ముందువరుస యోధుల స్వరాలు:

కోవిడ్ బృందగానం

సమాజ సహకార ఆలోచనా భాగస్వామి ప్రాజెక్ట్

పాలసీ, ఇనిస్టిట్యూషనల్ అండ్ కమ్యూనిటీ

పరిజ్ఞాన నివేదిక

ఆలోచన భాగస్వాములు

Chaune Fitzgerald, Women of Wisdom – TriCities

డాక్టర్. Ben Danielson, కమ్యూనిటీ అడ్వకేట్

Gloria Rodriguez, LatinX Unidos of the South Sound

JanMarie Olmstead, American Indian Health Commission

Jordan Chaney, సాంస్కృతిక కార్యకర్త, కవి

Kathleen Wilcox, African Americans Reach & Teach Health

Lin Crowley, Asian Pacific Islanders Coalition SPS మరియు Multicultural Center of the South Sound

Faaluaina "Lua" Pritchard, Asia Pacific Cultural Center

Lynese Cammack, యూత్ కమ్యూనిటీ అడ్వకేట్

Mayra Colazo, Central WA Disability Resources

Megan Veith, Building Changes

Mohamed Bakr, Muslim Community Network Association

Mulki Mohamed, RuntaNews

Pa Ousman Joof, WA West African Center

Priya Jayadev, Clallam Mosaic: [illegible] & [illegible] [illegible] [illegible]

Todd Holloway, Center for Independence

Van Kuno, Refugee & Immigrant Services NW

Vincent Perez, Equity Institute

Zyna Bakari, Urban League of Metropolitan Seattle

Center for Community Relations and Equity సిబ్బంది: Anastacia-Renee, C. Davida Ingram, మరియు Fathiya Abdi. మరియు సమాజ భాగస్వాములైన వీరికి ధన్యవాదాలు: JM Wong, EJ Juarez, Elisa Murray, Alex Bergstrom, and Charlie McActeer.

ముందువరుస యోధుల స్వరాలు: కోవిడ్ బృందగానం

మహమ్మారి వచ్చినప్పుడు వాషింగ్టన్ సమాజాన్ని కేంద్రంగా చేసుకొని ముందుగా స్పందించినవారి సమానత్వానికి సంబంధించిన పరిజ్ఞానాన్ని ఈ ప్రాజెక్ట్ సంగ్రహించే ప్రయత్నం చేసింది.

Centers for Disease Control and Prevention (సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్) మంజూరు చేసిన నిధులను Washington State Department of Health (వాషింగ్టన్ స్టేట్ డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హెల్త్) ఈ డాక్యుమెంట్ కోసం అయ్యే ఖర్చులను (కొంత భాగం) భరించడానికి ఉపయోగించింది. ఈ ప్రచురణలో వ్యక్తం చేసిన అభిప్రాయాలు, దీన్ని తయారుచేయడానికి పాటుపడినవారి అభిప్రాయాలు Washington State Department of Health లేదా Department of Health and Human Services (డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హెల్త్ మరియు హ్యూమన్ సర్వీసెస్) వారి అధికారిక విధానాలను తప్పనిసరిగా ప్రతిబింబించాల్సిన అవసరం లేదు. అలాగే, ఆయా వ్యాపారాల పేర్లు, వాణిజ్య పద్ధతులు లేదా సంస్థల ప్రస్తావనలు ఉన్నంత మాత్రాన U.S ప్రభుత్వం వాటిని ప్రోత్సహిస్తుందని దానర్థం కాదు.

విషయసూచిక

విధాన పరిజ్ఞానం **8**

సమాజాన్ని కలుపుకోవడం
సహకారం
డేటా సమానత్వం
విధాన మార్పు
యువత

కోవిడ్-19 డేటా **19**

జాతిపరమైన అసమానత & కోవిడ్-19 డేటా
కోవిడ్-19 హాస్పిటల్‌లో చేరినవారి డేటా

సంస్థాగతమైన పరిజ్ఞానం **24**

కలుపుకొనిపోవడం
భాషాపరమైన అందుబాటు
సృజనాత్మకత
డిజిటల్ సమానత్వం
అసమానత
విద్య
పర్యావరణం
నిధులు సమకూర్చడం
ఆశ
ప్రమాణం

సమాజ పరిజ్ఞానం **36**

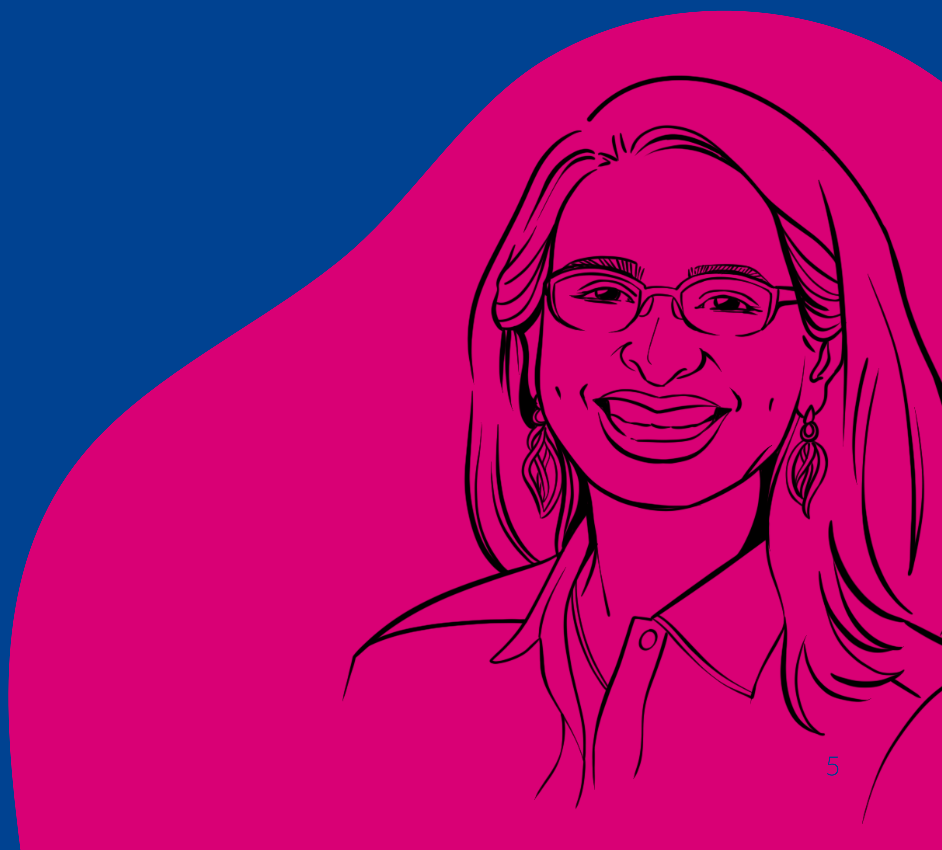
మద్దతు ఇవ్వడం
అవగాహన
సంబంధం
వేర్వేరు సంస్కృతులు కలవడం
తరాల మధ్య కమ్యూనికేషన్
ఐసోలేషన్
లక్ష్యం

ముందువరుస యోధుల స్వరాలు: కోవిడ్ బృందగానం

“మనుష్యులమైన మనం పరిణామ పిరమిడ్‌లో అగ్రస్థానంలో ఉన్నామనే మనం అనుకుంటూ ఉంటాం.

కానీ, చూడండి ఒక చిన్న వైరస్ మనల్ని ఎంత సులభంగా కుప్పకూల్చగలదో.”

—Priya Jayadev



జాగ్రత్తగా వింటే, మానవ జీవితానికి విలువ ఇవ్వడం గురించిన ముఖ్యమైన పాఠాలు కోవిడ్ దగ్గర నేర్చుకుంటాం

కొంతమంది చెప్పుచేతుల్లో ఉండే సమాజంలో కొన్ని వర్గాల వాళ్లను చిన్నచూపు చూస్తారు, అనారోగ్య సమయాల్లోనే ఆ వర్గాలవాళ్లకు నిజంగా చేర్చుకోకపోవడం అంటే ఏమిటో **తెలుస్తుంది** అలాగే వారు దాన్ని **అనుభూతి** చెందుతారు. ప్రజారోగ్యంలో ఒకదానితో మరొకటి పెనవేసుకున్న అనేక సంక్షోభాలను కోవిడ్ వేలెత్తి చూపింది —— ఇంటిపట్టున ఉండేవారి నుండి కార్మికుల వరకు మీరు ఊహించగల ప్రతిచోటా ఆ సంక్షోభాలను చూపించింది.

ప్రజలతో మనం చక్కగా వ్యవహరించని మార్గాల్లో కూడా ఇప్పుడు నడుస్తున్న ఈ మహమ్మారి లోతుగా పెనవేసుకొనివుంది. ఇప్పటికే ఉన్న అసమానతలను అది కళ్లకు కట్టింది —— జాతి వివక్ష, వైకల్యాలు ఉన్నవారిపట్ల వివక్ష, ఎక్కువమంది జైలులో ఉండడం, వయోవృద్ధుల సంరక్షణలో లోపం, కఠినమైన విధానాలవల్ల పాఠశాల పిల్లలు జైలుపాటు కావడం, కార్మికులకు రక్షణ లేకపోవడం, తక్కువ వేతన ఉపాధిని వద్దనకపోవడం, గృహ మరియు ఆహార భద్రత లేకపోవడం, సామాజిక వెలివేత వల్ల బాధలు, వ్యసనంతో పోరాడే వారి కోసం వనరుల లేమి, ఆరోగ్య సంరక్షణ లేని వ్యక్తులు, ఇంటర్నెట్ లేని జీవితం, సదుపాయాల కోత, కారు లేకపోవడం లేదా వేగం లేని ప్రయాణం, సంరక్షకులు అనుభవించే బాధలు లాంటివి.

పైన పేర్కొన్న జాబితా కొనసాగుతూనే ఉంటుంది.

ముందువరుస యోధుల స్వరాలు: కోవిడ్ బృందగానం

వీటి గురించి మాట్లాడాలని మరియు ప్రతిస్పందించాలని సమాజాలను, వాటి అభ్యున్నతికి పాటుపడేవారిని కోవిడ్ బలవంతపెట్టిన ప్రమాదకరమైన పరిస్థితుల్లో ఇవి కొన్ని మాత్రమే.

కాబట్టే, మూడు సంవత్సరాల హృదయ విదారక కాలంలో, కోవిడ్ మనకు నిర్దాక్షిణ్యంగా నేర్పించిన వాటిని రాజకీయ నాయకులు, సంస్థలు, యజమానులు అలాగే కొన్నిసార్లు సాధారణ ప్రజలు సైతం మరిచిపోకుండా ఉండడం అత్యవసరం.

మహమ్మారి అనంతర జీవితం అలాగే భవిష్యత్తు సంక్షోభాల విషయంలో కోవిడ్ మనకు నేర్పించిన జీవిత పాఠాలను జ్ఞాపకం చేసుకుందాం

విధాన పరిజ్ఞానం

కోవిడ్ అనంతర ప్రభావాలు ఇంకా కొనసాగుతున్న కారణంగా, విధానపరమైన పనికి సాధికారత కల్పించడం కోసం, వాషింగ్టన్‌లోని సమాజంలో ముందుగా స్పందించినవారు వారి జ్ఞానాన్ని పంచుకున్నారు

ముందువరుస యోధుల స్వరాలు: కోవిడ్ బృందగానం

విధాన పరిజ్ఞానం

- సమాజాన్ని కలుపుకోవడం
- సహకారం
- డేటా సమానత్వం
- విధాన మార్పు
- యువత

సమాజాన్ని కలుపుకోవడం

కేంద్రీయ వ్యక్తులు అడ్డంకులు ఎదుర్కొంటున్నారు

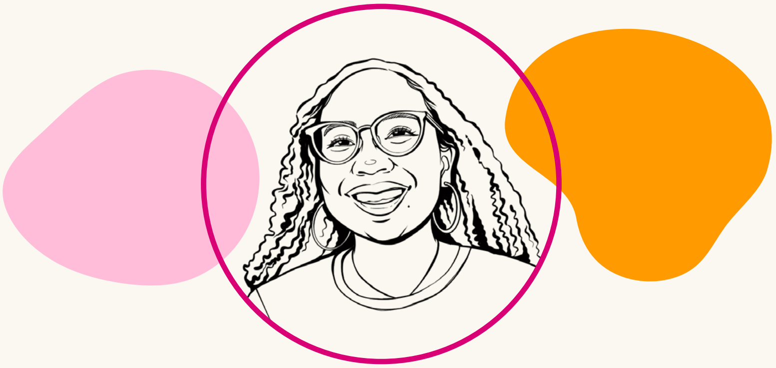
నిర్బంధంలోని వారు, నివాసం మరియు ఆహార భద్రత లేనివారు, డాక్యుమెంట్లు లేనివారు, మాదకద్రవ్యాల దుర్వినియోగానికి పాల్పడేవారు మరియు ప్రవర్తనాపరమైన ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవాళ్లు, సంరక్షకులు, తక్కువ ఆదాయం/అసలు ఆదాయమే లేని వారితో సహా, కేంద్రీయ వ్యక్తులు ఆరోగ్యపరంగా అడ్డంకులు ఎదుర్కొన్నారు.

సమాజాన్ని కలుపుకొని దాన్ని భాగస్వామిగా చేసే మార్గదర్శకులను తయారుచేయండి

సమాజాన్ని భాగస్వామిగా చేసే మార్గదర్శకులు సులభంగా అందుబాటులో ఉండేలా చూడాలి వాళ్లలో నల్లటి చర్మం రంగు నుండి తెల్లటి చర్మం రంగు వరకు, అన్ని శరీర రకాలు, వయస్సులు, లింగ వ్యక్తీకరణలు, శిరోజ రకాలు, ముఖ విశిష్టతలు, ఆర్థిక నేపథ్యాలు ఉన్నవారు ఉండాలి.

కేంద్రీయ నల్లజాతీయులు, స్వదేశీ వ్యక్తులు, పసిఫిక్ దీవి వాసులు, హిస్పానిక్/లాటినిక్స్ మరియు BIPOC ముఖాలు

దేనిలోనైనా నల్లజాతీయులు, స్వదేశీ వ్యక్తులు, పసిఫిక్ దీవి వాసులు, హిస్పానిక్/లాటినిక్స్, BIPOC ముఖాలు స్పష్టంగా మరియు కేంద్రీయంగా కనిపించేలా చేయండి. ఈ పనిలో మా ప్రాతినిధ్యం కనిపించాలని కోరుకుంటున్నాము.

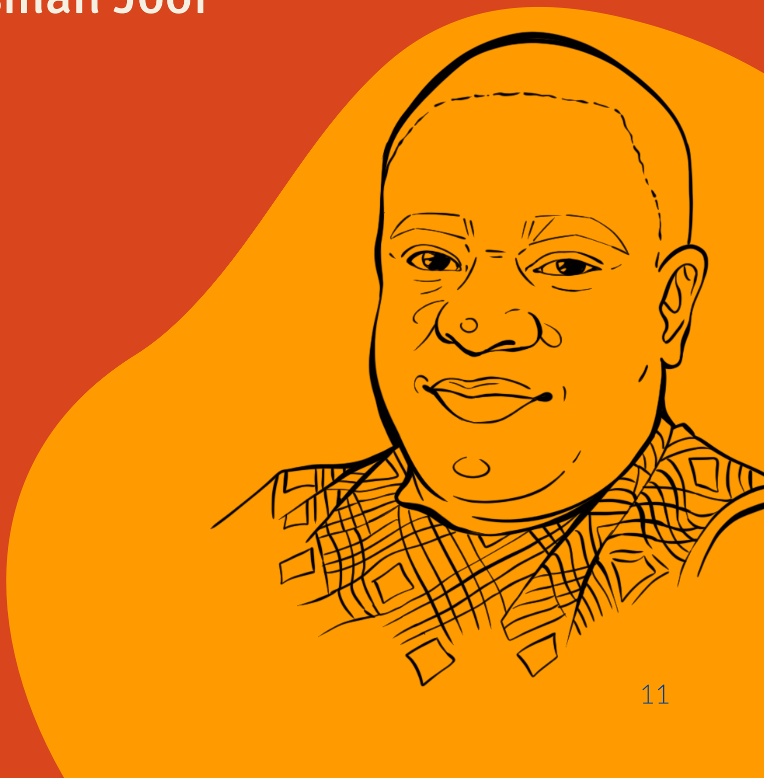


"ఇది చాలా దురదృష్టకరమైన విషయం. కోవిడ్ వచ్చాకే మేము మా సమాజానికి ఎన్నో యుగాలుగా చేయాలనుకున్న పనుల కోసం

ఏదోక రూపంలో నిధులు లేదా మద్దతు సంపాదించగలిగాం...

నిష్పక్షపాతంగా, పిల్లలకు, వయోవృద్ధులకు సేవలు అందించగలుగుతున్నాం."

—Pa Ousman Joof



సమాజాన్ని కలుపుకోవడం

అందరూ నేర్చుకున్న పాఠాలను డాక్యుమెంట్ చేయాలి

అందరూ నేర్చుకున్న పాఠాలను స్పష్టమైన భాషలో, స్పష్టమైన లక్ష్యాలతో డాక్యుమెంట్ చేయాలి దానివల్ల ప్రజారోగ్యంలోని అన్ని రంగాల్లో మన సమాజాల వారిలో జవాబుదారీతనం సృష్టించడం వీలౌతుంది.

సమాజం కేంద్రంగా నిర్ణయాలు తీసుకోండి

గతంలో అలాగే ఇప్పుడు వెలివేతకు దారితీసిన చరిత్రలోని ఆయా పరిస్థితులను పరిగణనలోకి తీసుకొని, సమాజం కేంద్రంగా నిర్ణయాలు తీసుకోవడానికి కట్టుబడివుండాలి.

సమాజ నాయకులతో కలసి పనిచేయాలి

సమాజ నాయకులతో కలిసి పనిచేయాలి. వివిధ సమాజ సభ్యులు చూసుకునే అంశాల ఆధారంగా, వారి సేవలను ఉపయోగించుకోండి.

సహకారం

సమిష్టి కృషి అవసరం

ఆయా వ్యక్తుల వల్ల లేదా వేర్వేరు సంస్థల వల్ల కాకుండా, సమిష్టి కృషి వల్ల సాధ్యమయ్యే విధానాల మీద దృష్టి పెట్టాలి.

కలుపుకొనిపోయే పౌర సహకారాలకు విలువ ఇవ్వాలి

కలుపుకొనిపోయే పౌర సహకారాలకు విలువ ఇవ్వండి, అలాంటి వాటిని సృష్టించండి వాటిలో సమాజం నాయకత్వం వహిస్తుంది, దానికి నిర్ణయాధికారం అలాగే ప్రభావం ఉంటుంది.

సమాజ సభ్యులు మరియు సిబ్బంది భాగం వహించేందుకు అనుమతించాలి

పరిస్థితికి తగ్గట్లుగా మారండి, చురుగ్గా, వ్యూహాత్మకంగా ఉండండి, వెంటనే స్పందించండి. అయితే, సమాజ సభ్యులు మరియు మీ సిబ్బంది కోసం మీ వేగం తగ్గించండి. అప్పుడు, వాళ్లూ వారి పని చేయగలుగుతారు మరియు పూర్తి స్థాయిలో భాగం వహించి వారి ఉత్తమ నైపుణ్యాన్ని ప్రదర్శించగలరు.

సమాజం నేతృత్వం వహించే స్థలాల జాబితా

భాగస్వాములకు చేయూతనిచ్చేలా, సమాజం నేతృత్వం వహించే స్థలాల జాబితా సృష్టించండి.

సహకారం

అసమానతలు ఎదుర్కొంటున్న సమాజాల ఆధ్వరంలో మరియు వారి కోసం శిక్షణా తరగతులను రూపొందించండి

సామూహిక కారాగారం, నివాస మరియు ఆహార అభద్రత, మత్తుపదార్థాల వినియోగం, మానసిక అనారోగ్యం, జాతి వివక్ష, వైకల్యం ఉన్నవారిపట్ల వివక్ష, వయసు పరమైన వివక్ష, విదేశీయులంటే భయం, లింగ వివక్ష, ట్రాన్స్‌జెండర్లు అంటే భయం, అలాగే వేరే రకాల వెలివేతల వంటి అసమానతలను అనుభవించే సమాజాల ఆధ్వర్యంలో, వాటి కోసం రూపొందించిన శిక్షణలు.

వారి బహుమతులు మరియు ఆకాంక్షల మీద దృష్టి పెట్టండి.

సమాజాల్లో పౌర నాయకత్వ నైపుణ్యాలు పెంపొందించండి

సమాజాల్లో పౌర నాయకత్వ నైపుణ్యాలు పెంపొందించండి. అప్పుడు తక్కువ ప్రాతినిధ్యం ఉన్న సమాజాల్లో ఈ నాయకత్వ అవకాశాలు ఎక్కువగా అందుబాటులో ఉంటాయి, అలాగే వాటికి సంబంధం ఉన్న అవకాశాలు వస్తాయి.

భారీ సంస్థాగత బడ్జెట్ వనరులు పంచుకోండి

భారీ సంస్థాగత బడ్జెట్ వనరులను ఉదారంగా, ధైర్యంగా మరియు జవాబుదారీతనం ఉండేలా పంచుకోండి.

డేటా సమానత్వం

ప్రజారోగ్య అసమానత సమాచారం

ప్రజారోగ్య అసమానతలు గురించిన సమాచారం సరళమైన భాషలో సులభంగా దొరికేలా, శోధించేలా చూడండి.

సమాజాలు పెట్టుబడిని నిర్వచిస్తున్నాయి

పెట్టుబడి ఎలా కనిపిస్తోందో/ఎలా అనిపిస్తుందో క్రియాశీలంగా నిర్వచించే అవకాశాలను సమాజాలకు కల్పించండి.

డేటా విశ్లేషణ శిక్షణ

ప్రాతినిధ్యం తక్కువగా ఉండే సమాజాలకు డేటా విశ్లేషణలో శిక్షణ ఇవ్వడానికి పెట్టుబడి పెట్టండి. అప్పుడు, సమాజాలు అవరోధాలు లేకుండా మంచి అవగాహనతో విశ్లేషణలను ఇవ్వగలుగుతాయి.

మానవ-కేంద్రిత వ్యవస్థలు

సామాజిక బహిష్కరణ మరియు అణచివేత కారణంగా అసమానతలు అనుభవించే సమాజాలను వింతైనవారిగా చూడని మానవ-కేంద్రిత వ్యవస్థలను తయారుచేయండి, మెరుగైన పౌర మరియు సమాజ పెట్టుబడి కోసం కోరండి.

సమానత్వం ఉన్న డేటా సేకరణ పద్ధతులు

సమానత్వం ఉన్న డేటా సేకరణ పద్ధతులకు కట్టుబడి ఉండండి (ఉదా. భాషా అందుబాటు, ఆ సమాజంలో నమ్మే మెసెంజర్లను ఉపయోగించడం).

అందుబాటులోని పబ్లిక్ డాలర్లు

సమాజం నేతృత్వంలో డేటా సేకరణ జరిగేలా పబ్లిక్ డాలర్లు అందుబాటులో ఉంచండి మరియు ఎక్కువగా ప్రభావితమైన సమాజాలతో కీలక భాగస్వామ్యం కొనసాగించండి.

విధాన మార్పు

కోవిడ్ వల్ల వచ్చిన వేగాన్ని ఉపయోగించండి

ఆరోగ్య సంరక్షణ యాక్సెస్‌లో విస్తృత స్థాయిలో విధాన మార్పు కోసం కోవిడ్ వల్ల వచ్చిన ప్రేరణను ఉపయోగించండి.

సమాజాల భాగస్వామ్యాన్ని కొనసాగించండి

విధాన రూపకల్పన జరిగే ప్రతీ ప్రదేశంలో విధానం, ప్రోటోకాల్ మరియు ప్రవర్తనా నియమావళులు ఎలా ఉండాలంటే ఆయా సమాజాలవారు వాటిలో భాగస్వాములై విధాన ఫలితాలు రూపొందించగలగాలి.

ప్రత్యక్ష అనుభవాలున్న వేర్వేరు నేపథ్యాల సిబ్బందిని నియమించుకోండి

అనుభవంతో ముడిపడిన పని/విధాన ఫలితాలకు మద్దతివ్వగల ప్రత్యక్ష అనుభవాలున్న వేర్వేరు నేపథ్యాల సిబ్బందిని నియమించుకోండి.

సమానత్వాన్ని మనసులో ఉంచుకొని నిర్ణయాలు తీసుకోవాలని గుర్తుంచుకోండి

సమానత్వాన్ని మనసులో ఉంచుకొని నిర్ణయం తీసుకోవడం వల్లే విభిన్న వర్ణాల సమాజాల్లో వ్యాక్సినేషన్ శాతాలను మెరుగుపర్చగలిగామని గుర్తుంచుకోండి. శ్వేతజాతీయులు కొన్నిసార్లు వేరే వర్ణాలవాళ్లకు సహాయం అవసరమని తెలిసినప్పుడు భద్రతా విషయాలను పట్టించుకోలేదని మర్చిపోకండి.

యువత

యువత మీద పెట్టుబడి పెట్టండి

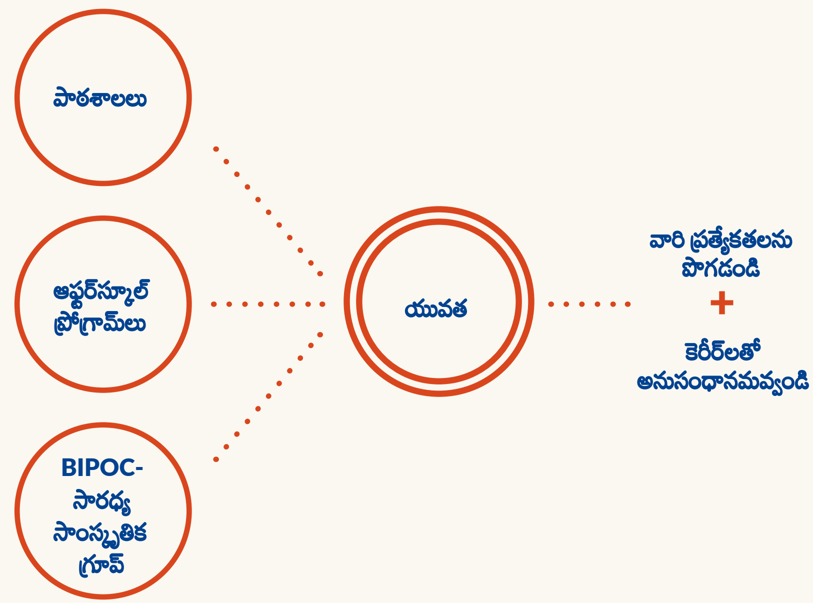
యువత మీద పెట్టుబడి పెట్టడానికి కోవిడ్‌ని ఒక అవకాశంగా ఉపయోగించండి ప్రత్యేకించి, వేరే వర్ణాలకు చెందిన యువత, జైళ్లోని యువత, ఆవాసం లేని యువత, ఆహార భద్రత లేని యువత మీద దృష్టి పెట్టండి. అయితే, వారి ప్రత్యేకతలను పొగుడుతూ అలా చేయండి. సమాజం వారిని నిరాశపర్చినప్పుడు వారు ఫలానా లేదా వాళ్లు ఇలాంటివాళ్లు అని ముద్రవేయకండి.

యువతతో అనుసంధానమవ్వండి

సమాజాన్ని కలుపుకొని కార్యక్రమాలను ఉత్సాహంగా చేయడానికి పాఠశాలలో, ఆఫ్టర్‌స్కూల్ ప్రోగ్రామ్‌లలో, BIPOC నేతృత్వంలోని సాంస్కృతిక గ్రూపులో ఉండే యువతతో అనుసంధానమవ్వండి.

ప్రజారోగ్య ఉద్యోగాల కోసం ప్రయత్నించండి

యువతరం, వారి కుటుంబాలు ప్రజారోగ్య కెరీర్‌ల కోసం ప్రయత్నించేలా చూడండి.



“మన ప్రియమైన వారిని పొట్టనబెట్టుకొని

కోవిడ్ పునర్జన్మలు (ఉత్పరివర్తనాలు) ఎత్తుతుందని ఒక పురాణ గాధ చెబుతోంది.

అయితే, అది ఎక్కువగా తప్పుడు సమాచార బాధితులను ఆరగిస్తుంది.”

——Jordan Chaney

జాతిపరమైన అసమానత & కోవిడ్-19 డేటా

NH/PI+AI/AN

అత్యధిక వయస్సు సర్దుబాటు చేయబడిన కోవిడ్-19 కేసు రేట్లు

నేటివ్ హవాయియన్/ఫసిఫిక్ ద్వీపవాసి (NH/PI) మరియు అమెరికన్ ఇండియన్/అలాస్కన్ నేటివ్ (AI/AN) జనాభాలో అత్యధిక వయస్సు సర్దుబాటు చేయబడిన కోవిడ్-19 కేసు రేట్లు ఉన్నాయి

జాతిపరమైన అసమానత & కోవిడ్-19 డేటా

అమెరికన్ ఇండియన్/అలాస్కన్ నేటివ్ **(AI/AN)** జనాభాలో ఆసియా మరియు శ్వేతజాతీయుల జనాభా కంటే **2.5 రెట్లు ఎక్కువ వయస్సు-సర్దుబాటు మరణాల** రేటు ఉంది.

జాతిపరమైన అసమానత & కోవిడ్-19 డేటా

ఆసియా, శ్వేతజాతీయులు మరియు బహుళజాతి జనాభా కన్నా నల్లజాతి/ఆఫ్రికన్ అమెరికన్ జనాభా **కోవిడ్-19 మరణాల రేటు దాదాపు 2x ఎక్కువగా.**

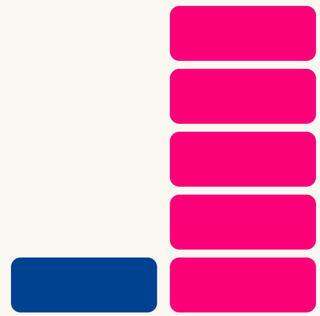
కోవిడ్-19
హాస్పిటల్‌లో చేరినవారి డేటా

NH/PI

అత్యధిక హాస్పిటలైజేషన్ రేట్లు

ధృవీకరించబడిన లేదా కోవిడ్-19 వచ్చిందని అనుమానించిన కేసుల్లో నేటివ్ హవాయియన్/పసిఫిక్ ద్వీపవాసుల జనాభా **అత్యధికంగా ఆసుపత్రిలో చేరింది**.

కోవిడ్-19
హాస్పిటల్‌లో చేరినవారి డేటా



NH/PI
హాస్పిటలైజేషన్ రేట్లు
5x
ఎక్కువ

నేటివ్ హవాయియన్/పసిఫిక్ ద్వీపవాసుల జనాభా, ధృవీకరించబడిన లేదా కోవిడ్-19 వచ్చిందని అనుమానించిన కేసుల్లో శ్వేతజాతీయుల జనాభా **కంటే 5x ఎక్కువగా ఆసుపత్రిలో చేరింది**.

సంస్థాగతమైన పరిజ్ఞానం

కోవిడ్ వచ్చినప్పుడు సమాజంలో ముందుగా స్పందించినవాళ్లు కోవిడ్ విషయంలో ఆరోగ్య సంస్థలు ఏమి గుర్తుంచుకోవాలని కోరుకుంటున్నారు?

సంస్థాగతమైన పరిజ్ఞానం

- కలుపుకొనిపోవడం
- భాషాపరమైన అందుబాటు
- సృజనాత్మకత
- డిజిటల్ సమానత్వం
- అసమానత
- విద్య
- పర్యావరణం
- నిధులు సమకూర్చడం
- ఆశ
- ప్రమాణం

కలుపుకొనిపోవడం

సమాజపరమైన విభజనలను నిరుత్సాహపరచండి
మన సమాజంలో విభజనలను పెంచి పోషించకండి; అలాచేస్తే, దానికి మూల్యంగా మనం అందరం మానవ జీవితాలను చెల్లించాలి.

వ్యక్తిగత అవసరాలు అర్థం చేసుకోండి
అట్టడుగు వర్గాలను వాస్తవానికి దగ్గరగా ఊహించుకొని, మా వ్యక్తిగత అవసరాలు ప్రబలంగా ఉన్న సంస్కృతికి ఎలా భిన్నంగా ఉందో తెలుసుకోండి.

ప్రవర్తనా ఆరోగ్యం మీద పెట్టుబడి పెట్టండి
సమాజంలోని అన్ని వర్గాల్లో ప్రవర్తనా ఆరోగ్యం మీద పెద్ద మొత్తంలో పెట్టుబడి అవసరమని తెలుసుకోండి.

అసమానత ఎదుర్కొంటున్న సమాజాల మీద పెట్టుబడి పెట్టండి
పెద్ద స్థాయిలో అసమానతను ప్రత్యేకించి కోవిడ్-సంబంధిత అసమానతలు ఎదుర్కొనే సమాజాల మీద పెట్టుబడి పెట్టండి.

క్రమం తప్పకుండా వనరులు అందించే ప్రణాళిక రూపొందించండి
వైకల్య న్యాయానికి సంబంధించిన సమస్యలు ఎదురయ్యే సమాజాలకు (BIPOC, LGBTIAA+, నిరాశ్రయులైన, ఖైదు చేయబడిన, వయోవృద్ధులైన, తక్కువ ఆదాయం/ఆదాయం లేని, మానసిక ఆరోగ్యం మరియు మత్తు పదార్థ వినియోగ సమస్యలతో బాధపడేవారు) క్రమం తప్పకుండా వనరులు అందించే ప్రణాళిక రూపొందించండి.

ఒక ప్రమాణం మరియు నిర్మాణం రూపొందించండి
పై వాటిని అమలు చేసే ఒక ప్రమాణం మరియు నిర్మాణం రూపొందించండి.

భాషాపరమైన అందుబాటు

బహుళ-భాషా ఉపకరణాలు అందించండి
కేవలం ఇంగ్లీష్ లేదా ఇంగ్లీష్ మరియు స్పానిష్ మాత్రమే కాకుండా, మొదటి నుండి బహుళ-భాషా ఉపకరణాలు అందుబాటులో ఉంచండి, అనేక భాషల్లో అందుబాటులో ఉండేలా రూపొందించండి, ASL ఇంటర్‌ప్రెటర్‌లను ఉపయోగించండి.

మన సామాజిక ప్రపంచాలను గుర్తుంచుకోండి
మన స్థానిక సమాజాల్లోని మన సామాజిక ప్రపంచాల్లో అనేక రకాల వ్యక్తులు ఉంటారని గుర్తుంచుకోండి.

ప్రపంచ స్థాయిలో ఆలోచించండి
ప్రపంచ స్థాయిలో ఆలోచించండి. యునైటెడ్ స్టేట్స్ లేదా వాషింగ్టన్ రాష్ట్రంలోని ప్రతిఒక్కరికీ ఇంగ్లీష్ అర్థం కాకపోవచ్చు.

ఖర్చులు పంచుకోండి
సమాజ బృందాలతో ఖర్చులు పంచుకోండి. ఈ వనరులు ఖరీదైనవి.

అనువాదాలు అందుబాటులో ఉంచండి
ఈ నివేదికను ఇతర భాషల్లోనూ అందుబాటులో ఉంచండి.

సృజనాత్మకత

ప్రజారోగ్య సందేశాలను వ్యాప్తి చేయండి

సృజనాత్మకంగా తయారవ్వండి. ప్రజారోగ్య సందేశాలు (ఉదా. కథ, పాట, స్కిట్‌లు, ఫ్లాష్ మాబ్‌లు, డ్యాన్స్, గేమ్‌లు, చిత్రాలు, పాడ్‌క్యాస్ట్‌లు, ఆన్‌లైన్ కంటెంట్) వ్యాప్తి చేయడానికి కళలు మరియు మానవీయ శాస్త్రాలను ఉపయోగించండి.

కళాకారులతో అనుసంధానమవ్వండి

కళాకారులతో అనుసంధానమవ్వండి; వాళ్లు అయస్కాంతంలా ఆకర్షిస్తారు.

వేర్వేరు సామాజిక వర్గాలతో పనిచేసిన అనుభవం ఉన్న కళాకారులను ఎంచుకోండి

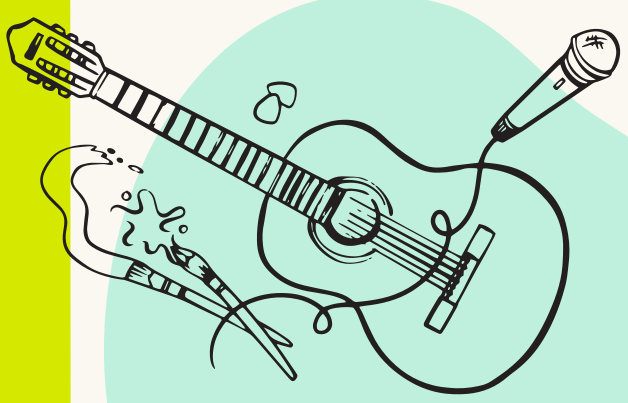
BIPOC ఆర్టిస్టులు, విభిన్న వర్ణంలో ఉన్న ట్రాన్స్/క్వీర్ ఆర్టిస్టులు, అన్ని లింగ వ్యక్తీకరణల్లో ఉన్న విభిన్న వర్ణంలో ఉన్న మహిళలు, ఖైదు చేయబడిన యువత మరియు వయోజన కళాకారులు లాంటి వేర్వేరు సామాజిక వర్గాలతో పనిచేసిన అనుభవం ఉన్న కళాకారులను ఎంచుకోండి.

మానవీయ శాస్త్రాలను ఉపయోగించండి

మానవ కథలోని సార్వత్రిక మరియు నిర్దిష్ట భాగాలను స్పృశించడం కోసం మానవీయ శాస్త్రాలను ఉపయోగించండి.

కళలు మరియు సంస్కృతిని ఉపయోగించండి

ప్రజారోగ్యానికి జీవం పోయడం కోసం కళలు మరియు సంస్కృతిని ఉపయోగించండి.



డిజిటల్ సమానత్వం

సమాచార భాగస్వామ్య వ్యవస్థలు సృష్టించండి

అడ్డంకులు (ఉదా. హాట్ స్పాట్‌లు ఏర్పాటు చేయడం, సమాచారాన్ని సెల్‌ఫోన్‌లో సులభంగా ఉపయోగించేలా చేయడం, వ్యక్తులు మౌఖికంగా పంచుకునేలా అనలాగ్ వెర్షన్ రూపొందించడం మరియు కాగితం మీద ముద్రించడం) ఉన్నప్పటికీ, ప్రతి ఒక్కరూ డిజిటల్ సమాచారాన్ని ఎలా ఉపయోగించవచ్చో అంచనా వేసే సమాచార భాగస్వామ్య వ్యవస్థలు రూపొందించండి.

హై- మరియు లో-టెక్ ద్వారా చేరుకోండి

వ్యక్తులను వాయు, ఆన్‌లైన్ ద్వారా, వ్యక్తిగతంగా చేరుకోవడం కోసం హై- మరియు లో- టెక్ మార్గాలు ఉపయోగించండి.

అసమానత

జాతిపరమైన మరియు ఆర్థిక అసమానతలు పరిష్కరించండి

మీ పని ప్రణాళికల్లో జాతిపరమైన మరియు ఆర్థిక అసమానతలను మీరు ఎలా పరిష్కరిస్తున్నారో పంచుకోండి.

దుర్బల స్థితిలో ఉన్నవారిని రక్షించండి

కోవిడ్‌కు ఎంతమంది బలయ్యారో ఒక్కసారి గుర్తు చేసుకోండి. అన్ని విభాగాల్లో దుర్బల స్థితిలో ఉన్నవాళ్లను రక్షించే భవిష్యత్తు విధానాలు రూపొందించండి.

విద్య

విద్యా సంబంధిత ప్రాజెక్టులు రూపొందించండి

సమాజ శాస్త్ర విద్యా ప్రాజెక్టులు రూపొందించండి.

అంతరాలు అర్థం చేసుకోవడానికి ధోరణులు తెలుసుకోండి

సైన్స్ విద్యను అభ్యసించడంలో సమాజాల్లో ఉన్న అంతరాలను అర్థం చేసుకోవడానికి సెకండరీ (K-12) మరియు పోస్ట్ సెకండరీ విద్య (కాలేజీ) లో ధోరణులు తెలుసుకోండి.

యాక్సెస్ అందించండి

బాగుచేసే కళలు, దుఃఖంలో మద్దతు, అభివృద్ధి చెందడానికి సంక్షేమం వంటివి మనకు అందుబాటులో ఉండాలి, మరి ముఖ్యంగా మనం పోరాడుతూ ఉన్న సమయంలో అవి అవసరం.

పర్యావరణం

బయటి ప్రదేశాలు రూపొందించండి

మన సమాజాల్లోని వ్యక్తులు సురక్షితంగా కలుసుకునేలా బయటి ప్రదేశాలు రూపొందించండి.

HVAC వ్యవస్థలను అర్థం చేసుకునేలా ప్రజలకు సహాయం చేయండి

HVAC (హీటింగ్, వెంటిలేషన్ మరియు ఎయిర్ కండిషనింగ్) వ్యవస్థలు గాలిని ఎలా ఫిల్టర్ చేస్తాయో అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రజలకు సహాయం చేయండి, అట్టడుగు వర్గాల్లో వీటిని కొనేందుకు అయ్యే ఖర్చును భరించండి.

నిధులు సమకూర్చడం

మళ్లీ వేగవంతంగా ప్రతిస్పందించండి

నిధుల సమకూర్చే విషయంలో మళ్లీ వేగవంతంగా ప్రతిస్పందించండి.

అడ్డంకులను తగ్గించండి

నిధులు సంపాదించే విషయంలో ఎదురయ్యే అడ్డంకులను తగ్గిస్తూనే ఉండండి.

అవసరాలను డాక్యుమెంట్ చేయండి

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న స్థానిక సమాజాల అవసరాలు తీర్చడంలో నిజంగా సహాయం చేసినవాటిని డాక్యుమెంట్ చేస్తూ ఉండండి.

సమాజ పెట్టుబడికి సంబంధించిన సమాచారాన్ని పంచుకోండి

సమాజ పెట్టుబడికి సంబంధించిన సమాచారాన్ని పంచుకోండి.

మౌలిక సదుపాయాల నిర్మాణంలో సహాయపడండి

భారీ నగదు ప్రవాహాల కోసం మౌలిక సదుపాయాలు నిర్మించడానికి సమాజాలకు సహాయం చేయండి.

ప్రమాణం ఏర్పాటు చేసుకునేలా సహాయం చేయండి

ప్రమాణం ఏర్పాటు చేసుకునేలా వెనుకబడిన సమాజాల నాయకులకు సహాయం చేయండి. వాళ్లు మిలియన్ డాలర్లలో ఆలోచించాలి.

ఆశ

లక్ష్యం మరియు ఆశ అవసరం

దుఃఖంతో నిండిన సంక్షోభంలో ప్రతిస్పందించాలంటే ప్రజలకు లక్ష్యం ఉండాలని, వాళ్లు దేని కోసమైనా ఆశగా ఎదురుచూసే పరిస్థితి ఉండాలని అర్థం చేసుకోండి.

ప్రేరణ మరియు అనుసంధానం అవసరం

ప్రజలకు ఏదైనా ప్రేరణ అవసరమని గుర్తుంచుకోండి. ఒక ఉద్దేశం లేదా లక్ష్యం ఉంది అనే భావన మనకు ఉండాలి. సముద్ర తీరంలోని ఇసుకలో ఒక రేణువుగా భావించడం మనకు ఇష్టం ఉండదు. దానివల్ల ప్రయోజనం లేదు. మనకు అనుసంధానం అవసరం. మనం ఒంటరి కాదనే భావన అది కలిగిస్తుంది. ఒంటరివాళ్లం లేదా ఒంటరి సమాజాలనే భావన పోగొడుతుంది.

నమ్మకం మరియు ఉద్ధరణ అవసరం

వేగంగా స్పందించేవారికి మన సేవల మీద నమ్మకం, వాటికున్న ప్రయోజనం మరియు లక్ష్యం కనిపించాలని గుర్తుంచుకోండి. విధాన నిర్ణేతలలు మనల్ని పొగడాలి, ఉద్ధరించాలి. అలా మన ప్రయత్నాలకు గుర్తింపు ఉందని మనకు తెలుస్తుంది.

"కాన్ఫరెన్సులు మరియు జాబ్ ఫెయిర్‌లు లాంటి వర్చువల్ ఈవెంట్లు ఎక్కువగా జరగడం వల్ల లాక్‌డౌన్ పరిస్థితులు తట్టుకోగలిగాను, నాలా ఆలోచించేవాళ్లు ఉన్న ఒక సమాజానికి చేరువయ్యాను."

—Mulki Mohamed

ప్రమాణం

నాడి వ్యవస్థ మద్దతు ఇవ్వండి

సమాజ ప్రజా ఆరోగ్య నాయకులకు వ్యక్తిగత మరియు సంస్థాగత స్థాయిల్లో నాడి వ్యవస్థలాంటి మద్దతు అవసరమని అర్థం చేసుకోండి. వ్యవస్థలు మరియు మనస్తత్వాల గురించి ఆలోచించండి.

సంక్షేమ కార్యక్రమాలు రూపొందించండి

సమాజంలోని ముందువరుస యోధుల సంక్షేమానికి మద్దతు ఇచ్చే సంక్షేమ కార్యక్రమాలు రూపొందించండి.

మానసిక గాయం ఎలా పనిచేస్తుందో అర్థం చేసుకోండి

ప్రాథమిక మరియు ద్వితీయ మానసిక గాయం ఎలా పనిచేస్తుందో అర్థం చేసుకోండి.

మరింత కలుపుకొనిపోయేలా మద్దతుని రూపొందించండి

మద్దతును మరింత కలుపుకొనిపోయేలా రూపొందించే మార్గాలను కనుగొనండి. అప్పుడు అది గుర్తింపుకు సంబంధించిన అన్ని రంగాల్లో శ్రామిక తరగతి ప్రజలకు ఎదురయ్యే అనుభవాలను అది ప్రతిబింబిస్తుంది.

“పువ్వులే నాకు ఔషధాలుగా అనిపించాయి.
ఒకవైపుకు వాలుతున్న సూర్య కిరణాలే
నా ఔషధం.

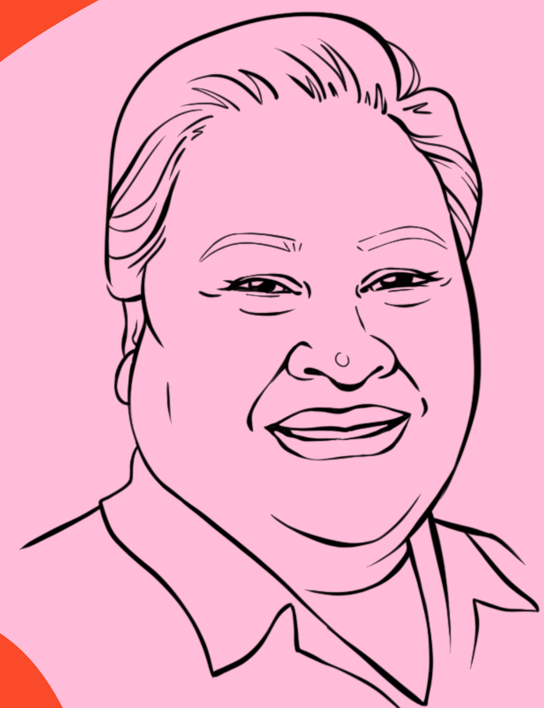
పరిస్థితులు భయానకంగా, విచారకరంగా,
ఎంతో ఘోరంగా ఉన్నప్పుడు చిన్న చిన్న
విషయాలే గొప్ప ఊరటను ఇచ్చాయి.”

—Zyna Bakari

ముందువరుస యోధుల స్వరాలు: కోవిడ్ బృందగానం

“ఎక్కువ గౌరవం ఇవ్వాలి.
మాట వినని
వాళ్లకూ ఇవ్వాలి”

—Aunty Lua Pritchard



సమాజం పరిజ్ఞానం

మహమ్మారి గురించి తమ సొంత సమాజాలు ఏం గుర్తుంచుకోవాలని కోవిడ్ "విశ్వసనీయ మెసెంజర్లు" కోరుకున్నారు?

సమాజ పరిజ్ఞానం

- మద్దతు ఇవ్వడం
- అవగాహన
- సంబంధం
- వేర్వేరు సంస్కృతులు కలవడం
- తరాల మధ్య కమ్యూనికేషన్
- ఐసోలేషన్
- లక్ష్యం

మద్దతు ఇవ్వడం

ఏర్పాటు చేసి, నిర్మాణం

కలిసి ఏర్పాట్లు చేసుకొని, కూటములను నిర్మించుకోండి.

శాసనసభ సిబ్బందిని కలవండి

ఆరోగ్యం మరియు ఆరోగ్య సమానత్వం మీద దృష్టి కేంద్రీకరించే విధాన రూపకర్తలకు సహాయం చేసే శాసనసభ సిబ్బందితో సమావేశాలు ఏర్పాటు చేయండి. ఈ నిపుణులు విధాన రూపకర్తలతో పనిచేస్తూ ప్రాధాన్యతలను ఏర్పాటు చేసుకునేలా వారికి సహాయం చేస్తారు.

ఈ నివేదికను పంచుకోండి

సమిష్టి కలను సాకారం చేసుకోవడానికి వేర్వేరు గుంపులుగా లేదా ఉమ్మడి కూటమిగా ఈ నివేదికలోని సమాచారాన్ని పంచుకోండి.

కార్యచరణ ప్రణాళికను అభివృద్ధి చేయండి

తీసుకోవాల్సిన చర్యలతో, సంస్థ సంతకాలతో కార్యచరణ ప్రణాళికను అభివృద్ధి చేయండి.

WA DOH ఆరోగ్య కార్యదర్శిని సంప్రదించండి

సమాజ పరిజ్ఞానంతో కోవిడ్ సరిసమానత సాధించడం గురించి చర్చించడానికి Washington Department of Health కార్యదర్శిని సంప్రదించండి.

అవగాహన

మీ ఆరోగ్యానికి విలువ ఇవ్వండి

మీ ఆరోగ్యం విలువైనదని గుర్తుంచుకోండి.

అడిగే హక్కు

మన సమాజాల్లోనివారితో సహా మీ ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడానికి మీకు సహాయం చేయమని ప్రజా ఆరోగ్య విభాగాన్ని అడిగే హక్కు మీకు ఉంది.

ప్రచార కార్యక్రమాల్లో మీరు ప్రతిబింబించాలి

మీరు కూడా ముఖ్యమే. సమాజ ప్రజా ఆరోగ్య అవగాహన ప్రచార కార్యక్రమాలు మీ జీవితాన్ని ప్రతిబింబించాలి.

సులభంగా అర్థం చేసుకోగల సమాచారం అందుబాటులో ఉండడం

వైద్య సంక్షోభాల సమయంలో ఆరోగ్యంగా ఉంటూ వర్ధిల్లడానికి సులభంగా అర్థం చేసుకోగల ప్రజారోగ్య సమాచారం మరియు వాస్తవాలు మీకు అందుబాటులో ఉండాలి.

తప్పుడు సమాచారం మీద చర్య తీసుకోండి

మీ ప్రియమైనవారు మరియు సహోద్యోగులు మాటల రూపంలో, అలాగే సమాజ ఛానెల్‌లలో తప్పుడు సమాచారం వ్యాప్తి చేసినప్పుడు వారితో మాట్లాడండి.

సంబంధం

ఇతరులతో కలవడం అంటే ఆరోగ్యంగా ఉండడం అని అర్థం

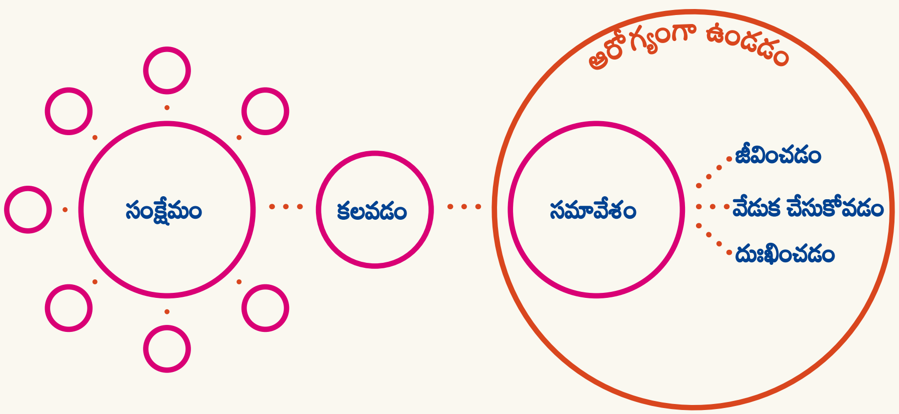
చాలామంది ఆరోగ్యంగా ఉండడానికి ఇతరులతో కలవడం ఎంతగానో దోహదపడుతుందని గుర్తుంచుకోండి.

సమావేశమవ్వడం అంటే మద్దతు అని అర్థం

అన్ని సమాజాల్లో సమావేశమవ్వడం వల్ల ఎంతో మేలు జరుగుతుంది లేదా పని మరియు పాఠశాల జీవితం కారణంగా తప్పనిసరిగా సమావేశమవ్వాల్సి వస్తుంది. ఆరోగ్యంగా ఉంటూనే ఎలా వేడుక చేసుకోవాలి, దుఃఖించాలి లేదా రోజువారీ జీవితాన్ని ఎలా గడపాలో వివరించడానికి మనకు మద్దతు అవసరం.

అందరితో కలసి ఆరోగ్యంగా ఉండండి

ప్రత్యేకించి, ఈ మార్పులు మనకు పరిచయమున్న విధానాలకు భిన్నంగా ఉంటే, మనం కలిసి ఆరోగ్యంగా ఉండడానికి ఏయే చర్యలు తీసుకోవాలో మీరు ఒక జాబితాను కలిసి తయారుచేయండి.



వేర్వేరు సంస్కృతులు కలవడం

వేర్వేరు సంస్కృతులు కలవడం మరియు వేర్వేరు జాతుల కూటములు

వేర్వేరు సంస్కృతుల, వేర్వేరు జాతుల కూటములను చురుగ్గా తయారుచేయండి.

జాతిపరమైన మరియు సమాజ-ఆధారిత మీడియా

జాతిపరమైన మీడియా, సమాజ-ఆధారిత మీడియాతో పనిచేయండి.

బహుభాషా ప్రాముఖ్యత

ఏదైనా ముఖ్యమైతే, దానిని అనేక భాషల్లో అందుబాటులో ఉండేలా చూడండి.

ఒకే ఒక సంస్కృతి పాల్గొనే మరియు వేర్వేరు సంస్కృతులు కలిసి పాల్గొనే ప్రచార కార్యక్రమాలు

స్థానిక అమెరికన్/దేశీయ, ఆఫ్రికన్ అమెరికన్/బ్లాక్, హిస్పానిక్/లాటిన్/లాటినిక్స్, పసిఫిక్ ఐలాండర్ మరియు BIPOC సమాజాల్లో ఎక్కువగా వారి సంస్కృతికి పరిమితమైన మరియు వేర్వేరు సంస్కృతులు కలిసి పాల్గొనే ప్రచార కార్యక్రమాలను ఏర్పాటు చేయండి.

అవును/మరియు ఆలోచన

వేరే వర్గంలో ఉన్న ప్రజలందరికీ చేరువ కావడానికి మరియు పరస్పర గౌరవంతో ముందుకు సాగడానికి అవును/మరియు ఆలోచనను ఉపయోగించండి అంతేకానీ, ఇదైనా/అదైనా అనే ఆలోచనను కాదు.

తరాల మధ్య కమ్యూనికేషన్

వేర్వేరు తరాలు వేర్వేరుగా ప్రతిధ్వనిస్తాయి

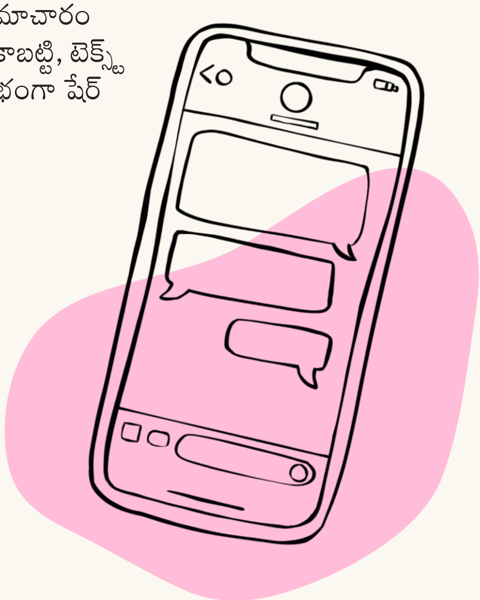
ఒకే సమాజంలోని వేర్వేరు తరాలవారు వేర్వేరు విధాలుగా స్పందిస్తారని గుర్తుంచుకోండి.

వేర్వేరు వయస్సుల వారు వేర్వేరు ఛానెల్‌లు ఉపయోగిస్తారు

ఆయా వయస్సుల వారు వేర్వేరు ఛానెల్‌లను ఎలా ఉపయోగిస్తారో కనుక్కోండి. ఉదాహరణకు, యువతీయువకులు TikTok మరియు Twitchలో లైవ్‌స్ట్రీమ్‌లు ఉపయోగిస్తారు. విభిన్న తరాలవారు Facebook మరియు ఇన్‌స్టాగ్రాము లేదా పాడ్‌క్యాస్ట్‌ల వంటి సామాజిక మాధ్యమాలు ఉపయోగించివుండవచ్చు. ఇంటర్నెట్ సౌకర్యం లేని తక్కువ-ఆదాయ వర్గాలవారు రేడియో మరియు నోటి మాట వంటివి ఎక్కువగా వాడుతుండవచ్చు.

సులభమైన టెక్స్ట్ మెసేజింగ్

మనం తరచుగా సెల్ ఫోన్ ద్వారా సమాచారం పంచుకుంటామని గుర్తుంచుకోండి. కాబట్టి, టెక్స్ట్ మెసేజింగ్ ద్వారా విషయాలను సులభంగా షేర్ చేసేలాంటి పరిస్థితి కల్పించండి.



ఐసోలేషన్

కొన్ని సమాజాలను ముందు వరుసలోకి తీసుకురండి

ఖైదు చేయబడిన, గృహ మరియు ఆహార భద్రత లేని, ఆదాయం లేని/తక్కువ-ఆదాయం ఉన్న సమాజాలను మన సమాజ పనిలో ముందుకు తీసుకురండి.

వ్యక్తులను మానవీయంగా మార్చండి

ఆదాయం, జాతి మరియు యోగ్యత అనే అపోహలతో విభజించబడిన ప్రపంచంలో సులభంగా ప్రక్కకు నెట్టివేయబడేవాళ్లను మానవీయంగా మార్చడానికి సహాయం చేసే విషయంలో ఎప్పుడూ సిద్ధంగా ఉండండి.

లక్ష్యం

బలం మరియు ఐక్యత

సంఖ్య పెరిగే కొద్దీ మన బలం పెరుగుతుందని తెలుసుకోండి. ఐక్యత ఉంటే మనం కలిసి అద్భుతమైన పరిష్కారాలను కనిపెట్టగలుగుతాం, దానివల్ల మనం మన సమస్యలను శ్రద్ధగా, సమర్థవంతంగా పరిష్కరించగలుగుతాం.

ప్రయోజనం ఉందనే భావన, సమిష్టి లక్ష్యం

దీనివల్ల మేలు ఉందని, ఇది సమిష్టి లక్ష్యమని సమాజంలో ఉన్న సభ్యులందరికీ కలిపి అనిపించాలని అర్థం చేసుకోండి. సంబంధం ఉంటేనే మనం ఒంటరి కాదని మనకు తెలుస్తుంది. మనకు ఒకరి అవసరం ఒకరికి ఉంది, మార్చుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉన్న సంస్థలు మనకు అవసరం.

“ప్రజలు తమ సౌకర్యాలను విడిచిపెట్టి

రంగలోకి దిగేలా అది చేసింది.

అది ఈ శకంలో మునుపు ఎన్నడూ లేనంతగా

ప్రజల సమిష్టి మనస్సాక్షిని, నైతికతను మేలుకొల్పింది.

కొద్దికాలం అది మన ముసుగుల్ని తొలగించేసింది.”

——Jordan Chaney

ఈ నివేదిక చదవడానికి మరియు దాని నుండి మీరు సంపాదించిన అవగాహనను మీరు చేసే ముఖ్యమైన పనికి జోడించడానికి సమయం వెచ్చించినందుకు ధన్యవాదాలు.

Washington State Department of HEALTH

DOH 830-036 May 2024 Telugu

ఈ పత్రాన్ని మరొక ఫార్మాట్‌లో అభ్యర్థించడానికి, 1-800-525-0127 కు కాల్ చేయండి. బధిరులైన లేదా వినికిడి లోపం ఉన్న వినియోగదారులు, దయచేసి 711 (Washington Relay) కు కాల్ చేయండి లేదా doh.information@doh.wa.gov కు ఇమెయిల్ పంపండి.