farming or anything, so that their mind is occupied, and negative thinking do not come," Lamsal added. "I have shared my phone number and have asked them to call me anytime they need assistance, 24hrs a day." Lamsal shared that he also received a couple of calls from those who had gone home after staying in quarantine. "They especially asked me about the ways to get rid of the negative thoughts," he says. Prakash Gaire, 18, from Jwalamukhi Dhading, believes that things have changed when he came to this quarantine center. "I was worried about my future and still don't know what will happen next, but the sessions here at the quarantine centre have helped me to release most of my tensions," he says, "The facility of WIFI and TV has also helped me to engage myself in different good things, watching videos on YouTube and watching comedy movies. I have realised that hard times will pass and things will get normal very soon." Gaire went to Delhi, India, looking for job some 11 months ago. His life was going normal with a good job at a property dealers' office; but later COVID-19 happened and his office was closed. He became jobless. "I had a tough time after that with no job and money; was in a situation of spending nights in the street. However, I managed to come back home," he says. "I don't want to go back, if I find job here."

The COVID-19 pandemic is taking a toll on the mental health of people, triggering new issues while exacerbating existing ones. Preventative measures to contain the coronavirus are having a slow but steady impact on mental health. People are restless, sad, fearful, anxious, and worried for themselves and their families, according to a study conducted by TPO Nepal, a non-governmental organization working on mental health. A recent study conducted by DCA through its partners in Sudurpaschim Province's Kanchanpur, Kailali, Doti and Achham Districts; with 1572 migrant returnees on the "Impact of COVID-19 on Migrant Workers" shows that 98.7% of migrant's returnee have lost their household livelihood due to COVID-19; and mostly, 84.1% adult female member and 73.4% adult male members of the family is most stressed in the current situation. Nepal Police report shows that there has been tremendous increase in the suicide case, following the COVID-19 crisis. At least 20 people are killing themselves on a daily basis, which is almost double than the last year.

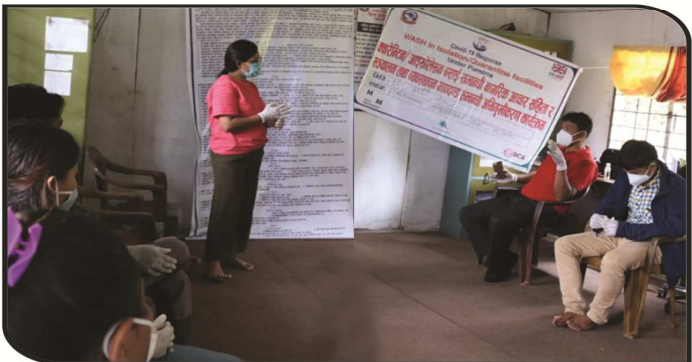
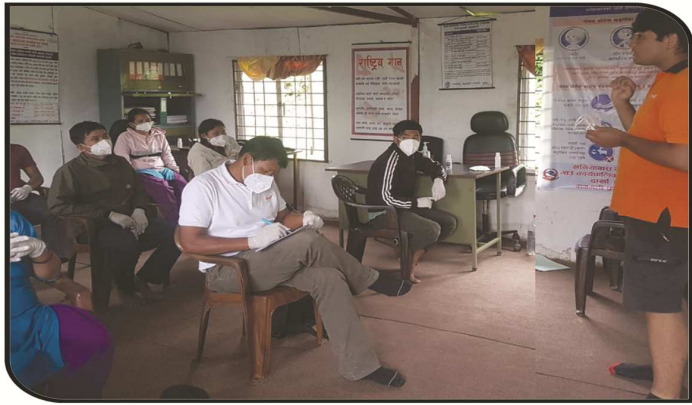
Given the situation, DCA through its local partner Action Nepal in Dhading district is providing psychosocial counselling support in quarantine centres at seven R/Municipalities of Dhading district and a radio show Sajhedari is inviting psychosocial experts to talk on several aspects of the psychosocial problems during the crisis and also deals with individual problems through the radio show. The intervention is part of the UK aid funded Purnima Programme, managed by Mott MacDonald.



PHOTOS



PHOTOS



निर्माण भएको संरचनाहरू

S. N.	Quarantine/Isolation Center name	Semi permanent Toilets	Semi permanent Bathrooms	Pedal Touch Handwashing stations	Water supply Improvement	Waste water Management
1.	Mahakali	4	4	3	1	4
2.	Namuna Bageswori			4	1	
3.	Covord Hall	4	4	4	1	3
4.	Dharamsala	2	4	3	1	2
5.	Amarawati	1	4	2	1	1
6.	Bhoktini HP		2	1	1	1
7.	Darkha HP		1	1	1	1
8.	Jharlang HP			3	1	1
9.	Gramin Isolation	2	2	2	1	2
10.	Budathum HP	2	2	2	1	1
11.	Namuna Bhawan	2	3	2	1	2
12.	Bardandada				1	
Total		17	26	27	12	18

लागत विवरण

S.N.	Quarantine/Isolation Center name	Samrachan at arfa	Sarsafai Samaagri
1.	Mahakali	489561.42	17928.2
2.	Namuna Bageswori	247234.79	18656.79
3.	Covord Hall	465791.91	21065.31
4.	Dharamsala	367404.88	22668.69
5.	Amarawati	327025.32	20017.37
6.	Bhoktini HP	156933.63	12452
7.	Darkha HP	111851.06	23445.85
8.	Jharlang HP	164807.13	30002.78
9.	Gramin Isolation	254727	10392.57
10.	Budathum HP	272892.03	13770.71
11.	Namuna Bhawan	337260.9	11918.07
12.	Bardandada	34804	2805
Total		3230294.06	205123.4

Key. Achivement

SOP and COC Guidelines were endorsed

1075 sets of hygie kit bags were handover to 7 gaupalikas.

Soak pit were constructed for waste water management.

Wash Facilities were improved at 12 QC'S.

More then 100 quarantine management community member received wash orientation.

semipermanent toilets, bathrooms and Pedal touch hand washing station were installed.

More than 400 people received psycosocial counselling through tatraind facilitator.

