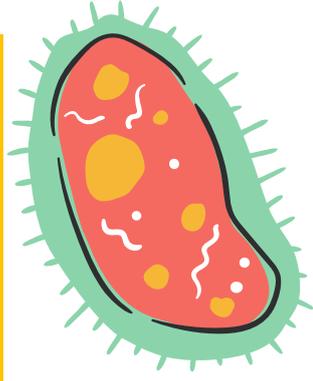
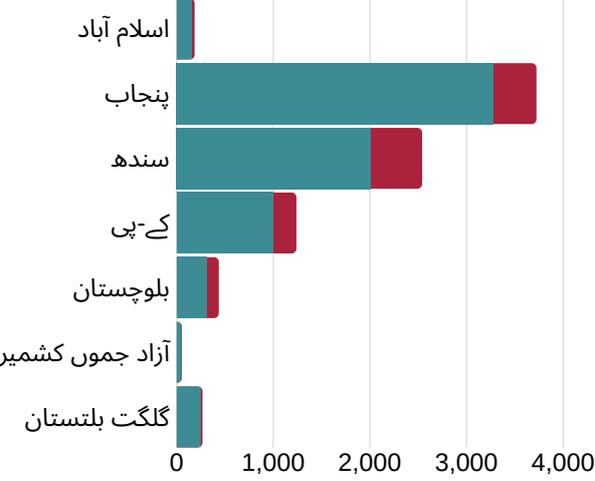


کورونا وائرس جیسے وبائی حالات جلد ہی معاشرتی تنازعہ کی وجہ بن سکتے ہیں، غلط معلومات افواہیں اور جعلی خبروں کی وجہ سے، جیسا کہ ہم ماضی میں دیکھ چکے ہیں۔ ہم نے ہر روز غلط معلومات میں شہریوں کو الجھانے، غیر یقینی اور ادھوری معلومات میں شریک ہوتے دیکھا ہے۔ پریشان اور صحیح معلومات کو فراہم کئے بغیر شہریوں کو چھوڑ دینا بھی اس معاشرتی تنازعہ کی وجہ بن سکتا ہے۔



Confirmed Cases



Coronavirus CivicActs Campaign (CCC) پاکستان ایسی تمام معلومات، اطلاعات، افواہیں اور بے یقینی کی وجہ سے بننے والی گفتگو میں سے تمام غیر مصدقہ اور غیر تصدیق شدہ اطلاعات کو ختم کر کے صحیح مصدقہ اور حکومت کی جانب سے فراہم کردہ معلومات اور اطلاعات عوام الناس کو فراہم کرتا ہے تاکہ افواہوں سے بونے والے نقصانات سے بچا جا سکے۔

گہرائی مت!

کورونا وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے میں مدد کے لئے ان اقدامات پر عمل کریں

کم سے کم 20 سیکنڈ تک اپنے ہاتھوں کو صابن سے بار بار دھوئے۔ اگر صابن اور پانی دستیاب نہ ہو تو ہینڈ سینیٹائزر (کم از کم 60% الکحل کے ساتھ) استعمال کریں۔

چھینکنے کے وقت اپنی ناک اور منہ (اپنی کہنی یا ٹشو کے ساتھ) ڈھانپیں۔

بھیڑ والی جگہوں سے پرہیز کریں اور معاشرتی دوری کی مشق کریں۔ اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو کورونا وائرس کے کسی فرد کے سامنے لایا گیا ہے تو، کم از کم 14 دن تک اپنے آپ کو الگ رکھیں اور کسی بھی علامات کی نگرانی کریں۔

سامان ذخیرہ نہ کریں۔

کیا یہ بات سچ ہے؟

کیا رمضان میں مساجد کھلی رہیں گی؟

جی ہاں۔ ہفتہ کے روز ، علمائے کرام اور حکومت نے اتفاق کیا کہ رمضان کے مہینے میں مساجد کھلی رہیں گی اور معاشرتی دوری کے اقدامات پر عمل کریں گے۔ رمضان کے مہینے میں اجتماعی نماز کے دوران جو احتیاطی تدابیر اختیار کی جائیں گی اس کا ایک بیس نکاتی عملی منصوبہ طے کیا گیا تھا جو کہ یہاں پایا جاسکتا ہے۔ صدر عارف علوی نے شہریوں کو یاد دلایا کہ ان احتیاطی تدابیر پر عمل پیرا ہونا ان کی ذمہ داری ہے کیونکہ وہ تمام اسٹیک ہولڈرز کے اتفاق رائے سے سامنے آئے ہیں۔ احتیاطی تدابیر میں گھر سے وضو کرنا ، گھر سے نماز کی چٹائیاں لانا ، ماسک پہننا ، اور ہر وقت جسمانی فاصلہ برقرار رکھنا شامل ہیں۔ کثیر گورز میں افسردگی ، اضطراب اور خودکشی کی شرح بڑھ رہی ہے۔

کیا دن میں پانچ بار وضو کرنے سے آپ کرونا وائرس سے محفوظ رہ سکتے ہیں؟

نہیں۔ وضو کرنے سے کرونا وائرس کے پھیلاؤ پر کوئی اثر نہیں پڑتا۔ کرونا وائرس ایک متعدی وائرس ہے جو مہمپس اور خسرہ کی طرح ہے۔ کرونا وائرس کے پھیلاؤ کو محدود کرنے کیلئے، ہمیں اپنے گھروں سے باہر، لوگوں کے ساتھ اپنی بات چیت کو محدود کرنا ہوگا۔ کرونا وائرس کی علامات ظاہر ہونے میں ایک ہفتہ لگ سکتا ہے ، اور مناسب جانچ کے بغیر مریض کی شناخت نہیں کی جا سکتی ، جب تک کہ وہ علامات ظاہر نہیں کرتے۔ پھیلاؤ کو محدود کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ ان لوگوں سے کم سے کم 6 فٹ کی دوری برقرار رکھیں جن کو آپ کرونا وائرس کے امکانی مریضوں کی حیثیت سے سمجھتے ہوئے انکی سرگرمی کو ٹریک نہیں کرسکتے۔

کیا پروازوں پر پابندی میں توسیع کردی گئی ہے؟

جی ہاں۔ گذشتہ ہفتے سول ایوی ایشن اتھارٹی نے اعلان کیا تھا کہ ملکی اور بین الاقوامی پروازوں پر پابندی 30 اپریل تک بڑھا دی گئی ہے۔ سی اے اے نے مزید کہا کہ خصوصی منظوری والے کارگو اور ریلیف طیارے ان کی اجازت کے مطابق کارروائی جاری رکھیں گے۔

کیا یہ بات سچ ہے؟

کیا خیبر پختونخوا میں مزدور سہولت مراکز قائم کیے جا رہے ہیں؟

جی ہاں۔ خیبر پختونخوا کے وزیر لیبر اینڈ کلچر ، جناب شوکت یوسفزئی نے اتوار کے روز اعلان کیا کہ ہر ضلع میں مزدور سہولت مراکز قائم کیے جائیں گے۔ نجی اور عوامی لیبر فورس کو ان مراکز کے ساتھ اندراج کرنا پڑے گا۔ اگر آجر ان کے ساتھ تعاون نہیں کر رہے ہیں تو مزدور اپنی شکایات **0919211546** پر کال کر سکتے ہیں اور درج کر سکتے ہیں۔ یہ مزدور سہولت مراکز رجسٹرڈ مزدوروں کو موت کی گرانٹ اور جہیز کے فنڈز فراہم کرنے کے ساتھ ساتھ اپنے بچوں کو معذوری کی پنشن ، موت کی پنشن اور اسکالرشپ فراہم کریں گے۔

کیا سندھ میں کھانے کی ترسیل کی خدمات دوبارہ کھل رہی ہیں؟

جی ہاں ، سندھ فوڈ اتھارٹی نے صارفین کو گھر پر محفوظ طریقے سے کھانا تیار کرنے اور فراہم کرنے کیلئے اسٹینڈرڈ آپریٹنگ پروسیجرز (ایس او پیز) کے ساتھ ریستوراں اور فوڈ ڈیلیوری کی خدمات فراہم کیں۔ ان ایس او پیز میں ذاتی حفظان صحت کو برقرار رکھنا اور سینیٹائزر کا استعمال ، عملے کے درجہ حرارت کی نگرانی ، ورک اسٹیشنوں کی جراثیم کشی اور ڈیجیٹل ادائیگی یا نقد رقم کے عین مطابق ادائیگی پر پابندی لگانا شامل ہیں۔

کیا بلوچستان نے انٹر ڈسٹرکٹ گندم کی آمدورفت پر پابندی عائد کر دی ہے؟

جی ہاں ، بلوچستان کی صوبائی حکومت نے مختلف اضلاع میں گندم کی قلت کے متوقع خطرے کے پیش نظر انٹر ڈسٹرکٹ گندم کی آمدورفت پر ایک ماہ کیلئے پابندی عائد کرنے کا اعلان کیا ہے۔ حکام کا کہنا ہے کہ خلاف ورزی کرنے والوں کے خلاف سخت کارروائی کی جائے گی۔ صوبائی حکومت نے یقین دلایا ہے کہ وہ صوبے میں گندم کی کمی نہ ہونے کو یقینی بنانے کے لئے ضروری اقدامات اٹھا رہے ہیں۔ انہوں نے پہلے ہی اس سال 10 لاکھ بوری گندم کی خریداری کا فیصلہ کیا ہے۔

میں کیا کروں اگر مجھے لگتا ہے کہ مجھے کرونا وائرس ہے

کیا آپ کو مندرجہ ذیل علامات میں سے کوئی علامت ہے؟

بخار • خشک کھانسی

تھکاوٹ • سانس لینے میں تکلیف



اگر ایسا ہے تو ۱۱۶۶ پر اپنے ڈاکٹر یا کورونا وائرس ہیلپ لائن سے رابطہ کریں



میرا ٹیسٹ کہاں سے ہو سکتا ہے؟

کراچی

آغا خان 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

اسلام آباد

نیشنل انسٹیٹیوٹ آف ہیلتھ
پارک روڈ چک شہزاد اسلام آباد

راولپنڈی

آرمڈ فورسز انسٹیٹیوٹ آف

پتھالوجی

رینج روڈ سی ایم ایچ کمپلیکس

راولپنڈی

ملتان

نشتر ہسپتال ملتان

نشتر روڈ جسٹس حمید کالونی

ملتان

لاہور

پنجاب ایڈز لیب

پی-اے-سی- پی کمپلیکس 6- برڈوڈ روڈ لاہور

شوکت خانم میموریل ہسپتال

جوہر ٹاؤن لاہور R-3.M.A. بلاک 7A

مزید شہروں کے لئے

[COVID-19 Health Advisory Platform](#)

یہ معلوماتی مہم آپ تک اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کی جانب سے لائی گئی ہے۔

 **accountabilitylab**
communities

 **accountabilitylab**
PAKISTAN