CIVIC ACTION TEAMS

Pakistan Coronavirus CivActs Campaign

بلیٹن نمبر 05

۲۰۲۰-۱۱-۰۶

کورونا وائرس وبائی مرض جیسی صورتحال غلط اطلاعات ، افواہوں اور جھوٹی خبروں کی وجہ سے معاشرتی تنازعات کا سبب بن سکتی ہے۔ جیسا کہ پاکستان میں ڈینگی بخار ، سیلاب اور زلزلوں کی وجہ سے ہونے والا نقصان قومی سطح پر دیکھا گیا ہے۔ وباء پھیلنے کے ساتھ ساتھ دیکھنے میں آرہا ہے کہ جھوٹی خبریں، کہانیاں اور غلط افواہیں پھیل رہی ہیں جسکی وجہ سے معاشرہ بدامنی کا شکار ہورہا ہے۔ غیر تصدیق شدہ معلومات کا پھیلنا معاشرتی تنازعات کی وجہ بن سکتی ہے۔

اسی صورتحال کو مدنظر رکھتے ہوئے ، یورپئین یونئین کے معالی تعاون اور دی ایشیاء فاؤنڈیشن (ٹی اے ایف) پاکستان کے ٹیکنیکل تعاون سے اکاؤنٹیبیلٹی لیب پاکستان (اے ایل پی) نے کورونا وائرس سیوایکٹس مہم (سی سی سی) کا آغاز کیا ہے۔ اس مہم کا مقصد غلط افواہوں کو ختم کرنا ، باقاعدگی سے حقائق کی جانچ پڑتال کرنا ، ڈیٹا کی ترکیب سازی کرنا ، اور ہر ہفتے معلوماتی بلیٹن تیار کرنے کے لئے ورچوئل فورمز طلب کرنا ہے۔ ان بلیٹنز میں اہم حکومتی فیصلے ، ورچوئل مواد ، کمیونٹی کی آراء ، تصدیق شدہ معلومات ، درست خدشات ، اور صحت اور دیگر امور سے متعلق سوالات اور افواہوں کو شامل کیا جائے گا۔ اس کا مقصد یہ ہے کہ پاکستان میں سب سے زیادہ کمزور گروہوں میں شعور اجاگر کرنے میں مدد دی جائے جس میں خاص طور پر خیبرپختونخوا اور سندھ پر توجہ دی جارہی ہے۔ ان بلیٹن کا اردو اور سندھی میں ترجمہ کیا جائے گا اور پشتو میں آڈیو کے ساتھ ہفتہ وار شائع کیا جائے گا۔ انہیں اسٹیک ہولڈرز ، مقامی حکومت کے رہنماؤں ، میڈیا ، سی ایس اوز ، ہیومینٹیرین آرگنائزیشنز ، اور دیگر کے ساتھ شئیر کیا جائے گا۔ ایک ویب پیج بھی ہوگا ، جسے سوشل میڈیا پر بڑے پیمانے پر شیئر کیا جائے گا ، اور مقامی کمیونٹی ریڈیو اسٹیشنوں پر بھی نشر کیا جائے گا۔

پاکستان میں کورونا وائرس کی موجودہ صورتحال

کل ریکوریز	کل اموات	کل ایکٹیو کیس	تصدیق شدہ کیس
317,086	6,923	16,242	340,251

صوبے	تصدیق شدہ کیس	ایکٹیو کیس	اموات	ریکوریز
آزاد جموں وکشمیر	4572	960	107	3505
بلوچستان	16033	221	152	15660
گلگت بلتستان	4332	170	92	4070
اسلام آباد	20967	2166	231	18570
خیبر پختونخوا	40148	995	1287	37866
پنجاب	105856	5917	2390	97549
سندھ	148343	5813	2664	139886

Source: http://covid.gov.pk/stats/pakistan

یورپئین یونئین کے معالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپئین یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

حقیقت | افواہ

کورونا وائرس وبائی مرض کے باعث کچھ غلط افواہیں قومی اور بین الاقوامی سطح پر پچھلے کچھ مہینوں سے پھیل رہی ہیں۔ ذیل کچھ غلط افواہیں ہیں جو کہ تیزی سے پھیل رہی ہیں۔

افواہ

اینٹی بائیوٹکس کورونا وائرس سے بچاؤ اور اس کے علاج کیلئے موثر ہیں

کوویڈ ۔19 وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے ، نا کہ بیکٹیریا سے۔ اینٹی بائیوٹکس صرف بیکٹیریل انفیکشن سے بچاؤ کیلئے موثر ہیں ، لہذٰا کوویڈ 19 جیسے وائرس کے علاج کیلئے استعمال نہیں سکتی۔ کوویڈ 19 کے ساتھ ساتھ کچھ مریض بیکٹیریل انفیکشن کا شکار بھی ہو سکتے ہیں ، جیسے کہ نمونیہ۔ اس صورتحال میں ، ایک ڈاکٹر مریض کو بیکٹیریل انفیکشن کے علاج کے لئے اینٹی بائیوٹک دے سکتا ہے ، تاہم اس سے کرونا وائرس کا علاج نہیں ہو سکتا۔

حقیقت

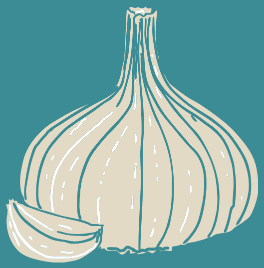
بھاپ لینے سے کورونا وائرس کا علاج یا بچاؤ نہیں ہوسکتا

جب آپ کو نزلہ یا سردی محسوس ہو تو سٹیم تھراپی بلغم سے ریلیف دینے میں مدد دے سکتی ہے لیکن اس کو موثر ثابت کرنے کیلئے کوئی سائنسی تحقیقات موجود نہیں ہیں۔ درحقیقت ،زیادہ دیر گرم بھاپ لینے سے آپ کی سانس کی نالی کو نقصان پہنچ سکتا ہے ، اس وجہ سے اسے صرف احتیاط کے ساتھ ہی لیا جانا چاہئے۔

افواہ

لہسن کھانے سے کورونا وائرس سے ہونے والے انفیکشن سے بچاؤ میں مدد مل سکتی ہے

لہسن ایک صحت مند غزا ہے جو کہ اینٹی مائکروبیل ہے اور جراثیم سے لڑنے کی خصوصیات رکھتا ہے: لہسن میں ایسے عناصر ہوتے ہیں جو آپ کی قوت مدافعت کو بہتر بناتے ہیں اور نزلہ، زکام یا سردی سے بچاؤ میں مدد دیتے ہیں۔ تاہم ، فی الحال کوئی سائنسی ثبوت موجود نہیں ہے کہ لہسن کھانے سے لوگوں کو کورونا وائرس کے انفیکشن سے بچایا جاسکتا ہے۔



ذرائع: عالمی ادارہ صحت ، رئیوٹرز ، یو ایس فوڈ اینڈ ڈرگ ایڈمنسٹریشن ، ہیلتھ لائن۔

یورپیئن یونئین کے معالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

پاکستانی خواتین کو مسائل کا سامنا۔ خواتین پر تشدد کی اطلاع کیسے اور کہاں دی جا سکتی ہے

لاک ڈاؤن کے ساتھ گھریلو تشدد کی ایک غیر متوقع صورتحال پیدا ہوئی ہے، جو کہ پاکستان کے بہت سے گھروں میں ہو رہا ہے ، اور یہ زیادہ تر لوگوں کو معلوم نہیں تھا۔ سسٹین ایبل سوشل ڈویلپمنٹ آرگنائزیشن (ایس ایس ڈی او) کے مطابق ، لاک ڈاؤن کی مدت **(مارچ سے مئی 2020)** کے دوران پاکستان میں خواتین پر تشدد کے واقعات میں **200٪** اضافہ ہوا ہے۔ سرکاری افسران نے صرف مشرقی صوبہ پنجاب میں ہی لاک ڈاؤن کے دوران گھریلو تشدد کے واقعات میں **25٪** اضافے کی اطلاع دی ، **مارچ سے مئی 2020** کے دوران **3،217 واقعات** رپورٹ ہوئے (ڈی ڈبلیو نیوز)۔ پاکستان میں کورونا وائرس کے دوران گھریلو تشدد کی بڑھتی ہوئی شرح کے دیکھتے ہوئے ، کچھ اقدامات متعارف کروائے گئے ہیں۔

پاکستان فیڈرل منسٹری آف ہیومن رائٹس **(ایم ایچ آر)** نے لاک ڈاؤن کے دوران گھریلو تشدد کے واقعات کی اطلاع دینے کے لئے **1099 ہیلپ لائن** متعارف کروائی۔ اقوام متحدہ کے پاپولیشن فنڈ اور روزان نے پاکستان میں تشدد کا سامنا کرنے والی خواتین کے لئے ٹیلی نفسیاتی خدمات کا آغاز کیا۔ اسلام آباد میں قائم ایک غیر سرکاری تنظیم **روزان** کے مطابق ، ہیلپ لائن کورونا وائرس قرنطینہ کے دوران تشدد کا سامنا کرنے والی خواتین اور بچیوں کے ساتھ بدسلوکی کی صورتحال میں مدد کے لئے شروع کی گئی تھی۔ اس دوران خواتین اور بچوں کی ضروریات پر خصوصی توجہ دی جائے گی"۔ **لاک ڈاؤن کے دوران ، 910 خواتین اور 802 مردوں کو روزان کی کونسلنگ ہیلپ لائن (میش ایبل پاکستان) کی طرف سے نفسیاتی مدد ملی ہے**۔ آپ ٹیلیفونک مشاورت کے لئے ان کی ہیلپ لائن **03041111741** پر ، **صبح 8 تا 10 بجے** ، **پیر** تا **اتوار** (روزان) رابطہ کر سکتے ہیں۔

کورونا وائرس کے ایس او پیز کی خلاف ورزی کو NCOC کو کیسے رپورٹ کیا جا سکتا ہے:

پاکستان میں انفیکشن کی بڑھتی ہوئی شرح کے مد نظر (گذشتہ 24 گھنٹوں میں 1313 کیسز)، ایس او پیز کی مسلسل خلاف ورزیوں کے ساتھ ، فیڈرل منسٹر فار پلاننگ، اسد عمر نے ایک واٹس ایپ نمبر (03353336262) متعارف کروایا جس کے ذریعے عوام براہ راست قومی سطح پر اس طرح کی خلاف ورزیوں کی اطلاع دے سکتے ہیں۔ کمانڈ اینڈ کنٹرول سنٹر (این سی او سی)کے مطابق اگر آپ کو ایسی کسی بھی خلاف ورزی کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو ، این سی او سی کو اس کی اطلاع دینے کے لئے درج ذیل اقدامات کریں:

1. ایس او پیز کی خلاف ورزی کرنے والے کی تصویر لیں، مثال کے طور پر،
   - اگرماسک نا پہنا ہوا ہو
   - معاشرتی دوری کو برقرار نا رکھا ہوا ہو
   - یا عوامی مقامات پر زیادہ ہجوم دیکھیں
2. خلاف ورزی کی ایک مختصر وضاحت لکھیں۔
3. پیغام میں مقام ، تاریخ اور وقت کے ساتھ تحصیل / ضلع / شہر کا ذکر کریں۔
4. آخر میں ، تصویر کو اس کے مقام ، تاریخ اور وقت کے ساتھ ، اور اس پروگرام کا ایک مختصر واٹس ایپ نمبر (0335333NCOC) 03353336262 پر بھیجیں۔

اگر آپ کو ایس او پیز کی خلاف ورزی کے بارے میں پتہ نہیں ہے تو این سی او سی کی ویب سائٹ سے معلومات حاصل کریں ، یہاں عوامی مقامات اور تقریبات کے لئے ایس او پی کے تمام رہنما اصول پر تفصیلی دستاویزات موجود ہیں ، جس میں مذہبی اجتماعات ، بڑے اجتماعات ، شادی ہالوں ، تعلیمی اداروں ، ہوائی اڈوں ، بیوٹی پارلر ، پارکس ، ریستوران ، وغیرہ کی تفصیلات شامل ہیں۔

یورپیئن یونین کے معالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

اگر پاکستانی، دبئی کا سفر کررہے ہوں تو اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کا کورونا وائرس ٹیسٹ چند منظور شدا لیبارٹریز سے کروایا گیا ہو

امارات کی ایئر لائن نے اعلان کیا ہے کہ وہ پاکستان میں چند تصدیق شدہ لیبز (133 منظور شدہ مراکز کی فہرست سے) کے علاوہ کسی بھی لیب سے پاکستانی مسافروں کے کورونا وائرس ٹیسٹ قبول نہیں کریں گے۔ دبئی جانے والے پاکستانی مسافروں کو یہ یقینی بنانا ہوگا کہ وہ متحدہ عرب امارات کی منظور شدہ لیبز سے ہی کرائیں ، ورنہ انہیں دبئی میں داخلے سے روکا جاسکتا ہے۔ سرکاری منظور شدہ لیبارٹریز کی درج زیل فہرست سے آپ اپنا ٹیسٹ کروا سکتے ہیں۔

اسلام آباد

- قومی ادارہ صحت **(NIHS)**
- پاکستان انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل سائنسز **(PIMS)**

راولپنڈی

- میڈیکل یونیورسٹی (ہولی فیملی)
- بے نظیر بھٹو اسپتال
- راولپنڈی انسٹیٹیوٹ آف کارڈیالوجی

پنجاب

- ایڈز کنٹرول پروگرام اور ہیپاٹائٹس لیب
- پنجاب فرانزک سائنس ایتھ لیب
- جناح اسپتال پاکستان کڈنی اینڈ لیور انسٹیٹیوٹ **(پی کے ایل آئی)**
- لاہور جنرل ہسپتال اپلائیڈ مالیکیولر بیالوجی سنٹر **(سی اے ایم بی)** یونیورسٹی آف
- ویٹرنری اینڈ اینیمل سائنسز **(یو وی اے ایس)** ، بائیوسٹیٹی لیول 3- (بی ایس ایل 3)
- لاہور ٹی بی پروگرام **(بی ایس ایل۔ 3)** انسٹیٹیوٹ آف پبلک ہیلتھ **(IPH)**

کراچی

- ڈاؤ یونیورسٹی
- پنجونی سنٹر برائے سالانہ طب اور ڈرگ ریسرچ (پی سی ایم ڈی)
- کراچی یونیورسٹی
- لیاقت نیشنل اسپتال
- سول اسپتال
- جناح پی جی میڈیکل انسٹی ٹیوٹ سندھ انسٹی ٹیوٹ آف یورولوجی اینڈ
- ٹرانسپلانٹیشن (ایس آئی یو ٹی) سول ہسپتال نارتھ کراچی نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف بلڈ
- امراض اور بون میرو ٹرانسپلانٹیشن (NIBD)

منظور شدہ لیب واہ ، ملتان ، فیصل آباد ، وزیر آباد ، بہاولپور ، ڈی جی خان ، مظفر گڑھ ، سرگودھا ، سیالکوٹ ، حیدرآباد ، سہون ، سکھر ، لاڑکانہ ، ایبٹ آباد ، ساوت ، ڈی آئی خان ، بنوں ، مردان ، صوابی ، چترال ، گوادر ، میرپور ، راولاکوٹ ، گلگت اور اسکردو سمیت دیگر شہروں میں بھی موجود ہیں (خلیج ٹائمز)۔ منظور شدہ عوامی ٹیسٹنگ کی مہیئا سہولیات کی مکمل فہرست کیلئے حکومت پاکستان کی سرکاری ویب سائٹ پر رجوع کریں۔

یورپیئن یونین کے معالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپئین یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

میں اپنا ٹیسٹ کہاں سے کروا سکتا/سکتی ہوں

ملتان
نشتر ہسپتال ملتان
نشتر روڈ جسٹس حمید کالونی ملتان

کراچی
آغاخان یونیورسٹی ہسپتال
اسٹیڈیم روڈ کراچی
سول ہسپتال
یونیورسٹی کیمپس مشن روڈ کراچی **DOW**
میڈیکل ہسپتال **DOW**
اوجھا کیمپس سپارکو روڈ کراچی
انڈس اسپتال
اپوزٹ دارالسلام سوسائٹی کورنگی کراسنگ کراچی

راولپنڈی
آرمڈ فورسز انسٹیٹیوٹ آف پتھالوجی
رینج روڈ سی ایم ایچ کمپلیکس راولپنڈی

حیدرآباد
لیاقت یونیورسٹی آف میڈیکل اینڈ ہیلتھ سائنسز (LUMHS)، لیاقت
لبرٹی مارکیٹ ، یونیورسٹی ہسپتال حیدرآباد کے قریب ، سندھ۔

اسلام آباد
نیشنل انسٹیٹیوٹ آف ہیلتھ
پارک روڈ چک شہزاد اسلام آباد

ایبٹ آباد
پبلک ہیلتھ لیب ایوب ٹیچنگ
ہسپتالمانسہرہ روڈ ، ایبٹ آباد ، خیبر
پختونخواشاہینہ جمیل اسپتالایبٹ آباد ، این ـ35

خیرپور
گمبٹ انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل
سائنسزگمبٹ ، خیرپور ، سندھ

کوئٹہ
فاطمہ جناح اسپتالبہادرآباد ، وحدت
کالونی ، کوئٹہ ، بلوچستان

پشاور
خیبر میڈیکل یونیورسٹیفیز 5 ، حیات آباد ،
پشاور ، کے پیحیات آباد میڈیکل کمپلیکسفیز
4۔ فیز 4 حیات آباد ، پشاور ، خیبر پختونخواہ

لاہور
پنجاب ایڈز لیب
پی-اے-سی- پی کمپلیکس **6-** برڈوڈ روڈ
لاہور
شوکت خانم میموریل ہسپتال
جوہر ٹاؤن لاہور .R-3.M.Aبلاک 7A

مزید شہروں کے بارے میں جاننے کے لئے یہاں
معلومات حاصل کی جا سکتی ہیں
COVID-19 Health Advisory Platform

کرونا وائرس سو ایکٹس مہم آپ تک **اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان** کی جانب سے لائی گئی ہے

واٹس ایپ کے ذریعے ہماری باقاعدہ اپڈیٹس حاصل کرنے کیلئے

ہمارا نمبر +27 60 080 6146 رابطے کے طور پر شامل کریں

لفظ "Pakistan" لکھ کر واٹس ایپ پر میسج کریں

یورپیئن یونئین کے معالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئین یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔