

आदिवासिद्वारा सञ्चालित रेडियो स्टेशनकरलागि कोरोना भाइरस अर्थात कोभिड-१९
महामारि र विपद रोकथाम सम्बन्धि पुस्तिका

Cultural Survival

माझी





विस्वभोरिराइ आदिवासि समुदायल्किन कोरोना भाइरस अर्थात कोभिड १९ महामारिर अभुतपुर्व चुनउति सामना गरइ परिरहिल आछ । कल्चरल सर्भाइभलिन सामुदायिक रेडियो र सन्जाल मार्फत ह्य महामारिबाटे समुदायका उत्पन्न सङ्कटबाटे बाँचाइ र महामारिका किनिखइ व्यवहार गर्नार बलिकइ समुदायल्काइ सहयोग गर्नार काम गरिरहिल आछ । समुदायराइ सदस्यल्किन महामारिका किन्खा व्यवहार गर्नार र महामारिबाटे किनिखइ बाँच्नार ठि जिवनरछ्या सम्बन्धि सुचना देइ, होल्किन बातमानार र बुभ्नार भासाका सुचना प्रवाह गरिकइ समाजका परिवर्तन आनइँ सामुदायिक रेडियोन धेरे बड्ख भुमिका खेलाइनार गछइ । सामुदायिक रेडियो आदिवासि समुदायल्को लागि होल्को आत्मनिर्नयर अधिकार, अभिव्यक्ति स्वतन्तर हक अधिकार, समुदायल्को लागि सान्दर्भिक, उपयोगि र महत्वपुर्न सुचना र जानकारि प्रवाह गरइकर लागि एकदमे सक्तिसालि माध्यम हो । ग्यान ने सक्ति हो । आदिवासि समुदायल सामुदायिक रेडियोबाटे प्राप्त सुचना मार्फत ससक्त हकिरहिलाइ आछत ।

G. U. Sugam

गलिना अङ्गारीमा
कार्यकारी निर्देशक
कल्चरल सर्भाइभल



उद्देश्य

हय पुस्तिकार मुख्य उद्देश्य आदिवसि सन्चार कर्मिल्काइ कोरुना भाइरस अर्थात कोभिड-१९ महामारिर प्रभावलाइ सम्बोधन र सामना गरइ सहयोग पुन्याइ हो ।

लखित समुह

हय कोरुना भाइरस अर्थात कोभिड-१९ महामारि वा विपद्का विस्वराइ आदिवसिद्वारा सन्चालित रेडियो स्टेसनका कार्यरत रेडियोकर्मि, आदिवसि सन्चारकर्मि र प्रसारकल किनिखइ सुरछित हक्मार बाज्जार विसयका केन्द्रित स्रोत पुस्तिका हो ।

पृष्ठभूमि

विश्व मानव जगत अखन कोरोना भाइरस अर्थात कोभिड-१९ कर प्रकोपका आछत । ह्य भाइरसकर बारेका स्वास्थ्य विसेसग्यँल अखनसम्म पुनि अनभिग्यँ आछत । ह्य भाइरस विश्वभोरि ने महामारि रूपका फइलिल आछ । कोरोना भाइरसिन संन्सार भोरिराइ लाखउँ मान्छेल्लो ज्यान लिइसक्ल आछ । विश्व अर्थतन्त्र तहसनहस पार्तिन लाकाइल आछ । ह्य अवस्थालाइ हाइँ विश्वराइ आदिवासि समुदायल्काइ परइ सक्नार जोखिम न्युनिकरन गर्तिन होल्को ससक्तिकरण गर्नार अवसरकर रूपका लिलाइ आछे ।

जोखिमकर कुरो गर्तिन, हाइँ विसेस गरिकइ आदिवासि जनजातिका स्वास्थ्य सेवा, ओखति, स्वच्छ खाइनार पानिका पहुँच बइहक्ल साथे आदिवासि जनजातिल्किन बुभूनार भासाका कोरोना भाइरस अर्थात कोभिड-१९ महामारि बारेका सहि र उचित जानकारी अभाव हक्ल आछ । सवल पछेर कुरो गर्तिन, आदिवासिल्को आफ्ने मुल्य र मान्यता आछ । आफ्ने परम्परागत खाद्य प्रनालि, परम्परागत ओखति सम्बन्धि पुर्ख्येउलि ग्यँनकर भन्डार आछ । होल सङ्गठित आछत ।

ह्य महामारि अवस्थाका आदिवासिद्वारा सन्चालित सन्चार माध्यमिन महत्वपुर्न भुमिका खेलाइ रहिल हक्छइ । ह्य विश्वव्यापि आपत्कालकर बेला सुचनाका एकरूपता, सत्यता, जवाफदेहि तवरका आदिवासि जनजातिल्किन बुभूनार भासाका उपलब्ध गरइ र गाराइ जरुरि आछ । होइ कारनिन, कोरोना भाइरस र विपदकर अवस्थाका आदिवासि समुदायल्को सुरछ्यार लागि कल्चरल सर्भाइभलनिन आदिवासि सन्चारकर्मिल्को भुमिका र होल्को सुरछ्यालाइ महत्वपुर्न ठानिकइ ह्य पुस्तिका तयार गर्ल हो ।

ह्य पुस्तिकाका दुइ खन्डका आछ । पहिलो खन्डका कोभिड-१९ महामारि रोकथामका रेडियोकर्मिल्को भुमिका, सुरछ्याका अपनाइ पर्नार सावधानिका केन्द्रित आछ । दोस्रो खन्डका आदिवासि जनजातिल्काइ जिम्मेवार हकिकइ महामारि सम्बन्धि विश्वसनिय र सहि जानकारीयुक्त सामग्रि उत्पादन र सम्प्रेसनकर विसयका केन्द्रित आछ ।

पहिलो भाग रेडियोकर्मी र स्वयमसेवकल

१.१ सुरछित हकइ रेडियोकर्मीको पहिलो काम हो ।

- रेडियोका सम्लग्न सेब्लाइ सुरछित हक्कार योजना निर्माण, विश्व स्वास्थ्य संगठन, केन्द्रिय, इस्थानिय सरकार र स्वास्थ्य कर्मिलिकन दिल सुभावलाइ ध्यानका धरि कइ तोरालिकन रेडियोका सम्लग्न सेब्लाकाइ आफ्ने टिमकर रुपका सुरछित रहिनार योजना बानाई आवस्यक आछ ।
- सन्चारकर्मीर रुपमा आफ्ने पहिचान देअः** महामारिका आवतजावतकर लागि सरकारद्वारा लाइल प्रतिबन्ध र नियमकर कारन आइपरइ सक्कार समस्याबाटे बाँचइ र बिना रोकावट सन्चारकर्म गरइकर लागि स्थानिय सुरछ्याकर्मी र निकायबाटे आवस्यकता अन्सार अगाडिने अनुमति प्राप्त गरः । सन्चार ग्रिह वा स्टुडियो भित्त र बाहिर आवस्यक पर्नार अनुमति प्राप्त गरः ।
- सेब्लेभन्दा जोखिमयुक्त छेत्रका काम गरइ खटाइनार क्रमका समुहराइ सदस्यलकाइ उचित तवरिन परिचालन गरः** समुहका पाको उमेरकराइ वा स्वास्थ्य अवस्था कमजोर हक्लाइ वा दिर्घरोगिल हक्लासिन होल्को अवस्थालाइ ध्यान दि कइ होल्काइ घरिबाटे गरइ सक्कार खालकर विभिन्न कामका लाग्न ।
- जोखिमकर विस्लेसन गरः** यदि तोरा स्थानिय समुदायका काम गरइ जाइतिनगर्छ भने स्थानिय सम्बन्धित अधिकारि र समुदायर अगुवान अपनाइल उपाय र नियमकर पालना गरः । ह्य तोरालको सुरछित रहिनार पहिलो उपाय हो ।
- काम गर्नार इस्थल र कार्यालय सँधई सफा धरः** कार्यलयर हरेक कछे किटानुनासक भ्जोल, सेनिटाइजरिन बारम्बार सफा गरः ।
- माइक्रोफोनका बातास छेक्कार प्रविधि वा स्पन्ज प्रयोग गरः** ह्य उपकरण सडक्रमन सरइ सक्कार माध्यम हो । होइ कारनिन प्रयोग गर्लपछि, हरेक फेरा माइक्रोफोनकर स्पन्ज फेरः । आफ्ने र समुहर सुरछ्यार लागि जिम्मेवार बनः ।
- अर्न्तवार्ता सम्पन्न गर्लपछि प्रयोग गरिल उपकरण किटानुरहित पारः** तोरालिकन किटानुनासक ओखति हक्ल लुगा प्रयोग गरइ सक्छ । तोरालिकन सेनिटाइजर ओखति पसलका किनई सक्छः । उपकरण क्लोरिनिन सफा जुनगर । क्लोरिनकर प्रयोगिन उपकरण बिगारइ सक्छइ ।
- रेडियोका दुईजनभन्दा बढि व्यक्ति जुनआनखन । दुईजनभन्दा बढि व्यक्ति नआनि बइहक्कार अवस्थाका मात्तइ आनखन । हरेक व्यक्ति बिच अनिवार्य सामाजिक दुरि कायम गरिकइ र मास्क प्रयोग गरिकइ मात्तइ स्टुडियो वा कार्य कछेका भित्त्याखन ।**
- रेकर्डिड स्टुडियोका कार्यक्रम उत्पादन नगरिकइ अनलाइनकर माध्यमबाटे कार्यक्रम उत्पादन गरः** रेडियोर सम्बन्धित सम्योजकसिन छलफल गरिकइ अनलाइनकर माध्यमबाटे कार्यक्रम उत्पादन र प्रसारन गर्नार व्यवस्था गरः । यदि तोरालकासिन अनलाइनबाटे कार्यक्रम उत्पादन र प्रसारन गर्नार स्रोत साधन बइहक्लासिन टेलिफोनबाटे हक्तिन पुनि कार्यक्रम प्रसारन गर्नार वइकल्पिक उपाय अपनाः । हँट्ट दिल लिड्कका निसुल्क रेडियो प्रसारन अर्थात् स्ट्रिमिडकर लागि केहि विकल्प उपलब्ध आछ : www.giss.tv

ह्य उपकरण
सडक्रमन सरइ
सक्कार माध्यम
हो । होइ कारनिन
प्रयोग गर्लपछि,
हरेक फेरा
माइक्रोफोनकर
स्पन्ज फेरः ।
आफ्ने र समुहर
सुरछ्यार लागि
जिम्मेवार बनः ।



कार्यक्रमकर सामग्री उत्पादनकर तयारि

ह्य भागका, आदिवासि सन्चारकर्मिकाइ जिम्मेवार हकिकइ सन्चारकर्मका लागइकर लागि विस्व स्वास्थ्य सङ्गठन र स्वास्थ्य सम्बन्धि विसेस वेवसाइटिन कोरोना भाइरस वा कोभिड-१९ महामारिर निर्देसनलाइ सारांस्सका प्रस्तुत गर्छे ।

अपुस्ट र गलत समाचारलाइ बेवास्ता गरः । विस्व स्वास्थ्य सङ्गठनिन गलत सुचना र जानकारी विभिन्न सन्चारमाध्यम र अन्य तरिकाबाटे प्रचारप्रसार गरइलाइ 'इन्फोपेमिक' सब्दन व्याख्या गर्नार गर्ल आछ । गलत सुचना र गलत जानकारीन जनमानसका दुविधा सिर्जना गर्छइ । गलत निर्णय लेइ बाध्य गाराइछइ । हेइनिन सेब्वाल्काइ अहित गर्छइ । होइकारनिन सनसनिपुर्न र अपुस्ट समाचारलाइ बेवास्ता गरः ।

महामारि र रोगकर बारेका विस्व स्वास्थ्य संगठनिन दिल सुभावा, आधिकारिक र वइग्यानिक तथ्याङ्कका केन्द्रित ध्यान देअः । याद गरः तोराः ह्य विषयका न विसेसग्येँ आछ नता बइग्यानिक । होइकारनिन जनस्वास्थ्य विग्येँ, सरुवारोग विसेसग्येँ नर्सल, भ्याक्सिन बानाइनाराइ विग्येँल लगायत महामारिराइ स्वास्थ्यकर्मिको अनुसन्धानिन ह्य महामारि र हेक बइग्यानिक पछेर बारेका बाताइ सकछत ।

आदिवासिल्को ग्याँनका आधारित परम्परागत ओखति र अभ्यासलाइ प्रवर्द्धन गरः । आदिवासि जनजातिल्कासिन प्रतिरोधात्मक छेमता अभिविद्धि गरइ परम्परागत खाना, जडिवुटि र ओखतिर वारेका ग्यान आछ्याक । होइकारनिन आदिवासि समुदायल्को उन्खा स्वास्थ्यकर्मि एवम होक्र वारेका जानकार व्यक्तिल्कासिन परम्परागत ओखति र होकर प्रयोगकर बारेका अर्न्तवार्ता लेअः ।

तोराल्को आफ्ने समुदायन बुभ्नार भासाका र देसकर

सेब्वाल्किन बुभ्नार रास्ट्रिय भासाका सुचना प्रसारन गरः । सुचनालाइ सान्दर्भिक बानाः । आदिवासि जनजातिल्को माति भासाका होल्किन सजिलोसिन बुभ्नार गरिकइ, समुदायल्को ग्यान बाढनार र होल्को हित हक्नार खालकर सुचना प्रसारन गरः । माति भासा बाजइ सकनाराइ कुनु पुनि व्यक्ति बइनेतभने माति भासा बाजइ सकनाराइ व्यक्ति हेरः र, समुदायका बातमानार भासाका ने सुचना प्रवाह गरः । स्थानिय तहका प्रचारप्रसारकर लागि धेरे सुचना र जानकारी उत्पादन हक्ल हकइ सकछइ । होइ पुनि प्रचारप्रसार गरः । ह्य पुस्तिकार अन्त्यका तोराल्काइ महामारि सम्बन्धि विस्वासनिय जानकारीर लागि वेवसाइट र लिङ्क धर्ल आछ ।

सामाजिक कलङ्कबाटे जोग्यः । भाइरस उत्पतिर आधारका, धेरे सन्चार माध्यमिन हेइलाइ 'चाइनिज भाइरस' बलिकइ व्याख्या गर्लाइ आछत । हेइनिन एसियालिल्काइ हानि पुच्याइल आछ । जातिवाद र नस्लवादलाइ विस्वभोरि फइलाइ सघाइलाछ । धेरे छेतरका वइदेसिक रोजगारबाटे स्वदेस फर्किलाइ आप्रवासिल्काइ आक्रमन र भेदभाव गर्नार गरिल आछ । होइकारनिन भासार छनोट र प्रयोगका एकदमे ध्यान पुच्याः । कुनइ व्यक्तिर रास्ट्रियता, खानार प्राथमिकता, आप्रावसनकर अवस्था र स्वास्थ्यर अवस्थालाइ किटान गरिकइ सम्बोधन गर्नार जुनगरः वा उन्खा बिसेसनकर प्रयोग जुनगरः ।

मानवअधिकार सम्बन्धि जनचेतनामुलक अभियानकर सिर्जना गरः । कोभिड-१९ महामारि अवस्थाका आप्रवासि र निर्वासनका पर्लाइ व्यक्ति, विरामि र होल्को परिवार र स्वस्थ व्यक्तिल्काइ समेत हकइ सकनार आक्रमनबाटे बाँचाइ मानव अधिकार सम्बन्धि



अभियानकर सिर्जना गरः । आपतकालिन सन्चारकर लागि समय छुट्याः । रेडियोका पुनि मानवअधिकार उल्लङ्घन सम्बन्धि प्रचारप्रसार गरइकर लागि समय र छेत्र छुट्याः ।

☞ महामारिका जादुमय उपचार बाज्ज ठि आधार बिनार सामग्रि प्रकासन जुनगरः । यदि कुनुल्किन एक चमत्कारिक ओखतिर बारेका र रोगलाइ बिसेक पानार ग्यारेन्टर साथ बाज्जतभने, पत्रकार र सन्चार कर्मिल्किन होइउप्रबाटे प्रस्न गरइपर्छइ । उन्खा खालकर भ्रामक जानकारी र प्राक्रितिक एवम परम्परागत ओखतिमुलो र ओखतिर बिचकर भिन्नता छुट्याइ पर्छइ ।

☞ मानव अस्तित्वर सिद्धान्तर आधारका प्रचारप्रसार गरः । यदि कोहि व्यक्ति सङ्क्रमित हक्ले वा कोभिड-१९ कर सङ्क्रमनका परिकइ म्रित्यु हक्ल आछ भने होइ व्यक्ति र व्यक्तराइ परिवारकिन भोगइपर्ल समस्या, पिडार सम्मान गरः । सत्भाव धर । सम्वेदनसिल हकिकइ बइबिभाइनार गरिकइ प्रस्न सोधः । प्रस्न गर्तिन पिडितकर ठाउँका आफिलाइ धरिकइ हेरः ।

☞ समुदायका हक्ल सुचनालाइ प्रचार प्रसार गरः । समुदायका पुनि सुचनार लागि आधिकारिक व्यक्तर पहिचान गरः । महामारि रोकथामकर लागि लिल उपायर बारेका रास्ट्रिय, छेत्रिय र सामुदायिक तहका सम्पर्क धरः र प्रचार गरः । तत्कालिन समयका कुन र के किन्खा कामकाज गरइका बन्देज लाइला के किन्खा क्रियाकलाप रद्द गरिला बाज्जार बारेका समेत छलफल तथा टिप्पनि गरः ।

☞ याद धरः रेडियो सङ्क्रमनकर जोखिमका रहिलाइ मान्छेल्को लागि परिछेनकर महत्व बुभाइ र सङ्क्रमनकर लछेन देखा पर्लाइ सङ्क्रमित व्यतिल्काइ सुचित गाराइनार एक माध्यम हो । सङ्क्रमनबाटे बाँचइकर लागि परिछेन गरइ आवश्यक आछ ।

२.२. समुदायर मुल्य मान्यतालाइ बढावा देअः

☞ बन्दाबन्दिका रहितिन सहअस्तित्वर भावना प्रवर्द्धन गरः । परिवारिक गतिविधि र घरकर काम विभाजन गर्नार बारेका सुभावा देअः । मउखिक एवम स्रुति परम्परा प्रचार प्रसार गरः । महामारिन पारइ सक्नार मानसिक असर र प्रभावलाइ कम गाराइनार अन्य गतिविधिलाइ प्रवर्द्धन गरः ।

☞ युवा र बालबालिकाल्काइ विद्यालय बन्द हक्ल कारन पर्ल असरलाइ कम गर्नार र होल्काइ सिछ्या दिनार खालकर नयाँ ढाँचा र सइलिर रेडियो कार्यक्रम उत्पादन गरः ।

☞ युवा तथा बालबालिकाल्काइ रेडियोर भरपुर प्रयोग



गरइ र रेडियोर माध्यमबाटे नयाँ नयाँ कुरो सिकइ प्रोत्साहन गरइकर लागि सिछ्या अधिकारिल्काइ निम्त्याखन ।

☞ केही स्थानका लकडाउनकर प्रतिवन्ध हटाइ बल्ल कोभिड-१९ महामारि अन्त्य हक्ल बया बलिकइ सेब्बाल्काइ सुचित गाराखन । स्वास्थ्य कर्मिल्किन दिल सुभावलाइ पालना गरइ अनुरोध गरः ।

☞ समुदायल्काइ रेडियोबाटे खुसि बानाखन । खुसि र रमाइलो गित र सङ्गित बाजाः । महामारिर बेला

स्रोताल्काइ भरपुर मनोरन्जन दिखन । उनिगरिकइ सङ्कटकर विचका पुनि सकारात्मक पछेर खोजि गरिकइ केहि छिनकर लागि हकितन पुनि स्रोताल डर र त्रासबाटे मुक्त पारइ मददत गरः ।



- ☞ सिमा, वजार र सार्वजनिक यातायात बन्द हकल हुनाले खाद्य सङ्कटलाई कम गरइ समुदायका आपसि सरसहयोग गरइ, गाराइ र आफिसिन हकल खाइनार कुरो बाँडिचुडि खाइ प्रोत्साहन गरः ।
- ☞ कोरोना भाइरस र भविष्यका आइ सक्नार अन्य महामारिबाटे आइ सक्नार खाद्य सङ्कटबाटे सुरछित हकइ, मात्तिभुमि र जिवन जोगाइकर लागि बालिनालि लाइ र गाछ विरुवा रोपइ प्रोत्साहन गरः । परिवारकराइ सेब्ले सदस्यल्काइ स्यान्खि हकितन पुनि बगइँचा बानाइ सुभावा दिखन । रइथाने र स्थानिय विउ विजन रोपइ प्रोत्साहन गरः ।
- ☞ समुदायका आपसि सरसहयोग गर्नार र गाराइनार, एक्यवद्धता निर्मान गर्नार र जुनसुके सङ्कटलाई परास्त गर्नार पछेलाई प्रोत्साहन गरः ।
- ☞ समुदायलाई स्वस्थ रहिनार उपायलाई सम्वेदनसिलकर साथ अपनाइँ सुभावा दिखन । पइसार लेनदेन पुनि सङ्क्रमनकर सम्भावित माध्यम हकइ सकछइ । सङ्क्रमन सरइ सक्नार इन्खा खालकर विषयका पुनि सम्वेदनसिल हकइ समुदायलाई सम्भाखन ।
- ☞ हाम्रो सरिरकर प्रतिरोधात्मक छेमता अभिवृद्धि गर्नार खालकर खाना खाइ प्रोत्साहन गर्नार र आदिवासिल्को परम्परागत खानार परिकार सम्बन्धि रेडियो कार्यक्रम उत्पादन गरिकइ प्रसारन गरः । आदिवासिल्को परम्परागत खानान सरिरलाई चाहिनार आवश्यक पोसन प्रदान गर्छइ । परम्परागत खाना खाइल कारनिन दिर्घायु हकइ मददत पुनार कुरो हाम्रा अग्रजल्काइ हेरिकइ पुनि थाहा हकछइ ।

हाम्रो सरिरकर प्रतिरोधात्मक छेमता अभिवृद्धि गर्नार खालकर खाना खाइ प्रोत्साहन गर्नार र आदिवासिल्को परम्परागत खानार परिकार सम्बन्धि रेडियो कार्यक्रम उत्पादन गरिकइ प्रसारन गरः । आदिवासिल्को परम्परागत खानान सरिरलाई चाहिनार आवश्यक पोसन प्रदान गर्छइ । परम्परागत खाना खाइल कारनिन दिर्घायु हकइ मददत पुनार कुरो हाम्रा अग्रजल्काइ हेरिकइ पुनि थाहा हकछइ ।



१.३. वेवसाईटदा

कोभिड-१९ सम्बन्धि आदिवासिल्को भासाका तयार पारिल कार्यक्रम कल्चरल सर्भाइभलकर इन्डिजिनियस राइट्स रेडियो वेवसाईटका उपलब्ध आछ ।

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

कोभिड-१९ सम्बन्धि विस्वसनिय जानकारि विस्व स्वास्थ्य सङ्गठन वेवसाईटका उपलब्ध आछ ।

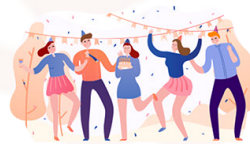
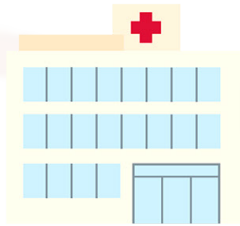
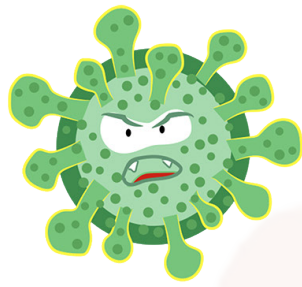
World Health Organization <https://www.who.int/es>

कोभिड-१९ सम्बन्धि विसेस सामग्रि पत्रकारको अन्तर्राष्ट्रिय सन्जालका पुनि उपलब्ध आछ ।

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

खोजपत्रकारको विस्व सन्जालकर वेवसाईटका पुनि हेरइ सकछ ।

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



Cultural Survival

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



Majhi Indigenous Language, Nepal

Coordination : **Dev Kumar Sunuwar**

Translation : **Dhan Bahadur Majhi**

Layout : **Laxman Sunuwar**