



কোভিড-১৯
কোভিড-১৯ সম্পর্কিত গুজব ও
ভুল তথ্যের মোকাবেলায়
সাংবাদিকদের সহায়তার জন্য
নির্দেশনা, রিসোর্স এবং বিষয়বস্তু

COVID-19
Guidance, resources and content to support journalists
responding to rumours and misinformation about COVID-19

 a project of Internews
ইন্টারনিউজের একটি প্রকল্প

নির্দেশনা:

রমজানে নিরাপদ থাকতে আপনার দর্শকদের কী কী পরামর্শ দেবেন

রমজান মুসলমানদের জন্য প্রার্থনা, রোজা, দান এবং আত্ম-উন্নয়নের সময়। এই মাসে আত্মশুদ্ধির জন্য সুস্থ ও প্রাপ্তবয়স্ক মুসলমানরা ২৯ বা ৩০ দিন রোজা রাখেন। কোভিড-১৯ এর প্রাদুর্ভাব চলাকালীন মানুষ নিঃসঙ্গ ও বিচ্ছিন্ন অনুভব করলে সাংবাদিকরা জনস্বার্থে বিভিন্ন সম্প্রদায়ের মধ্যে একাত্মতা গড়ে তুলতে অবদান রাখতে পারেন।

পবিত্র রমজান মাসের একটা বড় অংশ হল সামাজিক এবং ধর্মীয় জমায়েত, কিন্তু বহু মানুষের ভিড়ে সহজেই কোভিড-১৯ সংক্রমণ ছড়িয়ে পড়তে পারে। তাহলে রমজান মাসে কোভিড-১৯ এড়াতে সাংবাদিকরা তাদের পাঠক এবং দর্শকদের কি পরামর্শ দেবেন?

মানুষ কী করতে পারেন তা তুলে ধরুন

দৈনন্দিন কাজকর্মে বাধানিষেধ থাকার কারণে অনেক মানুষের জন্য এটা একটা কঠিন সময়। এই পরিস্থিতিতে আপনার শ্রোতা ও দর্শকরা মানসিক অবসাদে ভুগতে পারেন বা অসহায় বোধ করতে পারেন। এর মোকাবেলা করতে শ্রোতাদের সরকারি বিধিনিষেধের (তারা কি কি করতে পারবেন না) ব্যাপারে জানানোর পাশাপাশি তারা কী কী করতে পারেন সেই পরামর্শ দিন।

- সৃজনশীল হোন – এই রমজানে আপনার সম্প্রদায়কে আত্মিক এবং সামাজিকভাবে সংযুক্ত রাখতে মানুষকে বিভিন্ন সৃজনশীল ও অংশগ্রহণমূলক কাজকর্মে যোগ দিতে উৎসাহিত করুন। যেমন, আপনার শ্রোতাদের সকলের সাথে তাদের প্রশ্ন ও আইডিয়া ভাগ করে নিতে বলুন। তারা রমজানের খাবারদাবার, রমজান নিয়ে সাধারণ তথ্য, স্বাস্থ্য এবং সুস্থতা, বিনোদন, এবং উপহারের ব্যাপারে আইডিয়া বিনিময় করতে পারেন। দাদা-দাদীদের উৎসাহ দিন যাতে তাদের রমজানের কাহিনী রেকর্ড করেন আর নাতি-নাতনীদের সাথে শেয়ার করেন অথবা ডিজিটাল ইফতারের আয়োজন করে আপনার দর্শকদের যোগ দিতে বলুন।
- পাশাপাশি দরকারি সুরক্ষামূলক পদ্ধতিগুলোর প্রচার চালিয়ে যান যাতে আপনার দর্শকরা নিজেদের এবং তাদের পরিবারকে সুরক্ষিত রাখতে পারেন।
- বাস্তব পরিস্থিতি বিবেচনা করুন – কোভিড-১৯ এর বিরুদ্ধে সুরক্ষামূলক নির্দেশনা মেনে চলতে আপনার দর্শকরা কোন কোন বাধার সম্মুখীন হচ্ছেন? এই সমস্যাগুলোর কি স্থানীয় সমাধান আছে? যেমন, সাধারণ মানুষের পক্ষে ফেস মাস্ক ও অন্যান্য সুরক্ষা সরঞ্জাম, হ্যান্ড স্যানিটাইজার, সাবান, এমনকি পরিষ্কার পানি পাওয়া কতটা সহজ।
- বৈচিত্র্যকে কাজে লাগান – আমরা অনেকেই এমন সম্প্রদায়ে বাস করি যার মধ্যে ভিন্ন ভিন্ন ধর্ম, সংস্কৃতি এবং প্রথার সংমিশ্রণ দেখা যায়। বর্তমান পরিস্থিতিতে কি আপনার অমুসলিম দর্শকরা তাদের মুসলমান প্রতিবেশীদের কোনোভাবে সাহায্য করতে পারেন? আপনার মিডিয়া প্রতিষ্ঠান কীভাবে এই বৈচিত্র্যকে স্বীকৃতি দিতে এবং ঐক্যে উৎসাহিত করতে পারে?

আপনাকে নতুন নতুন আইডিয়া দিতে ফেসবুক রমজান [মাইক্রোসাইট](#) চালু করেছে যেখানে বিশ্বের বিভিন্ন প্রান্ত থেকে ডেটা, স্টক ফটো এবং প্রচুর কাহিনী একত্রিত করা হয়েছে।

রমজানের সময় শারীরিক দূরত্বের অর্থ সামাজিক দূরত্ব নয়

সম্প্রদায়ের সাথে একাত্মতা রমজানের একটি মূল বৈশিষ্ট্য। রমজানের সময় অনেক মুসলিম দীর্ঘ তারাবীহ নমাজ ও কিয়ামের জন্য মসজিদে জমায়েত হন এবং একসাথে রোজা ভাঙেন।

কিন্তু এই রমজানে কোভিড-১৯ এর কারণে সেটা করা বহু মুসলিমের পক্ষেই সম্ভব হবে না। নিজেকে ঝুঁকিমুক্ত রেখে নিজের সম্প্রদায়ের সাথে যোগাযোগ রাখার ব্যাপারে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এই উপদেশগুলো দিয়েছে:

- এই রমজানে ফোন বা ইন্টারনেটের মাধ্যমে আপনার পরিবার এবং প্রিয়জনদের সাথে যোগাযোগ রাখুন;
- পরিবারের সকলের সাথে কথা বলুন, বিশেষত বয়স্ক মানুষদের সাথে কারণ তারা আলাদা থাকার কারণে হয়ত মানসিক অবসাদ বা রাগ অনুভব করছেন;
- ভারুয়াল ইফতারের আয়োজন করে পরিবারের শিশু, দাদা-দাদী এবং অন্য সকলের মন খুশীতে ভরিয়ে দিন।

আলোচনায় ধর্মীয় নেতাদের অন্তর্ভুক্ত করুন

ধার্মিক দর্শকরা সাধারণত ধর্মীয় নেতাদের কাছ থেকে প্রাপ্ত তথ্য বিশ্বাসযোগ্য বলে মনে করেন। রমজানের সময় সম্ভবত ধর্মীয় নেতাদের তাদের অনুসারীদের সাথে আরও বেশি যোগাযোগ থাকে (ফোন বা অনলাইনে হলেও)। রমজান মাসে নিরাপদ থাকার উপায়গুলো নিয়ে আলোচনায় এই নেতাদের অন্তর্ভুক্ত করুন এবং তাদের কাছে কোভিড-১৯ এর বিষয়ে সর্বশেষ তথ্য থাকা নিশ্চিত করুন যাতে গুজব এবং ভুল তথ্য না ছড়ায়।

সামাজিক বা ধর্মীয় জমায়েতে যোগ দেওয়ার ঝুঁকি বিবেচনা করুন

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা সুপারিশ করে যে ধর্মীয় নেতাদের জমায়েত সীমাবদ্ধ, সংশোধন, স্থগিত, বাতিল বা আয়োজন করার যেকোনো সিদ্ধান্ত মানুষের কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকির ভিত্তিতে নেয়া উচিত।

কোভিড-১৯ এর বিস্তার রোধের জন্য অনেক সরকার ধর্মীয় সমাবেশ নিষিদ্ধ করেছে। সৌদি আরবের শীর্ষ ধর্মীয় প্রতিষ্ঠান সারা বিশ্বের মুসলমানদের এই রমজানে একসাথে নামাজ না পড়ার আহ্বান জানিয়েছে। এর পরিবর্তে বাড়িতেই তারাবীহর নামাজ পড়ার পরামর্শ দিয়েছেন। ইন্দোনেশিয়ার বৃহত্তম মুসলিম সংগঠন মোহাম্মাদিয়া ফতোয়া জারি করেছে যে মহামারীটির বিরুদ্ধে লড়াই করা ধর্মীয় কর্তব্য। ফতোয়াটিতে মুসলমানদের শুক্রবার দুপুরের বাধ্যতামূলক নামাজ মসজিদে আদায় স্থগিত করে, তার পরিবর্তে ঘরে জোহরের নামাজ পড়ার পরামর্শ দেয়া হয়েছিল।

রমজানে ধর্মীয় জমায়েত কভার করার সময় নিজের সুরক্ষার জন্য নিম্নলিখিত স্বাস্থ্যবিধি ব্যবস্থাগুলো অবশ্যই নিশ্চিত করবেন:

- সমাবেশটি বাইরে খোলা জায়গায় করার জন্য আয়োজকদের পরামর্শ দিন। তা সম্ভব না হলে, জমায়েতের স্থানে পর্যাপ্ত বায়ুচলাচলের ব্যবস্থা থাকলে বা সেটি বাইরে অনুষ্ঠিত হলে, তবেই যোগ দেবেন।
- জমায়েতে অংশগ্রহণকারীদের অবশ্যই অন্তত ১ মিটার (৩ ফিট) দূরত্ব বজায় রেখে বসতে বা দাঁড়াতে হবে।
- জামাতের পূর্বে ও পরে অংশগ্রহণকারীদের হাত ধোয়ার ব্যবস্থা থাকতে হবে; খালি পায়ে প্রবেশ করতে হলে অবশ্যই পা ধোয়ার ব্যবস্থা থাকতে হবে; ঢোকার পথে এবং প্রার্থনার জায়গায় হ্যান্ড-স্যানিটাইজার থাকবে।
- হাতের কাছে টিস্যু রাখতে হবে এবং ব্যবহৃত টিস্যু ফেলার জন্য বন্ধ ডাস্টবিন রাখতে হবে।
- সকলকে বাড়ি থেকে নিজ নিজ জায়নামাজ নিয়ে আসতে হবে যা কাপেট বা মেবের ওপর বিছিয়ে নামাজ পড়বেন।

যদি সকলে জমায়েত করে নামাজ পড়া সম্ভব না হয় তাহলে টিভি, রেডিও স্টেশন, অনলাইন সংবাদ পোর্টালগুলো আপনাদের সম্প্রদায়কে গুরুত্বপূর্ণ অনুষ্ঠানে যোগ দিতে সহায়তা করতে পারে। আযান সম্প্রচার অথবা ধর্মীয় নেতাদের সহযোগিতায় সম্পূর্ণ জামাত সরাসরি সম্প্রচারের ব্যাপারে বিবেচনা করতে পারেন।

COVID-19

Guidance, resources and content to support journalists responding to rumours and misinformation about COVID-19



a project of Internews

যে টিভি ও রেডিও সাংবাদিকরা ধর্মীয় জমায়েতের সরাসরি প্রতিবেদন দিচ্ছেন তাদের জন্য সুরক্ষামূলক নির্দেশনা:

- বার বার অন্তত ২০ সেকেন্ড ধরে হাত ধোবেন এবং হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন
- প্রয়োজন হলেই শুধুমাত্র মুখোমুখি সাক্ষাৎকার নিন
- সাক্ষাৎকার নেয়ার সময় অন্তত ১ মিটার দূরত্ব বজায় রাখুন
- দুটি মাইক্রোফোন ব্যবহার করুন এবং সেগুলো অ্যালকোহল ও ডিসপোজেবল টিস্যু দিয়ে জীবাণুমুক্ত করুন। একটি মাইক্রোফোন আপনার জন্য এবং অপরটি যার সাক্ষাৎকার দাতার জন্য
- প্রতিটি অ্যাসাইনমেন্টের আগে ও পরে সকল যন্ত্রপাতি অ্যালকোহল দিয়ে পরিষ্কার করুন
- সংক্রমণের সম্ভাবনা কমাতে একটি দলে দুই জনের বেশি থাকা উচিত নয়
- এমন জায়গা বেছে নিন যেখানে ভিড় বা মানুষের চলাচল কম
- সার্জিক্যাল মাস্ক পড়ুন এবং ব্যবহারের পর নিরাপদ পদ্ধতিতে ফেলুন।

রোজা রাখলে কি কোভিড-১৯ সংক্রমণের ঝুঁকি বাড়ে?

রোজা এবং কোভিড-১৯ সংক্রমণের ঝুঁকির ওপর কোনও গবেষণা করা হয়নি। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা বরাবরের মতোই বলেছে যে সুস্থ ব্যক্তির রোজা রাখলে কোনও সমস্যা নেই।

ইসলামে গর্ভবতী, বৃদ্ধ বা অসুস্থ (কোভিড-১৯ সহ) ব্যক্তিদের রোজা রাখা থেকে অব্যাহতি দেয়া হয়েছে। রমজানে রোজা রাখা সুস্থ ব্যক্তিদের জন্য নিরাপদ হলেও, যাদের ডায়াবেটিস, পাকস্থলী ও অন্ত্রের রোগ বা কিডনির রোগের মতো অসুস্থতা রয়েছে তাদের নিজের চিকিৎসকের সাথে পরামর্শ করা উচিত ও তাদের নির্দেশ মেনে চলা উচিত।

কীভাবে গরিব দুঃখীদের দান-সদকা করবেন?

ইসলাম ধর্মের পাঁচটি স্তম্ভের একটি হল যাকাত এবং রমজানে যাকাত দিতে উৎসাহিত করা হয়। মহামারী চলাকালীন শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা গুরুত্বপূর্ণ, তাই এই সময় ধর্মীয় বিধান পালনের জন্য বাড়ির বাইরে গিয়ে সরাসরি দরিদ্রদের টাকা দেয়ার পরামর্শ দেয়া হয় না।

অনেক মুসলমানই রমজান উপলক্ষে ইফতারের সময় মসজিদে গরিবদের মধ্যে খাদ্য বিতরণ করেন। কিন্তু এক্ষেত্রে বিশাল সংখ্যক মানুষের জমায়েত ঘটে এবং ভাইরাসের সংক্রমণ সহজেই ছড়িয়ে পড়তে পারে।

এক্ষেত্রে মুসলমানরা সেই সকল এনজিও এবং ফুড-ব্যাংকের সাহায্য নিতে পারেন যারা গরিব এবং বেকারদের খাদ্য সহায়তা দেন। দরিদ্রদের জন্য ইফতারের আয়োজন করলে ভিড় খুব বেড়ে যেতে পারে এবং তাই বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা প্রত্যেকের জন্য খাবারের প্যাকেটের ব্যবস্থা করার পরামর্শ দিয়েছে। এই প্যাকেটগুলি দাতব্য সংস্থা ও এনজিও বিতরণ করতে পারে।

যাদের ইন্টারনেটের গতি কম তাদের কথাও মাথায় রাখবেন

সকলের কাছে ইন্টারনেট সংযোগ নেই বা সকলে সবসময় ইন্টারনেট ব্যবহার করেন না। তবুও আপনি আপনার শ্রোতাদের টেলিফোনের চ্যাট সেবা ব্যবহার করে জামাতে অংশ নিতে সহায়তা করতে পারেন। সেই সাথে আপনি আযানের সময় সকলকে অবহিত করে শারীরিক দূরত্ব থাকা সত্ত্বেও মুসল্লিদের একই সময়ে নামাজ আদায়ে উদ্বুদ্ধ করতে পারেন।

Meetupcall এর মতো অ্যাপ ব্যবহার করে ইন্টারনেট ছাড়াই, শুধু ফোনের সিগন্যাল ব্যবহার করে এক বা একাধিক ব্যক্তিকে কল করা যায়। কম গতির ইন্টারনেটে ব্যবহারযোগ্য সাংবাদিকদের জন্য আরও কিছু টুল [এখানে](#), আমাদের ব্লগে পাবেন।



Internews

For more information, contact:



covid-19@internews.org



@internews_covid



Covid-19 Internews