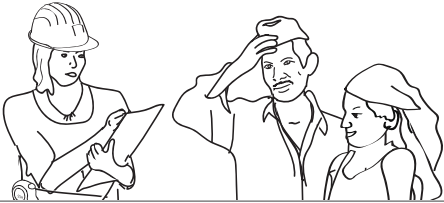


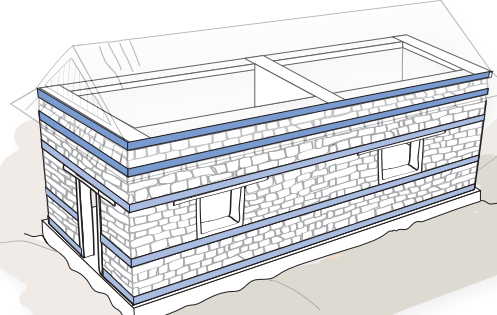


नियम पूर्वक प्राविधिक परामर्श लिएर
बनाएका हुंगाका घरहरु भूकम्प प्रतिरो
धात्मक हुन्छन् । यसका लागि १० बुँदे
सुझावहरु निम्नानुसार छन् :
सुरक्षित पुनर्निर्माण

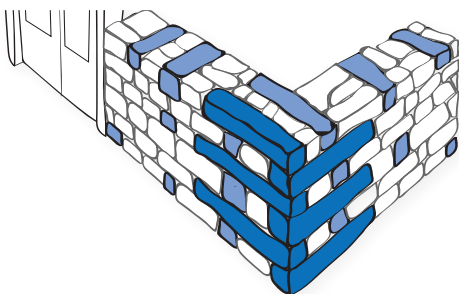
१ सुरु गर्नु अघि प्राविधिक सल्लाह लिउं



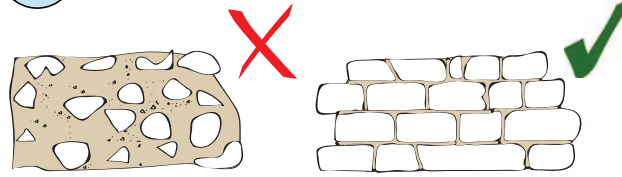
२ घरलाई एकैसाथ पट्टिले बाधौं



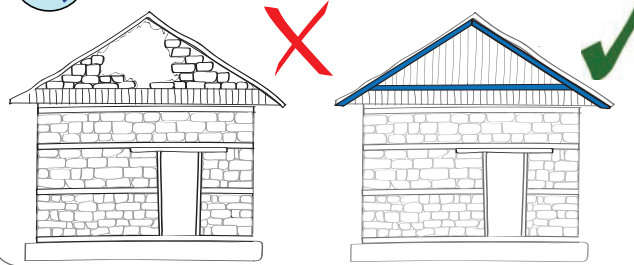
३ घरलाई टाईस्टोले (सुर हुंगा र बारपार हुंगा)
अनिवार्य बाँधौं



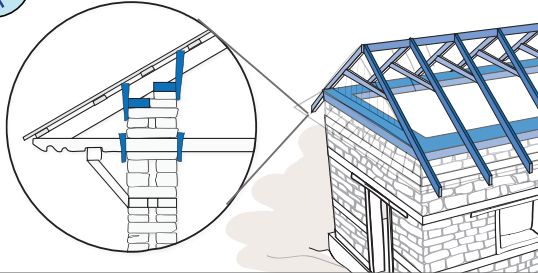
४ घर बनाउँदा गुणस्तरीय सामग्री प्रयोग गरौं



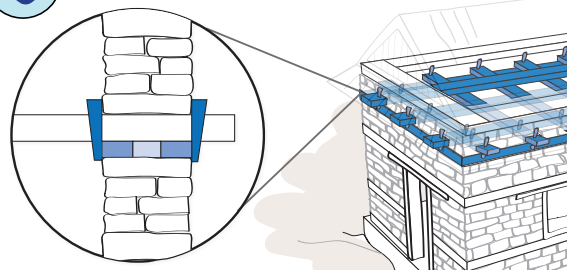
५ चुली गारोलाई बलियो गरी बाधौं



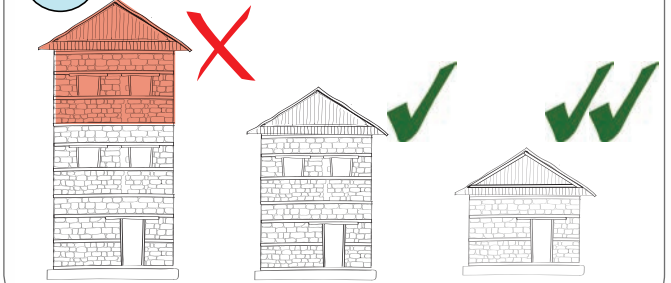
६ छानो र गारोको जोडलाई बलियो बनाऔं



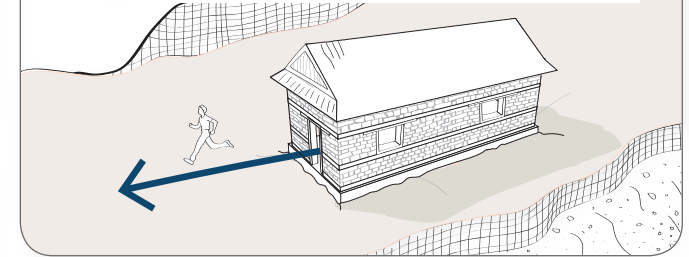
७ हरेक तलाको छत गारोसँग बाधौं



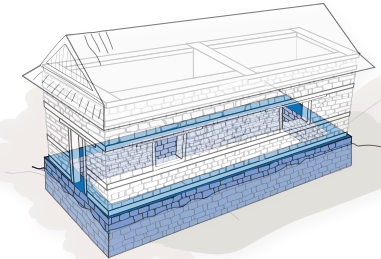
८ उचित आकारको घर बनाऔं



९ सुरक्षित स्थानमा घर बनाऔं र सुरक्षित
निकासको प्रयोग गरौं



१० जग बलियो बनाऔं



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Development
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

**10 KEY MESSAGES -
A VISUAL INDEX**
VERSION 3- 25/NOV/2015



#१ सुरु गर्न अघि प्राविधिक सल्लाह लिउं

यस प्रचार सामाग्रीमा सिफारिस गरिएका सामाग्रीहरुले पहिला दुगांले बनाईएका घरहरुभन्दा सुरक्षित पुनर्निमाण गर्न मद्दत गर्दछ ।

१ तपाईंहरुले घर निर्माण गर्दा विभिन्न प्रकारका सामाग्रीहरु जस्तै ढुगां, ईटा, काठ अथवा ढलान प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ तर सबै भन्दा महत्वपूर्ण कुरा तपाईंले ति सामाग्रीहरु प्रयोग गर्ने उचित तरिका जान्नु पर्छ, अथवा घर निर्माण गर्नकालागी दक्ष डकमी लगाउनु पर्दछ । खराब तरिकाले बनाइएको घरमा जस्तो सुकै सामाग्री प्रयोग गरेपनि त्यो खतर नाक हुन सक्छ ।

२ के कारणले कुनै घरहरु भत्किन्छन् र कुनै ढुगांका घरहरु किन भत्किएका छैनन् भनिने आधारमा यि सन्देशहरु बनाइएको हो । यि सन्देशहरु तालिमको सट्टामा प्रयोग हुने अभिप्राय नभएर बलिया ढुगांका घरहरु बनाउने सिद्धान्तहरुलाई व्याख्या गरिएको हो ।

३ भुकम्पले क्षति पुगेको आफ्नो घर पूर्णनिर्माण गर्नकालागी क्षति भएको घर स्थानिय प्रशासनमा दर्ता गरी स्थानिय प्रशाससंग निर्माण अनुमति सम्बन्धि रायसल्लाह लिनु र निर्माण संहिता पालना गर्नु अनिवार्य छ ।

४ नेपाल सरकारले प्रमुख पूर्णनिमाण सहयोग कार्यक्रमको योजना बनाईरहेको छ जसमा भुकम्प प्रतिरोधि निर्माणका तरिकाहरु समावेस गरिएको छ ।

५ तपाईं वा तपाईंको घर निर्माण गर्ने डकमीहरुले भुकम्प प्रतिरोधि निर्माण तरिकाहरुको बारेमा तालिम प्राप्त गरेको सुनिश्चित गरौं ।



६ यदि कुनै प्रश्नहरु भएमा तालिम प्राप्त डकमीहरु वा सम्बन्धित स्थानिय प्रशासनबाट प्राविधिक सहयोग लिन सकिन्छ ।

७ यि बुझाहरु परम्परागत तरिकाले ढुगांल बनाईएका साना घरहरुकालागी साधारण निर्देशिका मात्र हुन । यदि तपाईंले ठुला भवनहरु निर्माण गर्दै हुनुहुन्छ वा अरु सामाग्रीहरु प्रयोग गर्दै हुनुहुन्छ भने तपाईंले विचार पु-याउनु पर्ने अरु धेरै कुराहरु छन । प्राविधिक सल्लाह लिउं, तालिम प्राप्त डकमी प्रयोग गरौं, तालिम प्राप्त इन्जिनियर प्रयोग गरौं र सुरक्षित पुनर्निर्माण गरौं ।



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Development
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

KEY MESSAGE

NUMBER #1 OF 10

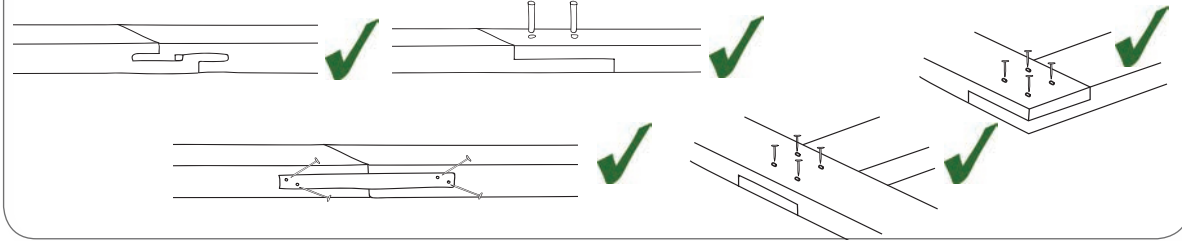
VERSION 3 - 25/NOV/2015



#२ गारोलाई एकैसाथ पट्टिले बाधौं

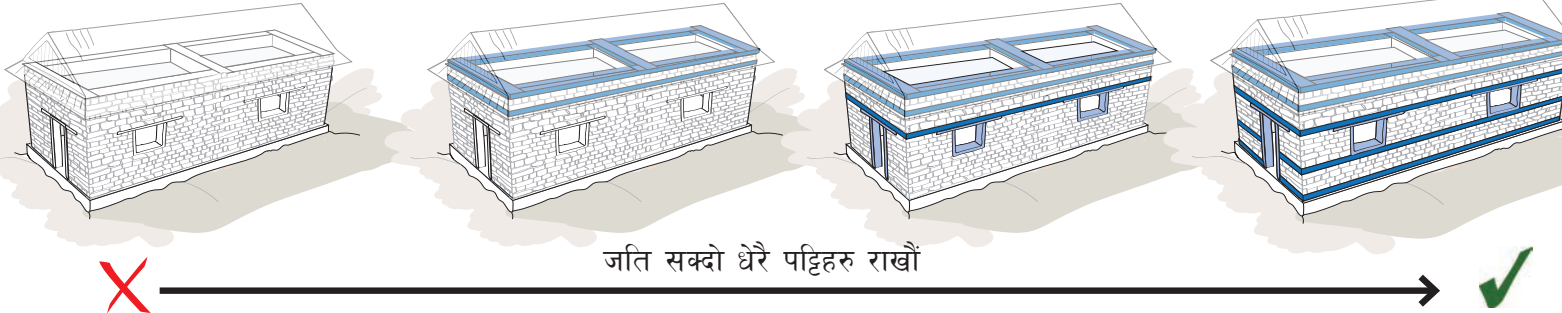
पट्टिले गारोलाई खुम्चनु वा तन्किनु छेति बाट जोगाउछ ।

पट्टिको जोनिहरु बलियो बनाऔं



कमजोर जोर्नि भयको पट्टि छुटिन सक्छ ।

पट्टिहरु अनिवार्य लगाऔं

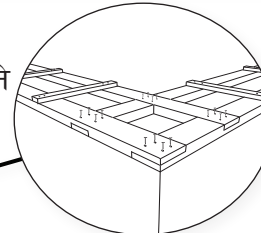


भवन निर्माण संहिता

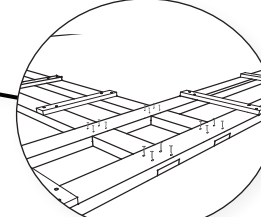
- १ गारो माथिको पट्टि
- २ तला पट्टि
- ३ कोपु पट्टि (झ्याल ढोका माथिको)
- ४ सिल पट्टि (झ्यालको तल्लो भाग)
- ५ गारोको तल्लो भागको पट्टि

पट्टिको नियमित बँधाईको यकिन गरौं

पट्टिको कुनाहरु, पट्टिहरु जोडिने ठाँउ र पट्टि र ढोका मिल्ने ठाँउ बलियो बनाएर जोड्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

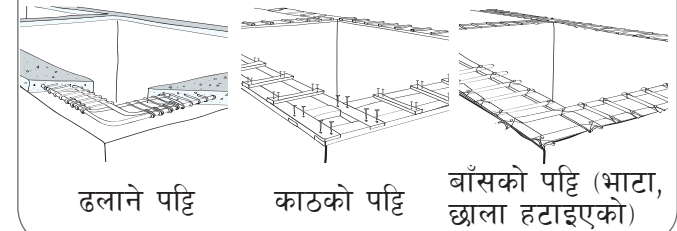


कुनाहरु



पट्टिहरु जोडिने ठाँउ

पट्टिको लागी बलियो सामग्री प्रयोग गरौं



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Development
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

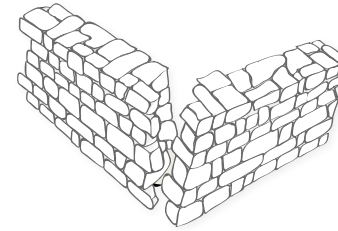
KEY MESSAGE
NUMBER #2 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015



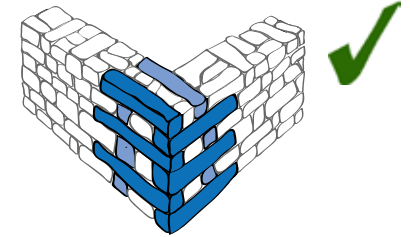
#३ घरलाई टाईस्टोले (सुर ढुंगा र वारपार ढुंगा) अनिवार्य बाँधौं

टाईस्टोनले (वारपार ढुङ्गा र सुर ढुङ्गा) तपाईंको भित्तालाई एकसाथ जोड्छ र भित्ता भत्किने र छुट्टिने जोखिम न्युनिकरण गर्छ ।

सुर ढुङ्गा

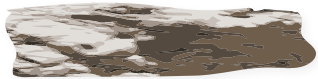


सुर ढुङ्गाले भित्तालाई बलियो बनाउनुका साथै कुना भत्किने जोखिम न्युनिकरण गर्छ । तपाईंको घरको प्रत्येक कुनामा सुरढुङ्गा प्रयोग गरौं ।



टाईस्टोन सामाग्री

टाईस्टोनको रूपमा प्रयोग गर्नका लागि बलियो सामाग्री छानौं ।



लामो चेटो ढुङ्गालाई टाईस्टोनको रूपमा छानौं । आवश्यक परेमा औजारको मद्दतले ढुङ्गाको आकार मिलाऔं ।



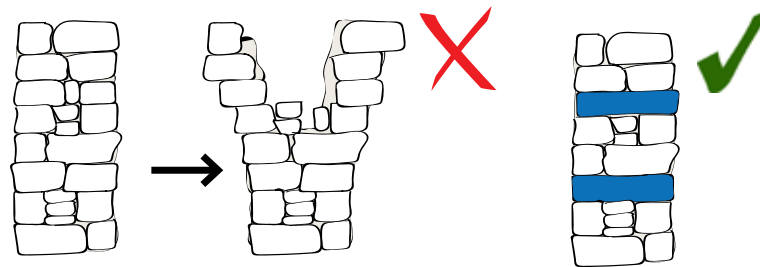
ढलाने टाईस्टोन



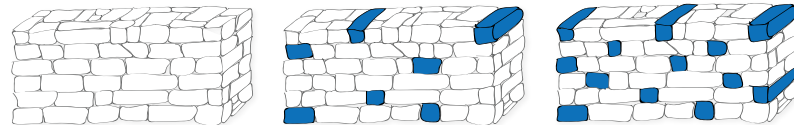
काठ चुकल टाइडुङ्गा

वारपार ढुङ्गा

वारपार ढुङ्गाले पर्खाललाई छुट्टिनबाट रोक्न मद्दत गर्दछ ।



लामो र चारपाटे वारपार ढुङ्गालाई छनौट गर्दा विशेष ध्यान दिउं । त्यो ढुङ्गा भित्ताको मोटाईमा पुगेको छ कि छैन यकिन गर्नुहोस ।



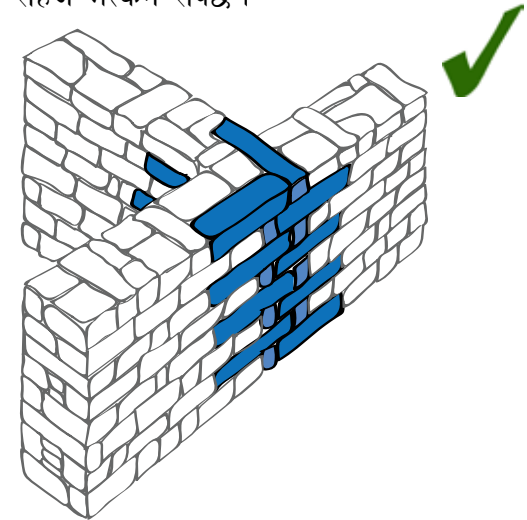
कमजोर

वारपार ढुङ्गालाई ठाडो र तेर्सो गरेर अधिकतम २ फिट मात्र प्रयोग गरौं ।

बलियो

गारोमा टाईस्टोन

पर्खाललाई टाईस्टोले राम्रोसँग बाधौं अन्यथा पर्खाल सहजै भत्किन सक्छ ।



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Construction
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

KEY MESSAGE
NUMBER #3 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015

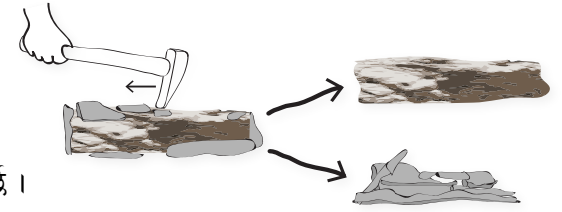
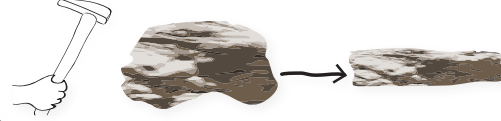


#४ घर बनाउँदा गुणस्तरीय सामग्री प्रयोग गरौं

नराम्रो गुणस्तरको सामान प्रयोग गर्नाले घरहरू भत्किन्छन् । सहि तरिकाले राम्रो सामानहरू प्रयोग गर्नु सुरक्षित घर बनाउनका लागि आवश्यक छ ।

ढुंगाको छनौट

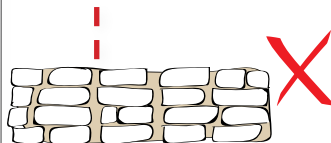
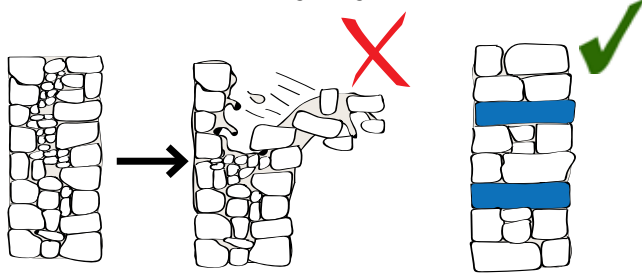
लामो च्याप्टो र ठुला ढुंगाहरू छनौट गरौं ।
गोलो ढुंगाहरू प्रयोग नगरौं ।
ढुंगाहरूलाई लामो च्याप्टो ढुंगा बनाउनु पर्छ ।



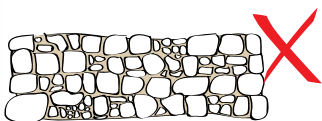
भत्किएका घरहरूको पुराना ढुंगा प्रयोग गर्नु परेमा मोर्टर राम्ररी सफा गरौं ।

ढुंगाको प्रयोग

भित्री र बाहिरी पर्खालको बिचमा साना ढुगाहरू र माटो प्रयोग गर्नाले भुकम्पका बेला पर्खालहरू सहजै छुटिन् सक्छन् । यसको सट्टामा भित्री र बाहिरी पर्खालको बिचमा लामो च्याप्टो र ठुला ढुंगाहरू प्रयोग गरौं ।



ठुला ढुंगा खप्टाई हुदैन



साना ढुंगा

जति ठुला ढुगा प्रयोग ग-यो त्यति बलियो हुन्छ , ढुगाको भाग जति बढि खप्तिन्छ त्यति बलियो हुन्छ ।



ठुलो ढुंगा, लामो खप्टाई

मसला

माटोको मसला

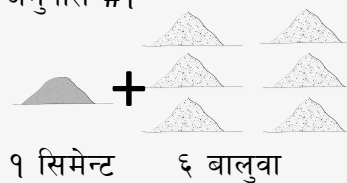


मटोमा पानि हालेर मज्जाले मुछौं र माटोलाई माडेर रोटि बनाउने पिठो जस्तै बनाउ । मटोको मसलामा चुन वा सिमेन्ट थप्नाले मसलाको मजबुति बढ्छ । चोक्कर जस्तै केहि बस्तु उधाहरणको लागि गाई/भैँसीको गोबर, भुस, पराल आदि थप्नाले मसलामा मजबुति आउछ । सबै अतिरिक्त बस्तुहरूलाई राम्ररी मिसाउनुहोस ।

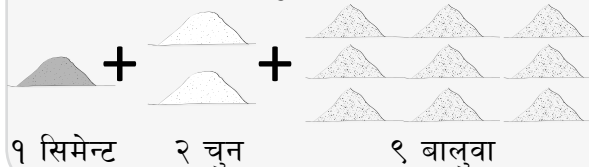
सिमेन्टी मसलाको अनुपात #१

सावधान रहौं

सिमेन्ट बालुवा मसलाको उचित ज्ञान भएन भने यो सुरक्षित नहुनपनि सक्छ ।

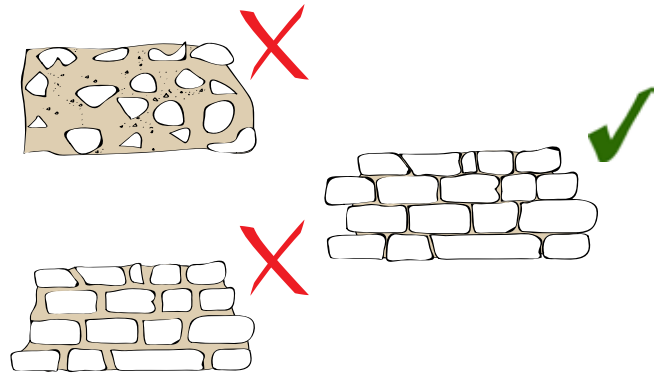


सिमेन्टी मसलाको अनुपात #२



माटो होश या सिमेन्ट बालुवाको मसला, ढुंगाहरूलाई एक आर्कामा जति सक्दो छुवाउनु अति आवश्यक छ ।
ढुंगाहरूको एकआपसको दुरी/खालि भागलाई जतिसक्दो कम गरौं ।

ढुंगाहरू लाई एकआपसमा छुवाऔं र घर्सरण गराउँ ।
खाली ठाउँ/बिचको भागलाई पूण रुपमा मसलाले भरौ ।



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Development
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

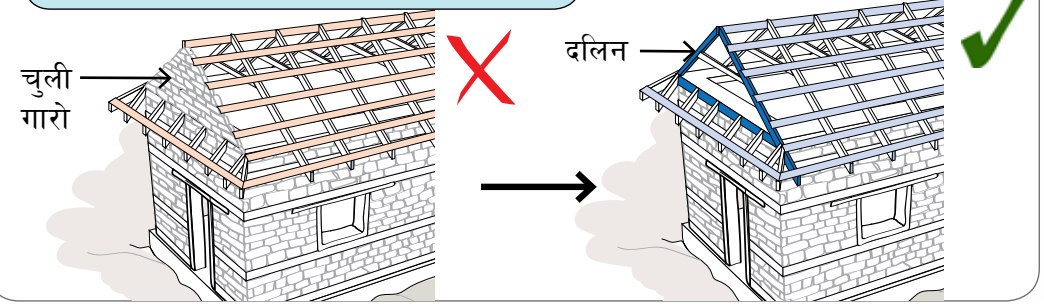
KEY MESSAGE
NUMBER #4 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015



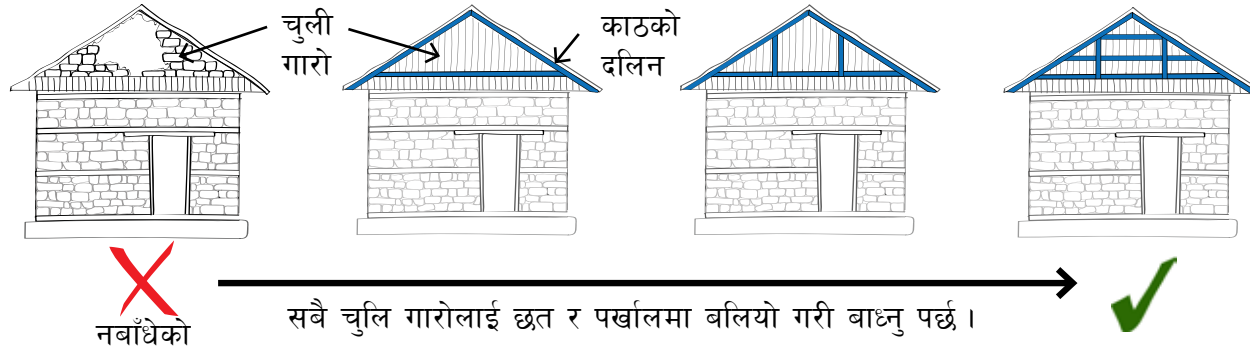
#५ चुली गारोलाई बलियो गरी बाँधौं

चुली गारोको सामग्रीहरु हलुका बनाउनुका साथै ति सामग्रीहरुलाई छतको संरचना संग बलियो गरी बाधनाले चुलि गारो र छत सुरक्षित हुन्छ ।

दलिनहरुलाई अन्तिममा राखौं

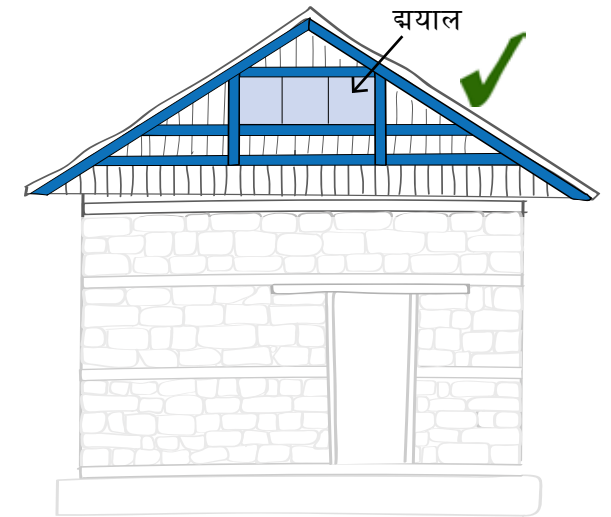


चुलिगारोको सामग्रीलाई छतको संरचना संग मज्बुत पारौं

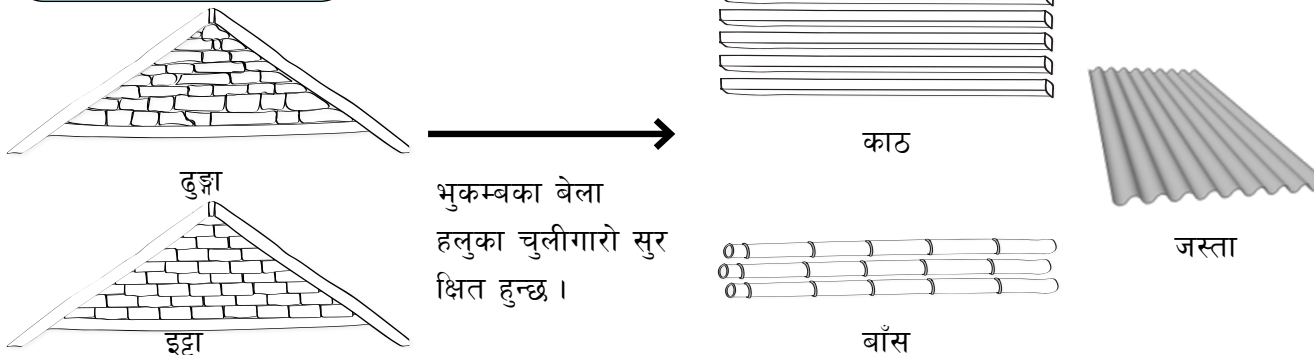


झ्याल बनाईएको ठाँउहरु

सबै खुल्ला ठाउँहरुको सबै साईडहरुमा पट्टिले बाँधौं ।



हलुका चुलीगारो



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Development
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

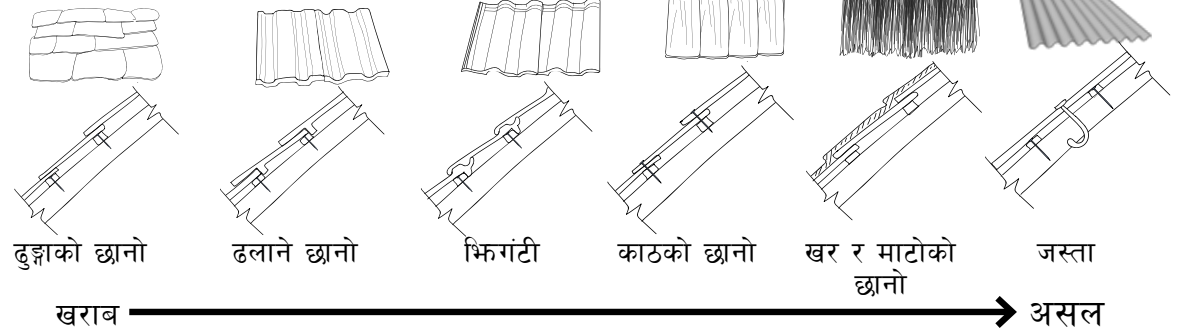
KEY MESSAGE
NUMBER #5 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015



#६ छानो र गारोको जोडलाई बलियो बनाऔं

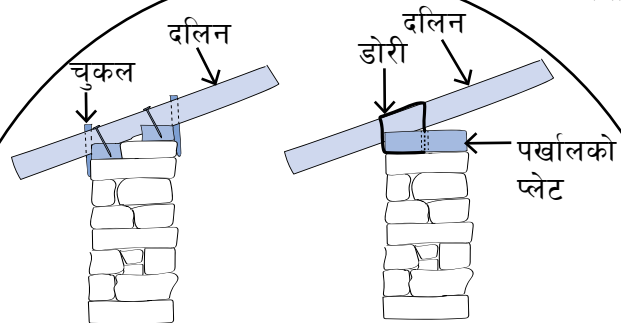
गारो छुट्टिएर छाना खस्नाले केहि घरहरु ढल्छन् ।

हलुका सामग्रीहरु प्रयोग गरौं



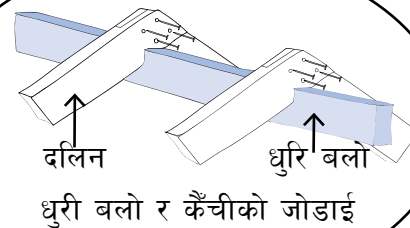
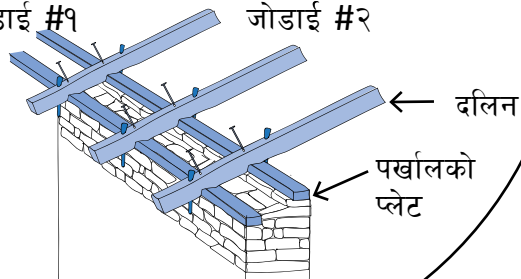
छानालाई बलियोगरी बाधौं

पर्खाल माथि पर्खालको प्लेट प्रयोग गरौं र छानोलाई पर्खालको प्लेटमा बलियो गरी बाधौं । छाउने सामग्रीहरु फेममा राम्रो संग बाँधिएको निश्चित गरौं । काटि, डोरी वा तार प्रयोग गरी धुरी बलोमा दलिनहरुको जोडाई मजबुत भएको निश्चित गरौं ।

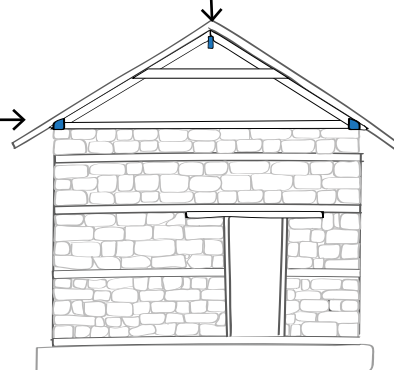


छाना र दलिनको जोडाई #१

छाना र दलिनको जोडाई #२

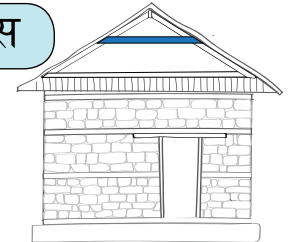


धुरी बलो र कैँचीको जोडाई

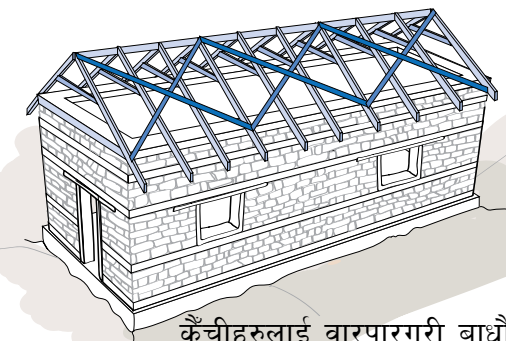


छानालाई कस्नुहोस

छाना एउटा बाकसको बिको जस्तै हो । छाना मजबुत भयेमा घर बलियो बन्छ ।



काठको आड



कैँचीहरुलाई वारपारगरी बाधौं



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Development
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

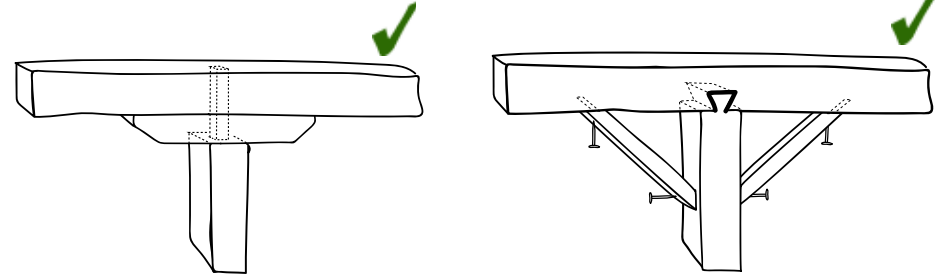
KEY MESSAGE
NUMBER #6 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015



#७ हरेक तल्लाको छत गारोसँग बाधौं

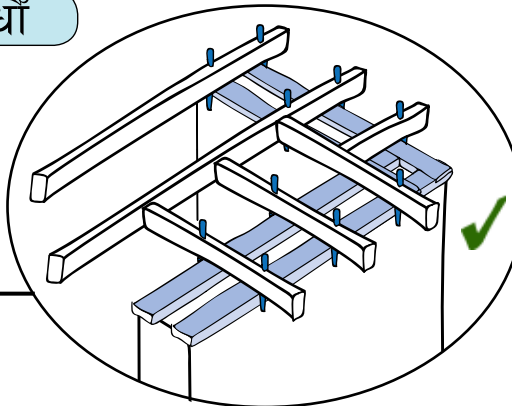
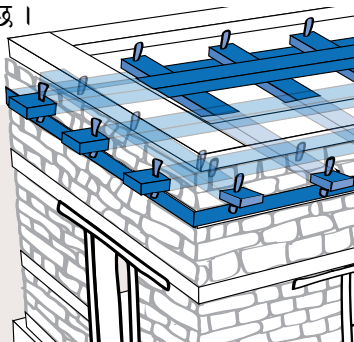
छतलाई गाढोसँग बलियोसँग बाधिएमा भूकम्पमा ढलेसम्भावना कम्ती हुन्छ ।

थामलाई छतसँग बलियो गरी बाधौं

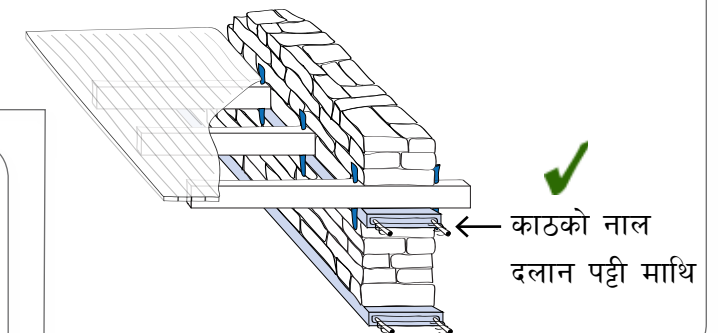
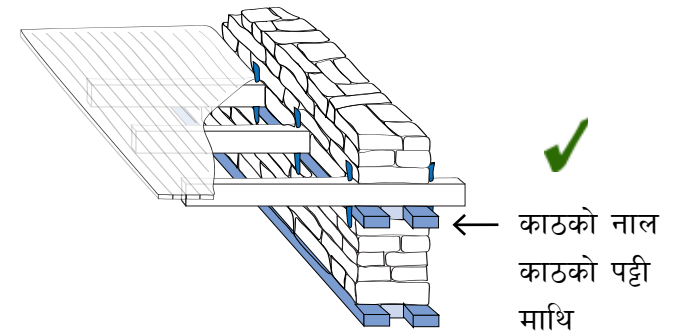


छतलाई चारैतिर पर्खालामा राम्रोसँग बाधौं

छत र पर्खाललाई राम्रोसँग जोड्न अति आवश्यक छ ।

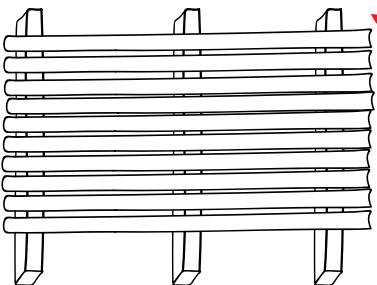


नाललाई गाढो को पट्टी सँग बाधौं ।

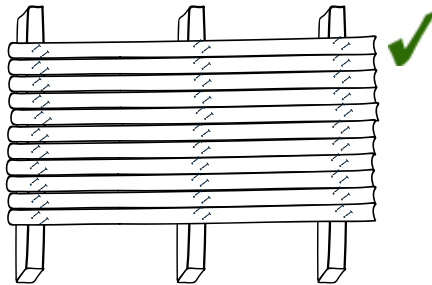


बलियो छत

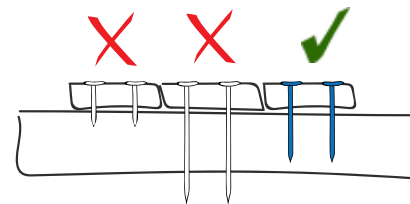
जति छत बलियो हुन्छ तपाईंको घर त्यतिनै बलियो हुन्छ । काटिहरु, बाँध्ने तार र डोरीहरु प्रयोग गरौं ।



काँटी नठोकिएको



दुइ वटा छड्के काँटी ठोकिएको



काँटीको लम्बाई



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Development
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

KEY MESSAGE
NUMBER #7 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015

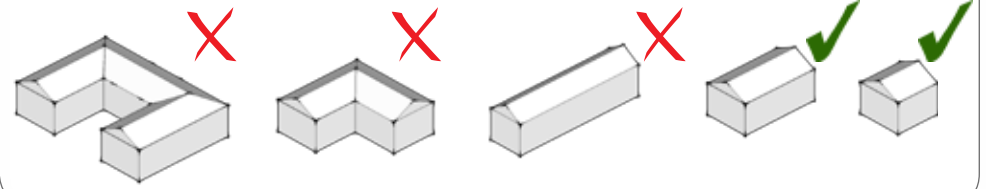


#८ उचित आकारको घर बनाऔं

बलियो घर निर्माणको लागि आकार, बनोट (डिजाइन) र गाह्रो निर्माण प्रकृया अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ।

आकार

सरल आकारको घर निर्माण गरौं जुन धेरै साँगुरो नहोस।
L र U आकारको घर भुँइचालो आँउदा बाझिन्छ।



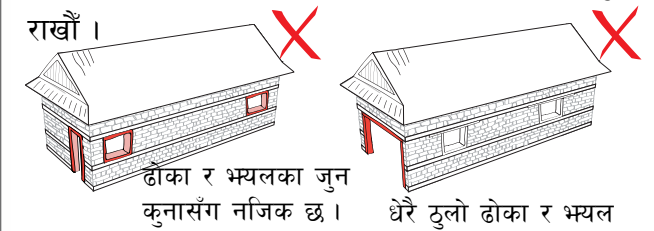
उचाई

हुगाँको घर बनाउदा दुई तला र बुझ्गल भन्दा बढी तला नबनाऔं।
अग्लो घर निर्माण गर्न चाहानुहुन्छ भने प्राविधिक सल्लाह लिनुपर्छ।
एक तला देखि आर्को तला बिचको उचाई ९ फिट १० ईन्च भन्दा बढि हुनु हुदैन।



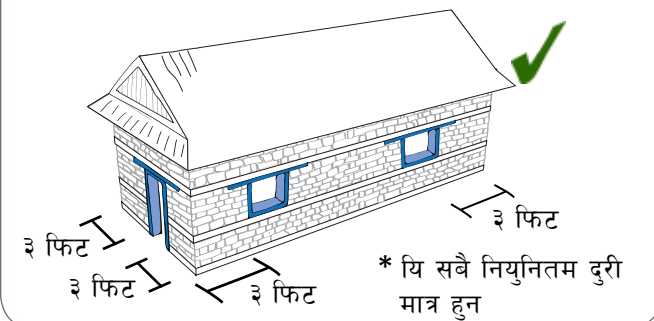
ढोका र भ्यालको खाली भाग

ठुलो ढोका र भ्याल राखेमा गाह्रो कमजोर हुन्छ। ढोका र भ्याल कुना भन्दा कम्तीमा १ मिटर पर राखौं र हरेक ढोका र भ्यालको बिचमा कम्तीमा १ मिटरको दुरी राखौं।



ढोका र भ्यालका जुन कुनासँग नजिक छ।

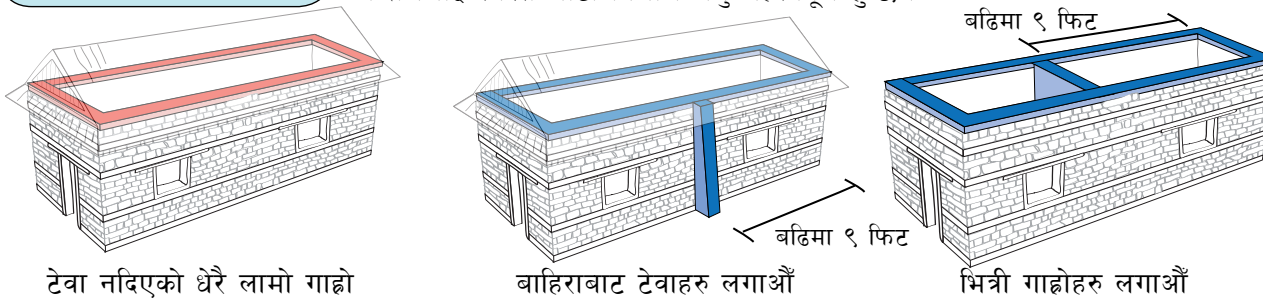
धेरै ठुलो ढोका र भ्याल



* यि सबै नियुनितम दुरी मात्र हुन

लामो गाह्रोको लागि टेवा चहिन्छ

लामो घरको लागी भित्री पर्खाल लगाउनु पर्छ अथवा बाहिर बाट टेवा दिनुपर्छ।
घरको भित्री पर्खाल निर्माण गर्दा बाहिरी पर्खालमा जस्तै बलियो सामग्री प्रयोग गर्नु र पर्खाललाई त्यस्तै मोटो निर्माण गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ।



टेवा नदिएको धेरै लामो गाह्रो

बाहिरबाट टेवाहरु लगाऔं

भित्री गाह्रोहरु लगाऔं



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

KEY MESSAGE
NUMBER #8 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015

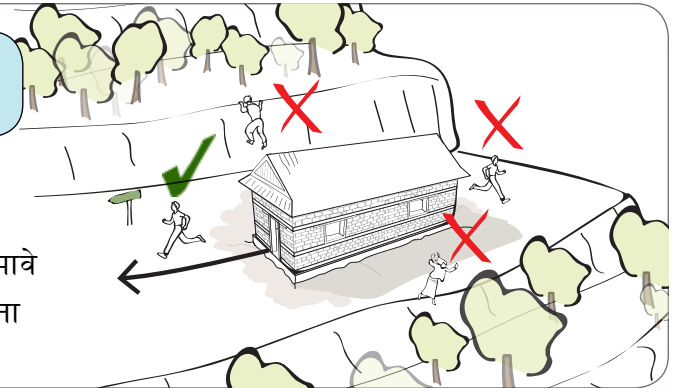


#९ सुरक्षित स्थानमा घर बनाऔं र सुरक्षित निकासको प्रयोग गरौं

घरको लागि सुरक्षित स्थान रोजौं, यदि सुरक्षित स्थान नभएमा एसको विकल्पमा अरु उपायहरु अपनाउन सकिन्छ ।

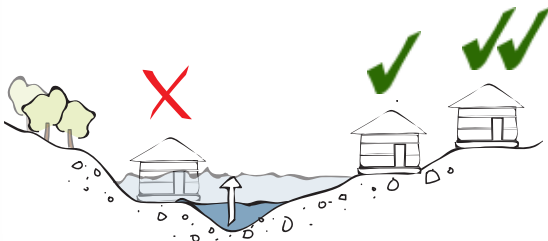
निकासको लागी योजना बनाऔं

आफ्नो स्थानबाट सुरक्षित निकासको निश्चितता गरौं ।
परिवारका सबै सदस्यहरु समावेश भएको पूर्वतयारीको योजना बनाऔं ।

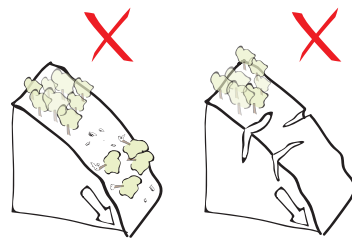


सुरक्षित स्थान रोजौं

बाढी आउनसक्ने स्थानलाई नरोजौं, जस्तै उपत्यका को तल्लो खण्ड वा नदीको किनार ।



ठाडो भिरालोमा घर निर्माण नगरौं ।
पहिरो जान सक्ने संकेतको विचार गरौं (चर्केको हेर्ने, ढलेका रुख) ।

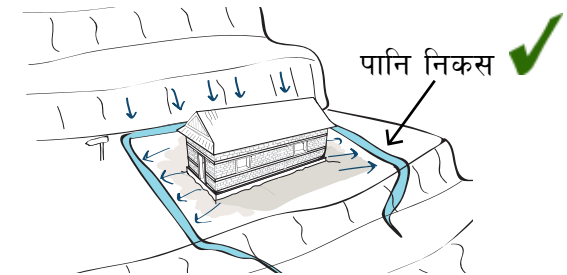


सबै भन्दा पहिला भत्किएका भवनहरुलाई हटाऔं ।

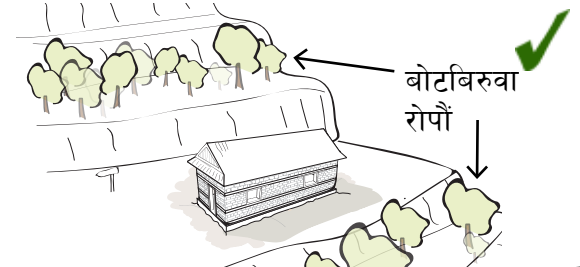


आफ्नो स्थान सुरक्षित बनाऔं

पानिको उचित निकासको यकिन गरौं ।



रिट्टेनिडको लागी भिरालो जमिनमाथि बोटबिरुवा रोपौं ।



सुरक्षित ठाँउमा घर बनाऔं

आफ्नो घरलाई भिर वा भिरालो जमिनबाट सुरक्षित दुरिमा राखौं ।



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Construction
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

KEY MESSAGE
NUMBER #9 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015

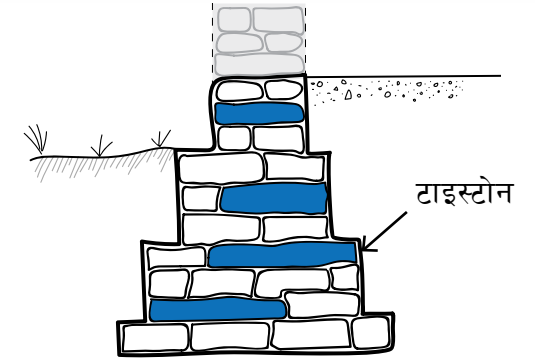


१० जग बलियो बनाऔं

घर तब बलियो हुन्छ जब जग बलियो हुन्छ ।

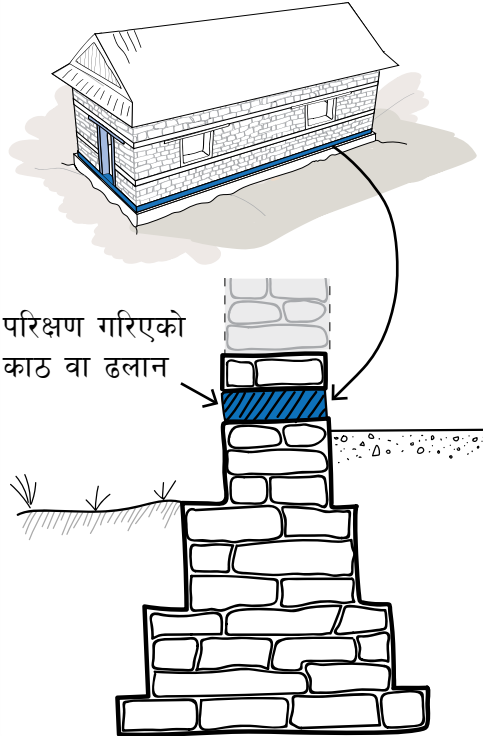
टाइस्टोन्स

टाइस्टोन्स गाढोमा जती महत्वपूर्ण हुन्छ, त्यत्तिकै महत्वपूर्ण जगमा पनि हुन्छ ।



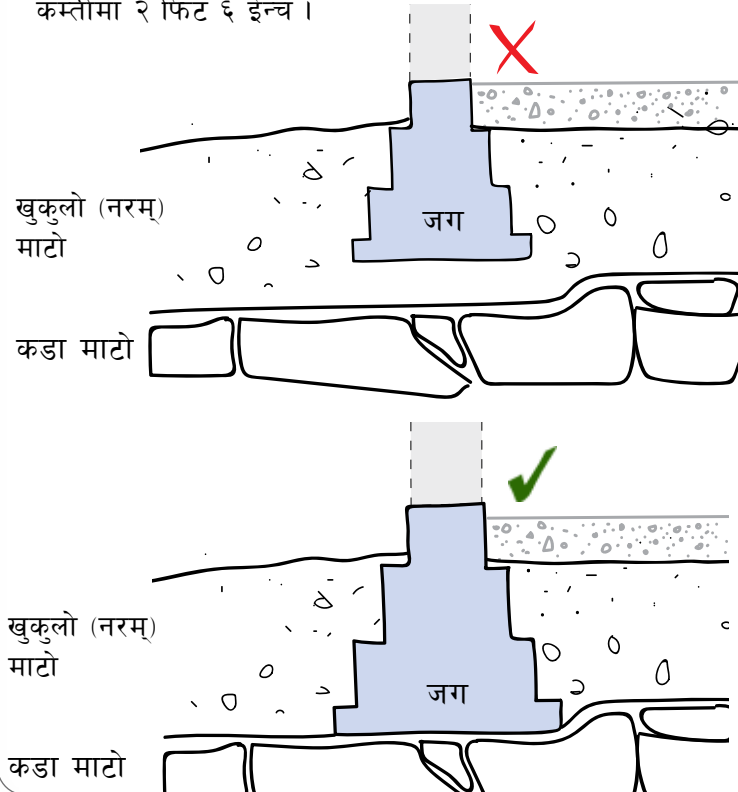
जगको पट्टी

जगको पट्टीले जग बलियो बनाउछ ।
जगको पट्टी निरन्तर हुनुपर्छ ।



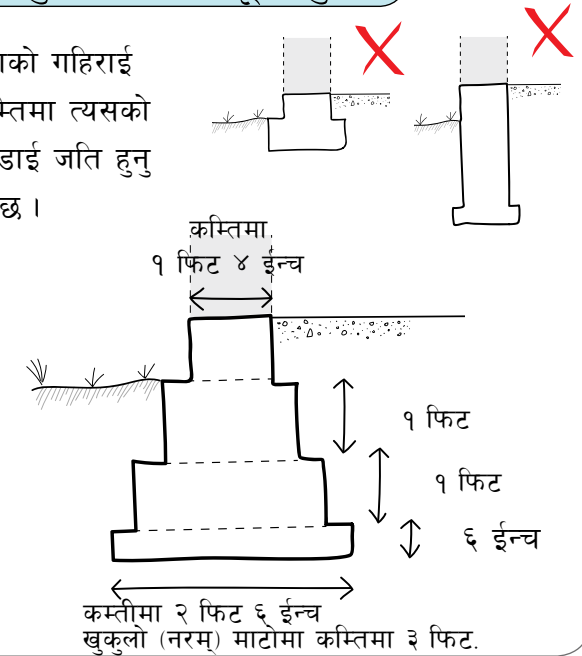
कडा माटो नभेटेसम्म खनौं

खुकुलो (नरम्) माटो भएमा बढी गहिराइ जानुपर्छ ।
कम्तीमा २ फिट ६ इन्च ।



अनुपात महत्वपूर्ण हुन्छ

जगको गहिराई
कम्तीमा त्यसको
चौडाई जति हुनु
पर्दछ ।



Government of Nepal
Ministry of Urban Development
Department of Urban Development
and Building Construction



Shelter Cluster Nepal
ShelterCluster.org
Coordinating Humanitarian Shelter

KEY MESSAGE
NUMBER #10 OF 10
VERSION 3 - 25/NOV/2015