Enhancing livelihoods Through Sustainable Credit Access:Improving Sanitation and Water Safety to Combat Poverty

অর্থায়নেঃ Water.org

সময়কালঃ ২ দিন

অংশগ্রহণকারীঃ এরিয়া ম্যানেজার, জোনাল ম্যানেজার ও প্রধান কার্যালয়ের উন্নয়নকর্মীবৃন্দ

প্রশিক্ষণের বিষয়ঃ

ওয়াটার ও স্যানিটেশনের উপরে ইএসডিও প্রশিক্ষণ বিভাগ এবং water.org দ্বারা ToT প্রদান

বাস্তবায়নেঃ ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)

www.esdo.net.bd

Enhancing Livelihoods Through Sustainable Credit Access:Improving Sanitation and Water Safety to Combat Poverty

অর্থায়নেঃ **Water.org**

সময়কাল: ২ দিন

অংশগ্রহণকারী: এরিয়া ম্যানেজার, জোনাল ম্যানেজার ও প্রধান কার্যালয়ের উন্নয়নকর্মীবৃন্দ

প্রশিক্ষণের বিষয়:

ওয়াটার ও স্যানিটেশনের উপরে ইএসডিও প্রশিক্ষণ বিভাগ এবং **water.org** দ্বারা **ToT** প্রদান

বাস্তবায়নেঃ ইকো-সোশ্যাল ডেভেলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)

ইএসডিও, প্রধান কার্যালয়

কলেজপাড়া (গোবিন্দনগর), ঠাকুরগাঁও-৫১০০।

টেকসই ক্রেডিট এক্সেসের মাধ্যমে জীবিকা বৃদ্ধি করা:দারিদ্র্যের বিরুদ্ধে লড়াইয়ের জন্য স্যানিটেশন এবং পানি সুরক্ষার উন্নতি করা বিষয়ক

প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল

প্রকাশনা উপদেশক

ড. মুহম্মদ শহীদ উজ জামান
মাননীয় প্রতিষ্ঠাতা নির্বাহী পরিচালক
ও
ক্যাপিস্টোন ফেলো এনডিসি
ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)

বিশেষ কৃতজ্ঞতা

আবু আসলাম, পোর্টপোলিও লিড, ফিনান্সিয়াল ইনস্টিটিউশন, সাউথ এশিয়া, ওয়াটার.ওআরজি
সাজেদুল ইসলাম, পার্টনারশিপ একাউন্টস ম্যানেজার, ওয়াটার.ওআরজি
শাওলি হাসান, ক্যাপাসিটি ডেভলপমেন্ট অফিসার গ্রুপ স্পেশালিষ্ট, সাউথ এশিয়া, ওয়াটার.ওআরজি

সার্বিক তত্তাবধানে

মো: মাজেদুল ইসলাম মামুন, হেড অফ মাইক্রোফিন্যান্স অপারেশন, ইএসডিও
মো: আইনুল হক, হেড অফ ইনক্লুসিভ মাইক্রোফিন্যান্স, ইএসডিও

প্রনয়নে

ইএসডিও ট্রেনিং এন্ড নলেজ ম্যানেজমেন্ট ইউনিট

ডিজাইন ও প্রকাশনায়

বাংলাদেশ রিসার্চ ইনস্টিটিউট ফর ডেভলপমেন্ট (বিআরআইডি)

প্রকাশকাল

জুন' ২০২৩

কপিরাইট

ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)

মুদ্রণ

শব্দকলি প্রিন্টার্স
৭০ ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয় মার্কেট, কাটাবন, ঢাকা-১০০০।

ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)
১৯৮৮-২০২৩

১. পটভূমি :

ঠাকুরগাও জেলা শহরের একদল সমাজ মনস্ক, শিক্ষিত তরুণের উদ্যোগে ১৯৮৮ সালের ভয়াবহ বন্যা মোকাবেলার মাধ্যমে ইএসডিও'র জন্ম। সূচনাতে ত্রাণ কার্যক্রম পরিচালিত হলেও বন্যা শেষে স্থানীয় জনগোষ্ঠীর বিশেষতঃ বিত্তহীন ভূমিহীনদের চাহিদা নিরূপন করে সমন্বিত কার্যক্রম শুরু হয়।

২. ভিশন :

আমরা এমন একটি সমতা ভিত্তিক সমাজ চাই, যেখানে আয় ও মানবীয় দারিদ্রতা থাকবে না, প্রত্যেক মানুষ পূর্ণ মর্যাদা ও নিরাপত্তা নিয়ে বসবাস করবে।

৩. মিশন :

ব্যাপক আয়বৃদ্ধিমূলক কার্যক্রম, প্রাথমিক শিক্ষা ও সাক্ষরতা, স্বাস্থ্য ও পুষ্টি, মানবাধিকার ও সুশাসন এবং পরিবেশ উন্নয়ন কর্মসূচীর মাধ্যমে ইএসডিও'র কর্মএলাকাতে আয় ও মানবীয় দারিদ্রতা হ্রাস। ইএসডিও দৃঢ়ভাবে বিশ্বাস করে এবং কার্যকর ভাবে মানবাধিকার পরিস্থিতি উত্তরণ, মানবীয় মর্যাদা ও নারী-পুরুষ সমতা নিশ্চিতকরণে বৃহত্তর জনগোষ্ঠির সামাজিক, অর্থনৈতিক এবং মানবীয় সামর্থায়নে কাজ করছে। সার্বিকভাবে নারী এবং বিশেষ ভাবে শিশুরা ইএসডিও'র সামগ্রীক কার্যক্রমের মূল কেন্দ্রবিন্দু। সকল ধরণের সেবায় অতি দরিদ্র মানুষের সুযোগ ও অধিকার প্রতিষ্ঠাই ইএসডিও'র মূল মেনিফ্যাস্টো।

৪. স্থাপিত :

৩ রা এপ্রিল ১৯৮৮

৮. কর্ম এলাকা :

ঠাকুরগাঁও, পঞ্চগড়, দিনাজপুর, রংপুর, গাইবান্ধা, নীলফামারী, লালমনিরহাট, কুড়িগ্রাম, বগুড়া, জয়পুরহাট, রাজশাহী, নাটোর, চাঁপাইনবাবগঞ্জ, নওগাঁ, সিরাজগঞ্জ, পাবনা, জামালপুর, শেরপুর, ময়মনসিংহ, নেত্রকোনা, ঢাকা সিটি কর্পোরেশন, ঢাকা, গাজীপুর, কিশোরগঞ্জ, মানিকগঞ্জ, মুন্সিগঞ্জ, নারায়নগঞ্জ ,নরসিংদি, টাঙ্গাইল, ফরিদপুর, গোপালগঞ্জ, মাদারীপুর, রাজবাড়ী, শরিয়তপুর, বরিশাল, পটুয়াখালী, ভোলা, পিরোজপুর, বরগুনা, খুলনা, বাগেরহাট, যশোর, নড়াইল, সাতক্ষিরা, কক্সবাজার, বান্দরবন, চট্টগ্রাম, ব্রাক্ষণবাড়িয়া, নোয়াখালী, সিলেট ও হবিগঞ্জ জেলা সহ এই ৫১ জেলার ৩৩১ টি উপজেলার ২২৯১ টি ইউনিয়ন, ১৩৭ পৌরসভা, ৭টি সিটি কর্পোরেশনে ২৭১ টি শাখা অফিস/প্রকল্প অফিসের মাধ্যমে ২৩০৪৯৮০ টি পরিবারের ১০৩৭২৪১২ জন প্রত্যক্ষ প্রকল্প সহযোগীর সাথে কাজ করছে। এই বিপুল সংখ্যক উপকারভোগীর সার্বিক উন্নয়নে ইএসডিও'র প্রায় ৫৩৯৫ জন পূর্ণকালীন এবং ৯৮১ জন স্বেচ্ছাসেবী উন্নয়ন কর্মী নিরলসভাবে কাজ করে যাচ্ছে।

প্রাককথন

ইকো-সোশ্যাল ডেভেলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও) একটি বে-সরকারী জাতীয় পর্যায়ের উন্নয়ন সংস্থা। ইএসডিও ১৯৮৮ সাল থেকে ব্যাপক আয়বৃদ্ধিমূলক কার্যক্রম, প্রাথমিক শিক্ষা ও সাক্ষরতা, স্বাস্থ্য ও পুষ্টি, মানবাধিকার ও সুশাসন এবং পরিবেশ উন্নয়ন কর্মসূচীর মাধ্যমে ইএসডিও'র কর্মএলাকাতে আয় ও মানবীয় দারিদ্রতা হ্রাস। ইএসডিও দৃঢ়ভাবে বিশ্বাস করে এবং কার্যকর ভাবে মানবাধিকার পরিস্থিতি উত্তরণ, মানবীয় মর্যাদা ও নারী-পুরুষ সমতা নিশ্চিতকরণে বৃহত্তর জনগোষ্ঠির সামাজিক, অর্থনৈতিক এবং মানবীয় সামর্থায়নে কাজ করছে। সার্বিকভাবে নারী এবং বিশেষ ভাবে শিশুরা ইএসডিও'র সামগ্রীক কার্যক্রমের মূল কেন্দ্রবিন্দু। সকল ধরণের সেবায় অতি দরিদ্র মানুষের সুযোগ ও অধিকার প্রতিষ্ঠাই ইএসডিও'র মূল মেনিফ্যাস্টো। ইএসডিও প্রতিষ্ঠা লগ্ন থেকে দারিদ্র জনগোষ্ঠির আর্থ-সামাজিক উন্নয়নে একনিষ্ঠভাবে কাজ করে যাচ্ছে। ইএসডিও'র আন্তরিক কর্মী বাহিনী দ্বারা ০৮ টি বিভাগের ৫১ টি জেলার ৩৩১ টি উপজেলায় ৩৪৩ টি অফিসের মাধ্যমে দেশের প্রত্যন্ত এলাকায় প্রায় ১০ মিলিয়নেরও বেশি দরিদ্র এবং অসহায় মানুষকে কভার করে। উপকারভোগীদের মাঝে সরাসরি উন্নয়ন সেবা প্রদানের লক্ষ্যে দেশব্যাপী ক্ষুদ্রঋণ এর পাশাপাশি বিভিন্ন প্রকল্প ও বিভাগ দ্বারা বহুমুখী উন্নয়ন কর্মসূচী পরিচালিত হচ্ছে। তার মধ্যে নিরাপদ পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত স্যানিটেশন নিশ্চিত করনার্থে Water.org নামক একটি আন্তজার্তিক প্রতিষ্ঠানের সহিত দেশব্যাপী কাজ করণের জন্য Enhancing livelihoods Through Sustainable Credit Access:Improving Sanitation and Water Safety to Combat Poverty (ELTSCAISWSCP) নামক একটি প্রকল্প বাস্তবায়ন করছে। নিরাপদ পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত স্যানিটেশন সুবিধা মানুষের মৌলিক চাহিদাগুলোর মধ্যে অন্যতম। নিরাপদ পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত স্যানিটেশনের অভাবে মানুষ বিভিন্ন ধরনের পানি ও মল বাহিত রোগে আক্রান্ত হয়। দীর্ঘদিন এসব রোগভোগের ফলে পুষ্টিহীনতায় ভোগে এবং ধীরে ধীরে দূর্বল ও কর্মহীন হয়ে পড়ে। রোগাক্রান্ত হওয়ার কারণে চিকিৎসা খাতে ব্যয় বাড়ে এবং একই সাথে আয়হীন বা সীমিত আয়ের পর্যায়ে চলে যায়। দীর্ঘ সময় এভাবে অতিবাহিত হলে এক সময় দারিদ্র সীমার নীচে চলে যায়। এটি দারিদ্রের অন্যতম দুষ্টচক্র। মানুষের সচেতনতা ও আচরণগত পরিবর্তন এবং উন্নত স্বাস্থ্য অভ্যাস চর্চা এই দুষ্টচক্র থেকে বেরিয়ে আসতে অন্যতম সহায়ক ভুমিকা পালন করতে পারে।

বাংলাদেশ সরকারের আন্তরিক প্রচেষ্টা ও নানামুখী উদ্যোগ থাকা সত্ত্বেও ২০১৩ সালের মধ্যে সবার জন্য স্যানিটেশন ব্যবস্থা নিশ্চিত করা যায়নি , যদিও বাংলাদেশ সরকার এবং জাতীয় ও আন্তজার্তিক পর্যায়ের বিভিন্ন বেসরকারী সংস্থা এ অবস্থা উন্নয়নে কাজ করে যাচ্ছে। এসবের ধারাবাহিকতায় বাংলাদেশের জাতীয় পর্যায়ের একটি বে-সরকারী উন্নয়ন সংস্থা ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও), যুক্তরাষ্ট্রভিত্তিক আন্তজার্তিক দাতা সংস্থা Water.org এর আর্থিক সহযোগিতায় Enhancing livelihoods Through Sustainable Credit Access:Improving Sanitation and Water Safety to Combat Poverty (ELTSCAISWSCP) প্রকল্প গ্রহণ করেছে। এই প্রকল্পের মাধ্যমে ১ লা এপ্রিল' ২০২৩ ইং থেকে ৩১ শে মার্চ' ২০২৬ ইং মেয়াদে বাংলাদেশের ১৮ টি জেলার ১৫৩ টি শাখার মাধ্যমে নিরাপদ পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত স্যানিটেশন ব্যবস্থার সুবিধা বঞ্চিত ১৫১৫৭৫ জনগণকে নিরাপদ পানি, স্বাস্থ্যসম্মত স্যানিটেশন

এবং উন্নত স্বাস্থ্য অভ্যাস পরিবর্তনের গুরুত্ব ও সুফল সম্পর্কে প্রশিক্ষিত করে তোলার পাশাপাশি ৩৫২৫০ টি পরিবারকে নলকুপ ও ল্যাট্রিন স্থাপনের ক্ষেত্রে সংস্থা থেকে আর্থিক সহযোগীতা প্রদান করা হবে।

পানি ও স্যানিটেশনের সুবিধা বঞ্চিত মানুষের স্যানিটেশন, নিরাপদ পানি ও হাইজিন বিষয়ে জ্ঞান ও দক্ষতা উন্নয়ন করে তাদের আচরণের ইতিবাচক পরিবর্তন করার লক্ষ্যে অংশগ্রহণমুলক প্রক্রিয়ায় প্রশিক্ষণ প্রদান করার জন্য প্রশিক্ষকগণ যাতে সক্ষমতা লাভ করেন সে উদ্দেশ্য তাদের স্যানিটেশন ও প্রশিক্ষণের মৌলিক বিষয়ে দক্ষতা উন্নয়নের জন্য এই প্রশিক্ষণ ম্যানুয়ালটি প্রণয়ন করা হয়েছে। প্রশিক্ষন ম্যানুয়ালটি প্রণয়নের সাথে যারা জড়িত ছিলেন তাদের সবাইকে আন্তরিক ধন্যবাদ জানাচ্ছি।

আমি আশা করব উপরোক্ত প্রশিক্ষণ গ্রহণ করার ফলে প্রশিক্ষকদের স্যানিটেশন ও প্রশিক্ষণের মৌলিক বিষয়ে প্রয়োজনীয় জ্ঞান ও দক্ষতার উন্নয়ন হবে এবং মাঠ পর্যায়ে লক্ষিত জনগোষ্ঠিকে অংশগ্রহণমূলক প্রশিক্ষণ প্রদানে সক্ষমতা লাভ করবেন।

ধন্যবাদান্তে

ড. মুহম্মদ শহীদ উজ জামান
প্রতিষ্ঠাতা নির্বাহী পরিচালক
ও
ক্যাপিস্টোন ফেলো এনডিসি
ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)

সূচীপত্র

ক্রমিক নং	বিষয়বস্তু	পৃষ্ঠা নং
০১	উদ্বোধন ও পরিচিতি	১৬-২০
০২	প্রকল্প পরিচিতি	২১-২৮
০৩	এসডিজি ও সূচকসমূহ	২৯-৩৮
০৪	কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বিশ্লেষন ও গৃহীত পদক্ষেপ	৩৯-৪২
০৫	হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধি	৪৩-৫১
০৬	নিরাপদ পানি	৫২-৬২
০৭	স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশন	৬৩-৭০
০৮	ওয়াটার ও স্যানিটেশন ঋণ কার্যক্রম	৭১-৮৫
০৯	নিরাপদ পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ধরন	৮৬-৯৩
১০	কমিউনিটি বর্জ্য ব্যবস্থাপনা	৯৪-৯৭
১১	উদ্ধুদ্ধকরণ	৯৮-১০১
১২	কার্যকরী যোগাযোগ	১০২-১০৭
১৩	প্রশিক্ষণ কি, প্রশিক্ষণ পদ্ধতি ও প্রশিক্ষণের ধারণা	১০৮-১২২
১৪	ফ্যাসিলেটেশন ও অধিবেশন পরিচালনা	১২৩-১৩০
১৫	কার্যক্রম মনিটরিং, মূল্যায়ন ও রিপোর্টিং	১৩১-১৩৬
১৬	কোর্স মূল্যায়ন ও সমাপ্তী	১৩৭-১৫৩

প্রশিক্ষকের জন্য বিবেচ্য বিষয়

প্রশিক্ষণ সমন্বয়কারী

যে এলাকায় প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণ কোর্সটি চলবে, সে এলাকার একজন কর্মকর্তা এই প্রশিক্ষণ কর্মসূচী সমন্বয়ের সার্বিক দায়িত্বে থাকবেন। তিনি পুরো কোর্সটি সংগঠন ও পরিচালনায় সংশিষ্ট প্রশিক্ষক অংশগ্রহণকারীদেরকে সহযোগিতা করবেন।

প্রশিক্ষক

প্রকল্পের প্রশিক্ষণ কর্মকর্তা এবং ওয়াশ কোর্ডিনেটর প্রশিক্ষণে প্রশিক্ষক হিসেবে প্রশিক্ষণ কার্যক্রম পরিচালনা করবেন।

প্রশিক্ষকের দক্ষতা

- বিষয়বস্তু সম্পর্কে স্বচ্ছ ধারণা।
- বন্ধুত্বপূর্ণ পরিবেশ তৈরী করা।
- মনোযোগ সহকারে শোনা।
- যথাযথভাবে প্রশ্ন করা।
- প্রত্যেকের অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা।
- ধৈর্য্যশীলতা।
- স্থানীয় ভাষা ব্যবহারের দক্ষতা।
- প্রশিক্ষণের বিভিন্ন পদ্ধতির প্রয়োগ সম্পর্কে স্বচ্ছ ধারণা থাকা।
- প্রশিক্ষণ পদ্ধতি অনুযায়ী উপকরণের যথাযথ ব্যবহার করা।
- অংশগ্রহণকারীদের যথাযথ সম্মান দেখানো।
- মানবিক গুণাবলী সম্পন্ন হওয়া।

প্রশিক্ষণ ভেন্যু- (প্রশিক্ষক ও সংশ্লিট কর্মকর্তা)

- প্রশিক্ষণ কক্ষটি হবে আলো-বাতাস পূর্ণ ও খোলামেলা।
- প্রশিক্ষণ কক্ষটি মূল রাস্তার উপর/পাশে না হয়ে একটু ভিতরে হওয়া ভালো, এতে যানবাহনের শব্দ শিক্ষণের ব্যাঘাত ঘটাবে না।
- প্রশিক্ষণ কক্ষের পরিসর এমন হওয়া উচিত, যাতে করে অংশগ্রহণকারীরা U আকৃতিতে বসতে পারে।
- ভিপবোর্ড/হোয়াইট বোর্ড/ ব্ল্যাক বোর্ড /মাল্টিমিডিয়া রাখার জায়গা থাকতে হবে।
- যদি বোর্ডের ব্যবস্থা না থাকে সেক্ষেত্রে চওড়া দেয়াল দেখে প্রশিক্ষণ কক্ষ নিতে হবে।
- অংশগ্রহণকারীদের বসার পর পিছনে বা পাশে বারন্দায় দলীয় কাজের জন্য জায়গা থাকতে হবে।
- প্রশিক্ষণ কক্ষটিতে খাবার পানি থাকতে হবে ।
- প্রশিক্ষণ ভেন্যুতে টয়লেট ও পানির ব্যবস্থা থাকতে হবে।
- সাবান, টিস্যু পেপার ও টয়লেট টিস্যু নিশ্চিত করতে হবে।

প্রশিক্ষণ অধিবেশনের সময়সূচি (প্রশিক্ষক)

প্রশিক্ষণের প্রতিটি অধিবেশনের জন্য একটি নির্দিষ্ট সময় রয়েছে। প্রশিক্ষণ হবে অংশগ্রহণমূলক সেজন্যে যে কোন অধিবেশন সফলভাবে নির্দিষ্ট সময়ে শেষ করা সম্ভব না হলে অংশগ্রহণকারীদের মতামতে নির্দিষ্ট সময়ের পরে সেশন পরিচালনা করা যাবে।

প্রশিক্ষণের পরিকল্পনা এবং ব্যবস্থাপনা

শুরুতেই প্রশিক্ষকগণ প্রশিক্ষণ কর্মসূচির পরিকল্পনা এবং পরিচালনা সংক্রান্ত বিষয় সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নিবেন। কোন প্রশিক্ষক কোন বিষয়ে প্রশিক্ষণ দেবেন, কিভাবে সময়মত উদ্বোধনী এবং সমাপ্তি অধিবেশন সম্পন্ন করা যায়, ইত্যাদি বিষয়গুলির ব্যাপারে আগে থেকেই সিদ্ধান্ত নিতে হবে। এক্ষেত্রে প্রশিক্ষণের আগে একটি চেকলিস্ট তৈরি করে নিতে হবে। নিচে চেকলিস্টের একটি ধারণা দেয়া হলো-

চেকলিস্ট

কাজ	কে করবে	কখন করবে
অংশগ্রহণকারী ও প্রশিক্ষকদের তালিকা অনুযায়ী অবহিতকরণ	বিভাগ প্রধান	প্রশিক্ষণ পূর্ব কাজ
অংশগ্রহণকারীদের তালিকা অনুয়ায়ী রেজিস্ট্রেশন সীট ও অনারিয়াম সীট তৈরি করা	বিভাগ প্রধান	,,
অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি নিশ্চিত করা	বিভাগ প্রধান	,,
উদ্বোধনী পর্বের জন্য প্রস্তুতি	বিভাগ প্রধান	,,
উপকরণ সংগ্রহ ও প্রয়োজনে তৈরি করা	বিভাগ প্রধান	,,
উপকরণ বিতরণ করা (ফ্লোডার, কলম, প্যাড, নেমট্যাগ)	বিভাগ প্রধান	,,
সিডিউল ও হ্যান্ডআউট ফটোকপি করা	বিভাগ প্রধান	,,
প্রশিক্ষণের স্থান প্রশিক্ষণের উপযোগী করা	বিভাগ প্রধান	,,
ব্যানার তৈরি	বিভাগ প্রধান	,,
ভেন্যু বুকিং, খাবার ও আবাসন ব্যবস্থাপনা নিশ্চিত করা	বিভাগ প্রধান	,,
প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য প্রশিক্ষণ সামগ্রী ক্রয় নিশ্চিত করা।	বিভাগ প্রধান	,,
উদ্বোধনী পর্বের জন্য প্রস্তুতি	বিভাগ প্রধান	,,
প্রশিক্ষণ শেষে সমাপনী পর্বের জন্য প্রস্তুতি	বিভাগ প্রধান	,,

উদ্বোধনী অধিবেশনঃ

সংক্ষিপ্ত উদ্বোধনী অনুষ্ঠানের মধ্যদিয়ে প্রশিক্ষণ কর্মসূচি শুরু হবে।

অংশগ্রহণকারীদের নিবন্ধন (রেজিস্ট্রেশন)ঃ

প্রশিক্ষণের প্রথম দিনেই অংশগ্রহণকারীগণ তাদের নিবন্ধন কাজ সম্পন্ন করবেন। আগেই নিবন্ধন পত্র তৈরি করে রাখতে হবে। নিবন্ধনের সময় প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি করে নেমকার্ড দিতে হবে। ম্যানুয়ালটির নির্দেশিকা পর্বের শেষে একটি নিবন্ধন পত্রের নমুনা সংযুক্ত করা হল।

ম্যানুয়াল ব্যবহারের নির্দেশিকাঃ

এই মডিউলে মোট ১৭ টি অধিবেশন রয়েছে। প্রতিটি অধিবেশন পরিচালনার জন্য অধিবেশন পরিকল্পনা রয়েছে। যেখানে আলোচ্য সূচি, সময়, পদ্ধতি, উপকরণ ও প্রক্রিয়াগুলো বর্ণনা করা হয়েছে। এছাড়াও প্রতিটি অধিবেশন পরিকল্পনার সাথে সহায়ক তথ্য রয়েছে। সহায়ক তথ্য অনুযায়ী, প্রশিক্ষক আগে থেকেই উপকরণ তৈরি/সংগ্রহ করে রাখবেন।

প্রশিক্ষণ অধিবেশন পরিচালনা বিষয়ে কিছু পরামর্শঃ (প্রশিক্ষক)

- অংশগ্রহণকারীদের স্বাগত শুভেচ্ছা জানানো ও কুশল বিনিময় ।
- সহজ, সুন্দর, সাবলীলভাবে বিষয়বস্তু উপস্থাপন।
- আত্মবিশ্বাসের সাথে অধিবেশন পরিচালনা।
- অংশগ্রহণকারীদের জড়তা কাটিয়ে উঠতে সহায়তা করা।
- সবার অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা।
- দলীয় কাজে সহায়তা করা ।
- পূর্বের অধিবেশনের সাথে সম্পর্ক স্থাপন।
- বিষয়বস্তু সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের অভিজ্ঞতা ও মূল্যবোধকে গুরুত্ব দেয়া।
- প্রতিটি অধিবেশনের শেষে সার-সংক্ষেপ করা।
- প্রয়োজনে অস্থায়ী বিনোদনের ব্যবস্থা রাখা, যেমনঃ- প্রশিক্ষণার্থীদের দিয়ে গান, নাটিকা, কৌতুক ইত্যাদি।

সমাপ্তি অধিবেশনঃ

সংক্ষিপ্ত সমাপনী পর্বের মধ্যদিয়ে প্রশিক্ষণ কর্মসূচি শেষ হবে।

সহায়কের নমনীয়তা

- এই প্রশিক্ষণ সহায়িকাটি প্রশিক্ষণ কোর্স পরিচালনার জন্য একটি জরুরী নির্দেশনা পত্র হিসেবে ব্যবহার করতে হবে।
- অংশগ্রহণকারীদের স্তর, জ্ঞান, দক্ষতা ও প্রত্যাশা বিবেচনা করে প্রস্তাবিত পদ্ধতি, প্রক্রিয়া, সময়, উপকরণ ইত্যাদি পরিবর্তন করা যাবে। প্রয়োজনে প্রস্তাবিত উদ্দেশ্য সংযোজন করে সেই অনুযায়ী নতুন ধাপ ও বিষয় সংযোজন করার সুযোগ রয়েছে।
- অধিবেশনকে অধিক অংশগ্রহণমূলক করার জন্য সহায়ক উল্লেখিত পদ্ধতি পরিবর্তন করতে পারেন বা নতুন কোন পদ্ধতি অবলম্বনে অধিবেশন পরিচালনা করতে পারেন।
- একটি অধিবেশনের জন্য নির্ধারিত মোট সময়কে ঠিক রেখে প্রয়োজনে বিভিন্ন ধাপে সময়ের পরিবর্তন আনতে পারেন। আবার প্রয়োজনে একাধিক অধিবেশনের সময় পুনঃনির্ধারণ করে সামঞ্জস্য বিধান করতে পারেন।
- প্রশিক্ষণ সহায়িকায় সংযোজিত হ্যান্ডআউট ও অন্যান্য উপকরণসমূহ চাহিদার সাথে সঙ্গতি রেখে পরিবর্তন করতে হবে। এ মূহুর্তে যা উপযোগী আগামীতে তা অনুপযোগী মনে হতে পারে। তাই চাহিদার ওপর ভিত্তি করেই হ্যান্ডআউট ও উপকরণগুলোর পরিবর্তন, পরিবর্ধন ও অভিযোজন করতে হবে।
- মনে রাখতে হবে বাস্তবতার নিরিখে এই প্রশিক্ষণ নির্দেশিকার সব কিছুই পরিবর্তন, পরিবর্ধন ও সংশোধন করা যাবে। তবে তা যেন শুধু পরিবর্তনের জন্যই বা নিজের কর্তৃত্ব প্রদর্শন করার জন্য না হয়। পরিবর্তন যেন হয়, উন্নয়ন ও সমৃদ্ধকরণের দাবীতে। এই পরিবর্তন যেন কোনক্রমেই গুণগত মান হারিয়ে না ফেলে সেদিকে নজর রাখতে হবে।

প্রশিক্ষণ অনুসূচী

প্রথম দিন (১ম দিন)

সময়	বিষয়	কোর্সের উদ্দেশ্য	উপ-বিষয়	পদ্ধতি	উপকরণ
৯.০০-১০.০০	উদ্বোধন ও পরিচিতি	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ -** • সহায়ক ও অংশগ্রহনকারীগণ পরস্পরের সঙ্গে পরিচিতি হবেন এবং জড়তা ও সংকোচ মুক্ত হয়ে শিক্ষণ পরিবেশ সৃষ্টি করতে সক্ষম হবেন; • অংশগ্রহনকারীগণ প্রশিক্ষণ কোর্সের উদ্দেশ্য গুলো বলতে পারবেন; • অংশগ্রহনকারীগণ তাদের প্রত্যাশা ও নীতিমালা ব্যক্ত করতে পারবেন;	-নিবন্ধন -পরিচিতি -উপকরণ বিতরণ -জড়তা বিমোচন -কোর্সের উদ্দেশ্য -প্রশিক্ষণ সূচি -প্রত্যাশা যাচাই -প্রাক মূল্যায়ন	বক্তৃতা, আলোচনা ও উপস্থাপন।	কলম, হোয়াইট বোর্ড, মার্কার, পিনবোর্ড, পুশপিন, মাল্টিমিডিয়া, ল্যাপটপ, সিগনেচার কলম, প্রশ্নপত্র, নোটপ্যাড, পোস্টার/ ব্রাউন পেপার, ফ্লিপ চার্ট, ভিপকার্ড।
১০.০০-১১.০০	প্রকল্প পরিচিতি	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ -** • প্রকল্পের লক্ষ্য, উদ্দেশ্য, কার্যক্রম, বাস্তবায়ন ধাপ ও কাংক্ষিত ফলাফল বলতে পারবেন।	-প্রকল্পের লক্ষ্য, উদ্দেশ্য ও কার্যক্রম ব্যাখ্যা করতে পারবেন। -প্রকল্পের কাংখিত ফলাফল গুলি বলতে পারবেন।	উপস্থাপন ও আলোচনা	মাল্টিমিডিয়া, ল্যাপটপ, তথ্যপত্র।
১১.০০-১১:১৫	**স্বাস্থ্য-বিরতি**				
১১.১৫-১১.৪৫	এসডিজি ও সূচকসমূহ	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-** • এসডিজি- এর সূচকসমূহ বিশ্লেষন এবং ওয়াশ সূচক বাস্তবায়ন ব্যাখ্যা করতে পারবেন। • সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেকসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা । • ওয়াশ বিষয়ক বিদ্যমান নীতিমালা ও আইন বলতে পারবেন।	-এসডিজি- এর সূচকসমূহ বিশ্লেষন এবং ওয়াশ সূচক বাস্তবায়ন। -সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেকসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা। -ওয়াশ বিষয়ক বিদ্যমান নীতিমালা ও আইন।	মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর, আলোচনা ও মাল্টিমিডিয়া	বোর্ড মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, ভিপকার্ড ও তথ্যপত্র।
১১.৪৫-১২.৪৫	কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বিশ্লেষন ও গৃহীত পদক্ষেপ	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-** • কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বর্ণনা করতে পারবেন। • কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি উন্নয়নের গৃহীত পদক্ষেপগুলো বলতে পারবেন।	-কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি। -কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি উন্নয়নের গৃহীত পদক্ষেপ।	প্রশ্নোত্তর, আলোচনা ও ছোট দলীয় কাজ।	বোর্ড, মার্কার, তথ্যপত্র, মাল্টিমিডিয়া ও ল্যাপটপ।
১২.৪৫-১.১৫	হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধি	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহনকারীগণ-** • হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধি ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবেন; • স্বাস্থ্যবিধির প্রয়োজনীয়তা উল্লেখ করতে পারবেন;	-হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধির ধারনা; -হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধির প্রয়োজনীয়তা;	ব্রেইন স্টর্মিং, প্রশ্নোত্তর, প্রদর্শন ও আলোচনা,	বোর্ড, মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, গামলা, গ্লাস, পানি, সাবান, পোস্টার।

সময়	বিষয়	কোর্সের উদ্দেশ্য	উপ-বিষয়	পদ্ধতি	উপকরণ
		● ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার-পরিচছন্নতা আচরণসমূহ উল্লেখ করতে পারবেন; ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার- -পরিচছন্নতার উপায় বর্ণনা করতে পারবেন।	-ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার-পরিচছন্নতা সংক্রান্ত আচরণসমূহ; -ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য পরিচর্যার উপায়; -পরিবেশ পরিচ্ছন্ন রাখার উপায়; -হাত ধোয়ার পদ্ধতি প্রদর্শন (ভিডিও)।	উপস্থাপন ও ডেমো করা।	
১.১৫ - ২.১৫	**দুপুরের খাবার ও নামাজের বিরতি**				
২.১৫- ৩.১৫	**নিরাপদ পানি**	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-** ● নিরাপদ পানির ধারণা ও প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন; ● নিরাপদ পানির উৎস, সংগ্রহ, সংরক্ষণ ও ব্যবহার সম্পর্কে বলতে পারবেন; ● পানি বাহিত রোগ চিহ্নিতকরণ ও রোগ থেকে বাঁচার উপায় বলতে পারবেন; ● নিরাপদ পানির ব্যবহার সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন ।	-নিরাপদ পানি কী ও প্রয়োজনীয়তা; -নিরাপদ পানির উৎসসমূহ এবং এর রক্ষনাবেক্ষন; -পানি দূষণ কি কি ভাবে হয়; -সংগ্রহ থেকে ব্যবহার পর্যন্ত নিরাপদ পানি রাখার উপায়সমূহ; -আর্সেনিক কী এবং লক্ষণসমূহ ও ক্ষতিকারক দিকসমূহ; -পানি বাহিত রোগসমূহ এবং রোগ থেকে বাঁচার উপায় পানি বিশুদ্ধকরণ পদ্ধতি; -নিরাপদ পানির ব্যবহার।	প্রদর্শন ও আলোচনা, ব্রেইনস্ট্রর্মিং, প্রশ্নোত্তর, বডিম্যাপ ও জোড়াদল।	২টি গ্লাস, নিরাপদ পানি, দুষিতপানি, বোর্ড, মার্কার, পোষ্টার, মাল্টিমিডিয়া ও ল্যাপটপ।
৩.১৫ - ৩.৩০	**স্বাস্থ্য-বিরতি**				
৩.৩০- ৫.০০	**স্যানিটেশন ও স্যার্বিক স্যানিটেশন**	● স্যানিটেশন ও স্যার্বিক স্যানিটেশন কি তা বলতে পারবেন; ● স্বাস্থ্য রক্ষায় স্যানিটেশনের প্রয়োজনীয়তা উল্লেখ করতে পরবেন; ● পায়খানার ধরণ ও প্রকারভেদ ব্যাখ্যা করতে পারবেন; ● পর্যাপ্ত স্যানিটেশনের অভাবে কি কি রোগ হয় তা বলতে পারবেন এবং এ সকল রোগ থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য করণীয়সমূহ উল্লেখ করতে পাবেন; ● মল থেকে জীবাণু প্রবেশের মাধ্যম সমূহ ও তা প্রতিরোধে করণীয় গুলো উল্লেখ করতে পারবেন; ● স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা কি তা বলতে পারবেন এবং স্বাস্থ্য সম্মত পায়খানা ব্যবহারের নিয়মসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন।	-স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশনের ধারণা; -স্যানিটেশনের প্রয়োজনীয়তা পায়খানার ধরন ও প্রকারভেদ; -স্যানিটেশনের উপাদান এবং ১০০% স্যানিটেশন মল থেকে মুখে জীবাণু প্রবেশের মাধ্যমসমূহ ও তা প্রতিরোধে করনীয় -পর্যাপ্ত স্যানিটেশনের অভাবে সৃষ্ট রোগসমূহ এবং রোগ প্রতিরোধের উপায়; -স্বাস্থ্য সম্মত পায়খানা ও ব্যবহারের সঠিক নিয়ম ও শ্লোগান।	প্রশ্নোত্তর, আলোচনা, জোড়াদল, ছোট দলীয় কাজ।	বোর্ড, মার্কার, পোষ্টার, ভিপকার্ড, মাল্টিমিডিয়া, সোয়াবিন তেল ও হলুদের গুড়া।

দ্বিতীয় দিন (২য় দিন)

সময়	বিষয়	কোর্সের উদ্দেশ্য	উপ-বিষয়	পদ্ধতি	উপকরণ
৯.০০-৯.১৫	**পূর্বের দিনের ক্লাস রিভিউ**				
৯.১৫-১০.০০	**ওয়াটার ও স্যানিটেশন ঋণ কার্যক্রম**	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-** ● ঋণের ধারণ ও সদস্য নির্বাচনের প্রক্রিয়া ব্যাখ্যা করতে পারবেন; ● ঋণের খাতসমূহ ও নিয়মাবলী ব্যাখ্যা করতে পারবেন; ঋর্ণের সিলিং ও আদায় প্রক্রিয়া সম্পর্কে জানতে পারবেন।	-ঋণের ধারণা ও সদস্য নির্বাচনের প্রক্রিয়া ব্যাখ্যা করতে পারবেন; -ঋণের খাতসমূহ ও নিয়মাবলী ব্যাখ্যা করতে পারবেন; -ঋণের সিলিং ও আদায় প্রক্রিয়া সম্পর্কে জানতে পারবেন।	ব্রেইনস্টর্মিং, প্রশ্নোত্তর, আলোচনা, মাল্টিমিডিয়া	বোর্ড, মার্কার, তথ্যপত্র, মাল্টিমিডিয়া ও ল্যাপটপ।
১০.০০-১০.৪৫	**নিরাপদ পানি ও স্বাস্থ্যস্বম্মত পায়খানার ধরন**	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ** ● গুনগতমাণ নিশ্চিতকরণে ডিভএম, এডিভএম, ডিএম, আরএম, বিএম, এবিএম ও এলওদের ভূমিকা এবং ব্রাঞ্চের পরিকল্পনা ● এলাকা অনুযায়ী উপযোগী নিরাপদ পানি প্রযুক্তি চিহ্নিতকরণ এবং তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ ● টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব নলকূপ নকশা ও নির্মাণ প্রণালী ব্যাখ্যা করতে পারবেন; ● স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ও এর তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ করতে পারবেন' টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার নির্মাণে জনগোষ্ঠীকে উদ্বুদ্ধ করতে পারবেন।	- এলাকা ভিত্তিক নিরাপদ পানি প্রযুক্তি চিহ্নিতকরণ এবং তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ করতে পারবেন; -অফসেট পায়খানা ও সেইফলি ম্যানেজড স্যানিটেশন সর্স্পকে জানতে পারবে।	প্রদর্শন ও আলোচনা, ব্রেইনস্ট্রমিং, প্রশ্নোত্তর, বডিম্যাপ ও জোড়াদল।	বোর্ড, মার্কার, পোস্টার, মাল্টিমিডিয়া।
১০.৪৫-১১.০০	**স্বাস্থ্য-বিরতি**				

সময়	বিষয়	কোর্সের উদ্দেশ্য	উপ-বিষয়	পদ্ধতি	উপকরণ
১১.০০-১১.৩০	**কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্য ব্যবস্থাপনা**	**এই অধিবেশনে শেষে অংশগ্রণকারীগণ-** -কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্যসমূহ ও এর ক্ষতিকারক দিকসমূহ চিহ্নিত করতে পারবেন; -বর্জ্য ব্যবস্থাপনার বর্তমান অভ্যাসগুলো চিহ্নিত করতে পারবেন; -কিভাবে সঠিক উপায়ে কম খরচে বর্জ্য ব্যবস্থাপনা করা যায় তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।	-কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্যসমূহ; -বর্জ্যসমূহের ক্ষতিকারক দিকসমূহ; -বর্জ্য ব্যবস্থাপনার বর্তমান অভ্যাস; -কিভাবে সঠিক উপায়ে কম খরচে বর্জ্য ব্যবস্থাপনা করা যায়।	মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর আলোচনা, জোড়াদল, ছোট দল।	বোর্ড, মার্কার, পোষ্টার, ভিপ কার্ড ও তথ্যপত্র।
১১.৩০-১২.৩০	**উদ্বুদ্ধকরণ**	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-** -উদ্বুদ্ধকরণ বলতে কি বুঝায় তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন; -উদ্বুদ্ধকরণের গুরুত্ব ও উদ্বুদ্ধকরণের কৌশল ব্যাখ্যা করতে পারবেন।	-উদ্বুদ্ধকরণ কী; -উদ্বুদ্ধকরণের গুরুত্ব -উদ্বুদ্ধকরণের কৌশল।	মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর, আলোচনা, প্রদর্শন ও জোড়া দলে কাজ।	বোর্ড মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, তথ্যপত্র, ল্যাপটপ।
১২.৩০-১.১৫	**কার্যকরী যোগাযোগ**	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-** -যোগাযোগ কি ও যোগাযোগ উদ্দেশ্য গুলো ব্যাখ্যা করতে পারবেন। -যোগাযোগের মাধ্যম ও কাদের সাথে যোগাযোগ করতে হবে তা বলতে পারবেন। -কার্যকরী যোগাযোগের শর্তাবলী ও বাধাঁ গুলি বলতে পারবেন।	-যোগাযোগ কী; -যোগাযোগের উদ্দেশ্য; -যোগাযোগের মাধ্যম কাদের সাথে যোগাযোগ করতে হবে; -কার্যকরী যোগাযোগের শর্তাবলী; -যোগাযোগের বাঁধা; -যোগাযোগকারীর মৌলিক দক্ষতা।	মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর আলোচনা, জোড়াদল, ভিপকার্ড ও ছোট দলে কাজ।	বোর্ড ,মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, ভিপকার্ড, পোষ্টার, তথ্যপত্র।
১.১৫-২.১৫	**স্বাস্থ্য-বিরতি**				
২.১৫-২.৪৫	**প্রশিক্ষণ কি, প্রশিক্ষণ পদ্ধতি ও প্রশিক্ষণের ধারণা**	-বিভিন্ন প্রশিক্ষণ পদ্ধতির নাম বলতে পারবেন; -প্রশিক্ষণ পদ্ধতি নির্বাচনের বিবেচ্য বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করতে পারবেন।	-প্রশিক্ষণ পদ্ধতি কী? -বিভিন্ন ধরণের প্রশিক্ষণ; -প্রশিক্ষণ পদ্ধতি প্রয়োগে বিবেচ্য বিষয়; -অংশগ্রহণমুলক এবং উপযোগী পদ্ধতিসমূহ।	প্রশ্নোত্তর, জোড়াদল, গাইডেড স্ট্যাডি, মাল্টিমিডিয়া/ পোষ্টার।	বোর্ড, মার্কার, হ্যান্ডআউট, মাল্টিমিয়া/ পোষ্টার।
২.৪৫-৩.৪৫	**ফ্যাসিলেটেশন ও অধিবেশন পরিচালনা**	**এইঅধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-** -ফ্যাসিলিটেশন এর ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবেন; -সেশন ফ্যাসিলিটেশনের ক্ষেত্রে ফ্যাসিলিটেটরের দক্ষতাসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন; -সেশন ফ্যাসিলিটেশনে করণীয় এবং বর্জনীয়সমূহ চিহ্নত করতে পারবেন। -অংশগ্রহনকারী কর্তৃক অধিবেশন পরিকল্পনা প্রনয়ন ও উপস্থাপন করতে পারবেন।	-ফ্যাসিলেটেশনের ধারনা, -ফ্যাসিলেটেশনের দক্ষতা, -ভাল সহায়কের গুণাবলী, -ফ্যাসিলেটেশনের করণীয় ও বর্জনীয়সমূহ, -অংশগ্রহনকারী কর্তৃক অধিবেশন পরিকল্পনা প্রনয়ন, -অধিবেশন পরিচালনা।	প্রশ্নোত্তর, ভিপকার্ড, ব্রেইনস্ট্রর্মিং, অনুশীলন	বোর্ড, মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, কালেকশন শীট

সময়	বিষয়	কোর্সের উদ্দেশ্য	উপ-বিষয়	পদ্ধতি	উপকরণ
৩.৪৫-৪.০০	**স্বাস্থ্য-বিরতি**				
৪.০০-৪.৩০	**কার্যক্রম মনিটরিং, মূল্যায়ন ও রিপোটিং**	**এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-** -মনিটরিং ও মূল্যায়ন বলতে কি বুঝায় তা ব্যখ্যা করতে পারবেন; -মনিটরিং ও মূল্যায়নের উদ্দেশ্য ও তথ্য সংগ্রহের পদ্ধতি সম্পর্কে বলতে পাবেন; -মনিটরিং ও মূল্যায়নের ধাপসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন; -প্রকল্পের অগ্রগতি সম্পর্কিত প্রতিবেদন প্রণয়ন করতে পারবেন।	-মনিটরিং ও মূল্যায়ন কী ? -মনিটরিং ও মূল্যায়নের উদ্দেশ্য -মনিটরিং ও মূল্যায়নের তথ্য সংগ্রহের গুরুত্বপূর্ণ পদ্ধতিসমূহ -মনিটরিং ও মূল্যায়নের ধাপসমূহ প্রকল্পের অগ্রগতি সম্পর্কিত প্রতিবেদন প্রণয়ন।	মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর, আলোচনা, প্রদর্শন, জোড়া দলে কাজ।	বোর্ড মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, তথ্যপত্র, ল্যাপটপ।
৪.৩০-৫.০০	**প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন ও সমাপনী**	এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ -কোর্সের শিক্ষণীয় বিষয়গুলো উল্লেখ করতে পারবেন; -প্রশিক্ষণ থেকে প্রত্যাশা কতটুকু পূরণ হয়েছে তা যাচাই করতে পারবেন; -প্রশিক্ষণত্তোর ধারণা যাচাই করতে পারবেন; -ব্যক্তিগতভাবে কোর্সটি মূল্যায়ন করতে পারবেন।	-কোর্স রিভিও -প্রত্যাশা পূরণ -পোষ্ট মূল্যায়ন -প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন -সমাপনী	প্রতিযোগীতা , আলোচনা, বক্তৃতা।	প্রশ্নপত্র, মূল্যায়ন শিট।

অধিবেশন নং : ১

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ **উদ্বোধন ও পরিচিতি**
অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ **এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-**

- সহায়ক ও অংশগ্রহনকারীগণ পরস্পরের সঙ্গে পরিচিতি হবেন এবং জড়তা ও সংকোচ মুক্ত হয়ে শিখন পরিবেশ সৃষ্টি করতে সক্ষম হবেন;
- অংশগ্রহনকারীগণ প্রশিক্ষণ কোর্সের উদ্দেশ্য গুলো বলতে পারবেন;
- অংশগ্রহনকারীগণ তাদের প্রত্যাশা ও নীতিমালা ব্যক্ত করতে পারবেন।

আলোচ্য বিষয় ঃ

- পরস্পরের সঙ্গে পরিচিতি
- জড়তা ও সংকোচ মুক্ত
- প্রশিক্ষণ কোর্সের উদ্দেশ্য
- প্রশিক্ষণ প্রত্যাশা ও নীতিমালা

মোট সময় ঃ ১:০০ ঘন্টা
পদ্ধতি ঃ লেকচার, আলোচনা, দলীয় কাজ, প্রদর্শন।
উপকরণ ঃ পোষ্টার, হাজিরাপত্র, বোর্ড মার্কার, ভিপকার্ড, মাল্টিমিডিয়া, নির্দেশিকা পত্র।

পাঠ পরিকল্পনাঃ

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	**কোর্সের উদ্বোধনঃ** আমন্ত্রিত অতিথিদের (যদি থাকে) আসন গ্রহণ করতে বলবেন এবং অংশগ্রহণকারীদের সঙ্গে পরিচয় করিয়ে দিবেন। আমন্ত্রিত কোন অতিথিদের মধ্যে থেকে বক্তব্য রাখতে এবং প্রশিক্ষণ কোর্সের উদ্বোধন ঘোষণা করতে অনুরোধ করবেন। আমন্ত্রিত কোন অতিথি না থাকলে নিজে শুভেচ্ছা বক্তব্য দিয়ে প্রশিক্ষণ কোর্সের উদ্বোধন ঘোষণা করুন এবং সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে এ পর্ব এখানে শেষ করবেন।	১০ মিনিট
ধাপ-২	**পরিচয় পর্বঃ** নির্দেশিকা পত্র ১.১ এর আলোকে পরিচয় পর্ব পরিচালনা করবেন এবং নিজেও পরিচয় দিবেন। সকলের পরিচয় শেষে সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে পরিচয় পর্ব শেষ করবেন।	২০ মিনিট
ধাপ-৩	**কোর্সের উদ্দেশ্যঃ** পোষ্টার/ব্রাউন পেপার/মাল্টিমিডিয়া প্রদর্শন করে প্রশিক্ষণ কোর্সের উদ্দেশ্য নিয়ে অংশগ্রহনকারীদের সঙ্গে আলোচনা করবেন।	১০ মিনিট
ধাপ-৫	**প্রশিক্ষণ প্রত্যাশাঃ**	১০ মিনিট

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
	সকল অংশগ্রহনকারীকে ২টি করে ভিপ কার্ড ও ১টি করে আর্টলাইন মার্কার দিবেন। অংশগ্রহণকারীরা এ প্রশিক্ষণ থেকে কী কী জানতে চান/ প্রত্যাশাগুলি কি তা ভিপ কার্ডে লিখতে বলবেন। যদি কেউ ২টির বেশী লিখতে চায় তাকে আরো ভিপ কার্ড দিবেন । সকলের লেখা শেষে ভিপকার্ড গুলো অংশগ্রহনকারীদের নিকট থেকে সংগ্রহ করে ভিপ কার্ডগুলো বোর্ডে লাগান এবং ক্লাস্টার করবেন। এবার সকলের মধ্যে প্রশিক্ষণ সূচি বিতরণ করবেন এবং ব্যাখ্যা করবেন। প্রশিক্ষণ সূচির সঙ্গে তাদের প্রত্যাশাগুলো মিলাতে সহায়তা করবেন। অংশগ্রহণকারীদের কোন প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর দিয়ে এ পর্ব এখানেই শেষ করবেন।	
ধাপ-৬	**প্রশিক্ষণ নীতিমালা ঃ** এই প্রশিক্ষণ কোর্সকে সুন্দরভাবে সম্পন্ন করতে কি কি নীতিমালা মেনে চলতে হবে অংশগ্রহণকারীদের সাথে আলোচনা করে চিহ্নিত করুন এবং একটি পোস্টার পেপারে লিখে প্রশিক্ষণ কক্ষের এক পার্শ্বে টানিয়ে রাখুন। সকলের নিকট থেকে প্রশিক্ষণ নীতিমালা মেনে চলার অঙ্গিকার গ্রহণ করুন।	১০ মিনিট

কোর্সের উদ্দেশ্য

এই কোর্স সমাপ্তির পর অংশগ্রহণকারীগণ:

- টেকসই ক্রেডিট এক্সেসের মাধ্যমে জীবিকা বৃদ্ধি করা:দারিদ্রের বিরুদ্ধে লড়াইয়ের জন্য স্যানিটেশন এবং পানি সুরক্ষার উন্নতি করা বিষয়ক প্রকল্পের লক্ষ্য, উদ্দেশ্য ও প্রকল্পের কার্যক্রম ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- SDG – এর সূচকসমূহ বিশ্লেষণ এবং ওয়াশ সূচক বাস্তবায়নে সক্ষম হবেন।
- কর্ম এলাকার ওয়াটার ও স্যানিটেশন পরিস্থিতি বিশ্লেষণ ও গৃহীত পদক্ষেপ ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- নিরাপদ পানি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশন ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধি ও পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- ওয়াটার ও স্যানিটেশন ঋণের খাত চিহ্নিত করণ ও ঋণের সিলিং ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- স্যানিটেশন কার্যক্রমে জেন্ডারের ভূমিকা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্য ব্যবস্থাপনা ওয়াটার ও স্যানিটেশন সম্পর্কে জানতে পারবেন।
- ওয়াটার ও স্যানিটেশনর ক্ষেত্রে দুর্যোগকালীন সময়ে করনীয় সম্পর্কে জানতে পারবেন।
- ফ্যাসিলিটেশনের ধারণা ও সেশন ফ্যাসিলিটেশনের সক্ষমতা বৃদ্ধি পাবে।
- প্রকল্পের কার্যক্রমে যোগাযোগে ক্ষেত্রে সক্ষমতা বৃদ্ধি পাবে।
- প্রকল্প কার্যক্রম মনিটরিং, মূল্যায়ন এবং প্রতিবেদন তৈরীর উপর দক্ষতা বৃদ্ধি পাবে।
- প্রশিক্ষণ কি,প্রশিক্ষণ পদ্ধতি ও প্রশিক্ষণের ধারণা সম্পর্কে জানতে পারবেন।
- উদ্বুদ্ধকরণে সক্ষমতা বৃদ্ধি পাবে।

টেকসই ক্রেডিট এক্সেসের মাধ্যমে জীবিকা বৃদ্ধি করা:দারিদ্রের বিরুদ্ধে লড়াইয়ের জন্য স্যানিটেশন এবং পানি সুরক্ষার উন্নতি করা বিষয়ক

প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল

অংশগ্রহনকারী : এরিয়া ম্যানেজার, জোনাল ম্যানেজার ও প্রধান কার্যালয়ের উন্নয়নকর্মীবৃন্দ।
সময়কাল : ০২ দিন।

প্রথম দিন

১. উদ্বোধন ও পরিচিতি পর্ব
২. প্রকল্প পরিচিতি
৩. এসডিজি ও সূচকসমূহ
৪. কর্ম-এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বিশ্লেষণ ও গৃহীত পদক্ষেপ
৫. হাইজিন বা স্বাস্থ্য বিধি
৬. নিরাপদ পানি
৭. স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশন

দ্বিতীয় দিন

৮. ওয়াটার ও স্যানিটেশন ঋণ কার্যক্রম স্যানিটেশন ও জেন্ডার
৯. নিরাপদ পানি
১০. কমিউনিটি বর্জ্য ব্যবস্থাপনা
১১. উদ্বুদ্ধকরণ
১২. কার্যকরী যোগাযোগ
১৩. প্রশিক্ষণ কি, প্রশিক্ষণ পদ্ধতি ও প্রশিক্ষণের ধারণা
১৪. ফ্যাসিলেটেশন ও অধিবেশন পরিচালনা
১৫. কার্যক্রম মনিটরিং, মূল্যায়ন ও রিপোটিং
১৬. কোর্স মূল্যায়ন ও সমাপ্তী

ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)

প্রশিক্ষণ প্রাক ধারণা যাচাইপত্র

অংশগ্রহণকারী : ফ্যাসিলেটেটর

সময়কাল: ২ দিন

সময় : ১৫ মিনিট **মোট নম্বর : ৫০**

১. নিরাপদ পানি কী ও তার প্রয়োজনীয়তা লিখুন।	
২. ৫ টি অংশগ্রহণমূলক প্রশিক্ষণ পদ্ধতির নাম লিখুন।	
৩. ব্যক্তিগত পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা সংক্রান্ত আচরণসমূহ কি কি?	
৪. ওয়াটার ও স্যানিটেশন ঋণ, কি কি খাতের উপর ঋণ দেওয়া হবে?	
৫. মল কোন কোন মাধ্যমে মানুষের মুখে প্রবেশ করতে পারে?	
অংশগ্রহণকারীর নাম :	**পদবী :**
মোবাইল নং :	**তারিখ :**

প্রশিক্ষণ কক্ষের নীতিমালা

০১. নির্ধারিত সময়ে প্রশিক্ষণ কক্ষে আসব।
০২. কথা বলার/প্রশ্ন করার আগে হাত তুলে দৃষ্টি আর্কষণ করব।
০৩. সক্রিয় ভাবে অংশগ্রহণ করব।
০৪. পরস্পরের মতামতের প্রতি শ্রদ্ধাশীল হব।
০৫. প্লেনারী/বড় দলে আলোচনার সময় পাশাপাশি একজন আরেক জনের সাথে কথা বলব না।
০৬. সুষ্ঠুভাবে প্রশিক্ষণ পরিচালনা ও ব্যবস্থাপনায় সহযোগিতা করব।
০৭. নিজেদের ও প্রশিক্ষণ কক্ষের উপকরণসমূহ গুছিয়ে রাখব ও প্রশিক্ষণ কক্ষ পরিছন্ন রাখব
০৮. মোবাইল সেট সাইলেন্ট মুডে রাখব।
০৯. দলীয় কাজে সকলে অংশগ্রহণ করব।
১০. বিনোদনে সকলে অংশগ্রহণ করব।

** অংশগ্রহনারীদের আলোচনা থেকে আসা নতুন পয়েন্ট যোগ করুন।

অধিবেশন নং : ২

অধিবেশনের শিরোনাম : **প্রকল্প পরিচিতি**

অধিবেশনের উদ্দেশ্য : **এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-**

- প্রকল্পের লক্ষ্য, উদ্দেশ্য, কার্যক্রম, বাস্তবায়ন ধাপ ও কাংক্ষিত ফলাফল সমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

আলোচ্য বিষয় :

- প্রকল্পের লক্ষ্য ,উদ্দেশ্য ও কার্যক্রম ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- প্রকল্পের কাংখিত ফলাফল গুলি বলতে পারবেন

পদ্ধতি ঃ মাল্টিমিডিয়া, মুক্ত আলোচনা।

উপকরণ ঃ বোর্ড, মার্কার, তথ্যপত্র।

মোট সময় ঃ ১ ঘন্টা

পাঠ পরিকল্পনা

ধাপ	ধাপ ও প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	**ধাপ-১ঃ প্রকল্পের লক্ষ্য ,উদ্দেশ্য ও কার্যক্রম ঃ** পাওয়ার পয়েন্ট এর মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীদের সাথে পর্যায়ক্রমে প্রকল্পের লক্ষ্য, উদ্দেশ্য ও কার্যক্রম বিস্তারিতভাবে আলোচনা করুন।	৪৫ মিনিট
ধাপ-২	প্রকল্পের কাংখিত ফলাফল গুলি মাল্টিমিডিয়ার মাধ্যমে সহায়ক উপস্থাপন করবেন এবং প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহযোগিতা নিবেন।	১০ মিনিট
ধাপ-৩	**পুনরালোচনাঃ** অধিবেশনের সারসংক্ষেপ আলোচনা করে সক্রিয় অংশগ্রহণের জন্য ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন সমাপ্তি করুন।	০৫ মিনিট

প্রকল্পের নাম ঃ Enhancing livelihoods Through Sustainable Credit Access:Improving Sanitation and Water Safety to Combat Poverty
(টেকসই ক্রেডিট এক্সেসের মাধ্যমে জীবিকা বৃদ্ধি করা:দারিদ্র্যের বিরুদ্ধে লড়াইয়ের জন্য স্যানিটেশন এবং পানি সুরক্ষার উন্নতি করা)

দাতা সংস্থার নাম ঃ Water.org (ওয়াটার.ওআরজি)

প্রকল্পের মেয়াদ ঃ ১ এপ্রিল'২০২৩ হতে ৩১ মে'২০২৬ পর্যন্ত
প্রাক্কলিত ব্যয় ঃ ২,৪৩,৬৪,৫০০.০০ টাকা মাত্র।

প্রকল্পের কর্মকর্তা/কর্মী ১০৩৬ জন

ক্রমিক নং	প্রকল্প উন্নয়নকর্মী	সংখ্যা
০১	হেড অফ মাইক্রোফিন্যান্স	০১ জন
০২	হেড অফ অপারেশন	০১ জন
০৩	ফোকাল পারসন	০১ জন
০৪	প্রজেক্ট কো-অর্ডিনেটর	০১ জন
০৫	ট্রেনিং কো-অর্ডিনেটর	০১ জন
০৬	মাষ্টার ট্রেইনার (এরিয়া প্রধান, জোন প্রধান)- মাইক্রোফিন্যান্স কর্মসূচি	৪৫ জন
০৭	শাখা ব্যবস্থাপক- মাইক্রোফিন্যান্স কর্মসূচি	১৫৩ জন
০৮	হিসাব রক্ষক- মাইক্রোফিন্যান্স কর্মসূচি	১৫৩ জন
০৯	ফিল্ড অফিসার-মাইক্রোফিন্যান্স কর্মসূচি	৬৮০ জন

Water.org বাংলাদেশে বিশুদ্ধ পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত পয়:নিষ্কাশন বৃদ্ধি করার লক্ষ্যে কাজ করছে। ওয়াটার ক্রেডিট কার্যক্রমের মাধ্যমে water.org ক্ষুদ্র ঋণ প্রদানকারী এনজিও-এর কারিগরি দক্ষতা বৃদ্ধির মাধ্যমে বাংলাদেশের প্রতিটি বাড়িতে পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত পয়:নিষ্কাশন উপকরণ প্রদানের ঋণ কার্যক্রম প্রমোট করা। উল্লেখিত প্রকল্পের মাধ্যমে ইএসডিও বাংলাদেশের ১৮ টি জেলায় তার উপকারভোগীদের মাঝে বিশুদ্ধ পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত পয়:নিষ্কাশন করা ।

অংশীদারিত্বের উদ্দেশ্য এবং লক্ষ্য-

- FI এর মধ্যে WaterCredit(WC) ঋণস্থিতিকে মূলধারায় আনার জন্য স্বল্প-মেয়াদী এবং দীর্ঘ মেয়াদী লক্ষ্য বর্ণনা করা, নির্ধারিত লক্ষ্যমাত্রা অনুযায়ী জনসংখ্যা ও ভৌগলিক অবস্থা কর্মসূচির আওতায় নিয়ে আসা।
- কিভাবে WaterCredit(WC) সমর্থন করে FI এর কৌশল/সেবা লক্ষ্যের সাথে সম্পর্কযুক্ত স্বল্প বা দীর্ঘমেয়াদে ?
- WaterCredit(WC) ঋণ মূলধারার জন্য FI কোন সুযোগ গুলো দেখে ?
- সফল WaterCredit(WC) ঋণ প্রোডাক্ট বিচার করতে FI কোন মাপকাঠিতে দেখবে ?

দীর্ঘমেয়াদী লক্ষ্য ঃ

- মানবিক ও আর্থিক দারিদ্র হ্রাস করার জন্য বিভিন্ন উপযুক্ত পদক্ষেপ গ্রহন করা।
- অন্তর্ভুক্তিমূলক স্বাস্থ্যসেবা ও পুষ্টি প্রতিষ্ঠার মাধ্যমে সুস্বাস্থ্য ও মঙ্গল নিশ্চিত করা।
- নারী ও মেয়েদের জন্য একটি সক্ষম পরিবেশ তৈরির জন্য লিঙ্গ মূলধারার প্রচার করা।

স্বল্পমেয়াদী লক্ষ্য ঃ

- দরিদ্র এবং আরো দুর্বল মানুষের জন্য আর্থিক অন্তর্ভুক্তি নিশ্চিত করা
- স্যানিটেশন এবং স্বাস্থ্যের দৃষ্টিকোণে সমাজের সকল স্তরের জন্য অন্তর্ভুক্তিমূলক শিক্ষা নিশ্চিত করা।
- ওয়াশ ইস্যু বিবেচনা করে দূর্যোগ এবং জলবায়ু পরিবর্তনের চ্যালেঞ্জ গ্রহণের জন্য স্থিতিস্থাপকতা ভিত্তিক অভিযোজিত সম্প্রদায় গড়ে তোলা।
- ওয়াশ সম্পর্কিত বিভিন্ন হস্তক্ষেপের মাধ্যমে অসমতা,সহিংসতা কমাতে এবং কাউকে পিছনে না (LNOB) কৌশল অনুসরণ করে অধিকার প্রতিষ্ঠ করা।

WSS সমর্থন সম্পর্কিত স্বল্প বা দীর্ঘমেয়াদী লক্ষ্য ঃ

ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও) Sustainable Development Goals (SDG) 6: স্বাস্থ্য এবং বিশুদ্ধ পানির উপর বিশেষ দৃষ্টি দিয়েছে কারণ এটি হলো প্রধান উদ্বেগজনক খাত যা প্রত্যক্ষ ও পরোক্ষভাবে অন্যান্য SDG- তে অবদান রেখেছে। এটি নিশ্চিত করা গেলে স্বাস্থ্য খাতে সাধারণ মানুষের ৪০% অর্থায়ন উল্লেখযোগ্য ভাবে হ্রাস পাবে। সুতরাং, WaterCredit(WC) সমর্থন লক্ষযুক্ত পৃথক গোষ্ঠীর পাশাপাশি মিশ্রণ এবং অন্যান্য অংশগুলির মধ্যে সচেতনতা নিশ্চিত করবে। প্রদত্ত ঋণ তাদের সংকট কমিয়ে দেবে বিশেষ করে দুর্বল সময়ে। অন্যদিকে উদ্বেগ শুল্ক বহনকারীকে সংবেদনশীল করার জন্য WaterCredit(WC) সহায়তা আমাদের তাদের সাথে অ্যাডভোকেসি করার পাশাপাশি বাংলাদেশ সরকারের উদ্বেগজনক পানি ও স্যানিটেশন বিভাগের মাধ্যমে আরো বেশি জনসংখ্যাকে সমপৃক্ত করতে সহায়তা করবে। সম্প্রদায়ের নিম্ন আয়ের স্তরের লোকদের জন্য মূল স্তরের সচেতনতা গড়ে তোলার প্রচারণা এবং প্রশিক্ষণ ও সম্প্রদায়ের মানুষের মধ্যে সচেতনতা বৃদ্ধি করবে এবং যুক্তিসংগত ভাবে ঋণের পরিমাণ এবং কভারেজ উল্লেখযোগ্য উপায়ে ত্বরান্বিত হবে, সুতরাং শেষ পর্যন্ত দীর্ঘমেয়াদী এবং স্বল্পমেয়াদী লক্ষ্যগুলি ধাপে ধাপে পূরণ করা হবে।

WaterCredit ঋণ মূলধারার জন্য সুযোগঃ

ESDO’র মাইক্রোফিন্যান্স কর্মসূচির পথচলার তিন দশকেরও বেশি সময়ের মধ্যে , এটা প্রমাণিত হয়েছে যে, মাইক্রোফিন্যান্সের চাহিদা ও সরবরাহের দিক দিন দিন প্রসারিত হচ্ছে এবং দুটি মৌলিক কারণে ওয়াশ সেক্টরে একটি বিশাল অর্থায়নের চাহিদা বাড়ছেঃ

- ক্ষুদ্রঋণ এবং অন্যান্য বিষয়গুলির মাধ্যমে জনগনের জন্য সক্ষম এবং আরো ভালো পরিস্থিতি তৈরি করে এবং ফলস্বরুপ,মানুষ পানি এবং স্যানিটেশন বিনিয়োগের মতো নিজস্ব বিনিয়োগের মাধ্যমে তাদের মৌলিক চাহিদাগুলি পূরণ করতে আগ্রহী হয়।
- ব্যাপক প্রচারাভিযান এবং ক্রমাগত সামাজিক শিক্ষার কারণে বিভিন্ন উন্নয়ন সংস্থার মাধ্যমে ওয়াশ অর্থায়নের চাহিদা দিন দিন প্রসারিত হচ্ছে।

আমাদের লক্ষ্য পূরনের জন্য যা করা প্রয়োজন:

WaterCredit(WC) দৃষ্টিভঙ্গির ক্ষেত্রে আমাদের স্বল্প-মেয়াদী এবং দীর্ঘমেয়াদী লক্ষ্য পূরনের জন্য আমাদের কিছু নির্দিষ্ট বিষয়ের প্রয়োজন হবে। এই বিষয়গুলো হলো:

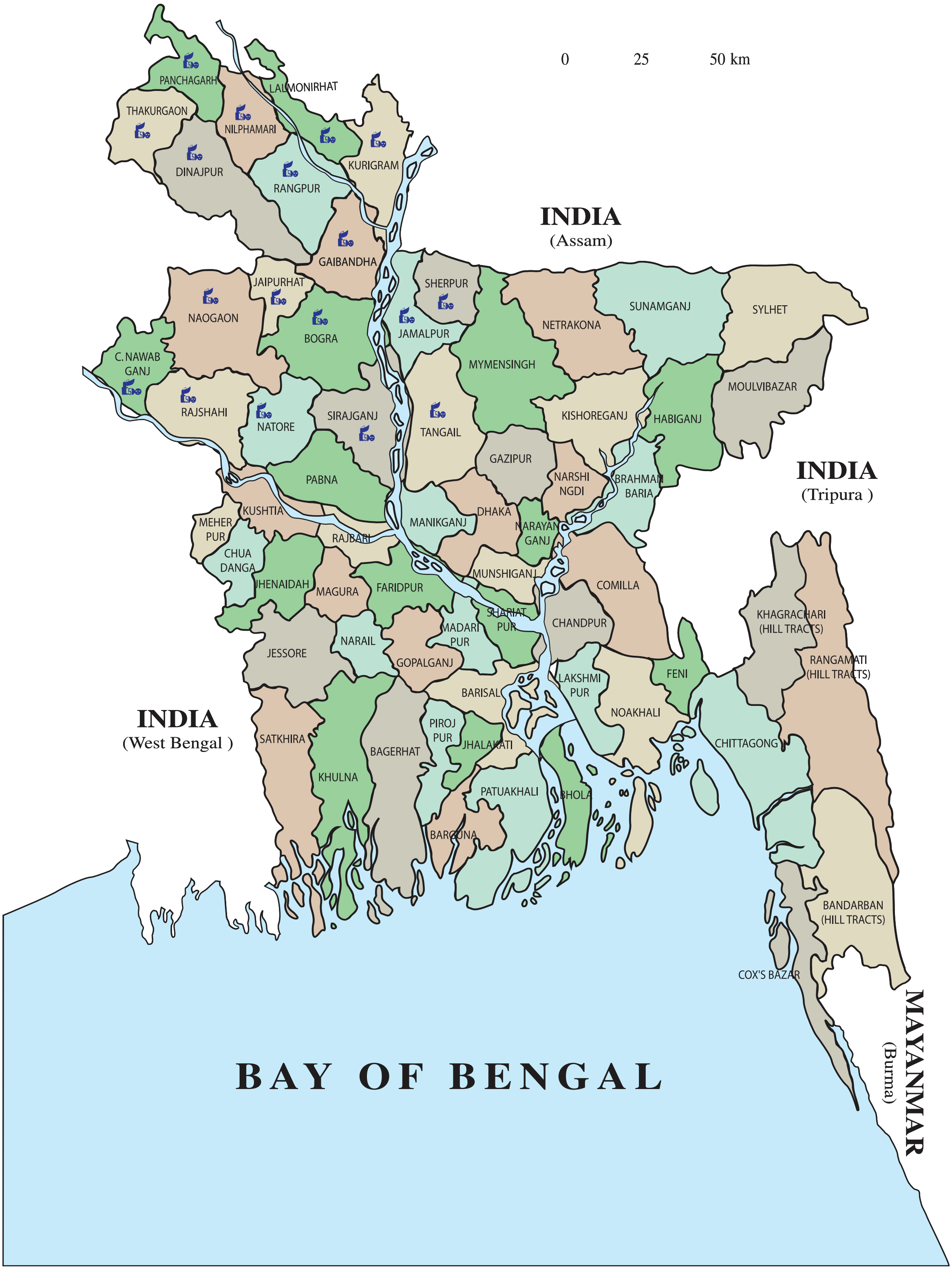
- সচেতনতা গড়ে তোলা
- আর্থিক সহায়তা এবং অন্তর্ভুক্তি
- স্টেকহোল্ডারদের সম্পৃক্ততা
- প্রযুক্তিগত সহায়তা
- দায়িত্ব বাহকদের সংবেদনশীলতা এবং দায়বদ্ধতা
- কর্মীদের এবং সম্ভাব্য পৃথক গোষ্ঠীগুলির স্বল্পমেয়াদী এবং দীর্ঘমেয়াদী সক্ষমতা বৃদ্ধি করা।

Water.org থেকে প্রেরিত সহায়তা সমূহ:

- কর্মীদের সক্ষমতা বৃদ্ধির সহায়তা (সুবিধা,পর্যবেক্ষণ, রিপোর্টিং)
- BCC এবং IEC উপকরণ সমর্থন
- ব্যবসায়িক পরিকল্পনা উন্নয়ন সমর্থন
- ব্রান্ডিং এবং প্রচার সমর্থন (ভিডিও/ডকুমেন্টারি)
- কর্ম গবেষণা সমর্থন করে
- প্রচারাভিযানের ব্যবস্থা সমর্থন
- স্টেকহোল্ডারদের সংবেদনশীলতা পরিচালনা (ওয়ার্কশপ, র‍্যালি, সেমিনার, টকশো ইত্যাদি)
- নীতি উন্নয়ন সমর্থন করে
- অ্যাপস ডেভলপমেন্ট সাপোর্ট করে
- এক্সপোজার ভিজিট।

প্রকল্প এলাকা ঃ বাংলাদেশের চারটি বিভাগের মোট ১৮ টি জেলা

ESDO WORKING AREA



বাংলাদেশের চারটি বিভাগের মোট ১৮ টি জেলা :

ক্রমিক নং	বিভাগ	জেলা/সিটি কর্পোরেশন	উপজেলা/থানা
১	রংপুর	পঞ্চগড়, ঠাকুরগাঁও, নীলফামারী, দিনাজপুর, লালমনিরহাট, গাইবান্ধা, রংপুর, কুড়িগ্রাম	ইএসডিও মাইক্রোফিন্যান্স কর্মসূচীর কর্ম এলাকা
২	রাজশাহী	বগুড়া, সিরাজগঞ্জ, রাজশাহী, নাটোর, জয়পুরহাট, চাপাইনবাবগঞ্জ, নওগাঁ	
৩	ময়মনসিংহ	জামালপুর, শেরপুর	
৪	ঢাকা	টাঙ্গাইল	

কর্মক্ষেত্র ঃ

- দায়িত্ব প্রাপ্ত কর্মকর্তাদের ওয়াটার ও স্যানিটেশন বিষয়ে সক্ষমতা বৃদ্ধি করা।
- প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল, IEC and BCC উপকরণ, উন্নয়ন, বিতরন করা।
- সাধারন জনগনের জন্য ওয়াটার ও স্যানিটেশন বিষয়ক সচেতন করা।
- স্টেক হোল্ডারদের সম্পৃক্ত করা। (local govt., DPHE, LGED, DMCs, NGOs, Civil society, journalist, UPs, community people).
- বাজার যাচাই।
- ওয়াটার ও স্যানিটেশন ঋণ প্রদান করা।
- জ্ঞান/তথ্য ব্যবস্থাপনা এবং সমৃদ্ধ করা।

দক্ষতা উন্নয়ন ঃ

- ৪৫ জন (এরিয়া ও জোন প্রধান) উন্নয়ন কর্মীকে মাষ্টার ট্রেইনার ২ (দুই) দিনের প্রশিক্ষণ।
- ১৫৩ জন শাখা ব্যবস্থাপককে ১ (এক) দিনের প্রশিক্ষণ।
- ১৫৩ জন হিসাব রক্ষককে ১ (এক) দিনের প্রশিক্ষণ।
- ৬৮০ জন ফিল্ড অফিসারকে ১ (এক) দিনের প্রশিক্ষণ।
- ঋণ গ্রহীতা ৩৫২৫০ জনকে ১ (এক) দিনের প্রশিক্ষণ পাবেন।

স্টেকহোল্ডারদের সম্পৃক্তকরণ ঃ

- জাতীয় পর্যায়ে প্রকল্প চালু করার জন্য দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা মন্ত্রণালয়, পানি সম্পদ মন্ত্রণালয়, ডিপিএইচই, এলজিইডি, বিভিন্ন নেটওয়ার্ক, আর্ন্তজাতিক বে-সরকারী সংস্থা, জাতীয় এনজিওর এবং ৩০ জন অংশগ্রহনকারীর সঙ্গে কর্মশালা আয়োজন করা।
- জেলা পর্যায়ে জেলা প্রশাসন, স্থানীয় এনজিও, ডিডিএমসি এর সঙ্গে সংবেদনশীলতা সভা/মিটিং এর আয়োজন করা।
- উপজেলা পর্যায়ে উপজেলা প্রশাসন, স্থানীয় এনজিও, উপজেলা ডিএমসি ইত্যাদির সঙ্গে সংবেদনশীলতা এবং শিক্ষা/তথ্য আদান প্রদানের মিটিং/সভা এর আয়োজন করা।
- ইউনিয়ন পর্যায়ে ইউনিয়ন পরিষদ, ইউপিডিএমসি, স্থানীয় এনজিও,নাগরিক সমাজ, ইত্যাদির সঙ্গে সংবেদনশীলতা এবং শিক্ষা/তথ্য আদান প্রদানের মিটিং/সভা এর আয়োজন করা ।
- সদস্যদের সঙ্গে সচেতনতা মূলক আলোচনা/মিটিং করা।
- জেলা প্রশাসন এর সহিত জাতীয় পয়ঃনিষ্কাষণ দিবস পালন করা।
- প্রকল্প অভিজ্ঞতা বিনিময়ে জাতীয় পর্যায়ে সেমিনার করা।

আর্থিক ও কারিগরি সহায়তা:

- ৩৫২৫০ উপকারভোগীদের WaterCredit(WC) Loan ৩ বছরে প্রদান করা।
- পানির গুনগতমান ও আর্সেনিক পরীক্ষা ।
- স্থাপনা তৈরীতে প্রত্যক্ষ কারিগরি সহায়তা।

অন্যান্য কার্যাবলী:

- ৪ টি বিভাগীয় পর্যায়ে কর্মশালা।
- বিনিময় পরিদর্শন।
- সমাজিক পরিবর্তন মূল্যায়ন।
- ১৫৩ টি শাখার মাধ্যমে ৩৫২৫০ টি WaterCredit(WC) ঋণ বিতরণ করা।

জোন অনুযায়ী ট্রেইনার ঃ (৮৭৮ জন)

জোনের নাম	এরিয়া	শাখা	ফিল্ড অফিসার	মোট ট্রেইনার	ব্যাচ
ঠাকুরগাঁও	২	১২	৭০	৮৪	৩
রানীশংকৈল	২	১২	৬৫	৭৯	৩
পঞ্চগড়	৩	১৪	৭০	৮৭	৩
নীলফামারী	৪	২০	৮০	১০৪	৪
দিনাজপুর	২	১০	৪০	৫২	২
রংপুর	২	১৩	৬০	৭৫	৩
লালমনিরহাট	৩	১৫	৬০	৭৮	৩
গাইবান্ধা	২	৯	৪০	৫১	২
সিরাজগঞ্জ	২	৯	৪০	৫১	২
নাটোর	১	৬	২৫	৩২	১
রাজশাহী	২	১১	৫০	৬৩	২
নওগাঁ	১	৭	২০	২৮	১
জামালপুর	৩	১৫	৬০	৭৮	৩
মোট	**২৯**	**১৫৩**	**৬৮০**	**৮৬২**	**৩২**

প্রকল্পের কাংখিত ফলাফল:

১। ১৫১৫৭৫ জনগণকে ওয়াশ সম্পর্কে সচেতন করা।
২। খোলা জায়গায় মল ত্যাগের অভ্যাস পরিবর্তন করে স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহার করবে।
৩। জনগণ খাবার আগে ও পরে সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার অভ্যাস গড়ে তুলবে ।
৪। জনগণ পায়খানা ব্যবহারের পর সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার অভ্যাস গড়ে তুলবে।
৫। স্বাস্থ্য বিধির নিয়ম মেনে চলার জন্য উদ্ধুদ্ধকরণ করা হবে ।
৬। ৩৫২৫০ উপকারভোগীদের WaterCredit Loan মাধ্যমে বাড়ীতে নলকুপ ও স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিন স্থাপন করা ।
৭। ইএসডিও'র ৪৫ জন উন্নয়নকর্মীকে ২ (দুই) দিনের মাষ্টার ট্রেইনার প্রশিক্ষণ প্রদান।
৮। ইএসডিও'র ১৫৩ জন শাখা ব্যবস্থাপককে ১ (এক) দিনের প্রশিক্ষণ প্রদান।
৯। মাইক্রোফিন্যান্স কর্মসূচির ৬৮০ জন ফিল্ড অফিসারগণকে ১ (এক) দিনের প্রশিক্ষণ প্রদান।
১০। ৩৫২৫০ জন ঋণ গ্রহিতাকে ১ (এক) দিনের মৌলিক প্রশিক্ষণ প্রদান।
১১। জাতীয়, জেলা, উপজেলা, ইউনিয়ন ও তৃণমূল পর্যায়ের স্টেকহোল্ডারগণকে সেমিনার/মিটিং, বিভিন্ন দিবস উদযাপন করা।

অধিবেশনের নং-০৩

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ এসডিজি- ও সূচকসমূহ
অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- এসডিজি- এর সূচকসমূহ বিশ্লেষন এবং ওয়াস সূচক বাস্তবায়ন ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেকসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা ।
- ওয়াশ বিষয়ক বিদ্যমান নীতিমালা ও আইন বলতে পারবেন।

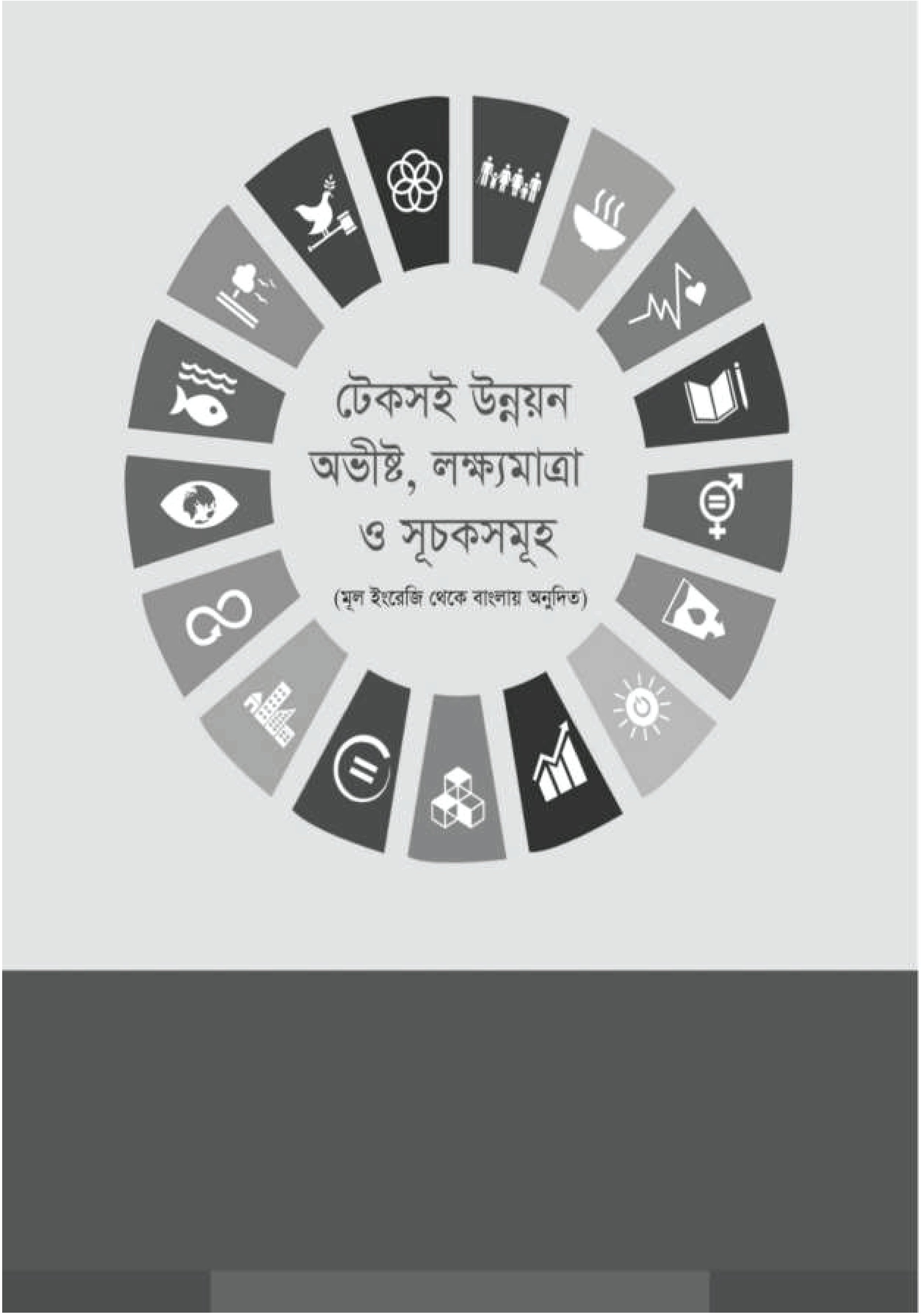
আলোচ্য বিষয় ঃ

- এসডিজি- এর সূচকসমূহ বিশ্লেষণ এবং ওয়াস সূচক বাস্তবায়ন।
- সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেকসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা।
- ওয়াশ বিষয়ক বিদ্যমান নীতিমালা ও আইন।

মোট সময় ঃ ৩০ মিনিট।
পদ্ধতি ঃ মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর আলোচনা, মাল্টিমিডিয়া ।
উপকরণ ঃ বোর্ড মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, ভিপকার্ড, তথ্যপত্র।

পরিকল্পনা

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের শুভেচ্ছা জানিয়ে অধিবেশন শুরু করবেন। সহায়ক মাল্টিমিডিয়ার মাধ্যমে সকলের মতামতের ভিত্তিতে এসডিজিও সূচকসমূহ আলোচনা করবেন।	০৫ মিনিট
ধাপ-২	সহায়ক সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেশসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা তথ্যপত্রটি মাল্টিমিডিয়ার মাধ্যমে উপস্থাপন ও প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে আলোচনা করবেন।	১০ মিনিট
ধাপ-৩	সহায়ক তথ্যপত্রের মাধ্যমে বিদ্যমান নীতিমালা ও আইন আলোচনা করবেন ।	৫ মিনিট
ধাপ-৪	**পুনরালোচনা:** সহায়ক প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে সেশনটি পুনরালোচনা করবেন। কারও কোন প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর প্রদান করবেন। শেষে সাবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।	১০ মিনিট


টেকসই উন্নয়ন
অভীষ্ট, লক্ষ্যমাত্রা
ও সূচকসমূহ
(মূল ইংরেজি থেকে বাংলায় অনূদিত)

জাতিসংঘ ঘোষিত টেকসই উন্নয়ন অভীষ্ট লক্ষ্যমাত্রা ও সূচকসমূহ

টেকসই উন্নয়ন যে জন্য
জনগণ
সমৃদ্ধি
শান্তি
অংশীদারিত্ব
ধরিত্রী

টেকসই উন্নয়ন অভীষ্ট

১ সর্বত্র সব ধরনের দারিদ্র্যের অবসান

২ ক্ষুধার অবসান, খাদ্য নিরাপত্তা ও উন্নত পুষ্টিমান অর্জন এবং টেকসই কৃষির প্রসার

৩ সকল বয়সী সকল মানুষের জন্য সুস্বাস্থ্য ও কল্যাণ নিশ্চিতকরণ

৪ সকলের জন্য অন্তর্ভুক্তিমূলক ও সমতাভিত্তিক গুনগত শিক্ষা নিশ্চিতকরণ এবং জীবনব্যাপী শিক্ষালাভের সুযোগ সৃষ্টি

৫ জেন্ডার সমতা অর্জন এবং সকল নারী ও মেয়েদের ক্ষমতায়ন

৬ সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেকসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা

৭ সকলের জন্য সাশ্রয়ী, নির্ভরযোগ্য, টেকসই ও আধুনিক জ্বালানি সহজলভ্য করা

৮ সকলের জন্য পূর্ণাঙ্গ ও উৎপাদনশীল কর্মসংস্থান এবং শোভন কর্মসুযোগ সৃষ্টি এবং স্থিতিশীল, অন্তর্ভুক্তিমূলক ও টেকসই অর্থনৈতিক প্রবৃদ্ধি অর্জন

৯ অভিঘাতসহনশীল অবকাঠামো নির্মাণ, অন্তর্ভুক্তিমূলক ও টেকসই শিল্পায়নের প্রবর্ধন এবং উদ্ভাবনার প্রসারণ

টেকসই উন্নয়ন অভীষ্ট

১০ অন্তঃ ও আন্তঃদেশীয় অসমতা কমিয়ে আনা

১১ অন্তর্ভুক্তিমূলক, নিরাপদ, অভিঘাতসহনশীল এবং টেকসই নগর ও জনবসতি গড়ে তোলা

১২ পরিমিত ভোগ ও টেকসই উৎপাদনধরন নিশ্চিত করা

১৩ জলবায়ু পরিবর্তন ও এর প্রভাব মোকাবেলায় জরুরি কর্মব্যবস্থা গ্রহণ

১৪ টেকসই উন্নয়নের জন্য সাগর, মহাসাগর ও সামুদ্রিক সম্পদের সংরক্ষণ ও টেকসই ব্যবহার

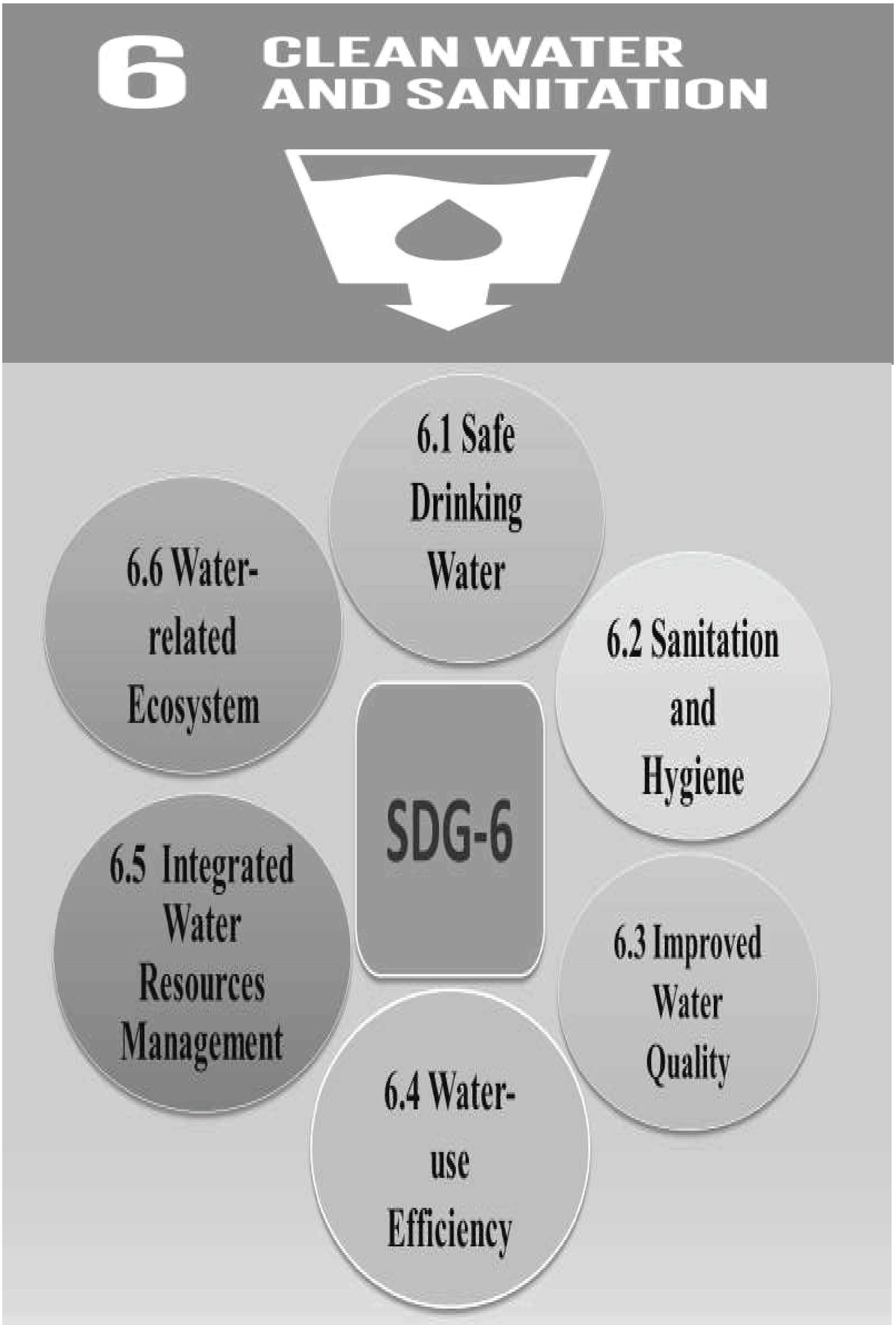
১৫ স্থলজ বাস্তুতন্ত্রের পুনরুদ্ধার ও সুরক্ষা প্রদান এবং টেকসই ব্যবহারে পৃষ্ঠপোষণা, টেকসই বন ব্যবস্থাপনা, মরুকরণ প্রক্রিয়ার মোকাবেলা, ভূমির অবক্ষয় রোধ ও ভূমি সৃষ্টি প্রক্রিয়ার পুনরুজ্জীবন এবং জীববৈচিত্র্য হ্রাস প্রতিরোধ

১৬ টেকসই উন্নয়নের জন্য শান্তিপূর্ণ ও অন্তর্ভুক্তিমূলক সমাজব্যবস্থার প্রচলন, সকলের জন্য ন্যায়বিচার প্রাপ্তির পথ সুগম করা এবং সকল স্তরে কার্যকর, জবাবদিহিতাপূর্ণ ও অন্তর্ভুক্তিমূলক প্রতিষ্ঠান বিনির্মাণ

১৭ টেকসই উন্নয়নের জন্য বৈশ্বিক অংশীদারিত্ব উজ্জীবিতকরণ ও বাস্তবায়নের উপায়সমূহ শক্তিশালী করা

৬ নিরাপদ পানি ও পয়ঃনিষ্কাশন

সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেকসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা


6
CLEAN WATER
AND SANITATION
6.1 Safe Drinking Water
6.2 Sanitation and Hygiene
6.3 Improved Water Quality
6.4 Water-use Efficiency
6.5 Integrated Water Resources Management
6.6 Water-related Ecosystem
SDG-6

নিরাপদ পানি ও পয়ঃনিষ্কাশন

সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেকসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা

টেকসই উন্নয়ন অভীষ্ট ৬. সকলের জন্য পানি ও পয়ঃনিষ্কাশনের টেকসই ব্যবস্থাপনা ও প্রাপ্যতা নিশ্চিত করা

ক্রঃ	লক্ষ্যমাত্রা		কর্মসম্পাদন পরিমাপকল্পে প্রস্তাবিত বৈশ্বিক সূচক
৬.১	২০৩০ সালের মধ্যে, নিরাপদ ও স্বল্পমূল্যের খাবার পানিতে সকলের সর্বজনীন ও সমতাভিত্তিক প্রবেশাধিকারের লক্ষ্য অর্জন।	৬.১	নিরাপদ খাবার পানি সুবিধাভোগী জনসংখ্যার অনুপাত।
৬.২	নারী ও মেয়ে সহ অরক্ষিত পরিস্থিতিতে বসবাসকারী জনগোষ্ঠীর চাহিদার প্রতি বিশেষ দৃষ্টি রেখে ২০৩০ সালের মধ্যে সকলের জন্য পর্যাপ্ত ও সমতাভিত্তিক পয়ঃনিষ্কাশন ও স্বাস্থ্যবিধিসম্মত জীবনরীতিতে প্রবেশাধিকার নিশ্চিত করা এবং খোলা জায়গায় মলত্যাগের অবসান ঘটানো।	৬.২	সাবান ও পানি সংবলিত হাত ধোয়ার সুবিধাসহ নিরাপদ পয়ঃনিষ্কাশন সুবিধাভোগী জনসংখ্যার অনুপাত।
৬.৩	দূষণ হ্রাস করে, পানিতে আবর্জনা নিক্ষেপ বন্ধ করে এবং ক্ষতিকর রাসায়নিক ও পদার্থ ও উপকরণের নির্গমন ন্যূনতম পর্যায়ে নিয়ে এসে, অপরিশোধিত বর্জ্যপানির অনুপাত অর্ধেকে নামিয়ে এনে এবং বৈশ্বিকভাবে পুনশ্চক্রায়ন (রিসাইকলিং) ও নিরাপদ পুনর্ব্যবহার উল্লেখযোগ্য পরিমাণে বাড়িয়ে ২০৩০ সালের মধ্যে পানির গুণগত মান বৃদ্ধি করা।	৬.৩.১	নিরাপদে পরিশোধিত বর্জ্য পানির অনুপাত।
		৬.৩.১	বিশুদ্ধ পানি দ্বারা পরিবেষ্টিত জলাশয়ের অনুপাত।
৬.৪	২০৩০ সালের মধ্যে সকল খাতে পানি ব্যবহার দক্ষতার প্রভূত উন্নয়ন সরবরাহ ও ব্যবহার নিশ্চিত করা এবং পানি সংকটের ভুক্তভোগী মানুষের সংখ্যা উল্লেখযোগ্য পরিমাণে কমিয়ে আনা।	৬.৪.১	সময়ের সাথে পানির ব্যবহার দক্ষতার পরিবর্তন।
		৬.৪.২	পানি চাপের মাত্রা ঃ প্রাপ্তব্য বিশুদ্ধ পানিসম্পদের অনুপাত অনুযায়ী বিশুদ্ধ পানির উত্তোলন ও ব্যবহার।
৬.৫	প্রযোজ্যক্ষেত্রে যুক্তিযুক্ত উপায়ে আন্তঃসীমান্ত সহযোগিতার ব্যবহারসহ ২০৩০ সালের মধ্যে সকল পর্যায়ে সমন্বিত পানিসম্পদ ব্যবস্থাপনার।	৬.৫.১	সমন্বিত পানি ব্যবস্থাপনা বাস্তবায়নের ডিগ্রি বা মাত্রা (০-১০০)।
		৬.৫.২	পানি বিষয়ক সহযোগিতার জন্য একটি কার্যকর ব্যবস্থাপনা সহ আন্তঃসীমান্ত অববাহিকা অঞ্চলের অনুপাত।
৬.৬	২০২০ সালের মধ্যে পর্বত, অরণ্য, জলাভূমি, নদী, ভূগর্ভস্থ জলাধার (পানিস্তর) ও হ্রদসহ পানিসংশ্লিষ্ট বাস্তুতন্ত্রের সংরক্ষণ ও পুনরুজ্জীবন।	৬.৬.১	সময়ের সাথে জলজ ইকোসিস্টেমের ব্যাপ্তিতে পরিবর্তন।
৬.ক	২০৩০ সালের মধ্যে পানি আহরণ, লবণ বিমুক্তকরণ, পানির দক্ষ ব্যবহার, বর্জ্যপানি পরিশোধন, পুনশ্চক্রায়ন (রিসাইকলিং) ও পুনর্ব্যবহার প্রযুক্তি সহ পানি ও পয়ঃনিষ্কাশন সংশ্লিষ্ট কর্মকাণ্ড ও কর্মসূচিতে উন্নয়নশীল দেশগুলোর জন্য আন্তর্জাতিক সহযোগিতা ও সক্ষমতা বিনির্মাণ সহায়তার পরিমাণ বাড়ানো।	৬.ক.১	পানি ও পয়ঃনিষ্কাশন সম্পৃক্ত সরকারি উন্নয়ন সহায়তার পরিমাণ, যা একটি সরকার-সমন্বিত ব্যয় পরিকল্পনার অংশ।
৬.খ	পানি ও পয়ঃনিষ্কাশন ব্যবস্থাপনার উন্নয়নে স্থানীয় জনগণের অংশগ্রহণে সমর্থন ও সহযোগিতা জোরদার করা।	৬.খ.১	পানি ও পয়ঃনিষ্কাশন ব্যবস্থাপনায় স্থানীয় জনগণের অংশগ্রহণের অনুকূলে প্রতিষ্ঠিত ও প্রায়োগিক নীতিমালা ও পদ্ধতি সহ স্থানীয় প্রশাসনিক ইউনিটের অনুপাত।

সরকারের বিভিন্ন নীতিমালা ও আইন ঃ

- হাইজিন প্রসারের জাতীয় কৌশলপত্র'২০১২ বাংলাদেশের পানি ও স্যানিটেশন সেক্টরের জন্য প্রণীত' সেক্টর উন্নয়ন পরিকল্পনা (২০১১-৩০)।
- লোকাল গভর্নমেন্ট সার্কুলার (অন হাইজিন প্রমোশন), মার্চ ২০০৭।
- ন্যাশনাল ফর স্যানিটেশন সেক্টর, ২০০৫।
- স্যানিটেশন রিলেটেড পলিসি ডিসিশনস, ২০০৪।
- জাতীয় পানি নীতি, ১৯৯৯।
- ন্যাশনাল পলিসি ফর সেইফ ওয়াটার সাপ্লাই এ্যান্ড স্যানিটেশন, ১৯৯৮।
- ওয়াসা আইন, ১৯৯৬।

অধিবেশন নং-০৪

অধিবেশন নাম ঃ কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বিশ্লেষণ ও গৃহীত পদক্ষেপ
অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বর্ণনা করতে পারবেন।
- কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি উন্নয়নে গৃহীত পদক্ষেপগুলো বলতে পারবেন।

আলোচ্য বিষয় ঃ

- কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বিশ্লেষণ।
- কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি উন্নয়নে গৃহীত পদক্ষেপ।

সময় ঃ ১ ঘন্টা
পদ্ধতি ঃ প্রশ্নোত্তর আলোচনা ও ছোট দলীয় কাজ।
উপকরণ ঃ বোর্ড মার্কার, তথ্যপত্র, মাল্টিমিডিয়া, ল্যাপটপ।

পাঠ পরিকল্পনাঃ

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	**কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বিশ্লেষণ ঃ** অংশগ্রহণকারীগণকে শুভেচ্ছা জানিয়ে সহায়ক অধিবেশন শুরু করবেন এবং অধিবেশনের উদ্দেশ্য বর্ণনা করবেন। সহায়ক অংশগ্রহনকারীদের স্ব স্ব এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি সম্পর্কে জিজ্ঞসা করুন এবং তাদের মতামতগুলি বোর্ডে লিখবেন। পরিশেষে আপনার মতামত প্রদানের মাধ্যমে ধারণাটি পরিস্কার করবেন।	২০ মিনিট
ধাপ ২	**কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি উন্নয়নে গৃহীত পদক্ষেপ ঃ** সহায়ক অংশগ্রহণকারীদেরকে ৩টি দলে ভাগ করবেন এবং পোষ্টার, মার্কার দলে দিয়ে দিবেন। পানি, পায়খানা ও স্বাস্থ্যাভ্যাস ওয়াশ পরিস্থিতি উন্নয়নে গৃহীত পদক্ষেপ কি হতে পারে তা দলে আলোচনা করে দলনেতা পোষ্টার পেপারে লিখবেন অতঃপর প্রত্যেক দল থেকে এসে দলীয় কাজ উপস্থাপন ও আলোচনা করবেন। পরিশেষে সহায়ক মতামত প্রদানের মাধ্যমে ধারণাটি পরিস্কার করবেন।	২৫ মিনিট
ধাপ ৩	অধিবেশনের সারসংক্ষেপ করে সক্রিয় অংশগ্রহনের জন্য ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।	১৫ মিনিট

কর্ম এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি (তথ্য সীট)

ক. স্যানিটেশন সুবিধায় অভিগম্যতাঃ

ক্র:নং	নির্দেশক	অবস্থা
০১	# খানা জরিপ করা হয়েছে।	৬১৫১
০২	% খানার উন্নত স্যানিটেশনে স্বচ্ছ ধারণা আছে।	৭৩%
০৩	% খানার স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিনে স্বচ্ছ ধারণা আছে।	৬%

খ. নিরাপদ খাবার পানির উৎস্য অভিগম্যতাঃ

ক্র:নং	নির্দেশক	অবস্থা
০১	# খানা জরিপ করা হয়েছে।	৬১৫১
০২	% খানার উন্নত খাবার পানির উৎসে স্বচ্ছ ধারণা আছে।	৯৯.৮%
০৩	% খানা বলেছে যে গত দুই সপ্তাহের মধ্যে অন্ততপক্ষে ০১ টি দিন পুরো দিনের জন্য পানির উৎসটি অকেজো ছিল।	২৩%
০৪	% খানা বলেছে তাদের পক্ষে ৩০ মিনিটের মধ্যে তারা যে উৎসটি ব্যবহার করছেন তা থেকে পানি সংগ্রহ করা সম্ভব নয়।	২৯%
০৫	% উত্তরদাতা বলেছেন তারা পানি সংগ্রহ করতে গিয়ে কোন না কোন সামাজিক/শারীরিক সমস্যার সম্মুখীন হয়েছেন।	৪২%

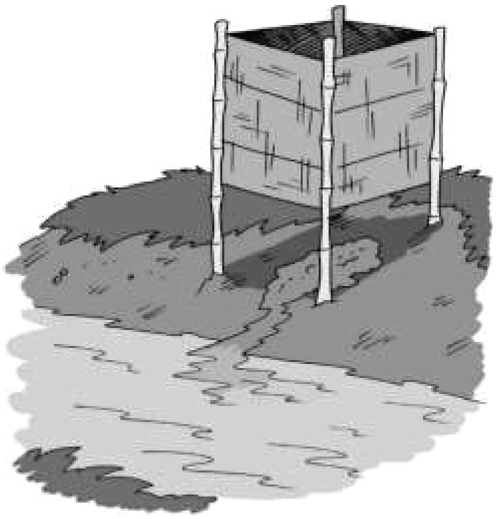
গ. হাত ধোয়ার অভ্যাস ঃ

ক্র:নং	নির্দেশক	অবস্থা
০১	# খানা জরিপ করা হয়েছে	৬১৫১
০২	% উত্তরদাতা পায়খানা থেকে ফিরে দুই হাত সাবান দিয়ে ধোয়	৪১%
০৩	% উত্তরদাতা খাবার আগে দুই হাত সাবান দিয়ে ধোয়	৬%
০৪	% উত্তরদাতা শিশুদের শৌচ কার্য করানোর পরে দুই হাত সাবান দিয়ে ধোয়	২৯%
০৫	% উত্তরদাতা শিশুদের খাওয়ানোর আগে দুই হাত সাবান দিয়ে ধোয়	৮%
০৬	% উত্তরদাতা খাবার তৈরির আগে দুই হাত সাবান দিয়ে ধোয়	৭%
পর্যবেক্ষণ তথ্যঃ		
০৭	% উত্তরদাতা হাত ধোয়ার সময় সাবান ব্যবহার করে	২৫%
০৮	% উত্তরদাতা তিন বার হাত ধোয়ার সময় হাত কচলিয়ে নেয়	৯%
০৯	% উত্তরদাতা হাত ধোয়ার পর স্বাস্থ্যসম্মত উপায়ে হাত শুকায়	৩%

ইএসডিও

ঠাকুরগাঁও জোনের জরীপ তথ্য

সংস্থায় ঃ ইএসডিও		জেলাঃ- ঠাকুরগাঁও		উপজেলাঃ সদর		ইউনিয়নঃ- আকচা	
ক্রমিক	গ্রামের নাম	খানার সংখ্যা	স্বাস্থ্য সম্মত টয়লেট এমন খানার সংখ্যা	সংস্থায় সংগটিত সমিতিগুলোর মোট খানার সংখ্যা	সমিতির সদস্যও স্বাস্থ্য সম্মত টয়লেট আছে খানার সংখ্যা	সমিতিতে অস্বাস্থ্য কর টয়লেট সংখ্যা	গ্রামে মোট অস্বাস্থ্যকর টয়লেট এর সংখ্যা
১	আকচা	৬১২	২৯৩	৭৬	৩১	৪৫	২৯৩
২	বাগপুর	৭২০	৪৮৭	১৬১	৮১	৮০	৪৮৭
৩	পুরাতন ঠাকুরগাঁও	৮১৬	৪৪৪	১৩৯	৬৭	৭২	৫৪২
৪	দক্ষিন বঠিনা	৮০২	৩৭৭	১	১	০	৩৭৮
৫	উত্তর ঠাকুরগাঁও	৬০৮	২৬৯	৫১	১৩	৩৮	২৬৮
৬	দক্ষিন ঠাকুরগাঁও	৭২৪	২৯৮	৩	৩	০	২৯৯
৭	বৈকন্ঠপুর	৬১৩	২৮৯	১৬১	৬৩	৯৮	২৮৮
৮	কশালবারী	৫১৬	১৮৩	১৯	১৩	৬	১৮৩
মোট		৫৮৫১	২৮৭৬	৬৬৮	২৯৫	৩৭৩	২৯৭৫



কমিউনিটির ওয়াশ অবস্থা উন্নয়নে কর্মসূচির প্যাকেজসমূহ/গৃহীত পদক্ষেপ ঃ

ক্র:নং	গৃহীত পদক্ষেপ
১	স্থানীয় সরকার পর্যায়ে এ্যাডভোকেসি সভা;
২	জাতীয় ও আন্তর্জাতিক দিবস উদযাপন (পানি, পায়খানা, হাত ধোয়া);
৩	ইস্যু ভিত্তিক কর্মশালা /মেলা;
৪	নির্বাচিত ইউনিয়ন/ওয়ার্ড সমূহে ওয়াশ কর্মসূচি;
৫	উঠান বৈঠক ;

৬	কমিউিনিটি লিডার, ওয়ার্ড/ইউনিয়ন ওয়াটসান কমিটির সংবেদনশীলকরণ (সেনসিটাইজেশন) সভা;
৭	ওয়ার্ডভিত্তিক নারী এবং কিশোরীদের সঙ্গে বিশেষায়িত দলীয় সভা, শিশু থেকে বয়স্ক পর্যন্ত তথ্য বিতরণ (সিএডি), পপুলার থিয়েটার;
৮	কমিনিটি দল গঠন ও প্রশিক্ষণ (সিএডি/পানি ব্যবস্থাপনা দল);
৯	কমিউনিকেশন উপকরণ (বিল বোর্ড) তৈরি;
১০	ওয়াশ বিষয়ক আচরণ পরিবর্তন উপকরণ তৈরী (পোষ্টার ও লিফলেট);
১১	সদস্যদের দক্ষতা বৃদ্ধি প্রশিক্ষণ;
১২	পানি ব্যবস্থাপনা দলের প্রশিক্ষণ;
১৩	পানি সরবরাহ প্রযুক্তি স্থাপন সাইনবোর্ড সহ (কমিউনিটি);
১৪	পানির উৎস মেরামত;
১৫	স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিন স্থাপন;
১৬	সরাসরি গর্ত ল্যাট্রিনকে অফপিট ল্যাট্রিনে রূপান্তর;
১৭	নারী ও কিশোরীদের জন্য গোসলখানা তৈরি;
১৮	হাত ধোয়া প্রদর্শনী।

শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ওয়াশ অবস্থা উন্নয়নে প্রকল্পের কাজসমূহ ঃ	
১	বিদ্যালয় জরীপ ও নির্বাচন;
২	ইউনিয়ন ও উপজেলা পর্যায়ে প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর, এসএমসি, শিক্ষক ও অভিভাবক কমিটির সঙ্গে সংবেদনশীলকরণ সভা;
৩	বিদ্যালয় ওয়াশ কমিটি এবং ছাত্র ব্রিগেড পুন:গঠন;
৪	বিদ্যালয় ওয়াশ কমিটি এবং ছাত্র ব্রিগেড প্রশিক্ষণ;
৫	নতুন পানি সরবরাহ প্রযুক্তি স্থাপন সাইনবোর্ড সহ (স্কুল);
৬	বিদ্যালয়ে পানির উৎস মেরামত;
৭	বিদ্যালয়ে ল্যাট্রিন স্থাপন;
৮	বিদ্যালয়ে ল্যাট্রিন মেরামত;
৯	বর্জ্য অপসারন পিট তৈরী/হ্যান্ড ওয়াশিং ডিভাইস স্থাপন।

অধিবেশন নং : ৫

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধি

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধির ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
- স্বাস্থ্যবিধির প্রয়োজনীয়তা উল্লেখ করতে পারবেন;
- ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার আচরণসমূহ উল্লেখ করতে পারবেন;
- ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার উপায় বর্ননা করতে পারবেন।

আলোচ্য বিষয় ঃ

- হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধির ধারনা
- হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধির প্রয়োজনীয়তা
- ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা সংক্রান্ত আচরণসমূহ
- ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য পরিচর্যার উপায়
- পরিবেশ পরিচ্ছন্ন রাখার উপায়
- হাত ধোয়ার পদ্ধতি প্রদর্শন ও অনুশীলন (ভিডিও)

পদ্ধতি ঃ ব্রেইন স্টর্মিং, প্রশ্নোত্তর, প্রদর্শন,আলোচনা ও ভিডিও

উপকরণ ঃ বোর্ড, মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, গামলা, গ্লাস, পানি, সাবান, পোষ্টার

মোটসময় ঃ ৩০ মিনিট

পাঠ পরিকল্পনা

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	**হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধি** ঃ অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্ন করুন, হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধি বলতে আমরা কি বুঝি। তাদের উত্তরগুলো শুনুন এবং মূল পয়েন্টসমূহ বোর্ডে লিখুন। বোর্ডে লেখা পয়েন্টগুলো পড়ে শোনান। এরপর মাল্টিমিডিয়া প্রদর্শন করে স্বাস্থ্যবিধির ধারণা ব্যাখ্যা করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-২	**স্বাস্থ্যবিধির প্রয়োজনীয়তা** ঃ অংশগ্রহণকারীদের কাছে স্বাস্থ্যবিধি প্রয়োজন সম্পর্কে জানতে চান। তাদের উত্তরগুলো শুনুন ও বোর্ডে লিখুন। বোর্ডে লিখার পয়েন্টগুলো আলোচনা করুন। এবং মাল্টিমিডিয়া প্রদশর্ন করুন। কারো কোনো প্রশ্ন থাকলো তার উত্তর প্রদান করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৩	**ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার আচরণসমূহঃ** অংশগ্রহণকারীদের কাছে জানতে চান, ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার ক্ষেত্রে আমাদের কোন কোন আচরণসমূহ মেনে চলা দরকার? তাদের উত্তরগুলো শুনুন এবং মূল পয়েন্ট গুলো বোর্ডে লিখুন। তাদের উত্তরে হাত ধোয়া বিষয়টি আসছে কি'না লক্ষ্য করুন। যদি না আসে তাহলে আনতে উৎসাহিত করুন। পরিষ্কার পানি ভর্তি স্বচ্ছ কাচেঁর গ্লাস ও একটি গামলা টেবিলের উপর রাখুন। বলুন, এখন আমরা একটি কাজ দেখবো। কাজটি করার জন্য অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে এমন একজনকে ডাকুন যিনি নিজের হাতকে খুব পরিষ্কার মনে করছেন। সকলকে কাজটি মনোযোগ দিয়ে দেখতে বলুন।	৫ মিনিট

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
	▪ এবার অংশগ্রহণকারীদের উদ্দেশ্যে পরিষ্কার পানি ভর্তি গ্লাসটি দেখিয়ে বলুন তারা গ্লাসের পানি কেমন দেখতে পাচ্ছেন? সম্ভাব্য উত্তর আসতে পারে পরিষ্কার পানি। ▪ অংশগ্রহণকারীদের বলুন, আমাদের সামনে যিনি আছেন (ভলেন্টিয়ারকে দেখিয়ে) তার হাত খুব পরিষ্কার । তিনি এই পরিষ্কার পানিতে হাত ধুবেন। ভলেন্টিয়ারকে পরিষ্কার পানি দিয়ে গামলায় হাত ধুতে বলুন। হাত ধোয়া শেষ হলে তাকে নিজ জায়গায় বসতে বলুন। ▪ এবার গামলার পানি আবার গ্লাসে ঢালুন। অংশগ্রহাণকারীদের দেখিয়ে বলুন, এবার পানি কেমন দেখতে পাচ্ছেন? সম্ভাব্য উত্তর আসতে পারে ময়লা পানি। তাদেরকে বলুন, যিনি এখানে এসেছেন তিনি তার পরিষ্কার হাতটি এই পানিতে ধুয়েছেন, ময়লা এলো কোথা থেকে? আলোচনার মাধ্যমে বুঝিয়ে দিন, সাবান বা ছাই দিয়ে হাত না ধুলে হাতে ময়লা থেকে যায়। ▪ অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্ন করুন এই কাজ থেকে আমরা কি বুঝতে পেরেছি? সম্ভাব্য উত্তর আসতে পারে হাত ধোয়ার গুরুত্ব। এবার- মাল্টিমিডিয়া প্রদর্শন করে ব্যক্তিগত ও পারিপার্শ্বিক পরিষ্কার পরিচছন্নতার আরচণসমূহ আলোচনা করুন।	
ধাপ-৪	**ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য পরিচর্যার উপায়** অংশগ্রহণকারীদের প্রত্যেককে নিজের খাতায় ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য পরিচর্যার উপায় ৫টি করে নিজ খাতায় লিখতে বলুন। লেখা শেষ হলে এক এক করে প্রত্যেকের **১**টি করে পয়েন্ট শুনুন এবং বোর্ডে লিখুন। সবার পয়েন্ট বলা হলে কারো কাছে নতুন পয়েন্ট থাকলে তা শুনুন এবং বোর্ডে লিখুন। শেষে সবার মতামতের ভিত্তিতে আলোচনা শেষ করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৫	**পরিবেশ পরিচ্ছন্ন রাখার উপায়** অংশগ্রহনকারীদের ৪/৫টি দলে বিভাজন করুন। অত:পর প্রত্যেক দলে দলনেতা তৈরী করে পোষ্টার ও মার্কার সরবরাহ করুন। তারপর পরিবেশ পরিচ্ছন্ন রাখার উপায় লেখার জন্য সময় বেধেঁ দিন। লেখা শেষ হলে প্রতি দল থেকে দলীয় কাজ উপস্থাপন করতে বলুন। সকল দলের উপস্থাপন শেষে সাধারণীকরন করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৬	**হাত ধোয়ার প্রদর্শন (ভিডিও)** অংশগ্রহণকারীদের ভিতর থেকে একজনকে সামনে ডেকে নিয়ে আসুন এবং হাত কিভাবে ধুতে হয় তা বাস্তবে দেখিয়ে দিন। অত:পর হাত ধোয়ার নিয়মাবলী চর্চা করান। কারো প্রশ্ন না থাকলে ভিডিও দেখিয়ে সেশন শেষ করুন।	২ মিনিট
ধাপ-৭	**পুনরালোচনা ঃ** প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে সেশনটি পুনরালোচনা করুন। কারো কোন প্রশ্ন থাকলে উত্তর দিন। শেষে সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশনের সমাপ্তি ঘোষণা করুন।	৩ মিনিট

হাইজিন বা স্বাস্থ্যবিধি ঃ

হাইজিন কি ?

সাধারণত হাইজিন (স্বাস্থ্যবিধি) বলতে পরিস্কার পরিচ্ছন্নতার মাধ্যমে সংক্রমণ প্রতিরোধকে বুঝায়। কিন্তু প্রকৃত অর্থে স্বাস্থ্যবিধি হলো সুস্থ এবং স্বাস্থ্যকর জীবন যাপন করা। স্বাস্থ্যবিধির পরিসর ব্যক্তিগত পর্যায় থেকে গৃহস্থালী হয়ে পেশাগত এবং জনস্বাস্থ্য পর্যন্ত বিস্তৃত। এ ছাড়াও স্বাস্থ্যসম্মত খাবার, পরিস্কার-পরিচ্ছন্নতা এবং মানসিক স্বাস্থ্যের সাথেও সম্পর্কযুক্ত। হাইজিন বলতে অসুস্থতা বা রোগের বিস্তার প্রতিরোধে ব্যক্তি ও তার পারিপার্শ্বিক পরিবেশ পরিস্কার-পরিচ্ছন্ন রাখাকে বুঝায়।

হাইজিন শিক্ষা ঃ জ্ঞান বৃদ্ধির জন্য জনগণের মধ্যে তথ্য আদান-প্রদান।

হাইজিন প্রোমোশন ঃ অভ্যাসের ইতিবাচক পরিবর্তন উন্নয়নের প্রক্রিয়া।

স্বাস্থ্যবিধির প্রয়োজনীয়তা ঃ

- রোগ ব্যাধি প্রতিরোধের জন্য
- সু-স্বাস্থ্যের জন্য
- মলবাহিত রোগজীবাণু মুখে যাওয়ার সঞ্চালন পথে বাঁধা সৃষ্টির জন্য
- শিশুদেরকে শেখানোর জন্য
- পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকার জন্য
- মনোবল/আত্মবিশ্বাস অর্জনের জন্য
- আত্মতৃপ্তির জন্য
- ধর্মীয় কাজে অংশগ্রহণের জন্য
- নিজেকে আকর্ষণীয় করার জন্য

ব্যক্তিগত পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা সংক্রান্ত আচরণসমূহ ঃ

- নিরাপদ পানি দিয়ে প্রত্যহ হাত পা ধোয়া, ওজু ও গোসল করা।
- নিয়মিত নখ কাটা।
- চুল আচড়ানো।
- নিয়মিত দাঁত ব্রাশ করা।
- খাওয়ার আগে, খাদ্য প্রস্তত এবং খাদ্য পরিবেশনের সময় দুহাত সাবান দিয়ে ভাল করে ধোয়া।
- ল্যাট্রিন থেকে ফিরে সাবান দিয়ে দুহাত ভাল করে ধোয়া।
- শিশুকে শৌচ করানোর পর সাবান দিয়ে দুহাত ভাল করে ধোয়া।
- স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিন ব্যবহার করা।
- মাসিকের সময় কিশোরী/মহিলাদের পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকা।
- শিশুর মল স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিনে ফেলা।
- ল্যাট্রিন রক্ষণাবেক্ষণ।
- নিরাপদ পানি পান করা।
- নিরাপদ পানি দিয়ে রান্না করা।
- নিরাপদ পানি দিয়ে শাকসবজি ও ফলমূল ধোয়া।
- স্যান্ডেল পায়ে দিয়ে ল্যাট্রিন যাওয়া।

ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য পরিচর্যার উপায়

- খাওয়ার পূর্বে এবং খাদ্য প্রস্তুতের সময় পানি ও সাবান দিয়ে দুই হাত ভাল করে ধু'তে হবে।
- মলত্যাগের পর দুই হাত ভাল করে পানি এবং সাবান দিয়ে ধু'তে হবে।
- শিশুকে শৌচ করানোর পর দুই হাত ভাল করে পানি এবং সাবান দিয়ে ধু'তে হবে।
- মাসিকের সময় কিশোরী/মহিলাদের পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকতে হবে।
- যে কোন ধরনের স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিন ব্যবহার করা উচিত যাতে মলমূত্র আবদ্ধ থাকে।
- শিশুসহ পরিবারের সকল সদস্য স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিন ব্যবহার করা উচিত।
- শিশুর মল স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিনে ফেলতে হবে। এক্ষেত্রে পুরুষ এবং নারী উভয়ই এ কাজে এগিয়ে আসতে হবে।
- স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিনে রক্ষণাবেক্ষণের কাজে নারী পুরুষ উভয়কেই ভূমিকা রাখা উচিৎ।
- পানীয় জল নিরাপদভাবে সংগ্রহ ও সংরক্ষণ করতে হবে। খাবার পানি সংগ্রহ ও সংরক্ষণে নারী-পুরুষ সমভাবে অংশগ্রহণ করতে হবে।

পরিবেশ পরিচ্ছন্ন রাখার উপায়

- যত্রতত্র ময়লা, কাগজ, বীচি, কোন কিছুর খোসা, কফ, থুথু ইত্যাদি ফেলা যাবে না। পলিথিন, পাস্টিক, ভাঙ্গা কাঁচের টুকরা ও অন্যান্য আবর্জনা যেখানে সেখানে না ফেলে নির্দিষ্ট জায়গায় ফেলা।
- আবর্জনা যেখানে সেখানে না ফেলে একটি ঝুড়ি বা বালতিতে রেখে তা আবর্জনা ফেলার জন্য নির্ধারিত স্থানে ফেলতে হবে। শহর অঞ্চলের জন্য ডাষ্টবিন হচ্ছে ময়লা আবর্জনা ফেলার নিরাপদ জায়গা।
- গ্রামাঞ্চলের তরিতরকারির খোসা, এবং অন্যান্য পচনশীল আবর্জনা বাড়ির কাছে গর্ত করে ফেলতে হবে। গর্ত ভরে গেলে সেটাকে মাটি দিয়ে বন্ধ করতে হবে, যা কিছুদিন পর জৈব সারে পরিণত হবে। ঐ জৈব সার সব্জি চাষে ব্যবহার করা যেতে পারে।
- আবর্জনা ফেলার গর্ত ভরে গেলে কাছেই আবার নতুন আর একটি গর্ত তৈরি করে সেখানে আবর্জনা ফেলা।
- যেখানে সেখানে মলমূত্র ত্যাগ না করে মলমূত্র ত্যাগের জন্য স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিন ব্যবহার করতে হবে।
- বাড়িতে গোসল, ধোয়ামোছা বা অন্যান্য কাজে আমরা যে পানি ব্যবহার করি তা নিষ্কাশনের সঠিক ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

হাইজিনের ৫টি ক্ষেত্র

- মানুষের মল অপসারণ
- পানির উৎসের ব্যবহার ও নিরাপত্তা
- পানি এবং ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি
- খাবার সম্পর্কিত স্বাস্থ্যবিধি
- গৃহস্থালী ও পরিবেশগত স্বাস্থ্যবিধি

বিদ্যালয়ের ৩টি হাইজিনিক আচরণ

- সাবান দিয়ে দুই হাত ধোয়া
- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহার ও রক্ষণাবেক্ষণ
- নিরাপদ পানি পান করা

প্রধান হাইজিনক আচার-আচরণ

১ । ল্যাট্রিন এবং প্রসাব-পায়খানার স্বাস্থ্য সম্মত ব্যবহার
২। ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য বিধি
৩। সাবান দিয়ে দুইহাত ধোয়া
৪। আবর্জনা ব্যবস্থাপনা (কঠিন বর্জ এবং তরল বর্জ্য)
৫। পানি পরিশোধন, সংরক্ষন ও ব্যবহার
৬। ফুড হাইজিন বা খাদ্য সম্পর্কিত স্বাস্থ্যবিধি
৭। মেয়েদের ঋতুকালীন স্বাস্থ্যবিধি

স্বাস্থ্য বিষয়ে জীবন দক্ষতার ছক

ক্রঃ নং	স্বাস্থ্যবিধি	জ্ঞান (Knowledge)	দৃষ্টিভঙ্গি (Attitude)	অভ্যাস (Practice)
০১	ল্যাট্রিন ও প্রসাব-খানার স্বাস্থ্য সম্মত ব্যবহার	মল দেখা যাওয়াই হচ্ছে রোগ ছড়ানো এবং মানুষকে অসুস্থ করার সবচেয়ে বড় কারণ।	ল্যাট্রিন ও প্রসাব খানা এমনভাবে ব্যবহার করো যে, যাতে মল দেখা না যায়, ভালভাবে শৌচকরা এবং সবশেষে সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে ফেলা। সুস্থ্য থাকা এবং রোগ ছড়ানো বন্ধ করার জন্য অপরিহার্য্য।	স্বাস্থ্যসম্মত ভাবে ল্যাট্রিন ও প্রসাব খানার ব্যবহার করা। যাতে মল দেখা না যায়। শৌচ করার সাবান দিয়ে হাত ধোয়া।
০২	ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি	ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি মেনে না চললে রোগ ব্যধি ছড়িয়ে পড়ে। মানুষ বেশী বেশী রোগে আক্রান্ত হয়	সুস্থ্য থাকতে হলে ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলতে হবে। যেমন- সাবান দিয়ে হাত ধোয়া, জুতা পরা, নখ কাটা, দাঁত মাজা, নিয়মিত গোসল করা,নাক পরিষ্কার,কাপড় পড়া,মাথা আচরানো ইত্যাদি।	প্রতিদিন স্বাস্থ্য বিধি মেনে চলাকে অভ্যাসে পরিনত করা।
০৩	প্রয়োজনীয় সময়ে সাবান দিয়ে দুই হাত ধোয়া	প্রয়োজনীয় সময়ে সাবান দিয়ে দুই হাত ধুয়ে নিলে রোগে আক্রান্ত হবার ঝুঁকি কম থাকে। বিশেষ সময়গুলো হচ্ছে, -খাবার আগে -শিশুকে খাওয়ানোর আগে - খাবার প্রস্তুত ও পরিবেশনের আগে -নিজে শৌচ করার পর - শিশুকে শৌচ করানোর পর, গৃহপালিত পশুর খাঁচা-বাসা এবং	প্রয়োজনীয় সময়ে সাবান দিয়ে দুই হাত ধুয়ে নিলে রোগে আক্রান্ত হবার ঝুঁকি কমে এবং সুস্থ থাকা যায়।	সাবান দিয়ে সঠিক ভাবে দুই হাত ঘষে ধুয়ে নিতে পারা এবং একে নিয়মিত অভ্যাসে পরিণত করা।

ক্রঃ নং	স্বাস্থ্যবিধি	জ্ঞান (Knowledge)	দৃষ্টিভঙ্গি (Attitude)	অভ্যাস (Practice)
		অন্যান্য ময়লা আবর্জনা পরিস্কার করার পর		
০৪	আবর্জনা ব্যবস্থাপনা (তরল ও কঠিন)	যত্রতত্র আবর্জনা ফেলে রাখলে তা পঁচে দুর্গন্ধ ছড়ায়, এতে রোগ জীবাণু জন্মায় এবং রোগ ছড়ায় যা স্বাস্থ্যের ঝুঁকি বাড়ায়। নোংরা পানি জমে থাকলে এতে মশা-মাছিসহ নানাবিধ পোকা-মাকড় রোগ জীবাণু জন্মায়।	তরল ও কঠিন আবর্জনা যথাযথ ভাবে অপসারণ করতে হবে। না হয় স্বাস্থ্য ঝুঁকি বাড়বে।	আবর্জনা নির্দিষ্ট স্থানে ফেলাকে অভ্যাসে পরিণত করা। নোংরা পানি যথাযথ ভাবে অপসারণের ব্যবস্থা করা।
০৫	পানির পরিশোধন সংরক্ষণ ও ব্যবহার	নিরাপদ পানির উৎস সম্পর্কে জানা,পানির উৎস নিরাপদ রাখা। দূষণ না করে পানি সংগ্রহ, পরিবহণ, সংরক্ষণ ও ব্যবহার করার পদ্ধতি সঠিকভাবে জানা।	নিরাপদ পানি নিরাপদ রাখতে হবে। এ কথা বিশ্বাস করা।	নিরাপদ পানি পান ও ব্যবহার করতে পারা।
০৬	খাদ্য বিষয়ক স্বাস্থ্যবিধি	-খাদ্য বিষয়ক স্বাস্থ্য বিধি এবং রোগ ব্যধির সম্পর্কে জানা। -পঁচা-বাসী খাবার সম্পর্কে না জানা -সঠিক ভাবে খাবার সংরক্ষণ জানা।	সঠিকভাবে খাদ্যের সাথে সম্পর্কিত স্বাস্থ্যবিধি না মানলে যেমন- খাবার না ঢেকে খোলা রাখায় স্বাস্থ্য ঝুকি বাড়ে।	খাদ্যের সাথে সম্পর্কিত স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলা এবং একে অভ্যাসে পরিণত করা।
০৭	ঋতুকালীন ব্যবস্থাপনা	মাসিকের সময় কতিপয় স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলা অতীব জরুরী। না হলে প্রজনন স্বাস্থ্যের ক্ষতি হয়। এর জন্য দরকার মেয়েদের পৃথক ল্যাট্রিন যেখানে পর্যাপ্ত পানি ও সাবানের ব্যবস্থা থাকবে। এছাড়া প্যাড/ ব্যবহৃত কাপড় ফেলানো ব্যবস্থা থাকতে হবে।	একথা বিশ্বাস করা যে, মেয়েদের প্রজনন স্বাস্থ্যের ঝুঁকি কমানোর জন্য এবং বিদ্যালয়ে নিয়মিত তাদের উপস্থিতি নিশ্চিত করবার জন্য বিদ্যালয়ের ল্যাট্রিনে মাসিক ব্যবস্থাপনার সুবিধাদি দিতে হবে।	মাসিক ব্যবস্থাপনার সুবিধাদির ব্যবস্থা করা। ছাত্রীরা এগুলো নিয়মিত ব্যবহার করা। বিদ্যালয়ে অনুপস্থিত না থাকা।

সাবান দিয়ে দুই হাত ধোয়া

৫ বছরের কম বয়সী শিশুর মায়েদের জন্য

- শিশুকে খাওয়ানোর আগে
- শিশুকে শৌচ কর্ম করানোর পর
- ল্যাট্রিন ব্যবহার করার পর

প্রাথমিক বিদ্যালয়ের ছাত্রছাত্রীদের জন্য

- খাওয়ার আগে
- ল্যাট্রিন ব্যবহার করার পর

হাত ধোয়ার নিয়ম (অনুশীলন)

ধাপ– ১ ঃ দুহাত পানি দিয়ে ভাল করে ভিজাতে হবে
ধাপ– ২ ঃ দুহাতে ভাল করে সাবান লাগাতে হবে
ধাপ- ৩ ঃ এবার আস্তে আস্তে ঘষে ঘষে হাতের সমস্ত তালু ও সব আংগুলের ফাঁকে সাবান লাগাতে হবে
ধাপ- ৪ ঃ দুই হাতের বুড়ো আঙ্গুল ভাল ভাবে ঘষতে হবে
ধাপ– ৫ ঃ দুই হাতের এপিট, ওপিট দিকেও ভালভাবে ঘষতে হবে
ধাপ- ৬ ঃ দুই হাতের আঙ্গুলের ভিতর ও নখের মধ্যে ভাল করে পরিষ্কার করতে হবে। (কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড)
ধাপ– ৭ ঃ নিরাপদ পানি দিয়ে ভাল করে দুহাত ধুয়ে ফেলতে হবে
ধাপ- ৮ ঃ হাত পরিস্কার গামছা/ তোয়ালে/টিস্যু দিয়ে মুছে ফেলতে হবে

হাত ধোয়ার গুরুত্ব ও কার্যকর কৌশল ঃ

- গ্রামীণ প্রেক্ষাপটে হাত ধোয়ার প্রচলিত অভ্যাস ও এর ঝুঁকিপূর্ণ দিকসমূহ বিশ্লেষণ করতে হবে। প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে হাত ধোয়ার গুরুত্ব সম্পর্কে ধারণা যাচাই এবং ডায়রিয়া ও ডায়রিয়া জনিত রোগ প্রতিরোধে হাত ধোয়ার গুরুত্ব জানা;
- হাত ধোয়ার গুরুত্বপূর্ণ সময়ে বা জরুরী মুহুর্তে (খাবার আগে, খাবার প্রস্তুত ও পরিবেশনের আগে এবং নিজে পায়খানার পরে ও শিশুদের শৌচ করানোর পরে) নিয়ম মাফিক হাত না ধুলে আমরা কী কী রোগ এবং ক্ষতির সম্মুখীন হই তা চিহ্নিত করা;
- হাত ধোয়ার কৌশল (পোস্টার/হ্যান্ডআউট অনুযায়ী) রোল প্লে করে সহায়ক নিজে করে দেখাবে। সবাই গোল হয়ে দাঁড়িয়ে রোল প্লে করে একসাথে হাত ধোয়ার কার্যকর কৌশল রপ্ত করবে;

- প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে জরুরী মুহুর্তগুলিতে- খাবার আগে, খাবার প্রস্তুত ও পরিবেশনের আগে এবং নিজে পায়খানার পরে ও শিশুদের শৌচ করানোর পরে সাবান দিয়ে ঠিকভাবে হাত ধোয়ার গুরুত্ব ব্যাখ্যা করা;
- সকলে একে একে সাবান দিয়ে হাত ধোয়া।

হাত ধোয়ার (Hand Washing) গুরুত্বপূর্ণ বার্তা ও কৌশল

বাংলাদেশ সরকার ২০১৫ সালের মধ্যে শতভাগ স্যানিটেশন অর্জনের অঙ্গীকার করেছে এবং জাতিসংঘ ২০০৮ সালের ১৫ অক্টোবরকে প্রথম বারের মত বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস (Global Hand Washing Day) হিসেবে ঘোষনা দিয়েছে যা প্রতি বছরই পালিত হচ্ছে। বিশ্বের অধিকাংশ মানুষ হাত ধোয়ার সময় শুধুমাত্র পানি ব্যবহার করে। অল্প সংখ্যক মানুষ জরুরী মুহুর্তে যেমন- নিজে পায়খানার পর, শিশুকে শৌচ করানোর পর, নিজে খাবার আগে এবং খাবার প্রস্তুত ও পরিবেশনের আগে সাবান ব্যবহার করে কিন্তু তাও যথাযথভাবে নয়। ঠিকভাবে হাত না ধোয়ার কারণে মানুষ বিভিন্ন ধরনের যেমন-ডায়রিয়া, আমাশয়, কৃমি, নিউমোনিয়া প্রভৃতি রোগে আক্রান্ত হয় যার মধ্যে শিশুর সংখ্যা সবচেয়ে বেশি।

কেন হাত ধুতে হবে?

- শুধু পানি দিয়ে হাত ধুলে হাত জীবানুমূক্ত হয় না;
- ডায়রিয়া ও নিউমোনিয়া প্রতিরোধ করার সব থেকে কার্যকর ও কম খরচের সহজ উপায় হল সাবান দিয়ে ঠিক উপায়ে হাত ধোয়া;
- প্রতি বছর ৩৫ লক্ষের ও বেশি শিশু তাদের পঞ্চম বছরের জন্মদিন পালন করতে পারে না কারণ তারা ডায়রিয়া বা নিউমোনিয়ায় মারা যায়;
- সাবান ও পানি দিয়ে ঠিক উপায়ে দু'হাত ধুলে প্রায় ৫০% ডায়রিয়া ও নিউমোনিয়া প্রতিরোধ করা সম্ভব;
- হাতই আমাদের জীবাণু বাহক হিসেবে একজন থেকে অন্য জনে জীবাণু ছড়ায়। এ জন্য সাবান দিয়ে ঠিক উপায়ে হাত ধোয়ার ফলে জীবাণু একজন থেকে অন্য জনে ছড়াতে পারে না;
- পাঁচ বছরের নিচে শিশুদের মৃত্যুর অন্যতম দ্বিতীয় প্রধান কারণ হল ডায়রিয়া। গবেষণার মাধ্যমে জানা গেছে যে শুধুমাত্র সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার মাধ্যমে ডায়রিয়া রোগ ৪০% কমানো সম্ভব;
- ডায়রিয়াকে প্রধানতঃ পানি বাহিত রোগ হিসেবে আমরা জানি কিন্তু প্রকৃত পক্ষে তা পায়খানা থেকে জীবানু পরিবহনের মাধ্যমে হয়ে থাকে। মাছি বা খাদ্যের মাধ্যমে যখন হাত থেকে পায়খানার জীবাণু পেটে যায় তখন মানুষ ডায়রিয়া জনিত রোগে আক্রান্ত হয়। ঠিক উপায়ে হাত ধোয়ার ফলে পায়খানার জীবাণু পেটে যাওয়া বন্ধ করা সম্ভব;
- শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত রোগ যেমন নিউমোনিয়া হল শিশু মৃত্যুর অন্যতম প্রধান কারণ। এক গবেষণায় দেখা গেছে পাঁচ বছরের কম বয়সী শিশুদের সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার মাধ্যমে নিউমোনিয়া জাতীয় রোগের সংক্রমণ ৫০% কমানো সম্ভব;
- সাবান দিয়ে ঠিক উপায়ে হাত ধোয়ার কারণে ত্বক, চোখের রোগ, পেটের কৃমি ও আমাশয় জাতীয় রোগের সংক্রমণ অনেকাংশে কম হয়।

সাবান কীভাবে কাজ করে?

শুধু পানি দিয়ে হাত ধোয়া যথেষ্ট নয়: পানি ব্যবহারের মাধ্যমে হাতধোয়া সকলের জন্য একটি সাধারণ ব্যাপার কিন্তু এর চাইতে সাবান দিয়ে হাত ধোয়া অনেক কার্যকরী। সাবান ও অল্প একটু পানি ব্যবহার করার ফলে যে ফেনা হয় তা জীবাণুবাহী ময়লার বন্ধনকে ভেঙ্গে দেয় এবং জীবাণু হাত থেকে পানির মাধ্যমে ধুয়ে যায়। হাত হয় সুন্দর সু-গন্ধময়, জীবানুমুক্ত ও পরিস্কার।

হাতধোয়ার গুরুত্বপূর্ণ সময়

- ○ নিজে খাওয়ার আগে;
- ○ খাবার তৈরি ও পরিবেশনের আগে;
- ○ নিজের শৌচ কাজের পরে;
- ○ শিশুর শৌচ কাজ এবং মল পরিষ্কার করার পরে।

সঠিকভাবে হাত ধোয়ার জন্য পানি সংরক্ষনের বিভিন্ন কৌশল

- পাষ্টিকের পানির বোতলের ছিপিতে ছিদ্র করা হয় এবং ছিদ্রতে সুতা দিয়ে ধীরে ধীরে পানি পড়বে, সেই পানিতে সাবান দিয়ে হাত ধুতে হবে।
- পাস্টিকের ক্যানের মাথায় ছিপিতে ছিদ্রতে সুতা থাকবে এবং ছিদ্রতে সুতা দিয়ে ধীরে ধীরে পানি পড়বে, সেই পানিতে সাবান দিয়ে হাত ধুতে পারবে।
- পানির ড্রামের সাথে ট্যাপ সংযুক্ত থাকবে, সেখান থেকে সাবান দিয়ে হাত ধুতে পারবে।

অধিবেশন নং-০৬

অধিবেশন শিরোনাম ঃ নিরাপদ পানি

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- নিরাপদ পানির ধারণা ও প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
- নিরাপদ পানির উৎস, সংগ্রহ, সংরক্ষণ ও ব্যবহার সম্পর্কে বলতে পারবেন;
- পানি বাহিত রোগ চিহ্নিতকরণ ও রোগ থেকে বাঁচার উপায় বলতে পারবেন;
- নিরাপদ পানির ব্যবহার সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

আলোচ্য বিষয় ঃ

- নিরাপদ পানি কি ও প্রয়োজনীয়তা কি ?
- নিরাপদ পানির উৎসসমূহ এবং এর রক্ষণাবেক্ষণ;
- পানি দূষণ কি কি ভাবে হয়;
- সংগ্রহ থেকে ব্যবহার পর্যন্ত নিরাপদ পানি রাখার উপায়সমূহ;
- আর্সেনিক কি এবং আর্সেনিকের লক্ষণসমূহ ও ক্ষতিকারক দিকসমূহ;
- পানি বাহিত রোগসমূহ এবং রোগ থেকে বাঁচার উপায়;
- পানি নিরাপদকরণ পদ্ধতি সমূহ;
- নিরাপদ পানির ব্যবহার।

পদ্ধতি ঃ প্রদর্শন ও আলোচনা, ব্রেইন স্ট্রমিং, প্রশ্নোত্তর, বডিম্যাপ, জোড়াদল।

উপকরণ ঃ ২টি গ্লাস, নিরাপদ পানি, দূষিত পানি, বোর্ড, মার্কার, পোস্টার ও মাল্টিমিডিয়া।

মোট সময় ঃ ১ ঘন্টা।

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	**নিরাপদ পানির ধারণা ও প্রয়োজনীয়তা ঃ** শুভেচ্ছা জানিয়ে অধিবেশন শুরু করুন। স্বচ্ছ কাচেঁর একটি গ্লাসে নিরাপদ (স্বচ্ছ) পানি এবং আরেকটি গ্লাসে পুকুরের দূষিত (অপরিষ্কার) পানি নিয়ে টেবিলের উপর রাখুন। অংশগ্রহণকারীদের মধ্য থেকে দুজনকে সামনে ডাকুন। অন্য অংশগ্রহণকারীদের কাজটি মনোযোগ দিয়ে দেখতে বলুন। সামনে আশা দুজন অংশগ্রহণকারীর হাতে গ্লাস দুটি দিয়ে গ্লাসের পানি পান করার জন্য অনুরোধ করুন। দেখা যাবে যে যিনি স্বচ্ছ পানি পেয়েছেন তিনি খেয়ে ফেলেছেন কিন্তু অন্যজন পানি খেতে অনীহা প্রকাশ করছেন। এবার অপরিষ্কার পানি ফেলে দিয়ে ঐ গ্লাসে স্বচ্ছ পানি দিয়ে তাকে খেতে দিন। এবার প্রশ্ন করুন- - যিনি পানি পান করেছেন তিনি কেন এই পানি পান করেছেন? - যিনি পানি পান করেননি তিনি কেন এই পানি পান করছেন না? পরে স্বচ্ছ পানি পান করলে কেন বললেন, আর না করলে- কেন করলেন না? সম্ভাব্য উত্তর আসতে পারে অপরিষ্কার পানি, ময়লা পানি, স্বচ্ছ পানি, পরিষ্কার পানি, দূষিত পানি, নিরাপদ পানি, ইত্যাদি। এই অভিনয়ের সূত্র ধরে পানি স্বচ্ছ/পরিষ্কার হলে পান করার উপযোগী কিনা? এই প্রশ্নের সূত্র ধরে নিরাপদ পানির ধারণা আলোচনা করুন। তাদের মতামত পর্যালোচনার পর নিরাপদ পানির প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে জানতে চান। তাদের মতামতের মূল পয়েন্টগুলো বোর্ড লিখে আলোচনা করুন। মাল্টিমিডিয়ার সহায়তায় পানির ধারণা, বৈশিষ্ট্য, প্রয়োজনীয়তা এবং রাসায়নিক পদার্থের সহণীয় মাত্রা আলোচনা করুন।	৫ মিনিট

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-২	**নিরাপদ পানি পাওয়ার উৎস ঃ** অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে জিজ্ঞাসা করুন পানির উৎসগুলি কি কি? তাদের কাছ থেকে আসা পয়েন্টগুলো বোর্ডে লিখে আলোচনা করুন। কোন পয়েন্ট বাদ থাকলে মাল্টিমিডিয়া প্রদর্শন করে পানির উৎস সম্পর্কে আলোচনা করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৩	**নিরাপদ পানির উৎসের রক্ষণাবেক্ষণঃ** অংশগ্রহণকারীদের কাছে নিরাপদ পানির উৎসের রক্ষণাবেক্ষণ সম্পর্কে জানতে চান। তাদের কাছ থেকে পাওয়া মতামতের মূল পয়েন্টগুলো বোর্ডে লিখুন। অংশগ্রহণকারীদের মতামত পর্যালোচনার পর তথ্যপত্রের সহায়তায় নিরাপদ পানির উৎসের রক্ষণাবেক্ষণ সম্পর্কে আলোচনা করুন।	১৫ মিনিট
ধাপ-৪	**সংগ্রহ থেকে ব্যবহার পর্যন্ত নিরাপদ পানি রাখার উপায়সমূহ ঃ** অংশগ্রহণকারীদের উদ্দেশ্যে বলুন-আমাদের বাসায় প্রতিদিন পানি সংগ্রহ করা হয়। কেউ টিউবওয়েল থেকে, কেউ পানিকল থেকে, পুকুর থেকে আবার কেউ কুয়া থেকে পানি সংগ্রহ করি। কুয়া/পুকুর/নদী/টিউবওয়েল থেকে পানি সংগ্রহ করে তা ব্যবহার করে। সেই বাস্তব অভিজ্ঞতার আলোকে মাল্টিমিডিয়া প্রদর্শন করে আলোচনা করুন।	১০ মিনিট
ধাপ-৫	**আর্সেনিক কী এবং ক্ষতিকারক দিক সমূহ ঃ** অংশগ্রহণকারীদের আর্সেনিক কি জিজ্ঞাসা করুন, তাদের মতামত শুনন এবং বোর্ডে লিখুন ও আলোচনা করুন। অত:পর আর্সেনিকের লক্ষণসমূহও ক্ষতিকারক দিক নিয়ে সকলের মতামত শুনন এবং আপনি নিজের মতামতে অংশগ্রহণ করে আলোচনা শেষ করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৬	**পানিবাহিত রোগসমূহ ও রোগ থেকে বাঁচার উপায়ঃ** অংশগ্রহণকারীদের দিয়ে পোষ্টার পেপারে একজন মানুষের ছবি অংকন করুন।তারপর দেহের বিভিন্ন অংশে পানি বাহিত রোগ গুলি চিহ্নিত করতে বলুনও আলোচনা করুন, এর পর সকলকে প্রশ্ন করুন পানিবাহিত রোগ থেকে বাঁচার জন্য করণীয় গুলি পোষ্টার পেপারে লিখুন ও আলোচনা করুন। এরপর মাল্টিমিডিয়ার প্রদর্শন করে অধিবেশন শেষ করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৭	**পানি নিরাপদকরণ পদ্ধতিঃ** অংশগ্রহণকারীদের পানি নিরাপদকরণ বলতে কি বুঝায় জিজ্ঞাসা করুন, পানি কি কি উপায়ে নিরাপদ করণ করা যায় তা বোর্ডে লিখুন এবং পয়েন্ট গুলি নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৮	**নিরাপদ পানির ব্যবহারঃ** নিরাপদ পানির ব্যবহার সম্পর্কে ধারণা জানার জন্য অংশগ্রহণকারীদের জোড়া দলে ভাগ করুন। এবার তাদের জিজ্ঞাসা করুন আমরা কোন কোন কাজে নিরাপদ পানি ব্যবহার করি? প্রতি দলকে নিরাপদ পানির ৩টি ব্যবহার লিখতে বলুন। দলের কাজ শেষ হলে প্রতি দল থেকে ১টি করে পয়েন্ট নিয়ে বোর্ড লিখুন এবং আলোচনা করুন। কোন দলের নতুন পয়েন্ট থাকলে তা শুনুন এবং বোর্ডে লিখুন। কোন গুরুত্বপূর্ণ পয়েন্ট বাদ পড়লে মাল্টিমিডিয়া প্রদর্শন করে আলোচনা করে তা সংযোজন করুন।	৫ মিনিট

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-৯	**পুনরালোচনাঃ** এই অধিবেশন থেকে শিক্ষণীয় বিষয়ের উপর অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্ন করুন। কারও কোন প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর দিন। সক্রিয় অংশগ্রহণের জন্য সকলকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন সমাপ্ত করুন।	৫ মিনিট

নিরাপদ পানি

যে পানি মানবদেহের জন্য ক্ষতিকর প্যাথজেন বা জীবাণু মুক্ত, আর্সেনিক ও লৌহসহ অন্যান্য খনিজ উপাদান যা মানবদেহের জন্য সহনীয় মাত্রায় বিদ্যমান, সেই ধরনের পানিকে নিরাপদ পানি বলা হয়। সাধারণভাবে নিরাপদ পানির নিম্ন লিখিত বৈশিষ্ট্যসমূহ থাকতে হবে-

১. রোগ সৃষ্টিকারী জীবাণু থাকবে না
২. বর্ণহীন এবং পরিস্কার
৩. স্বাদহীন ও গন্ধহীন
৪. ক্ষার মুক্ত
৫. ক্ষতিকারক গ্যাস যেমন: হাইড্রোজেন সালফাইড এবং ক্ষতিকারক খনিজ সেমন: আয়রণ এবং অন্যান্য রাসায়নিক যেমন: ম্যাঙ্গানিজ, আর্সেনিক, ফ্লোরাইড ইত্যাদি থাকবে সহনীয় মাত্রায়।
৬. টিউবওয়েলের পানি সাধারণত নিরাপদ। তবে দেশের অনেক জায়গায় টিউবওয়েলের পানিতে আর্সেনিক পাওয়া গেছে। আর্সেনিকযুক্ত পানি নিরাপদ নয়। ঐ পানি থালা-বাসন, কপড় চোপড় ধোয়ার কাজে ব্যবহার করলে ক্ষতি নেই। তবে স্বাস্থ্যকর্মীদের পরামর্শ ছাড়া ঐ পানি খাওয়া একেবারেই ঠিক নয়।

বাংলাদেশ প্রেক্ষিতে পানিতে বিভিন্ন রাসায়নিক পদার্থের সহনীয় মাত্রাঃ

(পানিতে জীবানু ০ মাত্রা)

আর্সেনিক - .০৫ মিলিগ্রাম/লিটার
ম্যাঙ্গানিজ - ০.১ মিলিগ্রাম/লিটার
আয়রণ - ০.৩ -১.০০ মিলিগ্রাম/লিটার

নিরাপদ পানির প্রয়োজনীয়তা ঃ

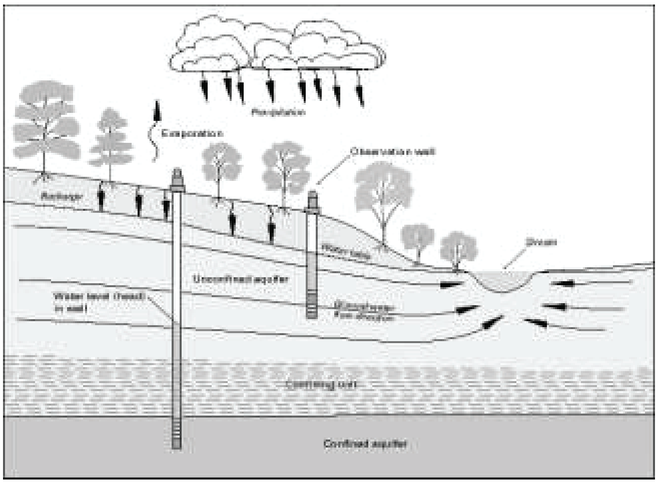
পানির অপর নাম জীবন। আমাদের দৈনন্দিন জীবনে নিরাপদ পানির প্রয়োজনীয়তা অপরিসীম। পান করা থেকে শুরু করে গোছল করা, কাপড় কাঁচা, ওজু করা, থালাবাটি, ফল, শাকসবজি ধোয়া, সব কাজেই নিরাপদ পানি প্রয়োজন। পানি ছাড়া জীবনের অস্তিত্ব কল্পনা করা যায় না । পানির অপর নাম যেমন জীবন, আবার পানির অপর আরেকটি নাম মরণও বলা যেতে পারে। পানির অভাবে যেমন মৃত্যু অনিবার্য তেমনি দূষিত পানি পান ও ব্যবহারের ফলে মানুষ সহজেই আক্রান্ত হয়ে মারা যায়। কেবল মাত্র নিরাপদ পানি পান এবং ব্যবহার

নিশ্চিত করার মাধ্যমেই ২৫% ডায়রিয়া জনিত রোগব্যাধি কমানো বা প্রতিরোধ করা সম্ভব। সুতরাং এই তথ্য থেকেই বুঝা যায় নিরাপদ পানি ব্যবহারের গুরুত্ব অপরিসীম। যেমনঃ

- নিরাপদ পানি পান এবং ব্যবহারের মাধ্যমে পেটের পীড়া, ডায়রিয়া, জন্ডিস, আমাশয়, কৃমি, টাইফয়েড, চর্মরোগ ইত্যাদি রোগ প্রতিরোধ করা যাবে।
- আর্সেনিকোসিস রোগে আক্রান্ত হওয়ার আশঙ্কা থাকবে না।
- স্বাস্থ্য খাতে ব্যয় তুলনামূলক হ্রাস পাবে।

পানির মূল উৎসসমূহঃ

- ভূ-পৃষ্ঠের পানি
- ভূ-গর্ভস্থ পানি
- বৃষ্টির পানি



আমাদের দেশের গ্রামগুলোতে সাধারণত প্রতিদিনের কাজে যে পানি ব্যবহার করা হয় তা আসে মূলত পুকুর, নলকূপ, নদী-নালা, খালবিল, ডোবা ও জলাশয় থেকে। কিন্তু সব সময় এ সকল পানি নিরাপদ নয়। গ্রামে নিরাপদ পানির প্রধান উৎস হল নলকূপ। এছাড়া, কূয়ার পানি, বৃষ্টির পানি, প্রভৃতি নিরাপদ পানির উদাহরণ।

নিরাপদ পানির উৎসের রক্ষণাবেক্ষণঃ

১. নলকূপের পানি দূষণমুক্ত রাখতে করণীয়ঃ

- নলকূপের গোড়া ইট, বালু ও সিমেন্ট দিয়ে পাকা করতে হবে।
- নলকূপের গোড়ার জমানো পানি যথাযথভাবে নিষ্কাশনের ব্যবস্থা থাকতে হবে।
- নলকূপের প্লাটফরম যথাসম্ভব পরিস্কার পরিচ্ছন্ন রাখতে হবে।
- নলকূপ থেকে কমপক্ষে ২০ হাত দূরে পায়খানা স্থাপন করতে হবে এবং ঢাকনা ব্যবহার করতে হবে।

২. কূয়ার পানি দূষণমুক্ত রাখতে করণীয়ঃ

- কূয়ার মুখ সবসময় ঢেকে রাখতে হবে।
- কূয়ার মুখ মাটি থেকে কমপক্ষে দেড় হাত উচুঁ হতে হবে।
- কূয়ার চারিদিকে তিন হাত পরিমাণ জায়গা সিমেন্ট দিয়ে বাঁধানো থাকবে। বাঁধানো জায়গা থেকে পানি বের যাওয়ার জন্য সরু নালা থাকবে।
- পরিষ্কার বালতি দিয়ে পানি তুলতে হবে।
- কূয়া থেকে কমপক্ষে ২০ হাত দূরত্বে পায়খানা স্থাপন করতে হবে।

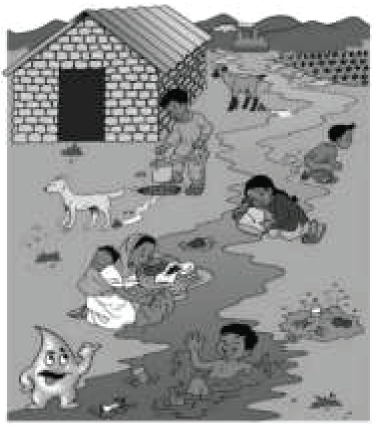
৩. **পুকুরের পানি দূষণমুক্ত রাখতে করণীয়ঃ**

- পুকুরের পাড় মাটি থেকে কমপক্ষে ১ হাত উচুঁ করতে হবে।
- গাছাপালা পুকুরের পাড় থেকে একটু দূরে লাগাতে হবে। এতে গাছের পাতা ও গাছের ছাল পুকুরের পানিতে পড়বে না।
- পুকুরের পানি তুলে আলাদা জায়গায় ধোয়া মোছার কাজ করতে হবে।
- নোংরা পানি ও আবর্জনা পুকুরে ফেলা যাবে না।
- ছোট শিশুদের মলমূত্রের কাঁথা কাপড় ও বিছানাপত্র পুকুরে পানিতে ধোয়া যাবে না।
- প্রয়োজনীয় কাপড় চোপড়, থালাবটি ধোয়ার জন্য আলাদা পুকুর ব্যবহার করতে হবে।

৪. **খাল ও নদীর পানি দূষণমুক্ত রাখতে করণীয়ঃ**

- কলকারখানার বর্জ্য, খাল ও নদীর পানিতে ফেলা যাবে না
- নৌকা, লঞ্চ, স্টিমার থেকে মলমূত্র আবর্জনা, পলিথিনের ব্যাগ নদীর পানিতে ফেলা যাবে না।
- জীব-জন্তুর মৃতদেহ পানিতে ভাসতে দেখলে তা তুলে মাটিতে পুঁতে ফেলতে হবে।
- জীব-জন্তুর মৃত দেহ পানিতে ফেলা যাবে না।

পানি দূষণ কি কি ভাবে হয় ঃ



- মানুষের মলমূত্র বিভিন্ন উপায়ে পানিতে মিশে
- বিভিন্ন ময়লা নোংরা বস্তু ও আবর্জনা পানিতে মিশে
- কল- কারখানার বর্জ্য পদার্থ পানিতে মিশে
- রাসায়নিক সার ও কীটনাশক পদার্থ পানিতে মিশ্রিত হয়ে।
- বিভিন্ন জলযান থেকে নিঃসৃত গ্যাস ও তরল পদার্থ পানিতে মিশে।
- অপরিশোধিত প্রাকৃতিক তেল পানিতে মিশে।
- পশু পাখি কীট পতঙ্গাদি পানিতে পঁচে।
- ধুলোবালির মাধ্যমে।
- রোগের জীবাণু পানিতে মিশলে।

সংগ্রহ থেকে ব্যবহার পর্যন্ত পানি নিরাপদ রাখার উপায়সমূহঃ

- পানির উৎসের গোড়া/মুখ নিরাপদ রাখা
- পানি সংগ্রহের সময় কীটপতঙ্গ না পড়ে
- পানি বহনের সময় ঢেকে আনতে হবে
- পানি সংরক্ষণের সময় পরিষ্কার পাত্রে রাখা
- পানি ব্যবহারের সময় পাত্র পরিষ্কার রাখা

আর্সেনিক কী ?

আর্সেনিক মানব দেহের জন্য ক্ষতিকর এক ধরনের বিষ যা স্বাদহীন, বর্ণহীন, গন্ধহীন একটি মৌলিক পদার্থ।

আর্সেনিকের সহনীয় মাত্রা কীঃ

- প্রতি লিটার পানিতে আর্সেনিকের সহনিয় মাত্রা হলো ০.০৫ মি.গ্রা. এর বেশি আর্সেনিক থাকলে তা স্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতি করবে ।

সতর্কতাঃ

- কোন ভাবেই আর্সেনিক যুক্ত পানি ব্যবহার করা যাবে না।
- আর্সেনিক যুক্ত পানি কোন অবস্থাতেই পান করা যাবে না ।
- আর্সেনিক যুক্ত পানি ফুটালেও আর্সেনিক মুক্ত হয় না বরং আরও বৃদ্ধি পায় ।

আর্সেনিক যুক্ত পানি পান করার পরিনামঃ

দীর্ঘ দিন আর্সেনিকযুক্ত পানি পান করলে বুকে, পিঠে কালো ছিটা ছিটা দাগ পড়ে। হাতের তালু ও পায়ের তলা খসখসে ও গোটা গোটা হয়ে যায়। এ রোগটির নাম আর্সেনিকোসিস (মেলানোসিস, হাইপার, লিউকোমেলানোসিস, কেরাটোসিস)। আর্সেনিকোসিস রোগ চূড়ান্ত পর্যায়ে ক্যান্সারে রুপ নিতে পারে।

আর্সেনিক দূষণজনিত রোগ ও লক্ষণসমূহ ঃ

মেলানোসিসঃ

- বুকে ও পিঠে অসংখ্য ছিট ছিট কালচে বাদামী বা তিলের মতো কালো কালো দাগ।
- সাধারণত শরীরের ঢাকা অংশেই মেলানোসিস দেখা দেয়।
- হাতের তালু ও পায়ের তলায়, জিভে ও দাঁতের মাড়িতেও হতে পারে।

হাইপার কেরাটোসিসঃ

উভয় হাতের তালু ও উভয় পায়ের তলায় কড়া বা আচিলের ন্যায় শক্ত অসংখ্য ও বিভিন্ন আকারের দানা, যা খালি চোখে দেখা যায় তাকে হাইপার কেরাটোসিস বলে।

লিউকোমেলানোসিসঃ

শরীরের মেলানোসিস আক্রান্ত স্থানে কালচে দাগের মধ্যে সাদা অথবা হালকা বাদামী রংয়ের দাগ দেখা যায়।

<table>
<tr><td colspan="2">যা অতিমাত্রায় মেলানোসিসের সাথে দেখা দিতে পারে।</td></tr>
<tr><td>কেরাটোসিসঃ
● উভয় হাতের তালু ও উভয় পায়ের তলদেশে একই সাথে অসংখ্য মিহি দানা সৃষ্টি হয়।
● চামড়া শক্ত ও খসখসে হয়ে যায় যা কেবল অনুভব করা যায়।</td><td> </td></tr>
</table>

আর্সোনিকোসিস রোগির ব্যবস্থাপনাঃ
আর্সোনিকোসিস রোগ সম্পূর্ণ নিরাময়ের কোন সুনির্দিষ্ট চিকিৎসা পদ্ধতি এখনো আবিষ্কৃত হয়নি। তবে প্রাথমিক পর্যায়ে রোগ নির্ণয় এবং আর্সেনিক দূষিত পানি (আর্সেনিকযুক্ত নলকুপের পানি) পান করা বন্ধ করলে রোগীর উন্নতি অনেকাংশে সম্ভব হয়।

আর্সেনিক আক্রান্ত রোগির করণীয়ঃ
আর্সেনিকোসিস আক্রান্ত রোগীকে অবশ্যই আর্সেনিক মুক্ত পানি পান করতে হবে এবং সেই সঙ্গে প্রচুর পরিমান শাক-সবজি, ডাল, ছোট মাছ ইত্যাদি পুষ্টিকর খাদ্য খেতে হবে।

সরকারি ও বেসরকারি উদ্যোগ ঃ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের অধীনে স্বাস্থ্য অধিদপ্তর জাতীয় আর্সেনিক মিটিগেশন প্রোগ্রামের আওতায় আর্সেনিক সমস্যা নিরসন কল্পে কমিউনিটিকে সচেতন করা, তাদের সামর্থ্য বৃদ্ধি করা, বিকল্প পানিয় জলের উৎস সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টি করা এবং আর্সেনিক রোগী শনাক্ত করার ক্ষেত্রে বিশেষ মনোযোগ দিয়েছেন।

আর্সেনিক যুক্ত পানি পানের অন্যান্য শারীরিক সমস্যা সমূহ ঃ
* হজমে সমস্যা
* ডায়রিয়া
* স্নায়ুর সমস্যা
* হাত ও পায়ের গ্যাংগ্রিন বা পঁচন
* রক্ত শূন্যতা
* জন্ডিস
*যকৃত বড় হয়ে যাওয়া
* পায়ে ব্যাথা (cramp)
* উচ্চ রক্ত চাপ
* দীর্ঘমেয়াদী শুকনো কাশি
* ক্রনিক ব্রংকাইটিস
* ফুসফুসের ক্যান্সার
* মুত্রথলীর ক্যান্সার
এমন কি আর্সেনিক গ্রহণের ফলে মহিলাদের প্রজনন স্বাস্থ্যের উপরেও বিরূপ প্রতিক্রিয়া হয়, যেমন-গর্ভপাত, মৃত সন্তান প্রসব ইত্যাদি। (তথ্য সূত্রঃ WHO)

পানিবাহিত রোগসমূহ ঃ
সাধারণত দূষিত পানি পান করার ফলে ঘটে থাকে। বিশেষ করে যে পানিটা মানুষের বা পশুপাখির মল দ্বারা দূষিত যা ব্যাকটেরিয়া বা জীবাণু দ্বারা পূর্ণ থাকে। সাধারণত কলেরা, টাইফয়েড, পাতলা পায়খানা এবং অন্যান্য ডায়রিয়াজনিত রোগের জন্যে দায়ী।

পানিবাহিত জীবানুর কারণে যে সমস্ত রোগসমূহ দেখা যায় তা নিম্নরূপ-

ভাইরাসঘটিত	:	হেপাটাইটিস-এ এবং হেপাটাইটিস-ই।
ব্যাকটেরিয়াঘটিত	:	টাইফয়েড, প্যারা- টাইফয়েড, ব্যাসিলারী ডিসেন্ট্রি, কলেরা।
প্রটোজোয়াঘটিত	:	আমাশয়, জিয়ারডিয়াসিস।
কৃমিঘটিত	:	গোলকৃমি, সুতাকৃমি।

এ ছাড়াও বটুলিজম, জিয়ারড়িয়াসিস, হুকওয়োম ইনফেকশন, লিড পয়জনিং, লেজিওনেলোসিস, স্ক্যাবিস, টিনিয়া ইনফেকশন, নরভাইরাস ইনফেকশন ইত্যাদি।

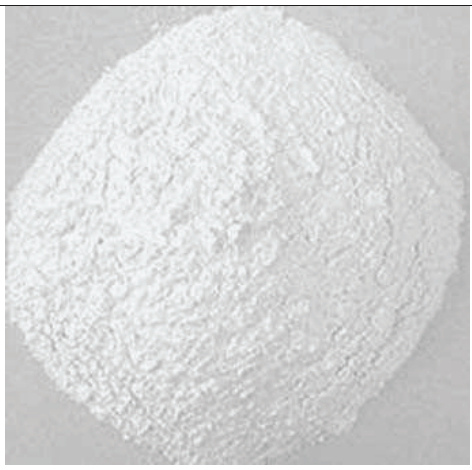
কোন কোন কাজে নিরাপদ পানি ব্যবহার করা উচিৎ এবং কেন?
আমাদের দৈনন্দিন ব্যক্তিগত ও গৃহস্থালীর সব কাজেই নিরাপদ পানি ব্যবহার করা উচিৎ।

- ব্যক্তিগত কাজ- পান করা, গোছল করা, ওজু করা।
- গৃহস্থালীর কাজ- থালাবাটি ধোয়া, কাপড় কাঁচা, ফল-শাকসবজি ধোয়া ইত্যাদি।

জীবাণু যুক্ত পানি পান করলে ডায়রিয়া, আমাশয়, টাইফয়েড, জন্ডিস ইত্যাদি পানিবাহিত রোগ হতে পারে, যা স্বাস্থ্যের জন্য খুবই হুমকিস্বরূপ। এ জন্য সব সময় নিরাপদ পানি পান করা উচিৎ।

পানি নিরাপদকরণ পদ্ধতি ঃ
পানি বিভিন্নভাবে নিরাপদ করা যায়, যেমন- নিরাপদকরণ বড়ির সাহায্যে, ফিটকিরির সাহায্যে, ব্লিচিং পাউডারের সাহয্যে। এসব ছাড়াও পানিকে ফিল্টারের সাহায্যে এবং ফুটিয়ে নিরাপদ করা যায়।

নিরাপদকরণ বড়ির সাহায্যে ঃ বাজারে বিভিন্ন ধরনের পানি নিরাপদকরণ বড়ি ব্যবহারের ক্ষেত্রে অবশ্যই প্যাকেটের গায়ে লেখা নির্দেশাবলী অথবা স্বাস্থ্যকর্মীর এবং নলকূপের মেকানিকের পরামর্শ মেনে চলতে হবে।	
ফিটকিরির সাহায্যে ঃ **ফিটকিরির পরিমাণ ঃ** এক কলসি পানিতে (প্রায় ২০ লিটার) ১/২ চামচ ফিটকিরির (১০ মি. গ্রাম) **পদ্ধতি ঃ** কলসির ভিতর ২০ লিটার পানিতে ১/২ চামুচ ফিটকিরি মিশিয়ে ভালভাবে নাড়তে থাকুন। ফিটকিরি পানিতে পুরোপুরি মিশে গেলে ১ ঘণ্টা অপেক্ষা করুন। ১ ঘন্টা পর উপরের পরিস্কার পানি (প্রায় ৯০%) আরেকটি নতুন পাত্রে/কলসিতে ঢালুন। তলানিসহ নিচের পানি ফেলে দিতে হবে।	

পানি ফুটানোর মাধ্যমে ঃ পানি আগুনে ফুটে যাওয়ার পর আরো বিশ মিনিটকাল ধরে টগবগ করে ফুটালে এর ভিতরের সমস্ত জীবাণু ধ্বংস হয়। এই ফুটানো পানি ঢেকে সংরক্ষণ করতে হয়। এত দক্ষ লোকের প্রয়োজন হয় না। যে কোন ব্যক্তি পানি ফুটাতে পারে।	
ব্লিচিং পাউডারের সাহায্যে ঃ ব্লিচিং পাউডার ব্যবহার পদ্ধতি: ২০ লিটার পানির জন্য ১ চা চামুচের চার ভাগের এক ভাগ ব্লিচিং পাউডার প্রয়োজন হয়। ব্লিচিং পাউডারে অন্ততপক্ষে ১৫% ক্লোরিন অবশ্যই থাকতে হবে। ব্লিচিং পাউডার হবে ক্লোরিন গন্ধযুক্ত, শুকনো, সাদা পাউডার এবং মুখ বন্ধ পাত্রে রাখতে হবে। ১ চামুচ পূর্ণ ব্লিচিং পাউডারকে ৪ ভাগে সমান ভাগ করে ৪টি ছোট পুরিয়া তৈরি করতে হবে। ২০ লিটার ছাঁকা পানিতে ১ টি পুরিয়া ভালভাবে মিশাতে হবে এবং পানি নিরাপদ হওয়ার জন্য অন্ততঃ ৩০ মিনিট অপেক্ষা করতে হবে। নিরাপদ পানির পাত্র ঢেকে রাখতে হবে।	

লক্ষ্যণীয়: ব্লিচিং পাউডার পানির সাথে সংমিশ্রিত হওয়ার সময় পর্যন্ত অবশ্যই পানি ঢাকনা দিয়ে রাখতে হবে। ৩০ মিনিট সময় পার হলেও পানিতে ক্লোরিনের গন্ধ ও স্বাদ থাকবে। যদি কোন গন্ধ ও স্বাদ পাওয়া না যায়, ব্লিচিং পাউডার ডোজ বাড়িয়ে দিতে হবে। মূল লক্ষ্য হল, প্রতি লিটার পানিতে ৩০ মিনিটের পরও যেন- ০.২-০.৮ মি. গ্রাম মুক্ত ক্লোরিন থাকে।

পানিবাহিত রোগের হাত থেকে মুক্তি পাওয়ার উপায় ঃ

- প্রত্যেক ব্যক্তিকে স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলতে হবে।
- খাবার পানি ফুটিয়ে সংরক্ষণ করে পান করতে হবে (কমপক্ষে ২০ - ৩০ মিনিট)
- পানি পরিস্রাবিত করে বা বিশোধন করে (ফিল্টারিং) পান করতে হবে।
- পানি রাখার পাত্র পরিষ্কার রাখতে হবে ও ভালোভাবে ঢেকে দিতে হবে।
- পানি পরিষ্কার রাখার জন্য ফিটকিরিও ব্যবহার করতে পারবেন।
- যেখানে সেখানে মল ফেলা যাবে না।
- মল নিষ্কাশনের যথাযথ ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।
- টয়লেটে গিয়ে মল ত্যাগের অভ্যাস করানো ছোটদের শিখাতে হবে।
- টয়লেট বা পায়খানা ব্যবহারের পর সাবান ও পানি দিয়ে ভালোভাবে হাত ধুতে হবে।
- অন্যের ব্যবহার্য জিনিস যেমন খাবার পাত্র বা গ্লাস দিয়ে পানি পান না করাই উত্তম।
- খাবার পানি যাতে আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শে না আসে সেই দিকে লক্ষ্য রাখতে হবে।
- কোথাও যাওয়ার পূর্বে (ভ্রমনের উদ্দেশ্যে) সাথে করে খাবার পানি নিয়ে যেতে পারেন।
- মেয়াদ পরবর্তী সময়ে কোন খাবার পানীয় (সফট ড্রিংক্স) গ্রহণ করা যাবে না।
  রোগের লক্ষণ দেখা দেয়ার সাথে সাথে চিকিৎসকের সংগে যোগাযোগ করুন।

যে সকল ক্ষেত্রে নিরাপদ পানির ব্যবহার প্রয়োজন ঃ

আমাদের দৈনন্দিন ব্যক্তিগত ও গৃহস্থালীর সব কাজেই নিরাপদ পানি ব্যবহার করা উচিৎ। ব্যক্তিগত কাজে পান করা, গোসল করা, ওজু করা গৃহস্থালীর কাজ - থালাবাটি ধোয়া, কাপড় কাচা, ফল-শাকসবজি ধোয়া ইত্যাদি।

পান করাঃ

পানি ছাড়া আমরা বাঁচতে পারি না। মানব দেহে যত রোগ হয় তার অধিকাংশই হয়ে থাকে পানির কারণে। পান করার ফলে পানি সরাসরি মানব দেহে প্রবেশ করে বিধায় দূষিত পানি দেহে বিভিন্ন রোগ ছড়ায়। এ সকল রোগ থেকে রক্ষা পেতে এবং সুস্থ্য ভাবে বাঁচার জন্য নিরাপদ পানি পানের জন্য ব্যবহার করা উচিত।

রান্না করাঃ

গ্রামাঞ্চলে সাধারণত রান্নার জন্য নদী/পুকুরের পানি ব্যবহার করে থাকে। আমরা জেনেছি পুকুর, নদীর পানি নিরাপদ নয়। এই পানি দিয়ে রান্না করলে জীবানুগুলো অনেক সময় খাবারের মধ্যে থেকে যায়। জীবানুগুলো খাবারের সাথে শরীরে প্রবেশ করে ফলে রোগ ব্যাধি ছড়ায়। তাই রান্নার কাজেও নিরাপদ পানি ব্যবহার করা অতি আবশ্যক।

শাকসবজি ধোয়াঃ

অনেক সময় আমরা কিছু শাকসবজি, ফলমূল না ধুয়েই খেয়ে ফেলি। আবার ঐগুলো দোকানে বা গাছের তলায় ধূলা-বালি বা অপরিষ্কার জায়গায় পড়ে থাকে। তাই এই সকল শাকসবজি, ফলমূল ভাল করে নিরাপদ পানি দিয়ে ধুয়ে খাওয়া উচিত।

থালাবাসন ধোয়াঃ

আমরা অনেক সময়ই রান্নার ও খাবার উপকরণগুলি ধুয়ে ব্যবহার করার প্রতি উদাসীন। আবার ধুলেও নিরাপদ পানি দিয়ে ধুইনা। নিরাপদ পানি দিয়ে না ধুলে বিভিন্ন খাবারের মাধ্যমে আমাদের শরীরে প্রবেশ করে এবং রোগব্যাধিতে আক্রান্ত হয়ে পড়ে পরিবারের সবাই।

হাত-মুখ ধোয়া, দাঁত মাজা ও অজু করাঃ

আমরা দিনে-রাত্রে অনেক প্রয়োজনে হাতমুখ ধুই, দাঁত মাজি এবং অজু করি। প্রত্যেকটি বিষয়ের সাথে মুখের মাধ্যমে শরীরে রোগজীবানু প্রবেশের সম্ভাবনা প্রচুর। তাই এই কাজগুলি করার সময় অবশ্যই নিরাপদ পানি ব্যবহার করা প্রয়োজন।

গোসল ও কাপড় ধোয়াঃ

সাধারণত মানুষ নদী ও পুকুরে গোসল এবং কাপড় কাঁচতে বেশী আগ্রহী। একসাথে অনেকে গোসল, কুলি করা, কাপড় কাঁচার জন্য পানি দূষিত হয়। ফলে খোস-পাচড়া, চর্মরোগ বেশী হয়। সুতরাং গোসল ও কাপড় কাঁচায় নিরাপদ পানি ব্যবহার করা যেতে পারে।

ভাতে পানি দেয়াঃ

অধিকাংশই গ্রীষ্মকালে সকালে পান্তা/পানি ভাত খায়। শহরাঞ্চলেও কেউ কেউ খেয়ে থাকে। অনেকের ধারণা পান্তা ভাতে পুকুরের/নদীর পানি না দিলে নষ্ট হয়ে যায়, কথাটি ঠিক নয়। এ ক্ষেত্রেই অবশ্যই নিরাপদ পানি ব্যবহার করতে হবে।

পান ধোয়াঃ

অতি সাধারণ একটা বিষয় ভেবে বেশীর ভাগ মানুষ ঘরে/দোকানের পান পুকুরের পানি দিয়ে ধোয়। এটা একেবারেই পরিহার করে পান ধোয়ার কাজে নিরাপদ পানি ব্যবহার করা আমাদের সকলের জন্যই অতি জরুরী। পরিশেষে আমাদের দৈনন্দিন সকল কাজে নিরাপদ পানি ব্যবহার অভ্যাসে পরিণত করতে হবে।

পরিশেষে, আমাদের দৈনন্দিন সকল কাজে নিরাপদ পানি ব্যবহারকে অভ্যাসে পরিণত করতে হবে।

অধিবেশন নং : ৭

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশন

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশন কি তা বলতে পারবেন;
- স্বাস্থ্য রক্ষায় স্যানিটেশনের প্রয়োজনীয়তা উল্লেখ করতে পারবেন;
- পর্যাপ্ত স্যানিটেশনের অভাবে কী কী রোগ হয় তা বলতে পারবেন এবং এ সকল রোগ থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য করণীয়সমূহ উল্লেখ করতে পারবেন;
- মল থেকে জীবাণু প্রবেশের মাধ্যমমূহ ও তা প্রতিরোধে করনীয় গুলো উল্লেখ করতে পারবেন;
- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা কি তা বলতে পারবেন এবং স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহারের নিয়মসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

আলোচ্য বিষয়ঃ

- স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশনের ধারণা;
- স্যানিটেশনের প্রয়োজনীয়তা;
- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ধরণ ও প্রকারভেদ;
- স্যানিটেশনের উপাদান এবং ১০০% স্যানিটেশন;
- মল থেকে মুখে জীবানু প্রবেশের মাধ্যমসমূহ ও তা প্রতিরোধে করনীয়;
- পর্যাপ্ত স্যানিটেশনের অভাবেসৃষ্ট রোগসমূহ এবং রোগ প্রতিরোধের উপায়;
- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহারের সঠিক নিয়ম ও শ্লোগান।

পদ্ধতি ঃ প্রশ্নোত্তর, আলোচনা, জোড়াদল, ছোট দলীয়

উপকরণ ঃ বোর্ড, মার্কার, পোষ্টার, ভিপকার্ড, মাল্টিমিডিয়া, সোয়াবিন তেল ও হলুদের গুড়া।

মোট সময় ঃ ১.৩০ মিনিট

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	**স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশন ঃ** অংশগ্রহণকারীদের কাছে জানতে চান স্যানিটেশন বলতে কি বোঝায় তাদের উত্তরগুলো শুনুন এবং মূল পয়েন্টগুলো বোর্ডে লিখুন। তাদের মতামত পর্যালোচনার পর মাল্টিমিডিয়া/পোষ্টার প্রদর্শন করে স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশনের ধারণা ব্যাখ্যা করুন।	১৫ মিনিট
ধাপ-২	**স্বাস্থ্য রক্ষায় স্যানিটেশনের প্রয়োজনীয়তা ঃ** অংশগ্রহণকারীদের পাশাপাশি বসা দুজনে মিলে জোড়া দল গঠন করতে বলুন। প্রতিটি দলকে ১টি করে VIPP কার্ড ও মার্কার প্রদান করুন। তাদের দু'জনকে আলোচনা করে স্বাস্থ্য রক্ষায় স্যানিটশনের একটি করে প্রয়োজনীয়তা লিখতে বলুন। লেখা শেষ হলে কার্ডগুলো সংগ্রহ করুন এবং বোর্ডে লাগান। বোর্ডের কার্ডগুলো অংশগ্রহণকারীদের পড়তে ও ব্যাখ্যা করতে বলুন। এরপর মাল্টিমিডিয়া প্রদর্শন করে এর পয়েন্টগুলো এক এক করে আলোচনা করুন।	১৫ মিনিট
ধাপ-৩	স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ধরণ ও প্রকারভেদ ঃ অংশগ্রহণকারীদের কাছে জানতে চান স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা কত প্রকার ও কি কি? উত্তরগুলি শুনে বোর্ডে লিখুন, তারপর বিস্তারিত আলোচনা করুন।	১০ মিনিট

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-৪	স্যানিটেশনের উপাদান এবং ১০০% স্যানিটেশন অংশগ্রহণকারীদের কাছে জানতে চান স্যানিটেশনের উপাদান বলতে কি কি বোঝায়? তাদের উত্তরগুলো শুনুন এবং মূল পয়েন্ট গুলো বোর্ডে লিখুন। তাদের মতামত পর্যালোচনার পর মাল্টিমিডিয়া/পোষ্টার প্রদর্শন করে ধারণা পরিষ্কার করুন। অত:পর ১০০% স্যানিটেশনের ধারণা মাল্টিমিডিয়ার মাধ্যমে পরিষ্কার করুন।	১০ মিনিট
ধাপ-৫	মল থেকে মুখে জীবানু প্রবেশের মাধ্যমসমূহ ও তা প্রতিরোধে করণীয়ঃ পূর্ব থেকেই হলুদগুড়ায় সয়াবিন তেল মিশিয়ে মল তৈরি করে একটি প্লাস্টিকের প্যাকেটে রেখে দিন। ২/৩ টি বিস্কুটও রাখুন। একজন অংগগ্রহণকারীর কাছে থেকে ২টি চুল নিয়ে বানানো মল চুলে মাখান এবং চুল দুটো বিস্কুটগুলোর উপর রাখুন। এখন ২/৩ জন অংশগ্রহণকারীকে অনুরোধ করুন বিস্কুটগুলো খেতে। লক্ষ্য করে দেখুন কেউ বিস্কুটগুলো খাচ্ছে না। এবার চুলের সাথে মাছির পায়ের সাদৃশ্য ব্যাখ্যা করুন এবং মাছি বসা খাবারের প্রতি সবার মনে ঘৃণা তৈরি করুন। একইভাবে এক গ্লাস পানিতে মল মাখানো চুলটি ফেলে দিয়ে পানিটি খেতে বলুন। মাছি বসা পাত্রের পানি পান করার ব্যাপারেও অংশগ্রহণকারীদের মনে ঘৃণা তৈরি করুন। এরপর মাল্টিমিডিয়া এবং তথ্যপত্র- এর সহায়তা আলোচনার মাধ্যমে মল মুখে প্রবেশ করা প্রতিরোধে করনীয়সমূহ আলোচনা করুন।	১০ মিনিট
ধাপ-৬	পর্যাপ্ত স্যানিটেশনের অভাবে কী কী রোগ হয় এবং এ সকল রোগ থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য করনীয় সমূহঃ VIPP কার্ডে ১০/১২ টি রোগের নাম লিখে উল্টো করে VIPP বোর্ডে লাগিয়ে রাখুন (এগুলো সহায়ক পূর্ব থেকেই তৈরি করে রাখবেন)। এবার অংশগ্রহণকারীদের মধ্য থেকে দুজনকে সামনে ডাকুন এবং সকল অংশগ্রহণকারীদের সাথে আলোচনা করে কোন রোগগুলো পর্যাপ্ত স্যানিটেশন ব্যবস্থার অভাবে হয় তা চিহ্নিত করে VIPP বোর্ডের একপাশে লাগাতে বলুন। লাগানো হয়ে গেলে জিজ্ঞাসা করুন-কেন এগুলো স্যানিটেশন সংক্রান্ত রোগ। তাদের উত্তরগুলো শুনুন। যদি কারো কোন ভুল ধারণা থাকে তাহলে তা শুধরে দিন। এবার এই রোগগুলো থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য কি করনীয় তা অংশগ্রহণকারীদের কাছে জানতে চান। তাদের উত্তরগুলো বোর্ডে লিখুন পরে মাল্টিমিডিয়া প্রদর্শর্ন করে আলোচনা করুন।	১০ মিনিট
ধাপ-৭	**স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ব্যবহারঃ** অংশগ্রহণকারীদের ৪/৫ টি দলে ভাগ করুন্। তারপর প্রতি দলে পোষ্টার ও মার্কার সরবরাহ করুন। পোষ্টারে লেখার জন্য সময় বেঁধে দিন অত:পর লেখা শেষ হলে প্রতি দল থেকে একজন করে দলীয় কাজ উপস্থাপন করতে বলুন। সব দলের উপস্থাপন শেষ হলে সকলের মতামতের ভিত্তিতে ও তথ্যপত্রের সহযোগীতায় সাধারণীকরন করুন। তারপর স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার শ্লোগানটি কয়েক বার করান।	১০ মিনিট
ধাপ-৮	**পুনরালোচনাঃ** প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে অধিবেশনের আলোচ্য বিষয়সমূহ সারসংক্ষেপ করুন। কারো কোন প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর ব্যাখ্যা করুন। সকলকে ধন্যবাদ দিয়ে অধিবেশনের সমাপ্তি ঘোষনা করুন।	১০ মিনিট

স্যানিটেশন

স্যানিটেশন হলো মানব বর্জ্য ও নিরাপদ ব্যবস্থাপনা, যার মাধ্যমে মল নির্গত জীবাণু মুখে যাওয়ার সঞ্চালন পথে বাঁধা প্রদান করে।

স্যানিটেশন হলো পরিবেশ স্বাস্থ্যসম্মত ও নির্মল রাখার অনুশীলন।

স্যানিটেশনের ক্ষেত্র

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মতে-

- খাদ্য
- বৃষ্টির পানি নিস্কাশন
- কঠিন আবর্জনা অপসারণ
- বায়ুদূষণ অন্তর্ভূক্ত

সার্বিক স্যানিটেশন

সার্বিক স্যানিটেশন বলতে সুস্বাস্থ্যের জন্য প্রয়োজনীয় সার্বিক স্বাস্থ্যকর পরিবেশকেই বোঝায়।

সার্বিক স্যানিটেশন এর সাথে অন্তর্ভূক্ত

- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা
- কঠিন বর্জ্যের যথাযথ ব্যবস্থাপনা
- গৃহস্থালির বর্জ্য-পানি ও বৃষ্টির পানি নিস্কাশনের ব্যবস্থা
-

সার্বিক স্যানিটেশনের ধারনা (Total sanitation concept)

স্যানিটেশন ব্যবস্থার উন্নয়নের মূল লক্ষ্য স্বাস্থ্যের উন্নয়ন, এই বিষয়টি অত্যন্ত গুরুত্বের সাথে বিবেচনায় রাখতে হবে। স্বাস্থ্যের উপর স্যানিটেশনের প্রভাব একটি মৌলিক বিষয়। অতএব, সার্বিক স্যানিটেশন (Total sanitation) বলতে সুস্বাস্থ্যের জন্য প্রয়োজনীয় সার্বিক স্বাস্থ্যকর পরিববেশকেই বুঝাবে। এ কারণে সার্বিক স্যানিটেশনের সংজ্ঞায় শতভাগ স্যানিটেশনের সাথে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো অন্তর্ভুক্ত হবে।

- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা
- যথাযথ কঠিন বর্জ্য ব্যবস্থাপনা (Solid waste management) এবং
- গৃহস্থালির বর্জ্য-পানি (Household waste water) ও বৃষ্টির পানি (Storm water) নিষ্কাশনের ব্যবস্থা।

পরিবেশগত স্যানিটেশন (Environmental sanitation)

পরিবেশগত স্যানিটেশন বৃহত্তর পরিসরে ভৌত পরিবেশের (physical environment) উন্নয়নকে বুঝায় (The term environmental sanitation is used to cover the wider concept of controlling the entire physical environment).

পরিবেশবান্ধব স্যানিটেশন (Ecological sanitation)

পরিবেশবান্ধব স্যানিটেশনে মানব বর্জ্যকে সম্পদ বলে বিবেচনা করা হয়। মানুষের মলমূত্রকে আলাদা করে জীবানুমুক্ত করার জন্য বিশেষ ধরণের পায়খানা ব্যবহার করা হয়। এই ধরণের পায়খানাকে ইকো পায়খানা বা ইকো টয়লেট বলা হয়। এই পদ্ধতিতে ৩ টি ধাপ অনুসরণ করা হয়। যেমন:

১. আবদ্ধকরণ (Containment)

২. জীবাণুমুক্তকরণ (Sanitization)

৩. পুনঃব্যবহার (Recycling)

এই তিনটি ধাপই closed-loop system যা পরিবেশবান্ধব স্যানিটেশন নামে পরিচিত ।

স্যানিটেশনের প্রয়োজনীয়তা

- ভূগর্ভস্থ ও ভূপৃষ্ঠের পানির উৎস ও মাটি এবং বাতাস দূষণমুক্ত রাখার জন্য
- শারীরিক ও মানসিকভাবে সুস্থ্য থাকার জন্য
- পানিবাহিত ও মল থেকে ছড়ানো মারাত্মক রোগ থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য
- সমষ্টিগতভাবে সুস্থ শরীরে বেঁচে থাকার জন্য বিভিন্ন ধরনের রোগ জীবাণু থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য
- বিভিন্ন ধরনের রোগ জীবানু থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য

স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ধরণ ও প্রকারভেদ

গর্তের ধরণ অনুযায়ী স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ২ প্রকার। যেমন-

১। সরাসরি: যেখানে পায়খানার ঘর গর্তের উপর বানানো হয় এবং মল সরাসরি গর্তে পরবে।

২। অফসেট: যেখানে পায়খানার ঘর গর্তের পাশে বানানো হয় এবং ঢালু নালার সাহায্যে পাশের গর্তে মল ফেলার ব্যবস্থা করা হয়।

সাধারণত আমাদের দেশে যে ধরনের স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা তৈরী করা হয় সেগুলো হলোঃ

০১. রিং স্লাব ল্যাট্রিনঃ ১টি ওয়াটার সীল যুক্ত স্লাব এবং কয়েকটি রিং দিয়ে এই ল্যাট্রিন করা হয়। এখানে পায়খানা সরাসরি গর্তে জমা হয়। সাধারণত গ্যাস পাইপ থাকে না তবে কেউ কেউ বর্তমানে রিং এর সাথে এলবো আকৃতির ফিটিংস ব্যবহার করে গ্যাস পাইপ লাগিয়ে থাকেন।	
২. অফসেট পিট ল্যাট্রিনঃ ১টি স্লাব বা ইট সিমেন্টে পাঠাতন থাকে এবং সাইফুনের সাথে পাইপ যুক্ত করে পায়খানার আলাদা গর্তে সংযোগ দেওয়া হয়। ওয়ান পিট বা টুপিট অফসেট ল্যাট্রিন তৈরী করা হয় এবং গ্যাস পাইপ থাকে। অফসেট পায়খানা ঘর থেকে মল জমা হওয়ার গর্ত একটু দূরে থাকে।	

৩) **সেপটিক ট্যাংকযুক্ত ল্যাট্রিনঃ**

প্যান, স্লাব বা পাটাতন থাকে এবং কংক্রিটের আলাদা হাউজ থাকে। সাধারণত পাকা ল্যাট্রিন বলে।

৪) **উন্নত ল্যাট্রিন**

a. পায়খানায় পানি ফ্লাস করার ব্যবস্থা যেমন–

ক)পাইপ সোয়ারেজ সিস্টেম

খ) সেপটিক ট্যাংক

গ) পিট ল্যাট্রিন

b. ভেনটিলেটেড ইমপ্রুভ পিট (ভিআইপি) ল্যাট্রিন

c. পিট ল্যাট্রিনের সাথে স্লাব

d. কম্পোসটিং ল্যাট্রিন/ইকোসান.

(সূত্র-জেএমপি রিপোর্ট)

স্যানিটেশনের উপাদানসমূহ (Elements of sanitation)

স্যানিটেশনের সংজ্ঞাটিকে বিশ্লেষণ করলে নিম্নোক্ত উপদানসমূহ পাওয়া যায়

- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা
- নিরাপদ পানি
- স্বাস্থ্য অভ্যাস পালন
- কঠিন ও তরল বর্জ্য ব্যবস্থাপনা

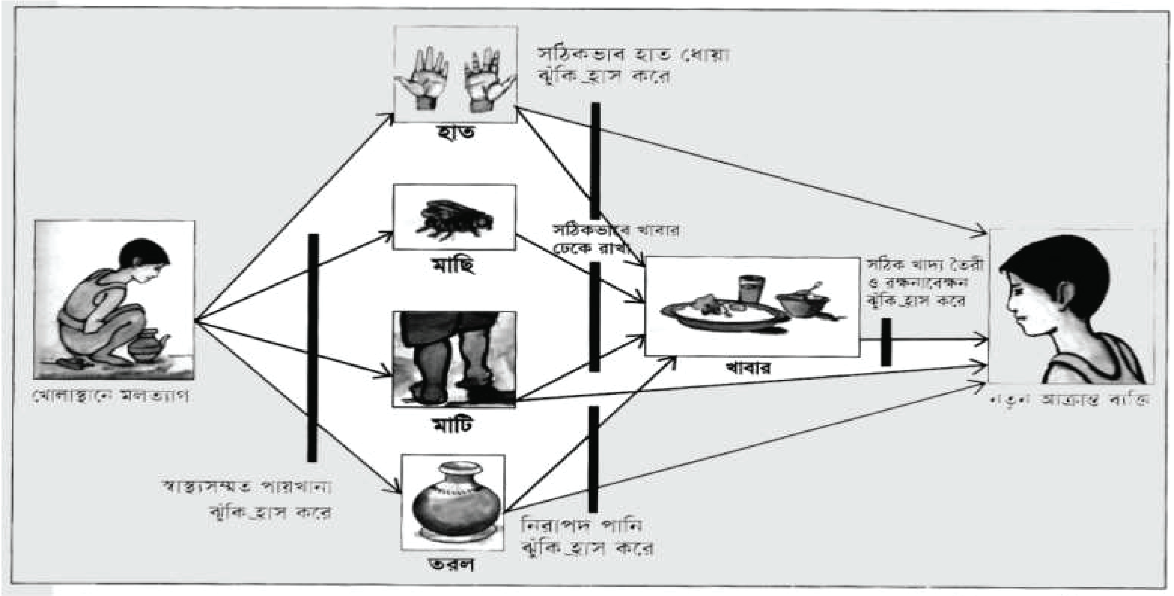
১০০% স্যানিটেশনের ধারনা (100% sanitation concept)

১০০% স্যানিটেশন বোঝাতে ন্যূনতম নিম্নলিখিত বৈশিষ্ট্যগুলো থাকতে হবে ঃ

- কেউ খোলা জায়গায় প্রস্রাব-পায়খানা করবে না।
- সবার জন্য স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ব্যবস্থা থাকবে।
- সবাই স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহার করবে।

- পায়খানার অবিরাম ব্যবহারের জন্য উপযুক্ত রক্ষণাবেক্ষণ ব্যবস্থা থাকবে
- উন্নত স্বাস্থ্য-অভ্যাস চর্চা করা হবে।

মল থেকে মুখে জীবাণু প্রবেশের মাধ্যমসমূহ ও তা প্রতিরোধে করণীয় (5 F Diagram)



চিত্র ঃ মল থেকে ডায়রিয়া ছড়ানোর পথ (Faecal-Oral Transmission Routes) ও প্রতিরোধের উপায়

5 F Diagramঃ

F = Finger (হাতের আঙ্গুল), F = Fly (মাছি), F = Field (মাটি), F = Fluid (তরল), F= Food (খাদ্য)

কোন এলাকার খোলা মাঠে মলত্যাগ সংক্রান্ত তথ্য বিশ্লেষণঃ

- সহায়ক আকচা পাড়ার সূত্র ধরে ঐ কমিউনিটির মোট জনসংখ্যা চিহ্নিত করবেন।
- এবার কয়টি স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা আছে এবং ঐ পরিবারগুলোতে লোক সংখ্যা কত আছে তা চিহ্নিত করবেন।
- মোট লোক সংখ্যা থেকে স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা যে খানাগুলোতে আছে তার লোক সংখ্যা বাদ দিয়ে কত জন হলো তা সকলকে জানাবেন।
- সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞাসা করবেন যে, প্রতিদিন একজন মানুষ কত বার পায়খানা করে এবং তার পরিমাণ কতটুকু হতে পারে।
- তাদের মতামতের আলোকে একটি সিদ্ধান্তে আসবেন এবং ঐকিক নিয়মে বাৎসরিক খোলা পায়খানার পরিমাণ নির্ধারণ করবেন। নিম্নে একটি অনুশীলনের পায়খানার- হিসাব দেখানো হলো;

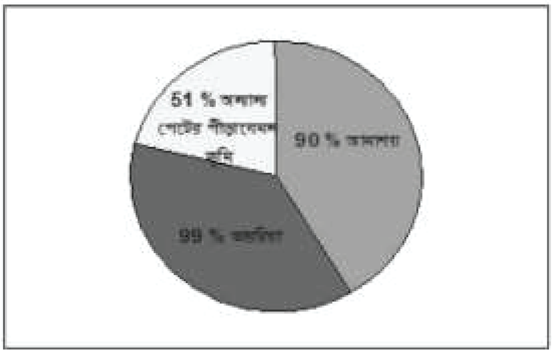
এলাকা নাম	: আকচা
পরিবারের সংখ্যা	: ৬০টি
লোক সংখ্যা	: ৩০০ জন
স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা	: ৪ টি

ব্যবহারকারীর সংখ্যা : ২০ জন
খোলা পায়খানা ব্যবহারকারীর সংখ্যা : ২৮০ জন
১জন ১দিনে পায়খানা করে : ৫০০ গ্রাম
২৮০ জন ১দিনে পায়খানা করে : ৫০০* ২৮০ = ১৪০০০০ গ্রাম=১৪০ কেজি
২৮০ জন ৩০দিনে পায়খানা করে : ১৪০*৩০ = ৪২০০ কেজি
২৮০ জন ১২ মাসে পায়খানা করে : ৪২০০*১২ = ৫০৪০০ কেজি =৫০৭৬/৪০ =১২৬০ মন
=২০.১৬ টন = ৪ ট্রাক.

পর্যাপ্ত স্যানিটেশনের অভাবে সৃষ্ট রোগসমূহ

- আমাশয়
- কৃমি
- চোখের অসুখ
- হেপাটাইটিস-এ
- চর্মরোগ
- টাইফয়েড
- ডায়রিয়া
- জন্ডিস

সার্বিক স্যানিটেশন ও নিরাপদ পানি ব্যবহারের ফলে-



রোগ প্রতিরোধের উপায়-

উন্মুক্ত স্থানে বা যেখানে সেখানে মল ত্যাগ না করা
স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহার নিশ্চিত করা
যত্রতত্র ময়লা আবর্জনা না ফেলা
স্বাস্থ্যসম্মত পয়নিস্কাশনের ব্যবস্থা করা
ব্যক্তিগতভাবে পরিস্কার পরিচ্ছন্ন থাকা
মলত্যাগের পর এবং খাদ্যদ্রব্য গ্রহণের পূর্বে সাবান দিয়ে দু'হাত ভালভাবে পরিস্কার করা

সার্বিক স্যানিটেশন ও নিরাপদ পানি ব্যবহারের ফলে ঃ

গ্রামাঞ্চলে চিকিৎসা ব্যয় কমে	৫৫%
শহরাঞ্চলে চিকিৎসা ব্যয় কমে	২৬%
অসুস্থতার কারণে অনুপস্থিতির দিনের সংখ্যা বছরে কমে	৭৭ থেকে ৪৫ দিন
গ্রামাঞ্চলে রোগের কারণে বিদ্যালয়ে অনুপস্থিতির হার বছরে কমে	১৬ থেকে ৭ দিন হয়
পানি বাহিত রোগের কারণে চিকিৎসা ব্যয় হয় (বছরে)	৫শ' কোটি টাকা
ফলে খাদ্য বাবদ ক্রয় বৃদ্ধি পাবে	৬%
কাপড় ক্রয় ক্ষমতা বৃদ্ধি পাবে	২%

স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা হচ্ছে এমন একটি পায়খানা যা ব্যবহারের ফলে মলমূত্র একটি নির্দিষ্ট স্থানে এমনভাবে আবদ্ধ করা হয় যা কোনভাবেই খোলা বাতাস, কীট পতঙ্গ, পশুপাখি ও পানির সংস্পর্শে আসতে পারেনা। ফলে মলমূত্র থেকে রোগজীবানু ও দূর্গন্ধ ছড়িয়ে পরিবেশ দূষিত হয় না বরং পরিবেশ নিরাপদ রাখতে সহায়ক হয়।

'স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহারের সঠিক নিয়মঃ

- স্যান্ডেল পায়ে পায়খানায় যাওয়া
- গর্তের/ প্যানের দু'পাশে পা রেখে বসা
- প্যানের ছিদ্রের দিকে পেছন দিয়ে বসা
- মল ত্যাগের পূর্বে সামান্য পানি ঢেলে প্যানকে ভিজানো
- ডান হাতে পানির কল ধরা
- পায়খানায় পানির কল না থাকলে ভিতরে পানির ব্যবস্থা করা
- বদনা ডান হাতে ধরা
- পায়খানার ভিতরে বা বাইরে সাবান বা ছাইয়ের ব্যবস্থা রাখা, পায়খানা জলাবদ্ধ না হলে ব্যবহারের পর প্যান বা ছিদ্রটি ঢাকনা দিয়ে ঢেকে দেয়া
- জলাবদ্ধ পায়খানার ক্ষেত্রে মল ত্যাগের পর কমপক্ষে ৩ বদনা পানি ঢালতে হবে যাতে প্যানে মল লেগে না থাকে
- যিনি ব্যবহার করবেন তিনিই পায়খানা পরিস্কার করবেন

স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার শ্লোগান

স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা, মল দেখা যাবে না।
স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা, দূর্গন্ধ ছড়াবে না।
স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা, মশা- মাছি ঢুকবে না।
স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা, পরিবেশ দূষণ হবে না।
স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা, সম্ভ্রম নষ্ট হবে না।

অধিবেশন নং-০৮

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ ওয়াটার ও স্যানিটেশন ঋণ কার্যক্রম

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- স্যানিটেশন ও নিরাপদ পানির উৎসের জন্য উপকারভোগী নির্বাচন প্রক্রিয়া বলতে পারবেন
- প্রকল্পের উপকারভোগিদের সঞ্চয় ও ঋণ সুবিধা বলতে পারবেন
- ঋণ প্রস্তাবনা, অনুমোদন ও পরিশোধ করার নিয়মাবলী বলতে পারবেন
- অঙ্গিকার ও কর্ম-পরিকল্পনা প্রণয়ন করতে পারবেন

আলোচ্য বিষয় ঃ

- ওয়াশ প্রকল্পের উপকারভোগী নির্বাচন প্রক্রিয়া
- প্রকল্পের উপকারভোগিদের সঞ্চয় ও ঋণ সুবিধা
- ঋণ প্রস্তাবনা, অনুমোদন ও পরিশোধের নিয়মাবলী
- ওয়াশ বাস্তবায়নের অঙ্গিকার ও কর্ম-পরিকল্পনা প্রণয়ন

মোট সময় ঃ ৪৫ মিনিট

উপকরণ ঃ তথ্যপত্র, মাল্টিমিডিয়া

পদ্ধতি ঃ ব্রেইনস্টর্মিং, প্রশ্নোত্তর, আলোচনা, মাল্টিমিডিয়া ও ল্যাপটপ

পাঠ পরিকল্পনা ঃ

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	**ওয়াশ প্রকল্পের উপকারভোগী নির্বাচন প্রক্রিয়া** সহায়ক সকলকে প্রশ্ন করুন কি ধরণের সদস্য নির্বাচন করতে পারি তা সকলের নিকট থেকে শুনুন এবং পয়েন্ট গুলো বোর্ডে লিখে আলোচনা করুন	৫ মিনিট
ধাপ-২	**প্রকল্পের উপকারভোগিদের সঞ্চয় ও ঋণ সুবিধা** উপকারভোগিদের জন্য নির্ধারিত সঞ্চয় সুবিধাসমূহ মাল্টিমিডিয়ার সাহায্যে উপস্থাপন করুন এরপর খাত ভিত্তিক ঋণের সিলিং, মেয়াদ এবং সেবামূল্যের হার উপস্থাপন করুন এবং পয়েন্ট গুলো নিয়ে আলোচনা করুন।	১০ মিনিট
ধাপ-৩	**ঋণ প্রস্তাবনা তৈরী, ঋণ অনুমোদন ও পরিশোধের নিয়মাবলী** নির্বাচিত উপকারভোগিদের ঋণ প্রস্তাবনা তৈরী, যাচাই এবং অনুমোদন প্রক্রিয়া মাল্টিমিডিয়ার সাহায্যে উপস্থাপন করুন। এরপর ঋণ বিতরণ এবং আদায়/ পরিশোধের নিয়মাবলী পর্যায়ক্রমে ব্যাখ্যা করুন।	১৫ মিনিট
ধাপ-৪	**ওয়াশ বাস্তবায়নের অঙ্গীকার ও কর্ম-পরিকল্পনা প্রণয়ন** সহায়ক সকলের সাথে তথ্যপত্রের আলোকে নির্দিষ্ট খাতে সঠিক সময়ে ঋণের ব্যবহার নিশ্চিতকরণের জন্য একটি অঙ্গীকারনামা এবং পরিকল্পনা প্রণয়নের নিয়মাবলী আলোচনা করুন।	১০ মিনিট
ধাপ-৫	**পুনরালোচনা** সহায়ক প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে সেশনটি পুনরালোচনা করবেন। কারও কোন প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর প্রদান করবেন। শেষে সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করবেন।	৫ মিনিট

ওয়াশ প্রকল্পের উপকারভোগী নির্বাচন প্রক্রিয়া:

০১। **সদস্য নির্বাচন সংক্রান্ত ঃ**

১) নতুন সদস্য নির্বাচনে বুনিয়াদ, জাগরণ ও অগ্রসর এর নীতিমালা/ক্রাইটেরিয়া মতে সদস্য অন্তর্ভূক্তি করতে হবে। (ভর্তি ফি প্রযোজ্য)

২) প্রকল্পের Need Assessment করে সদস্য অন্তর্ভূক্তি হতে হবে/করতে হবে।

০২। **সঞ্চয় সংক্রান্ত ঃ**

১) বুনিয়াদ, জাগরণ ও অগ্রসর ঋণ কম্পোনেন্ট এর মধ্যে চলমান পদ্ধতিতে WaterCredit(WC) প্রকল্পে মাসিক ও সাপ্তাহিক সঞ্চয় আদায় হবে।

০৩। **ঋণের খাত সংক্রান্ত ঃ**

ক) স্বাস্থ্য সম্মত ল্যাট্রিন তৈরী/স্থাপন।

খ) নিরাপদ পানি সরবরাহ/সংরক্ষণ।

০৪। **ঋণ বিতরণ সংক্রান্ত ঃ**

১। বুনিয়াদ, জাগরণ ও অগ্রসর কম্পোন্টের নিয়ম অনুযায়ী প্রতিটি ঋণ সরেজমিনে যাচাই করে অনুমোদন সাপেক্ষে ঋণ বিতরণ করতে হবে।

২। একজন সদস্যকে শুধুমাত্র WaterCredit(WC) বা বুনিয়াদ, জাগরণ ও অগ্রসর ঋণের পাশাপাশি WaterCredit(WC) ঋণ প্রদান করা যাবে।

৩। ঋণের সিলিং হবে সর্বোচ্চ ১,০০,০০০ (এক লক্ষ) টাকা। (তবে-খাত ও উপ-খাতের নিয়ম অনুসরণ করতে হবে)

৪। ঋণ প্রদান পরবর্তী ০১ মাসের মধ্যে প্রকল্পের কাজ সম্পন্ন করতে হবে।

৫। ঋণ সাপ্তাহিক ও মাসিক কিস্তিতে (উভয় পদ্ধতিতে) বিতরণ করা যাবে।

০৫। ঋণের মেয়াদকাল সংক্রান্ত ঃ

বুনিয়াদ, জাগরণ ও অগ্রসর কম্পোন্টের নিয়ম অনুসরণ করে সদস্যর ঋণ পরিশোধের সার্মথ্য অনুযায়ী ঋণের মেয়াদ নির্দ্ধারণ করতে হবে।

০৬। পাশ বই সংক্রান্ত ঃ

বুনিয়াদ,জাগরণ ও অগ্রসর কম্পোন্টের মূল পাশবহিতে মূলঋণের সাথে WaterCredit(WC) ঋণ আলাদা ভাবে যোগ করে দেখাতে হবে।

০৭। ঋণের সুদ সংক্রান্ত ঃ

বুনিয়াদ, জাগরণ ও অগ্রসর কম্পোন্টের এর নীতিমালা মতে ক্রমহ্রাসমান পদ্ধতিতে MRA নির্ধারিত সবোর্চ্চ ২৪% হার সুদে ঋণ বিতরণ করতে হবে।

০৮। ঋণ আদায় পদ্ধতি সংক্রান্ত ঃ

* সাপ্তাহিক ও মাসিক উভয় পদ্ধতিতে ঋণ আদায় করতে হবে। সুদ ক্যালকুলেশন হিসাব মাসিক ও সাপ্তাহিক ভিন্নতা থাকবে।
* গ্রেস পিরিয়ড (ঋণ বিতরণ হতে ১৫ দিন) (As Per Software) MRA এর গাইড লাইন মতে হবে।

০৯। সদস্য কল্যাণ তহবিল সংক্রান্ত ঃ

- বুনিয়াদ, জাগরণ ও অগ্রসর কম্পোন্টের সদস্য কল্যাণ তহবিল ঋণ বিতরনের বুনিয়াদ ০.৫%, অন্যান্য সকল কম্পোনেন্টে ১% হারে আদায় ও সুবিধাদি প্রযোজ্য হবে।

১০। রিপোর্ট ও সফ্‌টওয়্যার ব্যবহার সংক্রান্ত ঃ-

- মূল প্রোডাক্ট হবে WaterCredit(WC)
- উপখাত হবে (i) স্বাস্থ্য সম্মত ল্যাট্রিন তৈরী/স্থাপন। ((ii) নিরাপদ পানি সরবরাহ/সংরক্ষণ।
- Software-এ Posting- এর সময় Product Categories ওয়ারী WSS এর উপখাত/ Product Water Supply ও Sanitation এ পোষ্টিং করতে হবে।
- যে সকল সদস্য গৃহ নির্মান,গৃহ মেরামত অথবা ওয়াটার ও স্যানিটেশনের কাজ করে শুধু মাত্র তাদেরকে এই কম্পোনেন্টে ঋণ বিতরন করা যাবে।
- মুল কম্পোনেন্টের সাথে একই দিনে ঋণ বিতরন ও ঋণের সিডিউল অনুযায়ী আদায় করতে হবে।(যেমন-মোছাঃ রহিমা বেগম জাগরন কম্পোনেন্টের আওতায় ১,০০,০০০/- গৃহ নির্মাণ বাবদ ঋণের প্রস্তাব করেন তাহলে তাকে একই তারিখে ৮০,০০০/- টাকা গৃহনির্মাণ এবং ২০,০০০/- টাকা ওয়াটার/স্যানিটেশনের খাতে ঋণ বিতরন দেখাতে হবে। পাশ বইতে দুইটি খাত ও টাকার পরিমাণ পৃথক ভাবে উল্লেখ করতে হবে। তবে ঋণ আদায় ও ঋণস্থিতির ক্ষেত্রে এক সাথে আদায় পোষ্টিংদিতে হবে। মোছাঃ রহিমা বেগম মোট ঋণ ১,০০,০০০/- টাকা, সাপ্তাহিক কিস্তির পরিমাণ ২৫০০/- তার পাশ বইতে একসাথে ২৫০০/- টাকা ঋণ আদায়ের ঘরে পোষ্টিং দিতে হবে

- স্ব স্ব কম্পোনেন্টের নিয়ম অনুযায়ী সার্ভিজচার্জ, কিস্তি প্রযোজ্য হবে (যেমন-জাগরন ও অগ্রসর ২৪.০০%, বুনিয়াদ ১৯.৯০% এবং কিস্তির সংখ্যা, কিস্তির পরিমাণ ও আসল সার্ভিজ নির্ণয় পদ্ধতি মূল কম্পোনেন্ট অনুসারে হবে)।
- ঋণের সিলিং হবে WaterCredit- Water Loan(WL) সর্বোচ্চ ১,০০,০০০/- টাকা এবং WaterCredit-Sanitation Loan (SL) সর্বোচ্চ ১,০০,০০০/
- ঋণ ফরম বাবদ ৫/- গ্রহণ করতে হবে।
- Dual ও Single Loan প্রোডাক্ট হিসাবে বিবেচিত হবে।
- সদস্যার মোট প্রস্তাবিত ঋণ, ঋণের সিলিং অনুযায়ী অনুমোদন করতে হবে।
- WaterCredit(WC) এর সকল রিপোর্ট স্ব স্ব কম্পোনেন্টের আওতায় হবে।
- সকল ঋণ বিতরনের ক্ষেত্রে ইএসডিও ঋণ নীতিমালা অনুসরন করতে হবে।
- প্রকল্পের চাহিদা মতে মাসিক রিপোর্ট ফরমেটে প্রত্যেক মাসে তথ্য প্রেরণ করতে হবে।

WaterCredit- Water Loan (WL) ও Sanitation Loan (SL) ঋণ কার্যক্রমের মেয়াদ ও আদায় পদ্ধতি ঃ

মুল কম্পোনেন্ট	কম্পোনেন্ট	মেয়াদ	সংক্ষিপ্ত নাম	আদায় পদ্ধতি
বুনিয়াদ	WaterCredit- Water Loan(WL)	এক বছর	WCWL W1	সাপ্তাহিক
	WaterCredit- Sanitation Loan (SL)	এক বছর	WCSL W1	সাপ্তাহিক
জাগরন	WaterCredit- Water Loan(WL)	এক বছর	WCWL W1	সাপ্তাহিক
		এক বছর	WCWL M1	মাসিক
	WaterCredit- Sanitation Loan (SL)	এক বছর	WCSL W1	সাপ্তাহিক
		এক বছর	WCSL M1	মাসিক
অগ্রসর	WaterCredit- Water Loan(WL)	এক বছর	WCWL W1	সাপ্তাহিক
		এক বছর	WCWL M1	মাসিক
		১৮ মাস	WCWL M1.5	মাসিক
		২৪ মাস	WCWL M2Y	মাসিক
	WaterCredit- Sanitation Loan (SL)	এক বছর	WCSL W1	সাপ্তাহিক
		এক বছর	WCSL M1	মাসিক
		১৮ মাস	WCSL M1.5	মাসিক
		২৪ মাস	WCSL M2Y	মাসিক

ঋণ প্রোডাক্টের নাম ও

ঋণ পণ্যের বিস্তারিত

ঋণ পণ্যের ধরণ		**ঋণের আকার**		**ঋণের মেয়াদ**	**সুদের হার সর্বোর্চ্চ (ক্রমহ্রাসমান)**	**ঋণ পরিশোধের সময়সূচি**	**ঋণ ফরম খরচ**
	পানি	**সর্বনিম্ন (টাকা)**	**সর্বোচ্চ (টাকা)**				
পানি ঋণ পণ্যের বিবরণ	অগভীর হ্যান্ড টিউবওয়েল ১	৮০০০	১৫০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	অগভীর হ্যান্ড টিউবওয়েল ২	১৬০০০	২০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	অগভীর হ্যান্ড টিউবওয়েল ৩	২১০০০	৩০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	গভীর নলকূপ ১	৩১০০০	৫০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	গভীর নলকূপ ২	৫১০০০	৮০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	নিমজ্জিত পাম্প	৪০০০০	৮০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	পানি বিশোধক Water Filter	৩০০০	১০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	পানি সংস্কার	৫০০০	১০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	রেইন ওয়াটার হার্ভেস্টিং সিস্টেম	১০০০০	১৫০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	পরিবারের পানি সংযোগ	৩১০০০	৫০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	স্যানিটেশন						

স্যানিটেশন ঋণ পণ্যের বিবরণ	রিং স্ল্যাব ল্যাট্রিন	৫০০০	১০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	টুইন পিট ল্যাট্রিন	১১০০০	২০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	অফসেট পিট ল্যাট্রিন ১	১১০০০	২০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	অফসেট পিট ল্যাট্রিন ২	২১০০০	৪০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	সেপটিক ট্যাঙ্ক সহ টয়লেট	৪১০০০	১০০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	স্যানিটেশন সংস্কার	৫০০০	১০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	পানি এবং স্যানিটেশন						
পানি এবং স্যানিটেশন ঋণ পণ্যের বিবরণ	গৃহস্থালি পানি ও স্যানিটেশন সংযোগ ১	৩০০০০	৮০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা
	গৃহস্থালি পানি ও স্যানিটেশন সংযোগ ২	৫১০০০	১০০০০০	১২ মাস	২৪%	সাপ্তাহিক/মাসিক	৫ টাকা

ঋণের পণ্যের বিবরণ পানি

ক্রমিক নং	পণ্যের নাম	বিস্তারিত বিবরণ
১.	অগভীর হ্যান্ড টিউওয়েল ১ Shallow Hand Tube Well 1	গভীরতা (৬০ থেকে ১২০±) ফুট, ব্যবহৃত ১.৫" ডায়া পিভিসি পাইপ এবং ১.৫" ডায়া ফিল্টার/স্ট্রেনার ১০' বা ২০' (ন্যাশনাল পলিমার/আরএফএল ব্রান্ড), জি আই পাইপ ১.৫" থ্রেড টেপ, উচ্চ আঠালো গাম, বোরিং সহ হাত পাম্প এবং প্ল্যাট ফর্ম। প্ল্যাটফর্ম নির্মানের জন্য সামগ্রীর বিশদ বিবরণ। ১ম শ্রেণির ইট-২৬০ পিস, বালি-১৫ সিএফটি, সিমেন্ট-২ ব্যাগ। ১ম শ্রেণির (ইটেপ পিচ-৬ সিএফটি, চিপ-৬ সিএফটি) আকার-৫'-০"X৬'-০")।

২.	অগভীর হ্যান্ড টিউবওয়েল ২ Shallow Hand Tube Well 2	গভীরতা (১২০ থেকে ২২০±) ফুট ব্যবহৃত ১.৫" ডিআইএ পিভিসি পাইপ এবং ১.৫" ডিআইএ ফিল্টার/স্ট্রেনার ১০ এবং ২০ (ন্যাশনাল পলিমার/আরএফএল ব্র্যান্ড) জি আই পাইপ ১.৫" থ্রেড টেপ, উচ্চ আঠালো গাম, বোরিংসহ হাত পাম্প এবং প্ল্যাটফর্ম। প্ল্যাটফর্ম নির্মানের জন্য সামগ্রীর বিশদ বিবরন: ১ম শ্রেণির ইট ২৬০ পিসি, বালি ১৫ সিএফটি, সিমেন্ট-২ ব্যাগ। ১ম শ্রেণির ইট টিপস-৬ সিএফটি (আকার-৫' -০" ও ৬' -০")।
৩.	অগভীর হ্যান্ড টিউবওয়েল ৩ Shallow Hand Tube Well 3	হাউজিং সিমেন্টের অগভীর হাতের নলকুপের গভীরতা (১৬০ থেকে ২২০±) ফুট ৩" ব্যাস পিভিসি পাইপ ১০০ ফুট হাউজিং ১.৫ ডায়া পিভিসি পাইপ (৮০ থেকে ১০০±) ফুটের নিচে জিআই পাইপ ৩. পিভিসি রিডুসার ৩"/১.৫ ব্যাস, থ্রেড টেপ, পিভিসি সকেট ১.৫" ডায়া জিআই নিপল ১.৫ ডায়া বোরিং, ১.৫ ডায়া ২০ ফুট ফিল্টার/ছাঁকানোর পাইপ হ্যান্ড পাম্প এবং প্ল্যাটফর্মসহ। প্ল্যাটফর্ম নির্মাণের জন্য সামগ্রীর বিবরণ: ১ম শ্রেণির ইট-২৬০ পিসি, বালি-১৫ সিএফটি সিমেন্ট-২ব্যাগ, ফাস্ট ক্লাস ব্রিকস চিপস-৬ সিএফটি (আকার-৫'০" X৬'-০")।
৪.	গভীর নলকুপ ১ Deep Tube Well 1	হাউজিং সিস্টেম গভীর নলকূপের গভীরতা (২৫০ থেকে ৪৫০±) ফুট, ব্যবহৃত ৩"/৪ ব্যাস পিভিসি পাইপ ১০০ ফুট হাউজিং ১.৫ ডায়া পিভিসি পাইপ (১৩০ থেকে ২৩০±)ফুটের নিচে জিআই পাইপ ৩' পিভিসি রিডুসার ৩"/১.৫ ব্যাস, থ্রেড টেপ, পিভিসি সকেট ১.৫" ডায়া জিআই নিপল ১.৫" ডায়া ইউপিভিসি পাইপ এন্ড ক্যাপ, স্ট্রেইনার পাইপ-২ বা ৩ পিসি, উচ্চ মানের আঠালো, হ্যান্ড পাম্প এবং প্ল্যাটফর্মসহ থ্রেড টেপ। প্ল্যাটফর্মের জন্য সামগ্রীক বিবরণ নির্মাণ। ম শ্রেণির ইট-২৬০ পিসি, বালি-১.৫ সিএফটি, সিমেন্ট-২ ব্যাগ। ১ম শ্রেণির ইট চিপস-৬ সিএফটি। (প্ল্যাটফর্মের আকার-৫'-০"X৬'-০")।
৫.	গভীর নলকূপ ২ Deep Tube Well 2	হাউজিং সিস্টেম গভীর নলকূপের গভীরতা (৪৫০ থেকে ৬৩০±) ফুট, ব্যবহৃত ৩"/৪" ব্যাস পিভিসি পাইপ ১০০ ফুট হাউজিং, ১.৫" ডায়া পিভিসি পাইপ (১২০ থেকে ২৮০±) ফুটের নিচে জিআই পাইপ ৩', পিভিসি রিডুসার

		৩"/১.৫" ব্যাস, থ্রেড টেপ, পিভিসি সকেট ১.৫" ডায়া, জিআই নিপল ১.৫" ডায়া ইউপিভিসি পাইপ, এন্ড ক্যাপ, স্ট্রেইনার পাইপ-২ বা ৩ পিসি, উচ্চ মানের আঠালো হ্যান্ড পাম্প এবং প্ল্যাটফর্মসহ থ্রেড টেপ। প্ল্যাটফর্মের জন্য নির্মাণ সামগ্রীর বিবরণ : ১ম শ্রেণির ইট- ২৬০ পিসি, বালি-১.৫ সিএফটি সিমেন্ট ২ ব্যাগ, ১ম শ্রেণির ইটে চিপস, ৬ সিএফটি। (প্ল্যাটফর্মের আকার- ৫'-০"X৬'০")।
৬.	নিমজ্জিত পাম্প Submersible Pump	সাবমারসিবল পাম্পের গভীরতা হল ২৫০ থেকে ৩২০±) ফুট, ৩"/৪" ন্যাশনাল পরিমার ২৬০ ফিট দ্বারা তৈরী ৩"/৪" ব্যাসের ফিল্টার আরএফএল/ন্যাশনাল পরিমার ৪০ফিট দ্বারা তৈরি, সাবমারসিবল পাম্প এক বা দুটি হর্স পাওয়ার দ্বারা তৈরি আরএফএল এবং ২ ফিট উচ্চতা ১০X১০ সিসি কাস্টিং দ্বারা।
৭.	পানি বিশোধক Water Filter	শুধুমাত্র নিরাপদ পানি নিশ্চিত করার জন্য এই পণ্যটি ব্যবহার করা হয়। এটি একটি তৈরি পণ্য, ব্র্যান্ড নাম-এটি বিশুদ্ধ। Pureit হল একটি উদ্ভাবন যা এই শতাব্দীর সবচেয়ে বড় প্রযুক্তিগত চ্যালেঞ্জ গুলির মধ্যে একটিকে মোকাবেলা করে-যা লক্ষ লক্ষ মানুষের জন্য নিরাপদ জল অ্যাক্সেসযোগ্য এবং সাশ্রয়ী করে তোলা। এটি পানি বিশুদ্ধ করে তোলে। এটি পানি বিশুদ্ধ করতে উন্নত "৪-পদক্ষেপ জার্মকিল প্রযুক্তি" ব্যবহার করে।
৮.	পানি সংস্কার Water Renovation	পানি সংস্কার হল একটি ভাঙ্গা, ক্ষতিগ্রস্থ বা পূরানো জল সম্পর্কিত কাঠামোর উন্নতির প্রক্রিয়া। এই পণ্যের চাহিদা গ্রাহকদের ক্ষমতা এবং বাস্তব পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে।
৯.	রেইন ওয়াটার হার্ভেস্টিং সিস্টেম Rain Water Harvesting	রেইন ওয়াটার হার্ভেস্টিং হল একটি কৌশল যা বৃষ্টির পানি সংগ্রহ, সংরক্ষণ এবং বিভিন্ন ধরনের ব্যবহারের জন্য ব্যবহার করা হয়। বৃষ্টির জল বিভিন্ন শক্ত পৃষ্ঠ যেমন ছাদের উপর থেকে সংগ্রহ করা হয়। এটি ঋতু ব্যবহারের উৎস। ৪" ইউপিভিসি পাইপ এবং ফিটিংস জিআই ক্ল্যাম্প এবং আঠা ইত্যাদি।

	System (RWHS)	
১০.	পরিবারের পানি সংযোগ Household Water Connection	নির্মাণের বিশদ বিবরণ:- জলাশয়ের উৎস যেমন ওভারহেড ট্যাঙ্ক ১.৫" ইউপিভিসি পাইপ (১২০ থেকে ২২০±) ছাঁকনি (১০'-০" বা ২০-০"), ১"/৩/৪" সংযোগ পাইপ (কয়েল পাইপ) ১"'/৩/৪" হ্যাক্স নিপল, থ্রেড পাইপ, থ্রেড টেপ, বিব কক, পানি ফ্লো মিটার সেন্ট্রিফিউগাল পাম্প, জিআই পাই নিপল জল চোষার জন্য টিউবওয়েল বডি (যদি প্রয়োজন হয়) ফ্লোট ভালব, অটো ইলেকট্রিক সুইজ, বৈদ্যুতিক জংশন বক্স।

ঋণ পণ্যের বিবরণ স্যানিটেশন

১.	রিং স্ল্যাব ল্যাট্রিন Ring Slab Latrine	রিংগুলির উল্লম্ব আন্তরণে যখন সুপার স্ট্রাকারচার অংশ তৈরি করা হয় তখন এটি রিং স্ল্যাব ল্যাট্রিন নামে পরিচিত। এই ধরণের ল্যাট্রিন মলমূত্র সরাসরি গর্তে পড়ে। এটি ডাইরেক্ট পিট ল্যাট্রিন নামেও পরিচিত। নির্মাণের বিশদ বিবরণ (সিঙ্গেল পিট, ০৫ নম্বর আরসিসি রিং, প্রিকাস্ট আরসিসি পিলার, সিআই শীট দ্বারা তৈরি ছাদ এবং বেড়া)।
২.	টুইন পিট ল্যাট্রিন Twin Pit Latrine	পিট ল্যাট্রিন বা পিট টয়লেট হল এক ধরনের টয়লেট যা মাটির গর্তে মানুষের মল সংগ্রহ করে। যে ল্যাট্রিন দুটি পিট নিয়ে গঠিত তাকে টুইন পিট ল্যাট্রিন বলে। নির্মাণের বিশদ বিবরণ: টুইন পিট, ইটের প্ল্যাটফর্ম, ১২ নম্বর আরসিসি রিং,ইট, সিমেন্ট, বালি প্রি-কাস্টিং, আরসিসি পিলার, তার, বাঁশ, সাইফুন, ১.৫" ডায়া পিভিসি ভেল্ট পাইপ, বেড়া এবং ছাদ সিআই শীট দ্বারা তৈরি। এছাড়াও এটির বেড়া ইট দ্বারা তৈরি করা যেতে পারে।

৩.	অফসেট পিট ল্যাট্রিন ১ Offset Pit Latrine 1	যখন মলমূত্র পাইপ বা চ্যানেলের মাধ্যমে কয়েক মিটার দূরে গর্তে যায়, তখন একে অফসেট পিট ল্যাট্রিন বলে। এটিকে আংশিকভাবে অফসেট পিট ল্যাট্রিন বলা যেতে পারে যখন গর্তের কিছু অংশ আশ্রয়ের নীচে থাকে এবং কিছু অংশ বাইরে থাকে, যেখানে একটি অপসারণযোগ্য আবরণ সামগ্রীগুলিকে বের করে নেওয়ার অনুমতি দেয়। সবেচেয় উপযুক্ত ধরনের পিট ল্যাট্রিন স্থানীয় পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে বিশেষ করে ভূগর্ভস্থ পানির স্তর এবং ঐতিহ্য এবং ব্যবহারকারীদের পছন্দ সহ পায়ু পরিস্কারের জন্য ব্যবহৃত উপকরণের ধরণের উপর। নির্মাণের বিশদ বিবরণ: (একক পি, ইটের প্ল্যাটফর্ম, ০৫ নম্বর আরসিসি রিং, ইট, সিমেন্ট, বালি প্রাক ঢালাই আরসিসি পিলার, তার, বাঁশ সাইফুন, ১.৫" ডায়া পিভিসি ভেল্ট পাইপ বেড়া এবং সিআই শিট দ্বারা তৈরি ছাদ)।
৪.	অফসেট পিট ল্যাট্রিন ২ Toilet With Septic Tank	যখন মলমূত্র পাইপ বা চ্যানেলের মধ্য দিয়ে কয়েক মিটার দূরে গর্তে যায়, তখন একে অফসেট পিট ল্যাট্রিন বলে। নির্মানের বিশদ বিবরন: (টুইন পিট, ইটের প্রাচীর, ইটের প্ল্যাটফর্ম, ১২ নম্বর আরসিস রিং, ইট, সিমেন্ট, বালি, সাইফোন, ১.৫" ডায়া পিভিসি ভেল্ট পাইপ এবং আরসিসি ছাদ)। দেয়ালের বেধ এবং টয়লেটের আকার বিভিন্ন হতে পারে।
৫.	সেপটিক ট্যাঙ্ক সহ টয়লেট Toilet With Septic Tank	একটি সেপটিক ট্যাঙ্ক সিস্টেম একটি অত্যন্ত দক্ষ, স্বয়ংসম্পূর্ণ, ভূগর্ভস্থ বর্জ্য পানি ব্যবস্থা নির্মাণের বিবরণ: প্রথম শ্রেণির ইট, সিমেন্ট, বালি শক্তিবৃদ্ধি রড, এমএস স্টিলের দরজা, ৪" ইউপিভিসি পাইপ, লম্বা ফাঁদ, ৪"- প্লেইন বেন্ড, প্লেইন টি, ডোর ব্লেড, ডোর টি, মাঝারি সাইজের লম্বা প্যান, ম্যানহোল কভার, ৫"বেষ্টিত প্রাচীর এন্ড আরসিসি ছাদ ঢালাই।

৬.	স্যানিটেশন সংস্কার Sanitation Renovation	স্যানিটেশন সংস্কার হল একটি ভাঙ্গা, ক্ষতিগ্রস্ত, বা পুরানো কোনো স্যানিটেশন সম্পর্কিত কাঠামোর উন্নত প্রক্রিয়া। এই পণ্যের চাহিদা ক্লায়েন্টদের ক্ষমতা এবং বাস্তব পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে।

ঋণ পণ্যের বিবরণ পানি ও স্যানিটেশন

১.	গৃহস্থালি পানি ও স্যানিটেশন সংযোগ	বিশ্বের পানি ও স্যানিটেশন চাহিদা মেটানো আমাদের সময়ের অন্যতম বড় মান উন্নয়ন চ্যালেঞ্জ। পণ্যটি হল পানি স্যানিটেশন বিকল্প যেমন একক পিট ল্যাট্রিনের সাথে পানির সংযোগ। এই পণ্যের চাহিদা ক্লায়েন্টদের ক্ষমতা এবং ব্যবহারিক পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে। নকশাটি যে কোনও ধরণের জল ঋণ পণ্য এবং যে কোনোও ধরণের স্যানিটেশন ঋণ পণ্য যা উপরে উল্লিখিত বিশদ বিবরণ অনুসরণ করা হবে।
২.	গৃহস্থ পানি ও স্যানিটেশন সংযোগ ২	পণ্যটি হল পানি ও স্যানিটেশন একত্রে যেমন পানির সংযোগ (সাবমারসিবল পাম্প বা গভীর নলকূপ) সঙ্গে টয়লেট সহ সেপটিক ট্যাঙ্ক বা অন্য স্ট্যান্ডার্ড ধরনের ল্যাট্রিন। এই পণ্যের চাহিদা ক্লায়েন্টদের সামর্থ্য এবং ব্যবহারিক পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে। ডিজাইনটি যেকোনো ধরনের অনুসরণ করা হতে পারে। পানির ঋণের পণ্য (যেমন সাবমার্সিবল পাম্প, গভীর নলকূপ এবং অগভীর হাতের নলকূপ) এবং যেকোনো ধরনের স্যানিটেশন লোন পন্য (যেমন সেপটিক ট্যাঙ্কসহ টয়লেট বা অন্য ধরণের ল্যাট্রিন) যার বিস্তারিত বিবরণ উপরে উল্লেখ করা হয়েছে।

ঋণের খাত	**ঋণের সিলিং**
টিউবওয়েল স্থাপন বাবদ।	১০০০০ - ২০০০০
শ্যালো টিউবওয়েল ক্রয় ও স্থাপন বাবদ।	৫০০০ - ৩০০০০
ডিপ টিউবওয়েল ক্রয় ও স্থাপন বাবদ।	৪০০০০ - ১০০০০০
কমিউনিটি পানি সরবরাহ প্রকল্প।	১০০০০ - ১০০০০০
স্যানিটারী পায়খানা নতুন স্থাপন বাবদ।	১৫০০০ - ২৫০০০
সাবমারসিবল পানির পাম্প বাবদ।	৩০০০০ - ৭০০০০
পানি বিশুদ্ধ করণ ফিলটার ক্রয়/স্থাপন বাবদ।	৫০০০ - ২০০০০
ল্যাট্রিন সহ সেপটিক ট্যাংক স্থাপন বাবদ।	৩০০০০ - ১০০০০০
রিং স্লাব পায়খানা নতুন স্থাপন বাবদ।	৫০০০ - ২০০০০
অফসেট পিট পায়খানা নতুন স্থাপন বাবদ।	১০০০০ - ৪০০০০
উন্নত পিট পায়খানা নতুন স্থাপন বাবদ।	৪০০০০ - ১০০০০০

৩

ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)

ঋণ চুক্তিপত্র

১ম পক্ষ ও ঋণ দাতা ঃ ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)'র পক্ষে এরিয়া ম্যানেজার/ইউনিট ইনচার্জ................এরিয়া ....নাম..স্বাক্ষর...

২য় পক্ষ ও ঋণ গ্রহীতা ঃ

নাম...পিতা/স্বামীর নাম...সদস্য কোড নং............

....সমিতি, গ্রাম..................................ডাকঘর....................................

ইউনিয়ন/পৌরসভা..............................উপজেলা.......................................জেলা...

অদ্য ২০..............ইং সনের....................তারিখে পক্ষদ্বয়ের মধ্যে নিম্নলিখিত শর্ত সাপেক্ষে ঋণ চুক্তিপত্র সম্পাদিত হইল।

১. ১ম পক্ষ ২য় পক্ষকে ঋণ বাবদ নগদ/চেক........................ টাকা (...) নিয়ে উল্লেখিত মেয়াদে চুক্তিতে স্বাক্ষরিত সদস্য/সদস্যাকে ঋণ বিতরণের জন্য অত্র চুক্তিপত্র সম্পাদনের পর অদ্য তারিখে নগদ/ চেক প্রদান করিলেন।

ঋণের বিতরণ

গ্রহীতার নাম	ঋণের দফা	সঞ্চয়ের পরিমাণ	ঋণের পরিমাণ	প্রকল্পের নাম	প্রদানের তারিখ	ঋণের মেয়াদ	কিস্তি শুরুর তারিখ	কিস্তির সংখ্যা	কিস্তির পরিমাণ	পরিশোধের শেষ তারিখ

২. ২য় পক্ষ চুক্তিপত্রে উল্লেখিত প্রকল্প ছাড়া অন্য কোন প্রকল্পে ঋণ ব্যবহার করিতে পারিবেন না।

৩. গৃহীত ঋণ শর্তানুযায়ী সঠিক ব্যবহার নিশ্চিত করিবার জন্য ঋণ গ্রহীতাগণ ইএসডিও'র দায়িত্বপ্রাপ্ত কর্মীর নিকট আয়-ব্যয়ের হিসাব প্রদর্শন করিতে বাধ্য থাকিবেন।

৪. ঋণ ফেরৎ দেওয়ার নিয়মানুযায়ী ২য় পক্ষ ১ম পক্ষের দায়িত্বপ্রাপ্ত কর্মীর নিকট সাপ্তাহিক সভায় সার্ভিস চার্জসহ ঋণের কিস্তির টাকা জমা দিতে বাধ্য থাকিবেন।

৫. সমিতির ঋণ গ্রহীতাগণ স্বনির্ভর হওয়ার লক্ষ্যে সমিতির নির্ধারিত হার অনুযায়ী সঞ্চয় জমা করিবেন।

৬. যদি কোন বিশেষ কারণবশতঃ ২য় পক্ষ নির্দিষ্ট সময় উত্তীর্ণ হওয়া সত্ত্বেও ঋণের কিস্তি পরিশোধে ব্যর্থ হন, সেক্ষেত্রে অবশ্যই ঋণের কিস্তি আদায় না হওয়া পর্যন্ত ২য় পক্ষের বসত বাড়ীতে অথবা অবস্থানকৃত স্থানে ১ম পক্ষ অবস্থান করিবেন। এ ব্যাপারে ২য় পক্ষের কোন আপত্তি থাকিবে না।

৭. [illegible]

৮. [illegible]

৯. [illegible]

১০. [illegible]

১১. [illegible]

[illegible]

২য় পক্ষ (গ্রহীতা)

স্বাক্ষর...

নাম...

মোবাইল নম্বর...

তারিখ...

সাক্ষী (অভিভাবক/গ্রহীতার পক্ষে)

স্বাক্ষর...

নাম...

মোবাইল নম্বর...

তারিখ...

সাক্ষী (সমিতির পক্ষে)

১. সভাপতি

স্বাক্ষর...

নাম...

মোবাইল নম্বর...

তারিখ...

২. সম্পাদিকা

স্বাক্ষর...

নাম...

মোবাইল নম্বর...

তারিখ...

১ম পক্ষ (দাতা)

([illegible])

স্বাক্ষর...

নাম...

মোবাইল নম্বর...

তারিখ...

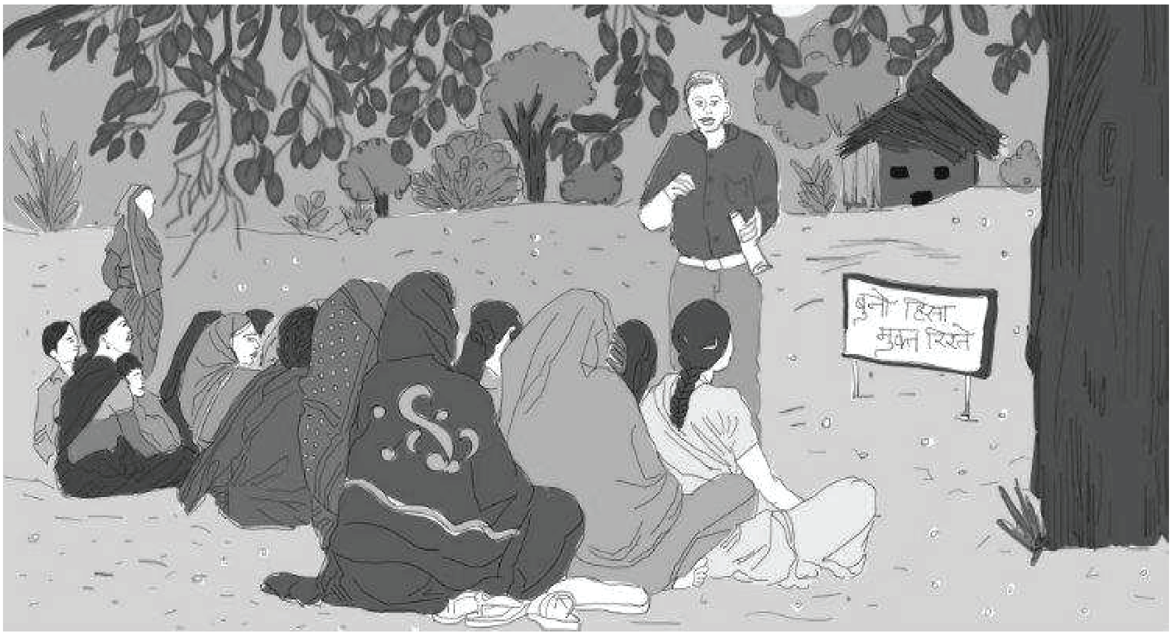
সাক্ষী ([illegible])

স্বাক্ষর...

নাম...

মোবাইল নম্বর...

তারিখ...



Water Credit Reporting:

1	2	3	4	5	6	7	8
Loan number	**borrower id**	**Borrower name**	**Group name**	**Borrower gender**	**Birth year**	**Borrower type**	**Region1**
9	10	11	12	13	14	15	16
Region2	**Village/town/site**	**Branch name**	**Geography type**	**Monthly hh income**	**nbr of beneficiaries**	**Product type**	**Disbursement date**
17	18	19	20	21	22	23	24
Loan status	**Principal amount**	**Principal and interest amount**	**Fee amount**	**Loan term**	**Repayment frequency**	**Amount due**	**Principal collected**
25	26	27	28	29	30	31	32
Interest collected	**Past due 30**	**Past due 60**	**Past due 90**	**Loan utilization**	**Product complete date**	**Product functions**	**Notes**

অধিবেশন নং-০৯

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ নিরাপদ পানি ও স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ধরন।

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা-

- এলাকা ভিত্তিক নিরাপদ পানি প্রযুক্তি চিহ্নিতকরণ এবং তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ করতে পারবেন;
- টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব নলকূপ নকশা ও নির্মাণ প্রণালী ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ও এর তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ করতে পারবেন;
- টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার নির্মাণে জনগোষ্ঠীকে উদ্বুদ্ধ করতে পারবেন।
- পায়খানা পরিষ্কার ও রক্ষণাবেক্ষণে নারীর পাশাপাশি পুরুষরাও অংশগ্রহণ করতে পারবেন।

অধিবেশনের আলোচ্য বিষয়:

- এলাকা অনুযায়ী উপযোগী নিরাপদ পানি প্রযুক্তি চিহ্নিতকরণ এবং তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ
- টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব নলকূপ নকশা ও নির্মাণ প্রণালী
- স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা: ধরন, সুবিধা ও তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ
- গ্রাহকদের পছন্দ অনুযায়ী টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার নকশা ও নির্মাণ প্রণালী (পাকা উন্নতমানের পায়খানা)

পদ্ধতি ঃ মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর আলোচনা, জোড়াদল, ছোট দল

উপকরণ ঃ বোর্ড, মার্কার, পোষ্টার, ভিপ কার্ড, তথ্যপত্র

মোট সময় ঃ ৪৫ মিনিট

পাঠ পরিকল্পনা ঃ

সহায়তাকরণ প্রক্রিয়া

ধাপ	ধাপ ও প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১ **নিরাপদ পানি প্রযুক্তি এবং তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ**	▪ সহায়ক সকলকে শুভেচ্ছা জানিয়ে সেশনে অংশগ্রহণের জন্য আহ্বান করবেন। এ পর্বে নিরাপদ পানির প্রযুক্তির বিভিন্ন ধরন অর্থাৎ একে একে বিভিন্ন প্রকার নলকূপ যার ধরন ও নির্মাণে খরচ কত হতে পারে এবং এলাকাভেদে খরচের তারতম্য বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের অংশগ্রহণের ভিত্তিতে আলোচনা করবেন। পাশাপাশি নিরাপদ পানি প্রযুক্তির সুবিধা-অসুবিধা সংক্ষেপে আলোচনা করবেন।	১০ মিনিট
ধাপ-২ **টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব নলকূপ নকশা ও নির্মাণ প্রণালী**	▪ সহায়ক এ পর্যায়ে টেকসই ও পরিবেশবান্ধব নলকূপের নকশা স্লাইড/ফ্লিপচার্ট বা ছবি প্রদর্শনের মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীদের বুঝিয়ে দিবেন। অতঃপর কিভাবে স্বল্প খরচে একটি টেকসই ও পরিবেশবান্ধব নলকূপ স্থাপন কারা যায় তা আলোচনা করবেন।	১০মিনিট

ধাপ-৩ স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার তুলনামূলক খরচ	▪ বিভিন্ন ধরনের স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের ধারণা বৃদ্ধির জন্য সহায়ক পোস্টার পেপার/মাল্টিমিডিয়ার মাধ্যমে প্রদর্শন করে স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার বিভিন্ন ধরন ও প্রযুক্তিগুলো এবং এদের সুবিধা-অসুবিধাগুলো আলোচনা করবেন। ▪ এরপর সহায়ক নিজেদের অভিজ্ঞতা থেকে কোন ধরনের পায়খানার খরচ কেমন হতে পারে তা জানার চেষ্টা করবেন এবং সবার আলোচনা মতে পায়খানার ধরন অনুযায়ী খরচের পরিমাণের ব্যাপারে ঐক্যমতে পৌঁছানোর চেষ্টা করবেন।	১০মিনিট
ধাপ-৪ স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার নির্মাণ প্রণালী	▪ সহায়ক এ পর্যায়ে প্রত্যেকের কর্মএলাকার জনগণের সামর্থ্য অনুসারে কোন ধরনের পায়খানা স্থাপন করা সুবিধাজনক হবে তা সকলের কাছ থেকে জানবেন। তারপর সবাইকে টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার নকশার একটি করে নমুনা দিবেন এবং নকশা ও নির্মাণ প্রণালী ব্যাখ্যা করবেন।	১০মিনিট
ধাপ-৫ সেশন রিভিউ	▪ আলোচনায় সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ এবং সার্বিক সহযোগিতার জন্য সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন সমাপ্ত করবেন।	৫ মিনিট

এলাকা অনুযায়ী উপযোগী নিরাপদ পানি প্রযুক্তি চিহ্নিতকরণ এবং তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ

সংশ্লিষ্ট কর্মএলাকার উপর ভিত্তি করে সরেজমিনে এলাকা ভিত্তিক পানির উৎস ও প্রযুক্তি নির্বাচন করতে হবে এবং সেইসব এলাকার প্রয়োজনীয় উপকরণের উপর ভিত্তি করে সম্ভাব্য খরচ নির্ধারণ করতে হবে। (অনুশীলন)

নিরাপদ পানি প্রযুক্তি চিহ্নিতকরণ এবং তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ:

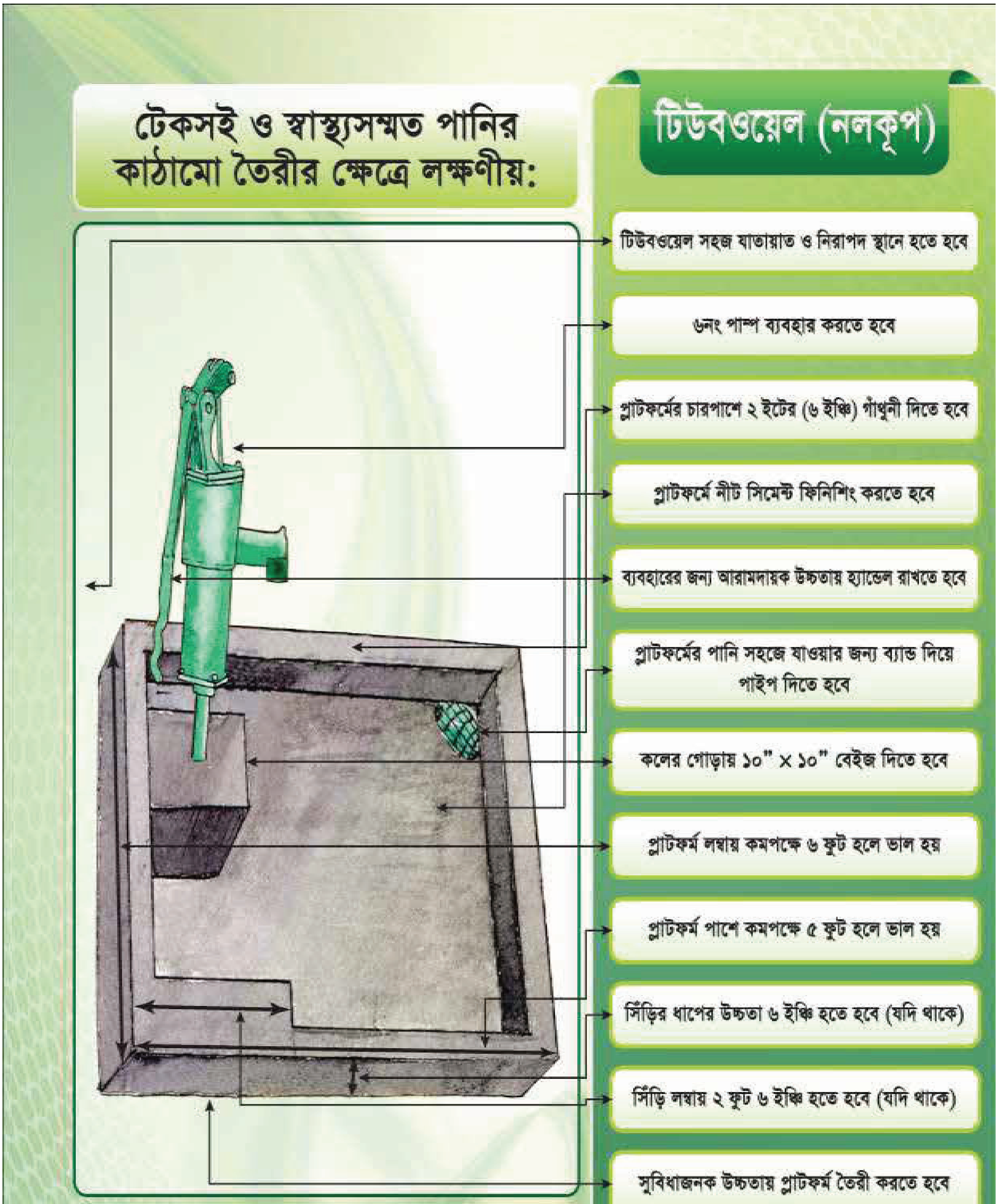
নিম্নে কর্মসূচির আওতায় বিভিন্ন প্রকার নিরাপদ পানির উৎস এবং তুলনামূলক খরচ দেয়া হল:

#	নিরাপদ পানি প্রযুক্তির ধরন	সম্ভাব্য গড় খরচ	
		সর্বনিম্ন খরচ (টাকা)	সর্বোচ্চ খরচ (টাকা)
১	অগভীর হস্তচালিত নলকূপ-১ (গভীরতা ৬০-১২০ ফিট)	১০,০০০	২০,০০০
২	অগভীর হস্তচালিত নলকূপ-২ (গভীরতা ১২০-২২০ ফিট)	১৫,০০০	২৫,০০০
৩	অগভীর হস্তচালিত নলকূপ-৩ (গভীরতা ১৬০-২২০ফিট) (বাসা-বাড়ীর জন্য)	২৫,০০০	৪০,০০০
৪	গভীর নলকূপ-১ (গভীরতা ২৫০-৪৫০ফিট)	৩৫,০০০	৫৫,০০০

	(বাসা-বাড়ীর জন্য)		
৫	গভীর নলকূপ-২ (গভীরতা ৪৫০-৬৩০ফিট) (বাসা-বাড়ীর জন্য)	৫৫,০০০	৮৫,০০০
৬	সাবমার্জেবল পাম্প (গভীরতা ২৫০-৩২০ফিট)	৪৫,০০০	৯০,০০০
৭	পানির ফিল্টার (ব্র্যান্ডের নাম: পিওর ইট)	৫,০০০	১৫,০০০
৮	পানির উৎস সংস্কার (Water Renovation)	১০,০০০	১৫,০০০
৯	বৃষ্টির পানি সংগ্রহ ও সংরক্ষণ সরঞ্জাম (ট্যাংক স্থাপন)	১৫,০০০	২০,০০০
১০	গৃহস্থালিতে পানি সরবরাহ নল স্থপন (Household Water Connection)	৩৫,০০০	৬০,০০০

বি.দ্র. (এলাকা ভেদে নিরাপদ পানির উৎস ও প্রযুক্তি নির্মাণ খরচের কিছুটা তারতম্য হতে পারে। যেমন সমুদ্র উপকূলীয় ও পাহাড়ী এলাকায় সমতল অঞ্চলের চেয়ে খরচ বেশি হবে।)

টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব নলকূপ নকশা ও নির্মাণ প্রণালী



ছবি: প্লাটফর্ম সহ গভীর ও অগভীর নলকূপ

স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা: ধরন, সুবিধা ও তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ

স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ধরন ও প্রকারভেদ:

গর্তের ধরন অনুযায়ী স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ২ প্রকার। যেমন:

১. সরাসরি : যেখানে পায়খানার ঘর গর্তের উপর বানানো হয় এবং মল সরাসরি গর্তে পড়বে।

২. অফসেট : যেখানে পায়খানার ঘর গর্তের পাশে বানানো হয় এবং ঢালু নালার সাহায্যে পাশের গর্তে মল ফেলার ব্যবস্থা করা হয়।

সাধারণত আমাদের দেশে যে ধরনের স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা তৈরী করা হয় সেগুলো হলো:

১. রিং স্লাব ল্যাট্রিন:

১টি ওয়াটারসীলযুক্ত স্লাব এবং কয়েকটি রিং দিয়ে এই ল্যাট্রিন তৈরী করা হয়। এখানে পায়খানা সরাসরি গিয়ে গর্তে জমা হয়। সাধারনত গ্যাস পাইপ থাকে না তবে কেউ কেউ বর্তমানে রিং এর সাথে এলবো আকৃতির ফিটিংস ব্যবহার করে গ্যাস পাইপ লাগিয়ে থাকেন।

২. অফসেট পিট ল্যাট্রিন:

১টি স্লাব বা ইট সিমেন্টর পাটাতন থাকে এবং গুজনেক বা সাইফুনের সাথে পাইপযুক্ত করে পায়খানার আলাদা গর্তে সংযোগ দেওয়া হয়। ওয়ান পিট বা টুপিট অফসেট ল্যাট্রিন তৈরী করা হয় এবং গ্যাসপাইপ থাকে। অফসেট পায়খানা ঘর থেকে মল জমা হওয়ার গর্ত একটু দূরে থাকে।

৩. সেপটিক ট্যাংকযুক্ত ল্যাট্রিন:

প্যান, স্লাব বা পাটাতন থাকে এবং কংক্রিটের আলাদা হাউজ থাকে। সাধারণত পাকা ল্যাট্রিন বলে।

৪. উন্নত ল্যাট্রিন:

১. পায়খানায় পানি ফ্লাশ করার ব্যবস্থা যেমন-

- পাইপ সোয়ারেজ সিস্টেম
- সেপটিক ট্যাংক
- পিট ল্যাট্রিন

২. ভেনটিলেটেড ইমপ্রুভ পিট (ভিআইপি) ল্যাট্রিন

৩. পিট ল্যাট্রিনের সাথে স্লাব

৪. কম্পোসটিং ল্যাট্রিন/ ইকোসান

স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার সুবিধা:

সার্বিক সামাজিক ও মানবসম্পদ উন্নয়নের জন্য স্বাস্থ্য ব্যবস্থার উন্নয়ন একান্ত প্রয়োজন। আর স্বাস্থ্য ব্যবস্থার উন্নয়নের একটি বড় অংশ হচ্ছে সর্বস্তরে নিরাপদ স্যানিটেশন ব্যবস্থা নিশ্চিত করা। আর এর সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ

অংশ হল নিরাপদ পায়খানা ব্যবহার করা যাতে করে মলবাহিত রোগ বালাই ছড়িয়ে পানি ও বাতাস দূষিত হতে না পারে। পাশাপাশি কোভিড চলমান অবস্থায় স্বাস্থ্য সম্মত পায়খানা ব্যবহার ও স্বাস্থ্যসম্মত উপায়ে পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন থাকা আরও গুরুত্বপূর্ণ কারণ করোনা ভাইরাস থেকে দূরে থাকতে এর কোন বিকল্প নেই। সঠিক স্যানিটেশন ব্যবস্থা, সঠিক নিয়মে হাত ধোয়া বা নিরাপদ পায়খানা ব্যবহারের মাধ্যমে কোভিডের প্রাদুর্ভাব অনেকাংশে প্রতিরোধ করা সম্ভব। এছাড়া স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহারের সুবিধা হল এতে রোগ জীবাণু ছাড়য় না, পানি দূষণ ঘটায় না, পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখা সহজ, পরিবেশ দূষণ ঘটে না, ভাল স্বাস্থ্য অভ্যাস গড়ে ওঠে ইত্যাদি।

স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ও সার্বিক স্যানিটেশনের প্রয়োজনীয়তা:

আমাদের সমাজে এখনও বিভিন্ন স্থানে খোলা বা ঝুলন্ত পায়খানা ব্যবহার করতে দেখা যায়। আবার অনেকে খোলা স্থানে মলত্যাগ করে থাকে। অনেকে আবার স্বাস্থ্য অভ্যাসগুলোও সঠিক ভাবে মেনে চলে না। এর ফলে সৃষ্টি হচ্ছে পরিবেশ দূষণ, বৃদ্ধি পায় স্বাস্থ্য ঝুঁকি, মানুষ আক্রান্ত হচ্ছে বিভিন্ন রোগে। সামাজের প্রতিটি স্তরে স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ব্যবহার ও সার্বিক স্যানিটেশন ব্যবস্থা নিশ্চিত করা গেলে গড়ে তোলা সম্ভব একটি সুস্থ জাতি । নিম্নে স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানা ও সার্বিক স্যানিটেশনের প্রয়োজনীয়তা উল্লেখ করা হল।

- খোলা স্থানে মল ত্যাগ বন্ধ করা
- শিশুকে রোগব্যাধি থেকে মুক্ত রাখার জন্য
- পরিবারের সকলের রোগব্যাধি কমে আসবে
- এলাকায় স্বাস্থ্যসম্মত ল্যাট্রিন ব্যবহার ও আশপাশ পরিচ্ছন্ন রাখা
- পরিবেশকে সকলের বাসযোগ্য করা
- পানির উৎসসমূহ নিরাপদ রাখা
- ব্যক্তি ও পরিবারের রোগ-ব্যাধি কমিয়ে আনার মাধ্যমে চিকিৎসা খরচ রোধ করে প্রতিটি পরিবারের জীবনযাত্রার মান উন্নয়ন করা
- ব্যক্তি, পারিবারিক মর্যাদা/ সম্মান বৃদ্ধি করা

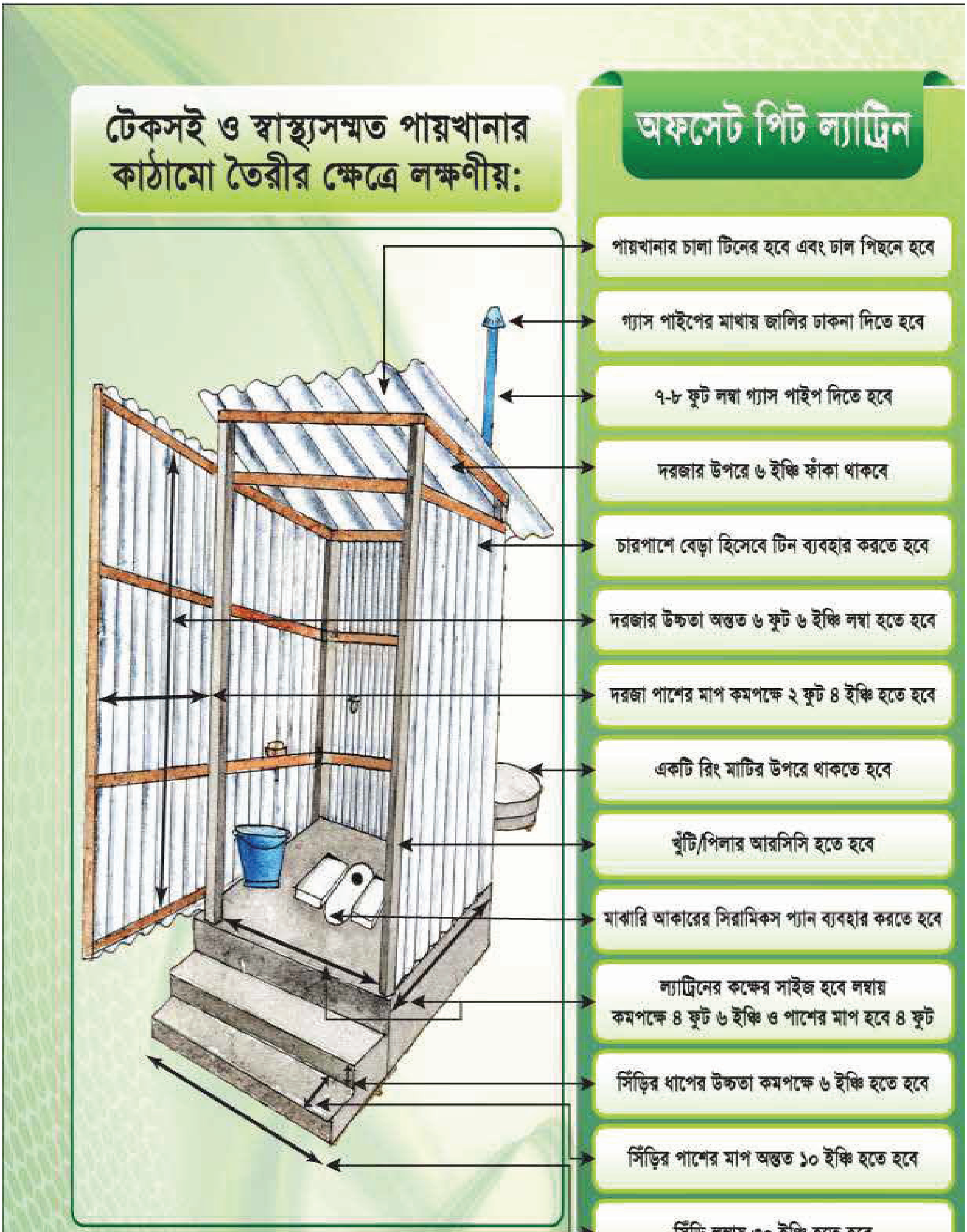
স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার তুলনামূলক খরচ বিশ্লেষণ:

#	স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ধরন	সম্ভাব্য গড় খরচ	
		সর্বনিম্ন (টাকা)	সর্বোচ্চ (টাকা)
১	রিং-স্লাব পায়খানা (১ পিট বিশিষ্ট) (Single pit, 05 nos RCC rings, precast RCC pillar, roof & fencing made by CI Sheet)	১০,০০০	১৫,০০০
২	রিং-স্লাব পায়খানা (২ পিট বিশিষ্ট) (Twin Pit, Brick platform, 12 nos RCC rings, Brick, Cement, Sand, Pre casting RCC pillar, wire, bamboo, syphone, 1.5" dia PVC vent pipe, fencing	১৫,০০০	২৫,০০০

	& roof made by CI sheet. Also it's fencing can be made by brick.)		
৩	অফসেট পিট যুক্ত পায়খানা-১ (Single Pit, Brick platform, 05 nos RCC rings,Brick, Cement, Sand,Pre casting RCC pillar, wire, bamboo, syphone,1.5" dia PVC vent pipe, fencing & roof made by CI sheet.)	১৫,০০০	২৫,০০০
৪	অফসেট পিট যুক্ত পায়খানা-২ (Twin Pit, Brick Wall, Brick platform, 12 nos RCC rings, Brick, Cement, Sand, syphone,1.5" dia PVC vent pipe & RCC roof). Wall thickness & toilet size can be varied.)	২৫,০০০	৫০,০০০
৫	সেপটিক ট্যাঙ্ক যুক্ত পায়খানা-২ (1st class bricks, cement, sand, reinforcement, paints, MS steel door, 4"upvc pipe, long trap, 4"-plain bend, plain tee,door bend, door tee, medium size long pan,manhole cover, 5" surrounded wall &RCC roof casting.)	২৫,০০০	৫০,০০০
৬	পয়ঃনিষ্কাশন সংস্কার (Sanitation Renovation) (Sanitation renovation is the process of improving a broken, damaged, or outdated any sanitation related structure.)	৫,০০০	১৫,০০০
৭	বাসা-বাড়ীতে পানি ও পয়ঃনিষ্কাশন সংযোগ স্থাপন-১ (Household Water & Sanitation Connection) (water & sanitation options together like as water connection with single pit latrine)	৩৫,০০০	৬০,০০০
৮	বাসা-বাড়ীতে পানি ও পয়ঃনিষ্কাশন সংযোগ স্থাপন-১ (Household Water & Sanitation Connection) (water & sanitation together like as water connection (Submersible pump or deep tube well) with toilet with septic tank or another standard types of latrine)	৫৫,০০০	১,০০,০০০

বি.দ্র. (এলাকা ভেদে নিরাপদ পায়খানা নির্মাণ খরচের কিছুটা তারতম্য হতে পারে। যেমন সমুদ্র উপকূলীয়, পাহাড়ী এলাকা ও শহর অঞ্চলে সমতল অঞ্চলের চেয়ে খরচ বেশি হবে।)

<u>গ্রাহকদের পছন্দ অনুযায়ী টেকসই ও পরিবেশ বান্ধব স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার নকশা ও নির্মাণ প্রণালী (পাকা উন্নতমানের পায়খানা)</u>



ছবি: অফসেট পিট ল্যাট্রিন

অধিবেশন নং-১০

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ কমিউনিটি বর্জ্য ব্যবস্থাপনা

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশনে শেষে অংশগ্রণকারীগণ-

- কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্যসমূহ ও এর ক্ষতিকারক দিকসমূহ চিহ্নিত করতে পারবেন;
- বর্জ্য ব্যবস্থাপনার বর্তমান অভ্যাসগুলো ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
- কিভাবে সঠিক উপায়ে কম খরচে বর্জ্য ব্যবস্থাপনা করা যায় তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন;

আলোচ্য বিষয় ঃ

- কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্যসমূহ
- বর্জ্যসমূহের ক্ষতিকারক দিকসমূহ
- বর্জ্য ব্যবস্থাপনার বর্তমান অভ্যাস
- কিভাবে সঠিক উপায়ে কম খরচে বর্জ্য ব্যবস্থাপনা করা যায়

পদ্ধতি ঃ মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর আলোচনা, জোড়াদল, ছোট দল

উপকরণ ঃ বোর্ড, মার্কার, পোষ্টার, ভিপ কার্ড, তথ্যপত্র

মোট সময় ঃ ৩০ মিনিট

পাঠ পরিকল্পনাঃ

ধাপ	ধাপ ও প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ ১	**কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্য সমূহ** সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের শুভেচ্ছা জানিয়ে অধিবেশন শুরু করবেন। এবার-কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্যসমূহ কি কি হতে পারে সে বিষয়ে জোড়া দলে ভাবতে তিন মিনিট সময় দিবেন। এরপর প্রতিটি জোড়া দল ভেবে কি পেল তা পয়েন্ট আকারে ভিপ কার্ডে লিখতে বলবেন এবং বোর্ডে লাগাতে বলবেন। এরপর সহায়ক জোড়া দলের উপস্থাপিত পয়েন্টগুলো সাধারণীকরন করবেন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহায়তা নিবেন।	৫ মিনিট
ধাপ ২	**বর্জ্য সমূহের ক্ষতিকারক দিকসমূহ** সহায়ক শুরুতে পাশাপাশি বসা অংশগ্রহণকারীদের ৫ জন করে ছোট দলে ভাগ করবেন। এখন বলবেন ৫ জনে মিলে আলোচনা করে কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্যসমূহের ক্ষতিকারক দিক কি হতে পারে তার ওপর কমপক্ষে ০৫ টি পয়েন্ট এবং সর্বোচ্চ ০৮ টি পয়েন্ট পোষ্টার পেপার লিখতে। এ কাজের জন্য ৮ মিনিট সময় দিবেন। লেখা শেষে সহায়ক অংশগ্রহণকারী দলগুলোকে উপস্থাপন করতে বলবেন। সহায়ক নিজে একটি ব্রাউন পেপারে পয়েন্টগুলো লিখবেন। পরবর্তী দলগুলো থেকে নতুন কোন পয়েন্ট পেলে সেগুলো সংযোজন করবেন। এভাবে সহায়ক প্রাপ্ত তথ্যগুলো সাধারণীকরণ করবেন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহায়তা নিবেন।	৫ মিনিট
ধাপ ৩	**বর্জ্য ব্যবস্থাপনার বর্তমান অভ্যাস**	৫ মিনিট

ধাপ	ধাপ ও প্রক্রিয়া	সময়
	সহায়ক কমিউনিটিতে বর্জ্য ব্যবস্থাপনার বর্তমান অভ্যাসগুলো কি আছে সে বিষয়ে সকলের উদ্দেশ্য প্রশ্ন করবেন। তাদের মতামত বোর্ডে লিখবেন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহায়তায় নিবেন।	
ধাপ ৪	**কিভাবে সঠিক উপায়ে কম খরচে বর্জ্য ব্যবস্থাপনা করা যায়** সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের ৪/৫টি দলে ভাগ করবেন। প্রতি দলকে পোষ্টার মার্কারসহ প্রয়োজনীয় উপকরণ সরবরাহ করবেন। দলগুলোকে আলাদা আলাদা জায়গায় বসার ব্যবস্থা নিবেন ও দলে কাজের সময় নির্ধারণ করে নিবেন। দলীয় কাজ শেষ হলে প্রতি দল থেকে উপস্থাপন করার জন্য আহবান জানাবেন।	১০ মিনিট
ধাপ ৫	**পুনরালোচনা** সহায়ক প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে অধিবেশন থেকে শিখন বিষয়ের উপর সারসংক্ষেপ করবেন। অধিবেশনের আলোচ্য বিষয়সমূহ সম্পর্কে কারো কোন অস্পষ্টতা বা প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর ব্যাখ্যা করবেন। সকলকে ধন্যবাদ দিয়ে অধিবেশনের সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।	০৫ মিনিট

বর্জ্য কি

মানুষের নিত্য নৈমিত্তিক প্রয়োজনে নানান দ্রব্য ব্যবহার করে। খাদ্য, পোষাক, তৈজসপত্র, প্রসাধন, কাগজপত্র, নির্মাণ সামগ্রী, ধোয়ামোছা-গোসলের পানি, বিনোদন সামগ্রী ইত্যাদি আরো কত কি। প্রতিটি দ্রব্য ব্যবহারের পর কিছু না কিছু উচ্ছিষ্ট থেকে যায়। আপাতঃ দৃষ্টিতে অপ্রয়োজনীয় এসব উচ্ছিষ্ট ফেলে দেয়া হয়। আবার অনেক বস্তু নানাকারণে নষ্ট হয়ে ব্যবহারের অনুপোযোগী হয়ে পড়ে। এরূপ সকল অপ্রয়োজনীয় উচ্ছিষ্ট বা ব্যবহারের অনুপোযোগী দ্রব্য বা পদার্থকে বর্জ্য বা আবর্জনা বলা হয়। যত্রতত্র আবর্জনা বা বর্জ্য পড়ে থাকলে সেগুলি নানা ভাবে মানুষের অসুবিধা ঘটায়, যেমন দূর্গন্ধ ছড়ানো, রোগবালাই ছড়ানো, ক্ষতিকর পোকামাকড়ের বংশবৃদ্ধি , পানি ও পরিবেশের দূষণসহ নানা রকম স্বাস্থ্য ও পরিবেশগত এমনকি সামাজিক সমস্যার সৃষ্টি করে। আবার সঠিক উপায়ে বর্জ্যের ব্যবস্থাপনা করা হলে তা যেমন সম্পদে পরিণত হয় তেমনি মানুষের অসুবিধা বা ক্ষতির কারণ না হয়ে বরং অর্থ উপার্জন ও কর্মসংস্থানের সুযোগ ঘটায়।

বর্জ্যের প্রকারভেদ

বর্জ্য সাধারণত দুই ধরনের। কঠিন বর্জ্য এবং তরল বর্জ্য। কঠিন বর্জ্য পচনশীল হতে পারে আবার অপচনশীলও হতে পারে। অচনশীল বর্জ্যের বেশীরভাগই পূণঃব্যবহার যোগ্য তবে কিছু কিছু সহজে পূণঃব্যবহার করা যায়না বা একবারেই পূণঃব্যবহারের অযোগ্য। তরল বর্জ্য ও দুই প্রকারের হয়, একটি হল গৃহস্থালীর তরল বর্জ্য যা শোধনের মাধ্যমে পূণঃব্যবহার করা যায় এবং অপরটি পায়খানার পানি যা শোধনের মাধ্যমে সহজে পূণঃব্যবহার করা যায়না।

তবে অবস্থাভেদে বর্জ্যকে আরো নানা ভাবে শ্রেণিবিভাগ করা যায়। যেমন পৌরবর্জ্য, ইলেকট্রিক ও ইলেক্ট্রনিক্স বর্জ্য, শিল্পকারখানার বর্জ্য, মেডিকেল বর্জ্য, বিষাক্ত বর্জ্য, রাসায়নিক বর্জ্য, রেডিও একটিভ বর্জ্য, বাণিজ্যিক বর্জ্য ইত্যাদি।

বর্জ্য ব্যবস্থাপনা

বর্জ্য ব্যবস্থাপনা বলতে আবর্জনা সংগ্রহ, পরিবহন, প্রক্রিয়াজাতকরণ, পূণ:ব্যবহার এবং নিষ্কাশনের সমন্বিত প্রক্রিয়াকে বোঝায়। বর্জ্য ব্যবস্থাপনা দ্বারা সাধারণত মানুষের কার্যকলাপে সৃষ্ট অপ্রয়োজনীয় বস্তুসমূহ সংক্রান্ত কাজগুলোকে বুঝানো হয়ে থাকে, ঐ বস্তুগুলো থেকে স্বাস্থ্য সংক্রান্ত ক্ষতিকারক প্রভাব প্রশমিত করার জন্য, কিংবা পরিবেশের সৌন্দর্য্য রক্ষার কাজগুলো এই প্রক্রিয়ার অন্তর্ভূক্ত। এছাড়াও বর্জ্য ব্যবস্থাপনার মাধ্যমে আবর্জনা থেকে পরিবেশের ক্ষতি রোধ করার কাজ এবং বর্জ্য থেকে পূন:ব্যবহার যোগ্য বস্তু আহরণ সংক্রান্ত কাজও করা হয়ে থাকে। ভিন্ন ভিন্ন পদ্ধতি এবং দক্ষতার দ্বারা কঠিন ও তরল বর্জ্য ব্যবস্থাপনা করা হয়।

বর্জ্য ব্যবস্থাপনার গুরুত্ব

কঠিন বর্জ্য যেখানে সেখানে ফেলে রাখলে পচে দুর্গন্ধ হয়, রোগজীবাণু ছড়ায় এবং পরিবেশ দূষিত হয়। সেজন্য স্বাস্থ্যসম্মত পরিবেশ বজায় রাখতে সকল বর্জ্যের সঠিক ব্যবস্থাপনা দরকার। পচনশীল বর্জ্য থেকে উৎকৃষ্টমানের জৈব্য সার ও জ্বালানী তৈরি করা যায় যা আমাদের কৃষি ও গ্রামীণ অর্থনীতিতে গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখতে পারে। আবার অপচনশীল কঠিন বর্জ্য দ্বারা প্রচলিত ভাংগারী ব্যবসা অনেক মানুষের কর্মসংস্থানের সৃষ্টি করেছে। কঠিন বর্জ্য প্রক্রিয়াজাত করে পূর্ণব্যবহারযোগ্য কাঁচামাল তৈরি করা যায় যা দিয়ে প্রয়োজনীয় অনেক প্রকার দ্রব্য-সামগ্রী তৈরি করে স্থানীয় চাহিদা মেটানো যায় এমনকি বৈদেশিক মুদ্রাও সাশ্রয় করা যায়। অর্থ্যাৎ সঠিক ব্যবস্থাপনা দ্বারা বর্জ্যকে সম্পদে পরিণত করে অর্থ উপার্জন এবং কর্মসংস্থান করা যায়।

কঠিন বর্জ্য

মানুষের মল মূত্র ও বর্জ্য পানি ব্যতীত সকল আবর্জনা, ময়লা, উচ্ছিষ্ট বা ফেলে দেয়া বস্তুই কঠিন বর্জ্য। সাধারণত গ্রামাঞ্চলে কঠিন বর্জ্য পদার্থের মধ্যে থাকে ঘর ঝাড়ু দেয়া ময়লা, রান্না ঘরের আবর্জনা, গরুর গোবর ও গোয়ালের ময়লা, হাঁস মুরগীর বিষ্ঠা ও খোঁয়ারের ময়লা, কৃষি জমির ফসলের উচ্ছিষ্ট অংশ, কীটনাশক ও সারের খালি প্যাকেট, কাগজ, ভাঙ্গা কাঁচ-প্লাষ্টিক, ছেঁড়া কাপড়, রাবার এবং বাজার ও দোকানপাটের নানা ময়লা ও উচ্ছিষ্ট।

অপচনশীল কঠিন বর্জ্যঃ যে সকল বর্জ্য সাধারণভাবে জৈব প্রক্রিয়ায় বাতাসের উপস্থিতিতে বা অনুপস্থতিতে পচে যায় না সে গুলো অপচনশীল বা নন-বায়োডিগ্রেডেবল কঠিন বর্জ্য

কঠিন বর্জ্য ব্যবস্থাপনার স্বাস্থ্যসম্মত ও অস্বাস্থ্যসম্মত অবস্থা

স্বাস্থ্যসম্মত অবস্থাঃ কঠিন বর্জ্য সংগ্রহ, আলাদাকরণ, পূণ:ব্যবহার বা প্রক্রিয়াকরণের কোন পর্যায়ে;

-পরিবেশে ছড়িয়ে পরবে না
-প্রবাহমান পানি, জলাধার বা খাবার পানির সংস্পর্শে আসবে না
-পোকা মাকড় বা মশামাছির সংস্পর্শে আসবে না
-দুর্গন্ধ ছড়াবে না

অস্বাস্থ্যসম্মত অবস্থাঃ স্বাস্থ্যসম্মত অবস্থা রক্ষার যে কোন শর্ত পালিত না হলে এবং রোগ-জীবাণু ছড়ানোর সুযোগ তৈরি হলে তা হবে কঠিন বর্জ্য ব্যবস্থাপনার অস্বাস্থ্যসম্মত অবস্থা।

কঠিন বর্জ্যের উৎস ও ব্যবস্থাপনার ধাপঃ

বাড়িভিত্তিক গৃহস্থালী বর্জ্য ব্যবস্থা

মানুষের ও গবাদি পশুপাখির গৃহ কঠিন বর্জ্যের প্রধান উৎস। গৃহস্থালীতে প্রাত্যহিক যে সকল বর্জ্য উৎপাদিত হয় তা যদি প্রতিদিনই গৃহ পর্যায়েই ব্যবস্থাপনা করা হয় তাহলে বেশীরভাগ বর্জ্যই আর পরিবেশে ছড়িয়ে

পড়তে পারে না এবং এতে কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্যহীন বা খুব সামান্য বর্জ্য জমা হয়। গৃহস্থালী বর্জ্য ব্যবস্থাপনার ধাপ গুলো নিম্নরূপঃ

ক) গৃহস্থালী পর্যায়ে বর্জ্য পৃথকীকরণ

- প্রথমেই বর্জ্যের ধরণ অনুযায়ী বর্জ্যকে আলাদা করতে হবে
- পচনশীল বর্জ্য একটি পাত্রে/স্থানে এবং অপচনশীল বর্জ্য আলাদা একটি পাত্রে/ স্থানে জমা করা
- যেসব বর্জ্য গৃহস্থালী পর্যায়ে পূর্ণ:ব্যবস্থার সম্ভব সেগুলি গৃহ পর্যায়ে পূর্ণ: ব্যবহার করা।

খ) গৃহস্থালী পর্যায়ে পচনশীল বর্জ্য প্রক্রিয়াকরণ ঃ আলাদা পাত্র বা স্থানে জমাকৃত অপচনশীল বর্জ্য ধরণ ভেদে নিচের যে কোন এক বা একাদিক পদ্ধতিতে প্রক্রিয়াকরণ করা যায়। যেমন:

- ঢাকনাযুক্ত গর্তে জমা করে গর্তটি ভরাট হলে তা মাটি দিয়ে চাপা দেয়া
- পোড়ানো
- কেঁচো দিয়ে কমপোষ্টিং করা
- বায়োগ্যাস প্লান্ট স্থাপন করা

গ) গৃহস্থালী পর্যায়ে পচনশীল বর্জ্য প্রক্রিয়াকরণঃ আলাদা পাত্র বা স্থানে জমাকৃত অপচনশীল বর্জ্য ধরণ ভেদে নিচের যে কোন এক বা একাদিক পদ্ধতিতে প্রক্রিয়াকরণ করা যায়। যেমন:

- ভাংগারীওয়ালাদের কাছে বিক্রয় করা (কাগজ, প্লাষ্টিক, কাঁচ ও ধাতব বস্তু ইত্যাদি)
- রাস্তা বা ছোটখাট নির্মাণ কাজে সিরামিক, পোড়ামাটি, সিমেন্ট মর্টার ও ইটসুরকী জাতীয় দ্রব্য ব্যবহার করা
- গৃহপর্যায়ে ব্যবস্থাপনার সম্ভব নয় এমন বর্জ্য কমিউনিটি পর্যায়ে নির্দিষ্ট পাত্র বা স্থানে জমা করা।

কমিউনিটি ভিত্তিক বর্জ্য ব্যবস্থাপনা

যে সব বর্জ্য গৃহস্থালী পর্যায়ে ব্যবস্থাপনা করা সম্ভব হয়না বা ক্ষেত্র বিশেষে আর্থিকভাবে লাভজনক হয়না সেসকল বর্জ্য ধরণ অনুযায়ী আলাদা করে কমিউনিটি পর্যায়ে নির্দিষ্ট স্থান বা কমিউনিটি বিন/পাত্রে স্বাস্থ্যকর উপায়ে জমা করা যায়। পরিমাণে বেশী হওয়ায় কমিউনিটি পর্যায়ে অনেক কঠিন বর্জ্যের প্রক্রিয়াকরণ বাণিজ্যিক ভাবে লাভজনক হতে পারে।

হাট-বাজার/পৌর ভিত্তিক বর্জ্য

হাটবাজারের জন্য স্বাস্থ্য সম্মত বর্জ্য ব্যবস্থাপনার ক্ষেত্রে কমিউনিটি বর্জ্য ব্যবস্থাপনার অনুরূপ বর্জ্য সংগ্রহ করে পচনশীল ও অপচনশীল বর্জ্য নিষ্কাষণ করা যেতে পারে।

হাটবাজারের বর্জ্য নানা রকম হয়ে থাকে, যেমন-

পচনশীল কঠিন বর্জ্য	অপচনশীল বর্জ্য
- কাঁচা বাজারের বর্জ্য - কসাই খানার বর্জ্য - হাঁস-মুরগী ও মাছ বাজারের বর্জ্য - অন্যান্য পচনশীল বর্জ্য	- পলিথিন ব্যাগ, প্লাষ্টিকের ব্যাগ, কৌটা, ভাঙ্গা পাত্র ইত্যাদি - কাগজের টুকরা, কাগজের ঠোংগা - ভাঙ্গা তৈজসপত্র - কয়লা, ছাই - অন্যান্য অপচনশীল বর্জ্য

অধিবেশন নং- ১১

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ উদ্ধুদ্ধকরণ
অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- উদ্ধুদ্ধকরণ বলতে কি বুঝায় তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- উদ্ধুদ্ধকরণের গুরুত্ব ও কৌশল ব্যাখ্যা করতে পারবেন

আলোচ্যবিষয় ঃ

- উদ্বুদ্ধকরণ কী
- উদ্বুদ্ধকরণের গুরুত্ব
- উদ্বুদ্ধকরণের কৌশল

মোট সময় ঃ ১ ঘন্টা
পদ্ধতি ঃ মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর, আলোচনা, প্রদর্শন, জোড়া দলে কাজ
উপকরণ ঃ বোর্ড মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, তথ্যপত্র ও ল্যাপটপ
পাঠ পরিকল্পনা ঃ

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	■ উদ্বুদ্ধকরণ কী ঃ সহায়ক অংশগ্রহনকারীদের সকলকে শুভেচ্ছা জানিয়ে অধিবেশন শুরু করুন। অংশগ্রহণকারীদের কাছে জানতে চান উদ্ধুদ্ধকরন কি? তাদের মতামত গুলো শুনুন এবং বোর্ডে লিখুন। অত:পর মাল্টিমিডিয়ার সাহায্যে উদ্ধুদ্ধকরণের ধারণা পরিস্কার করুন।	১৫ মিনিট
ধাপ-২	■ উদ্বুদ্ধকরণের গুরুত্বঃ সহায়ক পাশাপাশি দুই জন মিলে জোড়া দলে বসতে বলুন। তারপর দুইজন মিলে আলোচনা করে ৫টি পয়েন্ট খাতায় লিখতে বলুন। অত:পর সহায়ক প্রত্যেক দলের নিকট থেকে ১ টি পয়েন্ট বোর্ডে লিখুন এবং কারো অতিরিক্ত পয়েন্ট থাকলে তা লিখে ফেলুন। সকলের পয়েন্ট গুলো আলোচনা করে সাধারণীকরন করুন।	১৫ মিনিট
ধাপ-৩	■ উদ্বুদ্ধকরণের কৌশল ঃ ■ অংশগ্রহণকারীদের উদ্ধুদ্ধকরণ তথ্যপত্রটি এক এক করে পড়তে বলুন এবং কৌশলপত্রটি নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করুন।	১৫ মিনিট
ধাপ-৪	**পুনরালোচনা ঃ** ■ সহায়ক প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে সেশনটি পুনরালোচনা করবেন। কারও কোন প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর প্রদান করবেন। শেষে সাবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করবেন।	১৫ মিনিট

তথ্যপত্র ঃ উদ্বুদ্ধকরণ বা প্রেষণা

উদ্বুদ্ধকরণের ইংরেজি প্রতিশব্দ Motivation যা ল্যাটিন শব্দ Motivus থেকে নেয়া। যার অর্থ হচ্ছে তাড়না। মনোবিজ্ঞানীদের মতে সফল শিখনের জন্য উদ্বুদ্ধকরণ একটি প্রয়োজনীয় শর্ত।

খুব সহজ কথায় বলা যায় মানুষের মনে কোন কিছু শেখা বা করার জন্য আগ্রহ জাগিয়ে তোলাই উদ্বুদ্ধকরণ। উদ্বুদ্ধকরণ প্রক্রিয়ার মাধ্যমে মানুষের চিন্তা-চেতনা, দৃষ্টিভঙ্গী, আচার-আচরণের পরিবর্তন আনার জন্য আগ্রহী করে তোলা হয়।

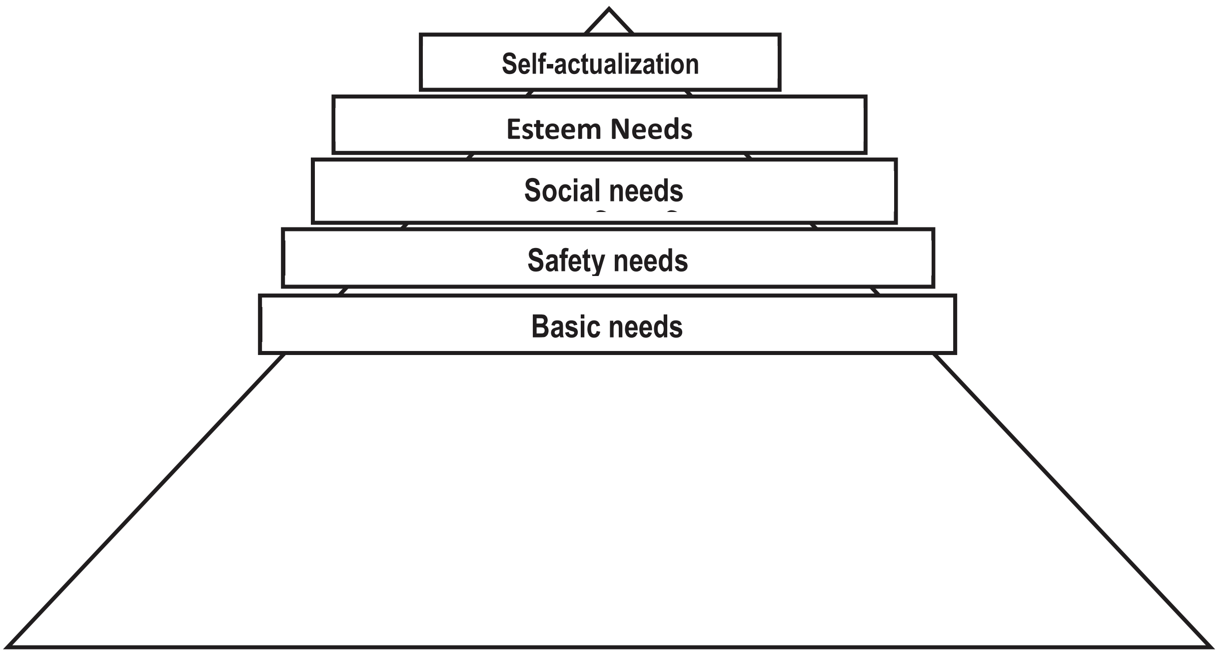
উদ্বুদ্ধকরণ হচ্ছে একটি প্রক্রিয়া যা কোন নির্দিষ্ট লক্ষ্য অর্জনের জন্যে ব্যক্তির চিন্তা, চেতনা, আচার-আচরণ, কাজকর্ম অর্থাৎ সার্বিক মুল্যবোধের পরিবর্তন আনয়ণের মাধ্যমে বাস্তব রূপ দিতে ব্যক্তি মনের গভীরে তাড়না সৃষ্টি করে।

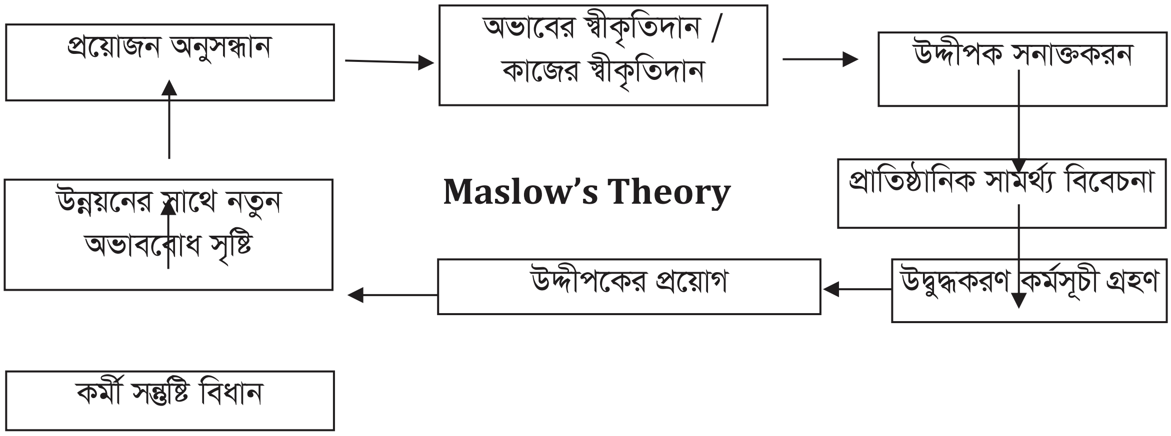
আমরা পারিবারিক ও সামাজিক জীবনে উদ্বুদ্ধকরণের মত কাজগুলো অহরহই করে থাকি। যেমন- শিশুদের কিছু শেখাতে বা গ্রহণ করাতে উৎসাহিত করি। কোন শিক্ষার্থীকে ভাল ফল করার জন্য লেখাপড়া করার বিষয়ে উৎসাহিত করি।

প্রকৃতপক্ষে উদ্বুদ্ধকরণ প্রক্রিয়ায় জনগোষ্ঠির মধ্যে উন্নয়ন কর্মকান্ড সম্পর্কে আগ্রহ সৃষ্টি করে তা গ্রহণযোগ্য করে তোলা হয় যাতে করে জনগোষ্ঠির সদস্যরা উন্নয়ন কর্মকান্ডে সক্রিয় অংশগ্রহণ করতে পারে।

Motivation ক্ষেত্রে- Maslow-এর চাহিদা তত্ত্ব ঃ

Maslow এর মতে মানুষের চাহিদা অসীম। এই চাহিদা কখনও পুরণ করা যায় না। উদ্বুদ্ধকরণের মাধ্যমে মানুষের চাহিদা গুলোকে সম্পূর্ণ ভাবে পুরন করতে না পারলেও সাময়িক ভাবে পুরণ করা যায়। Maslow নিম্নোক্ত ভাবে মানুষের চাহিদাকে শ্রেণী বিভাগ করছেন।





উদ্বুদ্ধকরণের গুরুত্বঃ

- মানুষের দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তনের জন্য
- মানুষকে কাজে সম্পৃক্ত করার জন্য
- মানুষের আগ্রহ বৃদ্ধি/সৃষ্টির জন্য
- মানুষের চাহিদা সৃষ্টির জন্য
- প্রকল্পের কার্যক্রম বাস্তবায়নে এলাকার জনগণের সহযোগিতা পাওয়ার জন্য
- মানুষের নিজস্ব প্রয়োজন উপলব্ধির জন্য

উদ্বুদ্ধকরণের কৌশল

- সুন্দর ভূমিকা দিয়ে উপস্থাপনা শুরু করা
- লক্ষিত জনগোষ্ঠী সর্ম্পকে পরিস্কার ধারনা থাকা। (যেমন- শিক্ষাগত যোগ্যতা, পারিবারিক অবস্থা, সংস্কৃতি, ধর্ম, মনোভাব, ইত্যাদি)
- মানুষের সাথে সর্ম্পক সৃষ্টি করার কৌশলগুলো যথাযথ প্রয়োগ করা
- বিষয় সর্ম্পকে পরিস্কার ধারনা মনোবল থাকা
- বিষয় উপস্থাপনের উপযুক্ত পরিবেশ তৈরী করা
- উদ্দেশ্য পরিস্কারভাবে ব্যাখা করা, বক্তব্যের মধ্যে কোন প্রকার জড়তা না থাকা
- বিষয় সর্ম্পকে আরও পরিস্কার ধারনা নেওয়ার জন্য লক্ষিত জনগোষ্ঠীর নিকট থেকে প্রশ্ন আহ্বান করা
- কার্যক্রমের ভাল ও মন্দ দিকগুলো তুলে ধরা, এক্ষেত্রে ভাল দিকগুলো বেশী করে তুলে ধরা
- লক্ষিত জনগোষ্ঠীকে ভাবনার সময় দেওয়া
- তথ্যের উৎসগুলো প্রয়োজনে উল্লেখ করা
- সহজ-সরল যুক্তি / উদাহরনের মাধ্যমে বিষয়বস্তুকে স্পষ্টভাবে তুলে ধরা
- লক্ষিত জনগোষ্ঠী বিষয়ভিত্তিক বক্তব্য মনোযোগ দিয়ে শুনছে, না বিরক্ত হচ্ছে সেদিকে খেয়াল রাখা
- মার্জিত পোষাক পরিধান করা
- বয়স্ক নীতিমালা অনুসরন করা
- কোনভাবেই হতাশাভাব প্রদর্শন না করা

- নিজের ব্যক্তিত্ব বজায় রাখা
- সংস্থার ভাব মূর্তি নষ্ট না করা
- সিদ্ধান্ত গ্রহনে সাহস প্রদান করা
- কথা গুছিয়ে বলা এবং ধারাবাহিকতা বজায় রাখা
- নিজে আত্মবিশ্বাসী হওয়া
- নিজ চারিত্রিক দৃঢ়তা বজায় রাখা।

একজন ভাল উদ্ধুদ্ধকারীর যোগ্যতা

- ভাল উপস্থাপক হতে হবে।
- ভাল শ্রোতা হতে হবে ।
- মানবিক গুণাবলী সম্পন্ন হতে হবে।
- ভাল নেতৃত্ত্বের অধিকারী হতে হবে।
- নিজের প্রতি আত্মবিশ্বাস থাকতে হবে।
- সঠিক সিদ্ধান্ত গ্রহনের দক্ষতা থাকতে হবে।
- যোগাযোগে দক্ষ হতে হবে।

অধিবেশন নং ১২

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ কার্যকরী যোগাযোগ

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- যোগাযোগ কি ও যোগাযোগ উদ্দেশ্যগুলো ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- যোগাযোগের মাধ্যম ও কাদের সাথে যোগাযোগ করতে হবে তা বলতে পারবেন
- কার্যকরী যোগাযোগের শর্তাবলী ও বাধাঁ গুলি বলতে পারবেন

আলোচ্য বিষয় ঃ

- যোগাযোগ কী
- যোগাযোগের উদ্দেশ্য
- যোগাযোগ প্রক্রিয়া
- কাদের সাথে যোগাযোগ করতে হবে
- কার্যকরী যোগাযোগের শর্তাবলী
- যোগাযোগের বাঁধা এবং বাধা অতিক্রম করার মৌলিক দক্ষতা

মোট সময় ঃ ৪৫ মিনিট

পদ্ধতি ঃ মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর আলোচনা, জোড়াদল, ভিপকার্ড, ছোট দলে কাজ

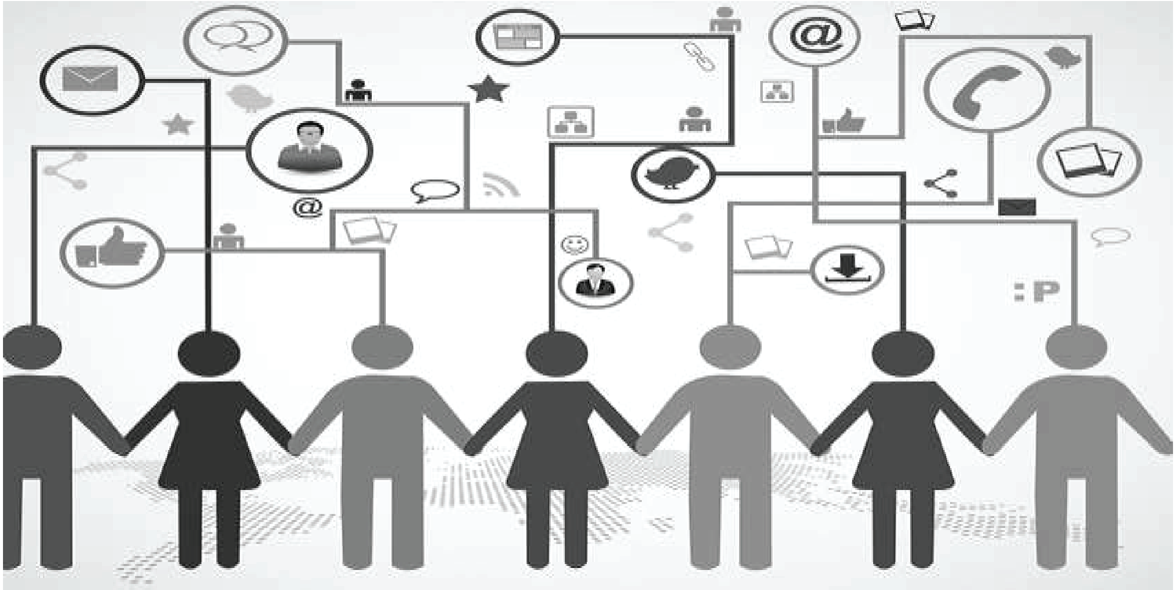
উপকরণ ঃ বোর্ড, মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, ভিপকার্ড, পোষ্টার ও তথ্যপত্র

পাঠ পরিকল্পনা ঃ

ধাপ-	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	**যোগাযোগ কী** সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের শুভেচ্ছা জানিয়ে অধিবেশন শুরু করবেন। এবার যোগাযোগ বলতে কি বুঝায় তা সকলের নিকট জিজ্ঞাসা করুন। তাদের মতামত গুলি শুনুন এবং বোর্ডে লিখুন। অত:পর মালিমিডিয়ার মাধ্যমে যোগাযোগের ধারণা পরিস্কার করুন।	০৫ মিনিট
ধাপ-২	**যোগাযোগের উদ্দেশ্য** অংশগ্রহণকারীদের দুইজন করে এক জায়গায় বসতে বলুন এবং যোগাযোগের উদ্দেশ্য বলতে কি বুঝায়। দু'জন পরামর্শ করে খাতায় ৫টি করে পয়েন্ট লিখুন অত:পর সকলদল থেকে ১টি করে নিয়ে বোর্ডে লিখুন এবং অতিরিক্ত পয়েন্ট থাকলে তা সংযোজন করুন। বোর্ডে লেখা পয়েন্ট গুলো নিয়ে আলোচনা করুন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহযোগিতা নিন।	৫ মিনিট
ধাপ-৩	**যোগাযোগ প্রক্রিয়া** অংশগ্রহণকারীদের কাছে প্রশ্ন করুন , যোগাযোগ প্রক্রিয়া কি হতে পারে তা শুনে বোর্ডে লিখুন। লেখা পয়েন্ট গুলি নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করুন।	৫ মিনিট

ধাপ-৪	**কাদের সাথে যোগাযোগ করতে হবে** সহায়ক সকলকে ভিপকার্ড ও মার্কার বিতরণ করুন। সকলকে বলুন ওয়াশ কর্মসূচির জন্য আমরা কাদের কাদের সাথে যোগাযোগ করতে পারি। সকলে ২/১ টি করে পয়েন্ট ভিপকার্ডে লিখুন। লেখা শেষ হলে সকলের নিকট থেকে ভিপকার্ড গুলি সংগ্রহ করুন। অত:পর লেখা পয়েন্ট গুলো নিয়ে আলোচনা করুন। (যেমন- ডিপিএইচই, এলজিইডি, ডিএমসি, এনজিও, ইউপি, শিক্ষক, অফিস কর্মকর্তা ইত্যাদি)	৫ মিনিট
ধাপ-৫	**কার্যকরী যোগাযোগের শর্তাবলী** অংশগ্রহণকারীদের দুইজন করে এক জায়গায় বসতে বলুন এবং যোগাযোগের শর্তাবলী বলতে কি বুঝায়। দু"জন পরামর্শ করে খাতায় পয়েন্ট লিখুন অত:পর সকল দল থেকে ১টি করে নিয়ে বোর্ডে লিখুন এবং অতিরিক্ত পয়েন্ট থাকলে তা সংযোজন করুন। বোর্ডে লেখা পয়েন্ট গুলো নিয়ে আলোচনা করুন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহযোগিতা নিন।	১০ মিনিট
ধাপ-৬	**যোগাযোগের বাধা** অংশগ্রহণকারীদের ৪/৫ দলে বিভাজন করুন। প্রত্যেক দলে মার্কার ও পোস্টার সরবরাহ করুন। যোগাযোগের বাধাঁগুলি কি হতে পারে তা দলে আলোচনা করে পোষ্টারে লিখবেন। লেখা শেষ হলে প্রত্যেক দল থেকে উপস্থাপন করতে বলুন। অত:পর দলের কাজ সাধারণীকরণ করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৭	**যোগাযোগকারীর মৌলিক দক্ষতা** অংশগ্রহণকারীদের কাছে প্রশ্ন করুন , যোগাযোগের বাধা অতিক্রম করার উপায় জেনে তা শুনে বোর্ডে লিখুন। লেখা পয়েন্টগুলি নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৮	**পুনরালোচনা** সহায়ক প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে অধিবেশন থেকে শিখন বিষয়ের উপর সারসংক্ষেপ করবেন। অধিবেশনের আলোচ্য বিষয়সমূহ সম্পর্কে কারো কোন অস্পষ্টতা বা প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর ব্যাখ্যা করবেন। সকলকে ধন্যবাদ দিয়ে অধিবেশনের সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।	৫ মিনিট

যোগাযোগ (Communication) ঃ



যোগাযোগ কী?

যোগাযোগ শব্দটি বিভিন্ন অর্থ বহন করে এবং বিভিন্ন পন্ডিত বিভিন্ন সময়ে বিভিন্ন ভাবে যোগাযোগকে সংজ্ঞায়িত করেছেন। তবে যোগাযোগকে ভালভাবে বুঝতে হলে এটা যে একটা প্রক্রিয়া তা মনে করা উচিৎ।

যোগাযোগ হচ্ছে এমন একটি প্রক্রিয়া যার মাধ্যমে একটি বার্তা (ধ্যাণ-ধারনা, অনুভূতি, তথ্য) উৎস (একক কিংবা সংগঠন) কর্তৃক এক বা একাধিক ব্যক্তির (গ্রহনকারী) কাছে পৌঁছে এমনভাবে যাতে করে প্রত্যেকেই বার্তাটির অর্থ, উদ্দেশ্য ও ব্যবহার সর্ম্পকে বুঝতে পারে।

অথবা নিজের কোন জানা তথ্যকে সঠিকভাবে বা অর্থপূর্ণ ভাবে অন্যের নিকট প্রকাশ করা যার ফলে একটি প্রত্যুত্তরের সৃষ্টি করার প্রক্রিয়াকে যোগাযোগ বলে।

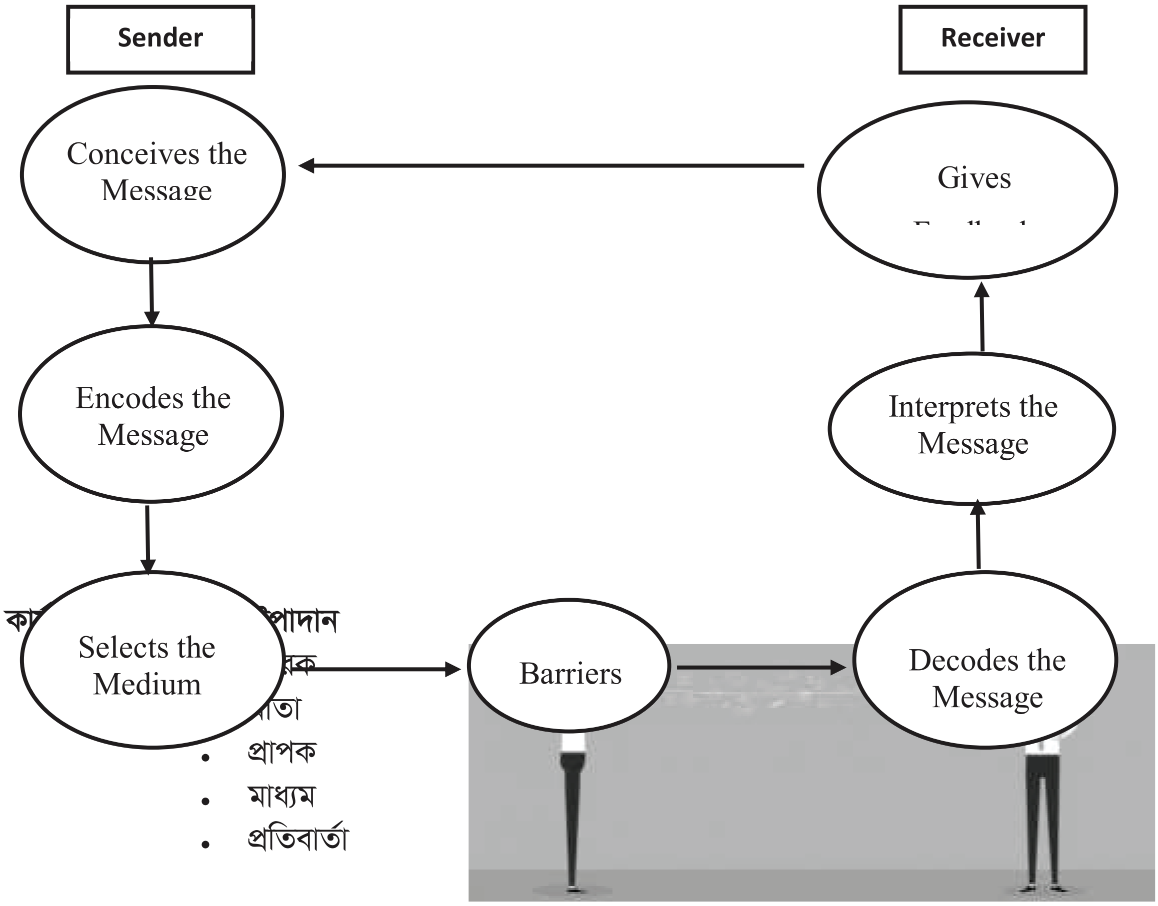
উন্নয়ন যোগাযোগ কাকে বলে?

উন্নয়নের জন্য যে যোগাযোগ তাকে উন্নয়ন যোগাযোগ বলে। উন্নয়ন যোগাযোগ তিনটি কারনে হয়ে থাকে। এগুলো হলো:- তথ্য সরবরাহ করা, শিক্ষা দেওয়া, ও বিনোদনের ব্যবস্থা করা। এ ধরনের যোগাযোগকে উন্নয়ন যোগাযোগ বলে।

উদ্দেশ্য ঃ

- নতুন ধ্যাণ-ধারণা প্রকাশ করার জন্য
- তথ্য পাওয়া ও দেয়ার জন্য
- অন্যের মতামত জানার জন্য
- ধারণাকে গ্রহণযোগ্য করার জন্য
- উদ্বুদ্ধ এবং সচেতন করার জন্য
- কার্যক্রম বাস্তবায়ন করার জন্য
- শিখণ প্রদানের জন্য
- পরামর্শ প্রদানের জন্য
- সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য।

কার্যকরী যোগাযোগ প্রক্রিয়া



কা... পাদান

- ...রক
- ...তা
- প্রাপক
- মাধ্যম
- প্রতিবার্তা

উপাদানসমূহ বিশ্লেষনে দেখা যায় যে, প্রেরক একটি মাধ্যমের সাহায্যে প্রাপকের কাছে বার্তা পাঠাচ্ছে। প্রাপক ঐ বার্তা পাওয়ার পর সাড়া দিচ্ছে (নেতিবাচক অথবা ইতিবাচক),যা প্রতিবার্তা হিসাবে প্রেরকের কাছে ফিরে আসছে। প্রেরক প্রতিবার্তা পেয়ে ভিন্নভাবে পুনরায় প্রাপকের কাছে বার্তা পাঠাচ্ছে । এ পর্যায়ে প্রাপক আবার সাড়া দিবে অর্থাৎ প্রেরকের কাছে প্রতিবার্তা প্রেরণ করবে। সুতরাং আমরা বলবো যে, যোগাযোগ একটি বিরামহীন চলমান প্রক্রিয়া।

কার্য্যকরী যোগাযোগের জন্য বার্তা একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। একটি বার্তা কেমন হওয়া উচিৎ সেদিকে নজর দেওয়া খুবই প্রয়োজন। বার্তা হবে ৩S এর আলোকে নিম্নরূপ:-

S = Simple (সাধারণ), S = Short (ছোট), S = Sweet (শ্রুতি মধুর)

কাদের সঙ্গে যোগাযোগ করতে হবে

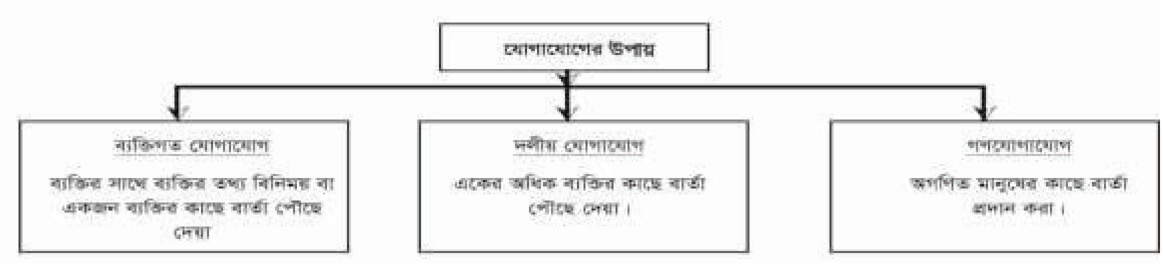
- স্টেক হোল্ডারদের সম্পৃক্ত করা। (local govt., DPHE, LGED, DMCs, NGOs, Civil society, journalist, UPs, community people)

যোগাযোগের শর্ত

- ভাষা

- চিন্তাধারা
- অভিজ্ঞতা
- বিশ্বাস ও মূল্যবোধ
- চাহিদা ও আকাংখার মিল

যোগাযোগের উপায় / পন্থা ঃ



যোগাযোগের মাধ্যম

- ❑ লিখিত যোগাযোগ
- ❑ মৌখিক যোগাযোগ
- ❑ সাংকেতিক যোগাযোগ

যোগাযোগের ধরণ

- ❑ একমূখী যোগাযোগ
- ❑ দ্বিমূখী যোগাযোগ
- ❑ বহুমূখী যোগাযোগ

কার্য্যকরী যোগাযোগের শর্তাবলী

- ❑ বিশ্বাস যোগ্যতা অর্জন
- ❑ সহজ-সরল বা বোধগম্য ভাষার ব্যবহার
- ❑ অঞ্চল অনুযায়ী ভাষা ব্যবহার ও সংস্কৃতি চর্চা
- ❑ সহানুভূতি প্রয়োগ
- ❑ অনুকূল মনোভাব প্রদর্শন / সৌজন্যপূর্ণ ব্যবহার
- ❑ জ্ঞানস্তরে পৌছানোর দক্ষতা অর্জন
- ❑ ধৈর্য্যশীল শ্রোতা হবার যোগ্যতা অর্জন
- ❑ পরিবারের একজন সদস্য হিসাবে প্রতিষ্ঠা লাভ করা।

যোগাযোগের প্রধান প্রধান বাধাসমূহ

ধারণাগত বাধা ঃ

- যোগাযোগকারীর যোগাযোগ বিষয়ে ধারনার অভাব
- বিষয়বস্তু সম্পর্কে কম ধারনা
- গ্রহীতা/রিসিভিং সম্পর্কে ধারণার অভাব

দক্ষতার অভাব ঃ

- পারস্পারিক সম্পর্ক স্থাপনের অভাব
- প্রশ্ন করার দক্ষতার অভাব
- শ্রবন দক্ষতার অভাব

- মনোযোগের অভাব
- উপস্থাপনা দক্ষতার অভাব
- আলোচিত বিষয়ের সার সংক্ষেপ করতে না পারা

সামাজিক বাধা ঃ

- বয়সের ভিন্নতা
- শিক্ষাগত যোগ্যতার ভিন্নতা
- অভিজ্ঞতার ভিন্নতা
- সাংস্কৃতিক ভিন্নতা

মনস্তাত্বিক বাধা

- গ্রহীতার মানসিকতাকে অবজ্ঞা করা
- যোগাযোগকারীর নেতিবাচক আচরণ
- পারিবারিক বাধা
- শিক্ষণ পরিবেশ না থাকা
- শিক্ষণ পরিবেশ তৈরী করতে না পারা

বস্তুগত বাধা ঃ

- শব্দ
- পর্যাপ্ত আলো না থাকা

যোগাযোগকারীর মৌলিক দক্ষতা

- সম্পর্ক স্থাপনের দক্ষতা
- উপস্থাপন দক্ষতা
- শ্রবণ দক্ষতা
- প্রশ্ন করার দক্ষতা
- সংক্ষিপ্ত সার করার দক্ষতা
- ভাষা ছাড়া অন্য কৌশলের কার্যকর প্রয়োগের দক্ষতা(বডি ল্যাংগুয়েজ)
- ফিডব্যাক/প্রতিবার্তা দেওয়া এবং নেওয়ার দক্ষতা

অধিবেশন নং- ১৩

অধিবেশন শিরোনাম ঃ প্রশিক্ষণ কি, প্রশিক্ষণ পদ্ধতি ও প্রশিক্ষণের ধারণা

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ

- বিভিন্ন প্রশিক্ষণ পদ্ধতির নাম বলতে পারবেন;
- প্রশিক্ষণ পদ্ধতি নির্বাচনের বিবেচ্য বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

আলোচ্য বিষয় ঃ

- প্রশিক্ষণ পদ্ধতি কী?
- বিভিন্ন ধরণের প্রশিক্ষণ
- প্রশিক্ষণ পদ্ধতি প্রয়োগে বিবেচ্য বিষয়
- অংশগ্রহণমুলক এবং উপযোগী পদ্ধতিসমূহ

পদ্ধতি ঃ প্রশ্নোত্তর, জোড়াদল, গাইডেড ষ্ট্যাডি, মাল্টিমিডিয়া/পোষ্টার

উপকরণ ঃ বোর্ড, মার্কার, হ্যান্ডআউট, মাল্টিমিডিয়া/পোষ্টার

সময় ঃ **৩০ মিনিট**

পাঠ পরিকল্পনা ঃ

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	প্রশিক্ষণঃ সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের শুভেচ্ছা জানিয়ে অধিবেশন শুরু করবেন। এবার সহায়ক প্রশিক্ষণ বলতে কি বুঝি ? সে বিষয়ে সকলের উদ্দেশ্যে প্রশ্ন করবেন। তাদের মতামত বোর্ডে লিখবেন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহায়তায় নিবেন।	৫ মিনিট
ধাপ-২	প্রশিক্ষণ পদ্ধতিঃ এবার সহায়ক প্রশিক্ষণ পদ্ধতি বলতে কি বুঝি? সে বিষয়ে সকলের উদ্দেশ্যে প্রশ্ন করবেন। তাদের মতামত বোর্ডে লিখবেন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহায়তায় নিবেন।	৫ মিনিট
ধাপ-৩	বিভিন্ন ধরণের প্রশিক্ষণঃ সহায়ক বিভিন্ন ধরণের প্রশিক্ষণের নামগুলো বলতে সকলের উদ্দেশ্যে প্রশ্ন করবেন। তাদের মতামত বোর্ডে লিখবেন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহায়তা নিবেন।	৫ মিনিট
ধাপ-৪	প্রশিক্ষণ পদ্ধতি প্রয়োগে বিবেচ্য বিষয় ঃ সহায়ক এবার প্রশিক্ষণ পদ্ধতি প্রয়োগে বিবেচ্য বিষয় কি কি হতে পারে সে বিষয়ে জোড়া দলে ভাবতে তিন মিনিট সময় দিবেন। এরপর প্রতিটি জোড়া দল ভেবে কি পেল তা পয়েন্ট আকারে খাতায় লিখতে বলবেন এবং সহায়ক বোর্ডে লিখুন। এরপর সহায়ক জোড়া দলের উপস্থাপিত পয়েন্টগুলো সাধারণীকরন করবেন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহায়তা নিবেন।	৫ মিনিট
ধাপ-৫	অংশগ্রহণমুলক এবং উপযোগী পদ্ধতিসমূহঃ এবার সহায়ক প্রশিক্ষণ পদ্ধতি বলতে কি বুঝি? সে বিষয়ে সকলের উদ্দেশ্যে প্রশ্ন করবেন। তাদের মতামত বোর্ডে লিখবেন। প্রয়োজনে তথ্যপত্রের সহায়তা নিবেন। অত:পর তথ্যপত্র বিতরণ করুন	৫ মিনিট

	এবং ভালোভাবে পড়তে বলুন। তারপর প্রত্যেককে ১টি করে পদ্ধতি নিয়ে উপস্থাপন করতে বলুন। উপস্থাপন শেষে মতামত দিন।	
ধাপ-৬	**পুনরালোচনাঃ** সহায়ক প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে অধিবেশন থেকে শিখন বিষয়ের উপর সারসংক্ষেপ করবেন। অধিবেশনের আলোচ্য বিষয়সমূহ সম্পর্কে কারো কোন অস্পষ্টতা বা প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর ব্যাখ্যা করবেন। সকলকে ধন্যবাদ দিয়ে অধিবেশনের সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।	৫ মিনিট

প্রশিক্ষণ ঃ

" বর্তমান কাজ সন্তোষজনক সম্পাদন করা অথবা অধিকতর দায়িত্বপূর্ণ কাজ গ্রহণে উপযোগি করার উদ্দেশ্যে জ্ঞান, দক্ষতা ও দৃষ্টিভঙ্গি বৃদ্ধি ও প্রক্রিয়াকে প্রশিক্ষণ বলে।

" কর্মীদের উপর অর্পিত দায়িত্ব সুষ্ঠুভাবে সম্পাদনের জন্য দক্ষতা বৃদ্ধির প্রক্রিয়াকে প্রশিক্ষণ বলে"।

যে কৌশলে বা উপায়ে প্রশিক্ষণ প্রদান করা হয় তাকেই প্রশিক্ষণ পদ্ধতি বলে। বা প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য অর্জনের লক্ষ্যে যে সমস্ত পন্থা ও পদ্ধতি প্রয়োগের দ্বারা প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থীদের মাঝে যোগাযোগের পরিবেশ সৃষ্টি হয় তাকে প্রশিক্ষণ পদ্ধতি বলে। প্রশিক্ষণ পদ্ধতি প্রশিক্ষকের বা সহায়কের হাতিয়ার। উপযুক্ত প্রশিক্ষণ পদ্ধতি ব্যবহারের উপর প্রশিক্ষণের সাফল্য অনেকখানি নির্ভরশীল। পাঠ পরিকল্পনার মতই সুষ্ঠু প্রশিক্ষণ পদ্ধতি পূর্ব থেকেই নির্ণয় করা উচিৎ। প্রশিক্ষণ পদ্ধতিকে সাধারণতঃ

১) প্রশিক্ষক কেন্দ্রিক এবং
২) প্রশিক্ষণার্থী কেন্দ্রিক এই দুইভাগে ভাগ করা হয়।

প্রশিক্ষক কেন্দ্রিক পদ্ধতিকে মূলত অ-অংশগ্রহণমূলক এবং প্রশিক্ষণার্থী কেন্দ্রিক পদ্ধতিকে অংশগ্রহণমূলক পদ্ধতি হিসাবে আখ্যায়িত করা হয়। যেহেতু দ্বিমুখী যোগাযোগের মাধ্যমে প্রশিক্ষণকে কার্যকর করা হয়, সেহেতু অংশগ্রহণমূলক পদ্ধতিই প্রশিক্ষণ কর্মসূচিতে ব্যবহার করা বাঞ্চনীয়।

অংশগ্রহণমূলক প্রশিক্ষণঃ

- অংশগ্রহণ বলতে কি বুঝি? কোনো একটি বিশেষ বিষয়ে আলোচনা , পর্যালোচনা মতামত প্রকাশ এবং বিশ্লেষন ও অভিজ্ঞতা বিনিময়ে সকলের সক্রিয় ভুমিকা পালনকেই আমরা অংশগ্রহণ বলতে পারি; এবং যে প্রশিক্ষণে প্রশিক্ষণার্থীদের সর্বোচ্চ অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা হয় তাই-ই অংশগ্রহণমূলক প্রশিক্ষণ।
- **যে প্রশিক্ষ**ণে প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর সর্বোচ্চ অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা হয়। তাই-ই অংশগ্রহণ মূলক প্রশিক্ষণ।

পদ্ধতি নির্বাচনে বিবেচ্য বিষয়সমূহ ঃ

যেকোন পদ্ধতি ব্যবহারের পূর্বে একজন সহায়ককে বিভিন্ন বিষয় যেমন, প্রশিক্ষণার্থীদের শিক্ষাগত যোগ্যতা, মন-মানসিকতা, সহায়ক হিসাবে পদ্ধতি ব্যবহারের দক্ষতা প্রতিষ্ঠানিক সুযোগ-সুবিধা ইত্যাদি বিষয়সমূহ বিবেচনায় আনতে হয়। প্রশিক্ষণ পদ্ধতি নির্বাচনে ব্যক্তিগত পছন্দ অপছন্দের চেয়ে বিষয়ের সামঞ্জস্যতা, প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য, প্রশিক্ষণের বিষয়, শিক্ষাগত যোগ্যতা, অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা, দৃষ্টিভঙ্গি ইত্যাদি বিষয়কে বিবেচনায় আনতে হয়।

পদ্ধতি নির্বাচনে নিম্নোক্ত বিষয়সমূহ বিবেচনায় আনা অত্যাবশ্যক :

- অংশগ্রহণকারীদের ক্রাইটেরিয়া দেখতে হবে
- অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা

- অংশগ্রহণকারীদের শিক্ষাগত যোগ্যতা
- অংশগ্রহণকারীদের ধরণ
- প্রশিক্ষণের সময়
- অধিবেশনের উদ্দেশ্য
- পদ্ধতি ব্যবহারে সহায়কের দক্ষতা
- পদ্ধতি ব্যবহারে পরিবেশের উপযোগীতা

উপযোগী পদ্ধতিসমূহ

শুধুমাত্র একটি পদ্ধতি ব্যবহারের চাইতে একাধিক পদ্ধতির সংমিশ্রণ ব্যবহারে ভাল ফল পাওয়া যায়। তবে একটি বিষয়ে একাধিক পদ্ধতি ব্যবহার করা উচিত নয়। কোন প্রকার প্রশিক্ষণে কোন পদ্ধতি ব্যবহার করা যাবে তা নির্ভর করে প্রশিক্ষণার্থীদের ইচ্ছা, শিক্ষার মান, সংখ্যা ও সময়ের উপর। যেহেতু এই প্রকল্পের প্রায় সকলেই বয়স্ক তাই এখানে স্কুল/কলেজের ছাত্র পড়ানোর মত এমন কোন পদ্ধতি ব্যবহার করা উচিত নয় যাতে প্রশিক্ষণার্থীগণ প্রশিক্ষণে আগ্রহ হারিয়ে ফেলে। মনে রাখতে হবে, প্রশিক্ষণ যত খোলামেলা, প্রাঞ্জল ও আলোচনা ভিত্তিক হবে প্রশিক্ষণার্থীগণ তত বেশী প্রশিক্ষণে আগ্রহী হবেন। নিম্নে প্রশিক্ষণ পদ্ধতিগুলির নাম উল্লেখ করা হলোঃ-

- বক্তৃতা (Lecture)
- বক্তৃতা-আলোচনা (Lecture Discussion)
- মুক্ত চিন্তার ঝড় (Brain Storming)
- প্রশ্নোত্তর (Question-Answer)
- প্রদর্শন (Demonstration)
- দলীয় আলোচনা (Group Discussion)
- জোড়াদল (Pair Group)
- বাজ গ্রুপ (Buzz Group)
- ঘটনা বিশ্লেষণ (Case Study)
- দলীয় অনুশীলন (Group Exercize)
- দলীয় সাক্ষাৎকার (Group Interview)
- ভুমিকাভিনয় (Role play)

বক্তৃতা (Lecture)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তথ্য ও ধারণা প্রদান করার জন্য প্রশিক্ষক পূর্ব থেকে তৈরী করা এবং প্রস্তুতি নিয়ে তার নির্দিষ্ট বিষয়ের উপর বক্তৃতা করেন। প্রশিক্ষণার্থীরা প্রশিক্ষকের বক্তৃতা শোনেন এবং বিষয় সংশিষ্ট জ্ঞান অর্জনের চেষ্টা করেন। প্রশিক্ষক বা সহায়ক একটি নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে তার বক্তৃতা উপস্থাপন শেষ করেন। যে পদ্ধতিতে প্রশিক্ষক বা সহায়ক একটি সুনির্দিষ্ট বিষয়বস্তু সম্পর্কে তার ধারণা, অভিজ্ঞতা, মতামত মৌখিকভাবে প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে বা অংশগ্রহণকারীদের কাছে উপস্থাপন করেন সেটাই বক্তৃতা পদ্ধতি। এই পদ্ধতিকে সকল পদ্ধতির ধারক হিসেবে গণ্য করা হয়।

প্রয়োগ বা ব্যবহার ক্ষেত্র ঃ

- তথ্য এবং কোন বিষয়বস্তু সম্পর্কে ধারণা দেয়ার জন্য।
- সময় স্বল্পতার ক্ষেত্রে।
- বেশী প্রশিক্ষণার্থীর বা অংশগ্রহণকারীর ক্ষেত্রে।
- সমস্যা বিষয় চিহ্নিত করার ক্ষেত্রে।

- বিতর্কিত বিষয়ের আলোচনার ক্ষেত্রে।
- বিষয়বস্তুটি পুনরায় জানার জন্য উৎসাহিত করার ক্ষেত্রে।

সুবিধা ঃ

- অল্প সময়ে অধিক তথ্য সরবরাহ করা সম্ভব।
- সময় কম লাগে।
- উপকরণ ব্যবহারের প্রয়োজন হয় না বললেই চলে।
- একইসাথে অনেক প্রশিক্ষণার্থী বা অংশগ্রহণকারী অংশগ্রহণ করতে পারে।
- স্বল্প সময়ের মধ্যে সংগঠিত করা যায়।
- আলোচ্য বিষয়কে সুষ্ঠু, সুন্দর এবং সুশৃঙ্খলভাবে উপস্থাপন করা যায়।
- অন্য যে কোন পদ্ধতির সাথে একত্রে ব্যবহার করা যায়।
- নতুন বিষয় সম্পর্কে কৌতুহল ও আগ্রহ জাগিয়ে তোলা যায়।
- বিভিন্ন পর্যায়ের জ্ঞান ও অভিজ্ঞতা সম্পন্ন প্রশিক্ষণার্থীদের ক্ষেত্রে একটি উপযোগী পদ্ধতি।

অসুবিধা ঃ

- একঘেঁয়েমী লাগতে পারে এবং প্রশিক্ষণার্থীরা নিরুৎসাহিত হতে পারে।
- প্রশিক্ষণার্থীদের বিশ্লেষণাত্মক দক্ষতা লোপ পায়।
- এর সাফল্য একজন ব্যক্তির উপর নির্ভরশীল।
- প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞানের পর্যায় একই মনে করা হয় আসলে তা নাও হতে পারে।
- সার্থকতা পরিমাপ করা কঠিন।
- একমূখী যোগাযোগের ফলে অংশগ্রহণকারীদের মতামত, ধারণা, অভিজ্ঞতা প্রকাশের সুযোগ থাকে না।
- কারো কোন সমস্যা সম্পর্কে আলোচনার সুযোগ সীমিত।
- বিষয় সম্পর্কে প্রকৃতপক্ষে এক পেশে দৃষ্টিভঙ্গিই প্রতিফলিত হয়।
- তথ্য ও বক্তব্যের সত্যতা ও সঠিকতা যাচাই এর সুযোগ থাকে না।
- আলোচনায় অংশগ্রহণের ক্ষেত্রে প্রশিক্ষণার্থীদের ভূমিকা থাকে একেবারে গৌণ।

বক্তৃতা-আলোচনা (Lecture Discussion)

প্রশিক্ষণে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে অনেকবেশী অংশগ্রহণ করানোর লক্ষ্যে নির্দিষ্ট আলোচ্য বিষয়বস্তুকে ছোট ছোট অংশে ভাগ করে বক্তৃতার মাধ্যমে উপস্থাপন করা এবং তার ফিডব্যাক চাওয়া হয়। অর্থাৎ এক তরফা বক্তব্য উপস্থাপনের পর বিষয়বস্তুর উপর প্রশ্ন করে আলোচনা পদ্ধতিতে চলে যাওয়া, অংশগ্রহণকারী বা প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত নেয়া এবং পুনরায় বক্তৃতা করার পদ্ধতিকে বক্তৃতা আলোচনা পদ্ধতি বলা হয়। এই পদ্ধতি হুবহু বক্তৃতা পদ্ধতির মতো নয় এদের মধ্যে কাঠামোগত দিক থেকে পার্থক্য আছে। বক্তৃতা পদ্ধতিতে প্রশিক্ষণার্থীরা বা অংশগ্রহণকারীরা প্রশিক্ষণ নিতে অনীহা প্রকাশ করে থাকেন অনেক সময় তাই এক্ষেত্রে তাতে সমৃদ্ধ করে তথ্য সরবরাহের বা প্রদানের জন্য এই বক্তৃতা- আলোচনা পদ্ধতি অনেক বেশী উপযোগী।

প্রয়োগ বা ব্যবহার ক্ষেত্র ঃ

- নতুন বিষয় বা ধারণা ও তথ্য প্রদানের ক্ষেত্রে।

- দ্বিমুখী আলোচনার পরিবেশ সৃষ্টির ক্ষেত্রে।
- জ্ঞান বৃত্তীয় ও হৃদয়বৃত্তীয় শিক্ষণের উদ্দেশ্যে একটির সঙ্গে অন্যটির সমন্বিত করে শিক্ষণকে গতিশীল করার ক্ষেত্রে।
- বিষয়ের বিশ্লেষণাত্মক আলোচনার ক্ষেত্রে।
- অভিজ্ঞতা বিনিময়ের ক্ষেত্রে।
- বিষয়বস্তু পুণরায় জানতে উৎসাহিত করার ক্ষেত্রে।

সুবিধা ঃ

- একসাথে অনেকজনকে শিক্ষা দেয়া যায়।
- প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে দ্বিমুখী প্রক্রিয়া ও যোগাযোগ প্রতিষ্ঠিত হয়।
- সময় কম লাগে।
- প্রশ্ন করার মাধ্যমে আলোচিত বিষয়বস্তু প্রশিক্ষণার্থীরা কতটুকু বোঝানো বা ধারণা করতে পারলে তা জানা যায়।
- বিতর্কিত বিষয়ের বিশ্লেষনাত্মক সমাধান পাওয়া যায়।
- অল্প সময়ে বেশী তথ্য প্রদান করা যায়।
- আলোচিত বিষয়ে অংশগ্রহণের জন্য ছোট বা বড় দলে ভাগ করতে হয় না।
- বিষয়ের প্রতি নজর দেয়া হয়।
- প্রশিক্ষণার্থীদের উপযোগীতা দেখা হয়।

অসুবিধা ঃ

- সময় নির্দিষ্ট থাকে বিধায় কাঙ্খিত আলোচনা না হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।
- প্রশিক্ষণার্থীরা একই দলের অর্থাৎ কার্যক্রম সংশ্লিষ্ট না হলে এই পদ্ধতি খুব একটা উপযোগী নয়।
- প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন করার সুযোগ কম থাকে।
- প্রয়োজন ভিত্তিক নাও হতে পারে।
- আলোচনায় সবার অংশগ্রহণের সুযোগ কম থাকে।

বক্তৃতা-আলোচনা সফল করার ক্ষেত্রে করণীয় দিকসমূহ ঃ

- বক্তৃতা আলোচনায় উপস্থাপনের জন্য বিষয়টি পূর্ব থেকে প্রস্তুত করে নিতে হবে।
- বক্তৃতা আলোচনায় ব্যবহারের জন্য প্রয়োজনীয় শিক্ষণ ও সহায়ক উপকরণ আগে থেকে প্রস্তুত ও সংগ্রহে রাখতে হবে।
- আলোচিত বিষয়টিকে অবশ্যই প্রশিক্ষণ উদ্দেশ্যের সাথে সামঞ্জস্যতা রাখতে হবে।
- আলোচ্য বিষয়বস্তুকে প্রাধান্য দিতে হবে।
- সহজ সরল বোধগম্য ও যথার্থ ভাষায় বক্তৃতা আলোচনা হতে হবে।
- আলোচ্য বিষয়বস্তুর তথ্য ও ধারণা মূল শিক্ষণ হিসেবে সুস্পষ্ট, সুনির্দিষ্ট ও সঠিকভাবে প্রদান করা।
- মূল শিক্ষণ প্রশিক্ষণার্থীদের মাঝে অর্জিত হলো কিনা সেটা প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে তাৎক্ষণিকভাবে মূল্যায়ণ করে নেয়া আলোচনা শেষ করার আগে।
- কাঠামো, বিন্যাস ও স্বচ্ছ ধারণার প্রেক্ষিতে অংশগ্রহণকারীদের আলোচনায় সক্রিয়তা আনার প্রতি নজর রাখা।

মুক্ত চিন্তার ঝড় (Brain Storming)

এই পদ্ধতি বিষয় ভিত্তিক চিন্তার পর প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত প্রাথমিক ভাবে গ্রহণ করা হয় এবং পরবর্তীতে সকলের পর্যালোচনার মাধ্যমে সিদ্ধান্ত বা উপসংহারে আসা হয় তবে যে যা চিন্তা করে তাই প্রকাশ করার সুযোগ পায় এই পদ্ধতিতে।

একটি ধারনাকে সম্মিলিতভাবে জীবনভিত্তিক চিন্তার প্রতিফলন ঘটানোর মাধ্যমে ন্যূনতম সময়ে সর্বাধিক বক্তব্য বের হয়ে আসে যে প্রক্রিয়াতে সেই পদ্ধতির নামকে মুক্ত চিন্তার ঝড় বলা হয়। মূলত : যে পদ্ধতিতে অংশগ্রহণকারীদের সামনে কোন নির্দিষ্ট বিষয় উপস্থাপনার জন্য ঐ বিষয় সম্পর্কে তাৎক্ষণিকভাবে চিন্তা ভাবনার পর স্বাধীনভাবে সকলের মতামত উপস্থাপনের সুযোগ সৃষ্টি করা হয় তাকেই মুক্ত চিন্তার ঝড় পদ্ধতি বলে। মুক্ত চিন্তার ঝড় পদ্ধতির উদ্দেশ্য হচ্ছে অল্প সময়ে অংশগ্রহণকারীদের নিকট থেকে অধিক সংখ্যক ধারণা সংগ্রহ করা। অনেকেই এই পদ্ধতিকে মস্তিষ্ক ঝড় বা মাথা খাটানোর পদ্ধতি বলে থাকেন।

প্রয়োগ বা ব্যবহার ক্ষেত্র ঃ

- অংশগ্রহণকারীদের সৃষ্টিশীল চিন্তাকে উৎসাহিত করার ক্ষেত্রে।
- যে বিষয়টির উপর একাধিক বা বিভিন্ন ধরনের মতামত আসতে পারে সেখানে অংশগ্রহণকারী বা প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত ও প্রতিক্রিয়া প্রকাশের সুযোগ সৃষ্টির ক্ষেত্রে।
- আলোচ্য বিষয়টির উপর প্রশিক্ষণার্থীদের যে সব প্রাথমিক ধারণা আছে সে ক্ষেত্রে তাদের মতামত জানার ক্ষেত্রে।
- প্রশিক্ষণার্থীদের চিন্তাশক্তি ও বিশ্লেষণ ক্ষমতা উন্নত করার ক্ষেত্রে।
- বিষয়টির উপর দ্রুত সিদ্ধান্ত গ্রহণের ক্ষেত্রে।
- অধিবেশনকে জীবন্ত ও প্রাণবন্ত করার ক্ষেত্রে।

সুবিধা ঃ

- সকল প্রশিক্ষণার্থীর চিন্তার সুযোগ সৃষ্টি হয়।
- সবার মতামতের ভিত্তিতে ঐক্যমতে পৌঁছানোর জন্য সুযোগ সৃষ্টি হয়।
- কোন বিষয়ে বিশদ ও মুক্ত ভাবে মতামত প্রকাশের সুযোগ সৃষ্টি হয়।
- প্রশিক্ষণার্থীদের বা অংশগ্রহণকারীদের সবাইকে অংশগ্রহণে উৎসাহিত করে।
- বেশী ধারণার সৃষ্টির করা যায়।
- স্বল্প সময়ে অনেক মতামত পাওয়া যায়।
- পারস্পরিক মতামত বিনিময়ের সুযোগ সৃষ্টি হয়।
- অংশগ্রহণকারীদের চিন্তাশক্তি ও বিশ্লেষণ ক্ষমতা উন্নত করে।
- সবাই আলোচনার প্রতি আগ্রহী হয়।
- উন্নয়নের নতুন নতুন পথ ও পদ্ধতি উদ্ভাবিত হতে পারে।
- অনেক নতুন নতুন ধারণা পাওয়া যায়।
- চিন্তার স্বাধীনতা অনেককে নতুনভাবে চাঙ্গা করে তোলে।

অসুবিধা ঃ

- বেশী ধারণা এসে গেলে প্রক্রিয়াকরণে বেশী সময় দরকার হয়।
- বিষয়বস্তু সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের প্রাথমিক ধারণা না থাকলে অপ্রাসঙ্গিক মতামত আসে।

- কম অভিজ্ঞ বা নতুন অংশগ্রহণকারীরা নিষ্ক্রিয় থাকার চেষ্টা করে।
- অনেক সময় উদ্দেশ্যমূলক ধারণা চলে আসে এবং বিশৃঙ্খলার সৃষ্টি হতে পারে।
- বেশী অভিজ্ঞ অংশগ্রহণকারীরা অন্যদেরকে প্রভাবিত ও সেশনকে নিয়ন্ত্রণ করার চেষ্টা করে।
- এক সাথে অনেকে কথা বলার চেষ্টা করে।
- মতামতের সার সংক্ষেপের সময় অপ্রয়োজনীয় বিতর্কের সূচনা হতে পারে।
- সঙ্গতিহীন কিছু মতামত আসতে পারে।

প্রশ্নোত্তর (Question-Answer)

কোন উপস্থাপনার ক্ষেত্রে অংশগ্রহণকারীদের বা প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করার লক্ষ্যে সংশ্লিষ্ট প্রশ্ন করে উত্তর সংগ্রহের মাধ্যমে যেভাবে আলোচ্য বিষয়বস্তু সম্পর্কে যথাযথ সঠিক ধারণা দেয়া হয় তাকে প্রশ্নোত্তর পদ্ধতি বলা হয়। প্রশ্নোত্তর পদ্ধতিতে সাধারণত ৩ ধরনের প্রশ্ন করা হয়। যেমন :

ক. বদ্ধ প্রশ্ন

বদ্ধ প্রশ্নের ক্ষেত্রে সংক্ষিপ্ত সঠিক ও প্রাসঙ্গিক উত্তর আশা করা যায়। সরাসরি নির্দিষ্ট একটি প্রশ্ন করা হয় এবং হ্যাঁ না-র মতো প্রাসঙ্গিক যথার্থ উত্তর দিতে হয়। এই প্রশ্ন পদ্ধতির সুবিধা হচ্ছে যে সুনির্দিষ্ট পয়েন্টকে প্রতিফলিত করে। বিষয়বস্তুকে পরীক্ষা করার সুযোগ করে দেয় অংশগ্রহণকারীরা বিষয়বস্তুকে মেনে নিচ্ছে কিনা তা বোঝা যায়। অংশগ্রহণকারীদের যদি সঠিক উত্তর না জানেন কিংবা না মানেন তখন সহায়ক বা প্রশিক্ষক আলোচ্য বিষয়বস্তু শিখনের জন্যে অন্য পরিকল্পনা করতে পারেন। পাশাপাশি এই পদ্ধতির অসুবিধা হচ্ছে যে এটা আলোচনাকে সীমাবদ্ধ করে দেয়। এছাড়া নির্দিষ্ট বিষয়ের উপর বিভিন্ন রকম দৃষ্টিভঙ্গির প্রকাশ সীমিত এবং রুদ্ধ করে দেয়।

খ. মুক্ত প্রশ্ন :

মুক্ত প্রশ্ন কতিপয় ভিন্ন ভিন্ন উত্তরের সুযোগ করে দেয় যার বেশীর ভাগই হতে পারে বর্ণনামূলক ও বড়। নির্দিষ্ট প্রশ্ন এবং সংশ্লিষ্ট ছোট ছোট বিকল্প প্রশ্ন করা হয় এবং এ ধরনের প্রশ্নাকারের মাধ্যমে বিষয়বস্তুর উপর বিভিন্ন ধরনের ব্যাখ্যামূলক ও বর্ণনামূলক উত্তর সংগ্রহ করা হয় অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে। মুক্ত প্রশ্ন পদ্ধতির সুবিধা হচ্ছে যে এটা অংশগ্রহণকারীদেরকে চিন্তা করতে এক প্রকার বাধ্য করে। সেহেতু অংশগ্রহণকারীরা এক্ষেত্রে মতামত দিতে তাদের ধারণা দিতে ও কথা বলতে উৎসাহিত হয়। অংশগ্রহণকারীদেরকে আলোচনায় অন্তঃভূক্ত করে সক্রিয়ভাবে। কখনো কখনো অংশগ্রহণকারীরা তাদের ধারণা, মতামত মুক্তমনে প্রকাশ করতে চায় না তখন তাদের আগ্রহ সৃষ্টির জন্য মুক্ত প্রশ্ন শুরুর আগে অন্যান্য কৌশল যেমন: বদ্ধ প্রশ্ন ছবি প্রদর্শন, সমস্যা ও তথ্যভিত্তিক প্রশ্ন ইত্যাদি অবলম্বন করা যেতে পারে।

মুক্ত প্রশ্নোত্তর মোকাবেলা করার জন্য সহায়ক বা প্রশিক্ষক নিম্নোক্ত কাজগুলো করতে পারেন। যেমন-

- যেসব অংশগ্রহণকারী উত্তর দিতে চায় তাদেরকে উত্তর দিতে উৎসাহিত করবেন। এর জন্য সহায়ক বা প্রশিক্ষককে সব সময় সজাগ থাকতে হবে এবং দৃষ্টি তীক্ষ্ণভাবে খোলা রাখতে হবে। সবার দিকে নজর দিতে হবে এবং শুধু বিশেষ বিশেষ কারো প্রতি বেশী আগ্রহ না রাখা।
- প্রথমে অন্যের বক্তব্য বা মতামত শুনতে হবে যদি ঐ উত্তরের সাথে দ্বিমত পোষন করেন তবুও।
- যে সমস্ত উত্তর বিতর্কিত সে সমস্ত উত্তরকে উৎসাহিত করা কারণ তাতে আলোচনা ভাল জমে।
- উত্তর ভালোমত আলোচিত হলে এর সারমর্ম করে দেয়া এবং গুরুত্বপূর্ণ মতামত বা পয়েন্টগুলোকে সামনে নিয়ে আসা অর্থাৎ অগ্রাধিকার দেয়া।

গ. ফেরত প্রশ্ন ঃ

কোন অংশগ্রহণকারী যদি প্রশিক্ষককে বা সহায়ককে কোন প্রশ্ন করেন তাহলে ঐ প্রশ্নটিকে ঘুরিয়ে বিভক্ত করে অন্য কোন অংশগ্রহণকারীকে উত্তর দিতে বলা। এতে করে অংশগ্রহণকারীরা প্রশিক্ষকের উপর নির্ভর না করে নিজেদের মধ্যে দায়িত্ব গ্রহন করতে উৎসাহিত হয়। এক্ষেত্রে প্রশিক্ষক ফেরত প্রশ্নের উত্তরগুলো সমন্বিত রুপ করে যথাযথ ধারণা প্রদান করে। ফেরৎ প্রশ্ন পদ্ধতির সুবিধা হচ্ছে যে দায়িত্ব প্রশিক্ষকের কাছ ছাড়াও অংশগ্রহণকারীদের উপর গিয়ে পড়ে। আর অসুবিধা হচ্ছে যে যাকে উত্তর দিতে বলা হয় তিনি হয়তো তাৎক্ষণিকভাবে দলের অন্যদের প্রশ্নের উত্তর দিতে মানসিকভাবে প্রস্তুত নাও থাকতে পারেন।

প্রদর্শন (Demonstration)

প্রশিক্ষণের কোন আলোচ্য বিষয়কে বস্তুগত বিষয় দিয়ে আলোচনা করাকে এবং হাতে কলমে শিখনকে প্রদর্শন করা হয়। যে পদ্ধতিতে কোন ছবি, মডেল, পোষ্টার, লেখা সরাসরি দেখিয়ে উপস্থাপন করা হয় আলোচনার বিষয়বস্তু তাকে প্রদর্শন পদ্ধতি বলে। এটি অত্যন্ত কার্যকরী একটি প্রশিক্ষণ পদ্ধতি। কোন বিষয়ের ছবি বা চার্ট প্রদর্শন করে অংশগ্রহণকারীদেরকে শিক্ষণমূখী করে তোলা হয়। একই সাথে চোখে দেখা ও কথা শোনার কাজ হয় চার্ট প্রদর্শনে। এতে পরিপূর্ণ ধারণা লাভ করতে পারে অংশগ্রহণকারীরা।

- যেখানে বক্তৃতা বা আলোচনা শুনে এবং নোট লিখে অংশগ্রহণকারীদের পক্ষে কাজ করা সম্ভব নয়।
- অংশগ্রহণকারীদের বৃদ্ধিই যেখানে প্রধান উদ্দেশ্য।
- অংশগ্রহণকারীদের আত্মবিশ্বাস যখন জন্মানো সহজ হয় না।
- যেখানে অংশগ্রহণকারীদের দৃষ্টিভঙ্গি পরিবর্তন করা কষ্টকর হয়।
- বিষয়বস্তুকে সহজে শিক্ষার উপযোগী করে তোলার ক্ষেত্রে।
- কারিগরী বা প্রযুক্তিগত প্রশিক্ষণের ক্ষেত্রে।

সুবিধা ঃ

- এই পদ্ধতিতে অংশগ্রহণকারীগণ ছবি বা চার্ট দেখে শিখে ফলে একাধিক ইন্দ্রিয়ের ব্যবহার হয়।
- সহজেই মনযোগ আকর্ষণ করানো হয়।
- অংশগ্রহণকারীদের শিক্ষা সহজ ও স্থায়ী ভাবে হয়।
- অংশগ্রহণকারীগণ খুব উৎসাহিত বোধ করেন, কারণ তারা নিজেরা স্বচক্ষে দেখতে পারে।
- অংশগ্রহণকারীদের সহজে বিশ্বাস স্থাপন হয়।
- অংশগ্রহণকারীদের সহজে দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন হয়।
- তাত্ত্বিক বিষয়ের চেয়ে ব্যবহারিক বিষয়ের গুরুত্ব প্রাধান্য পায়।
- নিজেরা কতটুকু দক্ষতা অর্জন করতে পেরেছে অংশগ্রহণকারীরা তা সহজেই অনুমান করতে পারে।
- অংশগ্রহণকারীগণ বার বার অনুশীলনের সুযোগ পায়।
- অংশগ্রহণকারীগণ নিজেরা বিশ্লেষণ করতে সক্ষম হয়।
- পারস্পরিক আলোচনা ও পর্যালোচনা করার সুযোগ সৃষ্টি হয়।

অসুবিধা ঃ

- সব সময় প্রয়োজনীয় উপকরণ কিংবা প্রদর্শনের বিষয়কে পাওয়া যায় না।
- সব বিষয়ের প্রদর্শন করা সম্ভব হয় না।
- প্রদর্শনে ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি ও দ্রব্যাদি বা উপকরণ জটিল হলে উদ্দেশ্য ততটা সার্থক নাও হতে পারে।
- অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা অনেক বেশী হলে অসুবিধা হয়।
- সময় অল্প হলে সবাইকে অংশগ্রহণ করানো সম্ভব হয় না।

- চার্ট বা ছবি ভাল ভাবে উপস্থাপন না হলে শিক্ষণ কার্যক্রম ব্যাহত হতে পারে।
- প্রদর্শন সময় ব্যায়ী ও অর্থব্যায়ী।
- উপযুক্ত ভেন্যু না পেলে চার্ট টানানোর অসুবিধা সৃষ্টি করে।
- সহজ ও বোধগম্য চার্ট ও ছবি না হলে উদ্দেশ্য ও শিক্ষণ অর্জন হয় না।

প্রদর্শন পদ্ধতি সফল করে তোলার উপায় :

- প্রদর্শনের সাজানো পদ্ধতি এমন হওয়া উচিত যেন প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী একসাথে সমানভাবে দেখতে পায়।
- প্রদর্শনে ব্যবহৃত উপকরণের বিষয়বস্তু সুস্পষ্টভাবে বা পরিষ্কারভাবে ব্যাখ্যা করতে হবে।
- যতটা সম্ভব সব অংশগ্রহণকারীকে প্রদর্শনে সক্রিয় অংশগ্রহণ করতে হবে।
- অংশগ্রহণকারীদের পরামর্শ / মন্তব্য শোনা এবং তাদেরকে প্রশ্ন করার সুযোগ দিতে হবে।
- প্রদর্শনের বিষয়ে কোন কোন ধাপে অগ্রসর হতে হবে তার বর্ণনা দিতে হবে।
- প্রদর্শিত সমস্ত কার্যাবলীর সারাংশ করতে হবে।
- কি কি শিক্ষণ হয়েছে তা আলোচনায় আনতে হবে।
- প্রদর্শনের মূল্যায়ণ করতে হবে প্রয়োজনে।

দলীয় আলোচনা (Group Discussion)

যে পদ্ধতিতে কোন নির্দিষ্ট বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের পারস্পরিক মতামত, ধারণা, নিয়ম এবং ঐক্যমতের ভিত্তিতে সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য ছোট ছোট দলে ভাগ করে আলোচনার সুযোগ করা হয় তাকে দলীয় আলোচনা বলা হয়। এই পদ্ধতিতে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে কয়েকটি ছোট দলে ভাগ করা হয় এবং নির্দিষ্ট বিষয়ের উপর আলোচনা করা, মতামত দেয়া এবং সিদ্ধান্তে আসার সুযোগ সৃষ্টি করে দেয়া হয়। পরবর্তী সময়ে ছোট দলগুলোর সিদ্ধান্ত বা মতামত নিয়ে বড় দলে আলোচনা করা হয় এবং সম্মিলিতভাবে কোন সিদ্ধান্তে আসা হয়। সাধারণত ৪ থেকে ৮ জন অংশগ্রহণকারীগণ একটি নির্দিষ্ট সময় পর্যন্ত আলোচনা করে কোন নির্দিষ্ট বিষয়ের উপর।

মূলত দলীয় আলোচনা হচ্ছে একজন সহায়তাকারীর নেতৃত্বে কয়েকজন অংশগ্রহণকারীর মধ্যে পারস্পরিক আগ্রহ সহকারে কোন বিষয়ের উপর পারস্পরিক মতামত বিনিময় এবং নিজেদের মধ্যে খোলা মেলা পরিবেশে আলোচনা করা। এই আলোচনা অবশ্যই পারস্পরিক আগ্রহ সংশ্লিষ্ট কোন বিষয়ের উদ্দেশ্যমুলক কথোপকথন এবং সুচিন্তিত ক্রিয়াকলাপ।

প্রক্রিয়া ঃ

- দলীয় আলোচনার জন্য পূর্ব থেকে সহায়ককে বিষয়বস্তু নির্দিষ্ট করে রাখা।
- পূর্ব থেকে নির্ধারিত বা পরিকল্পিত দলের সংখ্যা অনুযায়ী দল গঠন করা। নম্বর গুণে বা ফুলের নাম বা নদীর নাম বা পাখির নাম বলে বা প্রশিক্ষকের বুদ্ধিমত্তায় অন্যান্য ভাবে দলগঠন করা।
- অংশগ্রহণকারীদের মাধ্যমে বা প্রশিক্ষক নিজে প্রতিটি ছোট দলের নেতা নির্বাচন করবেন দলটি পরিচালনা করার জন্য।
- দলীয় কাজ উপস্থাপন করার জন্য প্রশিক্ষক অংশগ্রহণকারীদেরকে বলবেন এক্ষেত্রে দলের সদস্যরা উপস্থাপক মনোনীত করবেন।
- নিজ নিজ দলীয় আলোচনা উপস্থাপনের সময় যদি কোন প্রশ্ন বা বিতর্ক উত্থাপিত হয় তবে উপস্থাপকই উত্তর দিতে চেষ্টা করবেন এবং প্রয়োজনে দলের অন্যান্য সদস্যদের সহযোগিতা নিবেন।

- দলীয় কাজ অংশগ্রহণকারীর পোষ্টার পেপারে সুস্পষ্ট করে লিখবে উপস্থাপনের পূর্বেই।
- বহুমাত্রিক বিষয়ের ক্ষেত্রে বিভিন্ন দলকে বিভিন্ন অংশ আলোচনার জন্য ভাগ করে দেয়া যেতে পারে।
- ছোট ছোট দলীয় প্রতিবেদন বা কাজ বড় দলে উপস্থাপন করা।
- কোন কোন ইস্যুতে ব্যাখ্যা বা প্রশ্নোত্তর বিশ্লেষণে সহায়কও ছোট দলকে সহায়তা করতে পারে।
- সর্বোপরি প্রত্যেক দলের উপস্থাপন শেষে সহায়ক বা প্রশিক্ষক দলীয় প্রতিবেদনের সারবস্তুর সমন্বয় করবেন এবং আলোচ্য বিষয়বস্তুর উপর যথার্থ ধারণা প্রদান করবেন অংশগ্রহণকারীদেরকে।

দলীয় আলোচনার জন্য দল গঠনের পর প্রশিক্ষকের করণীয় ঃ

- দলের বসার জন্য স্থান নির্ধারণ করা।
- সময় সীমা নির্ধারণ করা।
- দলীয় আলোচনা করার জন্য বসার ব্যবস্থা করা।
- প্রয়োজনীয় কাগজ, তথ্য, কলম, পোষ্টার, পোষ্টার মার্কার, স্কেল, পেন্সিল ইত্যাদি প্রয়োজনীয় সব ধরনের উপকরণ যথাযথ সময়ে সরবরাহ করা প্রতিটি দলকে।
- উদ্দেশ্য অনুযায়ী প্রতিটি আলোচনা করছে কিনা তা দেখা।
- সঙ্গতিপূর্ণ আলোচনা হচ্ছে কিনা পর্যবেক্ষণ করা।
- দলীয় সবল সদস্য দলীয় অনুশীলনে অংশগ্রহণ করছে কিনা তা লক্ষ্য করা এবং প্রয়োজনে নিষ্ক্রিয় সদস্যকে সক্রিয় করে তোলার জন্য চেষ্টা করা এবং তাকে উৎসাহিত করা।

প্রয়োগ ক্ষেত্র ঃ

- যে বিষয়বস্তু সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের কম বেশী ধারণা আছে।
- যেখানে কারণ অনুসন্ধান, সমস্যা বিশ্লেষণ, সমাধানের উপায় খুঁজে বের করা বা বিষয়বস্তুর গভীরে যাওয়ার প্রয়োজন হয়।
- অংশগ্রহণকারীদের চিন্তাশক্তিকে কাজে লাগিয়ে তাদের বিশ্লেষণী ক্ষমতা ও সৃজনশীলতা বৃদ্ধির করার জন্য।
- অনেকের অভিজ্ঞতার সম্মেলনে একটি মতামত সৃষ্টি করে আলোচ্য বিষয় বস্তুকে অর্থবহ করার জন্য।
- যেখানে প্রশিক্ষণার্থীদের আচার-আচরণ, জ্ঞান-দক্ষতা বৃদ্ধির জন্য যৌথভাবে কাজ করার মানসিকতা সৃষ্টি করার প্রয়োজন দেখা দেয় সে ক্ষেত্রে।
- ধারণা বা মতামত বিনিময়ের জন্য।
- প্রশিক্ষণার্থীদের নেতৃত্বের বিকাশ ঘটানোর জন্য।

সুবিধা ঃ

- সকলের মতামত প্রকাশের স্বাধীনতা পায়।
- অংশগ্রহণকারীদের পারস্পরিক মতামত বিনিময়ের সুযোগ ঘটে।
- আন্তঃসম্পর্ক বৃদ্ধি পায়।
- অধিকাংশ অংশগ্রহণকারী অংশগ্রহণের সুযোগ পায়।
- অংশগ্রহণকারীগণ কোন বিষয়ে নিয়ে বিশ্লেষণ ও পর্যালোচনার সুযোগ পায়।
- আলোচনায় নতুন ধারণা, মতামত ও যুক্তি সৃষ্টি হয়।
- প্রশিক্ষককে দীর্ঘক্ষণ বক্তৃতা বা আলোচনা করতে হয় না।

- একঘেয়েমী দূর হয় ও জড়তা কাটে অংশগ্রহণকারীদের।
- একটি উপযোগী শিক্ষণ পরিবেশ গড়ে তোলা যায় বা অন্য কোন পদ্ধতির চেয়ে অনেক বেশী কার্যকরী।

অসুবিধা ঃ

- বেশী সময় লাগে।
- বিষয়বস্তু সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের কোন ধারণা না থাকলে আলোচনার উদ্দেশ্য ব্যাহত হয়।
- কোন কোন সময় বিষয়বস্তু বা করণীয় বিষয় পরিষ্কারভাবে বোধগম্য না হওয়ায় আলোচনা ভিন্ন দিকে মোড় নেয়।
- কয়েকজন বেশী কথা বলে এবং কেউ কেউ নিষ্ক্রিয় থাকে।
- কেউ যদি অভিভাবক সুলভ ভূমিকা পালন করেন তাহলে সব অংশগ্রহণকারীদের পক্ষে দলীয় আলোচনায় অংশগ্রহন করা সম্ভব হয় না।
- পদস্থ কর্মকর্তা বা বেশী অভিজ্ঞতাসম্পন্ন কোন সদস্য থাকলে সে ক্ষেত্রে অন্য সদস্যরা নিজেদের ধারণা বা মতামত দিতে দ্বিধাদ্বন্দ্ব করে।
- অনেক সময় ছোট দলের আলোচনাকে ২/১ জন অংশগ্রহণকারী নিয়ন্ত্রণ করে এবং অন্যদেরকে প্রভাবিত করে নিজের মতামতের উপরে।
- সফল নেতৃত্বের অভাবে মূল্যহীন আলোচনায় অযথা সময় নষ্ট হয়।

দলীয় আলোচনা ফলপ্রসূ করার কৌশল ঃ

- আলোচনার বিষয়বস্তু নির্ধারণ এবং যে বিষয় সম্পর্কে আলোচনা হবে সে সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদেরকে প্রাথমিক ধারণা দেয়া।
- ছোট দলে আলোচনার বিষয়, করণীয়, আলোচনার প্রক্রিয়া, সময়সীমা, নেতা নির্বাচন ইত্যাদি পরিষ্কারভাবে অংশগ্রহণকারীদেরকে ধারণা প্রদান করা।
- এমনভাবে দল গঠন করে দেয়া যাতে দলের সদস্যদের মাঝে স্তর প্রকৃতি বৈশিষ্ট্য অভিজ্ঞতা ইত্যাদির সমতা থাকে।
- স্বাধীনভাবে কাজ করার সুযোগ দেয়া দলকে।
- সহায়ক ঘুরে ঘুরে প্রত্যেকটি দলের কাছ যাবেন এবং আলোচনর ধারাবাহিকতা বজায় রাখা ও সূত্র খুঁজে বের করার জন্য প্রয়োজনীয় সহযোগীতা করবেন।
- বিতর্কিত বিষয় উত্থাপিত হলে সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের প্রতি শ্রদ্ধা রেখেই সেই বিষয়ের উপর সকলের গ্রহণযোগ্য আলোচনা করবেন।

জোড়াদল (Pair Group)

যে পদ্ধতিতে কোন নির্দিষ্ট বিষয়ে দু'জনের পারস্পরিক মতামত বিনিময় এবং ঐক্যমতের ভিত্তিতে সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য দুইজন মিলে দলে ভাগ করে আলোচনার সুযোগ করা হয় তাকে **জোড়াদল** বলা হয়।

এটি এমন একটি পদ্ধতি যেখানে দু'জনের পারস্পারিক আলোচনায় সক্রিয় অংশগ্রহণের মাধ্যমে দ্রুত সিদ্ধান্তে উপনিত হওয়া যায়।

সুবিধাসমূহঃ

- এই পদ্ধতিতে শিক্ষার্থীদের মনোযোগ ধরে রাখা যায়
- অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা যায়
- একজনের কাছ থেকে অন্য জন্য শিখতে পারে

- পারস্পরিক শ্রদ্ধাবোধ বৃদ্ধি পায়

অসুবিধাসমূহঃ

- সময় বেশী লাগে
- ব্যক্তির অংশগ্রহণ সময় দ্বারা নিয়ন্ত্রিত
- দলের মতামত দ্বন্দ্ব মূলক হতে পারে অথবা সেগুলোর সমন্বয় সাধন সুবিধা জনক নাও হতে পারে।

বাজ গ্রুপ (Buzz Group)

মিশিগান বিশ্ববিদ্যালয়ের অধ্যাপক মিঃ ফিলিপ বাজ এই পদ্ধতিটি উদ্ভাবন করেন। তার মতে মনোযোগ সময়ের সাথে সম্পর্ক যুক্ত এবং নিম্নমুখী হয়। যত বেশী সময় ধরে ক্লাশ হয় অধিবেশন চলতে থাকে মনোযোগ ও সেই হারে কমতে থাকে। বক্তব্য শুরু হয় তখন অংশগ্রহণকারীদের বক্তব্যের প্রতি মনোযোগ অপটিমাম লেভেলে (Optimum level) থাকে। আর সময় যত বাড়তে থাকে মনোযোগ ও কমতে থাকে। এভাবে দেখা যায় বক্তব্য যখন শেষ তখন অংশগ্রহণকারীদের মনোযোগ ও প্রায় শূন্য কোঠায় এসে যায়। তাই এই মনোযোগ ধরে রাখার জন্য কিছুক্ষণ পর পর যে কোন কৌশল ব্যবহার করা যেতে পারে।

এটি এমন একটি পদ্ধতি যেখানে বড় দলের প্রতিটি সদস্য সরাসরি ভাবে আলোচনায় অংশগ্রহণ করতে পারে। বড় দলটিকে আলোচনার জন্য ছোট ছোট দলে (৩-৪) নির্দিষ্ট সময়ের জন্য (৫-৭ মিঃ) ভাগ করে দেয়া হয়। যাতে প্রত্যেক সদস্য নিজ নিজ ধারণা ব্যক্ত কতে পারে। এ পদ্ধতিতে প্রশিক্ষককে সময়ের প্রতি সুতীক্ষ্ণ দৃষ্টি রাখতে হয়।

সুবিধাসমূহঃ

- পূর্ণ সভার সামনে বা দাড়িয়েও প্রত্যেক সদস্যকে অংশগ্রহণের একটি সুযোগ সৃষ্টি করে দেয়
- এই পদ্ধতিতে শিক্ষার্থীদের মনোযোগ ধরে রাখা যায়
- অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা যায়
- একজনের কাছ থেকে অন্য জন্য শিখতে পারে
- পারস্পরিক শ্রদ্ধাবোধ বৃদ্ধি পায়

অসুবিধাসমূহ ঃ

- সময় বেশী লাগে
- ব্যক্তির অংশগ্রহণ সময় দ্বারা নিয়ন্ত্রিত
- দলের মতামত দ্বন্দ্ব মূলক হতে পারে অথবা সেগুলোর সমন্বয় সাধন সুবিধা জনক নাও হতে পারে।

ঘটনা বিশ্লেষণ (Case Study)

এটি এমন একটি পদ্ধতি, যেখানে বিষয় সংশ্লিষ্ট একটি গল্প পূর্বেই রচনা করা হয়। গল্পের মধ্যে অবশ্যই শিখনসমূহের বর্ণনা থাকতে হবে। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে গল্পটি পড়তে দেওয়া হয় এবং নির্দেশনা দিতে হবে যে, গল্পটিতে কী কী শিক্ষণীয় রয়েছে তা চিহ্নিত করে রাখুন। এরপর সকলের নিকট থেকে চিহ্নিত পয়েন্টসমূহ জেনে নিতে হবে এবং তথ্য সীটের সাহায্যে বিষয়টি পরিষ্কার করতে হবে।

প্রয়োগ ক্ষেত্রঃ

- সমস্যা সম্পর্কে সচেতনতা জাগানোর জন্য
- সমস্যা সমাধান করার প্রক্রিয়া বুঝবার জন্য
- অতীতের ভুল ভ্রান্তি থেকে শিক্ষা নেয়ার সুযোগ দেয়ার জন্য

সুবিধা

- ঘটনাকে যতটা সম্ভব পুঙ্খানুপুঙ্খ বর্ণনা করার সুযোগ আছে
- একই সমস্যার বিভিন্ন সমাধান পাওয়া যায়
- প্রশিক্ষণার্থীর বিশ্লেষণ ক্ষমতা বৃদ্ধি পায়
- শিক্ষার্থীগণ আলোচনার প্রতি মনোযোগী হয়
- নিজেদের ভুল ধারণা সমূহ শুধরে নেবার সুযোগ পায়

অসুবিধাঃ

- দীর্ঘ সময় ব্যয় হয়
- স্বল্প সংখ্যক প্রশিক্ষণার্থী প্রাধান্য বিস্তার করতে পারে
- কোন কোন প্রশিক্ষণার্থী ঘটনাকে সাজানো মনে করে উৎসাহ হারাতে পারে
- পরস্পর বিরোধী উত্তর মনে সংশয় সৃষ্টি করতে পারে

ঘটনা বিশ্লেষণের সাফল্য মূলতঃ নির্ভর করে দুটো বিষয়ের উপর। প্রথমতঃ ঘটনাটি সুষ্ঠ, সুন্দর ও যুক্তিপূর্ণ উপায়ে পরিবেশিত হতে হবে। দ্বিতীয়তঃ প্রশিক্ষণার্থীদের বিশ্লেষণী দৃষ্টিভংগী প্রয়োগ করতে হবে। ঘটনা বিশ্লেষণের ক্ষেত্রে প্রশিক্ষকের ভূমিকা যথা সম্ভব কম হওয়া উচিত। তবে আলোচনাকে বিশ্লেষণমুখী করার জন্য মাঝে মাঝে তাকে অংশগ্রহণ করতে হবে।

ঘটনা বিশেষণের জন্য কতখানি সময় দিতে হবে তা ঘটনার গুরুত্ব ও জটিলতা দ্বারা নির্ধারিত হবে। এক্ষেত্রে অবশ্য প্রশিক্ষণার্থীর বিশ্লেষণ ক্ষমতাও বিবেচ্য।

দলীয় অনুশীলন (Group exercise)

যখন কোন উদ্দেশ্যকে সমানে রেখে নির্দিষ্ট বিষয়বস্তুর উপর শিক্ষা লাভের জন্য শিক্ষার্থীদেরকে ছোট ছোট দলে বিভক্ত করা হয় তখন তাকে দলীয় আলোচনা বলে। কতজন মিলে একত্রে আলোচনা করবে তা নির্ভর করে অনেকগুলো উপাদানের উপর। তবে এ সংখ্যা ৬ এর কম বা ২০ এর অধিক হওয়া বাঞ্ছনীয় নয়। এরূপ আলোচনা অবশ্যই একজন প্রশিক্ষকের নেতৃত্বে হবে। প্রশিক্ষক আলোচনাকে ফলপ্রসু করার জন্য নিজেও আলোচনায় অংশগ্রহণ করতে পারেন। তবে তার ভূমিকা উপদেশমূলক হওয়া উচিৎ।

দলীয় আলোচনাকে ফলপ্রসু করার কৌশলঃ

- দলীয় আলোচনার জন্য বিষয়বস্তু নির্ধারণ করার সময় জেনে বা বুঝে নিতে হবে অংশগ্রহণকারীদের বিষয়বস্তুর উপর সাধারণ ধারণা আছে কি-না।
- দলীয় আলোচনার প্রধান উদ্দেশ্য, অংশগ্রহণকারীদের দলীয়ভাবে করণীয়, আলোচনার সময়সীমা এবং আলোচনার প্রক্রিয়া পরিস্কারভাবে ব্যাখ্যা করে বলে দেওয়া।
- দল ভাগ করার সময় লক্ষ্য রাখতে হবে যেন দলের সমতা বজায় থাকে।
- দলীয় কার্যক্রম সঠিকভাবে পরিচালিত হওয়ার লক্ষ্যে প্রশিক্ষককে প্রতিটি দলের কাছে ঘুরে ঘুরে দেখতে হবে এবং সঠিক পথে পরিচালিত হওয়ার জন্য সহায়তা করতে হবে।
- দলীয় আলোচনায় বসার জন্য এমন ব্যবস্থা করতে হবে যেন সদস্যরা পারস্পরিক মুখোমুখী হয়ে বসতে পারে এবং প্রয়োজনীয় কাগজ কলম সামনে রাখতে পারে।
- দলের সদস্য সংখ্যা যেন ৫ থেকে ৮ জনের মধ্যে সীমিত রাখা হয়।
- দলীয় সদস্যদের মতামতে একজন দলনেতা তৈরী করে দেওয়া।

- দলকে স্বাধীনভাবে কাজ করার সুযোগ দিতে হবে।

দলীয় সাক্ষাৎকার (Group Interview)

উদ্দেশ্য ঃ একক ভাবে না করে দলীয় ভাবে সকলের মতামতের ভিত্তিতে কাজ করে জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধির সুযোগ সৃষ্টি করা।

সাধারণতঃ কোন সমস্যার সমাধান, সিদ্ধান্ত গ্রহন, পরিকল্পনা প্রণয়ন কিংবা বাজেট প্রণয়ন এই জাতীয় কর্মকান্ড পরিচালনার ক্ষেত্রে এই পদ্ধতি প্রয়োগ করা যেতে পারে। প্রথমতঃ অনুশীলনের উদ্দেশ্য সম্পর্কে ধারনা দিতে হবে এবং যে বিষয়ের অনুশীলনী হবে সে বিষয়টির সাধারণ নিয়মাবলী/প্রক্রিয়া সম্পর্কে ধারনা দিতে হবে। দ্বিতীয়তঃ ৫-৬ জনের দল গঠন করে তাদেরকে যে বিষয়ে অনুশীলন করতে হবে সে বিষয়টি সম্পর্কে স্বচ্ছ ধারনা দিতে হবে। প্রয়োজনে উদাহরণ দিয়ে বলা যেতে পারে। তৃতীয়তঃ দলীয় অনুশীলনের মাধ্যমে তারা বিষয়, উদ্দেশ্য ও পদ্ধতি ব্যাখ্যা করে প্রদত্ত বিষয়টি একটি সম্পূর্ণ কাঠামো তৈরী করে উপস্থাপন করবে। দলীয় উপস্থাপনার পর প্রতিটি দলের কার্যক্রমের উপর সমালোচনা, মন্তব্য ও সুপারিশ করবে এবং প্রয়োজনীয় সংশোধন করে নিবে যা সকলের শিক্ষণীয় বিষয় হিসাবে বিবেচিত হবে।

সুবিধাঃ

দলের সদস্যদের বিভিন্ন ধারনার সমন্বয় সাধন করে নতুন কিছু শিখতে পারে যা তাদের আত্মবিশ্বাস বাড়ায়। তাদের মধ্যে নতুন কাজ করার আগ্রহ সৃষ্টি হয় এবং সর্বোপরি এই পদ্ধতি জ্ঞান, অভিজ্ঞতা ও দক্ষতা বৃদ্ধির জন্য সহায়ক হয়।

অসুবিধাঃ

এখানে সকল সদস্য অংশগ্রহণ করবে এমন কোন নিশ্চয়তা নেই। দলীয় আলোচনায় অনেক সদস্য আছে যারা ফাঁকিবাজি করে এবং ঘুরে বেড়ায়। তারা স্বতঃস্ফূর্তভাবে অংশগ্রহন করতে চায় না। তাছাড়া কোন কোন অভিজ্ঞ অংশগ্রহণকারী আছেন যারা আধিপত্য বিস্তার করে দলীয় অনুশীলনকে বাধাগ্রস্থ করে।

মন্তব্যঃ

এই পদ্ধতিটি ছোট দলের আলোচনার অনুরূপ। কোন পরিকল্পনা প্রণয়ন বা বাজেট প্রনয়ণ কিংবা এই জাতীয় কোন কাজের জন্য দলীয় অনুশীলন একটি কার্যকরী পদ্ধতি।

ভুমিকাভিনয় (Role play)

ভুমিকাভিনয় পদ্ধতি প্রয়োগের জন্য প্রশিক্ষককে বিষয় সংশ্লিষ্ট একটি নাটক রচনা করতে হয়। নাটকে বর্ণিত প্রতিটি চরিত্রের জন্য ভিন্ন ভিন্ন নির্দেশনা সীট তৈরী করতে হয়। প্রশিক্ষণকালে প্রশিক্ষনার্থীদের দ্বারা নাটকের চরিত্রগুলি অভিনয় করাতে হয়। অভিনয় শেষে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পদ্ধতিগত প্রশ্ন করার মাধ্যমে শিখনসমূহ স্পষ্ট করতে হয়।

প্রয়োগ ক্ষেত্রঃ

- সমস্যা সম্পর্কে সচেতনতা জাগানোর জন্য
- সমস্যা সমাধান করার প্রক্রিয়া বুঝবার জন্য

সুবিধা

- ঘটনাকে যতটা সম্ভব পুঙ্খানুপুঙ্খ বর্ণনা করার সুযোগ আছে
- একই সমস্যার বিভিন্ন সমাধান পাওয়া যায়

- প্রশিক্ষণার্থীর বিশ্লেষণ ক্ষমতা বৃদ্ধি পায়
- শিক্ষার্থীগণ আলোচনার প্রতি মনোযোগী হয়
- নিজেদের ভুল ধারণা সমূহ শুধরে নেবার সুযোগ পায়

অসুবিধাঃ

- দীর্ঘ সময় ব্যয় হয়
- প্রশিক্ষণার্থীগণ অভিনয়ে অংশগ্রহন করতে চায় না
- কোন কোন প্রশিক্ষণার্থী ঘটনাকে সাজানো মনে করে উৎসাহ হারাতে পারে

ভুমিকাভিনয়ের সাফল্য মূলতঃ নির্ভর করে ঘটনাটি সুষ্ঠ, সুন্দর ও যুক্তিপূর্ণ উপায়ে অভিনীত হতে হবে এবং প্রশিক্ষণার্থীদের বিশ্লেষণী দৃষ্টিভংগী প্রয়োগ করতে হবে। ভুমিকাভিনয়ের ক্ষেত্রে প্রশিক্ষকের ভূমিকা যথা সম্ভব কম হওয়া উচিত। তবে আলোচনাকে বিশ্লেষণমুখী করার জন্য মাঝে মাঝে তাকে অংশগ্রহণ করতে হবে।

অধিবেশন নং- ১৪

অধিবেশন শিরোনাম ঃ ফ্যাসিলিটেশন ও অধিবেশন পরিচালনা

অধিবেশন উদ্দেশ্য ঃ একই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- ফ্যাসিলিটেশন এর ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
- সেশন ফ্যাসিলিটেশনের ক্ষেত্রে ফ্যাসিলিটেটরের দক্ষতাসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
- সেশন ফ্যাসিলিটেশনে করণীয় এবং বর্জনীয়সমূহ চিহ্নত করতে পারবেন
- অংশগ্রহনকারী কর্তৃক অধিবেশন পরিকল্পনা প্রনয়ন ও উপস্থাপন করতে পারবেন

আলোচ্য বিষয় ঃ

- ফ্যাসিলেটেশনের ধারনা
- ফ্যাসিলেটেশনের দক্ষতা
- ভাল সহায়কের গুণাবলী
- ফ্যাসিলেটেশনের করণীয় ও বর্জনীয়সমূহ
- অধিবেশন পরিচালনা

পদ্ধতি ঃ প্রশ্নোত্তর ,ভিপকার্ড, ব্রেইনস্ট্রমিং, অনুশীলন
উপকরণ ঃ বোর্ড, মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, কালেকশন শীট
মোট সময় ঃ ১ ঘন্টা

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	*** ফ্যাসিলিটেশনঃ** অংশগ্রহণকারীদের কাছে জানতে চান ফ্যাসিলিটেশন বলতে কি বোঝায়? তদের উত্তরগুলো শুনন ও বোর্ডে লিখে আলোচনা করুন। এরপর মাল্টিমিডিয়ার সহায়তা ফ্যাসিলিটেশন এর ধারণা আলোচনা করুন।	১০ মিনিট
ধাপ-২	*** ফ্যাসিলিটেশন** দক্ষতা অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্ন করে উপস্থাপন ও ফ্যাসিলিটেশন সম্পর্কে তাদের কতটুকু ধারণা আছে তা জেনে নিন। ফ্যাসিলিটেটরের দক্ষতাসমূহ VIPP কার্ড সেট-১৬.২ অনুযায়ী লিখে মেঝেতে বিছিয়ে দিন। (খেয়াল রাখবেন একটা কার্ড থেকে যেন আরেকটা কার্ডের মাঝে কিছুটা ফাঁকা জায়গায় থাকে) এবার অংশগ্রহণকারীদের বলুন সবাই উঠে এসে কার্ডগুলো দেখতে এবং যার যে কার্ডটি পছন্দ হবে তার সামনে দাঁড়াতে। সবার দাঁড়ানো হয়ে গেলে তিনি/তারা কেন এই সুর্নিদিষ্ট দক্ষতাটির সামনে দাঁড়ালে ১ মিনিট তার ব্যাখ্যা দিতে বলুন। সবার ব্যাখ্যা হয়ে গেলে বলুন তার কেউ অবস্থান পরিবর্তন করবেন কিনা। যদি কেউ না করে তাহলে আবার জিজ্ঞেস করুন এই একটি দক্ষতাই কি ফ্যাসিলিটেটরের জন্য জরুরী নাকি প্রতিটা দক্ষতা প্রয়োজন। এবার প্রতিটি দক্ষতা নিয়ে সংক্ষিপ্ত আলোচনা করুন। বলুন যে, একজন ফ্যাসিলিটেরর জন্য প্রতিটি দক্ষতাই জরুরি। প্রয়োজনে তথ্যপত্র- ১৬.২ সহায়তা নিন।	১০ মিনিট

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-৩	ভাল সহায়কের গুনাবলী ঃ সহায়ক সকলকে জিজ্ঞাসা করুন একজন ভাল সহায়ক হতে হলে কি কি গুনাবলী থাকা প্রয়োজন তা বলতে বলুন, আপনি সকলের পয়েন্ট গুলো বোর্ডে লিখুন তারপর পয়েন্ট গুলো নিয়ে আলোচনা করুন। (তথ্যপত্র ১৬.৩)	৫ মিনিট
ধাপ-৪	ফ্যাসিলিটেশনের করণীয় এবং বর্জনীয়সমূহঃ অংশগ্রহণকারী প্রত্যেককে দুটি করে ভিপকার্ড প্রদান করুন। একটি কার্ডে সেশন ফ্যাসিলিটেশনের সময় করণীয় বর্জনীয় সম্পর্কে একটি করে পয়েন্ট লিখতে বলুন। লেখা হয়ে গেলে কার্ডগুলি সংগ্রহ করে পড়ুন এবং অংশগ্রহণকারীদের আলোচনা সাপেক্ষে সঠিক কাডগুলি বোর্ডে লাগান ও ধন্যবাদ প্রদান করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৫	**ফ্যাসিলেটেশন কর্তৃক অধিবেশন উপস্থাপন/পরিচালনা ঃ** অংশগ্রহণকারীদের উদ্দেশ্য বলুন, আমরা এখন প্রতিটি দলের সেশন উপস্থাপনা দেখব এবং ফিডব্যাক ফরমেট ১৬.৫ ফিডব্যাক ফরম সকল অংশগ্রহণকারীকে বিতরণ করুন। (পূর্বে থেকেই সহায়ক প্রতি অংশগ্রহণকারীর জন্য ফিডব্যাক ফরম তাদের সংখ্যা হিসাব করে ফটোকপি করে রাখবেন)। প্রতিটি দলের উপস্থাপন শেষে অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন ফরমটি পূরণ করতে এবং সেই দলকে ফিডব্যাক প্রদান করতে। আপনি নিজেও উন্নয়ন মূলক ফিডব্যাক প্রদান করুন এবং প্রতিটি দলকে ধন্যবাদ দিন।	২০ মিনিট
ধাপ-৬	পুনরালোচনা ঃ অংশগ্রহণকরীদের প্রত্যেককে ১টি কার্ড দিন এবং এই সেশন থেকে পাওয়া ১টি লার্নিং পয়েন্ট লিখতে বলুন এবং কার্ডগুলো কালেকশন করে পড়ে শোনান।	১০ মিনিট

ফ্যাসিলিটেশন এর ধারণা ঃ

ফ্যাসিলিটেশন একটি ইংরেজি শব্দ। ফ্যাসিলিটি মানে সুযোগ। ফ্যাসিলিটেট মানে সুযোগ সৃষ্টি করা। কাজেই আমরা বলতে পারি যিনি অন্যের জন্য সুযোগ সৃষ্টি করেন তিনিই ফ্যাসিলিটেটর। আর সুযোগ সৃষ্টি করার কাজটিকেই ফ্যাসিলিটেশন বলতে পারি।

মানুষের মধ্যে ইতিবাচক পরিবর্তনের লক্ষ্যে বিভিন্ন স্তরের মানুষের সাথে মত বিনিময়, যোগাযোগ স্থাপন, সিদ্ধান্ত গ্রহণ, তথ্য সংগ্রহ তথ্য বিনিময়, দক্ষতা উন্নয়ন, উদ্বুদ্ধকরণ ইত্যাদি নানা উদ্দেশ্য কেন্দ্রিক সংগঠিত আলোচনা বা কার্যক্রমকে নির্দিষ্ট লক্ষ্যে পরিকল্পিতভাবে এগিয়ে নিয়ে যাওয়ার ভূমিকাকেই 'ফ্যাসিলিটেশন' বলা যেতে পারে।

ফ্যাসিলিটেটরের দক্ষতাসমূহ ঃ

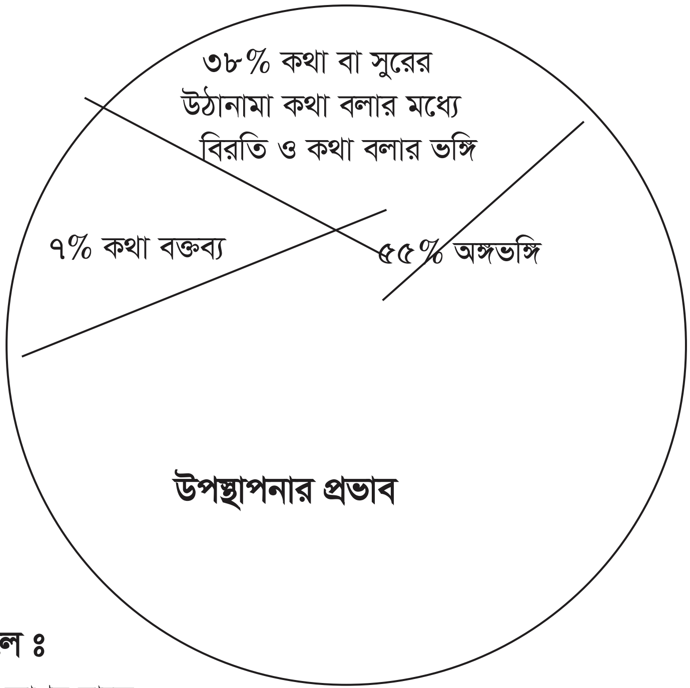
- উপস্থাপনা দক্ষতা
- শ্রবণ দক্ষতা
- সারমর্ম করার দক্ষতা
- উপকরণ ব্যবহারের দক্ষতা
- মূল্যায়ন করার দক্ষতা
- পদ্ধতি ব্যবহারের দক্ষতা
- অংশগ্রহণ করানোর দক্ষতা
- সেশন নিয়ন্ত্রণ করার দক্ষতা
- ব্যবস্থাপনার দক্ষতা
- শারীরিক ভাষা ব্যবহারের দক্ষতা

ফিডব্যাক প্রদানের দক্ষতা	**পর্যবেক্ষণ দক্ষতা**	
প্রশ্ন করার দক্ষতা	**বিষয়বস্তু সম্পর্কিত দক্ষতা**	**স্থানীয় ভাষা ব্যবহারের দক্ষতা**

ভাল সহায়কের গুনাবলী ঃ

- বিষয়বস্তু সম্পর্কে স্বচ্ছ ধারণা
- বন্ধুত্বপূর্ণ পরিবেশ তৈরী করা
- মনোযোগ সহকারে শোনা
- যথাযথভাবে প্রশ্ন করা
- প্রত্যেকের অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা
- ধৈর্য্যশীলতা
- স্থানীয় ভাষা ব্যবহারের দক্ষতা
- প্রশিক্ষণের বিভিন্ন পদ্ধতির প্রয়োগ সম্পর্কে স্বচ্ছ ধারণা থাকা
- প্রশিক্ষণ পদ্ধতি অনুযায়ী উপকরণের যথাযথ ব্যবহার করা
- অংশগ্রহণকারীদের যথাযথ সম্মান দেখানো ও মানবিক গুণাবলী সম্পন্ন হওয়া

একজন বক্তার কার্যকারিতা



উপস্থাপনা আকর্ষনীয় হলে ঃ

- অংশগ্রণহকারীদের আগ্রহ বাড়ে
- ফলে তার মনোযোগী হয়
- যার কারণে তা দীর্ঘস্থায়ী হয়
- ফলে প্রয়োজনে মনে করতে পারে এবং কাজে প্রয়োগ করতে পারে

সেশন ফ্যাসিলিটেশনে করণীয় এবং বর্জনীয়সমূহ ঃ

করণীয়	বর্জনীয়
আনন্দায়ক শিখন পরিবেশ তৈরি করা	অংশগ্রহণকারীদের প্রতি পক্ষপাতিত্ব করা
অংশগ্রণের পরিবেশ সৃষ্টি এবং সকলকে অংশগ্রহণে উৎসাহিত করা	বোর্ড, চার্ট বা স্ক্রিনে দিকে তাকিয়ে কথা বলা
মনোযোগ সহকারে অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্ন/মাতামত শোনা	সকল প্রশ্নোত্তর উত্তর নিজেই দেওয়ার চেষ্টা করা
ইতিবাচক ভাবে ফিডব্যাক প্রদান করা	কাউকে হেয় বা কটাক্ষ করে কথা বলা
সকলকে উদ্দেশ্য করে কথা বলা এবং আই কন্টাক্ট বজায় রাখা	বসে বা এক জায়গায় দাঁড়িয়ে অধিবেশন পরিচালনা করা
যথাযথভাবে কণ্ঠস্বর (স্বরের ওঠানামা, বলার গতি, বিরতি) ব্যবহার করা	অংশগ্রহণকারীদের উপর প্রভাব বিস্তার করা বা কাউকে থামিয়ে দেয়া
কার্যকরভাবে অঙ্গভঙ্গী ব্যবহার করা	কাউকে উদ্দেশ্য করে বা নাম ধরে প্রশ্ন করা
অংশগ্রহণকারীদের প্রতিক্রিয়া পর্যবেক্ষণ করা	অল্প সময়ে অধিক তথ্য প্রদান করা
যথাসময়ে সেশন শুরু ও শেষ করা	অপ্রাসঙ্গিক আলোচনায় সময় নষ্ট করা
সেশন শেষে আলোচনার সারসংক্ষেপ করা	আত্ম প্রচার করা

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ
সেশন পরিচালনাকরীর নাম ঃ

ফিডব্যাকের বিষয়	খুব ভালো	ভালো	মোটামুটি
বিষয় সম্পর্কিত ধারণা			
উপস্থাপনা			
পদ্ধতির ব্যবহার			
উপকরণের ব্যবহার			
সময়ের ব্যবহার			
সকলকে অংশগ্রহণ করানো			
অধিবশেন নিয়ন্ত্রণ			
অঙ্গভঙ্গীর ব্যবহার			
উপস্থাপকের আন্তরিকতা			

সেশন ফ্যাসিলিটেশনের ক্ষেত্রে উপস্থাপন/ফ্যাসিলিটেশন দক্ষতা ঃ

ফ্যাসিলিটেশন-কে কার্যকরী করার জন্য চার পর্যায়ে পদক্ষেপ গ্রহণ করা প্রয়োজন। এগুলো হল

১. পরিকল্পনা পর্ব

২. প্রস্তুতি পর্ব

৩. বক্তব্য উপস্থাপন পর্ব

৪. মূল্যায়ন পর্ব

এখানে উপস্থাপন বলতে প্রশিক্ষণ, ওরিয়েন্টশন বা কর্মশালায় সেশন পরিচালনা করাকে বুঝানো হয়েছে। প্রশিক্ষণ কার্যক্রমে সেশন পরিচালনা একটি প্রচলিত পদ্ধতি। প্রশিক্ষক বা সহায়ক যে পদ্ধতিতেই প্রশিক্ষণ পরিচালনা করুন না কেন, সেখানে তাকে ফ্যাসিলিটেশন করতে হয়। ফ্যাসিলিটেশনকে অধিক ফলপ্রসূ করার জন্য আমাদের যত্নবান হওয়া প্রয়োজন।

৩. বক্তব্য উপস্থাপন পর্ব

প্রশিক্ষণ অধিবেশন পরিচালনার সময় একজন প্রশিক্ষক শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত যে মতামত বিনিময় করেন সেটাই এই পর্বে অন্তর্ভুক্ত।

এই পর্বের প্রধান তিনটি অংশ। যথা

১. ভূমিকা।
২. মূল বিষয় উপস্থাপন
৩. সারসংক্ষেপ।

৩.১ ভূমিকা

ভূমিকা হলো মূল বক্তব্য উপস্থাপনের জন্য ক্ষেত্র প্রস্তুত করা। মূল বিষয়ের জন্য সময় বরাদ্দ যাতে কমে না যায়। সেদিকে খেয়াল রেখে ভূমিকা সংক্ষিপ্ত করা উচিত।

৩.১.১ পারস্পরিক পরিচিতি

যে কোনো আনুষ্ঠানিক মতামত বিনিময়ের প্রাথমিক কাজ হলো পারস্পরিক পরিচিতি। পরিচিতি বক্তা ও শ্রোতার মধ্যকার দূরত্ব কমিয়ে আনতে সহায়তা করে। পূর্ব পরিচিত না হলে প্রশিক্ষক অধিবেশনের শুরুতেই নিজের পরিচিতি দেবেন এবং অংশগ্রহণকারীদের পরিচয় নেবেন। নিজের পরিচয় প্রদানের সময় সংশ্লিষ্ট ক্ষেত্রে

অভিজ্ঞতার কথা তুলে ধরে অংশগ্রহণকারীদের কাছে নিজেকে গ্রহণযোগ্য করার চেষ্টা করবেন। অংশগ্রহণকারীরা পূর্ব পরিচিত হলে কুশলাদি বিনিময় করবেন।

৩.১.২ জড়তা বিমোচন/উদ্দীপনা সৃষ্টি

মূল বিষয়বস্তুতে যাওয়ার আগে একটা শিখন পরিবেশ সৃষ্টির জন্য জড়তা বিমোচন বা উদ্দীপনা সৃষ্টি করার দরকার হয়। এতে অংশগ্রহণকারীদের মনোযোগ ও ধারণ ক্ষমতা বৃদ্ধি পায় এবং প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থী উভয়ের জড়তা দূর হয়। বিষয়বস্তুর সঙ্গে সংশ্লিষ্ট কোন উদ্দীপক খেলা বা গল্পের মাধ্যমে এটা করা যেতে পারে। পূর্ববর্তী অধিবেশনের আলোচ্য বিষয় রিভিউ করার মাধ্যমেও জড়তা বিমোচন করা যেতে পারে।

৩.১.৩ আলোচ্য বিষয় ও গুরুত্ব।

আলোচনার শুরুতে আলোচ্য বিষয়ের শিরোনাম বোর্ড বা ফ্লিপচার্টে লেখা ভালো। এতে আলোচ্য বিষয়ের প্রতি প্রশিক্ষণার্থীদের আগ্রহ বাড়ে। সম্ভব হলে প্রশিক্ষণ কোর্সের সঙ্গে আলোচ্য বিষয়ের সম্পর্ক এবং বিষয় বস্তুর গুরুত্ব তুলে ধরা যেতে পারে। জড়তা বিমোচনের আগেও আলোচ্য বিষয় সম্পর্কে বলা যেতে পারে।

৩.১.৪ অধিবেশনের

উদ্দেশ্য অধিবেশনের সুনির্দিষ্ট উদ্দেশ্যসমূহ ফ্লিপচার্টের মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীদের জানানো যেতে পারে। উদ্দেশ্য শেয়ার করার ব্যাপারে অনেক প্রশিক্ষক দ্বিমত পোষণ করেন। তাদের বক্তব্য হলো অধিবেশনের উদ্দেশ্য প্রশিক্ষকের জন্য, প্রশিক্ষণার্থীদের জানানোর বিষয় নয়। তবে একথা ঠিক যে, উদ্দেশ্য জানা থাকলে অংশগ্রহণকারীগণ অধিবেশনের সফলতা আনায়ন করতে পারেন।

৩.১.৫ আলোচ্য সূচী

অনেক সময় শিরোনাম দেখে আলোচনার পরিধি বোঝা যায় না। তাই মূল বক্তব্য উপস্থাপনের আগে আলোচনার দিকগুলো বোর্ড বা ফ্লিপচার্টে লিখলে অংশগ্রহণকারীদের চিন্তা-ভাবনা ও প্রশ্ন প্রাসঙ্গিক থাকে। এই প্রক্রিয়া অধিবেশনের উদ্দেশ্য মূল্যায়নের ক্ষেত্রেও সহায়তা করে।

৩.২ মূল বিষয় উপস্থাপন

বিষয়বস্তুকে অংশগ্রহণকারীদের নিকট বোধগম্য করে উপস্থাপন করাই বক্তৃতার মূল উদ্দেশ্য। বক্তা হিসেবে প্রশিক্ষকের প্রত্যাশা হবে- অংশগ্রহণকারীরা তার বক্তব্য মনোযোগ সহকারে শুনবে, বুঝতে পারবে, মনে রাখবে এবং কর্মক্ষেত্রে প্রয়োগ করতে পারবে। এই উদ্দেশ্য অর্জনের লক্ষ্যে সফল উপস্থাপনার জন্য প্রশিক্ষক নিম্নলিখিত দিকগুলোর প্রতি যত্নবান হবেন।

৩.২.১ বক্তব্য

বক্তব্য প্রাসঙ্গিক এবং উদ্দেশ্যের সঙ্গে সামঞ্জস্যপূর্ণ হতে হবে। বক্তব্য উপস্থাপনের সময় অংশগ্রহণকারীদের স্তর ও অভিজ্ঞতা বিবেচনা করে তাদের উপযোগী ভাষায় কথা বলতে হবে। বক্তব্য হতে হবে সংক্ষিপ্ত এবং সহজবোধ্য। বক্তব্য দীর্ঘ হলে তার মধ্য থেকে মূল বিষয় বের করতে শ্রোতাদের অসুবিধা হয়। বাস্তব ক্ষেত্রের সঙ্গে সঙ্গতিপূর্ণ। উদাহরণ যোগ করে বক্তব্যকে সহজবোধ্য করতে হবে। বক্তব্যের ধারাবাহিকতা বজায় রাখতে হবে। ভুল উচ্চারণ বক্তব্যের গুরুত্ব কমিয়ে দেয়, তাই এ ব্যাপারে সচেতন থাকতে হবে।

৩.২.২ উপস্থাপন কৌশল

বক্তব্য আকর্ষণীয় ও হৃদয়গ্রাহী করার প্রধান উপায় হলো উপস্থাপন কৌশল। শুধুমাত্র বক্তব্যের প্রতি মানুষের মনোযোগ খুব কম বরং সুরের উঠানামা, বলার গতি, কথার মধ্যে বিরতি এগুলো বেশি মনোযোগ আকর্ষণ করে। একই গল্প কারো মুখে বার বার শুনলেও পুরাতন হয় না। অন্যদিকে কারো মুখে শুনলে বিরক্তি লাগে।

এটা হয় কেবলমাত্র। উপস্থাপন ভঙ্গির জন্য। প্রশিক্ষণার্থীদের শ্রেণীকক্ষে বসে থাকতে বাধ্য করা যায়, কিন্তু কাউকে বক্তব্য শুনতে বাধ্য করা যায় না। বক্তব্যের প্রতি মনোযোগী না হয়ে তারা অন্য কিছু চিন্তা করতে পারে। বক্তব্য মনে দাগ কাটলে তা মনে থাকে না। উপস্থাপন কৌশল শ্রোতাদের মনোযোগ আকর্ষণ করতে পারে এবং বক্তব্য মনে দাগ কাটতে বা রেজিস্টার করতে পারে। বক্তব্য যদি অংশগ্রহণকারীদের মনে দাগ কাটে তবে পরবর্তীতে তারা সেটা স্মরণ করতে পারে এবং কর্মক্ষেত্রে প্রয়োগ করতে পারে।

৩.২.৩ অঙ্গভঙ্গি

অঙ্গভঙ্গি বক্তব্যকে আকর্ষণীয় করে এবং সহজে বুঝতে সাহায্য করে। কোন প্রকার অঙ্গভঙ্গি ছাড়াই বক্তব্য উপস্থাপন করলে বক্তব্য নিরস মনে হয় এবং শ্রোতারা শোনার উৎসাহ হারায়। প্রশিক্ষণ সেশনে চেয়ারে বসে বা এক জায়গায় দাড়িয়ে বক্তব্য উপস্থাপন করা ঠিক নয়। নড়াচড়া করলে এবং মাঝে মাঝে অংশগ্রহণকারীদের কাছাকাছি গেলে তাদের অবসাদগ্রস্থ হওয়ার সম্ভাবনা কমে যায়। তবে অতি অভিনয় করা ঠিক নয়। কথা বলার সময় অংশগ্রহণকারীদের চোখের দিকে তাকিয়ে কথা বলা উচিত। কখনও বোর্ড বা ফ্লিপচার্টের দিকে মুখ করে কথা বলা উচিত নয়। কারণ কথা বলার সময় 'আই কন্টাক্ট যোগাযোগে ফলপ্রসূ করতে সহায়তা করে।

৩.২.৪ শ্রবণ

প্রশিক্ষণ অধিবেশনে বক্তব্য উপস্থাপনের অর্থ কেবলমাত্র বলা নয়, অংশগ্রহণকারীদের কথা শোনাও বক্তৃতার একটি কৌশল। অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্ন করার সুযোগ দিলে তারাও আপনার কথা শুনতে আগ্রহী হবে। প্রশিক্ষণার্থীদের কথা বলার বা প্রশ্ন করার সুযোগ দিলে একঘেয়েমী দূর হবে। প্রশিক্ষণার্থীরা বক্তব্য বুঝতে পারছে কিনা তা বোঝা যাবে। সর্বোপরি দ্বি-মুখী যোগাযোগ প্রতিষ্ঠা হওয়ার ফলে যোগাযোগ অধিক ফলপ্রসূ হবে।

৩.২.৫ পর্যবেক্ষণ

প্রশিক্ষণ অধিবেশনে বক্তব্য উপস্থাপনের সময় প্রশিক্ষকের একটি প্রধান ভূমিকা হলো অংশগ্রহণকারীদের প্রতিক্রিয়া পর্যবেক্ষণ করা। অধিকাংশ সময় প্রশিক্ষণার্থীগণ তাদের প্রতিক্রিয়া মুখে ব্যক্ত করেন না; কিন্তু অঙ্গভঙ্গি, আচরণ ও চোখ-মুখের প্রতিক্রিয়ায় তাদের মনোভাব প্রকাশ পায়। তীক্ষ্ণ পর্যবেক্ষণের মাধ্যমে তাদের প্রতিক্রিয়া অনুধাবন করা সম্ভব। অংশগ্রহণকারীগণ বক্তব্য মনোযোগ দিয়ে শুনছেন কিনা, বক্তব্য বুঝতে পারছেন কিনা তা লক্ষ্য করতে হবে। অনেক সময় প্রশিক্ষণার্থীগণ মতামত ব্যক্ত করতে চান; এ সময় তাদের প্রতি দৃষ্টি না দিলে উৎসাহ হারান। ঘুমানো পাশাপাশি কথা বলা, অন্য কাজে ব্যস্ত থাকা ইত্যাদি প্রতিক্রিয়াগুলো অংশগ্রহণকারীদের উৎসাহ হারানোর লক্ষণ। এরূপ পরিস্থিতিতে বক্তব্য উপস্থাপন করা অর্থ, সময় ও শ্রমশক্তির অপচয় ছাড়া আর কিছুই নয়।

৩.২.৬ উপকরণ ব্যবহার

কেবলমাত্র বক্তব্য দিয়ে বেশিক্ষণ শ্রোতাদের মনোযোগ ধরে রাখা যায় না। তাছাড়া আমরা যা শুধু শুনি তার অধিকাংশই ভুলে যাই। তাই বলার সাথে সাথে মূল বক্তব্যগুলো দর্শনযোগ্য করার জন্য প্রশিক্ষণ অধিবেশনে বক্তৃতার পাশাপাশি বিভিন্ন উপকরণ ব্যবহার করা প্রয়োজন। একটানা বেশিক্ষণ বক্তব্যের প্রতি শ্রোতার মনোযোগ থাকে না। তাই শ্রোতার মনোযোগ ধরে রাখার জন্য প্রশিক্ষণ উপকরণ ব্যবহারের মাধ্যমে ভিন্নতা আনা সম্ভব। বোর্ডে, ফ্লিপচার্ট, ট্রান্সপারেন্সি শীট, কার্ড ইত্যাদি উপকরণ-এর ব্যবহার বক্তব্যকে আকর্ষণীয় ও আনন্দদায়ক করে তোলে।

৩.২.৭ সেশন ব্যবস্থাপনা

প্রশিক্ষণ সেশনকে সঠিকভাবে পরিচালনা করা সহায়কের প্রধান দায়িত্ব। অনেক ক্ষেত্রে সেশনে কোন কোন অংশগ্রহণকারী বেশি কথা বলেন, আবার অনেকেই মোটেই কথা বলেন না। অংশগ্রহণে সমতা আনার জন্য উদ্যোগ নিতে হবে। অনেক সময় আলাচেনা মূল বিষয় থেকে ভিন্ন দিকে চলে যায়, এক্ষেত্রে আলোচনা সঠিক পথে ফিরিয়ে আনা সহায়কের দায়িত্ব। সেশনে কোন কোন অংশগ্রহণকারী অন্যদের মতামতের প্রতি শ্রদ্ধা প্রদর্শন করেন না এবং অন্যের উপর প্রভাব বিস্তার করতে চেষ্টা করেন; এক্ষেত্রে সহায়ক বিষয়টি নিয়ন্ত্রণ করবেন।

৩.২.৮ সময় ব্যবস্থাপনা

বক্তব্য উপস্থাপন ফলপ্রসূ করার ক্ষেত্রে সময়র সুষ্ঠু ব্যবহার একটি গুরুত্বপূর্ণ দিক। সঠিক সময়ে শ্রেণীকক্ষে হাজির হলে অংশগ্রহণকারীদের কাছে আপনার গ্রহণযোগ্যতা বাড়বে। পাঠ পরিকল্পনা অনুযায়ী সময় বিভাজন মেনে চলুন। নতুবা দেখা যাবে ভূমিকা দিতে অধিকাংশ সময় চলে গেছে, মূল বক্তব্যের জন্য হাতে সময় থাকবে না। অপ্রাসঙ্গিক বা অপ্রয়োজনীয় বিষয় নিয়ে সময় ব্যয় করা ঠিক নয়। নির্দিষ্ট সময়ে বক্তব্য শেষ করুন।

৩.৩ সারসংক্ষেপ

বক্তব্য উপস্থাপনের শেষ পর্যায়ে মূল বক্তব্যসমূহ বা প্রধান পয়েন্টগুলো পুনরাবৃত্তি করা প্রয়োজন। এটা অংশগ্রহণকারীদের দিয়ে করানোই উত্তম। অধিবেশনের উদ্দেশ্য কতটুকু অর্জিত হয়েছে তা যাচাই করা।

অধিবেশন নং- ১৫

অধিবেশনের শিরোনাম ঃ কার্যক্রম মনিটরিং, মূল্যায়ন ও রির্পোটিং
অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

- মনিটরিং ও মূল্যায়ন বলতে কি বুঝায় তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- মনিটরিং ও মূল্যায়নের উদ্দেশ্য ও তথ্য সংগ্রহের পদ্ধতি সম্পর্কে বলতে পারবেন মনিটরিং ও মূল্যায়নের ধাপসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- প্রকল্পের অগ্রগতি সম্পর্কিত প্রতিবেদন প্রণয়ন করতে পারবেন

আলোচ্য বিষয় ঃ

- মনিটরিং ও মূল্যায়ন কি?
- মনিটরিং ও মূল্যায়নের প্রয়োজনীয়তা
- মনিটরিং ও মূল্যায়নের তথ্য সংগ্রহের পদ্ধতি
- মনিটরিং ও মূল্যায়নের ধাপ
- প্রকল্পের অগ্রগতি সম্পর্কিত প্রতিবেদন প্রণয়ন

মোট সময় ঃ ৩০ মিনিট
পদ্ধতি ঃ মুক্ত চিন্তার ঝড়, প্রশ্নোত্তর, আলোচনা, প্রদর্শন, জোড়া দলে কাজ
উপকরণ ঃ বোর্ড মার্কার, মাল্টিমিডিয়া, তথ্যপত্র, ল্যাপটপ

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	মনিটরিং ও মূল্যায়ন কী ঃ সহায়ক অংশগ্রহনকারীদের নিকট থেকে মনিটরিং বলতে কি বুঝায় তা জেনে নিন এবং মাল্টিমিডিয়ার মাধ্যমে ধারণা প্রশ্ন করুন। অত:পর মূল্যায়ন বলতে কি বুঝায় তা জেনে নিন এবং ধারণা পরিস্কার করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-২	মনিটরিং ও মূল্যায়নের প্রয়োজনীতাঃ সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের জোড়া দলে ভাগ করুন। সকলকে মনিটরিং ও মূল্যায়ন প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে খাতায় লিখতে বলুন। তারপর সকলের মতামত গুলি শুনন এবং মাল্টিমিডিয়ার মাধ্যমে ধারণা পরিস্কার করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৩	মনিটরিং ও মূল্যায়নের তথ্য সংগ্রহের গুরুত্বপূর্ণ পদ্ধতিসমূহ ঃ সহায়ক সকলকে ভিপকার্ড ও মার্কার বিতরণ করুন। সকলকে বলুন মনিটরিং ও মূলায়নের তথ্য সংগ্রহের জন্য কি কি পদ্ধতি অবলম্বন করে থাকি তা ২/১ টি করে পয়েন্ট ভিপকার্ডে লিখতে বলুন। লেখা শেষ হলে সকলের নিকট থেকে ভিপকার্ড গুলি সংগ্রহ করুন। অত:পর লেখা পয়েন্ট গুলো নিয়ে আলোচনা করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৪	মনিটরিং ও মূল্যায়নের ধাপসমূহ ঃ সকল অংশগ্রহণকারীদের মনিটরিং ও মূল্যায়নের ধাপসমূহ তথ্যপত্রটি পড়তে দিন। সকলের পড়া শেষ হলে আলোচনার মাধ্যমে শেষ করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৫	প্রকল্পের অগ্রগতি সম্পর্কিত প্রতিবেদন প্রণয়ন ঃ প্রতিবেদন বলতে কি বুঝায় তা সকলের নিকট থেকে শুনে নিন। অত:পর তথ্যপত্রের মাধ্যমে ধারণা পরিস্কার করুন ।তার পর প্রকল্পের অগ্রগতি সম্পর্কিত প্রতিবেদন/ছক নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করুন	৫ মিনিট

ধাপ-৬	**পুনরালোচনাঃ** সহায়ক প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে অধিবেশন থেকে শিখন বিষয়ের উপর সারসংক্ষেপ করবেন। অধিবেশনের আলোচ্য বিষয়সমূহ সম্পর্কে কারো কোন অস্পষ্টতা বা প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর ব্যাখ্যা করবেন। সকলকে ধন্যবাদ দিয়ে অধিবেষনের সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।	৫ মিনিট

মনিটরিং, মূল্যায়ন এর মৌলিক ধারণা ঃ

মনিটরিং ঃ

- একটি নিয়মিত (দৈনন্দিন) নিয়মতান্ত্রিক যাচাই প্রক্রিয়া।
- যা কার্যক্রম, ফলাফল (Output) এবং (নিম্ন স্তরে) আউটকামকে যাচাই করে।
- প্রকৃত অবস্থা এবং পরিকল্পিত অবস্থার মধ্যে তুলনা করে।
- একটি কর্ম পরিকল্পনার দ্বারা সাজানো।
- ফলাফলের উপর উপসংহার টানে।
- সংশোধনমূলক কার্যক্রম সুপারিশ করে।
- মনিটরিং এই প্রশ্নের উত্তর দেয় ঃ "আমরা কি সঠিকভাবে প্রকল্পটি পরিচালিত করছি?"

মনিটরিং এমন একটি প্রক্রিয়া যার মাধ্যমে কোন কাজ নির্ধারিত সময়ের মধ্যে ও পরিকল্পনা মাফিক হচ্ছে কিনা তা অবলোকন করা এবং সমস্যা চিহ্নিত করে তথ্য- উপাত্তেরসহ সুপারিশ প্রণয়ন করাই হচ্ছে মনিটরিং। অর্থ্যাৎ কিছু ভালোভাবে দেখা, বিশেষ উদ্দেশ্যে দেখার অর্থই হচ্ছে পর্যবেক্ষণ বা মনিটরিং।

মূল্যায়ন ঃ

- স্বাধীন, পক্ষপাতহীন এবং বাহ্যিক।
- সুনির্দিষ্ট সময়ভিত্তিক।
- যথার্থতা, কার্যকারিতা, সামঞ্জস্যতা এবং স্থায়ীত্বের আলোকে বর্তমান এবং সম্পাদিত কর্মের মূল্যায়ণ।
- প্রত্যাশিত, অপ্রত্যাশিত ফলাফল ও প্রতিক্রিয়ার উপর আলোকপাত করে।
- মূল্যায়ণ যে প্রশ্নের উত্তর দেয় ঃ "আমরা কি সঠিক প্রকল্পটি গ্রহণ করেছি?

সাধারণ অর্থে মূল্যায়ন মানে হলো মূল্য নিরুপন বা মূল্য যাচাই করা । কোন কাজ করার পর সাধারণত ঐ কাজ করার পর সাধারণ কাজটি করার জন্য যে পরিমাণ শ্রম ও সম্পদ বিনিয়োগ করা হয়েছে, কাজের ফলাফল তার তুলনায় ভালো হলো কি মন্দ হলো তা আমরা বিচার করি। সহজ অর্থে এ প্রক্রিয়াকে মূল্যায়ন বলা যায়। সাধারণত কর্ম সম্পাদিত হওয়ার পরই কাজের ভালো মন্দ নিরুপন করা যায়।

মূল্যায়নের উদ্দেশ্য ঃ

মূল্যায়নের উদ্দেশ্য বলতে এমন কিছু বিবরণকে , যা থেকে মূল্যায়ন তৎপরতা সম্পাদন করার প্রয়োজন সমূহ সুস্পষ্টভাবে অনুধাবন করা যায়। মূল্যায়নের উদ্দেশ্য সমূহ কার্যক্রমের উর্দ্দেশ্যে উপর ভিত্তি করে নির্ধারণ করা হয় এছাড়া ব্যবস্থাপনার কোন বিশেষ চাহিদার উপর ভিত্তি করে মূল্যায়নের উদ্দেশ্য প্রনীত হতে পারে।

মনিটরিং ও মূল্যায়নের পার্থক্য

মনিটরিং	মূল্যায়ন
একটি নিয়মিত (দৈনন্দিন) নিয়মতান্ত্রিক যাচাই প্রক্রিয়া	সুনির্দিষ্ট সময়ভিত্তিক
যা কার্যক্রম, ফলাফল (Output) এবং (নিম্ন স্তরে) আউটকামকে যাচাই করে।	প্রত্যাশিত, অপ্রত্যাশিত ফলাফল ও প্রতিক্রিয়ার উপর আলোকপাত করে।
প্রকৃত অবস্থা এবং পরিকল্পিত অবস্থার মধ্যে তুলনা করে।	যথার্থতা, কার্যকারিতা, সামঞ্জস্যতা এবং স্থায়ীত্বের আলোকে বর্তমান এবং সম্পাদিত কর্মের মূল্যায়ণ
একটি কর্ম পরিকল্পনার দ্বারা সাজানো।	ফলাফলের উপর উপসংহার টানে।
সঠিকভাবে প্রকল্পটি পরিচালিত হচ্ছে কিনা তা দেখা যায়	মূল্যায়ণ মাধ্যমে সঠিক ফলাফল পাওয়া যায় ।

সুপারভিশন ঃ

সুপারভিশন হলো উর্দ্ধতন কর্তৃক গৃহিত ব্যবস্থাপনাগত কিছু কাজের সমষ্টি যার মাধ্যমে অধঃস্তন কর্মীদের পারফরমেন্স পর্যবেক্ষণ করা হয়।

মনিটরিং ও সুপারভিশনের মধ্যে পার্থক্যঃ

মনিটরিং	সুপারভিশন
১. কর্মসূচী বেশী প্রাধান্য পায়	১. ষ্টাফ বেশী প্রাধান্য পায়
২. সুনির্দিষ্ট সময় পর পর করা হয়	২. যে কোন সময় হতে পারে
৩. কর্মসূচীর অগ্রগতি বা গতি প্রকৃতি দেখা হয়	৩. কর্মীর পারফরমেন্স দেখা হয়
৪. সুনির্দিষ্ট কর্মী থাকে	৪. সুপারভাইজার মাত্রই সুপারভিশন করতে হয়

যৌক্তিক কাঠামোঃ

সার সংক্ষেপ (Narrative Summary	উদ্দেশ্য ভিত্তিক যাচাই যোগ্য নির্দেশক (OVI)	যাচাই করণের মাধ্যমে (MOV)	গুরুত্বপূর্ণ পূর্বানুমান (Important Assumption)
লক্ষ্য (Goal)			
পারপাস (Purpose)			
ফলাফল (Result/Output)			
কার্যক্রম (Input/Activities)			

কেন মনিটরিং করা হয়?

- উন্নতি ও উন্নয়ন- পরিবর্তনের সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য ইনপুট প্রদান এবং ইনপুট ও কার্যক্রমের পুনঃনক্সাকরণ।

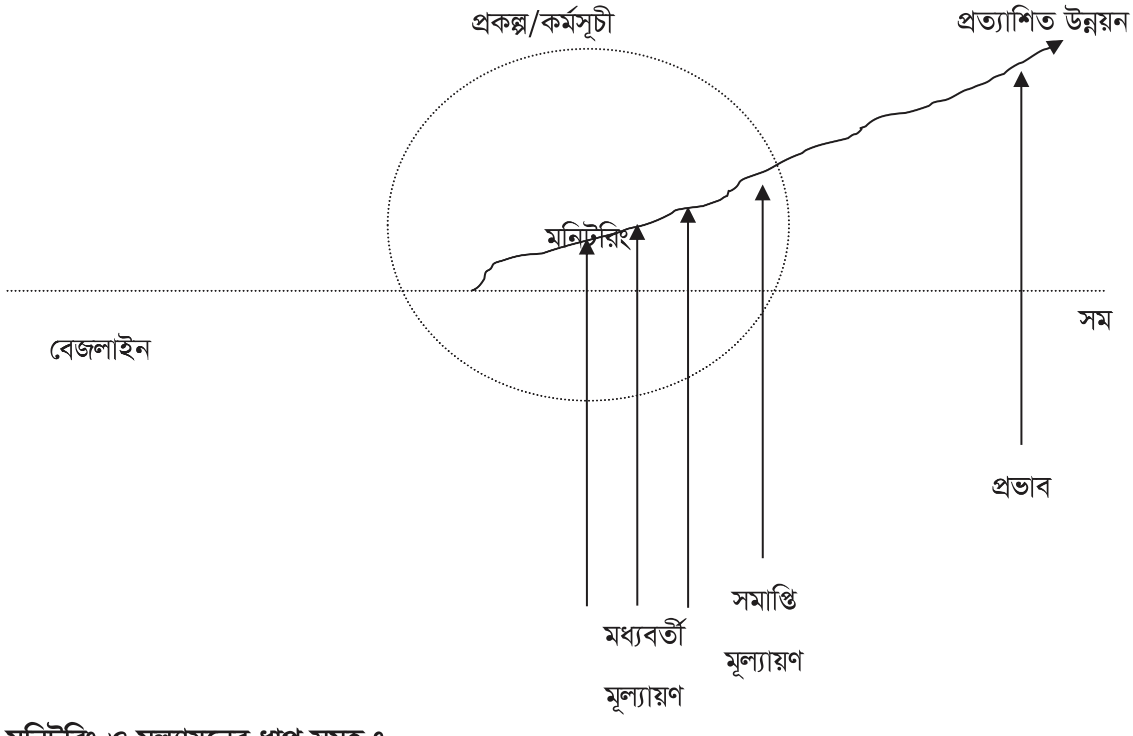
- স্বচ্ছতা- প্রত্যাশিত পারপাস অর্জনে যে সমস্ত সম্পদের ব্যবহার হয়েছে এবং পরিকল্পিত ফলাফল (Output) অর্জিত হয়েছে (যথার্থতা এবং কার্যকারিতা)
- মূল্যায়ন পরিচালনা-মূল্যায়ন এর উপর ভিত্তি করে তথ্য সরবরাহ।

মূল্যায়ণ কেন করা হয়?

- শিক্ষণ এবং অনুধাবন- সাফল্য এবং ব্যর্থতার কারণসমূহ কি কি এবং যথার্থ প্রতিফলনের সুযোগ।
- উন্নতি ও উন্নয়ন- পরিবর্তনের জন্য সিদ্ধান্ত গ্রহণ এবং পুনঃ নক্সায়ন।
- স্বচ্ছতা- কার্য নির্বাহী পরিষদ, দাতা এবং জনসাধারণের কাছে তথ্য সরবরাহ।
- পরামর্শ- আমাদের সাফল্য বিক্রয়/অর্জিত শিক্ষার মাধ্যমে পরামর্শ বিক্রি।

মনিটরিং ও মূল্যায়নের বিবেচ্য বিষয় ও ধাপসমূহ ঃ

প্রকল্প চক্রে মনিটরিং ও মূল্যায়ন এর অবস্থান ঃ



মনিটরিং ও মূল্যায়নের ধাপ সমূহ ঃ

প্রথম ধাপ : মনিটরিং এর বিভিন্ন কাজ অনুসারে সুনির্দিষ্ট ষ্টাফ নিযুক্ত করণ।

দ্বিতীয় ধাপ : প্রকল্পের/কর্মসূচীর নথিপত্র পর্যালোচনা করে দেখুন যে মনিটরিং এর জন্য সেগুলো সামঞ্জস্যপূর্ণ কিনা এবং যদি প্রয়োজন হয় তাহলে নির্দেশক এবং যাচাই এর মাধ্যম (Means of Varification) নির্ধারণ করন।

তৃতীয় ধাপ : নির্দেশক এবং প্রতিবেদন এর জন্য যথার্থ মনিটরিং টুলস্ (ফরমেট) তৈরী করন।

চতুর্থ ধাপ : (ক) নির্দেশকের উপর ভিত্তি করে প্রয়োজনীয় তথ্য চিহ্নিত করন।

(খ) তথ্য সংগ্রহের জন্য প্রশ্নপত্র, পদ্ধতি এবং উত্তরদাতা নির্ধারণ।

পঞ্চম ধাপ : তথ্য সংগ্রহ।

ষষ্ঠ ধাপ : নির্দেশক ভিত্তিক সংগৃহিত তথ্য প্রক্রিয়াকরণ এবং বিশ্লেষণ।

সপ্তম ধাপ : আদর্শ নির্দেশকের সাথে বিশ্লেষণের ফলাফল এর সম্পর্ক স্থাপন।

অষ্টম ধাপ : সংশোধনমূলক কার্যক্রমের প্রস্তাবনা/সুপারিশ।

নবম ধাপ : ব্যবস্থাপনা কর্তৃপক্ষের কাছে প্রদানের জন্য একটি মনিটরিং প্রতিবেদন তৈরী ।

প্রাথমিক উৎস থেকে তথ্য সংগ্রহ পদ্ধতি/ কৌশলঃ

- জরিপ
- সাক্ষাৎকার
- পর্যবেক্ষণ
- আলোচনা
- নিরুপন
- কেসষ্ট্যাডি
- গ্রুপ মিটিং
- এফজিডি

প্রতিবেদন লিখন ঃ

প্রতিবেদন কি?

কোন প্রকল্প বা কর্মসূচী অথবা কোন কর্মীকে প্রদত্ত কাজের সার্বিক চিত্র সংক্ষিপ্ত আকারে সুনির্দিষ্ট রীতি অনুসরণ করে লিখিতভাবে উপস্থাপন করাকেই প্রতিবেদন বলা হয়।

এরপর প্রতিবেদন কত রকমের হতে পারে বিভিন্ন ধরণের প্রতিবেদনের নাম সম্পর্কে প্রশ্ন করে অংশগ্রহণকারীদের মতামত জেনে নিন। অতপর পোষ্টার/ট্রান্সপারেন্সী-২ এর সাহায্যে ব্যাখ্যা করুন।

প্রতিবেদন বিভিন্ন রকম হতে পারে যেমন-

- সংক্ষিপ্ত
- ব্যাখ্যা মূলক
- আনুষ্ঠানিক/অনানুষ্ঠানিক
- আভ্যন্তরিন/বহিঃসংস্থার জন্য
- তথ্য ভিত্তিক/প্রকল্প প্রস্তাবনা ইত্যাদি

প্রারম্ভিক অংশ ঃ

- শিরোনাম
- প্রতিবেদনকারী ও প্রতিষ্ঠানের নাম
- মুখবন্ধ ও কৃতজ্ঞতা স্বীকার
- সূচীপত্র
- সারাংশ/এক নজরে

মূল অংশ ঃ

- ভূমিকা
- তথ্য সংগ্রহের পদ্ধতি
- ফলাফল
- আলোচনা ও সুপারিশ
- উপসংহার

নির্দেশিকা ঃ

- প্রাসঙ্গিক গ্রন্থপঞ্জী
- পরিশিষ্ট

প্রতিবেদন লিখনে বিবেচ্য বিষয় সমূহ ঃ

- পরিষ্কার উপস্থাপন।
- শব্দ ও বাক্যের দীর্ঘতা কমান।
- অপ্রয়োজনীয় শব্দ ও বাক্য পরিহার।
- কর্তৃবাচ্য ব্যবহার।
- উদ্বৃতি ও পাদটীকা ব্যবহার।
- ধারাবাহিক/সুশৃঙ্খল উপস্থাপন।

প্রকল্পের অগ্রগতি মনিটরিং প্রতিবেদন নমুনাঃ

প্রকল্পের অগ্রগতি সম্পর্কিত প্রতিবেদন

(সর্বোচ্চ ৪ পৃষ্ঠা)

প্রকল্পের নাম ঃ
বাস্তবায়নকারী সংস্থা ঃ
সমন্বয়কারী ঃ
প্রতিবেদন করার সময় ঃ
প্রতিবেদন দাখিলের তারিখ ঃ

১. প্রতিবেদন দাখিল এর সময় পর্যন্ত অর্জিত প্রত্যাশিত ফলাফল
২. অপ্রত্যাশিত অর্জন; বিশেষ করে ইতিবাচক উন্নয়ন
৩. প্রত্যাশিত ফলাফল যা অর্জিত হয়নি
   - অর্জিত না হওয়ার কারণ
৪. তহবিল ব্যবহার ঃ (বাজেট)
   - এ পর্যন্ত
   - মোট
   - অবশিষ্ট
৫. পরবর্তী বছরের প্রত্যাশিত ফলাফল
৬. প্রকল্প বাস্তবায়নে বাঁধা সৃষ্টি করতে পারে এরূপ সম্ভাব্য জোড়ালো সমস্যা
৭. সমস্যা সমাধানে করণীয়

পরিশিষ্ট/মন্তব্য।

অধিবেশন নং-১৬

অধিবেশনের শিরোনাম **ঃ কোর্স মূল্যায়ন ও সমাপ্তি**

অধিবেশনের উদ্দেশ্য ঃ এই অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ

◊ কোর্সের শিক্ষণীয় বিষয়গুলো উল্লেখ করতে পারবেন;

◊ প্রশিক্ষণ থেকে প্রত্যাশা কতটুকু পূরণ হয়েছে তা যাচাই করতে পারবেন;

◊ প্রশিক্ষণাত্তোর ধারণা যাচাই করতে পারবেন;

◊ ব্যক্তিগতভাবে কোর্সটি মূল্যায়ন করতে পারবেন।

আলোচ্য বিষয় ঃ

- -কোর্স রিভিও
- -প্রত্যাশা পূরণ
- -পোষ্ট মূল্যায়ন
- -প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন
- -সমাপনী

পদ্ধতি ঃ প্রতিযোগিতা, আলোচনা, বক্তৃতা

উপকরণ ঃ প্রশ্নপত্র, মূল্যায়ন শীট

মোট সময় ঃ ৩০ মিনিট

ধাপ	প্রক্রিয়া	সময়
ধাপ-১	◊ **কোর্স রিভিউঃ** অংশগ্রহণকারীদের ২টি দলে ভাগ করুন। অংশগ্রহণকারীদের মাঝে একটি প্রতিযোগিতার আয়োজন করুন। এজন্য উভয় দলকে কিছু প্রশ্ন তৈরি করতে বলুন। প্রশ্নগুলো তারা পুরো ৫ দিনের কোর্সের আলোচ্য বিষয় সমূহের আলোকে তৈরি করবেন। প্রশ্ন তৈরির জন্য সময় দিন ৫ মিনিট। প্রশ্ন তৈরি শেষে সবাইকে ডাকুন এবং দুটো দলকে মুখোমুখি চেয়ারে বসতে বলুন। চেয়ারগুলো পূর্ব থেকেই সাজিয়ে রাখুন। এবার অংশগ্রহণকারীদের কাছে প্রতিযোগিতার নিয়ম ব্যাখ্যা করুন। নিয়মটি নিম্নরূপ দুটো দল মুখোমুখি বসার পর যে কোন একটি দল থেকে একজন তার সামনে বসা অপর দলের ১ জনকে প্রশ্ন করবেন। যাকে প্রশ্ন করা হবে তিনি যদি সঠিক উত্তর দিতে পারলে তাহলে দল ৫ নম্বর পাবে। তিনি না পারলে তার দলের অন্যদের কাছে ছেড়ে দেবেন। তখন দল থেকে যে কেউ প্রশ্নটির উত্তর দিতে পারবেন। সে ক্ষেত্রে উত্তর প্রদানকারী দল ৫ এর পরিবর্তে ৩ নম্বর পাবে। এরপর অপর দল থেকে প্রশ্ন করবে। এবার অপর দলের জন্য প্রশ্ন করবে। এইভাবে একদল আরেক দলকে প্রশ্ন করে যাবে। দলের প্রতিটি সদস্য ১টি করে প্রশ্ন করার সুযোগ পাবে। কেউ ভুল উত্তর দিলে বা উত্তর দিতে না পারলে কোন নম্বর পাবে না। প্রতিটি দলের প্রাপ্ত নম্বর ছক কেটে বোর্ডে লিখে রাখুন এবং বিজয়ী দল	৫ মিনিট

	ঘোষনা করুন। এভাবে পুরো কোর্সের বিষয়গুলো রিভিউ করুন এবং পুরো প্রক্রিয়াটিতে অংশগ্রহণের জন্য সবাইকে ধন্যবাদ দিন।	
ধাপ-২	◊ **প্রত্যাশা পূরণ যাচাই ঃ** প্রথম দিন অংশগ্রহণকারীগণ যে প্রত্যাশাগুলো ব্যক্ত করেছিলেন সেগুলো লেখা পোস্টারটি সামনে নিয়ে আসুন এবং প্রত্যাশাগুলো এক এক করে পড়ে শুনান। পড়া শেষ হলে সবাইকে জিজ্ঞেস করুন, প্রত্যেকে তাদের প্রত্যাশা মাফিক উত্তরগুলো পেয়েছেন কিনা। যদি কারও প্রত্যাশা পূরণ না হয়ে থাকে তবে সংক্ষিপ্তভাবে বিষয়টি আলোচনা করুন।	৫ মিনিট
ধাপ-৩	◊ **প্রশিক্ষণোত্তর ধারণা যাচাই ঃ** প্রশিক্ষণ-উত্তর ধারণা যাচাইপত্র সবার মাঝে বিতরণ করুন এবং নির্দিষ্ট সময়ের পর তা সংগ্রহ করে সবাইকে ধন্যবাদ দিন।	১০ মিনিট
ধাপ-৪	◊ প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন ঃ ছোট্ট একটি ভূমিকা দিয়ে শুরু করুন। বলুন আমরা সবাই ৩ দিন একসাথে এই কোর্সে অংশগ্রহণ করেছি। কোর্সটির মূল্যায়নের জন্য ১টি ফরম বিতরণ করুন। একথা বলার পর মূল্যায়ন করার নিয়মটি অংশগ্রহণকারীদের কাছে ব্যাখ্যা করুন। বলুন, এই মূল্যায়নে অংশগ্রহণের জন্য অংশগ্রহণকারীদের সবাইকে ধন্যবাদ দিন।	৫ মিনিট
ধাপ-৫	◊ **সমাপনী ঃ** অংশগ্রহণকারীদের মধ্য থেকে ২ জনকে প্রশিক্ষণের অভিজ্ঞতা বর্ণনা করার জন্য আহ্বান জানান (নারী-পুরুষ সমতা বিধান করার চেষ্টা করুন)। অংশগ্রহণকারীদের বক্তব্য শেষে উপস্থিত অতিথিদের (যদি থাকেন) সংক্ষিপ্ত বক্তব্য রাখতে অনুরোধ করুন। সবশেষে সভাপতি/প্রধান অতিথি বা নিজে বক্তব্যের মাধ্যমে কোর্সের সমাপ্তি ঘোষনা করুন।	৫ মিনিট

ইএসডিও

প্রশিক্ষণ উত্তর ধারণা যাচাইপত্র

অংশগ্রহণকারী ঃ ফ্যাসিলিটেটর

সময়কালঃ ০৩ দিন

সময় ঃ ২০ মিনিট **মোট নম্বর ঃ ৫০**

১. নিরাপদ পানি কি ও তার প্রয়োজনীয়তা লিখুন।

২. ৫ টি অংশগ্রহণমূলক প্রশিক্ষণ পদ্ধতির নাম লিখুন।

৩. ব্যক্তিগত পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা সংক্রান্ত আচরণসমূহ কী কী?

৪. নিরাপদ পানি ও পয়:নিষ্কাশন ঋণ কি কি খাতের উপর লোন দেওয়া হবে।

৫. মল কোন কোন মাধ্যমে মানুষের মুখে প্রবেশ করতে পারে?

৬. উদ্বুদ্ধকরণ কী?

৭. উদ্বুদ্ধকরণের গুরুত্ব সমূহ লিখুন।

৮. উদ্বুদ্ধকরণের কৌশল সমূহ কি?

৯. যোগাযোগ কী?

১০. কার্যকরী যোগাযোগের শর্তাবলী সমূহ কি কি?

অংশগ্রহণকারীর নাম ঃ **পদবী ঃ** **তারিখ ঃ**

কর্মস্থল ঃ **মোবাইল নং ঃ**

ইএসডিও

কোর্স মূল্যায়ন

কোর্স শিরোনাম ঃ প্রশিক্ষণের স্থান ঃ

অংশগ্রহণকারীর নাম ও পদবীঃ সময়কাল ঃ

ক) অনুগ্রহপূর্বক আপনার মতামত ঘরে টিক চিহ্ন(√) দ্বারা প্রকাশ করুন

ক্রমিক নং	প্রশিক্ষণে আলোচিত বিষয়বস্তু	খুব ভাল	ভাল	মোটামুটি	সন্তোষজক নহে
০১	উদ্বোধন ও পরিচিতি				
০২	প্রকল্প পরিচিতি				
০৩	এসডিজি ও সূচকসমূহ				
০৪	কর্ম-এলাকার ওয়াশ পরিস্থিতি বিশ্লেষন ও গৃহীত পদক্ষেপ				
০৫	নিরাপদ পানি				
০৬	স্যানিটেশন ও সার্বিক স্যানিটেশন				
০৭	হাইজিন বা স্বাস্থ্য বিধি				
০৮	ওয়াশ ঋণ কার্যক্রম				
০৯	স্যানিটেশন ও জেন্ডার				
১০	স্কুল ওয়াশ				
১১	ওয়াশ ও দূর্যোগের ঝুঁকিহ্রাস				
১২	কমিউনিটি পর্যায়ে বর্জ্য ব্যবস্থাপনা				
১৩	উদ্বুদ্ধকরণ				
১৪	কার্যকরী যোগাযোগ				
১৫	প্রশিক্ষণের ধারণা				
১৬	ফ্যাসিলেটেশন ও অধিবেশন পরিচালনা				
১৭	কার্যক্রম মনিটরিং,মূল্যায়ন ও রিপোর্টিং				

খ) প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণের অন্যান্য তথ্যাবলী

ক্রমিক নং	বিষয়বস্তু	খুব ভাল	ভাল	মোটামুটি	সন্তোষজনক নহে
০১	প্রশিক্ষণে ব্যবহৃত উপকরণ সমূহ				
০২	প্রশিক্ষককের দক্ষতা/ মান কেমন ছিল				
০৩	সেশন সময়ের সাথে মিল রেখেছে কিনা				
০৪	ট্রেনিং ভেন্যুর মান কেমন ছিল				
০৫	প্রশিক্ষণে খাবারের মান কেমন ছিল				

গ) প্রশিক্ষণে কোন কোন দিক বা বিষয় ভাল লেগেছে

ঘ) প্রশিক্ষণের কোন কোন দিক বা বিষয় আরও ভাল করতে হবে

ঙ) আপনার বিশেষ কোন মন্তব্য থাকলে লিখুন

সরাসরি গর্ত ল্যাট্রিন থেকে অফসেট পিট ল্যাট্রিন এ রুপান্তর

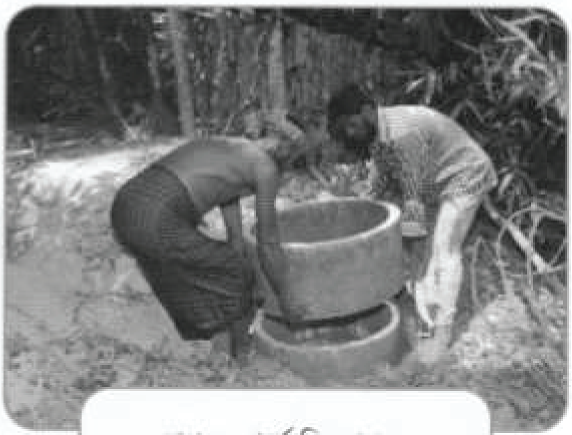
ধাপ-৭: রিং এর উপর ঢাকনা স্থাপন

ধাপ-৮: ঢাকনা এর উপর গ্যাস পাইপ স্থাপন

ধাপ-৯: ল্যাট্রিনের উপরি কাঠামো স্থাপন

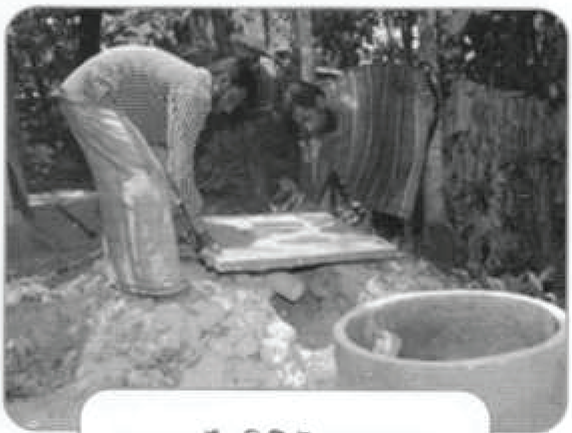
অপসেট পিট ল্যাট্রিন স্থাপনের ধাপ বা প্রক্রিয়া

ধাপ-১: স্থান নির্বাচন ও পিট স্থাপনের জন্যে গর্ত খনন

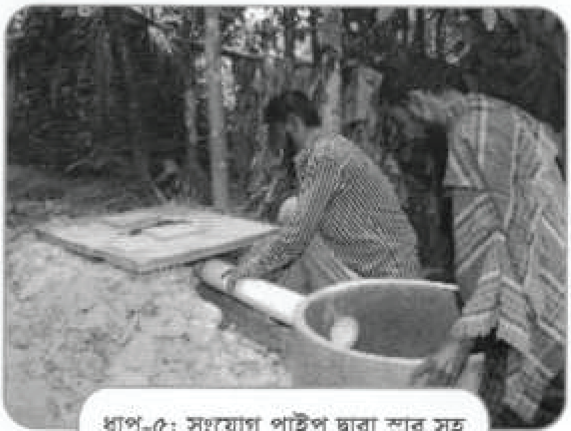


ধাপ-২: গর্তে রিং স্থাপন

ধাপ-৩: স্লাবের সাথে সাইফুনের সংযোগ



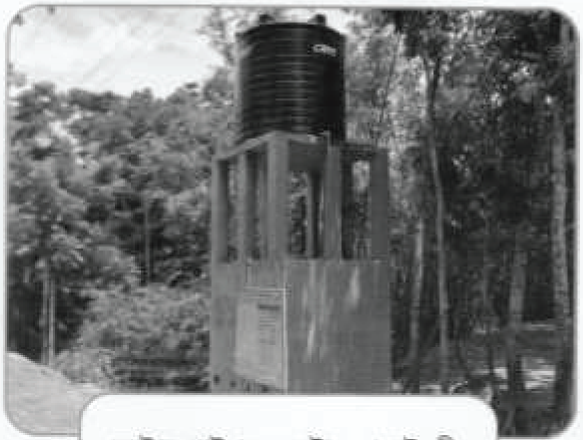
ধাপ-৪: উঁচু ভিটি উপর স্লাব স্থাপন



ধাপ-৫: সংযোগ পাইপ দ্বারা স্লাব সহ সাইফুন ও রিং এর মধ্যে সংযোগ

ধাপ-৬: সংযুক্ত সাইফুন ও রিং আঁঠা ও সিমেন্ট দিয়ে ভালো করে সংযোগ করা যাতে কোন ফাঁক/ছিদ্র না থাকে

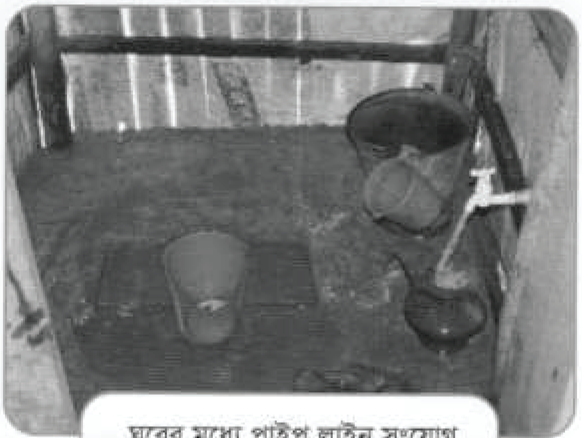
ওয়াশ কর্মসূচিতে স্থাপিত ক্লাস্টার পাইপড ওয়াটার সাপ্লাই স্কীম



ক্লাস্টার পাইপড ওয়াটার সাপ্লাই স্কীম

ওভারহেড ট্যাংক কন্সট্রাকশন, পাইপ লাইন স্থাপন

ঘরের মধ্যে পাইপ লাইন সংযোগ সহ ম্যাক্সি বেসিন



ঘরের মধ্যে পাইপ লাইন সংযোগ সহ অফপিট ল্যাট্রিন

ঘরের মধ্যে পাইপ লাইন সংযোগ ও সবজি , তরকারি ধোঁয়া

ঘরের মধ্যে পাইপ লাইন সংযোগ ও মাসিকের কাপড় পরিষ্কার

বন্যামুক্ত উঁচু ল্যাট্রিন (অফসেট)

রাস্তার পাশে পাবলিক বা কমিউনিটি ল্যাট্রিন (অফসেট)

ম্যানুয়ালী রানিং ওয়াটার সহ অফপিট ল্যাট্রিন

রানিং ওয়াটার সহ অফপিট ল্যাট্রিন

সরাসরি গর্ত ল্যাট্রিন থেকে অফসেট ল্যাট্রিনে রুপান্তর

ম্যাক্সি বেসিনের ড্রেনেজ পানি অফপিট ল্যাট্রিনের ফ্লাসে ব্যবহার

ওয়াশ কর্মসূচিতে স্থাপিত ল্যাট্রিন সমূহ

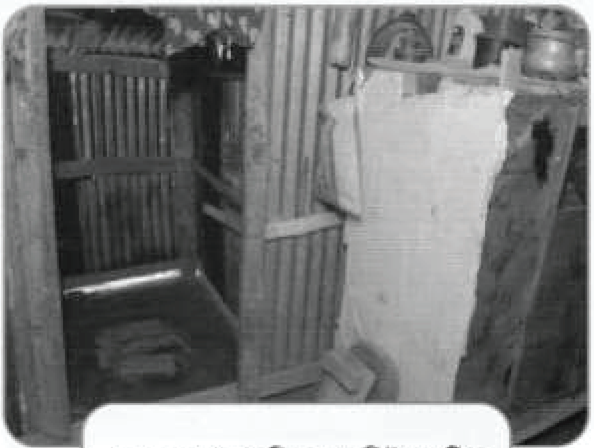
স্থাপিত খানা অফপিট ল্যাট্রিন

অফপিট ল্যাট্রিনের ভিতরের অংশ

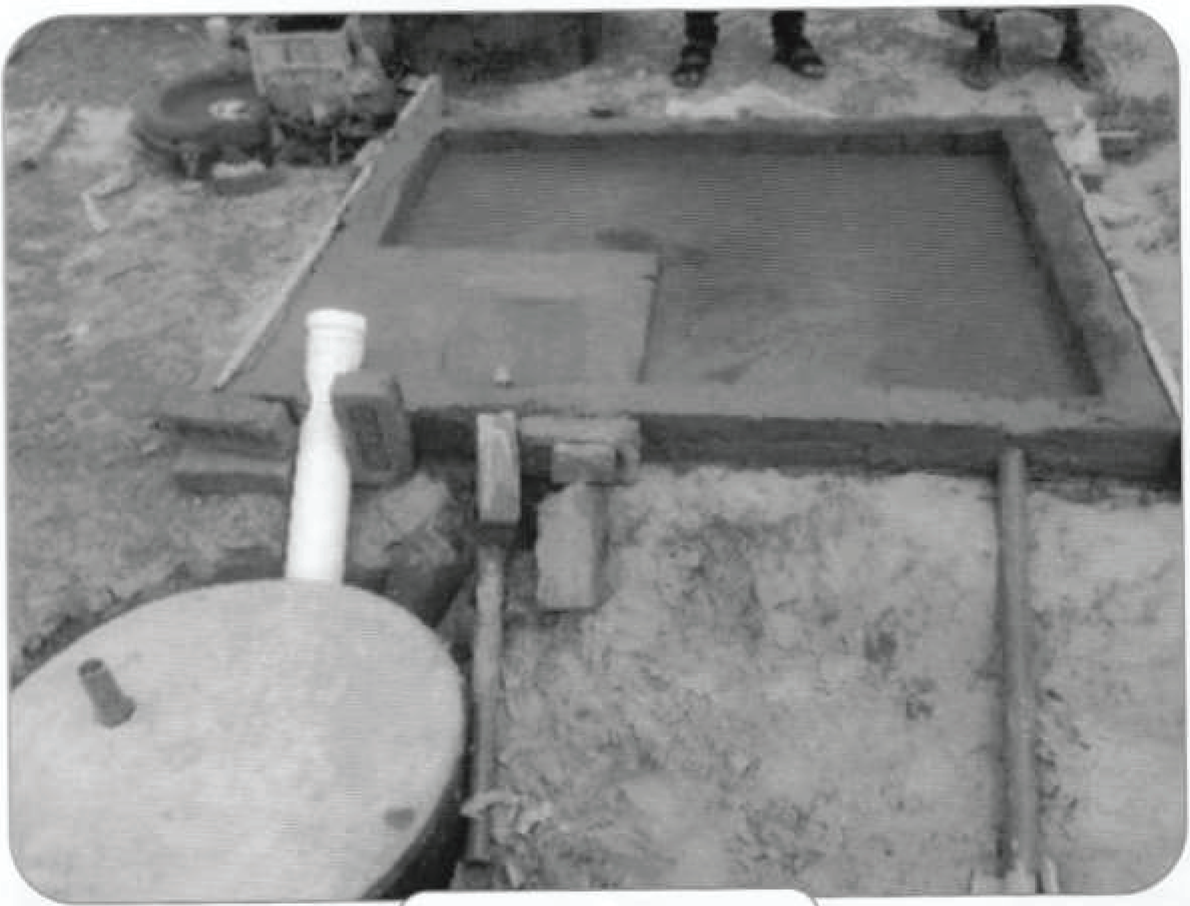
ঘরের কাছে ১২ কদমের মধ্যে স্থাপিত অফপিট ল্যাট্রিন

আরাম ল্যাট্রিন (অফসেট)

বিলাস ল্যাট্রিন (অফসেট)



ঘরের মধ্যে স্থাপিত অফপিট ল্যাট্রিন



ধাপ-৬: ছবির মতো করে গোসল করার
পানি নিষ্কাশনের ব্যবস্থা করা

ধাপ-৭: প্যাড বা কাপড় ফেলার জন্যে
ছবির মতো করে ৪ ইঞ্চি পিভিসি
পাইপ সংযোগ করা

ধাপ-৮: কাওয়েল সহ গ্যাস পাইপ বসানো

নারীদের গোসলখানা তৈরির ধাপ : সাইজ আরসিসি ৫ ফুট X ৬ ফুট

ধাপ-১: কাঠের ফ্রেমের উপর পলিথিন ও জিআই তার (১০-১২ নং) বাইন্ডিং সহ ৮ ইঞ্চি সেন্টার বাই সেন্টারেব সাথে হবে

ধাপ-২: মাসিক ব্যবস্থাপনার জন্যে ছবির মতো করে গর্ত করা ও রিং স্থাপন

ধাপ-৩: ১:২:৪ অনুপাতে কনক্রিট মিশ্রণ প্রস্তুত করে কাঠের ফ্রেমের পলিথিনের উপর ঢালাই

ধাপ-৪: ছবির মতো করে মাসিকের সময় পরিস্কার হওয়ার স্থান (২ফুট X ২ফুট) তৈরি করা

ধাপ-৪: ছবির মতো করে মাসিকের সময় পরিস্কার হওয়ার স্থান (২ফুট X ২ফুট) তৈরি করা

ধাপ-৫: ছবির মতো করে মাসিকের সময় পরিস্কার হওয়ার সকল ব্লাড যেন পিটে যায়

সরাসরি গর্ত ল্যাট্রিন থেকে অফসেট পিট ল্যাট্রিন এ রুপান্তর এর ধাপ

ধাপ-১: সরাসরি গর্ত ল্যাট্রিনের পাশে একটি উঁচু ভিটি করা

ধাপ-২: সাইফুন ও সংযোগ/ডেলিভারী পাইপ বসানো

ধাপ-৩: স্লাবের সাথে সাইফুন ও সংযোগ/ডেলিভারী পাইপ সহ স্লাবটির ভিত্তি উপরে বসানো

ধাপ-৪: ৪ইঞ্চি সংযোগ/ডেলিভারী পাইপ দ্বারা স্লাব সহ সাইফুন ও রিং এর মধ্যে সংযোগ

ধাপ-৫: রিং স্লাব এর উপর ঢাকনা ও গ্যাস পাইপ স্থাপন

ধাপ-৬: সরাসরি পিট ল্যাট্রিনের উপরি কাঠামো উক্ত ভিটির উপর বসানো

বিষয় : নিরাপদ ব্যবস্থাপনায়

ইকো-সোশ্যাল ডেভলপমেন্ট অর্গানাইজেশন (ইএসডিও)
কলেজপাড়া (গোবিন্দনগর), ঠাকুরগাঁও-৫১০০, বাংলাদেশ
+৮৮-০১৭৩৫১২৭৮২৮, +৮৮-০১৭৩৩২০৯২৩৩
esdobangladesh@hotmail.com
www.esdo.net.bd