

জলবায়ু পরিবর্তন

অব্যাহত জীবন জীবিকা ও আমাদের করণীয়



International e.V.



জলবায়ু পরিবর্তন: অব্যাহত জীবন জীবিকা ও আমাদের করণীয়

রচনা, পরিকল্পনা ও সম্পাদনা
দুর্যোগ ফোরাম, ১০/১৫, ইকবাল রোড, মোহাম্মদপুর, ঢাকা, বাংলাদেশ

অলংকরণ: রূপশ্রী হাজং

ডিজাইন ও মুদ্রণ: অর্ক

স্বত্ত্ব ও প্রকাশনা: গণ উন্নয়ন কেন্দ্র (GUK)

মুদ্রণ তারিখ: ১৬ জুন ২০২১

কপি রাইট: এই ফ্লিপচার্টটি AWO International and BMZ এর অর্থায়নে গণ উন্নয়ন কেন্দ্র (GUK) প্রকাশ করেছে।
এই ফ্লিপচার্টটি কেউ যদি পুনঃমুদ্রণ বা সংযোজন করতে চায় তাহলে গণ উন্নয়ন কেন্দ্র (GUK) থেকে লিখিত অনুমতি নিতে হবে।

সূচিপত্র

মুখ্যবন্ধ	৩
ফিফচার্ট ব্যবহারের নিয়ম	৪
১. জলবায়ু পরিবর্তন ও তার সাথে খাপ খাইয়ে চলা (অভিযোজন)	৫
২. দুর্যোগ প্রস্তুতি (বন্যা মোকাবেলায় প্রস্তুতি)	৭
৩. নিরাপদ অভিবাসন	৯
৪. সরকারি সেবাসমূহ এবং সেবাসমূহ পাওয়ার উপায়/সামাজিক নিরাপত্তা কর্মসূচি	১১
৫. কোডিড ১৯ বিষয়ে সচেতনতা সহ নিরাপদ পানি, স্যানিটেশন এবং স্বাস্থ্যাভ্যাস উন্নয়ন	১৩

মুখ্যবন্ধ

বাংলাদেশ প্রাকৃতিক ভাবে একটি দুর্যোগ প্রবণ দেশ। এর প্রধান কারণ বাংলাদেশের ভৌগোলিক অবস্থান, যার উভয়ে রয়েছে হিমালয় পর্বতশ্রেণী এবং দক্ষিণে বঙ্গোপসাগর। বন্যা, খরা, ঘূর্ণিঝড়, জলোচ্ছবাস, কালৈশাখী, টর্নেডো, জলাবদ্ধতা, উপকূলীয় এলাকায় লবণাক্ততা বৃদ্ধি, ভূমিকম্প, অগ্নিকান্ড, বজ্রপাত, প্রভৃতি এদেশের নিয়মিত আপদ ও দুর্যোগ। প্রকৃতি ও মানবসৃষ্ট এ সমস্ত দুর্যোগে মানুষের জীবন ও সম্পদের অপরিসীম ক্ষতি সাধিত হয়। জীবন-জীবিকার ব্যাপক ক্ষতি হয়। দেশের অর্থনৈতিক ভিত্তি, সামাজিক ও ভৌত অবকাঠামো দুর্বল থাকার কারণে এবং দারিদ্র্য ও অসচেতনতার কারণে দুর্যোগ আমাদের জন্য বয়ে আনে অবর্ণনীয় কষ্ট।

ইদানিং জলবায়ু পরিবর্তন দুর্যোগের ভয়াবহতা আরও বাড়িয়ে তুলেছে। এই জলবায়ু পরিবর্তন শুধুমাত্র প্রাকৃতিক কারণেই নয়, মানুষের কারণেও ঘটছে। পৃথিবীতে দিন দিন কল-কারখানা, গাড়ি, ইট ভাটা ইত্যাদি বেড়ে চলেছে। ফলে যান্ত্রিক উৎস থেকে যে ধোঁয়া নিঃসরিত হচ্ছে তাতে পৃথিবীর তাপমাত্রা ক্রমাগত বেড়ে চলেছে। জলবায়ু পরিবর্তনজনিত বিভিন্ন দুর্যোগ যেমন, সমুদ্রপৃষ্ঠের উচ্চতা বৃদ্ধি, লবণাক্ততা সমস্যা, হিমালয়ের বরফ গলার কারণে নদীর দিক পরিবর্তন, বন্যা ইত্যাদি সংঘটিত হচ্ছে। বেড়ে যাচ্ছে ঘূর্ণিঝড়, কালৈশাখী ও টর্নেডোর মত বিভিন্ন দুর্যোগের।

জলবায়ু পরিবর্তনের প্রভাবে উপকূলীয় অঞ্চলের ঝুঁকি দিন দিন বেড়েই চলছে। শুধু উপকূল অঞ্চল নয় দেশের উত্তরাঞ্চলের জেলাসমূহ প্রতি বছরই বন্যা, নদীভাঙ্গন, অতিবৃষ্টি কিংবা সময়ের আগে বৃষ্টি, খরা, শৈত্যপ্রবাহ, বজ্রপাত ইত্যাদিতে আক্রান্ত হয়ে বিভিন্নভাবে ক্ষতির শিকার হচ্ছে যা এই অঞ্চলসমূহের সার্বিক অর্থনৈতিক প্রভাব ফেলেছে। উত্তরাঞ্চলের প্রাকৃতিক দুর্যোগ আক্রান্ত জেলাগুলোর মধ্যে গাইবান্ধা জেলা অন্যতম। এই জেলায় প্রতি বছরই কোনো না কোনো প্রাকৃতিক দুর্যোগ আঘাত হানছে, বিশেষ করে বন্যা, নদীভাঙ্গন, শৈত্যপ্রবাহ, বজ্রপাত ইত্যাদি ব্যাহত করছে জীবনযাত্রা।

গণ উন্নয়ন কেন্দ্র (জিইউকে) ১৯৮৫ সাল থেকে গাইবান্ধা জেলার অতি দরিদ্র মানুষের সক্ষমতা বৃদ্ধির মাধ্যমে জীবনমানের উন্নয়নের লক্ষ্যে কাজ করে আসছে। জিইউকে গত তিন দশকে দারিদ্র্য বিমোচন, শিক্ষা, কর্মসংস্থান, নারীর ক্ষমতায়ন, দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা, জলবায়ু পরিবর্তন, ত্রাণ ও পুনর্বাসন, প্রতিবন্ধী উন্নয়ন, মা ও শিশু স্বাস্থ্য সেবা এবং তথ্য ও প্রযুক্তি সেবার উন্নয়নে কাজ করছে।

দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা, জলবায়ু পরিবর্তন ও নিরাপদ অভিবাসন কার্যক্রমের আওতায় জিইউকে AWO International and BMZ এর অর্থায়নে “Promoting Resilience, Opportunities and Socio-Economic Empowerment of migrants/climate displaced communities (PROSPERITY) in Bangladesh” প্রকল্প পরিচালনা করছে। জলবায়ু পরিবর্তন এবং দুর্যোগ ঝুঁকিঝড় ও মোকাবেলার কৌশল সতত পরিবর্তনশীল যা নিয়মিত অনুশীলনের মাধ্যমে আমাদের জানতে হয়। এই প্রকল্প গাইবান্ধা জেলার সামাজিক কাঠামো এবং কমিউনিটির জীবনমান ও সক্ষমতা বাড়াতে সহায়তা করবে। কমিউনিটির সচেতনতা এবং সক্ষমতা দুর্যোগের ঝুঁকি এবং ক্ষয়ক্ষতির পরিমাণ কিছুটা হলেও হাস করতে পারবে।

উল্লেখিত প্রকল্পের আওতায় স্থানীয় জনগোষ্ঠীর সাথে জলবায়ু পরিবর্তন ও মানিয়ে নেয়ার কৌশল বিষয়ক উঠান বৈঠক পরিচালনা কর্মসূচি রয়েছে। উঠান বৈঠকের আলোচনা পরিচালনার জন্য সহজ ভাষায় এই ফ্লিপচার্টটি তৈরি করা হয়েছে। এটি ব্যবহার করবেন প্রতিষ্ঠানের কর্মীরা। এই ফ্লিপচার্টটি কীভাবে ব্যবহার করবেন তার জন্য একটি মডিউলও কর্মীদের সরবরাহ করা হয়েছে।

ফ্লিপচার্টটি পরিকল্পনা ও সম্পাদনা করেছে দুর্যোগ ফোরাম। ফ্লিপচার্টটি মাঠ পর্যায়ে কর্মরত সকল কর্মীর মতামতের ভিত্তিতে তৈরি করা হয়েছে এবং মাঠ পর্যায়ে এর মূল্যায়ন আয়োজন করেছে জিইউকে। আমরা সকলের কাছে কৃতজ্ঞ। আশা করি এই উদ্যোগ কমিউনিটি পর্যায়ে জনগোষ্ঠীর সচেতনতা ও সক্ষমতা বৃদ্ধি জোরদার করবে।

ধন্যবাদান্তে

এম. আবদুস্স সালাম

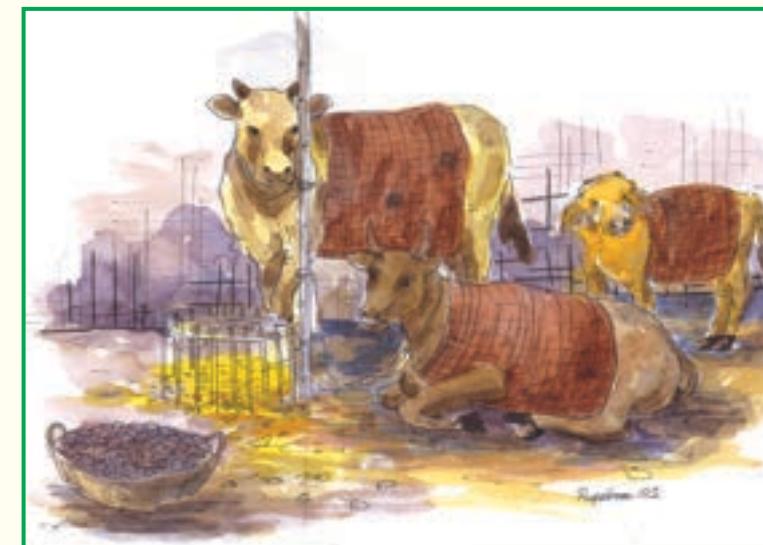
নির্বাহী প্রধান

গণ উন্নয়ন কেন্দ্র (GUK)

ফিপচার্ট ব্যবহারের নিয়ম

- ফিপচার্ট বা তথ্য সহায়িকা ব্যবহারের আগে আলোচকের নিজে পড়ে বিষয়গুলো ভালোভাবে আতঙ্ক করা।
- প্রতিটি ছবি দেখিয়ে আলোচনার উদ্দেশ্য, বিষয়বস্তু এবং এ থেকে অংশগ্রহণকারীরা কী জানতে পারবে তা ভালোমতো বুঝে নেওয়া।
- আলোচনার শুরুতে অংশগ্রহণকারীদের সাথে কুশল বিনিময় করা।
- আলোচনা উপস্থাপন করার মতো পরিবেশ তৈরি করা (যেমন: আলোচনার এ পর্যায়ে আপনাদের একটি ছবি দেখাব- এ ধরনের ভূমিকা দিয়ে অংশগ্রহণকারীদের মনোযোগ আকর্ষণ করা)।
- আলোচ্য বিষয়ের বর্ণনা নিজের দিকে এবং সংশ্লিষ্ট ছবির পৃষ্ঠাটিকে অংশগ্রহণকারীদের দিকে রেখে আলোচনা করা।
- অংশগ্রহণকারীরা ছবি ভালোভাবে দেখতে পারছেন কিনা সে ব্যাপারে নিশ্চিত হওয়া।
- ছবিগুলো দেখা ও ছবির বিষয়টি ভালোভাবে বোঝার জন্য অংশগ্রহণকারীদের সময় দেওয়া।
- অংশগ্রহণকারীদের সংশ্লিষ্ট বিষয়ে প্রশ্ন করতে ও কথা বলতে উৎসাহিত করা।
- মনোযোগ দিয়ে তাদের কথা শোনা এবং সংক্ষেপে সহজ ভাষায় তাদের প্রশ্নের সঠিক উত্তর দেওয়া।
- কোনো অবস্থাতেই রাজনৈতিক বা ব্যক্তিগত আলাপ না করা।
- কোনো গোষ্ঠী বা শ্রেণিকে অসম্মান করে মন্তব্য না করা।
- আলোচনা শেষে অংশগ্রহণকারীরা যা বুঝেছেন তা বলতে বলা বা ফিডব্যাক নেওয়া।
- আলোচনা সুন্দরভাবে সমাপ্ত করা এবং সেশন শেষে ফিপচার্ট বা তথ্য সহায়িকাটি যথাযথ স্থানে সংরক্ষণ করা।

১. জলবায়ু পরিবর্তন ও তার সাথে খাপ খাইয়ে চলা (অভিযোজন)



জলবায়ু পরিবর্তন: লাগসই প্রযুক্তিতে মুক্তি

বাংলাদেশ পরিবেশগত দিক থেকে বিশ্বের অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ একটি দেশ। জলবায়ু পরিবর্তনের ভয়াবহ প্রভাবের ঝুঁকিতে থাকা বিশ্বের অন্যতম দেশগুলোর মধ্যে বাংলাদেশ একটি।

- অপরিকল্পিত জনসংখ্যা, অতিমাত্রায় কাঠ, কয়লা, পেট্রোল, কেরোসিন ইত্যাদি জ্বালানির ব্যবহার বৃদ্ধি, যানবাহন থেকে নির্গত (ধোঁয়া) কার্বন, শিল্পকারখানার ধোঁয়া ও বিষাক্ত বর্জ্য এবং শিল্পোন্নত দেশগুলোর অতিমাত্রায় শিল্পায়ন, অপরিকল্পিতভাবে বনভূমি উজাড়, এয়ার কন্ডিশনার, প্লাস্টিক সামগ্রী, ইত্যাদি নানা কারণে পৃথিবীর গড় তাপমাত্রা বৃদ্ধি পাচ্ছে। ভবিষ্যতে আরো ভয়াবহ রূপ ধারণ করবে বলে আশঙ্কা করা হচ্ছে এবং এর কারণে সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে আছে বাংলাদেশ।
- বাংলাদেশে শীত মৌসুমে প্রায় ৩৬০০ বর্গকিলোমিটার এলাকা কমবেশি খরায় কবলিত হয়, আশংকা করা হচ্ছে ভবিষ্যতে আরও ২২০০ বর্গকিলোমিটার পর্যন্ত বাড়তে পারে। এছাড়াও দেশের উত্তরাঞ্চলে বৃষ্টি কম হওয়ার ফলে ফসলের অনেক ক্ষতি সাধিত হয়। আবার অতিবৃষ্টির ফলে সৃষ্টি বন্যায় ক্ষয়িক্ষেত্র ক্ষতির সম্মুখীন হচ্ছে।
- জলবায়ুর প্রত্যক্ষ ক্ষতিকারক প্রভাবে পানির লবণাক্ততা বেড়ে যাচ্ছে। জলবায়ু পরিবর্তনের ফলে সমুদ্রপৃষ্ঠের উচ্চতা আরো বৃদ্ধি পেয়ে বিস্তৃত এলাকায় লোনা পানির অনুপ্রবেশ ঘটবে বলে বিজ্ঞানীরা সতর্কবাণী দিয়েছেন। এতে উপকূলীয় অঞ্চলের মানুষ সরাসরি ক্ষতির সম্মুখীন হবে।
- জলবায়ুর পরিবর্তনের ফলে আর্থিক ক্ষতির পাশাপাশি জনস্বাস্থেরও ক্ষতি হচ্ছে এবং ভবিষ্যতে আরো বাঢ়বে। দাবদাহ কিংবা শীতে শিশুর জ্বর, সর্দি-কাশি, ডায়রিয়া ও নিউমোনিয়ার মতো মারাত্মক রোগে ব্যাপকভাবে আক্রান্ত হচ্ছে। এছাড়াও ডেংগু, সোয়াইন ফ্লু, চিকনগুনিয়া, নিপাহ ভাইরাস সহ বর্তমানে করোনা মহামারী ইত্যাদি কারণে জনজীবন বিপর্যস্ত হচ্ছে।

জলবায়ু পরিবর্তনে অভিযোজন ও অভিযোজন কৌশল

- অভিযোজন হলো প্রাকৃতিক এবং মানবসৃষ্টি পরিবেশের সাথে নিজেদেরকে এমনভাবে খাপ খাওয়ানো যাতে করে জলবায়ু পরিবর্তনের ফলে বিরুদ্ধ প্রভাব সহনীয় মাত্রায় কমানো যায়।
- জলবায়ু পরিবর্তনের কারণে সৃষ্টি বিরুদ্ধ প্রভাব ও পরিস্থিতিতে মানুষের জীবনধারাকে প্রতিকূল প্রকৃতির সাথে খাপ খাওয়ানো বা মানিয়ে নেয়ার জন্য বিভিন্ন ধরনের পছ্টা অবলম্বন করাকে অভিযোজন কৌশল বলে।

জলবায়ু পরিবর্তনে খাপ খাইয়ে নেয়ার জন্য করণীয়

- বন্যা ও লবণাক্ততা সহনীয় উপকরণ দিয়ে ঘর নির্মাণ ও পুনঃ নির্মাণ
- মূল ভূমি থেকে উঁচু করে বসতবাড়ি নির্মাণ
- ভাঙ্গন ঠেকাতে শিকড়যুক্ত গাছ লাগানো
- বৃষ্টির পানি সংগ্রহ ও সংরক্ষণের ব্যবস্থা করা
- উপকূলীয় বাঁধ রক্ষা
- উপকূলীয় সবুজ বেষ্টনী গড়ে তোলা
- অল্প সময়ে ধানের চারা উৎপাদন করা
- লবণাক্ততা সহিষ্ণু ফসল চাষ
- খরা সহনীয় শস্য রোপন
- সবজি চাষের জন্য বন্যার পানি ব্যবহার করা
- খাল বা নালার বা খাঁচার মধ্যে মাছ চাষ
- প্রাণীর খাদ্যের জন্য উচ্চ ফলনশীল ফসলের বিকাশ করা
- অতিরিক্ত শীতে গবাদি প্রাণীর শীত নিবারণের জন্য মোটা কাপড় ব্যবহার করা

২. দুর্যোগ প্রস্তুতি (বন্যা মোকাবেলায় প্রস্তুতি)



দুর্যোগের পূর্ব প্রস্তুতি: কমাতে পারে জানমালের ক্ষতি

দুর্যোগ প্রস্তুতি হচ্ছে এক প্রকারের বিশেষ ব্যবস্থা যার মাধ্যমে প্রাকৃতিক দুর্যোগ এর বুঁকি কমানো যায়।

দুর্যোগ প্রস্তুতির বিভিন্ন ধাপ

- দুর্যোগ প্রস্তুতি এবং দুর্যোগকালীন ও দুর্যোগ পরবর্তী করণীয় সমস্কে জানা। স্থানীয় জনসাধারণের মধ্যে দুর্যোগ প্রস্তুতির উপর সচেতনতা বৃদ্ধি করা।
- দুর্যোগ প্রস্তুতি পরিকল্পনা, এলাকার একটি মানচিত্র আঁকা, এলাকার সম্পদ ও সেবাসমূহ চিহ্নিত করা, গুরুত্বপূর্ণ যোগাযোগ নাম্বার সংগ্রহ করা, সবাইকে জানানো এবং এমন জায়গায় রাখা যেন সবার দৃষ্টিগোচর হয় এবং সময় অনুযায়ী এই তথ্য সকলের কাজে লাগবে এবং চেক লিস্ট তৈরি করা।
- বাড়ি থেকে আশ্রয়কেন্দ্রে যাওয়ার জন্য মহড়ার আয়োজন করা এবং প্রাথমিক চিকিৎসার জরুরি বাস্তু প্রস্তুত রাখা।
- রেডিও থেকে আবহাওয়া বার্তা এবং দুর্যোগের গতিপথ সম্পর্কে খবর রাখা। দুর্যোগ সম্পর্কে সতর্ক সংকেত ও পূর্বাভাস জানা এবং কমিউনিটি রেডিওর বার্তা নিয়মিত শোনা।
- সঠিকভাবে বৃষ্টির পানি সংগ্রহ এবং খাবার পানি জমা রাখার জন্য উদ্যোগ গ্রহণ করা।
- দুর্যোগ আসার পূর্বেই কোনো উঁচু স্থানে বা আশ্রয়কেন্দ্রে চলে যাওয়া। ছোট শিশু, অসুস্থ নারী, প্রবীণ এবং প্রতিবন্ধীদের অগ্রাধিকার দেয়া। ছোট শিশুদের পরিবারের বড়দের তত্ত্বাবধানে রাখা। পানিতে ডুবে, সাপ ও বিষাক্ত কীট-পতঙ্গ থেকে পরিবারের সবাইকে সাবধান রাখা।
- বন্যার ক্ষয়ক্ষতি রোধের জন্য বন্যা নিয়ন্ত্রণ বাঁধ আছে। সকলের উচিত স্বাভাবিক সময় দুর্যোগের প্রস্তুতি হিসেবে এই বাঁধগুলোকে নিয়মিত রক্ষণাবেক্ষণ করা। বাঁধে কোন ফাটল দেখা যাচ্ছে কিনা এই বিষয়ে নিয়মিত পর্যবেক্ষণ করা এবং সাথে সাথে সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে জানানো উচিত।
- বন্যা প্রবণ এলাকার চারপাশে নিয়ম মেনে স্থানীয় প্রজাতির গাছ লাগাতে হবে এবং পরিচর্যা করতে হবে। কেউ যেন বাঁধের ঘাস ও গাছের ক্ষতি না করে সেদিকে সতর্ক দৃষ্টি রাখতে হবে।

বন্যা মোকাবিলায় আগাম প্রস্তুতি আমাদের ক্ষয়ক্ষতি কমিয়ে আনতে সহযোগিতা করবে, যেমন:

- বাড়ির ভিটা স্বাভাবিক উচ্চতার চেয়ে বেশি উঁচু করে নির্মাণ করুন, যাতে বন্যার পানি ঘরে না উঠে।
- টিউবওয়েল উঁচু স্থানে স্থাপন করুন, যাতে বন্যার পানিতে ডুবে না যায়, কিংবা বন্যার সময় টিউবওয়েল উঁচু করার ব্যবস্থা করুন।
- নতুন জেগে উঠা চরে বসতবাড়ি নির্মাণ না করা ভালো, নতুন চরে ঘর, বন্যা হলে আরো বেশি ক্ষতিগ্রস্ত হয়।
- গবাদিপ্রাণী মূল্যবান সম্পদ, এদের রক্ষার জন্য আগে থেকে উঁচু জায়গা কিংবা দূরবর্তী শুকনো জায়গায় পাঠিয়ে দেয়ার ব্যবস্থা করুন।
- বন্যার মাস শুরুর আগে শুকনো খাবার, ফসলের বীজসহ প্রয়োজনীয় জিনিসপত্র মজুদ রাখুন।
- সাপের কামড় থেকে বাঁচতে নিয়মিত বাড়িঘর এবং আঙিনা পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন ও শুক্র রাখার পাশাপাশি রাতের বেলা অন্ধকারে চলাচল থেকে বিরত থাকতে হবে। কার্বলিক এসিড রাখলে সাপের উপদ্রব কম হয়। কাছাকাছি কোন হাসপাতালে সাপের কামড়ের চিকিৎসা আছে তা জেনে রাখুন।
- ছোট শিশুদের সাতাঁর শেখান এবং বাড়ির চারপাশে বেড়া দিয়ে শিশুদের সুরক্ষা ঢাল তৈরি করুন।
- এলাকার দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কমিটি বা স্বেচ্ছাসেবকদের সাথে যোগাযোগ রাখুন এবং তাদের পরামর্শ গ্রহণ করুন।
- বন্যা কবলিত হওয়ার আশংকা আছে এমন পুকুর, দিঘি, ঘেরের নিচু পাড়গুলো উঁচু করে দিন। সঙ্গে হলে জাল দিয়ে ঘিরে দিন। যদি দেখা যায় একবোরেই বন্যার পানি প্রবেশ ঠেকানো সঙ্গে না সে ক্ষেত্রে তাৎক্ষনিক মাছ বিক্রি করে ক্ষতি কমিয়ে নিতে পারেন।
- বাড়ির আশেপাশে টোল কলমি, কলাগাছসহ বেশি করে অন্যান্য ফলজ গাছ লাগান, যাতে বন্যার পানির তোড়ে বাড়ি ক্ষতিগ্রস্ত না হয়।

৩. নিরাপদ অভিবাসন



সঠিক তথ্য ও স্বচ্ছতা: নিশ্চিত করতে পারে নিরাপদ বিদেশ যাত্রা

নিরাপদ অভিবাসন

- মানুষ প্রতিনিয়ত তার প্রয়োজনের তাগিদে একস্থান থেকে অন্যস্থানে গমন করছে। যেমন- জীবিকা নির্বাহ, চাকরি, চিকিৎসা, বিনোদন, হাট-বাজার প্রভৃতি কারণে একস্থান থেকে অন্যস্থানে ছুটে যাচ্ছে। সাধারণত মানুষের বাসস্থানের একপ স্থায়ী বা অস্থায়ী পরিবর্তনকে অভিবাসন বলা হয়ে থাকে।
- মানব পাচারের অন্যতম কারণ হলো অনিরাপদ অভিবাসন। অভিবাসন নির্দিষ্ট সময়ের জন্য কর্মসংস্থানের উদ্দেশ্যে এবং বৈধ পথে হয়, অন্যদিকে মানব পাচার অবৈধ পথে এবং শোষণ, নিপীড়নের উদ্দেশ্যে হয়ে থাকে।
- জনসংখ্যা বৃদ্ধি অভিবাসনের অন্যতম একটি কারণ। খাদ্যের চাহিদা বৃদ্ধি, কৃষি জমিহ্রাসসহ বিভিন্ন মৌলিক চাহিদা পূরণের লক্ষ্যে অনিচ্ছা সত্ত্বেও এলাকার বাইরে বা দেশের বাইরে গমন করতে বাধ্য হয়।
- বর্তমানে আমাদের দেশে অভিবাসনের একটি অন্যতম কারণ নদীভাঙ্গন। নদীভাঙ্গনের ফলে প্রতিবছর অনেকে সহায়সম্বল হারিয়ে শহরে অভিগমন করছে।
- আমাদের দেশের আন্তর্জাতিক অভিবাসনের অন্যতম কারণ অর্থনৈতিক। অনেক পরিবারের সদস্যই উন্নত ও স্বচ্ছ জীবনযাপনের প্রত্যাশায় বিদেশে পাড়ি জমায়।
- অভ্যন্তরীন অভিবাসনের অন্যতম প্রধান কারণ জীবিকার সঙ্কান। প্রতিনিয়ত গ্রাম থেকে শহরে জীবিকার সঙ্কানে মানুষ স্থানান্তরিত হচ্ছে। এছাড়া আয়তনের তুলনায় জনসংখ্যা বেশি হওয়ায় মাথাপিছু কৃষি জমি কমে যাচ্ছে। ফলে কর্মসংস্থানের জন্য মানুষ অন্যত্র গমন করছে।

কেউ যদি বিদেশে কাজের উদ্দেশ্যে যেতে চায় তবে যে সকল বিষয়ে খেয়াল রাখতে হবে:

- দক্ষতা অর্জনের লক্ষ্যে আপনার নিকটস্থ কারিগরি প্রশিক্ষণ কেন্দ্র (টিটিসি) হতে প্রশিক্ষণ নিন।
- সরকার অনুমোদিত রিক্রুটিং এজেন্সির তথ্যের জন্য নিকটস্থ জেলা কর্মসংস্থান ও জনশক্তি অফিসে যোগাযোগ করুন।
- চাকরি নিয়ে বিদেশে যাওয়ার ক্ষেত্রে কোনও অবস্থাতেই দালালের শরণাপন্ন হবেন না। এতে অর্থ অপচয় ও মানব পাচারের শিকার হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।
- আপনার নাম ন্যাশনাল ডাটাবেজে অন্তর্ভুক্ত করুন। ইউনিয়ন তথ্য সেবাকেন্দ্রের সাহায্য নিন।
- আরবী ও ইংরেজী ভাষায় ভাব প্রকাশের জন্য কয়েকটি সাধারণ বাক্য শিখে নিন।
- বিদেশ যাওয়ার আগে আত্মীয়-স্বজনদের টেলিফোন নাম্বার সাথে রাখুন।
- আর্থিক সহায়তার প্রয়োজন হলে প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংক হতে জামানতবিহীন লোন গ্রহণ করতে পারবেন।
- কাজে যোগ দেয়ার আগে কর্মক্ষেত্রে ও চাকরির নাম, ঠিকানাসহ কোম্পানী বা চাকরিদাতার নাম, যাতায়াত ভাতা ও খাবার ভাতা, চাকরির সময়সীমা, মাসিক বেতন, নিয়মিত কর্ম সময়, সাংগ্রহিক, বাংসরিক, অসুস্থতার ছুটি এবং ওভার টাইম ইত্যাদি জেনে নিন।
- মেডিকেল বা স্বাস্থ্যসেবার সুবিধা, কর্মক্ষেত্রে অসুস্থতা বা মৃত্যুর জন্য ক্ষতিপূরণের টাকা এবং মৃত্যু হলে মৃতদেহ দেশে পাঠানোর ব্যবস্থা, ইত্যাদি জেনে নিন।

৪. সরকারি সেবাসমূহ এবং সেবাসমূহ পাওয়ার উপায়/সামাজিক নিরাপত্তা কর্মসূচি



সামাজিক নিরাপত্তা : পেতে হলে জানতে হবে

সামাজিক নিরাপত্তা সমাজের ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠীর জীবন যাত্রা চলমান রাখাসহ সমাজের সুবিধাভোগী শ্রেণি ও সুবিধাবন্ধিত জনগোষ্ঠীর মধ্যে আয় বৈষম্য কমিয়ে আনে।

- এটি দারিদ্র্য নিরসনের অন্যতম হাতিয়ার হিসেবে ব্যবহৃত হয়;
- সমাজের অর্থনৈতিক বৈষম্যহ্রাস করতে সহায়তা করে;
- শিক্ষা, স্বাস্থ্য বা আয়বৃদ্ধিমূলক কাজে বিনিয়োগ করার সুযোগ তৈরি করে দেয়;
- ধনী ও অতিদিনদ্রের অর্থনৈতিক বৈষম্য কমিয়ে আনতে সহায়তা করে;
- দরিদ্র পরিবারে নতুন অর্থনৈতিক সুযোগ তৈরি করে;

বাংলাদেশে বাস্তবায়িত সামাজিক নিরাপত্তা কর্মসূচিসমূহ হলো ১) শিশুদের জন্য কর্মসূচি, ২) কর্মক্ষম নাগরিকদের জন্য কর্মসূচি, ৩) বয়স্কদের জন্য ব্যাপকভিত্তিক পেনশন ব্যবস্থা, ৪) প্রতিবন্ধীদের জন্য কর্মসূচি, ৫) ক্ষুদ্র ও বিশেষ কর্মসূচি। এছাড়া বয়স্ক ভাতা, দুঃস্থ মহিলা ভাতা, বিধবা ও স্বামী নিগৃহীতা মহিলা ভাতা, প্রতিবন্ধী ভাতা প্রদানের মাধ্যমে সরকার দেশের দরিদ্র জনগোষ্ঠীর সামাজিক নিরাপত্তা রক্ষায় কাজ করছে।

সামাজিক নিরাপত্তা কর্মসূচি বাস্তবায়নে ইউনিয়ন পরিষদের ভূমিকা

- ইউনিয়ন এলাকায় সামাজিক নিরাপত্তা কর্মসূচির আওতায় বয়স্ক, বিধবা, প্রতিবন্ধী ও মুক্তিযোদ্ধাদের কল্যাণে সরকার কর্তৃক গৃহীত বিভিন্ন প্রকল্পের বাস্তবায়ন পর্যবেক্ষণ করা;
- নারী ও শিশু নির্যাতন, বাল্যবিবাহ ও যৌতুক প্রতিরোধ ও নারীর সম্মহানি বন্ধের জন্য সামাজিক প্রতিরোধ তৈরিতে ক্ষুল, কলেজ, মড়ব ও মাদ্রাসা শিক্ষক এবং মসজিদের ইমাম, মন্দিরের পুরহিতগণের মাধ্যমে প্রচারণা চালানোর ব্যবস্থা গ্রহণ।
- বিশুদ্ধ পানি ও স্যানিটেশন ব্যবস্থার উন্নয়নে কাজ করা।
- স্যানিটারি পায়খানা তৈরি ও ব্যবহারে জনগণকে উৎসাহ প্রদান এবং স্থাপনে সহায়তা করা।
- ইউনিয়নের নদী, বন ইত্যাদির দেখাশোনা, স্বাস্থ্য ব্যবস্থার উন্নতির ব্যবস্থা করা।
- বিশুদ্ধপানীয় জলের ব্যবস্থা করা ইউনিয়ন পরিষদের অন্যতম দায়িত্ব। এর জন্য ইউনিয়ন পরিষদ কৃয়া, পুকুর, ইঁদারা ইত্যাদি খনন, পুনঃখনন ও সংরক্ষণ করে এবং এসবের পানি যাতে অন্য কোন ব্যবহার দ্বারা দূষিত না হয় তার ব্যবস্থা করে। সুবিধাজনক জায়গায় নলকূপ বসানো ও তা রক্ষণাবেক্ষণের বিষয়ে ইউনিয়ন পরিষদের গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রয়েছে।
- খাবার পানির উৎসগুলো দূষণের হাত থেকে রক্ষা করার জন্য ব্যবস্থা গ্রহণ করা সহ খাবার পানির জন্য সংরক্ষিত কূপ, পুকুর এবং অন্যান্য স্থানের পানিতে গোসল, কাপড় কাঁচা বা গবাদিপশুর গোসল নিষেধ ও নিয়ন্ত্রণ করা ইউনিয়ন পরিষদের অন্যতম একটি কাজ।
- পুকুর বা পানি সরবরাহের অন্যান্য স্থানে বা নিকটবর্তী স্থানে শন, পাট বা অন্যান্য গাছ ভেজানো নিষেধ ও নিয়ন্ত্রণ করা।

৫. কোভিড ১৯ বিষয়ে সচেতনতা সহ নিরাপদ পানি, স্যানিটেশন এবং স্বাস্থ্যাভ্যাস উন্নয়ন



বার বার হাত ধুতে হবে: মাস্ক পড়ুন, সুস্থ থাকুন

করোনাভাইরাসের বর্তমান সংক্রমণের নামকরণ করা হয়েছে করোনাভাইরাস ২০১৯ (কোভিড-১৯)।

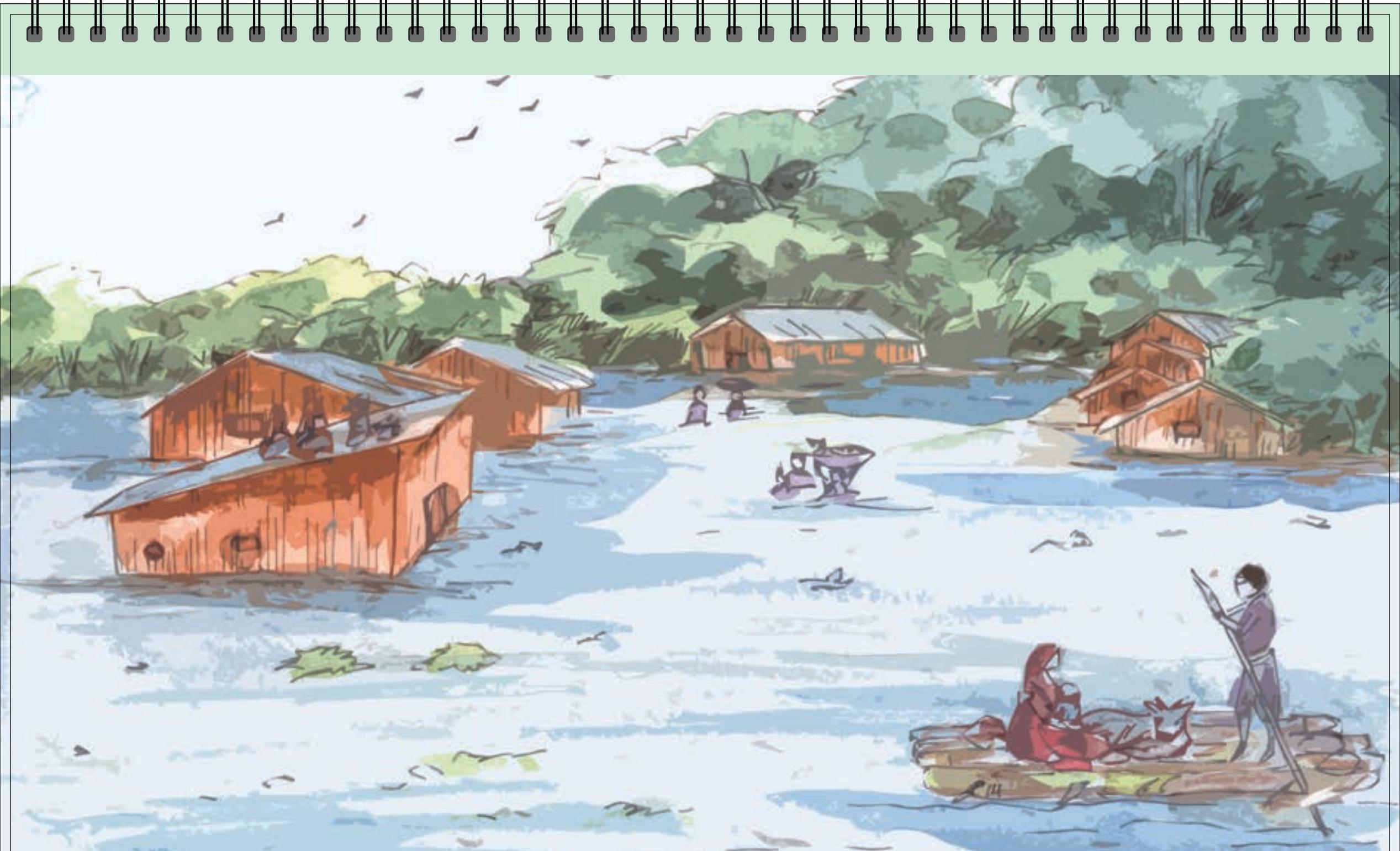
- সংক্রমিত ব্যক্তির শ্বাসতন্ত্রের লালা বা থুতুর অংশ বা ফোঁটার (কাশি এবং হাঁচির মাধ্যমে তৈরী) সাথে সরাসরি যোগাযোগের মাধ্যমে এই ভাইরাস ছড়ায়। অর্থাৎ হাঁচি-কাশির সঙ্গে সংক্রমিত ফোঁটা ছড়িয়ে পড়ে এবং সেগুলো বিভিন্ন জায়গায় লেগে থাকে। যে সব জায়গা সকলেই মাঝে মাঝে স্পর্শ করি, যেমন অন্য লোকের হাত, দরজার হাতল বা ছিটকিনি, রেলিং ইত্যাদি, সেখান থেকে ভাইরাস যে কারো হাতে লাগতে পারে এবং তারপর সে হাত নিজেদের মুখে এবং ফুসফুসে চুকে পড়ে সংক্রমিত হতে পারে।

করোনাভাইরাসের প্রধান লক্ষণগুলো হলো:

- এই ভাইরাসে আক্রান্ত হওয়ার প্রধান লক্ষণ হলো জ্বর, কাশি এবং শ্বাসকষ্ট, তবে মারাত্মক ক্ষেত্রে, এই সংক্রমণের ফলে নিউমোনিয়া বা শ্বাস-প্রশ্বাসের অসুবিধা হতে পারে।
- বেশিরভাগ সময় এসব লক্ষণগুলো ফ্লু (ইনফ্লুয়েঞ্জা) বা সাধারণ ঠাণ্ডা-জ্বর হিসেবে দেখা হয়, যা কোভিড-১৯ এর চেয়ে অনেক বেশি সাধারণ বলে বেশিরভাগ মানুষ কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত হয়েছে কিনা তা বুবাতে পারেনা। কোনও ব্যক্তির এই ধরনের লক্ষণ থাকলে সে কোভিড-১৯-এ আক্রান্ত হয়েছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখে নেয়া দরকার।
- কারো কারো জ্বর, শুকনো কাশি আর ক্লান্সি দেখা দেয়, এছাড়া গা-ব্যাথা, শ্বাসকষ্ট, পেশী আর হাড়ের জোড়ায় জোড়ায় ব্যাথা, গলা ব্যাথা, মাথাধৰা, কাঁপুনি হতে পারে এবং কিছু কিছু ক্ষেত্রে পেট খারাপও হতে পারে।

কোভিড-১৯ থেকে প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থাগুলো হলো:

- বার বার হাত ধোয়া করোনাভাইরাস থেকে প্রতিরোধের অন্যতম প্রধান উপায়। সংক্রমণ এড়াতে আপনি এবং আপনার পরিবারের সকলে ঘন ঘন সাবান ও পানি দিয়ে বা জীবাণুনাশক দ্রবণ বা তরল দিয়ে হাত-ধোয়ার সামগ্রী ব্যবহার করে হাত ধুতে হবে।
- কাশি বা হাঁচি দেবার সময় মুখ এবং নাক হাতের কনুই দিয়ে বা টিসু বা রুমাল দিয়ে ঢেকে রাখুন।
- মসজিদে নামাজে যাবার সময় নিজেদের লক্তি করা বা ধোয়া জায়নামাজ ও টুপি নিয়ে যান। বাড়ি এসে সেটা আবার লক্তি করে ফেলুন। সেটা না পারলে কমপক্ষে একটা সাবান কাচা বড় রুমাল নিয়ে যাবেন সেজদার জায়গায় সেটা বিছিয়ে সেজদা দিন।
- সেলুনে গেলে নিজের তোয়ালে বা নিজের একটা সুতি চাদর নিয়ে যান। সেলুনের চাদর তোয়ালে ব্যবহার করা এবং অন্যের ব্যবহৃত যেকোনো কিছু ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকুন।
- ঠাণ্ডা লেগেছে বা জ্বরের লক্ষণ আছে এমন ব্যক্তির সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন। আপনার বা আপনার পরিবারের কারো জ্বর, কাশি বা শ্বাসকষ্ট হলে দ্রুত চিকিৎসাসেবা নিন।
- যতটা সম্ভব সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখুন, কারো সাথে করমদ্রন বা হ্যান্ডশেক করা থেকে বিরত থাকুন। এতে শারীরিক দূরত্ব বজায় থাকবে। নভেল করোনাভাইরাস যেহেতু মানুষে ছড়াচ্ছে তাই মানুষের ভিড় আর বারোয়ারী জায়গাগুলিতে এমনকি প্রয়োজনে বাড়ির ভেতরও মাস্ক ব্যবহার করুন।



গণ উন্নয়ন কেন্দ্র
Gana Unnayan Kendra

নশরতপুর, পোস্ট বক্স - ১৪, গাইবান্ধা-৫৭০০, বাংলাদেশ।

ওয়েবসাইট: www.gukbd.net, ফোন: +৮৮ ০১৭১৩৪৮৪৬৯৬, +৮৮ ০১৭৫৫৬৬০৬৬