

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী কোর্স

ন টি কমমশালকীতে গঠিত সহায়কদের এই নিদেমাশীটি
ানীয় সমাজ লীতে সকে র জন্য মস্মা বি াসের াধীনতা বিষয়ে
িখতে, মূ য়দিতে এবং প্রচার ও সমুন্ন তে সা ায্য ক বে।



“ তেহে রই ধম্মবিবেক ও চি ার
ধীনতায় অধিকার রয়েছে।এ অধিকারের সগে মম
বা বি াস পরিবতমলে অধিকার এবং স্ই সগে শো বা একাে ,
একা বা অন দেব সাথে মি তভাবে ি াদান, অনুী ন, বা আচারব্র
পালাে র মাধ মে ধম্মা বি াস ব্যক্ত করা িকারও অনভূ
থাকবে ?”

মানবাধিকারের সবজনীন স্মাষণাপ
অনুচ্ছেদে ১



সায়কদের নিদেমকি

ধনযবাদ এবং িকারোঁ ত	5
ানীয় সমাজ পরিবতকারীদেরকে সকা য়োজন	6
ানীয় সমাজ পরিবতকারীদের কোর্সটির সপনে কারা আনে?	7
আমাদের অং িদারদের প সথকেবাতমা	8

অং ক উপকরণগুলি কীভাবে ব্যবহার করবেন

ানীয় মাজ পরিবতকারীদের সকাস্ট্রি পরিচিতি	11
কীভাবে উপকরণ লো ব্য় ার করতে হাে	13
তিটি অধিবেশাে র জনয কীভাবে তি নিতে হাে	15
স ায়কদের জনয পরা শা	17
জটিল নেসমক্ষাবে া	21
তিরি া/মতামত এবং অনুমতি	29

অং খ কোর্সের উপকরণ

অধিবেশন 1	মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব	
	অধিবে নটির সর্ঘ বিবরণ	32
	অধিবে নটির বি ারিত পরিকল্প	35
	সমাজ পরিবতকারীদের গল্প ও উপনা ি	41
অধিবেশন 2	চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা (ফরব) সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা	
	অধিবে নটির সর্ঘ বিবরণ	46
	অধিবে নটির বি ারিত পরিকল্প	49
	বাঁ আর স্কাে র সগতে - একটি ফরব গ	56
	উপ াপনা ি	60
	সমাজ পরিবতকারীদের গল্প পিটারের গল্প, কি ান	64
অধিবেশন 3	আমাদের বিবিধ পরিচয়	
	অধিবে নটির সর্ঘ বিবরণ	65
	অধিবে নটির বি ারিত পরিকল্প	68
	উপ াপনা রিপোর্ট মে এবং ানার গল্প মি র	75
অধিবেশন 4	ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘন	
	অধিবে নটির সর্ঘ বিবরণ	78
	অধিবে নটির বি ারিত পরিকল্প	80
	উপ াপনা ি	85
	দুই মিনিটের ুদ্র-টয়্ য়:টীকায়ুক্ত সং	92
	সমাজ পরিবতকারীদের গল্প: যাজ সজাস এবং ইমাম আ ফার গ	95
অধিবেশন 5	আমাদের সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা	
	অধিবে নটির সর্ঘ বিবরণ	96
	অধিবে নটির বি ারিত পরিকল্প	99
	উপ াপনা ি	107
	সমাজ পরিবতকারীদের গল্প: মিনার গল্প, নিয়া াজেমগোশ্বি	109

অধিবেশন 6	গল্প থেকে অনুপ্রাণিত - কৌশল দিয়ে ক্ষমতায়িত	
	অধিবেশনটির সর্গ বিবরণ	111
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	114
	উপায়োজন	121
	ভারত, সনমাক্ষত্রবং কিরগিজানের সমাজ পরিবর্তনকারীদের গ	124
অধিবেশন 7	কৌশল প্রসঙ্গে	
	অধিবেশনটির সর্গ বিবরণ	126
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	128
অধিবেশন 8	আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা	
	অধিবেশনটির সর্গ বিবরণ	132
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	135
	উপায়োজন	140
অধিবেশন 9	আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা (চলবে)	
	অধিবেশনটির সর্গ বিবরণ	144
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	146

অংগ তথ্যনির্দেশমূলক উপকরণ

ফরব সমষ্টি ত মানবায়িকারের মু অগিারসমু	151
ফরব বিষয়ে আপনার সদরে তথ	153
খিতে থাকুন: অধিকতর উপকরণ এবং অন াইন সকাসমু	155
অনুীলারে সূচীপ	159

আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ

ডানের ি লোয় সকাসমু পরিচা নার জন য়ে জনীয় বকিু খুঁজে পাবেন, যার মধ্যে রয়েছে:

- তিটি অধিবেশনের জন পাওারপে ন্ট পায়োনা
- উপায়োজনার জন ি প্ট ম এস ও াডেও সদা ে ে যাতে স াপট ও অং ণকারীদের কথা বিবেচনা করে স াদনা ও পরিবর্তন করতে পারেন।
- বিপি
- অনুীনে বহর করার জন সঙ্কার কাডা এবং সপা রসমু

www.forb-learning.org/bn/changemakers/course-materials

এই িংকে আনুষঙ্গিক
উপকরণসমু
পাওয়া যাবে

অন্যান্য ভাষায় সংস্করণসমূহ

সহা কদের এই নিদেষ্টি কাটি এবং সম আনুষঙ্গিক উপকরণ একাধিক ভাষায় দান করা ে ে।
ানীয় মাজ পরিবর্তনকারীদের সকাসমু আপনার ভাষায় ে কিনা এখানে সন্ধান।

www.forb-learning.org/bn/changemakers/languages

এই িংকে অন্যান্য
ভাষায় সংস্করণ
পাওয়া যাবে

ধন্যবাদ এবং শীকারোঁ

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির উপকরণসমূহ তরি এবং পরীক্ষা-নিরীক্ষায় গভীরভাবে সহায়তা করার জন্য তথ্যনিদেমাধী দের সদস্যদেরকে বিেষভাবে ধন্যবাদ।

- গালিয়া সকােলোডান হী, আঃধমস্বী রিষদ, কিরগিজান
- হালায়া রিদ ফারিস, মির
- হাম্মাম হা তাকারোব ফর সিতি সসাসইটি সডাভেপমেন্ট, ডাম
- হিা সস্বলীাদুদ, জানজিবর ইারফেইথ সসার, তানজানী
- ইরফান ইঞ্জিনিার, সসার ফর ি অব সসাসইটি অয সসকুলারিজম, ভারত
- দ্লেয় জিমি এম.আই. সসরমিন, কমিউনিয়ন অব চাচেম ইন ইন্দোনেশী
- সমলীানু নে, ভিে তনাম ফ্রি ম অফ রিলীায়ন অর বি ফ রাউ টেব
- মাইক গ্যাব্রি, ন্যাা রিচিান ইভাঞ্জেলীক্য অযলাে নস অীলা (এনসিইএসএ)
- সতহামী কাজী, ত সফলব পরামশামতা এবং শীক, ইউকে
- দ্লেয় উকোহা এনগ বিাদ স সবিটারিান চাচফাব নাইজেরী

নানাবিধ অবদান এবং মতামতের জন্য নিম্নো ব্য়বিগমস্কে ধন্যবাদ: লীা উইনথার, রির্গি ন টভেইট এবং আে কাজার সবারেলো সবিসে নাস অযলাে ইারন্যাা), রির্গী প্যাট্রিং এবং নিকলাস একলোড (এসএমসি সফইথ ইন সডাভেপমেন্ট) তাবিথা স ডারকুডানে, ইডাম্মি এবং ফি প বাফ-সপ্তা সেন (CKU), ি জিরাউ এবং সিডাসে -মারি উইনথার াগ (ফযাবে) এবং চিান ইউ ি ম এবং মাইকে ওে ইনার (UN OHCHR).

যারা সমাজ পরিবর্তনকারীদের অভি তার গ লো দিয়েে ন তাদের তে ককে বিেষভাবে ধন্যবাদ!

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি বাংায় অনুবাদ ও রিিংয়ের জন্য সমাাদ আিকু ইসাম, ফারজানা মা মুদ এবং ি য়েটিভ পাথওয়েজ বিি-সকফরব িার মাধ্য টির প সথকে ধন্যবাদ।

ইংরেজি ভাষায় লিািত এই উপকরণ ির মু সংস্ক টি নরওয়েজিয়ান পররা ম য় (এনএমএফএ) এবং সুইডি আনজমাকি উ ন সহায়োঁতা সং িস িা সথকে আথিক্ক স িয়তায় পর করা হােে। ইউনাইটেড স স এজ্জি ফর ই রনা না সডাভেপমে (ইউএসএই) এর মাধ মে আমেরিকান জনগণের উদার আথিক্ক স িয়তায় এই বাং ি সংস্ক টি সম্ভবপ হােে। এই নিদেমকিার বিষয়ব স ূণমদায়ভার সক্ক রচয়িতার। নিদেমকিাটিতে উে খিত মতামত এবং বাখা লোর সাথে এনএমএফএ এবং ি ি একমত নাও হাে পারে এবং স্খানে ইউএসএই ও মাকিম যুক্তরা রের দৃষ্টি ি তিফি ত হােে এমন ধারণাও যথা থক্কয়।



ানীয় মাজ পরিবর্তনকারীদেরকে সক্ষম করে দেয় জন

বি জুডোমানুষ ধর্ম্মা বিাসের াধীনতা (ফরব) সমষ্কিত অধিকার নের ারা পর বিত হাছে এবং অনেক জায়গায় এই ঙ্ঘ ি আরও অবনতির দিকে যাচ্ছে। সমসার পরতি, তীব্রত এবং মা য় অনেক ভিন্ত থাকা ও তন্ময়, ঘৃণাত্মক ব্য, অপরাধ এবং িংসতা বিশ্ াপী একটা সাধারণ বাপার হায়েউঠে।

ি পূর্ণভাবে (ধর্ম্মী) চচম্ভবং বিাস ব্য করার অধিকারের উপর সরকারী বিধিনিষেধও একটি প্ৰধা সমসা যা বিশ্ াপী সুী সমাজ লোর মাগত বিুি র জন্য দায়ী। অনেক অ াে করোনা ভাইরাস ম ামারীর কারণে তন্ময় এবং ঘৃণার বিদ্যমান িসি ি আরও অবনতির দিকে ধাবিত হাে।

ফরব ঙ্ঘ পুরুষ এবং নারীদেরকে ভি াবে পর বিত করে। সম্মন, ধর্ম্মভিত্তিক বি ি গত আইন এবং সজ র/ লিা -ভিত্তিক িংসতার ারা নারীরা য়ই তন্ময়ে ি কার য়।

ধর্ম্মা বিাসের াধীনতার নানা ধরনের ঙ্ঘন মুষের বি গত জীবনে নিদারুন বয়ে আনে এবং সমাজকে অসি্িতী করে সতাবে। এই অব ার পরিবর্তন খুবই জরুরী হাে উঠে এবং এই পরিবর্তন সমাজের উপরের মহা সথকে নিচে এবং নিচের মহা সথকে উপরে, উভয় দিক সথকেই ঘটা জরুরী

আইনের সং র এবং আইনের যোগে তন্ময় াীনতা নিশ্চিত করার জন্য আইন ণেতা এবং সং ি কমমতমানে দৃঢ় প্ৰয়া াে। সমাজে সমতা, াি এবং নায়বিচার ি া করা সম্ভ নয়। পরিবর্তনে তাগিদে নিচের মহা সথকে যত ণ না চাপ সৃষ্টিকিরা হাে এবং স ায়তা প্ৰদা করা হাে তত ণ পথম উপরের মহা সথকে এই ধরনের দৃঢ় পদে প হারেস বনা সনই বলাে ই চাে। উপর কমমকে, স্কু এবং বাড়িাে মানুষ তনৈদিন সম্ভব নের ি কার য় তা আসে সমাজের অন ান্য সদস দের ারাই সংঘটিত য়। তাই, পরিবর্তন নিচের মহা সথকে আসা দরকার।

অনেক মানুষ সমাজে ফরব ঙ্ঘ সমকে চি িত হাে ও, এ বিষয়ে কীভাবে তাৎপয়মাী কীে করা যায় স্ন বাপারে তারা অনিশ্চিত। পরিবর্তনে জন্যবা ব পদে প নিতে সয় ন এবং দ তার য়োজন স্টা তাদের সনই। ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি এই মতায়নে অবদান রাখতে চায়, সক্ষম ন এবং দৃষ্টি ি র উপর আলোকপাত করেই নয়, বরং আ ঃধর্ম্মী সবম্ভাপ া, মানবাধিকার-ভিত্তিক পদ্ধতি এবং সক্ষম াে র উপরও দৃষ্টি নিবদ্ধ করে।

আমরা আ া করি সয় নিজ সামাজিক স াপটে পরিবর্তন আনতে আপনিও অবদান রাখতে চান এবং ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির উপকরণ ও উপকরণসমূ আপনাকে এ বিষয়ে স ায়তা করবে।

কাথরিন কা

ধর্ম্মা বিাসের াধীনতা সমষ্কিত ি ার মাধ্যম

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির সন্ধ্যাে কারা আনে?

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি তৈরিকরেে ধর্মম্মা বিাসের াধীনতা সমকি তি ার মাধ্য টি, কি তাদেরকে এ সকে সা ায়করেনে অনেক বি ি এবং সং াযারা সবার জন্য ধর্মম্মা বিাসের াধীনতা (ফরব) প্রচার ও সমুনত কর তি আি কারবদ্ধ।

ফরব সমকি তি ার মাধ্য টি বি ি, সমাজ এবং সিদ্ধান্ত ণকারীদের ধর্মম্মা বিাসের াধীনতা সমকে িখতে, চি াভাবনা করতে এবং এর পরে সা ায়করার জন্য ি ার উপকরণ, সকাশম্মবং নেটওয়ার্কিম্মের সুযোগ প্রদ করে। এটি নডিক ইকুমেনিকা নেটওয়ার্কম্মন ফ্রিডম অব রিলি়াি য়ন অর বি ি ফ (NORFORB) এর একটি প্র যা বি জুে, বিভিন্ন ধর্মম্ম এবং বি াসভিতিকিসমাজ, মানবাধিকার ও উ িন সং া এবং ি া তি ান লোর সাথে সং াপ এবং সহায়োিতায় জি. ত।

ফরব সমকি তি ার মাধ্য টির অন ান উপকরণ লোর মধ্যে রয়েছে আটটি চলা ে র একটি স্ট (বিভি ভাষার সংস্কর রয়েছে) সন্ধ্যানে বা িা করা হায়েে সযফরব-এর সাথে কী বিষয় লো জডি়িত এবং কখন এটা সীমিত হাে পারে; আরও রয়েছে ফরব শি া কদের জন্য অন াইন স জলা য়সকাশম্মফরব এবং সজ র বা লি া সমকি ত একটি অন াইন সকাশম্মবং ফরব সা ায়কদের অনু িলাে র জন্য স জামসম্ম।

এ সমকে আরও জানতে আমাদের ওয়েবসাইটে যান forb-learning.org/bn

কোর্সটি কীভাবে তৈরি করা হয়েছিল

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের সকাশম্ম ২০২০-২০২১ সাে ফরব শি ার াফম্মটির কমমকম্মাে ারা আফ্রিকা, এশি া, সমন (MENA) অ া এবং ইউরোপের দশটি সদে র নাগরিক সমাজ সং া এবং বি াসভিক সমাজ লোর একটি সরফরে গ্রুপ- সহায়োগি ায় তরি করা হায়েে। সরফরে টিতে খ্রিস্টান, মুসলিম, সন্ধ্যাে এবং অ-ধর্মম্মী সা াপটের মানুষেরাও অন িম িে ন।

আমাদের লা িে এমন একটি সকাশম্মতৈরিকা যেটি হাে সিক, স জলা য় এবং সযসকানোনির াপদ সা াপটে তৃণম্মু পযম্মাে ারযোগ্য িম্মাম্মাে এমন একটি সকাশম্মতৈরিতে সচয়েে যেটা সযকোে দ সা ায়ক (মানবাধিকার সমকে তার িন থাকুক বা িন িন থাকুক) সযকোে অং ণকারীদের ি াগত সযাগ্নতা হাি সফক না সকা) জন্য এমনভাবে পরিচ া না করতে পারবেন সযসন্ধ্যানে সিক বিষয় লো তঃ ূতন্ধ্যাে ফুটে উঠবে।

সুতরাং, আমরা তিনটি বিষয়ের উপর আলোকপাত করেি:

- এমন একটি পদ্ধতি তরি করা যা পুরোপুরি মানুষকেন্দ্রিক, সযখনে ত াং পাঠ্য-নিভন্ম পদ্ধতির পরিবর্তে ার ার তন্ম এবং অবেে ণের বা ি সাে মত বিনিময়, গল্প া, পরী াম্মু ক শি া ণ এবং ভিজু য়া কমিউনিকে িন বা দৃষ্টিনিভন্ম সযস্ায়োগ পদ্ধতি ব্য় ার করা হাে।
- ানীয় মাজে তাৎপযম্মী কিলুে করার জন বা ব উপায় িধন্ম ণ করা।
- সকাশম্ম পরিচাল া যথাসম্মভ জ করা - সহা াদের জন য়ে জনীয় সা া উপকরণ তরি করা।

কোর্সটির উনয় এবং নমুনা তৈরিকরার পরে ভারত, জডাম্ম, িনাইজেরিয়া এবং তানজানিয়া সথকেসফ্রারে ার সদস্যরা ানীয় সমাজের ১২-২৫ জনের দে র সাথে কোর্সটির কাযন্মারিতা যাচাই করে। অং ণকারীদের মধ্যে টািসি িইভার, সদন্মাদার, দজি়ম্মশি া ক, সমাজকম্মীসকন্ম ান স্কু র শি া ক, গি়জন্ম সদস্য, যুব দে র সন্ধ্যাে এবং বিশবি ালান্মোে াতরর অনন্মু িে। অং ণকারী এবং সা ায়কদের তিরিয়া অত িতিবাচক িে এবং তাদের মতামত লো সকাশম্মম য় করা হায়েে।

Nordic Ecumenical Network on
Freedom of Religion or Belief

NORFORB

FORB Learning
Platform

আমাদের অধিদারদের বাণী

ওয়ার্ল্ড কাউন্সিল অব চার্চেস-এর পক্ষ থেকে মুখবন্ধ

“১৯৪৮ সালে মানবাধিকারের সর্বজনীন স্মাষণাপত্রটি, বিবেক এবং ধর্মস্বীকৃতিতে আমাদের অবিচ্ছেদ্য অধিকার হিসেবে স্মাষণা করার পর সথকেই জাতিটি এই অধিকারের মধ্যে থাকা ধারণাটি বুঝতে এবং ব্যাখ্যা করতে সচা করেছে। ফলে তিতে বিশ্বাস, অসংখ্য আইন, মানদণ্ড-বং নীতি বিতর্কিত এবং গৃহীত হয়েছে। তবুও ঐচ্ছজনক হতে ও সতি সযঅধিকাং সকলেই মানুষ এই অধিকারটি পূর্ণমাগবে উপভোগ করতে পারেনি। কিং সকল সদ এইসব আইন, কাঠামো এবং স্মাষণা তত্বে ণ সকল সুফল পাবে না যত্বে ণ সাধারণ মানুষ এ ির মাঝে নিতি গুঢ়াথক্ষানতে এবং বুঝতে পারবে। সকল মানবাধিকারের চার ও সুরার সূচনা য় ঘরে, পরিবারে, তিবেরী এবং সমাজের মধ্যে। সযসমাজ লোকে মানবাধিকার এবং আইনগত মানদণ্ড-মকে মানুষের সত্বেন সকল ধারণা বা ণ সনই সই সমাজ লোকে লা করেই ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের এই কোর্সটি তৈরি হয়েছে। কোর্সটি এমনভাবে সাজানো হয়েছে যাতে গল্প া এবং দৃষ্টিনিভন্ন পদ্ধতির মাধ্যমে সকল ধারণার ত্প্রতির তি আপতিসিতা, মনোভাব পরিবর্তন করা এবং তি বিাসের মানুষদের ভয় দূর করা সজ য়। কোর্সটি ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদেরকে ধর্মস্বীকৃতির ানিতার অধিকার বিষয়ে পরামর্শ দা অধিব হয়েছে উঠতে সা ায্য কবে।

ওয়ার্ল্ড কাউন্সিল অব চার্চেস সদস্য চচক্ষমু এবং অন্যান্য অধিদার যারা ধর্মস্বীকৃতি বিাসের ানিতার গুঢ়াথক্ষানুধাবন এবং ণ করার মাধ্যমে ধর্মস্বীকৃতি নিবিমশোে সব মানুষের জন্ম এই ানিতার যোজ্যতা প্ৰচার তে চায় তাদের সবার জন্ম এই কোর্সটি একটি মূ য়বান সঞ্জাম।

“আমাদের ভিননত ি আমাদেরকে আ াদা বা বি ি ন্ন করার দ্বেদা নয়।

আমরা যথাথক্ষ

ভিনন তে করে একে অপরের যোজন আমরা উপলাধিক তে পারি।

আচমবিপ স সম টুটু

জেনিফার ফিলিপট-নিসেন, সপ্ৰাম এসিটি উটিভ-ি উম্ময়ন রাইটস অ্য িজআরমামে ও া কাউন্সিল অব চার্চেস

“সাধারণত ধর্মস্বীকৃতিসহানশীলাতা, শা ণম সহাবস্ন এবং অসা িকতার মত মূল্যবোধগুলো বাংলাদেশের সকল াধ সুরীরাই প্ৰতিপালন করে থাকে। সদ সাধারণ মানুষ বিভিন্ন ধর্মের সবশু উৎসব অত্য়ন্ উৎসাহ উদ্দীপনার সাথে করে। যদিও সমাজের ভিত্তি সহানশীলাতার উপরেই প্ৰতিষ্ঠিত, ধীরে ধীরে ুতা ও সাম্প্ৰ কতার বিষবায়্প াছে বলে ইগিতে প া যায়। তবুও উগ্ৰপনী নারীদের বিরুদ্ধে ঘৃণাত্মক বক্তব্য এবং ি স গুলোর মধ্যে অবিশ্বাস ও ি তে ায় এমন সাম্প্ৰ ক ঘটনা আমরা অনেক সময় প্ৰত করি। প্ৰদ সপ্ৰক্াপে স্নানী চেঞ্জমেকারস কোর্সের বাংলা অনুবাদটি সুশীলা সমাজ এবং মানবাধিকার রক্ষাকারীদের সহানশীলাতা, বহুত্ববাদ ও ি স্ধীনতার অধিকার প্ৰতি ি সর্বি ভূমিকা পালনের জন একটি কার্যকর হাতিয়ার হতে পারে। কোর্সটি মিথক্ষিয় এবং সহাজে সবাধগম্য

ফারজানা মাহমুদ, আইনজীবী এবং পরামর্শাম

“সবার জন্য মম্মা বিাসেরাধীনতা অজমল্লাে লাে নিয়োজিত ফরব িার মাধ্য টির কাজকে সমথম করতে সপরেআ (ADRA) বাংাদে গবিষ্ঠ।বাংাদেে র ধমস্মীভাবে তবৈময় স াপটে ানীয় সমাজ পরিবতমকারীদেের এই কোর্সটি অত তি তিময়।সং াপ এবং সবম্মাপ াকে উৎসাত করার সকে কোর্সটির অননয় মতা আমাদেেরকে অনুপরা ত করেে। বিভিন্ন মস্মী দুটি ির সুক্য়ম টিল দিক লিাে আমে নিয়ে ততৈকিরা এই কোর্সটির বিষয়ব তিবাচক পরিবতম ঘটাতে আমাদেের লাে র সাথে সহাে ই মিে যা়।আমরা বাং ায় কোর্সটির পুর াকে সমথম করতে সপরে আনদিত।বাংাদেে র সমুদ্র ধমস্মী স াপটে ফরব-এর পুরচার এ

সিউংনোয়ান অ্যালেন শিন, কাফ্রি ডিাে র, এডাে নাটি সডাভেপমেন্ট এ রি ফ এজেি , বাংলাে

“দ ি ণ এ ি যা় ফরব সুর ার জনয় ্ণমূ পযমাফেরব-এর পুরচার টি গুর ্ণম্ববিষয়।এবং যারা এ বিষয়ে অবদান রাখতে আ ি তাদের জনয় ানীয় সমাজ পরিবতমকারীদেের এই কোর্সটি অত উপকারে আসবে।সাফরব (SAFFORB) নেটওয়ার্কটি এই সকােসমউপকরণসমূ বয় ার করতে উুখ এবং তারা আ া সপমণ করে সয় এই অ ে র বিডি ি া সংি , ি - তি াকারী এবং আ ঃধমস্মী তিনিধিরাও এই কোর্সটি বয় ার করবে যাতে করে দুটি ি র পরিবতম করা যা় এবং পরিবতমল্লাে জনয় পে প নিতে সযসামাজিক মতায়ন যোজন স্ম বিষয়েও কাজ করা যা়।”

স্যামুয়েল জয়কুমার, সম য়ক, সাউথ এশি ান সফারম ফর ফ্রি ম অব রিলাি য়ন অর বি ফ (সাফরব)

“ফরব-এর মাধ মে াি পূণম্ম অনূমিমূ ক সমাজ গঠনেের লাে ৭টিরও সব ি সদ জুে, ৫০টি অং াদারদেের নিয়ে গঠিত জয়ে সভ র ফর াটেজিক রিলাি য়াস অ াক ন (JISRA) ানীয় সমাজ পরিবতমকারীদেের কোর্সটিকে আন ি কভাবে অভিনন্দন জানা় সকানা এই কোর্সটির ফরব সর্ঘ উপকরণ লো স াপটের সাথে সহাে ই মানিয়ে সন্ধ্যা যা়, এবং বিভিন্ন ভাষ ও পাওয়া যা়।পরিবতমল্লাে বিভিন্ন তিনিধিদেেরকে (বিে ষ করে নারী, তবুণ এবং ানয় তিনিধি যাদেের আনু ানিক ি ার যথে সুযোগ সন্হ) পুরস্তুত ক নয় এই কোর্সটি জিসরা (JISRA) ার অং াদারদেের যোজনীয় সরঞ্জাম সরবরা করে এবং ধমস্মী স েলোর নিজেদেের মধ্যে এবং একে অপরেের সাথে সং াপ স জতর করার পা াপাি সু ি সমাজকে শাি া ি করার জনয় তদেের কাজে সা য়তা করে।ফরব ি ার মাধ্য টি স খার সযসুযোগ ততৈকিরেে তার জনয় আমরা ত এবং ভবিষ তে এতে আর কী কী য় স্নাই অপে া় রয়েি।”

ক্রিস্টিনা মাসদাম, জিসরা কনসোর্টিমাম সকাডামল্লাে

“স্ম র ফর স্টা অব সসসাইটি আ ানড সকু ারিজম সব কয়েকবার ানীয় সমাজ পরিবতমকারীদেের কোর্সটি বয় ার করেে। কোর্সটি খুবই অং ামূ ক এবং কোর্সটিতে অনূকৃত জক াপসমূ ও অং াকারীদেের জনয় উ ভোগয়।কযক াপ লোর মধ্যে রয়েছে সখ া, তিন্ন রিে অভিনয় এবং গল্প া ইতাদি।এই কাযক াপের মাধ মে তারা বি গিত সংকোচের উে স্টঠে নিজেদেেরকে সমে ধরতে স ম য়, এবং ধমস্মা বিাসেরাধীনতা সমকিত সযসমস া ি তারা এবং তাদের সমাজ য়ই মুখোমুখি য় স্ম ি নিয়েও আলোচনা করে।তিন্ন মস্মী, জাতিগত এবং লি া বা সজ র স াপটের অং াকারীরা একে অপরেের কাে সথকে খতে এবং পার ারিক দুটি ি বুঝতে স ম য়।কোর্সটি আনন্দদায়ক ি া নিশ্চিত করে াকিু অং াকারী তাদের মহা য় তিন্ন মেল্ল মানুষদেের মধ্যে াি পূণম্ম াব ান নিশ্চিত করার জনয় সমাজ ারিতমকারী হাে উঠেনে।”

ইরফান প্লকৌশলী, পরিচ া ক সস ার ফর ি অব সসাসইটি অ্য সসল্লারিজম, ভারত

“২০১৯ সাে র ডিাে ম্বর সে বিে র সবচেয়ে পুরবীণ মস্মী সন্তাদেের একটি দ ৫০ বরেের পুরনো বি আ ঃধমস্মী আন্দোলন সং া রিলাি য়নস ফর পিস-এর জনয় এ টি নতুন সক্টশা গত দিকনিদেমনা ততৈকিরতে একিত হায়েিে ন।তৃণমূ পযমাফেি া, বিবেক এবং বিাসের াধীনতা সমুনাত করা িে তাদের মূ অগকোর।তাদের উপলার্থি অনুযায়ী সযসকম ও ধমম বা বি াস চক্স াধীনতা এমন একটি বিষয় যা সক মানুষ এবং তি ান লোাে সু ি তা, মানবাধিকার এবং গণতরে তি সাম ি কভাবে দায়বদ্ধ করে রাখে।অধিকারনিভম্প ায় ততৈিএই উপকরণ ি যোজনীয় সং াপ এবং াি তি ার সযসকম ও চেটরি সকে মূ য়বানহাে।”

আজ্জা কারাম, মহা চিব, রিলাি য়নস ফর পিস

অং ক



কীভাবে এই উপকরণসমূ
ব্যৱহার করতে হাে

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির পরিচিতি

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের এই কোর্সটি হা নয়টি মুখোমুখি কমমাত্রার একটি ধারাবাহিক সংকল্পন যা এমনভাবে তৈরিকরা হয়েছে সক্ষম প্ৰবয়স্ক এবং অল্প-বয়স্ক মহিলা বিাসের াধীনতা (ফরব) সম্কে জানতে, মূ যদিতে এবং নিজেদের সমাজে তা প্ৰচার তে সম য়।

সায়কদের নিদেমকিা এবং সম আনুষিক উপকরণ ি সবার ব্যারের জন্য প্ৰদা করা হয়েছে। নিজের স াপটের সাথে মানানসই করার জন্য আপনি এ লো পরিবর্তন করতে পারবেন। উপকরণ ি এই িংকে একাধিক ভাষায় পাওয়া যাবে।

আনুষিক
উপকরণসমূ
পাবেন এই
িংকে

কোর্সের লক্ষ্যসমূহ

- সমাজ ির অভয় িণ এবং পার িক বিচি তা চিহিত করতে এবং সম লোে মূলা দিতে সহা ভূমিকা রাখা।
- ধমম্মা বিাসের াধীনতা'র অধিকার সম মানবাধিকার ি বুঝতে এবং মূলা দিতে সহায় ভূমিকা রাখা।
- নিজেদের সমাজে ধমম্মা বিাসের াধীনতা সংলি সমসয় চিহিত করা।
- একসাথে সসই সমসয় ি সমাঝবেলা রার উপায় খুঁজে সন্না করা।

কোর্সটি কাদের জন্য তৈরি করা হয়েছে?

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের সকাশম্ভিগমূ পয়মারে মানুষের জন তরি করা হয়েছে - যারা তাদের স দায় এবং সমাজে ধমম্মা বিাসের াধীনতা সম্কিত সমসয় নিে উি এবং এ ব্যারে তাৎপয়মর্ষী সক্ষম পরিবর্তন খুঁজে সপতেআ ি।

কোর্সটিতে অং হারে জনয়অং ণকারীদের সকানো প্ৰবমলা ন, অভিজ্ঞতাএমনকি মানবাধিকারের তি সমথমরেও যোজন সসই যা যোজন তা হা উ মন, ি পূণস াব ান এবং সমতাভিতিকিসমাজ গে, সতার তি আ এবং সি তভাবে স খা ও চি াভবনা করার একটি মিথ্যুয় ি ি ায় জি ত ওয়ার ইছে। এই কোর্সটি খিতে প তে জানে এমন অং ণকারীদের সকে, ব্য ার করা সযতেপারে, তবে বিশ্বি ালাে র ি াথমিধ্রবং ানীয় ধমম্মী সনতাদের সাথে ব্য ারের জন্যও এই কোর্সটি একটি দারুণ দ হাে পারে।

যদিও কোর্সটি ১২-২৪ জনের দ বিবেচনায় সর্খে তৈরিকরা হয়েছে, তবে এর সথকেব বা ছোট দরে জনয়ও কোর্সটিকে সহাে মানিয়ে সন্না সযতেপারে।

আফ্রিকান, মধ প্ৰয় এবং এি য়ান স াপটের কথা বিে ষভাবে মাথায় সর্খে কোর্সটি তৈরিকরা হাে ও, আমরা বিাস করি সয়এর বিষয়ব সয়কে সম াপটের সকে ই উপযোগী।

“কোর্সটির সবচে ভালো দিক হাে এটা চিতকিয়স্ক এবং মানুষের উদেে র সাথেও স ি ক, একই সাথে এটা প্ৰিচা না করা স জ এবং অনেক আনন্দদায়কও বটে। এটা একটা অসাধারণ অভিজ্ঞত্ে !”

হিদায়্যা দুদ, সহায়ক তানজানি া

“কোর্সটি রূপ রকারী - অধিবে ন ির অ তির সাথে সাথে দৃটি ির পরিবর্তন সন্ধতে পাছিে। ম। আমরা িঘর কোর্সটি পুনরায় প্ৰিচা না করবো।”

ইরফান ইঞ্জিনিয়ার, সহায়ক ভারত

“কী কী উপায়ে মানবাধিকার ণের তিরি া জানানো সযতেপারে স ি বিষয়ে অং ণকারীদের সচস ংগে ষাবে খুে দিয়েে এই কোর্সটি। কমস্পরিকলপন, তাদের দ তা আরও তী তেও এটা সা ায় রেে। এর ফেে নিজ সমাজে তারা আরও কাযস্কর পরিবর্তনকারী হাে উঠবেন।”

হাম্মাম হান্নাদ, সহায়ক, ডাশ

কোর্সটির সহায়ক কে হতে পারবেন?

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের সাক্ষাৎমিথ্াভিত্তিক সযখনে দীয় অনুী ন, সঙ্ঘা, গল্প আলোচনা এবং সরা স বা ভি চরিত্রে অভিনয় করার পাশাপাশি উপা পনাও রয়েছে। পতব এবং অল্প সীদের সাথে মিথ্য় শিা ণ রিািয় সনত্ সদন্ত ার সামান অভি তা আে এমন সযসক্ট এতে সনত্ দিতে পারেন। সহা দের নিদেমাশিা এবং আনুষ্িক উপকরণ লিাে তিটি অধিবে ন কীভাবে চালাতে হাে সসসম্কে বি ারিত নিদেমাশা এবং সঙ্হসাথে পরামশাও দান করা হায়ে।

কোর্সটির স য়াক হাে মানবাধিকার কিংবা ধমস্মা বি াসের াধীনতা সম্কে আপনাকে অভি বা নী হাে হাে এমন সক্স কথা সঙ্হ। সমসা ি উপ াপনার জন্য়রিি এবং পাওয়ারপয়ে স য়োজনীয় সম তথ্য় সরবরা করা হােে। সকাসস্ম ায়কের ভূমিকা একজন বিে ষ ওয়া নয়, বরং পার িক শিা ণ রিাি়ার মাধ মে অং ণকারীদের সঠিক দিকে ধাবিত করা।

স ায়কদের যেটা সবচেয়ে সর্বি য়োজন তা হা স াপটের তি সংবেদনী তা। সঙ্ঘন, সক্স বিষয় আলোচনার জন্য়অতি সংবেদনী বা বিপজজন কিনা স্টা বিচার করার মতা এবং স্ই অনুযায়ী রিিয়ি টিকে মানানসই করে সন্ওয়ার মতা, স্ইসাথে সংবেদনী তা বা উে জনা সঙ্ঘা দিে দীয় গতিী তা রা করার মতা।

পরামর্শ! ১৭-২০ পৃ ায় স ায়ক হিসেে আপনার দ তা বিকি ত করার জন্য়বিভি পরামশা পাবেন। পৃ া ১৫-এ তিটি অধিবেশাে র জন্য় কীভাবে তি নিতে হাে তার নিদেমা পাবেন।

কোর্সটিতে কোন বিষয়গুলি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে এবং কীভাবে সাজানো হয়েছে?

সকাসস্মে দুই ঘণ্টার টি মুখোমুখি অধিবে ন রয়েছে। এটি দুটি খে বিভ

কোর্সটির ১ম খে (অধিবে ন ১-৫) ন এবং দুটি ি উন্ননের উপর আলোকপাত করা হায়েে যাতে সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেে গড়ে উঠতে আমাদের মসি এবং হৃদয় - টেই তেই হাে পারে। মানবাধিকার এবং ধমমবা বি াসের াধীনতার তি অং ণকারীরা নিজেদের দুটি গরে বাপারে জানবে ও সচেতন হাে, এবং তি পরিচয়ের মানুষদের তি তাদের মনোভাব সক্সন স্ই বিষয়ে গভীরভাবে চি া-ভাবনা করবে। অং ণকারীরা স াপট বিে ষণেও দ তা অজম করবে।

কোর্সটির ২য় খে (অধিবে ন ৬-৯), ফরব এবং অন ান্যমানবাধিকার প্রচার ও সমুননত কর ন্য়বিভি সঙ্হশা লো ি খেবে এবং নিজেদের ারা চিহ্নিত ফরব সমসা ি সমক্ষাে ায় তাদের কমক্ষারিকলপন সক্সন ওয়া উচিত তার দিকনিদেমাণাও পাবে। এই অধিবে ন ি দ তা এবং কমস্মা পদকেে র উপর আলোকপাত করবে।

আরো বি ারিত জানার জন্য়সকাসস্ম উপকরণ সন্ধুন।

“কায়ক াপ লিাে ণব তা টি , গ ি ও টি চমৎকার আর অং ণকারীও কথা বলাে আ ি টি। আমি মনে করি এই কোর্সটি ভূগম্ পযমাে মানুষ সথকে শুরুরে মানবাধিকার সম্কে আ এবং মাঝারি পযমাে ন রয়েছে এমন সযকেম ব ি র জন্য় ত কায়কর হাে। একজন স ায়ক হিসেে এই কোর্সটির পরিচা না আমার জন্য় একসরমােগচকর ভিজ্গেওর্টে।”

উকোহা এনগোবিয়া, সহায়ক নাইজেরি া

“এই কোর্সটি এক কথায় অি তীয় - অনেক আলোচনার সূত্রপাত রেেে এই কোর্সটি! মুসি ম, খ্রিস্টান, বা াই এবং দরুজ ণকারীদেরকে নিয়ে গঠিত দলাি ও টি সতি ই তেই ময়। অভিনন মতামত বা াথেম্ জায়গাটা ষুঁজে পাওয়া যদিও সবসময় স জ যনি কিনতু চমৎকা লোচনা হােেে।”

হাম্মাম হান্দাদ, সহায়ক, ডাশ

উপকরণসমূহ কীভাবে ব্যবহার করতে হবে

মানব সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি নয়টি অধিবেশনে বিভক্ত করা হয়েছে। এর জন্য সময় লাগবে ১৮-২০ ঘণ্টা। এই অধিবেশন তিন দিনে, দুটি সপ্তাহে বা দীর্ঘ সময় ধরে পরিচালনা করা সম্ভব। - সম্মতি সপ্তাহ একটি অধিবেশন।

অধিবেশনের জন্য যোজনীয় সমস্ত উপকরণ আমরা সরবরাহ করে দিতে পারব। যাতে করে সাধারণতের জন্য কোর্সটি পরিচালনা করা যথাসম্ভব সহজ হয়।

তিয়টি অধিবেশনে জনস্বার্থে নতুন পরিকল্পনা তৈরি করা হবে এবং সেইসঙ্গে ক-প্লান রি-ব্যালেন্সিং, পাওয়ারপয়েন্ট উপস্থাপনা, বিপ্লবের অনুশীলনের জন্য কাডা এবং সপাস্টার মতো উপকরণ সাহায্যকর উপকরণ তৈরি একটি স্ট্রট স্ট্র্যাটেজি।

এই উপকরণ তৈরিতে অনেক খরচ হয়। তাই সাহায্য করা হবে এবং উন্নয়ন করা হবে। এটি আপনাকে সাহায্য করতে পারবে এবং আপনার সাহায্যেও দ্রুত যোজনের সাথে মানসিকভাবে নিতে পারবেন। চাই। পাওয়ারপয়েন্ট তৈরি এবং বিপ্লবের সাহায্যে অনুবাদ করে নিতে পারেন।

এই তালিকা
আনুষঙ্গিক
উপকরণসমূহ
পাবেন

পরামর্শ! সব সাক্ষর
উপকরণ লো একাধিক ভাষায়
পাওয়া যাবে। অন্যান্য ভাষার
সংস্করণ এখানে পাওয়া যাবে।

ঝুঁকি এবং নিরাপত্তা বিবেচনা

কিছু সাহায্যে, মানবাধিকার সমস্যা সনাক্ত করা হবে আলোচনা করা বিপজ্জনক। এই সাক্ষর পরিচালনার ক্ষেত্রে আপনি বা অন্য কারো বিপদে পড়তে পারেন কিনা বা এর ক্ষেত্রে এবং সংবেদনশীল বিষয় তৈরি আরও অবনতির দিকে সম্মতিতে পারে কিনা সমস্যা সমস্যা গভীরভাবে চিন্তা করুন। কী কী আলোচনা করা সম্ভবকারী সনাক্ত, সাক্ষর, এবং কীভাবে? কীভাবে আপনি ঝুঁকি কমাতে পারেন - সম্মতি সাক্ষর বিষয়বস্তু অভিযোজিত বা সীমিত করে? কীভাবে নিরাপত্তা সনাক্ত করা সম্ভব করে - সম্মতি মানব সনাক্তদের সাহায্য করে এবং তাদের সমর্থন লাভ করে? পরামর্শের জন্য অন্যান্য রকম জিনিস কনসাল্ট করুন এবং মে অংশীদারদের একটি 'নিরাপত্তা' দলের জন্য সাক্ষর পরিচালনা করার সচা করুন। সাক্ষর সনাক্ত তখনই পরিচালনা করবেন যখন এটা করা নিরাপত্তা।

কোর্সটি পরিচালনা করতে কোন ধরনের প্রযুক্তি এবং উপকরণ লাগবে?

উপকরণসমূহ

- উপকরণ তৈরির অধিকতর সহজ ব্যবহারের জন্য একটি প্রিন্টার বা ফটোকপি প্রিন্টার দরকার হবে। এটি পাওয়া সম্ভব না হলে ফ্লিপ চার্ট, ক্রয়, বা বালি। সলা বা আঁকার জন্য লাঠি ব্যবহার করেও সাক্ষর পরিচালনা করতে পারবেন।
- পাওয়ারপয়েন্ট উপস্থাপনা তৈরির জন্য একটি কম্পিউটার এবং প্রেক্ষাপট হবে। উপস্থাপনা তৈরির সুবিধার জন্য সরবরাহ করা হয়েছে। কিন্তু লো ব্যয় করার ক্ষেত্রেই হবে এমন সনাক্ত কথা সনাক্ত।
- কমমশালাসনাক্ত উপকরণ সম্মতি ফ্লিপ চার্ট, ক্রয় এবং আঠায় ছোট কাগজ (টি নোট) এবং কিছু তৈরিকৃত জিনিসপত্র সম্মতি একটি নরম বা উল্লেক্ষ প্রদান তৈরি লাগবে। যোজনীয় উপকরণসমূহের একটি তালিকা তৈরি অধিবেশন পরিকল্পনা, এবং পৃষ্ঠা ১৫-এ সনাক্ত করা আছে। (তিয়টি অধিবেশনে জনস্বার্থে তৈরি সনাক্ত)।

আমি কি কার্যকলাপ ছাটাই বাছাই এবং সংযোজন করতে পারি? আমাকে কি নয়টি অধিবেশনই পরিচালনা করতে হবে?

আ ধর্মস্বী আলোচনা বা সচেতনতা উন্নয়ন মূলক কার্যকলাপ লোর সাথে আপনি তো জড়িত আনে এবং উ কার্যকলাপ লোতে নতুন ধারণার সন্নিবেশ করতে চান। আপনার নিজের তরিশি শিখণ রিণিয় এই সকার্সটি সখকেকার্যকলাপ লো বাই করে সংযোজন করতে পারবেন।

এই কোর্সটির নয়টি অধিবেশন একটি সর্বাঙ্গিক অধিবেশনের জনযআবয়ক সূচনা কোর্সটি পরিচালনা করতে না চাইলে ১ম খণ্ড (অধিবেশন ৫)-এর পরে সখমেসযতে পারেন। তবে এর ফলে অধিকারীরা তা হাতে পারেন। সন্ধান ৫টি অধিবেশনে তারা মানবাধিকারের সমস্যাটি সম্মুখে জানতে পারবেন ঠিকই কি সন্ধান লো সম্মুখে পার জনযসকল সরঞ্জাম তারা পাবেন না।

অধিবেশন ৩ (আমাদের বিবিধ পরিচয়) বাদ সন্ধান হলে ১ম খণ্ডের বাকি অধিবেশন পরিচালনা করা হবে না। তবে অধিবেশন ৩-এ পারিষ্কার ভিননকে কেন্দ্র করে সূচনাধা ধারণা এবং ভিননতা সন্ধান সপডিফেসাদুশোর জয়গা লোতে ‘অনদের’ তি আমাদের দুটি সন্ধান এবং তাদের পরিসি সম্মুখে আমাদের সচেতনতার উপর আলোকপাত করা হয়েছে। ‘অনদের’ তি অধিকারীদের ইতিবাচক মনোভাব সম্মুখে আবিষ্কার করা গয়া পয়ম এই অধিবেশনটি বাদ সন্ধান ঠিক হলে না।

তবে অধিকারীদের সবাই যদি মানবাধিকার সবাবে এবং ফরব তারা সুরিত অধিকারটি জানে এবং সন্ধান লোতে মূহসন্ধান, তাহলে সন্ধানটির জনমানসই করে নিয়ে কোর্সটি অধিবেশন ৫ সখক্ষে শু করা সযতে পারে।

“এই সকার্সটি উপকরণটি সন্ধান এবং ব্যাখ্যা করা সতি ই সন্ধান - এটা সন্ধান এবং অধিকারী সবার জনযই সন্ধান। কোর্সটিকে সাজানও হয়েছে সুন্দরভাবে। আমার অধিকারীদের একজন, সন্ধানীয় যুব সন্ধান, তার যুব দলে জনযকোর্সটি পরিচালনা করার আশ্রয় করেন। অতএব সন্ধানই যাচ্ছে সয এই কোর্সটি কতোটা সন্ধান এবং এটা পরিচালনা করা কতো সন্ধান।”

হিদায়া দুদ, সন্ধানীয়, তানজানিয়া

“কোর্সটির উপকরণ বা উপকরণের মধ্যে ইয়োজনীয় সবকিছু খুঁজে পাওয়া যায় এবং সন্ধান লো ব্যাখ্যা করাও সন্ধান। তবে একজন সন্ধানীয় (co-facilitator) থাকলে আরও ভালোভাবে কোর্সটি পরিচালনা করা সম্ভব। এর সন্ধান একজন সন্ধানীয় দলটিকে সন্ধান খানের দিকে মনোনিবেশ করতে পারবেন এবং অন্যজন সন্ধানীয় গতি বিষয়টি সন্ধানবেন এবং সন্ধান অধিকারীর ব্যক্তি সন্ধানীয় সন্ধান তাকে সন্ধানীয় কতে পারবেন।”

ইরফান ইঞ্জিনিয়ার, সন্ধানীয় ভারত

তিটি অধিবেশাে র জন্য কীভাবে তি সনকে

অধিবে ন পরিকল্প তে অধিবে ন কীভাবে পরিচা না করতে হাে সস বিষয়ে বি ারিত বণমা সন্মা আে।
তিটি অধিবেশাে র তির জনযনিম্নলিখিত পদে প ি অনুসরণ করুন

১. অধিবেশনের জন্য আনুষঙ্গিক উপকরণগুলো সংগ্রহ করুন

তিটি অধিবে ন পরিক নায আপনি সসই অধিবেশাে র জন আনুষঙ্গিক উপকরণসমূে র একটি সরাসরি ি পাবেন, এতে থাকবে:

- অধিবে নটির জন পাও ারপাে নট াপনা
- উপ াপনা বা গাে র ি বা লিাি, এবং
- অনুীলাে ব বহারের জন মু যোগ উপকরণ, সফ্মন কাডা, সপক্ষাটা বং বি পত্

এই িংকে
আনুষঙ্গিক
উপকরণসমূ
পাবেন

২. পড়ুন, চিন্তা করুন, মানানসই করুন!

মনোযোগ দিে অধিবে ন পরিক নাটি পড়ুন।

এই অধিবেশাে র অনুী ন ি অং ণকারীদের জন কতোটা উপযোগী হাে সসসমূকে চিন্তা করুন। একেে অনুী ন িাে আরও উপযোগী করার বা পরিবতন্ম করার সক্ষম সুযোগ আে কি?

সসই অনুযাী অধিবে ন পরিক না, অনুী ন এবং পাও ারপাে (যদি ব বহারকরা য়) উপ াপনা িাে মানানসই করে নিন।

পরামর্শ! অনুবাদ ক ন
-পাওয়ারপয়েন্ট ি এই এবং
বি পাে ইংরেজি ভাষার
পরিবতে ম্মং ণকারীদের
ভাষা ব ব ার করতে পারেন।

৩. উপস্থাপনা তৈরি করুন এবং চর্চা করুন

সাতটি অধিবেশাে উপ াপনা অনু ম করা হায়ে। এই উপ াপনা ি র জন ি এবং পাও ারপাে াই ি ও সরবরা করা হায়ে। (মানবাধিকার এবং ধমেম্ম াধীনতা বা বি াস সমূকে নিজ ানের তি আ বি াসী হাে নিজের মতো করে উপ াপনা তরি করতে পারেন - তবে ি সথকেমূ বিষয়ব ি অনু স্কৃত তে ভুলানে না!)

নিচের মতো করে উপ াপনা প্ রনের তি নিন:

স্ক্রিপ্টটি পড়ুন এবং সম্পাদনা করুন

ি টি কে কবার পড়ন্ম এবং বিষয়ব সমূকে চি া করুন। এমন কিছু কি আে যা আপনি স াদনা করতে, মানানসই করে নিতে বা সংযোজন করতে চান? সফ্মন, আপনার সদে র তথ বা উদা রণ সফ্মা করা। সয লো পরিবতন্ম করতে হাে সস লো পরিবতন্ম করুন। (রি ি র একটি স াদনাযোগ ও াডা ডাুমে আনুষঙ্গিক উপকরণ িাে সদা আে)

পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড সম্পাদনা করুন/ফ্লিপ চার্ট শীট প্রস্তুত করুন

রি করা সযকোনোপরিবতন্ম অনুসারে পাও ারপাে াই লো স াদনা করুন। আপনি যদি পাও ারপাে ব বহারনা করেন, তাহাে াই সথকেমূ বিষয়ব নিে একটি ফ্লিপ চার্ট িটি তরি করতে পারেন।

উপস্থাপনা প্রদানের চর্চা করুন

য়ে জনীয় যুি ব বহারকরার এবং পাও ারপাে াই বা ফ্লিপ চার্ট িটি ি র মাধ্যমে উপ াপনা াানের চচমক্ষরুন

অংশগ্রহণকারীরা কীভাবে প্রতিক্রিয়া জানাতে পারে সে বিষয়ে চিন্তা করুন

অং ণকারীদের কী ধরনের বা তিরি া থাকতে পারে? আপনার তিরি াই বা সক্ষম হাে হাে? পৃ া ২১-এ ‘জটি ে র সমাক্ষবেলা’ অংশটিতে এ বিষয়ে তি সনার জন সহায় তথ পাবেন। মনে রাখবেন সয অং ণকারীদের ে র উত্ি ‘আমি জানি না’ বলাটা সক্ষম ভূ নয়! সস্কট তযশাাকরনে না সযআপনি একজন বিে ষজ্ঞে - ারও অনেককিু জানার থাকতে পারে।



ঐচ্ছিক: আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলুন

কিু অধিবে ন পরিক ার মধে দর্ঘ্য চলাি এবং পাঠে র ি রয়েে যা আপনাকে আ বি াসী এবং প্ র হাে সাহায করবে।

৪. আপনার সরঞ্জামসমূহ প্রস্তুত রাখুন!

অধিবেশনটি পরিচালনার জন্য দরকারী সমস্ত উপকরণ তৈরি বা সংগ্রহ করুন। প্রতিটি অধিবেশনে বহুরকালের জন্য সম্ভব উপকরণ লো লাগতে পারে। সমস্ত লোর একটি তালিকা নিচে সন্ধান করা হয়েছে। প্রতিটি অধিবেশন পরিকল্পনার 'প্রতিদিন' অংশে আপনি সমস্ত অধিবেশনের জন্য যৌজনীয় অতিরিক্ত উপকরণের একটি তালিকা পাবেন - উদাহরণস্বরূপ, বিপি বা সঞ্চায়ক সঞ্জাম, সম্মান একটি সুয়ের পা বা উল্লিখিত।

সাধারণ উপকরণসমূহের তালিকা

সব অধিবেশনের জন্য আপনার নিম্নলিখিত উপকরণের যোগ্যতা:

- ফ্লিপ চার্ট এবং ফ্লিপ চার্টেসলায়ার কম
- সাধারণ কম এবং কাগজ
- আঠাযু ছোট কাগজ
- স্টপ বা সপ্পটার গানের অন্যান্য উপকরণ, ফ্লিপ চার্ট পিট ইত্যাদি।
- পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডসমূহের জন্য একটি কপি উটার এবং জেকটর (কি)

৫. কক্ষটিকে উপযোগী করুন

প্রতিটি অধিবেশন পরিকল্পনার 'প্রতিদিন' অংশে কীভাবে কক্ষটিকে সাজাবেন (সম্মান সচারণ প্রতি কীভাবে সাজাতে হবে, সন্ধান করে কী লাগতে হবে) সমসম্মতি নিদেশমাণী পাবেন।

টি

অধিবেশন পরিকল্পনা লিখে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য দুই ঘন্টা সময় ধার্য করা হয়েছে। তবে পরীক্ষার রিয়ার অভিজ্ঞতা থেকে সন্ধান গিয়েছে যে সন্ধান সন্ধান অধিবেশনে কিছু দের দুই ঘন্টা সন্ধানকক্ষ সময় সন্ধান, আবার অন্য অধিবেশনে আলোচনার জন্য আরও সময় নিতে অধিবেশন দীর্ঘ করতে সন্ধান। আলোচনা চালিয়ে যাওয়ার জন্য অধিবেশনের কাযমরতি 'ফ্লেক্স-টাইম' বা 'নমনীয়-সময়সীমা' যুক্ত করতে পারেন।

“সকাসম্মতিচা করার জন্য প্রতি নিতে সময় গিয়ে সন্ধান অনেক উপকরণ পড়োসন্ধানতে যাবে। তবে আগেভাগে প্রতি সন্ধান থাকলে কোর্সটি পরিচা না করা সন্ধান হয়ে যায়। কোর্সটিতে সবকিছু পরিচাভাবে বাখা করা হয়েছে। প্রতিবার কোর্সটি পরিচা করার সময় প্রতি নিতে আর অতো সব সময় গিয়ে না।”

হান্মাম হান্দাদ, সহায়ক, ডাম

“মে আপনাকে সন্ধানদের নিদেশমাণি ভালোভাবে পতে হবে এবং তারপর প্রতিটি অধিবেশনের তার জন্য সময়বন্ধ্য করতে হবে। প্রতিটি অধিবেশনের একটি চিত্র মানতে তুলে ধরুন এবং প্রতিটি অনুষ্ঠান কীভাবে হবে তা নিয়ে গভীরভাবে ভাবুন। সন্ধান অধিবেশন কীভাবে পরিচা না করতে হবে সন্ধান সম্মতি আপনাকে যদি অনিশ্চিত ন তবে সন্ধান-সন্ধানের সাথে অধিবেশন পরিচা করার মহাণ দিতে পারেন।”

উকোহা এনজিওবিয়া, সহায়ক নাইজেরি

সহায়কদের কাজের বিষয়ে পরামর্শ

সহায়ক কী?

সংজ্ঞা

সহায়তা করা: মানে হতে পারে সক্ষম কাজ বা রিটার্নস জ, সজতর বা সম্ভব রা

একজন সহায়ক অংশকারীদের জন্য শিগরিয়া, দৃষ্টি অবেশেণ এবং নতুন দাতা অজমরে রিয়ারিটি সজতর করে সতানে।

একজন সহায়কের দায়িত্ব:

- অংশগমূ ক পদ্ধতি ববহার রে অংশকারীদের নিজেদের মধ্যে ভাব বিনিময় রা এবং সমসয় লো নিতে আনন্দদায়ক বা আনন্কি ক বা অনুতে রণামূ ক উপাতে আলোচনায় িত ও ার বিষতে সহায়তা করা।
- এমন একটি পরিবে তরি করা সযখনে পার রিক আ া থাকে, মন খুতে কথা বলাযায়, বাই মিতে সশা যায়, এবং মতের পাথমক্ক স ন করা য়। সম্মন অংশকারীদের দলাতে মূ শাতে লো বা উন্ড স নিধক্ষন করতে স ায়তা করা।
- দতে মতার ভারসাম্যীনতা (power imbalances) সনাকত রা এবং ভারসাম ফিরিতে আনা, এবং তেযতে ই সম্ম অংশ হারে সুযোগ পায় এবং নিজেকে দতে র একজন গুরু ্বন্দসয় তে ভাবে তা নিশ্চিত করা।
- শিগরি একটি কাঠামো দান করা এবং শিগরি াটিতে অংশকারীদের অ ি নিশ্চিত করা।
- নিজের তিমূ ক াি লো (হাউ কিপিং) সঠিকভাবে পা ন করা - সম্মন, অধিবেশারে তি, সভার ান নিধক্ষণ, ানিট সবার অংশ হারে জনয় উ যোগী করা, অংশকারীদের অব িত করা ইতাদি।

এই নিদেমকার উপকরণ ি এমনভাবে ততৈকিরা হতে যতে উপরো ায়ি লো পা ন করা আপনার জন স জ ও সুবিধাজনক য়। ি ারিত অধিবে ন পরিকল্পন, অংশগতিকি অনু ি ন, শিগরি ার একটি সু কাঠামো এবং অধিবেশারে জনয় কীভাবে তি নিতে হতে স সম্মে নিদেমকা প্রদান করহতে।

একজন সহায়ক যানন:

- শিগরি ক বা ব া/ ভাষক - অংশগমূ ক শিগরি ায় সহায় নিজেকে অংশকারীদের সম্ম একজন হিসেতে উপ াপিত করেন এবং শিগরি ার নিদেমশা দান করেন যতে তেযতে অবদান রাখতে পারেন।
- বিতে ষজ্ঞে - একজন সহায় দিও তিটি অধিবেশারে তি া এবং নিদেমশা দানের দায়িতে থাকেন, কিন্তু এ ওয়া বিচিতর, সযঅংশকারীদের সক্ট সক্ট স ায়কের সথকেবিষয়টি সম্মে আরও সর্বা জানবেন! অধিবেশারে তেযতে র জ্ঞেরই তিফ ন থাকতে হতে।
- মনোযোগের কেন্দ্রবিন্দু - একজন ভা সহায়ক ন্যান অংশকারীদের তুলা ায় কম থা বনে, এবং তাদেরকে আলোচনার তি আকৃ করেন।

আপনি কি ফরব সংশ্লিষ্ট মানবাধিকার শিক্ষা সহজতর করার বিষয়ে আরও জানতে আগ্রহী? ফরব শিক্ র উপর শিগরি কদের অনলাইনসকাসমবিনামুলো সপতেআবেদন করুন। ফরব সংশ্লি গুরুত নের স াপটে মানবাধিকার শিগরি দানে স ি ভাবে নিযু ব্য ি র অ াধিকার সন্ট া হতে।

সহায়তা প্রদান সংশ্লিষ্ট কিছু সাধারণ পরামর্শ

অধিবেশনগুলির জন্য ভালো প্রস্তুতি রাখুন এবং সময় বরাদ্দ করার বিষয়ে নমনীয় থাকুন। আপনার তি যতে ভালো হতে, আপনার আ ি াসও ততো সর্বা থাকবে। কাযক্লাপ লিতে আগেভাগেই অংশকারী দলাটর জন মানানসই করে নিন এবং অধিবে ন চলাক াীন তিটি কাযক্লাপের জন সময় হরা বা বৃদ্ধি করার বিষতে নমনীয় থাকুন।

খোলা মনের আলোচনার জন্য অংশগ্রহণকারীদের উজ্জীবিত করুন

দৃষ্টি ার পরিবর্তন সাধন করতে এমন একটি পরিবেতে র দরকার য় সযখনে সক্ষম কিলু সমথম করার জন মানসিকভাবে তি সনার আগেই সেটা আমাদের উপর চাপিতে সদ া য় না এবং সযখনে অনের ব ব মনোযোগ দিতে সশা, চ া-ভাবনা করা এবং বিকি ত ও ার মতো একটি সং ৃতি থাকে। অংশকারীরা যতে অস জানাতে পারে এবং আপনার মতামতের সথকেভি একটি অব ানে সপ্টাতে পারে সক্ষম তাদেরকে সুযোগ করে দিন। এমন যুি তকক্ষ িে চুন সযযুি তকক্ষাউকে বিজী বা পরাজিত বতে গণ করতে পারে।

জটিল প্রশ্নের সহজ উত্তর এড়িয়ে চলুন

অধিকার নের কারণ ি সাধারণত জটি সযখনে সং ৃতিগত থা এবং মতার কাঠামোর মতো বহু বিষ জ িত থাকে। সক্ষম কিলু অতি-সর িকরণ হতে যতে কিনা সসবিষতে সতকক্ষাকুন, বিতে যত একটি বা টি কারণে

ফরব প্রশিক্ষক কোর্স
এখানে আমাদের অন াইন
TOI কোর্সটি সম্মে তথ্য
পাবেন।

অধিকার অীকারের তি দায় দ্বিতা কমানোর সকে, সফন ধমক্ষী পরিচে র সকে। অং ণকারীদের অভি তালা
বিভি কারণ বা ভাবক ি বিে ষণ করতে উৎসানি কল্পন

জেনে বুঝে সঠিক শব্দ প্রয়োগ করে আলোচনা করুন এবং গৎবাঁধা ধারণাকে নিরুৎসাহিত করুন

সরীকরণের লোভনকে তি ত করুন এবং অং ণকারীদেরকে সরীকরণ এিে চলাে সাহায করুন -
সফন, “মুসি মরা হাে ...”, “হি ুরা মনে করে...” বা “নারীরা পারে না...”। অং ণকারীদের মনে করিে দিন
সয় সক্ষম সগীার/সমাজের অনেক সদসে র অভি অভি তা বা বিাস থাকে ও, সরীকরণ করার আগে বিে টি
যাচাই করতে হাে (সফন, “কখনও কখনও”, “অনেক সকে”)।

সজ্ঞানি বা কেরে তু না এডিায়েচুন সক্ষম সক্ষম বিে ষ বা সম্পর্দ লো সবচেে সব সজ্ঞানি রি কার
য় স বিযয়ে তু না, তিযোগিতা বা তকে পরিবতেমসংহাি এবং স মমিঙ্কে উৎসানি কল্পন

‘আমি জানি না’ বলতে দ্বিধা করবেন না

মনে রাখবেন সযসহায়ক একজন শিা িথক্ষী সক্ষম ের উ র জানা না থাকে, অন সকে উ রটি দিতে পারে
কিনা জিাসা করুন। নিজেকেই সব ের উ র দিতে হাে এমন তাগিদ বা সচা সথকেবিরত থাকুন, বিে ষ
করে যদি নটেতে মতামত জডি়িত থাকে (সফন, “ঘৃণাত্ম মনবে র তিরিা করার সবেমাম উপায় কী?”)।
বরং, দলাটিকে জিাসা করুন কিভাবে তারা নটের উ র সদবে এবং ভি মত বা ধারণা ি র তি নিজেদেরকে
সমে ধরবে।

দল হিসেবে কাজ করুন এবং তথ্যপঞ্জি বা রেকর্ড রাখুন

সহা রা অভি তা সথকে এবং একে অপরের কাে সথকেসশাে! ২-৩ জন সহা ের একটি দে কাজ করার সচা
করুন সযক্ষনে আপনারা একসে সকােস্পেরিক না, পরিচালাা এবং মূলা য়ন করতে পারবেন। তিটি অধিবেশাে র
সকে ই পরিক নায অভিযোজন, পরিবতম, নতুন ধারণা, সাফলা এবং জটিলাাস আর কী কী ঘটটিে তা টুকে
রাখুন। এটা আপনাকে পরবতমক্ষমশালাাররিক না করতে সহা তা করবে।

সহায়করা সাধারণত যেসব প্রতিবন্ধকতার সম্মুখীন হয়ে থাকেন

সহায়তা প্রদান সংশ্লিষ্ট প্রতিবন্ধকতাসমূহ: অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে মিথক্ষিয়ায় ক্ষমতার গতিপ্রকৃতি
(পাওয়ার ডাইনামিকস)

সমাজে মতার ভারসাম্যীণতার একটি পদ্ধতিগত নমুনা সদক্ষ যায় - সফন পুরুষ এবং নারীদের মধ্যে, জাতি
সভদে আদিবাসী কিংবা ধমক্ষী সগা বা স দাে র সকে; িপ্তব এবং িশু/অ সীদের মধ্যে; শারীরিকভাবে
স ম বর্ষা এবং তিব বর্ষা র মধ্যে; শিািত মানুষ এবং অ শিািত মানুষের মধ্যে। এই ভারসাম্যীণতা
অং ণকারীদের একে অপরের সাথে এবং সহা ের সাথে স ্ হার বিে টা ভাবিত করবে। ফরব শিক্
ধমক্ষী সনত্দের অং ণ দের গতি কৃতিকে ভাবিত করে, সফনটি সদক্ষ যায় সক্ষসব বিযে র আলোচনা
সয় লোর ব্যাারে িনীয় সং ্তিগত থা অনুযাী নারীদের মতামত বিবেচনা করা য় না বা এরকম নানা বিধ
বিযে র আলোচনা সকে (সফন ধমমত সামাজিক মিথক্ষিয়ায় মতার গতি কৃতি (পাওয়ার ডাইনামিকস)
ায়ই সু থাকে, তাই সশার জন একটি ইতিবাচক অব ি নিশ্চিত করতে সহা েরকে এ বিে টির উপর নজর
রাখতে হাে এবং যথায়থভাবে পরিচালাা করতে হাে।

অং ণকারীদের মধ্যে মিথক্ষিয়ায় মতার গতিপ্রতির (পাওয়ার ইনামিকস) ভারসাম্যের ির জন্যএখানে
কিু পরামশারয়েে:

- সক্ষ কান সক্ষাার রাখুন! অং ণকারীরা কতোটা ভাবশাী বা শা, তারা সকাঞ্চয় সে আে, তাদের
অ ভি সক্ষন এবং কীভাবে তারা একে অপরের সাথে এবং আপনার সাথে স ্ হাছে সদি কে নজর রাখুন।
- মতার সনতিবচক গতি কৃতিকে সূ তার সাথে তি ত করুন বং সংশোধন করার জন আপনার নিজের
মতা যোগ করুন। সফন, মূ শাতবা উন্ড স উলেখে করুন এবং অং ণকারীদের মতামত
এবং ধারণা সাদরে বরণীয় - স্টাটা সবাইকে স্মরণ করিয়ে দিন।
- অং ণমূ ক অনুী ন এবং ছোট দ নিে কাজ করুন যাতে কাযক্ষলাাপ বং আলোচনা
অং ণকারীদের স ্কৃততা ও ণ আরও বৃদ্ধি পায়। একই সদস্যরাসক্ষ সবসময় একইসাথে কাজ
না করে সাদিকে নজর রাখুন।
- আলোচনায় সনত্ সদার সাথে সাথে সবাইকে কথা বলার সুযোগ সদা এবং তেযে র কথা সশার সকে
সুনিদিম নিয়ম অনুসরণ করুন
- লাজুক অং ণকারীদের কথা বলাে উৎসানি কল্পন, বিে ষত তারা কিু বলাে চাে বে মনে হাে
(উদা রণ রূপ, অ িয়ীভাবে িত সতা ি বা মাথা না ি)। আপনার নিজ িরীক ভাষা ব্য ির করুন
সফন অং ণকারীদের কােকািে যাওয়া বা সচােসচােসক্ষাযোগের মাধ মে তাদের উৎসানি করা।

- ংসা করুন কিন্তু থম্ব করা সথকেবিরত থাকুন।
- যাদের ব ব সশাা য় নি তাদেরকে সক্ষ একটা দাি দিন - সফ্মন দীয কাজের তিবেদন সপ করা।
- কখনই এমন মনব সমথম্ব করবেন না সয লো অন্যরে তি অবমাননা কর, বা সক্ষম মনবে সশর র মনোভাব বা অ ংকার পর পায়, অথবা সয লো ক্ কর, নিুর বা তম্বময়ূ ক। এ ধরনের মন্ য কর হাে স্ক বিষয়ে আপতিজ্ঞান, বিে ষ করে যদি এ ি ত বা পরো ভাবে অন্য অ ংকারীদের লা করে করা য়। শাতবা উন্ড স ি পুন বা “আপতিকির” ন্ টি যিনি বা যারা করেনে তাকে বা তাদেরকে এর সপনের কারণ ব াখা করতে বুন সযসক্ষ তারা এরকম মন্ য রেয়ে এবং অনান্য অ ংকারীদেরকে উ ত পরিসি়ি সম্কে তাদের মতামত জানাতে বুন।
- অনেক সক্ষ স াপটের উপর নিভম্ব করে, সমে িশু বং নারীদের, সমে িশু বং পুরূ দেব সাথে একই দোে একসাথে কথা না বে আ দাভাবে কথা ব াস জতর (এবং কিছু সক্ষ আব য়ক্) হাে পারে িভি বয়সী, বা ভিনন মম্বী বা সাং তিক স ায়ের সক্ষ ও এটি যোজ্য

সহায়তা দানের অন্তরায়: সংবেদনশীল বিষয়সমূহ

মানবাধিকার আমাদের মূল্যধে, অনুভূতি এবং মতামতকে স্ক করে এবং আমাদের ত্বৈকি দৃষ্টি এবং গং বাধা ধারণা ির ন্যায় া নিে তুলো পারে িকিু সংখ ক অং ংকারী মনে করতে পারে সযসকাস্টম্ব বিষয়ব তাদের মূল্যধে ধ, বি াস এবং রীতিনীতির সাথে সাংঘর্ষিক বা হু কি বৃপ। অং ংকারীদের মধ্যে এমন সক্ষ যদি থাকেন যাকে বা যাদেরকে মানবাধিকার ংনের সভাগি ির শি ার হাে হায়ে তবে ঐ মানসিক আঘাতের কারণেও তাদের তিরি া ভাবিত হাে পারে।

অং ংকারীদের মধ্যে যদি ষিটখিটে সম্বাজ সক্ষা যায়, কথা বলাে অনিছকে বে মনে য়, আলোচনা প- করার সচটসক্ষা যায় বা তারা আ মণাতম্ব হায়ে উঠে বে মনে য়, তাহাে বুঝতে হাে সয তারা সংবেদনী বিষয় ির ারা হু কি বা অস্ স বধ করে। একজন স ায়ক হােসে, আপনার ভূমিকা হাে সবার জন্য একটি নিরাপদ পরিবে বজায় রাখার মাধ মে আলোচনা পরিচা না করা, দীয গতিপ্ৰতি বা াইনামিকস বজায় রাখা এবং পার িক শিক্ র উপযোগী এমন একটি পরিবে নিশ্চিত করা সক্ষানে কারোর সদম্ব-গুণ বিচার করা য় না (নন-জাজমেন্ট) এবং একই সগেআলোচনাকে মানবাধিকার/ফরব-এর সাথে স িক বা সামঞ্জস্যপামরাখা।

সংবেদনী বিষয় এবং উে জনা সমক্ষাবে ার জন্যকিু সাধারণ পরামশা

- অধিবে ন শুরূ ার আগে অধিবে নটি সক্ষন হাে পারে সসসম্কে চি া করুন, সংবেদনী বিষয় ি চিহ্নিত করুন এবং উ ত পরিসি়ি কীভাবে সাম াতে হাে তা নিয়ে ভাবুন।
- বিতকি আলোচনা এ াতে তা া া করবেন না। অং ংকারীদেরকে অস্ কর বা সগালামেে করার অনুমতি দিন।
- তকেম্ব িে প াবেন না। আপনি সক্ষ বিতকি নন - আপনি একজন সহায়
- মনে রাখবেন সযমানবাধিকার শি ার সাথে আলোচনায় ক্ া তরি করার বিষ টিও জি ত - বিে ষত সক্ষম বিষয়ে মতভেদ রয়েছে সসসব বিষয়ে আলোচনার দ তা। দলটিকে সব ব াপারে একমত হাে হাে এরকম সক্ষ কথা সন্ধ!
- াউ বা স তরতরি করুন - াউন্ড স বা মূ শাত ি উে খ করুন বং সহানুভূতি ও বি াস তরি করে এমন অনু া ির জন্য সম্ ব্ করুন
- অং ংকারীদেরকে মন খুে এবং আরও ঐকাি কভাবে অং হাে উদ্ধ করতে আপনার নিজের অবদান ও অভিজ্ঞতার কক্ষ্যকত ক
- উে জনা সদম্ব দিে মূ শাত ি পেে সশাান এবং অং ংকারীদেরকে ভিনন ভিমত সশাার এবং স করার গু াে র কথা মনে করিয়ে দিন।
- মানবাধিকারের তি কারো আপ ি থাকতেই পারে - সেটা িকার করুন। বযাখ করুন সযমূল্যধে এবং ধারণাগত দোে র বিষয় লো আলোচনা ও স্ক লো স বধার সচটকিরার মাধ মে আমরা তেযে ই উপকৃত ই।
- তি ত করার মতাকে অনু িণিত করুন! লোচনা চালিাে সযতেএটিকে একটি সরঞ্জাম হি াবে ব বহা করুন, াে র সদস্যে াকে সমস্য সম্কে মতামত, তিরি া বা উে গ বিনিময় ক তে বুন। পা রমূ ক শি া হাে র জন দীয স াপটে (গ্রুপ সসট্ং-এ) সনতিবচক মনোভাব সম্কে সখাখুলি াবে আলোচনা করা জ াী।

- দের মধ্যে উে জনা সদস্ব দিে সেটা ীকার করুন বং সমক্ষবেলা করুন বিরতি নিন এবং বুন সয কের সক্তর এক ধরনের উে জনা অনুভব করতে পারেন। অং গকারীদেরকে মতভেদ লো সনাক্ত তে বুন এবং িমত করা ঠিক কিনা তা জি াসা করুন। তারা কীভাবে বিষ টি সামলাতে চায় সসসমকে দে র মতামত জি াসা করুন। সক্ষন, তারা একটি ছোট দ বা একটি পৃথক অধিবেশাে সমস্যাট নিে আলোচনা করতে চাইতে পারে, অথবা তারা আলোচনা ব করতে চাইতে পারে। এ বিষে আপনার ব্যক্তি গত ই া-অনি া থাকে তা কা করুন সক্ষন, আপনি পরামশাদিতে পারেন সয যত ণ না দলাটর প্রতেযে একে অপরকে আরও ভালা াবে জাননে এবং তাদের মধ্যে পার িক বি াস এবং সবার্ষপ া তরি হাে , তত ণ এই বিষে আলোচনা ব থাকবে।
- সক্ষন নিদিম বিষে মতপাথমক্লে কারণে অধিবে ন প ও ার এবং সমকে র ক্ি ও ার ঝুঁকি রয়েছে বো মনে হাে ঐ বিষয়ে আলোচনা আপাতত ব করুন এবং ঐক তযতৈকিরা সযতেপারে এমন বিষয় ির উপর পুনরায় আলোকপাত করুন। কোসটি সনানোবিতকমক্ষমক্ষাম নয়।
- খুব সর্বা আশা ক বেন না! মতভেদের জা গা লিাে সংলাপ ে, সক্তরার ন ন তার সাথে সচা চালিাে যান। সয কারো সকে ই ম গত গর্ষ্বাধা ধারণা এবং পরধ ির ব াপারে ট করে এবং পর শো মন পরিবর্তন করার স বনা খুব কম তাে বিকল্প ্রটি ির সং শো আসে এবং স মমিক্তর সমক গে, সতা ার ফে সময়ের সাথে সাথে মতামত পুনবিমক্তোর স বনা বৃদ্ধি পায়।

সহায়তা প্রদান: কঠিন ব্যক্তি

কখনও কখনও একজন অং গকারী, ই াকৃত বা অনি াকৃতভাবে, দে র সংহাি এবং কাযক্ষরিতাকে তি ত করার সচা করতে পারে, সক্ষন আলোচনায় আধিপত সদস্বনোর মাধ্যমে বা সক্ষন নিে ব্য থাকার মাধ্যমে। এ ধরনের সমস্যর সমাধান ব্যক্তি এবং পরিসি্ সভদেভি য়, বে নিম্নলিখিত সক্তশা ি সাহায করতে পারে।

- যখন একজন অং গকারী খুব সর্বা সময় রে কথা বো তখন তার মন বুঝে এবং হাস রস ব বহার রে তাকে সাম তাতে হাে। সক্ষন, সক্ষন মনবে র মাধ মে তার ব ব্য দরু মিয়ে দিন: “এটা একটা জা কথা বলোনে, আপনাকে ধন্যবাদ! ন্যরাকি মনে করেন?” অথবা াসিমুখে আপনার ঘড়ির তি তার দৃটি আ ষক্ষ করুন
- আধিপত -আরোপকারী অং গকারীকে সক্ষন দাি দিন, সক্ষন ফ্লিপ চাটেক্ষ িয় ধারণা ি সলার দাি ফ তিতে তাদের আধিপত্যবি ার করার পরবণ টি সাময়িকভাবে হাে ও া হাে।
- দ িয় তি কৃতি (গল্পপ নামিকস) যখন ভালো বো মনে হাে না, তখন সেটা ীকার করুন বং অং গকারীদেরকে মূ শাত ি মনে করিয়ে দিন। সবাইকে মনে করিয়ে দিন সযমূ শাত ি অনুযায়ী কারও ব বে র মাঝখানে তাকে থামিয়ে সক্ষা বা বাধা সক্ষা যাবে না, স গম্মালোচনাটি সগপনীয় রাখতে হাে, সক্ষন ব্য ার করা যাবে না এবং তেযে র মতামতকে স ন করতে হাে। মূ শাত ি যোগ করা সয তে ক অং গকারীর দায়িত্বস বিষয়টি গু রে সাথে তুে ধরুন এবং স া সমাধানের জন্য িয়ভাবে চাপ যোগ করার সুযোগ দিন।
- সয অং গকারী অত্থ আধিপত পরায়ণ বং অন্যে র সাথে কথা বলার সময় দ্বা ি আচরণ করেন না, যোজনে তার সাথে ত বে কথা বুন - সক্ষন বিরতির সময়। তাদের অং ণ সয আপনার কাে মূ য্বান স কথাটি বো আলোচনা ও দ িয় কাযক্ষ াপের অ ায় ি উলেখে করুন, সমাধান কী বে করা যায় তা জি াসা করুন এবং কীভ বে তারা স খার পরিবে উন্নত তে সা ায্য ক তে পারে স ি নিয়ে আলোচনা করুন
- অি ম উপায় শি াবে একজন অং গকারীকে দলাট সোে, সযতেবলাে হাে পারে। এই ধরনের পদক্ষেে র ফে উ ত সনজিাচক অনুভূতি এবং তাদের উপসি্ির কারণে দে উ ত সনজিাচক অনুভূতির তু নামূ ক বিবেচনা যাচাই করে সক্ষা উচিত।

উৎস: ‘স ায়কদের জন্য পরা শা অংশাি দ্যি উমেন রাইটস রিসোসমক্ষ র এবং নি ফাউে ন ারা প্ল ি ত না ি ফ্লাওয়ারস এট এ া -এর ‘দ্যি উমান রাইটস এুকে ন া ক’ সথকেসক্ষা হায়েে। এটি অনুমতি নিয়ে ব্য ার করা হায়েে।

জটিল নেরে র সমক্ষাবে ৷

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি পরিচা নার সময় অং ণকারীরা মানবাধিকার সমকে জটিল করতে পারেন।এখানে আমরা এরকম কিছু সমভ্য এবং অনুমেয় আপতিত্বে ধরেটি এবং স্ ফির উ র সন্দুয়ার জনযকি ধারণা লিা বন্ধ করেটি। তে ক অং ণকারী এবং স াপট একে অনে র সথকেভিনন তাই তিটি আপতিবা তিরিয়া আপনার জন্য যতো সিক হাে না।তবুও, আমরা আ া করটি সয এই তাি কাটি আপনাকে জটিল আলোচনার জন্য পর হাে সা ায্য ক বে।

আপনি যখন কারোর আপতিরিব াপারে তিরিয়া জানাবেন তখন তার আপি তে যদি সত্যতাথাকে এবং আপনার নিজেরও এরকম সক্ষ অভিজ্ঞতসথকেথাকে তাহাে স্ফাটা উলেখকরতে ভুলানে না।আরও মনে রাখবেন সয 'বিষয়টা আমার জানা সন্ধ' বো উ র সন্দুয়াটা সক্ষ ভু কিছু নয়।আমরা আ া করি সয এই কোর্সটি আপনাদের সবাইকে একসাথে উ র খুঁজতে সা ায্যকরবে। দৃটি গপে পরিবর্তমন্নে রিয়া ি সাধারণত ধীরগতির এবং এই পরিবর্তম ধীরে ধীরে য।অবিলাে মতামত পরিবর্তমন্নে আ া না করে পরিবর্তমন্নে বীজ বপন এবং স্ফই বীজে পানি সন্দুয়ায় মনোনিবে করুন

ফরব এর সাথে কী জডি়ত এবং কখন এটি সীমিত হাে পারে স্ফ সমকে বাস্ ক ি র জন্য,অনু করে এই বিষয়ে আমাদের **দৈর্ঘ্য লা ি ি** র ধারাবা ি ক সংক নটি সন্দুুন।

ফরব সমকি ত সক্ষ নিদিম সমস া কীভাবে সমক্ষাবে া করা যায এবং পরিসি ি র পরিবর্তম করা যায, স্ফ বা াপারে অনেক জটিল আসতেই পারে।অনু করে ৬-৯ অধিবেশারে উপকরণ ি বয ার করুন (যা সন্ধো এবং কমম্পরিকল্পনা উপর আলোকপাত করে) এই ধরনের নেরেউ র খুঁজতে দ লিাে সা ায্য করুন

পরকৃ ঘটনাকে কেন্দ্র করে উ াপিত ফরব সমকি ত সমক্ষাবে ার জন্য এই চলা ি সন্দুুন।

ঝুঁকি এবং নিরাপত্তা বিবেচনা

কিুে স াপটে, মানবাধিকার সমকে সখক্ষাখুলি াবে আলোচনা করা বিপজ্জন এই সক্ষাস্ফপিরিচালা ার ফে আপনি বা অং ণকারীরা বিপদে প তে পারেন কিনা বা এর ফে এবং সংবেদন ি বিষয় ি আরও অবনতির দিকে সযতে পারে কিনা সসসমকে গভীরভাবে চি া করুন। কী কী আলোচনা করা সমভবকার সোে, সক্ষাথ্য, এবং কীভাবে? কীভাবে আপনি ঝুঁকি কমাতে পারেন - সক্ষান সক্ষাস্ফ বিষয়ব অভিযোজিত বা সীমিত করে? কীভাবে নিরাপ া সক্ষদার করা সযতেপারে - সক্ষান ানীয় সনত্দের স ক করে এবং তাদের সমখম লাভকরে? পরামশেয় জন অন্যান্য রকে জি াসা করুন এবং মে অং ণকারীদের মধ্যে 'নিরাপদ' একটি দোে র জন সক্ষাস্ফপিরিচালা া করার সচ া করুন। সক্ষাস্ফসিঞ্চ তখনই পরিচালা া করবেন যখন এটা করা নিরাপদ।

ট

আপি জানাবেন নাকি ব বযট ভালো করে শু বেন?

কিুে ব বে র পরিপেরি ব াকে আপি জানানো এবং বলাসয'আপনার দ্ভ িটা খারাপ' বা 'আপনার এই ধারণা ভু ' - এধরনের তিরি া আপনাকে ক করতে পারে কিুে কে আলোচনা ব রাখা এবং অং ণকারীদেরকে মু শাত ি মনে করে সন্দ া আবশ াীয় হাে উঠতে পারে, বিে যত যদি দোে র অনয া আ া বা অপমানিত সন্ধ করে।সক্ষ সংবেদন ি আলোচনায, সহায় বং আপি উ াপনকারী উভয়ই যখন অভি াখেন্ন জা গাটা (সসজা গাটা যতো দু র সক্ষ না সক্ষ) খুঁজে সন্ধ করার সচ া করনে, সক্ষকম পরিসিতিে অধিকাং সকে ই দ্ভ ি পরিবর্তমন্নে জন য়ে জন মনোযোগ দিে অনে র ব ব সশা া এবং দ্ধ াীলা াবে য়ি শম।একে বিরতির সময় বা অধিবেশারে পরে উ অং ণকারীর সাথে ত ভাবে আলোচনা উপকারে আসতে পারে, বিে যত যদি আপি উ াপনকারী অং ণকারী আলোচনায িপত বি ার করা বা দোে র মধ্যে সনতিবচক পরিবে স্ ি করার জন দ াী য়

মূল ভাব - সংখ্যাগুরু বনাম সংখ্যালঘু

আপনি : সংখ্যাগুরুদের সর্বাধিকার থাকা উচিত! গণতান্ত্রিক ব্যবস্থায় সিদ্ধান্তসমূহের অধিকার তাদের আছে।
আপনি : সংখ্যালঘুরা যদি এখানে বাস করতে চায় তাহলে তাদেরকে আমাদের বিচার এবং জীবনধারা সমন্বিত করতে হবে, এটা আমাদের সদ।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- গণতন্ত্রে সংখ্যাগুরুদের সর্বাধিকার ভোটপায়ে তাদের সরকার গঠনের জন্য আমরা জানানো থাকি। গণতন্ত্রে স্টকসই ও সু রাখতে হবে সংখ্যাগুরুদের সরকারকে সবার ঠিক রাখতে হবে। সব নাগরিকের সমান অধিকার না থাকলে, গণতন্ত্র সংখ্যাগুরুদের সংস্কারের পরিণত হবে পারে - সববেসদুশ্ব যদি দুটি সঙ্কে, বাঘ এবং একটি সভাকে রাতের খাবারে কী থাকতে হবে সংখ্যাগুরুদের ভোট দিতে বলা তাহলে কী ঘটতে পারে!
- যদি আমাদের সরকার বা রা সংখ্যাগুরুদের অধিকার অধিকার করে এবং যদি এদে সংখ্যাগুরুদেরকে সংখ্যাগুরুদের বিচার এবং জীবনধারা সমন্বিত করে - তাহলে এদে সংখ্যাগুরুদের একাং যারা অন্যসদে সংখ্যালঘু হিসেবে বসবাস করে তাদের জন্য এর মমান্বন হতে পারে? সংখ্যাগুরুদের সরকারের কি এদে সরকারের মতো অনুসরণ পাবে প সন্যা এবং তাদের অধিকার অধিকার করা যু যু হতে?
- গণতন্ত্রে মানবাধিকারের উপর নিভন্নী বাক ও তথের ঠিকতা, সমাবে ও সংঘবদ্ধ ও ঠিক ঠিকতা, সংবাদপরে ঠিক ঠিকতা এবং ভোট সন্ধ্যার সবস্বনীন অধিকার ঠিক ঠিকতা ও সু নিবন্ধন অসম্ভব। অধিকার ঠিক ঠিকতা না ঠিকতা রাজদনৈকি দ গঠন করতে পারে না, কাকে ভোট দিতে হবে সংখ্যাগুরুদের একটি সচেতন মতামত তৈরিতে পারে না।
- সংস্কৃতি ও ঠিকতাহার তৈরিতে সমাজকে বিভিন্ন পাে সমৃদ্ধ করে, সক্ষম ঠিক ল্পকলা চমৎ খাদে ঠিক মাধ্যমে।

আপনি : মানবাধিকার শুধুমাত্র সংখ্যাগুরুদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- সংখ্যাগুরুদের সংখ্যাগুরুদের দায় বা সগীর্ মানুষের জন্য মানবাধিকার গুরুত্বপূর্ণ সন্যনা তারা ঠিক ঠিক। ধরনের ঠিক ঠিকতা, সক্ষম তৈরিতে মানবাধিকার সবার জন্য, মানবাধিকার সবাইকে মতের অপব বহারসথকের ঠিক ঠিকতা চায় এবং সবার মগে করতে চায়। সঙ্কে বিনা কারণে সফতার হতে চান না, নিয়ন্ত্রণ বা তৈরিতে ঠিক ঠিকতা চায় না, এবং সঙ্কে চায় না সযতাদের সন্যনা ঠিক ঠিকতা সথকেবিত সঙ্কে। আমরা সংখ্যাগুরু বা সংখ্যাগুরু যাই ই না সন্যনা, আমরা সবাই সংখ্যাগুরু সমাজে বাস করতে চাই সযখনে আমাদের মানবিক ময়মাদাধিকার ঠিক ঠিকতা এবং তৈরিতে বা নিয়ন্ত্রণের মতো সমস্যা ঠিক ঠিকতা সথকেসুরিত।
- তৈরিতে ঠিক ঠিকতা ঠিক ঠিকতা। একজন ব্যক্তি সন্যনা ধর্মস্বী বা আদিবাসী সংখ্যাগুরু সগীর্ বা সযের সদস্যহলে পারে কিন্তু একই ঠিক ঠিকতা অন্য ঠিক ঠিকতার সংখ্যাগুরু সযেরও অন্তর্গত হতে পারে - সক্ষম যদি তার সন্যনা ধরনের ঠিক ঠিকতা বা মানসিক ঠিক ঠিকতা থাকে।

মূলভাব- পশ্চিমা মূল্যবোধ এবং চক্রান্ত/পটভূমি

আপনি : পশ্চিমা শাফি মানবাধিকার বহালকরে অন সদরে অব নিকে নিচে নামাতে সচা করে এবং ক করে, যদিও তারা নিজেই মানবাধিকারের মানদ কে সম্মা করে না। মানবাধিকার রাজদনৈকি মতার লাভই নিকে হাতি ার মা

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- সযসকানোসরঞ্জাম বা হাতি ার যতো ভালোই সহক না সকা - এর অপব বহারহাে পারে। রাজদনৈকি মতার লাাইে কখনো কখনো মানবাধিকারের অপব বহার া য়। টাও সত সযমানবাধিকার বিষে সকানোসদে রেই নিখুঁত সক্রডাবা তথ পঞ্জি সনই (যদিও কিছু সরকারের অন্যে র সচে অনেক ভালো তথ পঞ্জি বা উপা আে)। সকা সকা সরকার মানবাধিকারের ঙ্ঘন া সে ও অন্যে রকে একইধরনের নের জন নিলা ভাবে আপনি জানায়। কিন্তু মানে এই নয় সযমানবাধিকার আমাদের জন , অথস্ম আমরা যারা এই অধিকার ি র ধারনকারী, তাদের জন গু িন। এই অধিকার ি আমাদের াধীনতা, নিরাপ া এবং সাবিক্ক মগলো কেন্দ্র করেই।
- সমাজে অসংখ মানবাধিকার ঙ্ঘ ঘটে - সফন তস্মে এবং ঘণাত্মক াধের মাধ্যমে। এমনকি সরকার ব্যথহাে ও, নাগরিক হিসেে আমরা আমাদের সমাজে মানবাধিকারকে বাসে পরিণত করতে অবদান রাখতে পারি। আমরা একে অনে র অধিকার আদাে র জন পাে দাঁ াতে পারি এবং অধিকার সমুনত ার সকে সরকারের ব্যথমর ি আপনি জানাতে সংঘবদ্ধ হাে পারি। যখন আমরা এরকম কিছু করি, তখন সরকারের (সেটা পশ্চিমা সরকারই সহক বা অন সরকারই সহক) জন মানবাধিকারের ঙ্ঘ চালিাে যাও া কঠিন হাে ওঠে। সরকার লো রাজদনৈকি সঙ্কাস্থাে - কি সসঞ্নে নয়, হাে , আমরা নিজোে আমাদের সমাজে মানবাধিকারকে বাসে পরিণত করার জন কী করতে পারি।

আপনি : মানবাধিকার তিনদেী একটি ধারণা যার মুে রয়েছে পশ্চিমা মূল্যেধে এবং সাং তিক সা াজ্যাদ।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- মানবাধিকারের সবজনীন স্মাষণাপ টির খস া করা হায়ে ি বিে র বিডি সদরে ডি ভিনন মম ঙ্ধ াসের তিনিধিদের ারা। এই তিনিধিরা সজ্ঞ দিে বলোাে ন সযমানবাধিকার মানুষের মযমাদ এবং তনৈন্দিন জীবনে আমাদের নিত চাহি া লোর সাথে সমকি ত। বিে র ায় সব সদ ই মানবাধিকারের এই স্মাষণা সমথম্ব দি়েে এবং এ লোর ি সম্মান শম, সুর া এবং চার করতে স ত হায়ে ।
- মানবাধিকার আসে আমাদের তনৈন্দিন জীবনে আমাদের য়ে জনীয় চাহি া ি র সাথে সমকি ত - বিদ ালাে , সকে -খামারে, কমমকে, বা ি তে এবং পা া বা মহা য় আমাদের একে অপরের সাথে কীভাবে আচরণ করা উচিত এবং অনে র কাে সথকেকী রকম আচরণ পাওয়া উচিত তার সাথে সমকি ত - যারা আমাদের উপর মতা রাখেন, সফন বা ি ওয়া া, নিয়োগকতস্মাশি ক বা পরিবারের সদস্য এবং তুস্মে র ারা নিযমাতি ওয়া সথকেসুর া পাওয়ার সাথে সমকি ত। যারা এই বিষয় ি আমাদের সবার কাইে গুরু ংগ
- মানবাধিকারের সবজনীন স্মাষণাপে াীত অধিকার ি সদুস্ম এবং কবুন। এ লোর মধ্যে সকানোটি কি এমন কিছুে সাথে সমকি ত সয লোাে আমরা মানুষের চাহি া হিসেে গণ করি? সকা নিদিম অধিকার লোাে আপনি 'ভিনদেী' বে মনে করেন? এমন কিছু আেে কি যা আমরা নিজেদের জন চাই না?

আপনি : মানবাধিকার ব্যা ািক। আমাদের সং তিতে, ব্যা গত অধিকারের সচে সামকি কতমব এবং সমক সব ি গু পূণমদায়িে র সতা া না করে সবাই যদি নিজেদের অধিকার আদায় নিে ব্য থাকে তাহাে আমাদের সমাজের কাঠামোটাই সভে যাবে।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- এটা সত সযমানবাধিকারের সূচনা ব্যা অধিকার সথকেই। তন্তর এ ব্যা ি রও অধিকার থাকা গু পূণম - কারণ ত ব্যা ি াবে আমরা বিডি নের ঝুঁকির মুখে থাকি - সফন, নমীতি কমমকমকিংবা পরিবারের সকা অত্যা ারী সদস্যে র ারা। এ ধরনের স লোাে ন্য বিচার এবং সাহাযে র সুযোগ আমাদের থাকা উচিত ।

- মানবাধিকারের সূচনা ব্যক্তিগত অধিকার সথকেহাে ও অনেক মানবাধিকার আমাদের সর্িত উদ্দেশ্য সর্িরও সূর া করা।সক্ষম, আমাদের পরিবার গঠনের অধিকার রয়েছে, সমাবে র াধীনতা আমাদেরকে দে দে সংঘটিত ওয়ার অধিকার সন্ধ্য, এবং ধমস্মা বি াসের াধীনতা আমাদেরকে পছন্দের বি াসকেন্দ্রিক সমাজের অংীভূত ওয়ার, ধমস্মী সংগঠন তৈরিকরার এবং একসাথে প্ৰাণা করার অধিকার সন্ধ্য।আদিবাসী ও সংখালাুদের র া করে এমন কিছু দী়/সগা য় অধিকারও রয়েছে।
- মানবাধিকারের সাথে দািত্বও িত। তেহাে রই দািত্ব ন মানুষের অধিকারকে সমর্থন সদ া এবং স ন করা - মানুষের সাথে ভা আচরণ করা এবং এমন একটি সমাজের জন্য কাজ করা সন্ধ্যানে সন্ধ্য মতার অপব্য ারের ি কার হাে না।সই দায়িত্ব সবা নিে সমাজের কাঠামো আরও মজবুত য়।

মূলভাব - একটি দন্তহীন হাতিয়্যার এবং অপ্রাসঙ্গিক বিষয়

আপি : রা লো র াগত মানবাধিকার ঙ্ঘ করে এবং তাদেরকে বাধা সদ ারও সন্ধ্য রা লো মানুষকে র া করতে ব্যথ য়।তাই যদি য় তাহাে এসবের কী দরকার? মানবাধিকার কাগজে কলাে ব বহুত মাতর আপি : মানবাধিকার য়তো পশ্চিমাদের জনযবা শাহা র মানুষের জন্য য়োজ্য,কি মীণ জীবনে এর সকানো প্ৰভা সন্ধ্য।

সন্ধ্যব্য প্রতিক্রিয়া:

- মানবাধিকার কারী সরকার লোে থামানোর জন সন্ধ্যাও আনজমাকি আইন ঙ্ঘলা াকারী বাহিী সন্ধ্য।আনজমাকি সং া ি ায়ই গুরু মানবাধিকার ঙ্ঘন করতে ব্যথ য়।আর স কার মানবাধিকার র ার জন আইন ও নীতি প্ৰণয়ন াে ও তৃণমূ পযমাে এর ভাব কম প্ে। তরুও, মানবাধিকার অর্থমীন নয়
- নিরব দশক হাে মানবাধিকার অজম করা য়ায় না।মানবাধিকারকে সাধারণ মানুষের জন একটি জলাজয বাসে পরিণত করা এমন একটি িি া যা সমাজে ও জাতির মধ্যে শুরু তে য়।অধিকাং সন্ধ্য ই এই িি াটি সন্ধ্যাদায়কভাবে ধীর গতির (বিে যত যখন মতায় থাকা বি া রা পরিবতম বিমুখ ন) - যার জন্য য়োজন তৈধযসাহাি কতা এবং সুনিপুন সন্ধ্যা। পরিবতমলে দিকে যা য়ই দীর্ঘ এবং ছোট ছোট পদে প নিয়ে গঠিত।অনেক কিছুই অলপ য়ের মধ্যে অজম করা অসম্ভ হাে ও, পরিবতমলে সই যাতরা শুরু করা গু াণম
- ভা আইন, বিধান এবং নীতি ি আনজমাকি, জাতীয় বং ানীয় যমাে গু পূণমকিন্তু তমী অতাব য়ক প্ে পটি হাে কাযস্কর ি ান গ্ে সতা।।অথস্মা এটা নিশ্চিত করা সযনিয়মনীতি ি সবাই জানবে এবং এই নিয়মনীতি ি র ি দায়বদ্ধ তেহাে ই এ লো সমনেচলাে। ত ম সথকেসুি ম কোর্ট পযম - িটি স্ে সচেতনতা, দ তা এবং জবাবদি তার ব্যবা গ্ে সতা। এই পুরো িি ার সাথে জ্িত।
- অনেক ধরনের অধিকার ঙ্ঘন মাদের সমাজেই ঘটে থাকে।মানবাধিকার অজমলে বিষ টি তৃণমূ পযমাে সাধারণ মানুষের মধ্যে অধিকার সমকে সচেতনতা বৃদ্ধি এবং দৃটি ি, মূ বোধ এবং আচরণ পরিবতমলে উপর নিভম্ন করে।
- আমাদের অজম নিতা ই কম নয়! দাস থা বি প্ত রার চারণা, সবার জন সভাটর অধিকার অজম, নারীদের পারিবারিক স্িংসতা সথকের া করে এমন আইন প্ৰন, প্ৰা ক এ াকার পরিবার ি র জন াস্য় বা ও বিদুয র মতো সরকারি পরিষেবা ি র সুযোগ নিশ্চিত করা - এ লো মানবাধিকারের কয়েকটি উদা রণ মাতর যবি জুে, সাধারণ মানুষের জীবনকে উন্নত রেে।অতীত াে র সংগ্ৰা র ারা আমরা কতো অধিকার অজম করেি তা ভুে যাওয়া াভাবিকভাবেই স জ।

মূলা বা – মানবাধিকারের তি ধমক্ষী আ ি

টবি

ধমক্ষী আপতি ি জটিল এবং সংবেদনীয় বাপার লিাে শাকরে (আবার ধমক্ষী বাখা এবং যু ি ি ও স াপটভেদে অত তবৈ ময় যানীচে িবিত উ র লিাে সাধারণ পরামশা পুরদান করহাে, এখা নে সকম নিদিম ধমক্ষী ি ার আলোচনা অনু ক্ত কর যনি।

আপনার দে র সকম এই সমস া ি সাম ানো যদি কঠিন বে, মনে য়, তাহাে এমন একজন স ায়তাকারী (Resource person)-সকআমন্তরণ তে পারেন যার ি াস ও ঐতি য় আ তি-উ াপনকারী অং াকারীদের সথকে িনিন্ নহাে ও অধিবে ন পরিচ া নায আপনাকে সা ায় ক তে পারবে। মানবাধিকারের জন্য কাজ রে এমন সকম ধমক্ষী সংগঠন বা সন্তা আে, কি যাদের সথখে আপনি সযশাযোগ করতে পারেন?

খুঁকি মূ ায়ন করার সকম, অং াকারীর /আপতিরসপনের কারণ বা স রণা িবেচনা করাও গুরু াণম তিন/তারা কি সতি ই সঙ্ক স্ত্রী? তিন/তারা কি জানতে চান সযনিজ ি াসের তি সতযসথখে মানবাধিকারের জন্য কাজ করতে পারা য় কিনা? নাকি তিন/তারা সরি, াবে দলটিতে িভেদ তৈকিরার সচটকিরনে?

মনে রাখবেন সযসকম ানের তি ‘আমি জানি না’ ব াটা সকম ভু নয়। এরকম স ালিে পুরো সকাসঙ্ক, আলো িত িষয় ি র সথখে অং াকারীদের ি াস কীভাবে সমকি ত তা নিযে দলটিকে াবতে পরামশাদিতে পারেন।

ফরব এবং ধর্মতত্ত্ব
এখানে িভিন্ মেষ জন
উপকরণ লো পাবেন

আপ ি: মানবাধিকার মানুষের সৃষ্টি। আমরা ঐশিক ইহুে এবং আইন অনুসরণ করি। আমাদের ধমআমাদের যোজনীয় সম উ র পুরদান রে - আমাদের মানবাধিকারের যোজন সন্ই!

সন্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- মানবাধিকার মানুষের সৃষ্টি। তা সে ও, তিটি ধমেই এমন অনেক পি ত, সনক এবং সদস রযেে ন যারা ি াস করেন সযমানবাধিকারের িষয়। ি মানিক ময়মাটন্য িচার এবং দা ি ত্ব মকে তাদের ধমেই মূ াশা িকে িষপকভাবে তুে, ধরে িভিন্ মঙ্গলী হাে ও একসাথে মানবাধিকার অে ষণ করার মধ্যে দিে আমরা সন্ইসব িভিন্ াদশেয় (Common Ground) উপাদান ি খুঁজে সপতেপারি।
- মানবাধিকার ধমক্ষী ার িভিন্ টি কাযস াদন করে। সযখনে িভিন্ মঙ্গলী মানুষেরা সন্ইই একে ানে র তি স নী নয়, স্খানে মানবাধিকার আমাদেরকে এমন একটি সাধারণ াষা পুরদান রে যা িষ ার করে কা ি ত সমাজ গে, সতা ার লাে আমরা সবাই কথা বলাে পারি। মানবাধিকার এমন একটি আইনি কাঠামোও সরবরা করে যা আমরা রাে র িবাবদি তা নিশ্চিত করার জন্য িষ ার করতে পারি - যাতে রাষ্ট্র িষের ময়শা এবং ন ায় িচারকে স ন করে।
- অনেক ধম াসের িনিধিরা মানবাধিকারের সবজনীন স্খাষণাপে র খস া তরিতে জ ি ত িে ন এবং খস া ি জাতিসংঘের সক সদস দে র ারা সজ ালোভাবে িতকিহু হাে িে। িবিত াধিকার ি ধমক্ষী এবং মানিক মূ াবোধের সথখে কীভাবে সমকি ত তা নিযেও অনেক িতকিহু িে ালা িে এমন একটি স্খাষণা তৈকিরা যা সতি কার অথেসবজনীন হাে - এবং স্খানে এমন সব াধিকার িকবে সয লোর তি ধমক্ষা আদশানি িমশেো তেযে ই একমত হাে পারবে।

আপ ি: আমি মানবাধিকার এবং/অথবা ফরব এর জন্য কাজ করতে পারবো না, কারণ এ লো আমার ধমে ম াযোগ নয়।

অং াকারীরা একমত নয় এরকম সকম াধিকার বা াধিকার বা ায়নের উপায় নিযে আলোচনার ফে অধিবে ন সহাে ই লাকু ত হাে পারে। আপতিকারী সকম িবে িষ াধিকারটি সমকে উ ি তা জি সা করুন। সন্ই নিদিম াধিকারটির িষয়ে ঐক্য তে সপ্তানো যদি সকাসঙ্কলা অজমরে চা িকাঠি না হাে, িকি তাহাে সমথমরে জাযগা লিাে পুনরায় দৃষ্টিপাত করার সচটকিরন এবং ধীরে ধীরে ঐকমতে র স কে ারিত করুন

সন্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- আপ ি উ াপনকারীকে জি াসা করুন সযফরব-এর সথখে সমকি ত সকম মানবাধিকার বা অন সকম িষ আে কিনা সয লো তার ধমক্ষী তিহোর মূলাযে ধকে তুে, ধরে এবং মানবাধিকার সমকি ত এমন সকম সমসয আে কিনা সয লো তারা সমাকবেলা ক তে চায। িে খ করুন সয এই সকাসঙ্কউে শা ি শা িী সমাজ পরিবতকারী হাে ওঠা যাতে করে সমাজের সমসয ি সমাকবেলা ক তে পারা য়, কি তাই বে সব িষে আমাদেরকে একমত হাে হাে এমন সকম কথা সন্ই।

- ব্যক্তি, সঙ্গী এবং সমাজের উপর সংলগ্ন অধিকার নের ভাব সম্বন্ধিত বা ব উদার গণ সন্দর্ভ সচা করুন। এই ধ নের পরভাবা সৃ য়কর্ র সাথে আমাদের ধর্মমন্টে খিত মানবিক ময়স্মা ও মানুষের তি ভালোবাসার বাতমাি কীভাবে সম্বন্ধিত?
- তনৈকিতা এবং মূল্যধে চার ও সমুননত রার জন আইনের মাধ্যমে অধিকার সীমিত করা সক্ষম ভালো পদ্ধতি নাও হাে পারে।
- অং গকারীরা সযঅধিকারটি নিে আপি তুলোে সসঅধিকারের বিষয়ে তাদেরকে জি সা করুন সয তাদের ধর্মমুবা ধর্মমালিা) এই অধিকার সমকে কী ব া হাে মে এবং যারা এই অধিকার চচমক্ষরেন তাদেরকে সক্ষম পরিসিতিে প তে য়। তাদের ধর্মমকি এ বিষয়ে সক্ষ এই একটি সিক কথাই ব া আে এবং এর বাখাও কি সক্ষ এই একটিই যোটা তারা উলেখে রেনে? এই অধিকারকে অন্বসক্ষমভাবে সমথম্ব করে এরকম কিছু কি তাদের ধর্মমস খা/উলেখেআে, বা এধরনের সক্ষমূ বোধ, বাখা বা অনুবাদ - কিছু কি আে? সময়ের সাথে সাথে ধর্মস্মী ি া কি পরিবর্তিত হাে মে?
- একই ধরনের ধর্মস্মী সংখ্যগুরু গোী নিে গঠিত সদ ি র সকে ও মানবাধিকার এবং ফরব সংলগ্নি বিষয় ি সমক্ষাবে পর প তে যথে ভিননতসক্ষা যয়। মানবাধিকার আইন পর নের জন্যু সিম, সন্ধে বা খ্রিস্টানদের অভিন্ন বা এক সক্ষম প া সন্ধে।

পরামর্শ! মানবাধিকারের তি অগিে ারবন্ধ একজন ধর্মস্মী সনত বা ধর্মস্মাি ককে এই ধরনের আলোচনায সাহায করতে অনুরোধ করুন

প্রশ্ন: অন ান্বধর্মম্ব জন্বসমান অধিকারকে সমথম্ব করার মানে কি এই য় না সযসব ধর্মমকেই আমি সমানভাবে সতযববে মনে করি? ফরব সমুনন করার জন্য আমাকে কি নিজে ধর্মমকেধকমা সতযধর্মমহিসেে বিবেচনা করা ব করতে হাে ?

আপি : আমাদের ধর্মস্মী স ধর্মমতাহাে আমরা সক্ষ অন দেদেরকে সমান অধিকার সন্দর্ভ?

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- আপনার ধর্মমই এক্ষাত্ৰ ত ধর্মম - এই ি াসের অধিকার ধর্মস্মা ি াসের াধীনতা ারা সুরি ত আে। ফরব অন্বাে র ধর্মস্মা ি াসকে একমাত্ৰ ত ববে ি াস করার অধিকারও র া করে। মনে রাখতে হাে সয মানবাধিকার বা আনজমার্গিক আইন ধর্মস্মী ত্ব া যাচাই এর মে সক্ষম রায সন্দর্ভ না। মানুষকে ঘিরেই মানবাধিকার এবং এর ভি মানুষের ময়মাদও তনৈকিতার উপর। মানবাধিকার ি আমাদের সবার জন একটি নিরাপদ জা গা তরি করে সযস্বনে একে অনে র সাথে কীভাবে সমমা বং ময়মাদ সাথে আচরণ করতে হাে তার একটি নূ নতম মানদণ্ডনিধস্বনের মাধ্যমে নিজেদের মধ্যে হাজারো ভি তা থাকা সে ও একসাথে মিলোমি বসবাস করার সুযোগ তরি করে।
- অধিকাং ধর্মমই মানুষের ময়মাদ তি গুরু তুে ধরে এবং ‘অনে র কাে সথকেসম্মন আচরণ আমরা ত্বশা করি ঠিক সত্ৰন আচরণই অন দেদের সাথে করা উচিত’-এই সর্শ্বীক নীতির (golden rule) সক্ষম না সক্ষম সংস্করণ নু স্কৃত রে। অং গকারীদেরকে জি সা করুন ত দেদের ধর্মম্ব এরকম সক্ষম সর্শ্বীক নীতি রয়েছে কিনা এবং এর সাথে সম্বন্ধিত কী ি া তারা সপস্বনে। মানুষের সমান অধিকার না থাকে এই সর্শ্বীক নীতি সমনেচ া সম্ত কিনা জিে স করুন
- মানবাধিকারের নূ নতম মান অনুযাী মানুষের তি সমতার সাথে আচরণ করা আর তাদের ি াসকে সমথম্ব করা এক কথা নয়। ত্বম্ব, িংসতা বা অধিকার অ িকার করার মতো প া ি অনুসরণ না করেও আমরা অন্ব মাুষের ি াসের তি ভিত্তিগিতদিক সথকেভিননম সপক্ষণ করতে পারি। ধর্মম্বচক্ষ অধিকারে সীমাবদ্ধতা আরোপ সক্ষ তখনই অনুমোদিত যখন সর্গ ধর্মস্মী চর্চাটি অন ান্ব মাুষের অধিকার, াধীনতা, জন াস ইত াদির জন্য কি হাে দাঁ ায়।
- এমন সক্ষম অধিকার আে যা আমরা নিজেদের জন চাই, কি নে র সন্ধে অধিকার থাকা উচিত নয় মে মনে করি? আজ যদি আমরা অন দেদের এই অধিকার ি অ িকার করি, তাহাে আমরা কীভাবে নিশ্চিত হাে পারি সয এমন একটা সময় আসবে না যখন রা নে করবে আমাদের অধিকার লোাে ও অ িকার করা বেঠিক কিছু নয়? একজনের অধিকার না থাকা মানে কারোরই অধিকার সন্ধে। এে ন পরিসিতিে , আমাদের থাকার মধ্যে থাকবে সক্ষ রা য়ভাবে বরা কিছু অ ায়ী আইনী সুযোগ-সুবিধা সয লো রাষট্ৰ মে সযকক্ষ সময় অপসারণ করতে পারে।
- মানবাধিকার এমন একটি বিষয় যা আমাদের ধর্মস্মা ি াসের সন্ধে সব অনুসারীদেরকেও সুর া সন্দর্ভ যারা অন ান্বসদে সংখ ালাু হিসেে বসবাস করে। যদি এটা দাবী করা য় সয আমাদের সদে সংখ াগুরু বা রা নিধক্ষণ করবে কার অধিকার থাকবে বা থাকবে না - তার মানে এই দাঁ ায় সয অন ান্ব রা সমাজের সংখ াগুরুরাও দি স্মখানে বসবাসরত আমাদের ধর্মম্ব অনুসারীদের অধিকার অ িকার করে তবে এতে তাদের সক্ষম ভু হাে না।

মূলভাব: স্বাধীনতা এবং নিয়ন্ত্রণ

প্রশ্ন: তারা এমনভাবে ধর্মচক্রম করে যা আমাদের সংস্কৃতির সাথে মানানসই নয়। তাহলে এ ধর্মের সবাই কি এই ভাবে ধর্মচক্রম করে না - তাই এই ধরনের ধর্মচক্রমসম্বন্ধেই অপরিহার্য হয়ে পাবে না। এটা যদি অপরিহার্য হয়ে তাহলে এরকম ধর্ম চক্রম নিষিদ্ধ করার মতো কি আমাদের থাকা উচিত নয়?

প্রশ্ন: ঐচ্ছিক ধর্মশ্রীতি গণই যখন বৈধ সন্যসয় একটি বিবেচ্য ধর্মের চক্রম প্রকটি বিবেচ্য উপায়ে ওয়া উচিত, তাহলে আমরা সবার তাদেবকে ভিনন বৈ চক্রম করেতে সন্য?

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- ধর্মমত অত্যন্ত ভেদেচি ময়। সযকেনা ধর্মের সবার কিছু করার বিভিন্ন পায় থাকতে পারে। এবং এই সবাবনা খুব ঐগ সযসক ধর্মসমালীরা অন একটি ধর্মশ্রীতি গণকে সমনেচলা। এই মবধমসমা চলা ন বিবে ভিনন তবৈচি গুণস্তুপায় অ কারী সবাই কি কে অপরের সাথে মিলোমিটে ই বসবাস করে।
- ধরা যাক সযআপনাকে অন সনে পালিাে সযতেহাে। সন্যই সনে র সমাজ যদি আপনার নিজের মতো করে ধর্মচক্রম অধিকার অীকার করে বা আপনাকে এমনভাবে ধর্মচক্রম করেতে বাধ্য রে যা আপনার বিবেক বিদ্ধ - তাহাে আপনার সন্যন গণে?
- সবার বিবেচ্য উপাে বা পায় মম চক্রম করার জন কাউকেই মাণ করতে হাে না সযএইভাবে ধর্ম চক্রম করার ধর্মসমনুযায়ী অপরি ঐচ্ছিক একে আমাদেব ঐধিনতা থাকা উচিত। ধর্মচক্রম ঐধিনতাকে সীমিত করতে হাে রা কে সন্যহাতে হাে সয বিত সীমাবদ্ধতা বা নিষেধা আব যকী - সন্যন জন স বা অন দেব অধিকার ও ঐধিনতা র ঐর জনয। ঐধিনতার উপর অ যোজনীয় বিধিনিষেধ আরোপ করা হাে অসনে স ও সামাজিক উে জনা সন্যা সন্য। এভাবে রাে রাে তে অত ঐধিক মতা ও সন্য চারীতার পুরবণতাে আসে, ফে সমাজ গণত সথকেদূরে সরে গিয়ে একনায়কতের দিকে ধাবিত য।

মূলভাব: আঘাত হানা এবং সম্প্রীতি

প্রশ্ন: আঘাত বা আ মণের শিার ও ঐ সথকেসুর ঐ পাও ঐর অধিকার আে কি?

আপী : সংখ্যালু/মু চি বিবেদেব তাদেব ধর্মসমকে অবাধে কথা বা ঐর/চক্রম অনুমতি সন্যুয়া হাে সন্যটা আমাদেব মু বোধ এবং সামাজিক সংহাতিে গুণ করার ক্ষি তৈকিরে।

আপী : অনযে ধর্মশ্রীতি অনুভূতিতে আঘাত সন্য কারোই উচিত নয়। ধর্মসদরী ঐ এবং অনযান আপী কর বৃত্তা এবং আচরণ নিষিদ্ধ করা উচিত। এভাবেই আমরা সীতি বজায় রাখতে পারি এবং পবি তা র ঐ করতে পারি।

আপী : ধর্মসন্য সন্যিতকভাবে চি ত করা সথকেআমাদেব সুর ঐ পাও ঐ উচিত - সন্যনা এর ফে তসম তরি য

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- আনজমাকি আইন অনুসারে তেহাে রেই ঐধিনভাবে নিজের বি স ধারণ করার, চক্রম কা করার অধিকার রয়েছে, যত গ না সন্যই চক্রম অনে র অধিকার এবং ঐধিনতা খবক্ষরে। আনজমাকি আইন আমাদেব কাে মূলা ন বে গণ সবার বিষয়ে র সমালোচনা অথবা অপছন্দনীয় সবার কিছু সন্য বা সশাা সথকেসুর ঐ সন্য না। আ ত সবান্বে অনুভূতি সথকেসুর ঐ পাও ঐর সবার মানবাধিকার সন্যই।
- সামাজিক সীতির ঐর জন আপী কর/আ মণাতমক ত্তা এবং আচরণ নিষিদ্ধ করা সন্যীক এবং তনৈকি বে মনে হাে পারে। তবে আ মণাতমক কী - তা জগ্রেত করা অসমভবকি মানুষ তাদেব নিজেদেব ধারণাে ঐ অনযসযকেনা ধারণার নিেক অি ত্বারাও আ ত সবার করে। আনজমাকি আইন অনুসারে, ঘৃণা ও সংসতাকে উে সন্যা য় এরকম ব ব্য বা ত্তা নিষিদ্ধ। সাধারণত ধর্মদেব্রটা, ধর্মমতগ এবং 'সামাজিক স র ঐর আইন ঐর বা ঐ এর সচয়ে অনেক সর্বি য। এসব আইনে সয পুরবণ টি লা করা যায় তা হাে :
 - আইন ঐ অ , ফ ত সবার বিষয় ঐ অদধৈ বে বিবেচিত হাে তা জানাটা দু হাে ওঠে।
 - (তািকভাবে না হাে ও ঐয়োক সকে) আইন ঐ অপরাধকে সং ঐতি করতে সংখ্যগু দেব দুটি ঐর উপর নিভন্ন করে।
 - এক হাতে তাি বাজে না এই ধারণার ব বতমীহাে অবমাননা এবং মিথ্য অভিযোগকে উে সন্য
 - সংখ্যগু দেব পছন্দ নয় এমন মসী বি ঐসেব চক্রম কা যারা শানি গুমস্বব করে থাকে তাদেবও ঐ ওয়া উচিত - এে ন ধারণাকে সমথন্ন করে সংসতাকে স রণা সযায়া।
 - এর ফে যারা শানি গুমস্বব ধর্মসমা বি ঐসেব চক্রম কা করে তাদেবকে সামাজিক উে জনার জনযসদরী সাব করা য়, যদিও এর স গুমস্ববতার তাদেব ঘাডোয়াওয়া উচিত যারা ঘৃণা ও সংসতা দিয়ে ধর্মসমা বি ঐসেব ঐ পূর্ণচক্রম পুর শাে বাধা করে।

- পবি তাকে সুরার জন ধমম ঙ্গ ধমম্মী তি ানের উপহাসবা সমালোচনা নিষিদ্ধ করা সঠিক ববে মনে হাবে পারে। কি মম্মী তি ান লিাবে শাি াী এবং আরও বিশ্ করতে বাহিক এবং অভ রীণ সমালোচনা গুরু ুণম্মিকা পা ন করে। ধমম্মী তি ান লিাবে মানুষেরাই নিয়ু য় এবং মানুষই ভু করে। সমস্যা ি সমক্ষাবে া করা তখনই সম্ভব যখন আমরনিভম্মেছোদের সম্কে কথা বলাে পারি। ধমম্মী তি ানে শিশু নিয়মক্ষন সংরগা সা তিক সকলোঙ্ক ি এই াধীনতার গু কে তুে ধরে।
- ‘স িতি’ কি আসে সংখ্যা ু এবং মু চি াবিদদের বি াস এবং নিজ পরিচয় ম্কে নীরব থাকার উপর নিভম্মী ? এটা কি এমন এক ভনিতা সক্ষানে সংখা গু দের কাে যু ি যুক্ত নে হাবে ই স , না হাবে নয়? স ও সংহাি বিষয়ে সৰ্ব সংখা গু দের মতামতই যদি যথে য় তাহাবে কি দীর্ঘমেয়াদে একটি স্িতী , ি পুণম্মসমাজ আমরা তা া করতে পারি?
- অপদস্ া/অবমাননার সৰ্বম্ম সখকেসুর া পাও ার সৰ্বম্মও মানবাধিকার সন্থই। কৃতপে , একটি সু সমাজের জন্য সমালোচনা, তবৈ তা ও পর বিরোধী মতামতের তি স নী তা অতাব য্ক কি রাষ্ট্র, ধমম এবং/অথবা সখা গুরু সমাজ যখন খালুদের ধমম্ম বি দ্ধে সনজ্জিচক এবং ু ক পরচারণ জিত য়, তখন উকৃত মম্মসারীদের তি তম্মময় এবং িংসতাজ সন্য।বিভি ব ি র বিবৃতি বা ব বয ি ঘৃণাত্মক বা িংসতার তি উস্কা মু ক না হাবে ও অনেকসময় এরকম তম্মময় ও িংস া ঘটতে সক্ষা যায়। মানবাধিকারের তি দ্ধা এবং সমাজের স্িতী তা রাষ্ট্র এবং ধমমের তনৈকি ও নিরপে আচরণের উপর নিভম্মী। রাজনীতিতে, গণমাধ মে এবং জনসাধরণে আলোচনা বা ব তাতে তনৈকিতা সম্মুননত রাখা এবঘৃণাত্মক ত্তা ও উসকানির তি তৎক্ ক তিরি া অত গুরু ুণম্ম

তিরিয়া এবং অনু তি

সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেবে আপনার অভিজ্ঞতার গল্পগুলি বলুন এবং আপনার প্রতিক্রিয়া এবং পরামর্শ প্রদান করুন!

আপনি কীভাবে এই উপকরণটি ব্যবহার করেন এবং পরিবর্তনকে জন পদে পৌঁছানোর জন্য এই উপকরণটি সবচেয়ে ভালভাবে ব্যবহার করে আমাদের সাথে শেয়ার করুন! আমরা শুধু তাই নয়, সর্বোচ্চ বিষয়গুলো কাঙ্ক্ষিত করে এবং সর্বোচ্চ উপকরণের জন্য উন্নত করার সুযোগ রয়েছে।

এই তালিকায় আপনার তিরিয়া এবং অভিজ্ঞতাগুলি আমাদের পৃষ্ঠার জন্য জমা দিতে পারবেন: www.forb-learning.org/changemakers-your-experiences

এই উপকরণগুলি ব্যবহার করার আগে আমার কি কোন অনুমতি চাওয়ার বা কাউকে জানানোর দরকার আছে?

না। এই সহায়ক নির্দেশিকাটি বিষয়বস্তু এবং আনুষঙ্গিক সমস্ত উপকরণ সফটওয়্যারের সাপোর্টের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণভাবে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে এবং সর্বোচ্চ জনসংখ্যার বিধানিতা চারও সমন্বিত করতে ব্যবহার করতে পারবেন।

উপকরণটি ব্যবহার করার সময় দয়া করে ধর্মমত বিধানিতাটির মাধ্যমে www.forb-learning.org/bn, কথা উল্লেখ করুন এবং অংশীদারদেরকে জানান যে এখানে সফটওয়্যার অতিরিক্ত তথ্য, উপকরণ এবং অন্যান্য সফটওয়্যার সফটওয়্যারের মাধ্যমে।

ভিন্ন কোন প্রকাশনায় এই নির্দেশিকা থেকে নির্দিষ্ট অনুশীলনগুলি অন্তর্ভুক্ত করার জন্য আমার কি অনুমতি নেওয়ার দরকার আছে?

না। আপনার কাশায় এই নির্দেশিকা সফটওয়্যারের অনুশীলনের শিখার বা এর অভিযোজিত বা অনুবাদিত সংস্করণ অনুমতি করতে পারেন। তবে অনুমতি চাওয়া এখানে বহুতালিকার জন্য ব্যবহার করতে পারবেন না। লিখিত সর্বোচ্চ কপি ব্যবহার করার সময় অনুমতি করে ফরম শিখার মাধ্যমে উৎস হিসেবে উল্লেখ করুন এবং মুদ্রিত উপকরণসমূহের সাথে নিম্নলিখিত করে।

সূত্র: দ্বিতীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের সফটওয়্যারের মাধ্যমে।

www.forb-learning.org/changemakers

আমরা আপনার প্রশ্নের সমাধান করতে চাই! তথ্যদিয়ে [ফিডব্যাক](mailto:info@forb-learning.org) বা [তিরিয়া ফর্ম](mailto:info@forb-learning.org)টি ব্যবহার করুন।

আমি কি সহায়ক নির্দেশিকাটি এবং আনুষঙ্গিক উপকরণগুলি নিজের ভাষায় অনুবাদ এবং প্রকাশ করতে পারি?

যারা ইংরেজি জানেন না তাদের জন্য ফরম শিখার উপকরণটি নিজ ভাষায় পাওয়ার যেজন্য তা আমরা বুঝি। আপনি অবাধে বিষয়বস্তু একাধিক অনুবাদ এবং ব্যবহার করতে পারেন। আপনি যদি পুরো সফটওয়্যার এবং সহায়ক নির্দেশিকা অনুবাদ করতে চান তাহলে অনুমতি করে নিম্নলিখিত ইমেইল ব্যবহার করে আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন। info@forb-learning.org

কপিরাইট

এই কাশাটি রিউট করা কপিরাইট সিসি বিও আই-এসএ এর অধীনে সুরক্ষিত। অতীতে আপনি সর্বোচ্চ উপকরণের জন্য নিজের সাপোর্টের জন্য উপযোগী করে ব্যবহার করতে পারবেন তবে এক্ষেত্রে আপনাকে অবশ্যই ট্যাগ করে ফরম শিখার মাধ্যমে উৎস হিসেবে সূত্র দিতে হবে এবং আপনার অভিযোজিত সংস্করণটি আমাদেরকে ও অন্যান্য যারা এই একই কপিরাইট বা শর্তাবলী ব্যবহার করে তাদেরকে সর্বোচ্চ করতে হবে।

সর্বোচ্চ নির্দেশিকাটির চিত্রসমূহ এবং 'স্বাধীনতার সপক্ষে' গল্প লিখিত অংশ এবং চিত্রগুলো সবই কপিরাইট করা সুরক্ষিত। এগুলো অনুমতি চাওয়া বা অভিযোজিত করা যাবে না। আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন।

সর্বোচ্চ ফরম শিখার মাধ্যমে পৃষ্ঠার সর্বোচ্চ নেটওয়ার্ক NORFORB -এর পক্ষে SMC Faith in Development, ২০২১-এর সংরক্ষিত।

আপনার গল্প
এবং তিরিয়া
এখানে
প্রদান করুন

অং খ



সকাস্কেমউপকরণসমূ

অধিবে ন ১-৫

১ম অং : যা র তি

ানী সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির লা হা অং ণকারীদেরকে তাদের নিজ সমাজে ধমস্মা বি াসের াধীনতা (ফরব) পরিস্ি র পরিবর্তনকারী হিসেে পূর করা। ধমস্মা বি াসের াধীনতা পরিস্ি পরিবর্তনমলে ি াটি দীর্ঘ এবং কখনও কখনও একটি কঠিন যা হাে উঠতে পারে। তি সনা থাকে এরকম যা কিছুটা হাে ও স জ হা !

কোর্সটির ১ম খ ‘যা র তি’ - ন এবং দৃষ্টি গে বিকি ত করার উপর দৃষ্টিনিবন্ধ করে যাতে আমাদের মস্ি এবং হু পরিবর্তনমলে যা র জন্যপূর হাে পারে। এটি অং ণকারীদেরকে সাধারণভাবে মানবাধিকার এবং বিে ষ করে ফরব-এর তি দৃষ্টি গে ও ফরব সমকি ত ন অববেণের এবং ভি পরিচের মানুষদের তি তাদের মনোভাব নিে গভীরভাবে চি া করার সুযোগ সৃষ্টিকরে। এই অংশাি স াপট বিে ষণের দ তা অজমস্ে স া ক হাে ।

অধিবে ন ১-৫ এমন একটি ি াশু করে সস্হানে তিটি অধিবেশাে পূবস্মতমীঅধিবে নটি সথকেলা ন এবং চি াভাবনার তিফ ন থাকবে।

- অধিবে ন ১ মানবাধিকারের সাধারণ ধারণা দান করে।
- অধিবে ন ২ বিে ষভাবে ধমস্মা বি াসের াধীনতার ধারণা দান করে।
- অধিবে ন ৩ আমাদের বিবিধ পরিচ , বিশো াধিকার এবং তিকূলা ার বিষ ি র উপর আলোকপাত করে।
- অধিবে ন ৪ ফরব-এর ঙ্ঘ ি র উপর আলোকপাত করে এবং অং ণকারীদেরকে অনুীলাে র মাধ মে নানাবিধ ঙ্ঘন সনা তে স ম করে।
- অধিবে ন ৫ অং ণকারীদেরকে তাদের সমাজে ফরব সমকি ত সমস্য় চিহ্নিত করার মাধ্যমে নিজ স াপটে ফরব বিে ষণ করতে স ম করে সতাে ।

এই অধিবে ন ি সথকেলা ন এবং গভীর চি া-ভাবনা সকােস্ে ২ খে র জন্য একটি গুরু ণস্মতিতিতৈি করে। ২ খ টি সমাজ পরিবর্তনমলে নিমিে যা র পরিকল্পনা কমপ্লিকল্পনা এবং সস্ই সগেমোনবাধিকার পূরচা ও সমুনন করার বিডি সস্ে া ি র উপর আলোকপাত করে। অধিবে ন ৫-এর স াপট বিে ষণ সংি যাবতী বিষ ব খে র অধিবে ন লিাে তথ নিদেমমু ক উপকরণ ি সাে ব্যবহু হাে ।

অধিবে ন ১

মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দাঁ

অধিবে নটির সং বিবরণ

অনেক স াপটে মানবাধিকারকে পূর িক জীবন ও ানী সংস্কৃ র সাথে সম্বন্ধমীন একটি অ স িক বিষ বা নব্য-ঔ নর্বেক পশ্চিমা এজে র অং িসাবে বিবেচনা করা হা । ভমাশ ত, মানবাধিকারের তি এই ধরনের সনজিাচক মনোভাবের কারণে আমরা এই িতকর সরঞ্জামটিকে উপে া করি, অথচ আমরা চাইে ই এই সরঞ্জামটি ব্য ার করে সমাজে মানুষের জীবনধারা আরও উন্ন করতে পারি। আনজমাকি এবং জাতী আইন অনুসারে আমাদের এবং অন দের সযাধিকার লো থাকা উচিত স্ম সমকে আমরা সবাই যদি অবগত না থাকি, তাহাে মানবাধিকার ঙ্ঘনকারীর নির্বিঘে ঙ্ঘন লিাে সযতেপারবে।

অধিবে নটির টি অং আে:

১ম অংশ: ভূমিকা

এই অংশটির লা সকাসট্রিক কাঠামো সমকে ধারণা সদা এবং অং ঙকারীদের মধ্যে পার িক সখ্য ার সুযোগ তরি করা। এই অংে , আলোচনার জন সযমূ শাত লো (ground rule) সমনেচলাে হাে সস লোর দিকেও দৃষ্টি াত করা হাে। এই মূ শাত লো নিধম্মণ করা সস্ট্ দ ির জন বিে ষভাবে গু পূণমসয দ লিাে বি াস বা আ ার অভাব থাকতে পারে, বা সযদ ির সকে পুরো বিষয়ট সংবেদনী ।

২য় অংশ: মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব

এই অংশটির লা হা অং ঙকারীদের মধ্যে মানবাধিকার সমকে ান এবং দ্বাবোধ তরি করা, এবং তাদের ব্য াগত ও সামাজিক জীবনের বিভি চাহি ার সাথে অধিকার ির সযসূ তা তরি করা। পরবতমী সক অধিবেশােে জন এটি একটি ঙ্গরুত্বপূণমভি তরি করবে।



শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবে নটি মানবাধিকার সমকি ত ান এবং ইতিবাচক দৃ ি তরির উপর আলোকপাত করে।

অধিবে ন সশাে অং ঙকারীরা:

- তাদের তনৈন্দিন জীবনের জন গু পূণম্ম ত য়ে ট মানবাধিকারের একটি তালি া তরি করতে পারবে এবং তাদের সমাজে লাি ত হা এমন অ ত একটি অধিকারের কথা উলেখে কতে পারবে।
- তারা ব্যাখ করতে পারবে সয মানবাধিকার ি তাদের তনৈন্দিন জীবনে গু পূণম্ম াস িক, এবং তেযে ই এমন একটি সমাজ গঠনে ভূমিকা রাখতে পারে সস্বানে মানবাধিকারকে মযস্মা সদা হাে এবং সুরি ত রাখা হাে ।

টি

স া ক হিসেে আপনি ি ার উে য ির উপর নজর বুলিাে সহাে ই মূ া ন করতে পারবেন সয ি াটি কতোটা ভা চলাে, এবং অং ঙকারীদের ন, দৃষ্টি ি ও দ তার সক্স জা গা লিাে সক্সন অ তি হাে তাও নিণম করতে পারবেন ি ার এই উে য ি অং ঙকারীদেরকে ব ার জনয বরং তাদের কাে সথকেকী ধরনের অজম্ম তা া করা হাে তার এ টি তাি কা রাখার জন্য এখনে উলেখে করা হাে ।

সযকোনো অধিবেশাে উে খিত ি ার উে য ির বা বতা নিভম্ম করবে অং ঙকারীদের র ি ক অব ার উপর - অথম্ম মানবাধিকারের তি তাদের বিদযমান ি ির উপর। সক্স একটি একক অধিবেশাে এই উে য ির অ তি অজম্ম সমভবপর না হাে পারে - তবে সকােসম্ম অ তির সাথে ধীরে ধীরে উ তি ঘটতে পারে।

পরামর্শ! অধিবে নটির সং বিবরণ অং ি ার উে য়, বিষ বস্তু, ি বিভি কাযক্ষ াপের জন্য বর সম , এবং য়ে জনী উপকরণসমূে র একটি তাি কা সদম্মতে পাবেন।

পরামর্শ! মানবাধিকার সমকি ত জটিল লো কীভাবে সক্সপােে র সাথে সমক্ষাবে া করতে হাে স া বিঘে একটি নিদেমনা পাও া যাবে ২১ সথকে২৮ প া ।

অধিবেশনের বিষয়বস্তু এবং সময়



অভিনন্দন এবং ভূমিকা অভিনন্দন জানানো, অং গকারীদের পরিচয়, সকারসঙ্কল্প সংর্গ বিবরণ, এবং মূ শাত ির অনুী ন	৩০ মিনিট
পূর্গাজ্ঞ অনুশীলন: জীবন নামের স্যুপ সুযের পাে বিভিন্ন পাদানের চি ব বহার রে মানুষের চাহিা ি সম্কে জানা।	৩৫ মিনিট
হাঁটা এবং কথা বলার অনুশীলন: মানবাধিকার গ্যালারি এই অনুী ন অং গকারীদেরকে মানুষের চাহিা ি ও মানবাধিকারের মধ্যে সফাসূ তা খুঁজে সপতে সাহায করে।	২৫ মিনিট
উপস্থাপনা: মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব মানবাধিকারের মূ ছি লিাে তুে ধরে মানবাধিকার সম্কে াথমিক ধারণা দান, মানবাধিকারকে বাসে পরিণত করার জন রাে র কতমকমূ এবং সাধারণ মানুষের ভূমিকাসমূ আলোচনা করা।	১৫ মিনিট
সমাপনী আলোচনা অধিবেশনে ি বিষ ি নিে অং গকারীদেরকে গভীরভাবে চি া করার সুযোগ সদা এবং অধিবে নটি স ষ করা।	১৫ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্টা

প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃ ১৫-এর ‘কীভাবে তিটি অধিবেশাে র জন তি নিতে হাে’ নিদেমাশিটি অনুসারে অধিবেশাে র জন তি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলাট সম্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলাটর য়ে জন অনুযাী অধিবেশাে র সযকোনো উপকরণ স াপটের সাথে মানানসই করে পরিবতন্ করুন

অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

এই অধিবে নটি পরিচালা া করতে পৃ ১৬-এর তালিা া তিটি অধিবেশাে র জন য়ে জনী উপকরণ লো াড়াও নিম্নলিখিত সরঞ্জাম ির য়ে জন হাে :

- একটি ছোট ঝুি ।
- ছোট ছোট কাগজ।
- ‘জীবন নামের সু প’ সলাবে ক্ত টি সুযের পােত্র (নাদের স াপটে সযধরনের পা সাধারণত ব্যবহূ হাে থাকে)।
- ‘মানুষের চাহিা কাডা- ির মু তি অনুলিাি (printout) - আগেই পূ রাখুন।
- ‘মানবাধিকার গ্যালারি সপস্টাার’- মু তি অনুলিাি ।
- আপনি যদি অং গকারীদের জন ‘কী ভাবেনে’ িষক অতিরিক্ত নুী নটি পরিচালা া করতে চান তাহাে তে ক অং গকারীর জন্য ১ টি করে পাথর, বা মু বা কাগজ পূ রাখুন।

এখানে এই অধিবেশাে র অনুষাি ক উপকরণ লো পাও া যাবে



(ঐচ্ছিক) অতিরিক্ত: আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলুন!

অধিবে নটির জন তির অং হি াবে মানবাধিকার সম্কে আরও জানতে এই দর্ঘ্য চলিা ি সদসূ। এ ি আপনাকে আ বি াসী হাে এবং রে উ র সদস্ত ার সকে সাহায করবে। তবে গ্শ্চ ার কিছু সন্ই সকনা একজন সহাযে র ভূমিকা কি বিে ষ ও ান , বরং পার িক শি া ি াটির সনত দান করা।

কক্ষটিকে অধিবেশনের জন্য উপযোগী করুন

এই অধিবে নটির জন সচ ার লিাে চ াকারে সুখমুখী করে সাজাে ভালো হাে। কের সন্তর সহাে চলিা করার মতো যথে জায়া া আে কিনা সসদিকেলা রাখুন। ব ক হাে ভালো হাে কি সসখনে সকম স্টবি থাকার য়ে জন সন্ই।



চলচ্চিত্র



‘জীবন নামের সুপ’

‘জীবন নামের সুপ’ এবং ‘মানবাধিকার গারি’ অনুষ্ঠানটিতে মনস্খুতে সদার মতো এক অভিজ্ঞতা। এই অধিকার করার মাধ্যমে কিছু অংশকারী প্রথম বের মতো বুঝতে সপরেটে ন সমমানবাধিকার তাদের তৈরিন জীবনে কিছু না কিছু অথম্ম ন করে। সক্ষম মানবাধিকার লো তাদের আটে তারা এ টাও জানতেন না, ফ ত এটা তাদের কাতে মানবাধিকার আবিার করার মতো এক অভিজ্ঞত্বে গুঠে।”

উকোহা এনজিওবিয়া, সহাক, নাইজেরি।

বিবিত অধিবেশন পরিকল্পনা ১ম : ভূমিকা

১ম অংশ: ভূমিকা ৩০ মিনিট

সময়সূচী এটি প্রথম অধিবেশন, তাই অংশগ্হকারীদের মধ্যে পারস্পরিক সর্বাঙ্গপড়া তরি করতে, মূল শাস্ত্রসমূহ নিধসঙ্গণ এবং সর্কাসেম্বললা ও কাঠামো সম্কে ধারণা দিতে কিছু সম ব্য় করা গু পূর্ণসম

ট

অংশগ্হকারীদের মধ্যে ভালো জানা না থাকে এই অংশটির জন সম কিছুটা কম ব্য় করে ও চলাে। তবে দে র অংশগ্হকারীদের মধ্যে আ র অভাব থাকতে পারে বে মনে হাে সুসমক তরিজন আপনাকে একটু সর্বা সম ব্য় করতে হাে পারে। সর্কাসেম্বললা সুচনা হায়ে একটি দীর্ঘ প্রথম থিবে ন দিে ই করতে হাে। সর্কাসেম্বললা দে র যদি এই অংশটির জন আরও সর্বা সম য়ে জন হা তাহাে বাড়াি সর্কাসেম্বললাপয়ুক্ত রা সযতেপারে।

১. অভ্যর্থনা ৩ মিনিট

আপনার দে র তে ক অংশগ্হকারীকে সঠিক উপাে স াষণ জানান, সফ্মান, তাদের উপসি্ র জন তারিফ করে কিছু কথা বুন, গানের একটি ক সগে নান বা াথমদিে শুরু ক

২. প্রারম্ভিক অনুশীলন: বাক্যটি সম্পূর্ণ করুন ১২ মিনিট

উদ্দেশ্য

এই অনুশীলাে অংশগ্হকারীরা নিজেদের পরিচ সদার সুযোগ পাে এবং সর্কাসেম্বললাতি তাদের অংশ হাে র সপনে কী অনুে রণা কাজ করেে সেটা আপনি বুঝতে পারবেন।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

বু াকারে বসা অংশগ্হকারীদের কাে যান এবং তে ককে নিম্নলিখিত বাক ি স পূর্ণসমকরতে বুন। (তে ক অংশগ্হকারী একটি বাকে জবাব সদবে - তাদের উ র সক্ষ দীর্ঘ না হা !)
"আমার নাম... এবং আমি এই সর্কাসেম্বললাং ণ করেিে এ কারণে সয়.."

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করতে হবে

তেযে র উ র সদা স য হাে , তাদের উ র ি সথকেসযঅভি মূ বিষয়ট ফুটে ওঠে তা খুব সর্থা ভাবে উে খ করুন। উ র ি র জন অংশগ্হকারীদের ধন্যাদ জানান এবং বুন সযসর্কাসেম্বললাসিথকেতাদের তযশা কিছুটা হাে ও পূরণ হাে এবং আপনি এরপর সর্কাসেম্বললা এবং কাঠামো সম্কে বলানে।

৩. কোর্সটি শুরু করুন ৫ মিনিট

উদ্দেশ্য

এই সর্থা আলোচনার উে হাে অংশগ্হকারীদের সর্কাসেম্বললা , পদ্ধতি, বিষ এবং ব বহারিকতার একটি সর্থা প্তগমসমস্ঠ া।

কী বলতে হবে

পাও ারপাে াই ৩-৬ এর বিষ ব যা ফ্লিপ চার্ট িটেও রয়েে সস লো একটু সদখেনিন। (ফ্লিপ চার্ট িট ব বহার ক ে ও) পাও ারপায়েে ব ার জন সদা টিকা টিপ্সনি সদখেনিন।

ট

আপনার দলটিতে মানবাধিকার বিষয় যদি খুব বিতর্কিত বে মনে হা তাহাে াই ৫-এ উে থিত 'সর্কাসেম্বললাবিষ সমূ' পাঠ টিতে নী ভাবে ণযোগ্য বা স ক্ত ধারণ ি র সাথে সামঞ্জস্যূ ণম ব্য় ার করতে পারেন।



সম্মিলিত
অনুশীলন

পরামর্শ! ১ম অংশ : ভূমিকার জন খুব সর্বা সম সক্ষ ব্য় না হা সর্কাসেম্বললাজর রাখুন। ২ অংশে র জন ও আপনাকে সম বাঁচাতে হাে !



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

৪. মূল শর্তগুলোর অনুশীলন: ঝড়িতে রাখি ১০ মিনিট

উদ্দেশ্য

আমরা কীভাবে কথা বলাবে এবং একে অপরের কথা শুণ্ডে সসসমকে সাধারণ ত্য়শাা একটি নিরাপদ পরিবে তরির জন মূ শাত লো (াউন্ড স) গু পূণম

সরঞ্জামসমূহ

- একটি ঝুি ।
- কাগজের ছোট টুকরো ।
- ক ম ।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

নিম্নলিখিতভাবে ব্যাখ্য করুন

এই সকাসম্ম াকা িন আমরা চাই সয তেযে নিরাপদ এবং সম্মা ত সবম্ম করুক - কথা ব ার এবং তাদের চি াভাবনা, ধারণা ও অভিজ্ঞেজসমানভাবে ব্য করার সুযোগ পাক ।এরকম একটি পরিবে ততৈরি জনযকিু মূ শাতথাকা য়ে জন সয লোর সাথে সবাই একমত হাে এবং সমনেচলাে ।এই মূ শাত ি ব্য ারিক সকে (সম্মন সম মত আসা বা সফম্ম লিাে নিঃ করে রাখা), বা একে অপরের সাথে আমরা কীভাবে সংযোগ াপন করবো সস ব াপারেও য়ে গ করা সযতেপারে (সম্মন সম্মা র সাথে অনে র কথা শুনা বা সবাইকে কথা ব ার সুযোগ সদ া) ।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

চ াকারে বসা অং ণকারীদের সম্মুখে একটি ঝুি রাখুন ।সবাইকে একটি ছোট কাগজ এবং ক ম দিন । তে ক অং ণকারীকে এমন টি মূ শাত ি খতে বুন সযশাত ি সমনেচলাাদে র সবার জন য়ে জন বোে তারা মনে করেন এবং সলাা স য হাে সেটা সম্ম তারা ঝুিাে সরখেসদন ।ঝুি সথকেকাগজ ি সং করে সব ি শাতপুন এবং একটি ফ্লিপ চাটেমলিুন ।

যদি স্মথানে নিম্নলিখিতভাবে শাত ি র সকমটি বাদ থাকে, সস ি যুক্ত ক

- সরি াবে সশাা - অন সক্ট কথা বলার স তার ব ব স নের সাথে সশাা ।
- অনিদিমটবে কিুে বলার রিবতেম্মাপনার নিজের অভি তা সথকেকথা বুন (‘তারা’, ‘আমরা’ এবং ‘আপনি’-এর পরিবতেমআমি’ বুন) ।
- কারো ব বে র তি বিনে র সাথে আপ ি জানিে করতে ভ পাবেন না, তবে ব্য ি গতভাবে আ মণ করা সথকেবিরত থাকুন - ধারণা লিাে মনোযোগ ি র করুন

সবাই মূ শাত লোর তি একমত কিনা জি সা করুন



৫. (ঐচ্ছিক) অতিরিক্ত অনুশীলন: আপনি কী ভাবছেন ১৫ মিনিট

দে র অং ণকারীদের একে অপরকে জানার জন আরও সম য়ে জন বোে মনে হাে , অধিবে নটিতে ১৫ মিনিট সম সফম্ম করতে পারেন এবং নিম্নোক্ত নুী নটি অনু স্কৃত তে পারেন ।

উদ্দেশ্য

অং ণকারীদের মধ্যে সংযোগ াপন করতে সাহায করা এবং সবার মধ্যে নানাবিধ বিষে সযসাদৃশা থাকে তা চিহিত করা ।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

- ৪-৬ জন অং ণকারী নিে দলাটকে বিভক্ত ক
- তে ককে ১০টি মু া/ছোট পাথর/কাগজের টুকরো ইতযাি দিন ।
- সবার সামনে দিে ঘুরে এসে, প্ৰথ ব্য ি তার পন্দের কিুে বলাে বুন (সম্মন পড়া) । ন সবাই যারা একই জিনিস পছন্দ করে তাদেরকে মাঝখানের ঝুিটিতে একটি মূ রাখতে বুন ।
- এরপর দ্বী ব্য ি তার পন্দের কিুে বলাে এবং অন অং ণকারীরা যারা উ বিষয়ট পছন্দ করে তারা ঝুিাে আরেকটি মূ রাখবে ।
- এভাবে চালিাে সযতেথাকুন যত ণ না সকম্ম একজন অং ণকারীর সব ি মু া ফুরিে যা ।



সম্মলিতি
অনুশীলন



দলীয়
অনুশীলন

২য় অংশ: মানবাধিকার সম্পর্কে ধারণা প্রদান

১. সম্মিলিত অনুশীলন: জীবন নামের স্যুপ ৩৫ মিনিট

বর্ণনা

একটি পাত্রে সুয়ে র বিভিন্ন উপাদানের চিত্র বহা করবে এই অনুশীলনটি আমাদের (এবং পৃথিবীর) তিনটি মানুষের) চাহিদা পূরণ করে এবং গণকরীদেরকে সাহায্য করে। জীবনকে ময়মাদুপূর্ণমকরতে সয় উপাদান পূরণে জন সস লো তে ক অং গকারী তার বয়স গত পছন্দ অনুযায়ী আগে সথকেই তরি করা কাডোি খবে এবং উক্ত জীবন নামের সুপ-এর পা টিতে রাখবে।

উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনটি পরে থাকবে 'মানবাধিকার গ্যলারি' অনুশীলনটি, যা এই অনুশীলনে চিহ্নিত চাহিদা পূরণে মানবাধিকারের সবজনীন স্মাষণাপে বণিক্ত অধিকার র সাথে সংযুক্ত করে। এই চিহ্নিত অনুশীলন একটি আরেকটির সাথে সম্মিলিত তে তাই একসাথে পরিচালনা করতে হবে। অনুশীলনটি একসাথে পরিচালনা করা হবে, অং গকারীরা নিজেদের তারা চিহ্নিত চাহিদা পূরণে নিজেরাই বুঝতে পারবে সয় মানবাধিকার কীভাবে তাদের তৈন্দিন জীবনের সাথে সম্মিলিত।

উপকরণ এবং অগ্রিম প্রস্তুতি

সয়জিনিস লো লা বে:

- একটি সাধারণ সুপের পাত্র বা বসপয়ন বা কড়াই। কড়াটির বাইরের দিকে 'জীবন নামের সুপ' কথাটি সখা একটি চিরকুট বা সলাবে থাকতে হবে।
- 'মানুষের চাহিদা' কাডা, কাগজে মুদ্রিত করে কাটতে হবে। যে জনে, কাডাটির ইংরেজি সখা লো অং গকারীদের ভাষা অনুবাদ করে ব্যাখ্যা করতে পারেন।
- কয়েকটি কাম।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৪ মিনিট

ঘরের মাঝখানে সুয়ে র পাত্র রাখুন এবং এর চারপাশে সমঝেতে 'মানুষের চাহিদা' কাডা এবং কিছু কাম রাখুন। সবাইকে কাডা লো ঘিরে ব্যাখ্যা করে দাঁড়াতে বুন।

নিম্নলিখিত বিষয় বিবাহ করা

- জীবন অনেকটা এক পাত্র সুয়ে র মতোই যাতে বিভিন্ন উপাদান থাকে। সুপাদু সুপ বানাতে হবে সফল নানান ধরনের উপাদান দিতে হা, ঠিক সজনি জীবনের জন্যও যে জন নানান ধরনের উপাদান।
- জীবনের কিছু উপাদান, সফল (সাংস্কৃতিকভাবে যথার্থমকম বিলাসব জিনিসের নাম উল্লেখ করুন) জীবনকে আরও সজ করে সতাবে। কিন্তু বান, খাদ্য বা সয বার মতো অনান্য উপাদান লো আমাদের তেয়ে র জন্যই অরি ায়মএই উপাদান পূরণে জীবন ক কর হাে ওঠে এবং আমরা ারীক, মানসিক, সামাজিক বা আধািকভাবে কুই। মানুষ হিসেবে আমরা আমাদের ময়মাদু ারিতে সফল।
- এই অনুশীলনে আমরা আমাদের জীবনের অপরিহার্য উপাদান পূরণে চিহ্নিত করে। আসুন আমরা 'জীবন নামের সুপ' রাখতে সফল! অথম্, সদখেসন্ই সয়ময়মাদুপূর্ণমজীবন-এর জন্য কী কী উপাদান পূরণে।
- সুয়ে র পাত্রের চারপাশে সমঝেতে রাখা কাডা লো ময়মাদুপূর্ণমজীবনের জন গু পূর্ণম উপাদানের নাম সলা আবে। কিছু কাডোসকম কিছু সখা সন্ই যাতে করে এই কাডা লো ময়মাদুপূর্ণমজীবনের জন্য কী যে জন সস সমঝে আমরা আমাদের নিজ ধারণা লো বা বে াঁকে ব্যক্ক তে পারি।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৩০ মিনিট

- দলটিকে জানান সয়তাদের কাডা লো সদখর জন ২ মিনিট সম্মিলিত আবে এবং সকাটি তাদের কাডে সবচেয়ে গু পূর্ণমতা নিবে চিহ্নিত করতে বুন।
- এরপর অং গকারীদেরকে একবার ঘুরে এসে তাদের তে ককে একটি করে কাডা নিতে বুন যেটাতে এমন একটি উপাদান উল্লেখ করা যাবে যা একটি ময়মাদুপূর্ণমজীবনের জন্য গু পূর্ণমতা তারা মনে করেন।



সম্মিলিত
অনুশীলন

পরামর্শ! এই চিহ্নিত একাধিক ভাষা সকাসে উপকরণ লো পাও যাবে

পরামর্শ - সময়ে র দিকে নজর রাখুন। পরবর্তী আলোচনার জন্য কিছু সম্মিলিত আপনাকে তে রাখতে হাে!

কাডাম্পিতে সনার পর তে ককে আাদাভাবে একটি বাকে বলাে বুন সকা এটি গুরু ুণম্রবং তারপর কাডাম্পিাে রাখতে বুন।

- যত ণ না অং ণকারীরা মনে করলে সযআর সকা গু পুণস্কাডাসন্ই, ততো ণ পযম তাদেরকে ঘিরে িটুন ও পযমবে ণ করুন। তারা ফঁকা কাডানিে স্কাথানে গুরু ুণম্রপাদানের নাম িখে পাে স্মাগ করতে পারেন। এই সম তারা সকা একে অপরের পছন্দ সম্কে মন্ য না রেন।
- তাদের কাে সযকাডা ি য়ে জনী মনে হায়ে সন্ই কাডা ি পাে রাখা হাে সগে, দলাটকে বুন সয আমরা এখন ‘জীবন নামের সু প’ ততৈকিরে সফলো িনিম্নলিখিত ি নিে তাদেরকে আলোচনা করতে বুন:
 - আমরা সযউপাদান ি যুক্ত রেিে তার মধ্যে এমন সকা উপাদান আে কি যেটা মযমাদুগম জীবনের জন্য অ ি িয়ম ? - আমরা কি সকা উপাদান (কাড) ভূে সগিে এবং সমঝেইে সফে সরখেিে সকা?
 - আমাদের জীবনে ‘অপরিহাযম্রপাদান’ না থাকে সেটা আমাদের উপর কী ভাব সফে ? ি ি করু এবং বুন।
 - পৃথিবীর অন সকা সদে একটি দ যদি এই অনুী নটি করে তবে আপনি কি মনে করেন সসঞ্নে তাদের চাি দা লো আপনার চাি দা সথকে অনেক ভি হাে নাকি কিুে মানবিক চাি দা সবঞ্নীন - এত সন্ইক সয তে কটি মানুযেরই সকে ই স্কা ি অভি

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

এই বে আলোচনাটি স য করুন সয বিে জুে মানুযের মধ্যে অনেক সাদৃশ্য রয়েছে, কারণ আমরা মানুয এবং আমাদের চাহিা ি অভি

২. হাঁটা এবং কথা বলার অনুশীলন: মানবাধিকার গ্যালারি ২৫ মিনিট

বর্ণনা

অং ণকারীরা পূবস্বতমীঅনুী ন সথকে পাও ি ‘মানুযের চাহিা কাডা- লোর সাথে কে সকাানো মানবাধিকার (মানবাধিকারের সবঞ্নীন স্কাষণাপ িরা িকৃত)-এর সপস্কা ি মিলিাে সন্সবে।

উদ্দেশ্য

অনুী ন টি পর পর পরিচালা করা হাে, অং ণকারীরা নিজেদের িরা চিহ্নিত চাহিা ি দিে নিজেরাই বুঝতে পারবে সযমানবাধিকার কীভাবে তাদের তনৈন্দিন জীবনের সাথে সন্সকি ত।

উপকরণসমূহ এবং অগ্রিম প্রস্তুতি

- ৩০টি ‘মানবাধিকার গ্যালারি’ সপস্কা মুদ্রণ করুন ে র সদাে সপস্কা ি লাগিে দিন। য়ে জনে, সপা র ি র ইংরেজি স খা অং ণকারীদের ভাষা অনুবাদ করে মুদ্রণ ক
- সপস্কা ি পুন এবং গ্যালারিতে শিত মানবাধিকার ির মধ্যে এক বা একাধিক মানবাধিকার আপনার স িপটে ঙ্ঘ হাে ে কিনা তা নিে ভাবুন। বিষয় ি নিে আগে সথকেই ি ি করে আলোচনা সন্স সদা আপনার জন্য জ হাে।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ১ মিনিট

আগের অনুী নটি সথকে সব লো ‘মানুযের চাহিা কাডা অং ণকারীদের হাতে দিন।

অং ণকারীদের জি িসা করুন তারা মানবাধিকার সমকে নেনে কিনা। তাদেরকে বুন সযসদাে টা িনো সপস্কা ি আনজমাকি মানবাধিকার চুি অনুসারে পৃথিবীর তিটি পুরুষ, নারী এবং ি শুর অধিকার লো ভূে ধরেে। এই আনজমাকি চুক্তি বিে র ি সব ি সদে র সরকার ি র করেে।



সন্সমিলিত
অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে ২৩ মিনিট

• গ্যালারিটি সঁটে সঁটে সদস্য (১৫ মিনিট)

কক্ টেতে টা ানো তিটি সপস্টা সদস্যতে পুরো কক্ ট একবার ঘুরে আসুন। তিটি সপা রের কাছে গিয়ে সপা রে সলাা কথা ি প -ন। কারও কাছে সস্ই মানবাধিকাটির সাথে সম্িক ত ‘মানুষের চাহি া কাডা আে কিনা তা জি াসা করুন বং সস্ই হাযবলাে তাকে সস্ই চাহি াটি বলাে বুন।(তিটি সপা এং এর সাথে সাদৃশা ূণস্কাডোএকই চিহ্ন বা আইকন থাকবে, যা এই িটি াটিকে স জ করতে পারে) আলোচনা না বাড়িাে অবিলাে পরবতমীসপা রে যান - আপনাকে তি মিনিটে দুটি করে সপা রের সাথে কাডা ি মিলিাে সদস্যতে হাে !

সকম একটি নিদিম সপাস্টার জন্যসক্ই যদি সকম কাডেের কথা উলেখে কতে না পারে তাতে ংশি ার কিছু সস্ই। পরের সপা র ির সাথে অন্য কডা ি সম াতে থাকুন। সশারে সপা রটির পর, আইকন বা চিহ্ন সদখেবাদবাকী সপা র ি মিলিাে সফুন।

• আলোচনার নে (৮ মিনিট)

সব ি সপা র প া এবং মানুষের চাহি দ কাডা লোর সাথে সম ানো স য করার পর, আলোচনা করুন

- এই অধিকার ি কি একটি মযমাদৃশা জীবনের জন সস্ইব চাহি া থাকতে পারে সস িাে

তিফি ত করে - অন্য কথ স্কা ি কি আমাদের জীবনের সাথে স িক?

- এই অধিকার ির মধ্যে সকম ি আমাদের সদে/সমাজে সমুননত বং সুরা ত এবং সকম ি ন ? দলাি ির জন্য এই নেেরে র সদ া কঠিন হাে , এমন কিছু মানবাধিকার উলেখে করু সয ি আইনগতভাবে বা চস্কাতভাবে অ িকার করা হাে ।

পরামর্শ! অধিবে নটি দীর্ঘ করা সম্ভ হাে এই অনু িলাে আলোচনার জন্য আরও কিছুটা সম সয া করতে পারেন।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

এই বে আলোচনা স য করুন সয আমরা এখন পযম সয অনু ি ন ি করেি তা আমাদের চাহি া ি অে সয করতে এবং মানবাধিকার কী এবং আমাদের চাহি া ি কীভাবে মানবাধিকারের সাথে সম্িক ত তা বুঝতে সাহায করেে। এই অনু ি ন সথকেএকটা কথা পরি ার সয মানবাধিকার আমাদের চাহি া এবং আমরা সযধরনের সমাজে থাকতে চাই তার সাথে ঘনিষ্ঠভাবে জি ত। আমরা এখন একটি উপ াপনার/সপরেে র মাধ্যমে মানবাধিকার সমকে আরও কিছু ি খবো।

তে ককে তাদের কাডা ি সুযের পাে ফিরিে দিতে বুন। সকনা পরবতমীঅধিবেশাে ও পা এবং কাডা ির য়ে জন হাে !

৩. উপস্থাপনা: মানবাধিকার – মানুষের চাহিদা

– মানুষের দায়িত্ব ১৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই উপ াপনাটি অং ণকারীদেরকে মানুষের চাহি া, মানবাধিকার এবং মানুষের দাি লোর আলোে মানবাধিকারের সম্িক বিষ ির সাথে পরিচ করেিে সদ এবং মূ আনজমাকি চুি সমু , রাে র দাি এবং সমাজের সদস্যের তনৈকি দাি সমকে ধারণা দান করে। এটি সকােস্কাবাকি অংে র জন একটি গু ূর্ণম্ভি ও তরি করে।



উপস্থাপনা

উপকরণসমূহ

- উপ াপনার ি প্ ট এ গাইে র ৪১তম পৃ া পাও া যাবে।
- ি টি এই অধিবেশাে র পাও ারপাে াই ৭-২৮ সাথে সাদৃশা ূণস্কাএং উ াই ির ব র মন্ য অে ি টি অনভু ক্ত করহােে।
- * অধিবে নটির আনুষ িক উপকরণসমূে ি টির একটি স াদনাযোগ ও াডা(Word) সংস্করণ সদ া হায়ে ।

আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর 'কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হবে' নিদেমাশিটি অনুসারে অধিবেশারে জন তি নিন।

রি এবং পাও ারপটে াই ি পুন এবং স াপট অনুযাী মানিে নিন (বা াই লিাে উে খিত মূ বিয ির জন্যফ্লিপ চাট িট তৈকিরুন)। ২১-২৮ পৃ া 'জটিল ' অংশাি পুন এবং অং ণকারীদেের কাে সথকে তাি তি আপতিরিভি তে সকম অতিরি বিয সযাা করতে হাে কিনা তা নিে ভাবুন। াই /ফ্লিপ চাট িট ির সাথে উপ াপনা পরিবে ন করার চচমকরুন

পরামর্শ! অং ণকারীদেেরকে উপ াপনা স ষনা ও া পযম /ম ব্য রা সথকে বিরত থাকতে বুন।

৪. সমাপনী আলোচনা ১৫ মিনিট

উদ্দেশ্য

উপ াপনাটির বিযে অং ণকারীদেের মন্ব বা থাকে সস লো নুন এবং তারপর াই ি জি াসা করুন:

আলোচনাটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

উপ াপনাটির বিযে অং ণকারীদেের মন্ব বা থাকে সস লো নুন এবং তারপর াই ি জি াসা করুন:

- মানবাধিকারেের সূচনা াকে অপরেের তি সমতা, মযমাদএবং দায়িে র নীতি সথকোআমাদেের সং ৃতি, াতি য় এবং ভাষাগতসকম ধারণা, গল্প বা পূ্র লো মানবাধিকারেের সাথে সমক যু
- আমরা কি চাই সযআমাদেের সমাজে মানবাধিকার বাসে পরিণত সহক? আমরা কি জাি হাা া মাগ াে নার মতো সমাজে পরিবতম আনতে অবদান রাখতে পাি?

াই বে আলোচনা স ষ করুন সয পরবতমীঅধিবেশাে আমরা চি া, বিবেক, ধমমবা বি াসেের াধীনতার অধিকারেের উপর আলোকপাত করবো। আমরা পুরো সকাসঙ্কুে আমাদেের সমাজে পরিবতম আনতে পাি কিনা এবং কীভাবে তা নিে চি া ভাবনা করবো।

সূত্র

আপনি কী ভাববেন: সহা ক দেে র পরিচিতি পবেম 'মি ঠু' অনু ি ন সথকেঅভিযোজিত, লা ন্স ারন্যা া।
Activities for Facilitating Introductions (temp.lionsclubs.org/EN/pdfs/icebreakers.pdf)



সম্মিলিত
আলোচনা

পরামর্শ! পৃ া ২১-২৮-এ জটিল নেের কীভাবে দিতে হাে সস সমকে পরামশাসদা াাে

পরামর্শ! মানবাধিকার কাডা ি সফে সদকো না - পরবতমী অধিবেশাে কাডা ি আপনার দরকার হাে!

উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব

অধিবেশন ১-এর উপস্থাপনা স্ক্রিপ্টটি অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৭-২৮-এ চিত্রিত হয়েছে।

মানবাধিকার: প্রাথমিক ধারণা



আমাদের পরিচয় যাই হোক না কেন, এবং আমরা যেখানেই থাকি না কেন ধর্ম, জাত, জেভার/লিঙ্গ বা বয়স নির্বিশেষে মৌলিক চাহিদাগুলো কিন্তু সবার একই। কেউ বিনা কারণে গ্রেফতার হতে চায় না, নির্যাতন বা বৈষম্যের শিকার হতে চায় না এবং কেউ চায় না যে তাদের সন্তানরা না খেয়ে থাকুক। আমরা সবাই এমন এক সমাজে বাস করতে চাই যেখানে এই ধরনের সমস্যাগুলি থেকে আমরা সুরক্ষিত।



মৌলিক, সর্বজনীন চাহিদাগুলি কিন্তু প্রত্যেকটি মানুষের জন্যই অভিন্ন বা একই। এই চাহিদা পূরণ না হলে, আমাদের শারীরিক, মানসিক এবং আত্মিক উন্নতি বাধাগ্রস্ত হয়।

মানবাধিকার



বিশ্বের প্রায় সব সরকার স্বীকার করেছে যে স্থান-কাল নির্বিশেষে প্রত্যেকেরই এই চাহিদাগুলো রয়েছে এবং সরকারের দায়িত্ব হলো এই চাহিদাগুলিকে সম্মান করা এবং পূরণ করার জন্য যথাসাম্য চেষ্টা করা।



মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করতে বিশ্বের প্রায় সবগুলি রাষ্ট্র সর্বজনীন মানবাধিকার অর্থাৎ প্রতিটি ব্যক্তির অধিকার এবং সেই অধিকারগুলিকে সম্মান করা, রক্ষা করা এবং সমুন্নত ও প্রচার করার বিষয়ে সরকারের কর্তব্যসমূহের বিষয়ে সম্মত হয়েছে।



সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ তিনটি মানবাধিকার চুক্তি হল

- মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্র যা আমরা পোস্টারে দেখেছি। আরও দুটি বিশদ চুক্তি যা অধিকারসমূহকে আরও গভীরভাবে ব্যাখ্যা করে:
 - নাগরিক ও রাজনৈতিক অধিকার বিষয়ক আন্তর্জাতিক চুক্তি (ICCPR) এবং
 - অর্থনৈতিক, সামাজিক ও সাংস্কৃতিক অধিকার বিষয়ক আন্তর্জাতিক চুক্তি (ICESCR)
- এই দুটি চুক্তি মেনে চলা অনুসমর্থনকারী দেশগুলির জন্য আইনত বাধ্যতামূলক।



এই মানচিত্রে সবুজ রঙের মধ্যে থাকা প্রতিটি দেশই এই দুইটি চুক্তির প্রতি অঙ্গীকারবদ্ধ হয়েছে। এই সবগুলো দেশের সরকার স্বীকার করেছে যে, আন্তর্জাতিক আইনের অধীনে তিনটি বিষয়ে তাদের দায়িত্ব রয়েছে:



- আইনে উল্লেখিত মানবাধিকার এবং সংশ্লিষ্ট কর্মকর্তাদের গৃহিত পদক্ষেপগুলোকে মর্যাদা দেয়া। উদাহরণস্বরূপ, কোনো বৈষম্যমূলক আইন থাকা উচিত নয় এবং কাউকে নির্যাতন করা উচিত নয়।
- মানবাধিকার সুরক্ষিত করার জন্য, রাষ্ট্র বা অন্য কারোর দ্বারা অধিকার লঙ্ঘন হলে প্রত্যেকে যাতে বিচার চাইতে পারে তা নিশ্চিত করা।
- মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য যথাসাধ্য চেষ্টা করা যাতে করে প্রত্যেকেরই অধিকার নিশ্চিত য়। উদাহরণস্বরূপ, প্রত্যেকের স্বাস্থ্যসেবা ও শিক্ষার সুযোগ রয়েছে তা নিশ্চিত করার জন্য যথাসাধ্য চেষ্টা করা। সম্পদ ও সংস্থানের ভিত্তিতে প্রতিটি রাষ্ট্রেরই অবস্থান ভিন্ন, তাই এই সামাজিক ও অর্থনৈতিক অধিকারগুলিকে বাস্তবে পরিণত করা একটি ধীর ধারাবাহিক প্রক্রিয়া।



রাষ্ট্রগুলো সম্মত হয়েছে যে প্রতিটি মানুষেরই সমানভাবে এই অধিকারগুলো রয়েছে। মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণার প্রথম অনুচ্ছেদে বলা হয়েছে, “প্রত্যেকটি মানুষই স্বাধীন অবস্থায় সম-মর্যাদা ও অধিকার নিয়ে জন্মগ্রহণ করে।”



দুঃখের বিষয়, অনেক সরকার এই প্রতিশ্রুতিগুলো পালন করে না ফলে অনেক মানুষেরই অধিকার লঙ্ঘন হয়েছে। নারী, মেয়ে শিশু, সংখ্যালঘু, প্রতিবন্ধী এবং অভিবাসীরা অধিকার লঙ্ঘনের বিশেষ ঝুঁকির মধ্যে থাকে। লিঙ্গ/জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতা অধিকার লঙ্ঘনের এমন একটি উদাহরণ যা বিশ্বের প্রতিটি দেশে হর হামেশাই ঘটে থাকে।

মানবাধিকারের সমালোচনা



কোনো সরকার যখন অধিকার লঙ্ঘন করে বা অধিকার লঙ্ঘন থেকে জনগণকে রক্ষা করতে ব্যর্থ হয়, তখন সেই সরকারকে শাস্তি দেওয়ার মতো কোনও আন্তর্জাতিক পুলিশ বাহিনী থাকে না। সরকারকে মানবাধিকার মেনে চলতে বাধ্য করার জন্য কোনও আন্তর্জাতিক পুলিশ বাহিনী যদি নাই থাকে, তাহলে মানবাধিকার কি দস্তহীন নয়? মানবাধিকার আসলে পরিবর্তনের কার্যকর হাতিয়ার নয় - এটা কেবল কাগজে ছাপা শব্দ!



এই ধরনের উক্তিগুলো পুরোপুরি মিথ্যা নয় - কিছু সরকারকে প্রভাবিত করা খুব কঠিন! তবে অনেক দেশেই মানবাধিকার লঙ্ঘনের আন্তর্জাতিক ও অভ্যন্তরীণ সমালোচনা ইতিবাচক পরিবর্তন ঘটাতে সক্ষম হয়েছে। আন্তর্জাতিক পুলিশ বাহিনী ছাড়াও মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার অনেক উপায় রয়েছে।



মানবাধিকারের সমালোচনা করার পেছনে আরও কিছু বিষয় লক্ষ্য করা যায়। যেমন, মানবাধিকারের প্রতি আপনার দৃষ্টিভঙ্গি নিম্নোক্ত উক্তিগুলির সাথে সাদৃশ্যময় হতে পারে -

- মানবাধিকার হয়তো আপনার কাছে একটি পারিভাষিক শব্দ মাত্র এবং এমন একটি বিষয় যেখানে নিজে জড়িত হওয়াটা আপনার কাছে জরুরী নয় কেননা আপনার মতে এটা মূলত আইনজীবী এবং রাজনীতিবিদদের বিষয়।
- অথবা আপনি হয়তো মনে করেন দৈনন্দিন জীবন থেকে মানবাধিকার অনেক দূরে সরে গেছে - যা নিয়ে এখন মাথা ঘামানো কেবল রাজধানীর অভিজাতদেরই সাজে।
- অথবা আপনি হয়তো মনে করেন যে, আন্তর্জাতিক রাজনীতির রঙ্গভূমিতে মানবাধিকার এমন একটি নতুন অস্ত্র যা অবলম্বন করে কিছু সরকার কপটভাবে তাদের বিরোধীদের সমালোচনা করে যদিও তারা নিজেরাই হরহামেশা মানবাধিকার লঙ্ঘন করে।

প্রকৃতপক্ষে, মানবাধিকার আইনের সাথে সম্পর্কিত। রাজনীতিবিদরা আইন তৈরি করেন এবং আইনজীবীরা আদালতের মাধ্যমে মানবাধিকারের জন্য লড়াই করতে পারেন। এবং হ্যাঁ এটা সত্যি যে, ‘মানবাধিকার’ শব্দটি কখনও কখনও রাজনৈতিক উদ্দেশ্যে ব্যবহার এবং অপব্যবহার করা হয়।

কিন্তু মানবাধিকারের পরিসর আরও অনেক অনেক ব্যাপক!

মানবাধিকার এবং আমরা



মানবাধিকার আসলে আমাদের দৈনন্দিন জীবনের চাহিদাগুলির সাথে সম্পর্কিত; স্কুলে, ক্ষেত্রে-খামারে, কর্মক্ষেত্রে, বাড়িতে এবং আশেপাশে কী ঘটে তার সাথে সম্পর্কিত; আমাদের একে অপরের সাথে কীভাবে আচরণ করা উচিত এবং অন্যের কাছ থেকে কীরকম আচরণ পাওয়া উচিত তার সাথে সম্পর্কিত; যারা আমাদের উপর ক্ষমতা রাখেন, যেমন বাড়িওয়ালা, নিয়োগকর্তা, শিক্ষক বা পরিবারের সদস্য -এদের দ্বারা নির্যাতিত হওয়া থেকে সুরক্ষা পাওয়ার সাথে সম্পর্কিত; এবং অবশ্যই, পুলিশ, আদালত, সেনাবাহিনী এবং সরকারের মতো কর্তৃপক্ষের দ্বারা নির্যাতিত হওয়া থেকে সুরক্ষা পাওয়ার সাথে সম্পর্কিত।

পরিশেষে বলা যায় যে, মানবাধিকার সেই সমাজের সাথে সম্পর্কিত যে সমাজে বাস করতে আমরা আগ্রহী এবং যেরকম সমাজ গড়ে তোলার জন্য কাজ করতে চাই।

মানবাধিকারকে বাস্তব রূপ দিতে হলে সমাজের প্রত্যেককেই একটি ভূমিকা পালন করতে হবে। অনেক মানবাধিকার লঙ্ঘন ঘটে কারণ সাধারণ মানুষ অন্য মানুষের অধিকারকে সম্মান করে না - যেমন, আমরা কিছু মানুষের সাথে এমনভাবে আচরণ করি যেন তারা আমাদের সমান বা সমকক্ষ নন। সরকার, ব্যবসা প্রতিষ্ঠান এবং বিভিন্ন ব্যক্তি মানবাধিকার লঙ্ঘন চালিয়ে যেতে সক্ষম হয় কারণ মানুষ একে অন্যের পাশে এসে দাঁড়ায় না এবং পরিবর্তনের চেষ্টাও করে না। অধিকাংশ ক্ষেত্রেই আমরা নীরব দর্শকের ভূমিকা পালন করি।



আমরা সরকার নই - আমরা আন্তর্জাতিক মানবাধিকার চুক্তিতে স্বাক্ষর করিনি। মানবাধিকার মেনে চলা হচ্ছে কিনা তা নিশ্চিত করার কোন আইনগত দায়িত্ব আমাদের নেই। কিন্তু আমরা যুক্তি ও বিবেকসম্পন্ন মানুষ এবং একে অন্যের প্রতি আমাদের নৈতিক একটা দায়িত্ব রয়েছে। মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণা অনুযায়ী:

“প্রতিটি মানুষ সম-মর্যাদা ও অধিকার নিয়ে জন্মগ্রহণ করে। তাঁদের বিবেক এবং বুদ্ধি আছে; সুতরাং প্রত্যেকেরই একে অপরের প্রতি দ্রাব্যত্বসুলভ মনোভাব নিয়ে আচরণ করা উচিত।”

“প্রতিটি ব্যক্তি এবং সমাজের প্রতিটি অঙ্গ [...] পাঠদান ও শিক্ষার মাধ্যমে এই স্বাধীনতা ও অধিকারসমূহের প্রতি শ্রদ্ধাবোধ জাগ্রত করতে সচেষ্ট হবে।”

অন্যদের জীবনের উপর ইতিবাচক বা নেতিবাচক প্রভাব বিস্তার করার ক্ষমতা যখন আমাদের তৈরী হয়, তখন মানবাধিকারকে সম্মুখ রাখাও আমাদের নৈতিক দায়িত্বে পরিণত হয়। কারণ পক্ষেই সবকিছু করা সম্ভব নয় - কিছু পরিস্থিতিতে আমাদের করণীয় কী তা নির্ধারণ করাও কঠিন হয়ে ওঠে। কিন্তু অন্যান্য সংঘটিত হতে দেখলে সাহায্য করার জন্য আমরা কিছু অন্তত করতে পারি। চেষ্টা করাটাও হয়তো আমাদের নৈতিক দায়িত্ব।

কিছু করা একজন ভালো প্রতিবেশী হওয়ার মতোই সহজ।

একজন সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প



শাফাক হাসান দক্ষিণ লন্ডনের একজন ব্রিটিশ মুসলিম নারী। সাম্প্রতিক বছরগুলিতে যুক্তরাজ্যে ঘৃণাত্মক অপরাধ অনেক বেড়ে গেছে। মুসলিম, বিশেষ করে মুসলিম নারীরা, যারা শাফাকের মতো মাথা ঢেকে রাখেন, তারা প্রায়শই অনলাইনে এবং রাস্তায় এধরনের ঘৃণাত্মক অপরাধের লক্ষ্যবস্তুতে পরিণত হন। এরকম প্রেক্ষাপটে, ভিন্ন ভিন্ন ধর্মীয় ঐতিহ্যের মানুষের মধ্যে বন্ধুত্ব এবং উদারতার দৈনন্দিন কার্যকলাপগুলি অনেক বেশি তাৎপর্য বহন করে।

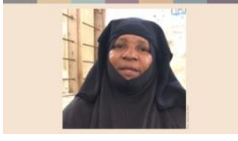
শাফাক বলেন যে, তার অমুসলিম প্রতিবেশী অপ্রত্যাশিতভাবে তাকে এবং তার ১৪-বছর বয়সী ছেলে আয়ানকে ঈদ উদযাপনের জন্য উপহার দিলে মানবতার প্রতি তার বিশ্বাস ফিরে আসে।



শাফাক টুইটারে উপহারের একটি ছবি পোস্ট করে মন্তব্য করেছিলেন:

“আমাদের অমুসলিম প্রতিবেশী আলজেরিয়ান খেজুর এবং আমার ১৪-বছর বয়সী ছেলের জন্য একটি জায়নামাজ দিয়ে আমাদের সম্পূর্ণভাবে অবাক করেছেন।আমার ছেলেটা পুরো মাস রোজা রেখেছিল। তিনি ২০ বছরেরও বেশি সময় ধরে আমাদের প্রতিবেশী, কিন্তু ঈদের উপহার দিয়ে আমাদের সম্পূর্ণভাবে অবাক করে দিয়েছেন।”

“আমি বুঝতে পারিনি যে, তিনি আয়ানের রোজা রাখার বিষয়টি লক্ষ্য করেছেন।এই উপহার পেয়ে আমার ছেলে খন্য বোধ করেছে।তারা বন্ধুসুলভ প্রতিবেশী, তারা আমার মায়ের হাতের বিরিয়ানির ভক্ত তাই আমরা সবসময়ই তাদের বিরিয়ানি পাঠাই।আমাদের এখানকার সমাজটি একটি বৈচিত্র্যময় সমাজ।আয়ান এবং তার ধর্মীয় বিশ্বাসের প্রতি আমাদের প্রতিবেশীর সুবিবেচনা এবং অনুপ্রেরণা আমাদের হৃদয়কে গভীরভাবে স্পর্শ করেছে।”



জালিহা এবং ম্যাগডালেনাও একটি সম্পূর্ণ ভিন্ন প্রেক্ষাপটে তাৎপর্যবাহী কিছু অবদান রাখতে সক্ষম হয়েছেে জালিহা জাজিবারের পেয়া দ্বীপের একজন ধর্মপ্রাণ মুসলমান, একজন দাদী ও স্থানীয় স্কুলের কোরান শিক্ষক।



জালিহা বলেন,

“আমাদের সমাজে বিদ্যমান অশান্তি নিয়ে আমি চিন্তিত।এখানকার রাজনৈতিক নেতাদের উপর তরুণদের কোনো আস্থা নেই এবং তাদের জন্য কোনো সুযোগও নেই।”



তিনি আরও বলেন,

“মূল ভূখণ্ডের অনেক খ্রিস্টান বাসিন্দা এখানে পর্যটন শিল্পে কাজ করতে আসেন।কর্মসংস্থানের সুযোগ কমে যাওয়ার জন্য আমার পরিচিত অনেক মুসলমান খ্রিস্টানদেরকে দায়ী করে।বছ বছর ধরে চলমান রাজনৈতিক অস্থিরতা এবং ধর্মীয় উত্তেজনার আমি একজন জীবন্ত সাক্ষী।আমি দেখেছি গির্জা পুড়িয়ে দেওয়া হচ্ছে, ঘৃণাত্মক বক্তব্য সম্বলিত বিলিপত্র বিতরণ করা হচ্ছে, গির্জায় যাওয়ার পথে খ্রিস্টানদের হয়রানি করা হচ্ছে।আমি দেখতে পাচ্ছি আমাদের যুবসমাজ আরও উগ্রবাদী হয়ে উঠছে এবং এটা আমাকে চিন্তিত করে।সেজন্যই আমি উইমেনস ইন্টারফেইথ কমিটিতে (আন্তঃধর্মীয় নারী পরিষদে) যুক্ত হয়েছি।”



“আমি আমাদের দ্বীপে ধর্মীয় সহিংসতা প্রতিরোধে সাহায্য করতে চাই।কোরান স্কুলে আমি বাচ্চাদের শেখাই যে সহনশীলতা এবং ভালবাসা আমাদের ধর্মের ভিত্তিপ্রস্তর।ভবিষ্যৎ আমাদের সন্তানদের উপরই নির্ভর করছে, তাদেরকে পথ দেখানো আমাদের দায়িত্ব।”



ম্যাগডালেনা মূল ভূখণ্ডের একজন খ্রিস্টান বাসিন্দা যিনি জাজিবারে চলে এসেছিলেন।তিনিও আন্তঃধর্মীয় কাজে জড়িত।পোশাক এবং ধর্মের কারণে তিনি বৈষম্যের সম্মুখীন হয়েছেন, কিন্তু খ্রিস্টান ও মুসলমানদের মধ্যে বিভেদ মেটাতে তিনি দৃঢ় প্রতিজ্ঞ।তিনি উনগয়া অঞ্চলের মহিলা পরিষদে যোগদান করেন যেটি আন্তঃধর্মীয় প্রতিবন্ধকতা এবং নারীর অধিকার নিয়ে কথা বলে।

“আমি ইসলাম সম্পর্কে আরও জানতে এবং মুসলিমরা কীভাবে জীবনযাপন করে তা বোঝার জন্য পরিষদটিতে যোগ দিয়েছিলাম,” তিনি বলেন।“আমরা সবাই নারী, আর তাই প্রত্যেকেই আমরা বৈষম্যের মুখোমুখি হই - আমাদের অবশ্যই এক অন্যের পাশে এসে দাঁড়াতে হবে এবং একে অপরকে সমর্থন করতে হবে।”



শাফাকের প্রতিবেশী এবং জালিহা ও ম্যাগডালেনার মত অসংখ্য মানুষ আছে। আমাদের মত সাধারণ মানুষ, যারা তাদের নিজেদের ছোট ছোট প্রয়াসে সমাজে মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করার চেষ্টা করছেন – তারাই স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী!

আমরা যে যেই হই না কেন, মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করতে আমরা কিছু অস্তত করতে পারি!

উৎস

Faith Matters www.faith-matters.org

<https://www.faith-matters.org/family-surprised-by-presents-from-non-muslim-neighbour-to-celebrate-eid/>

Zanzibar Inter-faith Centre (ZANZIC)

<https://www.facebook.com/ZanzicMeansPeace/>

<https://english.danmission.dk/project/zanzibar-peacebuilding-through-interfaith-dialogue/>

অধিবে ন ২

চি ১, বিবেক, ধম্মা বি াসের াধীনতা বিষে ধারণা প্রদ

অধিবে নটির সংি প্তগমা

ফরব = চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা

ছোট করে এবং সহজে বলারজন চি ১, বিবেক, ধম্মা বি াসের াধীনতাকে া ই ‘ধম্মা বি াসের াধীনতা’ বা ফরব বলে উে খ করা হা। আমরা এই সংি রু টি এই নিদেমাশির অনেক জায় া ব বহারকরেি। তবে ভুে যাবেন না সয ফরব-এর মধে চি ১ এবং বিবেকর াধীনতাও অনু ম

চি ১, বিবেক ধম্মা বি াসের াধীনতা সংি মানবাধিকার পর সব্ধর বিতকিত। সবীরভাগ মানুষই তাদের নিজ বি াস ও ধারণা লিাে সঠিক এবং সত্য়হিসে মনে করে এবং ভাবে সযঅন্যমানুষদেরও বি াস এবং আচরণ তাদের মতোই ও া উচিত। ভি বি াস ও ধারণা সপক্ষকারী ব কিত র সাথে আমাদের সুসম্ না থাকে , এই ‘অন দে’র স্কসকানোনা সক্ষভাবে নিক্ , বা ‘আমাদের’ মূ বোধ ও সংস্ক্ র জন্য, এমনকি জাতী ঐক্যও নিরাপতির জন্যহু কি হিসেবে বিবেচনা করাটা স জ হাে ওঠে। এরকম ঘটনা কট্টর বে ধম্মী কিংবা অত ধম্মরিপে , উভ সমাজেই ঘটতে পারে।

মানব সংস্ক্ র অনান্য দিক ি র মতোই, ধম্মএবং বি াসেরও ‘ভা এবং মন্দ’ দু টি দিকই আে। কখনও কখনও বি াস, চচমাএবং এ ি র সাথে জি ত সনতা এবং সংগঠন ি সমাজে নানাবিধ সমস া সৃষ্টি করে। আবার অনেক সম , ধম্মএবং বি াস এমনভাবে পর করা হা যা বি াসী বা ধাম্মিকদের মতা ন করে এবং বৃহা র সমাজেরও উপকারে আে।

কি চি ১, বিবেক, ধম্মএবং বি াস সমকে আনজমাকি মানবাধিকার কী বে ? আমাদের কী কী অধিকার আে? একটি রা ধম্মা বি াসের চচক্ষ উপর সক্ষ সক্ষ সক্ষ নিষেধা আরোপ করতে পারবে বা পারবে না?

এই অধিবে নটি ফরব সংি অধিকার ি র সাথে আমাদের পরিচ করিে সদ এবং এই অধিকার যদি সীমিত করতেই হা তাহাে কখন ও কীভাবে কত্ স্ স্টা করতে পারে স্ সমকে ধারণা সদ। অধিবে নটিতে অং গকারীরা তাদের অধিকার সমকে জানার সুযোগ পাে এবং তাদের মূ বোধ, তনৈন্দিন জীবন এবং সমাজের সাথে এই অধিকার ি কীভাবে সম্িক ত তা নিে ও ভাবার সুযোগ পাে।



শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবে নটি চি ১, বিবেক, ধম্মা বি াসের াধীনতা সংলি মানবাধিকারের গুরু সমকে অং গকারীদের ান এবং উপলি বিকিত করার সকে সহ াক হাে।

অধিবে ন সশাে অং গকারীরা:

- ফরব-এর মূ ম টি ব্যাখ করতে পারবে: তমৈম , জবরদি বা সিংসতা াড়াই ম্মা বি াস ধারণ, সববে সন া/পরিবতন্ করা এবং চচক্ষরার অধিকার।
- তনৈন্দিন জীবনের সাথে ফরব কীভাবে সম্িক ত তা ব্যাখ করতে পারবে।
- অধিকারের সীমাবদ্ধতা ি সাধারণভাবে ব্যাখ করতে পারবে এবং বুঝতে পারবে সযফরব-সককখনই অন মানুষের ক্ করার অজু াত ি সােে বয ার করা যাবে না।

অধিবেশনের বিষয়বস্তু এবং সময়



প্রারম্ভিক অনুশীলন: সবকিছু বলুন!

আগের অধিবেশনের শিকড় বিষয়টি অংশকারীদেরকে মনে করিয়ে দিন।

১০ মিনিট

গল্প এবং আলোচনা অনুশীলন: কোন এক কালে

গণটি শুনে অংশকারীরা বুঝতে পারবে সফরবাহারী সুরত বিষয়টি তাদের কাছে মূল্যবান কিনা।

৪৫ মিনিট

উপস্থাপনা: ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা বিষয়ে ধারণা প্রদান

এটি এই সাক্ষাৎকারটি মুদ্রিত উপস্থাপনা। ফরব কী সুরত করে এবং কখন অধিকার সীমিত হতে পারে সে বিষয়টি এইখানে তুলে ধরা হয়েছে।

১৫ মিনিট

সম্মিলিত আলোচনা: ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা

আগের অধিবেশনের বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা।

১০ মিনিট

চিন্তা-ভাবনা এবং আলোচনা অনুশীলন: আমাদের সময়ে ফরব

নিজেদের তৈরিকৃত জীবনে অংশকারীরা কীভাবে ফরব-এর অধিকার বহারা রে তা চিহ্নিত করতে সাহায্য করবে এই অনুশীলনটি।

৩৫ মিনিট

সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প

অংশকারীদেরকে অনুপ্রাণিত করার জন্য পুরো সাক্ষাৎকার গল্প মুদ্রিত রাখা হয়েছে।

৫ মিনিট

মোট সময়

২ ঘণ্টা

প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে তিতি অধিবেশনের জন্য তিতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য তিতি নিতে রাখবেন – আপনার দলটি সম্মুখে আপনাকে ভালো জানেন! তাই দলটির যেকোনো অধিবেশনে সাহায্য করার জন্য পৃষ্ঠার সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।

অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

এই অধিবেশনটি পরিচালনা করতে পৃষ্ঠা ১৬-এর তালিকা তিতি অধিবেশনের জন্য যেকোনো উপকরণ লোডাও/নিম্নলিখিত সরঞ্জামটির দরকার হবে:

- একটি নরম বালুন।
- পূর্বস্বতন্ত্র অধিবেশনে বহুত সুযোগের পাতের বহু মানুষের চাহিদা কাটা।
- বিপি পত্র বা ‘সকল এক কালে’ অনুশীলনটির দ্বিতীয় আলোচনার সীত একটি ফ্লিপ চার্ট পিট।
- বিপি পত্র বা ‘আমাদের সময়ে ফরব’ অনুশীলনটির দ্বিতীয় আলোচনার সীত একটি ফ্লিপ চার্ট পিট।
- পাওরপে নট লাইন বহারা কতে না চাইলে নিম্নলিখিত বিপর রাখুন:
 - সকল এক কালে : গণটি সমসপপাটা লিখে চিত্রিত করা হয়েছে সেগুলো মুদ্রণ করুন।
 - পাওরপে এই সথকেমু বিষয়বস্তু ফ্লিপ চার্ট পিট বিপর রাখুন। ‘আমাদের সময়ে ফরব’ অনুশীলনটির জন্য এই অধিবেশনে পাওরপে নট এই ৪৭
 - ৫৯ মুদ্রণ করুন।

এখানে এই অধিবেশনের আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ পাওয়া যাবে।



(ঐচ্ছিক) অতিরিক্ত - আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলুন!

আপনার তির অংশ হিাবে ধর্মমত বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্মুখে আরও জানতে এই দর্শ্য চলচ্চিত্রটি সম্মুখে পারেন। এই চলচ্চিত্রটি আপনার আত্মবিশ্বাস এবং তির উন্নয়নের সম্মুখে সাহায্য করবে। চলচ্চিত্রটির এই সংকলনটিতে (সংকলন) ৫-১০ মিনিটের আটটি চলচ্চিত্র রয়েছে। আপনার কাছে যদি সসীম সদ্ব্যর্থ সম্মুখে না থাকে তবে অতি এই চলচ্চিত্রটি সম্মুখে চলচ্চিত্র ২ (ধারণ করার বা সবসম্মুখে অধিকার), চলচ্চিত্র ৩ (অধিকার) এবং সামান্য দীর্ঘ চলচ্চিত্র ৮ (অধিকারের সীমাবদ্ধতা)।

কক্ষটিকে অধিবেশনের জন্য উপযোগী করুন

এই অধিবেশনটির জন্য সচারা লিখে চিত্রিত এবং সুখমুখী করে এমনভাবে সাজাতে হবে যাতে মাঝখানে অনেকখানি জায়গা ফাঁকা থাকে। দলটির অংশকারীদের সহায়তায় চলচ্চিত্রের জন্য পয়মা জায়গা সক্ষম থাকে সেসবদিকে লক্ষ রাখুন। একটা বালুন থাকলে ভালো কিংবা সক্ষম স্ট্রবি থাকার যেকোনো সম্মুখে।



চলচ্চিত্র



‘সকল এক কালে’

“সকল এক কালে’ শীঘ্র অনুশীলনটি এমন অনেক আলোচনার সূত্ররূপ
করে যে যা অংশগণকারীদেরকে গভীরভাবে ভাবতে সাহায্য করে। এর ফলে
অংশগণকারীদের অনেকেরই মনের জানা থাকে যা তারা নিজ সমাজের
তিহ্যে সম্মত পালিকা/সজর সংক্রান্ত রীতিসম্বন্ধে বিদ্যমান অবস্থা
সম্বন্ধে সর্বত্র আসাঠিক হলে কিনা - এরকম আলোচনা উঠে আসে।”
হাম্মাম হাদ্দাদ, সহকারক, জডাম

বিচারিত অধিবেশন পরিকল্পনা

১. প্রারম্ভিক অনুশীলন: সবকিছু বলুন! ১০ মিনিট

বর্ণনা

অংশকারীরা একে অপরের কাছে একটি বস্তু সদবে তববে বলাটু স্বে সদার আগে পূবস্বতমীমধিবেশাের অ ত একটি শিাী বিষ (যেটা তার স্মরণে আে) ব ক্ত বে।

উদ্দেশ্য

এই অনুী নটি বিনোদন ও মিথ্ার সাথে অধিবে নটি শু করতে সাহায করবে। অনুী নটির উে হাে আগের অধিবে ন সথকেদে র অংশকারীরা যা শিাখেে, অনুভব করেছেে এবং সভবেে সসবিষ লো মনে রাখতে এবং সস লো একে অপরের সাথে বিনিম করতে সাহায করা। দে নতুন অংশকারী সযা দিে ও আগের অধিবেশাে সশানো বিষ লো বুঝতে তার অসুবিধা হাে না।

উপকরণসমূহ

- একটি নরম ব ।
- ‘মানুষের চাহিা কাডা স ি ত সুযে র পাত্ৰ গেের অধিবেশাে ব বহুত)

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

সবার মাঝখানে ‘মানুষের চাহিা কাডা ি স সুযে র পা টি রাখুন। ধমস্মা বিাসের াধীনতা সম্কি ত তিনটি কাডাসম্ম অন কাডা ি র উপরে থাকে যাতে করে সস্কাটি স য হাে আপনি সহাে ই সস লো সপতেপারেন।

সবাইকে াগত জানান এবং বুন সয আগের অধিবে নটির উপর নজর বুলিাে এই অধিবে নটি শু করবেন। দে র সবাইকে সুযে র পাে র চারপাে চরকিারে একটু দূরে দূরে দাঁ াতে বুন।

এবার বুন সযতারা যাকে খুি তাকে বলাি টুে সদবো সয অংশকারীর কাছে বলাি থাকবে, তিনি একটি বাকে আগের অধিবে নটির বিষে যা মনে আে সসটা বলাে ন - সস্মন, আগের অধিবেশাে উে খিত গ টির কথা, বা এমন কিছু যেটা তিনি শিাখেে, বা সস্ম অনুভূতি বা চি া ইতাদি। বাক টি ব ার পর, সস অন্য সযকেম্ম অংশকারীকে বলাি টুে সদবেযাতে তেযে কথা ব ার সুযোগ পা। এই অধিবেশাে নতুন সস্ম অংশকারী দলটিতে যু হাে থাকে, তার কাছে যখন বলাি টুে সদা হাে তখন তাকে সজোে বলাে হাে ‘সবকিছু বুন’ এবং তারপর বলাি অন্য কা কে টুে দিতে হাে।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

আগের অধিবে ন সথকে আপনার মনে আে এমন একটি কথা বে একজন অংশকারীর দিকে বলাটুে দিে অনুী নটি শু করুন। অংশকারীদের ব বে র পরিপেরি ‘ধন্যাদ’ এবং ‘চমৎকার’ ইত্যাি বে তাদেরকে অনু াগিত করুন! তিটি ব্যি একবার ব না ধরা পযম অনুী নটি চালিাে যান।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করতে হবে

আগের অধিবেশাে র বিষ লো মনে রাখার জন দলটাকে অভিনন্দন জানান এবং খুব সখি াবে তারা সয মূ বিষ লো বলাে ভুে সগনে সস লো উে খ করুন। এবার মাঝখানে রাখা সুযে র পা টি সথকে ধমস্মা বিাসের াধীনতা সম্কি ত তিনটি কাডা হাতে নিন। কাডা ি ধরে রাখুন এবং সবাইকে বুন সয আমরা এই অধিবেশাে চি া, বিবেক, ধমম স্রং বিাসের াধীনতার অধিকার সমকে জানবো।



সম্মিলিত
অনুশীলন

২. গল্প এবং আলোচনা অনুশীলন: কোন এক কালে ৪৫ মিনিট

বর্ণনা

‘বাঁ আঁর স্কার সংগীত’ গ টিকে ঘিরেই এই অনুশীলনটি। এর চারটি অং রয়েছে : গ বলা- সঁ ত আলোচনা - দঁ আলোচনা - তিরিঁ / উপসংহার

উদ্দেশ্য

ফরব ারা সুরা ত বিষ ি অং ণকারী এবং তাদের ঐতিহা ও সং ্রুতিতে মূলা ান কিনা এবং কীভাবে সস বিষে গভীরভাবে ভাবতে সহায় া করাই এই অনুশীলনটির লা া। ধম্মা বি াসের াধীনতার সাথে সম্িক ত সাতটি মূ বিষ : চি া করা, বি াস করা, অং িভূত ও া, চচমক্ষরা, করা, পরিবতম্ব করা এবং ত্যাখন করা - ইত্যাঁর উপর আলোকপাত করে এই গ টি।

উপকরণসমূহ

- গের ি প্টি প্ া ৫৬ বা এই লিাে সদক্ষ)।
- অধিবে নটির পাও ারপে াই ৩-২৩ - সয লোর মাধ্যমে গ টি চি ত হায়ে সস লো অথবা াইে র বেি লোর মু ত সপা রা।(এ লো াে াও অনুশীলনটি করা সম্ভব
- দঁ কাঁজের জন ‘সক্ষ এক কাে ’ অনুশীলনটি সম্িক ত বিভিন্ন নিে তরি বি পত্ তি ৩-৪ জন অং ণকারীর জন্য এ টি) অথবা একটি ফ্লিপ চার্ট িটে লো থাকতে হাে ।

আগাম প্রস্তুতি

গ টি পুন অথবা নিজের মতো করে বলার চচমক্ষরুন যাতে সুন্দর করে িে গ টি বলাে পারেন এবং কখন সক্ষ পাও ারপে াই বা সপা টি সদক্ষবেন সসসমকে আ বি াসী থাকতে পারেন।

আপনি যদি সপা র ব্য ার করেন, তাহাে সপা র লো সদাে ানুসারে ঝুলিাে সফুন। এতে করে সঠিক সমে সঠিক সপা রটির তি নিদেয় করা স জ হাে ।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৩৫ মিনিট

- গল্প বলা (১৫ মিনিট)
বুন সয আপনি এখন একটি গল্প পোে সশাােবন এবং তারপর সঁ তভাবে এবং ছোট ছোট দোে গ টি নিে আলোচনা করা হাে ।
গ টি বুন এবং পাও ারপে নট াই /সপা র লোর তি অং ণকারীদের দৃষ্টি আ ষম্ব করুন। প্ অন্ভূতির সাথে গ টি প ার সচটকিরুন
- দ্রুত সম্মিলিত আলোচনা (৫ মিনিট)
নিম্নলিখিত ে র উ র সদন্ত ার জন অং ণকারীদেরকে হাততুলাে বুন - তিটি প্ে র জন ধু একটি বা টি উ র ণ করুন
- গ টি আমাদেরকে কী শি া সদ বা এর মূ কথাটি কী?
- এই গের চরি ির আচার-আচরণে সক্ষ ঙসনী ব্যা ার টি কি?

(স্কা এবং বাঁ র ধারণার সাথে অং ণকারীদের নিজ স াপটের সাদ্ যখুঁজে পাও া কঠিন বে মনে হাে বুন সয ধারণাটি আসে ঐ মবাসীদের বি াস এবং ধম্মী চচক্ষ তি নিধিত্ব রে)

- ছোট ছোট দলে আলোচনা (১৫ মিনিট)
অং ণকারীদেরকে ৩-৪ জনের এক একটি দোে বিভক্ত করুন তিটি দলাে দঁ কাঁজ হিসেে ির একটি করে অনুলিাি দিন।
সাতটি মূ বিষে র উপর আলোকপাত করতে পাও ারপে নট াই ২৪ সক্ষান, অথবা একটা ফ্লিপ চার্ট িটে ওই বিষ লোর তাি কাটি সক্ষান। বুন সযএখনকার তিটি বিষ ই স্কানোনা স্কানোনাে গ টির সাথে সম্িক ত।
(মূ বিষ সমূ : চি া করা, বি াস করা, অং িভূত ও া, চচমক্ষরা, করা, পরিবতম্ব করা এবং তাখন করা)



গল্প

এখানে গল্প, পোষ্টার ও বিলিপিপ্রগুলি পাওয়া যাবে

পরামর্শ! ছোট ছোট দোে আলোচনার জন্য যক্ষত সক্ষ াতে থাকে সাদিকে সখা া রাখুন।

- দ লি়াে নিম্নলিখিত সমূ নি়ে আলোচনা করতে বুন:
- এই বিষ ি গ়ে র কাহি়ার সাথে ংং গ়ে র সযচরি ি আপনার ভালো সলাগে বা লাগে নি স্ই চরি ি র সাথে কীভাবে সম্কি ত?
- আপনার সং ্র্তি বা ধমমী থা ি ত ংমন সক্ষম গল্প ে কি সযশ্নে টি া করা, বি াস করা, ংং িভূত ও া, চচমক্ষরা, পরিবতম করা, করা বা তাখান করা সমকে ইতিবাচক কি়ে বা া হা়ে ে?
- এই কাজ ি করার ংনুমোদন থাকে তাতে কি সমাজের ংপকার হা়া না কি ংটা সমাজের জন হু়ে কি হা়ে দা় া ? না কি ংটোই ঘটতে পারে?
- এই কাজ লো করতে স ম ব্য ি র ংড়া়া কি ইতিবাচক সমাজ পরিবতম সম্ভ

ংনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১০ মিনিট

তিটি দলা়ে তাদের আলোচনা সযবিষয়ট ংনু়ে রণাদা ক, গু় পূণম্মা কঠিন ব়ে মনে হা়ে ংরকম ংকটি বিষ বলা়ে বুন।

নিম্নলিখিত ব ব্য ি ব়ে অধি়ে নটি স য় করুন

- ধমম্মা বি াসের াধীনতা সংলি়াে ংনবাধিকারের সাথে সক্ষম মূলা়ে ধ ংং অধিকার সম্কি ত সস লো জানার জনয়ই এই গ ি নি়ে আলোচনা করে়ি ংং সভবে়ি।
- এই মূলা়ে ধ ংং অধিকার ি খুব সাধারণ সক্ষম বিষ ও সক্ষম ন সত্ংনি সক্ষম ংবিতকি়ে বিষ ও ন । এই বিষ লো কি়েটা হা়ে ও ংদ়ে র কারণ হা়ে পারে। সক্ষম, ংপনি হা়ে়ে ংবনে:
- সবাই যদি নি়ের সিদ্ধা নি়েই নি়ে পারে ংর কীভাবে জীবনযাপন করতে হা়ে তা সবনে নি়ে াধীন হা়ে, তাহা়ে কি ংমাদের সং ্র্তি, ংতি য ংং বি াস হু়ে কি়ে স ংখীন হা়ে না?
- ংমাদের কী নিশ্চয়তা ংমে সযমানুষ এই াধীনতা লি়াে ভালো কি়ে়ে জন ই ব বহার ক বে? কি়ে়ে মানুষের খারাপ টি া ও ং উ়ে য় থেকে। সবাইতো ংর জি়ানার মতো বনধী়ে র জীবন ংর ও ংনত তে চা না। কখনও কখনও মানুষ তাদের বি াসকে ংন ংদের ক্ া সাধনের চা হি়া়ে ংমনভাবে ব্য ার করে়ে য়াতে করে়ে তার ংনে ং আচরণ ন ায়তা প - সক্ষম চা়ে র সদক্ষানদার ওনোকে সক্ষাবে হা়া রানি করে়ি ংং ংং 'সবার জনয় ংকৃত স খা ফ ক ি সভে়ে সন্ড ার জন ংকটি দ ংংগঠিত করে়ি ।
- এই ি গু় পূণম্মবং ং লোর ংর ং ংজে সৰ্ব্ব করার সচা ংমরা চা়ি়া়ে য়াব। তবে, টি া করা, বি াস করা ংং ংপছন্দের বিষ ি নি়ে তুলা়ে পারার াধীনতা না থাকে়ে মানুষের প়ে সক্ষম ইতিবাচক পরিবতম ঘটানো সম্ভব - ংদা রণ হি়া়ে ংগ ংটিতে বাজারের সত্ৰ সযতম্ময় ্র্টি হি়া়ে়ি স্ই বিষয় ি ংলেখে়ে করা সযতে পারে।
- তাহা়ে মানুষের সক্ষম িধিকার ি থাকা ংচিত ংং সরকার কখন স্ই অধিকার লি়াে সীমিত করতে পারবে? এই পয়মা়ে ংমরা জানবো সয ংনজম্মাকি ংনবাধিকার ংইনে ং সমকে কী ব া ংমে।

৩. ংপস্থাপনা: ধর্ম বা বিশ্বাসের ংধীনতা সস্পর্কে ধারণা প্রদান ১৫ মিনিট

বর্ণনা ংং ংদে্শ্য

এই ংপ াপনাটি ধমম্মা বি াসের াধীনতা সংলি়াে ংধিকার ি সমকে াথমিক ধারণা দান করে ংং সক্ষম সক্ষম সকে এই ংধিকার ি সীমিত হা়ে পারে সসসমকে ও ধারণা সদ। এই ংংশট সকা সক্ষম ংজন সয ান থাকা দরকার তার ংকটি মূ ংভি়ে তরি করে়ে।

ংপকরণসমূহ

- ংপ াপনাটির ি পট ং নি়ে মশি়ার ৬০তম পৃ া পাও া য়াবে।
- ি টি এই ংধি়ে ংশা়ে র পাও ারপে াই ২৫-৪৬ সাথে সাদৃশা়ে গু় ংং ংং ংই ি র ব র মন য় ং ং ি টি ংনভূ কত করহা়ে ে।
- ি টির ও ংডোস াদনা য়োগ ংকটি সস্করণ ি়ে নটির ংনুষ ি ক ংপকরণসমূে পাও া য়াবে।



আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর 'কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হাে' নিদেমাশিটি অনুসারে অধিবেশারে জন তি নিনাি এবং পাও ারপাে াই ি পুন এবং স াপটের জন উপযোগী করে স াদন করুন (অথবা াই িলাে উলেটে মু বিষ ি নিে ফ্লিপ চার্ট িট তরি করুন) এবং াই /ফ্লিপ চার্ট িট ির সাথে একসাথে উপ াপনার চচমাফরুন

টি

এই উপ াপনার জন্য ে কে মিনিট সম সর্বা নিতে পারেন। আপনার সদে ফরব সংরাি সবচেে গুর গুমাইনসমু এবং স্না লো কীভাবে আনজমািক নিয়ুে র সাথে সমকি ত - স্না বিষে তথ্যসফা করুন। া ক নিদেমাশিটির ১৫৩-১৫৪ পৃ া এই তথ্য কীভাবে খুজে সপতেহাে স্না সমকে পরামশা এবং ি ি পাও া যাবে। একাধারে সর্বা গ কথা বলাে না না, কারণ মানুয সর্বা গ মনোযোগ ধরে রাখতে পারে না! য়ে জনে উপ াপনার পর উ পগাদা ক কিছু বয় ার করুন। নানয় কয় াপের জন্য স কমিে (সফান, রিক অনুী নটি বাদ দিে) এই অংে র জন্য স একটু সর্বা নিতে পারেন বা পূগমা অধিবে নটির জন্য সর্বা সম বরা করতে পারেন।

পরামর্শ! আপনার উপ াপনা স ষ না ও া পয়ম অং ণকারীদেরকে /মন্ য করতে বারণ করুন

৪. সম্মিলিত আলোচনা: ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা ১০ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

পূর্বস্বতম উপ াপনা নিে একটু আলোচনা করুন যাতে করে অং ণকারীরা যা শিাখে সেটা আ করতে পারে।

আলোচনাটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

অং ণকারীদেরকে জি াসা করুন বিষয়ট সমকে তাদের সক্ষম মন্ব বা আে কিনা এবং এরপর নিম্নলিখিত ি জি াসা করুন

- উপ াপিত অধিকার ির মধ্যে সক্ষমটি আপনার কােে গু পূগম
- উপ াপিত অধিকার ির মধ্যে এমন সক্ষম অধিকার রয়েছে কি যেটা সমখম করা কঠিন কিংবা বি ি কর?

১০ মিনিট পর সর্বা ত আলোচনাটি স ষ করুন। বুন সয় দলাি এখন একটি অনুীলােে র মাধ মে বিষ ি নিে আলোচনা এবং অবেষণ চ াবে।

মনে রাখবেন: আপনি একজন সহা ক, সক্ষম বিে ষ নন! অতএব, অং ণকারীদের সকানো ে র উ র কীভাবে দিতে হাে তা আপনার জানা না থাকে, উ র সদ ার জন উদীব ও ার কিছু সন্ই; সক্ষম চাপ সনকো না! বরং আ বি াসের সাথে বুন সয় এই সকাস্ট্রাপির রিক অে ষণের একটি িরি া এবং আপনার ভূমিকা হাে আলোচনাটিকে সু ভাবে এগিে সনা, বিে ষ ও ান।

৫. সম্মিলিত অনুশীলন: আমাদের সময়ে ফরব ৩০ মিনিট

বর্ণনা

এটি একটি 'চি া করা-জুটি বাধা-মত বিনিম করা'র অনুী ন সযখনে অং ণকারীরা তাদের তনৈন্দিন জীবনে কীভাবে চি া করে, বি াস করে, অং িভূত হা, চচমাফরে, করে, আপি সতাে এবং ত্যাখন করে ইত্যাি বিষ তিফি ত হাে।

উদ্দেশ্য

তনৈন্দিন জীবনে আমরা সযচি া, বিবেক, ধমম্বং বি াসের াধীনতা সংলি অধিকারসমু ব বহার করে থাকি সেটা অং ণকারীদেরকে সবাঞ্নোই এই অনুী নটির লা ামানবাধিকার সযবাস্ে ও গু পূগম এবং এটা ধু তাকি একটি বিষ ন সসধারণাটিই এই অনুী ন সথকেসহাে তিয় ান হাে।

উপকরণসমূহ এবং আগাম প্রস্তুতি

- এই অধিবেশানেটর পাও ারপাে াই ৪৮-৬০ বা এই াই ির মু ত সংস্কর ি অধিবেশারে আগেই সদ াে ঝুলিাে দিন।
- তিটি ৩-৪ জনের ছোট দাে র জন একটি করে াবীর অনুলিাি বা আগে সথকে তরি রাখা নবেী স তি ফ্লিপ চার্ট িট দী কাজের জন্য প্রদান ক



সম্মিলিত আলোচনা

পরামর্শ! ধমম্বা বি াসের াধীনতা সমকে জটিল নেেরে র কীভাবে দিতে হাে স্না সমকি ত নিদেমা পাও া যাবে ২১-২৮ পৃ া।



সম্মিলিত অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৪ মিনিট

তি দুইজন করে অং গকারীকে অন্যের সথকে একটু দূরে সরে দাঁড়াতে বুন নিম্নলিখিত বিষ ি ব করুন
এখন আমরা আমাদের তনৈন্দিন জীবনে ফরব এর তাৎপয়মকী তা জানতে সচটকিরবো।শু তে, তেযে ই
আমরা নীরবে কিছু ণ চি া করবো।এরপর আমরা সজা া সজা া নিজেদের চি াভাবনা নিে আলোচনা করবো।
অবশোে, আমরা স ি তভাবে বিষ লো নিে আলোচনা করবো।

নিচে স খা বিষ ি পে সশমান (বা অনুরূপ কিছু বুন) এবং একই সাথে পাও ারপে াই ৪৭-৫৯
অথবা এই াই ি র মুি ত সংস্কর ি র দিকে অং গকারীদের দুটি আ ষম্ম করুন

“আপনার জীবনের সযকেম একটি সাধারণ দিন নিে ভাবুন কখন এবং কীভাবে আপনি আপনার চি াভাবনা,
বি াস, এবং আপনার ধমমী বা ধমমনিরপে অং িভূক্তত(রিলিজি াস অর নন-রিলিজি াস বিলাি)
বা পরিচরে অনুভূতি বয রে থাকেন? সফ্মন:

- সযখাদ ি আপনি খান বা খান না,
- আপনি সফ্মব ব িরধান করেন বা করেন না,
- াথমমবা আচার-অনু ানে বা জীবনের গু পূণম্মু তমি উদযাপনের সম ,
- আপনি যা কিছু পাঠ করেন,
- আপনার পরিবার, বুন বা স কমমীলে সাথে কথোপকথনে এবং আপনি সযজ্বে আপনার বা াদের
ব করেন বা
- আপনি সযজ্বে সমাজের সসব করে থাকেন বা সামাজিক উদেে র বিষ ির সাথে সযজ্বে জি ত
হাে থাকেন।”

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে ৩০ মিনিট

চিত্তা করুন! (৫ মিনিট)

তে ককে পাঁচ মিনিট সম নিে তাদের জীবনের একটি সাধারণ দিনের কথা নীরবে ভাবতে বুন।সযকেম
সাধারণ দিনে কখন এবং কীভাবে তারা তাদের চি াভাবনা, বি াস, এবং ধমমী বা ধমমনিরপে পরিচ /
অং িভূ তা ব ক্ত রে থাকেন?

জুটি গঠন করুন (১০ মিনিট)

অং গকারীদেরকে তাদের জুটির সাথে নিজ চি াভাবনা ি আলোচনা করতে বুন এবং নিচের সয ি
নিে আলোচনা করতে তারা াচ্ছন্দ্য সবম্ম করবেন তা নিে আলোচনা করতে বুন।

- আপনি আপনার ধারণা ব ক্ত রেবেন বা সকম্ম বিষ নিে তুলোনে এরকম একটি ঘটনা বণম্মকরুন
ফ াফ কী হায়ে ি এবং সকম্ম সলাগে ি?
- এমন একটি ঘটনা বুন সযখনে আপনি আপনার ধারণা ব ক্ত তে, আপ ি কর সকম্ম বিষ নিে
তুলাে বা আপনার পরিচ পুর করতে পারেননি।তখন আপনার সকম্ম সলাগে ি?
- তনৈন্দিন জীবনে নিজের ধারণা এবং পরিচ ব ক্ত তে পারাটা কি আপনার জন গু পূণম্মসযধারণা বা
চচমা ি আপনি ভু বে মনে করেন স ি সমকে তুলাে পারাটা কি গুরু ূণম্ম
- আপনাকে যদি নিজের বি াসের পরিবতেম্মনযে র ধারণা ও বি াসের ভিত্তিে জীবনযাপন করতে বাধ হাে
হা তাহাে সকম্ম াগবে?

মত বিনিময় করুন (১৫ মিনিট)

সবাইকে স ি ত আলোচনা ফিরে আসতে বুন।আমরা আমাদের জুটিদের সাথে সয ি নিে আলোচনা
করে ি এবং সভবে িস ি নিম্নলিখিত লোর সাথে সমকি ত:

- চি া, বিবেক, ধমম ঙ্গ বি াসের াধীনতা ারা সুর ি ত অধিকার ি কি আমাদের কােে গু পূণম্ম
- এই অধিকার ি না থাকে আমাদের সকম্ম লাগে?

অং গকারীদেরকে করুন সয জুটির মধ্যে আলোচনার ভিত্তিে সকট এই সমকি ত চি াভাবনা, অনুভূতি
বা অভিজ্ঞেঞ্জয় করতে চান কিনা।কাউকে এ বিষে চাপাচাপি করবেন না, সসছে সকট কিছু বয করতে
চাইে , করতে পারে! কিছু ণ পরে, দলটিকে জি সা করুন সযমানুষের অভি তবৈশি ির মানে কি এই
ন সযচি া-বি াস-অং িভূক্ততা চম্ম -পরিবতম্ম এবং তা াখ ান করার অধিকারের সকে সকে রই একই
রকম চা ি দা রেয়ে ি? এই অধিকার লো কি সকম্ম বিে ষ ধমম্মা বি াসের অনুভূক্ত মানদের জন্য গুরু াম্ম

পরামর্শ! আলোচনার শু টা যদি
ধীর গতির হা তবে আপনার নিজের
জীবনে ফরব সমকি ত সকম্ম বিষ
নিে কিছু বলাে পারেন।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

আলোচনা তাদের চি ভাবনা, মতামত ও সর্গি অং হারে জন সবাইকে ধন্যাদ জানিে অনুী নটি স ষ করুন

৬.সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প ৫ মিনিট

বর্ণনা

একজন সাধারণ বয়ি কীভাবে তার ফরব অধিকার আদাে র জন লাড়োটি ন এবং সমাজ পরিবর্তনমেন্নবদান সরখেদিে ন সস্ই গ টি সমকে সর্গি আলোচনা দিে অধিবে নটি স ষ করুন। আগামী অধিবেশাে কী কী বিষ থাকতে পারে তার সর্গি বিবরণ দিন।

কী বলতে হবে

নিম্নলিখিত মন্ব ি করুন। যদি সম্ভ হা পিটারের গ টি ব্যাখ করতে এই অধিবেশাে র পাও ার পে াই ৬১-৬৩ ব বহার করু

- আজ আমরা ধমন্না বি াসের াধীনতা সর্গি অধিকার সমকে সজনেটি এবং আনজমাকি আইন অনুসারে আমাদের এবং বিে র সব মানুষের অধিকার সমকে শিাখেি।
- এটি সব জটি একটি মানবাধিকার এবং হায়ে কিছু বিষ আমরা বুঝতে পারিনি বা কিছু বিষে একমত হাে পারিনি। কি টাও নিশ্চিত সয় কিছু জিনিস আমরা ঠিকই বুঝতে সপরেটি এবং কিছু বিষে একমতও হায়ে। সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেে যা শুরু করার ন্য এ টুকুই হাে পারে একটা শুভ চূনার ান।
- আমাদের মত সাধারণ মানুষও সমাজে বিদ্য ান সমস্ ি র সকে তাৎপযম্বী পরিবর্তন সৃটিে অবদান রাখতে পারে।
- পৃ া ৬৪-এ পিটারের গল্প ুন, (অধিবে নটির ডাউনলোডাযো উপকরণ লিাে ও এই গ টি পাও া যাবে)।
- পরবর্তমীঅধিবেশাে আমরা আমাদের পরিচ , বিশো াধিকার এবং তিকূলা ার বিষ ি জানতে কিছুটা সম ব করবো। এবং পরবর্তমীঅধিবে ন লিাে আমরা ধমন্না বি াসের াধীনতা সর্গি অধিকার ঙ্ঘন এবং কী বে আমরা এরকম ঙ্ঘন তিরোধ করতে তাৎপযম্বী কিছু করতে পারি স্ সমকে আরও কিছু ি খবো।



সংক্ষিপ্ত
আলোচনা



‘বাঁ আর স্চাে র সংগীত’

"অং ণকারীরা এই গ টি অনেক পছন্দ করে। এই গ টিই টি অধিবেশাে র স্ফরা অং । গ টির চরি ি, চিত্রস , এবং মূ ভাব সবকি়ের সাথেই তারা স্ হাে সপরেটি ।"
হিদায়া দুদ, সহা ক, তানজানি ।

বাঁশি আর ঢোলের সংগীত

লিখেছেন ক্যাথরিন ক্যাশ এবং সিডসেল-মারি উইনথার প্রাগ
চিত্রিত করেছেন টবি নিউসোম

এই গল্পটি 'কোন এক কালে অনুশীলন'-টির জন্য ভিত্তি তৈরি করে। গল্পটিকে অধিবেশন ২-এর পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-২৩ দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।



বাঁশি আর ঢোলের সংগীত



বহু বছর আগে এক এলাকায় দুটি গ্রাম ছিল।



একটি গ্রাম ছিল বনের মধ্যে। এই গ্রামের মানুষ তাদের ঢোলের বাদ্য আর নাচের জন্য বিখ্যাত ছিল। কোন শিশু সোজা হয়ে বসতে শেখার সাথে সাথে তাকে একটি ঢোল দেওয়া হতো। কিছু ঢোল ছিল খুবই ছোট। এগুলোর শব্দ বৃষ্টির একটানা রিমঝিম সঙ্গীতের মতো শোনাতো। আবার তাদের এমন ঢোলও ছিল যেগুলোর শব্দ শোনাতো বজ্রধ্বনির মতো আর সেই ঢোলগুলো বহন করতে দুজন মানুষ লাগতো। ঢোলের বাদ্য তাদের জীবনের সাথে ওতোপ্রতোভাবে জড়িয়ে ছিল - আনন্দ উদযাপন, শোক এবং এই দুইয়ের মাঝে আর যা কিছু আছে সবকিছুতেই ঢোল বাজানো হতো। ওই গ্রামের মানুষেরা বিশ্বাস করত যে ঢোলের বাদ্য তাদের জীবনধারা ও বনের দেবতার মধ্যে সম্প্রীতি স্থাপন করতো।



নীচের উপত্যকায় অবস্থিত গ্রামটির মানুষগুলো কখনই ঢোল বাদকদের বুঝতে পারতো না। ঢোলের বাদ্য তাদের কাছে সংহতিনাশক এবং অপপ্রীতিকর বলে মনে হতো এবং ঢোলে একটা সাধারণ টোকা পড়লেও তারা ছটফট করে উঠতো। এই গ্রামে ছেলে শিশুর জন্ম হলে, তার বাবা কাঠ বা হাড় দিয়ে একটি বাঁশি বানিয়ে শিশুটির গলায় বেঁধে দিত। ছেলেটি তার জীবনের শেষ অবধি বাঁশিটি তার গলায় পড়ে থাকতো। তাদের ঐতিহ্যবাহী কিছু সুর ছিল যা আয়ত্ত করতে অনেক বছর লাগতো। এই গ্রামের কিছু পুরুষ বাঁশি বাজানোতে এতোই দক্ষ ছিল যে তাদের বাঁশির সুমধুর সুরে স্বর্গের ঈশ্বরও বিমোহিত হয়ে ফসলের জন্য বৃষ্টি এবং রোদ প্রদান করতেন। সেইসব পুরুষদেরকে সর্বোচ্চ সম্মানে সম্মানিত করা হতো।



যদিও ঢোল বাদকেরা তাদের জিনিসপত্র বিক্রি করতে বাঁশিবাদকদের গ্রামের সাপ্তাহিক বাজারে যেত, কিন্তু দুই গ্রামের মানুষ একে অন্যের সাথে মেলামেশা করতো না। বাজারে ঢোল বাজানো নিষিদ্ধ ছিল। অনেক বাঁশিবাদক দোকান মালিকেরা ঢোলবাদকদের কাছে কিছু বিক্রি করতে চাইতো না এবং ঢোলবাদকেরাও বাঁশিবাদকদের প্রতি বিরক্তি প্রকাশ করতো।



বাঁশিবাদকদের গ্রামে বাস করতো জিয়ানা নামের এক অল্পবয়সী মেয়ে। তার কৌতূহল এবং উদারতার জন্য সবাই তাকে ভালোবাসতো। তার বয়স যখন ১০ বছর তখন তার বাবা অসুস্থ হয়ে পড়েন। একদিন, তিনি মেয়েকে তার কাছে ডেকে বললেন, “মা আমার, আমি আর বেশি দিন বাঁচব না। আমার বাঁশিটি নাও আর এটা পরে থাকো যাতে ঐ বাঁশির মাঝেই তুমি সবসময় আমাকে নিজের পাশে খুঁজে পাও।” জিয়ানা দুঃখে কাতর হয়ে পড়েছিল। মেয়েদের বাঁশি বহন করার প্রথা ছিল না, কিন্তু শীঘ্রই সে নিজেকে প্রশ্ন করলো, “কেন আমাকে বাঁশি বাজাতে দেওয়া হবে না?” যে রাতে তার বাবা মারা যায়, সেই রাতেই জিয়ানা বাঁশিটি তার গলায় বেঁধে নেয়।



জিয়ানা বড় হতে থাকলো। মাকে সবজি চাষে সাহায্য করা এবং বাজারের দোকানে সেই সবজি বিক্রি করার জন্য সে কঠোর পরিশ্রম করতো। পরিশ্রমী এবং উদার মনের হওয়া সত্ত্বেও গলায় বাঁশি ঝুলিয়ে রাখার কারণে জিয়ানার গ্রামের মানুষেরা প্রায়ই তাকে উপহাস করতো। কখনও কখনও তারা তাকে বোঝানোর চেষ্টা করতো যাতে সে বাঁশিটি আর না পরে, কিন্তু সে তাদের কথা শুনতো না। সুযোগ পেলেই জিয়ানা বনে চলে যেত বাবার বাঁশিটা বাজানোর জন্য।



এমনই কোনো এক দিনে জিয়ানা শুনতে পেল ঢোলের ক্ষীণ আওয়াজ। কৌতূহলবশত, সে ঢোলের শব্দ অনুসরণ করে বনের মধ্য দিয়ে একটি খোলা স্থানে গিয়ে পৌঁছাল, যেখানে সে দেখতে পেল একজন কিশোর ছেলে ঢোল বাজাতে বাজাতে গান করছে, আর তার বোন গাছ থেকে ফল পাড়ছে। জিয়ানা ওদেরকে এর আগে বাজারেও দেখেছে। তাই সে ওদেরকে চিনতে পেরেছিল - ওনো ও আইরিস - ওরা ভাই বোন।

গাছের আড়ালে লুকিয়ে জিয়ানা তার বাঁশি বাজাতে শুরু করলো। বাঁশির সুর আর ঢোলের তাল এক সুন্দর সঙ্গীতে পরিণত হলো।

গান শেষ হলে, জিয়ানা সাবধানে গাছের আড়াল থেকে খোলা জায়গায় বের হয়ে আসলো। ওনো এবং আইরিস বাঁশিওয়ালা মেয়েটিকে দেখে অবাক হয়ে গেলেও হেসে উঠলো এটা বুঝতে পেরে যে ঠিক তাদেরই মতো জিয়ানারও নিজ গ্রামে তার বাদ্যযন্ত্রটি বাজানোর অনুমতি নেই। আইরিস জিয়ানাকে কিছু ফল দিল, এবং সন্ধ্যার আগ পর্যন্ত তিনজন গান আর গল্প করে কাটিয়ে দিল।



এরপর যেদিন বাজার বসল, সেদিন জিয়ানা তার নতুন বন্ধুদেরকে চায়ের দোকানের সামনে দেখতে পেল। দোকানের মালিক তাদেরকে চিৎকার করে বলছিল, “দূর হও, নোংরা ঢোলবাদকের দলা!” ওনো রেগে গেলেও আইরিস তাকে টেনে অন্যদিকে নিয়ে গেল। দোকান মালিকের ছেলে ওনোর জন্য চা ঢালছিল; তাকে দেখে লজ্জিত মনে হচ্ছিল।



জিয়ানা আগে কখনো ‘ঢোলবাদকদের প্রবেশ নিষিদ্ধ’ লেখা ফলকটি সম্পর্কে ভাবেনি। আজ ওটা দেখে তার মনে পড়লো যে, সে এবং তার মা কখনই ঢোলবাদকদের দোকান থেকে কিছু কেনে না। এ কথা মনে হতেই তার হৃদয়টা ভারী হয়ে উঠল।

সেই দিন রাতে জিয়ানা তার মায়ের সাথে এ ব্যাপারে কথা বললো। সে তার মাকে প্রশ্ন করলো কেন তারা কখনই ঢোলবাদকদের দোকানে যায় না। উত্তরে মা তাকে বললেন, “চেনা জানা জিনিসের মধ্যে থাকাই ভালো”। কিন্তু জিয়ানা এই কথার মর্ম বুঝতে পারলো না। সে একটার পর একটা প্রশ্ন করতেই থাকলো - কেন সবাইকে সবখানে সাদর অভ্যর্থনা জানানো উচিত নয়। একইসাথে সে ওনো এবং আইরিসের দোকানের সুস্বাদু ফলগুলোর উচ্ছ্বসিত প্রশংসা করতে থাকলো। অবশেষে, জিয়ানার মা রাজি হলেন যে, এরপর যেদিন বাজার বসবে সেদিন তিনি ওদের দোকান থেকে কিছু ফল কিনবেন।



এদিকে চায়ের দোকানের মালিকের বাসায় মালিকের ছেলে ব্রোন যখন ঢোলবাদকদের প্রতি তার বাবার আচরণ নিয়ে প্রশ্ন তোলে তখন তাদের মধ্যে বড়সড় একটা গড়গোল বেধে যায়। দোকানের মালিক ছিলেন গ্রামের সবচেয়ে সম্মানিত বাঁশি বাদক এবং একজন গর্বিত মানুষ। তার বাবা এবং দাদাও ছিলেন দক্ষ সঙ্গীতজ্ঞ, কিন্তু এক্ষেত্রে ব্রোন ছিল তার জন্য এক গভীর হতাশার কারণ। সর্বাঙ্গিক চেষ্টা সত্ত্বেও ব্রোন সবচেয়ে মৌলিক সুরটাও আয়ত্ত করতে পারেনি। অন্যদিকে বছরের পর বছর ধরে জোরপূর্বক অনুশীলন এবং নিষ্ঠুর মন্তব্যের শিকার হওয়ার দরুন ব্রোন বাঁশির প্রতি আগ্রহ ও শ্রদ্ধা হারিয়ে ফেলেছিল। দূর থেকে ভেসে আসা ঢোলের ক্ষীণ হৃদয়ের প্রতি সে আকর্ষণ অনুভব করতো এবং অন্যরকম এক জীবনের স্বপ্ন দেখতো।



সময় গাতি চৌদকআি এরদেক রজয়না, আইরিসি এবং ওদন একসাদে কে লাি জনবেদনকো া কদি চৌদক। াি স্ব খে া এমন এক সময়কিসেসময় সবাই সার্থেি ভন্তো পাদব, কাল ও বার্স কালাদফলাভাদব বজাদনা চৌদ এবং বাজাদিও াি াদেসুন্দ স একসাদে বাজাদ পাদিব।



র স দহ ওদন এবং আইরিসি সবরজি ককোদনরজয়না এবং াি মাদয় সাদে কো কদি া, আি রজয়নাি মাও াদে কাি কদেকফল এবং বাচো ম রুনদ ন। একরন, ওদন ল কেদিলাকরজয়নাি মা াি কস্কে ি সাদে িলাদন কালরুি র দক ককটুইলীভাদব ারুদয়আদনি।

এি কদে , ওদন বলল, “এি হদলাহাৰুি কাল।এই কাদল শ মদনসুদ ি অনুভূর জাগায়।আৰু এই কাল বাজাদলৰুি াি নাদে আি হাদসা” রজয়নাি মা মু হদলম।

অননে কালবাদেরকাি চৌপাদশজদি হদ কদি রজয়না এবং াি মা াদে কাল ক্লা স দকস্কে াদে দকরু সা কদিকস্কে ন রজয়নাি মাদয় সবরজ ক্লা ব াি াৰি রুই হদয়য়ে।রুই র দকাি ককোদর্ন মাল্লাকাি াদে বাজাদি অংদশকালবাকেদে ি সাদে চুদ কল্লোি জনে রজয়নাি মাদয় র াি াৰি ল, রু র া রুই র দয়ই দলন কসেসবাই রে এদকঅদর্ন কাি ককে রুনদ পাদি হদলসবাই হি ভাদলাহদব।



াদে ককোদর্ন পাদশ একজন ব্ বরে মশলা রুই কবি দলন, রু াি ক্বোদকনা ভাদলাহি ল না। কবা দকনা রুভাদববাি দন ায় কসরুয়দয় ওদন াদকপাি মশলা দলা একি র র িলাদয়রুদ কৌদন কলা াোকদব “সবাি জনে উনম ”।ওদন ব্ কককবি জনে র র ত র কদি কসািন একবি বাঁশ ও কাদলা িরুও াঁদ র দয়ই ল।

ব্ বরে িরুই বাদি চৌদক এবং িদি িদি অননে ককোন মাল্লাকদে মর্দে ও একই উপলবি আসদ কদিকাল ও বার্স বাকেদে ি মাল্লাকানাি ককোন দলদ “সবাি জনে উনম ” রু র বি একইভাদব ক্লেত হদ কদি।এদ কদি বাজাি িও জমজমাি হদয় উঠদ কদি।



রুনতু রুই কসে মি দ ালেই ল এমন নয়।করুর্ন বাবা বাজাদ াি সীমানাি ম দিকালবাকেদে ি পুর্দব আ শ ায় আ র র দিলন।রু এই বচোপাি াদক াদে পুর্দনা জীবনাি াি জন হে মরকবদলা ভাবই দিলন।অননে চৌি হি ম দ া মদনভাব কপক্ষণ কদি া াদে দকজদি ক দিলন চৌদ একসাদে াি ‘সবাি জনে উনম ’ কলা ফলকগুর াদি ফলদ পাদনি এবং কালবাকেদে হই িরু কদি পাদনি।ফল : বাজাদি ম শ উদত্ বাদি চৌদক এবং বাজাি পরযি ও এ বচোপাদি উর্বি হদয় ওঠ।



করু াি বাবা ি পরকি ায় অংশ রুদ অস র জানায়।কস বহি ব্ মশলা রুদি াদক রুদয় বাজাি পরযিদে ি সাদে কৌ বদল াদে ক ি রু কদি দলা ক্ত বাজাদি সবাি জনে উ ি একবি স ানু াদলাি আদয়াজনকাি হদব।করু াি আ শ া ি দল ক্ত াি বাবা এবং অনচৌ ক ালবাকেদে ি গ ও গান শুনানি ি হইদর্ াদে দিক কমদনরনব।



সঙগ ানু দর্ন ক চৌ িরুদয় পদিলা এবং চৌ িনিত দেক মানুয আসদলা ক্ত।এরন স্ব ারুদর্ক কদেয় অদনক কবক্ষ কবক্ষেনা কদনি স্কান মাল্লাকাি।

অবদশদয়, সী ানু দর্ন স ময় হল।ব্ মশলা রুদি া ািকাদঠবি াঁশদ একবি সু ি সু ি বাজাদলন চৌি সাদে গান গাইদলন াি কমদয়গানর্ রলি ভাদলা ফসল ক্তবাি জনে ি দর্বি া রুদয়। ব্ মশলা রুদি া বচো চৌ কদিলন কৌ ভাব-অননি ও কময় ায় গচৌ রন গুর পািক দি এদ া বাি পদওি ককনগানর্ ািকাদি এ নও এদ া অবেবহ।

করুর্ন বাবা রুর্দাি মর্দে কুই ক ালবাকেদে ি মুদ হারু এবং রুর্দে দিক মাচো াাি দ কদে িরু কদিলন।



বুদ্ধ লোকটি ওনো এবং আইরিসকে মঞ্চে আমন্ত্রণ জানালেন। তারা তাদের ঢোলের গল্প বললো এবং বনের ভেতর দিয়ে যে ছোট নদী বয়ে গেছে তার প্রাণবন্ত বয়ে চলার প্রতি এবং ফলের গাছগুলিকে সুরক্ষিত রাখার জন্য ঝড়ের দেবতার প্রতি শ্রদ্ধা জানাতে কৌতুকপূর্ণ বাদ্যসঙ্গীত ও গান পরিবেশন করলো। বাঁশিবাদকদের গ্রামের সবাই প্রথমবারের মতো বুঝতে পারলো ঢোলবাদকদের কাছে ঢোল যন্ত্রটির মর্ম কী। ব্রোনের বাবা মুখ ভারী করে ঞ্ক্ষুটি করলেন।



অবশেষে, জিয়ানা ওনো এবং আইরিসের সাথে মঞ্চে উঠে আসলো। সে তার বাবার কথা ভেবে বাঁশি ঠোঁটে রাখল এবং তিনজন একসাথে বাজাতে লাগল। মঞ্জের চারপাশ জুড়ে হতবাক এক নীরবতা নেমে এল কেননা এর আগে কখনো বাঁশি ও ঢোল একসঙ্গে শোনাও যায়নি বা কোনো মেয়েকে কখনো বাঁশি বাজাতেও দেখা যায়নি।

জিয়ানার বাঁশি থেকে সূর্য ও বৃষ্টির প্রতি বন্দনার সুর আর ওনোর ঢোলের বাদ্য থেকে নৃত্যময়ী ছোট নদীর বয়ে চলার ছন্দ একসাথে মিলে বাতাসে ভেসে থাকলো।

গান শেষ হলে ভিড়ের মধ্যে মানুষগুলো কেবল একে অন্যের দিকে তাকাতে থাকলো। কেউ কেউ ইতস্ততভাবে হাততালি দিল আবার কেউ কেউ ঘুরে তাকালো। ব্রোনের বাবা জিয়ানার প্রতি রেগে ফেটে পড়লেন। “বিশ্বাসঘাতক!” বলে চিৎকার করে রাগান্বিতভাবে চলে গেলেন।

বাবার দিকে বিষাদময় চোখে তাকিয়ে ছিল ব্রোন। কী যেন কী ভেবে মাথা ঝাঁকিয়ে গলা থেকে বাঁশিটা সে খুলে ফেললো। বাঁশিটা তার বাবার দোকানে রেখে গ্রাম ছেড়ে সে চিরতরে চলে গেল।



সঙ্গীতানুষ্ঠানের পর দুটি গ্রামেই এ নিয়ে তুমুল আলোচনা হয়। বাজারের সব দোকান কি সবার জন্য উন্মুক্ত করা উচিত? মেয়েদের কি বাঁশি বাজাতে দেওয়া উচিত এবং বাঁশি ও ঢোল কি কখনো একসাথে বাজানো উচিত? অনেক দিন পেরিয়ে গেলেও গ্রামবাসীরা এ ব্যাপারগুলোতে একমত হতে পারেনি।

ঢোলবাদকদের অভিজ্ঞতা শোনার পর এবং সবার আন্তরিকতা দেখে, বাজার পরিষদ রায় দেয় যে,

“বাজারে সব মানুষের সাথে ভালো ব্যবহার করা হবে!”

ঢোল বাজানোর উপর থেকে নিষেধাজ্ঞা প্রত্যাহার করা হয় এবং অবশিষ্ট ‘ঢোলবাদকদের প্রবেশ নিষিদ্ধ’ লেখা ফলকগুলি সরিয়ে ফেলা হয়। কিন্তু যন্ত্র বাজানো সংক্রান্ত অন্যান্য প্রশ্নের জবাবে পরিষদ কোন একটি পক্ষ সমর্থন করতে অস্বীকার করে এবং এই সিদ্ধান্তে উপনিত হয় যে, প্রত্যেকের অকপট বিশ্বাসের প্রতি সম্মান প্রদর্শন করা হবে এবং সে স্বাধীনভাবে নিজ বিশ্বাস অনুসরণ করতে পারবে।



বাজারের সবগুলো দোকানে ঢোলবাদকদের সাদরে অভ্যর্থিত হতে অনেক বছর লেগেছিল। কিন্তু প্রতি সপ্তাহেই জিয়ানা, ওনো এবং আইরিসকে একসঙ্গে বাঁশি ও ঢোলের সংগীত পরিবেশন করতে দেখা যেত। এক সময় তাদের আঙুলগুলোও শক্ত হয়ে যেতে থাকলো, চুলও ধূসর হতে শুরু করলো, শুধু থেকে গেলো তাদের সম্মিলিত ঢোল ও বাঁশির সংগীত।

উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

চিত্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা

অধিবেশন ২-এর এই স্ক্রিপ্টটি পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ২৫-৪৬ দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।

দ্রষ্টব্য: এই উপস্থাপনাটি ‘বাঁশি আর ঢোলের সংগীত’ গল্পটির সাথে সম্পর্কিত। দলটিকে যদি গল্পটি বলতে না চান তবে আপনাকে স্ক্রিপ্টটি সম্পাদনা করতে হবে। এই সহায়ক নির্দেশিকার ৫৫ পৃষ্ঠায় এবং আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে গল্পটি পাওয়া যাবে।

ভূমিকা



ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা কী বা কাকে সুরক্ষা দেয়?

আপনার মনে হতে পারে যৌক্তিক উত্তর হল ধর্ম এবং বিশ্বাসকে। কিন্তু প্রকৃতপক্ষে, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা ধর্মীয় বা অন্যান্য বিশ্বাসকে সুরক্ষা দেয় না। এটি ঈশ্বর বা পবিত্রতার ধারণাকেও সুরক্ষা দেয় না। অন্য প্রতিটি মানবাধিকারের মতো এটি মানুষকে সুরক্ষা দেয়।

এই অধিকারের পূর্ণাঙ্গ নাম ‘চিত্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা’ যা প্রতিটি মানুষের অধিকার রক্ষা করে তা সে যেই হোন না কেন, যে ধর্মেই বিশ্বাসী বা অনুসারী হোন না কেন।

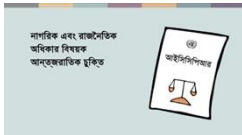


ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা এই ধারণার উপর ভিত্তি করে যে সমস্ত মানুষেরই নিম্নোক্ত মৌলিক চাহিদাসমূহ রয়েছে:

- কোনটি ভাল এবং সত্য সে বিষয়ে চিন্তা করা এবং সিদ্ধান্ত নেওয়া
- অভিন্ন বিশ্বাস, চর্চা এবং পরিচয় সম্পন্ন কোন গোষ্ঠীর অংশভুক্ত হওয়া
- এবং কোন ধারণা বা চর্চা নিয়ে প্রশ্ন তুলতে পারা, নিজ বিশ্বাস সম্পর্কে মন পরিবর্তন করা এবং বিবেকের বিরুদ্ধাচরণ হয় এমন কিছু করতে অসম্মতি জানানো।

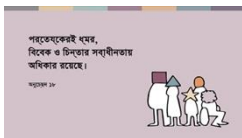
চিত্তা করা, বিশ্বাস করা, অংশভুক্ত হওয়া, চর্চা করা, প্রশ্ন করা, মন পরিবর্তন করা, প্রত্যাখ্যান করা।

আমাদের কী কী অধিকার আছে



চুক্তিগুলিতে কী লেখা আছে তা দেখে নেওয়া যাক:

নাগরিক ও রাজনৈতিক অধিকার বিষয়ক আন্তর্জাতিক চুক্তি - আইসিসিপিআর-এর ১৮ অনুচ্ছেদটির দ্বারা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সুরক্ষিত হয়েছে। এটি একটি আইনগতভাবে বাধ্যতামূলক চুক্তি এবং ১৭৩টি দেশ এই আন্তর্জাতিক আইনগুলি অনুসরণ করার বিষয়ে অঙ্গীকারবদ্ধ হয়েছে। আপনার দেশ আইসিসিপিআর-কে অনুসমর্থন দিয়েছে কিনা তা অংশগ্রহণকারীদের বলুন।



১৮ অনুচ্ছেদের প্রথম বাক্যটিতে লেখা আছে:

“প্রত্যেকেরই ধর্ম, বিবেক ও চিন্তার স্বাধীনতা রয়েছে।”



প্রত্যেকেরই নিজের ব্যাপারে চিন্তা করার অধিকার আছে, উদাহরণ হিসেবে বলা যায় গল্পের জিয়ানার কথা, যে মেয়ে হওয়া সত্ত্বেও ভেবেছিল যে তাকে গলায় বাঁশি ঝুলাতে দেওয়া উচিত।



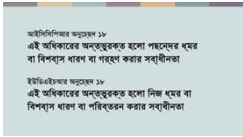
বিবেক অনুযায়ী চলার অধিকার আমাদের আছে - যেমন ব্রোন তার বাবার দলে যোগদানের প্রস্তাব প্রত্যাখ্যান করে কারণ তার বাবা যে পদক্ষেপ নিতে যাচ্ছিল সেটা তার কাছে ভুল বলে মনে হয়েছিল।



ধর্মীয় বা অ-ধর্মীয় বিশ্বাস ধারণ করার এবং ধর্মীয় বা বিশ্বাস ভিত্তিক পরিচয়ে পরিচিত হওয়ার অধিকার আমাদের আছে - আমরা কিছু বিশ্বাস করতেই পারি এবং কোনকিছুর সাথে যুক্ত বা অংশগ্রহণ করতেই পারি। বাঁশবাদক ও ঢোলবাদক গ্রামবাসীদের মতো আমাদের মধ্যেও অনেকেরই মনে কিছু ব্যাপারে আন্তরিক বিশ্বাস রয়েছে। আমাদের বিশ্বাস এবং সমাজের অন্যান্য মানুষ যারা একই বিশ্বাসে বিশ্বাসী তারা আমাদের কাছে অনেক মূল্যবান।



কিন্তু আমরা যে সমাজেই বাস করি না কেন বা আমাদের বিশ্বাস যতটাই সত্য বা সঠিক হোক না কেন, এমন কিছু মানুষ আছে যারা কোন না কোন কারণে তাদের বিশ্বাস বা সমাজের উপর থেকে আস্থা হারিয়ে ফেলে - যেমন ব্রোন তার বাঁশি খুলে রেখে সমাজ ছেড়ে চলে যায়।



আন্তর্জাতিক মানবাধিকার আইনে নিজ ধর্ম বা বিশ্বাসে বহাল থাকার অধিকারের পাশাপাশি নিজ ধর্ম বা বিশ্বাস ত্যাগ কিংবা পরিবর্তন করার অধিকারটিও সুরক্ষিত করা হয়েছে।



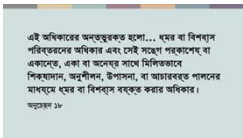
চিন্তা করা, বিশ্বাস করা, প্রশ্ন করা, এবং বিশ্বাস পরিবর্তন করার এই অধিকারগুলিকে প্রায়ই আত্মগত স্বাধীনতা বলা হয়। আমাদের মনে এবং আত্মায় যা ঘটে, যা আমাদের আত্ম-পরিচয় এবং চেতনার উৎস, যেমন আমরা কে বা কারা - এইসব বিষয়ের সাথে এই অধিকারগুলি সম্পর্কিত।

এই কারণে, এগুলো নির্বিকল্প অধিকার। আন্তর্জাতিক আইনের অধীনে কোনো ব্যক্তি বা সরকারের এই অধিকারগুলিকে কখনই বাধাগ্রস্ত/সীমিত করার অনুমতি নেই।

তবে, আমাদের মন ও আত্মায় ঘটিত অনুভব বা উপলব্ধির মধ্যেই কিন্তু ধর্ম এবং বিশ্বাস সীমাবদ্ধ নয় বরং এর ব্যাপ্তি অনেক বেশি - আমরা যা করি এবং কথা ও কাজে কীভাবে আমাদের বিশ্বাসকে ব্যক্ত করি সেগুলি নিয়েই ধর্ম এবং বিশ্বাস।



আমাদের গল্পে, গ্রামবাসীদের জীবন বিভিন্ন আচরিত চর্চায় পূর্ণ ছিল - যেমন, গলায় বাঁশি ঝুলিয়ে রাখা থেকে শুরু করে দৈনন্দিন জীবনে ঢোলের বাদ্য বাজানো ইত্যাদি। এসবের মধ্যে দিয়ে তাদের বিশ্বাস এবং অংশগ্রহণতা ব্যক্ত হতো। ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা এই অধিকারগুলোকে সুরক্ষা দেয়। আসুন চুক্তিটি আবার দেখি:



অনুচ্ছেদ ১৮-এ

“উল্লেখিত অধিকারের অন্তর্ভুক্ত হলো ধর্ম বা বিশ্বাস পরিবর্তনের অধিকার এবং সেই সঙ্গে প্রকাশ্যে বা একান্তে, একা বা অন্যের সাথে মিলিতভাবে শিক্ষাদান, অনুশীলন, উপাসনা, বা আচারব্রত পালনের মাধ্যমে ধর্ম বা বিশ্বাস ব্যক্ত করার অধিকার।”

একান্তে প্রার্থনা করার অধিকার যেমন আমাদের রয়েছে তেমনি অভিন্ন সম্মিলিত উপাসনা এবং ঐতিহ্য সম্বলিত সমাজের অংশ হিসেবে নিজ ধর্ম বা বিশ্বাসকে অন্যদের সাথে মিলিতভাবে ব্যক্ত করার অধিকারও আমাদের আছে। কিন্তু সেটা সমাজের সদস্যদেরকে নিয়ন্ত্রণ করার অধিকার নয়, এই অধিকার রাষ্ট্রের সাথে সম্পর্কিত। রাষ্ট্রকে নিশ্চিত করতে হবে যে ধর্মীয় ও বিশ্বাসভিত্তিক সমাজগুলি চাইলে একটি আইনি পরিচয় দাবী করতে পারে, যে পরিচয়কে কাজে লাগিয়ে তারা ব্যাঙ্ক অ্যাকাউন্ট খুলতে পারবে, কর্মকর্তা/কর্মী নিয়োগ করতে পারবে এবং নিজস্ব ভবনও তৈরি করতে পারবে।

ব্যক্তি বা গোত্রের জন্য ধর্ম বা বিশ্বাস চর্চা করার বিভিন্ন উপায় রয়েছে। জাতিসংঘের বিশেষজ্ঞরা সুরক্ষিত কার্যকলাপগুলির প্রচুর উদাহরণ প্রদান করেছেন। যেমন, আমাদের অধিকার আছে:



- উপাসনার জন্য একত্রিত হওয়া, উৎসব পালন এবং অবকাশ উদযাপন করা।
 - ধর্মীয় পোশাক পরা এবং বিশেষ খাদ্যাভ্যাস অনুসরণ করা।
 - ভিন্ন উপাসনালয়, কবরস্থান থাকা এবং ধর্মীয় চিহ্ন প্রদর্শন করা।
 - সমাজে কোন ভূমিকা পালন করা, যেমন দাতব্য সংস্থা গঠন করা এবং
 - ধর্ম বা বিশ্বাস সম্পর্কে কথা বলা এবং নেতৃত্বের প্রশিক্ষণ দেয়া বা নেতৃত্বানীয় পদে নিয়োগ করা।
- আপনি হয়তো এখন ভাবছেন, “বেশ তো - আমি আমার সমাজের জন্য এই ধরনের অধিকারগুলোই চাই!” অথবা আপনি হয়তো কোনো কিছু নিয়ে চিন্তিত হয়ে পরেছেন!

সেচ্ছাসেবকতা এবং সমতা - অন্যদের ক্ষতি করবেন না!



যেসব ব্যক্তি বা গোত্র তাদের ধর্ম বা বিশ্বাসকে অন্যের প্রতি ঘৃণা বা সহিংসতার জন্ম দিতে ব্যবহার করে, যারা অন্যদের প্রতি বৈষম্য করে বা যারা নিজ গোত্রের মধ্যে অন্যদের দমন ও নিয়ন্ত্রণ করে তাদের সম্পর্কে কী বলা যায়?

ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা মানে কি এই যে তারা এরকম কিছু করার ক্ষেত্রে স্বাধীন তা তাদের কৃতকর্ম অন্য মানুষের উপর যেমন প্রভাবই ফেলুক না কেন?

না - তাদের এমনটি করার স্বাধীনতা নেই!



মানবাধিকার চুক্তিগুলিতে কেবল আমাদের অধিকারগুলির কথাই বলা হয়নি বরং আমাদের অধিকারের সীমা কতোটুকু সেটাও বলা হয়েছে। অন্যভাবে বললে এই কথাটার মানে দাঁড়ায় - অধিকার প্রয়োগের ক্ষেত্রে আমাদের দায়িত্বগুলো কী বা কেমন।

দায়িত্ব যাই হোক না কেন সেগুলোর মূল লক্ষ্য হলো কেউ তাদের অধিকার এবং স্বাধীনতাকে এমনভাবে ব্যবহার করবে না যে তাতে অন্য মানুষের ক্ষতি হয়। মানবাধিকার চুক্তি অনুযায়ী এটি প্রতিটি মানুষের নৈতিক দায়িত্ব এবং সরকারের আইনগত দায়িত্ব হলো প্রত্যেকের অধিকারকে সম্মান করা এবং ক্ষয়ক্ষতি থেকে সুরক্ষা দেয়া আসুন দেখা যাক যে কীভাবে ক্ষয়ক্ষতি থেকে সুরক্ষা দেয়া যেতে পারে।



প্রথমত: জবরদস্তি করা নিষিদ্ধ।

ধর্ম বা বিশ্বাসের বিষয়গুলোতে জবরদস্তি অনুমোদিত নয়। কোনকিছুতে বিশ্বাস করা এবং অংশভুক্ত থাকা নিজের ইচ্ছার বিষয়। কর্তৃপক্ষ, বিশ্বাসভিত্তিক সমাজ এবং পরিবার হুমকি বা ভীতি প্রদর্শন কিংবা সহিংসতার আশ্রয় নিয়ে কাউকে কোন কিছু বিশ্বাস বা অবিশ্বাস করতে, চর্চা করতে বা না করতে, ধর্মের অন্তর্ভুক্ত হতে বা না হতে বাধ্য করতে পারবে না।



দ্বিতীয়ত: বৈষম্য করা নিষিদ্ধ।

চুক্তিটির ২য় অনুচ্ছেদ সব ধরনের বৈষম্য নিষিদ্ধ করে - তা ধর্ম, জাতি, লিঙ্গ, ভাষা বা অন্য যে বিষয়ের উপর ভিত্তি করেই হোক না কেন। যেসব রাষ্ট্র মানবাধিকার চুক্তিতে স্বাক্ষর করেছে তারা সবার সাথে সমান আচরণ করতে এবং সমাজে বৈষম্যের অবসান ঘটাতে সক্রিয়ভাবে কাজ করতে সম্মত হয়েছে - যেমন আমাদের গল্পে বাজার পরিষদ যেটা করেছে।



তৃতীয়ত: অধিকার লঙ্ঘন করা যাবে না!

অনুচ্ছেদ ৫ অনুযায়ী কোনো সরকার, গোত্র, বা ব্যক্তি কোন একটি মানবাধিকারকে এভাবে ব্যাখ্যা করতে পারবে না যে সেই মানবাধিকারটি তাকে অন্য মানবাধিকার লঙ্ঘন করার অধিকার দেয়।

এবং অনুচ্ছেদ ২০ বৈষম্য, বৈরিতা ও সহিংসতার প্ররোচনার মাধ্যমে ধর্মীয় বিদ্বেষ উৎসে দেয়া বা সমর্থন করা নিষিদ্ধ করে।

এই বিষয়টি তর্কের উর্ধ্বে যে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা কোন সরকার বা ব্যক্তিকে অন্য মানুষের অধিকার পদদলিত করার অধিকার দেয় না তা সেই সরকার বা ব্যক্তির ধর্মের প্রতি যে দায়বদ্ধতাই থাকুক না কেন। ব্রোনের বাবার কাছে টোলবাদকদেরকে হয়রানি করাটা সঠিক কাজ মনে হলেও এমনটা করার কোনো অধিকার তার ছিল না।

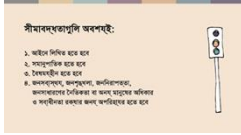
সহিংসতাকে উৎসে দেওয়া বা ন্যায্যতা দেয়ার জন্য ধর্মকে ব্যবহার করা হয়েছে বা মানুষের ক্ষতি সাধন করা হয়েছে এমন ধর্মীয় চর্চার প্রচুর উদাহরণ আপনার নিশ্চয়ই জানা আছে। আবার আপনি হয়তো এটাও জানেন যে ধর্ম বা বিশ্বাস শান্তিপূর্ণভাবে পালন করার ক্ষেত্রেও অন্যায়ভাবে বাধা দেয়া হয়।

ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার সীমাবদ্ধতা



তাহলে, এ সংক্রান্ত বিধানগুলো কী কী? কখন একটি সরকার ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সীমিত করতে পারবে? চলুন বিধানগুলো একনজরে দেখে নেওয়া যাক।

প্রথমত, চিন্তা এবং বিশ্বাস করার অধিকার (আত্মগত স্বাধীনতা) কখনই সীমিত হতে পারে না। দ্বিতীয়ত, ধর্ম বা বিশ্বাসের চর্চা সীমিত করা যেতে পারে – কেবল যদি নিম্নোক্ত চারটি শর্ত মানা হয় তবেই।



1. সীমাবদ্ধতাসমূহ বর্ণনা করে একটি আইন থাকতে হবে। অন্যভাবে বললে, পুলিশ যা খুশি তাই যেন করতে না পারে।
2. যে সমস্যা সমাধানের জন্য সীমাবদ্ধতাটি আরোপ করা, সেই সমস্যার সাথে এর সামঞ্জস্য থাকতে হবে। যেমন, কোনো ধর্মীয় সম্প্রদায় যদি স্পিকার খুব জোরে বাজায় তাহলে তাদেরকে স্পিকারের শব্দ কমাতে হবে, অন্যথায় জরিমানা আদায় করা যেতে পারে। এক্ষেত্রে তাদেরকে এক জায়গায় মিলিত হতে সম্পূর্ণভাবে নিষেধ করা সামঞ্জস্যপূর্ণ হবে না।
3. সমস্ত সীমাবদ্ধতাগুলি বৈষম্যহীন হতে হবে - এগুলি সবার জন্য প্রযোজ্য হতে হবে।
4. নিম্নোক্ত বিষয়গুলির মধ্যে কোনো একটিকে রক্ষার জন্য সীমাবদ্ধতাটি অপরিহার্য হতে হবে: জননিরাপত্তা, জনস্বাস্থ্য, জনসাধারণের নৈতিকতা বা অন্যান্য মানুষের অধিকার এবং স্বাধীনতা।

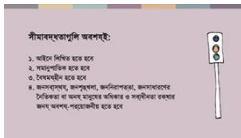
এখানে অপরিহার্য শব্দটি সত্যিই গুরুত্বপূর্ণ। সরকার বা সংখ্যাগুরু সম্প্রদায় এই লক্ষ্যগুলি অর্জনের জন্য সীমাবদ্ধতাটিকে কাম্য মনে করলেও তা সীমাবদ্ধতা আরোপের জন্য যথেষ্ট কারণ নয়। সীমাবদ্ধতাটিকে অপরিহার্য হতে হবে। অন্য কথায়, (ধর্মীয়) চর্চা দ্বারা সৃষ্ট সমস্যা সমাধানের জন্য অধিকারের উপর সীমাবদ্ধতা আরোপ করা ছাড়া যদি অন্য কোন উপায় না থাকে, কেবল তখনই সীমাবদ্ধতা আরোপ করা যাবে, অন্যথায় নয়। অর্থাৎ অধিকার সীমিত করা হল একটি অন্তিম উপায়। তবে কখনও কখনও এই উপায়টি অবলম্বন করা বাধ্যতামূলক হয়ে পড়ে।



যেমন, একটি উপাসনালয়ে অনেক বেশি মানুষ একসাথে গেলে সেটা সবার জন্যই বিপজ্জনক হতে পারে। তাই, জননিরাপত্তার স্বার্থে কর্তৃপক্ষকে উপাসনালয়ে মানুষের সংখ্যা সীমিত করতে হতে পারে।

করোনা ভাইরাস মহামারীর সময় উপাসনার জন্য জমায়েতের উপর জনস্বাস্থ্যমূলক নিষেধাজ্ঞা অনেক দেখা গেছে - কিছু কিছু ক্ষেত্রে এই নিষেধাজ্ঞাগুলি অপরিহার্য, সামঞ্জস্যপূর্ণ এবং বৈষম্যহীনও ছিল বটে তবে কিছু কিছু ক্ষেত্রে এগুলো ছিল অত্যন্ত বৈষম্যমূলক এবং অসামঞ্জস্যপূর্ণ।

নারীদের বিশেষ অঙ্গ কর্তনের (ফিমেল জেনিটাল মুটিলাটিও) উপর নিষেধাজ্ঞা এমন একটি সীমাবদ্ধতার উদাহরণ যা নারীদের অধিকার এবং স্বাধীনতা রক্ষা করে। এই প্রথাটিকে সাংস্কৃতিক বা ধর্মীয় রীতি যা হিসেবেই দেখা হোক না কেন, এটা নারীদের স্বাস্থ্যকে বিপন্ন করে এবং ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার নামে কখনই এই রীতি বা চর্চাকে ন্যায়সঙ্গত বলে দাবী করা সম্ভব নয়।



এই শর্তগুলো খুবই গুরুত্বপূর্ণ। এই শর্তগুলো না থাকলে, সরকার তার অপছন্দের যে কোনও সম্প্রদায় বা তাদের আচরণের উপর সীমাবদ্ধতা আরোপ করতে পারবে। সীমাবদ্ধতা একটি অন্তিম উপায়, রাষ্ট্রের জন্য এটা কোনো নিয়ন্ত্রণের হাতিয়ার নয়। এর পরের অধিবেশনগুলিতে, আমরা বিশৃঙ্খলে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার বিভিন্ন ধরনের লঙ্ঘনের বিষয়ে আরও গভীরভাবে জানবো।

সমাজ পরিবর্তনকারীদের গ

নিম্নলিখিত গ টি অধিবে ন ২-এর সমাপনী মনবের র অং িসাবে সদা হাে। অধিবে ন ২-এর পাও রপনে ন্ট াই ৬১-৬৩-এ এটা টি ত হাে।

পিটারের গল্প, কি ান

পিটার একজন যুবক যিনি পাকি ানের াহোর শাহা র মুসি ম অধুযিত এ াকা কোট াখপাটের খ্রিষ্টান সমাজের জন্যপাথমক্কতরৌ করতে স ম হাে নে। তিনিদিন সকাে , পিটার ানী খ্রিষ্টান টিভি সস্টা একজন যাজক ারা উপ পিত একটি ধমস্কী অনু ান সদখেতার দিন শু করেন। তিনি বে ন, “ধমম প ার বা বাইবে অধ নদে অং সন্ঠ ার মতো এতো সম ামার সন্ই কি এই ধমস্কী অনু ানটি সদখেদিনের শু করাটা ামার কাে চমৎকার াপে”।

একদিন সকাে , খ্রিষ্টান টিভি চানে ব হাে সগ। মে, পিটার ধরে নিয়েইে ন সযসক্কাও পুরি গত সমস া হােই। াচ ানেলারি সম্প্র যখন এক সপ্ত পরেও চা হাে না, তখন পিটার এবং এ াকার নিযি ত দশকদের একটি দ টিভির সই যাজকের কাে গিয়েইে ন। সই যাচক তাদের জানাে ন সযচ ানেলারি অন ান্য এ াকা ঠিকমতেই কাজ করে।

আসে ব াপারটা কি ঘটেে এটা খুঁজতে গিে তারা জানতে পারে ন সয ানী মসজিদের একজন ইমাম কাব টেকনিশি ানের সাথে সযস্কাযোগের মাধ মে তাদের এ াকা চানেলারি সংযোগ বিি করার ব্যব া করেছে। ন। কারণ একজন ানী সন্ইলোি এটাকে খ্রিষ্টান ধমস্করচারে গণ্য রেইে ন।

পিটার বে ন, “ভাবতে পারেন ামরা কতটা অবাক হােই াম? ামরা ামাদের মুসি ম িবেীদেের সাথে ঘনিষ্ঠভাবে থাকি এবং তাদের সাথে ামাদের স্কানোসমস া সন্ই।”

দলাি জানত সয পরিসিতি সংবেদনী , তাই তারা পরামশা এবং তখে র জন্য একটি জাতী সবমখ্রিষ্টান সং ার সাথে সযস্কাযোগ করেইে। সং ার পরামশা অনুসারে তারা মে সন্ই টেকনিশি ানের সাথে সন্ই করে। স টির সংযোগ াপন করতে তার স্কানোসমস ার্জিটি না কি তিনি বলোইে ন সয তিনি ইমামের বি দ্বে সযতে পারবেন না। দলাি সিদ্ধান্ত নি সয ইমামের সাথে তাদের একটি সং াপ য়ে জন।

দে র একজন তিনিধি চানেলারি স রেের অনুমতি আদাে র জন্য উ ইমামের সাথে তিন ঘন্টারও সব ি সম কাটিয়েনে, কি তাতে স্কানোস াভ হা়। পরের দিন, তিনিধি াবার ইমামের সাথে সং াপে বসে ন এবং মানবাধিকার, ধমস্ক বি াসের াধীনতা এবং পাকি ানের সংবিধান ারা িটি নাগরিককে সন্ই া অধিকার সম্কে ালোচনা করে ন। অনেক সম ধরে যুি শামল পর, ইমাম চানেলারি স রেের অনুমতি দিতে স ত ন, কি অনুরোধ করেন সযখ্রিষ্টান দশকরা সন্ই মুস ানদের পুরানার সম টিভির াও াজ কমিে রাখেন যাতে িবেীদেের পুরানা াঘাত না হা।

“আমরা অনেক ানন্দিত হােই াম।” পিটার বে ন, “যদিও কিছু মানুষের জন্য এটা নিকেই একটি টিভি অনু াণ সম্প্রচ খ্রিষ্টান িসাবে ামাদের জীবনে এটি অত গুরু াম্রকটি ব াপার।”

সূত্র

দ ইক্সমেনিক্যা কমি ন ফর িউমফন সডাভেপমেন্ট সিএইচি), পাকি ান ানিরাপ ার কারণে আস ামের পরিবর্তম াে নাম পিটার ব বহার া হাে।



গল্প

অধিবেশনের বিষয়বস্তু



অভ্যর্থনা	২ মিনিট
প্রারম্ভিক অনুশীলন: যা আছে ভাগ্যে অং গকারীদেরকে ভয়েম এবং সংহারি র বিষয়ে চি া করতে সাহায্য করে।	১৫ মিনিট
সম্মিলিত অনুশীলন: এক পা এগিয়ে কারা তয়েম এবং অন্যান অধিকার নের শি ার হা সসসমকে অং গকারীদেরকে চি া করতে সা ায্য রে।	৪৫ মিনিট
উদ্দীপক: চেয়ার অদলবদল এটা একটা শারীরিক অনু ি ন সযঞ্নে ব বে র সাথে যারা একমত সপন্ন করবেন তারা সচ ার অদ বদ করবেন।	১০ মিনিট
সম্মিলিত অনুশীলন: আমাদের সামাজিক পরিচয় অং গকারীদের নিজেদের পরিচয়ে র একাধিক দিক এবং অন্যান ধমেন্ন মানুষদের সাথে তাদের পরিচয়ে র কিছু দিক কীভাবে সাদৃশা ্গমসবিষয়ে ভাবে সাহায্য করে।	৪০ মিনিট
সমাপনী মন্তব্য: পরিচয় এবং গৎবাঁধা ধারণা এই মন্ব ি পূবন্তমীসনু ি নসমূে র বাতমালািে একি ত করে।	৮ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্টা

প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃ া ১৫-এর ‘কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হাে’ নিদেমশিাটি অনুসারে অধিবেশারে র জন তি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলাট সমকে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলাটর য়ে জন অনুযা ি অধিবেশারে র সযকোনো উপকরণ স াপটের সাথে মানানসই করে পরিবতন্ন করুন

অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

- এই অধিবে নটি পরিচালা া করতে পৃ া ১৬-এর তালি া তিটি অধিবেশারে র জন য়ে জনী উপকরণ লো া াও নিম্নলিখিত সরঞ্জাম ি র দরকার হাে :
- বাইরের সখল্লাজা়া া অথবা এমন একটি ব ক সযঞ্নে অং গকারীরা সবাই একটি সারিতে দাঁ াতে পারবে এবং স্মখান সথকেঘরের অন্যপূরা র দিকে ১০ ধাপ এগি়ে সযতেপারবে।
- ‘যা আয়ে ভাগে ’ অনু িলাে র জন বি ি প
- তি আটজন তিযোগীর জন একটি করে সঁক্টি (সম্মন ১৭-২৪ জনের দয়ে র জন তিনটি)।
- চরি কাডেল্ল মু ি ত সংস্করণ বং সস লো সকট রাখা (এক ধাপ এগি়ে অনু ি নটির জন)।
- পে সশাানোর জন বিবৃতির তালি া (এক পা এগি়ে অনু ি ন)।
- পড়ার ন বিবৃতির তালি া (সচ ার অদ বদ অনু ি ন)।

এখানে এই অধিবেশারে র আনুষ ি ক উপকরণসমূ পাও া যাবে।

কক্ষটিকে উপযোগী করুন

এই অধিবে নটি একটি অত্য সরি ি অধিবে ন হাে। অধিবে নটি পরিচালা ার জন কয়ে যথে জা়া া থাকতে হাে যাতে সচ ার লো রাখার পরও চারপাে চলাফেরা করা স জ হা (সচ ার ি সদ াে র দিকে স্টে দিতে পারেন)। স্টবি থাকে সেটা চলাফেরা বাধা সূ ি করবে। সচ ার লিাে চলা াে র জা়া া সথকেদূরে স্টে দি়ে অধিবে ন শুরু ক সক্ষ অং গকারীরা ঘরের মধ্যে অবাধে চলাফেরা করতে পারে।



‘এক পা এগিয়ে’

“এক পা এগিয়ে অনুী নটি টি একদমই যথায়থ একটি অনুী ন! এই অনুী নটি সথকেপরি র সম্ভা সগতে সয মানুষ কীভাবে পিটিে পে এবং কারোর নামের পাে সলাবে এঁটে দিে বা গৎবাঁধা ধারণার ঠেঁচে সফে গণ্য করার ফে তাদের জীবন কীভাবে পূর বিত হা। অনুী নটির পর আলোচনার জন্য আমদের অনেক সম সলাগেটি।”

হান্মাম, সা ক, জডাশ

“এক পা এগিয়ে অনুী নটি করার মাধ মে অং গকারীরা বুঝতে সপরেে সযএকই রকম বুদ্ধিমর্ত, স মতা এবং কঠোর পরিশ্রম থাকা াে ও কিছু মানুষ সকা পিটিে পে। তে কটি মানুষই সম-মযশ্মা এবং অধিকার নিে জ গ করে ও সামাজিক কাঠামো কীভাবে বিে ষাধিকারভোগী সগাি কিংবা লিা / সজনডার সুবিধার জন্যততৈহা স্টা রিে বাড়াে থাকা ব্যবধানসথকেদিনের আলোর মতো পরি র হাে ওঠে।”

ইরফান ইঞ্জিনিয়ার, সহা ক, ভারত

বিচারিত অধিবেশন পরিকল্পনা

১. স্বাগতম ২ মিনিট

কী বলতে হবে

অধিবেশনে সবাইকে আগত জানান এবং নিম্নলিখিত বিষয়টি ব্যাখ্যা করুন

এই অধিবেশনে মূল ভাব হবে ‘আমাদের বিবিধ পরিচয়’। অধিবেশনটির উদ্দেশ্য সফল সমাজের বিভিন্ন অংশের মধ্যে বিরাজমান সজ্ঞাতের উপর আলোকপাত করা, সজ্ঞানি আমাদের সাদৃশ্য বা মিলের দিকেও নজর সদা। অধিবেশনটি খুবই মিথস্ক্রিয়ামূলক হবে, অনেক আলোচনা এবং মতামতের আদান প্রদান হবে।



সংক্ষিপ্ত
আলোচনা

২. প্রারম্ভিক অনুশীলন: যা আছে ভাগ্যে ১৫ মিনিট

বর্ণনা

একটি বেঁটে স্কট টুকরো করার জন্য অংশগ্রহণকারীদেরকে ১ মিনিট সময় দেয়া হবে, কিংবা টিকতক অংশগ্রহণকারীর কাছেই স্কট সঁকচি থাকবে।

উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনের মাধ্যমে অধিবেশনটির একটি বিনোদনমূলক ও মিথস্ক্রিয়ামূলক সূচনা হবে। জনসম্মুখে মানুষের অবস্থানের ভিত্তি এবং মানুষের মধ্যে সংহতির উপকারিতা সম্বন্ধে চিন্তা করতে সাহায্য করবে অনুশীলনটি। (অধিবেশন ১-এর বিষয়বস্তু স্মরণ করিয়ে দিতে মানবাধিকারের তির্যক হিসেবে সুযের পাঠের বেঁটে রাখতে হবে।)



সম্মিলিত
অনুশীলন

উপকরণসমূহ

- তে ক অংশগ্রহণকারীকে সুযের পাঠের বেঁটের একটি অনুলিপি দিতে হবে।
- তি আটজন অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি স্কট দিতে হবে।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৩ মিনিট

তে ক অংশগ্রহণকারীকে সুযের পাঠের একটি অনুলিপি দিন (ফটোকপি করা না থাকলে বেঁটে এঁকে দিতে পারেন)। টিকতক অংশগ্রহণকারীকে (আটজনের মধ্যে একজনকে) একটি স্কট দিন। অনুশীলনটির উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করবেন না। অংশগ্রহণকারীদেরকে কী করতে হবে ধুঁসেটা বুন। সফল, বলাতে পারেন:

“আমি ‘শু কবুন!’ বার সাথে সাথে সফ্রাবেই সফ্র ১ মিনিটের মধ্যে সফ্র সুযের পাঠের ছবিটি টি আদা করতে হবে। নিজের কল্প শাি ও সৃজনী তা দিে কাজটি কবুন। টিকতক ভাগ্যবান া আপনাদের আর কারো কাছেই কিন্তু চি সন্ধি।”

অনুশীলনটিকীভাবে পরিচালনা করবেন ১১ মিনিট

‘শু কবুন’ বুন এবং ১ মিনিটের জন্য একটি টাইমার সেট কবুন। ১ মিনিট সফ্র ও বার সাথে সাথে সবাইকে থামতে বুন এবং তাদের সুযের পাঠি তুে ধরতে বুন যাতে করে সবাই সফ্রতে পারে সফ্রতার কাজটা সফ্রন করেে।

তে ককে তাদের চেষ্টার জন্য ংসা কবুন এবং জি সা কবুন

- আপনি কীভাবে কাজটা করে ন?
- সঁকচি না থাকার কারণে আপনার সফ্রন লাি ?
- আপনার কাছে সঁকচি টি, সতা আপনার সফ্রন লাি লো?
- সঁকচি কি সঁকচিটি ধার সনা বা সদার কথা সভবেিে ন? সফ্র/সফ্রন ?

নিম্নলিখিত বিষয়টি বাখা করুন

- এই অনুষ্ঠানটি সদস্যসমূহে এবং আমাদের সমাজে জস্বথকেই অবদানের টিভি তানি আমাদের জীবনযাত্রা শূহা বাবা-মার সামাজিক এবং অর্থমদনৈর্কি অবশি শূন বরং আরও অনেককিরুর উপর নিভন্ন করে আমাদের জীবন সন্মন হাে। কিছু মানুষ ভাগ্যবানসযতারা বিভিন্ন নের সুযোগ-সুবিধা (সন্মন, কাঁচি) নিে জে গ করে। অনেকে আবার এতোটা ভাগ্যবানহা না।
- কখনও কখনও বিশোাধিকার বি ত মানুষ লো তাদের অবা পরিবর্তমরে সচা না করেই (সন্মন, সর্ক্চি ধার না করেই) বরা ভূমিকা এবং অবদান সমনেসন বা সমনেনিতে হাে বো মনে করে। অন দিকে বিে যাধিকার প্ত মুঘেরাও অন দেবকে ‘সর্ক্চি’ বয ারের সুযোগ সদ ার কথাটি বিবেচনা করে সদস্ে না।
- মযমাদ্পূণম্জীবন নিশ্চিত করতেই মানবাধিকারের সু পাত। মানবাধিকার সম্কে আরও সচেতন ও ার মাধ মে আমরা ভিনন বে চি া করতে শিাি। অনা। সমনেনিতে আমরা বাধ্য নই। আমাদের কাে সর্ক্চি সন্ই বো আমরা পরাজ িকার করে সন্মন এমন সন্মন কথা সন্ই। আমরা ‘সর্ক্চি’ চাইতে পারি! মানবাধিকার বিে যাধিকার ব কিত রকে সুবিধাবি তদের অধিকারের পো দাঁ াতে অনুপ্ৰা ত করে।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

এই বো সয করুন সয- এই অধিবেশারে বাকি অংে কাা বিশোাধিকার া এবং কাা আমাদের সমাজে অবিচার বা নিপিড়াে র শি ার হাে সন্ই বিষে আমরা চি াভাবনা করবো। তেযে ই যাতে মযমাদ্পূণম্জীবন যাপন করতে পারে এবং ‘সুযে র পা টির অথম্য় মানবাধিকারের সুযোগ পা তা নিশ্চিত করতে আমরা কী করতে পারি সসসম্কে ভাবতে এই অনু ি নটির অভি তা আমাদের সহা ক হাে এই আশানিে সয করটি।

টি

াতে সম থাকে , অধিবে নটি দীর্ঘ করার পরিকল্পনা তে পারেন। সে য করার আগে, দলটিকে িভী বারের মতো অনু ি নটি করার সুযোগ দিন। তবে, এইবার সুযে র পাে র ছবিটি (এক মিনিটের মধ্যে) কাটার আগে কীভাবে একে অন কে সহায়োা তা করতে হাে তা নিে অং ণকারীদেরকে আলোচনা করতে এক মিনিট সম দিন। অনু ি ন সশাে তাদেরকে করুন সয সহায়োা তা করতে তাদের সন্মন সলাগে। মন্ য করু সয সহায়োা তাপূণম্মানসিকতা তেতরি মধ্যে দিে আমরা আমাদের সমাজ এবং নিজেদের জনযিভী সুযোগ তেতিকরতে পারি। অনু ি নটি দুইবার ক তে চাইে ি গুণ স খয়কবিবি পতর্দরণ তে ভুলানে না!

৩. সম্মিলিত অনুশীলন: এক পা এগিয়ে ৪৫ মিনিট

বর্ণনা

ভি চরিে অভিন করার এই স জ অনু ি নটিতে, অং ণকারীরা তাদেরকে সন্মন া চরি ি র ভূমিকা অবতিগম্হাে। এরপর সহা ক তাদের চরি অনুযা ি একটি মনব করবেন, তারা যদি একমত ন, তবে এক পা এগিে যাবেন। অং ণকারীদের মধ্যে শারীরিক ব বধান বৃদ্ধির মধ্যে দিে সমাজের বিভি সগা ি সন্মন সুবিধা এবং অসুবিধা ি সন্না করে তা হাে ফুটে উঠবে।

উদ্দেশ্য

- ধামিঙ্ক-অধামিঙ্ক সন্মন মানুষের জন ধমম্মা বি াসের াধীনতা/মানবাধিকার-এর গুরু লাি করতে অং ণকারীরা অন স াপটের মানুষের ভূমিকা অবতিগম্হাে। এতে করে তাদের উপলাি বা অনুধাবনের রি াটি স জ হাে।
- অনযান ধমম্মা বি াসের মানুষেরা তনৈন্দিন জীবনে সয তিকূলা া ি র সুখীণ হা সসসম্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করা।
- ধমম্মা াস এবং অনযান পরিচ সন্মন লাি /সজ ার ও জাতি ইত্যাি সকাখ গিে এক ত হা এবং ফ তিতে কিছু মানুষ কীভাবে একাধিক তিক্ তার সুখীন হা সন্মন বিষযাি চি ত করা।



সম্মিলিত
অনুশীলন

উচস্ একটি বিবৃতি পুন। তিটি বিবৃতির পর, অং গকারীদেরকে ভাবতে সম দিন সযতাদের চরি বিবৃতিটির সাথে স ত হাে কিনা এবং তারা এক পা সামনে যাবেন কিনা। সব লো বিবৃতি পড়া স য হাে , অং গকারীদের কিছুটা সম দিন সক্ষ কক টতে অনযে র তুলা। তাদের অব ান সমকে তারা ভালো াবে অবতি হাে পারে। তবে সখা রাখবেন সক্ষ সক্ষ অং গকারী তার চরি টির কথা অন কাউকে না জানা ।

• সম্মিলিত আলোচনা (২০ মিনিট)

অং গকারীদেরকে নিম্নলিখিত লো করুন চূড়া টি প্রে র জন যথে সম রাখতে তিটি প্রে র একটি বা টি উ র গ করুন, এর সব ান)

- অনুীলারে সম কী হােয়ি ?
- এগিে সযতেবা এগিে সযতেনা সপরেসকমন অনুভব করেনে?
- পর রে র মধ্যে মবধমাম্মা ব বধান সদখেসকমন লা লো?
- অপিস্ চরিে র ভূমিকা পা ন করা কি স জ বা কঠিন টি ?
- অনুী নটির সম এমন কখনও মনে হােয়ি সযআপনার উপর অপিস্ চরি টির সম্মীক মানবাধিকার উপেি ত হাে , তার ধমম্মা বি াসের াধীনতা উপেি ত হাে ? কখন?

অং গকারীরা সককী চরিে র ভূমিকা অবতিগম্মায়েটি ন তা তাদেরকে বলাে বুন।

- এই কে আমাদের অব ানের ব বধান কি সমাজে বিরাজমান তয়েমে র বা বতাকে তিফতি করে?
- কাদেরকে সপনে সফে রাখা হাে - নারী, স খালা, দরিদ্র মানু
- মানুষের জীবনে এর পরিণতি কী রকম হাে পারে?

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ২ মিনিট

এই বসে স য করুন সয আনজমাকি মানবাধিকার চুি অনুসারে, তে কটি মানুষই াধীন অব া সম-মযমাদ ও অধিকার নিে জ গ করে - সক্ষন আমরা একই সারি সথকেযা া শু করি। কি জে র মু তমসথকেই আমরা ধমম্মা বি াসভিক পরিচ , সামাজিক মযমাদ পুরুষ বা নারী হােসে তয়েমে র শি ার হাে থাকি যা আমাদের জীবনে ব্যপক ভাব সফে । অনেক মানুষ পিটে পে ।

৪. উদ্দীপক: চেয়ার অদলবদল করা ১০ মিনিট

বর্ণনা

সহায়ে র বিবৃতির সাথে একমত হাে অং গকারীরা সচার অদ বদ করবেন।

উদ্দেশ্য

উীপনা বৃদ্ধির পাশাপাি এটা অনুধাবন করা সযবিভি র সদ া সপড়াে ঠিকই আমাদের মধ্যে সাদৃশ্য রয়েছে ।

আগাম প্রস্তুতি

পে সশাানোর জন বিবৃতি ির একটি তালি া তরি করুন। নীচের তালি াটিকে আপনার দলাটর জন মানানসই করে নিন।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

সবাইকে চ াকারে বসতে অনুরোধ করুন। বুন সয আরও গুরুত আলোচনা যাও ার আগে আমরা একটি তি ঙ কি আনন্দদা ক অনুী ন করবো। বুন সয আপনি একটি বিবৃতি পড়াে নে এবং যারা বিবৃতির সাথে একমত হাে নে তারা সচার অদ বদ করবেন।



সম্মিলিত
অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

বিবৃতি লোপন:

- যারা (সব স দাে র কােে জনি ানী খাবার) সখতেপছন্দ করেন তারা সচাে অদ বদ করুন
- যারা (সব স দাে র কােে জনি সীতশীীকে) পছন্দ করেন তারা সচাে অদ বদ করুন
- যারা (সব স দাে র কােে জনি ানী িড়া) পছন্দ করেন তারা সচাে অদ বদ করুন
- যারা (সব স দাে র কােে জনি টিতি অনু ান) সদক্ষে তারা সচাে অদ বদ করুন
- তেযে যারা সূযমােে উপভোগ করেন তারা সচাে অদ বদ করুন
- তেযে যারা বৃি হাে খুি ন তারা সচাে অদ বদ করুন
- তেযে যারা াকে অপরেকে সমনেসনার সং ৃতি দিে সমৃদ্ধ শানি ূগমমােে বাস করতে চান তারা সচাে অদ বদ করুন।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করতে হবে

অং হাে র জন সবাইকে ধনযাদ জানান এবং ব ুন সয- মনে হাে াকে অপরের সাথে আমাদের অনেক মি রযেে - এবং আমাদের কিছু প্নও তি

৫. আলোচনা অনুশীলন: আমাদের সামাজিক পরিচয় ৪০ মিনিট

উদ্দেশ্য

অন্যান ধমমী (বা বি াসভি ক) পরিচ স ানুষদের সাথে নিজেদের সাদৃশা খুঁজে সপতেএবং া ধরনের পরিচ কীভাবে তাদের বমলার সাথে জি ত তা নিে ভাবতে সহায় া করা।

যে উপকরণসমূহ লাগবে

- ১০টি ‘পরিচ ’ এর তালি া স া একটি ফ্লিপ চাে টিট।
- অধিবে নটির পাও ারপে াই ৩, অথবা ৩নং াইডােের বিষ বসতু ি ত ফ্লিপ চাে টিট।

আগাম প্রস্তুতি

- ১০টি পরিচয় বেছে নিন এবং একটি ফ্লিপ চাে শীটে সেগুলো তালিকাভুক্ত করুন
আমাদের সযধরনের ‘পরিচ ’ থাকতে পারে তার ১৫টি নিচে সদা হায়ে। াই ি র মধ্যে সঙ্ে ১০টি ‘পরিচ ’ সববে নিন সয লো াপনার দে র অং াকারীদের জন সবচে াসি ক এবং গু ূগম্ম আলোচনাটিকে হালা া সমজ্জের ামেজ দিতে এবং আলোচনার ি অং াকারীদের কােে খুব সংবেদনী মনে হাে আলোচনা চািাে যাও ার জন নিরাপদ বিক ািসেে সঙ্খাধুলা বং সীতের মতো ‘বিনোদনধমমীকিে পরিচ অনু ুক্ত তে পারেন। ামন সক্রমও পরিচ অনু ুক্ত বেন না যা িি াটিকে লাকু ত করতে পারে বা সযপরিচে র আলোচনা সখকেউ বিতকসু হাে পারে - বিতকসুই অনু িলাে রে উে ন।

পরিচয়সমূহ

- | | |
|---|----------------------|
| – ধমম্মা বি াস | – শি াগত র |
| – লি া/সজ ার | – খ |
| – ফুটব া অন সফব ি ড়াসংঘ াপনি সমথম্ম করেন | – স ি/অথমদনৈা অব া |
| – জাতি/জাতি | – বণম |
| – জাতীয় া | – বয়স |
| – সীতবোধ | – পরথ ভাযা |
| – ারিবারিক পরিসি | – সষ্ট ান স্কিমুখীতা |
| | – স মতা/অ মতা |



সম্মিলিত
আলোচনা

- দৃষ্টি-নির্ভর সহায়ক উপকরণগুলো প্রস্তুত করুন
একটি ফ্লিপ চার্ট টীটে আপনি সয় ১০টি পরিচয় সব্বেনিয়েনে ন সস লো লি়ুন। আপনি যদি পাও ারপে ব বহারনা করেন, তাহাে পাও ারপে াই ৩ সথকেআলোচনার স ি ত আরেকটি ফ্লিপ চার্ট টীট তরি করুন

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৪ মিনিট

- দুজন রে অং ণকারীকে একে থাকতে বুন এবং পাে র দুজন সথকেএকটু দূরে থাকতে বুন। তারা যদি বসতে চা সতাভালো, কিন্তু তেই হাে এমন সক্স কথা সন্ই।
- নিম্নলিখিত বিষয়ট ব্বাখ করে অনুী নটি শুরু করুন:
পর ই আমরা এমন বিষে র উপর নজর সন্ই সয় লো আমাদেরকে পরস্প সথকেবিি ন্ন রে। সফ্মন, ধম্মনিে চি া করার সম 'তারা' বলাে আমরা সব্বমাই অন্য মেম্ব মানুযদেরকে, এবং 'আমরা' বলাে সব্বমাই তাদেরকে যাদের ধম্মী বি াস এবং ঐতি য় আমারসথকেআ াদা ন। ধম্মী পরিচ খুব শাি াী বা াপার। কিন্তু দেব তেযেে রই অনেক পরিচ রয়েে এবং এই পরিচ লোই নিধস্মণ করে সদ সয় আমি সকবা আমরা কারা। সফ্মন, একজন (ানী ভাষা) ব , একজন সিলিাি বা চাটগাই া বা ঢাকাই া, বা (ফুটব ব) এর অ ভক্ত! আমরা এখন আ দেব বিভিন্ন রিচ এবং কীভাবে এই পরিচ লো অন দেব পরিচেে র সাথে স্মক য় হা তা নিে গভীরভাবে চি া করার জন্য এ টি অনুী ন করবো।
ফ্লিপ চার্ট/পাও ারপে নট াই ৩ সথকে ১০টি পরিচ এবং আলোচনার ি পুন।

আলোচনার প্রশ্নসমূহ

- আপনার পরিচেে র সক্স বিষ ি আপনি কীভাবে নিজেকে সদ্ম্মেনে তার উপর সব্বচেে শাি শাী ভাব সফেে ?
- আপনার পরিচেে র সক্স বিষ ি অন্য া আপনাকে কীভাবে সদ্ম্মেে তার উপর সব্বচেে সব্বি ভাব সফেে ?
- আপনার পরিচেে র সক্স বিষ ি র জন আপনার মনে হা সয় আপনি াই তিক্ুল ার সখীন ন বা বিেে ষাধিকার পান?

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে ৩৫ মিনিট

- চিন্তা করুন (৫ মিনিট)
তে ককে তাদের পরিচ নিে ভাবেে বুন এবং তারা কীভাবে লোর উ র সদবেসসসম্মকে একা একা ৫ মিনিট সম ধরে চি া করতে বুন।
- জুটি গঠন করুন (১০ মিনিট)
তি দুজন অং ণকারীকে একসাথে লো নিে আলোচনা করতে বুন। এজন তাদেরকে ১০ মিনিট সম দিন। সজ্ঞ দিেে বুন সয়খুব সব্বি ব্ব্যাি গত বিষ বলাার সক্স দরকার সন্ই - সয়বিষ ি নিে আলোচনা করতে তারা তারা াচ্ছন্দ্য সব্ব করেন, সক্স সস লো নিে আলোচনা করাই যথেে ।
- মত বিনিময় করুন (২০ মিনিট)
সব্বাইকে স ি ত আলোচনা িরিে আনুন। দেে র সাথে তাদের চি াভাবনা ি বক্ তেে বুন। সক্স অং ণকারী সস্ া যা বলাে চান, বলাে পারেন। কিন্তু বিষেে তাকে চাপ সদ া যাবে না। এই আলোচনা সয়হেেে ব্ব্যাি গত অনেক বিষ উঠে আসবে, তাই মনোযোগ দিেে সশাার দিকে লা দিন। একজনের গল্প নেে এর তিরি া হিসেেে অন একজন অং ণকারী তার নিজ অনুভূতি বা অভি তার কথা বক্ তেই পারে তবে, তাদেরকে একে অপরের অভি তার বিষেে সমালোচনা করা সথকেবিরত রাখুন।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

মত বিনিময় করার জন সব্বাইকে ধন্যাদ জানান এবং বুন আপনি আশা করনেে সয় অনুী নটি তাদের পরিচেে র বিভিন্ন দিক সম্মকে চি া করতে সাহায করেেে!

৬. সমাপনী মন্তব্য: পরিচয় এবং গৎবাঁধা ধারণা ৮ মিনিট

বর্ণনা

এই অধিবেশানে রে সমাপনী মন্ব একটি ছোট উপ াপনার আকারে সদা সযতেপারে যার মাধ্যমে অধিবে নটির অনূী ন ি সথকেশা ি বিষ সমূে রর একটা সযশাসূ তা তরি হা। উপ াপনা কিছু ত এবং একজন সমাজ পরিবতমকারীর গলপ য়ে।

উদ্দেশ্য

অধিবেশানে রে মূ বিষ ির উপর সজয় সদন্ত া: তেযে রেই একাধিক পরিচ রয়ে এবং এই পরিচ ির ভিত্তি তিটি মানুযই সকম সুবিধা বা অসুবিধা সভা করে থাকে। ‘অন্যে রে’সক একটি বিে ষ পরিচ রে ভিত্তি বিবেচনা করা উচিত ন সকনা তাতে করে ঐ একটি পরিচ রে ভিত্তি ই আমরা তাদের সবকিুকে সং িত করে সফি।

উপকরণসমূহ

- সমাপনী মনবে রে ি পট এ নিদেমশিার ৭৫ পৃ া পাও া যাবে।
- ি টি অধিবেশানে রে পাও ারপে াই ৪ ও পরবতমী াই লোর সাথে অবিক িমে যা। উ িরি াই লিাবে ব র মন্ব অে সদা আে।
- ি বা লিাপিটর একটি স াদনাযোগ ও াডাসংস্করণও ধিবে নটির আনুষিক উপকরণসমূে সদা হাে।

আগাম প্রস্তুতি

পুন এবং য়ে জনে ি এবং পাও ারপে াই লিাবে স াপটের সাথে মানিে নিন (অথবা াইে রে মূ বিষ ির জন ফ্লিপ চার্ট িটি তরি করুন)। াই /ফ্লিপ চার্ট িটি ি শামল সাথে সাথে উপ াপনার চচমফলুন

সূত্র

পট লাক: স্টা ারসাইজ সথকেসংগীত: জজস্কাযা , ফ্যাসি টিটিং গ্রুপ লানিমংপৃ ১-১০৯।

ও ান স প ফরও াডস: ইউরোপী কমিশারে ক াস মানু া এবং এ কে ন ফর পিস ট্রেইনিং মাটেরিয়া স সথকে সংগীত। <http://www.educationforpeace.com/english/forb.php>

আমাদের সামাজিক পরিচ : দযসসা া আইডোি হু , ইউনিভার্সিটি অব ি গান ইনকলাভ টিচিং সপ্ৰাম সথকেসংগীত। <https://sites.lsa.umich.edu/inclusive-teaching/social-identity-wheel/>



উপস্থাপনা

উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

পরিচয় এবং গণ্বাঁধা ধারণা

অধিবেশন ৩-এর সমাপনী মন্তব্যের জন্য প্রদত্ত এই স্ক্রিপ্টটি অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪-১৩ দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।



এই অধিবেশনে, আমরা অন্বেষণ করেছি যে কীভাবে আমাদের বিবিধ পরিচয়গুলি আমাদের নিজেদের এবং অন্যদের প্রতি দৃষ্টিভঙ্গি ও আচরণকে প্রভাবিত করে। আমরা আমাদের প্রত্যেকের বিবিধ পরিচয় এবং কীভাবে এই পরিচয়গুলি প্রায়ই ধর্মীয় সীমানার ভেতরে বা বাইরেও সাদৃশ্যময় হয় সে সম্পর্কে চিন্তা করবো। হিন্দু, মুসলিম এবং অ-ধর্মীয় নারীরা সমাজে একইরকম প্রতিকূলতা এবং প্রতিবন্ধকতার সম্মুখীন হন। একই রকম সমস্যার সম্মুখীন হোন বৌদ্ধ, খ্রিস্টান এবং শিখ প্রতিবন্ধী মানুষেরা, বা অন্য যেকোন বিশ্বাস বা ধর্মের অল্প শিক্ষিত মানুষেরা। আমাদের মধ্যে মিলের পাশাপাশি পার্থক্যও আছে।



ধর্মীয় পরিচয় ব্যবহারের মাধ্যমে প্রায়ই আমাদের মধ্যে বিভেদ সৃষ্টি হয়। এর ফলে অন্য সমাজের মানুষদেরকে দেখে আমাদের মনে হয় যেন তাদের একটি একক পরিচয় রয়েছে - যেমন, ইহুদি, মুসলিম, বৌদ্ধ ইত্যাদি, এবং যেন তাদের সেই একক পরিচয়ের কারণে প্রত্যেকেই তারা একইভাবে চিন্তা করে, তাদের মধ্যে একই রকম অনুভূতি কাজ করে এবং প্রতিক্রিয়াও তাদের একই রকম হয়।

হরহামেশাই দেখা যায় যে, আমরা একে অন্যকে গণ্বাঁধা ধারণার ছাঁচে ফেলে চিহ্নিত করি। প্রায়ই আমরা সচেতন বা অবচেতনভাবে ধরে নেই যে, একটি নির্দিষ্ট ধর্ম বা বিশ্বাসের মানুষেরা বয়স, লিঙ্গ, শ্রেণী, জাতীয়তা ও রাজনৈতিক দৃষ্টিভঙ্গি নির্বিশেষে একই রকম হয় এবং এক্ষেত্রে তারা তাদের ধর্মীয় বিশ্বাস এবং চর্চাগুলো পালন করলো কি না করলো সেটাও আমরা বিবেচনা করি না।



হরহামেশা এটাও দেখা যায় যে, আমরা অন্যদেরকে তাদের ধর্মের ভিত্তিতে বিবেচনা করি এবং ধরেই নেই যে তাদের অন্যান্য বৈশিষ্ট্যগুলিও ধর্ম দ্বারাই নির্ধারিত। সুতরাং, কোন গোত্র বা সমাজের কেউ যদি একটা ভুল করে, তাহলে আমরা ভেবে বসি যে তাদের ধর্ম অনিষ্টকর বা অনৈতিক বিষয়ে শিক্ষা দেয়।



ভিন্ন ভিন্ন সমাজের মানুষদের মধ্যে সম্পর্ক না থাকলে সহজেই আমরা অনুমান করে বসি যে 'অন্যরা' 'আমাদের' থেকে সম্পূর্ণ আলাদা - যেন 'তাদের' আগ্রহ, চাহিদা, মূল্যবোধ এবং অনুভূতিগুলো 'আমাদের' থেকে আলাদা। এইরকম ধারণার কারণে আমরা ভেবে নেই যে তাদের মধ্যে এমন কোন অন্তর্দৃষ্টি বা প্রজ্ঞা নেই যা থেকে আমরা কিছু শিখতে পারি। এমনকি তাদেরকে আমরা সাংস্কৃতিক বা নৈতিকভাবে নিজেদের থেকে অধস্তন বলে গণ্য করে বসি।



বরং সমাজের অন্যান্য গোত্রের মানুষদেরকে যদি কেবল মানুষ হিসাবে বিবেচনা করি, তাদের বিবিধ পরিচয় এবং জীবনের অভিজ্ঞতাগুলি (এমন অনেক পরিচয় ও অভিজ্ঞতা যেগুলো আমাদের মধ্যেও আছে) নিয়ে চিন্তা করি তাহলে হয়তো আমরা একে অপরকে মূল্য দেয়ার, একে অপরের প্রতি সহমর্মী হওয়ার এবং পারস্পরিক সাদৃশ্যগুলির উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করার পথ খুঁজে পাবো, যে পথ আমাদের মধ্যে বিরাজমান দেয়াল পেড়িয়ে সম্পর্ক গড়ে তোলার উপায় বাতরে দেবে।

কিছু পরিচয় আমাদেরকে সামাজিক প্রতিকূলতার দিকে ঠেলে দেয়, আবার কিছু পরিচয় আমাদেরকে বিশেষাধিকার দেয়। বিশেষাধিকারগুলিকে চিহ্নিত করতে পারলে আমরা বুঝতে পারবো যে কখন আমরা সেইসব সমস্যার সমস্যার উৎসে পরিণত হই যেগুলো অন্যদের জন্য প্রতিকূলতা সৃষ্টি করে। আমাদের বিবিধ পরিচয়গুলোকে চিহ্নিত করার মধ্যে দিয়ে তৈরি হয় সেই সম্ভাবনা ও সুযোগ যা প্রতিকূলতা ও বৈষম্যের বিরুদ্ধে রুখে দাঁড়াতে এবং বৈষম্যের শিকার হওয়া মানুষদের পাশে দাঁড়িয়ে প্রতিবাদ করার প্রতি আমাদের ধাবিত করে।

সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প



সামেহ একজন খ্রিস্টান যুবক এবং হান্না একজন মুসলিম তরুণী যারা মিশরের ক্যানা প্রদেশের হিজাজা গ্রামের বাসিন্দা। তারা গ্রামের মুসলিম ও খ্রিস্টান সমাজগুলোর বিভক্তি নির্মূল করতে একসাথে কাজ করে।

হান্না বলেন,

“আমি শিশুদেরকেও দেখেছি যে একসাথে বসতে বা মেলামেশা করতে অস্বীকার করে, কারণ তাদের ধর্ম আলাদা।”

সামেহ বলেন,

“আমার কাছে মনে হয়েছে যে একসাথে কাজ করলে এই বিষয়টা মোকাবেলা করা বা তাদের দৃষ্টিভঙ্গি পরিবর্তন করাটা সহজ হবে। আমরা চাই যে এই এলাকার শিশুরাই পরিবর্তনের সেই বীজ হোক।”



তারা বুঝতে পেরেছিলেন যে, শিশুরা ফুটবল খেলতে চায়, কিন্তু ফুটবল খেলার একমাত্র জায়গা ছিল ক্যাথলিক চার্চের বাইরের চত্বরটিতে। তাই এরা দুজন স্থানীয় পুরোহিত ফাদার ফ্রান্সিসের কাছে যায়, যিনি খুবই সহায়ক ছিলেন এবং তাদের কার্যক্রম সংগঠিত করতেও সহায়তা করেছিলেন।

তিনি বলেন,

“এই গ্রামে সামেহ আর হান্না যা করছে তা আমাদের সত্যিই প্রয়োজন এবং আমরা আশা করি এটা অন্য গ্রামগুলিতেও ছড়িয়ে পড়বে।”



মুসলিম শিশুরা প্রথমে সেখানে যেতে চায়নি, কিন্তু শেষ পর্যন্ত তারা সবাই হান্নার নেতৃত্বে সেখানে যায়। হান্না বলে,

“ধীরে ধীরে কিন্তু অবিচলভাবে আমি শিশুগুলিকে একসাথে মেশানোর চেষ্টা করেছি। প্রথমে তারা প্রত্যাখ্যান করলেও, ধাপে ধাপে তারা নিজেরাই নতুন এক মিশ্র দলে পরিণত হয়েছে।”

হান্না এবং সামেহ বাচ্চাদের বাবা-মাকে এই দলটির কার্যকলাপ দেখার জন্য আমন্ত্রণ জানিয়েছিল। শিশুদের মধ্যে পারস্পরিক মিথস্ক্রিয়ার নিদর্শন দেখে তাদের মায়েরাই প্রথম ইতিবাচক সাড়া দেয়।

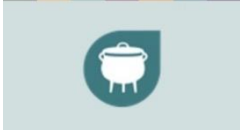
সামেহ বলেন,

“আমাদেরকে বদলাতে হবে, আর বদল বা পরিবর্তনের শুরু হয় একটি ধারণার উপর বিশ্বাস রাখার মধ্যে দিয়ে,”

অন্যদিকে, হান্না বলেন,

“আমরা দুজন একটি জীবন্ত উদাহরণ। আমাদের ধর্ম ভিন্ন হলেও আমরা একসাথে কাজ করি। আমরা একে অপরের পরিপূরক এবং আমাদের উদ্দেশ্যও একই। শিশুরাই আমাদের লক্ষ্য।”

উপসংহার



বেলা শেষে, আমরা সবাই চাই জীবন নামের সু্যপটা সমৃদ্ধ এবং সুস্বাদু হোক! আমরা একই মানব পরিবারের অন্তর্গত এবং আমাদের সবারই মৌলিক চাহিদা আর অধিকারগুলো একই। যখন আমরা সবার অধিকারের জন্য কাজ করতে একত্রিত হই তখন আমাদের প্রয়াস অনেক বেশি কার্যকর হয়।

পরবর্তী দুটি অধিবেশনে আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘন সম্পর্কে আরও বিশদভাবে শিখবো এবং আমাদের সমাজে এই লঙ্ঘনগুলি কেমনভাবে ঘটে তা চিত্রিত করার চেষ্টা করব। আশা করি, সেই জ্ঞান আমাদেরকে স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেবে গড়ে উঠায় পরবর্তী পদক্ষেপটি নিতে সাহায্য করবে।

উৎস

তাদুদিয়া, <http://www.taadudiya.com>

আপনি এখানে হানা এবং সামের একটি ইউটিউব চলচ্চিত্র খুঁজে পাবেন যেখানে তারা তাদের অভিজ্ঞতার গল্পটি আরবীতে (ইংরেজি সাবটাইটেল সহ) বর্ণনা করেছে:

[What is your story? Egypt](#)

দুঃখজনকভাবে, হানা ২০১৯ সালে একটি ট্র্যাফিক দুর্ঘটনায় মারা যান।

অধিবে ন ৪

ধর্মস্বাধীনতার অধিবে

অধিবে নটির সংক্ষিপ্তগণনা

বিভিন্ন ধর্মের ফরব ওয় এবং এইসব নের কারণে কীভাবে সম ধর্মের মানুষ এবং অধামিক্সের পর বিত হা - সন বিষয়ই তুে ধরে এই অধিবে নটি। সচরাচর সম্বব ফরব ওয় ি ঘটে থাকে এবং সয় ওয় ি র ি কার ও ার আশা রয়েছে, সনই ধর্মের ফরব ওয় ি সনা করার দ তা তৈরিতে এই অধিবে নটি অং ণকারীদের জন্য া ক হাে।

অধিবে নটি ওয় সমকি ত ২০-মিনিটের উপ াপনা দিে শু হা। এই উপ াপনার কিছু বিষ আপনার স াপটে বিতকিত হাে পারে। অং ণকারীদের সাথে সেক্স বিষ ি নিে গঠনমূ ক আলোচনা নিরাপদ এবং সম্ভব তা ায়রে ি তে উপ াপনাটিকে উপযোগী করে নিতে হাে।

উপ াপনার পরে, অধিবে নটি অত মিথ্ হাে উঠবে, ৭৫-মিনিটের একটি নাট্য অনু ি ন থাকবে সন্ধানে সম অং ণদকারীরা জি ত থাকবেন। অধিবে নটি নাইজেরি ার দুইজন সমাজ পরিবর্তনকারী গ দিে স য হাে।

শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবে নটি বিভিন্ন ধর্মের ফরব ওয় সমকি ত ান এবং আনুমানিকভাবে ফরব-এর পরিসি এবং ওয় ি সনাক্ত ার দক্ া সজ্ঞদার করার উপর দূ ি নিবন্ধ করে।

অধিবে ন সশাে অং ণকারীরা স ম হাে :

- বিভিন্ন নের ফরব ওয়ন ম্কে বণমনকরতে
- বা ব পরিসি তিে সাধারণ ফরব ওয় চিহ্নিত করতে
- ধামিক কিংবা অধামিক নিবিমশোসেবাই সয় ফরব নের ারা ভাবিত হা তা উপলি করতে এবং তাদের সঞ্জা ি র তি স ানুভূতি হাে।

অধিবেশনের বিষয়বস্তু



অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা ফরব কী তা অং ণকারীদের মনে করিে সদ া এবং অধিবে নটির সূচনা করা।	৫ মিনিট
উপস্থাপনা: ফরব লঙ্ঘনগুলি জানা সম বিে সংঘটিত বিভিন্ন নের ফরব ওয়ন ম্কে ানদানমূ ক আলোচনা।	২০ মিনিট
সম্মিলিত আলোচনা উপ াপনাটি নিে গভীরভাবে চি া-ভাবনা এবং আলোচনা করার সুযোগ তরি করা।	১০ মিনিট
নাট্য অনুশীলন: দুই মিনিটের ফরব ক্ষুদ্র-নাটক অং ণকারীদেরকে আনন্দদা ক, মিথ্ উপাে ফরব ওয় চিহ্নিত করার সুযোগ সদ।	৮০ মিনিট
সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারী গল্প অধিবে নটির বিভিন্ন অং ণের মধ্যে সযা়স্ াপন করে।	৫ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্টা

প্রস্তুতি গ্রহণ

১৫ পৃষ্ঠা সদা 'কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হবে' নিদেমাশিটি অনুসারে অধিবে নটির জন তি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলাটর ব্যাারে আপনিই ভালো জানেন। দরে য়ে জন অনুযাী অধিবেশারে সযকোনো উপকরণকে স াপটের সাথে মানানসই করে নিতে পরিবর্তন এবং স াদনা করতে পারেন।

প্রস্তুতি গ্রহণ

এই অধিবে নটি পরিচালনা করতে পৃষ্ঠা ১৬-এর তালিকা তিটি অধিবেশারে জন য়ে জনী উপকরণ লো াড়াও নিম্নলিখিত সরঞ্জাম ির দরকার হাে::

- মোটামুটি ে জন অং ণকারী তিটি দরে জন ু নাটকের দৃশা ির পযমা মুিত সংস্ক য়াতে তিটি দলাে অপিক্ত দৃশোর জনয টি করে কপি থাকে।

এখানে এই

অধিবেশারে জনয আনু িক উপকরণ পাবেন চলাচি



(ঐচ্ছিক) অতিরিক্ত - আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলুন!

তির অং হিাবে, ধমন্মা বি াসের াধীনতা ঙ্ঘন মকে আরও জানতে এই [দর্শ্য চলচি](#) ি সন্ধতে পারেন।

কক্ষটিকে অধিবেশনের জন্য উপযোগী করুন

এই অধিবে নটির জন সচার িলে চ াকারে এবং সুখমুখী করে সাজাে ভালো হাে। ব একটি ক (বা অতিরিক) থাকে ভালো হাে সকনা এতে করে দ ি একে অপরের সথকেকিটো দূরে নাটক অনুী ন করতে পারবে।



চলচিত্র



'উপ াপনা'

বিস্তারিত অধিবেশন পরিকল্পনা

১. অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা ৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই সংক্ষিপ্ত ভূমিকাটি অংশগ্রহণকারীদেরকে কোর্স প্রক্রিয়ার সাথে সম্পৃক্ত হতে সাহায্য করবে। এই ভূমিকাটি অধিবেশন ২-এ ফরব সম্পর্কে শেখা বিষয়গুলো অংশগ্রহণকারীদেরকে স্মরণ করিয়ে দেবে এবং অধিবেশন ৪ ও ৫-এর মূল বিষয় ‘মানবাধিকার লঙ্ঘন’-এর উপর আলোকপাত করবে।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

উপকরণ

- অধিবেশন ১-এর মূল শর্তসমূহের ফ্লিপ চার্ট শীট।
- অধিবেশন ৪-এর পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩ বা একটি ফ্লিপ চার্ট শীট যেখানে লেখা থাকবে ‘চিন্তা করুন - বিশ্বাস করুন - অংশীভূত হোন - চর্চা করুন - প্রশ্ন করুন - পরিবর্তন করুন - প্রত্যাখ্যান করুন’।

কী বলতে হবে

অধিবেশন সবাইকে স্বাগত জানান এবং নিম্নলিখিত মন্তব্যগুলিকে আপনার দলটির জন্য মানিয়ে নিয়ে পেশ করুন।

- অধিবেশন ২-এ ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অর্থ কী তা আমরা জেনেছি। ফরব-কে ব্যাখ্যা করতে ব্যবহৃত মূল বিষয়গুলি কি আপনার মনে আছে? (দেখুন দলটি মূল বিষয়গুলি স্মরণ করতে পারে কিনা: ‘ভাবুন - বিশ্বাস করুন - অংশীভূত হোন - চর্চা করুন - প্রশ্ন করুন - পরিবর্তন করুন - প্রত্যাখ্যান করুন’। এরপর স্লাইড ৩ প্রদর্শন করুন এবং সেখানে লেখা শব্দগুলো পড়ে শোনান।)
- ফরব কখন সীমিত হতে পারে সে সম্পর্কেও আমরা শিখেছি। আমরা শিখেছি যে, আত্মগত স্বাধীনতা (ইনার ফ্রিডম) - চিন্তা করা, বিশ্বাস করা এবং বিশ্বাস সম্পর্কে মন পরিবর্তন করার স্বাধীনতা সীমিত হতে পারে না। কিন্তু আমাদের ধর্ম এবং বিশ্বাস সম্পর্কিত চর্চাগুলি সীমিত হতে পারে যদি সেগুলোর কারণে কোন বিশেষ উপায়ে অন্যদের ক্ষতি হয়। আমরা আরও শিখেছি যে বৈষম্য, জবরদস্তি এবং সহিংসতার প্ররোচনা নিষিদ্ধ।
- পরবর্তী দুটি অধিবেশনে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘনের উপর আলোকপাত করা হবে। এই অধিবেশনে আমরা লঙ্ঘনের ধরন এবং বিশৃঙ্খলে লঙ্ঘনের উদাহরণগুলি দেখবো এবং এর মাধ্যমে বুঝতে পারবো যে লঙ্ঘনগুলির দ্বারা বিশৃঙ্খলে সব ধর্ম ও বিশ্বাসের মানুষেরা কীভাবে প্রভাবিত হয়ে থাকে। পরবর্তী অধিবেশনে আমরা আমাদের সমাজে সংঘটিত লঙ্ঘনগুলি বিশদভাবে তুলে ধরার চেষ্টা করবো।
- এই অধিবেশনগুলি কঠিন মনে হতে পারে কেননা আমরা যে গল্পগুলি শুনবো তা আমাদেরকে কষ্টকর ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতার কথা মনে করিয়ে দিতে পারে এবং উত্থাপিত কিছু বিষয় সমাজে কী হওয়া উচিত বা উচিত নয় সে সম্পর্কে আমাদের ধারণাগুলির ন্যায্যতা নিয়ে প্রশ্ন তুলতে পারে। এমন কিছু বিষয় এই দলীয় আলোচনায় আসতে পারে যার ব্যাপারে আমরা একমত নই। সুতরাং, এই অধিবেশনে গ্রাউন্ড রুলস বা মূল শর্তগুলি মনে রেখে একে অপরকে শুনতে হবে ও মত বিনিময় করতে হবে! (শর্তগুলি কী তা অংশগ্রহণকারীদের মনে করিয়ে দিতে মূল শর্তগুলির ফ্লিপ চার্ট শীট ব্যবহার করুন।)
- লঙ্ঘনের গল্পগুলো শুনে আমরা হতাশ বা অসহায় বোধ করতে পারি। কিন্তু আমাদেরকে সমস্যাগুলি সনাক্ত করতে হবে এবং বুঝতে হবে যাতে করে সেগুলি সম্পর্কে কিছু করতে এবং অবস্থার পরিবর্তন ঘটাতে পারি।

২. উপস্থাপনা: ফরব লঙ্ঘন কী তা জানা ২০ মিনিট

বর্ণনা ও উদ্দেশ্য

এই উপস্থাপনাটি বিভিন্ন ধরনের ফরব লঙ্ঘন এবং সমগ্র বিশ্বে ফরব-এর অবস্থা কেমন সে বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের জ্ঞান বৃদ্ধির প্রতি নজর দেয়। এই অধিবেশনের অবশিষ্ট অংশ এবং পরবর্তী অধিবেশন (যেখানে অংশগ্রহণকারীরা ফরব-এর প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের দক্ষতা অর্জন করবে)-এর জন্য যে জ্ঞানের প্রয়োজন তার একটি ভিত্তি তৈরি করবে এই উপস্থাপনাটি।



উপস্থাপনা

উপকরণসমূহ

- এই নির্দেশিকার ৮৫ পৃষ্ঠায় উপস্থাপনার স্ক্রিপ্টটি পাওয়া যাবে।
- স্ক্রিপ্টটি এই অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪-৩৯ এর সাথে মিলে যায়, এবং উক্ত স্লাইডগুলির বক্তার মন্তব্য অংশে স্ক্রিপ্টটি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।
- স্ক্রিপ্টটির একটি সম্পাদনাযোগ্য ওয়ার্ড সংস্করণ অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে দেয়া হয়েছে।

আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলি পড়ুন এবং সেগুলোকে আপনার প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে নিন (অথবা স্লাইডে উল্লেখিত মূল বিষয়গুলির জন্য ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন) এবং স্লাইড/ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি প্রদর্শনের সাথে সাথে উপস্থাপনার চর্চা করুন।

TIP! Ask people to save questions/comments until the end of your presentation.

দ্রষ্টব্য

এই উপস্থাপনাটি দীর্ঘ (প্রায় ২০ মিনিটের কাছাকাছি) এবং এতে অনেক উদাহরণ রয়েছে। আপনার দলটির জন্য যে উদাহরণগুলি কম প্রাসঙ্গিক বলে মনে হয় সেগুলি আপনি চাইলে বাদ দিতে পারেন। আপনি যদি চান এখানকার কিছু কিছু উদাহরণ সরিয়ে আপনার প্রেক্ষাপটের গল্পগুলি দিতে পারেন। মূল বার্তাগুলিকে বোঝ করে হাইলাইট করা হয়েছে। আপনার বক্তব্যে এইগুলি অন্তর্ভুক্ত করুন!

৩. সম্মিলিত আলোচনা ১০ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

পূর্ববর্তী উপস্থাপনার উপর একটি আলোচনা যা অংশগ্রহণকারীদেরকে শিক্ষণীয় বিষয়গুলো আত্মস্থ করতে সাহায্য করবে।

কীভাবে আলোচনাটি পরিচালনা করবেন

উপস্থাপনা ও আলোচনাটি সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদেরকে কোন মন্তব্য বা প্রশ্ন থাকলে সেগুলি বলতে বলুন।

এরপর নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির সাথে সামঞ্জস্য রেখে জিজ্ঞাসা করুন:

- উপস্থাপনাটিতে এমন কিছু কি ছিল যা আপনি জানতেন না বা শুনে/দেখে অবাক হয়েছেন?
- উপস্থাপনায় প্রদত্ত কোন গল্পটি আপনার কাছে সবচেয়ে পরিচিত মনে হয়েছে?
- আমাদের প্রেক্ষাপটে কোন ধরনের লঙ্ঘনগুলি সবচেয়ে বেশি সমস্যাবহুল বলে আপনি মনে করেন?

১৫ মিনিট পর সম্মিলিত আলোচনাটি শেষ করুন। ব্যাখ্যা করুন যে, দলটি এখন একটি অনুশীলনের মাধ্যমে বিষয়গুলি নিয়ে আলোচনা এবং অন্বেষণ চালাবে।

দ্রষ্টব্য

কোন অংশগ্রহণকারী যদি নেতিবাচকভাবে ‘বক্তৃত্তা’ দেয়ার চেষ্টা করে বা আলোচনাটিকে ‘উত্তপ্ত’ করতে চেষ্টা করে, তবে তাকে বাধা দিন। অংশগ্রহণকারীদের মন্তব্যের জন্য তাদেরকে ধন্যবাদ দিন এবং তাদের অনুভূতির প্রতি সমর্থন প্রকাশ করুন, বিশেষত যদি কোন মানসিক আঘাত ও দুর্বলতার অভিজ্ঞতা এরকম অনুভূতির উৎস হয়। প্রয়োজনে তাদেরকে মূল শর্তগুলো মনে করিয়ে দিন। আলোচনাটিকে এমন বিষয়ের দিকে ঘুরিয়ে দেয়ার চেষ্টা করুন যে বিষয়ে কথা বলতে তারা নিরাপদ বোধ করবে। যেমন, এমন কোন গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপারে প্রশ্ন করুন যে ব্যাপারে তাদের একমত হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

৪. নাট্য অনুশীলন: ২ মিনিটের ফরব ক্ষুদ্র নাটক ৮০ মিনিট

বর্ণনা

এই অনুশীলনে, দৃশ্যের উপর ভিত্তি করে দৃশ্য (২-মিনিটের) নাটকের মডালা দিবে। বিভিন্ন উপায়ে ঘটিত ফরবনের পরিস্থিতি এই দৃশ্য লিখে চিত্রিত হবে। এরপর সচিত্র আলোচনা নাটকটি উপস্থাপন করা হবে এবং অংশকারীরা দৃশ্য লিখে ফরব গুণ চিত্রিত করবে।

উদ্দেশ্য

অনুশীলনটির লক্ষ্য হল উপস্থাপনা সথকেলা তাত্িক ানকে ফরব গুণ সনাক্ত ণে ব বহরিক দক্ া পা র করা এবং অংশকারীদের নিজেদের স াপটে গুণ ি নিতে গভীরভাবে ভাবে সহায় া করা।



দলীয় অনুশীলন

উপকরণসমূহ এবং আগাম প্রস্তুতি

- আপনার কত ি দ থাকবে তা নিধক্ষণ করুন: ৬-১০ নের ২-৩টি দ থাকবে ই সবচে ভালো হা , কারণ সবর ভাগ দৃশ্যই নূ নতম য়ে চরিত্রে য়ে জন হাে। অনুশীলনটির জন সম নিধমাঙ্কি করা হাে স বমাঙ্কি তিনটি দের ভিত্তিতে (সবমাঙ্কি ৩০ জন অংশকারী)। অধিবে নটির জনসব ি সম বরা না করা সগে অতিরিক্ত সযা করাবেন না!
- দৃশ্যের াস ি কতা এবং দের সংখ্যর উপর ভিত্তি করে পাঁচটি নাট্য দৃশ্যের মধ্যে সক্ষম ি বয় ার করতে হাে তা সবে নিন। তিটি দলাে একটি করে ভিনন্ য় বোই করে দিন। এই নিদেমকারি পৃ া ৯২-৯৪ এবং অধিবে নটির উপকরণসমূহের লিখে দৃ ি সদ া আে।
- বােইকৃত তিটি দৃশ্যের ি মু ি ত কপি সংলি দলাটকে দান করুন
- অধিবে নটির পাও ারপে াই ৪০ অথবা তমৈম , সরকারী নিষেধ া, সরকারের ব্য়থম এবং স িংসতা ি একটি ফ্লিপ চাটে লিখে উপস্থাপন করুন

এখানে নাট্যদৃশ্যের বিপ লো পাও া যাবে।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৫ মিনিট

নিচের মতো করে ব্যাখা করুন:

- আমরা সক্ষম ফরবনের সুখীন হাে পারি সস লো সনাক্ত তে পারার জন আমরা একটি নাটক-ভিত্তিক অনুশীলন করবো।
- আমরা একাধিক দের বিভ হাে। তিটি দলাে একটি দৃশ্য সদ া হাে , যা আসে কে কটি চরিত্রে র মধ্যে ঘটে যাও া কিছু ঘটনা। আপনার দা ি হাে ২ মিনিটের মধ্যে এই দৃ টিতে অভিন করা!
- নাটকটির দৃশ্য তরি করতে এবং এর ম ড়াসদ ার জন ১৫ মিনিট সম থাকবে। খুব সব ি সম সযহে থাকে না, তাই খুব দল্প ূমিকা ভাগ করুন এবং তারপর নিজে সথকেবুখে নিন কী করতে হাে !
- ১৫ মিনিট পর, দের অন্বের সামনে আপনি আপনার নাটকটি পরিবে ন করবেন।
- গবে ি দ বিবরণ সযা করতে চাইে করুন, কি নাটকটি সক্ষ ২ মিনিটের সব ি সম না সন সসদিকে লা রাখুন।
- ি ার কিছু সন্ধি! সক্ষনা আমরা স ি তক্ষরিবেশ া বা অভিন চাইি - মাজিঙ্ক অভিন ন াগে র বিষয় া আপনার অভিনে উঠে আসে ই অভিন সফ হাে!

অংশকারীদেরকে দের দের বিভক্ত করার পর দেরকে দৃ ি লো দিন।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৭৫ মিনিট

• নাটকের ম ডা (১৫ মিনিট)

দ লোকে মহাা শুরু তে বুন এবং একে তাদেরকে সাায্য করু

ট

এই অনুীলাে সমে র দিকে নজর রাখা খুবই গুরু ্বমমহাার জন্য বর সম ১৫ মিনিটের সর্বা সক্ষ না হা , সক্ষনা এর ফে অনুী নটির গুরু ্বম্মং নাট্য- রিবে না/আলোচনার জন্য স কমে যাবে।নাট্য- রিবে না/আলোচনা অংশটিতেও সম ব্য়বাপনা জরুরী য তে করে নিশ্চিত করা যা সয তিটি দ সমপরিমাণ সম ও সুযোগ পা ।

• পরিবেশাা এবং আলোচনা (৫০ মিনিট)

সম : তিটি দে র উপাপনার জন্য ১৫ মিনিট সম বরা করার পর, ৫ মিনিট সম াতে রাখুন।

তিটি দ তাদের দুই মিনিটের নাটক দুবার উপাপন করবে।প্রথমবার তারসকানোবাধা াে াই নাটকটি উপাপন করবে।ি তী বার, অনান্য অ ণকারীরা নাটকটিতে ফরব ঙ্ঘ ঘটতে সক্ষা মাতরই লানে ‘খামুন!’।নাটকটির পরিবে না তখন সামি কভাবে থামাতে হাে (চরি ি তাদের জা গাতেই থাকবেন)। এ পযমাে পাও ারপযেে র ৪০ নমবর াইডিা শম করে সযঅং ণকারী(রা) ‘খামুন!’ বলোনে তাকে/তাদেরকে সংি প্তবে নিম্নলিখিত নেের র দিতে বুন:

– এটি সক্ষ ধরনের নেের উদা রণ এবং সক্ষ ঙ্ঘন রেে (সক্ষন তয়েম বা সিংসতার পে সামাজিক তবৈতি, সরকারী নিষেধা বা জনগণকে র া করতে সরকারের ব থা)?

পরবর্তমসক্ট ‘খামুন’ না বা া পযম নাটকটি চালিাে সযতেহাে এবং উপরের নেের পুনরাবৃত্তিক তে হাে।

তি নাটকে তিনটি ঙ্ঘন য়ে ে।৯২-৯৪ পৃ া সা া কদের জন্য নট্যদশার সং ণে এই ঙ্ঘ লো

কী তা সক্ষতে পাবেন।দলাি দুবার ন টক পরিবে ন করার পরে যদি সম থাকে তবে নিম্নলিখিত ি ব্য় ার করে একটি বি দ আলোচনা শুরু ক

– এই নাট্যদৃশো কী পরিবর্তম করা উচিত? সক্ষ তি ান বা ব্য়ি র ভি ভাবে কাজ করা উচিত বা সক্ষ আইন বা নি ম ভি ও া উচিত?

– পরিবর্তম করার জন সক্ষইতিবাচক উপাে হাস্ প করতে পারে? সমাজের একজন সদস , কমমী সংগঠন বা সক্ষ সিদ্ধান্ত ণকারী কি একেে তাৎপযম্মাী সক্ষ অবদান রাখতে পারেন?

নাট্য রিবে না/আলোচনা ি ার জন্য তিটি দলাে ১৫ মিনিট সম বরা করুন, কিন্তু ব্য়বাপনার তি কঠোর থাকুন! (যদি আপনার শুধুমা টি দ থাকে তবে সম কিছুটা বা াতে পারেন) পরিবে নার মাঝখানেই সক্ষ দলাে থামিে দিতে হাে সক্ষজন্য মা প্ৰাণা করে বাখা করুন সয তে ককেই পরিবে ন করার জন্য সমান স ও সুযোগ সদা উচিত। তিটি দে র জন্য বর ১৫ মিনিট সম স য হাে , করতাি দিে তাদেরকে অভিনন্দন জানান!

• সি ত মত বিনিম সময় (১০ মিনিট)

সব লো দে র নাট্য্ য উপাপন ও আলোচনা স য বার পর সাবিষ্ক পরিবে নার জন্য সবা কে আবারও অভিনন্দন জানান।তারপরে নিম্নলিখিত ি র উপর ভিত্তি রে একটি বি দ আলোচনা শুরু ক

– আমরা নাটক লিাে সয ঙ্ঘ ি সদখেেসস ি কি কখনও কখনও আমাদের সমাজেও ঘটে থাকে?

– সামি কভাবে মানুষের এবং সমাজের উপর এর ভাব কী রকম হা ?

অং ণকারীরা নিজেদের গল্প বা ভিজ়েওবিনিম করতে াচ্ছন্দ্যবোধ করে এ বাপারে তাদেরকে উৎসাত করুন।অ ণকারীরা তাদের ব ি গত গল্প ার সম , স ্বম্ম াপট নিে করুন। সক্ষন, এই ধরনের অভিজ়েওতা সমগ্ৰ জের জন্য কী থক্ষ ন করে? সামাজিক এই বিষয়ি তুে ধরতে সচটকিরুন সয ঙ্ঘ স য পযম সবার ক্ করে কারণ নেের ারা উে জনা স্টিহিা এবং পুরো সমাজ ঝুকির স ষীণ হা ।

সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প ৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

পরিবর্তন সম্ভব এই খাটি বিস করতে অং ণকারীদেরকে অনু ণিত করাই সমাপনী মনবে র লা ।

উপকরণসমূহ

অধিবে ন ৪-এর পাও ারপে ন্ট াই ৪১-৪৪ বা াই ৪১ এর একটি মু তি সংস্কর



সংক্ষিপ্ত
আলোচনা

কী বলতে হবে

- আমাদেরকে সমাজে বিদ্য ান সফব সমস্যর মুখোমুখি হাে হা সস লো আলোচনা করার সম সহাে ই আমরা আশা ত হাে যাই াকি ারিতম সমভব - এ কি এমন পরিসি তিে ও সযখনে চরম ঘূণা ও সিংসতা বিদ্য ান! আসুন একটা আশাজাগরণী গ াদে আমরা এই অধিবে নটি স য করি।
- ৯৫ প্ া ায়াজক সজস এবং ইমাম আশা ার গ া টি পে সশাান (অধিবে নটির ডাউনলোডাযো উপকরণ লিাে ও গ া টি পাও া যাবে)।
- পরিবর্তন ঘটানো একটি ধীর কিন্তু এ সাথে অত্ য গু পূণম রি া। এই রি া শূ হা যখন আমরা ধমন্না বি াসের াধীনতা পরিসি ি সমকে সচেতন ই - শূমা নিজেদের জনয বরং সদ ও সমাজের সকে র জনয

উপস্থাপনা

বিত্তিক শ্রেণীস্বত্ব সীমিতকরণ

অর্থবিশেষ ৪-এর উপস্থাপনার জন্য যাজনীয় অর্থ অর্থবিশেষের পাওয়ারপবয় আইড ৪-৩৯ বারা অর্থিত করা হবয়বো।

দ্র এই উপস্থাপনার তপূরা ২০ রূরাদর্কি আছাকাছ) এবং এদ অদনক উহেগ দিয়দছ। আপনাই লর্কি জনযক উহেগ ল কম পূরা কি বদল মদনহয় কস্মুর চাইদল আপরনবাবে রেদে পাদনি। রুছু রুছু উহেগি বাবে রেদেয় কস্মাদন আপনাই ক পদর্কিগ ক্লা সংদাজন কদির্ পাদনি। '...গ' অংদর্শ মূল বা অুর দককবা কদাইলাই কী হ দয়দছ। অস্মানি বকতদ এই ক্লা অন্ত ক ন! পাওয়াপিদয়দে মূল স্লাইদমুর সং গি বস্মহাকি দি অংশ গকাীদদেক রুয়ব নুিবন কদি সাহাযেক ন।

ভূমিকা



মিতাবর দসি গিনর্ অি রা বকি দিগ সব কদেই কে ল দিদিগি মানুষ সমসযসি খীন হয়। লঙ্গি ি ি, ল কাঁি এবং ল দর্শকাকি গি হদে পা র্তযককবলকসখান।



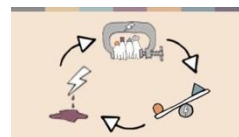
এই উপস্থাপনায় আমাি ববস্ময, অর্থকার্কি সীমাবা এবং সক্রুংস ি সম্পদ বাসতবীবন ক দককনয় রুছু গ শুনদা।



এই ল ন ক্লা ি এবং সমাদর্জ মানুষ উ দয়ি গিই দরিদক। আমাি যই এই দিদির্ ল ন ক্লাদক সিকি গি ল ন এবং সামারুজক বর্ক ি ক্লাসাদব আখয়স্ম কদি িরু। ল ন পর্বাি এবং মিজী বা ক্লা সাদবর্ক ক সমাদর্জ মদসিগি দি পাদি।



এছাড়াও একর্ চুর্ত্দির্ লি ন দিয়দছ সমাদর্জ বারু। দিদির্ এই দিদির্ লি দর্শি ক দকি ি কদির্ কিদির্ বিযর্ ি হদলা কই চুর্ত্দির্ লি। দিদির্ ি হদলা এর্ খর্দর্ ম দযি িকা রর্ মানুষদক বস্ময, দির্ অর্থকার্কি উপস্থাপন ি সীমাবা আর্কি এবং সক্রুংস ি ক্লাদক সুি ি কয়। অদনক ি এি কদি বস্মত হ।



ববস্ময, সরহস্ম ি এবং অর্থকার্কি উপস্থাপন দযি সািগি একর্ আদকির্ দিদির্ অর্থ ম কদি এবং পি ি স কত। ক্ত মন, ককাদনরুদশয রাদর্শি ি ববস্মযস্মক হদ পাদি এবং সক্রুংস ি কপিছদনগু এি হা রুক পাদি। পূরা কথো িয় ক্ত, সিকি গি ল এবং সামারুজক বর্ক ি একর্ অনযর্দকি উসদককয়ে ফদল একর্ দু চ বর্কি হয়।

সকি গি কসেব আইন সংখষ লুর্দে বস্মযস্মক কগুদ ি সমাদর্জ অসরহু ি দক বর্ ি কয়। ফল র দ সমাদর্জ ববস্ময, হয়ারিন এবং সক্রুংস ি কখে কয় ি ক ততপ্কশ্েও কদেখনা; এবং মানুষ খেন কদেখক এিকি ম অনযাদযিকি কানরুচাি কই, র্ নই বস্ময, হয়ারিন এবং সক্রুংস ি আিও র্ িবহ র্ িনি কদি।

আসুন বাসতবীবন করদকনয় রুছু গদ্প মদযির্দেয় রবদি রুরর্ জায়গায় ববস্ময, রাদযাজি এগ এ সরহস্ম ি ক্কমন হদ পাদি ি কদখ কায়া িক! এই গ দলি িনাসাদর্ ি তেষ্পাত ককবস্ম গ অরু ি আপনাই িকদ পাদি।



আসুন আও কদয়কা দিনিআ ইন সমপদকক কর্কক গুদা সীমাবাবাব র্কক দি পাদি: পার্বিার্কি আইন এবং মিতদক্করা বা মিতযকাি আইন।

পার্বিার্কি আইন

ক্লাবাহ, রক্লাহক্লাদে, উর্গে র্কিএবং স নদকেহফাজ দকক্লায় ণ কদিএকিম মিতরনদিপ এবং মিতীক্লাইনগুদলি াণিও অর্কিাখিব ত হদর্ পিএবং কষদময়িসূচনা কদি পাদি।



রাি , মিত্রদিপ ক্লাদশষ ক্লাবাহ আইদন(কযেকোর ে শাল যাবক্ক একি) আ মিতীক্লাি ও পুদিযি ক্লাদয়িও ০ রুন আকা মযাক্কদে দিকঅবক্ক কদি হয়।মযাক্কদে আদবন র্কি রে কদনি এবং আদবনেকািদিবে ারুদ কক্করিশ পাঠান।অদনক আ মিতীক্কুরবিএি ফদল মজতাক্ক কে সরহহ াি (অনার-কযে ভাবযাবল) ঝুর সি সূখীন হয়।⁶



কবিী মাসুসাই একজন মালদয়ক্কয়ান। ািবা-মা মুসক্কাম হদলাও, দাক্ক লালন পালন কদনি াি কুনথ রে/নানী।পবিীক্ক কবিী একজন কুনথবক্কত ক্লাদয়কায় এবং ইসলাদম রফদিকদে অীকাকিায় একর্ মিতীক্লাগোল দাক্ক ৬ মাদসি জনযইসলাক্ক পুনঃক্লা া (ইলো ধ ক -এডুবকশন) ককদি পাঠায়।⁷



কখনও কখনও মিতীক্লাপার্বিার্কি আইন এবং মিতযাক্কিআ ইনগুদল সংখবলুদর্ কবআহী আ মদসি ক্লাকাদিপরনির্ দি। পূর্ বছি, পার্ক দান শ শ কুনথএবং রানি কদমদক্কপহিণ, ক্লাপি বতক্কদয়ও মিতাকিদি ণি রশকাি হয়।মাইি শাহবাদজিস দাক্ক ঠক এমনর্ই দক্কিল খেন র বিয় স ১৪ বছি। ািবা-মা দাক্ক ক্কদিয় আনািজন যআলে দ ক্লাদয়ক্কদলন, ক্ক পার্ক দনইসলাম যগা কাি ক্লাক্ক , উপি র্কি ান ক্লা মা াি মুসরক্ক ক্লাশু কেহফাজ পায় না, ই হাইদক্কতি দাক্ক ািপ হগি কািি কাদছ ক্কর্দয়ককওয়াি ায় কয়ে।দু স হ পি মাইি পার্কদয়োর ার ক্লা গা চাকা রুদয় আদছন এবং াি ক্লাদয়বার ল কািি জনযও আইনগ দাব ারি ান হদ লড়াই কদি চদলছন।⁸



মিতদক্করা এবং মিতযাদিআ ইন

মিতদক্করা এবং মিতযাগ(কাজ মিত রু্যাকাি) সংর্ আইনগুর দক ায়ই স ার বজায় খি ািজন য নযায়সি বদল রুদবচন কাি হয়।ক্ক , এই আইদন রবপাি পূর্ ও দিয়দছ।রক্ককদেশ এইআইদন অপবক্কহাকাি হয়।বক্ক কুংসা চর্ া ত িিজন যক্কনুযা ক্ক দোকািআ য কন্না হয়।ক্ক আইনগুর পূর্ ই বাক ািন াও চালচলনদকএমনরা ব বাি কদি াি ফদল মিতাক্ক দাক্ক াি ািনর্ সংকািপ হদয়পদড়- ক্লাদশষ কদি াদকি দোদে(মিতীক্লা অনযানম)রব দাক্ক াি বা সংখক্কর্ষিঠ াজ শীল নয়।

আহমৌ (গোি ক্লাহা দর্ পদওি একজন নবী আদছবদল ক্লা াস কদনি), নার ক এবং াি বা মিতীয় ম াদিদি স মাদলাচক গোি - অর্কিাংশ ক দই াি ঝুরুদ র্ দকনু, দব ককেকউইএই দিনি আইদন কনর বাচক রা বি ক্লাকািহদ পাদনি।

⁶ The Leaflet, <https://www.theleaflet.in/india-needs-to-overhaul-laws-on-interfaith-marriage-and-religious-conversion/>

⁷ Forum Asia, <https://www.forum-asia.org/?p=7086>

⁸ UK Parliament, <https://edm.parliament.uk/early-day-motion/57474/maira-shahbaz-and-child-abduction-forced-conversion-and-marriage-in-pakistan>



২০২০ সাদল উনি নাইদজর্য়িয়া একর মিস্ত্রী আলে ১২-বছর-বয়সী একর মুসল্লম কছলদকনবী অবমাননা অর দেদেগ ১০ বছর দী কাি দেদে রে কদ। ২০২১ সাদল একর মিতরিনপ আকাল আলে াি াি উপি আদারিগে োদশে বার ল কাি হদলও র কুংসামূলক আ মদর্গ বুক্রু কাি দিগে এলাকায় াি পর্ব বাদি বসবাস কাি াি অক্লি পচে হদয়ওদঠ।⁹



আ জজা ক আইন অনুসাদি সরুংস াি উসকারামূলক ব বয়স্ক হওয়া উক্ক । কসেব রা াস সংখয়ারি দর্দি অপছ কা দলাকষ্ট চচত্সা বয কদি ল াি শিার হওয়া উক্ক এই াি াি সাম জন মদথির দয়মিত রু া এবং মিতযাাি আইন রা সরুংস া মেন কাি াি পর্ব বদ জিৎ উসদক কলে।



াি াীয় পতেদকণ ও রন্ম া
াি াীয় কাতেকাদপি আদকির রকে ে সীমাব া ব র্কি দি া হল সকাি াি নজটের াি পতেদকণ এবং রা সদকরকি বা মিতীন্ম দোল্লি আ কুত রবযয়ও কাতেকাদপ রন্ম । কমনে, ল াি রুচু গীজাত াি াীয় ক ততর্প াি রন্মীর হদয়ছ বদল গেবী কাি হদয়ছ¹⁰ - ে সূশীল সমাদজি শ রকুরূত একর রব ত া াি াি চুে দুদল দি।

পরমি চীদর্ন কচদয়কক্ল নজটেরি আ কিকার ও কখে গেয় না। কসখন্ম উই সুি সংখালর্সসেসে(েদর্দি অর্ককাংশই মুসল্লম)-দর্দি স নাকত দি এবং দর্দি অ ব ন সম্পদকপুল্লশদক অববহ কদি রনী পচে কযদমাি বযাবহাকি াি হদয়ছ।¹¹



সামারুক সীমাব া

পরবিাি, াি মীন্ম বা রা াসদকরকি স গেয় এমনক্ক বতর্কি সমাদজিম দযও অর্ককাি সীমাব হদ পাদি। পু য এবং নীি দর্দি াি াি রাব অর্ককাংশ ক দহে রু হয়। অর্ককাংশ ক দহে নীি দর্দি ক সুদাং ক দকবর্ কাি হয় - ক মন মিত রু দলজ্জ) অযিল্ল কদি না কুয় া, এবং নীি দর্দি আ চপি ও মীন্ম চচজা পারবি র্কি বা সামারুক রন্ম া রা কা যাল্ল।

সংখযাপ্লবীর্ াজ পুরা সংখযালর্ নীি দর্দি মিতীন্মক্কব ব বা াশদক সীমাব কদ, কমনে, চাকরি পাওয়া ক দ ন াি দর্দি কাদর্দি মিতীন্মচয় লুকাদন জিন যচাপ পুর াগ কদি।



মারিয়া রমশদি বসবাসকাি একজন রান গী।

রা বযোলয় করদক ক রা াি পাওয়া পি, মারিয়াদক একর বযদ চাকর্কি পুরস্তু গেয়া হদয়ছল ক্ক বলা হদয়ছল ক্ক চাকর্কি কদি হদল াদক কুজাব পদি হদব।

রু একর মীন্ম পর্চয় কাদয়ক্কদজকজারুকি াি বা এই রা -র্ন াি ক্লযয়র্ মারিয়াকি াদছ ক্ক মদন হয়রনু র ই চাকর্কি াবর্ র রা পুর াখযানকদি কনে।¹²

⁹ BBC news, <https://www.bbc.com/news/world-africa-55756834>

¹⁰ নীয টুি

¹¹ New York Times, <https://www.nytimes.com/2019/04/14/technology/china-surveillance-artificial-intelligence-racial-profiling.html>

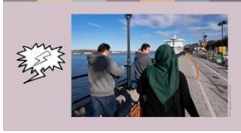
¹² টুি: ক্লাপ ার কারব পুরক নাক্ক পক্কবেতম া রা রয়া য়েহোর করা হবযব।

লেখ্যে তরগ



আসুন এবাসি সৱহংস াৱদয়ক কৰি। তথা ব তা এৰং তমূলক অপাৰিগু ল সৰদচদয়হি হাদমশ ি সৱহংস াগু লমিদযিঅনযৱম উপাসনালয় এৰং কসখ্ৰন টোিোন াি তমূলক অপাৰিদিৱদশষ ঝুঁৱক ৱাদক।

ব্ৰজদল, ঐৱ হযবহী আদৱা-ব্ৰজলীয় দিমজি নুসািিি নবযদপদেদকসট ৰি ান প্ৰ দবশীদে াি সৱহংস আ মদাসি ষুখীন হদে ককনা নবযদপদেদকা ল ৰি ানি াদে ি মতদকশাৰু বদল গণয কদ। ফোমি াৰাভ, ৱ ৱা কযা ম্বেদদিমজিক জন পুদাৰি, া মৱনখদি ৱিিি কবশ্ব হামলাক া জাৱদয়দছন পুৱাশ ককনা বযব া কায়ৱা।¹³



নাৰী এংে পু ষৱা ক্ত ভাব ভাষত হবয়থাবক।

সুইদেনে মুসলম নাৰী ি, ৱদশষ াি ৱহজাদমিদ া মিতীকপশাাক পদনি, জন-সমাগদমি নগু লদ অপৱৰি াি া তমূলক অপাৰিদিৱশকাহি ওয়াি কবশ্ব ঝুঁৱক ৱাদক। অনযৱদেদক মুসৱলম পু ষাি প্ৰ দ্বশী বা সহকমীজিক াছ ক্লদক তমূলক অপাৰিদি ৱাকাহি ওয়াি কবশ্ব ঝুঁ কদ াদকন।¹⁴



অদনক এলাকায়, কদািনা ৱাইসি হামাি ঳ষমযএৰং াৰিৱবযেমান অব াদকআি শকতদপা দিদি। ৱাি মুসলমানদে াে কৰাি মিতীক্ৰেংসদবপি াইসি া ৱাদসি সূচনা হদল াদে ৱে দ ‘কদািনা ৱহাে’ পৰিচ ালনাি ঳ েগ কাি হদয়ক্লল। আহদমে কাখ একজন মুসলমান, ৱ ৱা ফুপিাদ ৱিবদ া। জীৱকা ৱাবতাদিজ্জন য াদক অদনক ক কদি হয়। ২০২০ সাদলি ঐৱ দল, ৱনখজা িয় াবীদে াে একৰি লে াদক ািক্ৰোকান ৱিদয়ৱদয়চদল ক্ৰদ বদল ঐই অজুহাদ ক্ৰ, মুসলমানাি না ৱক কদািনা ছ ৱুদয় কপ্ৰো াি ষডে নত্ৰ ছল। আহদমে অনুনয় ৱবন্য কদিল াদক লাৰ্ঠ ৱদেয়কৰি ডিক মাৰ্ি কি াি হয়। ৱ ৱা পুৱলশিক াদছ অৱ্দ াগ কদি কপ্লল, াি ায় ৱৱ কবঅই ৱা বদল মমলাৰি নৱৱু কদি অ িকাি কদি পুৱল।¹⁵



সমাদ্ৰ অৰি কাি দনসি বদচদয়চমি প হদলাসা ৱে ৱক সৱহংস া এৰং জীি হাম লা।

েজক সযমুদয়ল ঐবি ৱি ৱনা ফাদসাদ ৱাদক। কশেৰি ি মিতীকহনশীল াি ঐৱ হযজীি কগা িগু ল মাগ ু কদহি চদলাছ। ২০১৯ সাদল, ঳জতাৱ্দ আ মণ াদে ককশৌদলাি অংশ হদয় ওঠ। েজক সযমুদয়ল ঐখন ৱনজ কশে বা ুয মানুযদে াে কৰি ৱাৱদ বিস বাস। ৱ ৱা বদলন,

“ঐই হামলাগুদ া আমাদে াে ানকাি মানুযদে জীবন ৱনন ৱ কদি ৱদয়দছ। আমাি দু খ-কদ জজক্ৰি।”

২০১৯ সাল ৱাদকস সী হামলা কক্ৰডছ, সবাইদবই ৱা ব কদদিছ এৰং ১০ লদ ও কৰা মানুয বা চুয হদয়ছ।¹⁶

¹³ RioOnWatch, <https://riononwatch.org/?p=40117>

¹⁴ The Swedish National Council for Crime Prevention, <https://www.bra.se/om-bra/nytt-fran-bra/arkiv/press/2021-03-31-islamofobiska-hatbrott-yttrar-sig-i-manga-olika-former.html>

¹⁵ Sabrang India, <https://sabrangindia.in/article/stop-targeting-discriminating-against-and-attacking-vendors-and-hawkers-national-hawker>

¹⁶ Open Doors UK, <https://www.opendoorsuk.org/persecution/world-watch-list/burkina-faso>

উপেংহাৰ



এই উপা পনায় আমাি সিকি িএবং সমাদজ্জিমানুষদৰ্ে িিসং ব্ৰি ব্ৰযময,সীমাব িএবং সরহহা িৰিদেকভেইরদেইক্। জনগণদক ি িকদি ি িষ্ট্ৰীয় বযত িউপ িও আদলকপা কদৰিছ। আমাি ক্ে গল্গণ্ডক্কা দ নক্ ি ক দকআমাি কদয়কৰিৰিস িদউ পনী হদ পাৰি:



- লন সব িি দনকিদেশই দিএবং সব মিতও ক্কা িদসি মানুষদকা ক্কা কদািৰবক্কা ক িপদি পাতকযকককা ক্কা প্ৰভাৰ হদ, ল দনবিযাপক ি ক্কা মন, কদ িি ন ন দিছ কদ িি ি, এবং সিকি িএই িদিন িলদন িস িদক দ িি জৰড্।



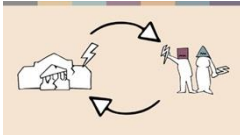
- ক্কা িদিন িআ ইন এবং সিকি িি নীৰ অৰকাি লদন িজিন যদেী হদ পাদি।



- সািগি , সংখল লু ি সবদচদয়কব্ৰহ্ম ফ্ৰ গ্ৰস্ত হয়, কসইদি সংখফাৰ দৰ্ে মদযিগি িৰভল্গি িি ক্কা কদ িি ও। দবসংখফগৰি স মাজদল িও লদন ি দ্বাি ি হ দ পাদি - ক্কা দায কদ ি জী স ক্কাংস ি দ্বাি।



- আমাি ক্ে গল্গণ্ডক্কা দ নক্ কসরল ক দক কখে িয় ক্, িমিতাবক্কাশাদসি ি িন িল জ্ঞান ক্কা কীাদব অ নযান্যঅৰকাি দাি ল নদক্ জৰড্ কদ ি - ক্কা মন, ক্কা ফ্ৰাি অ িকাি বা রববদহ অৰকাি বা জীবন িপদন ি অৰকাি। ত্ৰা ক অপাি ি, কজ্জি পূবক্কা ক্কা বাহ, স িন বা মগ্ে িি দাি ক্কা হ যা, কজ্জি পূবক্কা ব যাকপি ক দক কদ ি পু ি এবং নীি দৰ্ে উ পকীা দ্ৰ পতক িদিনী ব পদি ি অদনক্ গদ ই আমাি ক্কা খদ কপদক্।



- কদয়কৰিগ ক দক কজ্জনক্কা ক্ে অৰকাি ল ন, ল ন ক্কা কাদ সিকাদি ি বযত ি এবং সিকি ি দ্বাি সং ব্ৰি লন কীাদ ব একৰ ি অনযরদিক আিও ক্কা ড়াদলা কদ ি দুদল ি এবং একৰ ি দুষ্টচদ ি সূচনা কদ ি।



মি জ্জা ক্কা শাদসি ি িন ি লজ্ঞান সািগি ি মানুদৰ্ঘ জনযবযপক দত্গা ও কষ্ট বদয় আদন। ি ফদল সমাজ ও অক্কা শীল হদয় ও দঠ। পৰি িনর দ , সবাই অতক্কা ক ও সামাক্কা অক্কা ি ি ক্কা ি হয়।

আমাি ক্ে ই হই না ককনু ক্কা িমিতা ক্কা সাদক্কা ক্কা সমাদজ্জি অ িশু ই হই না ক্কা, রনদজদৰ্ে ক্কা স কল মানুদৰ্ঘা জনযমিতাবক্কাশাদসি ি িন িদক স িন ক্কা িম ি যদমআমাি অদনক্ ক্কা অজতক্কা দি পাৰি। সব কদই ক্কা িয় ক্, একই রব িদস রশ্বাসী মানুঘ িগি অন যান্যকদেশ সংখফলু রহদমব বস কদ ি, িদৰ্জি নযসম-অৰকাি দাি ি ক্কা িদ আমাি অ ি ি ি অদপ িয়া ক্কা। দ যদক্কা জন যসমান অৰকাি, স বাি জন য একৰ ি সুখী, ক্কা িপে পতৰি ি ব িক দিব।

দুই মিনিটের দুর্ ট্যাক্স

সাঁ কদের জন্য ট্যাক্স সং

এই প্ সাঁ লিাে আপনি অধিবে ন ৪-এর 'দুই মিনিটের ফরব দুর্-টক' অনুীলারে জন্ষ াবিত নাট্যদ য় ি পাবেন। তিটি দূশো তিনটি ফরব ঙ্ঘ রয়েছে। পাঁচটি নাট্যদ য়প্ৰদ করা হাে ে সঙ্কান সথকে আপনার দ ির জন্ষ নট্যদ য়সবে নিতে পারবেন।

নাট্যদূশ্য: পথে এবং কর্মস্থলে

একজন নারী কাজে যাে না। তিনি এমন সপক্ষাক পরেনে যার ফেে সবাৰ যােে সযতিনি এলাকার ধম্মী সংখ্যা দুদের একজন। তার সপক্ষাকের কারণে একজন পথচারী তাকে উত করতে শু করে। সৰু তাকে সাহায করে না। তিনি একজন পুলিা কমমক্ষমাকেসদখেতাকে সাহাযে র আবেদন জানান। উত কারী পালিাে যা কি পুলিা কমমক্ষমাসকমভাবেই সাহায করে না। তিনি তার অফিসে সযেে সদক্ষে তার একজন অধ ন স কমমীপদো তি উদযাপন করেনে। অথক্ষ, আবারও তাকে পদো তির জন বিবেচনা করা হা়।

চরিত্রসমূহ

সযচরি ি অপরিহাযন্ননারী, উত কারী, পুলিা অফিসার, পথচারী।
অতিরিক্ত রিত্র: আরও একজন কমমীপ্ৰং পথচারী

এই দূশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

একজন ব কিত ধম্মী পরিচেে র কারণে কীভাবে হা রানি, তয়েম্যএবং কতৃক্ষেে র নিলিপ্ততা ি কার হাে হা স্ফই বিষয় ি এই নাট্য্ টিতে উঠে এসেে।

- সামাজিক তবৈরি: হা ানি/ঘণামূ ক অপরাধ।
- সুর া দিতে সরকারের ব্য়থম: পুলিা কমমক্ষমাসাহায করতে আ ি নন।
- সামাজিক তবৈরি: তয়েম - কমমক্ষকে সংখ্যা দুদের বাধার এমন এক সদা সযসদা সৰু সদক্ষে সদখেনা।

নাট্যদূশ্য: উপাসনার স্থান

একটি ধম্মী সংখ্যা দু স দা এক টুকরো জমি কিনেে এবং কতৃক্ষেে র কােে সথকে একটি উপাসনালা নিমমাল্লে অনুমতি সপযেে। তারা নিমমাল্ শূ করে ও ভবনটি নিয্ তি ভাচুর করা হা। তারা পুলিা এবং ানী কতৃক্ষেে র সাথে সযাগযোগ করার পরে তাদেরকে জানানো হা এ বিষেে কতৃক্ষ বা পুলিাে র কিছু করার সনই। অবশোে উপাসনালা ট তরি করে ও, সসঙ্ঘনে উপাসনা করতে সযেে তাদেরকে সংখ্যগরি স দাে র সদস্যেে ারা হা ানি এবং কুট্টি র স খীন হাে হা।

চরিত্রসমূহ

সযচরি ি অপরিহাযন্নসংখ্যা দু স দাে র দুইজন সদস্য, পুলিা কমমক্ষমা ানী কতৃক্ষেে র তিনিধি, সংখ্যগরি স দাে র দুইজন স স
অতিরিক্ত রিত্র: খালা এবং সংখ্যগরি স েে আরও সদস্য

এই দূশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

এই নাট্য্ টি ধম্মস্কেকন্দ্র করে সামাজিক তবৈতি এবং একেে পদেে প সনার বাপারে কতৃক্ষেে র ব থঙ্কার উপর আলোকপাত করে।

- সামাজিক তবৈরি: াপনার ানে ভাংচুর করা।
- সুর া দিতে সরকারের ব্য়থম: কতৃক্ষেে র ব ব া হাে অনীহা
- সামাজিক তবৈরি: উপাসনালাে র বাইরে হা ানি করা।

নাট্যদৃশ্য: বিদ্যালয়ে ফরব

অন্য দিন লোর মতোই একটি সাধারণ দিনে, সংখ্যা ৯ স দারে একটি ১২ বরে বয়ী সেরে সরকারি াথমিক বিদ্যালয়া যা াসংখ্যগরি ধমমী রীতি অনুযাী াথমল্ল মাধ্যমে দিনটি শু করতে হা এবং তাকেও এ াথমল্ল অং নিতে হা । াথমল্ল পরে, ইতিহাসশিা ার কলা শু হাে, শিা ক পাঠ্যপু ক সথকেযা পনে সসখনে উ সংখ্যা ৯ ধমমী স দা সমকে অবমাননা কর উি থাকে। শিা ার পর বিরতিতে, সহা াঠীরা সলেটর ধমমী পরিচরে কারণে তাকে উত ক্ত রে এবং তাকে সখ্া নিতে অীকার করে।

চরিত্রসমূহ

সযচরি ি অপরিহাযয়তোত্র, একজন মম/ছিহাসশিা ক, দুইজন হা াঠী
অতিরিক্ত রিত্র: আরও ে কজন শিা ক এবং স পাঠী

এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

রাে র সাথে সমকি ত ব ি এবং কতৃম্মে র ারা ফরব-এর পরা ানিক গুঘ (পাঠ্যপু ক অনুমোদনকারী ি া তি ান, ৯, শিা ক) এবং এই ানের ারা কীভাবে সামাজিক তবৈতির সূচনা হা তার উপর আলোকপাত করে এই দৃ টি।

- সরকারী গুঘন সংখ্যগরি ধমমল্ল াথমল্ল বাধ্যামু কভাবে সংখ্যা ৯দের অং ণ।
- সরকারী গুঘন পাঠ্যপুসে তল্লৈময়ু ক শিা া উপকরণ।
- সামাজিক তা: সহা াঠীদের ারা উত া।

দৃশ্য: পরিবারে ফরব

একজন ১৭ বরে বয়ী কিশোী শিা ক ও ার শিা ণ নিতে বিশ্বিদ্যা সযতেচা । তার বাবা-মা এই অনুমতি দিতে অীকার করেনে। তারা চা পরিবারের সম্মা র ার জন সসবরং বিে করুক। তারা যুি সদস্ব সয তাদের ধমমসময়েরে শিা ার তি সক্স গুরু ারোপ করে না সক্সনা নারীদের ভূমিকা বাড়িাে থাকা। কিশোীটি এই বি াসের সাথে একমত ন এবং নিজেই সিদ্ধা নিজে নিতে চা । সজ্ঞ করে তাকে বিে সদা হাে পারে এই আশা া সসঅন শাহা একজন পরিচিত ব নারীর সাথে থাকতে পালিাে যা । তার পরিবার তাকে নিখোঁজ হিাসেে পুলিাে অভিযোগ জানা । খুঁজে পাবার পর, পুলিা তাকে তার ই ার বি ক্তে তার বাবা-মার কােে ফিরিে সদ । পরের দিন কিশোীটিকে এমন একজনের সাথে বিে সদা হা যাকে সসআগেে কখনো সদখেনি এবং তাকে বাি সথকেসক্স হাে সদস্ব া হা না।

চরিত্রসমূহ

সযচরি ি অপরিহাযয়সমমে, তার মা এবং বাবা, ব ৯, পুলিা অফিসার, সময়েটর ামী
অতিরিক্ত রিত্র: ারিবারের আরও সদস্য, বিয়েে উপি ত সলক্সজন, আরও পুলিা অফিসার

এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

এই দৃশ্যে নারীর অধিকার এবং একইসাথে ফরবও কীভাবে লাি ত হাে েসস বিষয়টি তুে ধরা হাে ে।

- সামাজিক তবৈরি (পরিবারে গুঘন) কিশোীকে শিা ার অনুমতি দিতে অীকার করা।
এখানে কিশোরীর ি ার অধিকার লাি ত হাে ে। কী বি াস করতে হাে বা বজ্ঞ করতে হাে (সক্সন, নারীদের ি ার তি সৃটি তস্ব দৃটি ি সমকে) সস বাপারে নিজে সিদ্ধান্ত সন্ড া এবং সসই অনুযাী কাজ করতে পারার অধিকার লাি ত হাে ে। অতএব, উ কিশোরীর সকে এই গুঘন একই থেে তার ি া এবং ফরব অধিকারের গুঘ

এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

- সুরা দিতে সরকারের ব্যর্থতা: পুলিশি কিশোরীটিকে তার ইয়ারবিদ্বৈ, সজ্ঞপূর্বক বিয়ে দিয়ে সদার আশা থাকা সত্ত্বেও তার বাবা-মার কাছে ফিরিয়ে দেওয়া।
- সামাজিক তবৈরি (পরিবারে লঙ্ঘন) সজ্ঞপূর্বক বিয়ে দেওয়া এবং চলাফেরার স্বাধীনতা সীমিত করা।

টীকা

আনুমানিক আইন অনুসারে, বাবা-মার অধিকার আছে। সন্তানদেরকে নিজেদের বিয়ে অনুযায়ী স্বাধীনতা না করার। তবে বাবা-মার ও উচিত সন্তানদের ধর্মমত বিয়ে (এবং জীবনের অন্যান্যদিক) সম্বন্ধে সিদ্ধান্ত সন্তানদের মতামত মতাকে দ্বারা করা।

দৃশ্যকল্প: প্রতিবাদ - দুর্নীতি এবং সহিংসতা

একটি সরকারি বিশ্ববিদ্যালয়ের একজন পুষ্টি তদৈকি শিক্ষার্থী তার অধ্যাপকের বিয়ে সন্তান হওয়ার নিষেধাজ্ঞা দেওয়ার পরে বিশ্ববিদ্যালয়টির একজন পুষ্টি সাংবাদিক উদ্বেগের সাথে সরকারি কর্মকর্তাদের বিশ্ববিদ্যালয় ঘটনাটি ধামাচাপা দিতে চায়, তাই সংশ্লিষ্ট কতৃক সামাজিক সযোগমাধ্যমে গুজব রটনা সৃষ্টি করে। পুষ্টি সাংবাদিক ধর্মমত বিয়ে ও ধর্মমত সন্তানের সমালোচনা করেছেন। ফলে তদৈকি, উদ্বেগ সাংবাদিক এবং সংবাদপত্রটির বিয়ে ধর্মমতের অভিযোগ তুলে একদল সংস্কার জনতা বিশ্ববিদ্যালয় চলে বিয়ে ভেঙে দেওয়ার চেষ্টা করে। বিশ্ববিদ্যালয় কতৃক এই বিয়ে ভেঙে দেওয়ার চেষ্টা বহাল করে তদৈকি শিক্ষার্থীরা বিয়ে করতে সচেষ্ট হন। ধর্মমত অবমাননার অভিযোগে পুলিশি ওই পুষ্টি সাংবাদিককে আটক করেছে।

চরিত্রসমূহ

সহচরিত্রি অপরিহার্য যৌতুর সাংবাদিক, বিশ্ববিদ্যালয়ের অধ্যাপক, বিয়ে জনতা (দুইজন), পুলিশি কমমন্ডো অতিরিক্ত রিভর: আরও জনতা

এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

এই দৃশ্যে সংগঠিত ওয়ার অধিকার, মত পূরণের স্বাধীনতা, এবং ফরব কীভাবে একইসাথে লাভিত হতে পারে তা উঠে এসেছে এবং স্নাই সগেমোনবাধিকার লঙ্ঘন ও নীতিমতে সফলসূচী ফুটে উঠেছে।

- সরকারি লঙ্ঘন: রাধ ডাকতে (রা মালি স্বাধীন) বিশ্ববিদ্যালয় ধর্মমত সমালোচনা সংগঠিত অভিযোগের আদেশ।
- সামাজিক তবৈরি: সংস্কার জনতা।
- সরকারি লঙ্ঘন পুলিশি সাংবাদিককে সফতার করে।

উপর তদৈকি যৌতুর কী করা মাধ্যমে সংগঠিত ওয়ার এবং মত পূরণের স্বাধীনতার অধিকার লাভিত হন।

সমাজ পরিবর্তনকারীদের গ

নিচের গ টি অধিবে ন ৪-এর সমাপনী মনবে র অং ি সাবে পুন। অধিবে নটির পাও ার পবে াই ৪১-৪৪-এ গ টি চি ত করা হাে ।

যাজক জেমস এবং ইমাম আ ফার গ :

এরা হাে ন যাজক সজ্জস এবং ইমাম আ ফা। ১৯৯২ সাে , তারা বিরোধী র ি বা ি নীর তবুন সন্তা িে ন, যারা উ র নাইজেরি া ধমমী সংঘাতের সম একে অপরের বি ঙ্গে ভাব লা াই করেনে। যাজক সজ্জস, এরকমই একটি যুদ্ধে তার াত ারান, আর ইমাম আ ফা তার আধ া ি ক গু এবং দুই নিকটাত্মী ারান। দুজন কে অনে র পূর্থা তে পরিণত ন এবং তিশোধ নিতে পূর্ বদ্ধ ন।

কে ক বরে পরে, একটি তবোৎ সভা সবকিুে বদে সদ। সপা ি ওর বি ঙ্গে ি শু টিকাদানের বিষে সমাজের সন্তাদের একটি বৈঠকের সম , এই দুই ধমমী সন্তার একজন অভি ব তাদেরকে একি ত করেন। বন্থী অনুরোধ করে তাদের বে ন, “আমি জানি রাে া ি ফিরিে আনার মতা সতমাদের আে। আমি চাই সতমরা কথা ব া”

যদিও তাদের কারোরই একে অনে র সাথে কথা ব ার সক্ষম ইছইে িে না, কি নাইজেরি ার তি তাদের ভা বাসা এবং সদে র অ তির জনযনিজেদের তী অনিছে বিসজ্জস সদ ার অভি কারণ তারা খুঁজে সপয়েিে ন।

“তখন মুস মানদের তি আমার ঘৃণার সক্ষম সীমা িে না,” যাজক সজ্জস স্মরণ করেন। তিনি বলাে থাকেন, “ঈশুরে কাে আমরা কৃত সয একে অন কে সশম্মার এবং নিরাপদ আলোচনার পরিবে ততৈ কিতে সপরেিে াম; অন্যথ হায়ে আমরা আজও সক্র দূর সথকেই অনুমান করে সফচাম”। তিনি আরও বে ন, “আমরা একটি নিমম ি া সপয়েিে।”

ইমাম আ ফা স্মরণ করেন সয ১৯৯২ সাে কাদুন সি ংসতার পরে, তিনি এবং তার র ি বা ি নী তিশোে র পরিকল্পন করিে ন। কি একদিন, তার মসজিদে নামাজের সম , তিনি অনুধাবন করে ন, “সকম্মান আমাদেরকে এই ি া সদ সযমন্দকে পরিবর্তন করার জনযযা ভা তা ং করা উচিত। সুতরাং, আপনি যদি একজন মুস মান ন এবং আঘাতকারীদের মা করতে অ ি কার করেন, তাহাে আপনি কীভাবে সমা া র পরকৃত অনুসারহাে পারবেন?”

দুই ধমমী সন্তাই তিশোধ এবং তি ংসার আ নে পুড়োনে। কি তারা এটাও বুঝতে সপরেিে ন সযমনে বিে ষ পুষে সরখেতারা সতি কারের সন্তা হাে পারবেন না।

ইমাম আ ফা এবং যাজক সজ্জসের মধ্যে ধীরে হাে ও া ি আ া জ সন। তাদের সমক্ একটি বন্থী পরিণত হা যার ফ তিতে তারা মুস ি ম-খ্রিস্টান আ ংধমমী মধ তা কেন্দ্র তি া করেন।

কেন্দ্রটি া ি পূর্ণমস াব ানকে সমথম্ম করে এবং এই অ াে সি ংস ধমমী সংঘাতের পুনরাবৃতি সিরম্ম করার লাে কাজ করে। কেন্দ্রটি নাইজেরি া এবং তার বাইরের এ াকাতেও সি ংসতার পরে া ি ছু ি তি া করতে সা ায্যকরেে এবং ানী বি াস-ভিত্তি সং া লিাে সম ধমেন্ন মানুষের মধ্যে া ি পূর্ণমস াব ানের পবে পরামশাদিে যাচ্ছে।

সূত্র

টানেনবা মু. <https://tanenbaum.org/peacemakers-in-action-network/meet-thepeacemakers/imam-muhammad-ashafa-pastor-james-wuye/>



গল্প

অধিবে ন ৫

আমাদের সমাজে ধর্মম্বা বিাসের াধীনতা

অধিবে নটির সংি বিবরণ

পূব্ধতমীতিনটি অধিবেশাে ধর্মম্বা বিাসের াধীনতা সংি মানবাধিকার এবং মানবাধিকার ঙ্ঘ সমকে শিার্থে, মানবাধিকারের তি আমাদের দৃষ্টি নিে গভীরভাবে সভবেি এবং পরিচ সংি বিভি বিষ , বিে াধিকার, এবং তিক্ তা ইতাদি অবেষণকরেি। আগের অধিবে ন ি সথকেলা জ্এগর উপর ভিি করে, অধিবে ন-৫ একটি মিথ্ ি ার মাধ মে আমাদেরকে নিজেদের সমাজ বা সদে র সকে ফরব স াপট বিে ষণ করতে সা ায়্ ক বে।

এটি সকােস্েম ১ম খে র স ষ অধিবে ন। এই খে র স াপট বিে ষণ সকােস্েম ২ খ জুে একটি মানবিন্দু ি সাবে ব্যবহ্ হাে।



শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবে নটি স াপট বিে ষণের দক্ া তরির তি দ্ নিবন্ধ করে।

অধিবে ন সশাে অং ণকারীরা স ম হােন:

- সমাজের বিভি ব্যি এবং স দা ি ফরব সম্কি ত সম্ভব সমস্য/ ঙ্ঘ ি র সুখীণ হা , সস লো বণমা করতে।
- সমাজে ফরব ঙ্ঘ ি র ারা নারী এবং সমে ি রা কীভাবে পুরুষ বং সমে ি দে র সথকে আ াদাভাবে পর বিত হা তা চিহিত করতে।
- ফরব ণের শি ার ভিন্ দাে র মানুষের তি স মমমীহাে।

অধিবেশনের বিষয়বস্তু



অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা	৩ মিনিট
অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা	১২ মিনিট
প্রারম্ভিক অনুশীলন: া কিছু মঙ্গলকর অং ণকারীরা তাদের সমাজের ইতিবাচক বিষ ি সনাক্ত বে।	১০ মিনিট
উপস্থাপনা: পরিস্থিতি কীভাবে আরও খারাপ হয় (বা আরও ভাল হয়) স াপট বিে ষণের জন 'নিপীড়ারে তিনটি পযমা' নামক একটি টু /সরঞ্জামের ধারণা পুরদা	৬০ মিনিট
ম্যাপিং অনুশীলন: আমাদের শহরের একটি ফরব মানচিত্র, প্রথম খন্ড অং ণকারীরা মিথস্ক্রি অনু িলাে র মাধ্যমে ফরব স াপট বিে ষণের ভিি তরি করবে	৫ মিনিট
সম্মিলিত আলোচনা: আমাদের শহরের একটি ফরব মানচিত্র, ২য় খন্ড অং ণকারীরা অনু ি নটির ১ম খে া তরি করেেে ন তা বিে ষণ করবেন।	২৫ মিনিট
সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প বিরাজমান সমস্য ি নিে একটি আশাব্যা ক মনব দিে অধিবে নটি স ষ হাে।	৫ মিনিট
মোট সময়	২ ঘণ্টা

অধিবেশন ৫-এ কোর্সটি শেষ করতে হলে

‘২ খন্ড পরিবর্তন করে যা’ সকার্সমত্থকেবাদ দিতে চাইতে, অথবা কিছু অং গকারী ২ খতে সফা দিতে না চাইতে, এই অধিবেশারে সশারে নিম্নলিখিত কাযক্ষলাপ ি সফা করতে পারেন। ‘যা কিছু মগে কর’ অনুী নটি বাদ দিতে এবং ম্যাং অনুী নটির সম ১০ মিনিট কমিতে এনে অথবা অধিবে নটি দীর্ঘ করার মাধ্যতে উ কাযক্ষলাপ লো যুক্ত রা সযতেপারে।

মূল্যায়ন অনুশীলন: মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত

সকার্সমত্থকেঅং গকারীরা কী শিখেতে ন সসবিষতে গভীরভাবে ভাবতে সাহায করে ১৫ মিনিট
অভিনন্দন জানাতে এবং বিদা উদযাপন করতে ডুলানে না!

১৫ মিনিট

ধন্যবাদজ্ঞাপন এবং বিদা স যণ

৫ মিনিট

প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃ ১৫-এর ‘কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হতে’ নিদেমশিটি অনুসারে অধিবেশারে জন তি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলাট সমকে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলাটর য়ে জন অনুযাী অধিবেশারে সযকোনো উপকরণ স পটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন

আরও একটু বেশি জানতে

অধিবে নটির উপকরণসমূ পড়ার পাশাপাি, আপনার সদে ধমস্মা বি াসের াধীনতার অব া (সক ধমেন্ন বা ধমমনিরপে মানুষদের জন) সমকে জানতে আপনার তিটা খুব ভালো হতে। অধিকাং সকেই, আমরা সক্র আমাদের নিজ স দা বা সমাজের বৃহা ম স দা ির সমস্য সমকে াত থাকি। তাই এই বিষতে একটু পড়া না করে অং গকারীদেরকে অনেক সবি সাহায করতে পারবেন! আপনি এ সং া তথ সকাধ সপতেপারেন সসবিষতে কিছু পরামশা পাবেন ১৫৩-১৫৪ পৃ া।

অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

পৃ ১৬-এ উতে খিত অধিবেশারে জনয য়ে জনী সাধারণ উপকরণসমূ াও, এই অধিবে নটি পরিচা নার জনযনিম্নলিখিত উপকরণ ির দরকার হতে:

- ‘যা কিছু মগে কর’ অনুীলাে র জন উতে র একটি নরম ব বা সগাটে।
- ‘আমাদের শাহা র একটি ফরব মানচিত্র’ নুীলাে র জন আগে সথকে তরি করা ফ্লিপ চার্ট ‘মানচিত্র’
- ‘মি স্ক’, ‘হাত’ নামক মূল্যায়ন অনুী নটি করতে হতে তে ক অং গকারীর জন বি পতে র একটি করে কপি াগবে।

এখানে অধিবেশনটির
আমুষ্জিক
উপকরণসমূহ পাওয়া
যাবে।

কক্ষটিকে উপযোগী করুন

সচার ালাে সামানের দিকে মুখ করে চ াকারে সাজান সক্ষ মাঝখানে অনেকখানি জায় া ফাঁকা থাকে। অং গকারীদের াছন্দে চলাফেরা করার জন সক্ষ পযমা জায় া থাকে সসদিকেলা রাখুন। কক্ ট ব এবং সক্র স্টবি না থাকে ভালো হতে!



‘আমাদের রের ফরব মানচি ’

“আমাদের শাহা র ফরব মানচিতর অী নটি অং ণকারীরা উপভোগ করেছে
- অনুী নটি খুবই কাযঙ্কর হাে। তনৈদ্দিন জীবনে তারা সক্ষব নের
স খীন ন স্স ি নিে গভীরভাবে চি াভাবনা ও আলোচনার সুযোগ পান।
অনুী নটি সৃজনী , বিে ষণাত্মক সঙ্ঘী ক চি াভাবনা এবং দ গত দ তা
বিকারে র জন্য খুবই কযঙ্কর।”

হাম্মাম হাদ্দাদ, সহা ক, জডাম

বিচারিত অধিবেশন পরিকল্পনা

১. অভ্যর্থনা ও মিনিট

কী বলবেন

অধিবেশনে সবাইকে আগতম জানান। নিম্নো বিধি লো বখাখ করে অধিবেশনটি শুরু করুন:

- আগের ৩টি অধিবেশনে আমরা ধর্মশাস্ত্র বিচারের শীলতা সংলি মানবাধিকার লো আলোচনা করেি। আমাদের কী কী অধিকার আে এবং সক্ষম সক্ষম ধরনের ঙ্ঘ ঘটতে পারে সক্ষম সমকে আমরা সজনেি। এইসব মানবাধিকার আমাদের জীবনে কতোটা অথব সক্ষম বিষে ও গভীরভাবে চি ভাবনা করেি এবং পরিচ, বিে যাধিকার ও তিক্ তার বিষি ি ও অবেষেণ রেি।
- এই অধিবেশনে, আমরা নিজ স াপট বিে ষেণের তি দৃষ্টিিত করবো সক্ষম বিভিন্ন ব্যি বা স দা কী সমসার স খীন হাে পারে তা আমরা সনাক্ত তে পারি। আমরা সবাই একসাথে আমাদের শাহা র ধর্মশাস্ত্র বিচারের শীলতা'র একটি 'মানচিত্র' তৈরিকরবো। তবে সমসার ির তি দৃষ্টিপাত করার ণে, আসুন ইতিবাচক বিষি ি নিে একটু চি া করি।



সংক্ষিপ্ত
আলোচনা

২. প্রারম্ভিক অনুশীলন: যা কিছু মঙ্গলকর ১২ মিনিট

টবি

এই অনুশীলনটি আনন্দদায়ক এবং অর্থশূণ্যময়। অধিবেশনটির জন্য অরি ায়শাস্ত্র। 'আমাদের শাহা র ফরব মানচি বিষে সচি ত আলোচনার জন্য স একদম মাগা, তাই সক্ষম স্থানে সম বা াতে এই অনুশীলনটি বাদ দিতে পারেন।



সম্মিলিত অনুশীলন

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

আমাদের সমাজে বিরাজমান সমস্যার লোর দিকে নজর সদার আগে সমাজের ইতিবাচক সযবিষি ি আমরা কদর করে থাকি সস লোে দৃশাত তুে ধরার জন ই এই আনন্দদায়ক অনুশীলনটি করা।

উপকরণসমূহ

- একটি উে র ব (বা সগাট)।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

দলাটকে চ াকারে দাঁড়াতে বুন। (চরটি ততোটুকু ব ও া উচিত যতোটুকু ব হাে অং ণকারীরা সহাে ই একে অপরের কাে উে র বলাটুে দিতে পারবেন।)

নিম্নলিখিত বিষয় ি ব াখা করুন:

- আমরা একে অনে র কাে উে র বলাটুে সন্দ।
- বলাটুে সদার আগে, তে ক অং ণকারীকে নিম্নলিখিত বাক্যট স ণক্ষরতে হাে, "আমাদের শাহা বসবাসের একটি ভা দিক হাে ..."। সক্ষম, 'এই শাহা বসবাসের একটি ভা দিক হাে নিজে র পরিবারের কাোকটি থাকতে পারা', অথবা এখানে ি ফুটব দ রয়েছে বা ি কাে। ইতোমধ্যে ই যেটা ব া হাে সগে সসটা আরেকজন বলাে পারবে না, তাই অনুশীলনটি যতোই এগোতে থাকবে বাক টি পূরণ করা ততোই কঠিন হাে উঠবে।
- বলাট সন্ডার স, উে র এক া এক হাতে ধরে সরখেঅন হাতদিে বলাট অপরজনের কাে টুে দিন। এর ফে আপনার আগের এবং পরের অং ণকারীর সাথে উে র সুতো দিে একটা সংযোগ তৈরি হাে। পুরোটা অনুশীলন জুে উে র সুতো ধরে রাখুন।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

বাক্যট সূক্ষ্ম করে আপনার অপর পাের কারো কাে উের বলাটুে দিে অনুী নটি শু করুন। মনে রাখবেন সযউে র বলাটর এক াে র উ আপনাকে ধরে থাকতে হাে! ধীরে ধীরে অং ণকারীদের মধ্যে একটি ‘উে র জা ’ তরি হাে।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন

সবাই একবার করে বলাট ধরে সফলারপর, অনুী নটি থামান, কি সবাইকে তখনও উ ধরে রাখতে বুন। নিম্নলিখিত বিষ ি নিে চি া করে অনুী নটি স য করুন:

- আমাদের মাের জায় াটা এখন সঝন সদখে ? মাকড়া ার জা বা মাে ধরার জাে র মতো ন কি?
- এই অধিবে নটিতে আমরা আমাদের সদে র বা সমাজের সমসয লোর উপর দৃটি াত করে ও মনে রাখা জরুরী সয এখানে ভালো মানুষ এবং ভালো বিষ ও রয়েছে েফ ু অনেক কিছু আে!
- সমসয লো পরিবতমলে জন কাজ করার সম এই বিষ লো মনে রাখা জ রী। সঝনা এই সম বিষ সম্মন শাি এবং স রণা সফলাবে সত্মনি সমসা সমঝাবে া ভা মানুষ এবং ভা বিষ াদির নেটও াকম আমাদের জনয দরকারী সং ানও হাে উঠতে পারে।

৩. উপস্থাপনা: পরিস্থিতি কীভাবে আরও খারাপ (বা আরও ভাল) হয় ১০ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই ু উপ াপনাটি সই ি া ি র ব্যা ারে অং ণকারীদের ানকে মজবুত করবে সয লোর ারা সমাজে মানবাধিকার িনের বিদয ান পরিসি্ির আরও অবনতি ঘটে। উপ াপনাটি স াপট বিে ষণের জন দরকারী একটি টু বা সরঞ্জামও দান করে যা পরবতমীম্নুী ন ‘আপনার শাহা র ফরব মানচিত্র’- ব বহুত হাে।



উপস্থাপনা

উপকরণসমূহ

- এই নিদেমশিার ১০৭ পৃ া উপ াপনার ি টি পাও া যাবে।
- ি টি এই অধিবেশারে পাও ারপে াই ৩-১৩’র সাথে মিে যা এবং এই াই ির ব র মন্ য অে ি টি অনভুক্ত করহাে ে।
- ি টির একটি স াদনাযোগ ও াডাসংস্করণ ধিবে নটির আনুষািক উপকরণসমূে পাও া যাবে।

আগাম প্রস্তুতি

পৃ া ১৫-এর ‘কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হাে’ নিদেমশিাটি অনুসারে অধিবেশারে র জন তি নিন াি প্ট বং পাও ারপে াই ি পুন (অথবা াই লিাে উলেতে মূ বিষ ির জন

পরামর্শ! আপনার উপ াপনা স য া ও াপযম অং ণকারীদেরকে /মনব করা সথকেবিরত থাকতে বুন।

৪. ম্যাপিং অনুশীলন: আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র, ১ম অংশ ৬০ মিনিট

বর্ণনা

এই অনুশীলনটি একটি শাহার ফ্লিপ চার্ট ‘মানচিত্র’ এবং কিছু চরিত্রের একটি সেট ব্যবহার করে অংশকারীদেরকে তাদের সাপটে ফরব সংলগ্ন মানবাধিকার গুণ বিবেষণ করতে এবং বিদ্যমান তথ্যে ধরতে সহায়তা করবে। অংশকারীদের নিজ অভিতা ও ান এবং সক্ষমতা সহায়ক হিাবে আপনার ান ও অভিতা এই অনুশীলনটিতে কাজে আসবে। অনুশীলনটির টি অংশ আবে এবং এই দুই অংশের মাঝখানে উপকরণসমূহ।

উদ্দেশ্য

ফরব সমস্যা বিবেচনা অংশকারীদের সাপটে কীভাবে বিভিন্ন মানুষকে ভাবিত করে সসসমক্ষে তাদের ান এবং উপলব্ধির বিকাশ সাধন করতে এবং সাধারণ একটি দৃষ্টিভঙ্গি নমুনা ব্যবহার করে মানবাধিকার ানের ম্যাচিত্রে র দক্ষতা বিকশিত সহায়তা করবে।

উপকরণসমূহ

- আগে থেকে তৈরি করা ফ্লিপ চার্ট ‘মানচিত্র’ নীচের নিদেশমাণী সদৃশ।
- ফ্লিপ চার্টের সালার জনক ম



সম্মিলিত অনুশীলন



আগাম প্রস্তুতি

অধিবেশনটির জনতি সনার সম আপনার সদবে ফরব-এর সাময়িক অব্যানে পড়াশোনা থাকবে এই অনুশীলনে আরও ভালো অবদান রাখতে সম্মান। ১৫৩-১৫৪ পৃষ্ঠা সংলগ্ন উপকরণ বিবিসদ্য আবে।

অধিবেশনটি শুরুর াগে নিম্নলিখিত ব্যায়ামটি বিবেচনা করুন:

- আপনার শহরের ফরব ম্যাপ তৈরি করুন
একটি ব্লকে চারটি ফ্লিপ চার্ট শীট স্টপ দিবে একসাথে জুড়ে দিন। শীট লিাবে সক্ষম াম/শাহার মানচিত্র আঁকুন। মানচিত্রটিতে এমন ১০টি ভিত্তানের নাম লিান বা বিবে আঁকুন সযখনে মানুষেরা ধমক্ষা বিাস সম্মিত সমস্যর সুখীন হাবে পারে। (৯৮ পৃষ্ঠা চিটি সদৃশ)

‘মানচিত্রে’ অনভুক্ত করার ন্যাবিত ান বিবে একটি তাকানিচে সদ্য আবে। আপনার সাপটের জন্য সিক সযকক্ষ ান বাদ দিবে সস্থানে সিক ান যুক্ত করুন। বাস বি, উপাসনার ান সদক্ষানপাটের মতো জনসমাগমের ান এবং থানার মতো ‘দারিক’ ান বিও অনভুক্ত রেনে কিনা সাদিকে লা রাখুন।

মানচিত্রের আঁকার ান বিবে মধে যথে ফাঁকা রাখুন, তবে ঘনিষ্ঠভাবে সম্মিত ান লিাবে কাকাকিবে রাখুন; সক্ষম, বিভিন্ন সরবি অফিস। একটি ফ্লিপ চার্ট শীটে সবকিছু একসাথে অনভুক্ত কর সচটকিরবেন না - অনুশীলনের সম চি বিবে মাঝখানে সখার জন্য জগার দরকার হাবে।

মানচিত্রে অনভুক্ত করার ন্যাবিত ানসমূহ: বাসাবাি, স্ক, াসপাতা, উপাসনালা, বাজার, কারখানা, খামার, বাস, থানা এবং আদাত, পরিকল্পন বিযক সরকারি কাযমালা, ধমক্ষবিযক সরকারি কাযমালা এবং জ, মুতু ও বিবা বিবির জন্য সরকারি কাযমালা।

(বিবে সংস্করণদলটিকে একাধিক দবে বিভকরুন এবং তিটি দলাবে মানচিত্র তৈরিকিরতে বুনসি ত পযমাঙ্কনা দিবে সযকরুন। ২০ মিনিট সম সযা করুন।)

- বিভিন্ন চরিত্রের উল্লেখ সহ ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন
নিম্নলিখিত চরিত্র বিবে উখে সরখে ১-২টি ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন। আনার সদবে সাপটের সাথে াসিক ধমক্ষ নাম দিবে আ ারলাইন রা লিাবে তি াপন করুন। সক্ষম, ‘সংখ্যা নারী’ সলার পরিবর্তে সস্থাপনি খতে পারেন ‘বাহাইনারী’। সলাটি বিবে এবং পরি ার ও া উচিত যাবে সবাই কিছুটা দূর সথকেপড়াে পারে।

চরিত্রসমূহ

- সংখ্যগরি সতে /পুরু
- সংখ্যগরি সমে/নারী
- সংখ্যগরি ধমমী সনত
- বৃহা ম সংখ্যা ু সতে /পুরু
- বৃহা ম সংখ্যা ু সমে/নারী
- বৃহা ম সংখ্যা ু ধমমী সনত
- ু সংখ্যা ু সতে /পুরু
- ু সংখ্যা ু সমে/নারী
- ু সংখ্যা ু ধমমী সনত
- সংখ্যগরি ধমমসথকেসংখ্যা ু ধমেম পান্ ত নারী
- সংখ্যা ু সথকেসংখ্যগরি ধমেম পান্ ত পুরু
- না ক পুরুষ যার মতামত সামাজিক সযাগযোগ মাধ্যমে কা ত ব ব সথকে হাে উঠে
- আ ঃধমমী দম্ (পুরুষ বং নারীর ধমম আন্নাভাবে উে খ করুন
- আপতিারী: সংখ্যগরি সযনারীর আচরণ/ধারণা সংখ্যগরি সাংৃতিক নিযে র বি ধ্বে যা
- সমালোচক: একজন ব্ যা যিনি ধমমী ধারণা বা চচমস্ , ধমমী ভূমিকাধারীর আচরণ, বা রা কীভাবে ধমেম্ তি আচরণ করে ইতাদি নিে সমালোচনা করেন।

অধিবে ন শু করার আগেই মানচিে র ফ্লিপ চার্ট এবং চরি র ফ্লিপ চার্ট ীট (ি) সদাে টাগিেে দিন)

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ১০ মিনিট

- ফ্লিপ চার্ট ‘মানচিত্র’টি উপস্থাপন করুন।
দলাটকে ফ্লিপ চার্ট-এর মানচি টিকে ঘিরে চ াকারে দাঁড়াতে বুনানিমো ভাবে ব্যাখ করুন
— বিভি বা ব পরিস্তিে ও ানে আমরা ধমম্মা বি াসের াধীনতা সংলি সমস্য়র স ুখীন ই।
সফ্মন, বাসে বা সামাজিক সযাগযোগ মাধ মে ঘৃণাত্মক বে র ি কার ও া, কমমকেে তয়েমের স ুখীন ও া বা রাে র সাথে নীতি বা আইন সংর্গি বাপারে অথবা ানী সরকারি কমক্ তময়া পুলিা বা ানীর সাথে সবন্নাপ ার সম সমস ার স ুখীণ ও া।
— এই ান বা পরিস্ি ি র কে কটি এই ‘মানচিে ’ সদা হায়ে।(মানচিে আপনার আঁকা/লিা ত ান ি র তা কাটি সদধান)।
— এই মানচি টি আমাদের শা র বা এলাকার মানচিত্র, বে আমরা আমাদের সদ সমকে আরও বিৃতভাবে চি া করতে পারি।চি া, বিবেক, ধমম্মা বি াসের াধীনতা সমক্ ত সমস া ি আমরা এই মানচিে নিদেম করতে যাি।
- চরিত্রগুলি উপস্থাপন করুন
বুন সয আমাদের ম্ যা িং এর সূচনা বিন্দু হিসেে কিছু চরি থাকবে যারা আমাদের মানচিে র এক বা একাধিক ানে ধমম্মা বি াসের াধীনতা সমক্ ত সমস্য়র স ুখীন হাে পারে।
ফ্ পি চার্ট ীটে খো চরিত্রেরে তা কিটিপ ুন।সমস্য়াগু রি সম্মুখীন তে পারে এমন কোনও চরিত্র অনুপস্খতি কনি তা জজ্গেগসা করুন এবং দ টরি সমরখন থাক াে অনুপস্খতি চরিত্রটি যোগ করুন।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৫০ মিনিট

- চিন্তা করুন (৫ মিনিট)
তে ককে নীরবে এমন একটি চরি সবনেিতে বুন সযচরি টিকে তারা তাদের সদে/সমাজে চি া, বিবেক, ধমম্মা বি াসের াধীনতা সমক্ ত সমস্য়র স ুখীন হাে পারে বে মনে করেন।
তাদেরকে ‘মানচি টি সদধতে বুন এবং নিল্লিখিত নর্ে নিে ৩ মিনিট ভাবে বুন: মানচিে র সক্ষম সক্ষম জা গা আপনার সবে সনা চরি টি তার ধারণা বা ধমমী পরিচ , চচমন্না বি াসের কারণে সমস ার স ুখীন হাে পারে? তারা কী সমস ার স ুখীন হাে পারেন?
সবাইকে পরি রভাবে ব্ যিেে দিন সয এই অনু ী নটি মানবাধিকার গুঘ নিত ভু ভোগীদের অভিজ্গেত্য়া পিং-এ আলোকপাত করবে, গুঘনকা দে র উপর ন।

- মতামত বিনিময় করুন এবং নথিভুক্ত করুন (৪৫ মিনিট)

১. একজন অংশীদারকে কবুলন সয় তিনি সক্ষম চরি টি সবনে নিয়ে ন এবং খুব সংকে , মানচিে র সক্ষম সক্ষম ানে চরি টি সমসয়র সখীন হাে পারে এবং এ ি কী ধরনের সমসয় তা বলাে বুন।
সংকে চরি এবং সমসা ি র ধরণ ফ্লিপ চার্ট িটের সই ান লোর পাে টুকে রাখুন সঞ্চানে চরি টি সমসা ির সখীন হাে পারে। সক্ষম, বাসের পাে ‘আ ংধমমী দম্ি - হা রানি’ ি খতে পারেন। সক্ষম যদি ২ মিনিটের মধ্যে সব লো ান ও সমসা ি উলেখেকরতে না পারেন, তবুও তাকে থামিে দিন। তেযে ই যাতে নিজেদের ি া লো বয় করার যথে সুযোগ পা সজনয়ইসমরে এই বাধ্যবাধকতা
২. অন্যসক্ষম একই চরি সবনে নিয়ে ি কিনা এবং এই চরি টি সমকে তাদের আরও সক্ষম ব বয়আে কিনা তা জি সা করুন। এই স , আলোচনা এবং অভিজ্ঞেজযকত তে অংশীদারীকে উৎসা দিন।
৩. জি সা করুন সয়অন্যসক্ষম চরি একই ানে একই সমসা ির সখীন হাে কিনা। সং ি সমসা ির পাে এই চরি ি টুকে রাখুন।

অন্যআরেকজন অংশীদারকে তার সবনে সনা চরি সমকে কবুলন এবং উপরের ১-৩ এর পুনরাবৃতি কবুলন। অনু ি নটির জনয়বরা ৪৫ মিনিটের মধ্যে ৩৫ মিনিট পয়ম একে একে চরি ি ধরে এগিে যান। এই সম , সয়সক অংশীদারীদের সভবেরাখা সমভয়সমসা ি লো এখনও আলোচনা করা হায় তাদের তে ককে মােপে সিকি জা গা সমসা ি এবং সং ি চরি টি ি খতে বুন। স য ককে মিনিটে তারা মােপে কী লিখেনে সস লো পে সফুন।

অনু ি নটির বাকী অংশ উ পক পবেস পরে একটি স ি ত আলোচনার মাধ মে চলাে ।

৫. উদ্দীপক: হাঁটুন এবং থামুন ৫ মিনিট

বর্ণনা

অংশীদারীরা নিদেমশা অনুযা ি যা বলাহাে তার উটো া করবে।

উদ্দেশ্য

সমসয়র উপর দৃষ্টি বদ্ধ এই অধিবেশাে অংশীদারীদের উ িপণা বাড়ানো এবং সমজ্জ হলা া করা।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

নিচের ধাপ লো অনুসরণ করুন:

- দলাটকে ঘরের চারপাে দূরে দূরে সরে সযতেবুন।
- অংশীদারীদেরকে নিদেম দিন সয়আপনি ‘হাঁটুন’ বলাে তারা সক্ষ হাঁটে এবং ‘থামুন’ বলাে তারা সক্ষ াটা ব করে। ২০ সথকে ৩০ সকেে র জনয়সযকোনোর ি এই নিদেম টি দিতে থাকুন।
- এবার বুন সয়নিদেম টির অথক্ষমদ বদ করা হায়ে , তাই ‘হাঁটুন’ মানে ‘থামুন’ এবং ‘থামুন’ মানে ‘াঁটুন’। আরও ৩০ সকেে র জনয়নিদেম টি দিতে থাকুন।
- ি নতুন নিদেম সযা করুন: যখন তারা ‘নাম’ শূ বে তখন তেযে ই তাদের নিজের নাম উচসি বলাে; এবং যখন তারা ‘তা ি’ শূ বে তখন তেযে ই একবার তা ি দিবে। াঁটতে থাকা অথবা সথমেথাকা অব া তারা এটা করবে।
- ‘হাঁটুন’ এবং ‘থামুন’ (যার অথক্ষমখনও বিপরীত আে) এর সাথে নতুন টো নিদেম একসাথে অনু ি ন করুন।
- অবশোে , বুন সয়সয ি টি নিদেমরে অথক্ষমদ বদ করা হায়ে - যখন আপনি ‘নাম’ বলাে তখন তেযে ই তা ি দিবে এবং অন্যনিদেমশা ি সকে ও উে াটা করবে।
- পাঁচ মিনিট পয়ম সক্ষাটি চালিাে যান।



সম্মিলিত অনুশীলন

সম্মিলিত অনুশীলন এখানে এই অনুশীলনের জন্য একটি ভিডিও টিউটোরিয়াল পাবেন।

৬. বিশ্লেষণ অনুশীলন: আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র, ২য় খন্ড ২৫ মিনিট

বর্ণনা

উপেক্ষিত পবেক্ষণ আগে এই অনুশীলনের ১ম খণ্ড আমরা করেছি। অনুশীলনের এই খণ্ডে তিন পয়মারে নমুনাটি বহাার রে ম্যাংিং অনুশীলাে রে পয়মবেণ ি অং ণকারীরা বিে ষণ করবে।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৫ মিনিট

তে ককে ফ্লিপ চার্ট মানচিত্রটির সামনে চাকা রে বসতে বুন

- দলাটকে বুন, আলোচনা সয়মডো বা নমুনাটি সম্কে তারা শিখেে তা বহাার রে ম্যাংিং রে ফাফ ি বিে ষণ করতে।
- জিাসা করুন সয় সক্ষম অং ণকারী পয়মা তিনটি স্মরণ করতে পারেন কিনা। তাদের উর সদা হাে আবারও পাও ারপে নট হাে ১৩ সক্ষম বা একই ব্দ তি ফ্লিপ চার্ট সক্ষম।
- বি নি ক তখে র অখম্চাদের মনে আেে কিনা তা জিাসা করুন বং য়ে জনে মনে করিে দিন।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ২০ মিনিট

নিচের ি জিাসা করুন এবং ফাঁকা ফ্লিপ চার্ট িটে আলোচনার মূ বি ষ ি লিুন। যদি আলোচনা অতিরিক্ত সয় বা চরিত্র ঠে আসে, তাহাে মানচিত্রে ও এ লো টুকে রাখুন।

- আমাদের মানচিত্রে কি বি নি ক তখ, তষ্টম এবং সংসতার উদা রণ আেে ?
- আমরা সয়সমসয় ি চিহ্নিত করেিে সস লো ারা কারা ভাবিত হা ?
 - আমাদের স দাে রে মধ্যে কারা বিে ষভাবে বম ?
 - নারী এবং সমে ি রা কি পুরুষ বং সসে ি দে রে তুলা া তিন নের সমসয় এবং বমলার স ষীন হা ?
- সংঘটনের হার ত্রিকোয়ে (), মা া (স), এবং ভাব (ইমপয়কটবিবেচনা সমসয় ি কতটা গুরুত
 - সংঘটনের হার: আ রা সয়সমসয় ি চিহ্নিত করেিে সস লো কি মাঝে মাঝে বা ঘন ঘন ঘটে? এগুলোর মধ্যে কোনোট ি নি মতা ি ক - অখম্মসমাজিক কাঠামোর অংে পরিণত হাে ?
 - মা া: সমসয় লোর ারা কি অ কিুে বা অনেক মানুষ ভাবিত হা ? সক্ষম সমসয় অধিকাং মানুষকে পুর বিত করে?
 - ভাব: সক্ষম সমসয় ি ভূ ভোগীদের উপর গুরুতর ভাব সফে ? দলাটকে মনে করিে দিন সয় অ কিুে মানুষ পুর বিত হাে ও, যদি উক্ত মান িকার গুঘন সই মানুষ লোর উপর বি ংসী পুরভ সফে , তবে সমসয় াটি একটি গুরুতর সা।
- সমসয় লোর সপনে কাদের ভূমিকা য়েে ?
 - রা কি সরি াবে মানবাধিকার গুঘন দে, নাকি অন্যরে ারা স্ সমসয়র বি ষে নিঞ্জি থাকে, নাকি ফরব-এ রে পুর রে স ি ভূমিকা পা ন কর়ে?
 - আমরা নিজে রাও কি সচেতন বা অচেতনভাবে সমসয় লোর জন দাী?
- এমন সক্ষম চরিত্র বয় া ধমমী স দা - আেে কি যাদের সমসয় ি আমরা সতি ই জানি না বা সঠিকভাবে বুঝতে পারি না? আমরা কি তাদের অভিজ্ঞতা ম্কে জানার সচটকিরতে পারি এবং আমাদের মানচিত্র এ বিে ষণে সসটা যুক্ত তে পারি?
- এই সমসয় লো চিহ্নিত করতে সপরে আপনার অনুভূতি কী?

আলোচনা চাকা িন, অং ণকারীদের সদা উদা রণ লোাে ফরব গুঘ ি পুরা ই কীভাবে অন ানয় মানবাধিকার নের সাথে জ ি ত থাকে তা তুে ধরার সচটকিরুন, সক্ষম, নারীদের অধিকার, ি ার অধিকার বা কমম্মং ানের অধিকার। সব মানবাধিকারই একটি অন টির সাথে যুক্ত সব লো মানবাধিকারই আমাদের য়ে জন!

ট ি ষ

এই অনুশীলনের জন্য ২০ মিনিটের সবি সম বয় ার করে সফটা খুব স জ। একটি নিে সবশি ণ আলোচনা না করে যতো সবি নিে আলোচনা করা যা , করুন। এই লোচনার জন্য আরও স বরা করতে হাে ‘যা কিুে মগে কর’ অনুশীলনটি বাদ দিতে পারেন।



সম্মিলিত অনুশীলন

পরামর্শ! আমাদের শাহা রে ফ্লিপ চার্ট িটের ফরব মানচিত্রি সংর ণ করুন, স হাে সদাে ই ঝুলিাে রাখুন। পরবতমীসবকটি অধিবেশাে রে জনয় স লো য়ে জন হাে।

৭. সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প ৫ মিনিট

বর্ণনা

এই আলোচনাটি দিবে অধিবে নটি স য হাে। এই আলোচনা একজন সাধারণ ব্যক্তি র সমাজ পরিবর্তনমূলে গ সশাান সযগাে তিনি ফরব-এর অধিকার আদাে র জন লাড়াটি ন। পরবর্তমীমধিবেশাে সক্ষম বিষ লো থাকবে তা অং গকারীদেরকে জানিে দিন।

কী বলতে হবে

নিম্নো ব ব লো তুে ধরুন। সমভ হাে এমিনার গ টি ব্যাখা করতে অধিবে নটির পাও ারপয়েে র ১৪-১৯ এই ি (বা এই ি র মু ত সংস্করণব বহার করুন

- আমরা এখন ানী সমাজ পরিবর্তনকারীদের সাক্ষাৎসম্ম ১ম খে র পঞ্চম ধিবেশাে র সশাে রয়েছে।
- এই অধিবে ন লিাে আমরা মানবাধিকার, ধমস্মা বি াসের াধীনতা, পরিচ , বিশো াধিকার, তিকুলা া এবং আমাদের সদ ও সমাজে ধমস্মা বি াসের াধীনতার পরিসি ি সম্মকে সজনেটি ও সদখেটি। মানুষ সক্ষম সমস ার সুখীণ হা স্ম লোর উপরও আলোকপাত করেটি
- সমস্য ি কী বা কী পরিবর্তন করতে হাে - সমসম্মকে আমরা সবসম একমত হাে পারি নি। তবে এমন কিছু বিষ ও টি বা রয়েছে সে য লোর বাপারে আমরা একমত হাে পারি এবং সযপরিবর্তন ি আমরা সবাই সদ্ব্বতে চাই।
- চিহ্নিত সমস্য ি র মুখোমুখি দাঁড়াে আমাদের কােে টি পথ থাকে: হা াশাা এবং মতানীন সবধ করা অথবা ত সক্ষম সমস াকে চিহ্নিত করে স্মটাকে পরিবর্তন করা (তা স্ম সমস াটা যত ছোটই সক্ষ না সক্ষ) এবং ানী সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেে গে ওঠার চেট ধিরে রাখা।
- ১০৯ পৃ া সথকে এমিনার গ টি পুন এবং পাও ারপাে এই ১৪-১৯ (বা এই এই ি র মু ত সংস্করণ ি) সদ্ব্বান।
- আসুন এমিনাকে তার অবদানের জন এবং নিজেদেরকে এই সাক্ষাৎসম্ম ১ম খনড াক্ষরার জন সাধুবাদ জানাই। সাক্ষাৎসম্ম ২ খে , কীভাবে পরিবর্তন ঘটানো সম্ভব - কী দ্বতি ব্য ার করা সযতেপারে এবং স্মজন্য মস্মরিকল্পনা ক হাে স্মসব বিষে আমরা আলোকপাত করবো।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

সযদ ি কোর্সটির সক্ষ ১-৫ অধিবে ন পযমই অং হাে ইছকে তাদের জন্য তিরি বিষ ব

কোর্সটিকে ১ম খে ই স য করতে হাে অনু করে অধিবে ন ৫ এর সশাে নিম্নলিখিত উপাদান ি অনুভু করুন। য অধিবে নটি ২০ মিনিট দীর্ঘ করুন অথবা অনু ি ন ১: যা কিছু মগে কর' বাদ দিন ও মাপিং অনু ি ন সথকে ৫ মিনিটে সম কমিে দিন।

৮. মূল্যায়ন অনুশীলন: মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত ১৫ মিনিট

সাক্ষাৎসিথকে ি কী সসবিষে অং গকারীদেরকে ভাবতে সাহায করবে এই স জ ব্যক্তি গত মূল্যায়ন অনু ি নটি।

উপকরণসমূহ

- তে ক অং গকারীর জন 'মি স্ক, , হাত' নু ি নটির একটি করে বি প
- তে ক অং গকারীর জন একটি করে ক ম



স্বতন্ত্রভাবে অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

তে ক অং গকারীকে একটি করে বি প দিন। বুন সয সকা সট্টসিথকে তাদের ি কী সসবিষে এখন একটি মূলায় ন অনুী ন করা হাে। সকা সট্টসিথ মূলায়া র জন পূ া ি সরখে সদকে কিনা বা স্মৃতিচিহ্ন হি াবে এ লো তারা বাড়িাে নিে সযতে পারবেন কিনা সসসমকে সিদ্ধা নিন। পূ া ি আপনি সরখে দিতে চাইে অং গকারীরা সক্ষ সসসনে তাদের ব্যাি গত কিছু না সলাে সসবিষয় টে পরি ারভাবে ব ক্ত করু

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ১৩ মিনিট

অং গকারীদেরকে নিচের বিষ লো নিে চি া করতে বুন:

- সকা সট্টসিথকে কী ান এবং ধারণা অজম করেনে তা নিে চি া করুন, বং মসিে র চি টিতে সস ি লিাে সফুন।
- সকা সট্টসিথকে কী অনুভূতি, আবি ার বা নতুন দৃি ভী অজম করেনে তা নিে ভাবুন এবং হু ে র চি টিতে সই অনুভূতি ি লিাে সফুন।
- পদে প সন্ ও বা ভি ভাবে কিছু করার জন আপনার সযধারণা লো রয়েছে তা নিে ভাবুন। এবং হাতের চিে সস লো লিাে সফুন।
- যতটুকু সমভব ি স্ক, , হাত মকে) সুনিদিম থাকতে সচা করুন। নুী নটির জন তাদেরকে ৫ মিনিট সম দিন।

আপনার দলারি আকারের উপর ভিত্তিকরে, হা তে ক অং গকারীকে একটি করে মন্ য(মি স্ক- - াত অনুী লারে সাথে স ি ক হাে হাে) করতে বুন বা অং গকারীদেরকে সজা া সজা া ভাগ হাে নিজেদের মধ্যে ধারণা বিনিম করতে বুন। (৮ মিনিট)

(বিক সংস্করণ তিনটি পৃথক ফ্লিপ চার্ট িটে একটি মি স্ক হু এবং াত আঁকুন। অং গকারীদেরকে আঠায় ছোট কাগজে উপরের ি র উ র ি খতে বুন এবং স খা স য হাে সস ি ফ্লিপ চার্ট িটে আটকে দিন। ফ াফ ি নিে স ি তভাবে আলোচনা করুন।)

৯. ধন্যবাদ জ্ঞাপন এবং বিদায় ৫ মিনিট

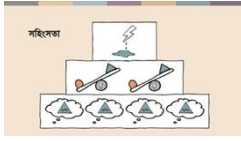
সকা সট্টসিথকা িন, অং গকারীরা একে অপরকে আরও ভালা াবে জানতে সপরেে এবং তাদের সম ও চে া দিে অবদান সরখেে। সকা সট্টসিথকা িন তারা সযনতুন ধারণা, অনু ম, দক্ া অজম করেরে ও সম্কে গে তুলোে এবং সকা সট্টসিথ ি অবদান সরখেে সসসন তাদেরকে ধন্যাদ দিন এবং আনন্দ উদযাপন করুন!

অং গকারীদের অবদানের তিদান রূপ এবং তাদেরকে ধন্যবাদ পণের জন্য খুব সং ি একটি অনু ান উদযাপন করতে পারেন। সফন সক্ষ গান সগে সশম্মাতে পারেন, কিছু কথা বলাে পারেন, বা পুরানা করতে পারেন, অথবা নৃত্য করতে পারেন। অং গকারীদেরকে সকা সক্ষ করার সনদপ দিতে পারেন (মু যোগ্য সনদপত্র আ ি ক উপকরণসমূে পাও া যাবে)।

সূত্র

ও াক অয প: মাকস্কলাডা স ও।

www.playmeo.com/activities/energizer-warm-up-games/walk-stop/

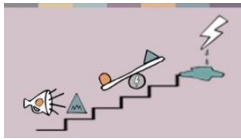


অপরিদ্রকৃত বস্তুর মূলক খয়ক মন ববদ ময়ি রুত ব বী কদা, ক মরুর ব মূলক খয়ও বব ময় একসাধ হদল া সক্রংস াি রুত ব বী কদা। সমাদজ সক্রংস াি অদনক প থাকদ পাদা- ভাঙী কক্ষক হয়ী র, মরুর কক্ষক শীি বী ক রা তান। অনস্ক দকাী িয় সক্রংস াি উেহ িং রুদ সদব উদদে কাি িয় রুর তর্দী কািা বাস, রা তান এবং কজ াি বা রা। -রুত ক সক্রংস া।

মাি, সংঘবিন্ন হার এং ভাে



রা রুত, বব ময় এবং সক্রংস া, এই র ন িদিন ি সমসযই মাদে, সংঘটনা হাি, এবং প্রভাদবী কদে রুর ম স্তদাি হদ পাদা। কবনা একক লজন রুত বস্ক কক্ষক কদা রুর শাল কাীি দব শু প্রভার কদ পাদা। লজন রুর শু, রায়র বা রায়ম ারী ক হদ পাদা- াি অথস্ক িে ন ি এবং সামারুর কা াদমা িাদখ ওদ াদ াভাদবজরু। এবং ি র গ্রন্ত মানুদে উপাি এি প্রভাব সীরা বা রুর সীও হদ পাদা।



রুরত কশে কদক অরুরত অরুর াি আদলদক বলা িয় ক, পি পা ি িপি া এবং রবা রু লক দযযাি বযপক া এবং ি া দ া কবর হয়, বব মেযও দ া কক বযপক এবং ি হদয় ওদ। এবং এই ই - এবি যাপক া ি সাধ একই াদল সক্রংস াি বযপক া ও ি া বুরি পায় বা এি আশকা বাদড। এদে একক অনযরটক উসদক কয়ে। এদ লা হ া শাবয ক মদন হদ পাদা, রবস্ত কীভাদব অা আি ও িো প হয় া বুবাদ পািদল অব উি র কীভাদব কাি া দব কসচিবুবাদ পাি টা সহজ হদব।

উপসংহার

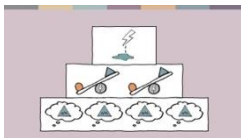


সবরুর ি সূনা হয় আমাদে বী িপি, কথা বলা এবং এদক অদনর প্রর আি িদি ি িন রুদয়াসু িং এোদন আমাদে প্রদ কক ই রুত না রুত কাি ি সুদা াে আদি - ক মন, আমাদে পরীবাদি এবং বস্ক ক কক ওয়াদক াে সামারুরক প জায় ও সম্পাদক রুত কদ পাি টা অসন্তব রুত নয় - ক মন এদা দে আমাদে ি মজী বা রুর শাসদবর ক সমাজ, রায়োলয় এবং ক মতদর্দে কথা উদে কাি ক দ পাদা।

অবশয এই প্রদাি ি দর্শ নয়। মানুদে জনযাি র কাি এবং বব মস্ক লক িে ওর ক বস্মা সমুহ (অর্ধ সয়াল কব মেস) পরী ব তনকি হদব- অনযা যাইন কক্ষক কদ ি স্কুল রাি ক, পুরনা বা অনযময ক মতকজাে আি ি ি - আদক রুতই বেলোদ হদব।



এই িদিন পি ববি তনাস্তব কাি ি জনয আমাদে দয় া জন সংে যালখুদে ি া দে অি কাি ি স দকত জাদনন এবং অর কাি আ িে দয় ি জনয প্রস্তুত, এবং সংে যারুে ি স িে দয় ি কসইব মানুদে দিক াি সংে যালখুদে পাদা িে দন ি জন য প্রস্তুত। আমাদে আ িে দয় া জন হদব ি জন্মর ক ও ি মীতী রনা দে াি মানবারী কাদিক স ান কাি, সুী া বস্মা এবং এি ি িে স মু কাি ি র রনদজর্দে া রা তুটা কবন।



এই িদিন প্রদাি ি দক বা স্তদব পরী ি কাি একক িি এবং করন প্রী িয়া। রুর এই প্রী ি যাক হয় নে আমাি আমাদে কাি ি পট রুদ িে কর এবং সমসয রা কী া রী কর। রা রুত - বব ময় - সক্রংস া িে তেবন ন-প জায় এই নমুনা ক বস্মহাি কািদল সূণ জাজক আমাদে জনয সহজ হদব।

স্বীকরণ

এই িে ি জোহান কযমবজ্ঞানবনর তজ্ঞ 'ধী জে' অে ধনী ডে' মবডনার উপর ধর্জ কবর ত্তষ হবযর।

সমাজ পরিবর্তনকারীদের গ

নিম্নলিখিত গ টি অধিবে ন ৫-এর সমাপনী মনবের র অং িসাবে পশু তে হাে। অধিবে ন ৫-এর পাও ারপশে নট াই ৬১-৬৩-এ গ টি চি ত হাে ে।

এমিনার গল্প, ি া াজেমগোভিনি

১৯৯৫ সালে বসনি ার যুদ্ধের সশাে, বসনি া াজেমগোভিনির ধম্মী ভূচিে র নাটকী পরিবর্তিত্ব ঘটে। মুসলিম সংখ্যাগরি কিছু এ াকা খ্রিস্টান সংখ্যাগরি হাে ওঠে এবং এর বিপরীতটাও ঘটে। জাতিগত এবং ধম্মী উে জনা সথকেই যা , এবং যারা তাদের আদি বারি এ াকা ফিরে যান, তাদেরকে ঝুঁকির মধ্যে বসবাস করতে হা ।

এ হাে এমিনা। এমিনা ইতিবাচক পরিবর্তনমেনবদান রাখতে চান, তাই তিনি নাহা া নামের একটি বসনি ান এনজিও ারা পরিচাি ত মানবাধিকার শি া গ সকােসেঞং সন্না।

“আমি কোর্সটি সথকে অনেককিে অজ্ঞম করেিে। আমি ধম্মবা বি াসের াধীনতার অথম্মুবাতে সপরেিে এবং আমার নিজের স াপটে ঙ্ঘ লিাে সন্না করতে শিাে সগটিে। আমি সামাজিক সফকােযোগ মাধ্যম লোাে ঘূণাতম্মক ব্য় সন্না রে স্স লোর বি ঙ্গে অভিযোগ করতে শুরু িা।”

কোর্সটি স ষ হাে , নাহা া এমিনাকে এক দ তরুন সস্ছোে বকদের সাথে পরিচ করেিে সদ । এই দলাি গণ্য়মন্য়এবং নিভন্য়যোগ্য় ানী ও জাতী সংবাদমাধ্যম লোাে প্ৰ ি ত ধম্মা বি াসের াধীনতা ানের তিবেদন ি নথিভূক্ত রে সদে ঘটে যাও া সম ঘটনার বাৎসরিক তাি কা সংক ন করতে।

এমিনা বে ন, “আমাদের কাে কিছু রে়ে ে সয লো ব্য় ার করে আমরা ঘটনা লিাে সশ্ৰুণিভ করেিে, সফ্মন সন্ম সমাজ প্ৰ বিত হাে ে এবং ানের ধরন সন্ম - হু কি, সম্ তরিউপর আ মণ বা মানুষের উপর আ মণ ইত াদি।”

দলাি তাদের তিবেদন ি বসনি ার কত্ৰম্ম , গণমাধ্যম এবং অগন্মাইজে ন ফর সিকিউরিটি া সন্মপারে ন ইন ইউরোপ (ওএসসিই)-এর মতো আন্জমাকি সং া লিাে পাঠা । ওএসসিই বায়িষ্ক তিবেদনে প্ৰ ই সস্ছোে বকদের পাঠানো এই তথ্য লো অনভূক্ত রে।

এমিনা বে ন, “আমি মনে করে আমাদের তিটি পদে প তাৎপয়ন্মী কিছু অবদান রাখতে পারে, তা স্স পদে প যতো দুদ্র সন্ম না সন্ম। ঙ্ঘ লিাে নথিভূ করা এবং এ লোর তি আন্জমাকি দূটিআকয়ন্ম করার মাধ মে কত্ৰম্মকে বিয ি গুরু স কাে বিবেচনার জন্য়রাজী করানো যা । মানবাধিকার ঙ্ঘ সমকে সচেতনতা বৃদ্ধি আমাদের নিজেদের প পাত তা সন্মাক্ত তেও সা ায় রে।”

সূত্র

এমিনা ফারলা ক, পিআরভিআই এ া না লাসস ার ফর এ ুকে ন এ িসাচম



গল্প

অধিবে ন ৬-৯

২ খন্ড: রিবতমন্নে যা

ানী সমাজ পরিবতমকারীদের কোর্সটির লা হা অং ণকারীদেরকে তাদের সমাজে ধমম্বা বিাসের াধীনতা (ফরব) বিষয়ে সমাজ পরিবতমকারী হাে উঠতে সা ায্য করা। পরিবতম করার ি াটি দীর্ঘ এবং কখনও কখনও এই াতরা কঠিন হাে ওঠে। সযকোনো া র মতোই, এই া র জন্যও একটি মানচি াকতে হাে এবং জানতে হাে সযক অব ান সথকেখ অব ান পযম কীভাবে মণ করবেন!

কোর্সটির ২ খ অং ণকারীদেরকে তাদের ‘পরিবতম যা ’ পরিকল্পন করতে সা ায্য করবে। ফরব এবং অন ানয় অধিকার পরচা ও সমুন্ন করার জন্য ব্য ার করা যাবে এরকম বিভিন্ন সঙ্ক্শা (বা পদ্ধতি) সমকে অং ণকারীরা ি খবে এবং তাদের চিহিত একটি ফরব সমস ার জন্য কম্পারিকল্পনা নিদেমনা পাবে। অধিবে ন ি দ তা এবং কাজের উপর দৃটিপাত করে - অথম্ব কথাকে কাজে পরিণত করতে অং ণকারীদেরকে প্ রে সতাে!

২ খে টি সজা া বিভ চারটি অধিবে ন রয়েছে। তিটি সজা াতেই ি ার উে য় লো অভি এবং একই ি া া অনুসরণ করা হােে।

- অধিবে ন ৬ এবং ৭ সঙ্ক্শা সমকিত ান এবং এই সঙ্ক্শা ি ব বহার রে অং ণকারীরা কীভাবে মানবাধিকার পরচার ও ানুন্ন তে পারবে স্ন বিষয়ে আলোকপাত করে। অং ণকারীদের অনুপ্ রা ত করার জন্যে এই অধিবে ন িাে স্নই সক সমাজ পরিবতমকারীদের গল্প য়েে যারা এই সঙ্ক্শা লো ব্য ার করে তাৎপযম্বূণম্বরিবতম ঘটতে সপরেনে।
- অধিবে ন ৮ এবং ৯ কমম স্নিক া এবং সমাজে পরিবতম ানার জন সুনিদিম ধারণা তরি করার উপর দৃটিপাত রে। এই দু টি অধিবেশাে অং ণকারীদের কম্পারিকল্পনার তা বৃদ্ধি পাবে। তারা কমম পরিকল্পনা বিভিন্ন ঙ্গাম ব্য ার করে অনুী ন ি করবে। াপনার দলা ি সকম্ন তার উপর ভিতি রে এই কম্পারিকল্পন ি (কোর্সটি স ন্ন করার পর) য়েে গযোগ্য ব ব পরিকল্পনা বা ‘ ানা’ পরিকল্প হিাসেে ব্য ার করা সযতেপারে।

অধিবে ন ৬

গ সথকে অনুপ্ৰাত - সঙ্ক্শা দিে মতাি ত

অধিবে নটির সংি বিবরণ

অধিবে ন ৬ এবং ৭-সক একটি 'জুটি' হিসেবে ভাবে ভালো হাে, সকানা এই অধিবে ন টির ি ার উে যসম এবং শি ণ ি াটিও অভিনন

অধিবে ন ৬ ও ৭ এর ি ার উে যঅভি ও া এবং একই শি ণ ি া অনুসরণ করার কারণে এই টি অধিবে নকে একটি 'জুটি' হিসেবে ভাবা যা া।

মানবাধিকার প্ৰচা ও সমুনন করার অনেক উপা রয়েছে সঙ্কান সথকে ১৫টি সঙ্ক্শা তুে ধরা সযতেপারে। অধিবে ন ৬ এবং ৭ এই সঙ্ক্শা ি র ষমিক ধারণা প্ৰদা করে। অধিবে ন ৬-এ একটি উপ াপনা থাকে ও, এখানে ত নিভন্ শিক্ র পরিবতেষ্ণা সশন্না এবং পার িক মত বিনিময়ে র মাধ মে স খা ও অনুে রণা সফ্ণানোর উপর আলোকপাত করা হাে াে।

এক বা একাধিক সঙ্ক্শা সমকে গভীর ন প্ৰনের পরিবতেম এই অধিবে ন টি পরিবতন্ ঘটানোর বিভিন্ন উপা সমকে অং ণকারীদের সচ্ণ খুে সদ া ১৫৫-১৫৮ পৃ াতে, এই সঙ্ক্শা ি সমকে আরও গভীরভাবে স খার জন্য প্ৰা শা এবং অতিরিক্ত উপকর সদ া আে।

১৫টি কৌশলের সংক্ষিপ্ত বিবরণ

জরুরী কৌশল: তিরোধ করা; দমন ও র া করা; সাহাযে র জন সফন্ করা, ডাকা এবং সাবধান করা।

পরিবর্তনের কৌশল: চার- চারণা; পরামশ্ণ; গোদনা দান; অ িকার করা বা আপ ি জানানো।

গড়ে তোলার কৌশল: সচেতনতা; স ্ তা; দক্ া; সম্ক এবং নেটও াকমতরি করা।

নিরাময় কৌশল: বস্তু এবং মনোসামাজিক সহায় া; নথি ঙ্ঘন হাইলা ট করা এবং স্মরণ করা; বিচার ও ক্তি ্রণ দাবি করা।

টি

৬-৭ অধিবেশাে র বিষ ব স র ফর ভিকটিমস অব টরচার ারা পরিচাি ত নিউ টাকটিকস ইন ি উমান রাইটস জে টির তৈতিসঙ্ক্শাে র পদ্ধতিগত কাঠামোর অভিযোজিত সংস্কর ব্ধ ার করে প্ৰস্তুত হাে াে। www.newtactics.org এই ওে বসাইটটি আপনাকে অনেক অনুে রণা দিতে পারে!



শিক্ষার উদ্দেশ্যসমূহ

অধিবে ন ৬ এবং ৭ মানবাধিকার চার ও সমুনন করার সঙ্ক্শা সমকি ত ান বিকাে র উপর আলোকপাত করে।

এই অধিবেশাে র সশাে, অং ণকারীরা:

- মানবাধিকার চার ও সমুননত ার জন চারটি ভিন্ নের সঙ্ক্শাে র স জ ব্ধাখ দিতে স ম হাে এবং তিটি সঙ্ক্শাে র জন্য প কেে র উদা রণ দিতে পারবে।
- নিজেদের সমাজে মানবাধিকার চার ও সমুননত ার ই া কা করবে।
- অং ণকারীরা নিজেদের সমাজে ফরব চার ও সমুননত ার জন ব্ধি গতভাবে ণ করা সম্ভব এ অ ত পাঁচটি পদে প, এবং তাা সফব দ /সং ার সাথে জি ত স্ণ লোর মাধ মে ণ করা সম্ভব এ আরও পাঁচটি পদে প চিহিত করবে।

ট

মনে রাখবেন সয এই ি ার উে য় ির বা বতা নিভন্ন করবে আপনার দলার ির ক অব ার উপর।
অং ণকারীদের ন্দুটি ি এবং পদে প হারে দ তা সন্মন অ তি হাছে বা না হাছে এবং সন্মন স লোকে
অ তি হাছে তা সন্মন স া ক সহাে ই নিধন্না করতে পারেন স্জনই ি ার উে য়সু এখানে সংযোজন করা হাে।
একটি অধিবেশাে এরকম সন্মন অন্না সন্না সগে ও সন্না অ ির সাথে সাথে ধীরে ধীরে এইসব বিষ লিাে ও
অ তি ঘটতে পারে।

অধিবেশনের বিষয়বস্তু



অধিবেশনের বিষয়বস্তু

ার ক অনু ি ন: সমাজ পরিবতনকারীদের গ লো আলোচনা অং ণকারী দ সমাজ পরিবতনকারীদের গ সথকে অনুে রণা নিে অধিবে নটির সূচনা করে। ২০ মিনিট

গভীরভাবে চিন্তার অনুশীলন: দর্শক এবং নিরাময়কারী

সন্না আমরা কখনও কখনও অবিচার ব করার জন কাজ করি এবং কখনও কখনও করি না সসসমকে ২৫ মিনিট
গভীরভাবে চি া ও মত বিনিময়ে র সুযোগ সূি করে।

স্বতন্ত্রভাবে অনুশীলন: আমি কে?

এটি একটি চি াঙ্কন নু ি ন। সন্না ব ভি ভি স াপটে আমাদের পে তাৎপয়মূর্ণকী করা সম্ভ ১৫ মিনিট
সন্না লো নিে গভীর চি া-ভাবনা ও মত বিনিময়।

উপস্থাপনা: কৌশলসমূহের প্রাথমিক ধারণা প্রদান

এটি একটি মু উপ াপনা সযখনে অ াে র চি ব বহার রে মানবাধিকার চার ও সমননত রার চার ১০ মিনিট
ধরনের সন্না (জ রী, পরিবতন, গে সতন্না বং নিরাময়ে র সন্না) সমকে ধারণা প্রদান করহাে।

সম্মিলিত প্রতিক্রিয়া নিয়ে দলীয় অনুশীলন: জরুরী কৌশল প্রসঙ্গে

অং ণকারীরা 'জ রী' সন্না এবং সস ি ব বহার রার বিভিন্ন পা ৪৫ মিনিট
নিে সূজন ি আলোচনা করবেন।

সমাপনী মন্তব্য

অধিবেশাে র বিভিন্ন শি া ি বিষ ির মধ্যে সন্না সূ াপন করা। ২ ঘন্টা

মোট সময়

২ ঘন্টা

প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃ া ১৫-এর 'কীভাবে তিটি অধিবেশাে র জন তি নিতে হাে' নিদেমাশিটি অনুসারে অধিবেশাে র জন তি
নির। মনে রাখবেন - আপনার দলাট সমকে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলাটর য়ে জন অনুযা ি অধিবে নের
সযকোনো উপকরণ স াপটের সাথে মানানসই করে পরিবতন করুন

অধিবেশনটির জন্য দরকারি উপকরণসমূহ

পৃ া ১৬-এ উে খিত অধিবেশাে র জন্য য়ে জনী সাধারণ উপকরণসমূ াে াও, এই অধিবে নটি
পরিচা নার জনয়নিম্নলিখিত সরঞ্জাম ির দরকার হাে:

- তে ক অং ণকারী জন একটি করে ফ্লিপ চার্ট িট এবং রনি কা ির ক ম।
- আগের অধিবেশাে তরি করা 'আমাদের শাহা র ফরব মানচিত্র'-এ ফ্লিপ চার্ট িট।
- 'পদে প সংলি ধারণা: জ রী সন্না' শিাফক একটি ফ্লিপ চার্ট িট এবং যথে সংখ ক
আঠায়ু ছোট কাগজ।
- সন্না সমূে র সারাং স িত সপস্টা বং জ রী সন্নাে র সব ি সপা রের মু িত
সংস্কর
- (া্রি ক) পাও ারপে ব বহারনা করে পাও ারপে াই ৩-১০-এ সমাজ
পরিবতনকারীদের গে র চি ি মুদ্রণ তে পারেন।

এখানে অধিবেশনটির
আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ
পাওয়া যাবে।

কক্ষটিকে উপযোগী করুন

সচার লিখে সামনের দিকে মুখ করে চাকার সাজাতে ভালো হতে পারে। অধিবেশন শুরুর আগে সদ্যে ‘ফরব মানচিত্র’ এবং ‘পদক্ষেপ সংলিখিত ধারণা: জরুরী সঙ্কল্প’ বিষয়ক ফ্লিপ চার্ট পড়তে দিন।



‘আমি সর্ব’

“দক্ষ-নিরাম কারী” এবং ‘আমি সর্ব অনুী ন টি অং গকারীদের মধ্যে মিশ্র অনুতি তৈরিকরে। সামাজিক সফলযোগ মাধ্যম এবং নান্য নেক সর্কে আমরা সয মগত নিকে দশামলে ভূমিকা পা ন করি তা উপলার্থিক তে সপরেঅং গকারীরা ঃখবোধ করে। কি রিবতমরে বা ব সঙ্কল্প লো স খার মধ্যে দি সর্ পরিবতমকারী হাে ওঠার অনেক আ াও জাগ্র করে। এই অনুী ন টি।দরে অং গকারীদের মধ্যে সঙ্কল্প ি ব্য ার করার তি দৃ ত সৃষ্টিহিয়ে।”

উকোহা গোবিয়া, সহা ক, নাইজেরি া

অধিবেশনটির বিধি বিধিত পরিকল্পনা

১. প্রারম্ভিক অনুশীলন: সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্পগুলি আলোচনার দল ২০ মিনিট

বর্ণনা

তিনটি গল্প পড়া হবে এবং দীর্ঘ আলোচনা করা হবে।

উদ্দেশ্য

সকাল ১২ খে র বিধি বিধি শুন করা এবং সমাজ পরিবর্তনকারীদের জন অন্তর্ভুক্তি পদে প সথকে অনু রণা নিবে অধিবেশনটির একটি শুভ সূচনা দান করা।

উপকরণসমূহ

- পাওঁরপে আই ১-১০ বা আই বি মুতি সংস্কর

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

অধিবেশনে সবাইকে অভ্যর্থনা জানান এবং নিম্নলিখিতভাবে ব্যাখ্যা করুন:

- এ পথম অধিবেশনে লোকে আমরা মানবাধিকার, ধর্মস্বাধীনতার অধিকার এবং অধিকার সমকে শিখি। আমাদের সমাজে ফরব গুঘ ফি কী ধরনের তাও আমরা মাপ করেটি।
- এখন সথকে আমরা কাজে দৃষ্টি ত করবো! এই অধিবেশনে এবং এর পরবর্তীতে আমরা বিভিন্ন দ্রুতি বা সঙ্কশা লো সঙ্কশা সয লো মানবাধিকার পরচার ও নুনত করার ন্যব্বা র করা সযতেপারে। কীভাবে এই সঙ্কশা বি ব্যা র করা সযতেপারে সস সমকে চি ভাবনা করবো। চু া টি অধিবেশনে আমরা কমম পরিকল্পনা য়ে র উপর দৃষ্টিপাত ক বো।
- আমরা এমন মানুষদের তিনটি গল্প শুনবো যারা তাদের সমাজে ‘ধর্মস্বাধীনতা’ পরিসি পরিবর্তন করে সচটকিরে।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ১৬ মিনিট

- অধিবেশনটির পাওঁরপে আই ৩-১০ বা এই আই বি মুতি সংস্কর ব বহার রে ১২৪-১২৫ পৃ া সদ া ‘সমাজ পরিবর্তনকারীদের’ গ তিনটি পুন।
- পাশাপাশি বসা তিনজন করে অং ণকারীকে নিম্নো বিষে আলোচনা করতে বুন: সক্ষা গ টি আপনাকে সবচে সর্বি টেনে বা অনু পুরা ত করেতে এবং সক্ষা?

এই বলে শেষ করুন যে

হাযে গ লিা বণিচ্ছ পরিসি আমাদের নিজ পরিসি সথকে অনেক আলাদা এবং গে র চরি দেব গৃীত পদে পি আমাদের জন াসিক ন , কি এই সৃজনী এবং সাহী সমাজ পরিবর্তনকারীরা সস্ট অনু রণা সযাগ সযঅনু রণা সথকে আমরা বি াস করতে পারি সযপরিবর্তন সম্ভ এবং এর জন সং াম করা অর্থমীন ন ; আমরা তেযে ই কিছু না কিছু পাথমক তরি করতে পারি, তা সেটা যতো ছোটই সক্ষ না সক্ষ।

২. গভীর চিন্তা ও মত বিনিময় অনুশীলন: দর্শক এবং নিরাময়কারী ২৫ মিনিট

বর্ণনা

অং ণকারীরা গভীরভাবে চি া করে আলোচনা করবে সয সক্ষা অন্যা থামাতে কতোবার তারা হাস্ প (যতো দুদ্র সক্ষ না সক্ষ) করেতে এবং কতোবার তারা কিছুই করেনি। সযবিষ / ভাবক লো আমাদের হাস্ প করার স াবনা বাড়িাে সদ সসি নিবে ও আলোচনা করবে।



দলীয় আলোচনা অনুশীলন



সম্মিলিত অনুশীলন

উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনের উদ্দেশ্য হল:

- অংশগ্রহণকারীদেরকে অনুধাবন করতে সাহায্য করা সয আমরা তেযাে ই সকানোনা সকানোসমে ‘দশক্ষ’ (অন্য ঘটতে সদক্ষে চুপ থাকা) এবং ‘নিরাময় রী’র (অন্য করো বা নিজের অধিকারের জন্য তিবাদ করা - তা যতো তু ভাবেই সক্ষম না সকা) ভূমিকা অবতিগম্বায়ে ।
- অধিকার নেয়র স লিাে আরও সরিি ‘নিরাময় রী’ হাে সস্া সক্ষম সিদ্ধা ণ করা যা এবং পদে প সনা যা সস্ি সনাক্ত তে অং ণকারীদের সা তা করা ।

উপকরণসমূহ

- তে ক অং ণকারীর জন একটি করে A4 কাগজের পাতা ।
- যথেষ্ট সংখ্যক ক ম বা সপাি সক্ষ তে ক অং ণকারীকে একটি বা টি করে সদা যা ।
- ফ্লিপ চার্ট/সহাাইটবোর্ড এবং মাকস্ব ক ম ।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

তে ক অং ণকারীকে একটি করে A4 কাগজ দিন এবং কাগজটা অধেক্ষ করে ভাঁজ করতে বুন এবং মাধেধ ‘ীষেমদশক্ষ’ এবং দ্ী াধেধ ‘ীষেমনিরাময় রী’ ব্দ টি ি খতে বুন ।

নিম্নলিখিত বিষয়ি বাখা করুন:

- এখন আমরা এমন একটি অনুশীলন করবো যা পরিবর্তন ঘটানোর অভি তা সম্কে ভাবে আমাদেরকে সা ায়্য ক বে ।
- একজন দশক্ষ হাে ন এমন সক্ষ যিনি সক্ষ অন্যা (সক্ষন সিংসতা বা তয়েম) ঘটতে সদক্ষে চুপ করে থাকেন এবং কিছুই করেন না ।
- একজন নিরাময় রী এমন একজন ব্যাি যিনি অন্যারে শি ার এক বা একাধিক ব্যাি র প নিে কিছু বেন বা করেন ।
- সজ্ঞ দিে বুন সযআমরা সবাই বিভিন্নে এই টি ভূমিকাই পা ন করেিে ।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ২০ মিনিট

• লিখন এবং আঁকুন (৫ মিনিট)

তে ক অং ণকারীকে তাদের বি পি এই ভূমিকা ি পালারে একটি উদা রণ ি খতে বা আঁকতে বুন । এই উদা রণ তারা সযকেন তনৈদিন পরিসি ি সথকেদিতে পারেন, সক্ষন সহা াটীকে উত করতে সদখেসাহায়ে র জন ডাকাডাকি করেে, বা পরিবারের সক্ষ সদস বা স কমস্বী সাথে সক্ষ বস্বহার ার সম তিবাদ করেে; অথবা, সক্ষ একটি অন্যা ঘটার সম সযসক্ষ কারণেই সক্ষ তারা নিরব দশামলে ভূমিকা পা ন করেে এবং সাহায়ে র জন কাউকে ডাকেনি বা তিবাদ করেনি ।

• সম্মিলিত আলোচনা (১৫ মিনিট)

সক্ষ না সক্ষ সম তে কটি মানুষই উভ ভূমিকা পা ন করে থাকে - এই কথাটি সজ্ঞ দিে বে আলোচনাটি শুরু করুন । এরপর দুই বা তিনজন ই ক অং ণকারীকে নিরব দশক্ষ বা নিরাময় রী হিসেে তাদের অভি তার উদা রণ দিতে বুন । তাদের উলেতি নিদিম ঘটনা নিে আলোচনা করার য়ে জন সন্ধী সক্ষনা সেটা এই অনুশীলাে র জন াসিক বিষ ন । ধু এটাই তুে ধরা দরকার সযসবারই এই দু রকম ভূমিকা হারে অভি তা থাকে । এরপর দলটকে নিম্নলিখিত ি জি াসা করুন

- এই অনুশীলনটি করতে আপনার সক্ষন সলাগে?
- আপনি সক্ষ কখনও কখনও খে দাঁড়ান বার কখনও কখনও কিছুই করেন না? ভূমিকার এই পাথমক্সে সপনে কারণ কী?
- নিরব দশক্ষ না হাে বরং নিজের এবং অনের অধিকারের জন খে দাঁড়াতে স ম একজন মানুষ হাে হাে আপনার কী কী সা ায়্য াগবে?

ফ্লিপ চার্ট িট/সহাাইটবোর্ডে তাদের সদা উ র ি ি খুন ।



সম্মিলিত আলোচনা

সশাষে নেইউতি অং ণকারীर या बलौने स्खान सथकेनिलिखित विष ि तूे आनते सचटकिबुन अथवा এই विष ि निे अं णकारीदेरके करुन एवं र दिते तादेरके अनुपरा त करुन

- डू डोगीर साथे सम्क থাকे वा तार ति स ममिअसवम् करे आमাদের पदपे सनार स बना सबे या ।
- आमাদের साथे यखन आरओ सकूँ থাকे, बिे ष करे एकटि संगठित दरे अं हिया बे आमरा पदपे सनंओ र सकूँ आरओ आ बि ासी हूे उठि ।
- नेर विष एवं 'सिे म' वा 'ब व ा' समके ान থাকे - सम्मन, नि म ि की एवं कार काते अ भियोग करते हूे वा सा ाय् चा ते हूे स् स समके न থাকे आमरा आरओ आ बि ासी हूे पारि ।
- ति থাকे (परिसि्ति ा सकमन एवं सकम दिके धाबित हूे पारे ता निे चि ा करे पदके् र आगाम परिकल्पना करा थ) ङ्घ समकावे ा आमरा आरओ आ बि ासी हूे उठि । एकई रकम परिसि्ि आगेओ समकावे ा करे থাকे आमरा आ बि ासी हूे उठि । मानबाधिकार समकावे ार चचमकरार जन्यभिन्न रिे अभिन (सरा स) एकटि दारुन उप हूे पारे ।

अनुशीलनटि कीभावे शेष करबेन ३ मिनिट

पाओ ारपयेरे र ाई ११ शम करुन एवं निलिखित विष ि गु रे र साथे तूे धरे आलोचनाटि स ष करुन:

- नीरव दशक ना हूे वरं निरामय ारी ओ ार जन आमरा सचेतन सिद्धा निते पारि । सम्मन, अधिकार नेर ार क्ि मानुषेर साथे समक गे सता, द हिसे संगठित ओ ा, ये जनी तथ्यसंज्ञा एवं कीभावे आमरा एकसाथे काज करते च्इ सई परिकल्पना कर
- आमरा सबसम काज करते पारव ना - आर पारे ओ सेटा करा निरापद वा गठनमू क हूे ना! कि आमरा यदि सम्क गे तूि एवं एकके काज करि ताहूे पदपे सनार स बनाओ बाडूे एवं सट्टा कायकरओ हूे ।
- 'आमাদের शाहा र फरव मानचित्त' फ्लिप चार्ट िटेर प्रति सवार दूि आकषण करुन । बाइके मने मने चि ा करते व न सयचिहित समसा ि र मधे सथकेतारा सकम सकम समसा र निराम कारी हूे चान । (तादेरके चि ा करार सुयोग दिन, उतरिे जन्य त ा सदबे ना)
- बाकि अथिबे न लीे , कीभावे आमरा এই समस्य ि र सकूँ दशक हूे ना सथकेवरं निरामय ारी हूे पारि ता निे भावबे ।

३. चिद्राङ्गन अनुशीलन: आमि के? १५ मिनिट

टवि

এই অনুী নটি আনন্দদা ক এবং এর বিে ষ অথঙ্ রয়েছে, কি িবেশারে ি ার জন্য অ ি ায়ম্ম । অনান অনুীলাে রে জন্য আরওসব ি সম দিতে হূে এই অনুী নটি বাদ দিতে পারেন ।



স্বতন্ত্রভাবে অনুশীলন

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

অং ণকারীরা তাদের ব্যক্তিগত এবং সম্প্রাাগতনেটও াকর্কটি ত করবে এবং সনা করবে সয'সকাধ ' তারা সকম পাথমক তরি করতে পারে ।

উপকরণসমূহ

- ফ্লিপ চার্ট িট এবং ক ম

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ১ মিনিট

তে ককে একটি ফ্লিপ চার্ট টি এবং একটি ফ্লিপ চার্ট/রটীন ক ম দিন।

নিম্নলিখিত বিষয় বিব্যাখ্য করুন:

আমরা সবাই এমন একটি সমাজের অং সঙ্ঘানে প্রচু মানুষের সাথে আমাদের সম্বন্ধ থাকে এবং আমরা বিভিন্ন ভূমিকা পালন করে থাকি, সঙ্ঘন আমাদের পরিবারে, কমমকে বা ধর্মমী স , ব মহাহে এবং পরিচিতদের নেটও াকেম

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

নিচের বিষয় বিব্যাখ্য করুন:

আমরা এখন আমাদের বর্গিত নেটও াকর্মচি ত করার সচটকিরবো। কাগজের মাঝখানে নিজেকে আঁকুন এবং তারপরে কাগজের অন্যান্য অং আপনার নেটও াকর্মি আঁকুন। স্টা হাে পারে:

- পরিবার এবং বুবাব।
- কমম এবং স কমমী, এবং সহা াঠী।
- ধর্মমী স দা , এবং অন সযকেন্স আনু ানিকভাবে িকৃত (ফমমালিসে) দ বা অনানু ানিক নেটও াকর্ম যাদের সাথে আপনি সঙ্ঘনা সঙ্ঘনভাবে জি ত - হাে পারে বর্গিত শারে কারণে; সঙ্ঘন রী া দ , বা নারীদের দ ।
- সামাজিক সযাগযোগ মাধ্যমে আপনার নেটও াকর্ম

চিহ্নিত তিটি দ বা নেটও াকেম সঙ্ঘরে বা এদের মাধ মে ধর্মমী বি াসের াধীনতা প্রচা ও সমুনন করার জন্য আপনি কী ধরনের ভূমিকা পালন করতে পারেন স সম্বন্ধে চি া করুন। এ জন্য আপনার াতে সম্ব থাকবে ১০ মিনিট।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ৪ মিনিট

তে ককে চ াকারে দাঁড়িয়ে তাদের অর্গিত চি ি ধরে রাখতে বুন। চি ি কতটা াণব ও আকর্ষণীয় এবং সস লো আমাদের বিভিন্ন ভূমিকা লিাে কীভাবে তুে ধরেলে সসসম্বন্ধে মন্ব করুন

নিম্নলিখিত মন্ব ি করুন:

- চিহ্নিত বিভিন্ন রিসির্ র তিটিতে আমরা একজন দশক বা সরি ি নিরাময় ারী ও ার ভূমিকা পালন করতে পারি। এই নেটও াকর্মবং দ ি র মধ্যে এবং এদের মাধ মে ধর্মমী বি াসের াধীনতা প্রচাের সমুননত করা সকে। আমরা একেকজন একেকটি স দ হাে উঠতে পারি।
- সকােসম্বন্ধিক অং, আপনি যা কিছু শু বেন এবং করবেন সসঙ্ঘনে অনু করে ৩টি প্র সম্বন্ধে চি া করবেন। (পাও ারপে নট াই ১২ অথবা একই স িত ফ্লিপ চার্ট সঙ্ঘন)
 - আমি কী করতে পারি?
সঙ্ঘন, পিতামাতা, স ান, ব বা তিবে ি ি সাে আমার ভূমিকার সকে। কমমকে অথবা বর্গিত জীবনে আমার ভূমিকার মাধ মে আমি কী করতে পারি - সঙ্ঘন নিজের ধর্মমী স ?
 - যদি আমরা সংগঠিত ই এবং একসাথে কাজ করি তাহাে আমরা কী করতে পারি?
সঙ্ঘন আমার ধর্মমী স , যুব সর্গাী বা কমমমে সথকেকি সঙ্ঘন উদ্যেগ সনা সযতেপারে?
 - আমরা অন্যান্য বর্গি / তি ানকে কী করতে উৎসর্গিত করতে পারি?
কিুে কাজ আে সয লো আমরা করতে পারি না, কি ন্যা পারে - সঙ্ঘন ভিন্ন্ টি ধর্মমী স দা , বা ানী ুে র ধান শিা ক। আমরা কাকে পদে প নিতে উৎসর্গিত করতে পারি?

৪. উপস্থাপনা: কৌশলসমূহ সম্পর্কে ধারণা প্রদান ১০ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই উপস্থাপনার লক্ষ্য হল সফল বা ব উপায়ে অংশগ্রহণকারীরা মানবাধিকার চার ও সম্মুখ করতে পারবে। সস লো সম্মুখে তাদের মধ্যে সচেতনতা তৈরি করা। মানবাধিকার চার ও সম্মুখ করতে ব বহা যোগ চার ধরনের সঙ্কেত সম্মুখে এখানে ধারণা প্রদান করা হবে।



উপস্থাপনা

উপকরণসমূহ

- উপস্থাপনাটির পি পিট এ নিদে মশিার ১২১ পৃষ্ঠা পাওয়া যাবে।
- পি পিটি অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট এই ১৩-২৪ এর সাথে সাদৃশ্য গুণমূল্য এবং এই পি পিটির ব র মন্য অয়ে সদা আয়ে।
- পি পিটির একটি সাদনাযোগ ও ডাসংস্করণ ধিবে নটির আনুষাংক উপকরণসম্মু সদা আয়ে।

আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর 'কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হায়ে' নিদে মশিাটি অনুসারে অধিবেশারে জন তি নিনি ি এবং পাওয়ারপয়েন্ট এই পি পিুন এবং স িপটের জন উপযোগী করে স িাদন করুন (অথবা এই লিায়ে উলেদেতি মূ বিষ ি নিয়ে ফ্লিপ চার্ট িটি তরি করুন) এবং এই /ফ্লিপ চার্ট িটি ির শামল সাথে সাথে উপ িপনার চচমকরুন

পরামর্শ! আপনার উপস্থাপনা সফল ও িপয়ম অংশগ্রহণকারীদেরকে /মন্য করা সাথেকেবিরত থাকতে বুন।

৫. আলোচনামূলক অনুশীলন - জরুরী কৌশল প্রসঙ্গে ৪৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই দী আলোচনার অনু ি নটিতে ফরব সম্মুখিত সমস্য ি সমাকবেলা মানুষ কীভাবে জ রী সঙ্কেত ব বহার করে থাকে সস সম্মুখে বা ব উদা রণ সদখে অংশগ্রহণকারীরা জ রী সঙ্কেত লো ি খবেন। অংশগ্রহণকারীরা তাদের সমাজে ফরব চার ও সম্মুখ করার জন সক্ষম সঙ্কেত লো কীভাবে ব বহার করা যা তা নিয়ে সৃজনী দী আলোচনা ম হানে এবং এর মাধ্যমে তাদের িন এবং কমক্ষম ি বৃদ্ধি পাবে।



দলীয় অনুশীলন

উপকরণসমূহ

- সব ি 'জ রী সঙ্কেত' সপা রেয় মু িত সংস্কর
- আঠাযু ছোট কাগজ এবং ক ম।
- 'পদে প সংলি ধারণা: জ রী সঙ্কেত' িষক ফ্লিপ চার্ট িটি।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৪ মিনিট

নিম্নলিখিত বিষ ি তুে ধরুন:

- এই অধিবেশারে বাকি অংশে আমরা জ রী সঙ্কেত ির উপর আলোকপাত করবো এবং আমাদের সমাজে ফরব সম্মুখিত সমস্য ি সমক্ষাবে ি করতে সস লো ব্য় ির করতে পারি কিনা তা নিয়ে ি ি-ভাবনা করবো। পরবর্তমী অধিবেশারে অন িন্য সঙ্কেত ি সক্ষব।
- এই অনু ি নটিতে আমরা জ রী সঙ্কেত সম্মুখে ও ি খবো এবং আমাদের সমাজে এই সঙ্কেত ি ব বহা করে কী পদে প সনা যা তা নিয়ে ও তুমু আলোচনা করবো। এজন্য আমাদেরকে এই লো নিয়ে ভাবতে হায়ে : আমি কী করতে পারি, আমরা কী করতে পারি, এবং আমরা অন দেয়কে কী করতে উৎস ি ত করতে পারি?
- কিন্তু িরার আগে, আসুন ফরব-এর সকে 'জ রী' বলাে কী বুঝা তা আরেকবার স্মরণ করার সচ ি করি। জরুরী সঙ্কেত ব্য় ির করা হা যখন সক্ষম একটি ি িকা সক্ষম একজন ব ি র মানবাধিকার ঘটতে বা ঘটতে হাছে তখন। তাই দি হা , তবে এই সঙ্কেত ি ব্য় ির করে কী ধরনের ফরব সমক্ষাবে ি করা সম্মুখ

পাও তারপে নট এই ২৪ সম্মান এবং এই উদা রণ ি পুন:

- হা িনি, সম্মান সংখ্যা নারীদের রা ি হা িনি
- ঘণাত্মক ব (অনলা নে বা মুখোমুখি)
- ঘণাত্মক রাধ সম্মান ভাচের বা হাম
- উপাসনালো আ মণ
- সা দািক সর্ংসতা
- নিবিমাছের স ফতার

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৪০ মিনিট

- দলীয় আলোচনা (২০ মিনিট)
 - অং গকারীদেরকে তিনটি দৈে বিভক্ত ক তিনটি জবুরী সঙ্কশা রয়েছে: তিরোধ করা - দমন ও র ি করা - এবং সা িয়ের জন্য িকা/ সাবধান করা। বুন সয তিটি দ এই সঙ্কশা ির সযকেন একটিতে দুটিপিত ক বে।
 - তিটি দলাে আঠায়ু ছোট কাগজ এবং ক ম, সঙ্কশারে সপস্টার নুয িক গের সপস্টার বং আলোচনার জন্য স তি বিপি দিন।
 - দ লোে নিম্নলিখিত নিদেশা ি দিন: সপস্টা লোে যা সলা আে তা পুন। এরপর বিপি তে ি নিে আলোচনা করুন। কীভ বে এই সঙ্কশালা ব্য ির করে পদে প সনা যা তা নিে গভীরভাবে ি িভাবনা করে ছোট কাগজে পদে প সর্ং ি ধারণা বা মত লো লোে সফুন। আলোচনার জন্য ২০ মিনিট সম পাবেন।
- সম্মিলিত প্রতিক্রিয়া (২০ মিনিট)
 - তিটি দলাে তাদের সঙ্কশা এবং পদে প সর্ংলি ধারণা ি উপ িপন করতে ৫ মিনিট সম দিন। ছোট আঠায়ু কাগজে সলা তাদের পদে প সর্ংলি ধারণা ি ‘পদে প সর্ংলি ধারণা: জ রী পদে প’ িষক ফ্লিপ চার্ট িটে আটকে দিন।
 - উপ িপনার পরে, নিম্নলিখিত ি আলোচনার জন্য বান করুন
 - সব ি দ অন দ ির পদে প সর্ংলি ধারণাসমূে নেনে। জ রী পরিসি ি সমাকবেলা উপা সমকে কারও কি আর সক্ষম ধারণা আে?
 - ধারণা লো সভবেসন্ধ করাটা কি কঠিন ি ?
 - সক্ষম ধারণা লো আপনার সবচেে ভালো সলাগে?

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

দলাটকে উৎসর্িত করুন, এবং তে কটি ধারণার জন তাদের ংসা করুন এবং িকার করুন সযধারণা নিে ভাবা স জ কাজ ন - বিে ষ করে জ রী সঙ্কশারে সর্কে, সযখনে পদে প সন্স ি িকিপূণমা এমনি ি বিপজজনক হাে পারে।

৬. সমাপনী মন্তব্য: ৫ মিনিট

নিম্নলিখিত মন্ব ি করুন, ২৬-২৮ ি ি সদখন এবং অধিবে নটি স ষ করুন:

- অধিবেশারে শূ তে আমরা নিরব দশক সথকেনিরাময় িরী হাে ওঠার উপা সমকে আলোচনা করে লোম সমক গে সতা ি, একসাথে কাজ করা, তথ্যসন্জা এবং পরিকল্পনা ও তি নিে ও আমরা আলোচনা করে িে।
- সক্ষম লো আমরা এতো গ আলোচনা করে লোমসস ি ই জ রী সঙ্কশারে স সাথে জি ত, সম্মান:
 - ফরব স টের কারণে স্ক সকাধ এবং কখন ভাবিত হাে পারে তা সনাক্ত রা।
 - এইসব জ রী পরিসি ি ঘটর আগেই কীভাবে আমরা সাড়া দিতে পারি সসসমকে ি ি করা সম্মান: সামাজিক মাধ মে ঘণাত্মক ব্য বা থে-ঘাটে হা রানি সম্মাে আমি কীভাবে তি ি ব্যকত বো? নাকি আমরা চাই এমনি একটি দৈে সয ি দিতে সম্মানে সবাই একে পরিকল্পনা রে, তি গ করে ও কাজ করে? আমরা কি চাই এরকম সক্ষম দৈে র হাে আরও সংগঠিত, সর্ং তি ি ি গে তুলাে ?
 - তিরি ি ব ক্ত রার আগে য়ে জনী সম তথ এবং পরিচিতদের সক্ষম নম্ব বা ঠিকানা আে কিনা তা সদখেসন ি।
 - এবং অবশাই, আমরা সক্ষম নিরাপদ থাকি এবং সমস্যাকে আরও জটি করে না তু ি সক্ষম স িব িকি নিধস্গণ করা।



সর্ংক্ষিপ্ত
আলোচনা

- অবশ্য, এমনও হতে পারে সযজ রী সঙ্কশা আসে সঙ্ক সঙ্কশা ন যেটা আমরা ব বহার ক তে চাই। যতো, সচেতনতা বৃদ্ধি বা পরিবর্তমন্নে পরচারণা ানোর দায়ি টা আমাদেরকে সন্না হতে ই ভালো হতে। কারোর পতে ই সবকিছু করা সম্ভব আর সবকিছু করার সচটকিরাটাও কারো উচিত ন।
- পরবর্তমীঅধিবেশাতে আমরা পরিবর্তমন্নে সঙ্কশা , গতে সতল্লারসঙ্কশা এবং নিরাম সঙ্কশা সংলি পদকে র ধারণা নিতে স্ী দী আলোচনা করবো।আমাদের লা থাকবে সবেম সংখ্য পদকে র ধারণা সন্না করা আনা!
- এরপর, সকাস্লেস স টি অধিবেশাতে , আমরা সবকিছু সংতে প করতে শুরু করব সযসমসয ি আমরা সমন্নাতে া করতে চাই, এবং চিহিত পদে প ি র মধ্যে সয লো আমাদের সকে সবচে, কাযঙ্কর ও বা বস ত হতে , শূ স লো নিতে ই আমরা চ া করবো।
- সবাইকে তাদের সরি অং হারে জন ধন্যাদ জানিতে অধিবে ন স স করুন

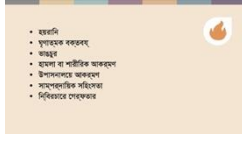
সু

বাইসটা র-হি ার: ি উমান রাইটস এ ক্কে ন ানডব্রক ি ডো ি াস-পামার, মিনেসোটা ইউনিভার্সিটি ি উমান রাইটস রিসোসমন্না র সথকেসংগীত।

https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Human_rights_education_handbook.pdf

সঙ্কশা সমু সমকে ধারণা পুরদান/জরু সঙ্কশা গতে -এর ম উপ াপনা এবং অনুী ন ি নিউ টাকটিকস ইন িউমেন রাইটস জেকট-এ সঙ্কশাে র নমুনা সথকেসংগীত।

www.newtactics.org



হাঙ্গল, কক্ষান সিঁদনি ফবি লঙঘ জি নয়আমাি 'জ র' ককটৌল বযক্বাকি দ পারি? হয়ারিন, ঘূণা ববিয, হামলা, স ি িিচ্চি, উপাসনালদয়হামলা, সা ঠোরয়ক সরহস্ া এবং রনকতচদিকগরি এই গু লা সবই হদলাকসই দিনলি দর্ন উে হাণি যা ক্লরুচি দনু রনকুচে সমদয়, ক্লরুচি বস্কি বা ক্বা ি সা দখ ঘদি পাদি।

যর ও জ ি ককটৌলগু ল বযক্বাকি দি একি ম র্ ৎ ক্লক ঘনিগু লদ সাড়া ক্লয় া যায়, দব ঐ জন য আমাদি ও থাকদর হয়। জানা থাকদর হয় ক্বা আমাদি ক ি কদি হদব। লিক কখ্দি ব মানুদর ি কেল বাক্লনীনি মি দনদিখ বা ক িদি ব অর ক্লবতাপক্বা বহাকি দি হয় া ক্লদখ্ ক মক্ল কদি আমাি ও ল পুর দািি বা থামাদনি উপ ায় ক্ল সমপদকজানদ পারি, এবং ল ন ঘদি ল সাহদফজিনয ডাকাডাক্ল কদি পারি বা ক্বানও কদি পারি।

2. পথরতেতক্বাথশেল



অর ক্বা ঘদি এবং ক্লরু কদি ণি গু দয়পদড- কখ্মান বব র ক দািি ি পূণজংদযে। পুরবি তর্দনককটৌল হদলাকই পুরবি র ক্লদকপরি ব তক্বাি কয দলা অর কাদর্ে র দক ি ক্ল কদি কখ্মান, ক্লমজাসং া ক্লরু - ক্লনি যা বব স্ক ক ি সংদযদর্ে ক্লি পি ি ক্ল য া ঠোন কদি।

মানবার্ কাল গুর ও ক্লরু কদি ণ ঘদি - কখ্মান সমাদজ মানুদর্ে সু ি জিন যকি াি ক্লয়মগুদল না থাকা বা এই ক্লয়মগু ল অনুসণি ক ি হদরে ক না কস ি ক্লর ক ি যাদর্ে ঠে ক্ল , দর্ে ঠোরয়দ ি অবদহলা অথবা সমাদজ ' দর্ি কসই সংদযদ ই' ি থাকা।



এমন অদনক মানবার্ কাল ন আদিকয দলাসমাি দর্ন একমাে উপায় ক্লয়ম পরি ব তক্বাি বা কক্বাক্লুি ক ি প. া বদেলকফলা। ৪ র্ ি ি উপাদ্য কস ি ক ি কক্ল পাদি:

- সমসযর্ স্কদর্ে ঠেদিচোচি কদি প্রচািণা ও প্রর বাে কদি,
- যাদর্ে পরি ব তক্বাি ি স্কম া আদি দর্ে দককব ি দন কয এই সমসয সম্পদকতাদর্ে ক্লুি ক ি উক্ল - এ ক্ল য ি দকপ ি মশজ্জ ি বদল আখযক্ল ক ি যাক,
- ি ি দব আচ ি ণ ক ি ি জনযমানু দকপ্রদণে না প্রঠোন কদি,
- অথবা কন্ব বাচক আইন বা সামাক্লক ি ি র ন ির ি প্রর শারুতপূণচি দব আপরি দুদলবুরদিয়কক্লো কয আমাি কস ক্ল সমথক্ল কর্বি না।

এ দলাপরি ব তর্দনককটৌল। সমাদজ্ ঠে ঘতদক্লঠে, এবং অর ক ি ক্লয়মাবক্ল সমসয কয দলাব এলাকায় অদনক মানু দকপ্র ি ক্ল কদি কস দলি উপ ি আদলকপা কদি এই ককটৌলরি।

3. গবে থগালার থশেল



অর কাল্ড র দি ি ক ি আ দকিরি উপায় হল জনসন্ড ন া ব র্ক ি এবং ঠে ি ি পরি বি তক্বাি। কখ্মান, মারি দ ল ক্লারো ি দুি ড় কফলা ি বপে সদকত সন্ড ন া। এ ি ডাও আমাি জন সা ি দি ণি সু ি া ব র্ক ি দি পারি - কখ্মান অর ক্লবাজান ি ক ি দজ্ আ ি কবক্ল মানুদ ক ক ঠে দসবক ক্লদসদব জুচ কদি এবং ঠে া ব র্ক ি দি - কখ্মান, অর ক্লবাজক য ক ি ি দব বযক্বাকি দি হয় কস ি সবাই জাদনরকন া ক্লরুচ কদি।

মানবার্ কাদি ক দ ঠে দে ড় ক ি ল ি ককশৌল হদলা মানবার্ কাদি সং স্কুর দে ড় ক ি ল ি জনয ঠে ঠে তদক্লঠে কাজ। এ ি অথজ্জমন একর ি সমাদজ ি রে দক ি ক্ল হওয়া কখ্মান দ যদবক্লদজদর্ে এবং অদনয ি অর ক ি ল জনদব মানবার্ কাদি ি র শাদক ি ি ক্লক এবং নযয়বদল ক্লদবচন কদি ব, ক ি ি দব অদনয ি অর কাদিক স ান কদি হদব এবং অর ক ি ি ি দখত ি পাদশ ঠে ড়াদ হদব এবং অর ক ি ল ক্ল হদলক ি কদি হদব া জানদ।



এমন এবে সী সমাজ গঠবনর সাব, ৪ ধর্ষে জধতে:

- মানবার্কাদার্কী তু সদকত সদচ ন াব র্কি া, ঘমিন লন সমূহ এবং কসদলার্কী র কী রুক দল াস দকস্ৰদচ ন াব র্কি া।
- সৃ াব র্কি া - মানবার্কাদার্কী চাি ও সংর্ি পদে প কনগ্রোজিন যআতি কক্ণ সংথযক মানুদক অর্কি াব কী।
- ো াব র্কি া - যাদ মানু জাদনকীদিব মানবার্কিচাি ও সমু কদি হয় ।
- রুরি মানু এবং সগ, যাি রবর্ জায়গে যর্ র্কি কাজ কদি, রক্শ সমর্ প র দ অর্ লদয জিন যকাজ কদি, াদমি দযিকর্কীয়াকজ র্কি া।

এরল ৌঘচময়টী কক্ণ যা পরবি তর্পূ বক্তা ত বর্কি দি এবং অনযান্যকক্ণার ল বযহার্কী জিনয একর্ ররিব র্কি দি।

4. ঞারামে থেটেশল



অবদশদ, আ মাদর্িন াময় কক্ণ আদি অর্ কাদমি দ াই মানবার্কি লজন মানু, সর ি এবং সমাদর্ি র কদি। মানবার্কিালি ন ঘদি যাওয়া পিমানুদি কখেদশানা কর্কি জিন যআমাি যা কর্কি কসদলার্কী সা দথ স রুকত রনীমদি কক্ণে।



মানু কক্ষ া রিবক অবা য় র্কর্ আ সাি জিন যদয় াজনীয় কক্ণসা, উপকর্ণ এবং মদনসামার্কক সহায় া পায় কসার্কি রচ কী এই কক্ণার্কি আংকাক উদশেযা দব কক্ণার্কি মযাত্রা এবং নয়ায়রবর্চাি সা াদখও সর কত।

- শাক রদেয়াদ মাি চাকা না হয় া রুরচ কদি কী ঘদিদি ানর্কি কী,
- মানুদক কথা বলার্কি এবং যা ঘদিরিল া স্মিণ কর্কি সুদযে ক্তে যা, এবং
- াি নয়ায়রবর্চি এবং র পূিণ পায় রুনা া রুরচ কী।

উপসংহার



মানবার্কি প্রচাি ও সমু কর্কি এই র্কর্ র্কি কাদর্জ পদ্র দল তুপূণত্রএ দলাএকর্ অনর্র্ি পর্কি, একর্ অনর্র্ি সাদখজর্ এবং একই সাদখপ্রদয়াে দযেযা

কক্ণও একক বর্ষ বা সগ ি পদ সব ক্ক কক্ণ বর্ষহার্কি কী সন্তব নয় - আমাদর্ে র্কি র্কি র্কি র্কি র্কি র্কি, স্ক্ া এবং সুদযে িদিয়দি কয দলাকক্ণ কক্ণ বর্ষহার্কি কদি হদবকসসম্পাদকআমাদর্ে পিন্দিকপ্রাি র কদি। তুপূণত্র য হদলাপ্রদ ফর্কি র্কি না র্কি কদি সক্ষম। একই লদ র্কি র্কি র্কি র্কি বর্ষ বেত্র এবং সগ ক্কি ক্কি ওয়াদক্টিমাি স্ক্ স ই আমাি অবা ি পরবি তর্ষািদি সক্ষম।

আমাি সবাই মানবার্কি লজনর্ াে বানল বর্ক কদি অবদে না ি খদ পারি। আমাি কঙ্ই সমাজ িদিন অবদে না ি খদ পারি কক্ষাদন আমাদর্ে পর্কি বাি, সমাজ ও সিকি মানবার্কি কাদিকসম্মান কদিব।

সর্ীে রাধ

এই উপ াপনার্কি থন্ে ার ফর ধক্ত ধমিস অে িরিচার ারা পধক্ণাধলতধনউযিে ধটি স ইন ধক্ণমযক রাইসি বে ততধক্ণে শৈকলর প ধক্তাত াঠাকার অধভর্ষাক্ত সং রি য়েহোর কের ো হব. ব. www.newtactics.org

সমাজ পরিবর্তনকারীদের গ

অধিবে ন ৬-এর 'ানী সমাজ পরিবর্তনকারীদের গ আলোচনার দ'ীযক অনুী নটি শুর করার সম নিম্নলিখিত গ ি পতে সশম্মাতে হাে। অধিবে ন ৬-এর পাও ারপতে াই ৩-১০-এ গ টি চি তি হাে তে।

রা রে গ

রা পূবমভারতের ভাগ পুরে থাকেন। শাহা র জনসংখার পুর ৮০% হিন্দু ও ১৮% মুসলিম, এবং শাহা সর্িসংসতার ইতিাস রয়েছে। এ শাহা ১৯৮৯ সালে দাগতে ৫০,০০০ মানুষ বা ছু ত হা ১০০০ জনেরও সর্বি মুস মান নি ত ও ার খবর পাও াসগতে।

রা , একজন হিন্দু, শাহা র আ ঃধমমী াি কেন্দ্রের কাযমরুরে সাথে তিনি জি ত। তারা বিভেদের সদা সভগ্গাস্থানে সম্ক এবং আ াগতে তুলালে কাজ করে, সফ্মান াি পরিষদের মাধ মে বাষিক সাংস্কৃ ক উৎসবের আয়ে জন করে এবং ধমমী সন্তাদের সাথে সংযোগ াপন করে। এই দীর্ঘমেয়াদী াি র ামূ ক কমক্ষা লো এমন এক ভিত্তিতৈহিহাে তে যার ফতে সক্ষম ঘটনা নি ণের বাইরে চে যাও ার উপ ম হাে ই জরুরী প তে প সন্স া যা উক্ত াকা এরকম জরুরী প তে প ণ পুর ই দরকার হা ।

নিবক্ষ্মনী প্রচারণার সময় িংসতা য় সবসময়ই ঘটে থাকে।

২০১৯ সালে , একজন হিন্দু জাতীয়তাবাদী নিবক্ষ্মনী প্রাথএকটি মুসলিম এ াকার মধ্যদিয়ে মিটে র সন্স দিছিয়ে ন এবং দাগতে ানোর চেটয়ি ঘৃণাতম ব তা ও কটুি করিয়ে ন। কিছু মুসলিম যুবক রুি হায়ে চিৎকার করে প্রাথসর্িসংসতা শুর করেন, যার ফতে সদক্ষানপাট ও বাড়িা র কুি য়। ফ ত, দাগতে অন ানয এ াকায় ডোঁযে প ার এবং আরও সর্িসংস হায়েওঠার পুরত ঝুঁকি তরৌ হায়েটি ারা এবং তার স কমক্ষী জানতেন এটা কতোটা বিপজ্জন হাে পারে।

পরের দিন লিাে , রা এবং তার স কমক্ষী সর্িসংসতার সবমাক্ষি ঝুঁকিতে থাকা মুসলিম এবং হিন্দু পা া লোাে সামাজিক সভা করেন। সভা , াি র াথেমসছো বকদের দ গঠন করা হায়েি , যারা তাদের নিজ নিজ এ াকা ঘরে ঘরে গিয়েটিে ন।

রা বনে: পুর ণম্মাপার এই সয পুরুষ এবং নারী সসছো বকরা সজা া সজা া একসাথে সযজ্ে, যাতে করে সফ্ দরজা খুর না সক্ষ তার সাথে তাদের সক্ষ একজন নিক্ষ্মা কথা বলাে পারে।

সসছো বকরা বিপি বিতরণ করেনে, কথা বলোনে এবং তাদের তিবেীদের কথা নেনে। দাগতে বাধে ধমমযেটাই সক্ষ না সক্ষ তেযে র জনযইসযপরিস্ি অত খারাপ হাে ক্ষ বিষে সজম্ম দিয়ে নে। সস্ট াজারটি , পা া সংঘটিত সভা এবং সসছো বকদের চেটি শাহা র পরিস্ি া করতে সা ায্য করেটি ।

সূত্র

সস ার ফর ি অব সসাস্ইটি এন্ড সসক্লারিজম, ভারত



গল্প

সকানোবইকে এর দ দি বিচার করবেন না - মানব াগার™, স নমাকম

১৯৯০ দশাে র মাঝামাঝি সমে চার ব রে সিংসতার বি দ্ধে প্রচারণা জন্যএকটি যুব সংগঠন শু করে। এর সদস্যসংখা বৃদ্ধি পা এবং একটি সডানি সগতে উৎসবের সংগঠক তাদেরকে এমন একটি আয়ে জনের ধারণার জন্য অনরোধ জানা সযআয়ে জনের মাধ মে উৎসবের দশকদের মধ্যে আলোচনার সুযোগ হাে। তারা তখন মানব াগারের ধারণাটি সপ করেন। এটা এমন এক াগার সঙ্ঘান সথকেদশমাথস্মী মানব ‘পু ক’ ধার করতে পারবে: মানব ‘পু ক’ আসে এমন মানুষ যারা তাদের পরিচ , জীবনের অভিজ্ঞেত্ত্রবং মতামত সম্কে মযস্মাপূর্ণস্মালোচনা ইছকে।

মানব পু ক হাে নানী সমাজের মানুষ যারা সস্ছে তাদের ‘গল্প অন দেরকে বো ন যাতে এটা তাদের জন্য একটা শিা নী অভিজ্ঞেত্ত্রা , যার ফে সমাজে ডু তথ্যসথকেগে ওঠা গৎবাঁধা ধারণা স পা। সাধারণত সস্ছো বক তারাই ন যাদের পরিচে র সাথে যু আে সক্ষ কুসং র বা নিন্দা - সঙ্ঘান তাদের ধময়বিাস, জাতিত্ব সষ্টান্ধিমুখিতা, অ মতা বা এইচআইভি পজিটিভ ও ার মতো বিষ সম্। িউমান হইবের অগস্মাইজে নটির এখন ৮৫টিরও সর্বা সদে কাযম ম রয়েছে।

সূত্র

দ িউমান লাবের অগমাঙ্জি ন www.humanlibrary.org

পদে প নিতে রোচিত করার মতা, কিরগিজ ান

২০১০ সাে র বি র পর, অসি ু ভােচুরকারীদের একটি ছোট দ প্রোটেস্ট্যা এবং অথেস্মা খ্রিস্টান স রে উপাসনা ুটপাট শু করে। পরে মে মাস ধরে এই াম াচলাে থাকে। অনেক অভিযোগ সে ও, সিকিউটরের কাযমালা ধমস্ববিষ করা পরিষদ বা রা ম লারে প সথকেসক্ষাও তি া পাও া যা়। এমনকি কত্শ স লিাে পরামশাসদ সয তারা নিজেরাই সক্ষ সমস াটি সমক্ষাবে া করে।

তা হায়ে ধমস্মী সনতারা একি ত হায়ে ঘটনা লো এবং এ বাপারে কত্শমে র নিঙ্জিয়তা তুে ধরতে একটি জাতীয় সংবাদপে র সাথে সযস্মাযোগ করেন। এই তথ্যরা তির কােে সপ্টোে তিনি মাম াটা সরাসরি তার নিজের নিয় ণে নিয়ে সক্ষ। চার দিনের মধ্যে াম াকারীদের দে র সব সদস্য ধরা ডো।

সূত্র

সনলসোকিরভ, পাসে র, ইউনাইটে সস্মাডিা চাচস্মইন বিশাে ক



গল্প



গল্প

অধিবে ন ৭

অধিবে ন ৭

অধিবে নটির সংবিবরণ

আগের অধিবে নটিতে আমরা মানবাধিকার পর্যাচা ও সমুন্ন করার সঙ্ক্শা ি সমুকে জানতে শু করেটি। এই ৭ম অধিবেশাে ও আমরা আমাদের এই জানার ি চা রাখবো। ি অধিবে নরই ি ার উে য়অভি ও ি এবং একই শা ি পদ্ধতি অনুসরণ করার কারণে অধিবে ন ৬ এবং ৭-সকএকটি ‘জুটি’ হিসেে ভাবা সযতেপারে। এই অধিবে নটির ি ার উে য় লো অধিবে ন ৬-এর ‘অধিবে ন পরিকল্পনা অংে পাও ি যাবে। আপনার দে র অং ি গকারীরা কতটা আ িপী তার উপর নিভন্ন করে এই অধিবে নটি দুই ঘন্টার কম সমে ও স য হাে পারে।

অধিবেশনটির বিষয়বস্তু



অভার্থনা এবং ভূমিকা আগের অধিবেশাে উপ িপিত চার ধরনের সঙ্ক্শাে র কথা অং ি গকারীদেরকে স্মরণ করে সদা।	৫ মিনিট
দলীয় আলোচনা: কৌশল প্রসঙ্গে, ১ম অংশ অং ি গকারীরা পরিবতন্ন, গে সতন্না ওনিরামে র সঙ্ক্শা লো আলোচনা করবে এবং তাদের স িপটে এগুলো কীভাবে য়ে গ করা সযতেপারে সঙ্ক্ উপা লো নিে গভীরভাবে ভাবে?	৫০-৬৫ মিনিট
উদ্দীপক: মস্তিষ্ক থেকে পা পর্যন্ত এটি একটি শারীরিক অনু ি ন সযখনে অং ি গকারীরা সহায়ে র চা চ ন অনুকরণ করবেন।	৫ মিনিট
সম্মিলিত আলোচনা: কৌশল প্রসঙ্গে, ২য় অংশ দ ি কাজ সথকে িপ্ত িে প সংলি ধারণা ি নিে স ি ত আলোচনা।	২০-৪০ মিনিট
সমাপনী অনুশীলন: ইমোটিকন বা অভিব্যক্তির চিত্র অং ি গকারীরা ইমোটিকন বা অভিব্য ি র চি ব বহারে রে তারা যা শিখেে সসসমকে তাদের অনুভূতি কা করবে।	৫ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্ট

প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃ ি ১৫-এর ‘কীভাবে িটি অধিবেশাে র জন ি নিতে হাে’ নিদেমাশিটি অনুসারে অধিবেশাে র জন ি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলাট সমুকে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলাটর য়ে জন অনুযা ি অধিবেশাে র সযকোনো উপকরণ স িপটের সাথে মানানসই করে পরিবতন্ন করুন

অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

পৃ ি ১৬-এ উে খিত অধিবেশাে র জন্য য়ে জনী সাধারণ উপকরণসমূ িো িও, এই অধিবে নটি পরিচা িার জন্য নিম্নলিখিত সরঞ্জাম ি র দরকার হাে :

- ‘পরিবতন্ন’, ‘গে সতন্না’ বং ‘নিরাম’ সঙ্ক্শা /গে র সপফটা ি র মু ি ত সংস্কর
- পরিবতন্ন সঙ্ক্শা , গে সতন্নার সঙ্ক্শা , নিরাম সঙ্ক্শা - এই িনিটি সঙ্ক্শাে র িটিটির জন্য এ ি করে মোট িনিটি ফ্লিপ চার্ট িটি আগে সথকে তৈরী করে রাখতে হাে এবং এ লোর শিারেনাম হাে ‘পদে প সং ি ধারণা: সঙ্ক্শাে র ধরন’
- অধিবে ন ৬ সথকে িপ্ত িে প সংলি ধারণা: জ ি রী সঙ্ক্শা ’ ফ্লিপ চার্ট িটি।
- অধিবে ন ৫-এ তরি করা ‘আমাদের শাহা র ফরব মানচিত্র’-এ ফ্লিপ চার্ট িটি।
- চুর সংখ ক আঠায় ছোট কাগজ বা ি নোট এবং ক ম।

এখানে অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ পাওয়া যাবে।

কক্ষটিকে উপযোগী করুন

অধিবে ন শুরু করার আগে, সচারা লিা সামনের দিকে মুখ করে চাকারে রাখুন।

পরিবর্তন, গাে সতাা, নিরাম সঙ্ক্শা এবং গাে র সপা র ি তিনটি পৃথক টেবিলে (একটি টেবিলে সর্ব এক ধরনের সপা র) রাখুন যাতে অং গকারীরা চারপাে ঘিরে বসতে পারে। সপা র ি র জন্য ‘পদে প সর্গ ধারণা’র ফ্লিপ চার্ট িট, আঠায় ছোট কাগজ এবং ক ম টেবিলে রাখুন।

অধিবে ন ৫ সথকে ‘ফরব মানচি -এর ফ্লিপ চার্ট িট ি এবং অধিবে ন ৬ সথকে জরুরী সঙ্ক্শাে র সপা র ি সদাে আটকে দিন।



‘সঙ্ক্শা গে’

“এই অধিবে নটি ি চমৎকার। অধিবে নটির কাযকলাপ ি অং গকারীদেরকে মানবাধিকার ণের বি দ্ধে প্রতিরি িা জানাবার অনেক উপা খুঁজে সপতে সহায় ি করেি। সঙ্ক্শা ি র ধারণা অনুধাবন করতে এবং নিজেদের সমাজে মানবাধিকারের চার ও সমুননত রার জন অং গকারীরা কী ভূমিকা পা ন করতে পারে সসসমকে ভাবনার উে ক করতে সপসটা লো সব কাযকর ভূমিকা সরখেি। সকসক্স সঙ্ক্শা ব বহার ক বে তা নিে ও অং গকারীদের মধ্যে সব উ িপণা ি।”

হান্মাম হাদ্দাদ, সহা ক, জডাম

অধিবে নটির বি ারিত পরিক না

১. স্বাগতম এবং ভূমিকা ৫ মিনিট

উদ্দেশ্য

পূর্বস্বতমী অধিবেশাে উপ াপিত মানবাধিকার ার ও সমুন্ন করার ার ধরণের সঙ্ক্শাে রে কথা অং ণকারীদেেরকে স্মরণ কেরিে সদগু া।

উপকরণসমূহ

অধিবে নটির পাও ারপে াই বা সঙ্ক্শা সমূে রে সারমমস িত সপা রসমূ , (সয নথিতে সঙ্ক্শা সমূে রে সপা র লো রয়েছে সেসই নথির পৃ া ২-এ এ লো পাও া যাবে)।

কী বলতে হবে

অধিবেশাে সবাইকে াগত জানান। পাও ারপে াই ও বা সঙ্ক্শা সমূে রে সারমমস িত সপা স্টা লোোে লিািত ব ব অনুসারে নিম্নলিখিত বিষ ি তুে ধরুন।

আগের অধিবে নটিতে আমরা মানবাধিকার ঙ্ঘ সমক্ষাবে া করার সঙ্ক্শা লো সমকে সজনেিে। আপনাদের কি মনে আেেে সয আমরা মানবাধিকার ঙ্ঘ সবক্ষানোর জন্য অি কােে রে চি ব্য ার করেেিে াম এবং অি কােে সমক্ষাবে া করার উপা ি নিে কথা বলোেিে াম?

- অি া ঘটলে আমরা আগুন ঢেিেে পড়া সরক্ষ করি এবং নিভিেে সফলােে সচা করি, সাহাযেে রে জন অন দেেরকে াকি এবং সবাইকে সতকক্ষরি। এ লোেে জরুরী সঙ্ক্শা ।
- আরও ভালো অি নিরাপ া আইন এবং বিপজজনক ণেে রে উপর নিষেধা া আরোপে রে জন আমরা পুরচা ভিয়ান এবং পরামশেেেে আ সঙ্ক্শা। এ লোেে পরিবতমরেেে সঙ্ক্শা ।
- আমরা জনসচেতনতা, স ু তা এবং দক্ া বৃদ্ধির সচা করি যাতে সবাই জানতে পারেেে সযকীভাবে আগু তিরোধ করা যা এবং নিভিেেে সফ া যা । এ লোেে গেেে সতা ার সঙ্ক্শা ।
- এবং আমরা অি ােে আ ত ব্য ি রে সদস্বশো া া করি, যুতদের স্মরণ করি এবং ক্ ি সূে রে এবং তাদের পরিবারেে রে জন্যন ায ার এবং ক্ ি পুরণ দাবী করি। এ ি নিরামে রে সঙ্ক্শা ।

জরুরী, পরিবতম, গেেে সতা া এবং নিরাম সঙ্ক্শা হা ার ার ধরণের সঙ্ক্শা যা মানবাধিকার ঙ্ঘ সমক্ষাবে া করতে ব্য ার করা সযতেপারেে।

আগের অধিবে নটিতে আমরা নিজেদের সমাজেেে ঘৃণাতম ব ব্য বা হা রানির মতো সমস া ি সমক্ষাবে া করার জন্য জরুর সঙ্ক্শা ব্য ার করেেে কী পদেেে প সনা া যা স্ফ ি নিে আলোচনা করেেিে।

এই অধিবেশােে, আমরা বাকী তিন ধরনেে রে সঙ্ক্শােে রে উপর আলোকপাত করবো: পরিবতমরেেে সঙ্ক্শা , গেেে সতা ার সঙ্ক্শা এবং নিরাম সঙ্ক্শা ।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

২. দলীয় আলোচনা: কৌশল প্রসঙ্গে ৫০-৬৫ মিনিট

বর্ণনা

স্ট্রবিং রাখা ও ধরনের স্ক্রশা লোর সপস্টা অং ণকারীরা ঘুরে ঘুরে সন্মবে। এই স্ক্রশা ি যারা ব বহার করেনে তাদের গ লো অং ণকারীরা পড়ানে এবং পদে প সংলি ধারণা নিে সূচি ত আলোচনা করবেন।

উদ্দেশ্য

মানবাধিকার চার ও সম্মন করার স্ক্রশা সম্কে অং ণকারীদের ানের ডি আরও মজবুত ও গভীর করা এবং নিজেদের স াপটে ব বহার উ যোগী বা বস ত পদকে র ধারণা নিে চি াভাবনা করা।

উপকরণসমূহ

- পাও ারপে াই ৪ (দী আলোচনার নিদেমা ি) বা নিদেমা ি স একটি ফ্লিপ চার্ট িট।
- পরিবতম, গে সত্া বং নিরাম স্ক্রশা /গ লোর সব ি সপা রের মু তি কপি।
- শিরো াম স তিনটি ফ্লিপ চার্ট িট ‘পদে প সংলি ধারণাসমূ : স্ক্রশাে র ধরন’ (তিন ধরনের স্ক্রশাে র তিটির জন্য এ টি করে)।
- আঠায়ু ছোট কাগজ এবং ক ম।

আগাম প্রস্তুতি

‘কক্ টকে উপযোগী করুন’ অংে বণিষ্ঠ উপাে স্ক্রশা /গ লোর সপস্টা এবং পদে প সংলি ধারণা ি তিনটি স্ট্রবিং (তি স্ট্রবিং সক্র এক ধরনের স্ক্রশা , সফ্মন গে সত্াার স্ক্রশা) ফ্লিপ চার্ট িট ি রাখুন।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৫ মিনিট

অনু ি নটি চলাকা িন াই ৪ (বা নিদেমা ি স একটি ফ্লিপ চার্ট িট) শাম করুন।

নিম্নলিখিত বিষ ি বাখা করুন:

- আমরা এখন দী়় াবে সৃজনী আলোচনার একটি অনু ি ন করবো। এই অনু িলাে আমরা তিনটি দে বিভ হাে তিন ধরনের স্ক্রশা নিে আলোচনা করবো - পরিবতম্লে স্ক্রশা , গে সতা ার স্ক্রশা এবং নিরাম স্ক্রশা। সপা র ি প ার জন্য এবং সক্র একটি স্ক্রশা নিে গভীরভাবে চি া করার জন্য তিটি দ ২০ মিনিট সম পাবে। এর পরে, তিটি দ পরের টেবিলটিতে যাবে এবং পরবতম্লে স্ক্রশালা নিে আরও ২০ মিনিট সম ব করবে। তারপর আরও একবার একই কাজটি করবে।
- পুন এবং চি া করুন: সপস্টা ি পড়ার ন মে ক্কে ক মিনিট সম ব্য করুন বং আগের দলাত ারা লিািত স্ক্রশা সং ি পদকে র ধারণা ি সম্কে চি া করুন
- সূচি ত আলোচনা: আমাদের শাহা র ফরব মানচিে আমরা সযসমস্য ি চিহ্নিত করেচি (ফরব মানচিে র ফ্লিপ চার্ট িটটির তি সবার দৃটি আ ষ্ণ করুন) স ি সম্কে চি া করে, সই সমসা ি সম্কাে া করার জন্য কী উপে এই স্ক্রশা ি ব্য ার করা সযতেপারে তা নিে গভীরভাবে ভাবুন।
- আঠায়ু ছোট কাগজে আপনার ধারণা ি লি়ুন এবং ‘পদে প সংলি ধারণাসমূ ’ িষক্ িটে সস ি আটকে দিন। অনু করে আপনার ধারণা ি াবে ি খুন, যাতে অনযরা স ি পড়াে পারে! এই পযমাে, আপনার ধারণা ি বা বস ত হাে কিনা স্টা গুরু াক্ষ - যতটা সম্ভব্ জনী সঙ্কা!
- ভাবার সচা করুন সযআমাদের াতযকি জীবনে ব্য ি হিসেে অথবা দ বা সং ার সাথে য় হাে আমরা কী পদে প নিতে পারি। সফ্মন আমরা আমাদের বি াসকেন্দ্রিক সমাজের সাথে য় হাে কিলু করতে পারি, বা কমমক্েও কিলু করতে পারি, কিংবা তরু দেের একটি দেে র মাধ মে বা একদ মানুষকে একি ত করার মাধ মে কিলু করতে পারি।



দলীয় অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৪৫-৬০ মিনিট

অং গকারীদেরকে তিনটি দলে বিভক্ত করুন। তিনটি দলে সযক্ৰম এক সেট সপস্টা নিে কাজ শুরুর করতে বুন। ২০ মিনিট সয হাে তিটি দলে অন স্টবিে রাখা সপস্টা লো সস্কতে বুন। দি যখন তাদের কাজে ব্য তখন তাদের অ তি ঘুরে ঘুরে সদুস্ক।

(এই অনুী নটি উ পক পবেস্ন পরে স্ি ত আলোচনার মধে দিে স য হাে)

৩. উদ্দীপক: মস্তিস্ক থেকে পা পর্যন্ত ৫ মিনিট

বর্ণনা

এটি একটি ারীকি ি া সস্কানে অং গকারীরা স ায়ে র ব ব্যঅনুসরণ করবেন। অনুী নটি বিডি উপাে মানানসই করে সনা সযতেপারে।

উদ্দেশ্য

উীপণা বৃদ্ধি করা।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

অং গকারীদেরকে বুন সযআরও সৃজনী হাে এখন আমাদের উীপণা বৃদ্ধি করতে হাে! তে ককে একে অনে র সথকে একটু দুরে দুরে দাঁড়াতে বুন। তাদেরকে বুন সযপরবতমীক্ে ক মিনিট তারা সস্ক আপনার মতো করে অ ঙ্গি করে এবং আপনি যা বলানে তারাও সস্ক সেটা বে ।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

নিচে সলাা শীরের বিডি অংগ লোর নাম বুন এবং সস্ক সে দুই হাতউ অংগের উপর রাখুন: মাথা, মুখ, কাঁধ, কনুই, নিতম্বহাঁ, পাে র আু । মে ধীরে ধীরে ি বুন, তারপরে ি পুনরাবৃি করুন, রটি রটি আরও হাে থাকুন।

৪. সম্মিলিত প্রতিক্রিয়া: কৌশল প্রসঙ্গে ২০-৪০ মিনিট

এটি 'সস্কশাে 'দী আলোচনারই চলাান অং ।

অনুশীলনটি কীভাবে চালিয়ে যাবেন

স্টবি সথকে 'পদে প সংলি ধারণা'-এর ফ্লিপ চার্ট িট ি নিন, সাথে আগের অধিবে ন সথকে 'জ রী পদে প সংলি ধারণা'-এর ফ্লিপ চার্ট িটটিও নিন। কের সদাে একই সারিতে যথে ফাঁকা সরখেচারটি িট আটকে দিন।

অং গকারীদেরকে িট ির চারপাে জড়ো হাে পদে প সংলি ধারণা ি পড়াে বুন। কের মিনিট পর, পদকেে র একটি পছন্দনী ধারণা (আঠায় ছোট কাগজে লিািত) অং গকারীদেরকে সবে নিতে বুন যেটা তাদের স াপটে 'কায়স্কর' হাে বে তারা মনে করনে। এরপর ফ্লিপ চার্ট িট সথকেউ কাগজ লো নিে তাদেরকে স্ি ত আলোচনা ফিরে আসতে বুন।

তে ক অং গকারীকে পা ারটিে তাদের সবে সনস্ া পদে প সংলি ধারণাটি বলাে বুন, এবং সস্ক তারা এটি সবে নিয়ে নে সস জিে স করুন। এরপর যারা মনে করেন এটি একটি ভালো ধারণা তাদেরকে াত তুলাে বুন। যারা াত তুলাে নে তাদের একজন বা দুজ কে করুন সস্ক তারা এই ধারণাটিকে া বো মনে করনে।

অং গকারীদের মতামত ব্য করা স য হাে , যদি সম থাকে তাহাে তাদেরকে জি সা করুন সয তাদের পছন্দের সকানো(পদে প সংলি) ধারণা বাদ পড়াে কিনা বা সস্ক সস্টা (সদাে আঠা দিে াগানো কাগজে লিািত ধারণা) নিতে ভূে সগে কিনা।

অং গকারীদের বােই করা সম কাগজ সং করে সস লো একটি নতুন ফ্লিপ চার্ট িটে রাখুন, এবং এর শিারেনাম দিন 'পদে প সংলি পছন্দনী ধারণাসমূ'।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন

ধারণা দান ও সরিি অং হাে র জন অং গকারীদেরকে ধন্যাদ জানান। এই বো স য করুন সয আমরা সস্কশাে এবং পদে প সংলি ধারণা ি সমক্ে যা শিাখেি এ ি আমাদের স য টি অধিবেশাে কাজে আসবে। স য টি অধিবেশাে আমরা পদকেে র পরিক না তরি করবো।



সম্মিলিত অনুশীলন



সম্মিলিত আলোচনা

৫. সমাপনী অনুশীলন: ইমোটিকন বা অভিব্যক্তির চিত্র ৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

অংগকারীরা তাদের মুখ এবং শরীরের ভাঁজ দিয়ে ইমোটিকন বা অভিব্যক্তি রচনা করে ফুটিয়ে তুলবে এবং এর মাধ্যমে সঙ্কেত সম্বন্ধিত অধিবেশন সখকে তারা যা শিখেছেন সসসমকে তাদের অনুভূতি বর্ণনা করবেন। যখন সমস্যা থাকবে এই অনুশীলনটি বাদ দিতে পারেন।

কীভাবে অনুশীলনটি পরিচালনা করবেন

অংগকারীদেরকে উঠে দাঁড়াতে বসুন। সঙ্কেতের অধিবেশনটি সখকে তারা যা শিখেছেন সসসমকে তাদের অনুভূতি বর্ণনা করে এমন একটি মনে মনে ভাবতে বসুন। তাদেরকে বসুন সখ মুখ ও অংগ ভাঁজ কাজে লাগিয়ে অনুভূতি এটি অভিব্যক্তি রচনা করে ফুটিয়ে তুলতে।

তখন তাদের অভিব্যক্তি রচনা করে ফুটিয়ে সত্যার পর সখটি তারা সভাবে সসটা বলাতে বসুন।

অনুশীলন এবং অধিবেশনটি কীভাবে শেষ করবেন

সবার বসে সশান্তি সসহায়ে, শীকার করুন সখইতিবাচক এবং সনতিবাচক দুই ধরনের অনুভূতি থাকা অংগ ভাবিক কিছু ন, সফল অনেক নতুন তথ্যের ভায়ে বিস্ময় হাওয়া বা ফরব চার ও সসমুন করার দাি সসকে ভীত সসব করা ইত্যাদি।

শীকার করুন সখ অধিবেশনটিতে অনেক তথ্যটি এবং অনেক সঙ্কেত ও পয়মাঙ্কনা করা হায়ে। আরও বসুন সখ একজন বিস্ময় বা সংসার পথে সবকিছু করার সচটকিরা সুবিধাজনক বা বা বস তন। তাই আমাদের য়ে জন সসইসব ভি ভি কতমা বা ভূমিকাধারীকে যারা একে অনের পরিপূরক কাজ লো করে থাকেন।

এই সমস্যা সঙ্কেতটি পয়মাঙ্কনার অর্থমএই সখ- আমাদের পরিচয় কী এবং সসাপট সসসন তার উপর ভিত্তিকিরে সম্ভবপ এবং সঙ্কেত গত কাজের জাগা লো খুঁজে সসব করা। সখটি অধিবেশনে কম্পরিকল্পন তৈরিকিরার সমস্যা আমরা নিদিম একটি সমস্যা এবং ব্যসার যোগ্য পকে র ধারণা সসব সসন।

সকল সবকিছু একা করতে পারে না - কি আমরা তখনই ই কিছু না কিছু করতে পারি, এবং সসি তভাবে এই ছোট ছোট অবদান সসি পরিবর্তন বনে আনে।

সূত্র

ট্যাকটিকস: নিউ ট্যাকটিকস ইন সসি উমখন রাইটস জেকট-এরতির সঙ্কেতের নমনার উপর ভিত্তিকিরে সসি অনুশীলনটি তরি করা হায়ে। www.newtactics.org



সম্মিলিত অনুশীলন

অধিবে ন ৮

আমাদের পরিবর্তন য়া

অধিবে নটির সংখি বিবরণ

ি ার অভি উে য়ে এবং একই শি ণ ি া থাকা অধিবে ন ৮ ও ৯-সকল একটি 'জুটি' হিসেবে ভাবা সযতে পারে। এই অধিবে ন িাে মনগ া (ভিজু া) একটি পরিবর্তন য়া র জন্য কমপারিকলপন তৈরিকরতে অং ণকারীরা পূবস্বতমী অধিবে ন টি সথকেলা ন এবং পদে প সংখি ধারণা ি বয ার করবে।

অং ণকারীরা সয সমস াটি নিে কাজ করতে চান তা চিহ্নিত করবেন এবং সই সমস াটির তি আরও বা বমুখী উপাে অগ্রস হাে বিভিন্ন নিদেমনা পাবেন - সফন লা নিধস্রণ করা, তি তি কতমন্না ভূমিকাধারীকে সনা করা এবং তাদেরকে স্ করা, সঙ্কশা এবং পদে প সবে সনা, বাতমাতৈকিরা এবং ঝুঁকি মূ া ন করা।

সম সযতে সবেসদ া তাই একটি পূণমা কমপারিকলপন তৈরিকরার পরিবর্তে মদ তার সাথে কমম পরিকলপন উ ন করতে স খা এবং অনুী ন করাই এই অনুী নটির লা । কমপারিকলপন ি তৈহিাে সগে, অং ণকারীরা বা ব সকে ও স লো য়ে গ করতে পারবেন, অথবা মহা া সদ ার জন্য ও বয ার করতে পারবেন। এতে করে তাদের দ তার বিকা হাে এবং সযকেক পরিবর্তন য়ে ি া এই দ তাকে তারা কাজে াগাতে স ম হােন।



শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবে নটি কমম স্নিক না তরির দক্ ার উপর দূি নিবন্ধ করে।

অধিবে ন ৮ এবং ৯ এর সশাে অং ণকারীরা স ম হােন:

- সমাজে ফরব চার ও সমুনত রার জন সাধারণ কমম স্নিক না তরি করতে।
- ফরব এবং অন্যান মানবাধিকার চার ও সমুনত রার জন ব্যাি গতভাবে ণ করা সম্ভব এর বা বমুখী পদকেে র কথা উলেখে কতে।
- ফরব এবং অন্যান মানবাধিকার চার ও সমুনত রার পদে প সন্টার অগিোর ব ক্ত তে।

যোজ্যসকে, অং ণকারীরা:

- শিক্ র পরে তাদের কমম স্নিক না বাস্ া ন করবেন।

ট

সব মানবাধিকার ি ই একটি অন টির সাথে সমকে যুক্ত। সাধারণত, ফর ঙ্ঘ হাে অন ান্য িকারও ঙ্ঘ হা - সফন, নারীর অধিকার, ি ার অধিকার, চাকরি বা মত পুর ে র াধীনতার অধিকার। অথস্র ফরব পুরচার ও ুনত তে হাে অন ান্য মানবাধিকারের উপরও আলোকপাত করতে হাে পারে।

এই অধিবে ন এবং পরেরটিতে অং ণকারীরা নিদিম কিছু সমস া সবে সনসে এবং স লো সমস্রাে ার জন্য মম পরিকলপন তৈরিকরবেন। তাই অন ান্য মানবাধিকারের তিও অং ণকারীদের দূটি আ যস্র কনুন

অধিবেশনটির বিষয়বস্তু



প্রারম্ভিক অনুশীলন: আমার প্রশংসা করুন
দে র তি এবং পরিবর্তনকে জন তে ক অং গকারীর
পরিপূরক অবদানের গু ে র কথা স্মরণ করিে সদা।

৫ মিনিট

সম্মিলিত অনুশীলন: সমস্যাটি কী?
অং গকারীরা কমম স্মিক না উ য়ে র জন কে কটি সমস্যা চিহ্নিত করবে।

৫২ মিনিট

উদ্দীপক: পরিবর্তন ঘটানো
ডি ৎ, আনন্দদা ক এবং শারীরিক - অং গকারীরা ঝুঁকে হাঁটতে হাঁটতে এবং ফিসফিস করে কথা
বলাে বলাে একসাথে লাফিে উঠে চিৎকার করে বলাে 'বদে দিন'।

৫ মিনিট

উপস্থাপনা: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা
এই উপ পনাটিই অধিবে নটির মু বিষ বস্তু খানে একটি যা প'র চি ব বহার রে
কমস্মারিকলপনা য়ে রে ি প বণমা করা হাে ে।

১০ মিনিট

দলীয় অনুশীলন: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা
এই অং কমম স্মিক না তরির ি িটি সশানো হাে যা ব বহার রে অং গকারীরা একটি কমম
পরিক না তরি করবেন।

৪৫ মিনিট

সমাপনী মন্তব্য

৩ মিনিট

মোট সময়

২ ঘন্টা

প্রস্তুতি গ্রহণ

পূ প ১৫-এর 'কীভাবে তিটি অধিবেশাে রে জন তি নিতে হাে' নিদেমাশিটি অনুসারে অধিবেশাে রে জন তি
নি।মনে রাখবেন - আপনার দলাট সমকে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলাটর য়ে জন অনুযাী অধিবে নের
সযকোনো উপকরণ স পটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন

অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

পূ প ১৬-এ উে খিত অধিবেশাে রে জন য়ে জনী সাধারণ উপকরণসমূ ো পও, এই অধিবে নটি
পরিচা নার জনযনিম্নলিখিত সরঞ্জাম ি র দরকার হাে :

- তে ক অং গকারীর জন একটি করে 'আমাদের পরিবর্তনকে যা প' িষক বি প
- অধিবে ন ৫-এ তরি করা 'আমাদের শাহা র ফরব মানচিত্রফ্লিপ চার্ট িট।
- অধিবে ন ৬-৭-এ তরি করা 'পদে প সংলি ধারণা'-এর ফ্লিপ চার্ট িট।
- সঙ্কশা সমূে রে সবকয় ট সপমাটা

এখানে এই অধিবেশনটির
আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ
পাওয়া যাবে।

কক্ষটিকে উপযোগী করুন

এই অধিবে নটির জন সচার লিাে চ াকারে রাখাে ভালো হাে। 'আমাদের পরিবর্তনকে যা প' িষক দী
অনু ি নটিতে তিটি দে রে জন একটি ব স্টবি এবং সচার থাকাে ভালো হাে। অধিবে ন শু করার আগে
স্টবিে ফ্লিপ চার্ট িট, ক ম এবং 'আমাদের পরিবর্তনকে যা প'র বি প ি রাখুন।

'ফরব মানচিত্র' পদে প সংলি ধারণাসমূ 'এর ফ্লিপ চার্ট িট, এবং সঙ্কশাে রে সপা র লিাে সদাে
আটকে দিন।



‘আমাদের পরিবর্তনকে যা’

“অধিবে নটি টি সব আনন্দদা ক! পরিবর্তনকে যা র মানচি ততৈকিরাটা অং গকারীরা উপভোগ করেনে। সকাশম্ ষ ও ার পর পরিবর্তন ঘটতে সক কী করবেন সস সমকে তাদের সবার মধে ই চছ্ব ধা ততৈহিয়েি !”

হিদায়্যা দুদ, সহা ক, তানজানি ।

“কমম পরিকল্পন উ ন বিষ ক এই অধিবে নটির বিডি কাযক্ষ াপ অং গকারীদের দ তা বৃদ্ধি করতে সা ায্য করেনে। এর ফে তারা সমাজ পরিবর্তনকারী ি সাবে আরও দ হাে উঠবেন!”

হান্নাম হান্নাদ, সহা ক, জডাম

“অং গকারীরা একটি দ গঠনের সিদ্ধা সন্ম। তারা দ িয় াবে পরামশা ও সচেতনতা বৃদ্ধি করা এবং সংঘবদ্ধ ও ার মাধ্যমে তাদের শাহা ফরব চার ও সমুন্নত রার জন একসাথে কাজ চালিাে যাবেন!”

উকোহা গোবিয়া, সহা ক, নাইজেরি ।

অধিবেশনটির বিধি নিয়মিত পরিকল্পনা

১. প্রারম্ভিক অনুশীলন: আমার প্রশংসা করুন ৫ মিনিট

বর্ণনা

অংশগ্রহণকারীরা চাকারে অবদান করবেন এবং তেঁয় তাদেব বাম পাতে অংশগ্রহণকারীকে উৎসাহিত করে একটি প্রশংসা বাক্য বলানো।

উদ্দেশ্য

তেঁয় অংশগ্রহণকারীরা তৈরি পাবেন এবং দক্ষতা দেবে জনস্বাস্থ্য এবং কমমপরিকল্পনা তৈরি করার ক্ষমতা তাদেব তেঁয় অবদানই গুরুত্বপূর্ণ এ বিষয়টুে ধরা।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

সবাই চাকারে বসুন। অধিবেশনে সবাইকে গণতন্ত্র জানান এবং বুন সযআমরা একে অপরের প্রশংসা দিয়ে অধিবেশনটি শুরু করবো।

অধিবেশনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

তেঁয় অংশগ্রহণকারী তাদেব বাম দিকেব ব্যক্তিগত দিকে তাকাবেন এবং তিনি সক্ষম হবেন অবদান দিয়ে দলটি সমৃদ্ধ করেবেন তা নিশ্চিত ভাবে - সক্ষমতা ধারণা, অভিতা বা হাস্যরসের সর্বমুখী তৈরি।

চরিত্রের এক পর সথকে তেঁয় তার বাম দিকেব অংশগ্রহণকারী দিকে তাকিয়ে একটি বা দুটি দিনে উক্ত অংশগ্রহণকারী অবদান ব্যক্ত করেন।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন

সুন্দরভাবে একে অন্তর্ভুক্ত করার জন্য অংশগ্রহণকারীদেরকে নিজেদের উদ্বেগ করত্যাি দিতে বুন। নিম্নলিখিত বিষয়টি তেঁয় ধরুন:

- আমাদের তেঁয় কেউ অন্তর্ভুক্ত পাবেন - আমরা একে অপরের পরিপূরক এবং তেঁয় অবদানই গুরুত্বপূর্ণ
- মানবাধিকারের তৈরি দ্বািত সমাজগতে সন্তোষজনক ও একই কথা যোজ - একসাথে কাজ করার সমিত আমরা সবচেঁয় সর্বাধিক হতে উঠি। তেঁয় অবদান, যত ছোটই সক্ষমতা সক্ষম, গুরুত্বপূর্ণ কারণ আমাদের সবার এই ছোট ছোট অবদান লোই সিতভাবে পরিবর্তন করে সরণা সক্ষম।
- এই অধিবেশন এবং এর পরেরটিতে আমরা কমম সক্ষমতা তৈরি করবো। কিন্তু মে আমাদেরকে নিশ্চিত করতে হতে সযআমরা তেঁয় এই সিত অনন্ত অবদান রাখবো।

২. আলোচনা অনুশীলন: সমস্যাটা কী ৫২ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনে, অংশগ্রহণকারীরা সক্ষমতা বা বসমস্ব্য সবচেঁয় নিশ্চিত সয সিত সমাজবলার জন তারা কমম পরিকল্পনা তৈরি করতে আিত। সক্ষমতাপদ্ধতিটি বহুবার করা হতে তা এই সিতটিতে তেঁয় অবদান নিশ্চিত করে।

উপকরণসমূহ

- আগের অধিবেশন সথকে ১ পাঁচটি “পদে প সিলি ধারণা”-এর ফ্লিপ চার্ট টি।
- “আমাদের শাহার ফরব মানচিত্র ফ্লিপ চার্ট টি।
- ফ্লিপ চার্ট এবং ক ম।



সম্মিলিত অনুশীলন



সম্মিলিত অনুশীলন

আগাম প্রস্তুতি

‘আমাদের পরিবর্তনশীলতা’ অনুষ্ঠানটির (১৩৭ পৃষ্ঠা) জনকম্পারিক নাদ থাকবে তা আগে সথেক্টে নিধক্ষণ করুন। তি দতে ৪-৮ জন অং গকারী থাকতে পারেন।সযহে (পরিবর্তনশীলতাবেশাে) তিবেদন সপ করার জন সম সবধেসদা থাকবে তাই মু দলাটকে সবেমা তিনটি দতে বিভ করতে পারেন, এর সব ন।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

তে ককে ফরব মানচিত্র/ প সংলি ধারণা রি ফ্লিপ চার্ট টি ঘিরে দাঁড়াতে বুন এবং নিম্নলিখিত বিষি ব্যাখ্য করুন

এই সকাশেউে যহাে আমাদেদেকে ানী সমাজ পরিবর্তনকারী হাে উঠতে সা াযকরা। এই সয দু টি অধিবেশাে সযকম্পারিকল্পন ততৈকিরা হাে তা দ ি তােদেদে সমাজে বিদ্যমানমানবাধিকার সম্কিত সমসা সমকাে া ব্য ার করতে পারবেন। হা সমসাটা কী?

‘আমাদের শাহা র ফরব মানচিত্রঅনু ি নটিতে আমরা ধমমা বি াসেদ াধীনতা সম্কিত সমসা লো চিহিত করেটে উে সমসা ি নিে আমাদেদে পদে প সংলি ধারণা লোর বাপারে গভীরভাবে চি াভাবনা করেটে এবং আমাদেদে পছন্দেদে ধারণা ি ও সবে নিযে। এই ধারণা রি তে কটিই সইসব বিষে র সাথে সম্কিত সয লোে আমরা সমসা বে মনে করি।

এই অনু িলাে, চিহিত ফরব সমসা লো সথেকে নিদিম কে কটি সমসা সবে নিে স্প লো সমকাে ার জনকম্পারিকল্পন ততৈকিরাে। অনেক ধরনেদে মানবাধিকার সমসা রযেে সয লো সমকাে া করা জরুরী। কি আজকে আমরা সকা ধমমা বি াসেদ াধীনতার উপর আলোকপাত করবো। তবে এই কোর্সটি সথকে লা দ তা ব্য ার করে সযকে সামাজিক সমসা সমকাে া করার জনকম্পারিকল্পন ততৈকিরা যাবে।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৫০ মিনিট

• চিন্তা করুন (৫ মিনিট)

অং গকারীদেদে ‘পদে প সংলি ধারণাসমু’, এবং বিে স করে ‘পছন্দনী পদে প সংলি ধারণাসমু’ িয়ক ফ্লিপ চার্ট টি সদ্ধতে বুন, এবং নীরবে নিম্নলিখিত ি সমকে চি া করতে বুন:

- আমাদেদে পদে প সংলি ধারণা ি সকা সমস্য ি সমাকবেলা রার সচা করে?
- এই সমস্য ি র মধ্যে সকাটি সমাকবেলা রা সবচেে গু পূণস
- সকা সমস্যটির সকে আমরা তাৎপযমী অবদান রাখতে পারি?

• জুটি গঠন করুন (১০ মিনিট)

অং গকারীদেদে সজড়া সজড়া বিভ হাে বুন এবং নিম্নো ভাবে কাজ ি করতে বুন: সকা সমসাটি সমকাে া করা জরুরী এবং সকা সমসাটির সকে আপনাদেদে পে তাৎপযমী অবদান রাখা সমভবস সমকে চি া করে এমন একটি সমসা সবে নিন যেটার জনকম্পারিকল্পন ততৈকিরা উচিত বে আপনারা দুজন নে করেন। সমসাটিকে যথাসমভব ব এবং সুনিদিমভাবে ভুে ধরুন। সফন, সমসাটিকে ‘অস নী তা’ বে আখা সদ ার পরিবর্তেআপনি বলাে পারেন:

- ানী ুে সংখ্যা ু ি দেদেদে হা ানির শি ার হাে হাে, বা
- ানী ধমমী বা রাজদনৈকি সনত্র ারা অথবা ানী গণ মাধ্যে ঘৃণাত্মক ব ড়োে সদা হাে। সংখালা (বা সকা) নারীরা ঝুঁকিতে আনে ব ার পরিবর্তেআপনি বলাে পারেন:
- (সংখ্যা ু) সমযেে র মধ্যে ু সথকেঝে পড়ার হার ,
- নারীরা, বিে যত সংখ্যা ু নারীরা, পথে-ঘাটে হা ানির শি ার হাে ন, বা
- বালা বিবা ও সজ্ঞপূবক বিবা ঘটছে।

এবং সরকার াসন ারা তস্ময় করাহাছে ার পরিবর্তেআপনি বলাে পারেন:

- ানী পুলিা সংখ্যা ুদেদে বি ক্কে সংঘটিত অপরাধ সঠিকভাবে তদ করে না, বা
- উক্ত দা উপাসনালা নিমমানে অনুমতি পাে না।

• মত বিনিময় করুন (১০ মিনিট)

তিটি জুটিকে একটি বাকে তােদেদে সববে সনা সমস্যটি বলাে বুন।

ফ্লিপ চার্ট টি বা সহাইটবোর্ডেদে বাম দিকে একটি তাি কা সমসা ি ি খুন। তাি কাটির ান দিকে জা গা রাখুন যাতে অং গকারীরা সযসমসাটি সমকাে া করতে চা সটির পাে টিক চিহ দিে ভোট দিতে পারে।

পরামর্শ! উদা রণ লিাে আপনার স াপটের সাথে মানানসই করে নিন।

- **ভোট দিন এবং বেছে নিন (২০ মিনিট)**
তে ক অং গকারীকে এমন টি সমস্যর পাে টিক চিহ্ন দিতে বুন সযাি র জন দলাটির কমম পরিক না তরি করা উচিত বো তারা ব্যাি গতভাবে মনে করেন।
দী ভাবে ভোটের ফাফ নিে আলোচনা করুন এবং ি তভাবে সবেম তিনটি সমস্যর কমম পরিকল্পন তৈরিকরার সিদ্ধান্ত নিন (যদি আপনার দো ১২ জনের কম অং গকারী থাকে তবে একটি বা টি সমস্যাই যথে সক্রনা তিটি সমস্যর জনযনু নতম চারজন অং গকারী থাকতে হোে)।
সজ্ঞ দিে বুন - কমম্পরিকল্পন তৈরি সযদ তা আজ আমরা ি খবো তা ব্যাি র করে সইসব সমস্যা লোর বাপারেও পরবতমীক্জ করতে পারবো সয লো যথে ভোট না পাও া সবো সনা হায় ।
- **ছোট দলে বিভক্ত হোন (৫ মিনিট)**
দলাটিকে চ াকারে দাঁড়াতে বুন। এবং সক্র অং গকারী সক্র দো (সবেমা তিনটি দ , ১ সথকেত) থাকবেন তা বো দিন।
তিটি দো র জন্য এ টি সমস্যা পুরদান করুন এবং গকারীদেরকে বুন সযতাদের দ ি অধিবেশারে পরবতমীক্জংে সই সমস্যটির কমম্পরিকল্পন তৈরিকরবে।
যদি সক্র অং গকারী দৃঢ়ভাবে অন্য এ টি দো যু ও ার ইছো পুর করে (হায়ো ঐ দো র কারোর সাথে তার দৃষ্টি ি ও জ্ঞেগর সাদৃ য়েে), তা হোে উক্ত ে র সক্র অং গকারী দ বদ করতে ইছকে কিনা জি সা করুন

৩. উদ্দীপক: পরিবর্তন করুন ৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

উীপনা বৃদ্ধি করার একটি শারীরিক অনুী ন।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

দলাটিকে চ াকারে দাঁড়াতে বুন এবং যতটা সম্ভ নিচু হোে বুন (ব্যাি গত সামথমঅনুযাী)। সবাইকে একসাথে ফিসফিস করে বলাে বুন ‘পরিবতম করুন: বদো দিন!’ এই ি বারবার পুনরাবৃি করতে বুন, তিবার আরও সজারে এবং একটু করে উঁচু হোে হোে। আও জ র ি ত বাড়াে থাকবে এবং দলাট ধীরে ধীরে পুরোপুরি উঠে দাঁড়াবে এবং অবশোে সবাই যতটা সম্ভ উচ ি াপিে উঠে চিৎকার করে বলাে থাকবে: ‘পরিবতম করুন: ব ো দিন!’



সম্মিলিত অনুশীলন

পরামর্শ! নিজে করে অন দেরকেও অনুপরা ত করুন ধীরে ধীরে আরও উ সোে এবং উদ্ধতভাবে বলাে থাকুন উপ াপনা

৪. উপস্থাপনা: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা ১০ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই উপ াপনাটির লা কমম্পরিক না তরির দক্ া বৃদ্ধি করা। এটি একটি যা ার চিত্রক ব বহারকরে কমম পরিক নার ি া এবং সরঞ্জামের ধারণা দান করে যা অং গকারীরা পরবতমীঅনুী নটিতে ব বহার করবে।

উপকরণসমূহ

- উপ াপনার ি পট এ নিদেমশিার ১৪০ প্ া পাও া যাবে।
- ি টি এই অধিবেশারে পাও ারপো াই ৩-২৪-এর সাথে মিে যা এবং ি টি াই ি র ব র মন্য অে অনভূকত করা োে।
- িরি র একটি স াদনাযোগ ও াডাসংস্করণও দান করা হায়ো



উপস্থাপনা

আগাম প্রস্তুতি

প্ া ১৫-এর ‘কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হোে’ নিদেমশিাটি অনুসারে অধিবেশারে র জন তি নিন। ি ও পাও ারপো াই ি পুন এবং স াপটের জন উপযোগী করে স াদন করুন (অথবা াই লিাে উল্লেখিত মূ বিষ ি নিে ফ্লিপ চার্ট িট তরি করুন) এবং াই /ফ্লিপ চার্ট িট ির সাথে একসাথে উপ াপনার চচমক্করুন

পরামর্শ! আপনার াপনা স ানা ও াপয়ম অং গকারীদেরকে /মন্ করা সথকেবিরত থাকতে বুন।

৫. দলীয় কাজ: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা ৪৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনটি এই অধিবেশনের বাকি অংশ এবং পরবর্তী অধিবেশনের সূচনা জুড়ে চলাবে।

এই অনুশীলনটিতে দলীয় পূর্বস্বতমী উপাধি বর্ণনা কাম্পনিকল্পনা সরঞ্জাম ব্যবহার করে কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।

ফ্লিপ চার্টে 'যা'র একটি চিট্টে ও বর্ণনা যু করার মাধ মে অং গকারীরা তাদের কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবেন।



দলীয় অনুশীলন

উপকরণসমূহ

- তে ক অং গকারী জন একটি করে 'আমাদের পরিবর্তন যা' শীষক বিপি
- ফ্লিপ চার্ট, ফ্লিপ চার্টেসলার ক ম, সাধারণ ক ম।

আগাম প্রস্তুতি

দুইটি ফ্লিপ চার্টের ছোট দিক লো স্টপ দিে সজ্জা লাগিে একটি ব কাগজে পরিণত করুন। তিটি দিে র জন একটি করে এমন কাগজ তরি করুন

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৫ মিনিট

াই ২৪ আবার শাম করুন বং নিম্নলিখিত বিষ ি ব্যাখ করুন

এই অধিবেশনে র শূ তে আমরা কে কটি সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।

এই কাম্পনিকল্পন আমরা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।

তে ক দিে র টেবিলে একটা ব ফ্লিপ চার্ট টি পাবেন যার উপর আপনাদেরকে পরিবর্তন যা আঁকতে এবং বর্ণনা করতে হাে। এ কাজটিকে স জ করার জন্য 'আমাদের পরিবর্তন যা'র নমুনা কপি সদা হাে তে যেটা আপনি বাড়িে ও নিে সযতেপারেন।

আপনার কাজ হা উ নমুনাটির বিভিন্ন উপাদান ব্যবহার করে সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।

াই ২৫ শাম করে নিম্নলিখিত বিষ ি তুে ধরুন

পরিকল্পন তৈরিকরার পদে প ি নিম্নরূপ

- সমাজ পরিবর্তনকারী কারা তা নিধন করুন: রিক নাটি বাস্ া ন করার মতো দ বা স্ া সনস ি ?
- আপনার দলাে সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।
- সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।
- সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।
- কাি ত মনোভাব, আচরণ এবং নি ম ি চিহ্নিত করুন।
- স্গলি অন্যান 'ব্য ি রকে' যুক্ত করুন সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।
- এই সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।
- লা অজমলে জন একটি সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।
- এই কাম্পনিকল্পনটি বাস্ া য়ে র জন য়ে জনী ধান পদে প ি চিহ্নিত করুন - তবে আজকে এ বিষয়টিতে সব ি সম ব করবেন না!
- সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন তৈরিকরবে। কাম্পনিকল্পনটি তৈরিকরবে সগে, স্টা সমাজের প্রকৃ সনস সনসকাবে র জনযবা বা ন করা হাে নাকি কাম্পনিকল্পন দ তা বৃদ্ধির উপা সাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পন হিসেবে ব্যবহার করা হাে তা নিভন্ন করবে দ র ধরন বা প্রতির উপর।

- পরিশোধে, যা পথে আপনি কী ধরনের ঝুঁকির সম্মুখীন হতে পারেন তা সম্বন্ধে চিন্তা করুন

উপরের এই মনোভঙ্গী অনুসারেই সয়অগ্রসর হতে হবে এমন সক্ষম কথা সন্থি, তবে এই মতি ধরে ধাপে ধাপে অগ্রসর হতে ই কাজটা সম্ভবত জ হতে!

নিম্নলিখিত বিষয়টির উপর সজ্ঞ দিন:

তিটি নিতে গভীরভাবে চিন্তার জন্য দীর্ঘ সময় পাঠা অসম্ভব কিছুই ন, কি এই অনুশীলনে লা হা পরিকল্পনটির একটি ‘কাঠামো’ ও একটি সাবিক্টি চিন্তা করানো সক্ষম এটা সম্বন্ধে গভীরভাবে চিন্তা-ভাবনা করাটা সম্ভব হা এবং পরবর্তমীক্ষেত্রটাকে আরও উন্নত রে বা বা ন করা সম্ভ হা।

তিটি অং রে জন্য ৮ মিনিট বা তার সথকে কম সময় ব করুন! মনে রাখা জরুরী সয় এই পয়মা আমরা সক্ষম একটি খস প পরিকল্পন তৈরি জন্য ইটি ভাবনা করি! আপনাদের তঃ ত্বাবে উ ত চি ভাবনা এবং ধারণা ি লিাে সফুন াকি ধারণা ি লিািবদ্ধ করার সময় চ ন ও সুন্দর করে বাক্যগঠনের জন্য অযথা সময় করবেন না - আপনি কি বলাে চাচ্ছেন তা একটি বাকে বা বুলো য় তাি কা হিসেে প্ৰ করাই যথে হতে।

ফ্লিপ চার্টে লিািত ‘পদে প সর্ঘি ধারণাসমূ হর কথা ভূে যাবেন না! আপনার কমম্পারিকল্প এ ই পদে প লোর একটি বা টি অনভূক্ত তে পারেন।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৪০ মিনিট

অং ণকারীদেরকে তাদের দরে হতে কাজ শূ করতে বুন। ঘুরে ঘুরে তাদের অ তি লা করুন এবং করণী কী সেটা তারা বুঝে কিনা তা যাচাই করুন

সমরে দিকে লা রাখুন! তি ১০ মিনিট পর পর পরবর্তমী নর্দি নিতে তাদেরকে কাজ করতে বুন।

দ ির উপর নজর রাখুন এবং তাদের উ র সক্ষম সিক থাকে স্দিিকে লা রাখুন। যে জনে তাদেরকে পরামশাও স রনা দিন। ির সক্ষম একটির উ র খুঁজে পাও া কঠিন হতে, এবং স্ বিঘে দলটিকে সা ায্যকরা আপনার পতে সম্ভ না হতে, তাদেরকে বুন - পুরোনো নর্দি নিতে পরে আবার চি া করা যাবে, আপাতত পরবর্তমী নর্দি নিতে ভাবুন।

৬. সমাপনী মন্তব্য ৩ মিনিট

অধিবেশার সম ফুরি আসে সব ি দলাে তাদের কঠোর পরিশর ও চে ার জন অভিনন্দন জানান এবং বুন সয় পরবর্তমীঅধিবেশাে ও পরিবর্তমরে যা ার কমম্পারিক না চা থাকাবে। পরবর্তমীঅধিবেশাে রে আগ পয়ম কমম্পারিক না সম্বন্ধে চি া চািলিাে সযতে তাদেরকে উৎসাত করুন এবং বুন সযনতুন সক্ষম ধারণা সপে সেটা সক্ষম তারা লিাে রাখেন এবং পরবর্তমীঅধিবেশাে সপ করেন।



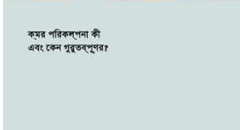
সংক্ষিপ্ত আলোচনা

উপস্থাপনা

আমাদের পক্ষের বনর যা — কমতক্ষক নার জনযএকধিঐধিধনরতসর াম

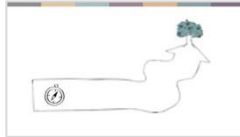
অধি বশেন ৮-এ উপ াপনার জনযএই ঐধি ঐধি পাওয়ারপযয়ে র ৩-২৪ স্লড ারা ঐধি করা হবযয়ে।

কমত ঐধি না ঐধি এং ককনগু পূ ত?



কমত ঐধি না ঐধি এং ককনগু পূ ত কমত ঐধি না হল আমাদেই তম্ম অব ন কদেককারি অব দনকপছাঁদনি পরকি না।

ঐ ত মদ যাওয়ারি সময় ভাল্লা হয় যরু আমাদেই াছ একটা মানরিতর াছ এং কীভাদব ম কদিবা াি একটা পরকি না ঠে দক াি াক আমাি বাস কশেদনপাদ্ম কছটযাব, াি পি বাস এং অ ঃপকি দেন কদি যা া কদিবা। কনে কদেক কনদক্ষামাদে াি গন্তদকযাওয়ারি জন হেয়দ া একটা গারু ভাড়া কবি! মানরিতর এ পরকি না ছাড়া আমাি আমাদেই গ দবকেপটোদেঁ নাও পারি, বা কসখন্দ কপটে াছে আমাদেই আ িও কক্ষা সময় লাগদ পাৰ্দি।



কমত ঐধি না খারকটা মানরিতর ম পরকি ামিদ া— গন্তদ কপটে ঐধি জন াে আমাি কয় পদে পগু লি পরকি না করি া এখাদন ফুদট ওদ এং আমাদেই কককটী হদ এং কভদর্দি অগরস হদ সাহাযে কদি।

আমাি সবাই কমত ঐধি না করকি খনও কখনও কমত ঐধি নাগুদ া খুবই সাি়ি হয়। ায় পুরবু গ ভাদ্মই আমাি এসব পরকি নাগুদ া করি অ তোম্মদন মদন পরকি না করি এং াি াি ারক জরটল সমসে - কটা আমাি আ দগ কক্ষাদবল করি এং কক্ষা িয়ভান্ন কক্ষাদবল কাি দয়া জন- কসখন্দ জন াে আমাদেই আ িও স কতাসাদে পরকি া কদি হয় এং পরকি নাগুদ া ক্বদখাি খদ হয় যাদ সবাই কসগু ল মদনাি খদ পাৰ্দি।



এই উপ পনাি বা ক্ব অংদশ কমত ঐধি া ত ঐধি জন াে আমাদেই পি ববি তদন্যা া' শী র্তকষকট সাি়ি ঐধি াতসি ঐধি ববেহাকি দি াখব।

কারী



পরিব তর্দি ারাদে মদ ি জন যখন আমাি কম ত ঐধি না ত ঐধি ক রি, খন পুর কয় ক্ব আদস কটা হদল 'আমাি কাি?'

কাি কসই ম কাি াি াি পরিব তর্দি ারাদে যা ায় যাদনে? ক্ব ক্ব কাি দক পাদয় ক্বটযা া কদির হয় আবাি অন ঠে কখে যা় কফগারু বা ক্বমাদন যা কদনি। একইভান্ন বরে, কগা বা সং া ক্বসাদব আমাদেই ক্বরভ সুন্দাংগ, শরি এং দুবত া দিয়দছ এবক্বরভ ক্বুরেকও সুখীন হদ হয়। 'আমাি কাি?' এই ক্ব আমাদেই এই ক্ব ক্বই মদনকর্দিয় কয়ে।

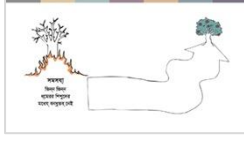


আসুন একক্ব কা নক পরিব তর্দি া ত ঐধি ক ঐধি াি কনই ক্ব আমাি আমাদেই হদাি ক্ব ক্ব াি ঠী ক্বা াসদকরকি স াে দয় া কলে বু।

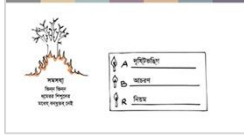
আমাদের আ ি



আমাি য খন যা াি পরকি না করি, খন পুরে ই জানদ হদবকয আমাি যা া টা ক্বান ন কদেকশু কদিবা। পরিব তর্দি া াি আ াে হদল ককন একক্ব সমসে, এং কসই সমসে ঐধি ক সংজ্ঞা কাি াি াি দেম আমাি কসই যা া শু করি। আমাি য া কব ক্ব সুরন ঠে ভাদব সমসে ঐধি ক সংজ্ঞা কদিবা, দ াই সহজ হদব প্বি তন ঠা দনাি উপ ায়রটসনাি াি।



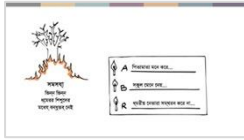
এই সমসংকেদক ‘অসরহ া’ বন্দল আখাে কয়েি পরবিদ তআমিাি ব লদ পার্কিয ‘রু রভ রবাসদবর্কি ক স ােয়গুদ ারিশশু ােি মর্দবেু কনই।এই রুব্র রু রবজিমান অসরু াি ফিলা ফল, ংবং কাি ও বদট।



এই িদিনসি মসংেগু লরিবরু অ রুহুর কাি িদয়দছ ষ্গু ল এই মসংেগু লাজিন ােয়ী।এই অ নতরহকাি রু হদ পাদ:

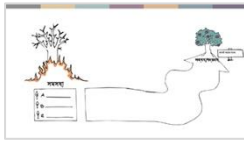
- মানুদর্ি মসংেয়ুি মদনভাব,
- মসংেয়ুি আিি - মানুর্ যা কদি
- মসংেয়ুি আইন, রন্যম রকছা নীর ।

এই িদিনসি মদনভাব, আিি ংবং রন্যম ংকর ভান্দর মসংেগু লা সূর্ কদি। াই যরু হয় াহদলআমিাি রু আসদলর্রি মসংের্কি স াদ. স কত ককানরনুতে মদনভাব, আিি বা রনয় পরবি তনুদি িই?



আমাদর্ে উে হ ি ক্টি ক্ দ বলা কছ পাদকিয ‘রু স ােয়ি রু দর্ে সাদ. বু হুয়ানি রু দয় অরুভাবকদর্ে কনু বাকি মদনভাব িদয়দছ, বা ‘ুলক্ রু রু রু রাসদবর্কি ক স ােয় দলি রু দর্ে মদর্ে উ াে কািি ব াি রু দয়উে সীন’, বা ‘ংকজন নীয় মিঞী কন া বদলদছা কয়রু স ােয়ি রু দর্ে মদর্ে বু সমভে কাি উর্ নয়’। ং রু হল মদনভাব, আিি ংবং রুয়ম যা মসংে দলাসূর্ িজনেয়ী।

আমাবরে গ যে

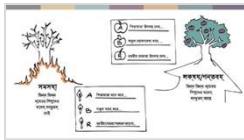


পরবি তর্ন াদে যা াি সম য় জানাটা জ াি কয় আমিাি ককােয় কছ িই !
রু গনুবরুর্ ি কািটা খারুকাটা জরু ল।আমিাি স বাই শারুত, ােয়রু ি ি তব মহীন াি ংক টা অব দনকপছীদ িই ! রক রনুতে ংকরটসময়সীমামি মর্দে আমিাি ক া অজতনুদি পার্কি ক স দকত আমাদর্ে িে ত ংবং বাস্ ত াি হদ হদবা



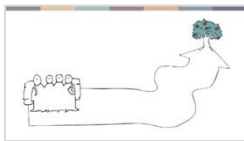
কনুন আমাদর্ে ংকটা লে াে ংমন হদ পাদকিয ‘রু রু রবাসদকরকি স ােয়ি রু শু ােি মর্দবেু ােদ হদব।এই লেে অজতর্নুন পুগি ন ও কনু বাকি মদনভাব, আিি বা রনুদমাি পরবিদ ত ি িদিনসি নু মদনভাব, আিি বা রনয় কখেদ িই া রুদয়আমিাি কদি পার্কি।

কনুন, ‘অরুভাবকাি াদর্ে স নদর্ে দকরু রবাসদবর্কি ক স ােয়ি রু শ দর্ে স াদ. বু পদন উৎসারু কদিব’, বা ‘ুল সূর্ য়ভান্দর উর্ে া কুাকান্দলা কদিব’, বা ‘মিঞী কন াি রভ রভ স ােয়ি রু শ শু ােি মর্দবেু পু ত ঞ্পক পদনউৎসারু কদিব’।



সু িং কখাে যাদে কয় আমাদর্ে মসংে ংবং লেে রু ংকর্ অনর্েি অরুকল র কূর্ মি দ।
মসংে ংবং লেে সের্ ি কারুতরুদকআমাদর্ে পর্ ব তর্নযা ি কােদমােদসনু রুদর্না কাি কছ পাদি।
পর্ ব তর্ন র্ য়াক্ ককযা য় হদবংবং এই পর্ ব তনুআমাদর্ে দকককযা য় রুদয়াদক

কনুব মানুদর্ি সাদে আমাদর্ি যা াপদ কখাে হয়



ংকর্ টে ত মদ সি ময় আমাদর্ে াি দনক মানুদর্ি াদে কখাে হয় – কনুন সহযা ি য়াি ংকই রদে ক যাদনে , রুদকট অরুসািি য়াি আমাদর্ে িট দকটকখেদ িন, বা য়াি ি া অবদািি কদি আমাদর্ে দক অনে পদে কছ বািে কদি। াহলা জাদা কয- যা ায় কাদর্ে সাদে আমাদর্ে কখাে হদ পাদ?



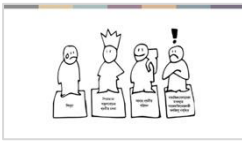
যা পদে বোকদ পাদি:

- সমসয়ে ভুদিভাগী মানুদরাি এই কদেত্ৰ শূ ৱ),
- সমসয়ে সম্পদবক্কছু কািগৈ মাস মানুদরাি দফ্মন, ল ব্ৰাৰ্ত এবকমতকজা, রা মা ৱ এবং মিতীক্কন াি)।



আণ্ডি বোকদ পাদি:

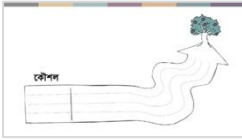
- সহযা াি; যাদ্ৰিআ মাদ্ৰিহি মদ ৱ একই লে দেিয়দছ এবং যা পদে আমাদ্ৰিস াহযকেদি পাদি। কফ্মন, স্থানী ককানআ ামিতীক্কন ারি এদেদেত্ৰ মাদ্ৰিহি ম হদ পাদি।
- বা যাি আমাদ্ৰিলিদে াে ক্কদি া কদি এবং আমাদ্ৰিপ কেকি কদি কাি কদি হদ পাদি এটা সমাদ্ৰিএ ক বা একািক অসক্কু বক্কৈ, স ামাক্কক কাগাদ্ৰাগ মািগেগু লাদ যাি বা যাদ্ৰিপ্ৰভা দেিয়দছ।



এইসব বক্কৈ, স ং ৱ এবং ানগুদ াকিও মা ায়ে কদিখকমত ক্কি না কাখা উক্কি যাদ কদিআমাি উপযুকি কশৈল এবং কমত ক্কি না ক্কদছ বদ পাি।

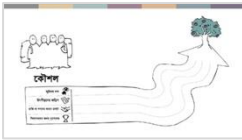
কাি এই প্ৰবি তদন্বি বদয়আমাদ্ৰি সাহযকেদি পাদি? কাদককবক্কাদ বা ািক্ক কদি হদব- এবং কী ক্কদ ? এবং কাি এই প্ৰবি তদন্বি কাি কাি কাি কদি পাদি?

গমনপথ কবেকেনক



কক্ককম ন কদেকঅনেকেকক্ক দনযাওয়াি জনসোি াি অদনক ক্ক পে ােদক-ক্কক্ক গমনপেও কক্কন ােদকক মক্ক ােদকপৰ্ব বহন্বি ক্ক ক্ক মািগে। হদলাআমাি কক্ক পক্কৈ কক্ক?

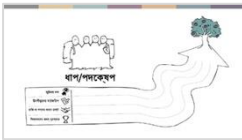
আমাি ককান গমনপেটে অবল কদিব া ক্কি কদিব ামাদ্ৰিককশৈল। মদনখি দবন ১৫৫৫ কক্ক কক্কদি দেিয়দছ সদি ন া ত ক্কি কদেকশু কদিআ ইনী পামি শত্ৰু নরভুি কাি ইক্কৈ। এই কক্কক্ক ক্ক ববেহাকি াি জন হেইদ ামদহিই আমাি পে দেপ সংক্কি প্ৰি াি া ক্কদখকদি। এ াি া দলদকএখন কাদজ লগাদন া স ময়।



আমাদ্ৰিউ ােহ ক্কিকে দে আমাি কক একক্ক আ মিতীক্কটবল লে ত ক্ক কদি বাচ্চ মেি ানরসক া প্ৰবি তদন ক্কৈ পা কদিবা, অবো উৎপীড়ন া টনা নরভুি কদি ল কবাব্তদক্ক যাদ াি এ ব্ৰপাদি পদে প কক্ক, নাক্ক ইর বাকি সম্পকসুৰ্ৰদ অবদেদন জনক্কৈ কদ্ৰি দ ানোি ববে কদিবা কক্কন, জরতিরসমতেনও প্ৰি কাি এ বং কক্কৈদে পাি ক্কি দেধা ক্কি কাি কদে ত্ৰ ক্কৈ দক্ক অবনে সবদদিয়কবক্ক ােদব াি জন পেু াদি ববে কক্কি? নাক্ক আ মিতীক্কু দকউৎসাক্ক কাি জনে মিতীক্কন াদেি বুঝান্বা বা াি জী কদিবা? নাক্ক এ দলকি দেয়ক্ক বা সবক্কই আমাি কদিব া?

কাি ম দ া বহু ক্কছু আদছ। সবক্কছুই হযদ া আমাি কদি পাি দবা ন, ক্ক আমাদ্ৰিলে ােজতন কদিব দল একক্ক ক ক্কছু আমাদ্ৰিক দি হদব। ক্কন, একটা ফুটবল লে কাি ক কান মাদন হদবনা যক্ক ান মিতীক্কন াি ারি ন া কদি এবং ককউঅংশ কদি সাহস না কদিসফল কমত প্ৰকি ায় সাি াি কদয়ক্ক রত ক্কনতু পুকি কক্কক্ক ােদক।

যা াি ািপ/পদে পসমুহ



ককানকক্কক্কগু ল ববেহাকি কদি হদবকাই রসদধা কনজ্ৰাি পদি, কসপুল কীভান্ব ববেহাকি দি হদবকস সম্পদ আমাি ক্কি কদিবা। ককানটু পদে প রন্ব হদব এবং ককাক্ক আদা বা ককাক্ক পদি? কবদছকক্ক কক্কক্ক ক্ক কেক্ক কদে ত্ৰ কক্কি কদিব এবং কখন কদিব? কীভান্ব আমাি ফুটবল লে সংগক্ক কদিবা এবং এি প্ৰি াি লাদবা বা কীভান্ব জক্কি প ক্কি ালনা কদিবা? কক ককামিদমজ্জন াদেি সাি াদে ক াে ব লদব?

বা তা



কাদাৰ্হি সাদে ক ো বলা আ দা আমাদে কিভদবকনয় উৰি কা আমাি কী বলদা। কান দিনি ে বা যুৰি
ববেহাি কদি ল স বাবে রকর আমাদে সাদে ক্যাগ কদেবনবা অনেো দাদে ম দনভাব বা আৰ্হি পৰবি তন
কদিৰ ৰাজ হদবক ৰু কিদল মে দিদিৰি পদেপে রন্দ ৰিজ হদক এবং আমাদে বি ঞ্চদকৰু
এমনভান্দ কী যায় যাদ কদি আমাি রবদাৰ্হি া এডাদ পাৰ্হি?

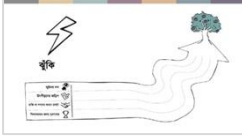
উদেহি প:

ৰা মা াি হযদ া নদ হি হদবকযক স দেয়ি ৰাশু দে স াদে স মপকগদড কালা ককন াদে
সনতানদে ভকরু দ জিন লোভজনক হদব এক কসইাদ, াদে দিক আ কাৰ্হি ম দ া পৰি রি
ে কমন, াদে স নাি ফুটবল দেল ৰাি প দে দেকদব এবং াদে স ুি াি পুৰ নজৰ্হি খা হদে।

নীয় আ গ্ৰমীজ পৰি শেু দ আ হী হদবকা ফুটবল লে গুর বিবে াপনা জিন ৰে স দেয়গু লাি
পুৰা দে কীভাদব আমাি জরড কদিবা।

এবং ুল কবনু হযদ া নদ আ ি হদব কযকক উৎপীড়ন-ৰুদাি ি নীৰ কীভাদব ুলানি াম আি ও
উ ল কদি পাৰ্হি।

ঢ়ি এংে ঝুধ



একক্ৰে ঠে ত ও কুন যা য় কাৰ্হি া বাি, রবপে এবং বাদৰ্হি স ুখীন হদ পাৰ্হি রক গনতদবকপট্টে
জনে এইগুর াদে দিক এডাদ বা অর ি ম কদি হদব। ৰ ক্ৰে পৰবি তন ৰ্হি যাি স াদেই বাি এবং ঝুৰু
জরড দেদক। আদগকদক এই বগেপাি দলাৰ্হি কদি ল আমাদেই ভাদলা হদব- কমন যদ াটা স ব
ৰ্হাি পএ এক ক্ৰে গমনপে কবদহকনয় এবং উ ুল রবক পৰি কীভান্দ কমা কবলা কী যায় াি
পৰকি া কী।

কমন কাজ এবং পদেপে আমাি কদিবা বদল কদবরক্ৰু স ৰু কী হদল আমাি কান ককন বাি
এবং ঝুৰুই মুদামুৰু হদ পাৰ্হি? এই ৰু মদি কে কান কাজ ৰু খুব ঝুৰুইপুৰ এবং ঝুৰুই কমা দনি উপায়
আদহৰু?

কমন, ৰক্ৰু ৰক্ৰুক াপদট নীয় কৰ্হি কশেদন আ গ্ৰমীজ ফুটবল লে ৰু পুৰি া হযদ া অসরহ
কগ ৰু াব াৰ্হি ৰ্হে আক ত কদি পাৰ্হি এবং াি ৰুদাি াদে দিক সংগ ৰু কদি পাৰ্হি। আমাি ি হি
আমাদে শেু ঠা শাৰুত ত ৰু হযদ কদি আমাি স দেয় দলা স মজে পাই।

উপসংহাৰ



কমত ৰু কী না ত ৰ্হি িয়া ক্ৰে আমাি এখন সফলভাদব ৰু কদি ৰু পৰি কন যা াি জনে আমাি
ৰ্হি কদি ৰু:

- আে বা যা শু ি ন – সমসে
- আমাদে গ ন্তব – লে
- যা াপদে যাদে সাদে আমাদে কিখো হদ পাৰ্হি - ৰু , পে এবং কসইব মানুৰ্ যাদে দিক আমাি
ককাদনা মকাদনাভান্দ ভাৰু কদি ি হি
- গমনপে - কবছ কায়া ক্ৰে শৈলসমূহ এবং এরক্ৰয় যা ওয়া জিন ে ে পদেপে
- আমাি বা তা এবধদে কয ঝুৰুই স ুখীন হদ পাৰ্হি কস স দক্ৰু ৰ্হি কদি ৰু।

ককান দিনি স মসে কাকানলা এবং কক্ৰা ৰু াদি জিন ে এই ৰ্হি ৰু ক্ৰে ববেহাি কদি একক্ৰে সহজ
এবং ৰব াৰ্হি কমত ৰু কী না ত ৰ্হি কদি পাৰ্হি বন।

এখন আপনা িনদজৰ্হি কৰ্হি াি াি সম য় এদসদহ- আপন কয সমসে ক্ৰে কমা কবলা কদি িন কস াি জিন ে
আপনা িনদজৰ্হি পৰবি তদনিয়া াি ক মত ৰু কী না ত ৰ্হি কদি না।

অধিবে ন ৯

আমাদের পরিবর্তন যাত্রা (চলতে)

অধিবে নটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ

কমমপরিকল্পন তৈরির জন্য ১০টি অধিবে ন ৮ এ শুরু হবে এই অধিবেশনে। এটি সেক্সেসফুল অধিবে ন। একটি মূল্যবান অনুভূতি এবং আনন্দ উদযাপনের মধ্যে দিয়ে অধিবে নটি শেষ হবে।

১০টির উল্লেখ্য এবং শিগগিরি ১০টি অভিজ্ঞতা অধিবে ন ৮ এবং ৯-সকল একটি 'জুটি' হিসেবে ভাবা সহজত পারে। এই অধিবেশনের ১০টির উল্লেখ্য লোকের জন্য অনুষ্ঠান করে অধিবে ন ৮-এর অধিবে ন পরিকল্পনা শীঘ্রী সম্বন্ধন।

অধিবেশনের বিষয়বস্তু এবং সময়

অধিবে ন ৯ একটি দীর্ঘ অধিবে ন এবং এর জন্য ১২ ঘণ্টা ৩০ মিনিট সময় বরাদ্দ করা হয়েছে। তবে কয়েকটি দলকে বিবেচনা সপ করতে হবে সফল সংখ্যই নিশ্চিত করতে অধিবেশনের বিভিন্ন কার্যক্রমের জন্য কতটা সময় লাগবে। দলের সংখ্য তিনের সর্বাধিক হবে অধিবে নটি দীর্ঘায়িত করার জন্য হবে পারে। দলের সংখ্য তিনের কম হবে, আড়াইঘণ্টার কম সময়েই অধিবে নটি শেষ করা যাবে।

সকল ৩০ মিনিট একটি মূল্যবান অনুভূতি এবং আনন্দ উদযাপনের জন্য বরাদ্দ করা হয়েছে।



দলীয় অনুশীলন: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা (চলছে)

অংশগ্রহণকারীরা অধিবে ন ৮-এ শুরু করা কমম স্কিক না তরির ১০টি চালিয়ে যাবে।

৩০ মিনিট

সম্মিলিত আলোচনা: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা - উপস্থাপনা এবং প্রতিক্রিয়া
দলের তাদের কমম স্কিক না উপস্থাপন করবে এবং আলোচনা করবে।

১০-২০
মিনিট/দ

উদ্দীপক: সমাজ পরিবর্তনকারীদের অভিব্যক্তিপূর্ণ প্রতিক্রিয়া (স্কালচার)
১০টি দলের তাদের কমম স্কিক নাটিকে ফুটিয়ে তুলতে সর্বাধিক বহুবার কবে।

৫ মিনিট

সম্মিলিত আলোচনা: আমরা এখান থেকে কোথায় যাব?
অংশগ্রহণকারীরা সেক্সেসফুলে ব্যক্তিগতভাবে এবং সর্বাধিক তভাবে
কী পদক্ষেপ নিতে চান তা নিয়ে আলোচনা করবেন।

২৫ মিনিট

মূল্যায়ন অনুশীলন: মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত
সকল সেক্সেসফুলে অংশগ্রহণকারীরা কী শিখেছে তা সসবিধে গভীরভাবে ভাবতে সাহায্য করা

২০ মিনিট

আনন্দ উদযাপন
সকল সেক্সেসফুলে আনন্দ, দুর্ভাগ্য ও দক্ষতার বিকাশ এবং সফল সাথে
অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে সুসম্মত তৈরি ও আনন্দ উদযাপন করুন।

১০ মিনিট

মোট সময়

২ ঘণ্টা
৩০ মিনিট

প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে তিটি অধিবেশারে জন তি নিতে হবে’ নিদেমাশিটি অনুসারে অধিবেশারে জন তি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলাট সমকে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলাটর য়ে জন অনুযাী অধিবেশারে সযকোনো উপকরণ স াপটের সাথে মানানসই করে পরিবতম করুন

অধিবেশনের জন্য সময় নির্ধারণ

এই অধিবেশারে দী কাজ এবং স্ি ত আলোচনার জন কতোটুকু সময় বরা করবেন তা আগেভাগেই নিধক্ষণ করুন। কত ি দলাে তাদের কমক্ষারিক া উপ াপন করতে হাে তার উপর নিভক্ষ করে সময় বরা করতে হাে।

অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

পৃষ্ঠা ১৬-এ উে খিত অধিবেশারে জনয য়ে জনী সাধারণ উপকরণসমূ া াও, এই অধিবে নটি পরিচা ার জনযনিম্নলিখিত সরঞ্জাম ি র দরকার হাে :

- অধিবে ন ৮ সথকে াপ্ত তিটি দে র ‘আমাদের পরিবতমরে যা া’ িষক্ষ ফ্লিপ চার্ট িট।
- অধিবে ন ৫ সথকে াপ্ত মাদের শাহা র ফরব মানচিত্র ‘িষক্ষ ফ্লিপ চার্ট িট।
- অধিবে ন ৬-৭ সথকে াপ্ত ‘ে প সংলি ধারণাসমূ ’ িষক্ষ পাঁচটি ফ্লিপ চার্ট িট।
- সক্ষা লোর সবকয়ট সপক্ষটা

এখানে অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণগুলি পাওয়া যাবে।

কক্ষটিকে উপযোগী করুন

অধিবে ন ৮-এর দ ি তাদের দী কাজ বহা সরখে এই অধিবে নটি শু করবে। সক্ষ অনুযাী স্টিবি ও সচার সাজান।

পূবক্ষতমীঅধিবেশারে ‘আমাদের পরিবতমরে যা ’ অনুী ন সথকে ফ্লিপ চার্ট িট টেবিলে রাখুন। কিছু ক ম ও আঠায় ছোট কাগজ প্রদান করু

আনুষিক উপকরণ হিসেে সদাে ‘ফরব মানচিত্র’ ‘পদে প সং ধারণাসমূ ’-এর ফ্লিপ চার্ট িট ি এবং সক্ষাে র সপা র লো আটকে দিন।

‘মি স্ক, , াত’



‘মি স্ক, , াত’

অধিবেশনটির বিধি নিয়মিত পরিকল্পনা

মনে রাখবেন:

দলীয় কাজ এবং সফল আলোচনার জন্য সমস্ত সদস্যকে সর্বস্বত্ব দিয়ে দিন!

১. দলীয় কাজ: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা (চলছে) নূনতম ৩০ মিনিট

উপকরণসমূহ

পূর্বস্বত্বমূল্যবোধে তৈরি একটি দল তৈরি করে আমাদের পরিবর্তনকে যা 'প্রথম ফ্লিপ চার্ট' টি, ফ্লিপ চার্টে সঠিকভাবে ক্রম, সাধারণ ক্রম এবং আঠায় ছোট কাগজ।



দলীয় অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

সকাল সকাল সবে অধিবেশনে সবাইকে আগত জানান। পুরো সকালসঙ্গে অংশীদারদের চমৎকার অবদানের কথা শুনিয়ে তাদেরকে উৎসাহিত করুন।

আগের অধিবেশনে গঠিত 'কমমপারিকল্পনা' দলটিকে অংশীদারদেরকে সফল দিতে বসুন যাতে করে তারা 'পরিবর্তনকে যা'র কাজে চালিয়ে যেতে পারেন। দলটি ইতোমধ্যেই সক্ষম এবং কার্যকর পদক্ষেপ নিয়ে কাজ শুরু করে থাকবে তাদেরকে এ ব্যাপারে উৎসাহিত করুন। কাজটি শেষ করার জন্য কতটুকু সম্ভব বাকী আছে তা দলটিকে জানিয়ে দিন।

২. সম্মিলিত আলোচনা: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা – উপস্থাপনা এবং প্রতিক্রিয়া ১৫ – ২০ মিনিট / দল

বর্ণনা

এটি 'আমাদের পরিবর্তনকে যা'র অনুশীলনটির সফল অংশ। এই অংশে দলটি তাদের কমমপারিকল্পনা উপস্থাপন করবে এবং অন্যদের মতামত শুনবে।

টি

আপনার দলটি যদি খুব ছোট হয় এবং অংশীদাররা সবাই যদি সবার একটি পরিকল্পনা নিয়ে কাজ করে থাকে, তাহলে উপস্থাপনা পর্বটি বাদ দিন এবং 'অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে' অংশে উল্লিখিত উপস্থাপন করে সমাপনী আলোচনাটি শুরু করুন।



সম্মিলিত আলোচনা

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ১ মিনিট

ব্যখা করুন সফল আলোচনাটি 'পরিবর্তনকে যা'র সবার সামনে উপস্থাপন করার জন্য দলটিকে ৫ মিনিট সময় দিন। এরপর তাদের পরিকল্পনা নিয়ে সফল আলোচনা করা হবে। টিভি সবে সবাইকে বুঝিয়ে দিন সফল এই আলোচনার উদ্দেশ্য হলে একে অপরকে সমর্থন করা, উৎসাহিত করা এবং সাহায্য করা - সফল আলোচনার ধারণা হিসেবে বিবেচিত করা। সবার কমমপারিকল্পনা তৈরির তথ্যগিতা নোট। তাড়াতাড়ি, নিখুঁত পরিকল্পনা করার মতো সময় না - তাই তথ্যগিতার এখানে পুরোপুরি অবসর।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

টিভি দলে একে একে উপস্থাপনা সপ করার জন্য (৫ মিনিট) এবং তাদের কমমপারিকল্পনার ব্যাখ্যায় অন্যান্যদের মতামত শুনানোর জন্য আমন্ত্রণ জানান (সর্বমোট ১৫ মিনিট)।

এই পয়মান্বয়ে আলোচনাটি পরিচালনার জন্য নিম্নলিখিত বিষয়গুলি বিবেচনা করুন:

- এই কমমপারিকল্পনার সর্বমোট বিষয়/গুলো আপনার ভালো সলাগে?
- পরিকল্পনাটিকে কীভাবে আরও ভালো করা যায়? সর্বমোট, আপনার কি সর্বমোট পরামর্শ আছে? সফল, আরও সর্বাঙ্গীণের সাথে একসাথে কাজ করা বা অন্যান্যসকলকে বিবেচনা করা ইত্যাদি।
- এই কমমপারিকল্পনা বহুত সর্বমোট/পদক্ষেপ কি অকার্যকর, অবাঞ্ছিত, বা খুব ঝুঁকিপূর্ণ মনে হচ্ছে আপনার কাছে?
- সফলসকল/পদক্ষেপের পরিকল্পনা করা হয়েছে এর পরাধীনতা, আচরণ এবং নিয়মিত পরিবর্তনকে লক্ষ্য বা সফল হলে র দিকে অতিরিক্ত অজ্ঞান করা সম্ভব কি?

সময় বন্দের তিষ্ঠার থাকুন। তিষ্ঠি দ সক্ষ উপা পনা করার এবং মতামত সশাার ন্যা স ত সুযোগ পা সসদিকেল রাখুন।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ২ মিনিট

অং ণকারীদেরকে তাদের চমৎকার কাজ এবং স ু তার জন অভিনন্দন জানান। সজয় দিবে বুন সয এই কম্পারিক না বা ব সকে ব বহারকরা না হাে ও, তাদের এই (কম্পারিক না তরির) দক্ া ভবিষ্যে সয সক্ষ ধরনের পরিবতম রি িা ব বহার ক তে পারবেন।

৩. উদ্দীপক – সমাজ পরিবর্তনকারীদের অভিব্যক্তিপূর্ণ প্রতিকৃতি ৫ মিনিট

উদ্দেশ্য

উীপণা বৃদ্ধি করা।

কীভাবে অনুশীলনটি পরিচালনা করবেন

অং ণকারীদেরকে নিম্নে নিদেমাা ি দিবে অনুী নটি শু করুন: তিষ্ঠি দের সবাই এমনভাবে সদ ভি করুন যাতে করে তে ক দের কম্পারিক নাটি তাদের সদ ভি দিবে ফুটে ওঠে। এর জন আপনারা ৪ মিনিট সম পাবেন। সম সশাে আমি হাততালি দিবে তেযে তার অব ানে অনড় হাে যাবেন। এরপর আমরা জীব এই ভা যমলো সম্ববো এবং করতালি দিবে অভিনন্দন জানাবো!

পরামর্শ! আগের অনুী নটি করার সময় দলটিকে বে মনে হাে উ পক পর্বটি দী উপ াপনার মাঝামাঝি সমে পরিচা না করুন

৪. সম্মিলিত আলোচনা: এখান থেকে আমরা কোথায় যাব? নূনতম ২৫ মিনিট

বর্ণনা

এই সটি ত আলোচনাটি দিবে সকাশক্ষি স য হাে। সকাশক্ষ য ও ার পর অং ণকারীরা ধমম্বা বি াসের াধীনতা চার ও সমুনত ার জন কী করতে চা তার উপর আলোকপাত করা হাে।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে

নিচের মতো করে বুন:

আমরা সবাই এখন সকাশক্ষি স য পযমাে আি। কোর্সটি ধমম্বা বি াসের াধীনতা সংি মানবাধিকারের উপর আলোকপাত করেছে।

আমরা পরিচ , বিে ষাধিকার এবং তিকু তা নিে চি াভাবনা করেছে। মানবাধিকার, ধমম্বা বি াসের াধীনতা এবং মানবাধিকার ঙ্ঘ সমকে সজনেি। সব কিছু সক্ষশা সমকে শিােি যা মানবাধিকার পুরচা ও সমুন করার জনযবয ার করা সযতেপারে। 'পরিবতমরে যা 'র জনযকম্পারিকল্পনা আমরা তৈকিরেি।

কি এখান সথকে আমরা এখন সক্ষা সযতেচাই - ব ি ি সাে এবং একটি দ ি সাে? কীভাবে আমরা সমাজ পরিবতমকারী হাে উঠতে অগ্রস হাে পারি?

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

অং ণকারীদেরকে নিম্নলিখিত ি নিে ভাবে এবং আলোচনা করতে আ ান জানান।

- এই সকাশক্ষকে অজিষ্ঠ শি ার ভিত্তি, তেযে ই আমরা ত বর্ষি হিাসে তৈনদিন জীবনে ভি ভাবে করতে পারি এমন কিছু কি আে?
- আমরা কি দীয াবে আমাদের সক্ষ একটি পদে প সংলি ধারণা/পরিক না নিে কাজ চালািে সযতে এবং বা া ন করতে চাই? সক্ষ পরিকল্পনা/ধারণ টি নিে আমরা অগ্রস হাে চাই? সক্ষকঅং নিতে চান? অং হাে ই ক হাে , আমাদের পরবতমীপদে প কী ও া উচিত?
- অন্যান সক্ষব স দা /সগাীর সাথে আমরা সরাসরি জি ত (সক্ষন বি াসভি ক স দা , কমম্বা বা নারী সগাী) স্স লোর মাধ মে কি সক্ষ একটি পদে প সংি ধারণা নিে আমরা অগ্রস হাে পারি?
- এমন সক্ষ সংগঠন বা দ আে কি যাদের সাথে আমরা জি ত না থাকে ও এ বিষে আলোচনা করতে পারি এবং তাদেরকে পদে প হাে উৎসাত করতে পারি? তারা কারা বা কী?



সম্মিলিত আলোচনা

উপরোক্ত তিটি নেরে র চারটি ফ্লিপ চার্ট ীটে নিম্নো শিরোনামের নিচে লিাে সফুন:

- আমি যা করতে চাই।
- দীয়াবে আমরা যা করতে চাই।
- অন্যান দ /সংার অং হিাবে আমরা যা করতে চাই।
- অন্যারেকে সযকাজ লো করতে উৎসারিত করতে চাই।

ফ্লিপ চার্টে লিাত উ র ি একটা আরেকটার উপর এসে পড়াে চি ত বার কিছু সন্ই - সুন্দর করে সারিবদ্ধভাবে স খাটা একেে জরুরী ন ।জরুরী বিষয়ি হাে পরবতমীপদে প সনার বিভি উপা সম্কে চি া করা।

আলোচনা উলেখেকরুন সয বিভি গবেষণার ফাফ অনুযাী পরিবতম অজম করা তখনই স জ হা যখন একই লা নিে কাজ করে এবং সমি তভাবে বিভি পরিপূরক পদে প ণ করে এমন ব ি , সগাী এবং সং ার একটি বি ত নেটও াকস্মাকে।

৫. মূল্যায়ন অনুশীলন: মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত ২০ মিনিট

এই ব্যি গত মূল্যায়ন অনুী নটি অং ণকারীদেরকে সকাসম্মথকেতাদের াি কী তা নিে পরি ার ধারণা সপতেসাহায্য করবে।

উপকরণসমূহ

- তে ক অং ণকারীর জন ‘মি স্ক্, , হাত’ নুী নটির একটি করে বি প
- তে ক অং ণকারীর জন একটি করে ক ম



স্বতন্ত্রভাবে অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

তে ক অং ণকারীকে একটি করে বি প দিন।বুন সয সকাসম্মথকেতাদের াি কী বা কতোটুকু সস বিষে এ পযমাে একটি মূল্যায়ন অনুী ন করা হাে।সকাসম্মথ মূল্যাা র জন বি প ি সরখে

সদকো কিনা বা অং ণকারীরা এ লো স্মৃতিচিহ ি সাে বাড়াে নিে সযতেপারেন কিনা সস সম্কে সিদ্ধান্ত নিন।বি প ি সরখেদিতে চাইে অং ণকারীরা সস্ম স্মথানে বি গত সস্ম তথ্যনা সলানে সস বিষয়ি পরি রভাবে ব্যকত ক

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ১৮ মিনিট

নিচের বিষ লো নিে অং ণকারীদেরকে নিরবে চি া করতে বুন:

- সকাসম্মথকেকী ান এবং ধারণা অজম করেনে তা নিে চি া করুন, বং মি স্ক্-এ চি টিতে সস ি লিাে সফুন।
- সকাসম্মথকেকী অনুভূতি, আবি ার বা নতুন দৃি ভী অজম করেনে তা নিে ভাবুন এবং হু রে চি টিতে সসই অনুভূতি ি লিাে সফুন।
- পদে প ণ বা ভি ভাবে কিছু করার জন আপনার ব্যি গত ধারণা লো নিে চি া করুন। তের চিে সস লো লিাে সফুন।
- যতটুকু সম্ভব ি স্ক্, , হাত ম্কে) সুনিদিম থাকতে সচা করুন। নুী নটির জন তাদেরকে ৫ মিনিট সম দিন।

অং ণকারীদের সংখার উপর ভিতিকিরে, হা তে ক অং ণকারীকে একটি করে মন্ য(সিক হাে হাে) করতে বুন বা তাদেরকে সজা া সজা া ভাগ হাে নিজেদের মধে ধারণা ও মতের বিনিম করতে বুন।(১০ মিনিট)

(বিব সংস্করণতিনটি পৃথক ফ্লিপ চার্ট ীটে একটি মি স্ক্ হু পি- এবং াত আঁকুন।অং ণকারীদেরকে আঠায় ছোট কাগজে উপরের ি র উ র ি খতে বুন এবং স খা স য হাে সস ি ফ্লিপ চার্ট ীটে আটকে দিন।ফাফ নিে স ি তভাবে আলোচনা করুন।

৬. আনন্দ উদযাপন! ১০ মিনিট

সকাসম্মলাকাীন, অং গকারীরা একে অপরকে আরও ভালাাবে জানতে সপরেনে এবং সকাসেস্জাদেদের সম ও সচা দিে অবদান সরখেনে। সকাসম্মলাকাীন অং গকারীদেদের মধ্যে সুসম্কে তরি ও া, নতুন ধারণা, অনুম্িও দক্ া অজম করা এবং সবেম্পরি সকাসম্মতি তােদের মূলা ান অবদানেের জন তােদেরকে ধন্যাদ দিন এবং আনন্দ উদযাপন করুন!

অং গকারীদেদের অবদানেের তিাদান রূপ এবং তােদেরকে ধন্যবাদ পণেের জনয খুব সংি প্তবে একটি অনু ান উদযাপন করতে পারেন। সফ্মন সৰ্ক্ষ গান সগে সশম্মাতে পারেন, কিছু কথা বলাে পারেন, বা প্ৰানা করতে পারেন, অথবা নৃত্য ক তে পারেন।

অং গকারীদেদেরকে সকাসম্মদ করার সনদপ দিতে পারেন (মু যোগ সনদপ আনুষিক উপকরণসম্ে পাও া যাবে)।



‘ ানী সমাজ পরিবতমকারী’

“একজন সমাজ পরিবতমকারী ও া এমন একটি যা া, সযযা া সবারই শু করা উচিত।
অংশগ্রহণকারী, নাইজেরি া

খন্ড



তথ নিদেমমু ক
উপকরণসমু

ফরব সম্বন্ধি ত মানবাধিকারের মূ আঁ কারসমূ

মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্র (ইউডিএইচআর), অনুচ্ছেদ ১৮

তিটি মানুষের চি া, বিবেক এবং ধমেন্ন াধীনতার অধিকার রয়েছে ; এই অধিকারের মধ্যে রয়েছে তার ধমম বা বি াস পরিবর্তন করার াধীনতা, এবং একা বা সমাজের অন্যের সাথে, কাশো বা ব্য্ গিতভাবে শি া দান, চচম্মাউপাসনা এবং পা ন করার মধ্যে দিে ধমম্মা বি াস কা করার াধীনতা।

নাগরিক ও রাজনৈতিক অধিকার সম্পর্কিত আন্তর্জাতিক চুক্তি (আইসিসিপিআর), অনুচ্ছেদ ১৮

1. তিটি মানুষের চি া, বিবেক এবং ধমেন্ন াধীনতার অধিকার রয়েছে ; এই অধিকারের মধ্যে রয়েছে তার ধমম বা বি াস পরিবর্তন করার াধীনতা, এবং একা বা সমাজের অন্যের সাথে, কাশো বা ব্য্ গিতভাবে শি া দান, চচম্মাউপাসনা এবং পা ন করার মধ্যে দিে ধমম্মা বি াস কা করার াধীনতা।
2. কারও উপর এমন জবরদাঁ করা যাবে না যার ফে তার পেন্দের ধমম্মা বি াস ধারণ বা ণ করার াধীনতা খবম য়।
3. সক্র জননিরাপ া, ঙ্খলা াস্, তনৈকিতা, সর্ষীক অধিকার এবং াধীনতা র ার জন অপরিহাযম্মবং আইনস ত সীমাবদ্ধতা লোই ধমম্মা বি াস পুর ে র াধীনতাকে সীমিত করতে পারে
4. সা তিক চুক্তি া রকারী রা সমূ পিতামাতার, এবং যোজ সকে আইনী অভিভাবকদের, নিজ বি াসের সাথে সামঞ্জস্যসরখেস ানদের ধমম্মী ও তনৈকি ি া নিশ্চিত করার াধীনতার তি দ্বাশী ওয়ার অঁ কার পণ করে ।

শিশু অধিকার বিষয়ক সনদ (সিআরসি), অনুচ্ছেদ ১৪

1. রা ি শুর চি া, বিবেক এবং ধমেন্ন াধীনতার অধিকার িকার করবে।
2. মানবাধিকার চচমবিষে ি দের মবধমম্মা মতার সাথে সমঞ্জস্যপূণমাম্মব দিকনিদেমশা দানের তি পিতামাতার, এবং যোজ্যসকে আইনী অভিভাবকদের অধিকার এবং কতমরকে রা িকার করবে।
3. ধমম্মা বি াস কা করার াধীনতা সক্র সর্ষ ধরনের সীমাবদ্ধতার অধীন হাে পারে যা আইন ারা িকৃত এবং জননিরাপত, ি, াস্, তনৈকিতা, সর্ষীক অধিকার এবং াধীনতা র ার জন্য অ ি ায়ম

ট

মানবাধিকার স্মাষণা ি সফন রাজনৈকিতাবে বাধ্যতা ক আনজমাকি অগকোর সঅনি সকাঅোনট, ভেন ন এবং চু ি ও আনজমাকি আইনের অধীনে বাধ্যতা ক অগকোর। তবে, মানবাধিকারের সর্বজনীন স্মাষণাপ টি এতই বাপকভাবে গুীত সযএটি এখন চিরাচরিত আনজমাকি আইন ি সাে বিবেচিত য়।

আরও দেখুন

ফিউশন রাইটস কমিটির সাধারণ মনব ২২ সদস্য আইসিসিপিআর-এর অনুদ ১৮-এর ব্যাখ্য বিবেষণ
নিবেশনা দান করে।

<https://www.equalrightstrust.org/ertdocumentbank/general%20comment%202022.pdf>

ধর্মম্মা বিাস্তিতিকি স পুরকার িুতা এবং তম্মম্ময় দূর করারবিষয়ে জাতিসংঘের স্মাষণা।

<https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/religionorbelief.aspx>

তম্মম্ময়,তবৈতি বা সিস্তাতাকে উসকে সদস্য এমন জাতীয়, জাতিগত বা ধর্মম্মী বিবেষণপূর্ণম্মরাম্মশানিষিদ্ধ করার
জন্য রাবাত ন অফ আক ন।

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomOpinion/Articles19-20/Pages/Index.aspx>

জাতিসংঘের মানবাধিকার বিষয়ক িইকমি নারের কাযমালায়এই লিাে ধর্মম্মা বিাসের িধীনতা সম্মিকি ত
আনুজম্মাকি মানবাধিকারের মানদ ির একটি স িণম্মংক ন পাবেন:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomReligion/Pages/Standards.aspx>

নিচের ি টিতে ধর্মম্মা বিাসের িধীনতা সম্মিকি ত জাতিসংঘের বিবেষণ তিবেদকের কাজের তথ্য পাওয়া
যাবে:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomReligion/Pages/FreedomReligionIndex.aspx>

আরও জানুন

নিচের লিাে গিে ফরব শিার মাধ মটির আটটি দর্ষ চলিাি সদস্য সযখনে ধর্মম্মা বিাসের িধীনতার সাথে
কী কী জাতি এবং কখন এই িধীনতা সীমিত হাে পারে তার ব্যাখ্য সদ্য আাে।

www.forb-learning.org/bn/films-on-forb



চলচিত্র

নিজ সদরে ফরব সম্কি ত তথ্য খুঁজু

তথ্যের উৎস নির্বাচন করার বিষয়ে সাধারণ পরামর্শ

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের সকাশম্পিরাচালা ার আগে আপনার সদরে ফরব এবং মানবাধিকারের পরিসি়ি সমক্কে ভালো াবে সজনেনি সূবিধা হাে। এর ফেে জাতীয় পযমাে বিরাজমান আইনী সমসয এবং আপনার সদরে বিভিন্ন স দায় ির অভি তা এই সকাশম্পিশা ণ ি ায় এবং আলোচনায় সমি ত করার সুযোগ পাবেন।

জাতীয় পযমায়েতথের উৎস ি স ন করার সচটকিবুন, সফন এনজিও ি সথকোে নিভন্মযোগ্য আনজমাকি উৎস সথকেষ্ট পরিপূরক তথ্য ি সফা করতে পারেন।

তথ্য স ন করার সময় মনে রাখবেন সয স াপটের বিবেচনা াে, এবং স্ফই স াপটে অন ান বি াসকেদ্রিক স ি কীভাবে পর বিত হাছে ইতাদি বিষয় লো বিবেচনা না করে উ স াপটের একটি বিে স য়ের বা ব পরিসি়ি অনুধাবন করা অসম্ভ একটি বা াপার। এমন সক্স সদ সন্ই সন্ধান শুমো একটি বি াসকেদ্রিক স য়ের অধিকার লাি ত া। সক সকে ই, একাধিক স ি পর বিত া, বিভিন্ন উপায়ে এবং বিভিন্ন া া। তাই বো সক্স বিে স য়ের উপর দৃষ্টিনিবদ্ধ করে এরকম নিভন্মযোগ উৎস লিাে এি়ে যাওয়া ঠিক হাে না - বরং একাধিক স ি সমক্কে একাধিক উৎস সথকেতথ্যনিে ভালো হাে।

বিশ্লেষণাত্মকভাবে চিন্তা করুন!

তথ পড়ার সময়, অপ চার এবং পক্ াত ট ার ব্যা ারে সতকমও সচেতন থাকুন। কিছু সরকার বি ি, ভ ভীতি এবং জবরদি ব বহার করে মানবাধিকার পযমবে ণ এবং তিবেদনে বাধা সন্ম। তাই নিজ সদরে পরিসি়ি সমক্কে সরকারের তথ নিভন্মযোগ নাও হাে পারে।

কখনও কখনও অন্যসদরে সরকার বা ধমস্কী এবং সু ি সমাজের কতমানে সদ্ভয়া তথ্যপ াত বা বিভ্রা কর হাে পারে। কখনও কখনও এ ধরনের তথ্যে রাজদনৈকি উে য়ু ক প াত তা থাকতে পারে।

যই সন্মা যায় সয কিছু তথ্যসক্স একটি নিদিম স য়ের উপর দৃষ্টিপিত করার কারণে অনভিে তভাবে সাবিক্ক পরিসি়ি র একটি বিভ্রা কর চি তুে ধরে। তাই, বিভিন্ন উৎস ব্য ার করুন, আপনার তথ্যযাচাই করু এবং বিে ষণাতমক বে চি া করুন

তথ্যের আন্তর্জাতিক উৎস

এখানে তথের কিছু মূলা ান উৎস সদ া হায়ে। আপনার সদরে সাথে সম্কি ত অং ি খুঁজে সপতেএ লো াউজ করুন।

দ্য ইউএসস ি পার্টমেন্ট বিে র য় তিটি সদরে ধমস্মা বি াসের াধীনতার অব ার বাষিক্ক তিবেদন।
www.state.gov/international-religious-freedom-reports

ইউএস কমি ন অন ই রনা না িলি াি য়াস ফ্রিডম (ইউএসসিআইআরএফ)- বিভিন্ন সদরে ফরব অধিকারের গুরুত ঙ্ঘন ফরব-এর বাষিক্ক তিবেদন।
www.uscirf.gov/annual-reports

পিউ রিসাচম্স র - বি জুডোধমস্মস্কি ত সরকারী বিধিনিষেধ এবং সামাজিক তবৈতির তথ্য
<https://www.pewresearch.org/topic/religion/religious-freedom-restrictions/>

মাইনরিটি রাইটস ই রনা না - বিভিন্ন সদরে সংখ ালাু এবং আদিবাসী সম্প্রদ সম্কি ত তথের ডিাে ি।
<https://minorityrights.org/directory>

ধমস্মা বি াসের াধীনতা সম্কি ত জাতিসংঘের বিে ষ তিবেদক - বিষয়ভিত্তিক এবং সদশক্তিক তিবেদন।
<https://www.ohchr.org/en/issues/freedomreligion/pages/freedomreligionindex.aspx>

সফল্যম ১৮ - মধ্যএ্যা, দাি ণ ককে াস, রাি া, সবা , ি মিয়া এবং তুরে ফরব নের পযমবেণ ও বিে ষণ।

www.forum18.org

ওএসসিই অ াে (ইউরোপ, ককে াস, মধ্যএ্যা, উ র আমেরিকা) ধমস্মী পরিচয় ভিতিকিষ্ণাত্ম অপরাধের তিবেদন

hatecrime.osce.org

এই টু দ্য চচস্মইন নি - ধমস্মী াধীনতা সমকি ত তবৈকি তিবেদন ২০২১

<https://acnuk.org/our-campaigns/religious-freedom-in-the-world-report-2021/>

যেসব প্রতিবেদনে বিশেষ কোন বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়ের উপর আলোকপাত করা হয়েছে

এি -সসমির্জম ও া ও াই - কানট সস ার সথকেবাষিক্ তিবেদন।

<https://cst.tau.ac.il/annual-reports-on-worldwide-antisemitism/>

তস্মময়দূর করার জন্যইস ামভীতি/মুসি ম-বিে ষ এবং ধমস্মা বি াস ভিতিকিঅসি ুতা তিরোধ করা: ধমস্মা বি াসের াধীনতার উপর জাতিসংঘের বিে ষ তিবেদকের তিবেদন, ২০২১।

www.ohchr.org/en/documents/ahrc4630-countering-islamophobiaanti-muslim-hatred-eliminate-discrimination-and

টি ার াধীনতা বিষয়ক তিবেদন - ি উমানি ই রনা না সথকেবাষিক্ তিবেদন।

<https://fot.humanists.international/>

বিশ্ াপী আ মদীদের নিপী .ন - ই রনা না ি উমান রাইটস কমিটি (একটি এনজিও যা আ মদী অধিকারের জন্য কাজ রে) সথকেজাতিসংঘের কাে সপ কৃত তিবেদন।

<https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Report-Persecution-of-Ahmadis-Worldwide.pdf>

যিহোবাস উইটনেসদের বিশ্ াপী নিপী .ন - ইউএসসিআইআরএফ এর তথ্য তিবেদন।

<https://www.uscifr.gov/publication/issue-update-global-persecution-jehovahs-witnesses>

ওয়া স্য়চাচ লিা - খ্রিষ্টিয়ানস ফ্রম অপেন সডস-সদর উপর নিপী .নের বাষিক্ তিবেদন।

<https://www.opendoorsuk.org/persecution/world-watch-list/>

গণতন্ত্র ও মানবাধিকার এবং বিশেষত , ফরব সম্পর্কিত বিশদ উপকরণসমূহ

আইডিআই ারনযা া বিে র সব সদে ধমস্মা বি াসের াধীনতা ও গণতের র পরিসিি পযমবেণ করে। মানচিে আপনার সদে র উপর িক করুন বং তথ খুঁজে সপতেবাম পাে র সমনুটি ব বহার করু

<https://www.idea.int/gsod-indices/#/indices/world-map>

সিভিকাস (CIVICUS) ফরব এর সাথে ঘনিষ্ঠভাবে সমকি ত অভিবর্্যা , সমাবে এবং সংঘবদ্ধ ও ার াধীনতা স নাগরিক সমাজের কমেস্স আ তা আরোপিত বিধিনিষেধ লোর উপর নজর রাখে।

<https://monitor.civicus.org/>

ফ্রিডম াউস - ২১০টি সদ ও অ াে জনগনের রাজদনৈকি অধিকারে সুযোগ, এবং নাগরিক াধীনতা বিষয়ে রেটিং এবং তিবেদন প্ করে। তথ্য খুঁ তে আপনার সদে িক করুন।

<https://freedomhouse.org/explore-the-map>

ি উমান রাইটস ওয়াচ ১০০টিরও সবাি সদে র মানবাধিকার পরিসিি নিয়ে বাষিক্ তিবেদন তৈকি করে। (সবচেয়ে সা তিক তিবেদনের জন্য নচের লিাে ২০২১-সকবতমান সালাি দিয়ে তি াপন করুন

<https://www.hrw.org/world-report/2021>

আমনেই ই রনা না -এর কান্টি স ফাইে ধমস্মা বি াসের াধীনতা বিষয়ক তথ্য পাওয়া যবে।

www.amnesty.org/en/countries/

খিতে থাকুন: আরও উপকরণ এবং অনলাইন সকাশম

ফরব সম্পর্কে জানুন

ফরব শিা ৱ মাধ ম এবং নরফরব (NORFORB) সদস্যা বিডি উপকরণ ও সকাশমরবরা করে যাতে আপনি আরও গভীরভাবে বিষয় লো বুঝতে ও খিতে পারেন।

[Learn about religious freedom \(forb-learning.org\)](http://forb-learning.org)

উপকরণসমূহে যা যা অনভুক্ত য়ে:

- [সবশাকি চলা](#)ি সযখনে ফরব, নয বিচারের সুযোগ, ধমস্বী বিষে ান, এবং স াপট বিে ষণের সরঞ্জাম সমকে ধারণা সদ্যা হ়ে ে।
- [ফরব সমকে](#) একটি অনলাইন,চাহি ামাফিক সকাশম
- [ফরব এবং লিা বা সজ ার](#) বিষে একটি অনলাইন,চাহি ামাফিক সকাশম
- এবং ফরব ও লিা /সজ ার, এবং ফরব ও সুী সমাজের সুচিত আ তা বা জা গা-এর মতো [বিষ ভিক](#) ির উপর তিবেদন।

ফরব সংশ্লিষ্ট সহায়তা প্রদানের দক্ষতা বিকাশ করুন

ানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের সকাশমর্গে পাশাপাি, ফরব শিা ৱ মাধ মটি আরও সযসযসুবিধা ি দান করে:

- ফরব [সহা েদর সরঞ্জামসমূ](#) - ফরব সংলি মানবাধিকার শিা া দানের সাথে যু সযসক্ট অনুীলারে এই সরঞ্জামসমূ বয ার করতে পারবে।(২০২৩ সারে র বসে পুর িত হ়ে)
- ফরব [শিা ক/সহা েদর](#) জন ১০-স া বযী অনলাইনসকাশম্মার জন সা াে ায় ৬ ঘন্টা সময় ব করতে হ়ে, (ান সীমিত)।
- নেটও াকিমস্থযোগ - নতুন উপকরণ এবং সকাশমসমকে সবমযে তথ সপতেএবং নেটও াকিমইভে অং ণ করতে আমাদের ফরব স ায়ক এবং শিা কদের [নেটওয়াকেসযমা দিন](#)।

জরুরী কৌশল: প্রতিরোধ করুন, থামুন, সাহায্যের জন্য ডাকুন এবং সতর্ক করুন

এখানে সশার জন অন্যান সং া ারা নিবমাচ্চি ক়ে উপকরণ এবং অনলাইনসকাশম্মএকটি ি রয়েছে।

জরুরী কৌশল: প্রতিরোধ করুন, থামুন, সাহায্যের জন্য ডাকুন এবং সতর্ক করুন

মানবাধিকারের তি তাৎক্ ক হু কি সমাকবেলা জ রী স্ক্শা ব বহার করা য়।নিম্নলিখিত উপকরণ ি এই স্ক্শা ি বহার ক তে সহায় হ়ে পারে।

অনলাইন কোর্সসমূহ

ঘণাত্মক বক্তব্য বুঝা এবং প্রতিরোধ করা

সফস্ফিক্ট ারা একটি সকাশম্মফস্ফিক্ট একটি শিা মু ক উদ্যেগ য়ার লা ইউরোপে ঘণাত্ম অপরাধ এবং ব বের সমাকবেলা করা। এই সকাশম্মর্গে পাঠে র অনেকটা অং ভি ভি স াপটের জন য়োজ হ়ে। আরও সফব সকাশম্মলা রয়েছে স স ি ও সদ্ধতে পারেন, সফন 'ই দী-বিদৌ ঘণাত্মক াধ সবার এবং চিহিত করা'।

শান্তি প্রক্রিয়ার প্রতি সমর্থন এবং নির্বাচন সহিংসতা প্রতিরোধ করা

ইউনাইটে স স ইনি টটট অফ পিস ারা অনলাইনসকাশম্ম

ফরব শিক্ষার মাধ্যম
[Learn about religious freedom \(forb-learning.org/bn\)](http://forb-learning.org)

FORB Learning Platform

উপকরণসমূহ

রাস্তায় হযরানি

সব নারীরাই রাা য় রানির শিা ার ন। তবে সংখ্যা ু নারীরা ঘৃণামূ ক এবং অথবা সষ্ট ান রানির বিে ষ ঝুঁকির মধ্যে থাকেন। একজন ভু ভোগী বা দশক হিসেে এ ধরনের রানি কীভাবে সমাঙ্বেলা করতে হাে সসসম্িকি ত ধারণা ও সঙ্েশা পাবেন এখানে:

পরিবর্তনের কৌশল: প্রচারণা, পরামর্শ, প্রণোদনা এবং অমান্য করা

পরামর্শা এবং চারাভিযান পরিবর্তম করার জন মু সঙ্েশা। নিম্নলিখিত উপকরণ এবং সকােসম্মই সঙ্েশা ি ব বহারের নিদেমাশা পাবেন।

অনলাইন কোর্সসমূহ

অ্যাডভোকেসি এ্যাসেনশিয়ালস

টি ারফা ারা অনলাইন সকােসম্মই লিাে গিে একটি সপ্ৰাই তরি করুন এবং সকােসম ক্যাালাে ‘অ্যাডভোকে এসেনশিয়া ’ ষুঁজুন।

এ্যাক্ট অ্যাডভোকেসি একাডেমি

এ্য অ্যালাে ারা অনলাইন সকােসম্মকাসম্মসিধতে ষধন . . . ষম-এ একটি সপ্ৰাই তরি করুন

নন-ভায়োলেন্ট এ্যাকশন, এ্যাক্টিভ সিজিল রেজিস্টেস

ইউনাইটে স স ইনি টিউট অফ পিস ারা অনলাইন সকােসম

উপকরণসমূহ

অ্যাডভোকেসি সরঞ্জামসমূহ - বি দ্য চেঞ্জ ইউ ওয়ান্ট টু সি

তরি করেছে আফ্রিকা টিফমম ফক্সসশা টেশা ন এ্য দ কমনওয়ে থ ফাউে ন।

অ্যাডভোকেসি সরঞ্জামসমূহ - আ রটস গাইড

তরি করেছে টি ারফা

অ্যাডভোকেসি: আ গাইড ফর শ্মল এন্ড ডায়াসপোরা অর্গানাইজেশনস

তরি করেছে ইফ্র্যাক

গেম অন - আ প্যাকটিকাল গাইড টু ক্যামপেইনিং

তরি করেছে উইগও াম এবং ফাইনেপ।

গড়ে তোলার কৌশল: সচেতনতা, সম্পৃক্ততা, দক্ষতা এবং নেটওয়ার্ক
গে. সজ্ঞার সঙ্কশা ি জনসচেতনতা এবং জিত (সব ধরনের সঙ্কশা বহরের দক্াস ন্ বযাি র
নেটও াকিম্গ্রর ারা পরিবতমরে জন দীর্ঘমেয়াদী ভি তরি করতে ব বহুত য়

অনলাইন কোর্সসমূহ

পডকাস্ট, ভিডিও ব্যবহার করা এবং অনলাইনে নিরাপদ থাকা

অযাডাভোকে অযাে ির ওে বসাইটে বিনামূলো সবশাক্ি দর্ধ্য অনলাইনসকাসস্বাবেন সয লো
বিভি বিষে ব বহারিক দক্ া অজমনেহায় হাে ।

আন্তঃধর্মীয় সংলাপ

KAIICID বা কাইসি আ ঃধমস্মী সংলাপের বিভি পদ্ধতি নিে সব ক্ে কটি অনলাইনসকাসম
দান করে

শান্তি-প্রতিষ্ঠা এবং আরও অনেক কিছু

ইউনাইটে স স ইনি টউট অফ পিস ারা পরিচাি ত সবশাক্ি অনলাইনসকাসম

www.usip.org/academy/catalog/religious-engagement-peacebuilding-common-ground-approach

usip.org/academy/catalog/introduction-religion-and-peacebuilding

নিজ বিশ্বাসের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণভাবে জীবন যাপন

কমঙ্ক্ে এবং সমাজে অন্ুমি, ভবেচি এবং বি াসের াধীনতা চার ও সমুনন করার উপায় নিে
একটি কমশাাল্য়া সনক্ এবং ভাবক পযমারে বযাি র জন সহায় হাে ।

উপকরণসমূহ

দ্য ইন্টারফেইথ উইক গরঞ্জামসমূহ

ই ারফেইথ নেটও াকমফর দ ইউ-সক ারা কাি ত সমাজভিক আ ঃধমস্মী কাযম ম সংঠিত
করার জন একটি ব বহারিক নিদেমশিা ।

দ্য ফেইথ ফর রাইটস টুলকিট

মানবাধিকার শি া মি উে র একটি সেট সযখনে ধমমবি াস এবং সংইথ ফর রাইটস স্ফমও াকে
১৮টি প্রতি তির সাথে য় মানবাধিকার ির মধে সমক্ অে ষণ করা হায়ে ।

শিক্ষক এবং যুব কর্মীদের জন্য অনলাইনে ঘণাত্মক বক্তব্য সম্পর্কিত সরঞ্জামসমূহ

শি া ক এবং অনযান যারা িশু এবং অলপ্ সীদের তি অনলাানে ঘণাত্ম ব ব সং া সমস্য়
সমাঝবেলাা কাজ করনে তাদের জন সসলাা অনলাইনসরঞ্জামসমূ বিভি উপকরণ দান করে থাকে ।

বিভিন্নতা (প্লুরালিজম) প্রচারের জন্য অনলাইন শিক্ষক প্রশিক্ষণ কোর্স

স াক্ে অন্ুমি ক্ পরিবে এবং বিভি তা চারের উপর শি া ক শি া ণ সকাসইংরেজী ও
আরবী ভাষায় এই সকাসইপ্রিদান করেছে হাডওই াডাস্য়াবা

ইমেইল: info@hardwiredglobal.org

রিলিজিয়নস ফর পিস দ্বারা প্রদত্ত ধর্মতাত্ত্বিক উপকরণসমূহ

দ আ াহমিক জুই , রিশ্চ ান এ ইসলামিক সফইথস ইন সাপোর্ট ফর সিটিজেনি প; ফ্রি ম অব থট,
কনে নস এ রিলিাি য়ন অর বিি ফ, এযন্ড টেশা ন অব ভলানে াব কমিউনিটিস ।

নিরাময় কৌশল: নথিভুক্ত করা, স্মরণ করা, ন্যায়বিচার এবং ক্ষতিপূরণ দাবী করা, বস্তুগত এবং মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান করা।

নিরাময় সঙ্ক্শা নের ারা ভাবিত মানুষ এবং সমাজের জন ন্যায় ও যথাযথ বিচার নিশ্চিত করার জন ব বহুত য

অনলাইন কোর্সসমূহ

মানবাধিকার লঙ্ঘনসমূহ নথিভুক্ত করা

অযাডাভোকে অযাে ি র ওে বসাইটে বিনামূলো সবশাক্ি দর্ঘ্য সকাশস্ঙ্জে পাবেন যা নথিভূঁ র দক্ া বিকাে সাহায করবে।সকাশস্মলাে রয়েছে :

- ামাণিক সাক্ ব বহার রে মানবাধিকার ঙ্ঘন থিভুক্ত রা এবং এর তিবেদন সপ করা।
- ভি ও মাণ ধারণ, সংর ণ এবং আদান- দান করা।

সমাজ ভিত্তিক মনোসামাজিক সহায়তা (সিবিপিএস)

তিনটি মি উ নিে গঠিত এই অনলাইনসকাশস্মআিপনাকে সিবিপিএস সমকে াথমিক বিষয় লো ি খতে সাহায করবে। তরি করেে চাচক্ষব সুইে ন (অয অযলায়ে র জন)।

অনুী নসমূে র সূচিপ

সাধারণ অনুশীলন

অনুশীলন	উদ্দেশ্য	পৃষ্ঠা
বাক টি স ৃষ্ণকরু	অং গকারীদের পরিচয় - অং গকারীরা কী অনুে রণা সথকে এই কোর্সটিতে সফা দিয়েে সসটি তুে ধরা	35
আপনি কী ভাবনে	অং গকারীদের পরিচয় - অং গকারীদের মধ্যে সাদৃ য় ি তুে ধরা	36
ঝুডিএগিয়ে সন্ধ্যা	মূ শান্তমূে র অনুী ন	36
আমার ংসা করু	দে অং গকারীদের পরিপূরক অবদানসমূ তুে ধরা	135
সবকিুে ব ুন	রিক অনুী ন যা আগের অধিবে নটি সথকেস খা বিষয় লো অং গকারীদের মনে করিয়ে সন্ধ্যা	49
যা কিুে মগে কর	সমাজের ভা দিক ি তুে ধরা	99
সন্ধ্যার অদ বদ করা	উ পক সবার মধ্যে সাধারণ সাদৃ য় ি তুে ধরে	71
উ পক	ট্টিন এবং থামুন	103
মি সথকেপা পযম	উ পক	130
পরিবতম করু	উ পক	137
সমাজ পরিবতমকারীদের অভিব ি পূণম উ পক তিক্তি	উ পক	147
অভিব ি র টি	সমাপনী অনুী ন-অং গকারীরা যা শিখেে সস বিষয়ে তাদের অনুভূতির উপর আলোকপাত করে	131
মি স্ক, হৃদয় াত	মূ ায়ন অনুী ন	148

মানবাধিকার, বৈষম্য এবং সামাজিক পরিচয় অন্বেষণের অনুশীলনসমূহ

অনুশীলন	উদ্দেশ্য	পৃষ্ঠা
জীবন নামের সু পু এবং মানবাধিকার গা ারি	দু টি অনুী ন সয লো সর্ষ াথস্ত অং গকারীদের অভিজ্ঞেলা চাি দার সাথে মানবাধিকারের সবজনীন স্মাষণার সংযুক্ততা বেষণ ক তে সা ায রে	37, 38
যা আেে ভা গে	বিে ষাধিকার এবং তিব কতা, এবং সংহারি উপকারীতা	68
এক পা এগিয়ে	অং গকারীদেরকে নিজেদের স াপটে আথমসামাজিক তিব কতা এবং তন্ময় সনাক্ত তে সা ায রে	69
আমাদের সামাজিক পরিচয়	অন ানয় মস্মী/বি াসভিতিকি রিচয়ের মানুষদের সাথে নিজেদের সাদৃ য় ুজে সপতে অং গকারীদের সা ায রে	72

ফরব অবেষণমূলক অনুশীলন

অনুশীলন	উদ্দেশ্য	পৃষ্ঠা
সকম এক কাে	ফরব সযবিষয় লোোে সুরা সন্স সো অং ণকারীদের কাে মু যবানকিনা তা নিয়ে গভীরভাবে ভাবতে সা ায্য রে	50
আমাদের সময়ে ফরব	নিজেদের তনৈন্দিন জীবনে ফরব অধিকার কীভাবে বয ার করে থাকেন স বিসয়ে অং ণকারীদেরকে ভাবতে সা ায্য রে	52
ফরব বিসয়ে দুই মিনিটের দুর্ টক	ফরব ঙ্ঘ চিহ্নিত করার দ তা বিকা করে	82
আমাদের শাহা র ফরব মানচি	দু টি খ নিয়ে গঠিত একটি অনুী ন যা ফরব স াপট বিে ষণে অং ণকারীদেরকে সা ায্য রে	101, 104

কর্ম পরিকল্পনা ও মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার পদ্ধতিগুলির উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ অনুশীলনসমূহ

অনুশীলন	উদ্দেশ্য	পৃষ্ঠা
সমাজ পরিবর্তনকারীদের গ ি আলোচনার দ সমূ	অনুপূরা ত করে এবং পদে প নিয়ে আলোচনার জন্য সযাগ তৈতি করে	114
দশক্ষ এবং নিরাময়কারী	সইসব প্রভাবক বা কার ি সনাক্ত তে সা ায্য রে সয ি র কারণে আমরা নিরব দশামলে ভূমিকায় অবতিগন্মা হাযে বরং পদে প ণ করি	114
আমি সঙ্ক	সযসযস িলাে পদে প সন্স সমভবসই স ি সনা করতে অং ণকারীদেরকে সা ায্য রে	116
জবুরী সঙ্কশাে	অধিবে ন ৬-এ উপ াপিত সঙ্কশাে সমূ নিয়ে দীয আলোচনা	118
সঙ্কশাে	মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত কর নযসঙ্কশােলাতিকি পদকেে র ধারণা নিয়ে সৃজনী আলোচনা	129
সমস াটা কি?	সযসমস া ি র জন্য মস্পরিকলপন তৈতিকরতে চান স ি সবে নিতে অং ণকারীদেরকে সা ায্য করে	135
আমাদের পরিবর্তমলে যা	কমস্পরিকলপনা অী ন	138, 146
আমরা এখান সথকেসক্কায যাব?	অং ণকারীদের পরবর্তমীপদে প ি সনাক্ত তে সা ায্য করে	147

অনেক মানুষ তাদের সমাজে ফরব গুণন মকে চি ত হাে ও, এ বিষয়ে কীভাবে তাৎপযাী কিছু করা যায় স্ন বাপারে তারা অনিশ্চিত।

ানীয় সমাজ পরিবতনকারীদের এই কোর্সটি হা নযটি মুখোমুখি কমমা ার একটি ধারাবাহিক সংক ন যা এমনভাবে তৈকিরা হাে যে যা তে করে প্ত স্ক এবং অ .সীরা ধমস্মা বি াসের াধীনতা (ফরব) সমকে জানতে, মূ য়দিতে এবং নিজেদের সমাজে প্চর তে স ম য়।

স ায়কদের এই নিদেমকিা এবং এর আনুষা ক উপকরণসমূে অধিবে ন পরিকল্পনা, উ াপনা রিপোর্ট লিাি, পাওয়ারপয়েন্ট, গ সপা র এবং সখ ার কাডাস সবকিুই খুঁজে পাবেন যা আপনাকে কোর্সটি চা াতে সা ায্য ক বে।আমরা আ া রাখিে সযএই উপকরণসমূে আপনার এ াকায় পরিবতনরে রি া শুরু করা বাপারে সা ায়ক হাে।

forb-learning.org



THE LOCAL
CHANGEMAKERS
COURSE

Nordic Ecumenical Network on
Freedom of Religion or Belief
NORFORB

FORB Learning
Platform

কোর্সটি তৈকিরেে নরফরব-এর প্রক ফ্রিডম অব রিলিাি য়ন অর বি ফ ানিমং ফমম
কপিরাইট নরফরব নেটওয়ার্কে পোে ©এসএমসি সফটুথ এই সডাভেপমেন্ট ২০২ www.smc.global
স খক: ক াথরিন কা াগরা ক ি জাইন এবং আইকনস সক্রসবি ি জাইন/ি ি না ি ন-বরগ এবং ইভা-সমরিওয়াডাে ন
চিত্রটবি নিউসাম | পাওয়ারপয়ে চিত্র ই জিয়ে
বাং া রি ি ং: ফারজানা মা মুদ, আইনজীবী এবং পরামশক | বাং া অনুবাদ: সমাা দ আি কু ইস াম, পরামশক (ি য়েটিভ পাথওয়েজ বি ি)
ISBN: 978-91-85141-35-7 | সন্ধ্যাযোগ: info@forb-learning.org | ওয়েবসাইট: www.forb-learning.org