

आडिवासि से सञ्चालित रेडियो स्टेसनके लग कोरोना भाईरस अर्थात् कोभिड-१९ महामारीके
विपद् रोकथामसम्बन्धी पुस्तिका

Cultural Survival

थारू





विश्वभर आडिवासि समुदायलोगन् कोरोना भाइरस अर्ठाट् कोभिड १९ महामारिसे नै सोचे लाइक चुनौटि सामना करे पर्टि बटिन् । कल्चरल सर्भाइभल सामुदायिक रेडियो ओ सन्जालमार्फट् यि महामारिसे समुदायमे सिर्जल संकटसे बचाइ ओ महामारिमे कसिक व्यवहार कर्ना कहिके समुदायहे सहयोग कर्ना काम कर्ति बा । समुदायके सडस्यलोग महामारिमे कसिन व्यवहार कर्ना ओ महामारिसे कसिक बच्चा जसिन जिन्गिक रच्छा सम्बन्धि स्वास्त्य सुचना डेना, ओइने बोल्ना ओ बुझ्ना भासामे सुचना डेके समाजमे बडलाउ लानक लग सामुदायिक रेडियो बरवार भुमिका खेलट् । सामुदायिक रेडियो आडिवासि समुदायके लग ओइनके आट्मनिर्नयके अढिकार, अभिव्यक्ति स्वतन्त्रताके हकअढिकार, समुदायके लग सान्डर्भिक, उपयोगि ओ महद्वपुर्न सुचना ओ जानकारी डेहक लग बहुट सक्तिसालि मादयम हो । ग्यान जो सक्ति हो । आडिवासि समुदायलोग सामुदायिक रेडियोसे पाइल सुचनामार्फट् ससक्ट हुइटि बटाँ ।

G. K. Jugan

गलिना अङ्गारीमा
कार्यकारी निर्देशक
कल्चरल सर्भाइभल



उद्देश्य

यि पुस्तिकाके मुख्य उद्देश्य आडिवासि सञ्चारकर्मीन् कोरोना भाईरस अर्थात् कोभिड-१९ महामारीके प्रभाव सम्बोधन ओ सामना करक सहयोग पुगैना हो ।

लक्षित समूह

यि कोरोना भाईरस अर्थात् कोभिड-१९ महामारी वा विपड्मे विश्वके आडिवासिलोगनूसे सञ्चालित रेडियो स्टेसनमे कार्यरत रेडियोकर्मी, आडिवासि सञ्चारकर्मी ओ प्रसारकलोग कसिक सुरक्षित हुइना कना विषयमे केन्द्रित स्रोत पुस्तिका हो ।

पृष्ठभूमि

विश्व मानव जगट अब्बे कोरोना भाईरस अर्थात् कोभिड-१९ के प्रकोपमे बा । यि भाईरसके बारेम् स्वस्थ्य विशेषज्ञ अभिन सम फेन अनभिज्ञ बटाँ । यि भाईरस विश्वभर जो महामारीके रुपमे फैलल् बा । कोरोना भाईरस संसारभर लाखौं मनैन्के ज्यान ले सेक्ले बा । विश्वके अर्थटन्त्र टहसनहस पर्ति बा । यि अवस्थाहे हम्मे विश्वके आडिवासि समुदाय उपर परे सेक्का जोखिम न्युनिकरण कर्ति ओइनहे शसक्तिकरण कर्ना अवसरके रुपमे लेले बटि ।

जोखिमके बाट करेबेर, हम्मे खास कैके आडिवासि जनजाटिन्मे स्वास्थ्य सेवा, डरडवाइ, पिना पानीम् पहुँच नैहुइलक साथे आडिवासि जनजाटिन् बुझ्ना भाषामे कोरोना भाईरस अर्थात् कोभिड-१९ महामारीक् बारेम् सही ओ उचित जानकारीक् अभाव बा । सवल पक्षके बाट करेबेर, आडिवासिन्के अपने मूल्य मान्यटा बा । अपने परम्परागत खाद्य प्रणाली, परम्परागत डरडवाइसम्बन्धी पूख्यौली ज्ञानके भण्डार बा । ओइने संगठित बटाँ ।

यि महामारीके अवस्थामे आडिवासिन्से सञ्चालित सञ्चारमाध्यम महत्वपूर्ण भूमिका खेल्लि बटाँ । यि विश्वव्यापी आपद्कालके बेला सूचनामे एकरुपटा, सट्टयटा, जवाफडेही टवरमे आडिवासि जनजाटि बुझ्ना भाषामे उपलब्ध कर्ना ओ करैना जरूरी बा । ओहेसे, कोरोना भाईरसके विपडके अवस्थामे आडिवासि समुदायके सुरक्षाके लग कल्चरल सर्भाइभल आडिवासि सञ्चारकर्मीन् भुमिका ओ ओइनके सुरक्षाहे महत्वपूर्ण मान्के यि पुस्तिका टयार कर्लक हो ।

यि पुस्तिकाके दुइ भाग बा । पहिला भागमे कोभिड-१९ महामारी रोकथाममे रेडियोकर्मीन् भुमिका, सुरक्षा ओ अपनाइ पर्ना सावधानीमे केन्डिट बा । दोसर भागमे आडिवासि जनजाटिन् जिम्मेवार होके महामारी सम्बन्धी विश्वसनीय ओ सही जानकारीयुक्त सामाग्री उटपाडन ओ सम्प्रेषणके विषयमे केन्डिट बा ।

पहिला भाग रेडियोकर्मी ओ स्वयंसेवक

अपने स्थानीय
समुदायमें काम करे
जैति बटि कलेसे
स्थानीय सम्बन्धित
अधिकारी ओ
समुदायके अगुवन्
अपनैलक उपाय ओ
नियमके पालना
करि । यि अपनेक
सुरक्षित रहना पहिला
उपाय हौ ।



- १.१ सुरक्षित हुइना रेडियोकर्मीन्के पहिला काम हो ।
 - ☞ रेडियोमे संलग्न सक्कुजाने सुरक्षित हुइना योजना निर्माण : विश्व स्वास्थ्य संगठन, केन्द्रीय ओ स्थानीय सरकार ओ स्वास्थ्यकर्मीन् डेलक सुभाव द्यानमे ढैटि अपनेन्के रेडियोमे संलग्न सक्कु जाने आपन टिमके रुपमे सुरक्षित रहना योजना बनैना जरुरि बा ।
 - ☞ सञ्चारकर्मीके रुपमे अपन पहिचान डि । महामारीमे आइ जाइक् लग सरकारके लगाइल प्रतिबन्ध ओ नियमके कारण आइ सेक्ना समस्यासे बँचक् लग ओ बिना रोकावट सञ्चारकर्म करक लग स्थानीय सुरक्षाकर्मी ओ निकायसे आवश्यकता अनुसार पहिलेहे अनुमति लि । सञ्चार गृह वा स्टुडियो भिद्तर वा बाहेर आवश्यक पर्ना अनुमति लि ।
 - ☞ सबसे जोखिमयुक्त क्षेत्रमे काम करक अहैना क्रममे समूहके सदस्यन् उचित ढंगले परिचालन करि : समूहमे छिपल पाकल वा स्वास्थ्य अवस्था कमजोर रलक वा दीर्घरोगी बटाँ कलेसे ओइनके अवस्थाहे द्यान डेके ओइन घरहिसे करे सेक्ना मेरमेरिक कामेल् लगाइ ।
 - ☞ जोखिमके विश्लेषण करि : यडि अपने स्थानीय समुदायमे काम करे जैति बटि कलेसे स्थानीय सम्बन्धित अधिकारी ओ समुदायके अगुवन् अपनैलक उपाय ओ नियमके पालना करि । यि अपनेक सुरक्षित रहना पहिला उपाय हो ।
 - ☞ काम कैना स्थल ओ कार्यालय जहिया फेन सफा ढारि : कार्यालयके हरेक कोठा किटाणुनाशक भोर, सेनिटाइजरले बारम्बार सफा करि ।
 - ☞ माइक्रोफोनमे हावा छेक्ना प्रविधि वा स्पन्ज प्रयोग करि : यि उपकरण संक्रमण सरे सेक्ना माध्यम हुइत । उहेमारे यि चिज बेलसके सेक्के, हरेकचो माइक्रोफोनके स्पन्ज फेरि । आपन ओ समूहके सुरक्षाके लग जिम्मेवार बनि ।
 - ☞ अन्तर्वार्ता ओरवडिट साइट प्रयोग कइगैलक उपकरण किटाणुरहित पारि : अपनि किटाणुनाशक औषधी रलक कपराके प्रयोग करे सेक्ठि । किटाणुनाशक सेनिटाइजर औषधी पसलमे किने सेक्ठि । उपकरण क्लोरिनले सफा ना करि । क्लोरिनके प्रयोगले उपकरण बिगारे सेकि ।
 - ☞ रेडियोमे डुईजहनसे ढेर मनै ना लानि : डुई जहनसे ढेर मनै नै लानके नै हुइना अवस्थामे किल लानि । हरेक व्यक्तिबीच अनिवार्य सामाजिक दुरी कायम कैके ओ मास्कके प्रयोग कैके किल स्टुडियो वा कार्यक्षेत्रमे छिराइ ।
 - ☞ रेकर्डिङ स्टुडियोमे कार्यक्रम उत्पादन नइ कैके अनलाईनके माध्यमसे कार्यक्रम उत्पादन करि : रेडियोके सम्बन्धित संयोजकसे छलफल कैके अनलाईनके माध्यमसे कार्यक्रम उत्पादन ओ प्रसारण कैना व्यवस्था करि । यडि अपनेक ठेन अनलाईनसे कार्यक्रम उत्पादन ओ प्रसारण कैना स्रोत सादन नै रलेसे टेलिफोनसे रलेसे फेन कार्यक्रम प्रसारण कैना वैकल्पिक उपाय अपनाइ । टरे डे गैलक लिंकमे निशुल्क रेडियो प्रसारण अर्थाद् स्ट्रिमिङके लाग कुछ विकल्प उपलब्ध बा : www.giss.tv

कार्यक्रमके सामाग्री उत्पादनके टयारी

यि भागमे, आडिवासि सञ्चारकर्मीलोगनहे जिम्मेवार हुके सञ्चारकर्ममे लागक टन विश्व स्वास्थ्य संगठन ओ स्वास्थ्य सम्बन्धि विशेष वेवसाईटके कोरोना भाइरस वा कोभिड-१९ महामारी निर्देशनहे सारांशमे प्रस्टुट करटि ।

- ☞ अपुष्ट ओ गलट समाचारहे बेवास्ता करि । विश्व स्वास्थ्य संगठन गलट सुचना ओ जानकारी मेरमेरिक सञ्चारमाध्यम ओ अन्य तरिकासे प्रचारप्रसार कैनाहे 'इन्फोपेमिक' शब्दले व्याख्या कैजाइठ । गलट सुचना ओ गलट जानकारीले जनमानसमे डुविढा सिर्जाइठ । गलट निर्णय लेना बाद्य कराइठ । यि सक्कुजहनहे अहिट कराइठ । उहमारे सनसनीपूर्ण ओ अपुष्ट समाचारहे बेवास्ता करि ।
- ☞ महामारी ओ रोगके बारेमे विश्व स्वास्थ्य संगठनके डेलक सुभावा, आधिकारिक ओ वैज्ञानिक टठ्यांकमे केन्ड्रिट द्यान डि । याड करि, अपनि यि विषयमे न विशेषज्ञ हुइ, न टे बैज्ञानिक । उहेमारे जनस्वास्थ्य विज्ञ, सरुवा रोग विपेशज्ञ, नर्स, भ्याक्सिन बनैना विज्ञ लगायट महामारीके स्वास्थ्यकर्मनके अनुसन्धानले यि महामारी ओ यकर बैज्ञानिक पक्षके बारेमे बताइ सेकिह ।
- ☞ आडिवासिके ज्ञानमे आधारित परम्परागत औषडी ओ अभ्यासहे प्रर्वद्धन करि । आडिवासि जनजातिनसँगे प्रतिरोढात्मक क्षमता अभिवृद्धि कैना परम्परागत खाना, जडिवुटि ओ औषडी बारेम ज्ञान बटिन् । उहेमारे आडिवासि समुदायके ओइसिन स्वास्थ्यकर्मि एव ओकर बारेम जानकार व्यक्तिनसँगे परम्परागत औषडी ओ ओकर प्रयोगबारे अर्न्तवार्ता लि ।
- ☞ अपनिक अपन समुदायक बुझ्ना भाषामे ओ देशके सक्कु जाने बुझ्ना राष्ट्रिय भाषामे सूचना प्रसारण करि । सूचनाहे सान्डर्भिक बनाइ । आडिवासि जनजातिनके माटृभाषामे ओइने मजा ओ सजिलसे बुझ्ना मेरके, समुदायके ज्ञान बढना ओ ओइनके

हिट हुइना मेरके सूचना प्रसारण करि । माटृभाषा बोले सेक्का केउ व्यक्ति नैहुइट कलेसे, माटृभाषा बोले सेक्का व्यक्ति खोजि । ओ, समुदायमे बोल्ना भाषामे जो सूचना प्रवाह करि । स्थानिय टहमे प्रचारप्रसारके लग ढेर सूचना ओ जानकारी उत्पादन हुइ सेकठ । उहि फेन प्रचारप्रसार करि । यि पुस्तिकाके अन्द्यमे अपनेन महामारिसम्बन्धि विश्वसनीय जानकारीके लग वेवसाईट ओ लिंक ढैगैल बा ।

- ☞ सामाजिक कलंकसे बचि । भाइरसके उत्पादकके आधारमे, ढेर सञ्चारमाध्यम इहिहे 'चाइनिज भाइरस' कहिके व्याख्या कैले बटाँ । यि एसियालीनहे बिगार पुगैले बा । जाटिवाड ओ नश्लवाडहे विश्वभर फैलोइना सघैले बा । ढेर क्षेत्रमे वैडेसिक रोजगारसे स्वदेश फिलक अप्रावासी उपर आक्रमण ओ भेडभाव कैगैल बा । उहेमारे भाषाके छनोट ओ प्रयोगमे एकडम द्यान पुगाइ । कौनो व्यक्तिके राष्ट्रियता, खानाके प्राथमिकता, आप्रावसनके अवस्था ओ स्वास्थ्यके अवस्थाहे किटान कैके सम्बोढन कैना ना करि वा ओइसिन विशेषणके प्रयोग ना करि ।
- ☞ मानवअधिकार सम्बन्धि जनचेतनामूलक अभियानके सृजना करि । कोभिड-१९ महामारीके अवस्थामे आप्रावासी ओ निर्वासनमे पर्लक व्यक्ति, वेराम ओ ओइनके परिवार ओ स्वास्थ व्यक्तिहे समेट हुइ सेक्का आक्रमणसे बँचाइक टन मानवअधिकार सम्बन्धि अभियानके सृजना करि । आपट्कालिन सञ्चारके लग समय छुट्याइ । रेडियोमे फेन मानव अधिकार उल्लंघन सम्बन्धि प्रचारप्रसार करक लग समय ओ क्षेत्र छुट्याइ ।
- ☞ महामारीमे जाडूमय उपचार कना जैसिन आधार बिनाके सामाग्री प्रकाशन ना करि । यडि केउ एक चमट्कारिक औषडीके बारेमे ओ रोगहे चोख्वइना ग्यारेन्टीके साठ बोलि कलेसे, पत्रकार ओ सञ्चारकर्मी





ओकर उपर प्रश्न कैना चाहि । ओइसिन मेरिक भ्रामक जानकारी ओ प्राकृतिक एवं परम्परागत ओखटिमूलो ओ औषढीबीचके भिन्नटा छुट्याइ परठ ।

- ☞ मानव अस्तित्वके सिद्धान्तके आधारमे प्रचारप्रसार करि । यडि केउ व्यक्ति संक्रमित हुइल वा कोभिड-१९ के संक्रमणमे परके मृत्यु हुइलटिन कलेसे, उ व्यक्ति ओ व्यक्तिके परिवारहे भोगे पर्लक समस्या ओ पीडाके सम्मान करि । समभाव ढारि । संवेदनशिल हुके नै बिभ्रैना मेरिक प्रश्न करि । प्रश्न करेबेर पीडितके ठाउँमे अपनहे ढारके हेरि ।
- ☞ समुदायमे रलक सूचनाहे प्रचारप्रसार करि । समुदायमे फेन सूचनाके लग आधिकारिक व्यक्तिके पहिचान करि । महामारी रोकठामके लग ले गैलक उपायके बारेमे राष्ट्रिय, क्षेत्रिय ओ सामुदायिक टहमे सम्पर्क ढारि ओ प्रचार करि । टाट्कालिन समयमे कौन ओ का कैसिन कामकाज कैनामे बन्देज लगैलेसे, का कैसिन क्रियाकलाप रद्द कैलेसे कना बारेमे समेट छलफल ओ टिप्पणी करि ।
- ☞ याड करि, रेडियो संक्रमणके जोखिममे रलक मनैन्के लग परिक्षणके महत्व बुझाइक टन ओ संक्रमणके लक्षण देख पर्लक संक्रमित व्यक्तिहे सूचित कैना एक माध्यम हो । संक्रमणसे बचक लग परिक्षण कैना आवश्यक बा ।

१.१ समुदायके मुख्य मान्यताहे बतावा डि

- ☞ बन्डाबन्डिमे रहेबेर सहअस्तित्वके भावना प्रवर्द्धन करि । परिवारिक गतिविधि ओ घरक काम विभाजन कैना बारेमे सुभाव डि । मौखिक ओ श्रुति परम्पराके प्रचारप्रसार करि । महामारीले पारे सेक्का मानसिक असर ओ प्रभावहे कम कैना अन्य गतिविधिहे प्रवर्द्धन करि ।
- ☞ युवा ओ लर्कापर्कनहे स्कूल बन्द हुइलक कारण

रेडियो संक्रमणके जोखिममे
रलक मनैन्के लग
परिक्षणके महत्व बुझाइक
टन ओ संक्रमणके लक्षण
देख पर्लक संक्रमित व्यक्तिहे
सूचित कैना एक माध्यम
हो । संक्रमणसे बचक लग
परिक्षण कैना आवश्यक बा ।

पर्लक असरहे कम कैना ओ ओइनहे शिक्षा डेना मेरिक लावा ढाँचा ओ शैलीके रेडियो कार्यक्रम बनाइ ।

- ☞ युवा ओ लर्कापर्कनहे रेडियोके भरपुर प्रयोग करकटन ओ रेडियोके माध्यमसे लावा लावा बाट सिखक प्रोत्साहन करक लग शिक्षा अधिकारीहे बलाइ ।
- ☞ कुछ स्थानमे लकडाउनके प्रतिबन्ध हटैना कलक कोभिड-१९ महामारी अन्त्य हुइलक नै हो कहिके सक्हुन सुचित करि । स्वास्थ्यकर्मिन्के डेलक सुभावहे पालना कैना अनुरोध करि ।
- ☞ समुदायहे रेडियोसे खुशी बनाइ । खुशी डेना ओ चैनार मेरिक गीट ओ संगीट बजाइ । महामारीके समयमे सुनुइयनहे भरपुर मनोरञ्जन डि । ओस्टके संकटके विचमे फेन सकारात्मक पक्षके खोजि कैके



कोरोना भाइरस ओ भविष्यमे आइ सेक्ना अन्य महामारीसे आइ सेक्ना खाइ संकटसे सुरक्षित हुइक टन, माटृभूमि ओ जिन्गि बचाइक लग बालिनालि लगाइक लग ओ रुखा बरिखा लगैना प्रोत्साहन करि । परिवारके सक्कु सडस्यनहे छोटनक रलेसे फेन फुलरिया बनैना सुभाव डि ।

कुछ क्षणके लग रलेसे फेन थोटा डर ओ त्राससे मुक्त हुइना मदद करि ।

- ☞ सिमा, वजार ओ सार्वजनिक यातायाट बन्द हुइलक ओसे खाइ संकटहे कम करक टन समुदायमे आपसि सरसहयोग कैना ओ कराइक लग ओ आपनठेन रलक खैना चिज बाँटचोटके खैना प्रोत्साहन करि ।
- ☞ कोरोना भाइरस ओ भविष्यमे आइ सेक्ना अन्य महामारीसे आइ सेक्ना खाइ संकटसे सुरक्षित हुइक टन, माटृभूमि ओ जिन्गि बचाइक लग बालिनालि लगाइक लग ओ रुखा बरिखा लगैना प्रोत्साहन करि । परिवारके सक्कु सडस्यनहे छोटनक रलेसे फेन फुलरिया बनैना सुभाव डि । रैठाने ओ स्थानिय विउविजन लगाइक टन प्रोत्साहन करि ।
- ☞ समुदायमे आपसि सरसहयोग कैना ओ करैना, ऐक्यवद्धता बनैना ओ चहा जौने संकटहे परास्त कैना

पक्षहे प्रोत्साहन करि ।

- ☞ समुदायहे स्वास्थ रहना उपायहे संवेदनशिलताके साथ अपनैना सुभाव डि । पैसाके लेनाडेना फेन संक्रमणके सम्भावित माध्यम हुइ सेकठ । संक्रमण सरे सेक्ना यि ओ अइसिन मेरिक विषयमे फेन संवेदनशिल हुइक टन समुदायहे सम्भाइ ।
- ☞ हमार शरिरके प्रतिरोद्धात्मक क्षमता अभिवृद्धि कैना मेरिक खाना खैना प्रोत्साहन कैना ओ आडिवासिके परम्परागत खानाके परिकारसम्बन्धि रेडियो कार्यक्रम उत्पादन कैके प्रशारन करि । आडिवासिके परम्परागत खानाले शरिरहे चहना आवश्यक पोषण डेहठ । परम्परागत खाना खैलेसे डिर्घायु हुइना मदद पुग्ना बाट हमार अग्रजलोगन हेरके फेन पटा चलठ ।

००

१.३. वेवसाईट

कोभिड-१९ सम्बन्धि आडिवासिके भाषामे तयार कैगेलक कार्यक्रम कल्चरल सर्भाइभलके इन्डिजिनियस राईट्स रेडियोके वेवसाईटमे उपलब्ध बा ।

Cultural Survival : https://rights.culturalsurvival.org/radio-spots-search/field_radio_series/COVID-19-85/language/en/language/und

कोभिड-१९ सम्बन्धी विश्वसनीय जानकारी विश्व स्वास्थ्य संगठनके वेवसाईटमे उपलब्ध बा ।

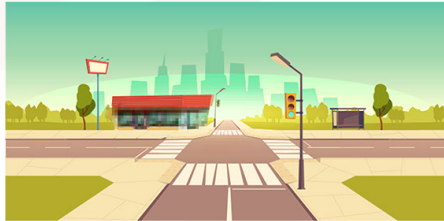
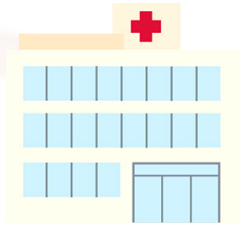
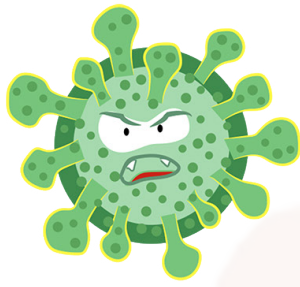
World Health Organization <https://www.who.int/es>

कोभिड-१९ सम्बन्धी विशेष सामाग्री पत्रकारनूके अन्तर्राष्ट्रिय सञ्जालमे फेन उपलब्ध बा ।

International Journalists' Network: <https://ijnet.org/en>

खोज पत्रकारनूके विश्व सञ्जालके वेवसाईटमे फेन हेरे सेकि

Global Investigative Journalism Network: <https://gijn.org/gijn-en-espanol/>



Cultural Survival

2067 Massachusetts Avenue
Cambridge, MA 02140
(617) 441-5400
www.culturalsurvival.org



Tharu Indigenous Language, Nepal

Coordination : Dev Kumar Sunuwar

Translation : Krishna Sarbahari

Layout : Laxman Sunuwar