

په افغانستان کې د کووید-۱۹ د RCCE¹ کارې گروهې: د گونگوسو تعقیبول د ۲۰۲۰ کال، اپریل

د گونگوسو په وړاندې د خواب وینې په هکله لنډ معلومات

د «گونگوسو او خوابونو» سند د هغو گونگوسو او ناسمو معلوماتو په هکله مستقیم خوابونه رانغاړي کوم چې په افغانستان کې د ۲۰۲۰ کال د مارچ له میاشتې څخه راپدېخوا د کووید-۱۹ د پانډیمې (نړیوال خپرېدو) په هکله خپاره شوي دي. دا سند کیدای شي د هغو کسانو یا اداراتو له خوا وکارول شي کوم چې له ټولني سره سر او کار لري، تر څو هغوی د هر ډول هغو ناسمو گونگوسو او معلوماتو په وړاندې چې اوري یې، د اغیزمنې خواب وینې لپاره بشپړ چمتووالی ولري. گونگوسو ته خواب وینه، د ټولني غرو ته په وخت سره د معلوماتو او سپارښتنو د وړاندې کولو لپاره یوه ګټوره او تائید شوی لاره ګڼل کیږي او د دې څرګندونه کوي چې مور هغوی ته غور نیسو. خوابونه، هغه ناسم پوهاوی او ویره چې کیدای شي د گونگوسې په واسطه منځته راشي یا د هغې په واسطه پراختیا ومومي، تائیدوي. دا مسئله د هغو ګامونو په هکله د سپارښتنو، لارموندنې او معلوماتو د وړاندې کولو په برخه کې مهمه ده کوم چې د ټولني د غرو له خوا باید د وپروس د سرایت د محدودولو او د ځان او نورو کسانو د ساتنې لپاره پورته کړي. یوازې دا ګټور او اغیزمن نه دي چې ویل شي، ګڼی یو څیز غلط یا ناسم دی.

دا سند کیدای شي د لاندې کسانو یا اداراتو لپاره یوه ګټوره سرچینه وي:

- د بشري مرستو/غیر دولتي مؤسساتو/دولت ګرځنده سیمه ییز ټیمونه
- روغتیايي کارکوونکي
- د ټولني مشران او ټولنیزې شبکې
- رسنۍ، راډیويي او ټلويزیوني خپروني

مور ټول چې له گونگوسو سره سر او کار لرو باید دا اصل چې «زیان مه رسوه!» په پام کې ونیسو. د لا زیاتو لارښوونو په موخه د CDAC (Communicating With Disaster Affected Communities) یا له ناورین ځپلو ټولنو سره د مفاهمي شبکې اړوند «له گونگوسو سره د کار کولو عملي لارښود» ته مراجعه وکړئ.

له دې سند څخه د کار اخیستنې لارې چارې:

۱. خوابونه د افغانستان د اسلامي جمهوري دولت د عامې روغتیا د وزارت له لوري جمله بندي او تائید شوي دي. د نوموړو جملاتو له داسې **لنډیز څخه ډډه وکړئ** کوم چې د خوابونو په متن او معنی کې د پام وړ بدلون منځته راوړي.
۲. ډاډ تر لاسه کړئ چې تاسو د بنو کروورو او راتلونکو ګامونو په هکله **روښانه او عملي سپارښتنې وړاندې کوئ**؛ ځانونه ډاډمن کړئ چې خلک په دې باندې پوهیږي چې د روغتیايي مرستو او د معلوماتو د تر لاسه کولو لپاره کوم ځای ته مراجعه وکړي.
۳. **خلکو ته غور ونیسئ**؛ که چیرته هغوی کومه گونگوسه یا ناسم پوهاوی مطرح کوي، تاسو کولی شئ د خواب ویلو لپاره مناسب سند ولټوئ. که چیرته دا نوي گونگوسې وي، یا هغوی ته ځینې مسایل لا هم روښانه نه وي، په دې صورت کې هغه ولیکئ او د RCCE له کاري گروپ سره یې شریک کړئ.
۴. که چیرته تاسو گونگوسې چاپوئ او هغه په عامه ځایونو کې راځوئ، **ډاډ تر لاسه کړئ چې** د سند پر مخ، د هغه **نیټه په ډاډه ذکر شوی وي** او **معلومه کړئ چې شته معلومات پخوانی نه وي**. کله چې مور د وپروس په هکله تازه معلومات تر لاسه کړو، یا که د دولت پالیسي او لارښوونې یا نور عوامل د هغه په وړاندې د خواب وینې څرنگوالي ته بدلون ورکړي، سپارښتنې هم کیدای شي بدلون ومومي. د سند په پورتنۍ برخه کې **د مخنیوي په هکله مهم پیغام** تکرارېږي او د بدلون وړ ندی. د RCCE کاري گروپ ژمن دی تر څو د گونگوسو په هکله تازه معلومات وړاندې کړي او هغه له ورځې سره سم تازه کړي، تر څو د ناسمو معلوماتو له منځته راتګ او د هغو له زیانونو څخه مخنیوی وشي.
۵. تر کومه ځایه چې د افغانستان په ډیری سیمو کې د سواد کچه ټیټه ده، تاسو کولی شئ دا پیغامونه ولولئ، یا هغو ته د خپراوي له بیلابیلو لارو چارو، لکه: سمعي-بصري رسنیو او داسې نورو سره سمون ورکړئ. ډاډ تر لاسه کړئ چې **مهم**

¹ RCCE (Risk Communication and Community Engagement) له خطرونو څخه خبرول او د ټولني دخپلول

عملي معلومات، لکه: د مرستې د تر لاسه کولو په موخه باید په سیمه کې چیرته مراجعه وشي، باید شامل او هغه تکرار کړئ، نه دا چې پخپله گونگوسه.

۶. د ناسمو معلوماتو او گونگوسو په تکرارولو سره، د هغو له تقویت څخه مخنیوی وکړئ.

د مخنیوي په هکله مهم پیغام: دا خورا مهمه ده چې د ناروغی د مخنیوي په هکله لاندې پیغام په سمه توګه، په لاندې بڼه شریک کړای شي: د ځان ساتنې په موخه مو ځان د خپلو لاسونو له بیا بیا او سمه توګه مینځلو څخه ډاډمن کړئ او د لاس په واسطه د سترګو، خولې او پزې له تماس څخه ډډه وکړئ. د صابون په واسطه د لاسونو مینځل او د کسانو تر منځ یو مترې فزیکي واټن مراعاتول له هغو لومړی درجه ګامونو څخه عبارت دي چې د روغتیا د مسلکي کسانو له لوري د خلکو د خونديتوب او نورو ته د ویروس له خپرېدو څخه د مخنیوي لپاره توصیه کېږي. د کووید-۱۹ په اعراضو اخته کسان کېدای شي په داسې تجهیزاتو سمبال روغتونونو کې چې د هغوی د تنفس په برخه کې مرسته وکړای شي تر درملنې لاندې نیول کېږي، مګر پیری کسان له دې ډول درملنې څخه پرته د کووید-۱۹ له اعراضو څخه روغیږي. که چیرته تاسو خفیف اعراض ولرئ، نو په کور کې پاتې شئ او د تجرید په حالت کې ژوند وکړئ او کم تر کمه د ۱۵ ورځو لپاره د فضا له پلوه د کورنۍ له نورو غړو څخه جدي واټن ونیسئ. که چیرته ستاسو د کورنۍ کوم غړی په دې ناروغی اخته شوی وي، تاسو باید ورته تجرید چې پورته ذکر شو رعایت کړئ، ځکه چې تاسو هم کېدای شي ویروس ولرئ. که چیرته تاسو لا زیاتو معلوماتو ته اړتیا ولرئ، په دې صورت کې د عامې روغتیا وزارت د تېلفون له ملي ثابتې ۱۶۶ شمیرې، یا د عامې روغتیا وزارت له ولايتي ثابتې تېلفوني شمیرې سره اړیکه ونیسئ.