



# International Epilepsy Day

12 February 2024



## ٹول کٹ برائے وکالت

!مرگی کے اس بین الاقوامی دن پر اپنے مرگی کے ساتھ سفر (تجربات) کو سن کر

مرگی کا بین الاقوامی دن ایک اہم اقدام ہے جسے مرگی کی کمیونٹی مرگی کے بارے میں بیداری پیدا کرنے اور عالمی ادارہ صحت کے مرگی اور دیگر اعصابی عوارض پر 10 سالہ انٹرسیکٹورل گلوبل ایکشن پلان (2021-2031) کے نفاذ کو آگے [WHO] IGAP- بڑھانے کے لیے استعمال کرے گی۔

یہ ایک دس سالہ روڈ میپ ہے جس میں مرگی کے لیے صحت عامہ کے نقطہ نظر کو مضبوط کرنے کے لیے ایک مخصوص اسٹریٹجک مقصد اور دو عالمی اہداف ہیں جن کا مقصد دنیا بھر میں مرگی کے شکار لوگوں کے لیے علاج اور شمولیت کے بڑے فرق کو ختم کرنا ہے۔

• عالمی ہدف 5.1: 2031 تک تمام ممالک 2021 کہ مقابلے میں دی جانے والی مرگی کیلئے سہولیات (کورج) میں 50 فیصد اضافہ کریں گے۔

• عالمی ہدف 5.2: 80% ممالک 2031 تک مرگی کے شکار لوگوں کے حقوق اور تحفظ کے لیے اپنی قانون سازی تیار یا اپ ڈیٹ کر لیں گے۔

مرگی کے مخصوص عالمی اہداف کو حاصل کرنے میں اہم رکاوٹوں میں سے سب سے بڑی رکاوٹ صحت کے متعلق معلومات میں کمی اور مرگی کے بارے میں غلط فہمیوں اور غلط خیالات ہیں۔

علم کی یہ کمی اس مرض کی بارے میں سماجی بدنامی اور اخراج اور معاشرے کے تمام سطحوں پر مرگی کے شکار لوگوں کے ساتھ امتیازی سلوک کا باعث بنتی ہے مثلاً، کام پر، اسکول میں یا معاشرے میں۔

علم کی یہ کمی غلط تشخیص، علاج کے نامناسب فیصلے، نگہداشت کی ناکافی فراہمی اور مرگی کے شکار لوگوں اور ان کی دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے ناکافی مدد کی وجہ سے علاج تک رسائی میں چیلنجوں کا باعث بنتی ہے۔ درحقیقت، مرگی ایک سماجی بدنامی کا باعث سمجھ کر، دنیا کے کئی حصوں میں، متاثرہ افراد دیکھ بھال کے لیے آگے نہیں آتے۔

مزید برآں، علم کی کمی ہماری پالیسی اور فیصلہ سازوں کی طرف سے مرگی کی ترجیح، اور وسائل کی تقسیم، اور مرگی کے بوجھ سے نمٹنے کے لیے مخصوص پالیسیوں اور پروگراموں کی ضرورت کے اعتراف میں بھی رکاوٹ بنتی ہے۔

پر، ہم مرگی کے شکار لوگوں اور ان کی دیکھ بھال کرنے والوں سے مرگی کے سفر کو شیئر کرنے [#EpilepsyDay](#) لہذا، اس کے لیے کہہ کر معاشرے کے تمام شعبوں میں مرگی کے بارے میں شعور اور آگاہی کی سطح کو بہتر بنانا چاہتے ہیں۔

# #myepilepsyjourney

کے ساتھ میرا سفر مرگی #

چاہے آپ مرگی کے مریض، نگہداشت کرنے والے، صحت یا سماجی نگہداشت کے کوئی پیشہ ور، محقق، صنعت کے نمائندے، پالیسی ساز، یا مرگی میں دلچسپی رکھنے والا کوئی فرد ہو۔ ہمیں بتائیں کہ مرگی کے ساتھ آپ کا سفر کیسے شروع ہوا، آپ اپنے سفر پر اس وقت کہاں ہیں اور کہاں جانا چاہتے ہیں۔  
پر ہماری اجتماعی آوازوں کو بڑھانے کے لیے مرگی کے ساتھ اپنے سفر کو سٹر [#EpilepsyDay](#) ہر سفر اہمیت رکھتا ہے۔ اس کریں۔

[اپنے سفر کی کہانی جمع کرانے کے لیے براہ کرم اس فارم کا استعمال کریں۔](#)

نوٹ: اندراجات کو جمعرات، یکم فروری 2024 تک جمع کرانا ضروری ہے۔ آخری تاریخ سے پہلے کسی بھی وقت بلا جھجھک اپنی کہانی کا اشتراک کریں، کیونکہ ہم کہانیاں موصول ہوتے ہی شائع کریں گے

## ورچوئل آرٹ نمائش

مرگی کے بین الاقوامی دن 2024 کے موقع پر ہماری ورچوئل آرٹ نمائش واپس آگئی۔

اس سال تھیم ہے: 'مرگی کے سفر پر میرا سنگ میل'۔

ہم پینٹنگز یا ڈرائنگ، فوٹو گرافی یا فوٹو مانیٹیج، مٹی کے برتن یا مجسمہ، موتیوں کا کام، کڑھائی، یا سوئی کا کام قبول کریں گے۔ اور (IBE) مرگی کے عالمی دن کی ویب سائٹ پر گذارشات کو نمایاں کیا جائے گا اور ان کی نمائش بین الاقوامی بیورو برائے مرگی کے سوشل میڈیا چینلز پر کی جائے گا۔ (ILAE) بین الاقوامی لیگ آگینسٹ ایپی لیپسی

[داخلہ فارم](#)

اختتامی تاریخ: جمعرات، یکم فروری

## اپنے ایونٹ کو ہمارے ساتھ شیئر کریں!

[اگر آپ مرگی کے بین الاقوامی دن کے موقع پر کسی تقریب کا منصوبہ بنا رہے ہیں، تو براہ کرم ہمارے ساتھ تفصیلات یہاں شیئر کریں۔](#)

تقریبات کو بین الاقوامی مرگی دن کی سرکاری ویب سائٹ پر دکھایا جائے گا، اور بین الاقوامی مرگی دن کی سالانہ رپورٹ میں بھی شامل کیا جا سکتا ہے۔

پیش ٹیگ کا استعمال کرتے ہوئے سوشل میڈیا پر اپنے ایونٹ کی پوسٹس اور تصاویر ضرور شیئر کریں۔ ہم آپ [#EpilepsyDay](#) کے مواد کو فروغ دینے اور دوبارہ اشتراک کرنے کی پوری کوشش کریں گے۔

## مہم ٹول کٹ

مرگی کے عالمی دن پر ہمارے پیغامات کو عوام تک پہنچانے میں سوشل میڈیا دنیا بھر میں اہم کردار ادا کرے گا۔ کو ٹرینڈ کرنے کے لیے دنیا بھر #EpilepsyDay (سابقہ ٹویٹر) اور دیگر سوشل میڈیا سائٹس پر (X پیس، 12 فروری، 2024 کو، میں کوشش کی جائے گی۔) امرگی کے بین الاقوامی دن کے موقع پر آپ جو بھی کریں، دنیا بھر میں سوشل میڈیا کی کوششوں کا حصہ بنیں



[facebook.com/intepilepsyday](https://facebook.com/intepilepsyday)



[twitter.com/IBESocialMedia](https://twitter.com/IBESocialMedia)

[twitter.com/IlaeWeb](https://twitter.com/IlaeWeb)



[instagram.com/international\\_epilepsy](https://instagram.com/international_epilepsy)

[instagram.com/ILAE\\_Epilepsy](https://instagram.com/ILAE_Epilepsy)



[linkedin.com/international-bureau-for-epilepsy](https://linkedin.com/international-bureau-for-epilepsy)

[linkedin.com/international-league-against-epilepsy](https://linkedin.com/international-league-against-epilepsy)

## آئیکن اور لوگو



[ڈاؤن لوڈ کا آئیکن](#)



[لوگو ڈاؤن لوڈ کریں۔](#)


*Campaign resources are freely available for use by individual advocates or non-profit organizations. Commercial companies who wish to use the campaign resources should contact us for approval. If you have any questions about the campaign or issues with downloading the graphics, please contact Marie Ennis O'Connor, Head of Communications at [communications@ibe-epilepsy.org](mailto:communications@ibe-epilepsy.org)*

# سوشل میڈیا گرافکس

IGAP گرافکس سیٹ 1 ڈاؤن لوڈ کریں:

IGAP سوشل میڈیا پر سے متعلقہ معلومات کا اشتراک کرنے کے لیے ان گرافکس کا استعمال کریں


**DID YOU KNOW?**



IGAP is a 10-year roadmap launched by WHO to improve the lives of people with epilepsy and other neurological conditions worldwide.

International Epilepsy Day


**DID YOU KNOW?**



IGAP is the first-ever global action plan on epilepsy and neurological conditions.

International Epilepsy Day

**DID YOU KNOW?**



IGAP was unanimously approved by all 194 member states of the World Health Assembly in May 2022.

International Epilepsy Day

**DID YOU KNOW?**



IGAP includes an epilepsy specific objective "to strengthen the public health approach to epilepsy"

International Epilepsy Day

**DID YOU KNOW?**



IGAP provides a global mandate to close inclusion, treatment, prevention, and research gaps in epilepsy.

International Epilepsy Day

**DID YOU KNOW?**



IGAP is a powerful tool to support your policy advocacy agenda and a key to hold policymakers accountable.

International Epilepsy Day

[تصاویر کی زب فائل ڈاؤن لوڈ کریں۔](#)

کیا آپ کو معلوم ہے

خالی ٹیمپلیٹ

سے متعلقہ سرگرمیوں کو فروغ دینے کے لیے ہمارے اپنے "کیا آپ جانتے ہیں" پیغامات شامل IGAP اپنی کمیونٹی اور علاقے میں کرنے کے لیے اس خالی ٹیمپلیٹ کو حسب ضرورت بنائیں۔ بلا جھجھک اپنا لوگو، تصاویر اور دیگر حسب ضرورت گرافکس شامل کریں۔

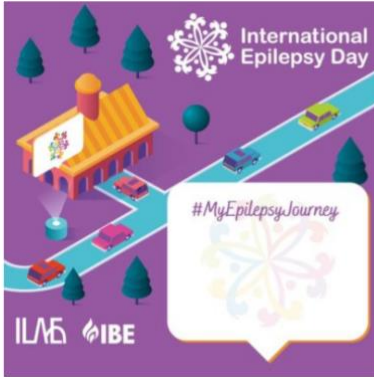


[سانچہ میں ترمیم کریں \(کینوا\)](#)

گرافکس سیٹ 2 ڈاؤن لوڈ کریں

#myepilepsyjourney

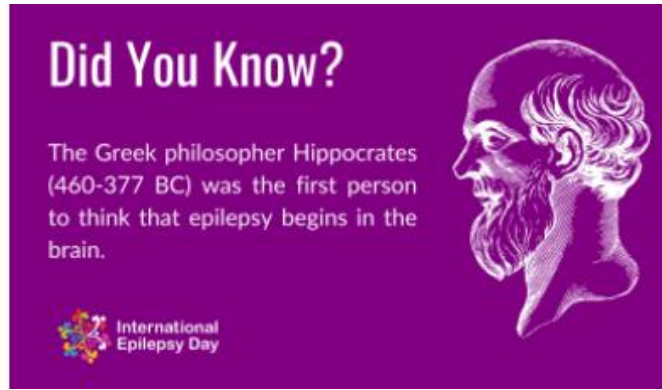
دونوں فارمیٹس میں ڈاؤن لوڈ کرنے کے لیے دستیاب ہیں۔ pdf اور jpeg یہ خالی ٹیمپلیٹس





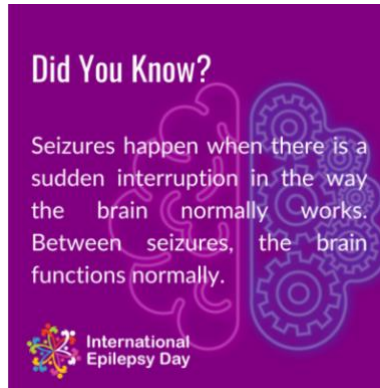
[تصاویر کی زب فائل ڈاؤن لوڈ کریں۔](#)

(سابقہ ٹویٹر) X گرافکس سیٹ 3 ڈاؤن لوڈ کریں:



[تصاویر کی زب فائل ڈاؤن لوڈ کریں](#)

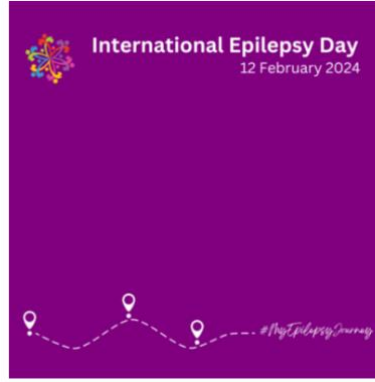
گرافکس سیٹ 4 ڈاؤن لوڈ کریں: فیس بک اور انسٹاگرام ((اسکوائر))



[تصاویر کی زب فائل ڈاؤن لوڈ کریں۔](#)

## گرافکس سیٹ 5 ڈاؤن لوڈ کریں: #myepilepsyjourney

کو فروغ دینے کے لیے #EpilepsyDay ٹویٹر، فیس بک، اور انسٹاگرام کور کے لیے ان ٹیمپلیٹس کو حسب ضرورت بنائیں اور تصاویر پوسٹ کریں۔ انہیں متعلقہ جہتوں کے مطابق بنانے کے لیے فارمیٹ کیا گیا ہے، اور آپ کو اپنے پیغامات، لوگو اور دیگر عناصر کے ساتھ ذاتی نوعیت کا بنانے کی ترغیب دی جاتی ہے۔ تصاویر کی زب فائل ڈاؤن لوڈ کریں۔



[تصاویر کی زب فائل ڈاؤن لوڈ کریں۔](#)

## یک ذاتی پیغام شیئر کریں۔ #EpilepsyDay

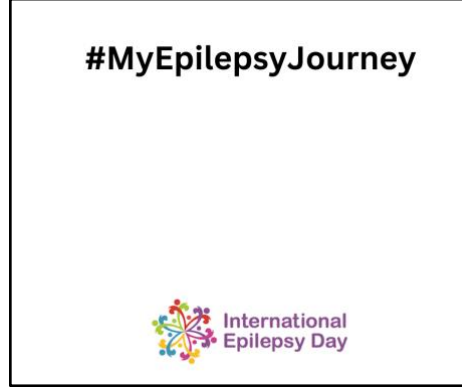


کو شیئر کرنا چاہیں گے؟ #EpilepsyDay کیا آپ کے پاس کوئی پیغام ہے جسے آپ اس

ہوسکتا ہے کہ یہ رکاوٹوں پر قابو پائے، توقعات کی خلاف ورزی، یا غیر متوقع ہمت اور لچک کو دریافت کرنے کے بارے میں ہو۔ یا شاید آپ امید کے پیغام کے ساتھ دوسروں کو ان کے سفر پر ترغیب دینے کے لیے اس موقع کو استعمال کرنا چاہیں گے۔ متبادل طور پر، آپ مرگی کے بارے میں دقیانوسی تصورات اور پیشگی تصورات کو چیلنج کرنا چاہیں گے

بین الاقوامی یوم مرگی کے موقع پر سوشل میڈیا پلیٹ فارمز پر اپنے پیغامات کا اشتراک کرنے کے لیے اوپر صفحہ 7 پر رنگین کارڈز (پی ڈی ایف ورژن اگر پرنٹ ہو) یا اگلے صفحہ پر سادہ ورژن استعمال کریں۔ #MyEpilepsyJourney

## خالی نمونہ



[سادہ کارڈ ڈاؤن لوڈ کریں۔](#)

اپنے تخیل کو تیز کرنے کے لیے نیچے دی گئی تجاویز کو  
دیکھیں۔

"...میں نے سیکھ لیا"

"...میں نے ترقی کی ہے"

"...میں اس کی طرف کام کر رہا ہوں"

"...دوسروں کے لیے میری خواہش ہے"

"...مستقبل کے لئے میری امید ہے"



## مزید وسائل

- [Facts and Figures](#)
- [Datos y estadísticas sobre la epilepsia](#)
- [Epilepsie Fakten und Zahlen](#)
- [Faits et statistiques sur l'épilepsie](#)
- [Scheda informativa sulla l'epilessia](#)
- [Dados sobre a epilepsia](#)
- [Činjenice o epilepsiji](#)

## IGAP

- [WHO Intersectoral Global Action Plan on Epilepsy and Other Neurological Disorders 2022-2030](#)
- [WHO Position Paper on Optimising Brain Health Across the Lifecourse](#)
- [WHO's Epilepsy Technical Brief](#)
- [IGAP Unpacked: A Practical Guide](#)
- [Guide En Français](#)
- [Guía En Español](#)