কোভিড-১৯ রিপোর্টিং গাইড

মিরাজ আহমেদ চৌধুরী
এই সহায়িকা তৈরি করা হয়েছে কোভিড-১৯ কাফার করা সাংবাদিকদের কথা মাথায় রেখে। মাঠের রিপোর্টারদের সুরক্ষা, তথ্য সংগ্রহ ও যাচাই এবং অনুসন্ধানসহ বিভিন্ন বিষয়ে দেশী-বিদেশী উৎস থেকে দরকারি পরামর্শ ও টুলগুলোকে এক জায়গায় জড়ো করা হয়েছে। প্রতিটি ক্ষেত্রেই সংশ্লিষ্ট সাইট বা পেইজের লিংক জুড়ে দেয়া হয়েছে, যাতে আগ্রহীরা তাতে ক্লিক করে মূল আর্টিকেলটি পড়ে নিতে পারেন।
এখানে যেসব বিষয় থাকছে

১ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যের উৎস

২ নিজেকে রক্ষার উপায়

৩ দায়িত্বশীল সাংবাদিকতা

৪ গুরুব যাচাই কৌশল

৫ অনুসন্ধানের বিষয়

৬ মানসিক চাপ ও ট্রেমা
ভাইরাস ও তার প্রভাব
সম্পর্কে জানুন

কোভিড-১৯ এই দশকের সবচেয়ে বড় স্টোরি। এই রোগ আক্রান্ত করেছে লাখ লাখ মানুষকে, ছড়িয়ে পড়েছে বিশ্বের সব প্রান্তে। ক্রমাগত ধরণ বদলাচ্ছে নতুন এই ভাইরাস। প্রতিনিয়ত বদলে যাচ্ছে দুর্ঘটনাটা। আজ যে তথ্য কাজে আসে বলে মনে করা হচ্ছে, কাউকে তাতে যোগ হচ্ছে নতুন মাত্র। ক্রমপরিবর্তনশীল এই সংকটে তাই অত্যন্ত জরুরি হয়ে দাঁড়িয়েছে ভাইরাস সম্পর্কে বেশি জানা, সঠিক তথ্যের উৎসগুলো চেনা, নিজেকে নিরাপদ রেখে খবর সংগ্রহ করা এবং দায়িত্বশীলতার সাথে সেই খবরকে মানুষের কাছে পৌঁছে দেয়া। একই সাথে জরুরি হয়ে উঠেছে এই মহামারির প্রভাবে যত সমস্যা, অনিয়ম, দুর্ঘটনা ও অন্যান্য মুখ্য ঘটনার তথ্য পাঠক ও নীতিনির্ধারণকর্তাদের সামনে তুলে ধরা।

তথ্যের নির্ভরযোগ্য উৎস

তথ্য ও সূত্র
>> বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা
>> বাংলাদেশের তথ্য
>> চিকিৎসা ও স্বাস্থ্য
>> ডেটা ও মানচিত্র
>> শব্দের অর্থ ও ব্যাখ্যা
>> ছবি ও ভিডিও

সাংবাদিকতার রিসোর্স
>> অনুসন্ধানী সাংবাদিকতা
>> দৈনিক নিউজলেটার
>> ভূমি তথ্য যাচাই
>> মানসিক চাপ ও ট্রামা
>> গবেষণা ও প্রতিবেদন
>> নিউজরুম গাইড

প্রতিটি সূত্রে ক্লিক করে সংশ্লিষ্ট পেইজে প্রবেশ করা যাবে
বিশেষজ্ঞ চিনুন

বিশেষজ্ঞ বাছাই করান সতর্কতার সাথে। বিজ্ঞানের কোন বিষয়ে কেউ নোবেল পুরষ্কার পাওয়ার মানে এই নয়, তিনি বিজ্ঞানের সব বিষয়ে বলতে পারবেন। একইভাবে চিকিৎসাশাস্ত্রে কেউ পিএইচডি করলেও করোনাভাইরাস সম্পর্কে জানবেন এমন কোনো কথা নেই। বিশেষজ্ঞরা কোনটি নিশ্চিতভাবে জানেন আর কোনটি সত্য বলে মনে করেন - তার মধ্যকার ফারাফাটা অবশ্যই বুঝাতে হবে। জানতে হবে মতামত ও অনুমানের মধ্যে পার্থক্য।

গবেষণা, বিশেষজ্ঞ ও রিপোর্ট নিয়ে
আরো পরামর্শের জন্য ক্লিক করুন

ফলা করুন
তথ্য
গবেষণা
বিশেষজ্ঞ

গবেষণা মানেই সংবাদযোগ্য নয়

প্রি-প্রিন্ট অথবা অপ্রকাশিত গবেষণা প্রতিবেদন থেকে উদ্দীত অথবা তথ্য ব্যবহারের বিষয়ে সতর্ক হোন। এধরণের একাডেমিক পেপার সাধারণত পর্যালোচনা বা পিয়ার রিভিউর মধ্যে দিয়ে যায় না। তাই তুলের অবকাশ থাকে। নানান নতুন তত্ত্ব এবং দাবির মধ্যে সংবাদ উপযোগী কিছু আছে কিনা, তা বিশেষজ্ঞদের জিজ্ঞেস করুন। পত্রিকার মতামত পাতায় প্রকাশিত তথ্যও যাচাই করুন।
নিরাপত্তা এবং সুরক্ষা

একজন সাধারণ নাগরিকের জন্য নিজেকে রক্ষায় যত রকমের উপায় আছে, তার সবই একজন সাংবাদিকের জন্যও প্রয়োজন। পার্থক্য হলো, একজন নাগরিক তার চলাচলের ঘরে বা নিরাপদ স্থানে সীমাবদ্ধ রাখতে পারেন। কিন্তু একজন সাংবাদিককে পেশার প্রয়োজনেই বুক্কিপূর্ণ জায়গায় যেতে হয়।
করোনাভাইরাসের খবরও সংগ্রহ করতে হয়। কিন্তু মাথায় রাখবেন - তা নিজের, পরিবারের এবং রিপোর্টের মানুষদের নিরাপত্তাকে বাদ দিয়ে নয়।
কিভাবে সংক্রমণ থেকে বঁচবেন

নিয়মিত সাবান দিয়ে হাত ধোয়া
নিয়মিত এবং ভালো করে সাবান ও পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিন, অথবা স্যানিটাইজার দিয়ে পরিস্কার করুন।

সবসময় শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা
অ্যাসাইনমেন্টে গিয়ে যে কারো সাথে অন্তত ৬ ফুট দূরত্ব বজায় রাখুন। দূর থেকে কথা বলুন।

চোখ, মুখ ও নাক স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকা
যে কোনো কিছুর উপরিতল থেকে আপনার হাতে ভাইরাস যেতে পারে। একবার সংক্রমিত হলে, হাত থেকে ভাইরাস চলে যেতে পারে আপনার মুখ, চোখ বা নাকে চলে যেতে পারে।

বুঁকিপূর্ণ জায়গায় সুরক্ষা উপকরণ পরা
বুঁকিপূর্ণ অ্যাসাইনমেন্টে যেতে বাধ্য লে হাতে দস্তানা, মুখে মাস্ক, চোখে গগলস, নিরাপদ বডিস্যুট, এবং জুতোর সাথে ওভারগুল পরে নিন। বেরিয়ে নিয়ম মেনে ফেলে দিন।

• বিষয়: স্বাস্থ্য সংস্থা ও সিপিজে
অ্যাসাইনমেন্টে যত সতর্কতা

আপনার সাথে সবসময় পানি, স্যানিটাইজার, চিপস, ওয়াইফাই এবং পানি বিলিং পাউডার মিশ্রন রাখুন।

হাসপাতাল, বাজার বা ডিজি আছে এমন জায়গা সব সময় এড়িয়ে চলুন।

ছয় ফুট দূর থেকে সাক্ষাৎকার নিন। মাইক্রোফোনের জন্য স্টিক ব্যবহার করুন।

অ্যাসাইনমেন্টে গিয়ে বাইরের কিছু খাবেন না। খুব দরকারি খাবার ও পানি সঙ্গে রাখুন।

অ্যাসাইনমেন্ট থেকে ফিরে নিজেদের পোশাক গরম পানিতে ধুয়ে নিন এবং ভালোভাবে সাবান দিয়ে গোঁসাল করুন।

বাইরে মাটিতে বসে, দেয়ালে হেলান দিয়ে বা শুয়ে কাজ করেন না। ইকুইপমেন্টও মাটিতে রাখবেন না।

সক্সব হলে গণপরিবহন এড়িয়ে চলুন। বাক্সের ও অফিসের গাড়ি নিয়মিত ক্রোন ঢাব বা উপযুক্ত পদ্ধতিতে নিয়মিত পরিস্কার করুন।

কাজ শেষ হতেই ক্যামেরা, মাইক্রোফোন, মোবাইল বা যে কোন ইকুইপমেন্ট উপযুক্ত পদ্ধতিতে ভাইরাসমুকু করুন।

যত বেশি সতর্ক অনলাইনে সাক্ষাৎকার নিন। স্ক্যাপ, জুন বা এ ধরণের অ্যাপ ব্যবহার করতে পারেন।

আরো জানতে | কমিটি টি প্রটেস্ট জার্নালিস্টস (সিপিজি) প্রকাশিত আজারাইজার দেখুন এখানে ক্লিক করুন।
মাস্ক কখনই পরুন যখন আপনি নিজে আক্রান্ত অথবা বুঝিক্ষুপূর্ণ বা ভিড় আছে এমন জায়গায় আসাইনমেন্টে যাচ্ছেন।

মাস্ক কখন পরবেন, কিভাবে?

আপনি মাস্ক পরেও কোনো লাভ হবে না - যদি না জানেন কিভাবে সেটি ব্যবহার করতে হয়, এবং কিভাবে ডিসপোজ করতে হয়।

মাস্ক তখনও পড়ে থাকুন যখন আপনি নিজেই সর্দি-কাপড় আক্রান্ত, এবং কাজের প্রয়োজনে বাইরে যাচ্ছেন।

কিভাবে মাস্ক পরতে হয়, কিভাবে খুলতে এবং ফেলে দিতে হয়, জানতে চাইলে ক্লিক করুন নিচের আইকনে।

মাস্ক পরে লাভ নেই - যদি না কিছু শক্তি পরপর সবার দিয়ে হাত ধুয়ে অথবা স্যানিটাইজ করে নিতে পারেন।

ভিডিও দেখুন

ডল্লাসেছ থেকে পড়ুন

সূত্র * বিভ্র স্বাস্থ্য সংস্থা ও সিপিজে
ব্যক্তিগত সুরক্ষার ভিডিও টিপস

সুরক্ষা সরঞ্জাম কিভাবে পরবেন?
ভিডিও দেখুন

সুরক্ষা সরঞ্জাম কিভাবে ধুলবেন?
ভিডিও দেখুন

ফোন জীবানুমুক্ত কিভাবে করবেন?
ভিডিও দেখুন

মাইক্রোফোন কিভাবে পরিষ্কার করবেন?
ভিডিও দেখুন
কোভিডে নিজেকে ঘরবন্দী রাখবেন যেভাবে

ঘরেই থাকুন
আপনার চলাচল নিয়ন্ত্রণ করুন।
যদি না খাবার, ওষুধ বা অতি দরকার কিছু কিনতে হয়।

নিয়ন্ত্রিত তাপমাত্রা মাপুন
প্রতিদিন অন্তত দুইবার করে নিজের তাপ বা তাপমাত্রা মাপতে থাকুন।

নির্দিষ্ট রুমে থাকুন
যদি সন্দেহ হয়, আপনি আঘাত হতে পারেন, তাহলে ঘরের নির্দিষ্ট একটি রুমে অথবা একেজন যাত্রী থাকার জন্য, যেখানে অন্যদের চলাচল নেই। সতর্ক হয়ে আলাদা বাণিজ্য ব্যবহার করুন।

লক্ষণের দিকে খেয়াল রাখুন
অন্য ছায়া এবং কোভিড-১৯ রোগের ক্ষেত্রে কাশি, খাসকষি ও প্লান্টর মত লক্ষণ দেখা যায়।

লক্ষণ দেখলেই ডাক্তারের পরামর্শ
যদি ভাইরাসের লক্ষণ সম্পন্ন হয়ে ওঠে তাহলে ডাক্তারের পরামর্শ নিন। আগেই কোনো আপনার লক্ষণের কথা জানান, যেন তারা পারিস্থিতিক নমুনা সংগঠন বা দরকারি প্রস্তুতি নিতে পারেন।

সামাজিক দূরত্ব
যদি বাইরে যেতে হয়, বা ঘরে কাটার সাথে কথা বলতে হয়, অন্তত তিন ফুট দূরত্ব বজায় রাখুন।

সিডিসির ভিডিও দেখুন
নিউ ইয়র্ক টাইমস নিবন্ধ
সূত্র • সেক্টার ফর ডিজিটাল কন্ট্রোল
সংবাদ সংগ্রহ ও প্রচারে
সাংবাদিকের দায়িত্ব

কোভিড-১৯ সাংবাদিকদের সবচেয়ে বড় দায়িত্ব হয়ে উঠছে সঠিক তথ্যকে সাধারণ মানুষের কাছে এমনভাবে তুলে ধরা যাতে তারা সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে পারেন। কিন্তু নতুন এই করোনাভাইরাস নিয়ে খুব বেশি তথ্য আমাদের হাতে নেই। বিজ্ঞানীদের গবেষণায়ও একক সময় এককরকম তথ্য আসছে।

জেনে বা না জেনে আমরা এমন বিশেষজ্ঞের কাছে যাচ্ছি, যার হয়ত এই বিষয়ে কোনো গবেষণার অভিজ্ঞতাই নেই। কোনো নতুন রোগের সংক্রমণই তীব্রতার।

কারণ, তখনো মানুষ জানে না কিভাবে সেই ভাইরাস বা রোগটিকে মোকাবেলা করতে হয়। আর এই সুযোগেই আতঙ্ক ডানা মেলে। তুল খবর ছড়ায়। খবরই অনেক সময় বিশ্বে উঠে দেয়। এসন দুর্ভোগ দায়িত্ববাচক রিপোর্টিং মানুষের মৃত্যুও ডেকে আনতে পারে। তাই সাধারণ এবং তথ্য ও বিশেষজ্ঞের অপরবংশীয় সত্ত্বেও সঠিক খবর মানুষকে পৌঁছে দেয়ার দাবি।

তথ্য ব্যবহারে দায়িত্বশীলতা

হার্ভার্ড বিশ্ববিদ্যালয়ের দুই অধ্যাপক বিল হানাগে এবং মার্ক লিপসিচ সাংবাদিকদের জন্য তিনটি পরামর্শ দিয়েছেন:

✔️ একটি তথ্য পাওয়ার পর যত বেশি সম্ভব বিশেষজ্ঞ এবং সোর্সের সাথে কথা বলুন। তাদের ব্যাখ্যা নিন। কারণ এখন যে কোনো তথ্যের যথার্থতা নিয়েই অনিশ্চয়তা থাকবে।

✔️ সময় নিন। একটি তথ্য পেয়েই রিপোর্ট করে দেবেন না। সামাজিক মাধ্যমে এই মাত্র যে তথ্য পেলেন, তার চেয়ে কিছু দিন ধরে যে তথ্য আছে, সেটি অনেক বেশি নির্ভরযোগ্য।

✔️ কোন একটি ঘটনা ঘটলেই সেটি নিয়ে রিপোর্ট করে ফেলতে হবে তা নয়। খেয়াল রাখুন, সেই ঘটনা কি বার বার ঘটছে কিনা এবং তাতে কোনো ট্রেন্ড ফুটে উঠছে কিনা।
দায়িত্বশীল
সাংবাদিকতা

- মাঠের মেজাজ বুঝে, তাকে রিপোর্টে তুলে ধরুন।
- রিপোর্টিংয়ে মনোযোগ দিন, বিশ্লেষণ নয়।
- শিরোনাম খেয়াল করুন, অনেক শুধু শিরোনাম দেখে সিদ্ধান্ত নেয়।
- ছবি ব্যবহার করুন সত্ত্বেও, যেন তুল বার্তা না ছড়ায়।
- আপনার প্রতিবেদনে ঘটনার প্রকৃতপ্রকার তুলে ধরুন।
- শুধু ভয়াবহতার কথা না বলে, সমাধানের পরামর্শ দিন।
- ব্যক্তির বিবরণের চেয়ে পরিসংখ্যান-নির্ভর স্টোরি কম ভীতিকর।
- মনে রাখবেন সব পরিসংখ্যান সঠিক না-ও হতে পারে।
- যত বেশি মানুষের সাথে কথা বলবেন, তত ভালো।
- বিদ্বেষ তৈরি করে এমন বাক্য পরিহার করুন।
- বিশেষজ্ঞের সাক্ষাৎকার নেয়ার আগে যথার্থ প্রস্তুতি নিন।
- চমক নেই বলে, কোনো স্টোরিকে অবজ্ঞা করবেন না।
- নিজের সীমা ঠিক করুন, সময় নিয়ে ভাবুন।
- রোগ চলে গেলেও আপনার রিপোর্টিং থামানেন না।

আরো জানতে
কিক করুন
তথ্যের মহানারি কিভাবে সামাল দেবেন

যে কোনো মহানারিতে জুয়া খবর বা নিখা তথ্যে ইন্টারনেট ও সামাজিক মাধ্যম সাজলাভ হয়ে যায়। এরাও ব্যতিক্রম নয়। অনেক সময় দেখা যায়, অধ্যায় উৎস থেকে নিয়ে প্রতিষ্ঠিত গণসাধারণের কোনো যাচাই বাছাই ছাড়াই এমন খবর ছেলো দিচ্ছে। এতে পাঠকরা মনে করব যে তথ্য বিভাগ হন, তেমনি কখনো কখনো আতঙ্ক ছড়া জনন।

তত্ত্বক মহানারি থাকে তত্ত্বকই এমন সব গুজব ও জুয়া খবর কমরেশ আপনার সামনে আসে। তাই গুজব যাচাই করে নিন।

“কোভিডের এই সময়ে একটা সঠিক তথ্য আর একটা ভুল তথ্যের মাঝখানে থাকে মানুষের জীবন। একটা ভুল খবর যে কোনো সময় হতে পারে কারা না কারা মুম্বক করণ,” একথা বলছেন ঢাকায় বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মুখপাত্র। উর্ধেম সংস্থা ক্লাসের এক জরিপে দেখা গেছে, দেশের দুই তৃতীয়াংশ মানুষ চিকিৎসা সম্পর্কিত নানা জুয়া তথ্য বিশ্বাস করে।

তথ্যের মহানারি কিভাবে সামাল দেবেন

সব জুয়া খবরই কি যাচাই করতে হবে

একটা জুয়া খবর সাজে ছড়িয়ে পড়লে, সেটি যাচাই করে সত্যটা প্রকাশ করা গণসাধারনের দায়িত্ব। কিন্তু সব জুয়া খবরই কি যাচাই করে প্রকাশ করতে হয়? উত্তর হচ্ছে না। কারণ অখ্যাত গুজব যাচাই করে প্রকাশ করার পর, সেটি উল্টো আরো ছড়িয়ে পড়ে।

তাহলে কোন খবর যাচাই করতে হবে?

ফাস্ট ড্রাফ্টের পরামর্শ হলো, যাচাইয়ের আগে দেখে নিন গুজবটি তার “টিপিং পয়েন্টের পৌঁছেছে কিনা। অর্থাৎ, সেই গুজব কি এটা ছড়িয়েছে, যা ব্যক্তি বা সমাজের ক্ষতির কারণ হতে পারে। বেশি ছড়ালেই যাচাইয়ের উদ্দেশ্য নিন।”

টিপিং পয়েন্ট জানতে যে প্রয়োগুলো করবেন

লামাটি যেখানে পাওয়া গেছে তাদের অর্ধেম পোস্ট্র তুলনায় এটা কেমন ছড়িয়েছে, গুজবটি কি শুধু একটি কমিউনিটিতে সীমাবদ্ধ নাকি বাড়ছে, এটি কি এক প্লাটফর্ম থেকে অন্য প্লাটফর্মেও প্রকাশ হচ্ছে, কোনো ডেরিফায়েড গ্রাফিন্ড বা ইনফোয়ার্স কি শেয়ার করেছে, মূলধারার গণসাধারণও কি প্রকাশ করছে?

আরো জানতে
ফ্রিক করুন
ভূয়া খবর যাচাইয়ের কৌশল

তথ্য যাচাই

গুরু করুন গোড়া থেকে - গুগল সার্চের মাধ্যমে - যা দারুণ ফলাফল এর দিনে দিনে পারে। কোন শব্দ দিয়ে সার্চ করতে পারেন তা নির্ধারণ করুন। আ্যডভার্স সার্চ সিনটাক্স ব্যবহার করুন। এর মাধ্যমে আপনি অনুসংবাদের জন্য শুরু চান। আপনি যে সাইটে নিয়ে গবেষণা করেন, সেটি খোলার পর তা সংক্ষিপ্ত করে দরকারী তথ্যটি সম্প্রতি মূল্য নেই ফেলা হয়েছে। কিন্তু গুগল সার্চ ফলাফলের মধ্যে দেখা যায়। এ অবস্থায় ফলাফলের উপর একটি নম্বর আসে, তা পাশের কানো তিন্টু বিভাগটি ক্লিক করুন। এটি আপনাকে সার্চ ইনেঞ্জিনের ক্যাসেটে সংরক্ষিত করতে প্রস্তাব দেয় যদি আপনি এর সাহায্যে কেঁপে যাও। একবার শুরু করঃ সার্চ করুন তখন সার্চ ইনেঞ্জিনের সাহায্যে শুরু করতে পারেন। মূল্য বলে সেটি ফলা তথ্য খুঁজে পেতে পারেন। আপনি যা শুরু করতে পারেন, মূল্য বলে সেটি তথ্য খুঁজে পেতে পারেন। এন্ডলেস নামের হ্রদিক ব্যবহার করে সার্চ করতে পারেন।

ভূয়া ছবি যাচাই

রিভার্স ইমেজ সার্চের মাধ্যমে জানা যায়, ছবির প্রথম কথন ব্যবহার হয়েছে এবং ছবিতে যে ঘটনা দেখা যায় তার কাছে চান। এর মাধ্যমে আপনি আগে জানা উদ্দেশ্যে পারেন, ছবিতে যে উৎস থেকে এসেছে, তা বিশ্বসনীয় না না না। যে ছবিটি সার্চ করতে চান, তা ডিঙ্গলো বা সাইড করে। অথবা ছবিটির ওয়েব ঐতিহ্য করে নিন। তারপর গুগল ইমেজ, বিং বা টিন আইমেজ গিয়ে সেই ছবি আপনাকে দিয়ে সার্চ দিন। দেখুন পারার ছবিটি কত আগে তামা,একই রকম ছবি কত বাজে, ধরনের আর কর্মদায়ক করে, ইত্যাদি। টিনআইমেজ বেস্ট মাত্র, কিউইসেট, ওপ্লেক্ট ইত্যাদি অপশন, এমনকি মোস্ট চেইন্ড নামের অপশন ব্যবহার করে ছবিটিকে কুই এডিট করিয়ে আনতে পারেন, সেটি হুঁজে বোর করতে পারেন। এভাবে বুঝতে পারবেন, পুনরা কোনো ছবিকেকোভিটের ছবি বলে চলিয়ে দেয়া হচ্ছে কিনা।

ভিডিও যাচাই

ভূয়া ভিডিও ধরার সবচেয়ে ভালো উপায়, ভিডিও থেকে ছবির স্ক্রিনশট নিয়ে রিভার্স ইমেজ সার্চ করুন। এভাবে ভিডিওটি কোথায় থেকে এসেছে, সে সম্পর্কে ধারণা পাওয়া যায়। আমনষ্টেস্ট ইন্টারনেটর রাউটর টেলিফোন ভিডিও ভিডিও ব্যবহার করতে পারেন। এই টুল ব্যবহার করা হবে সহজ: প্রথমে ইন্টারেটের কোনো কোনো ভিডিও নিক্ষেপ নিয়ে সেখানে সেটিতে করুন এবং গো বাটনে ক্লিক করুন। সাথে সাথেই এই ভিডিও প্রথম আপনালের সময় নানকে তথ্য বের করে আনবে টুলটি। এর সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ দিক হলো, সার্চ ফলাফলে ভিডিও অসংখ্য থাকানো। এই ছবি দিয়ে রিভার্স ইমেজ সার্চ করুন একটি ভিডিও অন্য কোনো সময় যা অন্য কোনো প্রক্ষেপ ব্যবহার করা হয়েছে কিনা, তা জানা যাবে। আরেক বিকল্প ইনসেন্টিভ - ভিডিও এবং ছবি, দুটোতেই কাজ করে।
এএফপি ফ্যাক্টেচেক শুরু থেকেই কোভিড-১৯ নিয়ে গুজব খুলন করে যাচ্ছে। এপ্রিল নাগাদ প্রায় ৪০০ ফ্যাক্টেচেক করেছে তারা। ভুয়া খবর পেলে আগে এখানে চেক করে নিতে পারেন।

ছবিতে ক্লিক করুন

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার নিখ বাস্টার্স পেইজ থেকে ঘুরে আসতে পারেন। করোনাইভারাস নিয়ে অনেক নিখ খণ্ড, গ্রাফিকসহ পাওয়া যাবে এখানে। নিখ বাস্টার্স নিয়মিত আপডেট হয়।

ছবিতে ক্লিক করুন

গুগল ফ্যাক্টেচেক এক্সপ্লোরারে গিয়ে করোনাইভারাস এবং ভুয়া খবরের বিষয় নিচে সার্চ দিলে, সেই বিষয়ে কোনো খুলন হয়ে থাকলে, পাওয়া যাবে। এটি বেশ বড় একটি ফ্যাক্টেচেক আর্কাইভ। সর্ব ফ্যাক্টেচেকের প্রতিষ্ঠানই এটি ব্যবহারের পরামর্শ দেয়।

ছবিতে ক্লিক করুন

জিআইজেএনের এই ফ্যাক্টেচেক গাইড থেকে জানা যাবে, গুজব ছড়ানোর ছয়টি উপায় এবং কিভাবে খুব সহজে তা যাচাই করবেন। এখানে ধাপে ধাপে পদ্ধতি ব্যাখ্যা করা হয়েছে, বাংলায়। আরো আছে স্মার্ট ফোনে ভুয়া ছবি যাচাইয়ের টিপস।

ছবিতে ক্লিক করুন

ফ্যাক্টেচেকাদের বিশ্বজোড়া একটি গ্রুপ যখনই কোভিড সংক্রান্ত যা যাচাই করেছেন, সেটি টুইটারে দিচ্ছেন অভির একটি হ্যাশট্যাগে। এরফলে সেখানে গেলেই কোভিড ফ্যাক্টেচেকের লাইভ লিস্ট পাওয়া যাচ্ছে।

ছবিতে ক্লিক করুন

কোভিড-১৯ নিয়ে সবচেয়ে সমৃদ্ধ ফ্যাক্টেচেকিং রিসোর্স পাওয়া যাবে ফার্স্ট ড্রাফটের সাইটে। সেখান থেকে যাচাইয়ের দরকারি টুল ও গাইডের কথা জেনে নিতে পারেন অন্যায়াসে। তারা বিনামূল্যে অনলাইন প্রশিক্ষণও দিচ্ছে।

ছবিতে ক্লিক করুন
দেখুন অনুসন্ধানী চোখে

পড়তে শিরোনামে ক্লিক করুন

অনুসন্ধান কোথায় কেমন
বেসব প্রশ্ন করতে হবে
সোর্স ও অনুসন্ধানের বিষয়
অনুসন্ধানী অ্যাঙ্গেল
অনুসন্ধানী টিপস

আপনি কোভিড সম্পর্কে জানুন
“অনুসন্ধানী সাংবাদিক হিসেবে, প্রথম কাজ পুরো ব্যবসা সম্পর্কে ধারণা নেওয়া। এই তাইরাস নিয়ে গুরুদ দিকে যেসব রিপোর্টিং হয়েছে, তাতে স্পষ্ট বোঝা গেছে, অসুখটি কি ভাবে কাজ করে, তা রিপোর্টাররা তালোমতো জানেন না। ফলে তারা নানা ভাবে বিভাজন হয়েছেন। আপনাকে আপনি শুধু হবে, এবং তারপর ডালো সোস্র তৈরি করতে হবে।” - দ্রিউ সুলিভান, ওসিসিআরপি

তথ্যের সুত্র ডাকার ও নার্স
“অনেক স্বাস্থ্যসেবা প্রতিষ্ঠান কর্মীদের সাংবাদিকদের সাথে কথা বলতে নিষেধ করছে। তবে ডালো দিক হচ্ছে, নার্স ও ডাকাররা কথা বলতে চান। বিশেষত, তাদের ব্যক্তিগত ট্রিম্য ও প্রয়াতনীয় উপকরণের স্বল্পতা নিয়ে। স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের ইউনিয়ন এক্ষেত্রে একটি উপকরণী সোস্র হিসেবে আবির্ভূত হচ্ছে।” - গ্রেরিয়া রিভা, লেসপ্রেসো, ইতালি

সম্যাল মিডিয়া এখন বড় সোস্র
“সাংবাদিকরা সম্যাল মিডিয়া ব্যবহার করে, হাসপাতাল ও সরকারের অন্যান্য প্রতিষ্ঠানের মধ্যে সোস্র তৈরি করতে পারে। চীনে উইরো-তে সহায়তা চেয়ে মানুষ পোস্ট দিয়েছে। আপনি তাদের কাছে সরাসরি বার্তা পাঠিয়ে তথ্য চাইতে পারেন। মহাসামা অনুসন্ধানে সাংবাদিকদের জন্য একটি বড় টুল হয়ে উঠতে পারে সামাজিক মাধ্যম।” - জোয়ি চি, চীনা ভাষা সম্পাদক, জিআইজেএন
অনুসন্ধানী টিপস

সরকারি ক্রয়ে নজর দিন
“সরকারি কোথায় টাকা খরচ করছে, কারা সাপ্লায়ার, পণ্যের উৎস কী, দাম কত, সেই কোম্পানি আগে এই পণ্য বেচাকেনা করেছে কিনা, তার সাথে প্রতিবাদীদের কি সম্পর্ক, তাদের উচ্চগতি করী, তাদের অফশোর্ব বর্তমান আছে কিনা - এমন বিষয়ে খোঁজ নিতে হবে রিপোর্টারদের। তথ্যের জন্য প্রতিযোগীদের সাথে কথা বলুন।” - মিরান্না প্যাট্রুচিচ, ওসিসিআরপি।

মহামারি থেকে মুনাফা করছে কে?
“নিজেকে প্রস্ত করুন - পাঠকের জন্য কোন বিষয়টি জানা সবচেয়ে জরুরি? মনে রাখতে হবে, সাংবাদিকতা মানে জনসেবা; বিশেষ করে রাজনৈতিক ও কর্পোরেট স্মার্থের কারণে বংশোদ্ভ মানুষদের। তারপর প্রস্ত করুন - এই মহামারি থেকে কে মুনাফা করছে? ওষুধ কোম্পানি, বায়োটেক, যন্ত্রনিয়ন্ত্রা - এখন তাদের নিয়ে খোঁজকের করুন।” - ফ্যাবিযোলা তোরেস, সালুদ কন লুপা।

অনুসন্ধান করুন জোট বেধে
“রিপোর্টারদের জন্য আমার সাধারণ পরামর্শ হলো, এখন দল তৈরি করে কাজ করুন। কঠিন এই সময়ে সহকর্মীর সাথে কাজ করলে যে শুধু অনুসন্ধান ভালো হবে তা নয়, এতে কাজটাও হয়ে উঠবে আনলের। এখন কঠিনীন্দ্র কঠোর হওয়ার সময়।” - মার্থা মেনডোজা, এসোসিয়েটেড প্রেস, দুইবার পুলিশ্মার জরী।
মানসিক চাপ এবং ট্রামা

কোভিড-১৯ সাংবাদিকদের অভ্যুতপূর্ব এক চ্যালেঞ্জের সামনে দাঁড় করিয়েছে। এটি এমন এক স্থায়ী-দুর্ঘটনা যেখানে রিপোর্টার নিজেও ভিত্তিত হয়ে যেতে পারেন যে কোনো সময়। এমআরডিআইএলের জরিপে দেখা গেছে, ১৬ ভাগ সাংবাদিকই একে মানসিক চাপ ভুগছেন। এদের মধ্যে বেসরকারি চিকিৎসা পরিবারের সদস্যদের নিয়ে। অনেকের ভয়, তারা নিজেকেই আক্রান্ত হতে পারেন যে কোনো সময়।

এধরনের দুর্ঘটনা দুটি দিক আছে। প্রথমত নিজেকে নিয়ে ভয়, দ্বিতীয়ত, রিপোর্ট করতে গিয়ে ডিকটেল্ডির ট্রামা আরো বাড়িয়ে তোলো। কাজেই এমন অবস্থায় সাংবাদিকদের যেমন নিজেদের মানসিক স্বাস্থ্যের দিকে খেয়াল রাখতে হয়, রিপোর্টের চরিত্রের প্রতি যত্নীত হতে হয়, তেমনি নিউজুরুফকেও তাদের রিপোর্টারের সাথে মানসিক আচরণ করতে হয়। নয়তে সাংবাদিক নিজেই ট্রামায় ভুগতে থাকেন।

ভুক্তভোগীদের প্রতি দায়িত্ব

- যারা সাক্ষাৎকার দিতে চাইছেন, তাদের প্রতি সহনুভূতিশীল হোন, এবং মানসিক আচরণ করুন।
- সাক্ষাৎকারের স্থান তাদেরকে বাঁধা করতে দিন এবং তাদেরকে আগে কথা বলতে দিন।
- কেউ যদি সাক্ষাৎকারের মধ্যে আবেগাকর্ষণ হয়ে পড়ে, তাকে বিদ্যমান নেয়ার সময় দিন।
- কেউ যদি সাক্ষাৎকারের অনুরোধ ফিরিয়ে দেয়, তাদের নিন। প্রত্যাখ্যান দুলে যেতে চিহ্নিত করুন।
ট্রামা থেকে বাঁচতে কি করবেন?

বিপদে পড়লে শরীরের যেমন প্রতিক্রিয়া দেখায়, ট্রামায়ও তেমনই। তখন শরীরের আ্যালার্টের অবস্থায় চলন যায়, সুরক্ষা ব্যবস্থাগুলো সক্রিয় হয় এবং এটি আপনার মস্তিষ্কে রাসায়নিক প্রভাব ফেলে। এসময় আপনি যন্ত্রণা, বেদনা অনুভব করবেন - এটাই স্বাভাবিক।

যদি ঘর থেকে বেরুতে না পারেন, তাহলে শরীরের অবস্থান পরিবর্তন করুন। আরাম করে বসুন। আর সেরুদণ্টি সোজা রাখবেন। যখন খুব বেশি চাপ মনে হবে, একটু কেদে নিন। তাতে কোনো সমস্যা নেই। কারা অনেক সময় ভারসাম্য করে।

একটু খামুন, যাস নিন। কিছু সময় কাজ বক্স রাখুন। সম্ভব হলে, ঘরের বাইরে যান, অল্প সময়ের জন্য হেলে। লাফানাল্কি বা দৌংড়ামোড়ি করুন। এই চলাচলের অবস্থার পরিবর্তন আপনাকে সহায়তা করবে আবেগ নিয়ন্ত্রণে রাখতে।

যাস্প্রয়োগের ব্যায়াম করুন। তিন গ্রণতে গ্রতিতে যাস নিন। যাস ধরে রাখুন পাঁচ গোনা পর্যায়। এরপর আট পর্যায় গুনে নিয়ন্ত্রণ ছাড়ুন। যোগ ব্যায়াম বা অন্য যে কোনো ধরণের শরীরের চর্চা আপনাকে সবন এবং ভালো থাকতে সাহায্য করবে।

নানসিক পীড়ার সময়গুলোতে, আসলা নিজের আজাদে পা তাজ করে ফেলু বা হাত মেড়াতে থাকি। এক্সরেটে পা ছড়িয়ে দিন এবং মাসের শিরীষ করুন। মেঘেতে বংশ পড়ুন। পা ছড়িয়ে দিন। দুই পা মাঠে এমনভাবে রাখুন যেন মাটির স্পর্শ অনুভব করতে পারেন।

আপনার হাতবিটি যদি বেঁধে যায়, ঘাম হতে থাকে, কারা শুরু করেন বা সাইরিয়ক যন্ত্রণা শুরু হয়, তাহলে নিজের সুরক্ষা জন্য ডাকাতের পরামর্শ নিন।
<table>
<thead>
<tr>
<th>নং</th>
<th>তথ্যসূত্র</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>প্লোবাল ইনভেস্টিগেটিভ জার্নালিজম নেটওয়ার্ক</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>ডার্ট সেন্টার ফর জার্নালিজম অ্যান্ড ট্রাস্ট</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর জার্নালিস্টস</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>ফার্স্ট ড্রাফট, ফ্যাক্টচেকিং সংগঠন</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>পেয়েন্টার নিউজ ইউনিভার্সিটি</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>অ্যাসোসিয়েশন অব হেলথ কেয়ার জার্নালিস্টস</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>সেন্টার ফর ডিজিজ কন্ট্রোল</td>
</tr>
<tr>
<td>8</td>
<td>কমিটি টু প্রটেক্ট জার্নালিস্টস</td>
</tr>
<tr>
<td>9</td>
<td>বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা</td>
</tr>
<tr>
<td>10</td>
<td>ছবি ও গ্রাফিক্স ক্যানভা থেকে</td>
</tr>
</tbody>
</table>
“সাংবাদিকতা এখন গোটা বিশ্বেই “জরুরি সেবা” বলে বিবেচিত। ঠিক স্বাস্থ্যকর্মী, সরকারী চাকুরিজীবী বা খাবার যোগানদাতাদের মতোই, সমাজকে সচল রাখতে সাংবাদিকদেরও প্রয়োজন। এই গুরুদায়িত্ব আমাদের কাঁধে নিতে হবে গুরুত্বের সাথে, আর প্রত্যাশাও মেটাতে হবে মানুষের।” - পিটার ক্লাইন, গ্লোবাল রিপোর্টিং সেন্টার।