



د افغانستان اسلامی جمهوریت
د عامی روغتیا وزارت
د ناروغیو د کنټرول لوی ریاست
د لومړنی روغتیا د پاملرنی ریاست
د معلولیت او بیارغونی برنامه

د کرونا وایروس (COVID-19) د پراخیدو په حال کی د معلولیت
لرونکو وگړو ته د پاملرنه
لارښود

نیټه: د وری ۲۲ کال ۱۳۹۹
۱۰ د اپریل کال ۲۰۲۰ سره سمون خوری

سریزه:

د کرونا وایروس (COVID-19) د پراخیدو په حال کی معلولیت لرونکو وگړو ته پاملرنه:

په مارچ 2020 کې د روغتیا نړیوال سازمان (ډبلیو ایچ او) د یو غیر عادی وایروس چی د کورونوایروس ناروغی (کوویډ - 19) په نوم یادیری اعلان وکړ چی دا به ډیر په چټکتیا او اولوبی کچه خپور شی. د روغتیا نړیوال سازمان او د نړی د عامې روغتیا چارواکو د COVID-19 وایروس د مخنیوی د پاره د ټولنو په اړونده مسؤلینو د اقدام کولو غږ وکړو. بیرنیز حالتونه د معلولیت لرنکو کسانو نوی نسل رامینځ ته کوی چی د ټپونو، ټیټ روغتیایی خدمتونو، د روانی ستونزو، ټولنیزو ستونزو او پاملرنی خدمتونو کی د جدی ستونزو له کبله مینځ ته راځی. د دی وایروس پراخیدل به په ټاکلی نفوس، لکه د مثال په ډول معلولیت لرونکو وگړو باند، ممکن ډیر تاثیر ولری. که ساده او محافظتی اقدامات تر سره شی نو د دی وایروس اغیزه تر ډیری کچی کم کیدی شی.

د معلولیت او فزیکي بارغونی برنامه چی د ناروغو د کنترول لوی ریاست به چوکات او د لومړنیو روغتیایی خدمتونو ریاست تر مسستقیم مدیریت لاندی کارکوی دغه لارښود د معلولیت او بارغونی د تخنیکي گروپ به همکاری چی د معلولیت او فزیکي بارغونی د برنامه مشر دوکتور موسی ضیاء تر مشری لاندی د نړیوال روغتیا سازمان د لارښود په رنرا کی ترتیب شو ترسو د کرونا وایروس د ناروغی د پراختیا په وخت کی د معلولیت لرونکو وگړو سره مرسته تر سره او روغتیایی تضمین شی.

د کوویډ - 19 ناروغی د زیاتی پراختیا په صورت کی معلولیت لرونکو وگړو ته ولې لا زیاته پاملرنی ته اړتیا ده ؟

دا ډاډ باید تر لاسه شی چی معلولیت لرونکی خلک کولی شی چی د روغتیا پاملرنې خدمتونو او عامه خدمتونو ته لاسرسی لری. هغه معلومات چی دوی ورته اړتیا لری ورسره پر وخت شریک شی چی د کرونا وایروس پراخیدل، د مخنیوی لاری چاری او د درملنی مرکزونو په اړه وی.

معلولیت لرونکی خلک ممکن تر ډیره حده د COVID-19 یا کرونا وایرس د لاندی لاملونو له وجی د زیات خطر سره مخ وي

- ✓ د حفظ الصحې لومړنی اقداماتو پلي کولو کې خنډونه. لکه د لاس مینځل د بیلگې په توگه لاس مینځلو د ځایونو نه شتون یا دی امکان ولری چی د فزیکي لاسرسی وړ نوی، یا یو څوک ممکن فزیکي ستونزې ولری او خپل لاسونه په خپله نه شی مینځلی.
- ✓ ځینی معلولین د ټولنیز واټن پلي کولو کې کیدایشی ستونزې ولری نو ملاتړ او کمک باید ورسره وشی.
- ✓ معلولیت لرونکی وگړی اړتیا لری چی په چاپیریال کی شیان/ وسیلی ونیسی او فزیکي ملاتړ تر لاسه کړی.
- ✓ د عامې روغتیا معلوماتو ته په لاسرسی کې ستونځی او ځنډونه.

لومړنیو روغتیایی شرایطو ته په کتو معلولیت لرونکی خلک که د COVID-19 په ناروغی اخته شی کیدایشی د دوی د ناروغی قضی لاپیر خطر او ستونزی ولری چی دا له دې امله دی

- ✓ د کرونا وایروس د هغه کسانو روغتیایی وضعیت ډیر خرابوی کوم خلک چی تنفسی ناروغی، د زړه ناروغی، شکر ناروغی او کمزوری معافیتی سیستم ولری.
- ✓ روغتیایی پاملرنې خدمتونو ته په لاسرسی کې د خنډونو شتون.

- ✓ د کرونا وایروس خپریدل په معلولیت لرونکي خلکو ممکن د نورو خلکو په پرتله په غیر متناسب ډول ډیر اغیز ولري چی لامل یی هغه عامه خدماتو کی جدي خنډونه دی چی دوی ورته اړتیا لری.
- ✓ که کلیدی شریکان مناسب اقدام وکړي د معلولیت لرونکو خلکو لخوا تجربه شوي خنډونه کیدی شي کم شوی.

د معلولیت لرونکو خلکو او د دوی کورنی د پاره لازمی کړنی او لارښوونی.

- ✓ معلولیت لرونکی کسان باید په پام کی ولری چی څنگه خپل ځان او کورنی د COVID-19 یا کرونا وایروس څخه وساتی او اغیز یی کم کړی.
- ✓ هر هغه څوک چی معلولیت لري دی خپله او د هغه کورنۍ د کرونا وایروس د پراختیا د مخنیوی د لارښود پیروي وکړي.
- ✓ که معلولیت لرونکی وگړی د لومړنی روغتیا د پاملرنی لارښود په تعقیب کې کومه ستونزه لری د مثال په توگه که معلول د دی توان نه لری چی د لاس مینځلو ځای ته لاړی شی مرسته ورسره وکړی، یا معلول کس نه شی کولی چی خپل لاسونه په منظم ډول پرمینځی نو د لاس مینځلو کی ورسره کمک وکړی. خپل کورنی، دوستانو او مرسته کونکو سره یوځای کار وکړی چی د دوی ستونځی په گوته او ورته لازمی اسانتیاوی برابرې کړی.
- د دی سربیره:
- ✓ تر ډیره حده پورې د گڼی گڼی ځای ته د تگ څخه ډه ډه وکړئ او د نورو خلکو سره فزیکي اړیکی مو کمی کړئ. بیرون ته د لیدنو او کتنو د پاره پر یو مناسب وخت غور وکړئ. معلولیت لرونکو خلکو لپاره د ځانگړي ساعتونو او وخت نه گټه واخلي.
- ✓ د عاجلو توکو اخستلو او په وخت رانیولو ته پام وکړی. لکه خواپره، درمل او روغتیای توکي او د کور نور اړین توکی چی په بیا بیا مو بیرون تگ ته اړ نشی.
- ✓ په ځانگړي توگه که تاسو په عادي ډول یو بوخت او گڼی گڼی چاپیریال کی کار کوی نو تاسی باید له کور څخه کار وکړی.
- ✓ ډاډ ترلاسه کړئ چې مرستندویه وسایل (مصنوعي غړی، اور توپیدی قالبونه او امساگانی) که کارول کیري، غیر متن کړی.

د ملاتړ او پاملرنې د دوام ډاډ ترلاسه کولو لپاره یو پلان ترتیب کړی.

که تاسی پاملرنی ته اړتیا لری نو په یو کس باندی تکیه مه کوی د مختلف لارو چارونه گټه واخلي، کوشش وکړی چی خپل کمک پخپله وکړی. که چیرته تاسی تجرید ته اړتیا پیدا کړه نو خپله کوشش وکړی چی په دی وخت کی تر امکانه پوری خپلی ستونځی حل کړی او یا د یو ځانگړی کس په مرسته خپل مشکلات حل کړی.

- ✓ د کورنی غړی باید د معلول کس سره د هغه د اړتیا په مطابق مرسته وکړی. ټولی اسانتیاوی ورته برابرې کړی.
- ✓ د معلول کس د استعمال وسایلو په متن کولو کی ورسره مرسته وکړی. هغه وسایل ورته برابر کړی چی دوی ورته اړتیا لری.
- ✓ د متن کولو معایات ورته برابرې شی.
- ✓ په تشنابونو کی ورته صابون، اوبه او نور د پاکوالی وسایل برابر کړی.

که تاسی د یو اداری لخوا نه مرسته تر لاسه کوی نو معلومه کړی چی کومو بیړنی خدمات تاسی ته د وړاندیکولو وړتیا لری. د دی نه علاوه تاسی خپل د کورنی غړی سره وغږیري چی کوم نوری مرستی تاسی سره کولی شی، او د اړتیا په وخت کی د کومو نورو لاریاتو مرستو د پاره تاسی دوی نه غوښتنه کولی شی.

- ✓ هغه بنسټونه اور مربوطه اداری معلومی کړی کومو ته چی تاسی په اسانه توگه لاس رسی کولی شی.
- ✓ که تاسی د کرونا وایرس باندی اخته شوی یاست نو خپله کورنی مو د مرستی کولو د پاره چمتو کړی.

- ✓ که تاسی په دی ناروغی اخته شوی یاست نو دا ډاډ تر لاسه کی چی د دی ناروغی معلومات مو د خپلی کورنی او یا نیزدی ملگری سره شریک کړی تر سو ستاسی درملو، اولادونو، مور پلار او ټولو هغه کسانو خیال وساتی چی ستاسی په مرستی بی تکیه کوله.
- ✓ ستاسی د کورنی هر غړی باید خبر وسی چی تاسی د کرونا وایرس باندی اخته شوی یاست او تاسی د هغوی مرستی ته اړتیا لری.
- ✓ که تاسی له خپلی کورنی نه لری یاست او اړیکه ورسره نه لری نو د خپلو انډیوالانو په مرسته ورته خبر ورکړی چی تاسی د کرونا په ناروغی اخته شوی یاست.
- ✓ تاسی ته باید د بیرنیو مرستو غوښتنو د پاره د روغتیایی ادارو د اړیکو بیرنی شمیری معلومی او په یاد وی چی تاسی ورسره د بیرنی او اړینی مرستی د پاره اړیکه کی وسی.

د معلولیت لرونکو وگړو د کورنی د غړو او مرسته کونکو روانی او فزیکي روغتیا

- ✓ د کرونا وایرس د چټکی خپریدو په وخت کی، تاسی د نړیوال روغتیا سازمان د روانی روغتیا او غیر ساری ناروغیو له لارښودونو نه گټه واخلي او پاملرنه ورته وکړی.
- ✓ که په کورنی کی مو څوک د ناروغی یا وایرس علامه ولری نو د کورنی غړی مو جلا کړی او د ماسک نه گټه پورته کړی.
- ✓ معلولیت لرونکی وگړی هرڅومره زر چی کیدلی شی د وایرس ازموینی مرکز او خدمتونو ته لاس رسی ولری.
- ✓ ټولی سطحی عفونی ضد کړی چی وایرس د مینځه لاړ شی. د کورنی هر غړی مو تر څار لاندی ونیسی چی په دی وایرس اخته شوی نه وسی.
- ✓ که امکان ولری هر هغه کس چی د بدن دفاعی یا معافیت سیستم یی کمزوری وی د دری هفتو د پاره تجرید یا قرنطین شی.

د دولت لپاره اړینی کړنی او د دولت مسؤلیتونه:

- ✓ په اول قدم کی دروغتیا معلوماتو ته لاس رسی باید ډامن کړی. ټولو معلولیت لرونکو وگړو ته روغتیایی معلومات بی له کوم زڼده د هغوی د اړتیا مطابق ورسول شی. د مثال په ډول کوم معلولین چی نه اوریدونکی او چپ وینا وی دی نو د اشاری په ژبه د روغتیا اړونده معلومات د ټولنیزو رسنیو، مطبوعاتی خبرتیاوو په مرسته شریک کړی.
- ✓ عامه معلوماتی توکي "اسانه لوستل" کیدونکو مضمونونو ته بدل کړئ ترڅو چې ذهني معلولیت لرونکی خلکو لپاره اسان او د لاسرسی وړ وگرځی.
- ✓ په لیکلی بڼه د مناسبو لارو په مرسته د معلوماتو شریکول د مثال په ډول غټ سرلیکونه، غټ چاپی معلومات، د بریل خط په مرسته د روښان زړی نه اوریدونکو معلولیت لرونکو معلولینو د پاره اړین معلومات برابرول.
- ✓ د معلولیت لرونکو وگړو دپاره د خدمتونو وړاندی کونکو ادارو سره په گډه کار وشی ترسو معلولیت لرونکو کسانو سره د عامی روغتیا په اړه اړین معلومات شریک کړل شی.
- ✓ د معلولیت لرونکو کسانو سره د مرسته کونکو ادارو سره په گډه کار وشی چی معلولیت لرونکو کسانو او د دوی کورنیو سره بیرنیو وختونو کی مالی او اقتصادی مرستی وکړی.
- ✓ دولت باید معلولیت لرونکو کسانو ته په کور کی د کارکولو اسانتیاوی برابرې کړی.
- ✓ د وایروس نه د مخنیوی په اړه معلولیت لرونکو ادارو ته او معلولیت لرونکو کسانو ته د زدکړی برنامه برابرې کړی. چی څنگه دوی د وایروس نه مخنیوی وکړی چی خپله دوی او د دوی کورنی په دی وژونکی وایروس اخته نه شی.
- ✓ معلولیت لرونکیو وگړو سره نقدی مالی او اقتصادی مرستی وشی.
- ✓ بنوینزه بنسټونه او مکتبونه باید معلولیت لرونکو ماشومانو ته په کور دننه د زدکړی زمینه برابرې کړی.
- ✓ بیرنیو مرستی تر لاسه کولو د پاره معلولیت لرونکو کسانو ته د بیرنیو اړیکو شمیری او بریښنالیکونه ورکړل شی تر سو دوی خپل سوالونه او ستونزی د اړونده ادارو سره په اسانی شریکی کړی.
- ✓ د معلولینو سره د مرستی کونکو ادارو ته لازمی لارښوونی وشی چی د معلولیت لرونکو کسانو ستونځی په گوته کړی او د حل لاری چاری ورته پیدا کړی.

د معلولیت او فزیکي بیارغونی برنامه

- ✓ کومو وسایلو ته چی معلولیت لرونکی وگړی اړتیا لری په بیرنیز ډول بی ورته برابر کړی.
- ✓ معلولینو سره د مرستی کونکو ادارې هر سومره چی کیدلی خپلی ادارې چاری ساده کړی او ستونزی را کمی کړی خو د ناروغیو د مخنیوی لارو چارو ته جدی پاملرنه وکړی.
- ✓ دولت باید د مرسته کونکو ادارو کارکونکو ته لازمی اسانتیاوې برابرې کړی تر سو روغتیایی، مالی او اقتصادی مرستی معلولیت لرونکو وگړو ته په وخت ورسوی.
- ✓ دولت باید په بیرنیو حالتو کی د معلولیت خدمتونو د پاره لنډمهاله مالی ملاتړ ته پام وکړی.
- ✓ معلولیت لرونکو وگړو ته ځانگړو بیرنیو اړیکو شمیری چمتو کړئ ترڅو دوی له دولت او اړونده ادارو سره اړیکه ونیسی او خپلی اندیښنې او ستونزی چی معلولیت لرونکی کسان ورسره مخ وی شریکی کړی.
- ✓ د لومړیتوبونو په بنسټ د هغه وسایلو او اړینو توکو نوم لړ تیار شی او د معلولیت سره مرسته کونکی ادارو ته وسپارل شی چی دا وسایل ورته برابر کړل شی لکه مصرفی محافظتی تجهیزات په شمول د ماسکونه، لاسکینی او د لاسونو متنن کولو معایات (Sanitizers).
- ✓ ډاډ باید تر لاسه شی چی معلولیت لرونکو کسانو سره مرسته کونکی د کرونا وایروس د معاینه کولو مرکزو ته پوره لاس رسی لری.

د روغتیایی کارکونکو مسؤلیتونه:

- ✓ د روغتیایی کارکونکی دا ډاډ ترلاسه کړی چې د COVID-19 کرونا وایروس په اړه روغتیایی خدمتونه د لاسرسی وړ، ارزانه او ټول شموله دي.
- ✓ د کرونا وایروس د پراخیدو په وخت کی روغتیایی کارکونکی باید د نړیوال روغتیایی سازمان لارښود تعقیب کړی او ټولی کړنی د دی لارښود سره سمی ترسره کړی.
- ✓ ټولی هغه لاری چاری تر سره کړی چی د کرونا وایروس معاینات او خدمتونه په پشپړه توگه د معلولیت لرونکو وگړو د لاس رسی وړ وی او فزیکي موانع او ستونزی نه لری. لکه د بیلگی په توگه لاری باید هواری وی، زینی باید د معلولینو د گټی اخستو وړ وی، او روغتیایی کلینک د ټولو امکاناتو نه دوی په اسانه گټه واخلي.
- ✓ د کارونکو برخورد او کړنی بی تعیض نه پاکي وی او امکان په صورت کی مالی مرسته ورسره وشي چی دوی د روغتیایی خدمتونو نه لکه د نورو وگړو په شان گټه واخلي او د دوی روغتیایی ډاډمنه شی.
- ✓ د کرونا وایروس په اړه ټول روغتیایی معلومات معلولیت لرونکوی وگړو ته او له دوی سره مرسته کوونکو کسان ته په وخت ورسول شی.
- ✓ د کرونا وایرس په اړه معلومات په لیکلی او یا لفظی بڼه په ډیر ساده ډول برابر کړی چی ټول معلولیت لرونکی کسان ترینه په اسانه توگه گټه واخلي.
- ✓ معلولیت لرونکو کسانو ته کورمیشته روغتیایی مشورتی برنامی برابرې کړی چی په هغی کی د دوی عامی روغتیایی ته پاملرنه وشي او د کرونا وایروس په اړه چیرته چی لازم وی معلومات برابر کړی.
- ✓ روغتیایی کارکونکی خپله هم باید دا معلومات ولری او وپوهیږی چی د کرونا وایروس د معلولیت لرونکو وگړو په روغتیایی او ټولنیز ژوند سه اغیز لری.
- ✓ معلولیت لرونکو خلک چی ډیری پیچلی اړتیاو ی لری کافی ملاتړ چمتو کړئ ، په ځانگړي توگه که د قرنطین په وخت کی.
- ✓ کله چې اړتیا وي د روغتیایی، ټولنیزو خدمتونو، کورنیو او مرسته کونکو ترمینځ د بنی پاملرنه د پاره همغږی را میځته کړئ.

معلولیت لرونکو وگړو د پاره تلفونی روغتیایی برنامی برابرې کړی.

د معلولیت لرونکو خلکو لپاره د روغتیایی پاملرنې وړاندې کولو لپاره د تلفون مشورې ، لیکلی پیغامونه او ویدیو کنفرانس چمتو کول. دا ممکن د دوی عمومي روغتیایی لپاره وي، چی په دی کی د دوی د بیا رغونې اړتیاوې او په هغه ځای کې چې مناسب وي د COVID-19 د کرونا وایرس اړوند بشپړ معلومات پکې شاملې وي.

د معلولیت د خدمتونو د وړاندی کونکو ادارو مسؤلیتونه:

- ✓ د خدمتونو د وړاندیکولو د پاره د پلانونو ترتیب او د هغی پیاده کول.

د معلولیت او فزیکي بیارغونی برنامه

- ✓ د یوې حالت یا سناریو لپاره پلان جوړ کړی. چیرې چې کاري ځواک کم شوی، په داسې وخت کې د ادارې او تخنیکي کارمندانو لپاره د کارونه ځانگړی کړی چې دوی یې په ښه توگه وکولی شي ترسره کړي.
- ✓ هغه څوک چې غواړي پراخه ونډه په غاړه واخلي که امکان ولري نو د هغوی د پاره روزنيزی برنامې ونیسی او آنلاین ماډلونه رامینځته کړی چې نوی کاري ځواک رامینځته شي.
- ✓ د محلی ادارو سره باید له نيزدی کار وشي چې معلولیت لرونکو وگړو د پاره چې کوم اړین خومتونه دی خلاص پاتی شي او بند نشي. هغه معلولیت لرونکی کسان په گوته شي چې بیړنیو خدمتونو ته اړتیا لری او په وخت باید ورته برابر کړل شي.

د معلولیت لرونکو خلکو او د هغوی د ملاتړ شبکو سره ښه همغږی:

د کرونا وایرس په اړه ځانگړی معلومات برابر کړی او دغه معلومات بیا د معلولیت لرونکو وگړو او له دوی سره د ملاتړ کونکو ادارو سره شریک کړی. دا معلومات کیداشی دلاندی مواردو په اړه وی لکه د بیلگی په توگه

- ✓ د پلانونو په اړه
- ✓ د روغتیایي خدمتونو په اړه
- ✓ د روغتیایي مرکزونو د ځای او خدمتونو په اړه
- ✓ تیلیفونی روغتیایي خدمتونو او مشورو په اړه
- ✓ د روغتیایي توکو د کمبود په اړه، یا په داسې حالت کې چې معلولیت لرونکی وگړی قرنطین شوی وی او دوی د خدمتونو او روغتیایي توکو ته اړتیا ولری.

د معلوماتو شریکولو د پاره له مختلفو لاروچارو او وسیلو نه کار واخلي د مثال په ډول د تیلیفون د لاری، لیکلو پیغامونو د لاری، ټولنیزو شبکو د لاری د راډیو او تلویزون د لاری.

د معلولیت د خدمتونو د چمتو کولو پرمهال د کرونا وایرس نه مخنیوی

- ✓ د انفیکشن کنټرول په اړه د معلولیت د پاملرنې کاري ځواک روزنه ، او د دوی د مهارتونو لوړول.
- ✓ ډاډ ترلاسه کړی چې د معلولینو سره مرسته کونکی او خدمتونو چمتو کونکي وگړی محافظتي تجهیزاتو ته لاسرسی لري لکه ماسکونه، لاسکښې او د لاسونو، د روغتیایي مرکزونو او کورونو مننن کولو معایات (sanitizers).
- ✓ معلولیت لرونکو وگړو ته کورمیشته روغتیایي خدمتونه او اسانتیاوی د تیلیفون د لاری یا بلی مناسب لاری په مرسته برابری کړی.

په استوگنځایونو کې باید دغه اړینې ټکی په نظر کې ونیسی.

- ✓ د ناروغی د خپریدو د مخنیوی د پاره، معلولیت لرونکی وگړی باید ځانگړی وخت کې ولیدل شي او اړخونی یې وکړی. د ټولنی روانی حالت ته ځانگړی پاملرنه وشي چې روحیه له لاسه ور نکړی.
- ✓ د هغه کسانو په د پاره چې قرنطین او جودا والی ته اړتیا لری لازمی کړنی تر سره شي چې انفیکشن کنټرول او نورو خلقو ته خپور نه شي.
- ✓ کوم کسان چې شکمن دی، زر تر زره لابراتوار معاینات یې وشي چې یقینی شي چې ناروغی لری او که نه.
- ✓ کسانو ته په کورونو کې د پاتی کیدو لارښونی وشي.
- ✓ ماسکونو نه استفاده وکړی او په جدا خونو کې وساتل شي، راشه درشه ورسره ونشي، چې ناروغی یې نورو کسانوته خپره نشي.

هغه معلولیت لرونکو کسانو ته هر اړخیزی مرستی برابر شي چې دوی ورته اړتیا لری.

- ✓ مرستی ته اړ کسان معلوم شی چی څرنگه کمک او مرستی ته اړتیا لری، دوی سره او د دوی کورنی سره، معلولینو سره مرستی کونکو ادارو سره او د ټولنی مرستندویه مسؤلینو سره یو ځای کار وشی چی دوی ته اړینی مرستی برابری کړی.
- ✓ د معلولیت لرونکو وگړو پر وړاندی هغه ټولی ستونزی باید په گوته شی چی دوی سره زور زیاتی، توپیری چلند، ناوړه گټه اخستنه او په دندو کی غفلت په گوته کوی. دا ټول لاملونه په ټولنه کی د معلولیت لرونکو وگړو د انزوا سبب کیری.
- ✓ د دی خطرونو د کمولو ملاتړ وکړی لکه د مثال په ډول د ستونزو ته په وخت ځواب ویلو د پاره د لاس رسی وړ تیلیفونی شمیره چمتو کول چی معلولین وکولی شی خپلی ستونزی د اړونده ادارو او مسؤلینو سره شریکی کړی.

د ټولنی مسؤلیتونه

- ✓ د ټولنی لخوا د لومړنی محافظتی کړنو په نظر کی نیول.
- ✓ د کرونا وایروس په اړه د نړیوال روغتیا سازمان د لارښود لارښوونو ته پاملرنه او پلی کول.
- ✓ که کوم کس کی د ناروغی اعراض او علامی نه معلومیری نو بیا هم د کرونا وایروس خطر جدی وگهی کیدای شی تاسی دا وایروس بل چا ته ولیږدوی.
- ✓ کار گمارونکو اداری او مسؤلین باید انعطاف کونکی وسی او داسی تنظیمات په کاری چاپیریال کی برابر کړی چی انفیکشن کنترول او نوروته ته ناروغی خپره نشی.
- ✓ خپل کاری چاپیریال داسی برابر کی چی د کرونا وایروس خپریدو د پاره حساس وسی.
- ✓ خپل کاری چاپیریال داسی برابر کړی چی معلولیت لرونکی وگړی په اسانی سره تاسی ته لاس رسی ولری.
- ✓ دا باید ډاډ منه کړی چی معلولیت لرونکی کسان کوم ډول وسایلو او ټکنالوژی ته اړتیا لری.
- ✓ په دی هم باید پوه شو چی معلولیت لرونکی وگړی کوم ډول مرستندویه کمک وسایلو لکه امسا، لکړی، چکسونه، مصنوعی غړی، د تلوو د پاره مرستندویه عربه دار چوکاټونه او بایسکلان چی دوی د دی وړتیا پیدا کړی او د خدمتونو نه گټه پورته کړی.
- ✓ دا هم باید وکتل شی که چیرته معلولیت لرونکی کسان دخپل کور نه یا دلری نه خپلی دندی نشی اجرا کولی نو معلولیت لرونکو کسانو ته دی د ناروغی او وایروس د خپریدو زور تر کمښت پوری رخصت ورکړل شی.
- ✓ په کاری ځایونو کی د انکیفیکشن د کنترول یا مخنیوی په اړه محافظتی تدبیرونه او لاری چاری په نظر کی ونیول شی.
- ✓ روغتیایی وسایل لکه ماسکونه، لاسکینی، د لاسونو، روغتیایی مرکزونو او د کورونو متن کولو معایات (sanitizers) ورته برابر شی.
- ✓ معلولیت لرونکو کسانو ته یو ځانگړی وخت وټاکل شی چی دوی د خپلی اړتیا عام او روغتیایی توکی په ډیره اسانه ټوگه تر لاسه کړی.
- ✓ معلولیت لرونکو وگړو سره د دوی د کورنی، دوستانو او گاونډیانو لخوا پراخه مرسته وشی ولی چی د دوی اړتیاوی زیاتی دی او د دوی روغتیایی د معلولیت له امله ډیره زیانمنه شوی ده.
- ✓ په دوامداره ټوگه د معلولیت لرونکو وگړو سره په اړیکه کی وسی، دوی ته ټولنیز او عملی مرستی برابری کړی تر سو دوی د ټولنیزو محدودیتونو درانوی ته ژمن پاتی شی او دا وایروس د خپریدو سبب دوی نشی.
- ✓ د کرونا په اړه چی څنگه لازمه ده خلقو سره معلومات شریک کړی او داسی معلومات وړاندی نکړی چی په ټولنه کی روانی فشار او ستونزی زیات کړی او خلک روانی ستونزو سره مخ شی.