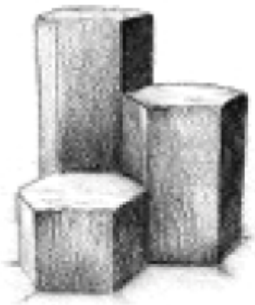
TEARFUND

দুর্যোগ মোকাবেলায় প্রস্তুতি

একটি পিলারস্ নির্দেশিকা

ইসাবেল কার্টার

HEED BANGLADESH



স্থানীয় ভাষার সম্পদের সঙ্গে অংশীদারিত্ব

নির্বাহী পরিচালকের বানী

বর্তমান বিশ্বে প্রাকৃতিক দূর্যোগ একটি সাধারণ ঘটনা। বিশ্বের বহু দেশে কোনো প্রকার লক্ষণ ছাড়াই ভয়াবহ প্রাকৃতিক দূর্যোগ ঘটে চলেছে। এ সমস্ত দূর্যোগে হাজার হাজার মানুষ মারা যাচ্ছে, ধ্বংস হচ্ছে কোটি কোটি টাকার খাদ্যশস্য, সম্পদ, অবকাঠামো ইত্যাদি। আর বাংলাদেশ এমনিতেই একটি দূর্যোগ প্রবণ অঞ্চল। প্রতি বছরই এখানে কোন না কোন দূর্যোগ সংঘটিত হয় এবং জানমালের ব্যাপক ক্ষতি সাধিত হয়। নিয়মিত দূর্যোগের কারণে বাংলাদেশ অর্থনৈতিকভাবে মারাত্মক ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে। ফলে উন্নয়নের সঠিক লক্ষ্যমাত্রা অর্জনে বাংলাদেশ বারবার পিছিয়ে পড়ছে। জনগণকে যদি এসব দূর্যোগের কারণ, দূর্যোগে ঝুঁকির মাত্রা ও দূর্যোগ থেকে নিজেদের রক্ষার প্রয়োজনীয় দিক-নির্দেশনা দেয়া যায়, তাহলে এই ক্ষতির পরিমান অনেকাংশে কমিয়ে আনা সম্ভব হবে। 'পিলারস্ নির্দেশিকা' দূর্যোগ বিষয়ক সচেতনতামূলক এমনি একটি বই। এটি নিয়মিত পাঠ ও চর্চার মাধ্যমে এদেশের মানুষ দূর্যোগের ঝুঁকি নিজেরাই কমাতে সক্ষম হবে।

TEARFund বিশ্বব্যাপী দারিদ্রতা হ্রাসের লক্ষ্যে কাজ করছে। তাদের একটি আলাদা সেল রয়েছে। এর মাধ্যমে তারা দূর্যোগের ঝুঁকি মোকাবেলার জন্য মানুষকে সচেতন করে চলেছে। 'পিলারস্ নির্দেশিকা' বইটি মূলত TEARFund এর নিজস্ব সংস্করণ। উক্ত প্রতিষ্ঠানের সহযোগী হিসাবে হীড বাংলাদেশও দূর্যোগ নিয়ে কাজ করছে। বর্তমানে ২০টি উপজেলায় হীড বাংলাদেশের দূর্যোগ ব্যবস্থাপনা কর্মসূচীর নিজস্ব কার্যালয় রয়েছে। এগুলোর মাধ্যমে হীড বাংলাদেশ দূর্যোগ সম্পর্কিত বিভিন্ন ধরণের প্রশিক্ষণ প্রদান, গ্রামভিত্তিক দূর্যোগ কমিটি গঠন, দূর্যোগের ঝুঁকি হ্রাস বিষয়ক কর্মসূচী গ্রহণ করে থাকে। দূর্যোগের সময় সরকারের পাশাপাশি ত্রাণ বিতরণ ও পূনর্বাসন কর্মসূচীও গ্রহণ করে থাকে। সুতরাং এই কার্যক্রমে আরো গতিশীলতা আনয়ন ও দূর্যোগ প্রবণ এলাকার জনগণের ঝুঁকি হ্রাসকরণে এই বইটি একটি গুরুত্বপূর্ন পথ নির্দেশিকা হিসাবে ব্যবহৃত হতে পারে। এই বিবেচনায় হীড বাংলাদেশ 'পিলারস্ নির্দেশিকা' বইটির বাংলা অনুবাদ প্রকাশ করেছে, যাতে তারা বইটির দ্বারা উপকৃত হতে পারে।

প্রাকৃতিক দূর্যোগ কখন, কোথায় ও কিভাবে সংঘটিত হবে, কী পরিমান প্রাণহানি বা ক্ষতি হতে পারে তার কোন সঠিক তথ্য আগে থেকে কেউ বলতে পারে না। যার ফলে দূর্যোগ পরবর্তী সময়ে দেখা যায় যে, দরিদ্র ও অসচেতন মানুষই বেশী প্রাণ হারায় এবং ক্ষতিগ্রস্থ হয়। অথচ যদি দূর্যোগ সম্পর্কে তাদের প্রাথমিক ধারনা বা সচেতনতা থাকতো তাহলে ক্ষয়ক্ষতি ও ঝুঁকির পরিমান অনেক কমে যেত। তাই এই বইটি আমরা সেইসব উন্নয়ন সাথীদের জন্য বাংলায় অনুবাদ করেছি যারা দূর্যোগকালীন ঝুঁকি কমাতে সর্বদা জনগণের পাশে রয়েছেন এবং তাদের সচেতন করছেন।

পরিশেষে বলতে চাই, বইটি পড়ে এর মধ্যকার বিষয়বস্তুর যথাযথ চর্চার মাধ্যমে বাংলাদেশের মানুষ ব্যাপকভাবে উপকৃত হোক এবং প্রাকৃতিক দূর্যোগে মনোবল না হারিয়ে সাহসিকতার সাথে দূর্যোগ মোকাবেলা করুক, দূর্যোগে নিজে সচেতন হয়ে অন্যদেরও সচেতন করুক– এই প্রত্যাশা করি।

এলগিন সাহা
নির্বাহী পরিচালক
হীড বাংলাদেশ

দুর্যোগ মোকাবেলার জন্য প্রস্তুতি

পিলারস্ নির্দেশিকার ভূমিকা

এই নির্দেশিকাটি সাজানো হয়েছে ছোট ছোট দলের জন্য, যেখানে অক্ষর জ্ঞানসম্পন্ন ও আত্মবিশ্বাসী এক বা একাধিক ব্যক্তি রয়েছেন এবং দলগত আলোচনায় তারা অন্যদের নেতৃত্ব দিতে সক্ষম। এদের লক্ষ্য হল বিচ্ছিন্ন কিংবা নিয়মিতভাবে অনুষ্ঠিত হয় এমন দলীয় সভায় আলোচনার জন্য উপকরণ যোগান দেওয়া। উদাহরণ হিসাবে, এই লোকগুলো হতে পারে নিয়মিত সমিতির সদস্য, কৃষক বা স্বাক্ষরতা শিক্ষনার্থী কিংবা মহিলা সমিতির সদস্য ইত্যাদি। আদর্শ পরিস্থিতিতে প্রতিটি ক্ষেত্রে একসাথে দুইটি বা তিনটি পৃষ্ঠাকে আলোচনার বিষয়বস্তু করা উচিৎ। এমনভাবে এটা করতে হবে যাতে উত্থাপিত বিষয়ে আলোচনার জন্য যথেষ্ট সময় পাওয়া যায় এবং নির্ধারিত বিষয়বস্তু সম্পর্কে হাতে কলমে কাজ করা যায়। প্রাথমিক অবস্থায় আলোচনায় নেতৃত্ব দানকারী ব্যক্তির জন্য কোনো প্রশিক্ষণের প্রয়োজন নেই।

পিলারস্ নির্দেশিকার লক্ষ্য হল, দলীয় সদস্যদের মধ্যে আত্মবিশ্বাস বাড়ানো যাতে বাইরের কোনো সাহায্য ছাড়াই এই মানুষগুলো পরিবর্তনশীল পরিস্থিতির সাথে নিজেদের সফলভাবে মানিয়ে নিতে পারে। এই নির্দেশিকাটি ব্যবহারের মধ্যে দিয়ে তারা তাদের দলীয় সদস্য বা সমাজের মধ্যেই বিদ্যমান জ্ঞান ও অভিজ্ঞতাকে সমৃদ্ধ করার চেষ্টা করবে, ফলে বিভিন্ন ধরনের নতুন নতুন ধারণা খোঁজা এবং কাজে লাগিয়ে দেখা হবে, এর মধ্যে যেগুলো কার্যকর সেগুলো গ্রহণ এবং যেগুলো কার্যকর না সেগুলো বাদ দেয়া হবে ।

এই নির্দেশিকার উদ্দেশ্যঃ

- সম্ভাব্য দুর্যোগ মোকাবেলার জন্য প্রয়োজনীয় প্রস্তুতি সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করা।
- এলাকার মানুষদের সম্মিলিত এবং আরও কার্যকরভাবে দুর্যোগ মোকাবেলায় সামর্থ্য অনুযায়ী সাহায্য করার মাধ্যমে দুর্যোগকালীন ক্ষয়ক্ষতি হ্রাস করা।
- যে কোন দূর্যোগ মোকাবেলায় যথাযথভাবে কাজ করার জন্য স্থানীয় সুযোগ-সুবিধাগুলোকে ব্যবহার করতে সক্ষম করে তোলা।
- জরুরী কার্যক্রমের বিষয়ে স্থানীয় জনগণকে প্রশিক্ষিত করে তোলা।

প্রত্যাশিত ফলাফলঃ

- জনগোষ্ঠিকে কার্যকর ও সক্রিয়ভাবে সংগঠিত করে তোলা।
- সচেতনতা বৃদ্ধির মাধ্যমে স্থানীয় জনগোষ্টির অপ্রত্যাশিত ও সুদূর প্রসারী দূর্যোগকালীন ক্ষয়ক্ষতি হ্রাস করা।
- জনগন জরুরী চিকিৎসা সেবা, আপদকালীন পরিস্থিতিতে পানীয় জলের সরবরাহ ও পয়ঃনিষ্কাশন ব্যবস্থা বজায় রাখার মতো আত্মরক্ষা ব্যবস্থা সম্পর্কে শিক্ষা অর্জন করবেন।
- সকল পর্যায়ে স্থানীয় সংগঠনগুলো আরও কার্যকরভাবে একসাথে কাজ করবে।
- স্থানীয় সংগঠনগুলোর মধ্যে অভ্যন্তরীন যোগাযোগে উন্নয়ন সাধিত হবে।
- স্থানীয় প্রশাসনের সাথে পারস্পরিক সহযোগিতা জোরদার হবে।

দুর্যোগের জন্য ব্যবহৃত শব্দসমূহের পরিভাষা

সতর্ক বার্তা : দুর্যোগের সর্তকতা সম্পর্কে যেকোন ঘোষণা বা সংকেত।

রক্ত সঞ্চালন : হৃৎপিণ্ড সংকোচন-প্রসরনের ফলে মানুষের শরীরের শিরা-উপশিরায় রক্তের প্রবাহ।

সংকট : ভীষন কষ্ট বা বিপদের ফলে অস্থিতিশীল অবস্থা।

সাইক্লোন : শক্তিশালী ঘূর্ণীবায়ু ও তুমুল বৃষ্টি সম্মিলিত একটি প্রচণ্ড সামুদ্রিক ঝড়। এই ধারনাটি দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়ায় ব্যবহৃত হয়। এ সম্পর্কে জানতে *হ্যারিকেন* ও *টাইফুন* সম্পর্কিত তথ্য দেখুন।

দুর্যোগ : প্রাকৃতিক বা মনুষ্যঘটিত বিস্ময়কর ঘটনা, যা মারাত্মক ক্ষয়ক্ষতি বা ধবংসযজ্ঞ ঘটায়।

খরা : কম বা বৃষ্টিহীন দীর্ঘ অস্বাভাবিক অবস্থা।

ভূমিকম্প : ভূগর্ভস্থ প্লেটের স্থান চুত্যির কারণে ভূ-পৃষ্ঠের যে শক্তিশালী আলোড়ন।

উদ্ধার পরিকল্পনা : দূর্গত মানুষদের দ্রুত ও নিরাপদ আশ্রয়স্থলে স্থানান্তর করার পরিকল্পনা।

কংক্রীট *লোহা, খোয়া ও সিমেন্ট এর মিশ্রন* **:** দালান কাঠামো শক্ত করার জন্য সিমেন্ট এর সাথে কাঠ বা লোহার রড ব্যবহার করে যে মিশ্রন করা হয়।

বন্যা : অতি বর্ষন, পাহাড়ী ঢল, ভরা কাটাল এর ফলে যে পানি নদী বা সমুদ্র দ্বারা প্রবাহিত হয়ে পাঁড় উপচিয়ে জনপথ ও ভূমিকে প্লাবিত করে।

আপদ : এটি এমন একটি অবস্থা বা পরিস্থিতি যা বিপদ সৃষ্টি, সম্পদ ধ্বংসও জীবনহানি বা আহত করার ক্ষমতা রাখে।

এইচআইভি : হিউম্যান ইমিউন ডিফিসিয়েন্সি ভাইরাস- মরনব্যাধি এইডস্‌ের কারণ।

হ্যারিকেন : শক্তিশালী ঘূর্ণীবাতাস ও তুমুল বৃষ্টি সম্মিলিত একটি প্রচণ্ড সামুদ্রিক ঝড়। এই শব্দটি আটলান্টিক ও ক্যারিবীয় অঞ্চলে ব্যবহৃত হয়। *সাইক্লোন* এবং *টাইফুন* সম্পর্কিত তথ্য দেখুন ।

প্রভাব : কোন কর্মসূচীর ফলে দীর্ঘমেয়াদী ও স্থায়ী পরিবর্তন।

এনজিও : নন গভর্নমেন্ট অরগানাইজেশন। যে কোন উন্নয়ন সংস্থাকে এই নামে অভিহিত করা হয়।

পটাশিয়াম পারম্যাঙ্গানেট : গাঢ় বেগুনী স্ফটিক পদার্থ, যা পানির সাথে মিশিয়ে তরল করে ব্লীচিং পাউডার, জীবানু নাশক ও পচন নিবারক হিসেবে ব্যবহার করা হয়।

ঝুঁকি : এটি এমন একটি অবস্থা বা পরিস্থিতি যার দ্বারা বিপদ সৃষ্টি, জীবনহানি বা আহত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।

পয়:নিষ্কাশন ব্যবস্থা : মানুষের মলমূত্র ত্যাগের নিরাপদ ব্যবস্থা, যা জনস্বাস্থ্যের কোন সমস্যা সৃষ্টি করে না।

স্থায়ী করা : পরিবর্তনশীল পরিস্থিতি বা অবস্থাকে দ্রুত পূর্বাবস্থায় ফিরিয়া আনা।

মনোদৈহিক আঘাত : শারীরিক, মানসিক বা উভয়ক্ষেত্রে দীর্ঘমেয়াদী ঋণাত্বক প্রভাব বিস্তার করতে পারে এমন মারাত্নক মানসিক আঘাত।

ট্রমাটাইজ : মনোদৈহিক আঘাতে (উপরে দেখুন) দীর্ঘমেয়াদে ভোগা।

টাইফুন : শক্তিশালী ঘূর্ণীবাতাস ও তুমুল বৃষ্টি সম্বলিত প্রচণ্ড সামুদ্রিক ঝড়। এটি চীন-জাপান সামুদ্রিক অঞ্চল ও পশ্চিম প্রশান্ত মহাসাগরীয় অঞ্চলে বলা হয়। *হ্যারিকেন* ও *সাইক্লোন* সম্পর্কিত তথ্য দেখুন ।

অসচেতন : গভীর ঘুমে আচ্ছন্ন হওয়ার মতো অবস্থা যখন কেউ তার চেতনা হারিয়ে থাকে। অসুস্থ বা আঘাতপ্রাপ্ত হওয়ার কারণে এটি হতে পারে।

সূচিপত্র :

	পৃষ্ঠা	
এখানে যা আগে কখনো ঘটেনি	৪	D1
কি দুর্যোগ সৃষ্টি করে ?	৬	D2
কোন পরিস্থিতি আমাদের জনগোষ্ঠির জন্য ভয়াবহ ?	৮	D3
কাদের ঝুঁকি সবচেয়ে বেশি ?	১০	D4
কোনটি সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিপূর্ণ ?	১২	D5
একটি জনগোষ্ঠী কিভাবে সংগঠিত হতে পারে?	১৪	D6
সামাজিক মানচিত্র পরিকল্পনা	১৬	D7
প্রাকৃতিক সম্পদ	১৮	D8
মানুষের দক্ষতা বৃদ্ধি	২০	D9
বিপদ সংকেত ঘোষণা	২২	D10
জনগোষ্ঠীর স্থাপনা নির্মাণ	২৪	D11
বন্যা মোকাবিলা	২৬	D12
সাইক্লোন মোকাবিলা	২৮	D13
ভূমিকম্প মোকাবিলা	৩০	D14
আপদকালীন মজুদ	৩২	D15
জরুরী পানি সরবরাহ	৩৪	D16
জরুরী অবস্থায় স্বাস্থ সেবা/পরিচর্যা	৩৬	D17
প্রাথমিক চিকিৎসার প্রাথমিক জ্ঞান	৩৮	D18
আহতদের সেবায় করণীয়	৪০	D19
জরুরী অবস্থায় পয়:নিষ্কাশন ব্যবস্থা	৪২	D20
স্থানীয় কর্তৃপক্ষের সাথে কাজ করা	৪৪	D21
সচেতনতা উদ্বুদ্ধকরণ	৪৬	D22
বাইবেল পাঠ	৪৮	

এখানে আগে কখনো যা ঘটেনি...

- অধিকাংশ মানুষের কাছে “দুর্যোগ” এমন একটি বিষয় যা অন্য কোনো অঞ্চলে ঘটে থাকে, তাদের এলাকায় নয়। অধিকাংশ ক্ষেত্রে সময় মানুষ দুর্যোগের জন্য খুব কম সময় প্রস্তুতি নেয়, কেননা তারা মনে করে তাদের এলাকায় দুর্যোগ হয়ত আঘাত হানবে না।

- দুঃখজনকভাবে, দুর্যোগ বিভিন্ন রূপে আসে এবং দুর্যোগের আঘাত থেকে কোনো জনপদই মুক্ত নয়। বিপদ সংকেত প্রদানের ব্যবস্থা থাকে খুব সামান্য অথবা একেবারেই থাকে না। সাধারণতঃ দুর্যোগের প্রথম এক বা দুই দিনে সরকারী বা বিশেষজ্ঞদের সাহায্য-সহযোগিতা এসে পৌছাবার অনেক আগেই স্থানীয় লোকজন নিজেরা উদ্যোগী হয়ে সাড়া দেয় ও জীবন বাঁচাতে এগিয়ে আসে। অনেক সময় দূর্যোগ ঘটার আগেই যথাযথ ব্যবস্থা নিলে মারাত্মক বিপর্যয় প্রতিরোধ করা সম্ভব।

- কোন কোন এলাকা বন্যা, সাইক্লোন বা খরা কবলিত হিসেবে পরিচিত। কিন্তু মারাত্মক সড়ক দুর্ঘটনা, অগ্নিকান্ড, সন্ত্রাসী কার্যকলাপ বা যুদ্ধের মতো দুর্যোগ যেকোন স্থানে ঘটতে পারে। মনে রাখতে হবে- দুর্যোগ মোকাবিলার জন্য অধিকাংশ ব্যক্তি বা সম্প্রদায় একবার মাত্র সুযোগ পেয়ে থাকে।

আলোচনা

D1

- আপনি বা আপনার পরিবারের সদস্যরা কি কখনো মারাত্মক পারিবারিক সমস্যায় পড়েছিলেন? আপনার অনুভূতি, ভয় এবং পরিবারের সদস্যদের গৃহীত পদক্ষেপগুলো সম্পর্কে কিছু বলুন।

- আপনাদের এলাকায় ঘটে যাওয়া কোনো দুর্যোগের কথা কি মনে করতে পারেন? তার তীব্রতা কেমন ছিল? কিভাবে জনগণ সাড়া প্রদান করেছিল?

- কেউ কি এমন কোনো পরিস্থিতির কথা মনে করতে পারে, যখন সময়মতো যথার্থ ব্যবস্থা না নিলে একটা দুর্যোগ ঘটে যেত/যেতে পারত ?

- যদি কোন দূর্যোগ ঘটে যায়- যেমন কোনো মারাত্মক সড়ক দুর্ঘটনা কিংবা অগ্নিকান্ড, যদি আগামীকাল কোন দূর্যোগময় অবস্থার সৃষ্টি হয় আপনার এলাকার মানুষ কিভাবে সাড়া দিবে ?

- কোন ধরণের দুর্যোগকে আপনি সবচেয়ে বেশি ভয় পান? এটা কেন হয়? এই ধরণের দুর্যোগের ক্ষয়ক্ষতি কমিয়ে আনার জন্য কী করা যেতে পারে?

কি দুর্যোগ সৃষ্টি করে ?

- যদিও দুর্যোগ এর কারনগুলো যেকোন জায়গায় তৈরী হতে পারে, তা সত্ত্বেও কিছু মানুষ এগুলো দ্রুত প্রতিরোধ করতে এবং দুর্যোগের প্রভাব থেকে নিজেদের রক্ষা করতে পারে। দ্রুত স্থানান্তরের জন্য বা পুনরায় শস্য ফলানোর জন্য তাদের পর্যাপ্ত অর্থ থাকতে পারে, শক্তভাবে তৈরী বাড়ি থাকতে পারে। দূর্যোগ আঘাত হানলে বেশীরভাগ ক্ষেত্রে দরিদ্ররাই সবচেয়ে বেশী ঝুঁকির মুখে পড়ে।

- তবে অর্থই দূর্যোগ মোকাবেলায় সব কিছু নয়। অনেক সময় দরিদ্র মানুষেরা দূর্যোগের মধ্যে টিকে থাকতে পারে কারণ তারা একসাথে কাজ করে এবং দলবদ্ধভাবে সাহায্য-সহযোগিতা করে।

- মানুষ যখন আকস্মিক ও বিপদজ্জনক পরিস্থিতির সাথে নিজেদের মানিয়ে নিতে পারে না তখন তা দূর্যোগ পরিস্থিতির সৃষ্টি করে। যদি তারা মানিয়ে নিতে/প্রতিকার করতে পারতো তাহলে তা দুর্যোগে পরিণত হত না।

আলোচনা

D2

- একটি পরিস্থিতিকে আপনি কখন দুর্যোগ বলবেন?
- আপনি কি আপনার এলাকায় এমন কোনো সমস্যার কথা মনে করতে পারেন যার সাথে সমাজের মানুষগুলির একাংশ মানিয়ে নিতে পেরেছিল ও অন্য অংশ পারেনি? পার্থক্যটা কোথায় ছিল?
- আপনাদের মধ্যে কেউ কি এমন কোনো দূর্যোগের কথা মনে করতে পারেন যা আপনার পরিবারকে আক্রান্ত করেছিল, কিন্তু আপনার প্রতিবেশীগণ আক্রান্ত হয়নি? পার্থক্যটা কোথায় ছিল?

কোন পরিস্থিতি আমাদের জনগোষ্ঠির জন্য ভয়াবহ?

- অনেক ধরনের ঝুঁকি কিংবা বিপদ রয়েছে। সম্ভবত বন্যা, সাইক্লোন, ভূমিকম্প বা খরা ইত্যাদি হচ্ছে সবচেয়ে বেশী পরিচিত প্রাকৃতিক দুর্যোগ। কোন কোন দুর্যোগে পূর্ব প্রস্তুতির জন্য সময় পাওয়া যায়; কোন কোন সময় সেগুলো কোন রকম পূর্বসংকেত ছাড়াই আঘাত হানতে পারে। সকল বিপদ সবসময় দুর্যোগ পরিস্থিতি সৃষ্টি করে এমনটি নয়। বরং অনেক সময় কোন কোনটি সুফলও বয়ে আনতে পারে। উদাহরণ হিসাবে বলা যায়, বন্যা মাটির উর্বরতা বৃদ্ধি করতে পারে এবং ঘূর্ণীঝড় বা সাইক্লোন শুকনো অঞ্চলে বৃষ্টির পানি বয়ে আনতে পারে।

- মানুষের নিজেদের কর্মকান্ডের ফলে কোন কোন ঝুঁকির সম্ভাবনা দেখা দেয়। অবাধে বৃক্ষ নিধনের ফলে খরা, বন্যা ও ভূমিধ্বস দেখা দেয়। সরকার কিংবা স্থানীয় সংগঠন কর্তৃক অপ্রচলিত শস্য/গাছ বা হাইব্রীড জাত রোপনে উৎসাহিত করার ফলে শস্য বিপর্যয় ঘটে। দরিদ্র মানুষগুলো বাধ্য হয় বিপদসঙ্কুল বা বিপজ্জনক এলাকায় বাস করতে। কারন বসবাসের জন্য তাদের অন্য কোন জমি নেই।

- কিছু ঝুঁকি সামাজিক সমস্যার মধ্য দিয়ে তৈরী হয়, যেমন– জঙ্গি তৎপরতা, যুদ্ধ, শরণার্থী চলাচল এবং সাম্প্রদায়িক দাঙ্গা-হাঙ্গামা, অসন্তোষ ইত্যাদি।

- কোন কোন ঝুঁকি অনেকটাই স্থানীয়ভাবে সৃষ্টি হয়ে থাকে, যেমন অগ্নিকান্ড, মারাত্মক সড়ক দুর্ঘটনা, রাসায়নিক নির্গমন, বাতাসের উচ্চ প্রবাহ এবং ভূমিধ্বস ইত্যাদি। যে সমস্ত জনপদ ব্যাপকভাবে পর্যটকদের আকর্ষণ করে কিংবা যে সব জনপদে বিশেষ উৎসব অনুষ্ঠিত হয়ে থাকে, সেখানেও অপ্রত্যাশিত ঘটনা ঘটতে পারে।

শিট D3

আলোচনা

D3

- কোন্ কোন্ বিপদ আমাদের সমাজের জন্য ঝুঁকিপূর্ণ? এগুলোর জন্য কি কোনো সতর্কীকরণ সংকেত আছে? একটি তালিকা প্রস্তুত করুন।

- কোন্ পরিস্থিতি সাধারণতঃ আমাদের সমাজে আকস্মিক ঝুঁকি সৃষ্টি করে ? (ঘাস, ছন, গোলপাতা, তালপাতা) দিয়ে বাসস্থান নির্মান করলে, যে কোন সময় আগুন লাগার সম্ভাবনা থাকে; অতিমাত্রায় বৃষ্টিপাত বা পোকা-মাকড়ের দ্বারা শস্য নষ্ট হওয়া, পাহাড়ের খাড়া ঢালে মানুষের বসবাস ইত্যাদি বিষয় আপনি এখানে উল্লেখ করতে পারেন।

- উপরে উল্লিখিত আপদগুলো মোকাবেলার জন্য স্থানীয় কর্তৃপক্ষ বা প্রশাসনের কতটুকু সুব্যবস্থা বা প্রস্তুতি আছে বলে আপনি মনে করেন?

- এই আপদগুলোর সাথে বসবাসের জন্য আমাদের সমাজের কতটুকু সক্ষমতা রয়েছে ?

কাদের ঝুঁকি সবচেয়ে বেশী ?

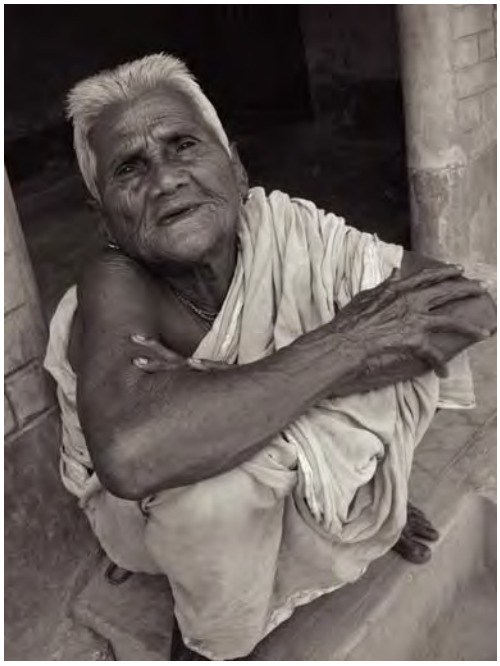
নির্দিষ্ট কিছু মানবগোষ্ঠি দূর্যোগে সবচেয়ে বেশী ঝুঁকিপূর্ণ।

- শারীরিকভাবে অক্ষম যারা তারা দুর্যোগকালিন সময়ে নিরাপদ আশ্রয় কেন্দ্রে আসতে পারে না; এরা হলেন বৃদ্ধ, প্রতিবন্ধী, গর্ভবতী নারী এবং সেই সব মা যাদের ছোট ছোট ছেলে-মেয়ে আছে।
- সেই সমস্ত যুবক ও গরীব লোকদের সম্পৃক্ত করা যেতে পারে যারা দুর্যোগের ক্ষয়ক্ষতি লাঘবের জন্য চেষ্টা করছে।
- সেই সব লোকদের সম্পৃক্ত করা যেতে পারে যাদের সম্পদ কম। হতে পারে তাদের জমির পরিমান খুবই কম, তাদের কোনো গৃহপালিত পশু নেই বা সাম্প্রতিক দূর্যোগে পরিবারের কোনো সদস্য মারা গেছে।
- হতে পারে সেই সব আদিবাসী জনগোষ্ঠি যারা শ্রেনী বা বর্ণ বৈষম্যের কারণে বিচ্ছিন্ন, যারা তাদের সম্পদের অধিকার এবং দুর্যোগকালীন ও দুর্যোগ পরবর্তী সহযোগিতা থেকে বঞ্চিত।

আলোচনা

D4

- কল্পনা করুন, একটি বড় নদীর উপর ১০০ কিঃ মিঃ দীর্ঘ বাঁধ, আপনাদের সমাজের লোকজনই যা ঝুঁকিপূর্ণ করে ফেলছে। কর্তৃপক্ষ জানেন, পরবর্তী ২৪ ঘন্টার মধ্যে এটি ভেঙ্গে যেতে পারে। সেজন্য কর্তৃপক্ষ রেডিও ও মাইকের সাহায্যে ভাটি অঞ্চলের মানুষদের নিরাপদ আশ্রয়ে যেতে সতর্ক করে দিয়েছিলেন। আলোচনা করুন আমাদের সমাজ এতে কতটা ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে।
- এই অবস্থা থেকে বের হতে সবচেয়ে দ্রুত ও নিরাপদ উপায় কোন্‌টি হতে পারে?
- আমাদের সমাজের বিভিন্ন ধরনের মানুষের কথা বিবেচনা করুন। দুর্যোগের পর পরই তারা কিভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে অথবা দীর্ঘ সময় সাপেক্ষে অর্থাৎ কয়েক সপ্তাহ বা মাস পরে তার কী ফলাফল হতে পারে?
- দূর্যোগের কারণে কাদের সবচেয়ে বেশী ক্ষতি হয়? কেন?
- তাদের এই মারাত্মক ক্ষতি থেকে উত্তরণের জন্য আপনি কিভাবে পরিকল্পনা করবেন?



কোন্‌টি সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিপূর্ণ?

- দুর্যোগকালীণ সময়ে মানুষের জীবন বাঁচানোই প্রথম গুরুত্বপূর্ণ কাজ। তবে এসময়ে অন্যান্য অনেক কিছু ঝুঁকির মধ্যে থাকে। এগুলো হতে পারে যেমনঃ গবাদি পশু, ক্ষেতের ফসল, মজুদ খাদ্য, ফলের গাছ, পানি সরবরাহ এবং পারিবারিক আয়ের জন্য ব্যবহৃত সম্পদসমুহ যেমনঃ যন্ত্রপাতি, মাছ ধরার জাল-নৌকা, যানবাহন, জ্বালানি সরবরাহ ইত্যাদি।

- প্রত্যেক মানুষের ব্যক্তিগত অগ্রাধিকারের বিষয় ভিন্ন ভিন্ন হতে পারে এবং দুর্যোগকালীন সময়ের কথা বিবেচনা করে এগুলো আলোচনায় আনা যেতে পারে। দূর্যোগকালীণ সময়ে সমাজের সবাই কোনগুলিকে অগ্রাধিকার দেয় তা আলোচনা করা প্রয়োজন।

আলোচনা

D5

- **অংশগ্রহণকারীদেরকে দুজন দলে দলে ভাগ করুন ও এই গল্পটি জোরে জোরে পড়ে শুনান :**

আপনি ঘুম থেকে জেগে উঠলেন এবং দেখতে পেলেন আপনার বাড়িতে আগুন লেগেছে। পুরো বাড়ীতে আগুন লেগে গেছে এবং বাড়িকে রক্ষা করার জন্য আপনার কিছুই করার নেই। ঘরে আপনি ছাড়া আর কেউ নেই। আপনার হাতে আর মাত্র দুই থেকে তিন মিনিট সময় আছে যাতে আপনি মাত্র আপনার গুরুত্বপূর্ণ পাঁচটি জিনিস নিয়ে বের হতে পারেন। আপনি কোন পাঁচটি জিনিস নিবেন?

- কোন পাঁচটি জিনিস নেয়া হবে– এই সিদ্ধান্ত নিতে অংশগ্রহণকারীদের কয়েক মিনিট সময় দিন।
- তারপর প্রত্যেক জোড়াকে প্রশ্ন করুন, তারা কোন পাঁচটি জিনিস নিয়ে বের হবেন এবং কেন?
- কয়েক জোড়াকে একে অপরের সাথে তাদের নির্বাচিত জিনিসগুলো কি ছিল তা আলোচনা করতে বলুন।
- ব্যাখা করুন– তারা তাদের সবচেয়ে বেশী গুরুত্বপূর্ণ জিনিসগুলোর একটি তালিকা তৈরি করেছেন। প্রত্যেকেই তাদের চিন্তা থেকে পাঁচটি গুরুত্বপূর্ণ জিনিস বেছে নিয়েছেন। তারপর তারা কেন সেগুলোকে বেশী গুরুত্বপূর্ণ মনে করেছেন তার যুক্তি দেখিয়েছেন।
- তারপর জনগণ তাদের প্রথম গুরুত্বের বিষয়টি নিয়ে আলোচনা করেছে। আলোচনাটি সমাজের কাজে লাগবে কিনা জিজ্ঞাসা করুন। জনগণের গুরুত্বর তালিকাটি কি পূনবিবেচনা করা দরকার?
- জনগনের প্রয়োজনের কথা বিবেচনা করে অনুশীলনটি বারবার করুন। এখানে আরেকটি আলোচিত পরিস্থিতি দেয়া হল :

আপনি রেডিওতে শুনতে পেলেন যে একটি সাইক্লোন প্রচণ্ড বাতাস বয়ে আনছে এবং এটি আপনার এলাকায় মাত্র এক ঘন্টার মধ্যে পৌঁছে যাবে। আপনার সমাজ নিয়ে ভাবুন এবং পাঁচটি কাজ নিয়ে ভাবুন যেগুলো বেশী সংখ্যক প্রাণ বাঁচাতে এবং সবচেয়ে বেশী সম্পত্তি রক্ষা করতে সাহায্য করবে। কোন বিষয়টি সবচেয়ে বেশী প্রাধান্য পাবে?

সাইক্লোনের পূর্বাভাস দেখা দিলে কোন কাজগুলো প্রাধান্য পাবে, তার একটি নমুনা তালিকা উদাহরণ হিসেবে নীচে দেয়া হল :

প্রাধান্য সমূহ
পরিবহন ব্যবস্থা
জরুরী নিরাপদ আশ্রয়
চিকিৎসা ব্যবস্থা
পানি সরবরাহ
মূল্যবান দলিল রক্ষনাবেক্ষণ
ব্যক্তিগত জিনিসপত্র রক্ষা
ছাদের রক্ষনাবেক্ষণ

একটি জনগোষ্ঠী কিভাবে সংগঠিত হতে পারে?

- প্রত্যেক সমাজে কিছু সংখ্যক গোষ্ঠী, কিছু নেতৃস্থানীয়, প্রাতিষ্ঠানিক ও অপ্রাতিষ্ঠানিক লোক থাকে। স্থানীয় সরকার ও নিবন্ধনকৃত সংগঠনগুলো নির্ভরযোগ্য নেতৃত্ব ও নির্দেশনা দিতে পারে। কিন্তু কখনো কখনো স্থানীয় লোকজন এদের উপর পুরোপুরি আস্থা নাও রাখতে পারে।

- আপনার সমাজে আত্মনির্ভরশীল কিছু গোষ্ঠী থাকতে পারে, যারা বাজারজাত উৎপাদনের জন্য সহযোগিতাপরায়ন, ধর্মীয় গোষ্ঠী, যুব সম্প্রদায় এবং বর্ধিত পরিবার গোষ্ঠীও থাকতে পারে। এই গোষ্ঠীগুলোর অনেকের পূর্ব অভিজ্ঞতা থাকতে পারে, যা দুর্যোগ পরিস্থিতিতে অনেক কাজে আসবে।

- আপনার সমাজে কিছু লোক প্রকৃতিগতভাবেই নেতা; যেমন প্রধান শিক্ষক, বয়স্ক ব্যক্তি, ধাত্রী বা স্বাস্থ্যকর্মী। তাদের জ্ঞান ও মর্যাদা আছে। লোকজন বিপদের সম্মুখীন হলে বা পরামর্শের প্রয়োজন হলে তাদের কাছে ছুটে যায়। জনগণ তাদের কাছে দুর্যোগ পরিস্থিতিতেও পরামর্শ চাইতে পারে।

- আপনার এলাকার সরকারী বা বেসরকারী নেতাদের তালিকা তৈরী করুন। জরুরী পরিস্থিতিতে কর্তৃপক্ষ নেতাদের মাধ্যমে দ্বিধাদ্বন্দ্বপূর্ণ ও মাঝে মাঝে ভিন্ন রকম নির্দেশনা দিয়ে ফেলে। তখন কার নির্দেশনা মেনে চলা উচিৎ?

- লোকজনকে সংগঠিত করতে এই নেতাদের কী ধরনের অভিজ্ঞতা রয়েছে? পরিকল্পনা গ্রহণে তাদের কী ধরণের অভিজ্ঞতা রয়েছে? অভিজ্ঞতাগুলো দুর্যোগ মোকাবিলায় কিভাবে সাহায্য করতে পারে?

- এসব নেতারা সরকারী কর্তৃপক্ষের সাথে কতটা সম্পৃক্ত? শক্তিশালী হওয়া ও যোগাযোগ বৃদ্ধির ক্ষেত্রে সরকারী কর্মকর্তা, চার্চের লোকজন, এনজিও ও সমাজে বিদ্যমান গোষ্ঠীগুলো কিভাবে সম্পৃক্ত হতে পারে?

- নেতৃত্বের জন্য সদস্যদের গড়ে তোলা এবং প্রশিক্ষণে চার্চ গোষ্ঠী কতটুকু কার্যকর? এটা কিভাবে উন্নত করা যেতে পারে?

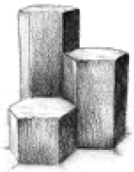
সামাজিক মানচিত্র পরিকল্পনা

- সম্ভাব্য দুর্যোগ মোকাবেলায় জনগণকে প্রয়োজনীয় প্রস্তুতির জন্য সচেতন হতে হবে, যা সমাজের মানচিত্র তৈরীতে যথেষ্ট সহায়ক হবে। গোটা সমাজকে এক নজরে দেখার ও সবকিছুকে বিভিন্নভাবে দেখাতে এই মানচিত্র সাহায্য করে। ভিন্ন ভিন্ন বিষয়গুলো কিভাবে পরস্পরের সাথে সম্পর্কিত তা মানচিত্র থেকে বুঝা যায়। যেমন দরিদ্রদের নড়বড়ে ঘরবাড়ি, যা হয়ত প্রায়ই বন্যায় ভেসে যায়, মজবুতভাবে বানানো ধনী মানুষের বাড়ী। বিভিন্ন গোষ্ঠী, যেমন পুরুষ, মহিলা বা বৃদ্ধদের দ্বারা তৈরী সামাজিক মানচিত্র অনেক অজানা বৈষম্য উন্মোচন করতে পারে।

- কাঠি, পাতা বা পাথর দিয়ে নির্দেশনার মাধ্যমে মাটিতে অথবা কাগজ ও কলমের মাধ্যমে বড় আকারে সামাজিক মানচিত্র আঁকা যেতে পারে। এই মানচিত্র তৈরীকালে হাসপাতাল, স্কুল, গীর্জা, মসজিদ, মন্দির, প্যাগোডা, বাড়ি বা রাস্তাসমূহ চিহ্নিত করা ছাড়াও নদী, পানির উৎসসমূহ, উঁচু ভূমি এবং বড় বৃক্ষ ইত্যাদি প্রাকৃতিক দৃশ্যপট চিহ্নিত করতে অংশগ্রহণকারীদের উৎসাহিত করা উচিৎ। ঝুঁকিপূর্ণ জায়গাসমূহও মানচিত্রে চিহ্নিত করা উচিৎ, যেমন : দুর্বল সেতু, খোলা কূপ, খাড়া ঢাল যেগুলি ভূমিধ্বস ঘটাতে পারে।

- অংশগ্রহণকারী প্রত্যেককে ধৈর্য্য ধরে পরস্পরের সাথে মতবিনিময় করতে উৎসাহিত করুন। প্রত্যেক দল কাজ শেষ করলে সামাজিক মানচিত্র উপস্থাপন ও আলোচনা করতে সময় দিন।

শিট D7



আলোচনা

D7

- নির্দিষ্ট সামাজিক মানচিত্র অংকনের জন্য একটি দিন ধার্য করুন। ১০/২০ জনের দলে এটি ভালভাবে অনুশীলন করা যাবে। বিভিন্ন বয়সী, নারী-পুরুষের ভিন্ন ভিন্ন ধারণা থাকতে পারে। সবাইকে একসাথে করে অথবা আলাদা আলাদা দলে তাদের নিজস্ব মানচিত্র বানাতে বলুন। যেমন, তরুণ-তরুণী, বিবাহিত নারী, পুরুষ ও বৃদ্ধ সবাই একসাথে মানচিত্র তৈরী করতে পারে আবার আলাদা দলেও করতে পারে।
- সামাজিক মানচিত্র তৈরীর ভাল দিক কোনটি?
- ভাবুন, বিভিন্ন বয়সী মানুষ, ও নারী-পুরুষের দল তাদের মানচিত্রে বিভিন্ন দিক চিহ্নিত করল কেন? কিভাবে তাদের এই বিভিন্ন পর্যবেক্ষণকে একসাথে করা যায়? এগুলোর মধ্যে কাদের দৃষ্টিকোণ ও পর্যবেক্ষন সবচেয়ে মূল্যবান?
- প্রাপ্ত তথ্যগুলো কিভাবে আলোচনা ও ব্যবহৃত হতে পারে?
- এমন কি কোনো জিনিস আছে যা শুধু একটি মাত্র দলই চিহ্নিত করেছে? এগুলো কি? কিছু দল কিছু নির্দিষ্ট বস্তুকে বারবার কেন চিহ্নিত করছে?

প্রাকৃতিক সম্পদ :

জরুরী সময়ে সম্পদ অর্জনের সময় থাকে না। তৎক্ষনাৎভাবে যা পাওয়া যায় তা-ই সমাজের সবাইকে ব্যবহার করতে হয়। এইসময় সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ চাহিদা হচ্ছে জরুরী পানি সরবরাহ, স্বাস্থ্যসেবা, খাদ্য ও আশ্রয়স্থল ।

সামাজিক মানচিত্র তৈরী করার পর বিবেচনা করুন, কোন্ কোন্ প্রাকৃতিক সম্পদকে বাড়ানো যেতে পারে ।

- পাইপে পানি সরবরাহের স্থলে উঁচু ভূমি থেকে ঝরনার মতো পানি সরবরাহের ব্যবস্থা করা বা পানির ট্যাংক মেরামত করা ও নিরাপদে রাখা যেতে পারে। শহর ও গ্রামের প্রাণকেন্দ্র থেকে দূরে উঁচু ভূমিতে/এলাকায় বড় বড় বাড়িঘর থাকতে পারে, জরুরী আশ্রয়স্থল হিসেবে ব্যবহার করার জন্য সেগুলো শক্তিশালী করা যেতে পারে।

- বৃক্ষরোপন অনেক ভালো ফল বয়ে আনতে পারে। এগুলো থেকে জ্বালানী ও বাসস্থান নির্মানের উপাদান পাওয়া যাবে। এগুলো বন্যার সময় ভূমিক্ষয় রোধ করে। ঝড় ও বন্যার সময় চলাকালে এগুলো আমাদের নিরাপদ আশ্রয়স্থলের নিশ্চয়তা দেয়। রাস্তার দু পাশে বৃক্ষরোপন করা হলে বন্যার সময় তা রাস্তা চিনতে সাহায্য করবে।

আলোচনা

D8

- বন্যা, প্রচণ্ড বায়ুপ্রবাহ, অগ্নিকাণ্ড, শস্য-বিনষ্ট, গবাদিপশু মহামারী, ভূমিকম্প বা যুদ্ধের মতো দুর্যোগগুলোর প্রভাব পর্যায়ক্রমে আলোচনা করুন। প্রত্যেককে চিন্তা করার সুযোগ দিন লোকজন কিভাবে প্রস্তুত হবে এবং তাদের কী কী প্রয়োজন হতে পারে।

- দরিদ্র লোকজনের সম্পদ কম থাকতে পারে, কিন্তু প্রত্যেক সম্প্রদায়ের কিছু না কিছু সম্পদ রয়েছে। আপনার সম্প্রদায়ে কী কী সম্পত্তি রয়েছে– চিহ্নিত করুন।

- স্বাভাবিকভাবে পানি না পাওয়া গেলে লোকজন কোথায় পানি পাবে– তা ভাবুন। বিশুদ্ধ পানি সরবরাহ বেশিরভাগ সময়ই সবচেয়ে জরুরী প্রয়োজন।

মানুষের দক্ষতা বৃদ্ধি

- দুর্যোগের সময় অনেক ধরনের দক্ষতার প্রয়োজন হয়, কিন্তু এখানে বড় ধরনের দ্বিধাদ্বন্দ্ব ও গোলমাল থাকতে পারে। জরুরী অবস্থায় কাজে লাগতে পারে এমন নানা ধরনের দক্ষতা সম্পন্ন পর্যাপ্ত লোক জনগোষ্ঠিতে থাকাটা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। বয়স্ক মানুষদের নানা ধরনের মূল্যবান দক্ষতা ও জ্ঞান থাকতে পারে। জনগণের অনেক প্রশিক্ষণ থাকতে পারে, যা বর্তমান পরিস্থিতিতে কোনো কাজে নাও লাগতে পারে।

- দলিলপত্র সংরক্ষণ করা, জনগণকে সংগঠিত করা, বাসস্থান নির্মান, প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান, পানি ট্যাংক বা পয়ঃনিষ্কাশন ব্যবস্থা নির্মানের অভিজ্ঞতা থাকা, সব ধরনের স্বাস্থ্য প্রশিক্ষণ থাকা, যানবাহন চালনা ও মেরামত করা, অর্থ সংগ্রহ ও ব্যবস্থাপনা ইত্যাদির দক্ষতাও প্রয়োজনীয়। বন্যা ঝুঁকিপূর্ণ এলাকায় নৌকার মাঝি, জীবন-রক্ষাকারী বাহিনী, সাঁতার জানা মানুষ অনেক কাজে আসতে পারে। বয়স্ক লোকজনের অনেকেরই ভেষজ ঔষুধ তৈরী এবং ব্যবহারের অভিজ্ঞতা থাকতে পারে এবং বন্য গাছপালা কিভাবে সংগ্রহ করে খাদ্য হিসেবে গ্রহণ করা যায় তা জানা থাকতে পারে।

আলোচনা

D9

- কোন্ দক্ষতাগুলো দূর্যোগে সমাজের জন্য সবচেয়ে বেশী দরকারী? প্রশিক্ষণ গ্রহণে বাধা-বিপত্তিগুলো কি কি?

- জনগণের দক্ষতা ও জ্ঞান কিভাবে পরস্পরের মধ্যে বিনিময় করা যায়?

- কোন দক্ষতাগুলোর উন্নয়ন করা যেতে পারে? উদাহরণ হিসাবে যারা সাঁতার জানেন তারা কি জানেন কিভাবে অন্যদের পানি থেকে উদ্ধার করতে হয়? কারা জীবন রক্ষাকারী কৌশলগুলো অন্যদের শেখাতে পারেন?

- এলাকার মানুষের জানা নেই এমন কোন্ কোন্ দক্ষতা অর্জনের জন্য বাস্তবধর্মী পদক্ষেপ গ্রহণ করা যেতে পারে?

  উদাহরণ হিসাবে, প্রাথমিক চিকিৎসা প্রশিক্ষণে বেশ কিছু মানুষ কি অংশগ্রহণ করতে পারবে? যুবকরা কি বাসস্থান নির্মান বা যানবাহন মেরামতকে পেশা হিসাবে নিতে উৎসাহী হবে?

বিপদ সংকেত ঘোষণা

দুর্যোগকালীন সময়ে তথ্য পাবার জন্য মানুষ ব্যাকুল হয়ে থাকে। তখন অসত্য গুজব আতঙ্ক সৃষ্টি করে, এমনকি প্রানহানীর কারন হতে পারে। নির্ভরযোগ্য তথ্য খুবই জরুরী। দুর্যোগ আসার আগেই রেডিও স্টেশন, সরকারী কর্মকর্তা বা এনজিওগুলোর অনুসন্ধান করে দেখা উচিৎ কারা সঠিক তথ্যটি দিতে পারে। এই তথ্যগুলো কিভাবে দ্রুত ও সঠিকভাবে প্রচার করা যায় তার পরিকল্পনা করুন।

- সকল আক্রান্ত জনগোষ্ঠির কাছে সতর্কবার্তা পৌঁছে দেয়ার জন্য ভিন্ন ভিন্ন ধরনের শব্দ ব্যবহার করে থাকে। এগুলোর মধ্যে দেখা যায় মৃত্যুর সংবাদ পৌঁছে দেয়ার জন্য ড্রামের শব্দ সৃষ্টি করা কিংবা একটি কাজের সূচনার জন্য গীর্জার লোকজনকে জানাতে স্কুলের ঘন্টা ও পেটাঘড়ি বাজানো ইত্যাদি।
- জনগনকে একত্র করার জন্য কোনো শব্দ কি ইতোমধ্যে ব্যবহৃত হয়ে আসছে? গুরুত্বপূর্ণ সতর্কবার্তা পৌঁছে দিতে গোটা সম্প্রদায়ের মনোযোগ আকর্ষণ করার জন্য সর্বোৎকৃষ্ট পন্থাগুলো আলোচনা করুন, যা জীবন বাঁচাতে সাহায্য করবে।

- বর্তমানে কোন্ উৎসটি অতি উচ্চ ও অস্বাভাবিক শব্দ করে? হর্ণের মতো শব্দ সৃষ্টিকারী আর কী আছে যা অল্প-স্বল্প ব্যবহার করা হয়? চার্চ/মসজিদ/মন্দির বা সংগঠনের মেগাফোন জাতীয় কোন যন্ত্র আছে কি?

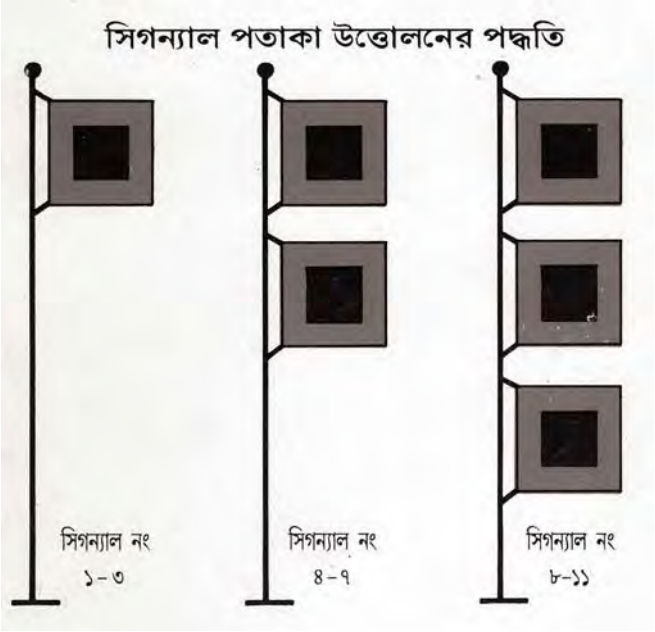
- আপনার এলাকায় রেডিও স্টেশনের সাথে যোগাযোগ রাখুন। রেডিওতে ঘোষণা দেবার জন্য রেডিও স্টেশনের সাথে কাদের যোগাযোগ রাখা উচিৎ?এটি কী ধরনের বার্তা সম্প্রচার করে? কোথায় নির্ভরযোগ্য তথ্য পাওয়া যাবে?

- অনেক জনপদে তথ্যগুলো মুখে মুখে দ্রুত ছড়িয়ে পড়ে। আপনার এলাকায় এটি কিভাবে ঘটে এবং প্রয়োজনের সময় কোন পদ্ধতিটি অনুসরণ করা যেতে পারে তা আলোচনা করুন।

- অনেক জায়গায় বার্তা প্রচারে সাংগঠনিক কারণে চার্চ/মসজিদ/মন্দির, ভাল ভূমিকা পালন করে। এটা কিভাবে ঘটে? এটা থেকে আমরা কী শিখতে পারি? সতর্কবার্তা পৌঁছে দেয়ার জন্য এটি কিভাবে কাজ করতে পারে?

- ফিলিপাইনের একটি সমাজ নদীর উপর দিয়ে রশি বেঁধে তার সঙ্গে পতাকা ও ছোট ঘন্টা বেঁধে দেয়। নদীর পানি বেড়ে গেলে পানি পতাকাকে ধাক্কা দিতে থাকে ফলে ঘন্টা বেজে উঠে। সর্তক বার্তা সৃষ্টির জন্য এধরনের কোন পদ্ধতি আপনি চিন্তা করতে পারেন কি ?

- একটা নিবন্ধন কেন্দ্রের পরিকল্পনা করুন, যাতে করে হারিয়ে যাওয়া লোকজনকে দ্রুত খুঁজে পাওয়া যায় এবং যেখানে লোকজন তাদের আত্মীয়-স্বজনের খবর জানতে পারবে। স্কুল ও চার্চ/মসজিদ/মন্দির এই ধরণের কেন্দ্র হিসাবে কাজে আসতে পারে এবং তাদের এলাকার পরিবারগুলোর যথার্থ তালিকা প্রস্তুত করার জন্য গন্যমান্য ব্যক্তিদের দায়িত্ব দেওয়া যেতে পারে। এই ধরনের নিবন্ধনের প্রয়োজনীয়তা আপনি সবাইকে কিভাবে জানাবেন?



জনগোষ্ঠির স্থাপনা নির্মান

প্রতিটি জনপদে কিছু কিছু সরকারী ভবন থাকে, যেখানে গুরুত্বপূর্ণ সামাজিক ও ধর্মীয় অনুষ্ঠান পালন করা হয়। অন্যান্য স্থাপনার চেয়ে এগুলো নিরাপদ হওয়া উচিৎ। কেননা অনেক মানুষ সেটা ব্যবহার করে। দুর্যোগের সময় তা জরুরী আশ্রয়স্থল হিসাবেও ব্যবহৃত হতে পারে।

- আপনার এলাকার ভেতরে বা কাছাকাছি স্কুল, চার্চ/মসজিদ/মন্দির, কর্মশালা বা অফিস কক্ষ ইত্যাদির মত একটি বড় বিল্ডিং বেছে নিন, যা এই উদ্দেশ্যে ব্যবহার করা যেতে পারে। বন্যার ঝুঁকি থাকলে জরুরী আশ্রয়স্থল হিসাবে ব্যবহৃত বিল্ডিংগুলো উঁচু জমিতে নির্মান করা উচিত। এগুলোর নিরাপদ ছাদ থাকতে হবে, যেন সাইক্লোনের ধকল সইতে পারে।

- এলাকার আলোচনা সভায় এই ধরনের স্থাপনা নির্মানের পরিকল্পনা গ্রহণ করা যেতে পারে। উদাহরণ হিসাবে কোন বিদ্যালয়ের কয়েকটি কক্ষ একত্রিত করে নেয়া যেতে পারে। ছাদ মজবুত করার জন্য এলাকার লোকজন একসাথে কাজ করতে পারেন। একটি বড় পানির ট্যাংক তৈরী করা যেতে পারে। স্কুলের পয়নিষ্কাশন ব্যবস্থা আরো বাড়ানো যেতে পারে। একটি নিরাপদ গুদাম বা তাকযুক্ত আলমারি রাখা যেতে পারে, যেখানে সরবরাহকৃত জরুরী জিনিসপত্র রাখা যায়।

আলোচনা

- সরকারী ভবনগুলোর নিরাপত্তা কিভাবে উন্নত করা যায়? এগুলো কি বন্যা, অগ্নিকাণ্ড বা ঘূর্ণীঝড় থেকে মুক্ত? একজন অভিজ্ঞ প্রকৌশলী কি ভবনগুলো পরীক্ষা করে দেখতে পারেন?

- সবচেয়ে বেশী ঘটার সম্ভাবনা থাকে এমন ধরনের দুর্যোগ পরিস্থিতিতে আপনার জনপদের জরুরী আশ্রয়স্থলের জন্য অপরিহার্য প্রয়োজনগুলির গুরুত্ব অনুযায়ী একটি তালিকা তৈরী করুন।

- নিরাপদ আলমারি ও গুদামে কী ধরনের জরুরী জিনিসপত্র রাখা যেতে পারে? এগুলো হতে পারে টর্চ লাইট, মোমবাতি, জ্বালানি, রান্নার পাত্র, দিয়াশলাই, পলিথিন, চিকিৎসা সরঞ্জামাদি, খাদ্য ও পানি সরবরাহ, ছোট রেডিও, ব্যাটারি ইত্যাদি। এগুলোর কোনটি সব সময় পাওয়ার ব্যবস্থা রাখা উচিত এবং কোনটি প্রাকৃতিক দুর্যোগ আঘাত হানার কিছুক্ষণ আগে পাওয়া যাবে তা নির্দিষ্ট করা আছে কি?

  (মনে করুন বন্যা বা সাইক্লোন আঘাত হানার কয়েক ঘন্টা আগে সতর্ক সংকেত জানানো হল)।

- নিরাপদ আলমারি বা গুদামের দায়িত্ব কার কাছে রাখা উচিত? জরুরী পরিস্থিতির জন্য নির্মিত পানির ট্যাংক থেকে এলাকায় পানি সরবরাহের দায়িত্ব কাকে দেওয়া উচিত?

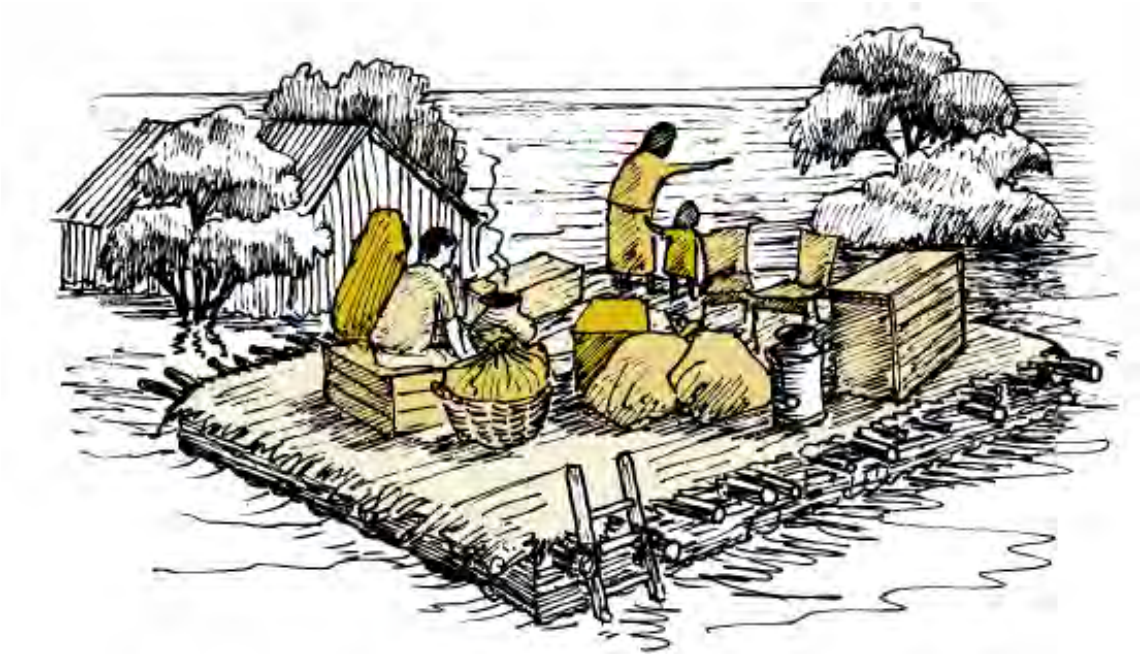
- প্রতিটি সরকারী ভবনে কোনো ঝুঁকিপূর্ণ কিছু রয়েছে কিনা তা কি আপনি খুঁজে দেখতে পারেন? লোকজন পা পিছলে পড়ে যেতে পারে এমন বিপজ্জনক স্থান, বিদ্যুতের ছেঁড়া তার বা দরজার ভাঙ্গা খিল– এমন ঝুঁকিগুলো চিহ্নিত করুন। বন্যাকবলিত হতে পারে এমন জায়গায় বৈদ্যুতিক তার ঘরের মেঝে থেকে জানালার উপরে স্থাপনের মতো বিষয়গুলোও বিবেচনা করুন।

- ভবনগুলোতে কি যথেষ্ট পরিমান জায়গা আছে? সেখানে নারী ও শিশুদের বিশেষ প্রয়োজন কি মেটানো যাবে?

বন্যা মোকাবিলা/ বন্যার সময় করণীয়

কিছু কিছু এলাকায় নিয়মিত বন্যা হয়। অন্যান্য এলাকায়ও অনাকাঙ্ক্ষিত বন্যা হতে পারে, যেমন– বেড়ী বাঁধ ভেঙ্গে গেলে, পানি সরবরাহের মূল পাইপ ফেটে গেলে বা সাইক্লোন আঘাত হানলে।

- জনগণকে উঁচু জায়গায় দ্রুত পৌছানোর সহজ উপায় এবং কিভাবে জরুরী আশ্রয়স্থলে পৌঁছানো যায় তা জানানো উচিত। আক্রান্ত এলাকায় বসবাসকারীদের জানা উচিত কিভাবে প্লাষ্টিকের আবরণ বা কাঠের তক্তা ব্যবহার করে তাদের সহায় সম্পদ রক্ষা করা যায়।
- বন্যার সতর্ক বার্তা দেয়ার সাথে সাথে মানুষের উচিৎ আগুন ও চুলা নিভিয়ে ফেলা, পানি, গ্যাস ও বৈদ্যুতিক সংযোগ বিচ্ছিন্ন করে দেয়া। সম্ভব হলে বাসগৃহ ত্যাগের আগে তাদের মূল্যবান কাগজপত্র, জামা-কাপড় ও অন্যান্য জিনিসপত্র বাড়ীর ছাদে অথবা উঁচু কোন জায়গায় স্থানান্তর করতে হবে। প্লাষ্টিকের ব্যাগে বা মুখ আঁটা মাটির পাত্রে শস্যবীজ সংরক্ষণ করে মাটিতে পুঁতে রাখতে হবে। নিরাপদ স্থানে যাওয়ার জন্য মানুষের সাঁতার কাটার চেষ্টা করা উচিত নয়, তাতে তারা স্রোতে ভেসে যেতে পারে। জরুরী নির্দেশনার জন্য লোকজনদের মনোযোগ দিয়ে রেডিও শুনা উচিৎ ।
- বন্যার পানি সাধারণতঃ নর্দমার ময়লা-আবর্জনা ও জীবজন্তুর মৃত দেহের সাথে মিশে দূষিত হয়। বন্যার পরে যাতে রোগ ছড়াতে না পারে সেজন্য খোলা/বন্যাজল মিশ্রিত খাবারগুলো ফেলে দেয়া উচিৎ।



আলোচনা

D12

- কিছু কিছু মানুষ বসতির জন্য বন্যাপ্রবণ এলাকা বেছে নিয়ে থাকেন, কারণ এধরনের জমির উর্বরতা বেশী থাকে এবং জমিতে সহজে সেচ দেয়া যায়। এছাড়া অন্যরা এ ধরনের জায়গায় আসেন বাধ্য হয়ে, কেননা বসবাসের জন্য তাদের আর কোন জমি নেই। তারা জানেন, বন্যা আসন্নপ্রায়। বন্যার সময়ে উঁচু জমিতে বসবাসকারী লোকজনের সাথে সম্পর্ক উন্নয়ন করার কোনো উপায় আছে কি? গির্জা/মসজিদ/মন্দির কি এই কাজে সহায়ক হতে পারে?

- কিভাবে নিশ্চয়তা দেয়া যাবে যে জনপদের প্রতিটি মানুষ নিরাপদে উঁচু জায়গায় যাওয়ার উপায় সম্পর্কে সচেতন আছে এবং জরুরী আশ্রয়স্থল কোথায় তা সবাই জানে? জনপদের যে মানুষগুলো হাটতে সক্ষম নয় তাদেরকে নিরাপদ আশ্রয়ে নিয়ে যাওয়ার জন্য কোন্ ধরনের পরিবহন ব্যবস্থা প্রয়োজন?

- সমাজের সবচেয়ে বেশী দুর্বল লোকজনকে (যেমন বয়ঃবৃদ্ধ, গর্ভবতী নারী, ছোট শিশু ও প্রতিবন্ধী) সহায়তা করার দায়িত্ব কাদের উপর থাকবে?

- বন্যার স্রোত অনেক শক্তিশালী হতে পারে এবং রাস্তা ও সেতু ভেঙ্গে ফেলতে পারে। এছাড়াও বন্যার প্রবল স্রোতে মানুষ ও যানবাহন ভেসে যেতে পারে। বন্যার সময়ে রাস্তা কিভাবে খুঁজে পাওয়া যাবে? (একটা সম্ভাব্য উত্তর হল– রাস্তার দু'পাশে বৃক্ষরোপন করা, যেন লোকজন সহজে রাস্তা চিহ্নিত করতে পারে।)

- লোকজনকে উদ্ধার ও স্থানান্তর করতে নৌকা বা ভেলা কী দিয়ে বানানো যেতে পারে?

- কিছু লোক, বিশেষত বৃদ্ধরা যদি ভয়াবহ বন্যার পূর্বাভাস পেয়েও নিজ বাসস্থান ত্যাগ করতে না চায়, তখন কী করা যাতে পারে?

ঘূর্ণীঝড় মোকাবিলা :

- ধেয়ে আসতে থাকা ঘূর্ণীঝড়ের কিছু সতর্কবার্তা আছে। তা সত্ত্বেও অনেক সময় ঘূর্ণীঝড়গুলোর গতি, শক্তি এবং দিক পরিবর্তন হয়। ঘূর্ণীঝড় প্রবণ এলাকার অধিবাসীদের সব সময় সতর্ক থাকা উচিৎ।

- এই প্রস্তুতির মধ্যে থাকতে পারে বাড়িঘর ও রাস্তার দু'পাশে গাছপালার ঝুলে থাকা বৃহৎ ডালপালা নিয়মিতভাবে ছেটে ফেলা। খুব ভালোভাবে বাড়ীর ছাদের রক্ষণাবেক্ষণ করা উচিৎ, ঘরের চালের ছাউনিকে আটকে ধরে রাখার জন্য এবং সেটাকে শক্ত রাখার জন্য অতিরিক্ত কাঠ বা তক্তা ব্যবহার করা উচিৎ। এই ধরনের এলাকার ঘর-বাড়ীর ছাদে ঢেউ খেলানো লোহার পাত চালে ব্যবহার করা উচিৎ নয়। কেননা এগুলো ভেঙ্গে গেলে বা আলগা হয়ে গেলে মারাত্মক বিপজ্জনক হয়ে ওঠে। খসে পড়া পাত যত তাড়াতাড়ি সম্ভব পুন:স্থাপন করা উচিৎ। প্রচণ্ড বৃষ্টির ফলে সৃষ্ট পানি বের হয়ে যাওয়ার জন্য নর্দমাগুলো নিয়মিত পরিস্কার করা উচিৎ। জানালার কবাট/পাল্লা ক্ষয়ক্ষতি থেকে রক্ষা করতে পারে।

- ক্ষয়ক্ষতি রোধ করতে ঘূর্ণীঝড়ের অব্যবহতি পূর্বে ঘরের চালা/ছাদ দড়ি/রশি দিয়ে নীচের দিকে/মাটির সাথে ভালভাবে বাঁধতে হবে। অবস্থান বা চাল/চালা ঠিক রাখতে মাছ ধরার জাল ব্যবহার করা যেতে পারে।

- জরুরী আশ্রয়কেন্দ্রে সরবরাহ ব্যবস্থা সচল রাখতে হবে এবং জনসাধারণ যাদের আশ্রয়কেন্দ্রে পৌচাতে সাহায্য দরকার তাদের জন্য নির্গমন পরিকল্পনা করতে হবে।

আলোচনা

D13

- কিভাবে সতর্ক বার্তা পৌছানো যায় তা আলোচনা করুন। এই সতর্ক বার্তা কি রেডিও, টেলিভিশন বা স্থানীয় সরকারি কর্মচারীদের পরিদর্শনের মাধ্যমে আসতে পারে?
- আপনার এলাকার জরুরী সর্তক বার্তা পৌছানোর পদ্ধতিটি কি রকম ভালো? জীবন ও সম্পদ বাঁচানোর জন্য সাহায্য পেতে জনগণ কি সর্বোচ্চ সতর্কবার্তা পেয়ে থাকে? এখানে কি কোনো গৃহ নির্মাণ বিশেষজ্ঞ আছেন যিনি ঘূর্ণীঝড়ের আঘাত থেকে রক্ষার জন্য মজবুতভাবে বাড়ী নির্মাণ করতে জনগণকে সাহায্য করতে পারেন? মজবুত বাড়ি নির্মাণের ক্ষেত্রে লোকজন কী কী সমস্যার সম্মুখীন হয়?
- আপনি কি এমন কোন সংস্থাকে জানেন যারা মজবুতভাবে ঘরের চালা ও বাড়ী নির্মানের জন্য অর্থ ও পরামর্শ দিয়ে সাহায্য করতে পারে?
- ঘূর্ণীঝড়ের প্রস্তুতি গ্রহণে স্থানীয় জনগণকে চার্চ/মসজিদ/মন্দির কী ধরণের সাহায্য করতে পারে?

ভূমিকম্প মোকাবিলা

পৃথিবীর নির্দিষ্ট কিছু অঞ্চল ভূমিকম্প ঝুঁকিপূর্ন হিসাবে পরিচিত। বড় মাত্রায় ভূমিকম্প কখনও কখনও শত শত বছর পরপর ঘটতে পারে। ভূমিকম্পের সাধারণত কোন পূর্বাভাষ থাকে না এবং পূর্ব প্রস্তুতির আদৌ কোনো সময় থাকে না।

- ভূমিকম্পপ্রবণ অঞ্চলগুলোতে এমন শক্ত/মজবুতভাবে বাসস্থান নির্মান করা উচিৎ যাতে ছাদ ও দেয়াল ধ্বসে যাওয়া প্রতিরোধ করা যায়। ভূমিকম্প প্রবণ এলাকার বাড়ী-ঘরের দেওয়াল কোন ভাবেই মাটি দিয়ে বানানো উচিৎ নয়। কারন এগুলো ভেঙ্গে পড়ে এবং চাপা পড়ে মানুষ মারা যেতে পারে। তাক ও বইয়ের আলমারি যেন দেয়ালের সাথে দৃঢ়ভাবে আটকানো/সাটা থাকে তা নিশ্চিত করুন।

- ভূমিকম্প শুরু হলে আপনি যদি বাড়ির ভেতরে থাকেন তাহলে শক্ত দরজার পাশে বা কোনো মজবুত টেবিলের নীচে আশ্রয় নিন। কাঁচের জানালা, ছবির ফ্রেম এবং বইয়ের তাক থেকে নিরাপদ দূরত্বে দাঁড়ান। বাইরে বেরুনোর জন্য তাড়াহুড়ো করবেন না। ভূমিকম্প শুরু হলে আপনি যদি বাড়ির বাইরে থাকেন তাহলে বাড়িঘর ও গাছপালা থেকে দূরে থাকুন। ভূমিকম্প শেষ হয়েছে এটা নিশ্চিত হওয়ার আগ পর্যন্ত আহতদের সাহায্য করার জন্য এগিয়ে আসবেন না।

আলোচনা

D14

- আপনি কোনো ভূমিকম্পপ্রবণ এলাকায় বাস করছেন কিনা, তা কিভাবে বুঝবেন?

- আপনি কোনো ভূমিকম্পপ্রবণ এলাকায় বাস করলে নগর কর্তৃপক্ষকে জিজ্ঞেস করে তাদের গৃহ নির্মাণ নীতিমালা সম্পর্কে জেনে নিন। এলাকার জনসাধারণকে এই নীতিমালাগুলো সম্পর্কে জানানোর জন্য মুক্ত আলোচনার ব্যবস্থা করুন এবং জনসাধারণের কাছে তাদেরকে প্রকাশ করুন তাদের কার্যকলাপ প্রকাশ করা এবং নির্মানমান উন্নয়নের জন্য দুর্বল ও পরিকল্পনাহীনভাবে বাস করে শত শত প্রানহানির চেয়ে ভাল।

- বাড়ি নির্মান পদ্ধতির উপর কর্মশালা ও প্রশিক্ষণ আয়োজন করার জন্য আপনি স্থানীয় সরকারি কর্মকর্তা, স্বাধীন বাড়ি নির্মানকারী প্রতিষ্ঠান বা এনজিওদের কিভাবে আমন্ত্রণ জানাবেন তা আলোচনা করুন। দরিদ্র লোকজনের পক্ষে মজবুত বাড়ি নির্মান করার সমস্যাগুলো কি কি?

- সর্বশেষ ঘটে যাওয়া ভূমিকম্পটি যদি অনেক আগে হয়ে থাকে আর যদি তার কথা মানুষের মনে না থাকে তাহলে আপনি কিভাবে ভূমিকম্পের বিপদ সম্পর্কে লোকজনকে সচেতন রাখবেন?

আপদকালীন মজুদ

- যদি কোন সমাজের লোক জরুরী আশ্রয়স্থল হিসেবে ব্যবহারের জন্য কোনো মজবুত ভবন বানাতে সমর্থ হয় তাহলে দুর্যোগের সময় কাজে লাগবে এমন জিনিসপত্র সেখানে মজুদ করে রাখা উচিৎ। যে সব এলাকার মানুষ দরিদ্র সেই সব এলাকার মানুষের সহায় সম্পদ আলাদা করে রাখা কঠিন, কিন্তু কোন না কোন সময় কাজে লাগার উপযোগী গুদামঘর তৈরী করে রাখা উচিৎ। স্থানীয় কর্তৃপক্ষও কিছু জিনিসপত্র/যন্ত্রপাতি দিতে পারে।

- জরুরী মজুদের মধ্যে থাকতে পারে– দড়ি, মই, কোদাল, দিয়াশলাই, মোমবাতি, লণ্ঠন ও জ্বালানী, পানি রাখার বড় পাত্র, প্লাস্টিক পাত, কম্বল এবং প্রাথমিক চিকিৎসার উপকরণ। সম্ভব হলে আপদকালীন সময়ের জন্য খাদ্য মজুদ করা খুবই প্রয়োজন। এই খাবারগুলো হওয়া উচিৎ পুষ্টিকর যা অনেকদিন পর্যন্ত সংরক্ষণ করে রাখা যায়। টিনজাত ও শুকনো খাবার (চিড়া, গুড়) এক্ষেত্রে সব চেয়ে ভাল।

- এই জিনিসগুলো কোন নিরাপদ তাকে বা গুদামঘরে রাখা উচিৎ। জনগনের গুরুত্বপূর্ণ নথি, দলিলপত্র/নকশা এখানে রাখা উচিৎ।

শিট D15

আলোচনা

D15

- জরুরী মজুদ তৈরী করার সুফল আলোচনা করুন। এটি তৈরী ও রক্ষণাবেক্ষনের দায়িত্ব কার হওয়া উচিৎ?
- গুদাম ঘরে আর কী কী প্রয়োজনীয় জিনিস রাখা যেতে পারে?
- যদি হঠাৎ করে ঘূর্ণীঝড় বা বন্যার সর্তক বার্তা আসে তাহলে আর কী কী অতিরিক্ত জরুরী জিনিসপত্র সংগ্রহে রাখা উচিৎ? এটার দায়িত্ব কার উপর থাকবে? বেশিরভাগ লোক যখন নিজেদের বাড়িঘর, পরিজন ও সম্পত্তি রক্ষা করতে ব্যস্ত থাকবে তখন কোথা থেকে এসব জরুরী জিনিসপত্রের সরবরাহ পাওয়া যাবে ?
- কোন্ ধরণের খাদ্য মজুদ রাখা উচিৎ? এগুলো থেকে কী ধরণের খাবার সহজে তৈরী করা যাবে?

জরুরী
পানি সরবরাহ

- একটি দুর্যোগ ঘটে যাওয়ার পরে খাদ্যের চেয়েও অধিক গুরুত্বপূর্ণ হল বিশুদ্ধ পানি নিশ্চিত করা। আপনার জনপদের পানির বর্তমান উৎসগুলোর কথা ভাবুন। তারপর বন্যা বা ঘূর্ণীঝড়ে এসবের সম্ভাব্য কী ক্ষতি হতে পারে সে সম্পর্কে ভাবুন। দুর্যোগকালীন সময়ে শুধুমাত্র উঁচু জমিতে অবস্থিত ঝর্ণা, কূপ বা সুরক্ষিত জলাধার অক্ষত থাকবে এমনটি আশা করা হয়। নীচু জায়গার অরক্ষিত কূপ ভেঙ্গে বা ডুবে যেতে বা তার পানি দূষিত হয়ে যেতে পারে।

- পানির এই উৎসগুলোকে রক্ষা করার জন্য সবাই একসাথে মিলেমিশে কাজ করুন। যদি কোনো জলাধার থাকে, তাহলে তাকে ঢেকে রাখতে বা রক্ষা করতে প্রয়োজনে সাহায্য নিন। সংরক্ষিত কূপের চারপাশের পাটাতন উঁচু ও দেয়াল তৈরী করুন। বর্তমান উৎসগুলিকে টিকিয়ে রাখতে স্কুল ও গীর্জা/মসজিদ/মন্দিরের পানির ট্যাংক ফেরো সিমেন্ট (লোহা ও কাঠের গুড়া মিশ্রিত সিমেন্ট) দিয়ে নির্মাণ করার কথা ভাবা যায় এর যথাযথ ব্যবহার মনিটর/নিয়ন্ত্রণ ব্যবহার নিশ্চিত করতে হবে যাতে দুর্যোগের পরপরই এগুলি খালি হয়ে না যায়।

- যদি সরবরাহকৃত পানি দূষিত হয়ে যায় তাহলে তা পরিশোধনের জন্য পর্যাপ্ত পরিমান পানি বিশুদ্ধকরণ ট্যাবলেট মজুদ রাখুন।

শিট D16

আলোচনা

D16

- দুর্যোগের পর খাদ্যের চাইতে বিশুদ্ধ পানি সরবরাহ তুলনামূলকভাবে বেশি জরুরী কেন? আমরা কি এজন্য প্রস্তুত?

- বিশেষজ্ঞরা বলে থাকেন যে সুস্বাস্থ্য বজায় রাখার জন্য প্রতিদিন জনপ্রতি ১৫ লিটার পানির প্রয়োজন। আর্দশ পরিস্থিতিতে প্রতি ২৫০ জনের জন্য একটি পানির উৎস থাকা উচিৎ। পানি সরবরাহের বর্তমান ব্যবস্থা কি এই চাহিদা মেটাতে পারবে?

- পানি দূষিত হয়ে যাবার ঝুঁকি থাকলে ক্লোরিন দিয়ে খাবার ও রান্নার পানি জীবানুমুক্ত করুন। ক্লোরিন ব্যবহারের অনুমোদিত মাত্রা হল প্রতি লিটারে ০.২-০.৫ মিলিগ্রাম। এটা কোথায় পাওয়া যাবে এবং সংরক্ষণ করতে হবে? ক্লোরিন পরিমাপ ও ব্যবহারের অভিজ্ঞতা কি কারও আছে?

- লোকজন যদি তাদের বাড়িঘর হারিয়ে থাকে, তাহলে আপনি কিভাবে তাদের পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন হওয়ার জন্য জরুরী স্থান বানাবেন, যেখানে বিশেষত মহিলারা একান্তে ও নিরাপদে তাদের ধোয়া-মুছা ও গোছলের কাজ করতে পারবেন?

জরুরী অবস্থায় স্বাস্থ্য সেবা/পরিচর্যা

- মারাত্মক দুর্যোগের পর, স্বাস্থ্য পরিচর্যা গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হয়ে দাঁড়ায়। আহতদের জন্য দক্ষ স্বাস্থ্যকর্মীর সেবার বাইরে আরো দুটি গুরুত্বপূর্ণ সেবার প্রয়োজন হতে পারে। এর মধ্যে প্রথমটি হলো মানসিক ও শারীরিকভাবে আঘাতপ্রাপ্তি থেকে মনবৈকল্য কাটিয়ে উঠা এবং প্রিয়জন হারানো বেদনাক্রান্ত লোকজনকে বুঝানো ও সমবেদনা জানানো। দ্বিতীয়তটি হলো মৃত ব্যক্তিদের উদ্ধার করে নিজস্ব রীতি অনুযায়ী সৎকার করতে লোকজনকে সহযোগিতা করা।

- যদিও সাধারণভাবে বিশ্বাস করা হয় যে, দুর্যোগের পরে মৃতদেহ জনস্বাস্থ্যের জন্য কম ক্ষতিকর। লোকজনকে মৃতদেহের প্রতি সম্মান প্রদর্শনের সুযোগ করে দেয়াটা অনেক বেশী গুরুত্বপূর্ণ। সৎকার সম্পন্ন না হওয়া পর্যন্ত কিছু লোক এ নিয়েই ব্যতিব্যস্ত থাকবে।

- জরুরী পরিস্থিতিতে সবকিছুর ব্যাপারেই সতর্ক থাকা প্রযোজন। অপরিহার্য বিষয়গুলোর দিকে মনযোগ দিন। ঘটনাস্থলে পৌঁছে প্রথমে পরিস্থিতি মূল্যায়ন করুন। কী ঘটেছিল তা বের করুন। আহতদের ও আপনার পরবর্তী বিপদগুলোর কথা ভাবুন। এলাকাটি নিরাপদ রাখুন।

- জরুরী আশ্রয়স্থলে কোন ধরনের চিকিৎসা সরঞ্জাম সংগ্রহে রাখা উচিৎ? কত সময় পরপর এগুলোকে পরীক্ষা-নিরীক্ষা ও পরিবর্তন-পরিবর্ধন করা উচিৎ? এটা কার করা উচিৎ? ঔষধ ব্যবহার করার জন্য কাকে অনুমতি দেয়া উচিৎ?

- এই সমাজের কতজন মানুষের প্রাথমিক চিকিৎসা সম্পর্কে ধারণা আছে? প্রশিক্ষণ কর্মশালায় কি বেশ কিছু লোককে অংশগ্রহণের ব্যবস্থা করা যায় যাতে জরুরী অবস্থায় কিভাবে সাহায্য করতে হয় তা তারা বুঝবে?

- যদিও এই বিষয় নিয়ে কথা বলা খুবই কঠিন, তবুও এধরনের বিষয় নিয়ে আলোচনা করার প্রয়োজন হতে পারে – যেমন মনে করুন, সাইক্লোনে এই জনপদের ৫০ জন লোক মারা গেলো। এরকম পরিস্থিতিতে মৃতদেহ সনাক্ত করতে ও সম্মানজনক শেষকৃত্য আয়োজনে লোকজনকে সাহায্য করতে কী কী প্রয়োজন হতে পারে?

- দুর্যোগের ধরন ছোট বা বড় যাহাই হোক না কেন, লোকজন মানসিকভাবে ভেঙ্গে পড়ে। এই মানুষগুলোকে সাহায্য করতে পারেন এমন কেউ কি এই জনপদে আছেন যিনি পেশাগতভাবে বা কাজের অভিজ্ঞতার মাধ্যমে প্রশিক্ষিত? এটা কি খুঁজে বের করার মতো কোন বিষয়? চার্চ/মসজিদ/মন্দির কি এখানে কোনো ভূমিকা রাখতে পারে?

প্রাথমিক চিকিৎসার প্রাথমিক ধারণা

■ বিপদ/ঝুঁকি পরীক্ষা করার পরে, নিশ্চিত হয়ে নিন যে আহত লোকগুলো এখনো নিঃশ্বাস নিচ্ছে কিনা। যদি কেউ মারাত্মকভাবে আহত হয়ে থাকে, বিশেষ করে যারা ঘাড়ে বা পিঠে আঘাত পেয়েছেন, তাদের যতটা সম্ভব কম নড়াচড়া করুন। গুরুত্বানুসারে যে বিষয়গুলো পরীক্ষা করবেন সেগুলো হচ্ছে :

শ্বাসনালী - শ্বাসপ্রশ্বাস - রক্ত সঞ্চালন

■ একজন অচেতন লোকের শ্বাস-প্রশ্বাসের পথ সরু বা বন্ধ হয়ে যেতে পারে। এর ফলে নিঃশ্বাস গ্রহণ কঠিন বা নিঃশ্বাস নেয়ার সময় শব্দ হতে পারে, অথবা যদি জিহবা উল্টে গিয়ে গলার পথ বন্ধ হয়ে যায়, তাহলে শ্বাস নেওয়া অসম্ভব হয়ে উঠতে পারে। দুই আঙ্গুল দিয়ে থুতনী ধরে এবং অন্য হাত দিয়ে কপাল ধরে মাথা উঁচু করে ধরুন।

■ আহত মানুষটি এখনো নিঃশ্বাস নিচ্ছে কিনা তা তার নাকে ও মুখে কান নিয়ে শুনুন। যদি তখনও নিঃশ্বাস নেয়, তাহলে তাকে রিকভারি পজিশনে শুইয়ে দিন। যদি নিশ্বাস নেয়া বন্ধ হয়ে যায়, তাহলে মুখে মুখ লাগিয়ে ফুঁ দিয়ে শ্বাস প্রশ্বাস ফিরিয়ে আনার চেষ্ট করুন। বাতাস যাতে বাহিরে বেরিয়ে যেতে না পারে সেজন্য নাক চেপে ধরে রাখুন, লম্বা শ্বাস নিয়ে মুখের উপর মুখ লাগিয়ে যতটা জোরে সম্ভব ফুঁ দিতে থাকুন যেন সম্পূর্ণ বাতাস রোগীর মুখের মধ্যেই যায়। এভাবে দু'বার ফুঁ দিন এবং দেখুন রোগী নিঃশ্বাস নিচ্ছে কিনা। এটা বারবার করুন, যতক্ষণ না নিঃশ্বাস নেয়া শুরু হয়। অন্যান্য সাহায্য না পৌঁছানো পর্যন্ত এটা প্রতি মিনিটে অন্তত দশবার করে করুন।

■ হৃদপিণ্ডের স্পন্দন যদি এখনো চলতে থাকে তাহলে রক্ত সঞ্চালন প্রক্রিয়া পরীক্ষা করুন। আপনার হাতের আঙ্গুল রোগীর গলার শ্বাসনালীতে আলতোভাবে রাখুন। যদি কোনো হৃদস্পন্দন অনুভব না হয়, তাহলে বুকে চাপ দিয়ে দিয়ে হৃদস্পন্দন চালু রাখার চেষ্টা করুন। এর পরেও যদি আহত ব্যক্তি নিজে নিজে নিঃশ্বাস নেওয়া শুরু না করে তাহলে বুকে ১৫ বার চাপ দিন এবং তারপর মুখে ২ বার ফুঁ দিন।

- প্রাথমিক চিকিৎসার প্রশিক্ষণের জন্য বাইরে থেকে কোনো সাহায্য পাওয়া না গেলে এলাকার লোকেরা নিজেরাই কি প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করতে পারেন?
- দুর্যোগ বা দুর্ঘটনার অনেক আগে থেকেই প্রাথমিক চিকিৎসার অনুশীলন করা কতটা গুরুত্বপূর্ণ? আদর্শ পরিস্থিতিতে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানে যথেষ্ট অভিজ্ঞতা সম্পন্ন কারও কাছ থেকে এটা শিখতে হয়। প্রাথমিক চিকিৎসার প্রশিক্ষণ গ্রহণ করার জন্য আপনার এলাকার অধিকাংশ লোককে কিভাবে উৎসাহিত করবেন তা ভেবে দেখুন। এটা কিভাবে করা যেতে পারে?
- আহত কাউকে সাহায্য করার আগে নিজেকে বিপদ থেকে রক্ষা করা গুরুত্বপূর্ণ কেন?
- কেউ মারাত্মক আহত হলে বা রক্তপাত হতে থাকলে মুখে মুখ লাগিয়ে নিঃশ্বাস প্রদানের প্রক্রিয়াটির বিপজ্জনক দিকগুলো কি কি? এইচ আইভি আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাব্য ঝুঁকি থেকে নিজেকে কিভাবে নিরাপদ রাখবেন?
- শরীরে রক্ত সঞ্চালন চালু আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখা অনুশীলন করুন। আপনার নিজের গলার সঠিক জায়গাটা প্রথমে চিনে নিন। তারপর জরুরী অবস্থায় আপনি এটা করতে পারবেন এই আত্মবিশ্বাস না আসা পর্যন্ত অন্যদের উপর এই অনুশীলন চালিয়ে যেতে থাকুন।
- রিকভারী পজিশন হচ্ছে একজন অজ্ঞান মানুষকে শুইয়ে রাখার সবচেয়ে ভালো অবস্থা। কেননা এই অবস্থায় অজ্ঞান মানুষটি সহজে নিঃশ্বাস নিতে পারে এবং শ্বাস বন্ধ হয়ে মৃত্যুবরণ করা থেকে নিরাপদে থাকে। অজ্ঞান লোকটির পাশে হাঁটু গেড়ে বসুন। তার পাগুলো সোজা করে রাখুন। রোগীর যে হাতটি আপনার সবচেয়ে কাছে আছে সেটিকে ভাঁজ করে মাথার পাশে রাখুন। অন্য হাতটিকে আড়াআড়িভাবে বুকের কাছে রাখুন আপনার এক হাত দিয়ে রোগীর দুটো হাত ধরে রেখে অন্য হাত দিয়ে দূরের পা'কে ভাজ করে হাটু অবধি টেনে তুলুন। রোগীকে আপনার দিকে ঘুরিয়ে দিন। শ্বাস-প্রশ্বাস সচল রাখার জন্য মাথাকে পিছনের ঘুরিয়ে দিন। মাথাকে এই অবস্থায় রাখতে তাদের হাতদুটি ব্যবহার করুন। সাহায্য এসে না পৌঁছানো পর্যন্ত রোগীকে এই অবস্থায় রাখুন।
- হৃৎস্পন্দন শোনা গেলে বুকে চাপ দেয়া উচিৎ নয়। যেখানে পাঁজর বুকের হাড়ে গিয়ে মিলেছে সেখানে আপনার হাত সমতলভাবে রাখুন। (আপনার নিজের বুকে এই জায়গাটি বের করুন)। অন্য হাতটিকে এটির উপরে রাখুন এবং আপনার দুই হাতের আঙ্গুলগুলো পরস্পরের সাথে চেপে ধরুন। আপনার বাহু সোজা রেখে ধীরে ধীরে বুকের হাড়ে দ্রুত ও মুক্তভাবে নিচের দিকে ৪-৫ সেঃ মিঃ এর মতো চাপ দিন । এবার চাপ দেওয়া বন্ধ রাখুন। কিছুক্ষণ পর একইভাবে প্রতি মিনিটে প্রায় ৮০ বার চাপ দিন। ঘড়ি ধরে এটি অনুশীলন করুন। 'নীচে চাপ, নীচে চাপ' কথাটি বারবার বলতে থাকলে সঠিক সময়ের মাত্রাটা হয়ত বুঝা যাবে। এই অনুশীলনটি কোন গম বা ধানের বস্তা ব্যবহার করে করতে পারেন, কেননা একজন স্বাস্থ্যবান লোকের উপর এটি করলে তা বিপজ্জনক হতে পারে। জরুরী অবস্থায় কী করতে হবে সেই বিষয়গুলো সম্পর্কে যতক্ষণ আত্মবিশ্বাস সৃষ্টি না হবে ততক্ষণ পর্যন্ত এই অনুশীলন চালিয়ে যান। মুখে মুখ লাগিয়ে ফুঁ দিয়ে শ্বাস-প্রশ্বাস করানোর চেষ্টা কিংবা বুকে চাপ দিয়ে হৃৎপিন্ড সচল করানোর চেষ্টা ৩০ মিনিটের বেশী করা গ্রহণযোগ্য নয়।

আহতদের সেবায় করনীয়

যখন এলাকা নিরাপদ করা হয়ে যাবে এবং অচেতন মানুষগুলোর প্রাথমিক পরীক্ষা করা হয়ে যাবে শুধুমাত্র তখনই ক্ষতস্থান পরিচর্যায় যেতে হবে। কোন কোন ক্ষতগুলোর প্রতি তাৎক্ষনিকভাবে মনযোগ দেয়া দরকার সে ব্যাপারে সিদ্ধান্ত নিন।

- প্রচন্ড রক্তপাত বন্ধ করার জন্য ক্ষতস্থানের উপর পরিষ্কার মোটা তুলা দিয়ে ভালোভাবে চেপে ধরে রাখুন। ক্ষতটি যদি পায়ে বা হাতে হয় তাহলে সেটি কিছুটা উঁচু করে রাখুন।
- ভাঙ্গা অঙ্গে সাধারণ স্প্লিন্ট বা ছোট কাঠির টুকরা বেঁধে দিলে অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের অধিক ক্ষতির সম্ভাবনা কমিয়ে আনা যায়। কোনো অবস্থাতেই ভাঙ্গা হাড় পুরোনো জায়গায় ফিরিয়ে নেয়ার চেষ্টা করবেন না। ভাঙ্গা পা'দুটো একসাথে অথবা দু'পায়ের মাঝামাঝি স্থানে ছোট কাঠের একটি টুকরো রেখে বেঁধে রাখা যায়। ভাঙ্গা হাতের ক্ষেত্রে সাধারণ স্লিং ব্যবহার করুন। গলা ও পিঠে আঘাতপ্রাপ্ত আহত রোগীদের নিরাপদ স্থানে নিতে দরজা দিয়ে বের করার সময় খুব সাবধান থাকা উচিৎ।
- চিকিৎসা সাহায্য না পাওয়া গেলে মারাত্মকভাবে আহত স্থান পরিস্কার কাপড় দিয়ে ঢেকে রাখুন ও এমন জায়গায় রাখার ব্যবস্থা করুন যেখানে চিকিৎসা সেবা পৌঁছার আগ পর্যন্ত তারা বিশ্রাম নিতে পারেন।
- পোড়া স্থান পরিস্কার, ঠাণ্ডা পানি (বা যে কোন পরিস্কার তরল পদার্থ ব্যবহার করে) দিয়ে মুছে দিন। পরিষ্কার কাপড় দিয়ে ঢেকে রাখুন। ঢিলে হওয়া চামড়া বা কাপড়ের টুকরা টেনে তোলার চেষ্টা করবেন না।
- পটাশিয়াম পারম্যাঙ্গানেটের দ্রবণ ক্ষতস্থান সংক্রামন হওয়া থেকে রক্ষা করে। এই মিশ্রণ সহজেই জরুরী সংগ্রহে রাখা যেতে পারে। ক্ষতস্থান পরিস্কার কাপড় দিয়ে ঢেকে রাখুন, যেন মাছি ও ময়লা না পড়ে।

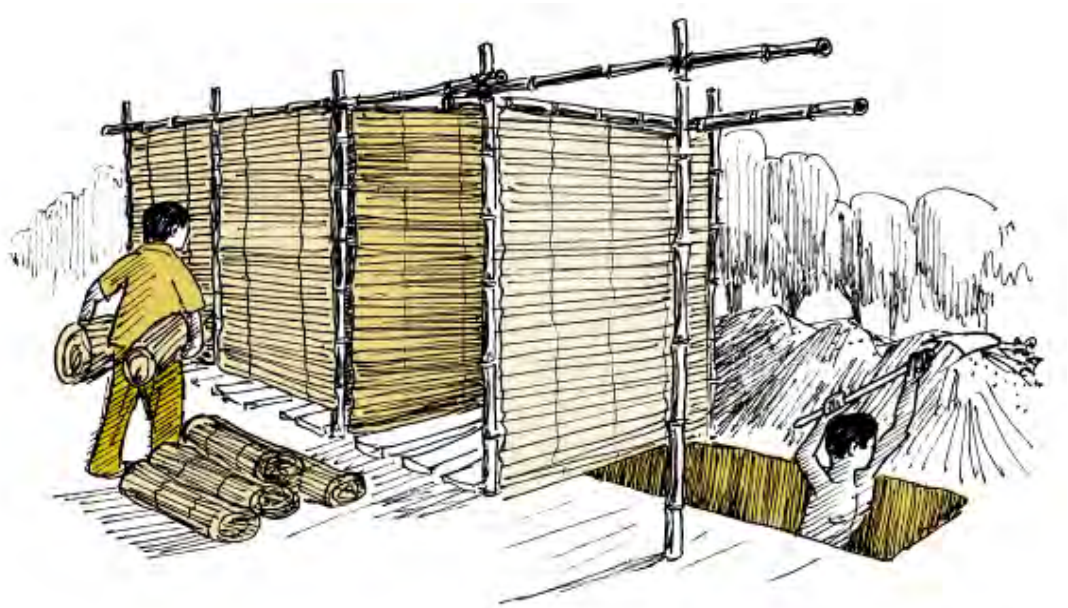
- এই সমাজে এমন লোক আছেন কি যিনি ভাঙ্গা হাড় জোড়া লাগাতে দক্ষ? তারা কি অন্যদের তা শিখিয়ে দিতে পারেন?
- কিভাবে ভাঙ্গা হাত ও হাড়ে কাঠের টুকরা ও স্লিং লাগিয়ে ঝুলিয়ে দিতে হয় তা আয়ত্ব করতে একে অপরের উপর অনুশীলন করুন। এই বিষয়ে প্রশিক্ষণ প্রদানের জন্য আপনি কি কাউকে আমন্ত্রন জানাতে পারেন? নিশ্চিত হয়ে নিন যে, ব্যান্ডেজ এমন বেশী শক্ত করে বাঁধা হয়নি, যার ফলে রক্ত সঞ্চালন বাধাগ্রস্ত হয়।
- মারাত্মক ক্ষত ও পোড়াস্থান জীবানুমুক্ত করার জন্য প্রয়োজনীয় সরঞ্জাম জরুরী সংগ্রহে রাখুন। হাসপাতালে বা সংগ্রহে যথেষ্ট পরিমানে না থাকলে কাপড় থেকে কিভাবে ব্যান্ডেজ ও স্লিং তৈরি করবেন, তা আলোচনা করুন। দুর্যোগকালীন সময়ে ক্ষত ও পোড়াস্থানের জন্য কিভাবে পরিস্কার ব্যান্ডেজ তৈরি করবেন, ব্যান্ডেজ কিভাবে পরিষ্কার ও জীবানু মুক্ত করার ব্যবস্থা করবেন তা আলোচনা করুন।
- আপনি কি কখনও পটাশিয়াম পারম্যাঙ্গানেট ব্যবহার করেছেন? স্থানীয় হাসপাতালে বা জরুরী সংগ্রহে এটি কি যথেষ্ট পরিমানে আছে? খুব অল্প পরিমান পটাশিয়াম পারম্যাঙ্গানেট দিয়ে অনেকখানি দ্রবন/তরল তৈরী করা যায় যা ক্ষতস্থানকে সংক্রমন থেকে রক্ষা করবে। পটাশিয়াম পারম্যাঙ্গানেটের ঘন দ্রবণ ব্যবহার করা বিপজ্জনক। এই প্রয়োজনীয় রাসায়নিক দিয়ে অনেকখানি পদার্থ কিভাবে পরিমাপ ও ব্যবহার করতে হয় তা শিখে নিন।
- যে সামাজিক আচার ব্যবস্থা একই পরিবারের সদস্য না হলে কোন নারী-পুরুষ একে অপরকে স্পর্শ করার অনুমতি দেয় না, সেই পরিস্থিতিতে আপনি কিভাবে কাজ করবেন তা আলোচনা করুন।
- আপনি যদি কোনো দুর্যোগ কবলিত স্থানে পৌঁছে দেখেন ১৭ জন লোক অচেতন ও ১০ জন ভীষণভাবে আহত হয়ে সাহায্যের জন্য কাঁতরাচ্ছে, সেই পরিস্থিতিতে আপনি কী করবেন? আপনি প্রথম কাকে সাহায্য করবেন?

জরুরী অবস্থায় পয়:নিষ্কাশন ব্যবস্থা

- দুর্যোগ প্রস্তুতির সময় অধিকাংশ এলাকায় সাধারণত পর্যাপ্ত/উপযুক্ত পয়:প্রণালীর ব্যবস্থা করা হয় না। কিন্তু এতে কোন সন্দেহ নেই যে পর্যাপ্ত পয়:নিষ্কাশণ ব্যবস্থা না করলে দুর্যোগের পরে রোগের বিস্তার বেড়ে গিয়ে অনেক বেশী মানুষ রোগে ভুগে কষ্ট পেতে বা মারা যেতে পারে ।

- জরুরী আশ্রয়স্থলের কাছাকাছি পায়খানার ব্যবস্থা রাখা উচিৎ। তা না থাকলে দ্রুত সে ব্যবস্থা গ্রহণ করা উচিৎ। এগুলো নিকটস্থ পানি সরবরাহ থেকে অন্তত ৩০ মিটার দূরে থাকবে ও দূষণ এড়াতে যথেষ্ট গভীরভাবে খনন করতে হবে। পায়খানায় পাটাতন হিসেবে কাঠের তক্তা এবং দেয়াল হিসেবে মাদুর ব্যবহার করা যেতে পারে, লক্ষ্য রাখা প্রয়োজন যেন মহিলাদের গোপনীয়তা রক্ষা হয়।

- বয়স্কদের তুলনায় শিশুদের মলে রোগ সংক্রামন বেশী হয়। কাজেই শিশুরা ব্যবহার করতে পারে এমন ধরনের পায়খানার ব্যবস্থা থাকা উচিৎ। পায়খানা ব্যবহারের পরে পানি ও সাবান দিয়ে হাত পরিস্কার করার ব্যবস্থা থাকতে হবে। তা না থাকলে বালি বা মাটির ব্যবস্থা করতে হবে।



আলোচনা

D20

- আমাদের কেন পায়খানা তৈরী ও ব্যবহার করা উচিৎ?
- শুধু দুর্যোগের পরে নয়- স্বাভাবিক পরিস্থিতিতেও কি এলাকার লোকজন সব সময় পায়খানার ব্যবস্থা রাখার প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে সচেতন? যে সমাজ স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ব্যবস্থা সম্পর্কে সচেতন ও জ্ঞাত থাকবে তারা দুর্যোগের পরও জরুরী পায়খানা ব্যবস্থার প্রয়োজনীয়তা অনুভব করবে।
- ভাবুন, পায়খানা ব্যবহারের পর হাত ধোয়া ও পরিষ্কার করার মতো স্বাস্থ্যসম্মত আচরণ করতে লোকজনকে কিভাবে উৎসাহিত করা যায়?
- দুর্যোগের আগে জোগার ও পায়খানা বানানোর দায়িত্ব কারা নিবেন? এগুলো কোন জায়গায় বানালে ভাল হবে?
- বয়স্কদের তুলনায় শিশুদের মলে অধিক সংক্রামক পরজীবী ও রোগ-জীবানু থাকে। এটা কেন হয়ে থাকে?
- জরুরী অবস্থায় তৈরী করা পায়খানা ব্যবহার করার জন্য শিশুদের কিভাবে উৎসাহিত করা যায়?
- দুর্যোগের পরে জরুরী পায়খানা স্থাপনে কী কী সমস্যা হতে পারে?
- সাধারণত একটি পায়খানা ২০ জনের বেশী ব্যবহার করা উচিৎ নয়। পায়খানা পরিস্কার রাখার ক্ষেত্রে কী কী সমস্যার মুখোমুখি হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে? এগুলো কিভাবে দূর করা যায়?

স্থানীয় কর্তৃপক্ষের সাথে কাজ করা

- দুর্যোগের পরে জনগোষ্ঠীর নিরাপত্তা বিধান এবং দূর্যোগ কবলিত এলাকাগুলোতে জরুরী পরিকল্পনা গ্রহণের জন্য দায়িত্বে থাকে স্থানীয় কর্তৃপক্ষ। অধিকাংশ ক্ষেত্রে এদের অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করার মত নিজস্ব ক্ষমতা ও সম্পদ রয়েছে। এলাকার দলগুলোর উচিৎ স্থানীয় সরকার প্রতিনিধিদের বিরোধিতা না করে তাদের সাথে কাজ করা। সম্ভাব্য দুর্যোগ পরিস্থিতিতে কার্যকরী প্রস্তুতির জন্য সবার সাথে ঐক্যবদ্ধ হয়ে/মিলেমিশে কাজ করা উচিৎ।

- এলাকার মানুষগুলোর উচিৎ কর্মকর্তাদের সাথে ভাল সম্পর্ক বজায় রাখা এবং তাদের বিভিন্ন দায়িত্ব সম্পর্কে জানা। জরুরী আশ্রয়স্থল বানাতে ও টেকসই করতে এবং সরবরাহ জোগাতে এই সব সরকারী কর্মকর্তা আর্থিক সহায়তার বন্দোবস্ত করতে পারেন। বিভিন্ন কর্মকান্ড সম্পর্কে এলাকায় নেওয়া প্রস্তুতির বিষয়ে তাদের জানালে তারা উর্ধতন কর্মকর্তাদের কাছে ভাল সুপারিশ করতে/রাখতে পারেন, যার মাধ্যমে পরবর্তীতে প্রস্তুতি গ্রহণ ও প্রশিক্ষণের জন্য অধিক সম্পদ প্রাপ্তির সুযোগ করে দিতে পারে।

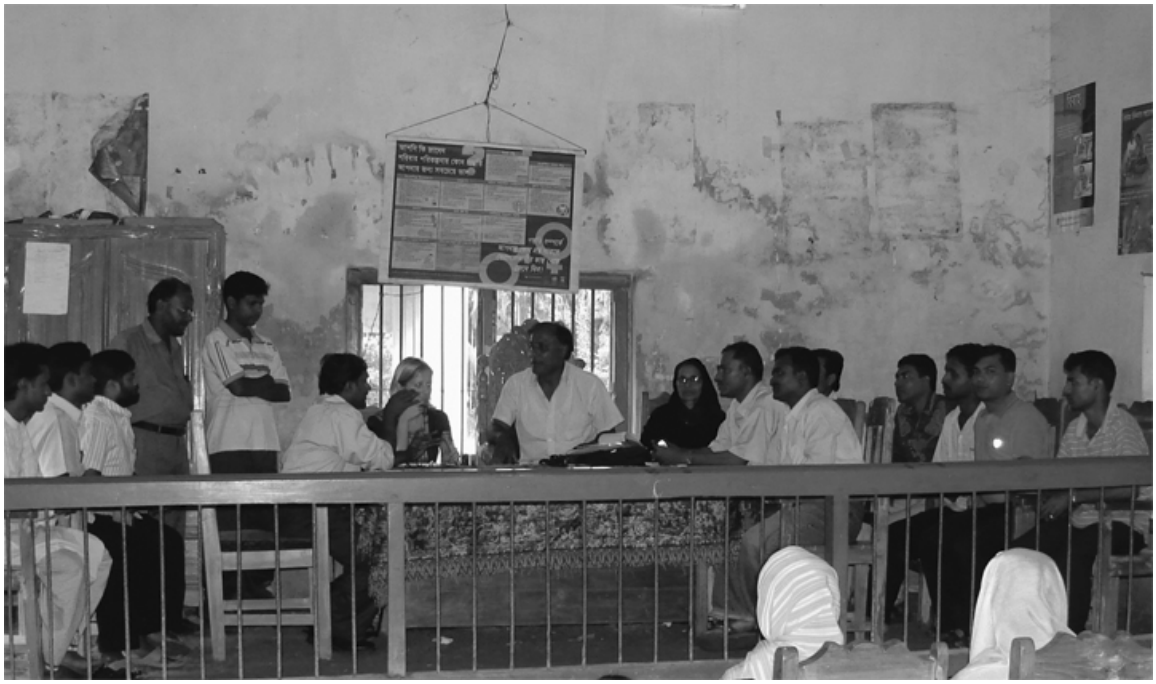
- বিভিন্ন বার্ষিক উৎসব বা পর্বগুলো স্থানীয় কর্তৃপক্ষের সাথে উদযাপন করা বিবেচনা করুন এবং সেখানে অতীতের দুর্যোগগুলো কিংবা বীরত্বপূর্ণ কাজগুলোকে আলোচনার মাধ্যমে স্মরণ করুন। এ ধরনের অনুষ্ঠানগুলো কোন এলাকার লোকজন একই ধরনের দুর্যোগ মোকাবেলায় কিভাবে প্রস্তুত আছে তা বিশেষভাবে তুলে ধরতে সাহায্য করে।

- দুর্যোগকালীন সময়ে সামাজিক সংগঠনগুলো এবং স্থানীয় কর্তৃপক্ষের কি কি ভূমিকা থাকে?

- কী কী উপায়ে সরকারি কর্মকর্তা, চার্চ, মসজিদ, মন্দির ও সামাজিক সংগঠনগুলোর মধ্যেকার সম্পর্ক উন্নত করা যায় তা আলোচনা করুন। জনগণকে সংঘবদ্ধ করার জন্য কী কী পরিকল্পনা গ্রহণ করা যায়?

- আপনার সমাজে এমন কোনো উৎসব ও অনুষ্ঠান আছে কি যেখানে দুর্যোগ বা কোনো সমস্যা মোকাবেলার বিষয়ে আলোচনার সুযোগ রয়েছে? যেমন– সংগ্রহকে উৎসাহিত করার জন্য ফসল কাটার উৎসব, নারীদের প্রয়োজন বোঝাবার জন্য বিশ্ব নারী দিবস। স্বাধীনতা দিবস হতে পারে আত্মনির্ভরশীলতা ও প্রস্তুতির উপর গুরুত্বরোপের একটি দিন।

- সরকারী কর্মকর্তাদের কর্মব্যস্ততা না বাড়িয়ে তাদের কাজের সাথে দুর্যোগ প্রস্তুতির পরিকল্পনা প্রণয়নে কিভাবে সম্পৃক্ত করা যায় তা উৎসাহিত করা।



সচেতনতা উদ্বুদ্ধকরণ

- সম্ভাব্য দুর্যোগ মোকাবেলার পরিকল্পনা গ্রহণে সমাজের নেতৃবৃন্দদের সফলভাবে কাজ করার জন্য এই ধারণাগুলোর বিশদ আলোচনা গুরুত্বপূর্ণ। নেতাদের প্রস্তুতির জন্য এটা একটা ভাল ব্যবস্থা। বিপজ্জনক পরিস্থিতি কিভাবে মোকাবেলা করতে হবে এ সম্পর্কে জানতে জনগোষ্ঠীর সকল সদস্যদের জন্যও এটা গুরুত্বপূর্ণ।

- দুর্যোগের ফলাফল/পরবর্তী অবস্থা এবং এর প্রতিকার করার জন্য জনগণকে কিভাবে উদ্বুদ্ধ করা যায় তা ভেবে দেখুন। এজন্য আপনি ভূমিকাভিনয়, ধর্মীয় নেতৃস্থানীয় ব্যক্তিদের সাথে/পালকদের সাথে কথা ও ধারণা বিনিময় অথবা পুতুল নাচ বা গানের ব্যবস্থা করতে পারেন। পোস্টার তৈরি করে স্থানীয় চিত্রশিল্পীরা সাহায্য করতে পারেন। স্থানীয় রেডিও স্টেশনের সঙ্গে যোগাযোগ করুন, যাতে আপনার ধারণাগুলো সম্প্রচারিত হয়।

- একবার যদি প্রাথমিক সচেতনতা জাগায়ে তোলা যায়, তাহলে এটা অনেক বছর ধরে রক্ষা করা প্রয়োজন।

আলোচনা

D22

- সমাজের মানুষ কোথা থেকে তথ্য জানবে/পাবে? তথ্যের কোন ধরণের উৎসকে তারা বিশ্বাস করে? তারা কিভাবে তথ্য পেতে পছন্দ করে?
- কথা বলা, ভূমিকাভিনয় বা পুতুল নাচ প্রদর্শনের সময় লোকজনের মনোযোগ আকর্ষণ করার ভাল ভাল উপায়গুলো আলোচনা করুন।
- স্থানীয় সংবাদপত্র বা রেডিওর সাথে জনগণের কী ধরনের যোগাযোগ রয়েছে? তাদেরকে আকৃষ্ট করার শ্রেষ্ঠতম উপায় কী হতে পারে?
- ধর্মীয় নেতা ও অন্যান্য নেতৃস্থানীয়দের সাথে প্রয়োজনীয় তথ্যগুলো কিভাবে আলোচনা করা যেতে পারে? বাইবেল এ ব্যাপারে একটা ভাল উপায় হতে পারে। বাইবেলের ব্যবহার সর্ম্পকে ধারনা পেতে এই বইয়ের শেষ অংশ পড়ার জন্য উল্লেখ করুন।
- কি জনগনকে তথ্য মনে রাখতে সাহায্য করে?

বাইবেল পাঠ :

বাইবেলের এই পাঠগুলো ছোট ছোট দলে ব্যবহারের জন্য তৈরী করা হয়েছে। গাইড থেকে বিভিন্ন বিষয় আলোচনাকালে এগুলো সভায় ভূমিকা হিসেবে কাজে আসতে পারে। আপনার পরিকল্পিত বিষয়টির সাথে সম্পর্কিত বা আপনার পরিস্থিতির সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ এমন একটি পাঠকে বেছে নিন। পাঠগুলো আলোচনা কালে, তারা যা পড়েছে তা চিন্তা করতে, অর্থ আলোচনা করতে এবং যা শিখেছে তার মর্মার্থ বুঝতে এবং যা শিখেছে সে সম্পর্কে একসাথে ঈশ্বরের কাছে প্রার্থনা করতে লোকজনকে উৎসাহিত করুন।

বাইবেল অধ্যয়ন ১

রুৎ : দারিদ্র্যের মধ্যে নব জীবন

পড়ুন রুৎ ১ : যিহুদা হতে দূর্ভিক্ষের কারণে নয়মী ও তার পরিবারকে মোয়াব-এ নয়মীর পিড়াপিড়ির প্রেক্ষিতে দেশান্তরি হতে হয়েছিল, নয়মী ও তাঁর পুত্রবধুদের দারিদ্র্যের মধ্যে রেখে তার স্বামী ও পুত্রগন সকলে মারা গিয়েছিল।

- নিজের ভূমিতে বসবাসের জন্য রুৎ ও অর্পা'র প্রতিক্রিয়াগুলো আলোচনা করুন। এরকম পরিস্থিতিতে যদি আপনাকে নিজ দেশ ত্যাগ করতে হতো তাহলে আপনার মনোভাব কেমন হতে পারত?

পড়ুন দ্বিতীয় বিবরণ ২৪ : ১৯-২২ এবং রুৎ ২, খাদ্য পুনরায় পাওয়া যাচ্ছে শুনে নয়মী ও রুৎ যিহুদাতে ফিরে এসেছিল, যদিও স্বামী ও ছেলেদের মৃত্যুর পর নয়মী তার জমির অধিকার হারিয়েছিল। কিন্তু ফসল তোলার সময়ে পড়ে থাকা শস্য সংগ্রহের ক্ষেত্রে ইহুদী আইন দরিদ্রদের অনুমতি দেয়। যে ক্ষেত্রে পড়ে থাকা ফসল সংগ্রহ করতে রুৎ সমর্থন পেয়েছিল, তা নয়মীর একজন আত্মীয়ের অধিকারভুক্ত ছিল।

- বোয়সের মাঠে রুৎকে কে প্ররোচিত করেছিল?
- বোয়স কেন এরকম যত্নের সাথে তার প্রতিক্রিয়া দেখিয়েছিল?
- দরিদ্র্যের খাদ্য পাওয়ার ক্ষেত্রে আমাদের আইন ও প্রথায় কী নিয়ম-কানুন আছে?
- বিশেষ প্রয়োজনে তাদের জন্য আমাদের প্রচলিত রীতি-নীতির ভূমিকা কি?
- এগুলো কি এখনো আমাদের আধুনিক বিশ্বে প্রাসঙ্গিক?
- এই রীতিনীতিগুলোর মূল্যকে অক্ষুন্ন রেখে কিভাবে আধুনিক বিশ্বের সাথে মিল রেখে পরিবর্তন করা যায়?

বাইবেল অধ্যয়ন ২

রুৎ : দুর্ভিক্ষ পীড়িতদের ক্ষতিপূরণ

পড়ুন লেবীয় ২৫ : ২৫-২৮ পদ এবং রুথ ৩ ও ৪ অধ্যায় ইহুদী রীতি অনুসারে জীবনকে পুনর্গঠিত করার জন্য গরীবদের বিভিন্নভাবে সুযোগ-সুবিধা দেয়া হয়ে থাকে । একটি প্রথা হল শস্যের উচ্ছিষ্ট কুড়ানো (অধ্যায়-১ দেখুন), অন্যটি হল জুবিলি তত্ত্ব বা ঋণ মওকুফ ও সম্পত্তি ফিরে পাওয়া (লেবীয় ২৫ : ৮-২২ পদ)। আরেকটি রীতি হল যদি কেউ দরিদ্র হয়ে যায় ও সম্পত্তি হারায়, তাদের নিকটস্থ পরিবারের সদস্যরা সেই সম্পত্তিগুলো উদ্ধার করে তাদের ফিরিয়ে দেওয়া উচিত।

- নয়মীর জমি মুক্ত করে দিতে বোয়স কেন রাজি হয়েছিল বলে আপনি মনে করেন? আপনার সমাজে দরিদ্রের জীবন পুনর্গঠনের ব্যাপারে কি ধরনের প্রচলিত পদ্ধতি আছে আলোচনা করুন।
- বোয়সের কাজ প্রমাণ করে যে নয়মীর বংশ পরিচয়ের জন্য উত্তরাধিকারী থাকা উচিত ছিল। এটা কতটা গুরুত্বপূর্ণ?
- ঈশ্বর কিভাবে রুৎ ও বোয়সের জীবনকে অভিষিক্ত করেছিলেন?

বাইবেল অধ্যয়ন ৩

নহিমিয় : অনুপ্রেরণা

পড়ুন নহিমিয় ১ ও ২ : ১-১০ পদ, ব্যাবিলনের সৈন্যরা জেরুজালেম নগরী ধ্বংস করেছিল, দেয়াল ভেঙ্গে এবং এমনকি লোকজনকে মিশরে পালিয়ে যেতে বা ব্যাবিলনে থেকে যেতে বাধ্য করেছিল। কয়েক বছর পরে লোকজন যখন পুনরায় আসতে লাগল, কিন্তু তখন ব্যাবিলনের নতুন শাসকগণ তাদের স্বাগত জানায়নি। তারা নেতৃত্ব হারিয়েছিল ও তাদের সামনে কোনো ভবিষ্যৎ লক্ষ্য ছিল না।

- তাঁর জনগণের উপর আগত দুর্যোগ মোকাবেলার জন্য নহিমিয় দায়িত্ব নিয়েছিলেন। আমাদেরও কি দুর্যোগের বেলায় দায়িত্ব নেয়া উচিত? যদি নিই, তাহলে কোন ধরনের?
- কী কারণে নহিমিয় এই ধরণের সাহসী পদক্ষেপ নিয়েছিল?
- রাজার নিকট নহিমিয় কি চেয়েছিলেন?

বাইবেল অধ্যয়ন ৪

নহিমিয় : যত্নবান পরিকল্পনা

পড়ুন নহিমিয় ২ : ১১-২০,

- নহিমিয় প্রথমে কী করেন?
- তিনি কিভাবে বিরোধীদের মোকাবেল করেন?

অনুচ্ছেদ ৩ এ বিভিন্ন পরিবার কিভাবে দেয়ালটির অংশসমূহ পুনঃনির্মানের জন্য দায়িত্ব নিয়েছিল তা বিস্তারিত আলোচনা করা হয়েছে। এটি ভালভাবে পড়ুন ও দেখুন কতগুলো পরিবার নিযুক্ত ছিল তা যদি বের করতে পারেন।

■ এইভাবে কাজ ভাগ করে দেবার সুবিধাগুলো কি কি?

পড়ুন নহিমিয় ৪, এমনকি আমাদের কর্মকাণ্ড ঈশ্বর কর্তৃক নির্দেশিত হলেও আমরা বিপদ বা প্রতিপক্ষ থেকে মুক্ত নাও হতে পারি।

■ সহিংসতার ভীতি নহিমিয় কেমনভাবে মোকাবেলা করেন?

নহিমিয় দুর্নীতির থেকে সৃষ্ট আরো অনেক অসুবিধার সম্মুখীন হয়েছিলেন এবং তাকে মেরে ফেলতে চাওয়া হয়েছিলো। শেষ অবধি তিনি তা মোকাবেলা করতে পেরেছিলেন ও পর্যায়ক্রমে সাফল্য পেয়েছেন, যা আমরা পড়ি অনুচ্ছেদ ৬ : ১৫-১৬ তে।

বাইবেল অধ্যয়ন ৫

নহিমিয় : শৃঙ্খলা পুনঃপ্রতিষ্ঠা

যখন একটি পুনঃসংস্কার কাজ শেষ হলো, নহিমিয়ের কাজ শেষ হতে তখনও আরো অনেক বাকি। সমাজকে পুনঃস্থাপন করতে তখনও অন্যান্য অনেক দায়িত্ব রয়ে গেছে।

পড়ুন নহিমিয় ৭ : ১-৩

■ নহিমিয় ভাল কর্মী বাছাই করতে কি করেছিলেন?

■ পরিবার সদস্যদের সাথে কাজ করার সুবিধা ও অসুবিধাগুলো কি কি?

■ সব সমাজ ব্যবস্থা এক রকম নয়। আপনার সমাজে কোনটি সঠিক?

পড়ুন নহিমিয় ৭ : ৪-৭৩ ক (কিন্তু ৬-৬৫ পদগুলো উচ্চস্বরে পড়ার চেষ্টা করবেন না)

■ দুর্যোগের কারনে নথিপত্র প্রায়ই হারিয়ে যায়। ভাল ভাল দলিলপত্র পুনঃপ্রাপ্তির প্রয়োজনীয়তা কেন?

■ নির্বাসন ফেরৎ পরিবারগুলোর নিবন্ধন করার তাৎক্ষনিক সুবিধাগুলো কি কি ছিল?

পড়ুন নহিমিয় ৮ : ১-১২

■ নহিমিয় কিভাবে নিশ্চিত হলেন যে মানুষ ঈশ্বরের বাণী শুনেছিল ও বুঝেছিল?

■ যখন ঈশ্বরের বাণী আপনি বুঝতে পারেন, তখন আপনিও কি আনন্দিত হন?

মানুষ ঈশ্বরের বাণী শোনার জন্য সাতদিন অপেক্ষা করেছিল (৮ : ১৮-১৯)। ইহুদীরা এখনো এটা মনে রেখেছে উৎসব সভা হিসেবে। তারপর তারা পাপ স্বীকার করেছে ও নতুন করে ঈশ্বরের সাথে অঙ্গীকার করেছে (অনুচ্ছেদ ৯ ও ১০)। লোকজন তখন জেরুজালেমে ফিরে যেতে প্রস্তুত হয়েছিল (১১: ১-২) এবং লেবীয় বংশধর ও যাজক উপজাতিদের মধ্যে নেতৃত্ব ভাগ করে দেয়া হয়েছিল। শেষ অবধি নহিমিয় দেয়াল উৎসর্গ সংগঠিত করেছিলেন।

পড়ুন নহিমিয় ১২ : ২৭-৩১ ও ৩৮-৪৩.

- পুনঃনির্মাণ কাজ শেষ করে নহিমিয় বাড়িতে ফিরে আসতে পারতেন। তিনি কেন রয়ে গিয়েছিলেন?
- সময় নিয়ে ঈশ্বরের মহত্ত্ব ও বিশ্বস্ততা উদযাপন করা গুরুত্বপূর্ণ কেন?

বাইবেল অধ্যয়ন ৬

হবক্কুক: দুর্যোগের আনন্দ ধ্বনি

হবক্কুক গ্রন্থে কেবল মাত্র তিনটি অনুচ্ছেদ আছে। বইয়ের শেষে একটি টীকার কারণে মনে হয় যে হবক্কুক ছিলেন একজন মন্দির বাদক যিনি নিশ্চিতভাবে ছন্দে লিখতেন। অধ্যায় ১ ও ২ এ যিহূদা জাতির ভবিষ্যৎ নিয়ে ভাববাদী ও ঈশ্বরের মধ্যে কথোপকথন আলোচনা করা হয়েছে।

পড়ুন হবক্কুক ৩ : ১-২ হবক্কুক মানুষের পক্ষ হয়ে ঈশ্বরকে বোঝাতে চেষ্টা করেছিলেন- এই জন্য নয় যে, তারা কোনো ভাল বা মন্দ কাজ করেছে বরং ঈশ্বরের বৈশিষ্ট ও ক্ষমাশীলতার জন্য।

- এটা জনগণের উপর কি প্রভাব ফেলে?
- কঠিন সময়ে আমাদের কি এভাবে প্রার্থনা করা উচিৎ?

পদ ৩-১৫ কাব্যিক ভাবে বর্ণনা করে যে, পূর্বকালে ঈশ্বর তার ক্রোধ কিভাবে প্রকাশ করেছেন। পড়ুন ৩ : ৬ পদ, যখন আমরা জানি যে কঠিন সময় আসছে, তখন আমরা সব সময় ভীত হই।

- কিভাবে হবক্কুকের বিশ্বাস তাকে অপেক্ষা করতে সক্ষম করেছিল? এটা কি দুর্যোগ মোকাবিলায় আমাদের প্রতিক্রিয়া হতে পারে?

পড়ুন ১৭-১৯ পদ, ঈশ্বর মহৎ যা কিছু করেছেন সেগুলো স্মরণ করে ভাববাদী আনন্দে উচ্ছ্বসিত হয়েছিলেন। সব কিছু হারিয়েও আনন্দচিত্তে ঈশ্বরের সহবর্তী হতে প্রতিজ্ঞাবদ্ধ ছিলেন। আমরা যখন জীবনে কঠিন সমস্যার মুখোমুখি হই, হবক্কুকের বাণীগুলো আমাদেরকে সাহস জোগাতে পারে। যীশুর প্রতি বিশ্বাস জীবনে যে কোনো সমস্যা মোকাবেলায় আমাদেরকে প্রস্তুত থাকতে সাহায্য করে। হবক্কুক ঈশ্বরের উপর নির্ভরশীল ছিলেন, মানুষের শক্তির উপর নয়। অবশেষে ঈশ্বর প্রকৃত পক্ষে দুষ্টলোকদের বিচার করবেন।

- দুর্যোগের বেলায় আপনি কিভাবে হবক্কুকের সঠিক দৃষ্টিভঙ্গি অনুসরন করবেন, আলোচনা করুন। আমরা তাঁর কাছ থেকে কী শিখতে পারি।

বাইবেল অধ্যয়ন ৭

পৌল : সংকটে উৎসাহ পাওয়া

নিজস্ব বিশ্বাসের কারণে পৌলকে বন্দী করা হয়েছিল। তিনি জানতেন আইন ভঙ্গকারী কোনো কাজ তিনি করেননি এবং কয়েক বছর পর তিনি রোমে সম্রাট সিজারের কাছে তার মামলাটি উপস্থাপনের আবেদন করেছিলেন। তারপর পৌল ও অন্যান্য কিছু কয়েদিদের জাহাজে করে রোমে নিয়ে যাওয়া হয়েছিল ।

পড়ুন প্রেরিত ২৭ : ১-২ ও ৯-১২

- পৌল নিশ্চিত দেখেছিলেন যে সামনে অনেক দুর্যোগ রয়েছে। তিনি জাহাজের নাবিকের চেয়েও কি করে ভালভাবে এটা বুঝতে পেরেছিলেন?

প্রস্তুতি গ্রহণ করে কিভাবে দুর্যোগ প্রতিহত করা যেত এ সম্পর্কে এই অনুচ্ছেদটি একটি উৎকৃষ্ট উদাহরণ। যদি শতপতি তার প্রধান কর্তাকে ছেড়ে পৌলের কথা শুনত তাহলে কী ঘটতে পারত? তিনি কেন পৌলের কথা না শুনে তার প্রধান কর্তার কথা শুনেছেন, তা আলোচনা করুন? এমন কতগুলো পরিস্থিতি আলোচনা করুন যেখানে ভাল পরামর্শকে অন্য কোনো সহজতর উপায় অবলম্বনের জন্য অবজ্ঞা করায় দুর্যোগ এসেছে ।

পড়ুন প্রেরিত ২৭: ১৩–২৬ পদ

- ঝড় সম্বন্ধে জাহাজের নাবিক কতগুলো সতর্ক বার্তা দিয়েছিল?
- যখন বিপদ এসে পড়েছিল তখন নাবিক কি করেছিল?
- পৌল কিভাবে বিপদকে মোকাবেলা করেছিলেন?

পড়ুন ৩৩-৪৪ পদ

- যদিও তাদের জীবন বিপদাপন্ন ছিল, পৌল ছিলেন নীরব ও বাস্তববাদী। তিনি তাঁর বিশ্বাসকে কিভাবে জাহাজের সবার সাথে বিনিময় করেছিলেন?
- পৌলের স্বাক্ষ্য দেয়া ও ঈশ্বরের সাথে তাঁর ঘনিষ্ঠ সম্পর্কের ফলাফল কি ছিল?

বাইবেল অধ্যয়ন ৮

ভবিষ্যতের জন্য প্রস্তুত থাকার প্রয়োজনীয়তা

হিতোপদেশসমূহ প্রজ্ঞার বিষয়ে অনেক কথা বলে এবং ভবিষ্যৎ দিকনির্দেশনায় আমাদেরকে সাহায্য করে। পড়ুন হিতোপদেশ ৬ : ৬-৮ পদ কাজ কিভাবে ভবিষ্যতের কোন দুর্যোগ প্রতিহত করতে পারে পিপঁড়েকে তার একটি উদাহরণ হিসাবে উপস্থাপন করা হয়েছে।

- আমরা কিভাবে একটি পিঁপড়ে এর উদাহরণ থেকে শিক্ষা নিতে পারি ও দুর্যোগে মোকাবেলার জন্য সমাজের অন্যান্য লোকদেরকে দুর্যোগ প্রতিহত করার প্রয়োজনীয় কাজে অংশ নিতে উৎসাহিত করতে পারি?

পড়ুন হিতোপদেশ ২১ : ২০

প্রয়োজনে সময়ের জন্য সঞ্চয় করা বুদ্ধিমানের কাজ ও অপ্রয়োজনে সব ব্যবহার করা বোকামির কাজ বলে ধরা হয়।

- এই পদটি আমাদের বুঝতে সাহায্য করে কিভাবে কঠিন সময়ের জন্য প্রস্তুত থাকা প্রয়োজন ? আপনার পরিস্থিতিতে এমন কোনো উদাহরণ আছে কিনা যেখানে এই পদটি প্রযোজ্য।

পড়ুন হিতোপদেশ ৩১ : ২১। এই পদটি আমাদের ঈশ্বরতুল্য স্ত্রী সর্ম্পকে বলে। তিনি সময়ের চাহিদামত ব্যবস্থা করেন। তিনি শীত ঋতুকে ভয় করেন না, কেননা এজন্য তিনি নিজেকে প্রস্তুত করেছেন।

- আমাদের সাংস্কৃতিক ধারায় একজন ভাল স্ত্রী ভবিষ্যতের জন্য কিভাবে প্রস্তুত থাকেন, নিবেন, তার কোনো উদাহরণ কি আমরা দিতে পারি ? এটি আরও বিস্তারিতভাবে আলোচনা করুন, যা সমাজকে প্রস্তুত হতে মূলনীতি হিসাবে সাহায্য করবে।
- বাইবেলের আর কোনো অনুচ্ছেদের কথা মনে পড়লে আলোচনা করুন যেখানে প্রস্তুতি গ্রহণ প্রশংসিত হয়েছে?

  আপনি আদিপুস্তক ৪১ : ৩৫-৩৬, মথি ২৫ : ৪ এর কথা বিবেচনা করে থাকতেই পারেন।

পিলারস্ নির্দেশিকা – ২০০৮

দুর্যোগ মোকাবেলায় প্রস্তুতি

একটি পিলারস্ গাইড

মূল লেখক ঃ ইসাবেল কার্টার
ইলাষ্ট্রেশন ঃ রড মিল
মূল সংস্করণ ঃ **TEAR**FUND 2002

উপদেষ্টা মন্ডলী ঃ মিঃ এলগিন সাহা
মিঃ সিলভেস্টার হালদার

সংকলন ও সম্পাদনাঃ মিঃ এলিস অরুন মজুমদার

বাংলা ভাষা সংস্করণ ঃ দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কর্মসূচী, হীড বালাদেশ

প্রকাশকাল ঃ জানুয়ারী ২০০৮

কম্পিউটার ঃ জন জ্যোতিষ বাড়ৈ, ডিএমপি

প্রকাশক ও প্রাপ্তিস্থান ঃ হীড বাংলাদেশ, ১৯ মেইন রোড, ব্লক-এ,
সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা-১২১৬।
টেলিফোন ঃ ৯০০৪৫৫৬, ৮০১২৭৬৪, ৮০১২৪২৩, ৮০২১৫৮০
ফ্যাক্স ঃ ৮৮-০২-৮০১৩৫৫৮
ই-মেইল ঃ elgin@agni.com
ওয়েব সাইট ঃ www.heedbangladesh.org