

இலங்கை

மருத்துவ-சட்ட நிறுவனங்களுக்கான உதவி

ஜனவரி 2022



செஞ்சிலுவை சர்வதேச குழு (ICRC) மற்றும் இலங்கை செஞ்சிலுவை சங்கத்தின் (SLRCS) 'கூட்டான தொற்றுத் தவிர்ப்பு மற்றும் கட்டுப்பாட்டு செயற்றிட்டத்தின் கீழ், இலங்கை சுகாதார அமைச்சு பரிந்துரைத்த 17 பிரேத அறைகளுக்கு துப்புரவு மற்றும் தொற்றுநீக்கப் பதார்த்தங்கள், தனிநபர் பாதுகாப்புக் கருவிகள் (PPE), இறந்தவர்களைக் கையாளும் உபகரணங்கள் போன்றவை வழங்கப்பட்டன. இலங்கை தடய-நோய்க்குறியியல் கல்லூரியுடன் சேர்ந்து, சிறிதளவிலான செப்பனிடல்கள், பொருளுதவிகள் ஆகியவற்றின் மூலம் பயன்பெறக் கூடிய வகையிலான பரிந்துரைக்கப்பட்ட 17 பிரேத அறைகளில் கூட்டு மதிப்பீடு மேற்கொள்ளப்பட்டது.

ICRC இன் துணையுடன் SLRCS ஆனது, இந்த செயற்றிட்டத்தின் கீழ் சிலாபம், மட்டக்களப்பு ஆகிய இரு இடங்களில் இருந்து தெரிவு செய்யப்பட்ட இரண்டு பிரேத அறைகளை கண்காணித்து, முழுமையாக உதவி செய்யும். கொவிட்-19 பெருந்தொற்றால் எழுந்த சவால்களின் முன்னிலையில், இலங்கையின் பிரேத அறைகளை பாதுகாப்பான முறையில் தொடர்ந்தும் இயங்கச் செய்வது செயற்றிட்டத்தின் நோக்கமாகும்.

கொழும்பில் உள்ள தடயவியல் மருத்துவ மற்றும் நச்சு ஆய்வியல் நிறுவகத்தின் (IFMT) மையப்படுத்தப்பட்ட பதிவேட்டு அறையை புதுப்பிக்கும் முயற்சியின் கீழ், அதற்கு இரும்பாலான 20 களஞ்சியப்படுத்தல் அலகுகளையும் ICRC பெற்றுக் கொடுத்தது. இந்த முன்முயற்சியானது, இந்நிறுவனத்தில் உள்ள தகவல்களை சிறப்பான நடைமுறைகளுக்கு அமைய முகாமைத்துவம் செய்து பாதுகாக்க வழிவகுப்பதுடன், உரிமை கோரப்படாத மற்றும் அடையாளம் காணப்படாத சடலங்கள் பற்றிய தகவல்கள் எதிர்காலத் தேவைகளுக்காக முறையாக திரட்டி வைக்கப்படுவதை உறுதிப்படுத்தும்.

ஓக்டோபர் மற்றும் நவம்பர் மாதங்களில், கொவிட்-19 தொற்று ஏற்பட்டு உயிரிழந்தவர்களின் உடலங்களைக் கையாள்வதற்காக, ICRC ஆனது சுகாதார அமைச்சிற்கு 2,000 பிரேதப்பைகளை அன்பளிப்பாக வழங்கியது.

பொலிஸ் கடமைகளுக்காக சர்வதேச விதிமுறைகள் மற்றும் நியமங்கள் பற்றிய பயிற்சி



சட்டத்தை நிலைநாட்டும் உத்தியோகத்தர்களுக்கான சர்வதேச சட்ட நியமங்கள் பற்றிய பயிற்சி அமர்வுகள் ஒக்டோபர் தொடக்கம் டிசம்பர் மாதங்கள் வரையில் பொலிஸாருக்காகவும், விசேட அதிரடிப் படையினருக்காகவும் (STF) நடத்தப்பட்டன. இந்தத் தனிப்பட்ட மற்றும் ஒன்லைன் அமர்வுகள் நீதித்துறை

உத்தரவாத நடைமுறை, மோசமாக நடத்துதல் மற்றும் சித்திரவதை, கைது மற்றும் தடுத்து வைத்தல், பலத்தைப் பிரயோகித்தல் மற்றும் ஆயுதங்களைப் பயன்படுத்தல், தேடுதல் மற்றும் கண்டுபிடித்தல், பொது ஒழுங்கை நிர்வகித்தல் போன்றவை பற்றி விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் நோக்கத்தைக் கொண்டிருந்தன.

பயிற்சி அமர்வுகளில் சட்டத்தை நிலைநாட்டும் 4,500 இற்கு மேற்பட்ட உத்தியோகத்தர்கள் கலந்து கொண்டார்கள். இவர்களில் புதிதாக சேர்க்கப்பட்ட பொலிஸ் உத்தியோகத்தர்கள், STF அதிகாரிகள், STF இன் விசேட ஆயுதங்கள் மற்றும் தந்திரோபாய குழுவினர், மருத்துவ அலகைச் சேர்ந்த பணியாளர்கள், புதிதாக பதவி உயர்வு பெற்ற பிரதம பொலிஸ் பரிசோதகர்கள், இலங்கையில் உள்ள சகல பொலிஸ் கல்லூரிகளையும் சேர்ந்த பயிற்றுவிப்பாளர்கள் ஆகியோரும் உள்ளடங்குகிறார்கள்.

ஆட்கள் காணாமற்போன குடும்பங்களுக்கு உளவியல்-சமூக உதவிகள்



கொவிட்-19 பெருந்தொற்றினால் எழும் சவால்களுக்கு மத்தியில், ஆட்கள் காணாமல் போன குடும்பங்களுக்கு தொடர்ந்து உதவி அளிப்பதற்காக, கொழும்பில் இருந்து அமுலாக்கப்பட்ட ஐசிஆர்சி-யின் உளச் சுகாதார மற்றும் உளவியல்-சமூக உதவி நிகழ்ச்சித் திட்டமானது, தொலைவில் இருந்து உதவி செய்யும் வழிமுறையை அறிமுகப்படுத்தியது. உள்ளூர் பங்களித்துவ ஸ்தாபனங்களுடனும், ஐசிஆர்சி-யின் மூலம் பயற்றுவிக்கப்பட்டு நிகழ்ச்சியுடன் இணைந்து பணியாற்றுவோருடன் சேர்ந்து வேலை செய்யும் வகையில், இந்தக் குடும்பங்கள் ஸ்கைப் மற்றும் தொலைபேசி வாயிலாக அணுகப்பட்டன.

சில சமயங்களில் ஒன்லைன் தொடர்பாடல் முறைகளின் பயன்பாடு சவால் மிக்கதாக இருந்தபோதிலும், நிகழ்ச்சியுடன் இணைந்து பணியாற்றுவவர்களுக்கு, சமூக உணர்வும், நம்பிக்கை மிக்க உறவுகளின் மூலமாக சிறந்த தொடர்பைக் கட்டியெழுப்பக் கூடியதாக இருந்தது. இந்த வகையில், நிகழ்ச்சியுடன் இணைந்து பணியாற்றுவவர்களுக்கும், குடும்பங்களுக்கும் இடையில் மட்டக்களப்பு, கம்பஹா, யாழ்ப்பாணம் ஆகிய இடங்களில் தனிப்பட்ட ரீதியில் 6,246 அமர்வுகள் நடத்தப்பட்டன. தமது அன்புக்குரியவர் காணாமல் போனதால் கவலைப்படும் குடும்பங்கள் அவர்களது நினைவாக திட்டங்களிலோ, நடவடிக்கைகளிலோ ஈடுபட உதவி அளிக்கப்பட்டது.

நிகழ்ச்சியுடன் இணைந்து பணியாற்றுவவர்கள் வழங்கிய வழிகாட்டல்கள் மூலம், அன்புக்குரியவர் காணாமல் போன குடும்பத்தவர்கள் சிக்கலான மனநிலையை சமாளிக்க உதவி கிடைக்கிறது. இவ்வாறு இணைந்து பணியாற்றுவவர்களை, தமது குரலை செவிமடுக்க வாய்ப்பளித்த 'நண்பர்களாகவே' பல குடும்பங்கள் கருதுகின்றன. தற்போதைய சவாலான சூழ்நிலையில் தொலைவில் இருந்து வழங்கிய உதவிகளை இந்தக் குடும்பங்கள் பெரிதும் வரவேற்றன.

அன்புக்குரியவர் காணாமல் போன குடும்பங்களுக்கு கொவிட்-19 பெருந்தொற்றால் உருவான சவால்களை சமாளிக்கும் வகையில் 'அவசர நிவாரணத் திட்டத்தின் மூலம்' பல்நோக்கு நிதியுதவிகள் வழங்கப்பட்டன. இந்த முன்முயற்சியின் மூலம் இதுவரை அன்புக்குரியவர்கள் காணாமல் போன 2,600 குடும்பங்களுக்கு உதவி வழங்கப்பட்டுள்ளது.

“எனது மனப் போராட்டங்களை புரிந்து கொள்ளக்கூடிய ஒருவருடன் பேசக் கிடைத்ததையிட்டு நான் பெரிதும் மகிழ்கிறேன். திறந்த மனதுடன் உணர்வுகளைப் பகிர முடிகிறது. எனது துயர் குறைந்துள்ளதை உணர்கிறேன்.”

கம்பஹா மாவட்டத்தில் காணாமல் போன ஒருவரது மனைவி

இலங்கையின் இராணுவ சிரேஷ்ட உத்தியோகத்தர்கள் போரின் விதிமுறைகள் பற்றிய ஐசிஆர்சி-யின் உலகளாவிய பயிலரங்கில் பங்கேற்பு



2021ஆம் ஆண்டு நவம்பர் முதலாம் திகதி தொடக்கம் 4ஆம் திகதி வரை நடைபெற்ற 'இராணுவ நடவடிக்கைகளை நிர்வகிக்கும் சர்வதேச விதிமுறைகள் தொடர்பான 14ஆவது சிரேஷ்ட பயிலரங்கில் (SWIRMO) இலங்கையின் முப்படைகளைச் சேர்ந்த ஆறு சிரேஷ்ட உத்தியோகத்தர்கள் பங்குபற்றி இலங்கையில் உள்ள ஐசிஆர்சி போராயம் வசதியளித்தது. சர்வதேச மனிதாபிமான சட்டம் (IHL) தொடர்பான உயர்மட்ட பயிலரங்காகத் திகழும் SWIRMO ஆனது, இராணுவ நடவடிக்கைகளின் போதான தீமானங்களை மேற்கொள்ளும் நடைமுறையில் எவ்வாறு IHL பிரயோகிக்கப்படுகிறது என்பதன் மீது கவனம் செலுத்துகிறது.

இவ்வருடத்திற்கான பயிலரங்கில் நகர்ப்புற யுத்தங்கள், இணைந்த இராணுவ நடவடிக்கைகள், போர்க்கள நடத்தைகள் மீதான தாக்கங்கள் ஆகியவற்றில் IHL இனது வகிபாகத்தின் மீது கவனம் செலுத்தப்பட்டது. மெய் வாழ்க்கையில் சிவில்பின்களுக்கு ஊறு விளையக்கூடிய அபாயத்தைத் தணிக்கும் வகையில் இராணுவ நோக்கங்களை சமநிலைப்படுத்த வேண்டிய சந்தர்ப்பங்களை ஒத்த வகையில் நிர்வாகத்தில் உருவாக்கப்பட்ட சூழ்நிலைகளில் அதிகாரிகளையும்,

படைவீரர்களையும் செயற்படச் செய்யுமாறு ஐசிஆர்சி உருவாக்கிய புதியதொரு விடியோ கேமைப் பயன்படுத்தக்கூடிய சந்தர்ப்பம் பயிலரங்கில் பங்குபற்றியவர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது. இராணுவ மற்றும் தொடர்புடைய தொழில்நுட்பங்களில் ஏற்பட்ட முன்னேற்றத்தின் விளைவால், போர் புரிதலின் தன்மை மாறி வரும் சூழ்நிலையில் IHL இன் கோட்பாடுகள் மற்றும் விதிமுறைகளின் பிரயோகம் பற்றி இலங்கையில் இருந்து பங்குபற்றியவர்களுக்கு விளக்கம் அளிக்கப்பட்டது.

இந்த நிகழ்வு பற்றி இலங்கையில் இருந்து பங்குபற்றிய ஒருவர் கருத்து வெளியிட்டார்: "IHL பற்றிய எமது எண்ணங்களையும் கருதுகோள்களையும் ஏனைய நாடுகளைச் சேர்ந்த பங்குபற்றினர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளக்கூடிய பொதுவான மேடையை பயிலரங்கு ஏற்படுத்தித் தந்தது. IHL ஆனது மூலப்பாய மட்டத்தில் உள்ள சிரேஷ்ட உத்தியோகத்தர்களுக்கு மாத்திரம் பிரயோகிக்கப்படக் கூடியதொன்றல்ல. ஒவ்வொரு கட்டளையில் மட்டத்திலும் அது பற்றி அறிவை ஏற்படுத்த வேண்டும். அதன்மூலம், சகல பங்குபற்றினரும் IHL இன் பிரயோகம் பற்றி புரிந்து கொள்வார்கள். உலகெங்கிலும் ஆயுதப் படைகள் மத்தியில் IHL இன் மீதான நன்மதிப்பை மேம்படுத்தும் நோக்கிலான ஐசிஆர்சியின் வகிபாகம் வரவேற்கத் தக்கது.

SWIRMO வின் 14ஆவது நிகழ்வில், நிகழ்நிலை கலந்துரையாடல்கள் மற்றும் தனிப்பட்ட அமர்வுகள் ஊடாக 90 இற்கு மேற்பட்ட நாடுகளில் இருந்து சிரேஷ்ட இராணுவ உத்தியோகத்தர்கள் 400 பேர் வரை ஒன்றுகூடினார்கள். இதில் கலந்து கொண்டவர்கள் IHL இன் மிகவும் முக்கியமான விடயங்கள் பற்றிய தமது அறிவை ஆழமாக்கிக் கொண்டதுடன், சர்வதேச ரீதியில் சட்ட ரீதியாக பரிசீலிக்கப்பட வேண்டியவற்றை நடைமுறை நடவடிக்கைகளில் உள்ளீக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை அங்கீகரித்தார்கள்.

ஆயுத முரண்பாடுகளில் பாதிக்கப்படுபவர்களைப் பாதுகாத்து, IHL இன் பயன்பாட்டை ஊக்குவிக்கும் பொறுப்பு ஜெனீவா பிரகடனங்கள் மூலமாகவும் மேலதிக சமவாயங்கள் மூலமாகவும் ஐசிஆர்சியிடம் உத்தியோகபூர்வமாக ஒப்படைக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த ஆணையை வலுப்படுத்துவதற்காக வருடாந்தம் SWIRMO ஏற்பாடு செய்யப்படுகிறது.

தரவுகள் மற்றும் எண்ணிக்கைகள் செப்டெம்பர் - டிசம்பர் 2021



ஆட்கள் காணாமல் போன குடும்பங்களின் தேவைகளை நிறைவேற்றுதல்

- காணாமல் போனவர்களின் உறவினர்கள் 650 பேருக்கு 2,988 தொலை அமர்வுகள் மூலம் வாராந்த உளவியல்-சமூக உதவிகள் வழங்கப்பட்டதுடன், இவர்களில் 117 பேர் பொருளாதார, சட்ட, நிர்வாக, கல்வி, சுகாதார தேவைகள் சார்ந்த சேவை வழங்குனர்களிடம் அணுக பரிந்துரைக்கப்பட்டார்கள்;
- நுண் நிதியியல் முன்முயற்சிகள் மூலம் வருமானத்தை அணுக 129 குடும்பங்களுக்கு உதவிகள் வழங்கப்பட்டன;
- தமது வருமான மார்க்கங்களை விருத்தி செய்து கொள்வதற்காக விவசாய மற்றும் கடற்றொழில் சார்ந்த 1,550 குடும்பங்கள் நிதியையும் உள்ளீடுகளையும் பெற்றன;
- கொவிட்-19 உடன் தொடர்புடைய விடயங்களால் பாதிக்கப்பட்ட 171 குடும்பங்கள் வாழ்வாதாரத் திட்டங்களைப் புதுப்பித்துக் கொள்வதற்காக மேலதிக உதவிகளைப் பெற்றதுடன், அவசர நிவாரணத் திட்டத்தின் மூலம் 2,812 குடும்பங்கள் பல்நோக்கு நிதி உதவிகளைப் பெற்றன;

தடயவியல் ஆற்றல்களை விருத்தி செய்தல்

- யாழ்ப்பாண பல்கலைக்கழகத்திற்கு 26 மாணுடவியல் வார்ப்புகளும், 2 மாணுடவியல் கருவிகளும், தடயவியலுடன் தொடர்புடைய 21 உசாத்துணை பிரசுரங்களும் அன்பளிப்பாக வழங்கப்பட்டன;
- சிலாபம் மாவட்ட பொது வைத்தியசாலை, மட்டக்களப்பு போதனா வைத்தியசாலை, IFMT ஆகியவற்றிற்கு மருத்துவ உபகரணங்களுடன் தூய்மைப்படுத்தல் மற்றும் தொற்றுநீக்கிப் பதார்த்தங்களும், கருவிகளும் பெற்றுக் கொடுக்கப்பட்டன;
- 'உரிமை கோரப்படாத மற்றும் அடையாளம் காணப்படாத சடலங்களை நிர்வகித்தலுக்கான' அப்பியாச வழிகாட்டல்களின் 500 பிரதிகள் அச்சிடப்பட்டு, IFMT-யிற்கு அன்பளிப்பாக வழங்கப்பட்டன;
- இலங்கை தடய-நோய்க்குறியியல் கல்லூரியின் (CFPSL) மூலம் பங்குபற்றினர்கள் 41 பேருக்கு நடத்தப்பட்ட தடய-மாணுடவியல் அமர்வு தொடர்பான முன்-ஒன்றுகூடல் அமர்விற்கு உதவி செய்யப்பட்டது.



ஆட்கள் தடுத்து வைக்கப்பட்ட இடங்களின் நிலைமையை கண்காணித்தல்

- நாடெங்கிலும் தடுத்து வைக்கப்பட்டுள்ள 299 பேரை தனித்தனியாக சந்தித்ததுடன், இங்கு கண்டறியப்பட்ட விடயங்களும், பரிந்துரைகளும் சிறைச்சாலை அதிகாரிகளுடன் நம்பகமாக பகிர்ந்து கொள்ளப்பட்டன;
- தடுத்து வைக்கப்பட்டுள்ள தமது உறவினர்களைப் பார்க்கச் செல்வதற்காக 222 குடும்பங்களுக்கு பயணக் கொடுப்பனவு வழங்கப்பட்டது
- 7 இடங்களில் தடுத்து வைக்கப்பட்டுள்ள 5,264 பேர் நன்மையடையும் வகையில் துப்புரவு மற்றும் பொழுதுபோக்கு பண்டங்களின் வடிவில் குறிப்பிட்ட நோக்கத்துடன் கூடிய உதவிகள் வழங்கப்பட்டன;
- சிறைச்சாலை தலைமையகத்திற்கும், வெலிக்கட சிறைச்சாலை வைத்தியசாலைக்கும் PPE களை வழங்கியதன் மூலம் சிறைச்சாலைகளில் கொவிட்-19 தொற்றுப் பரவலைத் தவிர்க்கவும், கட்டுப்படுத்தவும் சிறைச்சாலை சுகாதார சேவைகளுடன் இணைந்து நடவடிக்கை எடுக்கப்பட்டது. இவ்வாறு வழங்கப்பட்ட பொருட்களில் 19,600 பாதுகாப்பு அங்கிகளும், 330 லீற்றர் திரவ சவர்க்காரமும், சலவைத் தூளும் அடங்கும்;
- மஹா சிறைச்சாலை ஆஸ்பத்திரிக்கு நுணுக்குக் காட்டிக்கான 100 ஸ்லைடுகள், உலர்த்தலுக்கான 50 தொட்டிகள், 1000 அட்டைக் கொழுவிகள், சுழற்சி கருவி, குருதி பகுப்பாய்வுக் கருவி, குழாய்களுக்கான இராக்கை அடங்கலான ஆய்வுகூட உபகரணங்கள் வழங்கப்பட்டன.



மனிதாபிமான சட்டத்தை ஊக்குவித்தல்

- ஹென்ரி டுனன்ட் ஞாபகார்த்த வழக்காடுமன்ற போட்டியின் தேசிய மட்டத்திலான மெய்நிகர் சுற்றுக்களில் பங்கேற்குமாறு பல்கலைக்கழகங்களுக்கும், சட்டக்கல்லூரிகளுக்கும் அழைப்பு விடுக்கப்பட்டது. இறுதிப் போட்டி டிசம்பர் 23ஆம் திகதி நடைபெற்றதுடன், இதில் கொழும்பு பல்கலைக்கழக அணி சம்பியனானது.
- நவம்பர் 1 தொடக்கம் 4 வரையிலான தென்கிழக்காசியாவிற்கான SWIRMO மெய்நிகர் பயிலரங்கில் முப்படைகளைச் சேர்ந்த 6 சிரேட் உத்தியோகத்தர்கள் பங்கேற்றனர்.
- இராணுவ உள்ளக பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளை (MISO) சேர்ந்த 108 இராணுவ உத்தியோகத்தர்கள் பயிலரங்குகளின் மூலம் பயன் பெற்றார்கள்.
- சட்டத்தை நிலைநாட்டும் உத்தியோகத்தர்களுக்காக நடத்தப்பட்ட பொலிஸாருக்குரிய சர்வதேச விதிமுறைகள் மற்றும் நியமங்கள் தொடர்பான 7 நிகர்நிலை மற்றும் 2 நேருக்கு நேரான பயிற்சி அமர்வுகளில் STF உத்தியோகத்தர்கள் அடங்கலாக பொலிஸில் இருந்து 4,500 இற்கு மேற்பட்ட பங்குபற்றினார்கள் கலந்து கொண்டனர்.



இலங்கை செஞ்சிலுவைக்கு உதவுதல்

- கொவிட்-19 தொற்றுப் பரவலைக் கட்டுப்படுத்துவதற்குரிய நடவடிக்கைகளின் ஒரு கட்டமாக 6 மாவட்டங்களில் 488 பொது இடங்கள் தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்டன
- 4 மாவட்டக் கிளைகளில் இருந்து 107 தன்னார்வ தொண்டர்களுக்கு அனர்த்த பதிலளிப்பு தொழில்நுட்பங்களில் பயிற்றுவிக்கப்பட்டார்கள்
- மேம்படுத்தப்பட்ட முதலுதவிப் பயிற்சியில் 78 பேர் பங்குபற்றினார்கள்
- மனிதாபிமான கோட்பாடுகள், சர்வதேச செஞ்சிலுவை மற்றும் செம்பிறை இயக்கம் பற்றிய 13 அமர்வுகள் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டன
- அனர்த்த நிலைமைகளில் மனிதாபிமான தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதன் மீது கவனம் செலுத்தி இராணுவத்தைச் சேர்ந்த 100 பேருக்கு SLRCS ஆனது முகாம் முகாமைத்துவ பயிற்சி அளித்தது
- பாதுகாப்பு அணுகல்கள் என்ற வருடாந்த புத்தாக்க பயிற்சியின் மூலம் 43 பேர் நன்மை பெற்றார்கள். மாவட்ட மட்டத்தில் தன்னார்வ தொண்டர்களுக்காக பாதுகாப்பு அணுகல்கள் தொடர்பான 25 விழிப்புணர்வு அமர்வுகள் நடத்தப்பட்டன.

செஞ்சிலுவை சர்வதேச குழு

29, லெயார்ட்ஸ் வீதி, கொழும்பு - 05
T + 94 (11) 250 33 46
F + 94 (11) 250 33 48
E-mail: colombo@icrc.org www.icrc.org

வவனியா அலுவலகம்

70, வைரவர் கோயில் வீதி,
வைரவ புளியங்குளம், வவனியா
T +94 (0) 24222 28 55
F +94 (0) 24222 25 37

மட்டக்களப்பு அலுவலகம்

மன்றேஸா வீதி, கொத்துக்குளம், பிள்ளையாரடி
மட்டக்களப்பு
T +94 (0) 65 222 70 70

அட்டைப் படம் ICRC
© ICRC, January 2022

facebook.com/icrc
twitter.com/icrc
instagram.com/icrc



ICRC