

आज हम सभी कोविड-19, कोरोना वायरस से उत्पन्न विभिन्न चुनौतियों से जूझ रहे हैं। इन्हीं बातों को ध्यान में रखते हुए ये लेख श्रृंखला जारी की गई है। इन लेखों में कोरोना महामारी और स्वास्थ्य, जेण्डर, व सामाजिक न्याय से जुड़े विभिन्न विषयों पर समसामयिक जानकारी व पुरुषों की भूमिकाओं को सामने लाने का प्रयास किया गया है

नये दौर की नई बातें

कोरोना महामारी और स्वास्थ्य, जेण्डर, व सामाजिक न्याय पर लेख श्रृंखला



एक साथ राष्ट्रीय अभियान
एवं
मित्र

मेन्स इनीसिएटिव्स फॉर ट्रांसफार्मिंग रिलेशनसिप थ्रू एक्शन

लेख 1

कारोना की त्रासदी और हमारी जिम्मेदारी

आज जब कोरोना की वजह से बहुत सारे लोग खासकर पुरुष अपने प्रियजनों से दूर विषम परिस्थितियों में फंस गये हैं, और घर नहीं पहुंच पाये हैं ऐसी स्थिति में परिवार के सदस्यों का एक दूसरे के प्रति चिंता स्वाभाविक है। संचार व सोशल मीडिया के सशक्त माध्यमों के जुड़े रहने के बावजूद वे लोग भौतिक भावनात्मक सहयोग के महत्व को महसूस कर पा रहे हैं और किसी भी तरह से अपने परिवार के बीच जाना चाहते हैं। भारत में कोरोना के संक्रमण को फैलने से रोकने के लिए सरकार ने सोशल डिस्टेंस बनाये रखने, जो जहां हैं वहीं रहने, घर से ही काम करने, घर से बाहर न निकलने की सलाह दी है। कुछ लोग पैदल या अन्य किसी भी तरह से जिलो व राज्यों की दीवार फांदकर पैदल ही घर के लिए निकल पड़े हैं। रास्ते में लाक डाउन के कारण उन्हें भोजन व पानी जैसी दिक्कतों का सामना भी करना पड़ रहा है तथा जगह-जगह पुलिस द्वारा रोका जा रहा है। जो लोग अपने परिवार से बाहर फंस गये हैं वे अपने आप को बहुत ही असहाय, परेशान, लाचार, कमजोर, चिंता व दबाव में महसूस कर रहे हैं। जो लोग अपने परिवार के बीच में हैं उनकी अलग तरह की चिंताएं हैं।

ऐसी स्थिति में हम खुद क्या करें –

स्थानीय/समुदाय स्तर पर:

- फोन के माध्यम से अपने पड़ोस या क्षेत्र में जरूरत मंद लोगों की पहचान करना तथा उन्हें किस तरह के मदद

की जरूरत है उसका पता लगाना तथा सूची बनाकर मदद करने वाली स्थानीय एजेंसियों व व्यक्तियों से मदद करने हेतु कहना।

- सरकारी हेल्प लाईन नं0 व मददगार व्यक्तियों की जानकारी व फोन नं0 अपने मोबाईल के माध्यम से दूसरो को भेजना।
- इस संकट के समय में आप गरीब, शारीरिक व मानसिक रूप से कमजोर, बीमार व अन्य जरूरतमंद को चिन्हित कर मदद पहुंचाने में सरकार व प्रशासन को सूचित कर सकते हैं।
- कोई व्यक्ति किसी भी तरह से बीमार है तथा उसे उपचार की जरूरत है तो उसे तत्काल आर्थिक मदद करें व मदद करने वाली एजेंसी को सूचित कर सकते हैं।
- जिन परिवारों में पुरुष सदस्य किसी दूसरे शहर में फंस गये हैं और केवल महिलाएं व बच्चे हैं, एकल महिलाएं हैं, ऐसे बुजुर्ग जो अपने बच्चों से दूर हैं, शारीरिक रूप से कमजोर लोगों आदि को भोजन सामग्री, दवा पहुंचवाने में व भावनात्मक रूप से मदद कर सकते हैं।

यदि आप कहीं बाहर फंस गये हैं:

- पहले खुद का बचाव करें व दूसरों के साथ सावधानी रखें। यह समय चिंता का नहीं चिंतन का है इसलिए धैर्य के साथ काम लें। अपने लिए किसी भी

तरह की मदद के लिए स्थानीय एजेंसी का सहयोग लेने में कोई हिचकिचाहट न दिखायें।

- यदि आपको स्वास्थ्य सम्बंधी को दिक्कत हैं तो उसे छिपाये नहीं बल्कि स्थानीय मददगार एजेंसी को खुलकर बतायें व मदद मांगें। मदद मांगना कोई कलंक नहीं है बल्कि इससे आप अपनी मदद के साथ-साथ दूसरों की भी मदद कर रहे हैं।
- किसी भी तरह के अफवाहों या भ्रामण सूचनाओं पर ध्यान न दें और न ही अफवाह को फैलाएं। किसी भी जानकारी व सूचना की पुष्टि मोबाईल के माध्यम से अपने विश्वास पात्र व्यक्तियों या सही स्रोतों से कर लें।
- परिवार के सदस्यों के साथ लगातार मोबाईल या सोशल मीडिया के माध्यम से सम्पर्क में रहें तथा भावनात्मक रूप से एक दूसरे की मदद करें।
- परिवार में किसी भी तरह की जरूरत या मदद के लिए नजदीकी किसी मित्र या जानने वाले से मदद करने वाली एजेंसी या व्यक्तियों से मदद पहुंचाने के लिए कहें।
- किसी भी तरह के अफवाहों पर ध्यान न दें और न ही अफवाह को फैलाएं तथा किसी भी जानकारी व सूचना की पुष्टि मोबाईल के माध्यम से अपने विश्वास पात्र व्यक्तियों या सही स्रोतों से कर लें।
- परिवार में यदि किसी को भोजन या स्वास्थ्य सम्बंधी कोई दिक्कत हैं तो बिना किसी संकोच के स्थानीय सेवा प्रदाताओं/एजेंसी की मदद लें। धैर्य से काम लें तभी आप अपने प्रियजनों की मदद कर पायेंगे।
- पुरुष घर के अंदर के कामों में भागीदार बनें व सीखें तथा परिवार के सदस्यों के साथ गुणवत्तापूर्ण समय बितायें।
- आप अपने जानने वाले व्यक्तियों के साथ फोन पर सम्पर्क में रहें तथा उनकी किसी भी जरूरत या मदद के लिए पूछें तथा बिना किसी संकोच के मदद मांगें।
- स्थानीय मददगार एजेंसी के हेल्प लाईन नं0 या सेवा प्रदाताओं के नं0 इकट्ठा कर लें ताकि जरूरत पड़ने पर अपने परिवार या अन्य दूसरे की मदद की जा सके।

जब परिवार के साथ हों:

- जो पुरुष अपने परिवार के साथ घर में हैं वे खुद कोरोना से बचाव का ख्याल रखें और दूसरे सदस्यों खासकर बच्चों व महिलाओं के साथ इससे सावधानियों पर बातचीत करें व दूसरे सदस्यों की देखभाल में शामिल हों।

*महेन्द्र कुमार
मित्र*