

# ‘বন্দী’ জীবন

মহামারীটির প্রভাব অনুসন্ধান করা

অক্টোবর ২০২০



# ভূমিকা

মহামারীর মধ্যে জীবনযাপন করা অনেকের কাছে একটি নতুন এবং উদ্বেগজনক অভিজ্ঞতা।

২০২০ সালের মার্চে দেশটি 'লকডাউন' এ চলে যায়। পরিষেবাগুলি জরুরি দরজাগুলি ব্যতীত সকলের কাছে তাদের দরজা বন্ধ করে দিয়েছে এবং কোভিড -১৯ সংকটে সাড়া দেওয়ার জন্য মনোনিবেশ করার প্রচেষ্টা। বাসিন্দারা তাদের বাড়িতে সীমাবদ্ধ ছিল এবং এটি কাজ, শিক্ষা এবং যত্নের দূরবর্তী অ্যাক্সেসে যথেষ্ট পরিবর্তন আনতে বাধ্য হয়েছিল। কোভিড -১৯ সম্মুখ-লাইন অনুশীলনকারীদের, ম্যানেজার এবং নীতিনির্ধারকদের কাছে একটি অভূতপূর্ব চ্যালেঞ্জ উপস্থাপন করেছে।

আমরা স্থানীয় লোকের কাছ থেকে কোভিড -১৯ মহামারী এবং 'বন্দী' জীবন সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা সম্পর্কে শুনতে চেয়েছিলাম। উত্তরগুলি খুঁজতে, আমরা ক্যামডেনে বসবাস করা লোক, কাজ করা বা পরিষেবা ব্যবহার করা লোকদের থেকে অন্তর্দৃষ্টি সংগ্রহ করার জন্য একটি দ্বি-অংশ প্রক্রিয়া গ্রহণ করেছি:

- অনলাইনে এবং ফোনে পরিচালিত একটি প্রশ্নপত্র - ২২ এপ্রিল থেকে ৩১ জুলাই পর্যন্ত চলছিল।
- লকডাউনের অধীনে জীবনযাপন এবং কীভাবে তারা মোকাবিলা করেছেন সে সম্পর্কে ৮ জন বাসিন্দার কাছ থেকে বিস্তারিত ব্যক্তিগত গল্প সংগ্রহ করার জন্য টানা ৬ সপ্তাহের মধ্যে গভীরতর সাপ্তাহিক সাক্ষাত্কার নিয়েছেন।

লোকেরা কীভাবে তাদের পরিচালনা করতে এবং তাদের ভাল রাখতে সহায়তা করতে তথ্য পেতে থাকে সে বিষয়ে আমরা আগ্রহী ছিলাম। আমরা নতুন অবস্থার অধীনে স্বাস্থ্য এবং যত্ন পরিষেবাগুলিতে অ্যাক্সেস করার অভিজ্ঞতাগুলিতে এবং কীভাবে মানুষের স্বাস্থ্য এবং সুস্থতাকে প্রভাবিত করা হচ্ছে তাতে আগ্রহী ছিলাম।



## প্রকল্পের লক্ষ্য:

- স্বাস্থ্য ও পরিচর্যার পরিষেবার মান এবং তথ্য / সহায়তার কার্যকারিতা কোভিড - ১৯ -এর সময় লোকের অভিজ্ঞতার প্রমাণগুলিতে যুক্ত করুন।
- সম্ভাব্য ভবিষ্যতের কোভিড -১৯ দাক্ষা বা অন্যান্য স্বাস্থ্য সঙ্কটের জন্য প্রস্তুত হতে সহায়তার ফাঁক চিহ্নিত করুন।
- লোকেদের জীবনে কোভিড -১৯ এর প্রভাব সম্পর্কে একটি আওয়াজ পাওয়ার জন্য একটি চ্যানেল সরবরাহ করুন।

এই প্রতিবেদনে কোভিড - ১৯ এর প্রথম পর্যায়ে ১,৫৯০ জন কেমডেন বাসিন্দাদের জীবনের অভিজ্ঞতা এবং দর্শনের দলিল রয়েছে।

---

## আমরা কি পেয়েছি

---

### কোভিড -১৯ সম্পর্কিত তথ্য সন্ধান করা:

১. সমস্ত গোষ্ঠী টেলিভিশনে সবচেয়ে বেশি নির্ভর করে (বয়স, জাতিগত গোষ্ঠী বা অক্ষমতা নির্বিশেষে)। কাউন্সিল, স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা বা ধর্ম বিশ্বাস গোষ্ঠীগুলির কাছ থেকে কেবলমাত্র অল্প সংখ্যকই তথ্য পেয়েছেন বলে জানা গেছে। সহায়তার বিন্যাস গুলিতে তথ্যের অবিচ্ছিন্ন প্রয়োজন ছিল (উদাঃ ভাষা, বিএসএল, বড় মুদ্রণ, সহজ পঠন)।
২. যদিও ডিজিটাল বর্জনের চ্যালেঞ্জগুলি ছিল, তরুণ এবং প্রবীণদের দ্বারা হোয়াটসঅ্যাপ গ্রুপ গুলির ব্যবহার প্রযুক্তির মাধ্যমে যোগাযোগের ক্ষেত্রে বয়স্ক ব্যক্তিদের প্রতিরোধের সম্পর্কে পূর্ব ধারণার চ্যালেঞ্জগুলি।



৩. অনেক লোক কোভিড -১৯ বিভ্রান্তিকর এবং বিপরীতমুখী সম্পর্কিত তথ্য সন্ধানের রিপোর্ট করেছে। দীর্ঘমেয়াদী স্বাস্থ্যের সমস্যা বা প্রতিবন্ধী ব্যক্তির তথ্য বোঝার ক্ষেত্রে অসুবিধাজনক বলে প্রতিবেদন বুঝার সম্ভাবনা বেশি ছিল।

### স্বাস্থ্য এবং যত্ন পরিষেবাগুলির অভিজ্ঞতা পরিবর্তন:

৪. দূরবর্তী স্বাস্থ্য সেবার সুবিধাগুলি সংখ্যাগরিষ্ঠদের দ্বারা গ্রহণ করা হয়েছিল (সমস্ত জাতিগত এবং বয়সের মধ্যে)। তবে জটিল এবং মানসিক স্বাস্থ্যের অবস্থা রয়েছে এমন গুলি সহ কিছু লোক গুরুতর অসন্তুষ্টি জানিয়েছেন।

৫. অনেক লোকের এনএইচএস সরবরাহকারীদের সাথে লকডাউন শুরু হওয়ার পরে রুটিন বা দীর্ঘ প্রতীক্ষিত অ্যাপয়েন্টমেন্ট ছিল যা বাতিল হয়েছে। লোকেরা পরবর্তীকালে যোগাযোগের অভাবের কারণে অনেক গুলি অনুভূতি ভুলে গিয়েছিল। অন্তর্বর্তী পরিমাপ হিসাবে লোকেরা ফোন কল বা দূরবর্তী অ্যাপয়েন্টমেন্ট পছন্দ করত।

৬. লোকেরা বিভিন্ন কারণে তাদের প্রয়োজনীয় যত্নের অ্যাক্সেসে বিলম্ব করেছে। যারা স্বাস্থ্য বা যত্ন পরিষেবা ব্যবহার করেন নি তাদের মধ্যে, পাঁচ জনের একজন আমাদের বলেছিলেন যে তাদের একটি পরিষেবা প্রয়োজন কিন্তু তারা অনুভব করেছেন যে সংকট গুলির মধ্যে তাদের প্রয়োজন গুলি অপেক্ষা করতে পারে, এবং ১৩% লোক কোভিড -১৯ আক্রান্তের ভয়ে যত্ন নিতে অ্যাক্সেস করতে পছন্দ করেন নি।

### 'লকডাউন' চলাকালীন উদ্বেগগুলি:

৭. ক্যামডেনের সমস্ত মানুষের মধ্যে কোভিড -১৯ নিয়ে উদ্বেগের মাত্রা বেশি ছিল। তবে এশিয়ান সম্প্রদায় ভাইরাসের (৬৭ %) ধরা পড়ার বিষয়ে উল্লেখযোগ্যভাবে বেশি চিন্তিত ছিলেন এবং সাদা সম্প্রদায় (৫০%) তুলনায় কৃষ্ণ সম্প্রদায় (৫৭ %) বেশি চিন্তিত ছিলেন।



৮. কৃষক সম্প্রদায়রা হোয়াইট (২২%), এশিয়ান (২০%) এবং অন্যান্য উত্তরদাতাদের (২৪%) তুলনায় চাকরির সুরক্ষা (৩৩%) সম্পর্কে উল্লেখযোগ্যভাবে বেশি উদ্বিগ্ন ছিলেন।

৯. ৬৫ বছরের কম বয়সীদের মধ্যে কোভিড -১৯ এর উচ্চ স্তরের ভাইরাস ধরা ছাড়াও অন্যান্য উদ্বেগের কথা জানিয়েছেন, ৬৫ বা তার বেশি বয়সীদের তুলনায়।

১০. প্রতিবন্ধী ব্যক্তির (৫৪%) সাধারণ জনসংখ্যার (৩১%) তুলনায় একাকী এবং বিচ্ছিন্ন হওয়ার বিষয়ে উদ্বেগের প্রতিবেদন করতে পারে।

### স্বাস্থ্য এবং সুস্থতার উপর প্রভাব:

১১. কোভিড -১৯ সংকটের তাত্পর্যপূর্ণ নেতিবাচক প্রভাব এবং ক্যামডেনের জনগণের সুস্বাস্থ্যের উপর লকডাউন করার শক্ত প্রমাণ রয়েছে। আটষাট শতাংশ মানুষ মানসিক স্বাস্থ্যের অবনতির কথা জানিয়েছেন। ২৫ থেকে ৩৪ বছর বয়সীদের মধ্যে আটশি শতাংশ মানসিক স্বাস্থ্যের উপর ক্ষতিকারক প্রভাবের কথা জানিয়েছেন।

১২. কোভিড -১৯ শুরু হওয়ার আগে যারা প্রাক-বিদ্যমান মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা নিয়ে জীবন যাপন করছিলেন এবং যাদের মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যার কোনও ইতিহাস ছিল না তাদের মানসিক স্বাস্থ্যের অবনতি ঘটেছে।

১৩. খোলা সবুজ জায়গাগুলির বর্ধিত ব্যবহার, অনুশীলন, ভ্রমণে হাস এবং স্থানীয় থাকার বিষয়টি সবই ইতিবাচক প্রভাব হিসাবে চিহ্নিত করা হয়েছিল। তবে, স্কুল বয়সী বাচ্চাদের যত্ন নেওয়ার সময় বাসা থেকে কাজ করা পিতামাতার চাপের একটি উল্লেখযোগ্য কারণ ছিল।

### ‘লকডাউন’ এর বাইরে স্থানান্তরিত হচ্ছে:



১৪. দশ জনের মধ্যে চারজন অনুভব করেছে যে খুব শীঘ্রই লকডাউন শিথিল হচ্ছে বা এটি দ্বিতীয় স্পাইকটিকে ট্রিগার করবে। অনেক লোক কাজ, স্কুল এবং অন্যান্য ক্রিয়া কলাপে ফিরে আসার বিষয়ে আত্মবিশ্বাসের অভাবের কথা জানিয়েছেন, তাদের মধ্যে কেউ কেউ স্ব-বিচ্ছিন্নতা অবিরত করার জন্য বেছে নিচ্ছিলেন।

১৫. চার জরিপের উত্তরদাতাদের মধ্যে একজন লকডাউন তুলে নেয়ার জন্য আগ্রহী ছিলেন।

১৬. কৃষ্ণ সম্প্রদায় দের একটি উচ্চ শতাংশ অন্যান্য গোষ্ঠীর তুলনায় লকডাউন শিথিলের (৫৩%) প্রত্যাশায় ছিল। বিপরীতে, মাত্র ১৫ % এশীয় সম্প্রদায় রা বলেছেন যে তারা লকডাউন শিথিল করার প্রত্যাশায় ছিল।

---

## পরবর্তী পদক্ষেপ

---

কোভিড - ১৯ মহামারীর জাতীয় এবং স্থানীয় প্রেক্ষাপট দ্রুত বিকশিত হচ্ছে। এই অনুসন্ধানগুলি যুক্তরাজ্যের প্রতিক্রিয়ার প্রথম ছয় মাসের সময়ে একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয় উপস্থাপন করে। জরিপের প্রতিক্রিয়াটির মাত্রা স্থানীয় লোকজন কোভিড - ১৯ মহামারী সম্পর্কে উদ্বেগের মাত্রা এবং সঙ্কটের মধ্য দিয়ে স্বাস্থ্য এবং যত্ন পরিষেবাগুলিকে সহায়তা করার তাদের আকাঙ্ক্ষার পরিচায়ক হতে পারে।

এই প্রতিবেদনের শুরুতে উপস্থাপিত ষোলটি মূল তদন্তগুলি ভবিষ্যতে মহামারী সম্পর্কে প্রস্তুতি এবং প্রতিক্রিয়া জানানোর জন্য স্বাস্থ্য ও যত্ন ব্যবস্থার অন্তর্দৃষ্টি দেয়।

তারা কীভাবে জিনিসগুলি আলাদা ভাবে এবং আরও ভাল ভাবে করা হতে পারে তার জন্য কিছু পরামর্শ অবহিত করেন, বা যখন, ক্যামডেন ২০২০ সালের মার্চ মাসে যে সমস্যার মুখোমুখি হয়েছিল। একই রকম পরিস্থিতির মুখোমুখি



হন এটি কর্ম ও বিনিয়োগের জন্য কিছু পরবর্তী পদক্ষেপকে অবহিত করে যা লোকেরা বাস করতে এবং কাজ করতে সক্ষম করবে ক্যামডেন ভবিষ্যতে জনস্বাস্থ্য চ্যালেঞ্জের প্রতি আরও স্থিতিশীল হবেন।

২০২০ সালের এপ্রিলে জরিপের সূচনা হওয়ার পরে, হেলথওয়াচ ক্যামডেন নিয়মিতভাবে কোভিড -১৯ প্রতিক্রিয়ার সমন্বয়ের জন্য আবাসিক লোকদের অভিজ্ঞতা বিভিন্ন স্টেকহোল্ডারের সাথে উদীয়মান অনুসন্ধানগুলি সক্রিয়ভাবে ভাগ করে চলেছেন। উদাহরণস্বরূপ, আমরা জুন ২০২০ এর স্বাস্থ্য এবং সুস্থতা বোর্ডে এবং ক্যামডেন কাউন্সিলের কোভিড -১৯ এর অসামান্য প্রভাব সম্পর্কে বি এ এম ই সম্প্রদায়গুলিতে তদন্তে উদীয়মান অনুসন্ধানগুলি উপস্থাপন করেছি। আমরা ১৬ টি ব্লগ প্রকাশ করেছি যা জরিপের প্রতিক্রিয়া গুলিতে আমরা যা শুনেছি তা সরাসরি অবহিত বা অনুপ্রাণিত হয়েছিল।

এগিয়ে যাওয়ার জন্য, আমরা এই প্রতিবেদনের অনুসন্ধানগুলি ক্যামডেন, উত্তর মধ্য লন্ডন এবং এর বাইরেও ব্যাপকভাবে ভাগ করে নেওয়ার পরিকল্পনা করছি যাতে এটির প্রভাবের সর্বাধিক সম্ভাবনা থাকে। আমরা প্রতিটি অংশীদারদের জন্য একটি উপযুক্ত এবং অনন্য কভার চিঠি লিখব এবং অন্তর্দৃষ্টি এবং প্রাসঙ্গিক প্রস্তাবিত পরবর্তী পদক্ষেপ এবং উন্নতিগুলি ভাগ করব।

২০২১ সালে আমরা একটি 'প্রভাব রিপোর্ট' প্রকাশ করব যা প্রতিটি অনন্য কভার লেটার এবং প্রস্তাবিত পরবর্তী পদক্ষেপের সেট প্রদর্শন করবে, কীভাবে এই প্রতিবেদনটি পরিবর্তন ও উন্নতিতে অনুপ্রেরণা জাগিয়েছে সে সম্পর্কিত একটি হালনাগাদ সহ।

