CIVIC ACTION TEAMS

Pakistan Coronavirus CivActs Campaign

بليٽن# 06
٢٠٢٠-١١-١٣

ڪورانا وائرس وبائي مرض جهڙي صورتحال غلط اطلاعون افونهون ۽ ڪوڙيون خبرون جي ڪري معاشري ۾ جهيڙي جو سبب ٿي سگهي ٿو. جهڙوڪ پاڪستان ۾ ڊينگي بخار بوڏ ۽ زلزلو جي ڪري ٿيڻ وارو نقصان قومي سطع تي ڏٺو آهي وبا پکڙجڻ سان گڏوگڏ ڊسڻ ۾ اچي ٿو ته ڪوڙيون خبرون ڪهاڻيون ۽ غلط افواهون پکڙجن ٿيون جنهن ڪري معاشرو بدا مئي هو شڪار ٿئي ٿو غير تصد يق شدهه معلومات جو پکڙجڻ معاشوعه ۾ جهڙو جو سبب ٿي سگهي ٿو.

اهن صورت حال ڪي مد نظر رکندي يورپين يونيئن جي مالي تعاون ۽ دي ايشياء فائونڊيشن (ٽي آي ايف) پاڪستان جي ٽيڪنيڪل تعاون سان اڪائونٽيبيلٽي ليب پاڪستان (اي ايل پي) جي طرفان ڪورونا وائرس سيوايڪٽس مهم (سي سي سي). ان مهم جو منعقد غلط بياڻي ڪي ختم ڪرڻ، باقاعده سان حقن جي ڪوجنا جاچ پڙتال ڪرڻ ڊيٽا ڪي ترتيبوار ڪرڻ ۽ هر هفتي معلوماتي بلبس / خبرن ڪي تيار ڪرڻ لاءِ مجازي شڪلن ڪي گهرائٽو آهي. ان خبرن ۾ اهم حڪومتي فيصلي ورچوئل مواد، ڪميونٽي جي لاءِ تصديق شدهه جا ڻ، صحيح معاملات ۽ صحت بين امور جي متعلق سوالات ۽ افواهن ڪي شامل ڪيو ويندو. ان جو مقصد اهو آهي ته پاڪستان ۾ سبب ڪان وڏيڪ ڪمزور گروين ۾ سجاگ پيدا ٿئي. جنهن ۾ خاص طور تي خيبر پختواه ۽ سندهه تي توجه ڏني وجي ٿي. ان خبرن جو ارادو ۽ سندهي ۾ ترجمو ڪيو ويندو ۽ پشتو ۾ آڊيو ان گڏ هفتي وار شايع ڪيو ويندو انهن ڪي اسٽيڪ هولڊرن، مقامي حڪومت جي رهنمائن، ميڊيا سي اي اوز، بيو مينٽيرين آرگنائيز ۽ بين سان شيئر ڪيو ويندو هڪ ويب پيج به هوندو . جنهن ڪي سوشل ميڊيا تي وڏي پيماني تي شيئر ڪيو ويندو ۽ مقامي ڪميونٽي ريڊيو اسٽيشنون تي به ڏيڪاريو ويندو.

جي موجوده صورتحال COVID-19 پاڪستان ۾

مڪمل وصولي	مڪمل موت	مڪمل فعال ڪيس	مڪمل تصديق ٿيل ڪيسَس
320,849	7,055	22,088	349,992

ريڪوريز	موت	فعال ڪيس	تصديق ٿيل ڪيسَ	صوبے
3759	116	1166	5041	ڪاشمي
15780	154	292	16226	بلوچستان
4162	93	154	4409	گليگٽ بالٽيسن
19604	248	2913	22765	اسلام آباد
38426	1302	1530	41258	پشاور
97672	2438	8111	108221	پنجاب
141446	2704	7922	152072	سند

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

يورپيئن يونئين جي مالي تعاون سان

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

هن اشاعتي مواد ڪي يورپيئن يونئين جي مالي تعاون ڪان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات ڪي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي ليب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونئين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات ڪان متفق هجن

حقيقت — افواهه

ڪورونا وائرس جي ڪري ڪجهه غلط ڳالهيو جيڪي قومي ۽ دنيان ليول تي ڪجهه مهينن کان پکڙجي رهيون آهن. انهن مان ڪجه افواهون وڏيڪ تيزي سان پکڙجن ٿيون. جيئن ته.

افواهه

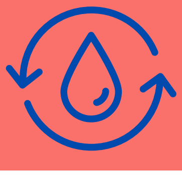
جي ويڪسين توهان کي ڪورونا وائرس جي انفيڪشن کان بچائي سگهي ٿي.

ڪورونا وائرس هڪ نئين قسم جو وائرس آهي ۽ ان جي علاج لاءِ نئين ويڪسين ٺاهڻ جي ضرورت آهي. نمونيا جو شاٽ (نمونيوڪيڪل ويڪسين) توهان کي صرف هڪ قسم جي بيڪٽيريل نمونيا کان بچائي سگهي ٿي. تنهن هوندي ، چاڪاڻ ته ٻنهي نمونيا ۽ ڪورونا وائرس ٻئي ساهه ڪٽڻ جون بيماريون آهن، جيڪڏهن توهان نمونيا کان بيمار ٿيو ٿا، توهان کي ڪرونا جي انفيڪشن جو به خطرو ٿي سگهي ٿو. ڊبليو ايڇ او جي مطابق، توهان ساهه ڪٽڻ جي بيماري کان بچائڻ لاءِ ويڪسين جو استعمال ڪري سگهو ٿا جهڙوڪ نمونيا ، پر اهو ڪورونا وائرس جو علاج يا بچاءُ ڪونه ڪري سگهندو.

حقيقت

وٽامن ۽ مِنرل سپليمنٽس سان ڪورونا وائرس جو علاج ممڪن ناهين

جڏهن ته اهو سچ آهي ته وٽامن ڊي ، سي ۽ زنڪ مدافعتي نظام کي بهتر بنائڻ ۾ تمام گهڻي فائدي مند آهن ۽ توهان کي صحتمند رکڻ ۾ اهم ڪردار ادا ڪن ٿا ، ان جو ڪو ثبوت ناهي ته اها ڪورونا وائرس جهڙي وبائي مرض جو علاج ٿي سگهي ٿو. جيتوڻيڪ اهي اضافي سپلائيون ڪرونا وائرس کي منهن نه ڏيون ڏين (صرف هڪ خاص ويڪسين سان هي علاج ممڪن آهي)، اهي توهان جي غذائيت ۽ قوت مدافعت کي بهتر بنائيندا آهن، جهڙوڪ توهان کي ڪورونا وائرس جهڙي مرض کان بچاءُ ۾ مدد فراهم ڪري ٿي. پر اِها پڪ ڪري وٺو ته توهان پنهنجي ڊاڪٽر جي تجويز ڪيل طور تي ڪا معدنيات يا اضافي شيون استعمال ڪري رهيا آهيو، گهڻو ڪري اهي توهان جي صحت لاءِ نقصانڪار ٿي سگهن ٿا.



افواهه

لوڻ جي پاڻي سان (نڪ کي ڌوئڻ) سان ڪرونا وائرس کان بچائي سگهجي ٿو

اجا تائين ڪو به ثبوت موجود ناهي ته لوڻيات پاڻي سان نڪ کي دوئڻ سان ڪورونا وائرس جي انفيڪشن کي روڪي سگهي ٿي. جيتوڻيڪ اهو توهان کي عام سردي کان بچائي سگهي ٿو، پر هي ڪورونا وائرس جهڙي موضي انفيڪشن کي روڪڻ ۾ تمام گهڻو اثرائتو ناهي.

ذريعو: ڊبليو ايڇ او ، سائنسي آمريڪي ، اين پي آر.

يورپيئن يونئين جي مالي تعاون سان

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

هن اشاعتي مواد کي يورپيئن يونئين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات کي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي ليب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونئين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن

وينٽيليشن ڪيئن توهان جي گهرن ، اسڪولن ، آفيسن ۽ دڪانن کي ڪرونا وائرس کان بچائي سگهي ٿو؟

وينٽيليشن بند جڳهن ۾ تازي هوا کي برقرار رکڻ جو بهترين طريقو آهي. ڊبليو ايچ او جي مطابق ، گهر اندر ڪرونا وائرس جي ڦهلاءُ کي روڪڻ جي لاءِ وينٽيليشن هڪ اهم ذريعو آهي. گهرن ۾ تازي هوا کي يقيني بڻائڻ لاءِ دري يا دروازو کولڻ عوامي هنڌن جهڙوڪ آفيسن ، دڪان ، عمارتن ، سياحن جي رهائش ۽ اسڪولن ۾ انفيڪشن کي روڪڻ جو هڪ مؤثر طريقو آهي. تنگ جڳهن ۾ تازي هوا جي گردش سان ان ڳالهه کي يقيني بڻائي سگهجي ٿو ته اسان جتي ساهه کڻي رهيا آهيون ان جاءِ تي هوا مسلسل تبديل ٿي رهي آهي.

هوا جي گردش(ايئر ريسرڪيوليشن) جي صورت ۾، فلٽر کي باقاعدي طور تي صاف ڪرڻ گهرجي، خاص طور تي ڪم جي جڳهن ۾ جتي ماڻهن ۾ ڪورونا وائرس پکيڙڻ جو وڏيڪ خطرو هجي. نوڪرين وارن انهن ماڻهن لاءِ وڏيڪ خطرناڪ آهي جيڪي ڪرائي واري جڳهن جو ڪم، سياحتي ڪاتن، يا گهريلو ملازمن کي ڪم ڪندڙ آهن. جيڪڏهن توهان اهڙي جڳهه ۾ رهائش پذير آهيو جتي آلودگي هجي، ۽ توهان دريون نه کولي سگهو ٿا، توهان آبهوا کي صاف رکڻ لاءِ هوا صاف ڪندڙ (ايئر پيوريفائر) جو استعمال ڪري سگهو ٿا.

فضائي گردش کان بچڻ لاءِ ، ضروري آهي ته فطري يا ميڪاني طريقي سان اندروني جڳهن ۾ وينٽيليشن ۾ اضافو ڪيو وڃي. ٻين احتياطي عملن سان گڏ هي هڪ اهم طريقو آهي جنهن جي ذريعي ڪورونا وائرس جي پکيڙ کي روڪي سگهجي ٿو.

پاڪستان ۾ ٽرانس جينڊر برادري (ڪميونٽي) کي وبائي مرض جي دوران وڏيڪ خطرو آهي.

پاڪستان ۾ ٽرانس جينڊر اڪثر ڪري معيشت جي غير رسمي شعبن ۾ ڪم ڪندا آهن ، انهن مان اڪثر روڊن تي پندا آهن يا پيٽ پالڻ لاءِ فاحش جنسي فروخت جو ڪم ڪندا آهن. پاڪستان ۾ ٽرانسجينڊر ماڻهن سان تعصب جي ڪري انهن لاءِ روزگار جا ڪجهه موقعا آهن ۽ انهن لاءِ تعليم حاصل ڪرڻ تمام گهڻو مشڪل آهي. ڪورونا وائرس جي وبا انهن لاءِ وڏيڪ مسئلا پيدا ڪري ڇڏيا آهن، جيئن انهن کي سماجي فاصلو برقرار رکڻو آهي ۽ ماڻهن ۾ هڪ خوف آهي ته هي (ٽرانس جينڊر) ماڻهو صفائي جو خاص خيال نٿا رکن. ان صورتحال جي وجهه سان انهن جي محدود آمدني جي ذريعن کي به ڪرونا ڪسي ورتو آهي، جهڙوڪ شادين ۾ ناچ ۽ جنسي فروخت طور تي ڪم ڪرڻ.

اسلام آباد - راولپنڊي ۾ انساني حقن واري وزارت ۽ يو اين ڊي پي جي گڏيل مطالبي جي مطابق ، ٽرانس جينڊر برادري (ڪميونٽي) کي وبائي مرض دوران سماجي ۽ صحت جي حفاظت جي مسئلن ۾ امتيازي ورتاءُ جو منهن ڏيڻو ٿو پوي. ان تحقيق ۾ انڪشاف ڪيو ويو آهي ته ٽرانس جينڊر جا ماڻهو کي وائرس کان متاثر ٿيڻ جا وڏيڪ خطرا آهن ڇاڪاڻ ته انهن مان گهڻو ڪري تنگ ٿيل جڳهن تي گڏ رهندا آهن، ۽ سماجي فاصلا برقرار نٿا رکي سگهن. تحقيق ۾ اهو به انڪشاف پڻ ڪيو ويو آهي ته 59 سڪيڙو ريسپانڊنٽ (جوابدارن) صحت جي سار سنڀار انهن جي پهرين ترجيح ڏني ڇاڪاڻ ته انهن مان تقريباً هڪ ڏهائي چار معذوري يا ڪنهن بيماري ۾ مبتلا هئا جنهن جي وجهه سان انهن کي ڪورونا وائرس کان متاثر ٿيڻ جو وڏيڪ خطرو آهي.

يورپيئن يونئين جي مالي تعاون سان

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

هن اشاعتي مواد کي يورپيئن يونئين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات کي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي ليب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونئين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن

پاڪستان ۾ شادين جي تقريبات لاءِ ايس او پيز جي ڏنل نئي هدايات جاري ڪيا ويا آهن.

شادي جهڙي وڏيون تقريبون ۾ڪورونا وائرس ڪي پکيڙڻ جو وڏيڪ خطرو آهي، تنهن ڪري انهن واقعن ڪي ترتيب ڏيڻ وقت سيني صحت جي پروٽوڪولن تي غور ڪرڻ ضروري آهي. ان جي مطابق، صحت واري وزارت جي طرفان ڏنل ايس او پيز جي نئين هدايت جاري ڪئي وئي آهي جيڪا 20 نومبر کان ڪراچي ، لاهور ، اسلام آباد ، راولپنڊي ، ملتان ، حيدرآباد ، گلگت ، مظفر آباد ، ميرپور ، پشاور ، ڪوئيٽا ، گوجرانوالا، گجرات ، فيصل آباد ، بهاولپور ۽ سوات ۾ لاڳو ڪيا ويندا.

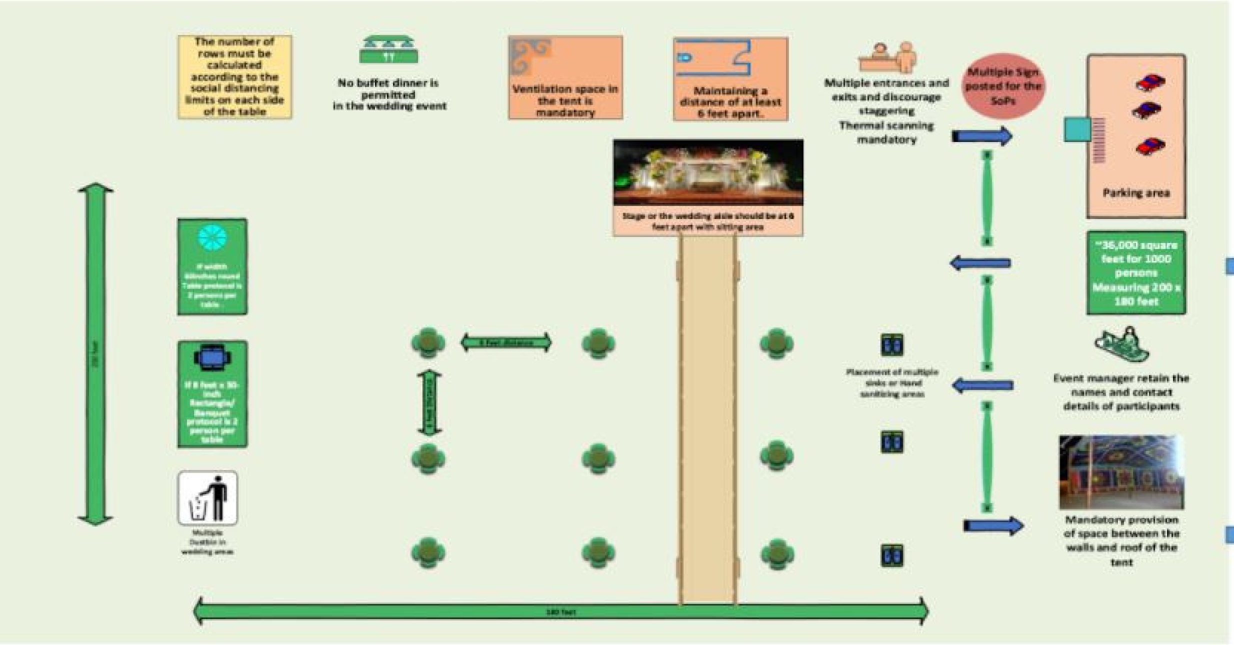
انهن شهرن ۾ نيشنل ڪماند آپريشنز سينٽر (اين او سي او سي) جي طرفان داخلي شادين جي تقريبات تي 20 نومبر 2020 کان پابندي لاڳو ڪئي وئي آهي. جيڪڏهن توهان ڪنهن پاهرئين هنڌ تي شادي جي تقريب ڪرڻ چاهيو ٿا ته:

- **توهان ڪي پڪ ڪرڻي آهي ته توهان جا مهمان *1000* کان وڌيڪ نه آهن.**
- **توهان جا سيني مهمانن ڪي *6* فوٽ ڏار ڏار فاصلي تي ويهٽو آهي ۽.**
- **روگرام وڌ کان وڌ *2* ڪلاڪن ۾ ختم ڪيو وڃي (وڌ ۾ وڌ رات *10* بجي تائين)، ۽ هر ڪو تقريب ۾ ماسڪ پائي اچي**

(ويهڻ واري جڳهه) سيٽن جو اهڙي طرح بندوبست ڪيو وڃي جو هرڪو هڪ ٻئي کان 6 فوٽ ڏار هجي.

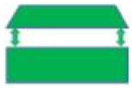
Government of Pakistan
Ministry of National Health Services, Regulations & Coordination

Annex. Layout for outdoor wedding events



Mandatory provision of space between the walls and roof of the tent for ventilation

Social Distancing Space-6 Feet apart		
People	**Space**	**Area**
1000	36000	200x180
500	18000	103x102
250	9000	95x 95
200	7200	85x85
150	5400	73x74
100	3600	60x60
50	1800	43x42
25	900	30x30



يورپيئن يونئين جي مالي تعاون سان

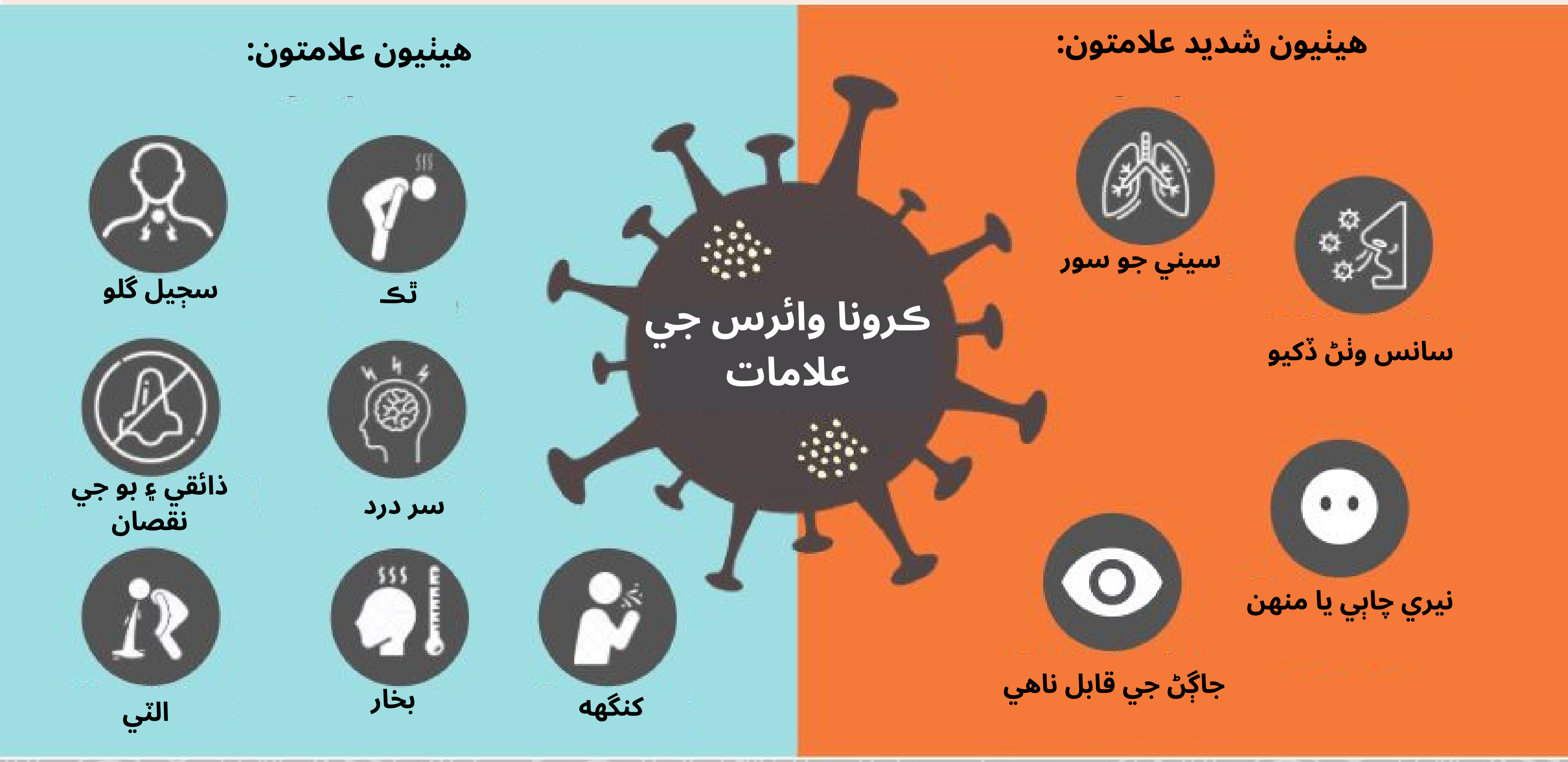
accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

هن اشاعتي مواد ڪي يورپيئن يونئين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات ڪي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي ليب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونئين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن

اهو سيني جي ذميواري آهي ته جهڙوڪ شادي وغيره جهڙي تقريبات ۾ ايس او پيز تي عمل ڪرڻ کي يقيني بڻايو وڃي.
تقريب دوران ، هيٺ ڏنل هدايت نامو (ايس او پيز) تي عمل ڪرڻ لازمي آهي:

- تقريب ۾ داخلا تي سيني شرڪت ڪندڙن لاءِ حرارتي **اسڪيننگ لازمي** آهي.
- سيني شرڪاء کي تقريب ۾ منهن تي **ماسڪ ضرور ڪپڻ گهرجي** (ايونٽ آرگنائيزرز ان جي نگراني ڪندا).
- تقريب ۾ **بوفي ڊنڙ يا لنچ نه ڏنو ويندو. ان جي بدران**، منتظمين لنچ بڪس يا ٽيبل سروسز فراهم ڪري سگهن ٿا.
- شرڪت ڪندڙ **گهٽ ۾ گهٽ 20 سيڪنڊن لاءِ پنهنجا هٿ صابڻ ۽ پاڻي سان ڌوئڻ** ۽ هينڊ سينيٽائزر جو استعمال ڪن جنهن ۾ **گهٽ ۾ گهٽ 60 سيڪڙو الڪوحل** هجي.
- سيني شرڪت ڪندڙن کي هر وقت **6 فوٽن جي مفاصلي تي برقرار رکجي**.
- جيڪڏهن ملازمن ۽ شرڪت **ڪندڙ وائرس جي علامتن تي شڪ هجي يا انهن جي ڪورونا وائرس جي ٽيسٽ پازيٽوِ هجي ته اهي گهر ۾ ئي رهن**.
- ميزبان بنيادي حفاظتي شيون مهيا ڪري جهڙوڪ صابڻ ، پاڻي ، سينيٽائيزر، پيپر ٽاول، ٽشو، ماسڪ، اورنج ـ ٽچ ڊسٽ بن وغيره.
- وڏيڪ ڏسڻ واري جڳهن تي پوسٽ واريون نشانيون لازمي طور تي هجڻ گهرجن، جهڙوڪ داخلي رستن تي، ۽ ڪاڪوس(غسل خانو) جهڙيون نشانيون هجڻ گهرجي جيڪي روزاني حفاظت جي احتياط کان خبردار ڪن.
- **روايتي مبارڪ آباد** ڏيڻ جي طريقڪار (هٿ ملائڻ ، ڀاڪر پائڻ ، وغيره) کان **پاسو ڪرڻ گهرجي، ڇو ته** ان جي ذريعي جلدي انفيڪشن ڦهلجي سگهجي ٿو.



علامتون آهن پنهنجي ڊاڪٽر يا COVID-19 جيڪڏهن توهان وٽ
ڪورونا وائرس هيلپ لائن سان رابطو ڪريو

1166

يورپيئن يونئين جي مالي تعاون سان

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

هن اشاعتي مواد کي يورپيئن يونئين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات کي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي ليب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونئين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن

آئون ڪٿي آزمائي سگھان ٿو؟

ملتان
نشتر هسپتال ملتان
نشتر روڊ جسٽس ڪالوني ملتان

راولپنڊي
آرمڊ فورسز انسٽيٽيوٽ آف پٿالوجي
رينج روڊ سي ايم ايچ ڪمپليڪس
راولپنڊي

آسلام آباد
نيشنل انسٽيٽيوٽ آف هيلٿ
پارڪ روڊ چڪ شهزاد اسلام آباد

ايبٽ آباد
پبلڪ هيلٿ ليب ايوب ٽيچنگ
هسپتال مانسهرا روڊ، ايبٽ آباد،
خيبرپختونخوا شاهينه جميل
اسپتال ايبٽ آباد اين 35

پشاور خيبر
ميڊيڪل يونيورسٽيفز 5 حيات
آبادپشاور جي پيحيات آباد
ميڊيڪل ڪمپليڪسفيز4
فيز 4 حيات آباد پشاور خيبر
پختونخواه

ڪراچي
آغا خان يونيورسٽي اسپتالاسٽيڊيم روڊ
ڪراچي سول اسپتال
يونيورسٽي ڪيمپس مشن روڊ ڪراچي
DOW ميڊيڪل اسپتال DOW اوجها
ڪيمپس سپارڪو روڊ ڪراچي
اپوزٽ دارالسلام سوسائٽي ڪورنگي
ڪراسنگ ڪراچي

حيدرآباد
لياقت يونيورسٽي آف ميڊيڪل اينڊ
هيلٿ لبرٽي مارڪيٽ، لياقت (LUMHS)
سائنسز
يونيورسٽي اسپتال حيدرآباد ڪٽ قريب
سنڌهه

خيرپور
گهبٽ انسٽي ٽيوٽ آف ميڊيڪلسائنسز
گمبٽ خيرپور سنڌهه

ڪوئٽه
فاطمه جناح اسپتال بهادر آباد،
وحدتڪالوني ڪوئٽه بلوچستان

لاهور
پنجاب ايڊزليب پي، اي،سي، پي
ڪمپليڪس 6 بربوډ روڊ لاهور
شوڪت خانم ميموريل اسپتال
جوهر ٽائون لاهور R-3,M.A
بلاڪ 7A

مزيد شهرن جي باري ۾ چاٽ جي لاءِ هتي
معلومات هاصل ڪري سگھو ٿا.
[COVID-19 Health Advisory Platform]

ڪورونا وائرس سي اي ايڪٽ مهم توهان ڏانهن لاٿو
احتساب ليب پاڪستان

WhatsApp ذريعي
اسان جون باقاعده
اپڊيٽ حاصل ڪرڻ

1.اسان جو نمبر شامل ڪريو 27+ 60 080 6146 رابطي جي طور تي.
2.وائسس تي پيغام طور ”پاڪستان“ لفظ موڪليو.

يورپيئن يونئين جي مالي
تعاون سان

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

هن اشاعتي مواد کي يورپئين يونئين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات کي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي ليب
پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونئين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن