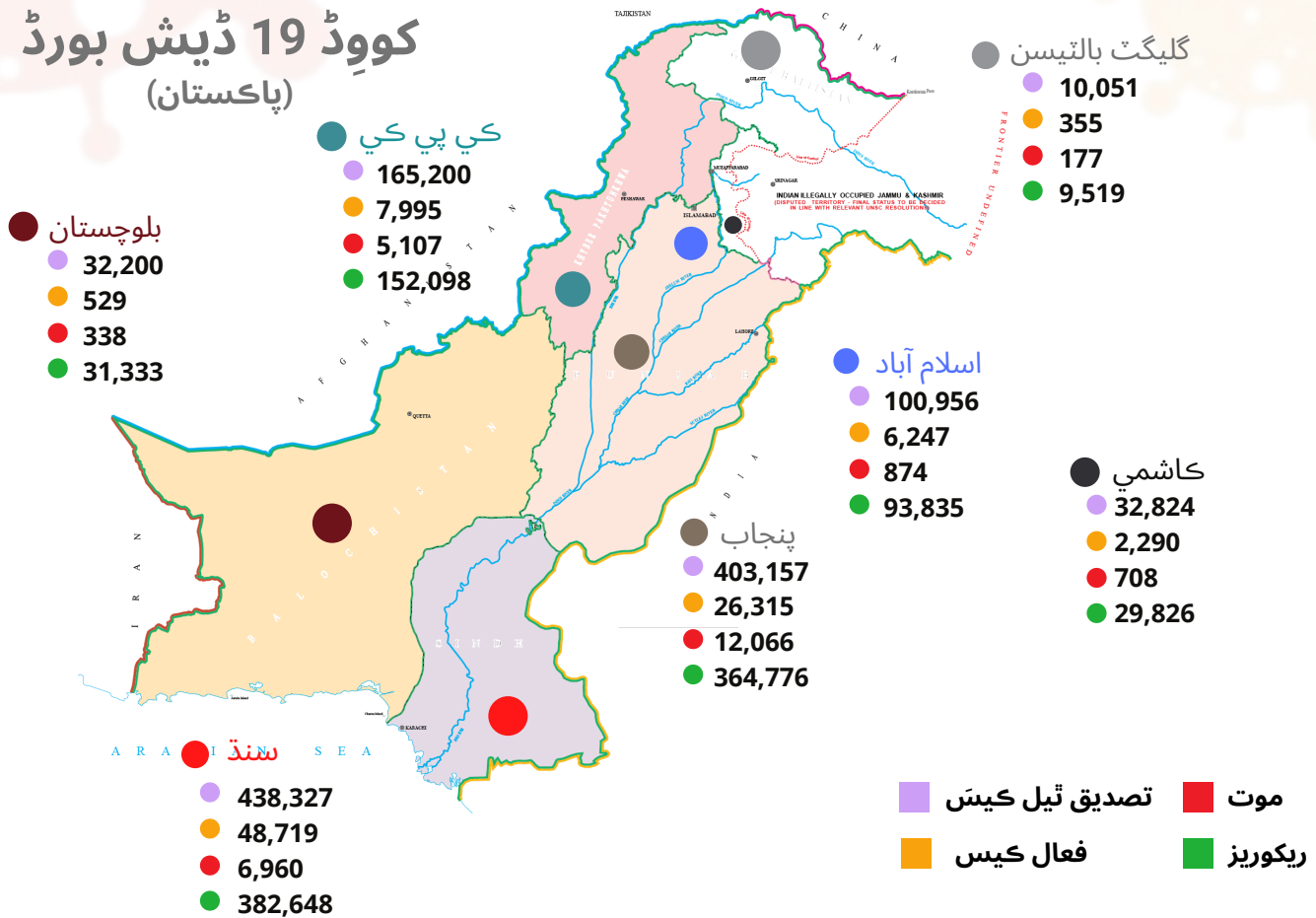


اڪائونٽبيلٽي لیب پاڪستان پنهنجي پراجيڪٽ ”اسٽريٽنگ ڪميونٽي ريزيلئنس ٿو ڪووڊ-19“ جي تحت يورپي يونين جي مالي ۽ ايشيا فائونڊيشن پاڪستان ۽ خيرپختونخواهه جي صحت کاتي جي فني معاونت سان ”ڪورونا وائرس سيڪ ايڪٽس ڪيمپيئن“ شروع ڪئي وئي آهي. هن مهم جي دوران افواهن، ڪوڙي خبرن ۽ غلط معلومات کي رد ڪري مستند حقيقتن جي ڄاڻ ڪري عوامي آگاهيءَ لاءِ هڪ هفتيوار بليٽن تيار ڪيو وڃي ٿو. بليٽن ۾ حڪومتي فيصلا، وئڪسين مهم، ڪميونٽي جو فيڊ بيڪ ۽ تحفظات ۽ عام صحت ۽ ڪووڊ-19 جي چوڌاري گهمندڙ سوالن کي ڏٺو وڃي ٿو. هن مهم جو مقصد خاص طور تي خيرپختونخواهه ۽ سنڌ جي پٺتي پيل طبقن (بشمول نسلي ۽ مذهبي اقليتن، ٽرانسجينڊرز، معذور ماڻهن) ۽ ٻين سهولتن کان محروم طبقن تائين آگاهي ڦهلائڻ آهي. انهن بليٽن جو اردو ۽ ٻين علائقائي ٻولين جهڙوڪ پشتو (صوتي بليٽن) ۽ سنڌي ۾ ترجمو ڪري انهن کي عوام الناس تائين پهچايو وڃي ٿو ته جيئن ڏورانهين علائقن ۾ رهندڙ شهرين ۾ ڪورونا وائرس وبا جي خلاف مزاحمت ۽ مدافعت پيدا ڪري سگهجي. اهي بليٽن آنلاين ۽ آفلاين ذريعن سان لاڳاپيل جن ۾ سرڪاري ادارا، ڊونرز، شهري ۽ سماجي ادارا شامل آهن، تائين پهچايا وڃن ٿا.

ڪووڊ 19 ڏيڻ بورڊ (پاڪستان)



مڪمل تصديق ٿيل
ڪيس
1,182,918

مڪمل فعال ڪيس
92,367

مڪمل موت
26,232

مڪمل وصولي
1,064,319



يورپيئن يونين جي مالي
تعاون سان

accountabilitylab
PAKISTAN



محکمہ صحت، خيرپختونخوا



The Asia Foundation

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

ڪرونا وائرس ویکسین کی تازہ ترین صورتحال

ڏبل ڏوز

19,427,419

گزشتہ 24 گھنٽے: 397,576



سنگل ڏوز

47,054,090

گزشتہ 24 گھنٽے: 789,537



ویکسین کی گُل لگائی جانے والی تعداد

61,724,580

گزشتہ 24 گھنٽے: 1,188,432



حقیقت اور افواہ



افواہ

کیتو ڊائیت سان
ڪوود-19 جو علاج ڪرڻ ۾
مدد ملي ٿي

حقیقت

موسم ۽ گرمي پد ۾ تبديليءَ جو
ڪوود-19 جي شرح تي اثر
پئجي سگهي ٿو

کیتو هڪ خوراڪ آهي جنهن ۾ ڪاربز گهٽ ۽ فيٽ وڌيڪ هوندي آهي، ٻين کيترن ۾ ملڪن وانگر اها پاڪستان ۾ به گهڻو مشهور آهي، هن وقت مختلف جاين تي اهو بحث جاري آهي ته اها ڪوود-19 لاءِ سٺي خوراڪ آهي چوڻه ان سان مدافعتي نظام بهتر ٿئي ٿو، پر اها ڳالهه درست ناهي. ان جو پهريون سبب ته اهو آهي ته مدافعتي نظام تي کیتو ڊائيت جو تجربو انسانن تي نه جانورن تي ڪيو ويو هو، ٻيو اهو ته جيڪڏهن تجربن جي دوران اها خوراڪ مفيد ثابت ٿي آهي ته اها فقط اهڙن مريضن کي ڏني ويندي جن جي حالت وڌيڪ خراب هوندي، مختصر اهو ته کیتو ڊائيت سان ڪورونا وائرس کان بچائڻ يا ان جو علاج ڪرڻ جو ڪوبه ثبوت نه آهي. تنهنڪري صحتمند ماڻهن کي گهرجي ته اهي متوازن خوراڪ کائين، وئڪسين لڳرائين ۽ ڪورونا وائرس جو شڪار ٿيڻ کان بچڻ لاءِ احتياطي تدبيرن تي عمل ڪندا رهن.

سائنسدانن مختلف ملڪن ۾ ڪوود-19 جي ڦهلاءَ جي شرح تي هڪ سال تائين تحقيق ڪئي جنهن جي نتيجي ۾ اها ڳالهه سامهون آئي آهي ته ڪوود-19 جي منتقليءَ جي شرح ڦلو وانگر موسم جي لحاظ سان گهٽ يا وڌ ٿئي ٿي، حيران ڪندڙ طور تي سائنسدانن کي ڦلو جهڙو ئي لاڙو نظر آيو، معتدل موسمن وارن علائقن ۾ سياري جي موسم دوران جڏهن گرمي پد ۽ نميءَ جو تناسب گهٽ هجي ٿو، ڪوود-19 جي ڦهلاءَ ۾ واڌاري جو لاڙو نظر آيو جڏهن ته گرم موسم وارن ملڪن ۾ مون سون جي وسڪارن دوران جڏهن نميءَ جو تناسب وڌيڪ ٿئي ٿو، ڪورونا وائرس جي ڪيسز ۾ واڌارو نظر آيو، تنهنڪري اسان چئي سگهون ٿا ته تيز اس ۽ ٻاڦ اڏندڙ موسم ۾ ڪوود-19 ۾ گهٽتائي ڏسڻ ۾ آئي آهي، پر اهو ياد رکڻ گهرجي ته موسم ۽ گرمي پد ٻين کيترن تي حقيقتن وانگر هڪ حقيقت آهي ۽ گرم ۽ خشڪ ڏينهن ۾ به احتياط جاري رکڻ گهرجي.

(ذريعو- ميڊيڪل نيوز ٽو ڊي)

(ذريعو- گارڊين)



يورپيئن يونين جي مالي
تعاون سان

accountabilitylab
PAKISTAN



محکمہ صحت، خیبر پختونخوا



The Asia Foundation

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

اختيارين کي ڪوڊ-19 جي فرنٽ لائين طبي اهلڪارن جي جذباتي صحت لاءِ موبائيل اپليڪيشن متعارف ڪرائڻ جو فيصلو

اختيارين جو چوڻ آهي ته هڪ موبائيل اپليڪيشن "ماءُ ڪيئر+" متعارف ڪرائي ويندي، جنهن جي ذريعي فرنٽ لائين طبي اهلڪار پنهنجي جذباتي صحت جو جائزو وٺي سگهندا. اختيارين طرفان ڪيل اعلان مطابق اپليڪيشن جي ذريعي کين ذهني دٻاءَ جي حالتن جو جائزو وٺڻ، ذهني ڇڪ جي نگراني ڪرڻ، ڇڪ جو انتظام ڪرڻ، ٻين حالتن کي خارج ڪرڻ ۽ ذهني صحت جي ماهرن کان مدد گهرڻ ۾ مدد ڏيندي، فرنٽ لائين طبي اهلڪارن کي ڪوڊ-19 جي مريضن جي سار سنڀال ڪندي پاڻ کي انفڪشن کان بچائڻ لاءِ شديد ذهني دٻاءَ کي منهن ڏيڻو پوي ٿو. ڏک جي ڳالهه اها آهي ته جيڪڏهن ذهني دٻاءَ کي درست طريقي سان گهٽ نه ڪيو وڃي ته ان جي نتيجي ۾ ڊگهي مدي وارا ذهني ۽ جسماني صحت جا مسئلا پيدا ٿي سگهن ٿا؛ انڪري حڪومت جو اهو قدم جس لائق آهي چوڻ ته ان سان طبي اهلڪار پنهنجي ذهني ۽ جذباتي صحت جو خيال رکي سگهندا. ان سان کين پنهنجن فرضن جي سرانجامي ۾ حوصلو وڌندو ۽ نتيجي ۾ اسان جو صحت جي نظام جو معيار بهتر ٿيندو.

(ذريعو- دان)

سعودي عرب سائنو فارم ۽ سائنو ويڪ وئڪسينز جي منظوري ڏئي ڇڏي

سعودي عرب سائنو ويڪ ۽ سائنو فارم کي پنهنجي منظور ٿيل وئڪسينز جي فهرست ۾ شامل ڪري ورتو آهي، اها انهن پاڪستاني شهرين لاءِ تمام سٺي خبر آهي جيڪي سعودي عرب ۾ ڪم ڪن ٿا ۽ اهي پاڪستان ۾ چيني وئڪسين لڳرائي چڪا آهن، هاڻي اهي سعودي عرب ۾ داخل ٿيڻ ۽ اتي ڪم ڪرڻ جي اهل ٿي ويا آهن، پر ان جي باوجود ياد رهي ته سعودي اختيارين اعلان ڪيو آهي ته ملڪ ۾ داخل ٿيندڙ ماڻهن لاءِ ضروري هوندو ته اهي اڳواٽ منظور ٿيل وئڪسينز مان ڪنهن هڪ جو بوسٽر شاٽ لڳرائين. وڌيڪ اهو ته سعودي عرب مڪمل طور تي وئڪسين ٿيل پاڪستانين کي سعودي عرب ۾ داخلا جي اجازت ڏئي ڇڏي آهي.

(ذريعو- گلف نيوز)

ڪرونا وائرس وئڪسين

جا هن وقت تائين سامهون ايندڙ سائيڊ افڪٽس



مٿي ۾ سور، بدن ۾ سور يا زڪام



ٽڪي لڳڻ واري جاءِ تي سور يا ڳاڙهاڻ



دست اُٿيون



بخار يا ڏکڻي



يورپيئن يونين جي مالي تعاون سان

accountabilitylab PAKISTAN



محڪمه صحت، خير پختونخوا



The Asia Foundation

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

نیشنل کمانڊ اينڊ آپريشن سينٽر (اين سي او سي) ملڪ کان ٻاهر سفر جي خواهشمند مسافرن کي ڪوڊ-19 وئڪسين جي بوسٽر شاٽ لڳائڻ جي اجازت ڏئي ڇڏي

پهرين سيپٽمبر کان ٻاهرين ملڪ سفر جا خواهشمند ماڻهو ڪورونا وائرس جي وئڪسين جو بوسٽر شاٽ لڳرائي سگهندا. اهي بوسٽر شاٽ چونڊ وئڪسين مرڪزن تي لڳايا ويندا (مرڪزن جي فهرست حڪومت طرفان پوءِ جاري ڪئي ويندي). وڌيڪ اهو ته واڌو وئڪسين لڳرائڻ جي فيس 1270 رپيا رکي وئي آهي جيڪا نيشنل بينڪ آف پاڪستان جي شاخن ۾ جمع ڪرائي سگهبي. حڪومت پاڪستان جو اهو قدم تحسين جوڳو آهي چوٽه ٻاهرين ملڪ ويندڙ پاڪستاني مسافرن کي تمام گهڻي مشڪلاتن کي منهن ڏيڻو پوندو هو، جن ملڪن ۾ کين وڃڻو هوندو هو ان جي شرطن مطابق کين مهانگي وئڪسين جا بوسٽر شاٽ لڳرائڻا پوندا هئا. هاڻي اهي پاڪستان ۾ رهندي انتهائي مناسب قيمت ۾ پاڻ کي وئڪسين جو بوسٽر شاٽ لڳرائي سگهن ٿا

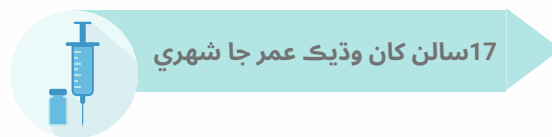
(ذريعو- پاڪستان ٽو ڊي)

پهرين سيپٽمبر کان 17 سال کان وڌيڪ عمر جي نوجوان شهرين کي وئڪسين لڳائڻ جو عمل شروع ٿي ويو

حڪومت پاڪستان اعلان ڪيو آهي ته ڪوڊ-19 جي وئڪسين جو دائرو 17 سال تائين جي عمر جي شهرين تائين وڌائڻ جو فيصلو ڪيو ويو آهي. ان کان اڳ 18 سال يا ان کان وڌيڪ عمر جا شهري وئڪسين لڳرائڻ جا اهل هئا. حڪومتي اعلان ۾ چيو ويو آهي ته 17 سال جي عمر جا نوجوان 15 سيپٽمبر تائين پهريون ۽ 15 آڪٽوبر تائين وئڪسين جو ٻيو ڊوز لڳرائين. وئڪسين نه لڳرائيندڙن کي تعليمي ادارن ۾ داخلا جي اجازت نه هوندي، اهو به چيو ويو آهي ته ڪمزور مدافعتي نظام رکندڙ فردن کي جلد وئڪسين جو خصوصي ڊوز لڳايو ويندو.

(ذريعو- ٽربيون)

ڪوڊ-19 جي وئڪسين لڳرائڻ جي رجسٽريشن جو طريقو



ڪنهن به موبائيل نمبر تان پنهنجو شناختي ڪارڊ نمبر 1166 تي ايس ايس ايس ڪريو (موبائيل نمبر توهان جو پنهنجو هجڻ ضروري ناهي) يا **نمز جي ويب سائيٽ** تي وڃي پاڻ کي رجسٽرڊ ڪريو.



1166 تي پنهنجو شناختي ڪارڊ نمبر ايس ايس ايس ڪرڻ کانپوءِ پنهنجي ضلعي ۾ واقع ڪنهن به ويجهي وئڪسين مرڪز تي وڃي پنهنجو **اصلي شناختي ڪارڊ** ڏيکاري وئڪسين لڳرايو.



يورپيئن يونين جي مالي
تعاون سان



محڪمه صحت، خير پختونخوا



The Asia Foundation

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

ڪي پي ۽ سنڌ ۾ وڏي ويڪسينيشن سينٽر

خير پختونخوا

سنڌ

سڪھر

- آءِ ايڇ ايس اسپتال ليبر فليٽس 0715811532
- ٽي ايڇ پنوعاقل 0715690500
- ٽي ايڇ روھڙي - 0333 7128627

خيرپور

- راڻيپور 03347382264
- ٺري ميرواهه 03333960839
- تعلقه اسپتال ڪوٽڏجي 03013582910

شڪارپور

- ڳوٺاڻو صحت مرڪز، سلطان ڪوٽ 03337577008
- ڳوٺاڻو صحت مرڪز خانپور 03003131100
- ڳوٺاڻو صحت مرڪز، ڳڙهي ياسين - 03453945330

جيڪب آباد

- سول اسپتال، جيڪب آباد 03337341698
- تعلقه اسپتال ٺل 03335765590
- ڳوٺاڻو صحت مرڪز ڳڙهي حسن 03003174277

لاڙڪاڻو

- ٽي ايڇ ڏوڪري 03337517256
- سي ايم سي اسپتال، لاڙڪاڻو 03337533685
- رتو ديرو 03453852452

پشاور

- ڳوٺاڻو صحت مرڪز ريگي - 03335042588
- مدر اينڊ چائلڊ هيلٿ سينٽر مٺاڻي 03459146891
- پبلڪ هيلٿ اسڪول لاهوري 03339611020

چارسده

- بنيادي صحت مرڪز محمد ناري 03045270647
- ڊسٽرڪٽ هيڊڪوارٽرس اسپتال 03339015031
- ڳوٺاڻو صحت مرڪز بنگرام 03149160346

مردان

- ڊسٽرڪٽ هيڊڪوارٽرس اسپتال مردان 03005921350
- مردان ميڊيڪل ڪامپليڪس 0333929881
- تحصيل هيڊڪوارٽر اسپتال تخت بهائي - 03339191353

صوابي

- بنيادي صحت مرڪز، جهنڊا - 03005921350
- بنيادي صحت مرڪز، ڪوٽا - 0333929881
- سي ايڇ ڪالو خان - 03339191353

بري پور

- سي ڊي ڪوٽ نجيب الله 03059349975
- سول اسپتال ڪي ٽي ايس 03330928292
- ڊسٽرڪٽ هيڊ ڪوارٽرس اسپتال 03155046070



يورپيئن يونين جي مالي
تعاون سان



محڪمه صحت، خير پختونخوا



The Asia Foundation

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

مان پنهنجي ٽيسٽ ڪاٿان ڪرائي سگهان ٿي / سگهان ٿو؟

اسلام آباد	صحت جا قومي ادارا پارڪ روڊ ، چڪر شھزاد ، اسلام آباد
ڪراچي	آغا خان يونيورسٽي اسپتال ، اسٽيڊيم روڊ ، ڪراچي ، سنڌ
حيدرآباد	لياقت يونيورسٽي آف ميڊيڪل ۽ هيلٿ سائنسز (لمس) ، لبرٽي مارڪيٽ سرڪل ، ويجهو لياقت يونيورسٽي اسپتال ، حيدرآباد ، سنڌ
خيرپور	گمبٽ انسٽيٽيوٽ آف ميڊيڪل سائنسز ، گمبٽ ، خيرپور ، سنڌ
پشاور	حيات آباد ميڊيڪل ڪمپليڪس ، 4 فيز 4 حيات آباد ، پشاور ، ڪي پي ڪي
مردان	چغتائي ليب ويجهو الغيرز بينڪ ، مردان پوائنٽ ، شمسي روڊ ، مردان ، ڪي پي
هري پور	ايسلز ليز ، ٽي ايم اي پلازا دڪان نمبر 6 ، نزد گرلز ڊگري ڪاليج سرڪل روڊ هريپور ، ڪي پي ڪي
لاهور	شوڪت خانم ميموريل اسپتال ، 7 اي بلاڪ آر. 3 ايم اي جوهر ٿاڻون ، لاهور ، پنجاب
ملتان	نشتر اسپتال ، نشتر روڊ ، جسٽس حامد ڪالوني ، ملتان ، پنجاب
راولپنڊي	آرمي فورسز انسٽيٽيوٽ آف پيٽولوجي رينج روڊ ، سي ايم اي ڪمپليڪس ، راولپنڊي ، پنجاب
کوئٽه	فاطمه جناح اسپتال بھادر آباد ، وحدت ڪالوني ، کوئٽه
مظفر آباد	عباس انسٽيٽيوٽ آف ميڊيڪل سائنسز (اي ايم ايس) امبور ، مظفر آباد ، آزاد ڪشمير
گلگت	ضلعي هيڊ ڪوارٽر اسپتال اسپتال روڊ ، گلگت ، جي بي
وڌيڪ شهرن جي ڳولا ڪريو COVID-19 صحت جو صلاحڪار پليٽ فارم COVID-19 Health Advisory Platform	

توهان اسان سان 5873268-333-0092 تي واٽس ايپ تي رابطو ڪري پنهنجي چوڌاري ڪورونا وائرس بابت ڦهليل ڪنهن افواهه ، غلط معلومات يا بي ڪا معلومات اسان کي ٻڌائي سگهو ٿا. اسان پنهنجي ڪورونا وائرس سبوايڪٽس ڪيمپيئن جي هفتيوار بليٽنز جي ذريعي انهن افواهن جو خاتمو ڪري مستند معلومات جي آگاهي فراهم ڪنداسين.



يورپيئن يونين جي مالي
تعاون سان

accountabilitylab
PAKISTAN



محڪمه صحت، خير پختونخوا



The Asia Foundation

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