ስለኮሮና ቫይረስ ወይም ኮቪድ 19 ወረርሽኝ በሽታ ለህዝብ አገልግሎት የቀረበ ማሳሰቢያ

እንደ አለም ጤና ድርጅት ከሆነ የኮሮና ቫይረስ አንዱ ትልቁ የቫይረስ ቤተሰብ ሲሆን ከጉንፋን ጀምሮ እስከ ከፋ ህመም ሊያደርስ የሚችል የቫይረስ አይነት ነው። ኮቪድ 19 በአሁኑ ሰዓት በመላው አለም ከሚገኙ 195 ሀገራት ውስጥ ከ162 ሀገራት በላይ ያጠቃ የቫይረስ አይነት ነው።

የኮቪድ 19 የበሽታ ምልክቶች የመተንፈሻ አካል ህመም፣ ትኩሳት፣ ሳል፣ የትንፋሽ ማጠር እና ለመተንፈስ መቸገር ናቸው። አብዛኛው በበሽታው የተያዘ ሰው የሚያገግም ሲሆን ሆኖም ግን በአንድ አንድ ከባድ ሁኔታዎች በሽታው የሳንባ ምች በማስከተል ሊገድል ይችላል። ከፍተኛ ስጋት ያለባቸው እድሜያቸው ከ60 አመት በላይ የሆኑ ሰዎች እና ተጓዳኝ ህመም ያለባቸው ለምሳሌ የልብ ህመም፣ ከፍተኛ የደም ግፊት፣ ከፍተኛ ውፍረት፣ የሳንባ ህመም ወይም የስኳር ህመም ያለባቸው እና ደካማ የሰውነት የመከላከል ስርዓት ያለባቸው ሰዎች ናቸው።

በዚህ አይነት ጊዜ ተረጋግቶ ሳይደናገጡ መቆየት ያስፈልጋል።

ራስዎን፣ ቤተሰብዎን እና ሌሎችን በማህበረሰቡ ውስጥ ያሉ ሰዎችን እንዳይታመሙ ለማድረግ ማወቅ ጠቃሚ ነው።

በበሽታው የመያዝ እድልዎን ለመቀነስ የአለም ጤና ድርጅት የሚከተሉትን ተግባራዊ እንዲያደርጉ ይመክራል፡

እጅዎን ሁልጊዜም በሳሙና እና ለብ ባለ ውሃ ቢያንስ ለ30 ሰከንድ መታጠብ። ውሃ ማግኘት የማይችሉ ከሆነ አልኮል ያለበት ሳኒታይዘር ሊጠቀሙ ይገባል።

የጉንፋን አይነት ስሜት ካለበት ሰው ጋር መቀራረብን ማስወገድ

በሚያስሉበት ወይም በሚያስነጥሱበት ጊዜ አፍዎን እና አፍንጫዎን በእጅዎ መሸፈን አለብዎት።

እንደ ቅድመ ማስጠንቀቂያ ሰዎች ከተሰበሰቡባቸው ስፍራዎች እንዲሁም እርስ በእርስ የሚቻል ሲሆን እስከ 2 ሜትር /6 ጫማ/ የአካል ርቀት ያስፈልጋል

እርስዎ ወይም የቤተሰብ አባል ወይም ጓደኛዎ ሲታመም ምን ማድረግ እንደሚገባዎ ማወቅ ጠቃሚ ነው። ለቫይረሱ እንደተጋለጡ ከጠረጠሩ ወይም የሳል፣ ትኩሳት እና የትንፋሽ ማጠር ስሜቶች ከታዩብዎት የሚከተሉትን ተግባራዊ ማድረግ ያስፈልጋል።

በመንግስት የሚሰጠውን የጤና መመሪያ ይከታተሉ። እነዚህ መመሪያዎች ወደ ልዩ ክሊኒኮች መሄድ ወይም የኮሮና ቫይረስ የስልክ ቁጥሮችን መደወል፣ በሽታው በተጨማሪ እንዳይስፋፋ እራስዎን መነጠል፣ በቤት መቆየት እና የጉዞ እቅዶችን መሰረዝ ከብዙ በጥቂት ናቸው።

በአካባቢው የሚገኘውን የራዲዮ ጣቢያ ለዝርዝር ከሚኖሩበት አካባቢ ጋር በተያያዘ መረጃ ለማግኘት ማዳመጥ ያስፈልጋል።

ይህ ወረርሽኝ አደገኛ ስለሆነ ጤንነትዎን ለመጠበቅ ሁሉንም አስፈላጊ ጥንቃቄዎች ማድረግ ያስፈልጋል።

ይህ የህዝብ አገልግሎት ማሳሰቢያ የቀረበላችሁ በካልቸራል ሰርቫይቫል ኢንዲጂኒየስ ራይትስ ራዲዮ ነው።

Cultural Survival

በመላው አለም የሚገኙ ሀገራት እንቅስቃሴን ዝግ ባደረጉበት ጊዜ እና ፍርሀት በሰፈነበት ወቅት በመላው አለም የሚገኙ ነባር ሰዎች እንዲረጋጉ፣ ጠንካራ እንዲሆኑ እና ከባዱን ችግር እንዲቋቋሙ ይበረታታሉ።

ለማወቅ የሚያስፈልገው ጠቃሚ ጉዳይ አረጋዊያን በጣም ተጋላጭ መሆናቸውን ነው። ለእኛ ቅርብ እና ውድ፣ መንገዱን ላሳዩን፣ ለመቆም እና ለመራመድ እንድንችል መንገዱን ላሳዩን ሰዎች ህይወት ለማዳን ተጨማሪ ጥንቃቄ ማድረግ ያስፈልጋል። ጥናቶች እንደሚያመለክቱት ከ60 አመት በላይ የሆኑ አረጋዊያን የልብ እና ሳንባ ህመም፣ ካንሰር እና ሌላ በሽታዎችን ያለባቸው ከሌሎች ይልቅ ለበሽታው የባሰ የተጋለጡ ናቸው።

በዚህ ወቅት አረጋዊያን ከህዝቡ በማራቅ የንጽህና ጥንቃቄዎችን መከተላቸውን በተለይ በጣም አስፈላጊ የሆኑትን በመከተል ከሀዘን እና ጭንቀት ነፃ እንዲሆኑ ማድረግ ያስፈልጋል። አረጋዊያን ስለ አዲሱ በሽታ እንዲያውቁ በማስተማር ጤንነታቸው የተጠበቀ እንዲሆን ማድረግ ማስቻል ይገባናል።

በአብዛኛው የነባር ባህሎች ባህላዊ መድሀኒቶች የሰውነታችንን በሽታ የመከላከል ስርዓት የሚያጐለብቱ መድሀኒቶች አሉ። በበርካታ ጉዳዮች አረጋዊያን የዚህ እውቀት ባለቤት ናቸው። ስለመድሀኒቶቻችን በማወቅ በተመሳሳይ ሁኔታ በሚመለከታቸው የመንግስት ባለስልጣናት የሚቀረቡልንን መድሀኒቶች መጠቀም ያስፈልጋል። አረጋዊያን ከማህበረሰቡ መነጠልን በማስገወድ የማህበራዊ ርቀት እንዲጠብቁ ማድረግ ያስፈልጋል።

ማህበራዊ ሚዲያ ካለ ትልቅ መሳሪያ ነው። ለአረጋዊያን እንክብካቤ ማድረግን ቀጥሉ የእምነት ተቋማት በህይወታችን ትልቅ ስፍራ ያላቸው ሲሆን በርካታ የእምነት ስፍራዎች በመዘጋታቸው የማህበረሰቡን ደህንነት እና አረጋዊያን ላይ ተጽእኖ ያሳድራል። የመንፈሳዊ ደህንነታችንን ለማጠናከር መስራት አለብን። ስለኮሮና ቫይረስ ወይም ኮቪድ 19 ወረርሽኝ በሽታ ለህዝብ አገልግሎት የቀረበ ማሳሰቢያ

ስለኮሮና ቫይረስ ወይም ኮቪድ 19 ወረርሽኝ በሽታ ለህዝብ አገልግሎት የቀረበ ማሳሰቢያ

Galina Angarova
Executive Director
Cultural Survival

ይህ የህዝብ አገልግሎት ማሳሰቢያ የቀረበላችሁ በካልቸራል ሰርቫይቫል ኢንዲጂኒየስ ራይትስ ራዲዮ ነው፡፡

የኮቪድ 19 ወረርሽኝ ስለተከሰተ ለሁሉም የንፅህና መርሆዎች መገዛት አለብን፡፡

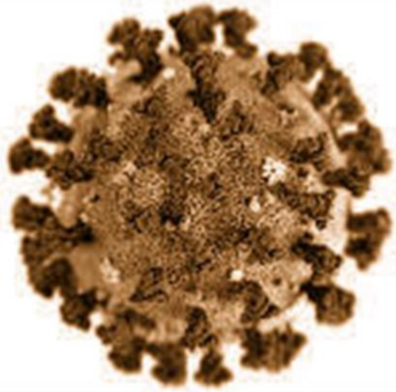
በዚህ አለምአቀፋዊ ወረርሽኝ ወቅት የአረጋዊያንን ደህንነት መጠበቁን እንዲሁም ለልጆቻችን እንክካቤ ማድረጋችንን ማረጋገጥ ጠቃሚ ነው፡፡ ይህ ለእኛ አዲስ ከሆነ በልጆቻችን ላይ የሚያደርሰውን ስነ ልቦናዊ ተጽህኖ ማሰብ ያስፈልጋል፡፡ ጊዜ በመውሰድ ለልጆቻችን ስለ በሽታው በማህበራዊ ሚዲያ፣ ቴሌቭዥን እና ሬዲዮ ከሚሰሙት በተቃራኒ ማብራራት አለብን፡፡ ልጆቻችን የወደፊት አለማችን በመሆናቸው አመለካከታቸው አዎንታዊ በማድረግ መጠበቅ ያስፈልጋል፡፡

ሁሉም የማህበራዊ ህመም በተለይ በነባር ቤተሰቦች ላይ የሚስፋፋ በመሆኑ ልጆቻችን በአንድ አንድ ሁኔታዎች እራሳቸውን ለማጥፋት ይነሳሳሉ፡፡ ስለ ባህሪያቸው ትኩረት በመስጠት እንዲሳተፉ ማድረግ ያስፈልጋል፡፡ ለልጆች ግንዛቤ በመፍጠር ስጋቶቻቸውን መረዳት ያስፈልጋል፡፡

ይህ ወረርሽኝ አዲስ ቢሆንም ለአስቸጋሪ ሁኔታ እንግዳ አይደለምን፡፡ አሸናፊ ሆነን መቀጠል ይገባል፡፡

ይህ የህዝብ አገልግሎት ማሳሰቢያ የቀረበላችሁ በካልቸራል ሰርቫይቫል ኢንዲጂነስ ራይትስ ሬዲዮ ነው፡፡

ኮቪድ 19



የሰው ልጅ ኮቪድ 19 የተባለ አዲስ ወረርሽኝ ገጥሞታል።

ለወረርሽኙ ክትባት ለማግኘት ጥረት እየተደረገ ነው። በመላው አለም የሚገኙ መንግስታት ተግባራዊ

የሚያደጉት ህግ የአካል ንክኪን መቀነስ፣ ኢኮኖሚያዊ፣ ፖለቲካዊ እና ማህበራዊ ቀውስ የከፋ ሆኗል። ይህ አለም

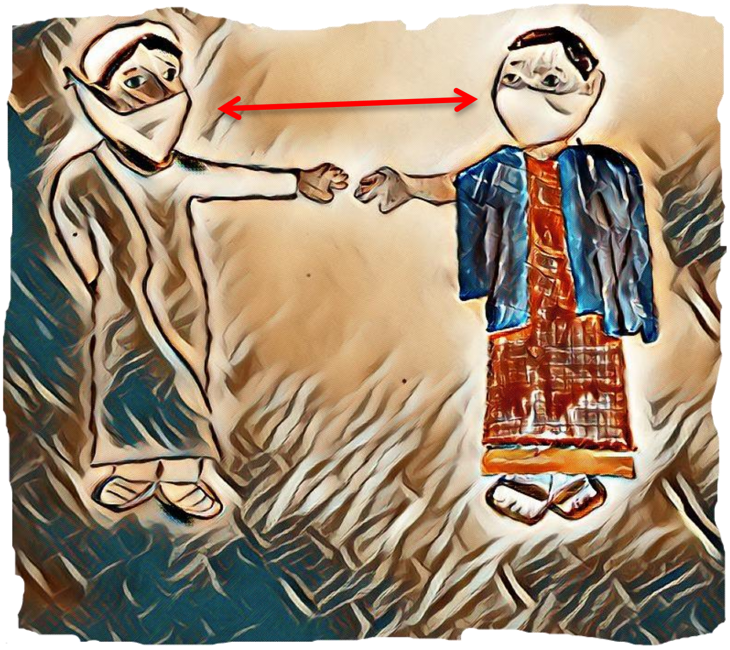
አቀፍ ድንገተኛ ሁኔታ ነባር ህዝቦች ከአባቶቻቸው አስጠብቀው የቆዩትን ከመሬት ጋር ያለንን ግንኙነት

ማሻሻል እንዳለብን እንድናስብ ያስገድደናል። በተፈጥሮ ላይ ብረት የማያደርሱ ሌሎች የኑሮ መንገዶችን ተጠቃሚውን እና የሰውን ተግባር

የሚያሳትፉ ጉዳዮችን ማጎልበት ይገባናል።

ነባር ማህበረሰብ ሚዲያ በዚህ ወቅት ጠቃሚ ሚና እየተጫወተ ይገኛል። በዚህ አለም አቀፍ የንፅህና አዋጅ መረጃ ሰጪዎች ትክክለኛውን መረጃ ግልጽ እና ተጠያቂነት ባለበት ሁኔታ መስጠት አለባቸው። ማህበራዊ ዘላቂነት ለዚህ ድንገተኛ ጥሪ ይህንን መመሪያ በማቅረብ የሬዲዮ ሚና ለነባር ማህበረሰቦች መረጃ ሰጪዎች ደህንነት ጠቃሚ ሚና

እንደሚጫዎት ይታወቃል። አስታውሱ፣ የቀረቡት ጥቆማዎች ህዝብ ከተሰበሰበበት ስፍራ መራቅ፣ አንዱ ከሌላው እርቀቱን መጠበቅ፣ እጆቻችንን በአግባቡ መታጠብ እና የፊት ማስክን መጠቀም ናቸው።



ድክመት እና ጥንካሬ

ይህ ለውጥ በነባር ህዝቦች ጤና፣ የመጠጥ ውሃ፣ መድሃኒት ላይ ያለውን ተጋላጭነት እና ጥንካሬ እድል የሚያመላክት ነው።

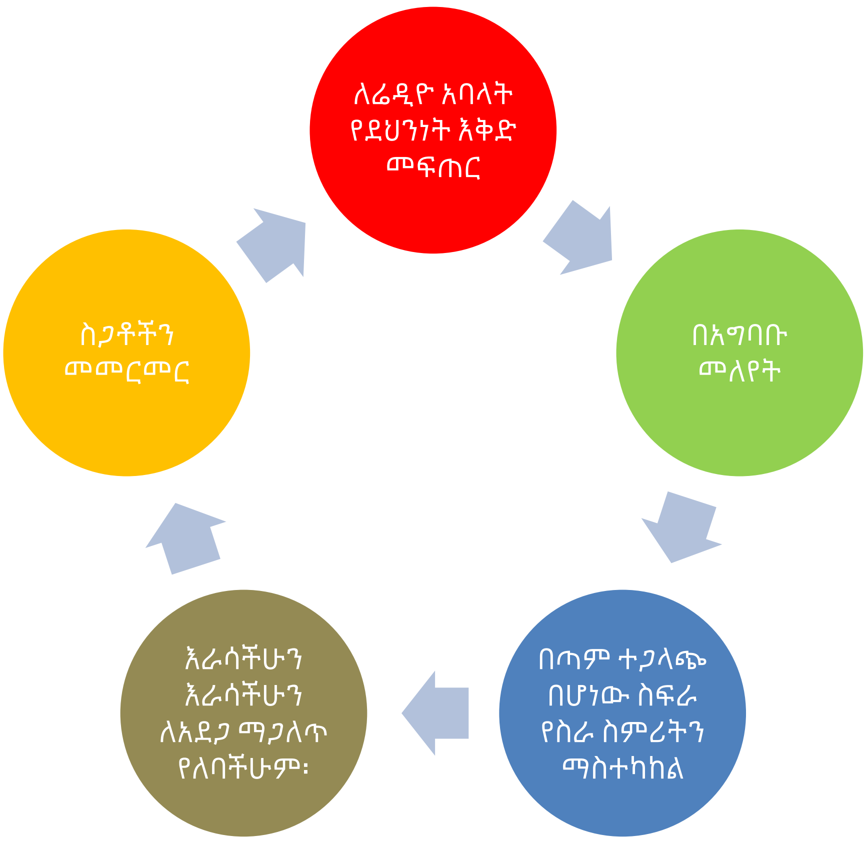
የጤና፣ መድሃኒት፣ የመጠጥ ውሃ የማግኘት እጥረት እንዲሁም ትክክለኛውን መረጃ አለማግኘት ተጋላጭ ያደርጋል። የማህበረሰብ እሴቶች፣ የስነ ምግብ ስርዓት፣ ባህላዊ መድሃኒት እና አደረጃጀት እንደ ጥንካሬ ይታሰባል።

ከማህበራዊ ዘላቂነት ይህንን መመሪያ በመጋራት ለአስቸኳይ ጊዜ ሁኔታ ምላሽ የሬዲዮ ሚና በመገንዘብ ለነባር ማህበረሰቦች መረጃ ሰጪዎች ያለውን ጠቀሜ እና ደህንነት መመሪያ እናካፍላለን። በኮቪድ 19 ወቅት የሬዲዮ ኮሚኒኬሽን በመተግበር በሽታውን የመከላከያ መንገዶችን እንጠቁማለን። ይህ መመሪያ ሁለት ክፍሎች አሉት፡ የመጀመሪያው ክፍል ለሬዲዮ አባላት እና ሰራተኞች የተሰጠ ነው።

ሁለተኛው ክፍል ለነባር ማህበረሰቦች ሀላፊነት በሚሰማው መንገድ መመሪያ የያዘ ክፍል ነው።

ክፍል አንድ

የሬዲዮ ሰራተኞች እና በጎ ፈቃደኞች
የሬዲዮ ቡድን ምን መስራት አለባቸው?
ቅድሚያ ለደህንነት!



ለሬዲዮ አባላት የደህንነት እቅድ መፍጠር።
ይህንን እንደ ቡድን የአለም ጤና ድርጅት፣ የፌደራል መንግስት፣ የጤና ባለ ስልጣናት እና የእያንዳንዱ ሀገር ባለ ስልጣናት የሚሰጡትን ምክረ ሀሳብ መውሰድ ጠቃሚ ነው።

ስጋቶችን መመርመር።
በማህበረሰቡ መካከል በምትዓዙበት ጊዜ በማህበረሰብ መሪዎች እና የአከባቢው ባለ ስልጣናት የሚወሰዱ እርምጃዎችን መከታተላችሁ ማረጋገጥ አለባችሁ። ይህ የእናንተ የመጀመሪያው ደረጃ ጥበቃ ነው።

በአግባቡ መለየት። እንደ ኮሚኒኬሽን ሚዲያ አባልነትዎ በእያንዳንዱ ሀገር ያለውን ገደብ እና ደንብ ችግር መፍታት ያስፈልጋል።
ተገቢ ፈቃዶች በስቱዲዮ ውስጥ እና ውጪ ተግባራዊ መሆን አለባቸው።

እራሳችሁን ለጉዳት አታጋልጡ፡ የእናንተ ህይወት ከሬዲዮ ማሳሰቢያ የበለጠ ዋጋ አለው።
እራሳችሁን በቂ የመከላከያ መሳሪያዎች እስከሌላችሁ ድረስ ከፍተኛ ስጋት ወዳለባቸው ስፍራዎች መሄድ የለባችሁም። ምክንያቱም መረጃ ሰጪዎች ሊሞቱ የሚችሉ ሰበቦች መሆናቸውን ማስታወስ ያስፈልጋል።

በጣም ተጋላጭ በሆኑ ስፍራዎች የስራ ምደባን ማስተካከል።
ቡድኑ የተዋቀረው በእድሜ በገለበቱ ሰዎች ከሆነ ወይም አንድ አባል ከከባድ ህመም ካለበት እቤታቸው ሆነው ስራውን መስራት እንዲችሉ ሊመደቡ ይገባል።

በዘላቂነት የስራ ስፍራን ማጽዳት

ለማይክሮፎኖች የንፋስ መመሰሪያ ወይም ስፖንጅ መጠቀም።

ወደ ራዲዮ ጣቢያው ከሁለት በላይ ሰዎችን ማምጣት አይገባም።

ከቃለ መጠይቅ በኋላ መሳሪያውን ዲስኢንፌክት ማድረግ

እንደ አማራጭ ወደ ቀረፃ ሰዎች የማይመጡበትን ፕሮግራም መፍጠር

የስራ ቦታን በዘላቂነት ማጽዳት።
70% ገደማ የአልኮል መጠን ያለውን ፈሳሽ በመጠቀም እንዲሁም ክሎሪን ወይም ዲስኢንፌክታንት የፈላ ውሃ መጠቀም።እንደ አማራጭ ከስቱዲዮ ሪኮርዲንግ ውጪ ያሉ ፕሮግራሞችን መፍጠር።

ለተመደበው ሰው በማስተባበር በስልክ የተሻለ የድምጽ ጥራት በመጠቀም ስልኮችን ማስተላለፍ።
በዚህ መንገድ ለማስተላለፍ በቂ ሀብት ከሌለ እንደ ሁለተኛ አማራጭ በስልክ መጠቀም ይቻላል። በሚከተለው አድራሻ ለነፃ አገልግሎት አማራጭን ማግኘት ይችላሉ፡ www.giss.tv

ለማይክሮፎኖች የነፋስ መሳሪዎች ወይም ስፖንጅ መጠቀም። ማይክሮፎኖች የኢንፌክሽን መንገድ ናቸው።
ከፕሮግራሙ መጨረሻ ላይ ስፖንጁን መለወጥ እና በአዲስ መሸፈኛ (ፕላስቲክ ወይም ጨርቅ) ለእያንዳንዱ እንግዳ መለወጥ ያስፈልጋል። ሃላፊነት ሊሰማዎት ይገባል።

ከቃለ መጠይቅ በኋላ መሳሪያውን ዲስኢንፌክት ማድረስ ያስፈልጋል።

ኢታኖል አልኮል የተነከረ ጨርቅ መጠቀም ያስፈልጋል። ለመሳሪያው ጎጂ በመሆኑ በክሎሪን ማጽዳት አያስፈልግም። ከፋርማሲ ወይም ከመድሃኒት መደብር ኤቲል አልኮል መግዛት ትችላላችሁ።

ወደ ሬዲዮ ጣቢያው በአንድ ሰው ከሁለት ሰው በላይ አለመጋበዝ።

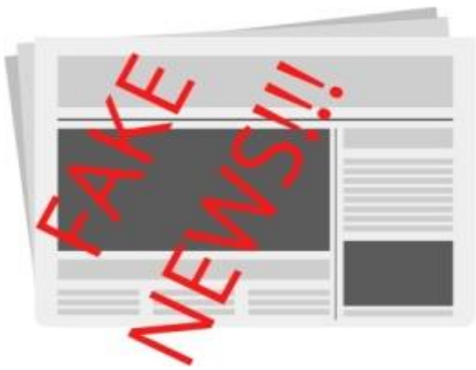
ይህ የሚሆነው የማይቀር ጉዳይ ሲኖር የአካል ርቀትን በማስጠበቅ የፊት ማስክ መጠቀም ያስፈልጋል።

ክፍል ሁለት

ሰራተኞች እና የሬዲዮ በጎ ፈቃደኞች

በዚህ ክፍል በአለም ጤና ድርጅት የቀረቡ አንድ አንድ መመሪያዎችን የምንመለከት ሲሆን ከኮቪድ 19 ወረርሽኝ ጋር ስላላቸው ልዩ ሁኔታ በማቅረብ የነባር ማህበረሰቦች መረጃ ሰጪዎች ሃላፊነት በሚገባው መንገድ ሳይጨኩሉ ሪፖርት ማድረግ እንዲችሉ ያደርጋል።

ሀሰተኛ ዜናዎች



ሀሰተኛ የወረርሽኝ መረጃ እና ሀሰተኛ ዜና ማስወገድ፡

የአለም ጤና ድርጅት ‹‹ኢንፎደሚክ›› የሚለው ቃል በተለያዩ ሚዲያዎች እና የመገናኛ መንገዶች በመጠቀም የሚሰራጩትን የተሳሳተ መረጃ እና ሀሰተኛ መረጃ ለመግለጽ ይጠቀምበታል። የተሳሳተ መረጃ እና ሀሰተኛ መረጃ ለማህበረሰቡ ግርታ የሚፈጥር ሲሆን በእያንዳንዱ ሰው ደህንነት ላይ መጥፎ ውሳኔ ማህበረሰቡ እንዲወስድ የማድረግ ተጽህኖ አለው። የሚጮሁ ወይም ስሜት የሚቀሰቅሱ ርዕሶችን መጠቀም አያስፈልግም።

ስለ በሽታ እንዲሁም በአለም ጤና ድርጅት ስለሚሰጠው ጥቆማ ከሚመለከተው የመንግስት ባለስልጣን ወይም ሳይንሳዊ መረጃ ብቻ መረጃ ማግኘት ያስፈልጋል፡፡

እርስዎ በጉዳዩ ዙሪያ ባለሙያ ወይም ሳይንቲስት አለመሆኖ በመገንዘብ ብቸኛ ጥናት አድራጊ የህዝብ ጤና ስፔሻሊስቶች፣ ሀኪሞች፣ ነርሶች፣ የክትባትፈጣሪዎች እና የህክምና ባለሙያዎች ብቻ ለህዝቡ ስለ ወረርሽኙ ሳይንሳዊ ገጽታዎችን ማብራራት የሚችሉት እነርሱ ብቻ ናቸው፡፡

ስለ ጥንታዊ መድሃኒዎች እና አተገባበር ማስተዋወቅ፡፡

የሰውነት የበሽታ መከላከል ብቃትን በባህላዊ ምግቦች እናመድሃኒት እንዴት ማጠናከር እንደሚቻል እውቀት አለን፡፡ ባህላዊ ሀኪሞች እናሌሎች ተመሳሳይ ሰዎች ቃለ መጠይቅ ማድረግ፡፡

መረጃውን በማህበረሰባችን ቋንቋ እንዲሁም በሀገሪቱ ዋና የስራ ቋንቋ ማስተላለፍ፡፡

በአፍ መፍቻ ቋንቋችን መረጃ ማስተላለፍ የተሻለ እና በቀላሉ ለመገንዘብ ያስችላል፡፡ ለማህበረሰቡ ታአማኒ የመረጃ ምንጭ መሆን ያስፈልጋል፡፡ የአፍ መፍቻ ቋንቋችን የሚናገር ሰው ከሌለ ቋንቋውን የሚችል ሰዎችን መፈለግ ያስፈልጋል፡፡ በርካታ የሚያጋሩት የአከባቢ ምርቶች አሉ፡፡ በዚህ መመሪያ መጨረሻ ላይ ስለ ጠቃሚ ታአማኒ መረጃ አስተላላፊ ድህረ ገጾች እናካፍላቸዋለን፡፡

ማግለልን ማስወገድ

በቫይረሱ ባህሪ ምክንያት በርካታ ሚዲያዎች መጀመሪያ ላይ ‹‹የቻይና ቫይረስ›› በማለት ሲጠሩት ቆይተዋል፡፡ ይህም በመላው አለም እስያዊያንን የሚጎዳ ዘረኝነት እና ጥላቻ ምክንያት ሆኗል፡፡

በእኛ አከባቢ ተመሳሳይ ነገር ተከስቷል፡፡ በዚህ ምክንያት ወንድሞቻችን በሌሎች በሚደርስባቸው ማግለል ወደ ሀገር እየተመለሱ ይገኛሉ፡፡ በዚህ ምክንያት ስለምንጠቀመው ቋንቋ ጥንቃቄ ማድረግ ያለብን ሲሆን የአንድ ሰውን ዜግነት፣ የምግብ ምርጫ፣ የስደተኝነት ሁኔታ፣ በበሽታው ሁኔታ ምክንያት ስንጠቀም ቃላትን መምረጥ ያስፈልጋል፡፡

ሬዲዮ እንደ ሰው ልጅ መብቶች ማስተዋወቂያ

ሬዲዮ ስለ ሰው ልጅ መብት ግንዛቤ ፈጠራ ዘመቻ ትልቅ ማስታወቂያ ሲሆን በተመሳሳይም የሰውን መብት ለመጣስም ማነሳሻ ሊሆን ይችላል፡፡

ያለ መሰረት ህትመቶችን ማስወገድ

በአሁኑ ሰዓት በማጭበርበር ከሰዎች ገንዘብ ለማግኘት የሚደረጉ ሙከራዎች ያሉ ሲሆን ይህም ከሰዎች ወይም ከቡድኖች ለምሳሌ የመድሃኒት፣ ወይም ተአምራት እናሳያለን በሚሉ ሰዎች ሊመጣ ይችላል። አንድ ሰው በሽታውን አድናለሁ ቢል እንደ ጋዜጠኞች እና መረጃ ሰጪዎች መጠየቅ ያለብን ሲሆን ይህ አይነቱን መረጃ ከተፈጥሮ ባህላዊ መድሃኒት መለየት ያስፈልጋል።

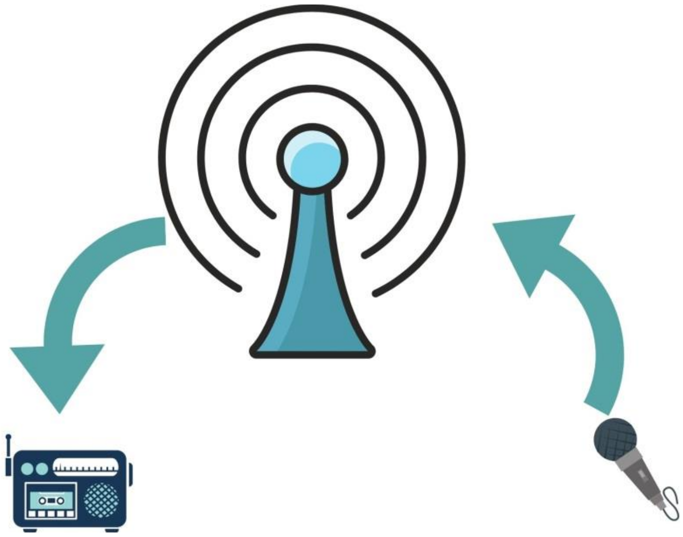
በሰብአዊ መብት መርህ ሪፖርት ማድረግ

የበሽታው ምልክት ያለበት ሰው ወይም በኮቪድ 19 የሞተ ሰው ብታውቁም ለቤተሰቦች እና ለግለሰቡ ለራሱ ከብር በመስጠት ስለ ችግሩ መንገር ያስፈልጋል። ስለ ጥያቄዎቾ ምን ያህል መሄድ እንደምትችሉ ማወቅ አለባችሁ። እራሳችሁን በእነሱ ስፈራ አስቀምጡ።

በማህበረሰባችን የሚገኝ መረጃ እና ከባለ ስልጣናት የሚገኝ መረጃ አቅርቦት ሽፋን

በብሄራዊ፣ ክልላዊ እና በማህበረሰብ ደረጃ እርምጃዎች ስለ መገለጻቸው፣ አስተያየት በመስጠት ወይም በዚህ ወቅት ስለማይፈጠሩበት ሁኔታ ማስታወቅ ያስፈልጋል።

አስታውሱ! ሬዲዮ ለማህበረሰቡ ስለ ምልክቶቹ እንዴት መለየት እንደሚቻል እና የጤና ባለሙያዎች ምልክቱ ያለባቸውን ሰዎች በፈቃደኝነት ለመመርመር ፈቃደኛ ስለሚሆኑበት ሁኔታ ለማስታወቅ እንደ ድልድይ ያገለግላሉ። ምርመራ በበሽታው መያዝን ለማስወገድ እና በበሽታው የተያዘ ሰው ጤንነትን ለመጠበቅ ከፍተኛ ጠቀሜታ አለው።



የማህበረሰቡ እሴቶችን ማስታወቅ

በለይቶ ማግለያ ውስጥ አብሮ መኖርን ማስተዋወቅ። የቤተሰብ ተግባራት ለምሳሌ ሸመና፣ አትክልት መንከባከብ፣ ምግብ ማብሰል ወዘተ እንዲሰራ መጠቆም።

የፆታ እኩልነትን ግንዛቤ ውስጥ በማስገባት የቤት ስራን በቤት ውስጥ እንዲካፈሉ ጥቆማ መስጠት። በጠረጴዛ ዙሪያ የስነ ቃል ባህልን ወይም ሌላ ወረርሽኙ የሚፈጥረውን የስነ ልቦና ተጽህኖ ለመቀነስ ሌሎች ተግባራትን ማበረታታት

የሬዲዮ ዘመቻ በልጆች ወይም ሴቶች ላይ ስለሚደርሰው ጥቃት መፍጠር። አሁን በቤት ውስጥ በምንቆይበት ጊዜ በርካታ የጥቃት ሪፖርቶችን በመስማት ላይ እንገኛለን። ለማህበረሰባችሁ የድጋፍ ድምጽ፣ የተረጋጋ እና ግንዛቤ ፈጣሪ ሁኑ።

የስነ ቃል ባህል በቤት ውስጥ በጠረጴዛ ዙሪያ እንዲሁም ሌሎች የወረርሽኙን የስነ ልቦናዊ ጫና የሚቀንሱ ተግባራትን ማስተዋወቅ።

በበርካታ ቦታዎች በኢንተርኔት አለመኖር እና ሌሎች ቁሳቁሶች እጥረት የኦን ላይን ትምህርት የተማሪዎችን ፍላጎት ለማሟላት አልቻለም። እራሳችሁን ወጣቶችን እና ልጆችን ለማስተማር ወደ አዲሱ የሬዲዮ ፎርማት በመዞር የትምህርት መዘጋት ተጽህኖን መቀነስ ይገባል። መምህራን ትምህርት በሬዲዮ እንዲሰጡ መጋበዝ ያስፈልጋል።

ለአድማጮች በአንድ አንድ ቦታዎች የገደቦች መነሳት የኮቪድ 19 ወረርሽኝ መጥፋት ምልክት አለመሆኑን እንዲረዱ ማድረግ ያስፈልጋል። በጤና ባለ ስልጣናት የሚሰጡ ማሳሰቢያዎችን ማክበር ያስፈልጋል።

በዚህ የወረርሽኝ ወቅት አዎንታዊ ታሪክ እና የማህበረሰብ ሁኔታዎች ላይ ትኩረት ማድረግ ይመከራል።

በማህበረሰቡ መካከል ይህ ቀውስ የሚሰጠንን ትምህርት በመገንዘብ እንዴት ህይወታችንን ማሻሻል እንደምንችል ማወያየት ያስፈልጋል።

ገንዘብ መቆጠብን እና አላስፈላጊ የሆኑ ነገሮችን አለመግዛት ማበረታታት

ማህበረሰቡ የንጽህና ሁኔታዎችን በጥብቅ እንዲከታተል በመጋበዝ በገንዘብ ምክንያት የወረርሽኙን ጥቃት መጨመር የለበትም። ምክንያቱም የገንዘብ ዝውውር የበሽታውን ወረርሽኝ ስለሚያስፋፋው ነው። ሰውነት

የበሽታ መከላከል ስርዓታችንን የሚያጠናክሩ ምግቦችን መመገብ እና ለህይወታችን ጠቃሚ ንጥረ ነገር ያላቸው ባህላዊ ምግቦችን ከወላጆቻችን የወረስናቸው ምግቦች መጠቀምን ማስተዋወቅ ያስፈልጋል።

በቫይረሱ የበለጠ ተጋላጭ በሆነ ስፍራ ይኖራሉ?

ጠቅላላ የመረጃ ምንጭ፡

የአለም ጤና ድርጅት
https://www.who.int/es

ስለ ኮቪድ 19 መረጃ ለሚሰጡ ጋዜጠኞች የተዘጋጁ ልዩ ገጾች
አለም አቀፍ የጋዜጠኞች ኔትወርክ
https://ijnet.org/en

አለም አቀፍ የመርማሪ ጋዜጠኝነት ኔትወርክ
https://gijn.org/gijn-en-espanol/

South Africa
https://sacoronavirus.co.za/

African Union
https://africacdc.org/covid-19/

World Health Organization Africa
https://www.afro.who.int/health-topics/coronavirus-covid-19