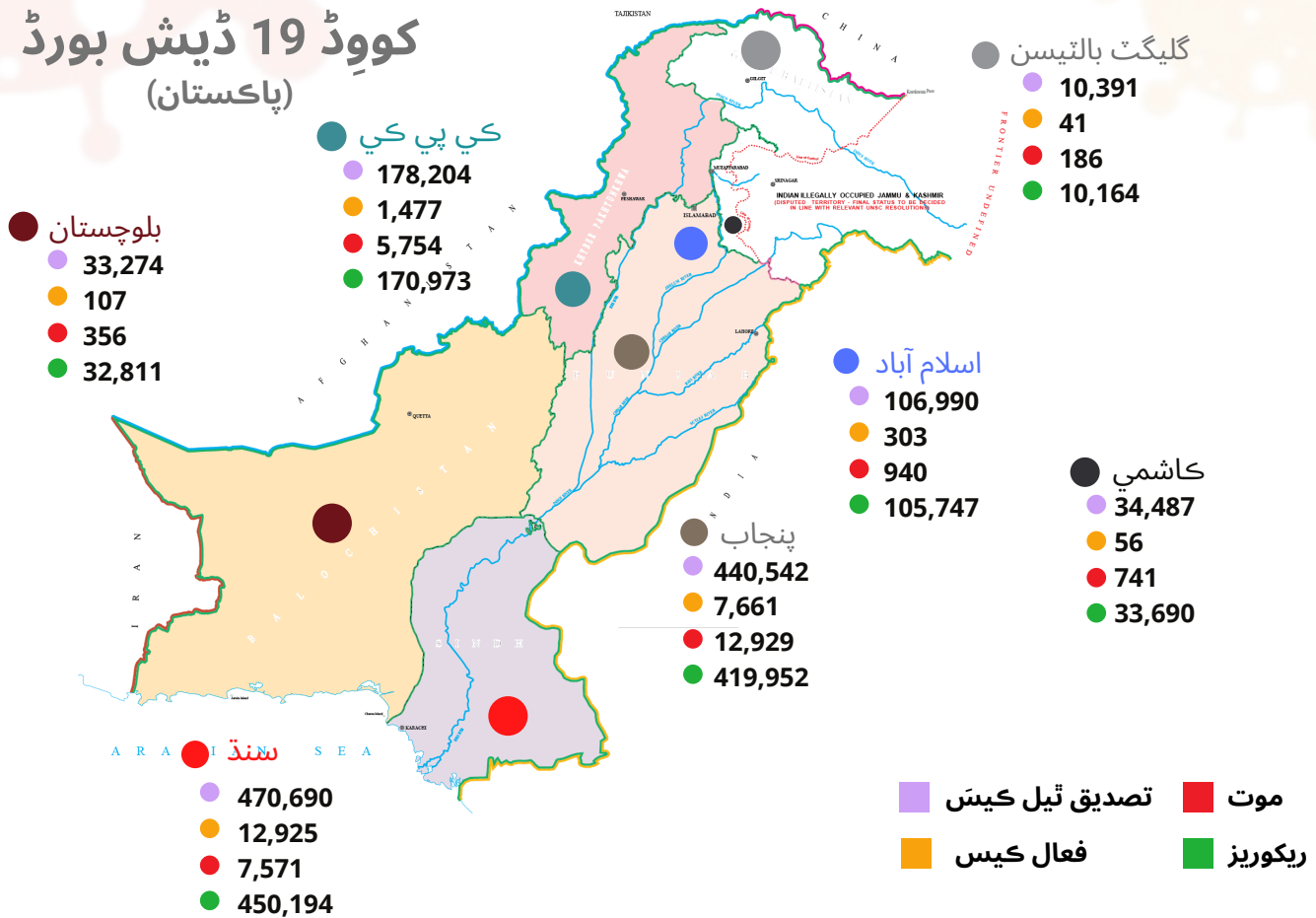


اڪائونٽبيلٽي لیب پاڪستان پنهنجي پراجيڪٽ ”اسٽريٽنگ ڪميونٽي ريزيلئنس ٿو ڪووڊ-19“ جي تحت يورپي يونين جي مالي ۽ ايشيا فائونڊيشن پاڪستان ۽ خيرپختونخواهه جي صحت کاتي جي فني معاونت سان ”ڪورونا وائرس سيڪ ايڪٽس ڪيمپيئن“ شروع ڪئي وئي آهي. هن مهم جي دوران افواهن، ڪوڙي خبرن ۽ غلط معلومات کي رد ڪري مستند حقيقتن جي 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 آنلائين ۽ آفلائين 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
1,274,578

مڪمل فعال ڪيس
22,570

مڪمل موت
28,477

مڪمل وصولي
1,223,531



يورپيئن يونين جي مالي تعاون سان

accountabilitylab
PAKISTAN



محڪمه صحت، خيرپختونخوا



The Asia Foundation

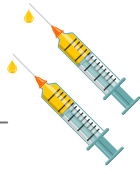
هن اشاعتي مواد کي يورپيئن يونين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات کي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽبيلٽي لیب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن.

ڪرونا وائرس ویکسین کی تازه ترین صورتحال

ڊبل ڏوز

41,902,093

گزشتہ 24 گھنٽے: 579,686



سنگل ڏوز

71,907,993

گزشتہ 24 گھنٽے: 579,686



ویکسین کی ڪُل لڳائی جانے والی تعداد

106,984,156

گزشتہ 24 گھنٽے: 1,102,224



حقیقت اور افواہ

افواہ: کووڊ-19 ویکسین تمام گھڻي جلدی ۾ ناہي وئي انکري ان جا سائید افیکتس به ڊگهي مدي تائين ٿيندا

جڏهن کان کووڊ-19 وبا ظاهر ٿي آهي دنيا جا ڪيترين ئي فارما سيوٽيڪل ڪمپنين (دوا ساز ادارن) وڏي پيماني تي سائنسي تحقيق ۾ سرمايڪاري ڪئي ته جيئن جلد کان جلد ان وبا جي ویکسین تيار ڪري سگهجي ۽ لاڳاپيل ادارن کان منظوري وٺي سگهجي. هتي اهو جائز نهايت اهم آهي ته ویکسینز جي تياري جي مختلف مرحلن دوران ان جي سخت ٽرائيلز جي ذريعي ڇاڇ ڪئي ويندي آهي. اهي ویکسینز ٽيسٽائين عوامي استعمال لاءِ سامهون نٿيون اچي سگهن جيستائين فوڊ اينڊ ڊرگ ايڊمنسٽريشن (ايف ڊي اي) ان ٽرائيلز جي نتيجن جو جائزو وٺي ان مان مطمئن نٿ ٿئي ۽ انهن کي عوامي استعمال لاءِ محفوظ قرار نه ڏئي. انڪري اها ڳالهه واضح آهي ته ویکسینز ايف ڊي اي طرفان هنگامي حالتن ۾ استعمال جي منظوري کان اڳ اثرائتيون ۽ محفوظ آهن.

(ذريعو- آمريڪن اڪيڊمي آف فيملي فيزيشنز آف ايف پي)

حقیقت: اندروني جڳهن ۾ وينٽيليشن کي بهتر بڻائڻ سان ڪورونا وائرس ۾ وڻجڻ جو خطرو گهٽجي وڃي ٿو

آمريڪا جي نيشنل پبلڪ هيلٿ ايجنسي جي مطابق کووڊ-19 جا وائرل ذرڙا کليل فضا جي مقابلي ۾ بند جڳهن تي وڌيڪ تيزيءَ سان ڦهلجن ٿا. گهر جي اندر وائرل ذرڙن جي گڏجڻ جو عمل ٻاهر کان وڌيڪ ٿئي ٿو. جتي هلڪي هوا به تيزيءَ سان گڏجڻ کي گهٽ ڪري سگهي ٿي. جڏهن ته گهر جي اندر، وينٽيليشن صاف هوا جي اچ وڃ کي وڌائي وائرل ذرڙن جي تعداد کي گهٽ ڪرڻ ۾ مدد ڏئي سگهي ٿي. وائرس جي جمع ٿيڻ جو عمل جيترو گهٽ هوندو، ان جا ذرڙا ڦڦڙن ۾ داخل ٿيڻ، وات، نڪ يا اکين سان رابطي يا سطح تي جمع ٿيڻ جو امڪان اوترو ئي گهٽ هوندو. وڌيڪ اهو ته، جسم ۾ داخل ٿيندڙ وائرس جو گهٽ مقدار جسم کي ان سان وڙهڻ جو هڪ بهتر موقعو فراهم ڪري ٿو. هوا ۾ وائرس جي جمع ٿيڻ کي گهٽ ڪرڻ لاءِ بند جڳهن جي اندر حفاظتي وينٽيليشن جي هيٺ ڏنل طريقن کي استعمال ڪري سگهجن ٿا.

1. موسمي حالتن جي مطابق دريون ۽ دروازا کولڻ ته جيئن ٻاهرين هوا جو گذر ممڪن ٿي سگهي.
2. درين کولڻ سان گڏوگڏ گهٽ رفتار وارا ڇت وارا پڪا هلائڻ سان مختص جڳهه تي ذرڙن جو وائرل گڏجڻ گهٽ ٿي سگهي ٿو.
3. ڪمري جي درين ۾ ايگزاوسٽ فين لڳايو- وڌيڪ اهو ته، اها ڳالهه يقيني بڻايو ته واش روم جي استعمال وقت مڪمل رفتار سان هلي رهيا هجن.
4. هوا جي صفائيءَ لاءِ اعليٰ ڪارڪردگي وارن پڪن/ فلٽريشن جو نظام لڳايو- اهي اليڪٽرڪ اسٽورن تي آسانيءَ سان دستياب آهن.
5. پنهنجي گهر کان ٻاهر جي مشترڪه ڪار/ گاڏيءَ جي استعمال وقت گاڏيءَ جي اندر ساڳئي هوا کي ٻيهر گردش ڪرڻ بدران ايئرڪنڊيشن جي ترتيب جي چونڊ ڪريو جيڪا توهان جي گاڏيءَ جي ڪيبن ۾ ٻاهرين هوا کي اندر کڻي اچي.

(ذريعو- سي ڊي سي)



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.

پاڪستان ۾ ڪووڊ-19 جو هڪ ٻيو قسم ”ايپسي لون“ سامهون اچي ويو

پاڪستان ۾ ڪووڊ-19 جو هڪ ٻيو قسم ”ايپسي لون“ سامهون اچي ويو: هاڻي جڏهن ملڪ ۾ ڪووڊ-19 جي ڪيسز ۾ نمايان گهٽتائي واقع ٿي آهي ۽ لاکڙائون ختم ٿي ويا آهن اهڙي وقت تيزيءَ سان ڦهلجندڙ هڪ ٻيو قسم ”ايپسي لون“ پاڪستان ۾ ظاهر ٿيڻ جا ثبوت ڏنا ويا آهن. ان قسم جي شروعات آمريڪي رياست ڪيليفورنيا کان ٿي، انڪري ڪيليفورنيا قسم به چيو وڃي ٿو. هن وقت تائين ايپسي لون جا پنج قسم ۽ ست لهرون سامهون اچي چڪيون آهن. حڪومت پاڪستان طرفان مقرر ڪيل ٽاسڪ فورس جي هڪ رڪن جو چوڻ آهي ته اسان کي اها ڳالهه سمجهڻ گهرجي ته اسان وائرس جي ڦهلاءَ تي ضابطو آندو پر اهو اڃان تائين پاڙان ختم ناهي ٿيو. انڪري اڃان اهي امڪان باقي آهن ته اهو وائرس واپس اچي وڃي. ان دوران سڻي خبر اها آهي ته سڀئي وئڪسينز ڪووڊ-19 جي هن قسم جي خلاف اثرائتيون آهن، اهو ئي سبب آهي ته وائرس کان تحفظ لاءِ ايس او پيز تي عمل سان گڏوگڏ ڪووڊ-19 جي دستياب وئڪسينز جا مڪمل وزن لڳرائڻ ضروري آهن.

(ذريعو: ڊان)

ڪووڊ-19 وبا ٻارن جي تعليم تي تمام خراب اثر وڌا

پاڪستان ۾ ڪووڊ-19 وبا جي سبب ٻارن جي تعليم تي پوندر اثرن جو جائزو وٺڻ لاءِ ملڪ جي 16 بهراڙي وارن ضلعن جي 9000 خاندانن ۽ 5 کان 16 سال تائين جي عمر جي 25 هزار ٻارن تي سروي ڪيو ويو. سروي نتيجن مطابق ملڪ ۾ 6 کان 16 سال جي عمر جي ٻارن جي اسڪولن ۾ داخلا جي لاڙي ۾ 2019 جي مقابلي ۾ 2 سيڪڙو گهٽتائي واقع ٿي. حڪومت پاڪستان جي ايس ڊي جي سپورٽ يونٽ جي اڪنامڪ پاليسي مشير محمد علي ڪمال جي مطابق ملڪ ۾ 22 ملين ٻار اسڪول نه وڃي رهيا آهن. ٻارن جي تعليم ۾ معاونت لاءِ پروگرام، خاص طور تي ننڍن ٻارڙن ۽ چوڪرين لاءِ خواندگيءَ جو پروگرام جوڙڻ جي ضرورت آهي.

(ذريعو: ڊان)

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.

ايف ڊي آي ننڍن ٻارن لاءِ فائزر وئڪسين اثراتي قرار ڏئي ڇڏي

آمريڪي هيلٿ ريگيوليٽرز تجويز ڏني آهي ته ننڍي سائيز جي فائزر وئڪسين جا وزن ٻارن کي ڪوڊ-19 جي علامتن کان بچائڻ ۾ انتهائي اثرائتا آهن. 12 سال ۽ ان کان وڌيڪ عمر جي فردن لاءِ پهريان ئي فائزر جا مڪمل وزن لڳا پيا وڃن، اهڙي ۾ طبي ۽ پاليسي ماهر تعليمي ادارن ۾ محفوظ ماحول قائم ڪرڻ ۽ ڪوڊ-19 جي ڦهلاءَ کي روڪڻ لاءِ ننڍن ٻارن کي وئڪسين لڳائڻ جي امڪانن تي غور ڪري رهيا آهن.

(ذريعو: ڊي ايسوسيئيٽڊ پريس نيوز)

ڪورونا وائرس وبا جا دماغي صحت تي اثر

ڪوڊ-19 جي عالمي وبا جي اوچتو سامهون اچڻ سان سڄي دنيا جي ڪيترن ئي لکن ماڻهن جي زندگي تمام شديد متاثر ٿي. ان وبا جي دوران شهرين ۾ بيچيني، ذهني دٻاءُ ۽ چڪ جي واقعن ۾ تمام گهڻو واڌارو ٿيو. بيمار ٿيڻ جي خدشي جي عمومي پريشانيءَ کان علاوه دنيا جي امير طبقن ۾ به بيروزگاري جو ڊپ، ڇاڪاڻ ته ڪيترن ئي ادارن پنهنجي ملازمن کي فارغ ڪيو، ڪم جو وڌندڙ بار، لاکڙائون سبب تفريحي سرگرمين ۾ گهٽتائي ۽ معاشي پريشانين ۾ واڌارو ٿيو. پنتي پيل ملڪن ۾ وڌندڙ غربت، بيروزگاري ۽ بنيادي انساني وسيلن جي گهٽتائي جي ڪري صورتحال وڌيڪ ڳنڍيل آهي. هن اهم مسئلي کي سامهون آڻيندي طبي رسالي ڊي لانسيت ۾ شائع ٿيندڙ تحقيق ۾ سڄي دنيا ۾ ذهني صحت ۽ تندرستيءَ تي ڪوڊ-19 جي اثرن جو اندازو لڳائڻ جي ڪوشش ڪئي وئي. ريسرچرز اندازو لڳايو آهي ته عالمي سطح تي ڊپريشن جي ڪيسز ۾ 53 ملين جو واڌارو وبا جي نتيجي ۾ ٿيو جيڪو ڪوڊ-19 کان پهريان جي سطح کان 28 سيڪڙو وڌيڪ هو. جڏهن ته پريشانيءَ جي ڪيسز ۾ 76 ملين جو واڌارو ٿيو جيڪو ڪوڊ-19 کان اڳ قائم ڪيل بيس لائين کان 26 سيڪڙو واڌاري جي برابر آهي. اها ريسرچ گهڻو ڪري ترقي يافتا ملڪن تي ڪئي وئي ۽ خدشو آهي ته ٻين ملڪن جون حالتون ان کان به وڌيڪ خراب هونديون. انڪري ضروري آهي ته اسان هن وبا جو مقابلو ڪريون ۽ ان جي خطرناڪ اثرن کان پاڻ کي محفوظ رکون. اسان پاڻ کي وئڪسين لڳرائي، حڪومتي قاعدن ۽ ضابطن تي عمل ڪري، پنهنجي هٿن کي صاف رکي، طبي ماسڪ (سرڪيڪل يا اين 95) پائي ۽ سماجي وڌي برقرار رکي هن وبا جي ڦهلاءَ کي روڪڻ ۾ پنهنجو ڪردار ادا ڪري سگهون ٿا.

(ڊي اڪنامسٽ)

ڪوڊ-19 جي وئڪسين



12 کان 18 سال جا شهري به هاڻي ڪوڊ-19 وئڪسين لڳرائڻ لاءِ اهل آهن. انهن شهرين کي **Pfizer** وئڪسين لڳائي ويندي.

رجسٽريشن
(12 سال يا ان کان وڌيڪ عمر جي شهرين لاءِ)

12 سال يا ان کان وڌيڪ عمر جا شهري پنهنجو شناختي ڪارڊ نمبر **1166** تي ايس ايم ايس ڪري رجسٽريشن ڪرائي سگهن ٿا، اهو ضروري ناهي ته رجسٽريشن ڪرائيندڙ فرد پنهنجو ذاتي موبائيل نمبر ئي استعمال ڪن، اهي ڪوبه موبائيل نمبر استعمال ڪري سگهن ٿا. ان کان علاوه وئڪسين لاءِ نمز **جي ويب سائيٽ** تي وڃي آن لائين رجسٽريشن به ڪرائي سگهجي ٿي.

1166 تي پنهنجو شناختي ڪارڊ نمبر ايس ايم ايس ڪرڻ کانپوءِ پنهنجي **اصلي شناختي ڪارڊ** سان گڏ پنهنجي ويجهي وئڪسين مرڪز تي وڃي پاڻ کي وئڪسين لڳرائين.

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 بليٽز جي ذريعي انهن افواهن جو خاتمو ڪري مستند معلومات جي آگاهي فراهم ڪنداسين.



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.