ক’ভিড-19 মহামাৰীৰ কালছোৱাত সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন/সমুদায়ভিত্তিক সামগ্ৰিক উন্নয়ন কৰ্মীসকলৰ (বেতনভোগী আৰু স্বেচ্ছাসেৱক কৰ্মী উভয়কে সামৰি) বাবে নিৰ্দেশনাৱলী

ক’ভিড-19 মহামাৰীৰ কালছোৱাত সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন/সমুদায়ভিত্তিক সামগ্ৰিক উন্নয়ন কৰ্মীসকলে এক অত্যন্ত গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰিবলৈ সাজু হ’ব লাগিব। তেওঁলোকৰ কাম-কাজে প্ৰতিবন্ধীসকল, ঘৰত প্ৰতিবন্ধী সদস্য থকা পৰিয়ালসমূহ তথা সমুদায়ৰ অসুৰক্ষিত সদস্যসকল, যেনে বয়োজ্যেষ্ঠসকল বা গৃহহীনসকলক সুৰক্ষা প্ৰদান কৰাত তথা পোষকতা-সমৰ্থন যোগোৱাত সহায় কৰিব পাৰে। এই কাৰ্যকলাপসমূহৰ জৰিয়তে তেওঁলোকে সমগ্ৰ সমুদায়ক নিৰাপত্তা প্ৰদান কৰিবলৈ সক্ষম হ’ব।

২. সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন/সমুদায়ভিত্তিক সামগ্ৰিক উন্নয়ন কৰ্মীসকলে খাদ্য, পানী বা ঔষধ যোগানৰ দৰে অত্যাৱশ্যকীয় উদ্দেশ্যতহে সমুদায়ৰ মাজলৈ যোৱা উচিত। যেতিয়াই এনে ভ্ৰমণসমূহ কৰিব লগীয়া হয়, তেতিয়া শাৰীৰিক দূৰত্ব অব্যাহত ৰাখিবৰ বাবে সতৰ্কতা অৱলম্বন কৰাটো আৱশ্যকীয়। **সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন/সমুদায়ভিত্তিক সামগ্ৰিক উন্নয়ন কৰ্মীসকলে পৰিয়ালসমূহ আৰু/অথবা সমুদায়ৰ সদস্যসকলক টেলিফোনৰ (টেক্সট বা হোৱাটছএপ) জৰিয়তে নিয়মীয়াকৈ যোগাযোগ কৰা উচিত,** যাতে তেওঁলোকক সচেতন কৰি ৰাখিব পৰা যায়, তেওঁলোকৰ প্ৰয়োজনীয়তাসমূহৰ বিষয়ে তথ্য সংগ্ৰহ কৰিব পৰা যায় আৰু এই প্ৰয়োজনীয়তাসমূহ কিদৰে পূৰণ কৰিব পাৰি সেই বিষয়ে আলোচনাৰ জৰিয়তে উপায় নিৰ্দ্ধাৰণ কৰিব পৰা যায়।

৩. সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন/সমুদায়ভিত্তিক সামগ্ৰিক উন্নয়ন কাৰ্যসূচীৰ জৰিয়তে প্ৰস্তুত আৰু প্ৰচাৰ কৰা মুখ্য বাৰ্তাসমূহ হোৱা উচিত স্থানীয় প্ৰেক্ষাপট তথা বিধিভিত্তিক। ইয়াৰ লগতে তলত উল্লেখ কৰা ধৰণে ব্যক্তিকেন্দ্ৰিক জৰুৰীকালীন প্ৰস্তুতি আহিলা (PCEP)ৰ ভিত্তিত নিৰূপিত বিষয়সমূহো এই ক্ষেত্ৰত বিবেচনা কৰা বাঞ্চনীয়।

- ক’ভিড-19ৰ ক্ষেত্ৰত আপোনাৰ অঞ্চলৰ স্থানীয় বিপদ/ আশংকাসমূহৰ বিষয়ে অৱগত হওক।
- প্ৰতিবন্ধী আৰু আন আক্ৰমণসাধ্য সদস্যসকলক অন্তৰ্ভুক্তকৰণৰ বাবে কি কৰা উচিত আৰু ইয়াৰ বাবে কোন দায়বদ্ধ হ’ব, সেই বিষয়ে সমুদায়ৰ সদস্যসকলৰ সৈতে একেলগে পৰিকল্পনা যুগুত কৰক।
- আপোনাৰ সমুদায়ক উদ্বুদ্ধ তথা সাজু কৰি ৰাখক।
- পৰিৱেশ-পৰিস্থিতিৰ সালসলনিৰ বিষয়ে সজাগ-সতৰ্ক হৈ থাকক আৰু যদি আৱশ্যক হয় তেন্তে আপোনাৰ পৰিকল্পনাৰ যাৱতীয় সালসলনি ঘটাওক।
- ইজনে সিজনৰ যত্ন লওক।

কৰ্মীসকল যিসমূহ সমুদায়ৰ বাবে দায়বদ্ধ, সেইসমূহৰ সদস্যসকলৰ সৈতে টেলিফোন/টেক্সট/ইমেইলেৰে যোগাযোগৰ ক্ষেত্ৰত এই পাঁচটা পইণ্ট ভিত্তি হ’ব পাৰে।

৪. আপোনাৰ অঞ্চলৰ স্থানীয় বিপদ/ আশংকাসমূহৰ বিষয়ে অৱগত হওক।
সমূহীয়া কৰ্মীসকলে নিজে স্থানীয় পৰিৱেশ-পৰিস্থিতিৰ বিষয়ে যিমান সম্ভৱ সিমান অৱগত হৈ থকা উচিত। নিজ নিজ চৰকাৰে নিৰ্দ্ধাৰণ কৰা বিধি আৰু কাৰ্যব্যৱস্থাসমূহৰ বিষয়ে জ্ঞান লাভ কৰাটো সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন/সমুদায়ভিত্তিক সামগ্ৰিক উন্নয়ন কৰ্মীসকলে নিশ্চিত কৰিব লাগিব। তদুপৰি পৰিকল্পনা যুগুতকৰণ তথা সেই পৰিকল্পনা ৰূপায়ণৰ কাৰ্যব্যৱস্থাত যাতে প্ৰতিবন্ধীসকলৰ প্ৰয়োজনীয়তাসমূহৰ বিষয়ে সদায়েই বিবেচনা কৰা হয়, সেয়া নিশ্চিত কৰিবৰ বাবে স্থানীয় সংৰচনাসমূহৰ সৈতে সহযোগিতাৰে কিদৰে একেলগে কৰ্ম সম্পাদন কৰিব পৰা যায়, তাৰ প্ৰতিও এই কৰ্মীসকলে দৃষ্টি ৰাখিব লাগিব।

৫. কি কৰা উচিত আৰু ইয়াৰ বাবে কোন দায়বদ্ধ হ’ব, সেই বিষয়ে সমুদায়ৰ সদস্যসকলৰ সৈতে একেলগে পৰিকল্পনা যুগুত কৰক।
যিসমূহ পৰিয়াল তথা ব্যক্তিক সমূহীয়া সেৱা প্ৰদানকাৰীসকলে চিনি পায়, সম্ভৱ হ’লে তেওঁলোকৰ সৈতে টেলিফোনেৰে যোগাযোগ কৰক আৰু তেওঁলোকৰ সৈতে একেলগে পৰিকল্পনা যুগুত কৰক। ৰূপায়ণ কৰিবৰ বাবে প্ৰস্তুত কৰা স্থানীয় কাৰ্যকৌশলত যাতে প্ৰতিবন্ধীসকলৰ প্ৰয়োজনীয়তাসমূহ বিবেচনা কৰা হয়, সেয়া নিশ্চিত কৰিবলৈ চেষ্টা কৰক।
ব্যক্তিগত পৰিৱেশ-পৰিস্থিতিৰ ভিত্তিত এই কাৰ্যকৌশলসমূহ ভিন ভিন ধৰণৰ হ’ব পাৰে যদিও উদাহৰণস্বৰূপে এইসমূহ হ’ব পাৰে এনে ধৰণৰ:

যুগুতকাৰক প্ৰফেছৰ ছেলী হাৰ্টলী (UK) আৰু বালকৃষ্ণ ভেংকটেশ (ভাৰত); অৱিহণা যোগাওতা খ্ৰিষ্টিন কৰ্নিক, এলিক নিৰেন্দা আৰু জাম্বিয়াৰ সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন/সমুদায়ভিত্তিক সামগ্ৰিক উন্নয়ন গোট, আব্দুল বুচুলৰা কেন (উগাণ্ডা), প্ৰফেছৰ গনেথ লেলেৱেলিন (অষ্ট্ৰেলিয়া), ইলানি মাৰ্কছ (জেনেভা, বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা)

- ক’ভিড-19ৰ দ্বাৰা সংক্ৰিমত ব্যক্তিসকলক যাতে তেওঁলোকৰ সমুদায়সমূহে ঘৃণাৰ দৃষ্টিৰে নাচায় সেয়া নিশ্চিত কৰা।
- যেতিয়াই আৱশ্যক হয় তেতিয়াই পুনৰ্বাসন সেৱা আৰু দৰৱৰ উপলব্ধতা নিশ্চিত কৰিবৰ বাবে সকলো প্ৰতিবন্ধী আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালসমূহৰ সৈতে ঘনিষ্ঠভাৱে কাম কৰা।
- গাঁও বা সমুদায়ৰ প্ৰতিবন্ধীসকল আৰু আক্ৰমণসাধ্য সদস্যসকলক আছুতীয়াকৈ ৰখা আৰু আন সদস্যসকলে তেওঁলোকক সুৰক্ষা প্ৰদান কৰা, তেওঁলোকলৈ খাদ্যৰ যোগান ধৰা বা তেওঁলোকৰ বাবে বজাৰ-সমাৰ কৰাৰ ব্যৱস্থা কৰি দিয়া; এইসমূহ কৰোতে যাতে তেওঁলোক ক’ভিড-19ৰ সংক্ৰমণৰ পৰা বাচি থাকিব পাৰে, সেয়া নিশ্চিত কৰিবৰ বাবে নিৰ্দ্ধাৰিত নিৰ্দেশনাৱলী মানি চলা হৈছে নে নাই তাৰ প্ৰতিও দৃষ্টি ৰাখিব লাগিব।
- যিসকল লোক ইতিমধ্যে ভাইৰাছৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হৈছে তেওঁলোকক সমুদায়ৰ আন সদস্যসকলৰ পৰা আঁতৰত এখন ঠাইত আছুতীয়াকৈ ৰখা আৰু তেওঁলোকৰ যতন লোৱা; সংক্ৰমিতসকল বা তেওঁলোকৰ পৰিয়ালসমূহ কোনো ধৰণৰ বৈষম্য বা ঘৃণাৰ বলি হ’ব নালাগিব।
- নিয়মীয়াকৈ, সম্পূৰ্ণৰূপে হাত ধুবৰ বাবে পৰিষ্কাৰ পানী আৰু চাবোনৰ ব্যৱস্থা কৰা।
- সহজে গমনসাধ্য স্থানত পৰিষ্কাৰ পানী আৰু চাবোন ৰখা।
- মাস্ক তৈয়াৰ কৰা আৰু ঘৰৰ বাহিৰলৈ তথা জনবহুল এলেকালৈ যাওতে মাস্ক পিন্ধা, আৰু লগতে কেৱল আৱশ্যকীয় কাৰণতহে যাতে ঘৰৰ বাহিৰলৈ ওলাই যোৱা হয় সেয়া নিশ্চিত কৰা।
- শাৰীৰিক দূৰত্ব অৱলম্বন (বৰ্তমান 2 মিটাৰৰ ব্যৱধানত থকা) আৰু হাত ধোৱাৰ বিষয়ে স্পষ্ট বাৰ্তা দিয়া।
- যেতিয়া কাৰোবাৰ শৰীৰত ক’ভিড-19ৰ লক্ষণ দেখিবলৈ পোৱা যায় তেতিয়া স্থানীয় নীতিসমূহ মানি চিকিৎসালয়ৰ সৈতে যোগাযোগ কৰা।

৬. আপোনাৰ সমুদায়ক উদ্বুদ্ধ তথা সাজু কৰি ৰাখক
সমুদায়ৰ সদস্যসকলে কি কাৰ্যব্যৱস্থা বিচাৰে আৰু ৰূপায়ণ কৰিবলৈ সক্ষম তথা ইয়াৰ বাবে কোন দায়বদ্ধ হ’ব সেই বিষয়ে সমাজে সিদ্ধান্ত ল’ব। সমূহীয়া কৰ্মীয়ে এই সিদ্ধান্ত লোৱাত জড়িত হৈ থকাসকলক অনুপ্ৰাণিত কৰিব পাৰে আৰু শেহতীয়া উপলব্ধ তথ্যৰ ভিত্তিত বাস্তৱসন্মত সিদ্ধান্ত গ্ৰহণত গোটেটোক পথ প্ৰদৰ্শন কৰিব পাৰে।

৭. পৰিৱেশ-পৰিস্থিতিৰ সালসলনিৰ বিষয়ে সজাগ-সতৰ্ক হৈ থাকক আৰু যদি আৱশ্যক হয় তেন্তে আপোনাৰ পৰিকল্পনাৰ যাৱতীয় সালসলনি ঘটাওক। সমূহীয়া কৰ্মীয়ে সমুদায়ৰ সৈতে নিয়মীয়া যোগাযোগ ৰক্ষা কৰি সামাজিক স্তৰত আৰু ব্যক্তিবিশেষ তথা তেওঁলোকৰ পৰিয়ালসমূহৰ ক্ষেত্ৰত পৰিৱেশ-পৰিস্থিতি কিদৰে পৰিৱৰ্তন হৈছে সেই ক্ষেত্ৰত দৃষ্টি ৰাখিব আৰু শেহতীয়া খবৰসমূহ (যেনে আক্ৰান্তৰ সংখ্যা বা নতুন স্থানীয় নিৰ্দেশনাৱলী) তেওঁলোকক জনাব। এই পৰিৱৰ্তনসমূহৰ প্ৰতি সঁহাৰি জনোৱাৰ উত্তম পন্থা নিৰ্ধাৰণৰ বাবে তেওঁলোকে স্থানীয় নিৰ্দেশনাৱলী পালন কৰি একেলগে কাম কৰিব লাগিব।

৮. ইজনে সিজনৰ যত্ন লওক। আন সহকৰ্মীসকলৰ যত্ন লওক, আন প্ৰতিবন্ধীসকলৰ যত্ন লওক, বয়োবৃদ্ধসকলৰ যত্ন লওক আৰু সমুদায়ৰ নেতৃবৰ্গৰ যত্ন লওক। একেলগে কাম কৰিলে আৰু আদান-প্ৰদান কৰিলেহে এই মহামাৰী আৰু ইয়াৰ সৈতে জড়িত আতংক হ্ৰাস কৰিব পাৰি তথা সময়োচিত ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব পৰা যায়।

৯. তথ্যৰ আদান-প্ৰদান কৰক। সমূহীয়া কৰ্মীসকলে মানুহ, ঠাই, ৰোগ, সাফল্য আৰু প্ৰত্যাহ্বানসমূহৰ সুসংবদ্ধ টোকা ৰখাটো অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ। এই কাম কৰিব লাগিব এনে এটা স্থানীয়ভাৱে বোধগম্য বিন্যাসত, যাৰ জৰিয়তে সংশ্লিষ্ট তথ্যসমূহ সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন প্ৰবন্ধকসকল, সমন্বয়কসকল আৰু চৰকাৰী কৰ্তৃপক্ষক খৰতকীয়া তথা নিৰ্ভুলভাৱে জনাব পৰা যায়।

কাৰ্যব্যৱস্থা গ্ৰহণৰ বাবে অধিক পুংখানুপুংখ তথ্য পাবলৈ ভিজিট কৰক: https://www.who.int/publications-detail/disability-considerations-during-the-covid-19-outbreak

যুগুতকাৰক প্ৰফেছৰ ছেলী হাৰ্টলী (UK) আৰু বালকৃষ্ণ ভেংকটেশ (ভাৰত); অৰিহণা যোগাওতা খ্ৰিষ্টিন কৰ্নিক, এলিক নিৰেন্দা আৰু জাম্বিয়াৰ সমুদায়ভিত্তিক পুনৰ্বাসন/সমুদায়ভিত্তিক সামগ্ৰিক উন্নয়ন গোট, আব্দুল বুচুলৰা কেন (উগাণ্ডা), প্ৰফেছৰ গনেথ লেলেৱেলিন (অষ্ট্ৰেলিয়া), ইলানি মাৰ্কছ (জেনেভা, বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা)