সংখ্যা-৮

অক্টোবর,২০১৮

দ্বীপ উন্নয়ন সংস্থা

উপকূলে স্থায়ীত্বশীল উন্নয়ন প্রয়াস

সফলতার গল্প

বাল্য বিবাহ রুখে আলোর পথে কিশোরী ক্লাব এর কিশোরীরা-

মৌমিতা উজ্জীবিত কিশোরী ক্লাব এর সদস্যরা।

লিমা আক্তার হরনী ইউনিয়নের আহম্মদপুর গ্রামের কৃষক পিতা এবং গৃহিণী মাতার ৫ সন্তানের মাঝে দ্বিতীয়। ১৪ বছর এর লিমা, স্থানীয় উচ্চ মাধ্যমিক বিদ্যালয়ে নবম শ্রেনীর ছাত্রী।

ষষ্ঠ/সপ্তম শ্রেনীতে পড়া অবস্থায় ই তার বিয়ের প্রস্তাব আসতে শুরু করে।জেএসসি পরীক্ষার ফলাফল এর পর নবম শ্রেনীতে ক্লাস শুরুর পর ই আত্মীয় প্রতবেশীরা তার বাবা মায়ের কাছে জোরালো ভাবে বিয়ের সম্বন্ধ নিয়ে আসে। দেখতে ভালো আর অষ্টম শ্রেনী পাশ করেছে বলে পিতামতা ও মেয়ে কে বিয়ে দিতে উৎসাহী হয়ে ওঠে। দিন কাল ভালো নয়, নিরাপত্তার সাথে সাথে তার ছোট দুই বোনের সামনে বিয়ে দিতে হবে এই নিয়েও চিন্তিত লিমার পরিবার।

এক আত্মীয় লিমার বিয়ের প্রস্তাব নিয়ে আসে। ছেলে উপযুক্ত, জাহাজে চাকরি করে। ছেলের পিতারও সম্পত্তি রয়েছে। শশুর বাড়ীতে মেয়ের কোন অভাব হবে না। কিছু অর্থ ছাড়া খুব বেশি চাওয়াও নেই ছেলের পরিবারের।কিন্তু লিমা কিছুতেই বিয়েতে করতে চায় না। সে হরনী মৌমিতা উজ্জীবিত ক্লাব এর সদস্য।সে ক্লাব এ আলচনার মাধ্যমে জেনেছে ১৮ বছরের আগে বিয়ে হলে তার শারীরিক ও মানিসিক ক্ষতি হতে পারে।এখন বিয়ে হলে সে আর পড়ালেখাও করতে পারবে না। সে চায় লেখা পড়া করে সমাজে নিজেকে সম্মানের সাথে প্রতিষ্ঠিত করতে।

লিমার বাবা মা তার ইচ্ছা শুনতে চান নি।এত ভালো ছেলে হাত ছাড়া করতে চান না তারা।লিমার বিয়ে ঠিক করে তার পরিবার। লিমা বুঝতে পারে না সে কি করবে। সে বাবা মা কে বুঝতে চেষ্টা করেও ব্যর্থ হয়। সে তার কিশোরী ক্লাব এর বন্ধুদের বিষয়টি জানায়। সব শুনে কিশেরী ক্লাব এর মেন্টর আপা ও তার ৫ বন্ধু মিলে লিমার বাড়ি যায় তার বাব মা কে বুঝাতে। ভালো ভাবে বুঝানোর পর লিমার বাবা মা তাদের ভুল বুঝতে পারলেন এবং লিমাকে পড়া লেখা সম্মপন্ন হবার পর বিয়ে দিবেন বলে সিদ্ধান্ত নিলেন। এভাবেই কিশোরী লিমা কে বাল্য বিবাহের হাত থেকে রক্ষা করলো তার কিশোরী ক্লাবের বন্ধুরা।এভাবেই সাংঘঠনিক ভাবে এগিয়ে যাক আমাদের কিশোরীরা। তৈরি হোক এক নতুন সুখি সমৃদ্ধ বাংলাদেশ।

শিশুদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা খুবই কম। শীতের এই বদলে যাওয়া আবহাওয়ায়, শিশুরা খুব সহজেই বিভিন্ন অসুখে আক্রান্ত হয়। এ সময়ে বাতাসে ধুলোবালির পরিমাণ বেড়ে যায়, রোগজীবাণুর সংক্রমণও বাড়তে থাকে। সঠিক সময়ে সঠিক ব্যবস্থা গ্রহণ করলে আপনি আপনার শিশুকে এই সকল শীত জনিত রোগ থেকে মুক্ত রাখতে পারবেন।

সর্দি-কাশিঃ

শীতে সবচেয়ে বেশি যে রোগ হয় তা হল সর্দি-কাশি, কমন কোল্ড বা ঠাণ্ডা জ্বর। সাধারণত বিভিন্ন ধরনের ভাইরাস বিশেষত ইনফ্লুয়েঞ্জা এবং প্যারাইনফ্লুয়েঞ্জার মাধ্যমে এ রোগের সৃষ্টি হয়। আক্রান্ত ব্যক্তির শ্বাস-প্রশ্বাস, লালা, কাশি বা হাঁচি থেকে নিঃসরিত ভাইরাসের মাধ্যমে এই রোগের সংক্রমণ হয়। এর ফলে শিশুর জ্বর, গলাব্যথা, চুষে খাবার খেতে অনিহা বা সমস্যা, নাক বন্ধ, নাক দিয়ে অনবরত সর্দি নিঃসৃত হওয়া, খুসখুসে কাশি অনুভূত হয়। কোনও কোনও সময় খাবারে অরুচি, পাতলা পায়খানা হতে পারে। এ রোগে আক্রান্ত শিশুকে বিশ্রাম দিতে হবে। হালকা খাবার, পানীয়, দুই বছরের কম বয়সীদের মায়ের বুকের দুধ দিতে হবে। খুব বেশি জ্বর, গলাব্যথা, কাশি থাকলে চিকিৎসকের পরামর্শমতো ঔষধ, কাশির সিরাপ দিতে পারেন।

নিউমোনিয়াঃ

নিউমোনিয়া হচ্ছে ফুসফুসের ইনফেকশন। ভাইরাল ইনফেকশন ও ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণ থেকে নিউমোনিয়া হওয়ার প্রবণতা বেশি। পরিবেশগত ও অন্যান্য কারণে শিশুদের নিউমোনিয়ায় আক্রান্ত হওয়ার আশঙ্কা বেড়ে যায়। শিশুদের ফুসফুসের রোগ থাকলে যেমন অ্যাজমা, সিস্টিক ফাইব্রোসিস, ফুসফুসে ইনফেকশন হয়। এসময় শিশুদের সাধারণ সর্দি-কাশি, জ্বর হতে পারে। কয়েকটি বিশেষ লক্ষণ থেকে বোঝা যায় শিশুর নিউমোনিয়া হয়েছে কি-না। যেমনঃ সর্দিকাশি, জ্বরের সঙ্গে শিশু যদি খুব দ্রুত নিঃশ্বাস নিতে শুরু করে, তাহলে বুঝতে হবে এটা সাধারণ সর্দিজ্বর নয়। এছাড়া শান্ত থাকা অবস্থায় শিশুর যদি নিঃশ্বাস নিতে কষ্ট হয়, নিঃশ্বাস নিতে গেলে ঘড়ঘড় আওয়াজ হয়, তাহলে তা নিউমোনিয়ার লক্ষণ। নিউমোনিয়া আক্রান্ত শিশুর নিঃশ্বাস নেওয়ার সময় পেট ভেতরে ঢুকে যাবে। নিঃশ্বাস নেওয়ার সময় নাক ফুলে উঠবে। মুখ ও ঠোঁটের চারপাশ নীল হয়, সঙ্গে কাঁপুনি দিয়ে জ্বরও হতে পারে। এমন অবস্থায় শিশুকে দ্রুত চিকিৎসকের নিকট নিতে হবে।

ব্রংকিওলাইটিসঃ

ব্রংকিওলাইটিস' শিশুদের ফুসফুসের একটি ভাইরাসজনিত সংক্রমণ, যাতে আক্রান্ত শিশুরা ভয়ানক কাশি ও শ্বাসকষ্টে ভোগে। সাধারণত দুই বছরের কম বয়সী শিশুরা, প্রধানত যাদের বয়স ছয় মাসের কম তারাই এ রোগে বেশি আক্রান্ত হয়ে থাকে। যেসব শিশুর মায়ের বুকের দুধ পান করানো হয়নি, যারা ঘনবসতিপূর্ণ এলাকায় থাকে, যাদের জন্মের সময় ওজন স্বাভাবিকের তুলনায় কম ছিল তারা এ রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকে। এ রোগের প্রাথমিক পর্যায়ে শিশুর নাক দিয়ে পানি ঝরে, হাঁচি থাকে, সঙ্গে হালকা জ্বরও থাকতে পারে। পরবর্তী সময়ে কাশি, ঘন ঘন শ্বাস নেওয়া, শ্বাসকষ্ট, বুকের খাঁচা দেবে যাওয়া, এমনকি শ্বাস-প্রশ্বাসের সময় বাঁশির আওয়াজের মতো এক ধরনের শব্দও হতে পারে। আক্রান্ত শিশুরা অতিরিক্ত কান্নাকাটি করে, অস্থির থাকে। শ্বাসকষ্টের জন্য তাদের খেতে ও ঘুমাতে সমস্যা হতে পারে। কারও কারও দ্রুত শ্বাসের সঙ্গে হৃৎস্পন্দনও বেড়ে যায়। উপসর্গ দেখেই এই রোগ নির্ণয় করা সম্ভব। রক্ত পরীক্ষা এবং বুকের এক্স-রে রোগ নির্ণয়ে সাহায্য করে। তীব্র 'ব্রংকিওলাইটিস'-এ আক্রান্ত শিশুর কোনো মারাত্মক জটিলতা না থাকলেও তাকে হাসপাতালে ভর্তি করতে হবে। প্রয়োজনে চিকিৎসকের পরামর্শে অক্সিজেন, নেবুলাইজেশন, জ্বরের জন্য প্যারাসিটামল সিরাপ দিতে হবে।

ডায়রিয়াঃ

শীতকালে পাতলা পায়খানা বা ডায়রিয়ার প্রকোপ অন্য সময়ের তুলনায় বহুগুণ বৃদ্ধি পায়। এর অন্যতম প্রধান কারণ হল ব্যাকটেরিয়া বা জীবাণুঘটিত, ভাইরাসজনিত, ছত্রাক বা ফাংগাস জাতীয় প্রদাহ এবং আক্রমণ। তবে এগুলোর মধ্যে সবচেয়ে মারাত্মক হল টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েডজনিত ব্যাকটেরিয়াজনিত ডায়রিয়া, পেটের পীড়া। আক্রান্ত শিশুদের পেটের পীড়া, ডায়রিয়ার সাথে জ্বরও হতে পারে।। সঠিক রোগ নির্ণয় করে এর যথাযথ চিকিৎসা গ্রহণ করা বাঞ্ছনীয়। ভাইরাসজনিত ডায়রিয়া এমনিতেই সঠিক পরিমাণে খাবার স্যালাইন গ্রহণ করলে ভালো হয়ে যায়। আবার কলেরার কারণে বেশি পাতলা পায়খানা হলে এবং শরীর থেকে বেশি ফ্লুইড নির্গত হলে তা শিশুর শরীরের জন্য মারাত্মক পরিণতি বয়ে আনতে পারে; কোনও কোনও ক্ষেত্রে মৃত্যুও হতে পারে। এজন্য চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী শিশুর জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করুন।

হাপাঁনিঃ

হাপাঁনি শ্বাসনালির এক ধরনের অ্যালার্জি। ঠান্ডাজনিত কারণে শিশুদের বারবার কাশি বা শ্বাসকষ্ট হলে বা বুকে শব্দ হলে আমরা মনে করি তার হাঁপানি হয়েছে। শিশুর শ্বাসনালি কোনো জিনিসের প্রতি অতিমাত্রায় সংবেদনশীল হলে কাশি বা শ্বাসকষ্ট হয়। শিশুর সামনে ধূমপান করলে, ভাইরাসে শ্বাসনালি সংক্রমিত হলে, শীতের অতিরিক্ত ঠান্ডা বাতাস লাগলে, আবহাওয়ার পরিবর্তনের সময়, যখন বাতাসে আর্দ্রতা বেশি থাকে তখন শিশুর হাঁপানির প্রকোপ বেড়ে যায়। হাপাঁনির লক্ষণ গুলো হলো; খুব বেশি কাশি হলে, বিশেষ করে রাতের বেলায় কাশি বাড়লে এবং এক মাসের বেশি সময় ধরে কাশি থাকলে, বুকের দুধ টেনে খেতে কষ্ট হলে বা অন্যান্য খাবার খেতে অসুবিধা হলে, বুকের পাঁজরের নীচের দিক ভেতরের দিকে দেবে গেলে, অস্থিরতা থাকলে, কাশি বা শ্বাসকষ্টের সঙ্গে হাত বা পায়ের আঙুল নীল হয়ে গেলে। শিশুর হাঁপানির লক্ষণ দেখা দিলে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ নিন। এছাড়া ঘরে অতিরিক্ত আসবাবপত্র, কার্পেট রাখবেন না। পালকযুক্ত পোশাক বা খেলনা শিশুকে দেবেন না। ধোঁয়া, ধুলা, ফুল বা ঘাসের রেণু আছে, এমন স্থানে শিশুকে নিয়ে যাবেন না। শিশুর সামনে বা পাশে বসে ধূমপান করবেন না। হাঁপানি অ্যান্টিবায়াটিকে ভালো হয় না। তাই শ্বাসকষ্ট হলেই এ-জাতীয় ওষুধ খাওয়ানো যাবে না,চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।পরিশেষে এই পুরো শীতকাল জুড়েই আপনার শিশুকে সুস্থ রাখতে সতর্ক থাকুন।

কৃষি বার্তা ঃ

সুপ্রিয় কৃষিজীবী ভাইবোন, শীতকাল আমাদের কৃষির জন্য একটি নিশ্চিত মৌসুম। যতবেশি যৌক্তিক বিনিয়োগ করতে পারবেন লাভও পাবেন তত বেশি। শুকনো মৌসুম বলে মাটিতে রস কম থাকে। তাই যদি প্রতি ফসলে চাহিদা মাফিক সেচ প্রদান নিশ্চিত করতে পারেন তাহলে আপনার জমির ফলন অনেক বেড়ে যাবে। একমাত্র কৃষির মাধ্যমে আমরা আমাদের দেশকে সমৃদ্ধ করতে পারি। আমাদের সকলের সম্মিলিত প্রচেষ্টায় আধুনিক কৃষির সবকটি কৌশল সঠিক সময়ে যথাযথভাবে বাস্তবায়ন করতে পারলে আমরা আমাদের কাংক্ষিত গন্তব্যে পৌঁছতে পাবরো। কৃষির যে কোন সমস্যায় ১৬১২৩ নম্বরে কল করে নিতে পারেন বিশেষজ্ঞের পরামর্শ। আপনাদের সবার জন্য শুভ কামনা।

শাক-সবজি

শীতকালীন শাকসবজি চাষের উপযুক্ত সময় এখন।

- যত তাড়াতাড়ি সম্ভব উন্নতজাতের দেশী-বিদেশী ফুলকপি, বাঁধাকপি, ওলকপি, শালগম, বাটিশাক, টমাটো, বেগুন এসবের চারা উৎপাদনের জন্য বীজতলায় বীজ বপন করতে হবে।
- আর গত মাসে চারা উৎপাদন করে থাকলে এখন মূল জমিতে চারা রোপন করতে পারেন।
- মাটিতে জোঁ আসার সাথে সাথে শীতকালীন শাকসবজি রোপণ করতে হবে।
- এ মাসে হঠাৎ বৃষ্টিতে রোপণকৃত শাকসবজির চারা নষ্ট হতে পারে। এ জন্য পানি নিষ্কাশনের ব্যবস্থা করতে হবে।
- রোপনের পর আগাছা পরিস্কার, সার প্রয়োগ, সেচ নিকাশসহ প্রয়োজনীয় পরিচর্যা করতে হবে।
- তাছাড়া লালশাক, মূলাশাক, গাজর, মটরসুটির বীজ এ সময় বপন করতে পারেন।

প্রাণিসম্পদ

- সামনে শীতকাল আসছে। শীতকালে পোল্ট্রিতে রোগবালাইয়ের আক্রমণ বেড়ে যায়।
- রাণীক্ষেত, মাইকোপ্লাজমোসিস, ফাউল টাইফয়েড, বসন্ত রোগ, কলেরা এসব রোগ দেখা দিতে পারে। এসব রোগ থেকে হাঁস-মুরগিকে বাঁচাতে হলে এ মাসেই টিকা দেবার ব্যবস্থা করতে হবে।
- গত মাসে ফুটানো মুরগির বাচ্চার ককসিডিয়া রোগ হতে পারে। রোগ দেখা দিলে সাথে সাথে চিকিৎসা করাতে হবে।
- গবাদিপ্রাণির আবাসস্থল মেরামত করে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখতে হবে।
- গবাদিপ্রাণিকে খরের সাথে তাজা ঘাস খাওয়াতে হবে।
- ভুট্টা, মাসকালাই, খেসারি রাস্তার ধারে বা পতিতজায়গায় বপন করে গবাদিপ্রাণিকে খাওয়ালে স্বাস্থ্য ও দুধ দুটোই বাড়ে।
- রাতে অবশ্যই গবাদিপ্রাণিকে বাহিরে না রেখে ঘরের ভিতরে রাখতে হবে। তা নাহলে কুয়াশায় ক্ষতি হবে।
- গবাদিপ্রাণিকে এ সময় কৃমির ওষুধ খাওয়াতে হবে।
- এছাড়া তড়কা, গলাফুলা রোগের বিষয়ে সচেতন থাকলে মারাত্মক সমস্যা থেকে রেহাই পাওয়া যাবে।

মৎস্যসম্পদ

- এ সময় পুকুরে আগাছা পরিস্কার, সম্পূরক খাবার ও সার প্রয়োগ করতে হবে।
- জাল টেনে মাছের স্বাস্থ পরীক্ষা করাও জরুরী।
- রোগ প্রতিরোধের জন্য একরপ্রতি ৪৫-৬০ কেজি চুন প্রয়োগ করতে পারেন।
- অংশি দ্বারিত্বের জন্য যেখানে যৌথ মাছ চাষ সম্ভব নয় সেখানে খুব সহজে খাঁচায় বা প্যানে মাছ চাষ করতে পারেন।
- এছাড়া মাছ সংক্রান্ত যে কোন পরামর্শের জন্য উপজেলা মৎস অফিসে যোগাযোগ করতে পারেন।

অন্যান্য ফসল

- অন্যান্য ফসলের মধ্যে এ সময় পেঁয়াজ, রসুন, মরিচ, ধনিয়া, কুসুম, জোয়ার এসবের চাষ করা যায়।সাথী বা মিশ্র ফসল হিসেবেও এসবের চাষ করে অধিক ফলন পাওয়া যায়।
- বন্যার পানি নেমে যাওয়ার সাথে সাথে জমিতে পানি কচু বপন করতে পারেন।
- সেচ নালা সংস্কার ও মেরামত করতে হবে।

সূত্রঃ কৃষি অধিদফতর

খনার বচন ঃ

যদি বর্ষে মাঘের শেষ।
ধন্য রাজার পূণ্য দেশ ॥

গত ২৫ এবং ২৬ অক্টোবর পিকেএসএফ এর চেয়ারম্যান জনাব ডঃ খলিকুজ্জামান আহমদ হাতিয়া উপজেলার চানন্দী এবং হরনী ইউনিয়নে দ্বীপ উন্নয়ন সংস্থার সমৃদ্ধি ইউনিয়ন কার্যালয় উদ্বোধন করেন।

হরনী ইউনিয়নে কমিউনিটি বিদ্যালয় পরিদর্শন করেন পিকেএসএফ এর সম্মানিত উপ ব্যবস্থাপনা পরিচালক জনাব ডঃ জসিম উদ্দিন এবং মহা ব্যবস্থাপক জনাব মোঃ মশিউর রহমান।

হরনী ইউনিয়নে মৌমিতা উজ্জীবিত কিশোরী ক্লাব এর সদস্যদের সাথে পিকেএসএফ এর উপ ব্যবস্থাপনা পরিচালক জনাব ডঃ জসীম উদ্দিন এবং মহা ব্যবস্থাপক জনাব মোঃ মশিউর রহমান।

৩১ অক্টোবর ২০১৮ ইং দ্বীপ উন্নয়ন সংস্থার হাতিয়া কার্যালয়ে জলবায়ু পরিবর্তন সক্ষমতা অর্জনে উপকূলিয় বনায়নের ভুমিকা বিষয়ক কর্মশালা অনুষ্ঠিত হয়।

হাতিয়া উপজেলার চানন্দী ইউনিয়নে খাস জমির খতিয়ান জমির মালিকের হাত এ তুলে দেন পিকেএসএফ এর চেয়ারম্যান জনাব ডঃ খলিকুজ্জামান আহমদ ।

১৯ অক্টোবর দ্বীপ উন্নয়ন সংস্থা এবং এএলআরডি এর যৌথ উদ্যোগে গ্রামীন নারী দিবস উদযাপন শীর্ষক আলোচনা সভা অনুষ্ঠিত হয়।

হাতিয়া উপজেলার চানন্দী ইউনিয়নে শ্রেষ্ঠ কৃষক ২০১৮ এর হাত এ পুরস্কার তুলে দেন পিকেএসএফ এর চেয়ারম্যান জনাব ডঃ খলিকুজ্জামান আহমদ ।

১৯৭১ সালে, ৩০ অক্টোবর হাতিয়া উপজেলা মুক্ত হয়।হাতিয়া উপজেলার ইতিহাসে চিরস্মরণীয় এই দিনটিকে উপলক্ষ করে মুক্তিযুদ্ধের চেতনা সমুন্নত রাখা ও দূর্নীতিমুক্ত সোনার বাংলা গড়ে তোলার মানসে ৩০ অক্টোবর ২০১৮ তারিখে হাতিয়া উপজেলা পরিষদ অডিটোরিয়ামে আয়োজন করা হয় 'মুক্তিযুদ্ধের চেতনা ও আজকের বাংলাদেশ' শীর্ষক আলোচনা সভা এবং মনোজ্ঞ সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান ।

রচনা ও সম্পাদনাঃ নূসরাত হায়দার। রাশেদুল হাসান।

Dwip Unnayan Songstha (DUS).Bangladesh
phone : +88 02 9122145
E-mail: dus.eddus@gmail.com
www.dusbangladesh.org