বিদ্যালয়ে দুর্যোগ প্রস্তুতি ও জরুরি সাড়াদান স্ট্যান্ডিং অপারেটিং প্রসিডিওর (SOP)

বিদ্যালয়ে দুর্যোগ প্রস্তুতি ও জরুরি সাড়াদান স্ট্যান্ডিং অপারেটিং প্রসিডিওর (SOP)

প্রধান উপদেষ্টা

আলমগীর মুহম্মদ মনসুরুল আলম
মহাপরিচালক (গ্রেড-১)
প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর

তত্ত্বাবধানে

দিলীপ কুমার বণিক, এফসিএমএ
পরিচালক
(অতিরিক্ত সচিব)
পরিকল্পনা ও উন্নয়ন বিভাগ, প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর

সম্পাদনায়

ড. মোঃ নূরুল আমিন চৌধুরী
উপপরিচালক
পরিকল্পনা ও উন্নয়ন বিভাগ, প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর

নিরঞ্জন কুমার রায়
শিক্ষা অফিসার
পরিকল্পনা ও উন্নয়ন বিভাগ, প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর

সহযোগিতায়

অশোক কুমার সমদ্দার
সহকারী পরিচালক
পরিকল্পনা ও উন্নয়ন বিভাগ, প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর

জ্যাকলিন রিবেরো
এডুকেশন অফিসার
ইউনিসেফ, বাংলাদেশ

কারিগরি সহযোগিতায়

ইউনিসেফ

প্রকাশক ও গ্রন্থস্বত্ব

প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর, মিরপুর-২, ঢাকা-১২১৬

প্রকাশকাল

ডিসেম্বর ২০২১

সূচিপত্র

ঘূর্ণিঝড় (Cyclone) ৭

ভূমিকম্প (Earthquake) ২১

অগ্নিকাণ্ড এবং পুড়ে যাওয়া (Fire) ৩১

বন্যা (Flood) ৪৫

বজ্রপাত (Lightening) ৫৫

সড়ক দুর্ঘটনা (Road Accident) ৬৭

পানিতে ডুবে যাওয়া (Drowning) ৭৫

ডেঙ্গু : মূলবার্তা (Dengue: Main Message) ৮৫

কোভিড-১৯ (COVID-19) ৮৯

সংযুক্তি ১ (Attachment 1) ১০৩

সংযুক্তি ২ (Attachment 2) ১০৬

মুখবন্ধ

ভৌগোলিক অবস্থানের কারণে বাংলাদেশ বহুমাত্রিক দুর্যোগপ্রবণ দেশ হিসেবে বিশ্বে পরিচিত। বৈশ্বিক উষ্ণায়নের কারণে জলবায়ু পরিবর্তনের বিরূপ প্রভাবে বিগত কয়েক দশক ধরে আমাদের এই দেশ ঘন ঘন প্রাকৃতিক দুর্যোগের কবলে পড়ছে। বিশেষ করে জলবায়ু পরিবর্তনজনিত কারণে দিন দিন দুর্যোগের মাত্রা ও ধরন পরিবর্তিত হচ্ছে, সেইসাথে জনসংখ্যার আধিক্য এবং নগরায়নের ফলে মানবসৃষ্ট বিভিন্ন দুর্যোগও বেড়ে যাচ্ছে। তাই বলা যায়, দুর্যোগ মোকাবিলা আমাদের জীবনের একটি অংশে পরিণত হয়েছে। আর এ কারণেই রাষ্ট্রীয় এবং সামাজিকভাবে আমাদের দুর্যোগ মোকাবিলা বা দুর্যোগ হ্রাসকরণ কার্যক্রমের উপর গুরুত্বারোপ করা হচ্ছে।

প্রতি বছর বহুমাত্রিক দুর্যোগে আমাদের দেশে যে সকল ক্ষয়ক্ষতি সাধিত হয় শিক্ষাক্ষেত্র তার মধ্যে অন্যতম। বন্যা, নদীভাঙন, ঘূর্ণিঝড়সহ বিভিন্ন দুর্যোগে শিক্ষক, শিক্ষার্থী, শিক্ষা উপকরণ এবং শিক্ষা অবকাঠামো সবকিছুই কমবেশি ক্ষতিগ্রস্ত হয়। সেই সকল ক্ষতিসমূহ কাটিয়ে উঠতে মাঝখান থেকে হারিয়ে যায় মূল্যবান শিখন-শেখানোর সময়কাল। ফলে শিক্ষার্থীদের শিখন বাধাগ্রস্ত হয়, উপস্থিতি হ্রাস পায়, কোনো কোনো ক্ষেত্রে পরীক্ষার ফলাফল বিপর্যয়ে সংশ্লিষ্ট শিক্ষার্থীদের মধ্যে ঝরে পড়ার মানসিকতা তৈরি হয়; এক কথায় শিক্ষার মানের উপর বিরূপ প্রভাব পড়ে। তবে সকলের সচেতনতা, দুর্যোগ মোকাবিলার উপযুক্ত প্রস্তুতি এবং দুর্যোগ সহনশীলতার মাধ্যমে শিক্ষাক্ষেত্রে দুর্যোগের ক্ষয়ক্ষতি অনেকটাই কমিয়ে আনা সম্ভব। এ বিষয়ে গুরুত্বারোপ করে শিক্ষক, শিক্ষার্থীসহ বিদ্যালয়ের সাথে সংশ্লিষ্ট সকলের মাঝে দুর্যোগ সহনশীলতা উন্নয়নে ইতোমধ্যে প্রাথমিক শিক্ষাক্ষেত্রে দুর্যোগ মোকাবিলা সংক্রান্ত একটি ফ্রেমওয়ার্ক প্রাথমিক ও গণশিক্ষা মন্ত্রণালয় কর্তৃক অনুমোদন করা হয়েছে। এর পাশাপাশি দুর্যোগে সঠিক প্রক্রিয়ায় জরুরি সাড়া প্রদানের বিষয়ে সচেতনতা ও দক্ষতা উন্নয়নে প্রকাশিত হতে যাচ্ছে 'বিদ্যালয়ে জরুরি সাড়া প্রদান সহায়িকা'। এই সহায়িকার মাধ্যমে বন্যা, ঘূর্ণিঝড়, অগ্নিকাণ্ড, ভূমিকম্প, বজ্রপাত, সড়ক দুর্ঘটনা, পানিতে ডুবে যাওয়া, ডেঙ্গু এবং কোভিড-১৯ মহামারির মতো দুর্যোগগুলো মোকাবিলার ক্ষেত্রে মূলবার্তা, স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং প্রসিডিওর (SOP) এবং জরুরি সাড়া প্রদানের জন্য ড্রিল (মহড়া) বা ছায়া অনুশীলনের বিষয়গুলো বিষদভাবে তুলে ধরা হয়েছে।

বাংলাদেশ এখন প্রাকৃতিক দুর্যোগ মোকাবিলার ক্ষেত্রে রোল মডেল হিসেবে পরিচিত। চতুর্থ প্রাথমিক শিক্ষা উন্নয়ন কর্মসূচি (পিইডিপি৪)-এ ইতোমধ্যে নদীভাঙন প্রবণ এলাকায় স্থায়ী পাকা ভবনের পরিবর্তে স্থানান্তরযোগ্য বিদ্যালয় গৃহ নির্মাণ করার ডিজাইন অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে, যাতে করে নদীর ভাঙনে বিলীন হওয়ার পূর্বেই যেন বিদ্যালয় স্থানান্তর সম্ভব হয়।

এই সহায়িকাটি তৈরিতে প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর ও সহযোগী প্রতিষ্ঠানসমূহের প্রতিনিধিগণ গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করেছেন। সেই সাথে সকল পর্যায়ের অংশীজন বিশেষ করে অত্র অধিদপ্তরের পরিকল্পনা ও উন্নয়ন বিভাগের কর্মকর্তাগণ এবং ইউনিসেফ-সহ সংশ্লিষ্ট সকলেই এই বিশেষ কার্য সম্পাদন ও সহযোগিতার জন্য প্রশংসা পাওয়ার যোগ্য। প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তরের পক্ষ থেকে সংশ্লিষ্ট সকলকে ধন্যবাদ ও আন্তরিক অভিনন্দন জানাই।

প্রকাশনাটির সার্বিক সাফল্য কামনা করছি।

আলমগীর মুহম্মদ মনসুরুল আলম
মহাপরিচালক (গ্রেড-১)
প্রাথমিক শিক্ষা অধিদপ্তর

ঘূর্ণিঝড়

ঘূর্ণিঝড় (Cyclone)

ঘূর্ণিঝড় বা সাইক্লোন কী?

বাংলাদেশের প্রাকৃতিক দুর্যোগসমূহের মধ্যে একটি হচ্ছে সাইক্লোন বা ঘূর্ণিঝড়। ঘূর্ণিঝড় হলো গ্রীষ্মমণ্ডলীয় ঝড় বা বায়ুমণ্ডলীয় একটি উত্তাল অবস্থা, যা বাতাসের প্রচণ্ড ঘূর্ণায়মান গতির ফলে সৃষ্টি হয়। অর্থাৎ, ঘূর্ণিঝড় হচ্ছে সমুদ্রপৃষ্ঠে সৃষ্টি হওয়া প্রবলবেগে ঘূর্ণায়মান এক ধরনের ঝড়, যা একটি নিম্নচাপকে কেন্দ্র করে আবর্তিত হয় এবং চক্রাকারে ঘূর্ণায়মান বজ্রসহ ভারি বর্ষণ হয়। সমুদ্রপৃষ্ঠের কোনো জায়গার তাপমাত্রা বেড়ে গেলে ঐ জায়গার বায়ু এবং পানি হালকা হয়ে যায় (নিম্নচাপ) এবং আশেপাশের শীতল বায়ু ও পানি (অপেক্ষাকৃত ভারি) প্রবলবেগে এসে শূন্যস্থান পূরণ করে, ফলে ঘূর্ণিঝড়ের উৎপত্তি হয়ে থাকে। ভৌগোলিক অবস্থান এবং তীব্রতার উপর ভিত্তি করে ক্রান্তীয় এই বিশেষ ঝড়কে সাইক্লোন, হারিকেন, টাইফুন কিংবা ঘূর্ণিঝড় বলা হয়। বাংলাদেশে এটি সাধারণত ঘূর্ণিঝড় নামে পরিচিত। যেসব এলাকায় নিম্নচাপ সৃষ্টি হয় সেসব এলাকাতেই শক্তিশালী মাত্রার ঘূর্ণিঝড় হয়ে থাকে। ঘূর্ণিঝড়ের সাথে সংশ্লিষ্ট আপদগুলো হলো প্রবল বাতাস, টানা বর্ষণ, জলোচ্ছ্বাস এবং উপকূলীয় প্লাবন। এর ফলে প্রাণহানি, বিভিন্ন স্থানে ভাঙন, সম্পদ ও অবকাঠামোর ব্যাপক ক্ষতি এবং জীবন ও জীবিকার ব্যাপক ক্ষয়ক্ষতি হয়। বাংলাদেশে সাধারণত বর্ষাকালের পূর্বে (এপ্রিল-মে) ও পরে (অক্টোবর-নভেম্বর) উপকূলীয় এলাকায় বেশিরভাগ ঘূর্ণিঝড় বা সাইক্লোন হয়ে থাকে। বাংলাদেশে সাইক্লোনের জন্য বিপদাপন্ন জেলাসমূহ হচ্ছে–

১. চট্টগ্রাম বিভাগ– চট্টগ্রাম, কক্সবাজার, লক্ষ্মীপুর, ফেনী, নোয়াখালী

২. খুলনা বিভাগ– খুলনা, সাতক্ষীরা, বাগেরহাট

৩. বরিশাল বিভাগ– বরিশাল, ভোলা, পিরোজপুর, ঝালকাঠি, বরগুনা ও পটুয়াখালী

(Source: Cyclone prone areas in Bangladesh (Climate Change Cell, 2006)

ঘূর্ণিঝড় মৌসুমের জন্য বিদ্যালয়ের আগাম প্রস্তুতি

বিজ্ঞানের অভূতপূর্ব অগ্রগতির ফলে বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই ২৪ থেকে ৪৮ ঘণ্টা আগেই ঘূর্ণিঝড়ের পূর্বাভাস পাওয়া যায়। এক্ষেত্রে প্রধান শিক্ষক অবশ্যই সরকারি বিভিন্ন তথ্য বা সংবাদ মাধ্যম (যেমন : রেডিও/টিভি/মোবাইল ফোন/ইন্টারনেট/স্থানীয় স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা) থেকে ঘূর্ণিঝড়ের পূর্বাভাস জানবেন এবং সার্বক্ষণিকভাবে অবগত থাকবেন। প্রধান শিক্ষক যেসব নির্ভরযোগ্য সূত্র থেকে তথ্য পেতে পারেন সেগুলো হলো জেলা, উপজেলা, ইউনিয়ন দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কমিটি। ঘূর্ণিঝড় প্রস্তুতির অংশ হিসেবে বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ 'বিদ্যালয় সুরক্ষা পরিকল্পনা' প্রণয়ন করবেন এবং এক্ষেত্রে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো মনে রাখবেন :

১. **নিরাপত্তা কিট (Go kit)** : আগে থেকেই নিরাপত্তা কিট প্রস্তুত করে রাখতে হবে এবং তা শ্রেণিকক্ষের দরজার পাশে বা সহজেই পাওয়া যায় এমন একটি জায়গায় রাখতে হবে। এই নিরাপত্তা কিট-এর উপকরণগুলোর মধ্যে থাকতে পারে সকল ছাত্র-ছাত্রী ও অভিভাবকদের ছবি সম্বলিত নামের তালিকা (ফোন নম্বরসহ), বিশেষ সহায়তা প্রয়োজন এমন শিক্ষার্থীর তালিকা, শিক্ষক ও কর্মচারীদের তালিকা (ফোন নম্বরসহ), স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং

প্রসিডিওর, নিকটবর্তী আশ্রয়কেন্দ্রের তালিকা, স্বেচ্ছাসেবকদের চিহ্নিত করতে দূর থেকে দৃশ্যমান হয় এমন ব্যাজ/স্যাশে/পোশাক/টুপি, স্বেচ্ছাসেবকদের কাজের জন্যে হুইসেল, প্রাথমিক চিকিৎসার উপকরণ, ব্যাটারি-সহ টর্চ লাইট এবং সম্ভব হলে অতিরিক্ত ব্যাটারি-সহ রেডিও রাখা যেতে পারে। প্রয়োজনে মোবাইল ফোন থেকেও রেডিও ব্যবহার করা যেতে পারে।

২. বিদ্যালয়ে জরুরি বহির্গমন পথ থাকা প্রয়োজন। বহির্গমন পথ এবং নিরাপদ শ্রেণিকক্ষগুলো বিশেষ চিহ্ন দিয়ে চিহ্নিত করে রাখতে হবে। বহির্গমন পথ সুগম রাখতে হবে।

৩. বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ পূর্বেই জরুরি সেবা প্রদানকারী বা উদ্ধারকারী সংস্থার ফোন নম্বরসমূহ বিদ্যালয়ের দৃশ্যমান স্থানে (জেলা/উপজেলা প্রশাসন, সিপিপি, বাংলাদেশ রেড ক্রিসেন্ট সোসাইটি, ইউডিএমসি, ফায়ার ব্রিগেড, পুলিশ ফাঁড়ি/থানা, হাসপাতাল, অ্যাম্বুলেন্স, গ্যাস এবং বিদ্যুৎসহ অন্যান্য সেবা) টাঙিয়ে রাখবেন যেন প্রয়োজনে যেকোনো উদ্ধার ও অন্যান্য সেবার জন্যে তাদের সাহায্য পাওয়া যায়।

৪. যে সকল বিদ্যালয় আশ্রয়কেন্দ্র হিসেবে ব্যবহৃত হয়, সে সকল বিদ্যালয়ের জন্য শিক্ষকবৃন্দ একটি পরিকল্পনা তৈরি করবেন যেখানে আশ্রয়ের স্থান, সেখানে পৌঁছানোর পথ এবং কীভাবে যেতে হবে তার দিক-নির্দেশনা থাকবে।

৫. শিক্ষকবৃন্দকে ছাত্র-ছাত্রীদের আবহাওয়ার পূর্বাভাস, সতর্কতা সংকেত, বিপদ সংকেত, উদ্ধার প্রক্রিয়া ও বহির্গমন পরিকল্পনা সম্পর্কে যথা সময়ে জানাতে হবে।

৬. শিক্ষকগণ ছাত্র-ছাত্রীদের বিদ্যালয়ের সবচেয়ে মজবুত ও শক্তিশালী অবকাঠামো বা স্থান কোনটি তা জানাবেন এবং ঘূর্ণিঝড়ের সতর্ক সংকেত পেলে কী করণীয় সে বিষয়ে অবগত করবেন।

৭. শিক্ষক ও ছাত্র-ছাত্রীরা বিদ্যালয়ের যাবতীয় শিক্ষা উপকরণ এবং মূল্যবান দ্রব্যাদি শক্ত ও নিরাপদ ব্যাগে বা আলমারিতে, টিনের ট্রাংক, প্লাস্টিক বা পানি নিরোধক ব্যাগে ঢুকিয়ে একটু উঁচু স্থানে/মাটির নিচে বা নিরাপদ স্থানে রাখতে হবে যেন তা ভিজে না যায়।

৮. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের ঘূর্ণিঝড়ে যথাযথভাবে সাড়া প্রদান ও নিরাপদ বহির্গমনের জন্য বিদ্যালয়ে নিয়মিত ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের ব্যবস্থা করতে হবে।

৯. উপকূলীয় এলাকায় সকল শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে দরজা-জানালা মজবুত করে তৈরি করে কমপক্ষে দ্বিতল ভবন (বিদ্যালয়/মাদ্রাসা/অন্যান্য শিক্ষা প্রতিষ্ঠান) নির্মাণ করা যেতে পারে এবং জানালায় কাচের ব্যবহার পরিহার করতে হবে।

১০. বিদ্যালয় ক্যাম্পাসে তাল/নারিকেল বা উঁচু বৃক্ষ লাগানোর ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে, যাতে তা বজ্রপাত নিরোধক ও ঘূর্ণিঝড় প্রতিরোধক হিসেবে কাজ করে; তবে ভবনের সন্নিকটে রেইনট্রি জাতীয় গাছ থাকলে সেগুলো নিয়মিতভাবে ছেটে রাখতে হবে অথবা যথাযথ কর্তৃপক্ষের অনুমতি সাপেক্ষে গাছ কেটে ফেলতে হবে, যাতে করে ঘূর্ণিঝড়ের সময় গাছের ডাল কিংবা গাছ উপড়ে গিয়ে বিদ্যালয় ভবনের ক্ষতি না করতে পারে।

১১. ঘূর্ণিঝড়প্রবণ এলাকায় বিদ্যালয়গুলো নিয়মিত রক্ষণাবেক্ষণের এবং ক্ষুদ্র মেরামতের ক্ষেত্রে ঘূর্ণিঝড়ের বিষয়টি মাথায় রাখা পূর্বক বিদ্যালয় এমনভাবে মেরামত করবেন যাতে বিদ্যালয় ঘূর্ণিঝড় মোকাবিলায় সক্ষম হয়।

১২. বিদ্যালয় ব্যবস্থাপনা কমিটি ও শেল্টার ম্যানেজমেন্ট কমিটিকে যে সকল বিদ্যালয় ঘূর্ণিঝড় আশ্রয়কেন্দ্র হিসেবে নির্ধারিত সে সকল বিদ্যালয়ে জরুরি প্রয়োজনে অর্থাৎ ঘূর্ণিঝড়ের সময় যেন মানুষজন আশ্রয় নিতে পারে তার প্রস্তুতি আগে থেকে নিতে হবে।

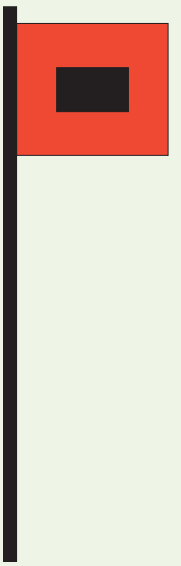
করণীয় : ঘূর্ণিঝড়ের পূর্বাভাস জারি হলে

ঘূর্ণিঝড়ের আশঙ্কা দেখা দিলে এর গতিবেগ ও তীব্রতা সম্পর্কে সরকারিভাবে (জেলা, উপজেলা ও ইউনিয়ন) কিছুক্ষণ পরপরই সতর্কতা সংকেত প্রচার করে থাকে। ঘূর্ণিঝড়ের সংকেত বা পূর্বাভাস পাওয়া গেলেই প্রধান শিক্ষক এবং অন্যান্য শিক্ষকগণের অবশ্যই সার্বক্ষণিক আবহাওয়ার বিশেষ বুলেটিন শুনতে এবং সতর্ক সংকেতগুলো পর্যবেক্ষণ করতে হবে;

১ থেকে ৩ নং সতর্ক সংকেতের সময় করণীয়

- এগুলো খুবই সাধারণ সতর্কতা সংকেত। সাইক্লোন মৌসুমে প্রায়ই ১-৩ নং সতর্কতা সংকেত প্রদান করা হয়ে থাকে।
- শিক্ষকগণ বিভিন্ন সংবাদ মাধ্যম, যেমন স্থানীয় টিভি, রেডিও, মোবাইল ফোন, এসএমএস (টোল ফ্রি নম্বরে ১০৯৪১/১০৯০/৯৯৯), ইন্টারনেট, স্বেচ্ছাসেবী প্রতিষ্ঠানের মাধ্যমে সর্বশেষ পরিস্থিতি এবং দুর্যোগের পূর্বাভাস সম্পর্কে অবগত থাকবেন।
- সার্বিক পরিস্থিতির উপর নজর রাখতে হবে ও মানসিক প্রস্তুতি থাকতে হবে।

১নং পতাকায় (৪ নং সংকেত) করণীয়



১. প্রধান শিক্ষক আবহাওয়ার পূর্বাভাস যথাযথভাবে পর্যবেক্ষণের মাধ্যমে তাৎক্ষণিক সাড়া প্রদান এবং প্রয়োজনীয় প্রস্তুতি নেবেন।

২. শিক্ষকগণ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে আবহাওয়ার পূর্বাভাস, উদ্ধার পরিকল্পনা এবং বহির্গমন পথসমূহ সম্পর্কে অবহিত করে প্রস্তুত থাকবেন।

৩. প্রতিবন্ধী শিক্ষার্থীদের ঘূর্ণিঝড় সম্পর্কে জানানো ও সতর্ক করার জন্য বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে এবং জরুরি অবস্থায় তাদের প্রয়োজনীয় সহায়তার জন্য স্বেচ্ছাসেবীদের প্রস্তুত রাখতে হবে।

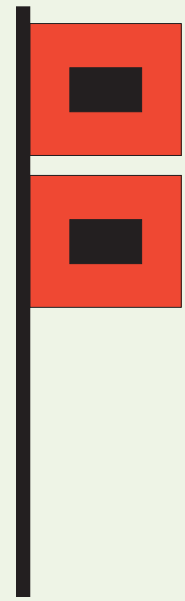
৪. প্রধান শিক্ষকের কাছ থেকে নির্দেশনা পাবার পর শ্রেণি শিক্ষকগণ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে সতর্কতা সংকেত সম্পর্কে জানাবেন এবং সেই অনুযায়ী তারা বিদ্যালয়ে থাকবে কিংবা বাড়িতে চলে যাবে সেই বিষয়ে নির্দেশনা দেবেন।

৫. শ্রেণি শিক্ষকগণ ছাত্র-ছাত্রীদের তাদের এলাকার নিকটবর্তী আশ্রয়কেন্দ্রের অবস্থান জানিয়ে দেবেন, যাতে বাবা-মায়ের সাথে শিশুরা নিকটস্থ আশ্রয়কেন্দ্রে যেতে পারে।

৬. শ্রেণি শিক্ষকগণ ফার্স্ট এইড বক্স সংগ্রহ করে সাথে রাখবেন এবং প্রয়োজনে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন।

৭. শিক্ষকগণ এবং কর্মচারীগণ বিদ্যালয়ের চারপাশ ভালোভাবে পরীক্ষা করে ঝুঁকিপূর্ণ খোলা বস্তু সরিয়ে অথবা বেঁধে রাখার ব্যবস্থা নেবেন।

২নং পতাকায় (৫ থেকে ৭ নং বিপদ সংকেত) করণীয়



১. পরবর্তী নির্দেশনা না আসা পর্যন্ত সকল ছাত্র-ছাত্রী ভবনের/কামরার ভেতরে অবস্থান করবে এবং জানালা বন্ধ রাখতে হবে। জানালা এবং খোলা বড় কক্ষ, ধাতব তৈরি কোনো জিনিস বা বোর্ড, কাচের তৈরি অবকাঠামো থেকে দূরে থাকবে।

২. শিক্ষকগণ এবং স্বেচ্ছাসেবী শিক্ষার্থীরা নিরাপত্তা কিট পরীক্ষা করে সাথে রাখবেন এবং পানির পাত্রগুলো নিরাপদ পানীয় জলে ভরে রাখবেন; টয়লেটের জন্য পর্যাপ্ত পানি ধরে রাখার ব্যবস্থা করবেন।

৩. মোবাইলে ফুল চার্জ দেবেন, রেডিও এবং টর্চ লাইট-এর ব্যাটারি কাজ করছে কি না তা চেক করে রাখবেন।

৪. বিদ্যালয়ের পাঠদান কার্যক্রম স্থগিত করে দিতে হবে যেন ছাত্র-ছাত্রীরা নিরাপদে নিজ নিজ বাড়িতে চলে যেতে পারে এবং তাদের পিতামাতা/অভিভাবকের তত্ত্বাবধানে নিরাপদ আশ্রয়ে বা ঘূর্ণিঝড় আশ্রয়কেন্দ্রে অবস্থান করতে পারে।

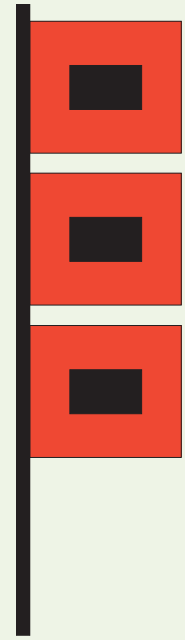
৫. বিদ্যালয়টি যদি ঘূর্ণিঝড় আশ্রয়কেন্দ্র হয়, তবে শিক্ষক ও অভিভাবকদের সাথে শিক্ষার্থীরা বিদ্যালয়েই অবস্থান করতে পারে।

৬. শিক্ষক এবং শিক্ষার্থীরা বিদ্যালয়ের যাবতীয় শিক্ষা উপকরণ যেমন : বইখাতা, সহায়ক উপকরণ এবং মূল্যবান দ্রব্যাদি, শক্ত ও নিরাপদ কোনো বাক্সে/আলমারিতে/প্লাস্টিক বা পানি নিরোধক ব্যাগে ভরে রাখবে। যতটা সম্ভব উঁচু স্থানে/মাটির নিচে/নিরাপদ স্থানে রেখে দিতে হবে যেন তা ভিজে না যায়।

৭. শিক্ষকগণের নির্দেশে স্বেচ্ছাসেবক শিক্ষার্থীরা প্রতিবন্ধী শিক্ষার্থীদের অগ্রাধিকার ভিত্তিতে বিদ্যালয় ত্যাগ করতে বা আশ্রয়কেন্দ্রে পৌঁছাতে সহায়তা করবেন।

বিদ্যালয়ের চাবি সংরক্ষণকারী ব্যক্তির সাথে যোগাযোগের নম্বর ইউডিএমসি বা যাথাযথ কর্তৃপক্ষকে জানিয়ে রাখতে হবে অথবা প্রধান শিক্ষক বিদ্যালয়ের চাবিটি সংগ্রহ করে রাখবেন, যেন জরুরি প্রয়োজনে বিদ্যালয়টি ব্যবহার করা যায়।

৩নং পতাকায় (৮-১০ নম্বর মহাবিপদ সংকেত) করণীয়



১. কোনো শিক্ষার্থী বিদ্যালয়ে রয়ে গেছে কি না পরীক্ষা করে দেখবেন এবং নিরাপদ আশ্রয় নিশ্চিত করবেন।

২. বিদ্যালয়টি আশ্রয়কেন্দ্র না হলে শিক্ষকগণ নিরাপত্তার জন্য বিদ্যালয়ের সকল দরজা-জানালা ভালোভাবে বন্ধ করে দেবেন।

৩. সকল ছাত্র-ছাত্রী বেরিয়ে যাবার পর শিক্ষকগণ বিদ্যালয় ত্যাগ করবেন এবং বের হওয়ার পূর্বে সকল দরজা-জানালা, বিদ্যুতের লাইন এবং গ্যাসের লাইন বন্ধ আছে কি না তা নিশ্চিত করবেন।

৪. বিদ্যালয়টি আশ্রয়কেন্দ্র হলে বিদ্যালয়ের সকল গুরুত্বপূর্ণ কাগজপত্র, শিক্ষা উপকরণ, মূল্যবান সামগ্রী ইত্যাদি আলমারি কিংবা অন্যান্য তালাবদ্ধ স্থানে সুন্দরভাবে গুছিয়ে রাখবেন, যেন আশ্রয়গ্রহণকারীরা ওগুলোর ক্ষতিসাধন করতে না পারে। প্রাক-প্রাথমিকের সরঞ্জাম ও খেলনা, বেঞ্চ, চেয়ার-টেবিল যথাসম্ভব গুছিয়ে এক জায়গায় ডাই করে রাখতে হবে/ নির্দিষ্ট কক্ষে রেখে বাকি কক্ষগুলো জনসাধারণের জন্য খুলে দেবেন, যেন আশ্রয়গ্রহণকারী জনসাধারণ পর্যাপ্ত জায়গা পায় এবং আসবাবপত্রের ক্ষতিসাধন না করতে পারে।

৫. খাবার পানিসহ টয়লেটে পর্যাপ্ত পানির ব্যবস্থা রাখতে হবে।

৬. ছাত্র-ছাত্রী কোনো অবস্থাতেই যেন কেন্দ্রের বাইরে খোলা স্থানে হাঁটাচলা না করে, সেদিকে খেয়াল রাখতে হবে। কেননা গাছ, ঘরের চাল বা ক্ষতিকারক কিছু উড়ে আসতে পারে এবং আঘাতপ্রাপ্ত হওয়ার সম্ভাবনা থাকতে পারে।

৭. বিদ্যালয়টি আশ্রয়কেন্দ্র হলে নারী, শিশু, বৃদ্ধ, প্রতিবন্ধী, সংখ্যালঘু এবং ট্রান্সজেন্ডাররা যাতে স্বচ্ছন্দে এবং নিরাপদে থাকতে পারে, সে ব্যাপারে সার্বিক ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

৮. আশ্রয়কেন্দ্র ব্যবস্থাপনা কমিটি-র সদস্যদের সাথে যোগাযোগ করে সুষ্ঠু ব্যবস্থাপনা নিশ্চিত করবেন।

ঘূর্ণিঝড় চলাকালীন করণীয়

- নিরাপদ আশ্রয়কেন্দ্রে আশ্রয় গ্রহণ করতে হবে। ঝড়ের সময় বাইরে বের হওয়া বা ঘোরাফেরা করা যাবে না।
- কোনো কারণে আশ্রয়কেন্দ্রে যেতে না পারলে আশেপাশের মজবুত কোনো স্থাপনায় আশ্রয় গ্রহণ করতে হবে।
- একা একা কোথাও আশ্রয় গ্রহণ করা যাবে না এবং আশ্রয়কেন্দ্রের নিরিবিলি কোনো ঘরে বা জায়গায় একা যাওয়া যাবে না। এতে বিভিন্ন ধরনের ঝুঁকি বাড়তে পারে।
- আশ্রয়কেন্দ্রে শান্তভাবে এবং পরিবার অথবা আত্মীয়-স্বজন বা শিক্ষকদের সাথে অবস্থান করতে হবে।
- শিক্ষা-উপকরণ যেন ভিজে বা উড়ে না যায় সেভাবে রাখতে হবে।
- জানালা বা দরজার কাছে থাকা যাবে না, কারণ বাতাসের সাথে টিন, ডালপালা বা অন্য কোনো উপাদান এসে আঘাত করতে পারে।
- সাইক্লোনের সাথে বজ্রপাতেরও সম্ভাবনা থাকতে পারে। সুতরাং জানালা বা দরজার পাশে থাকা যাবে না।
- ঝড় শেষ না হওয়া পর্যন্ত আশ্রয়কেন্দ্র ত্যাগ করা যাবে না এবং বাড়ি ফেরার সময় পরিবার বা আত্মীয়-স্বজনের সাথে বাড়ি ফিরতে হবে। প্রয়োজনে শিক্ষকদের সহায়তা নিতে হবে।

ঘূর্ণিঝড় পরবর্তী করণীয়

- বিদ্যালয় পরিষ্কারের ব্যবস্থা করতে হবে। কোনো গাছ বা ডালপালা ভেঙে পড়লে সরানোর ব্যবস্থা করতে হবে।
- নলকূপ ঠিক আছে কি না পরীক্ষা করতে হবে এবং প্রয়োজনে মেরামতের ব্যবস্থা করতে হবে।
- কোনো শিক্ষা উপকরণ ভিজে গেলে শুকানোর ব্যবস্থা করতে হবে।
- শিক্ষা-উপকরণ নষ্ট হয়ে গেলে সংশ্লিষ্ট উর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষকে অবহিত করতে হবে এবং সংগ্রহ করতে হবে।
- বিদ্যালয়ের কোনো অবকাঠামো ক্ষতিগ্রস্ত হলে মেরামতের ব্যবস্থা করতে হবে।
- যদি ঘূর্ণিঝড়ের কবলে পড়ে বিদ্যালয়ের স্বাভাবিক শিক্ষা কার্যক্রম ব্যাহত হয়, সেক্ষেত্রে বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ 'জরুরি পরিস্থিতিতে শিক্ষা (ইআইই) কার্যক্রম' চালু করা যায় কি না সেই বিষয়ে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করবেন এবং সংশ্লিষ্ট উর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষকে অবহিত করবেন।

প্রধান শিক্ষকের জন্য নির্দেশনা

প্রতিটি বিদ্যালয়ে নিম্নোক্ত জিনিসগুলো নিশ্চিত করতে হবে এবং উপজেলা/থানা শিক্ষা অফিসার এবং সহকারী উপজেলা/থানা শিক্ষা অফিসারবৃন্দ নিয়মিত এই বিষয়গুলো পরিদর্শন করে বিদ্যালয়ের জরুরি প্রস্তুতির অবস্থা যাচাই করবেন এবং প্রয়োজনীয় পরামর্শ প্রদান করবেন।

চেক লিস্ট (বিদ্যালয় ব্যবস্থাপনা কমিটি, উপজেলা/থানা শিক্ষা অফিসার, সহকারী উপজেলা/থানা শিক্ষা অফিসারবৃন্দ নিয়মিত পরিদর্শন করে নিশ্চিত করবেন)

ক্রমিক নং	বিদ্যালয়ে থাকা আবশ্যক	থাকলে টিক (√) দিন	মন্তব্য
১	বিদ্যালয়ে জরুরি যোগাযোগের জন্য প্রয়োজনীয় ফোন/মোবাইল নাম্বার রাখতে হবে।		
২	বিদ্যালয়ে জরুরি বহির্গমন পথ (ইভ্যাকুয়েশন পরিকল্পনা) থাকতে হবে।		
৩	বিদ্যালয় সুরক্ষা পরিকল্পনা তৈরি করতে হবে এবং ছাত্র-ছাত্রীদের অবহিত করতে হবে।		
৪	প্রাথমিক চিকিৎসা উপকরণ রাখতে হবে, যাতে জরুরি প্রয়োজনে প্রাথমিক চিকিৎসা নিশ্চিত করা যায়।		
৫	প্রয়োজনীয় অনুসন্ধান ও উদ্ধার উপকরণ (protective equipments) যেমন- হাতুড়ি, করাত, রেঞ্চ, টর্চ লাইট, স্ট্রেচার, স্ক্রু-ড্রাইভার ইত্যাদি রাখতে হবে।		

আশ্রয়কেন্দ্রের নিচের তলার ফাঁকা জায়গাটি টিন দিয়ে ঘিরে শ্রেণিকক্ষে পরিণত করবেন না। অস্থায়ী ভিত্তিতে শ্রেণি শিক্ষন-শিখন কার্যক্রম চালানোর ক্ষেত্রে কোনো অসুবিধা না থাকলেও ঘূর্ণিঝড়ের পূর্বাভাস দেখা দিলে জায়গাটি খালি করতে হবে, যাতে মানুষ ও গবাদিপশু আশ্রয় গ্রহণের জন্য পর্যাপ্ত জায়গা পায়।

বিদ্যালয়টি আশ্রয়কেন্দ্র হিসেবে ব্যবহৃত হলে নিম্নোক্ত নির্দেশনাবলি প্রিন্ট করে টাঙিয়ে রাখতে হবে।

- বিদ্যালয়টি আশ্রয়কেন্দ্র হিসেবে ব্যবহৃত হলেও এটি শিক্ষার জন্য ব্যবহৃত হয়। সুতরাং বিদ্যালয়ের কোনো সম্পদ বিনষ্ট করবেন না।
- বিদ্যালয়ের টয়লেট ব্যবহার করার পর পর্যাপ্ত পানি ঢেলে পরিষ্কার করুন, যাতে অন্যরাও সুন্দরভাবে ব্যবহার করতে পারে।
- আশ্রয়কেন্দ্রে নারী, প্রতিবন্ধী, শিশু, বয়স্ক ও গর্ভবতীদের অগ্রাধিকার দিন এবং সহায়তা করুন।
- ছাত্রী, কিশোরী ও নারীদের জন্য আলাদা ঘর ও টয়লেট নির্ধারণ করে রাখুন এবং প্রতিবন্ধী শিক্ষার্থীদের টয়লেট ব্যবহার করার জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা ও উপকরণের ব্যবস্থা করুন।
- আশ্রয়কেন্দ্রে বিশৃঙ্খলা না করে সুশৃঙ্খলভাবে অবস্থান করুন।
- শান্তভাবে থাকুন যাতে অসুস্থ ব্যক্তি বা ছোট শিশুদের অসুবিধা না হয়।
- একে অপরকে সহায়তা করুন এবং নারী ও শিশুদের প্রতি নজর রাখুন যাতে নির্যাতনের শিকার না হয়।
- যেখানে সেখানে ময়লা-আবর্জনা ফেলে নোংরা করবেন না, বিদ্যালয়টি যাতে ব্যবহার উপযোগী থাকে, সেদিকে খেয়াল রাখুন।
- আশ্রয়কেন্দ্র ব্যবস্থাপনা কমিটিকে সহায়তা করুন এবং প্রয়োজনে সহায়তা নিন।

জরুরি প্রয়োজনে যোগাযোগের জন্য নিম্নোক্ত ফোন নম্বর প্রিন্ট করে দৃশ্যমান স্থানে টানিয়ে রাখতে হবে।

ক্রমিক নং	দপ্তর/বিভাগ	ফোন/মোবাইল নম্বর
১	জেলা প্রশাসন	
২	উপজেলা প্রশাসন	
৩	উপজেলা শিক্ষা অফিস	
৪	সিপিপি টিম লিডার	
৫	বাংলাদেশ রেড ক্রিসেন্ট সোসাইটি-র প্রতিনিধি	
৬	ইউডিএমসি সভাপতি	
৭	ফায়ার সার্ভিস অফিস	
৮	নিকটস্থ আশ্রয়কেন্দ্র (বিদ্যালয়টি আশ্রয়কেন্দ্র না হলে)	
৯	পুলিশ ফাঁড়ি/থানা	
১০	হাসপাতাল	
১১	অ্যাম্বুলেন্স	
১২	গ্যাস কর্তৃপক্ষ	
১৩	বিদ্যুৎ অফিস	

বিদ্যালয়ের ঘূর্ণিঝড়ে সাড়া প্রদান ড্রিল (মহড়া) বা ছায়া অনুশীলন নির্দেশিকা

ধাপ ১ : অনুশীলনের আগে যা করতে হবে

১. প্রধান শিক্ষক বিদ্যালয়ের এবং অন্যান্য শিক্ষকগণ আগেই বিদ্যালয়ে ঘূর্ণিঝড়ের ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের তারিখ এবং সময় জানিয়ে দেবেন (ড্রিল অবশ্যই ঘূর্ণিঝড় মৌসুমের পূর্বে সম্পন্ন করতে হবে)।

২. অনুশীলন চলাকালে শ্রেণি শিক্ষক কীভাবে নেতৃত্ব দেবেন, সে সম্পর্কে প্রধান শিক্ষক তাদের ভালোভাবে নির্দেশনা দেবেন।

৩. একইভাবে শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ প্রতি ক্লাসেই অনুশীলন চলাকালে ছাত্র-ছাত্রীদের যা করতে হবে সে সম্পর্কে আগেই ভালোভাবে শিখিয়ে বা বুঝিয়ে দেবেন।

৪. প্রতিটি শ্রেণিকক্ষে বা বিদ্যালয়ের অন্যান্য দৃশ্যমান স্থানে, ঘূর্ণিঝড়ের মূলবার্তা ও নিরাপদে বহির্গমনের নির্দেশনা ম্যাপ টাঙিয়ে রাখতে হবে, যেন তা সহজেই দেখা যায়।

৫. এই ধরনের ড্রিল অনুশীলনে এসএমসি এবং শিক্ষা কর্মকর্তাদের সম্পৃক্ত করা যেতে পারে ।

যে সকল বিষয়ে শিক্ষার্থীদের ধারণা দিতে হবে

- প্রথমে ঘূর্ণিঝড় কী, কেন, কখন হয় এবং ঘূর্ণিঝড়ের পূর্বে, চলাকালীন ও পরবর্তী করণীয় সম্পর্কে ছাত্র-ছাত্রীদের সার্বিক ধারণা দিন।
- ঘূর্ণিঝড়ের মূলবার্তা, পূর্ব-সতর্কতা ব্যবস্থা এবং নির্দেশক পতাকা সম্পর্কে বিস্তারিত ধারণা দিন।
- অনুশীলনের আগ মুহূর্তে ঘূর্ণিঝড়ের সংকেত সম্পর্কে ধারণা দিন, যেমন : কোনো সাইরেন বা সাউন্ড বাজানো/ পতাকা দেখানো হলে ঘূর্ণিঝড়ের বিপদ সংকেত বুঝতে হবে এবং কোথায় কীভাবে যেতে হবে তা জানিয়ে দিন (প্রতিবন্ধী ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য উপযুক্ত বিশেষ সংকেত বা চিহ্ন ব্যবহার করুন)।
- ছাত্র-ছাত্রীদের ভালোভাবে বুঝিয়ে দিন যে, ঘূর্ণিঝড়ের বিপদ সংকেত আসা মাত্র তারা যার যা কাজ তা বন্ধ করে, দ্রুত এবং শান্তভাবে চিহ্নিত নিরাপদ স্থানে চলে যাবে।
- সবাইকে জানিয়ে দিন আতঙ্কিত হওয়া বা হইচই করা যাবে না।
- ছাত্র-ছাত্রীরা কত কম সময়ে যার যা কাজ তা বন্ধ করে সব গুছিয়ে, সারিবদ্ধ হয়ে শান্তভাবে নিরাপদ স্থানে যাবার জন্য প্রস্তুত হতে পারে, সেটি যাচাই করার জন্য অনুশীলন করুন।
- ছাত্র-ছাত্রীদের শ্রেণিকক্ষ, বিদ্যালয় ও এর আশেপাশের চিত্রসহ বহির্গমন পথ নির্দেশক মানচিত্র/ম্যাপ সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা দিন।
- ঘূর্ণিঝড়ের সময়ে কী কী কারণে বিপদ ঘটতে পারে সে বিষয়গুলো তাদের ভালোভাবে বুঝিয়ে দিন। (যেমন জানালা বন্ধ রাখতে হবে, কোনো খোলা কক্ষে থাকা যাবে না, ধাতবের তৈরি জিনিস বা বোর্ড এবং সকল ধরনের কাচ, গাছ, টাওয়ার, বেড়া, বিদ্যুৎ ও টেলিফোনের খুঁটি ও তার থেকে দূরে থাকতে হবে ইত্যাদি)।

- বহির্গমনের সময় প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের সহায়তায় কী কী ব্যবস্থা নেয়া প্রয়োজন হতে পারে তা চিহ্নিত করুন এবং কে, কীভাবে তাদের সহায়তা ও উদ্ধার করবে তা নির্ধারণ করুন। এই বিষয়ে ছাত্র-ছাত্রীদের আগে থেকেই শিখিয়ে দিন।
- প্রতিটি শ্রেণিকক্ষেই ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্য থেকে কয়েকজনকে স্বেচ্ছাসেবী হিসেবে বাছাই করুন এবং অন্যান্য ছাত্র-ছাত্রীদের সাথে তাদের পরিচয় করিয়ে দিন, বিশেষ করে প্রতিবন্ধী শিশু এবং ছোট শিশুদের সাথে।
- জরুরি অবস্থায় প্রতিবন্ধী শিশু/শিক্ষকদের কীভাবে সহায়তা দিতে হবে সে সম্পর্কে স্বেচ্ছাসেবী ছাত্র-ছাত্রীদের নির্দেশনা দিন।
- উদ্ধার বা বহির্গমন ম্যাপ অনুযায়ী কীভাবে, কখন, কোন পথে বেরিয়ে যেতে হবে তা সকল ছাত্র-ছাত্রীকে বুঝিয়ে দিন এবং বহির্গমনের সময় চারটি মূলনীতি মেনে চলতে বলুন; কথা বলা যাবে না, ঠেলাঠেলি বা ধাক্কাধাক্কি করা যাবে না, দৌড়ানো যাবে না এবং পেছনে ফিরে আসা যাবে না।
- নিরাপদ স্থানে সমাবেশের জন্য কোথায় এবং কীভাবে সকল ছাত্র-ছাত্রী একত্রিত হবে তা ভালো করে বুঝিয়ে দিন, এরপরে মাথা গণনাসহ অনুশীলন-পরবর্তী আলোচনা এবং নির্দেশনার জন্য অপেক্ষা করবে তা বলুন।
- যে সকল ছাত্র-ছাত্রী ক্লাসে থাকবে না, তারা যেন সংকেত শোনা মাত্রই দ্রুত নির্ধারিত নিরাপদ স্থানে চলে যায়, সে বিষয়ে নির্দেশনা দিন।

ধাপ ২ : ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন চলাকালীন কার্যক্রম

ঘোষণা এবং সংকেত

১. শিক্ষকগণ নিজ নিজ শ্রেণিকক্ষে ঘূর্ণিঝড়ের ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন শুরু হতে যাচ্ছে তা ঘোষণা করবেন এবং সকলকে প্রস্তুত হতে বলবেন।

২. আগে থেকে জানিয়ে রাখতে হবে কোন ঘণ্টা/সাইরেন/অ্যালার্ম/পতাকা ঘূর্ণিঝড়ের সংকেত হিসেবে বিবেচনা করা হবে।

বহির্গমনে শিক্ষক ও ছাত্র-ছাত্রীদের সাড়াদান

১. যখন সংকেত বেজে উঠবে, তখন ছাত্র-ছাত্রীদের দ্রুত বিপজ্জনক স্থান থেকে সরে যেতে হবে।

২. দরজার সবচেয়ে কাছে থাকা ছাত্র বা শিক্ষক দরজাটি সম্পূর্ণভাবে খুলে ধরবেন।

৩. ছাত্র-ছাত্রীরা কাজ বন্ধ করে, বই-খাতা/ব্যাগ গুছিয়ে নিয়ে সারিবদ্ধ হয়ে এবং শান্তভাবে পূর্ব-নির্দেশনা অনুযায়ী নির্ধারিত পথ দিয়ে বেরিয়ে যাবে। স্বেচ্ছাসেবক ছাত্র-ছাত্রীরা প্রতিবন্ধীদের দ্রুত বের হয়ে যেতে প্রয়োজনীয় সহায়তা দেবে।

৪. শ্রেণি শিক্ষক শ্রেণিকক্ষের কোনো জানালা খোলা অবস্থায় আছে কি না অথবা কোনো শিখন উপকরণ অনিরাপদ অবস্থায় আছে কি না তা ভালো করে দেখে নেবেন।

৫. শ্রেণি শিক্ষক শ্রেণিকক্ষের হাজিরা খাতা এবং নিরাপত্তা কিট ব্যাগ সাথে নেবেন এবং শিশুদের নিরাপদ স্থানে যাওয়ার জন্য যথোপযুক্ত ব্যবস্থা নেবেন।

সমাবেশ এবং মাথা গণনা

১. সকল ছাত্র-ছাত্রীকে নিরাপদ স্থানে আসতে হবে এবং পূর্বের নির্দেশনা অনুযায়ী সারিবদ্ধভাবে দাঁড়াতে হবে (যে যার পাশে বসেছিল সে অনুযায়ী)।

২. ঘূর্ণিঝড়ের সতর্ক সংকেত বন্ধ করতে হবে, এর অর্থ হলো ঘূর্ণিঝড় থেমে গেছে এবং বিপদমুক্ত ঘোষণা করা হয়েছে।

৩. যদি কোনো ছাত্র-ছাত্রী আহত হয়, তাহলে শিক্ষকবৃন্দ তাদের প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করবেন।

৪. শ্রেণি শিক্ষকগণ নিজ নিজ শ্রেণির ছাত্র-ছাত্রীদের মাথা গণনার মাধ্যমে কেউ অনুপস্থিত আছে কি না তা নিশ্চিত করবেন।

ধাপ ৩ : অনুশীলন পরবর্তী কার্যক্রম

ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকদের কাছ থেকে ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন সম্পর্কে মতামত বা ফিডব্যাক নেয়া

১. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে থেকে কয়েকজনকে ড্রিল সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা/অনুভূতি জানাতে উৎসাহ দেবেন।

২. ড্রিলের মৌখিক নির্দেশনা এবং ছায়া অনুশীলনের মধ্যে কোনো পার্থক্য ছিল কি না তা জানবেন।

৩. কোনো ভুল/তারতম্য হলে শিক্ষকবৃন্দ তা সংশোধন করে দেবেন।

৪. শিক্ষকবৃন্দ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে এই অনুশীলনে অংশ নেওয়ার জন্য ধন্যবাদ জানাবেন এবং পরবর্তী অনুশীলনে আরও ভালোভাবে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহ দেবেন।

প্রধান শিক্ষক এবং স্কুল পরিচালনা কমিটির মূল্যায়ন ও পর্যালোচনা

১. প্রধান শিক্ষক এবং অন্যান্য শিক্ষকেরা এই অনুশীলন কার্যক্রম মূল্যায়ন করে এ সংক্রান্ত একটি প্রতিবেদন তৈরি করবেন।

২. এসএমসি/পিটিএ বা স্লিপ টিমের সভায় প্রধান শিক্ষক ঐ প্রতিবেদন উপস্থাপন করবেন এবং ভবিষ্যতে কীভাবে আরও ভালো করা যায় সে সম্পর্কে তাদের পরামর্শ ও মতামত গ্রহণ করবেন।

৩. ঘূর্ণিঝড়ের মৌসুম (এপ্রিল-মে এবং অক্টোবর-নভেম্বর)-এর কথা বিবেচনা করে এই ছায়া অনুশীলন যেন ত্রৈমাসিক ভিত্তিতে অনুষ্ঠিত হয়, প্রধান শিক্ষক সেটি নিশ্চিত করবেন।

ঘূর্ণিঝড় বা সাইক্লোন মোকাবিলার মূলবার্তা

করণীয় : ঘূর্ণিঝড়ের লক্ষণ দেখা দিলে

১. ছাত্র-ছাত্রীদের জানাতে হবে যে, ঘূর্ণিঝড় হওয়ার সময়কাল হচ্ছে সাধারণত এপ্রিল থেকে মে মাস এবং অক্টোবর থেকে নভেম্বর মাস।

২. বহির্গমন পরিকল্পনা ও পথ সম্পর্কে ছাত্র-ছাত্রীদের ভালোভাবে বুঝিয়ে দিতে হবে এবং অনুশীলনের মাধ্যমে আয়ত্ত করাতে হবে। ছাত্র-ছাত্রীরা যেন ঘূর্ণিঝড়ের আশ্রয়কেন্দ্র সম্পর্কে ভালোভাবে অবগত থাকে, তা নিশ্চিত করতে হবে।

৩. বিদ্যালয়ের সবচেয়ে মজবুত ও নিরাপদ অবকাঠামো কোনটি এবং ঘূর্ণিঝড়ের পূর্বাভাস অনুযায়ী কী করণীয় সে সম্পর্কে ছাত্র-ছাত্রীরা যেন ভালোভাবে বুঝতে পারে শিক্ষকগণ তা নিশ্চিত করবেন।

৪. বিদ্যালয়ের চারপাশ ভালোভাবে পরীক্ষা করে ঝুঁকিপূর্ণ খোলা বস্তু সরিয়ে অথবা বেঁধে ফেলতে হবে।

৫. জরুরি অবস্থায় প্রয়োজন এরকম উপকরণসহ নিরাপত্তা কিট (go kit) পরীক্ষা করে প্রস্তুত রাখতে হবে।

৬. পানির পাত্রগুলোতে বিশুদ্ধ/নিরাপদ পানি ভরে রাখতে হবে।

৭. ছাত্র-ছাত্রীদের ঘূর্ণিঝড়ের বিপদ সংকেত/পতাকা সম্পর্কে ভালোভাবে জানিয়ে দিতে হবে, যেন তারা যেখানেই অবস্থান করুক সেই অনুযায়ী ব্যবস্থা গ্রহণ করতে পারে।

৮. বিদ্যালয়ের যাবতীয় জরুরি সেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠান/সংস্থার ঠিকানা, ফোন/মোবাইল নম্বরসমূহ (ফায়ার ব্রিগেড/ হাসপাতাল, অ্যাম্বুলেন্স, গ্যাস, জেলা/উপজেলা প্রশাসন, সিপিপি, বাংলাদেশ রেড ক্রিসেন্ট সোসাইটি এবং বিদ্যুৎসহ অন্যান্য সার্ভিস) সহজে দৃষ্টিগোচর হয় এমন স্থানে টাঙিয়ে রাখতে হবে।

৯. প্রতিবন্ধী শিশু/ব্যক্তিদের ঘূর্ণিঝড় সম্পর্কে জানানো ও সতর্ক করবার জন্য বিশেষ ব্যবস্থা নিতে হবে এবং জরুরি অবস্থায় তাদের প্রয়োজনীয় সহায়তার জন্য অন্যদের প্রস্তুত রাখতে হবে।

করণীয় : ঘূর্ণিঝড়ের পূর্বাভাস জারি হলে

১. শিক্ষকেরা সার্বক্ষণিকভাবে স্থানীয় টিভি/রেডিও/মোবাইল ফোন/ইন্টারনেট/এসএমএস (১০৯৪১/১০৯০/৯৯৯)-সহ অন্যান্য প্রচার মাধ্যমের সাহায্যে সর্বশেষ পরিস্থিতি এবং দুর্যোগের পূর্বাভাস সম্পর্কে অবহিত থাকবেন।

২. আবহাওয়ার পূর্বাভাস যথাযথভাবে পর্যালোচনা করার মাধ্যমে যেকোনো পরিস্থিতি মোকাবিলায় তাৎক্ষণিক সাড়া প্রদান এবং উদ্যোগ গ্রহণের প্রস্তুতি নিতে হবে।

৩. শ্রেণি শিক্ষক ছাত্র-ছাত্রীদেরকে আবহাওয়ার পূর্বাভাস, বহির্গমন পথসমূহ এবং উদ্ধার পরিকল্পনা সম্পর্কে ভালোভাবে অবহিত করবেন।

৪. পরবর্তী নির্দেশনা না পাওয়া পর্যন্ত সকল ছাত্র-ছাত্রী ভবনে/কামরার ভেতর থাকবে।

৫. জানালা বন্ধ রাখতে হবে, জানালা বা কোনো খোলা কক্ষ, ধাতুর তৈরি কোনো জিনিস বা বোর্ড, সকল ধরনের কাচের তৈরি অবকাঠামো থেকে দূরে থাকতে হবে।

যা করণীয় নয়

১. সজাগ দৃষ্টি রাখতে হবে, যদি হঠাৎ করে বায়ুপ্রবাহ থেমে যায়, তাহলে ঘূর্ণিঝড় থেমে গেছে তা মনে করা যাবে না। কারণ, যেকোনো সময় বিপরীত দিক থেকে শক্তিশালী বায়ুপ্রবাহ এসে আঘাত হানতে পারে।

২. ঘূর্ণিঝড়ের পর সরকারিভাবে সম্পূর্ণ নিরাপদ সংকেত না আসা পর্যন্ত নিরাপদ স্থান ত্যাগ করা।

করণীয় : ঘূর্ণিঝড়ের সতর্ক সংকেত প্রচারিত হওয়া শুরু হলে

১. ঘূর্ণিঝড়ের সতর্ক সংকেত প্রচারিত হওয়ার সাথে সাথে ছাত্র-ছাত্রীদেরকে তা জানিয়ে দিতে হবে এবং দায়িত্বশীল কোনো অভিভাবক কিংবা শিক্ষকদের সাথে বিদ্যালয় ত্যাগ করার অথবা বিদ্যালয় অবস্থান করার জন্য (যদি বিদ্যালয়টি ঘূর্ণিঝড় আশ্রয়কেন্দ্র হয়) প্রস্তুত রাখতে হবে।

২. প্রতিবন্ধী শিশু যাদের কোনো ধরনের সহায়ক ব্যবহার করতে হয়, এমন শিক্ষার্থীদের অগ্রাধিকার দিতে হবে এবং তাদেরকে আগে বিদ্যালয় ত্যাগ করার/আশ্রয়কেন্দ্রে যাবার সুযোগ দিতে হবে।

৩. জরুরি প্রয়োজনে আশ্রয়ের জন্যে স্কুলের সকল ছাত্র-ছাত্রী যেন তাদের নিকটবর্তী আশ্রয়কেন্দ্র কোনটি এবং সেখানে যাবার পথ চিনতে পারে সে বিষয়টি নিশ্চিত করতে হবে।

৪. শ্রেণিকক্ষ এবং শিক্ষকদের রুমের জানালা, বোর্ড বা শাটার ধরনের কিছু থাকলে তা বন্ধ করে রাখতে হবে।

৫. যাবতীয় শিক্ষা উপকরণ এবং মূল্যবান দ্রব্যাদি শক্ত কোনো বাক্সে বা আলমারিতে ঢুকিয়ে উঁচু স্থানে রেখে দিতে হবে যেন তা ভিজে না যায়।

৬. প্রয়োজন দেখা দিলেই, শিক্ষার্থীদের শান্ত থেকে ও সুশৃঙ্খলভাবে নির্ধারিত নিরাপদ স্থানে অথবা বাড়িতে নিয়ে যেতে হবে।

৭. স্কুলের দরজাগুলো বন্ধ করতে হবে, বিদ্যুতের লাইন, গ্যাস লাইন বন্ধ রাখতে হবে।

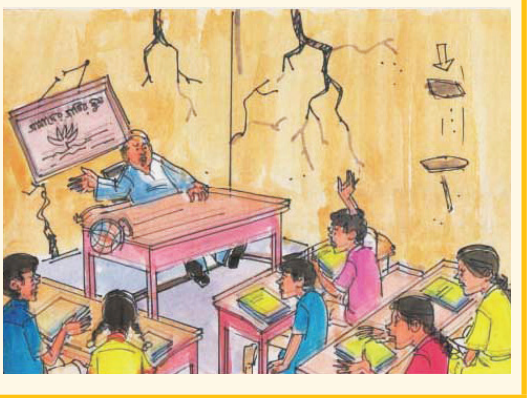
৮. সকলকে বড় গাছ, বিদ্যুতের তার ও খুঁটি, বেড়া, টেলিফোনের খুঁটি বা যেকোনো ধরনের খুঁটি থেকে দূরে সরে থাকতে হবে। যদি পানি বাড়তে থাকে আর তা যদি ঝুঁকিপূর্ণ হয়, তাহলে স্থানীয়ভাবে পাওয়া যায় এমন উদ্ধার সরঞ্জাম অথবা লাইফ জ্যাকেট ব্যবহার করতে হবে।

ভূমিকম্প

ভূমিকম্প (Earthquake)

ভূমিকম্প কী?

ভূ-পৃষ্ঠের নিচে অবস্থিত টেকটোনিক প্লেটের স্থানচ্যুতির কারণে পাথরস্তরে শক্তি নির্গমনের ফলে উপরস্থ ভূমিতে যে আকস্মিক এবং দ্রুত কম্পন হয় তাকে ভূমিকম্প বলে। ভূমিকম্প কোনো ধরনের পূর্বাভাস ছাড়াই যেকোনো সময়ে হতে পারে। ভূমিকম্পের কারণে জীবনযাত্রা মারাত্মকভাবে বিপন্ন ও বিধ্বস্ত হয়, যেমন : প্রাণহানি, পঙ্গুত্ববরণ, ভবন ধসে পড়া, শিক্ষা কার্যক্রমের ব্যাপক ক্ষতিসাধন, শিক্ষার্থী ও শিক্ষকদের মানসিকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হওয়া ইত্যাদি। এক কথায় ভূমিকম্পের কারণে জীবন, সম্পদ এবং পরিবেশের ব্যাপক ক্ষতি সাধিত হয়।



বিদ্যালয়ের জন্য প্রস্তুতি

ভূমিকম্পের সময় ছাত্র-ছাত্রী বা শিক্ষকবৃন্দ কোথায়, কীভাবে নিরাপদ থাকবেন তা ঐ মুহূর্তে ভাবার অবকাশ থাকে না। তাই স্কুলকে সদা প্রস্তুত থাকতে হবে, যেন ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকবৃন্দ ভূমিকম্পের সময় যথাযথ সাড়া প্রদান করতে এবং যত দ্রুত সম্ভব নিরাপদ স্থানে সরে যেতে পারে। ভূমিকম্প কোনো পূর্বাভাস দিয়ে আসে না। তাই বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষকে ভূমিকম্পের পূর্বেই সব ধরনের নিরাপত্তা পরিকল্পনা ও প্রস্তুতি গ্রহণ করতে হবে, আর এজন্য যে বিষয়গুলো বিবেচনায় রাখতে হবে তা হলো :

১. বিদ্যালয়ের স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং প্রসিডিওর তৈরি

   ১. **গো কিট/জরুরি উপকরণ প্রস্তুত রাখা :** পূর্ব থেকে গো-কিট প্রস্তুত করে রাখতে হবে এবং তা শ্রেণিকক্ষের দরজার পাশে বা সহজেই পাওয়া যায় এমন একটি স্থানে রেখে দিতে হবে। এই নিরাপত্তা কিট-এর উপকরণগুলোর মধ্যে থাকতে পারে সকল ছাত্র-ছাত্রী ও অভিভাবকদের ছবি সম্বলিত নামের তালিকা (ফোন নম্বরসহ), বিশেষ সহায়তা প্রয়োজন এমন শিক্ষার্থীর তালিকা, শিক্ষক ও কর্মচারীদের তালিকা (ফোন নম্বরসহ), স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং প্রসিডিওর, নিকটবর্তী আশ্রয়কেন্দ্রের তালিকা, স্বেচ্ছাসেবকদের চিহ্নিত করতে দূর থেকে দৃশ্যমান হয় এমন ব্যাজ/স্যাশে/পোশাক/টুপি, স্বেচ্ছাসেবকদের কাজের জন্যে হুইসেল, প্রাথমিক চিকিৎসার উপকরণ, ব্যাটারি-সহ টর্চ লাইট এবং সম্ভব হলে অতিরিক্ত ব্যাটারি-সহ রেডিও রাখা যেতে পারে। প্রয়োজনে মোবাইল ফোন থেকেও রেডিও ব্যবহার করা যেতে পারে।

২. বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ আগে থেকেই যাবতীয় জরুরি সেবা প্রদানকারী বা উদ্ধারকারী সংস্থার ফোন নম্বরসমূহ (সিসিডিএমসি, পিডিএমসি, ডব্লিউডিএমসি, ফায়ার ব্রিগেড, পুলিশ ফাঁড়ি/থানা, হাসপাতাল, অ্যাম্বুলেন্স, গ্যাস এবং বিদ্যুৎসহ অন্যান্য সেবা) বিদ্যালয়ের দৃশ্যমান একাধিক স্থানে স্থাপন করে রাখবেন, যাতে যেকোনো উদ্ধার ও অন্যান্য সেবার জন্যে তাদের সাহায্য পাওয়া যায়।

৩. বিদ্যালয়কে একটি বিশেষ অ্যালার্ম/সংকেত ব্যবস্থা নির্ধারণ করতে হবে, যেমন : সাইরেন, সাউন্ড, বাঁশি অথবা ঘণ্টার ব্যবস্থা এবং কে সংকেত দেবেন তা ঠিক করতে হবে। ভূমিকম্প শুরু হলে দায়িত্বপ্রাপ্ত ব্যক্তি নির্ধারিত সংকেত দেবেন, যা শুনে শুনে শিক্ষার্থী ও শিক্ষকসহ সংশ্লিষ্ট সকলে সতর্ক হবে।

৪. বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ একজন প্রকৌশলীর সহায়তায় বিদ্যালয় ভবন এবং শ্রেণিকক্ষের কোন স্থানগুলোতে ভূমিকম্পের সময় আশ্রয় নেয়া নিরাপদ হবে তা নির্ণয় ও চিহ্নিত করবেন।

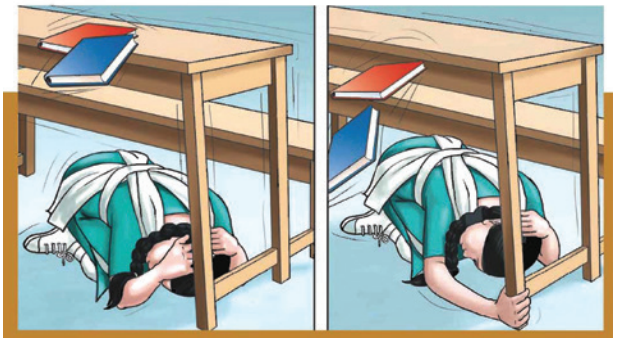
৫. জরুরি বহির্গমন পথ চিহ্নিত করা এবং তা অনুসরণ করে মানচিত্র অঙ্কন ও পরিকল্পনা তৈরি করতে হবে। পরিকল্পনা অনুসারে দিক-নির্দেশক চিহ্ন দৃশ্যমান স্থানে সাঁটিয়ে দিতে হবে। বহির্গমন পথে বাধা সৃষ্টিকারী কোনো ধরনের জিনিস রাখা যাবে না (যেমন : বুকশেলফ, বিদ্যুতের তার ইত্যাদি) এবং থাকলে তা সরিয়ে পথ পরিষ্কার রাখতে হবে, যেন জরুরি বহির্গমন পথ নিরাপদ হয়।

৬. বিদ্যুৎ সংযোগ বন্ধকরণের সুনির্দিষ্ট ব্যবস্থা রাখতে হবে এবং ভূমিকম্পের সময়ে কে এই সুইচ বন্ধ করবেন তা পূর্বে নির্ধারণ করে রাখতে হবে।

৭. বিদ্যালয়ে শিক্ষক-শিক্ষার্থীরা নিয়মিতভাবে (ত্রৈমাসিক) ভূমিকম্পের ড্রিল অনুশীলন করার জন্য সময় নির্ধারণ করবেন এবং তা শিক্ষার্থী, শিক্ষকসহ সংশ্লিষ্ট সকলকে অবহিত করবেন।

করণীয় : কম্পন চলাকালীন

শ্রেণিকক্ষের ভেতরে



১. ভূমিকম্প শুরু হলে অথবা ভূমিকম্পের সাইরেন বা সংকেত শোনার সাথে সাথে শ্রেণি শিক্ষক জোর গলায় এবং ইশারায় সকলকে **বসে পড়া, মাথা ঢাকা এবং ধরে রাখার** নির্দেশনা দেবেন এবং নিজেও তা করবেন। প্রত্যেক শিক্ষার্থী দ্রুত বেঞ্চ, টেবিল, বিম, কলাম এবং পূর্বেই চিহ্নিত নিরাপদ স্থানে অবস্থান করবে।

২. বসে পড়ো, মাথা ঢাকো এবং ধরে রাখো- প্রক্রিয়াটি হচ্ছে ভূমিকম্পের সময়ে আত্মরক্ষার অন্যতম একটি নিয়ম, যার মাধ্যমে শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীরা তাদের মাথা, ঘাড়, গলাকে আঘাত থেকে রক্ষা করতে পারে, শরীরকে যথা সম্ভব ছোট করে ছোট্ট পরিসরে অবস্থান নিতে পারে এবং হামাগুড়ি দিয়ে নিরাপদ স্থানে যাবার জন্য প্রস্তুত থাকতে পারে।

৩. **বসে পড়ো, মাথা ঢাকো এবং ধরে রাখো** বলতে বোঝায়, হাঁটু গেড়ে শরীর যতটা সম্ভব ছোট করে চিহ্নিত শক্ত বেঞ্চ/টেবিল/বিম/কলামের নিচে বসে পড়বে, হাত দিয়ে মাথা ও ঘাড় ঢেকে রাখবে, ডেস্ক উঁচু বা টেবিলের পায়া, কলাম বা পিলার শক্ত করে ধরে থাকবে। বেঞ্চ যদি কম থাকে সেক্ষেত্রে শিক্ষক এবং শিক্ষার্থীরা স্কুল ব্যাগ দিয়ে মাথা ঢেকে রাখবে যতক্ষণ কম্পন না থামে।

৪. কম্পন থেমে যাবার পর বের হওয়ার জন্য শিক্ষক এবং শিক্ষার্থীরা শান্ত থাকবে এবং ধীরে ধীরে গভীর শ্বাস নেবে। নিরাপদ স্থানের দিকে যাবার আগে চারিদিকে তাকিয়ে পরিস্থিতি বোঝার চেষ্টা করবে।

৫. বেরিয়ে যাবার পথ বা শ্রেণিকক্ষের দরজাটি যদি পুরোপুরি খোলা না থাকে তাহলে শিক্ষক অথবা দরজার খুব কাছে যে শিক্ষার্থী রয়েছে সে পুরোপুরি দরজাটি খুলে দেবে।

৬. শিক্ষক-শিক্ষার্থীরা কাচের জানালা, বুক শেলফ, ঝোলানো কোনো ভারি জিনিস এবং অন্যান্য ঝুঁকিপূর্ণ জিনিস থেকে দূরে সরে থাকবে।

হুইল চেয়ারে থাকলে- যদি কেউ হুইল চেয়ারে থাকে, সে নিকটবর্তী কলাম/পিলারের পাশে চলে যাবে এবং হুইল চেয়ার লক করে ফেলবে। যদি সে নিচু হয়ে বসতে অসমর্থ হয়, তাহলে হাত বা স্কুল ব্যাগ দিয়ে মাথা ঢেকে উবু হয়ে বসে থাকবে।

শ্রেণিকক্ষের বাইরে থাকলে-

১. যদি শিক্ষার্থী বা শিক্ষকবৃন্দ ভবনের বাইরে থাকে, তাহলে তাদের অবশ্যই কোনো ভবন, দেয়াল, বিদ্যুতের লাইন, গাছ, বিদ্যুতের খুঁটি এবং অন্যান্য ঝুঁকিপূর্ণ জিনিস থেকে সরে যেতে হবে।

২. হাঁটু গেড়ে নিচে বসে পড়বে, হাত এবং বাহু দিয়ে মাথা এবং ঘাড় ঢেকে রাখবে।

বাস বা অন্য যানবাহনের ভেতরে থাকলে

১. গাড়িচালক উপর থেকে কোনো কিছু ভেঙে পড়ার মতো ঝুঁকি এড়িয়ে যানবাহনটি থামিয়ে এবং ইঞ্জিন বন্ধ করে রাখবেন। **মনে রাখা প্রয়োজন :** প্রথম কম্পনের পর পরবর্তী আঘাত বা আফটার শক-এর জন্য প্রস্তুত থাকতে হবে। যদিও এর মাত্রা কম হয়, তবুও আফটার শক-এর ফলে অতিরিক্ত ক্ষয়ক্ষতি হওয়ার ঝুঁকি থাকে এবং ক্ষতিগ্রস্ত অবকাঠামো ধসে যাবার ঝুঁকি বাড়িয়ে দেয়। এক্ষেত্রেও পূর্বের মতোই ব্যবস্থা নিতে হবে।

করণীয় : কম্পন থেমে যাবার পরে

বিদ্যালয় ভবন/শ্রেণিকক্ষ থেকে উদ্ধার

১. শ্রেণি শিক্ষক বহির্গমন পথটি ভালোভাবে দেখে শিক্ষার্থীদের সুশৃঙ্খলভাবে ভবন থেকে বের হওয়ার নেতৃত্ব দেবেন। যদি শিক্ষক না থাকে সেক্ষেত্রে পূর্বেই নির্ধারিত শিক্ষার্থীর নেতৃত্বে বের হয়ে আসবে।

২. শ্রেণিকক্ষ থেকে বের হবার আগে শিক্ষকবৃন্দ ভালোভাবে দেখবেন কেউ আহত হয়েছে কি না। যদি কেউ হয়, তাহলে গো-কিট থেকে প্রাথমিক চিকিৎসার উপকরণ সংগ্রহ করে দেবেন (যেমন : বাতাস চলাচলের মাধ্যমে নিঃশ্বাস নিতে সাহায্য করা, গুরুতর রক্তপাত বন্ধ করা এবং শক কাটিয়ে উঠতে সাহায্য করা ইত্যাদি)। যদি শ্রেণিকক্ষে শিক্ষক না থাকেন, তাহলে নির্ধারিত শ্রেণি শিক্ষক উপরোক্ত কাজ করবেন।

৩. যদি গুরুতর আহত হয়ে কেউ ভেতরে আটকা পড়ে, তাহলে শিক্ষক এবং স্বেচ্ছাসেবকরা তার মানসিক ভীতি কাটাতে যথাসম্ভব সহায়তা দেবেন। তাকে একটি হুইসেল/বাঁশি দিতে হবে এবং আশ্বস্ত করতে হবে উদ্ধারকারী দল তার অবস্থান বুঝতে এবং উদ্ধার করতে পারবে।

৪. আহত ব্যক্তিকে প্রয়োজনীয় ক্ষেত্রে এবং শিক্ষকবৃন্দ মিলে নিরাপদ স্থানে নিয়ে যাবেন এবং দ্রুত হাসপাতালে পাঠানোর ব্যবস্থা করবেন।

৫. শ্রেণিকক্ষের বাইরে কোনো ধরনের ঝুঁকি আছে কি না শ্রেণি শিক্ষক/শিক্ষার্থী প্রতিনিধি তা দেখবেন। অতঃপর বহির্গমন পথ অনুসরণ করে নিরাপদ স্থানের উদ্দেশ্যে বের হবেন।

৬. শিক্ষক দরজাটি পুরোপুরি খুলে ধরবেন যেন সকলে সহজে এবং দ্রুত বের হতে পারে।

৭. শিক্ষার্থীরা মাথায় হাত/ব্যাগ দিয়ে সারিবদ্ধভাবে বের হবে, আর নিয়ম অনুসরণ করবে- কথা বলা যাবে না, ঠেলাঠেলি বা ধাক্কাধাক্কি করা যাবে না, দৌড়ানো যাবে না এবং পেছনে ফিরে আসা যাবে না।

৮. যদি কোনো ভবন ক্ষতিগ্রস্ত হয়, তাহলে শিক্ষক ও শিক্ষার্থীরা নিরাপদ দূরত্বে সরে যাবে।

৯. যদি বিদ্যালয় ভবন ক্ষতিগ্রস্ত হয় এবং বিদ্যালয় প্রাঙ্গণে কোনো নিরাপদ স্থান বা উন্মুক্ত মাঠ না থাকে তাহলে সারিবদ্ধভাবে বিদ্যালয় থেকে বের হয়ে পূর্ব-নির্ধারিত নিরাপদ স্থানে যেতে হবে।

নিরাপদ স্থানে সমবেত হওয়া : 'নিরাপদ স্থান' হচ্ছে এমন একটি স্থান বা জায়গা যা মানুষকে বিপজ্জনক বা ঝুঁকিপূর্ণ বস্তু অথবা অনাকাঙ্ক্ষিত বিপদ বা ভয় থেকে দূরে রাখে। ভূমিকম্পের জন্য 'নিরাপদ জায়গা' বলতে বোঝায় এমন জায়গা, যা ভূমিকম্পের সাথে সংশ্লিষ্ট ঝুঁকি বা আশঙ্কা (যেমন : ভেঙে পড়তে পারে এমন ভবন, দেয়াল, বৈদ্যুতিক তার, গাছ, বৈদ্যুতিক খুঁটি বা অন্যান্য) থেকে মুক্ত একটি প্রশস্ত বা উন্মুক্ত স্থান, যেখানে শিক্ষকবৃন্দ এবং ছাত্র-ছাত্রীরা সমবেত হতে পারে।

১. সকল শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের নিরাপদ স্থানে সমবেত হতে হবে।

২. শিক্ষকবৃন্দ ক্লাস মনিটর বা স্বেচ্ছাসেবকদের অল্প আহত/প্রতিবন্ধী শিশুদের প্রয়োজনীয় সহায়তার নির্দেশনা দেবেন।

৩. নিরাপদ স্থানে সকল শিক্ষার্থী সারিবদ্ধ হয়ে শান্তভাবে দাঁড়াবে এবং শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ মাথা গণনা করে ক্লাসের সকল শিক্ষার্থীর উপস্থিতি নিশ্চিত করবেন।

৪. শিক্ষার্থীরা শ্রেণিকক্ষে ফিরে যাবার আগে প্রধান শিক্ষক অন্যান্য শিক্ষকবৃন্দের সহায়তায় নিশ্চিত হবেন যে, ভবন থেকে সকলকেই উদ্ধার করা হয়েছে এবং ভবনের দৃশ্যমান কোনো ক্ষয়ক্ষতি হয়নি এবং পরবর্তী আঘাত আসার সম্ভাবনাও নেই।

৫. পরিস্থিতি বিবেচনা করে প্রধান শিক্ষক সিদ্ধান্ত গ্রহণ করবেন, বিদ্যালয়ে ক্লাস চলবে অথবা শিক্ষার্থীরা বিদ্যালয় ব্যবস্থাপনা কমিটি, অভিভাবক, শিক্ষক অথবা স্বেচ্ছাসেবীদের সহায়তায় বাড়িতে ফিরে যাবে। কোনো শিক্ষার্থী আহত অবস্থায় শ্রেণিকক্ষে আছে কি না অথবা আহত ও প্রতিবন্ধী শিক্ষার্থীরা যথাযথ সহায়তা পাচ্ছে কি না শিক্ষকবৃন্দ তা ভালোভাবে পর্যবেক্ষণ করবেন।

মনে রাখা আবশ্যক : প্রথম কম্পনের পর পরবর্তী আঘাত বা আফটার শক-এর জন্য প্রস্তুত থাকতে হবে। যদিও এর মাত্রা কম হয়, তবুও পরবর্তী আঘাত বা আফটার শক-এর ফলে অতিরিক্ত ক্ষয়ক্ষতি হওয়ার ঝুঁকি থাকে এবং প্রথম আঘাতে দুর্বল বা ক্ষতিগ্রস্ত অবকাঠামো ধসে পড়ার ঝুঁকি বাড়িয়ে দেয়। এক্ষেত্রেও আগের মতোই ব্যবস্থা নিতে হবে।

বিদ্যালয় ভূমিকম্পে সাড়া প্রদান ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন নির্দেশিকা

ধাপ-১ : অনুশীলনের আগে যা করতে হবে

১. প্রধান শিক্ষক বিদ্যালয়ের অন্যান্য শিক্ষকদেরকে পূর্বেই বিদ্যালয়ে ভূমিকম্পের ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের তারিখ এবং সময় জানিয়ে দেবেন।

২. অনুশীলন চলাকালে শ্রেণি শিক্ষকগণ কীভাবে নেতৃত্ব দেবেন সে সম্পর্কে প্রধান শিক্ষক তাদের ভালোভাবে নির্দেশনা দেবেন।

৩. গো-কিট বা জরুরি উপকরণ প্রস্তুত করে সংরক্ষণ করতে হবে।

৪. যাবতীয় জরুরি সেবাপ্রদানকারী সংস্থা বা ব্যক্তির টেলিফোন বা মোবাইল ফোন নম্বর দেয়াল বা দৃশ্যমান স্থানে সেঁটে রাখতে হবে।

৫. ক্ষুদে ডাক্তার টিমকে প্রস্তুত রাখতে হবে।

৬. শ্রেণিকক্ষ ক্যাপ্টেনদের ড্রিলে সহায়তা করার জন্য প্রস্তুত রাখতে হবে।

৭. একইভাবে শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ প্রতি শ্রেণিতে অনুশীলন চলাকালে ছাত্র-ছাত্রীদের যা করতে হবে সে সম্পর্কে আগেই ভালোভাবে শিখিয়ে বা বুঝিয়ে দেবেন।

৮. প্রতিটি শ্রেণিতে এবং বিদ্যালয়ের অন্যান্য দৃশ্যমান স্থানে, নিরাপদে বহির্গমনের নির্দেশনা চিহ্ন টাঙিয়ে রাখতে হবে, যেন তা সহজেই দেখা যায়।

৯. ড্রিল অনুশীলনে এসএমসি সদস্যগণ অবশ্যই অংশগ্রহণ করবেন এবং সম্ভব হলে শিক্ষা-কর্মকর্তাগণকে সম্পৃক্ত করা যেতে পারে।

যে সকল বিষয়ে শিক্ষার্থীদের ধারণা দিতে হবে

১. প্রথম পাঠ্য বই/মুখ্যবার্তা অনুসারে ভূমিকম্প কী, কেন হয় এবং ভূমিকম্প চলাকালীন এবং পরবর্তী করণীয় সম্পর্কে ছাত্র-ছাত্রীদের সার্বিক ধারণা দিন।

২. অনুশীলনের জন্য এসওপি অনুযায়ী ছাত্র-ছাত্রীদের করণীয় সম্পর্কে অবহিত করবেন।

৩. অনুশীলনের পূর্বে বিদ্যালয় কর্তৃক নির্ধারিত ভূমিকম্পের সংকেত সম্পর্কে ধারণা দিন, যেমন : কোনো সাইরেন বা ঘণ্টা বাজলে ভূমিকম্পের বিপদ সংকেত বুঝতে পারবে এবং কোথায় কীভাবে যেতে হবে তা জানিয়ে দিন। (প্রতিবন্ধী ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য উপযুক্ত বিশেষ সংকেত বা চিহ্ন ব্যবহার করুন)।

৪. সবাইকে জানিয়ে দিন আতঙ্কিত হওয়া বা হইচই করা যাবে না।

৫. ছাত্র-ছাত্রীদের সঠিকভাবে অনুসরণ করার জন্য- **হাঁটু গেড়ে বসে পড়ো, মাথা ও ঘাড় ঢেকে রাখো, শক্ত কিছু ধরে থাকো** নির্দেশনাটি ভালোভাবে বুঝিয়ে এবং দেখিয়ে দিন। আয়ত্ত করতে সাহায্য করুন, কীভাবে হাঁটু গেড়ে (পড়ে না গিয়ে), শরীর যতটা সম্ভব ছোট করে চিহ্নিত শক্ত ডেস্ক/টেবিল/পিলার/কলামের নিচে বসে পড়বে, হাত এবং বাহু দিয়ে মাথা ও ঘাড় ঢেকে রাখবে, ডেস্ক বা টেবিলের পায়া, কলাম বা পিলার শক্ত করে ধরে থাকবে। কারও পক্ষে যদি উপরের নির্দেশনাগুলি আয়ত্ত করা সম্ভবপর না হয়, তার জন্য সম্ভাব্য করণীয় কী তাও দেখিয়ে দিন।

৬. কেউ যদি হুইল চেয়ারে থাকে, তাহলে সে নিকটবর্তী কলাম বা পিলারের পাশে চলে যাবে তারপর হুইল চেয়ার লক করবে। যদি সে নিচু হতে অসমর্থ হয়, তাহলে হাত বা স্কুল ব্যাগ দিয়ে মাথা ঢেকে উবু হয়ে থাকবে তা বলুন।

৭. ছাত্র-ছাত্রীরা কত কম সময়ে বসে পড়া, মাথা ঢাকা এবং ধরে রাখার বিষয়টি আয়ত্ত করতে পারে, সেটি যাচাই করার জন্য অনুশীলন করুন।

৮. শ্রেণিকক্ষের কোন কোন জায়গা ভূমিকম্পের সময় আশ্রয় নেওয়ার জন্য নিরাপদ সেগুলো চিহ্নিত করুন এবং কেন নিরাপদ তা বুঝিয়ে বলুন (টেবিল, ডেস্ক, কর্ণার, কলাম, বিম ইত্যাদি)।

৯. একইভাবে ঝুঁকিপূর্ণ জায়গাগুলো চিহ্নিত করুন এবং কেন ঝুঁকিপূর্ণ তা বুঝিয়ে দিন (যেমন : কাঁচের জানালা, বুক শেলফ, কেবিনেট, ঝোলানো জিনিসপত্র)।

১০. প্রতিবন্ধী শিশুদের **বসে পড়ো, মাথা ঢাকো এবং ধরে রাখো** কাজটি করতে কোনো ধরনের সহায়তা প্রয়োজন হলে, কে বা কারা এই সহায়তা দেবে তা নিশ্চিত করুন।

১১. প্রতিটি শ্রেণিকক্ষে ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্য থেকে কয়েকজনকে স্বেচ্ছাসেবী হিসেবে বাছাই করুন এবং অন্যান্য ছাত্র-ছাত্রীদের সাথে তাদের পরিচয় করিয়ে দিন- বিশেষ করে প্রতিবন্ধী শিশু এবং ছোট শিশুদের সাথে।

১২. জরুরি পরিস্থিতিতে প্রতিবন্ধী শিশু এবং আহত শিশুদের কীভাবে সহায়তা দিতে হবে সে বিষয়ে স্বেচ্ছাসেবকদের নির্দেশনা দিন।

১৩. উদ্ধার বা বহির্গমন ম্যাপ অনুযায়ী কীভাবে, কখন, কোন পথে বেরিয়ে যেতে হবে তা সকল ছাত্র-ছাত্রীকে বুঝিয়ে দিন এবং নির্গমনের সময় চারটি মূলনীতি মেনে চলতে বলুন; কথা বলা যাবে না, ঠেলাঠেলি বা ধাক্কাধাক্কি করা যাবে না, দৌড়ানো যাবে না এবং পেছনে ফিরে আসা যাবে না।

১৪. নিরাপদ স্থানে সমাবেশের জন্য কোথায় এবং কীভাবে সকল ছাত্র-ছাত্রী একত্রিত হবে তা ভালো করে বুঝিয়ে দিন, এরপরে মাথা গণনাসহ অনুশীলন-পরবর্তী আলোচনা এবং নির্দেশনার জন্য অপেক্ষা করবে তা বলুন।

১৫. যে সকল ছাত্র-ছাত্রীরা ক্লাসে থাকবে না, তারা যেন সংকেত শোনা মাত্রই দ্রুত নির্ধারিত নিরাপদ স্থানে চলে যায় সে ব্যাপারে নির্দেশনা দিন।

১৬. চূড়ান্ত অনুশীলন করার পূর্বে নির্দেশনাবলি শিক্ষার্থীরা আয়ত্ত করতে পেরেছে কি না সেটি যাচাই করার জন্য রিহার্সেল করুন। কোনো ভুল হলে সেটি আবার শিখিয়ে দিন।

ধাপ ২ : ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন চলাকালীন কার্যক্রম

ঘোষণা এবং সংকেত :

১. শিক্ষকবৃন্দ নিজ নিজ শ্রেণিকক্ষে ভূমিকম্পের ড্রিল বা মহড়া অনুশীলন শুরু হতে যাচ্ছে তা ঘোষণা করবেন এবং সকলকে প্রস্তুত হতে বলবেন।

২. আগে থেকে জানিয়ে রাখতে হবে কোন ঘণ্টা/সাইরেন/অ্যালার্ম ভূমিকম্পের সংকেত হিসেবে বিবেচনা করা হবে।

উদ্ধার কার্যক্রমে শিক্ষক ও ছাত্র-ছাত্রীদের করণীয়

১. যখনই বিপদ সংকেত বেজে উঠবে তখন ছাত্র-ছাত্রীদের দ্রুত বিপজ্জনক স্থান থেকে সরে যেতে হবে (যেমন : কাচের জানালা, বুক শেল্‌ফ, কেবিনেট, ঝোলানো জিনিসপত্র)।

২. ছাত্র-ছাত্রীরা শিক্ষকের পূর্ব-নির্দেশনা অনুযায়ী বসে পড়ো, মাথা ঢাকো এবং ধরে রাখো পদ্ধতি অনুশীলন করবে।

৩. সকলেই শান্ত থাকবে এবং পরবর্তী নির্দেশনার জন্য অপেক্ষা করবে।

৪. শ্রেণি শিক্ষক দরজা খুলে দেবেন। শিক্ষক যদি না থাকেন, দরজার কাছে থাকা শিক্ষার্থী দরজাটি পুরোপুরি খুলে দেবে;

বহির্গমন, সমাবেশ এবং মাথা গণনা

১. ঘণ্টা/সাইরেন/অ্যালার্ম ৩০ সেকেন্ড পর বন্ধ হবে, এর অর্থ হচ্ছে ভূমিকম্প থেমে গেছে।

২. শ্রেণি শিক্ষক শ্রেণিকক্ষের চারিদিকে দেখবেন, কোনো শিক্ষার্থী আঘাত পেয়েছে কি না এবং প্রতিবন্ধী শিক্ষার্থীদের প্রয়োজনীয় সহায়তা দেয়ার জন্য নির্ধারিত স্বেচ্ছাসেবক প্রস্তুত আছেন কি না।

৩. শ্রেণি শিক্ষক বহির্গমন পথে চারটি নীতি মেনে শিক্ষার্থীদের সুশৃঙ্খলভাবে বের হতে নির্দেশ দেবেন।

৪. প্রতিবন্ধী শিশুদের বের হওয়ার জন্য নির্ধারিত স্বেচ্ছাসেবকগণ প্রয়োজনীয় সহায়তা দেবে।

৫. শিক্ষক 'গো-কিট' সাথে রাখবেন এবং ছাত্র-ছাত্রীদের নিরাপদে সমাবেশ স্থানে নিয়ে যেতে প্রয়োজনীয় সহায়তা করবেন।

৬. ছাত্র-ছাত্রীগণ পূর্বে দেওয়া নির্দেশনা অনুযায়ী বহির্গমন পথে বেরিয়ে যাবে।

৭. শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ নিজ নিজ শ্রেণির ছাত্র-ছাত্রীদের মাথা গণনার মাধ্যমে কেউ অনুপস্থিত আছে কি না তা নিশ্চিত করবেন।

৮. শিক্ষকবৃন্দ প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করবেন এবং উদ্ধার অথবা হাসপাতালে পাঠানোর প্রয়োজন হলে যথাযথ সংস্থা/প্রতিষ্ঠানকে অবহিত করবেন।

তৃতীয় ধাপ : অনুশীলন পরবর্তী কার্যক্রম

ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকদের কাছ থেকে ড্রিল সম্পর্কে মতামত বা ফিডব্যাক নেয়া

১. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে থেকে কয়েকজনকে ড্রিল সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা/অনুভূতি জানাতে উৎসাহ দেবেন।

২. ড্রিলের মৌখিক নির্দেশনা এবং ছায়া অনুশীলনের মধ্যে কোনো পার্থক্য ছিল কি না তা জানবেন।

৩. কোনো ভুল/তারতম্য হলে শিক্ষকবৃন্দ তা সংশোধন করে দেবেন।

৪. শিক্ষকবৃন্দ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে এই অনুশীলনে অংশগ্রহণের জন্য ধন্যবাদ জানাবেন এবং পরবর্তী অনুশীলনে আরও ভালোভাবে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহ দেবেন।

প্রধান শিক্ষক এবং স্কুল পরিচালনা কমিটির মূল্যায়ন ও পর্যালোচনা

১. প্রধান শিক্ষক এবং অন্যান্য শিক্ষকেরা এই অনুশীলন কার্যক্রম মূল্যায়ন করে এ সংক্রান্ত একটি প্রতিবেদন তৈরি করবেন।

২. এসএমসি/পিটিএ বা স্লিপের সভায় প্রধান শিক্ষক ঐ প্রতিবেদন উপস্থাপন করবেন এবং ভবিষ্যতে কীভাবে আরও ভালো করা যায় সে সম্পর্কে তাদের পরামর্শ ও মতামত গ্রহণ করবেন।

৩. এই মহড়া অনুশীলন যেন ত্রৈমাসিক ভিত্তিতে অনুষ্ঠিত হয়, প্রধান শিক্ষক সেটি নিশ্চিত করবেন।

ভূমিকম্প মোকাবিলার মূলবার্তা

করণীয় : কম্পন চলাকালীন

১. ভূমিকম্প অনুভূত হওয়ার সাথে সাথে শিক্ষক সকলকে সতর্ক করবেন এবং সবাইকে হাঁটু গেড়ে শরীরকে যতটা সম্ভব ছোট করে শক্ত ডেস্ক বা টেবিল/কলাম/বিম বা পিলারের নিচে বসে যেতে বলবেন এবং নিজেও তা করবেন। (এক হাত দিয়ে মাথা এবং ঘাড় ঢেকে ফেলতে হবে, অন্য হাতে শক্ত করে টেবিলের/ডেস্কের পায়া ধরে রাখতে হবে যতক্ষণ পর্যন্ত কম্পন না থামে)।

২. নির্ধারিত সহপাঠী শিক্ষার্থী পতাকা/ছবি/সাংকেতিক ভাষা ব্যবহার করে শ্রবণ প্রতিবন্ধী শিশুদের সতর্ক করবে।

৩. কেউ যদি হুইলচেয়ারে থাকে, তাহলে সে নিকটবর্তী কলাম বা পিলারের পাশে চলে যাবে তারপর হুইলচেয়ার লক করবে অথবা নির্দিষ্ট সহপাঠী শিক্ষার্থী তাকে সহায়তা করবে। যদি সে নিচু হতে অসমর্থ হয়, তাহলে হাত বা বিদ্যালয় ব্যাগ দিয়ে মাথা ঢেকে রাখবে।

৪. জানালা, বুক শেল্‌ফ, আলমিরা এবং অন্যান্য ঝুঁকিপূর্ণ ভারি জিনিস থেকে দূরে সরে থাকতে হবে।

৫. কেউ যদি বাইরে থাকে, তাহলে অবশ্যই তাকে ভবন, দেয়াল, বিদ্যুতের লাইন, গাছ, বিদ্যুতের খুঁটি এবং অন্যান্য ঝুঁকি থেকে নিরাপদ দূরত্বে সরে যেতে হবে।

করণীয় : কম্পন থেমে যাবার সাথে সাথে

১. শ্রেণি শিক্ষক দরজা সম্পূর্ণভাবে খুলে দেবেন। শ্রেণি শিক্ষক না থাকলে দরজার সবচেয়ে কাছে যে থাকবে তাকে দরজাটি খুলে দিতে হবে।

২. কোথাও আগুন জ্বলতে দেখলে তা দায়িত্বপ্রাপ্ত শিক্ষক/নিকটবর্তী সক্ষম ব্যক্তি নিভিয়ে ফেলবে।

৩. ভবন থেকে নিরাপদে বের হওয়ার জন্য বহির্গমনের পথটি ভালোভাবে দেখে নিতে হবে।

৪. সুশৃঙ্খলভাবে ভবন থেকে বের হওয়ার জন্য শ্রেণি শিক্ষক বা তার অনুপস্থিতিতে ক্লাস ক্যাপ্টেন নেতৃত্ব দেবে।

৫. শিক্ষার্থীরা মাথায় হাত/ব্যাগ/বই দিয়ে সারিবদ্ধভাবে ভবন থেকে বের হবে।

৬. শ্রেণিকক্ষ থেকে বের হবার আগে কেউ আহত হয়েছে কি না শ্রেণি শিক্ষক তা নিশ্চিত করবেন।

৭. 'গো কিট' বা জরুরি উপকরণ থেকে প্রাথমিক চিকিৎসা দিতে হবে (বাতাস চলাচলের ব্যবস্থা করা, গুরুতর রক্তপাত বন্ধ করা এবং শক কাটিয়ে উঠতে সাহায্য করা ইত্যাদি)।

৮. নিরাপদ স্থানে পৌঁছে সকল ছাত্র-ছাত্রীর উপস্থিতি নিশ্চিত করতে শিক্ষকবৃন্দ মাথা গণনা করবেন।

৯. কোনো ভবন ক্ষতিগ্রস্ত হলে, দ্রুত সেই ভবন বা স্থান থেকে সরে যেতে হবে।

১০. ভবনের কোনো ক্ষয়ক্ষতি হয়েছে কি না তা ভালোভাবে পরীক্ষা করার পর শিক্ষার্থীদের আবার সারিবদ্ধভাবে বিদ্যালয় ভবনে ঢুকতে হবে।

ভূমিকম্পের সময় যা করা যাবে না

১. ভূমিকম্পের সময় আতঙ্কিত হওয়া

২. সিঁড়ি ব্যবহারের সময় তাড়াহুড়ো করা

৩. বের হওয়ার সময় কথা বলা, ঠেলাঠেলি বা ধাক্কাধাক্কি করা, দৌড়ানো এবং পেছনে ফেরা

৪. বৈদ্যুতিক তার, কাচ বা গ্যাস লাইনের কাছাকাছি যাওয়া

৫. ক্ষতিগ্রস্ত ভবনে কোনোভাবে অবস্থান নেয়া

অগ্নিকাণ্ড এবং পুড়ে যাওয়া

অগ্নিকাণ্ড এবং পুড়ে যাওয়া (Fire)

আগুন/অগ্নিকাণ্ড কী

অগ্নিকাণ্ড হচ্ছে দাহ্য পদার্থের আকস্মিক অস্বাভাবিক দ্রুত তাপীয় পরিবর্তনে রাসায়নিক বিক্রিয়ার ফলে উদ্ভূত দহন, যেখানে উত্তাপ, লেলিহান শিখা এবং অন্যান্য প্রতিক্রিয়া দেখা যায়। (অপ্রত্যাশিতভাবে কোথাও আগুন লেগে যাওয়ায় যখন সম্পদ ও জানমালের ক্ষয়ক্ষতির আশঙ্কা দেখা দেয় সেটিই অগ্নিকাণ্ড) এই অস্বাভাবিক তাপীয় পরিবর্তনের এক পর্যায়ে আগুনের শিখা দেখা দেয়, যাকে ইগনিশন পয়েন্ট বা দহন বিন্দু বলা যেতে পারে। শিখা হচ্ছে অগ্নিকাণ্ডের দৃশ্যমান অংশ। এই শিখায় মূলত কার্বন ডাইঅক্সাইড, জলীয় বাষ্প, অক্সিজেন এবং নাইট্রোজেন থাকে। এই শিখা সহজেই অগ্নিকাণ্ডে রূপ নেয়, ফলে ব্যাপক ক্ষয়ক্ষতির সম্ভাবনা তৈরি হয়।

অগ্নিকাণ্ডের উৎস : বিদ্যালয়ে দৈনন্দিন জীবনে নানাভাবে আগুনজনিত দুর্ঘটনা ঘটতে পারে, যেমন : বৈদ্যুতিক শর্ট সার্কিট, জ্বলন্ত বিড়ি বা সিগারেট ও দিয়াশলাইয়ের জ্বলন্ত কাঠি যেখানে সেখানে ফেলা, শিশুদের ম্যাচ বা লাইটার নিয়ে খেলা করা, গ্যাসের চুলার ব্যবহার ইত্যাদি।

বিদ্যালয়ের জন্য প্রস্তুতি

অগ্নিকাণ্ড দুর্যোগগুলোর মধ্যে অন্যতম প্রধান দুর্যোগ। যেকোনো দুর্যোগের চেয়ে অগ্নিকাণ্ডে বেশি প্রাণহানি ও ক্ষয়ক্ষতি ঘটে। বিদ্যালয়ে যদি প্রয়োজনীয় পূর্ব-সতর্কতা সংকেত ব্যবস্থা (স্মোক ডিটেক্টর) থাকে এবং ছাত্র-শিক্ষক সকলের যদি সঠিকভাবে বহির্গমনের উপায় জানা থাকে, তাহলে সহজেই ক্ষয়ক্ষতি এড়ানো সম্ভব হয়। তাই অগ্নিকাণ্ড থেকে সাবধান থাকার জন্য স্কুল কর্তৃপক্ষকে একটি নিরাপত্তা পরিকল্পনা তৈরি করতে হবে এবং পূর্ব-প্রস্তুতি নিতে হবে।

১. **নিরাপত্তা কিট (Go kit) :** আগে থেকে গো-কিট প্রস্তুত করে রাখতে হবে এবং তা শ্রেণিকক্ষের দরজার পাশে বা সহজেই পাওয়া যায় এমন একটি স্থানে রেখে দিতে হবে। এই নিরাপত্তা কিট-এর উপকরণগুলোর মধ্যে থাকতে পারে সকল ছাত্র-ছাত্রী ও অভিভাবকদের ছবি সম্বলিত নামের তালিকা (ফোন নম্বরসহ), বিশেষ সহায়তা প্রয়োজন এমন শিক্ষার্থীর তালিকা, শিক্ষক ও কর্মচারীদের তালিকা (ফোন নম্বরসহ), স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং প্রসিডিওর, নিকটবর্তী আশ্রয়কেন্দ্রের তালিকা, স্বেচ্ছাসেবকদের চিহ্নিত করতে দূর থেকে দৃশ্যমান হয় এমন ব্যাজ/স্যাশে/পোশাক/টুপি, স্বেচ্ছাসেবকদের কাজের জন্যে হুইসেল, প্রাথমিক চিকিৎসার উপকরণ, একাধিক মোটা কম্বল, ব্যাটারি-সহ টর্চ লাইট এবং সম্ভব হলে অতিরিক্ত ব্যাটারি-সহ রেডিও রাখা যেতে পারে। প্রয়োজনে মোবাইল ফোন থেকেও রেডিও ব্যবহার করা যেতে পারে; প্রতিবন্ধীদের জন্য বিদ্যালয়ে জরুরি বহির্গমনের পথ তৈরির ব্যবস্থা নিতে হবে (বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর কথা বিবেচনা রেখে)।

২. আগুন লাগার সম্ভাবনা রয়েছে এমন ঝুঁকিপূর্ণ স্থানগুলো বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ চিহ্নিত করবে এবং সেখানকার ঝুঁকির মাত্রা কমাবে; যেমন : বিদ্যালয়ের বিদ্যুতের মেইন সুইচ নাগালের মধ্যে রাখবেন।

৩. বহির্গমন পথ অনুসরণ করে নিরাপদ স্থানে যাবার নির্দেশনাসহ মানচিত্র প্রস্তুত করে সকলকে তা অবহিত করতে হবে এবং স্কুলের সবাই দেখতে পায় এমন স্থানে টাঙিয়ে রাখতে হবে।

৪. বিদ্যালয়ের কোথাও আগুন দেখলে কী করতে হবে, সে বিষয়ে শিক্ষকগণ ছাত্র-ছাত্রীদের অবহিত করবেন।

৫. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীরা মিলে বিদ্যালয়ের প্রতিটি ফ্লোরে একটি নির্দিষ্ট স্থানে বালু ভর্তি বালতি/পানি রাখবেন এবং ভবনের 'নিরাপদ স্থান' নির্ধারণ করে রাখবেন যেখানে সকলে জড়ো হতে পারবে।

৬. বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ জরুরি যোগাযোগের জন্য একটি তালিকা প্রস্তুত করবেন, যেখানে, ফায়ার ব্রিগেড নিকটস্থ থানা বা পুলিশ ফাঁড়ি, অ্যাম্বুলেন্স এবং হাসপাতালের সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির নাম ও ফোন নাম্বার লেখা থাকবে এবং অভিভাবকদের নাম ও ফোন নাম্বারসহ তালিকা থাকবে।

৭. প্রধান শিক্ষক বা শিক্ষকদের কক্ষে একটি বিশেষ সাইরেন/সংকেতের ব্যবস্থা থাকবে, শিক্ষক ও ছাত্র-ছাত্রীদের এই সংকেত দিয়ে সতর্ক করা হবে।

৮. বিদ্যালয়ে অগ্নি নির্বাপক যন্ত্র থাকলে তা ব্যবহারের জন্য অন্তত দুইজন শিক্ষক প্রশিক্ষণ নেবেন।

৯. শিক্ষকবৃন্দ ছাত্র-ছাত্রীদের অগ্নিকাণ্ডে বহির্গমনের সঠিক প্রক্রিয়া রপ্ত করার জন্য নিয়মিত ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন করবেন।

১০. সকল শিক্ষককেই প্রাথমিক চিকিৎসা বিষয়ক প্রশিক্ষণ গ্রহণ করতে হবে।

করণীয় : যদি কেউ আগুন দেখতে পায়

বিদ্যালয়ে কোনো কারণে আগুন লাগলে, ছাত্র-শিক্ষক সকলকেই সাহায্যের জন্য 'বেরিয়ে যাও, সরে যাও এবং ডাক দাও' নীতি অবলম্বন করতে হবে।

১. কোনো শিক্ষার্থী অথবা শিক্ষক বিদ্যালয়ের কোথাও যদি ধোঁয়ার গন্ধ বা আগুন দেখতে পায়, সাথে সাথে অন্যদেরকে সতর্ক করতে হবে, সরে যেতে হবে এবং সাহায্যের জন্য ডাকবে।

২. অল্প আগুন হলে শিক্ষকবৃন্দ যথাযথ প্রক্রিয়ায় আগুন নিভিয়ে ফেলবেন (যেমন : বালি, পানি, মোটা কম্বল, অগ্নি নির্বাপক যন্ত্র ব্যবহার করবেন)। তবে বড় ধরনের আগুনের ক্ষেত্রে তা করা যাবে না, সেক্ষেত্রে অবশ্যই দ্রুত ফায়ার ব্রিগেডকে জানাতে হবে।

৩. আধুনিক অগ্নি নির্বাপক যন্ত্র ব্যবহারের ক্ষেত্রে শিক্ষকদের যে কোডটি মনে রাখতে হবে- P A S S (Pull the Pin, Aim at the Base of the Flame, Squeeze the Handle, Sweep at the Base of the Fire) অর্থাৎ সেফটি পিন টেনে খুলুন, আগুনের গোড়ায় নজেলটি তাক করুন, হাতলটি পূর্ণ চাপ দিন, পুরো আগুনে ছড়িয়ে দিন।

৪. তেল বা বিদ্যুৎ থেকে লাগা আগুন নেভাতে কোনোভাবেই পানি বা ফোম জাতীয় অগ্নি-নির্বাপক ব্যবহার করা যাবে না।

৫. প্রধান শিক্ষক অথবা এই দায়িত্বের জন্য নির্ধারিত শিক্ষক ফায়ার অ্যালার্ম/সাইরেন/বেল বাজিয়ে সকলকে সতর্ক করে দেবেন।

করণীয় : ফায়ার অ্যালার্ম বা আগুনের সতর্ক সংকেত শুনলে

১. শিক্ষক এবং শিক্ষার্থীদের এই সংকেত বাজলেই 'বিপজ্জনক' হিসেবে তা বিবেচনা করতে হবে।

২. শ্রেণি শিক্ষক তখনই জরুরি বহির্গমন পথ অনুসরণ করে ছাত্র-ছাত্রীদের নিরাপদ স্থানে সরিয়ে নেওয়ার কাজ শুরু করবেন।

৩. শ্রেণি শিক্ষক লক্ষ্য রাখবেন, এ সময় ছাত্র-ছাত্রীরা যেন শান্ত থাকে। সব কিছু শ্রেণিকক্ষের ভেতরেই রেখে এক লাইন ধরে দ্রুত বেরিয়ে যায়, যেকোনো অবস্থাতে যেন ঠেলাঠেলি বা ধাক্কাধাক্কি না করে।

৪. প্রতিবন্ধী শিশু বা প্রতিবন্ধীদেরকে বের হওয়ার জন্য শিক্ষক এবং শিক্ষার্থীরা প্রয়োজনীয় সাহায্য করবেন।

৫. উত্তাপ আছে কি না তা পরীক্ষা না করে কোনো বন্ধ দরজা খোলা যাবে না এবং যে দরজা কিছুটা গরম অনুভূত হবে, তা কোনোভাবেই খোলা যাবে না।

৬. সকল শিক্ষার্থী শ্রেণিকক্ষ থেকে বের হওয়ার পর শ্রেণি শিক্ষক বের হবেন। তিনি ভালোভাবে দেখবেন কেউ আহত হয়েছে কি না এবং আহত হলে প্রয়োজনীয় নিরাপদ স্থানে নিয়ে যাবেন।

৭. প্রতিবন্ধী শিশু এবং আহত শিশুদের সাহায্যের জন্য স্বেচ্ছাসেবকদের নিয়োজিত করবেন।

৮. নিরাপদ স্থানে সকল ছাত্র-ছাত্রী (ক্লাস অনুযায়ী/শ্রেণিকক্ষের যার পাশে যে বসেছিল এমন) সারিবদ্ধ হয়ে দাঁড়াবে এবং শিক্ষকবৃন্দ মাথা গণনা করে হাজিরা খাতার সাথে মিলিয়ে সকলের উপস্থিতি নিশ্চিত করবেন।

৯. ফায়ার ব্রিগেডের কর্মীরা ঘটনাস্থলে পৌঁছার সাথে সাথে প্রধান শিক্ষক তাদের সাথে সকল ধরনের সমন্বয় রক্ষা করবেন।

১০. ফায়ার ব্রিগেডের কর্মীদের দ্বারা ভবনটি সম্পূর্ণ নিরাপদ ঘোষিত হবার পূর্ব পর্যন্ত শিক্ষকবৃন্দ কাউকে ভবনে প্রবেশ করতে দেবেন না।

করণীয় : ধোঁয়ায় আটকা পড়লে

যদি কেউ বা কোনো দল, আগুনের ধোঁয়ায় আটকে পড়ে তাহলে হাঁটু গেড়ে বসে পড়বে, এবং হামাগুড়ি দিয়ে সেখান থেকে বেরিয়ে আসবে।

- নাক দিয়ে অগভীর/ছোট ছোট শ্বাস নিতে হবে; যতক্ষণ সম্ভব নিঃশ্বাস চেপে রাখতে হবে।
- ভেজা কাপড় দিয়ে নাক-মুখ ঢেকে রাখতে হবে।
- কক্ষে আটকা পড়লে, শিক্ষক-ছাত্র-ছাত্রী মিলে দরজার নিচে এবং ফাঁকে ভেজা কাপড় চেপে ধোঁয়া ঢোকা বন্ধ করতে হবে এবং অন্যদের সাহায্য চাইতে হবে।

করণীয় : কারো গায়ে বা কাপড়ে আগুন লাগলে

কাপড়ে আগুন লেগে গেলে, শরীর খুব খারাপভাবে পুড়ে যেতে পারে এবং যন্ত্রণাদায়ক হতে পারে। যদি কারো শরীরে আগুন লেগে যায়, তাহলে অবশ্যই তাকে থেমে, শুয়ে, গড়াগড়ি দিতে হবে, যা মূলত তিনটি কাজের সমন্বয়।

- **থেমে যাও (Stop) :** কাপড়ে আগুন লাগামাত্রই দেরি না করে থেমে যেতে হবে, কারণ দৌড়ালে বা নড়াচড়া করলেই শিখা আরও বেশি জ্বলে উঠতে পারে এবং আগুন নেভানো কঠিন হতে পারে।
- **শুয়ে পড় :** শুয়ে পড়তে হবে এবং দুই হাত দিয়ে চোখ-মুখ ঢেকে ফেলতে হবে যেন মুখ না পোড়ে।
- **গড়াগড়ি দাও :** মেঝেতে/মাটিতে গড়াগড়ি দিতে হবে, এতে অক্সিজেন সরবরাহ কমে গিয়ে আগুন নিভে যাবে। সম্ভব হলে শুয়ে মোটা কাপড়, বস্তা বা কম্বল জড়িয়ে গড়াগড়ি দিতে হবে।
- শিক্ষকগণ দ্রুত গো কিট সংগ্রহ করবেন এবং আহত ব্যক্তিকে প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা দেবেন।

আগুনে পুড়ে গেলে করণীয়

১. আক্রান্ত ব্যক্তিকে এমনভাবে শুইয়ে দিতে হবে যাতে তার পুড়ে যাওয়া অংশ খোলা থাকে। তারপর জগ বা মগে ঠান্ডা পানি বা বরফ-শীতল পানি এনে পোড়া জায়গায় ঢালতে হবে যতক্ষণ পর্যন্ত তার জ্বালা-যন্ত্রণা না কমে।

২. আক্রান্ত স্থানটি ফুলে যাবার আগে সেখান থেকে ঘড়ি, বেল্ট, আংটি (যদি থাকে), কাপড় খুলে ফেলতে হবে।

৩. পুড়ে যাওয়া অংশে যদি কাপড় লেগে থাকে তবে সেটা না টেনে বাকি কাপড় কেটে সরিয়ে ফেলতে হবে।

৪. পরিষ্কার জীবাণুমুক্ত ব্যান্ডেজ বা কাপড় দিয়ে ক্ষতস্থান হালকা করে বেঁধে দিতে হবে।

৫. যদি আক্রান্ত ব্যক্তি জ্ঞান হারিয়ে ফেলে আর সহজে জ্ঞান না ফেরে তবে অবশ্যই তাকে নিকটতম হাসপাতালে বা চিকিৎসা কেন্দ্রে নিয়ে যেতে হবে।

বিদ্যালয়ে অগ্নিকাণ্ডে সাড়া প্রদান ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন নির্দেশিকা

ধাপ-১ : অনুশীলনের আগে যা করতে হবে

১. প্রধান শিক্ষক বিদ্যালয়ের অন্যান্য শিক্ষকদেরকে পূর্বেই স্কুলে অগ্নিকাণ্ডের ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের তারিখ এবং সময় জানিয়ে দেবেন।

২. অনুশীলন চলাকালে শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ কীভাবে নেতৃত্ব দেবেন সে সম্পর্কে প্রধান শিক্ষক তাদের ভালোভাবে নির্দেশনা দেবেন।

৩. একইভাবে শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ প্রতি শ্রেণিতেই অনুশীলন চলাকালে স্বেচ্ছাসেবী স্টুডেন্ট কাউন্সিল ও ক্লাব সদস্য এবং ছাত্র-ছাত্রীদের যা করতে হবে সে সম্পর্কে আগেই ভালোভাবে শিখিয়ে বা বুঝিয়ে দেবেন।

৪. প্রতিটি শ্রেণিকক্ষে এবং বিদ্যালয়ের অন্যান্য দৃশ্যমান স্থানে, নিরাপদে বহির্গমনের নির্দেশনা চিহ্ন/প্রদর্শন করতে হবে, যেন তা সহজেই দেখা যায়।

৫. এ ধরনের ড্রিল অনুশীলনে এসএমসি, পিটিএ, অভিভাবক এবং শিক্ষা কর্মকর্তাবৃন্দকে সম্পৃক্ত করা খুবই জরুরি।

ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ বিষয় ও নির্দেশনা

১. প্রথমে অগ্নিকাণ্ড কী, এটি কেন ঘটে এবং অগ্নিকাণ্ড হলে কী করতে হবে সে সম্পর্কে ছাত্র-ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন দিন।

২. অনুশীলনের পূর্বমুহূর্তে অগ্নিকাণ্ডের সংকেত সম্পর্কে ধারণা দিন, যেমন : কোনো সাইরেন বা সাউন্ড/পতাকা দেখানো হলে অগ্নিকাণ্ডের বিপদ সংকেত বুঝতে হবে এবং কোথায় কীভাবে যেতে হবে তা জানিয়ে দিন। (বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য উপযুক্ত বিশেষ সংকেত বা চিহ্ন ব্যবহার করুন)।

৩. শিক্ষার্থীদের জানিয়ে দিন ফায়ার অ্যালার্ম শোনা মাত্রই, যার যা কাজ সব রেখে, সারিবদ্ধ হয়ে শান্তভাবে বহির্গমন পথ অনুসরণ করে নিরাপদ স্থানে চলে যাবে।

৪. সবাইকে জানিয়ে দিন আতঙ্কিত হওয়া বা হইচই করা যাবে না।

৫. ছাত্র-ছাত্রীরা কত কম সময়ে, সব ফেলে সারিবদ্ধ হয়ে শান্তভাবে ক্লাস থেকে নিরাপদ স্থানে যেতে পারে সেটি যাচাই করার জন্য অনুশীলন করুন।

৬. ছাত্র-ছাত্রীদের শ্রেণিকক্ষ, বিদ্যালয় ও এর আশেপাশের চিত্রসহ বহির্গমন পথ নির্দেশক মানচিত্র সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা দিন।

৭. অগ্নিকাণ্ডের সময়ে কোন বিষয়গুলো আরও বিপজ্জনক ও ক্ষতিকর হতে পারে সে বিষয়গুলো বুঝিয়ে বলুন। (যেমন : উত্তাপ পরীক্ষা করা ছাড়া কোনো বন্ধ দরজা খোলা যাবে না, যে দরজা কিছুটা গরম অনুভূত হবে, তা কোনোভাবেই খোলা যাবে না। ধোঁয়ায় আটকা পড়লে, নাক-মুখের ওপর ভেজা কাপড় দিতে হবে, গায়ে আগুন লাগলে দৌড়ানো যাবে না)।

৮. গায়ে আগুন লাগলে কীভাবে থেমে, শুয়ে পড়ে, গড়াগড়ি দিতে হবে সেটি তাদের ভালোভাবে দেখিয়ে ও বুঝিয়ে দিন।

৯. নিরাপদ স্থানে যেতে প্রতিবন্ধী শিশু যারা আছে তাদের জন্য কী ব্যবস্থা নেয়া প্রয়োজন তা আগেই চিহ্নিত করে রাখুন। সেই অনুযায়ী কীভাবে তাদের সহায়তা এবং উদ্ধার করতে হবে ছাত্র-ছাত্রীদের আগে থেকেই জানিয়ে দিন।

১০. প্রতিটি শ্রেণিকক্ষে ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্য থেকে কয়েকজনকে স্বেচ্ছাসেবী হিসেবে বাছাই করুন এবং অন্যান্য ছাত্র-ছাত্রীদের সাথে তাদের পরিচয় করিয়ে দিন, বিশেষ করে প্রতিবন্ধী শিশু এবং ছোট শিশুদের সাথে।

১১. প্রতিবন্ধী শিশু এবং আহত শিশুদের কীভাবে সাহায্য করতে হবে সে বিষয়ে স্বেচ্ছাসেবীদের ভালোভাবে শিখিয়ে দিন।

১২. উদ্ধার বা বহির্গমন ম্যাপ অনুযায়ী কীভাবে, কখন, কোন পথে বেরিয়ে যেতে হবে তা সকল ছাত্র-ছাত্রীকে বুঝিয়ে দিন এবং বহির্গমনের সময় চারটি মূলনীতি মেনে চলতে বলুন; **কথা বলা যাবে না, ঠেলাঠেলি বা ধাক্কাধাক্কি করা যাবে না, দৌড়ানো যাবে না এবং পেছনে ফিরে আসা যাবে না।**

১৩. নিরাপদ স্থানে সমাবেশের জন্য কোথায় এবং কীভাবে সকল ছাত্র-ছাত্রী একত্রিত হবে তা ভালো করে বুঝিয়ে দিন, এরপরে মাথা গণনাসহ অনুশীলন-পরবর্তী আলোচনা এবং নির্দেশনার জন্য অপেক্ষা করবে তা বলুন।

১৪. যে সকল ছাত্র-ছাত্রী ক্লাসে থাকবে না, তারা যেন সংকেত শোনা মাত্রই দ্রুত নির্ধারিত নিরাপদ স্থানে চলে যায় যে ব্যাপারে নির্দেশনা দিন।

ধাপ-২ : অনুশীলন চলাকালীন যা করতে হবে

ঘোষণা এবং সংকেত

১. শিক্ষকগণ নিজ নিজ ক্লাসে অগ্নিকাণ্ডের ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন শুরু হতে যাচ্ছে তা ঘোষণা করবেন এবং সকলকে প্রস্তুত হতে বলবেন।

২. পূর্ব থেকে জানিয়ে রাখতে হবে কোন ঘণ্টা/সাইরেন/অ্যালার্ম/পতাকা অগ্নিকাণ্ডের সংকেত হিসেবে বিবেচনা করা হবে।

উদ্ধার কার্যক্রমে শিক্ষক, স্বেচ্ছাসেবী ও ছাত্র-ছাত্রীদের করণীয়

১. যখন সংকেত বেজে উঠবে, তখন ছাত্র-ছাত্রীদের দ্রুত বিপজ্জনক স্থান থেকে সরে যেতে হবে।

২. দরজার সবচেয়ে কাছে থাকা শিক্ষার্থী বা শিক্ষক দরজাটি সম্পূর্ণভাবে খুলে ধরবেন।

৩. ছাত্র-ছাত্রীরা কাজ বন্ধ করে, সারিবদ্ধ হয়ে এবং শান্তভাবে পূর্ব-নির্দেশনা অনুযায়ী নির্ধারিত পথ দিয়ে বেরিয়ে যাবে।

৪. স্বেচ্ছাসেবক ছাত্র-ছাত্রীরা প্রতিবন্ধীদের দ্রুত বের হতে প্রয়োজনীয় সহায়তা দেবে।

৫. সকল শিক্ষার্থী বের হওয়ার পর শ্রেণি শিক্ষক ভালোভাবে দেখবেন কেউ আহত হয়েছে কি না এবং গো-কিট সংগ্রহ করে প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করবেন; প্রতিবন্ধী শিশু, প্রতিবন্ধী এবং আহত শিশুদের সাহায্যের জন্য স্বেচ্ছাসেবকদের নিয়োজিত করবেন।

৬. শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ শিশুদের নিরাপদ স্থানে অবস্থান নিশ্চিত করবেন।

সমাবেশ এবং মাথা গণনা

১. সকল ছাত্র-ছাত্রীকে পূর্বে দেয়া নির্দেশনা অনুযায়ী নিরাপদ স্থানে একত্রিত হতে হবে।

২. সংকেত/সাইরেন বন্ধ হবে এবং এর অর্থ হচ্ছে আগুন থেমে গেছে বা নিয়ন্ত্রণে আনা সম্ভব হয়েছে।

৩. শিক্ষক মাথা গণনা করে হাজিরা খাতা অনুসারে প্রত্যেক ছাত্র-ছাত্রীর উপস্থিতি নিশ্চিত করবেন।

ধাপ-৩ : অনুশীলন পরবর্তী কার্যক্রম

ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকদের কাছ থেকে ড্রিল সম্পর্কে মতামত বা ফিডব্যাক নেয়া

শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে থেকে কয়েকজনকে ড্রিল সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা/অনুভূতি জানাতে উৎসাহ দেবেন।

১. ড্রিলের মৌখিক নির্দেশনা এবং ছায়া অনুশীলনের মধ্যে কোনো পার্থক্য ছিল কি না তা জানবেন।

২. কোনও ভুল/তারতম্য হলে শিক্ষকবৃন্দ তা সংশোধন করে দেবেন।

৩. শিক্ষকবৃন্দ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে এই অনুশীলনে অংশ নেওয়ার জন্য ধন্যবাদ জানাবেন এবং পরবর্তী অনুশীলনে আরও ভালোভাবে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহ দেবেন।

প্রধান শিক্ষক এবং স্কুল পরিচালনা কমিটির মূল্যায়ন ও পর্যালোচনা

১. প্রধান শিক্ষক এবং অন্যান্য শিক্ষকগণ এই অনুশীলন কার্যক্রম মূল্যায়ন করে এ সংক্রান্ত একটি প্রতিবেদন তৈরি করবেন।

২. এসএমসি/ পিটিএ বা স্লিপের সভায় প্রধান শিক্ষক ঐ প্রতিবেদন উপস্থাপন করবেন এবং ভবিষ্যতে কীভাবে আরও ভালো করা যায় সে সম্পর্কে তাদের পরামর্শ ও মতামত গ্রহণ করবেন।

৩. এই ছায়া অনুশীলন যেন ত্রৈমাসিক ভিত্তিতে অনুষ্ঠিত হয়, প্রধান শিক্ষক সেটি নিশ্চিত করবেন।

আগুন/অগ্নিকাণ্ড মোকাবিলার মূলবার্তা

করণীয় : কোথাও আগুন দেখতে পেলে

১. স্কুলের কোথাও যদি আগুন দেখা যায় দ্রুত তা শিক্ষক ও অন্যদের জানাতে হবে।

২. ফায়ার অ্যালার্ম/সংকেত বাজিয়ে শিক্ষক ও ছাত্র-ছাত্রীদর সতর্ক করতে হবে।

৩. আগুনের ব্যাপ্তি ছোট পরিসরে হলে অগ্নি নির্বাপক যন্ত্র কিংবা কক্ষ বিশেষে বালি/পানি (যে ক্ষেত্রে যেটি প্রযোজ্য) ব্যবহার করে অথবা আগুনের উৎসে ভেজা মোটা কম্বল/চটের বস্তা দিয়ে তা নিভিয়ে ফেলতে হবে।

৪. আগুনের উৎসটি বন্ধ করে দিতে হবে (যেমন : বিদ্যুতের মেইন সুইচ, গ্যাস)।

৫. প্রধান শিক্ষক দ্রুত ফায়ার সার্ভিস, বিদ্যুৎ অফিস, গ্যাস অফিস, স্থানীয় প্রশাসন এবং বিভাগীয় কর্তৃপক্ষকে জানাবেন।

করণীয় : কারও গায়ে বা কাপড়ে আগুন লাগলে

১. কারও গায়ে আগুন লাগলে সে না দৌড়ে থেমে যাবে, মাটিতে শুয়ে পড়বে, দুই হাত দিয়ে চোখ-মুখ ঢেকে আগুন না নেভা পর্যন্ত মেঝেতে গড়াগড়ি দেবে এবং সম্ভব হলে মোটা ভেজা কাপড়/বস্তা/কম্বল গায়ে পেঁচিয়ে গড়াগড়ি দেবে।

২. কেউ অগ্নিদগ্ধ হওয়া মাত্র ক্রমাগত পানি ঢালতে হবে।

৩. শিক্ষক গো-কিট সংগ্রহ করবেন এবং দায়িত্বপ্রাপ্ত ব্যক্তি যেন আহতদের প্রাথমিক চিকিৎসা দিতে পারে তা নিশ্চিত করবেন।

৪. ফায়ার ব্রিগেড ঘটনাস্থলে পৌঁছালে প্রধান শিক্ষক তাদের সাথে সমন্বয় রক্ষা করবেন।

করণীয় : ফায়ার অ্যালার্ম/সংকেত শুনতে পেলে

১. ফায়ার অ্যালার্ম/সংকেত শোনার সাথে সাথে 'বিপজ্জনক' পরিস্থিতি মনে করতে হবে, সরে নিরাপদ দূরত্বে যেতে হবে।

২. ছাত্র-ছাত্রীরা দ্রুত ক্লাস থেকে বেরিয়ে যাবে।

৩. শ্রেণি শিক্ষক বহির্গমনের নেতৃত্ব দেবেন।

৪. শান্ত থাকতে হবে, দৌড়াদৌড়ি এবং ঠেলাঠেলি করা যাবে না।

৫. ছাত্র-ছাত্রীরা সারিবদ্ধ হয়ে, দ্রুত ও সুশৃঙ্খলভাবে বের হবে (যেখানে বা যে তলায় আগুন লেগেছে সেখানকার ছাত্র-ছাত্রীদের প্রথমে বের হবার সুযোগ করে দিতে হবে)।

৬. বন্ধ কক্ষে আটকা পড়ে গেলে দরজার বাইরে আগুনের ভয়াবহতা নিশ্চিত হয়ে বের হতে হবে।

৭. বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু এবং প্রতিবন্ধীদের দিকে বিশেষভাবে খেয়াল রাখতে হবে।

৮. পূর্ব-নির্ধারিত নিরাপদ স্থানে ছাত্র-ছাত্রীরা সারিবদ্ধভাবে দাঁড়াবে, শিক্ষকবৃন্দ হাজিরা খাতা অনুযায়ী মাথা গণনা করে সকলের উপস্থিতি নিশ্চিত করবেন।

করণীয় : ধোঁয়ায় আটকে পড়লে

১. কেউ/কোনো দল ধোঁয়ায় আটকে পড়লে, হাঁটু গেড়ে মেঝেতে বসে পড়বে এবং হামাগুড়ি দিয়ে বেরিয়ে আসবে।

২. নাক দিয়ে অগভীর/ছোট ছোট শ্বাস নিতে হবে।

৩. যতক্ষণ সম্ভব নিঃশ্বাস চেপে রাখতে হবে এবং ভেজা কাপড় দিয়ে নাক-মুখ ঢেকে রাখতে হবে।

৪. কক্ষে আটকা পড়লে, শিক্ষক-ছাত্র-ছাত্রী মিলে দরজার নিচে এবং ফাঁকে ভেজা কাপড় চেপে ধোঁয়া ঢোকা বন্ধ করবে।

করণীয় নয়

১. ফায়ার অ্যালার্ম বাজানো এবং ফায়ার ব্রিগেডকে ডাকার ক্ষেত্রে কোনোভাবে দেরি করা।

২. গায়ে/কাপড়ে আগুন লেগে গেলে তাড়াহুড়ো বা দৌড়াদৌড়ি করা।

৩. ফায়ার ব্রিগেডের কর্মীদের দ্বারা ভবনটি সম্পূর্ণ নিরাপদ ঘোষিত হবার আগ পর্যন্ত কাউকে ভবনে প্রবেশ করতে দেয়া।

৪. শিক্ষকের নির্দেশনা ব্যতীত কোনো শিক্ষার্থী আগুনের উৎসের কাছে যাওয়া বা আগুন নেভানোর কাজে অংশগ্রহণ করা।

আগুনে পুড়ে যাওয়া

আগুন, গরম পানি, গরম তেল, বিদ্যুৎ, রাসায়নিক পদার্থ, অ্যাসিড, ক্ষার, বোমা বিস্ফোরণ, বিকিরণ ইত্যাদি নানা কারণে পোড়াজনিত আঘাত বা বার্ন ইনজুরি হতে পারে। আমাদের দেশে আগুন লাগা ও রান্নাঘরের দুর্ঘটনা যেমন- গরম পানি, তেল ইত্যাদিতে পোড়ার ঘটনা বেশি। চিকিৎসা সহজলভ্য না হওয়া এবং প্রাথমিক চিকিৎসা-সম্পর্কিত জ্ঞানের অভাবে আমাদের দেশে পোড়াজনিত কারণে মৃত্যুর হার বেশি। অথচ একটু সচেতন হলেই বড় বিপদ থেকে নিজেকে এবং আক্রান্তকে রক্ষা করা সম্ভব।

আগুনে পুড়ে গেলে করণীয়

পোড়ার ধরন

ত্বকে পোড়ার গভীরতা ও ভয়াবহতার ওপর ভিত্তি করে পুড়ে যাওয়া বা বার্নকে তিনটি ভাগে ভাগ করা হয়। এর ওপর ভিত্তি করে চিকিৎসাও দেওয়া হয়।

এক ডিগ্রি বার্ন : ত্বকের উপরিভাগের একটি স্তর বা এপিডার্মিস ক্ষতিগ্রস্ত হয়। ফলে ত্বক লাল হয়ে যায়, সামান্য ফুলে যায় এবং তীব্র জ্বালা করে। আগুনের পাশে কাজ করলে, রান্নার সময় আগুনের আঁচ বেশি লাগলে এ ধরনের বার্ন হয়।

দুই ডিগ্রি বার্ন : ত্বকের উপরিভাগের দু'টি স্তরের প্রথমটি (এপিডার্মিস) সম্পূর্ণভাবে এবং পরবর্তীটি (ডার্মিস) আংশিক ক্ষতিগ্রস্ত হয়। পোড়া স্থান লাল হয়ে যায়, ফুলে যায়, ফোসকা পড়ে এবং প্রচণ্ড ব্যথা হয়। সাধারণত গরম পানি বা গরম তরল পদার্থ ত্বকের কোনোস্থানে লাগলে, কাপড়ে আগুন লেগে গেলে, আগুনে উত্তপ্ত হাঁড়ি বা কড়াই খালি হাতে ধরলে বা স্পর্শ লাগলে এ ধরনের বার্ন হয়।

তিন ডিগ্রি বার্ন : ত্বকের উপরিভাগের দু'টি স্তরই সম্পূর্ণরূপে ক্ষতিগ্রস্ত হয় এবং ত্বকের নিচে থাকা মাংসপেশি, রক্তনালী, স্নায়ু ইত্যাদিও আক্রান্ত হয়। আক্রান্ত স্থান কালো ও শক্ত হয়ে যায়, স্পর্শ করলেও ব্যথা অনুভূত হয়। সরাসরি আগুনের শিখায় পুড়লে, বিদ্যুতায়িত হলে, ফুটন্ত পানি বা তরল সরাসরি শরীরে পড়লে বা বোমা বিস্ফোরণে এ ধরনের বার্ন হয়।

চিকিৎসা

এক ডিগ্রি পোড়ার ক্ষেত্রে যত দ্রুত সম্ভব ১৫ থেকে ২০ মিনিট পানি ঢালতে হবে, আর তেমন কোনো চিকিৎসার প্রয়োজন নেই। দুই ডিগ্রি পোড়ার ক্ষেত্রে দীর্ঘক্ষণ পানি ঢালতে হবে, ১-২ ঘণ্টা পর্যন্ত। নিজে নিজে ফোসকা গলানোর দরকার নেই। প্রাথমিক চিকিৎসার পর চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া উচিত।

তিন ডিগ্রি বার্নের ক্ষেত্রে আক্রান্ত ব্যক্তিকে যত দ্রুত সম্ভব আগুন বা গরম পদার্থ থেকে দূরে সরিয়ে নিতে হবে। পুড়ে যাওয়া কাপড় খুলে ফেলতে হবে। ঠান্ডা অথবা সাধারণ তাপমাত্রার পানি ঢালতে হবে। এজন্য টিউবওয়েল কিংবা ট্যাপের কলের নিচে পোড়াস্থান রেখে পানি ঢালা যেতে পারে।

আক্রান্ত অংশ পরিষ্কার কাপড় বা গজ ব্যান্ডেজ দিয়ে ঢেকে একটু উঁচুতে রাখুন। আক্রান্ত ব্যক্তির জ্ঞান থাকলে পানিতে একটু লবণ মিশিয়ে শরবত, স্যালাইন বা ডাবের পানি এমনকি সাধারণ পানিও পর্যাপ্ত পরিমাণে পান করতে দিন। এভাবে প্রাথমিক চিকিৎসা দেওয়ার পর তাকে দ্রুত সম্ভব হাসপাতালে নিতে হবে।

বিশেষ পরামর্শ

- চিকিৎসকের পরামর্শ ব্যতীত কোনো মলম বা ক্রিম লাগাবেন না।
- ফোসকা পড়লে তা ফুটো করবেন না।
- পোড়া স্থানে বরফ, তুলা, ডিম, পেস্ট ইত্যাদি লাগাবেন না।
- পোড়া জায়গায় যেন আঘাত বা ঘষা না লাগে, সেদিকে খেয়াল রাখবেন।
- আগুন লেগে গেলে ছোটাছুটি করবেন না।

অন্যান্য বিষয়ে সর্তকতা/বিশেষ সচেতনতা

- বিদ্যালয়ের বৈদ্যুতিক পয়েন্টগুলোতে (যেমন : সুইচবোর্ড, প্লাগ বা সকেট) প্রয়োজন ছাড়া ভালোভাবে না জেনে আঙুল বা হাত দেওয়া যাবে না।
- পানি বা কোনো তরল পদার্থ থেকে বৈদ্যুতিক জিনিস বা পয়েন্টগুলোকে কাছে রাখা যাবে না।
- কোনো তার ছেঁড়া দেখলে তাতে হাত না দিয়ে শিক্ষক বা অভিভাবককে জানানোর ক্ষেত্রে দেরি করা যাবে না।
- বৈদ্যুতিক পিলারের বা লাইনের কাছাকাছি ঘুড়ি ওড়ানো যাবে না।
- মোবাইল ফোন বা অন্যান্য ইলেট্রনিক জিনিসগুলো চার্জ দিয়ে বা সংযোগ লাগিয়ে ঘুমিয়ে পড়া যাবে না।
- কোনো সুইচবোর্ড থেকে প্ল্যাগ সরানোর আগে সুইচ বন্ধ করে নিতে হবে এবং কোনো কর্ড টান দেওয়া যাবে না।
- ইস্ত্রিতে বৈদ্যুতিক সংযোগ রেখে অন্য কাজে ব্যস্ত হওয়া যাবে না কিংবা কখনো সরে যাওয়া যাবে না।
- খোলা বাতির (যেমন : মোমবাতি, হ্যারিকেন, কুপি ইত্যাদি) ব্যবহারের ক্ষেত্রে অসচেতনতা দুর্ঘটনার কারণ হতে পারে তাই অসচেতনতা অবলম্বন করা যাবে না।
- রান্নার পর চুলা জ্বালিয়ে রাখা যাবে না।
- চুলার উপর কাপড় শুকানো যাবে না।
- পরিবারের সকল সদস্যকে আগুনের ঝুঁকি ও করণীয় সম্পর্কে অবহিত করতে হবে।
- বাড়িতে মাকড়সার জাল যেন বিস্তৃত না হয় সেদিকে খেয়াল রাখতে হবে।
- শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে এবং বাড়িতে অপ্রয়োজনীয় দাহ্য বস্তু রাখা উচিত নয় (যেমন : রাসায়নিক দ্রব্য, গ্যাস, তেল) বিশেষভাবে এমনকিছু যা সহজে আগুন ছড়িয়ে দিতে পারে- তাই সেদিকে খেয়াল রাখতে হবে।
- নিরাপদ থাকতে বাড়িতে ও শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে হাতের কাছে সবসময় পানির ব্যবস্থা ও এক বালতি বালি রাখলে ভালো হয়।
- স্থানীয় ফায়ার সার্ভিস স্টেশন থেকে অগ্নি নির্বাপণ ও প্রতিরোধ সম্পর্কে প্রাথমিক প্রশিক্ষণ প্রদান করা হয়ে থাকে, সেটা গ্রহণ করা যেতে পারে।
- বিদ্যালয় পর্যায়ে মাসে অন্তত একবার অগ্নি নির্বাপণ বিষয়ক মহড়া অনুশীলনে অংশগ্রহণ করা প্রয়োজন।

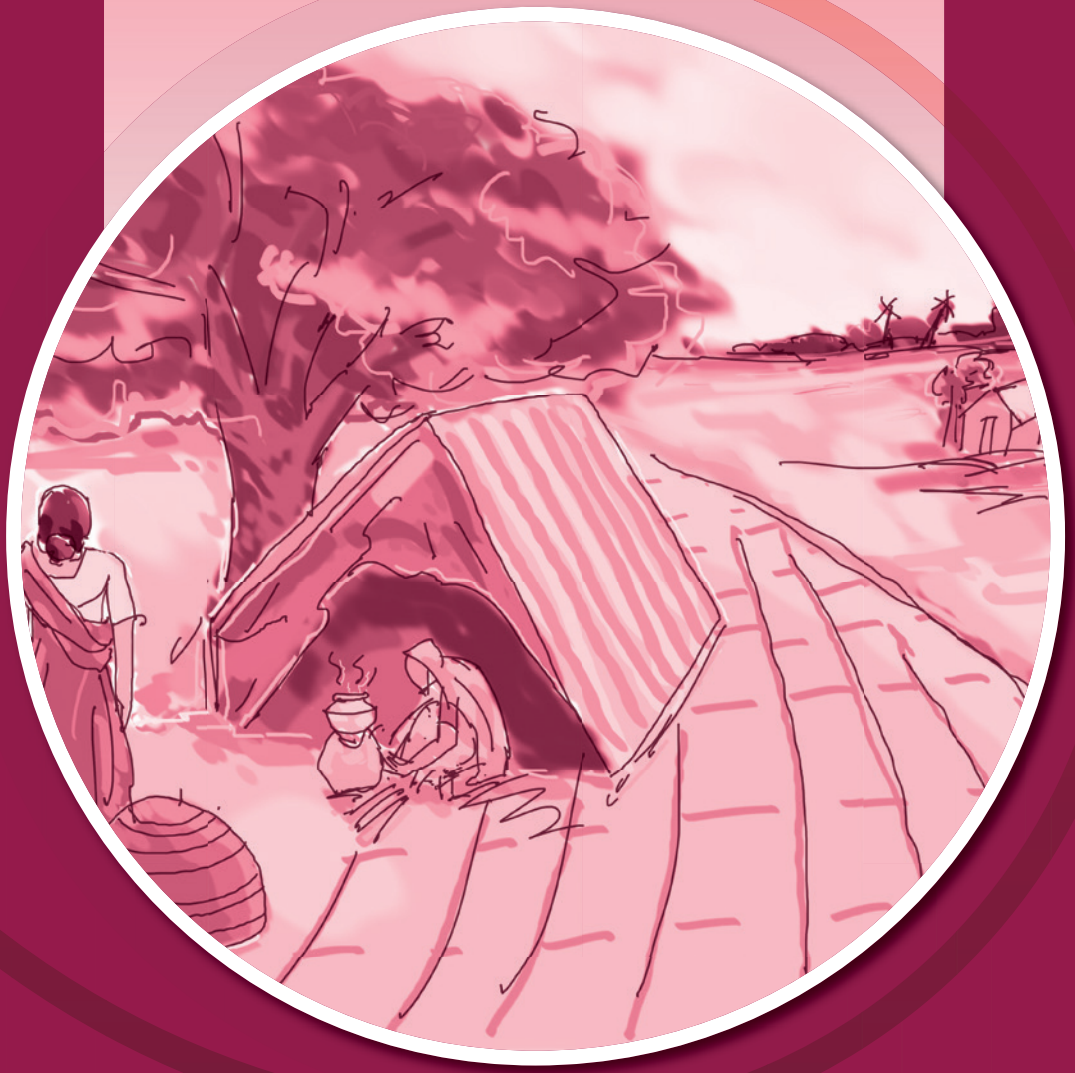
আগুন নির্বাপণে করণীয়

- আগুন লাগলে আতঙ্কিত না হয়ে ধীর-স্থিরভাবে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করুন।
- প্রথমে আগুন কোথায় লেগেছে সেটা চিহ্নিত করে সে অনুসারে বেরিয়ে আসার পরিকল্পনা করা প্রয়োজন।
- যদি একাধিক তলার কিংবা উঁচু বিল্ডিং হয়ে থাকে তাহলে কত তলায় আগুন লেগেছে সেটা সম্ভব হলে জেনে নিয়ে দ্রুত শৃঙ্খলাবদ্ধভাবে নিরাপদ স্থানে বেরিয়ে আসার ক্ষেত্রে সচেষ্ট থাকতে হবে।
- আগুন লাগলে আগে চিৎকার কিংবা চেঁচামেচি না করে প্রাথমিক অবস্থায় আগুন নির্বাপনের উদ্যোগ নেওয়ার প্রয়োজন হবে কারণ প্রাথমিক অবস্থায় আগুন নেভানো সহজ।
- স্থানীয় ফায়ার সার্ভিসকেও দ্রুত খবর দেওয়ার ব্যবস্থা করলে ভালো হয়।

জেনে রাখা উচিত

- বেশিরভাগ আগুনেই বিশেষ করে বিদ্যালয়ে অগ্নি দুর্ঘটনায় হুড়োহুড়ি করে একসঙ্গে বেরোনোর সময় পদদলিত হয়ে অনেক মানুষ মারা যায়।
- আগুনের কারণে প্রচুর ধোঁয়ার সৃষ্টি হয়ে অক্সিজেনের অভাব দেখা দেয়, তাই ধোঁয়াময় স্থান থেকে যত দ্রুত সম্ভব দূরে সরে যেতে হবে। প্রয়োজনে হামাগুড়ি দিয়ে বেরিয়ে আসতে হবে। কেননা, ফ্লোরে ৩০ থেকে ৬০ সেন্টিমিটার পর্যন্ত বিশুদ্ধ বাতাস থাকে।
- আগুন সবসময় ঊর্ধ্বমুখী। উদাহরণস্বরূপ: যদি একটি পাঁচতলা ভবনের তৃতীয় তলায় আগুন লাগে, তাহলে প্রথমে সেই তলার লোকজনকে বেরিয়ে আসার সুযোগ দিতে হবে। এরপর পর্যায়ক্রমে চার ও পাঁচতলার লোকজন এবং সবশেষে দোতলা ও নিচতলার লোকজন শৃঙ্খলাবদ্ধভাবে বেরিয়ে আসবেন কিংবা সেভাবে বের করে আনার ব্যবস্থা করতে হবে।
- আগুনের উৎসের উপর (তেল, গ্যাস রাসায়নিক ও মেটাল জাতীয় আগুন ছাড়া) পানি নিক্ষেপ কর উচিত নয়। তেল জাতীয় আগুনে বালি নিক্ষেপ করা যেতে পারে কিংবা কম্বল, কাঁথা, ছালা বা মোটা কাপড় ভিজিয়ে চাপা দেওয়া যেতে পারে।
- বৈদ্যুতিক আগুনে দ্রুত বিদ্যুতের মেইন সুইচ বন্ধ করা প্রয়োজন।
- পরনের কাপড়ে আগুন লাগলে দু'হাতে মুখ ঢেকে মাটিতে/ফ্লোরে গড়াগড়ি দিতে হবে। দৌড় দেওয়া উচিত নয় কারণ তাতে আগুন আরও ছড়িয়ে যায়।
- আগুন লাগলে আশ-পাশের দাহ্যবস্তু দ্রুত সরিয়ে নিতে হবে।
- যদি পাশে কিংবা মাঝে কাঁচা ঘর (সম্ভাব্য মাটির তৈরি) থাকে তাহলে দু-একটি কাঁচা ঘর ভেঙ্গে ফেলা যেতে পারে এর ফলে আগুন ছড়াতে পারবে না কিংবা কিছুটা হলেও বাধাগ্রস্থ্য হবে।
- আগুন লাগলে ফায়ার সার্ভিসের গাড়ি পৌঁছানোর আগ পর্যন্ত স্থানীয় স্বেচ্ছাসেবক দলের সহায়তায় আগুন মোকাবেলার ক্ষেত্রে উদ্যোগী ভূমিকা পালনে সচেষ্ট থাকা প্রয়োজন। তাতে ক্ষয়ক্ষতি অনেকটাই কমিয়ে আনা যেতে পারে।
- অগ্নি দুর্ঘটনা স্থানে ফায়ার সার্ভিসের গাড়ি পৌঁছালে সেখানে ভিড় না করে ফায়ার সার্ভিস সদস্যদের নির্বিঘ্নে কাজ করতে দিতে হবে।

বন্যা



বন্যা (Flood)

বন্যায় সাড়া প্রদান

বন্যা কী?

যখন কোনো কারণে কোনো জলাশয় বা নদীর পানি ধারণ ক্ষমতার অতিরিক্ত পানি প্রবাহের ফলে আশপাশের এলাকা প্লাবিত হয়, তখন এই পানি প্রবাহকেই বন্যা বলে। বন্যার ফলে সমতল ভূমিতে সাময়িক আকস্মিকভাবে পানি প্রবাহ অস্বাভাবিকভাবে বৃদ্ধি পায়, যাতে মানুষ এবং প্রাণীর স্বাভাবিক জীবনযাত্রা ব্যাহত হয়। এ সময়কে সাধারণত দুর্যোগকাল হিসেবে বিবেচনা করা হয়। বন্যার ফলে মানুষ, প্রাণী, ফসল, শিক্ষা প্রতিষ্ঠান, রাস্তাঘাট ইত্যাদিসহ জানমালের ব্যাপক ক্ষতি সাধিত হয়।

বিদ্যালয়ের জন্য প্রস্তুতি

কিছু কিছু বন্যা ধীরে ধীরে বা ক্রমান্বয়ে আসতে থাকে, তাকে ধীরে বাড়তে থাকা বন্যা বলা হয়। এগুলো ঘণ্টায় ঘণ্টায় বা দিনব্যাপী সময় নিয়ে বাড়তে থাকে। এক্ষেত্রে সাড়া প্রদান ও উদ্ধার কার্যক্রমের জন্য যথেষ্ট সময় পাওয়া যায়। এমনকি মূল্যবান দ্রব্যসামগ্রী, দলিলপত্রাদি এবং সরঞ্জামাদি যতটা সম্ভব সরিয়ে আনবার সুযোগ পাওয়া যায়। অপরটি হচ্ছে আকস্মিক বন্যা, যা কোনো ধরনের পূর্বাভাস ছাড়াই ঘটে। যেখানে কোনো জলধারা নেই, সেসব এলাকায় একটানা ছয় ঘণ্টার বেশি বৃষ্টিপাত হলে অথবা কোনো বাঁধ ভেঙে/ক্ষতিগ্রস্ত হয়ে যাবার ফলে এ ধরনের আকস্মিক বন্যা দেখা দেয়। যদি বিদ্যালয়ের অবস্থান এই ধরনের বন্যাপ্রবণ অঞ্চলে হয়ে থাকে, বন্যা হবার আগেই স্কুল কর্তৃপক্ষের বন্যা মোকাবিলায় প্রস্তুতি ও সাড়া প্রদান পরিকল্পনা প্রণয়ন করা প্রয়োজন। এই জন্য নিচের বিষয়গুলোর উপর জোর দিতে হবে।

নিরাপত্তা কিট প্রস্তুত রাখা

আগে থেকে নিরাপত্তা কিট প্রস্তুত করে রাখতে হবে এবং তা ক্লাসের দরজার পাশে বা সহজেই পাওয়া যায় এমন একটি স্থানে রেখে দিতে হবে। এই নিরাপত্তা কিট-এর উপকরণগুলোর মধ্যে থাকতে পারে, সকল ছাত্র-ছাত্রী ও অভিভাবকদের ছবি সম্বলিত নামের তালিকা (ফোন নম্বরসহ), বিশেষ সহায়তা প্রয়োজন এমন শিক্ষার্থীর তালিকা, শিক্ষক ও কর্মচারীদের তালিকা (ফোন নম্বরসহ), স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং প্রসিডিওর, নিকটবর্তী আশ্রয়কেন্দ্রের তালিকা, স্বেচ্ছাসেবকদের চিহ্নিত করতে দূর থেকে দৃশ্যমান হয় এমন ব্যাজ/স্যাশে/পোশাক/টুপি, স্বেচ্ছাসেবকদের কাজের জন্যে হুইসেল, প্রাথমিক চিকিৎসার উপকরণ, একাধিক মোটা কম্বল, ব্যাটারি-সহ টর্চ লাইট এবং সম্ভব হলে অতিরিক্ত ব্যাটারি-সহ রেডিও রাখা যেতে পারে। প্রয়োজনে মোবাইল ফোন থেকেও রেডিও ব্যবহার করা যেতে পারে; বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষের ঐ এলাকার বন্যার প্রবণতা ও ঝুঁকি সম্পর্কে বিশদ এবং পরিষ্কার ধারণা থাকতে হবে, যেমন ঐ অঞ্চলের ভৌগোলিক অবস্থান, পানির উৎস, সংলগ্ন এলাকা এবং আবহাওয়ার ধরন ও রীতি-প্রকৃতি কেমন।

- অবিরাম বর্ষণের সময়ে বন্যাপ্রবণ এলাকায় সব সময় সতর্ক থাকতে হবে।
- বন্যায় উদ্ধার ও স্থানান্তর কার্যক্রমের অংশ হিসেবে একটি নিরাপদ স্থান চিহ্নিত করে রাখতে হবে।

- শিক্ষকবৃন্দ একটি স্থানান্তর বা বহির্গমন পরিকল্পনা তৈরি করবেন, যেখানে নিরাপদ আশ্রয়ের স্থান, বেরিয়ে যাবার পথ এবং যাবার প্রক্রিয়া উল্লেখ থাকবে।
- বন্যাপ্রবণ এলাকায় সকল ছাত্র-ছাত্রী যেন বন্যা মোকাবিলায় শারীরিকভাবে সমর্থ (যেমন : সাঁতার জানা) এবং মানসিকভাবে প্রস্তুত থাকে, সে বিষয়টি শিক্ষকবৃন্দ নিশ্চিত করবেন। শিশুদের মধ্যে যারা সাঁতার জানে না অভিভাবকদের উদ্বুদ্ধকরণের মাধ্যমে তাদের সাঁতার শেখানোর প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ নিতে হবে।
- বিদ্যালয়ে গুরুত্বপূর্ণ ও মূল্যবান কাগজপত্র, শিক্ষা উপকরণসমূহ সংরক্ষণ করে রাখার জন্য শক্ত ও মজবুত বাক্স, টিনের ট্রাংক, প্লাস্টিক বা পানি নিরোধক ব্যাগ সংগ্রহ করে রাখতে হবে এবং একই সাথে খাবার পানি সংরক্ষণের জন্য পাত্রের ব্যবস্থা রাখতে হবে।
- বন্যাকালীন সাপের উপদ্রব থেকে বাঁচতে বন্যার পূর্বেই বিদ্যালয়ে কার্বলিক অ্যাসিড রাখতে হবে।
- বন্যাকালীন সময়ে দুর্যোগ মোকাবিলার জন্য বিদ্যালয়ে নিয়মিত ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন করতে হবে।
- একটি পাত্রে বিশুদ্ধ পানি সংরক্ষণ করে তা নিরাপদ স্থানে রাখতে হবে।
- বিদ্যালয়ের নলকূপ অপেক্ষাকৃত উঁচু স্থানে স্থাপন করতে হবে যাতে বন্যার সময় নলকূপ ক্ষতিগ্রস্ত না হয়।
- বন্যার সময় এসএমসি এবং পিটিএ-এর সহায়তায় বিদ্যালয়ে নৌকা/বিকল্প ব্যবস্থা রাখতে হবে।
- আসন্ন বন্যায় কোনো ধরনের দুর্ঘটনা রোধ করার অগ্রিম সতর্কতা হিসেবে গর্ত বা অসমান জায়গাগুলো চেনার জন্য বিশেষ চিহ্ন দিয়ে রাখতে হবে।
- বন্যা মোকাবিলার জন্য বছরের শুরুতেই তৃতীয় থেকে পঞ্চম শ্রেণির ছাত্র-ছাত্রীদের নিয়ে ১০ সদস্য বিশিষ্ট স্বেচ্ছাসেবক দল গঠন করতে হবে।

করণীয় : বন্যার পূর্বাভাস জারি হলে

১. প্রধান শিক্ষক অবশ্যই সরকারি মাধ্যম (যেমন : স্থানীয় সরকার, সরকারি প্রতিষ্ঠান এবং স্থানীয় দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কমিটি, রেডিও-টিভি) থেকে আসন্ন বন্যার সর্বশেষ পরিস্থিতি সম্পর্কে নিয়মিত খোঁজ-খবর রাখবেন। বিশ্বস্ত সূত্র থেকে সঠিক খবরাখবর সংগ্রহ করতে হবে।

২. বন্যা পরিস্থিতির খবরাখবর রাখার পাশাপাশি, প্রধান শিক্ষক স্থানীয় দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কমিটি অথবা শিক্ষা কর্মকর্তাদের নির্দেশনা অনুযায়ী যেকেনো সিদ্ধান্ত গ্রহণ ও বাস্তবায়নের জন্য সদা প্রস্তুত থাকবেন।

৩. শিক্ষকবৃন্দ বিদ্যালয়ের চারপাশ পরীক্ষা করে ঝুঁকিপূর্ণ খোলা বস্তু সরিয়ে বা বেঁধে রাখবেন।

৪. শিক্ষক এবং স্বেচ্ছাসেবক দল গো কিট ও প্রাথমিক চিকিৎসা সরঞ্জামাদি পরীক্ষা করবেন এবং নিরাপদ খাবার পানি সংরক্ষণ করবেন।

৫. প্রধান শিক্ষকের কাছ থেকে নির্দেশনা পাওয়া মাত্রই শিক্ষকবৃন্দ প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন, ছাত্র-ছাত্রীরা বিদ্যালয়ে বা বাড়িতে অবস্থান করবে অথবা কোনো উঁচু স্থান বা বন্যা আশ্রয়কেন্দ্রে যাবে।

৬. শ্রেণি শিক্ষকের সহায়তায় শিক্ষার্থীরা তাদের বই-খাতা, স্কুলের অন্যান্য শিক্ষা উপকরণ, মূল্যবান কাগজপত্র ও ইলেকট্রনিক্স সামগ্রীগুলো নিরাপদে রাখার জন্য শক্ত বাক্স/টিনের ট্রাংক/প্লাস্টিক বা পানি নিরোধক ব্যাগের মধ্যে ঢুকিয়ে উঁচু স্থানে রাখবে যেন বন্যার পানি থেকে রক্ষা পায়।

৭. নিরাপদ আশ্রয়ে বা উঁচু স্থানে যাবার জন্য বহির্গমনের নির্দেশনা অনুসরণ করতে হবে।

৮. সবাইকে ঐক্যবদ্ধ থাকতে হবে এবং একে অপরকে সাহায্য করতে হবে।

করণীয় : আকস্মিক বন্যার ক্ষেত্রে (Flash Flood)

শিক্ষক-শিক্ষার্থী সকলে মিলে দ্রুত তাদের বই-খাতা, শিক্ষা উপকরণ, বিদ্যালয়ের গুরুত্বপূর্ণ কাগজপত্র নিরাপদে সংরক্ষণ করে রাখবার জন্য শক্ত বাক্স/টিনের ট্রাংক/প্লাস্টিক বা পানি নিরোধক ব্যাগের মধ্যে ঢুকিয়ে উঁচু স্থানে রাখবে।

১. শ্রেণি শিক্ষকগণ দ্রুত বহির্গমন পথ অনুসরণ করে শিক্ষার্থীদের উঁচু স্থানে/বাড়িতে/নিরাপদ আশ্রয়ে যাবার ব্যবস্থা করবেন।

২. প্রতিবন্ধী শিশুদের প্রয়োজনীয় সহায়তার জন্য শ্রেণি শিক্ষকগণ স্বেচ্ছাসেবকদের নির্দেশনা দেবেন।

৩. সকল ছাত্র-ছাত্রী বেরিয়ে যাবার পর শিক্ষকগণ বিদ্যালয় ত্যাগ করবেন এবং তার আগে স্কুলের দরজা-জানালা, বিদ্যুৎ, পানি এবং গ্যাস সংযোগ বন্ধ করা হয়েছে তা নিশ্চিত করবেন।

৪. শিক্ষকরা 'গো কিট' সাথে রাখবেন এবং প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা দেবেন।

৫. শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ মাথা গণনা করে নিরাপদ স্থানে সকল ছাত্র-ছাত্রীকেই উদ্ধার করা হয়েছে কি না তা নিশ্চিত করবেন।

৬. শিক্ষকগণ ছাত্র-ছাত্রীদের সাবধান করবেন তারা যেন বন্যার পানিতে তলিয়ে থাকা বৈদ্যুতিক পোস্ট/খুঁটি, বিদ্যুতের তার/লাইন এগুলো এড়িয়ে চলে।

৭. শিক্ষকগণ ছাত্র-ছাত্রীদের ভালোভাবে বুঝিয়ে বলবেন যে, বন্যার সময় পানিবাহিত রোগ (ডায়রিয়া, আমাশয়, কলেরা, জন্ডিস, খোসপাচড়া ইত্যাদি) থেকে নিরাপদ থাকার জন্য, বন্যার দূষিত পানি পান না করা এবং ঐ পানির সংস্পর্শে আসা কোনো খাবার খাওয়া যাবে না।

৮. বন্যাকালীন বিশুদ্ধ খাবার পানি পান করতে হবে, আর বিশুদ্ধ পানি পাওয়া না গেলে তার জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে হবে।

৯. বিদ্যালয়ের কার্যক্রম বন্ধ রাখা বা চালু রাখার বিষয়ে সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য প্রধান শিক্ষক সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষের সাথে নিয়মিত যোগাযোগ রাখবেন।

১০. বন্যার ফলে যদি স্বাভাবিক শিক্ষা কার্যক্রম ব্যাহত হয় সেক্ষেত্রে জরুরি পরিস্থিতিতে শিক্ষা (ইআইই) কার্যক্রম চলমান রাখার জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন।

১১. জরুরি পরিস্থিতিতে শিশুদের বাড়ি পৌঁছানোর ক্ষেত্রে পাড়াভিত্তিক শিক্ষকদের দায়িত্ব বণ্টন করতে হবে ।

করণীয় : বন্যা পরবর্তী সময়ে

বন্যার পরে বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ (এসএমসি এবং শিক্ষকগণ) টয়লেট এবং টিউবওয়েলগুলো পরীক্ষা করে সেই অনুযায়ী পরিষ্কার রাখার ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন।

১. শ্রেণিকক্ষ, বারান্দা এবং বিদ্যালয়ের মাঠ ভালোভাবে পরিষ্কার করার ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন এবং যত তাড়াতাড়ি সম্ভব পাঠদান কার্যক্রম শুরু করতে হবে।

২. যদি টয়লেট বা টিউবওয়েল আংশিক বা পুরোটাই অকেজো হয়ে যায়, তাহলে যথাযথ কর্তৃপক্ষের সঙ্গে যোগাযোগ পূর্বক অথবা নিজ উদ্যোগে মেরামতের প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

৩. বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষকে বন্যা পরবর্তী সময়ে বিষাক্ত সাপের উপদ্রব থেকে রক্ষা পেতে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

৪. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীরা বন্যার পানিতে ভেজা/পানির সংস্পর্শে থাকা বৈদ্যুতিক খুঁটি/তার/লাইন এড়িয়ে চলবেন।

৫. বিদ্যালয়ে আসা-যাওয়ার সংযোগ সড়ক যদি বন্যায় ক্ষতিগ্রস্ত হয় তাহলে বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ অথবা স্থানীয় সরকার কর্তৃপক্ষের সঙ্গে যোগাযোগের মাধ্যমে তা মেরামত/পুনঃনির্মাণের উদ্যোগ গ্রহণ করবেন।

৬. বন্যা পরবর্তী সময়ে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব স্বাভাবিক পাঠদান কার্যক্রম শুরু করতে হবে।

বিদ্যালয়ে বন্যায় সাড়া প্রদান ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন নির্দেশিকা

ধাপ ১ : অনুশীলনের আগে যা করতে হবে

বিদ্যালয়ের প্রধান শিক্ষক অন্যান্য শিক্ষকদের পূর্বেই বিদ্যালয়ে বন্যার ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের তারিখ এবং সময় জানিয়ে দেবেন।

১. অনুশীলন চলাকালে শ্রেণি শিক্ষকগণ কীভাবে নেতৃত্ব দেবেন সে সম্পর্কে প্রধান শিক্ষক তাদের ভালোভাবে নির্দেশনা দেবেন।

২. একইভাবে শ্রেণি শিক্ষকগণ প্রতি ক্লাসেই অনুশীলন চলাকালে ছাত্র-ছাত্রীদের যা করতে হবে সে সম্পর্কে আগেই ভালোভাবে শিখিয়ে বা বুঝিয়ে দেবেন।

৩. প্রতিটি ক্লাসে এবং বিদ্যালয়ের অন্যান্য দৃশ্যমান স্থানে, নিরাপদে নির্গমনের নির্দেশনা, মানচিত্র/ম্যাপ টাঙিয়ে রাখতে হবে, যেন তা সহজেই দেখা যায়।

৪. এই ধরনের ড্রিল অনুশীলনে এসএমসি এবং শিক্ষা কর্মকর্তাদের সম্পৃক্ত করা।

ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ বিষয় ও নির্দেশনা

- প্রথমে বন্যা কী, এটি কেন হয় এবং বন্যা হলে কী করতে হবে সে সম্পর্কে ছাত্র-ছাত্রীদের সার্বিক ধারণা দিন।
- বিদ্যালয়ে বন্যায় বিপদ সংকেত ব্যবস্থাটি সম্পর্কে তাদের ধারণা দিন, যেমন : কোনো বেল, সাইরেন, বাঁশি বা সাউন্ড বাজানো হলে বন্যার বিপদ সংকেত বুঝতে হবে এবং কোথায়, কীভাবে যেতে হবে তা জানিয়ে দিন (বধির ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য ছবি/পতাকা/চিহ্ন ব্যবহার করুন)।
- ছাত্র-ছাত্রীদের ভালোভাবে বুঝিয়ে দিন বন্যার বিপদ সংকেত আসা মাত্র যার যা কাজ তা বন্ধ করে বইখাতা গুছিয়ে ফেলবে, প্রয়োজনে স্কুলের নির্ধারিত বাক্সে/আলমারি/ব্যাগে সেগুলো রেখে দেবে এবং সারিবদ্ধ হয়ে শান্তভাবে নিরাপদ স্থানে/উঁচু স্থানে/বাড়িতে চলে যাবে।
- সবাইকে জানিয়ে দিন আতঙ্কিত হওয়া বা হইচই করা যাবে না।
- ছাত্র-ছাত্রীরা কত কম সময়ে যার যা কাজ তা বন্ধ করে, সব গুছিয়ে, সারিবদ্ধ হয়ে শান্তভাবে নিরাপদ স্থানে/উঁচু স্থানে/বাড়িতে যাবার জন্য প্রস্তুত হতে পারে সেটি যাচাই করার জন্য অনুশীলন করুন।
- বন্যার সময়ে কী কী কারণে বিপদ ঘটতে পারে সে বিষয়গুলো তাদের ভালোভাবে বুঝিয়ে দিন (যেমন : সাপের উপদ্রব থেকে বাঁচতে গাছ বা জঙ্গলে না যাওয়া, নিচে পড়ে থাকা বৈদ্যুতিক পোস্ট বা তার যা পানিতে ডুবেছিল সেগুলো এড়িয়ে চলা, বন্যার দূষিত পানি পান অথবা ব্যবহার না করা এবং দূষিত পানির সংস্পর্শে থাকা কোনো খাবার না খাওয়া)।

- প্রতিবন্ধী শিশু এবং আহত শিশুদের সহায়তার জন্য কী কী ব্যবস্থা নেয়া প্রয়োজন হতে পারে তা চিহ্নিত করুন এবং কীভাবে তাদের সহায়তা এবং উদ্ধার করতে হবে তা নির্ধারণ করুন। এই বিষয়ে শিক্ষক-ছাত্র-ছাত্রীদের আগে থেকেই প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করা।
- তৃতীয় থেকে পঞ্চম শ্রেণির ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে থেকে কয়েকজনকে স্বেচ্ছাসেবক হিসেবে বাছাই করুন এবং অন্যান্য ছাত্র-ছাত্রীদের মাঝে এবং প্রতিবন্ধী ছাত্র-ছাত্রীদের সাথে তাদের পরিচয় করিয়ে দিন।
- স্বেচ্ছাসেবী ছাত্র-ছাত্রীদের সহায়তায় প্রতিবন্ধী শিশু এবং অন্যান্যদের নিজ নিজ এলাকা বা পাড়ায় সাথে করে নিয়ে যাবার জন্য বিশেষভাবে নির্দেশনা দিন।
- উদ্ধার বা বহির্গমন পরিকল্পনাটি সকল ছাত্র-ছাত্রীকে দেখিয়ে ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে দিন এবং বহির্গমনের সময় চারটি মূলনীতি মেনে চলতে হবে তা বলুন, যেমন : **কথা বলা যাবে না, ঠেলাঠেলি বা ধাক্কাধাক্কি করা যাবে না, দৌড়ানো যাবে না এবং পেছনে ফিরে আসা যাবে না।**
- নিরাপদ স্থানে/উঁচু স্থানে কোথায় এবং কীভাবে সকল ছাত্র-ছাত্রী একত্রিত হবে তা ভালো করে বুঝিয়ে দিন, এরপরে তারা অনুশীলন-পরবর্তী আলোচনা এবং নির্দেশনার জন্য অপেক্ষা করবে তা বলুন।
- যে সকল ছাত্র-ছাত্রীরা ক্লাসের বাইরে থাকবে তারা যেন সংকেত শোনামাত্রই নির্ধারিত নিরাপদ স্থানে/উঁচু স্থানে চলে যায় সে ব্যাপারে নির্দেশনা দিন।

ধাপ ২ : ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন চলাকালীন কার্যক্রম

ঘোষণা এবং সংকেত

১. শিক্ষকগণ নিজ নিজ ক্লাসে বন্যার ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন শুরু হতে যাচ্ছে তা ঘোষণা করবেন এবং সকলকে প্রস্তুত হতে বলবেন।

২. আগে থেকে জানিয়ে রাখা কোনও ঘণ্টা/সাইরেন/বাঁশি/অ্যালার্ম/পতাকা বন্যার সংকেত হিসেবে বিবেচনা করা হবে।

উদ্ধার কার্যক্রমে শিক্ষক ও ছাত্র-ছাত্রীদের করণীয়

যখন সংকেত বেজে উঠবে, তখন ছাত্র-ছাত্রীদের নিরাপদ স্থানে যাবার জন্য প্রস্তুত হতে হবে।

১. দরজার সবচেয়ে কাছে থাকা ছাত্র বা শিক্ষক প্রথমেই দরজাটি সম্পূর্ণ খুলে দেবেন।

২. ছাত্র-ছাত্রীরা প্রত্যেকেই কাজ বন্ধ করে, বইখাতা গুছিয়ে, প্রয়োজনে নির্ধারিত স্থানে রেখে, সারিবদ্ধ হয়ে শান্তভাবে দলনেতা বা স্বেচ্ছাসেবীদের নেতৃত্বে বেরিয়ে যাবে, কোনও অবস্থাতে **কথা বলা যাবে না, ঠেলাঠেলি বা ধাক্কাধাক্কি করা যাবে না, দৌড়ানো যাবে না, পেছনে ফিরে আসা যাবে না।**

৩. প্রতিবন্ধী শিশুদের জন্য বিশেষ ব্যবস্থা নিতে হবে, তাদের আগে বের হবার সুযোগ দিতে হবে। শিক্ষক এবং স্বেচ্ছাসেবক দল তা নিশ্চিত করবেন।

৪. শিক্ষকগণ ক্লাস থেকে বের হবার আগ মুহূর্তে কেউ ক্লাসে রয়ে গেছে কি না বা আহত হয়েছে কি না তা যাচাই করবেন।

৫. শিক্ষক ক্লাসের হাজিরা খাতা এবং গো কিট ব্যাগ সাথে রাখবেন।

সমাবেশ এবং মাথা গণনা

১. সকল ছাত্র-ছাত্রীকে পূর্বের নির্দেশনা মোতাবেক নিরাপদ স্থানে/উঁচু স্থানে যেতে হবে এবং সারিবদ্ধভাবে দাঁড়াতে হবে (ক্লাস অনুযায়ী/যে যার পাশে বসেছিল)।

২. শিক্ষকগণ স্বেচ্ছাসেবী ছাত্র-ছাত্রীদের দলকে আহত ছাত্র-ছাত্রী/প্রতিবন্ধী শিশুদের প্রাথমিক চিকিৎসা দেওয়ার নির্দেশনা দেবেন।

৩. সকল ছাত্র-ছাত্রীকেই নিরাপদ স্থানে/উঁচু স্থানে সমবেত হতে হবে এবং শিক্ষকগণ মাথা গণনা করে হাজিরা খাতার সাথে মেলাবেন।

ধাপ ৩ : অনুশীলন পরবর্তী কার্যক্রম

ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকদের কাছ থেকে ড্রিল সম্পর্কে মতামত বা ফিডব্যাক নেয়া

১. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে থেকে কয়েকজনকে ড্রিল সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা/অনুভূতি জানাতে উৎসাহ দেবেন।

২. ড্রিলের মৌখিক নির্দেশনা এবং ছায়া অনুশীলনের মধ্যে কোনও পার্থক্য ছিল কি না তা জানবেন।

৩. কোনও ভুল/তারতম্য হলে শিক্ষকবৃন্দ তা সংশোধন করে দেবেন।

৪. শিক্ষকবৃন্দ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে এই অনুশীলনে অংশ নেয়ার জন্য ধন্যবাদ জানাবেন এবং পরবর্তী অনুশীলনে আরও ভালোভাবে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহ দেবেন।

প্রধান শিক্ষক এবং স্কুল পরিচালনা কমিটির মূল্যায়ন ও পর্যালোচনা

১. প্রধান শিক্ষক এবং অন্যান্য শিক্ষকগণ এই অনুশীলন কার্যক্রম মূল্যায়ন করে এ সংক্রান্ত একটি প্রতিবেদন তৈরি করবেন।

২. এসএমসি/পিটিএ বা স্লিপের সভায় প্রধান শিক্ষক ঐ প্রতিবেদন উপস্থাপন করবেন এবং ভবিষ্যতে কীভাবে আরও ভালো করা যায় সে সম্পর্কে তাদের পরামর্শ ও মতামত গ্রহণ করবেন।

৩. এই ছায়া অনুশীলন যেন ত্রৈমাসিক ভিত্তিতে অনুষ্ঠিত হয়, প্রধান শিক্ষক সেটি নিশ্চিত করবেন।

বন্যা মোকাবিলার মূল বার্তা

করণীয় : বন্যার সম্ভাবনা বা সতর্কতা জারি হলে

১. যদি ধীরে ধীরে বন্যার পানি বাড়তে থাকে এবং উদ্ধার কার্যক্রমের সময় পাওয়া যায়, সেক্ষেত্রে বিদ্যালয়ের মূল্যবান দ্রব্যাদি, দলিলপত্র এবং ইলেক্ট্রনিক্স সরঞ্জামাদি সুরক্ষার ব্যবস্থা করতে হবে।

২. পানি পাত্রে বিশুদ্ধ পানি ভরে নিরাপদ স্থানে সংরক্ষণ করতে হবে যেন কোনোভাবে দূষিত না হয়।

৩. বহির্গমন নির্দেশনা অনুসারে উঁচু স্থানে অথবা বন্যা আশ্রয়কেন্দ্রে যেতে হবে।

৪. বিদ্যালয় ভবন থেকে বহির্গমনের জন্য স্বাভাবিক বহির্গমন প্রক্রিয়া অনুসরণ করতে হবে এবং নিরাপদ স্থানে যেতে হবে।

৫. সকলকে একসাথে/ঐক্যবদ্ধ থাকতে হবে এবং একে অপরকে সাহায্য করতে হবে।

৬. জরুরি সেবাপ্রদানকারী বিভিন্ন সংস্থা যেমন : স্থানীয় দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কমিটি, স্থানীয় হাসপাতাল, ডাক্তার, অ্যাম্বুলেন্স, ফায়ার সার্ভিস এবং স্থানীয় নৌকার মাঝিদের ফোন নাম্বার সংগ্রহ করে দেয়ালে সেঁটে দিতে হবে।

করণীয় : আকস্মিক বন্যা দেখা দিলে

১. যত দ্রুত সম্ভব বন্যায় আক্রান্ত স্থান ত্যাগ করতে হবে।

২. নিরাপদ আশ্রয়ে স্থানান্তরের জন্য ভবনের উপর তলায় বা উঁচু স্থানে সরে যেতে হবে।

৩. নিরাপদ স্থানে সকল ছাত্র-ছাত্রীকে স্থানান্তরের পর মাথা গণনার মাধ্যমে সকলের উপস্থিতি নিশ্চিত করতে হবে।

৪. বহির্গমনের নির্দেশনা অনুসারে নিরাপদ স্থানে অথবা বন্যা আশ্রয়কেন্দ্রে যেতে হবে।

৫. পড়ে থাকা বৈদ্যুতিক খুঁটি বা তার এড়িয়ে চলতে হবে।

৬. বন্যার পানিতে দূষিত খাবার পরিত্যাগ করতে হবে।

৭. বন্যার সময়ে বিশুদ্ধ খাবার পানি পান করতে হবে।

৮. এক্ষেত্রে পানি বিশুদ্ধকরণ ট্যাবলেট/ফিটকিরি ব্যবহার করে পানি বিশুদ্ধ করতে হবে।

৯. বিদ্যালয় খোলা অথবা বন্ধ ঘোষণা করার ক্ষেত্রে উর্ধ্বতন কর্মকর্তাদের সাথে আলোচনা করে পদক্ষেপ নিতে হবে।

১০. বন্যায় যদি স্বাভাবিক শিক্ষা কার্যক্রম ব্যাহত হয় সেক্ষেত্রে জরুরি পরিস্থিতিতে শিক্ষা [Education in Emergency (EiE)] কার্যক্রম চালু রাখার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

১১. বন্যাকালীন বন্যা পরিস্থিতির খোঁজ-খবর রাখতে হবে এবং সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে।

১২. বন্যার সময়ে সাপের উপদ্রব থেকে বাঁচতে বিদ্যালয়ে কার্বলিক অ্যাসিড রাখতে হবে।

করণীয় : বন্যার পর

১. টয়লেট ও টিউবওয়েল পরীক্ষা করতে হবে এবং ব্যবহার উপযোগী করার জন্য পরিষ্কার রাখতে হবে।

২. শ্রেণিকক্ষ, বারান্দা এবং বিদ্যালয়ের মাঠ ভালোভাবে পরিষ্কার করতে হবে।

৩. যদি টয়লেট বা টিউবওয়েল আংশিক বা পুরোটাই খারাপ হয়ে যায়, তাহলে যথাযথ কর্তৃপক্ষের সঙ্গে যোগাযোগ করে অথবা এসএমসি/পিটিএ-র সহায়তায় মেরামতের প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে ।

করণীয় নয়

১. বন্যার দূষিত পানি ব্যবহার করা যাবে না।

২. বন্যার পানিতে নামা যাবে না, কেননা সেখানে সাপ বা অন্যান্য বিষাক্ত পোকামাকড় থাকতে পারে।

বজ্রপাত

বজ্রপাত (Lightening)

বজ্রপাত কী?

বজ্রপাত বলতে আকাশের আলোর ঝলকানিকে বোঝায়। এই সময় উক্ত এলাকার বাতাসের প্রসারণ এবং সংকোচনের ফলে আমরা বিকট শব্দ শুনতে পাই। এ ধরনের বৈদ্যুতিক আধানের নির্গমন দুটি মেঘের মধ্যে অথবা একটি মেঘ এবং ভূমির মধ্যেও হতে পারে।

বজ্রপাতের বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা

বায়ুমণ্ডলের উপরের অংশে নিচের তুলনায় তাপমাত্রা কম থাকে। এ কারণে অনেক সময় দেখা যায় যে, নিচের দিক থেকে উপরের দিকে মেঘের প্রবাহ হয়। এ ধরনের মেঘকে 'থান্ডার ক্লাউড' বলে। অন্যান্য মেঘের মতো এ মেঘেও ছোট ছোট পানির কণা থাকে। আর উপরে উঠতে উঠতে পানির পরিমাণ বৃদ্ধি পেতে থাকে। এভাবে বৃদ্ধি পেতে পেতে পানির পরিমাণ যখন ৫ মিলিমিটারের বেশি হয়, তখন পানির অণুগুলো আর পারস্পরিক বন্ধন ধরে রাখতে পারে না। তখন এরা আলাদা হয়ে যায়। ফলে সেখানে বৈদ্যুতিক আধানের সৃষ্টি হয়। আর এ আধানের মান নিচের অংশের চেয়ে বেশি হয়। এরকম বিভব পার্থক্যের কারণেই ওপর হতে নিচের দিকে বৈদ্যুতিক আধানের নির্গমন হয়। এ সময় আমরা আলোর ঝলকানি বা বজ্রপাত দেখতে পাই।

বিদ্যালয়ের জন্য প্রস্তুতি

বজ্রপাত গাছের উপর পড়লে গাছ পুড়ে যায়, এমনকি মানুষের উপর পড়লে মানুষ মারা যায়। সম্প্রতি আমাদের দেশে বজ্রপাতের ফলে মানুষের মৃত্যুর পরিমাণ অনেক বেড়ে গেছে। বাংলাদেশের জাতীয় দুর্যোগের তালিকায় ২০১৬ সালের ১৭ মে বজ্রপাত অন্তর্ভুক্ত করা হয়। এজন্য বজ্রপাতের সময় আমাদের খুবই সচেতন থাকতে হবে। বজ্রপাতের সময় ছাত্র-ছাত্রী বা শিক্ষকবৃন্দ কোথায় কীভাবে নিরাপদ থাকবেন তা ঐ মুহূর্তে ভাবার অবকাশ থাকে না। তাই বিদ্যালয়কে প্রস্তুত থাকতে হবে, যেন ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকবৃন্দ বজ্রপাতের সময় যথাযথ সাড়া প্রদান করতে এবং যত দ্রুত সম্ভব নিরাপদ স্থানে সরে যেতে পারে। বজ্রপাত কোনও পূর্বাভাস দিয়ে আসে না। তাই বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষকে বজ্রপাতের পূর্বেই সব ধরনের নিরাপত্তা পরিকল্পনা ও প্রস্তুতি গ্রহণ করতে হবে। আর এজন্য নিচের যে বিষয়গুলো বিবেচনায় রাখতে হবে তা হলো।

১. বিদ্যালয়ের স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং প্রসিডিউর (SOP) তৈরি :

২. **গো কিট/জরুরি উপকরণ প্রস্তুত রাখা :** আগে থেকেই 'গো-কিট' প্রস্তুত করে রাখতে হবে এবং তা শ্রেণিকক্ষের দরজার পাশেই বা সহজেই পাওয়া যায় এমন একটি স্থানে রেখে দিতে হবে। এই 'গো কিট'-এর উপকরণগুলোর মধ্যে থাকতে পারে সকল ছাত্র-ছাত্রী এবং অভিভাবকদের ছবি সম্বলিত নামের তালিকা ও ফোন নম্বর, বিশেষ সহায়তা প্রয়োজন এমন শিক্ষার্থী এবং প্রতিবন্ধী শিশুর তালিকা, বিদ্যালয়ের কর্মকর্তা ও কর্মচারীদের তালিকা, বিদ্যালয়ের স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং প্রসিডিউর, স্বেচ্ছাসেবকদের চিহ্নিত করতে হুইসেল এবং টুপি, প্রাথমিক চিকিৎসার উপকরণ, টর্চলাইট এবং সম্ভব হলে অতিরিক্ত ব্যাটারিসহ রেডিও। প্রয়োজনে মোবাইল থেকেও রেডিও ব্যবহার করা যেতে পারে।

৩. বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ আগে থেকেই সব ধরনের জরুরি সেবাপ্রদানকারী বা উদ্ধারকারী সংস্থার ফোন নম্বরসমূহ (ইউডিএমসি, সিসিডিএমসি, পিডিএমসি, ডব্লিওডিএমসি, ফায়ার ব্রিগেড, পুলিশ ফাঁড়ি/থানা, হাসপাতাল, অ্যাম্বুলেন্স, গ্যাস এবং বিদ্যুৎসহ অন্যান্য সেবা) কাগজে লিখে বিদ্যালয়ের দৃশ্যমান একাধিক স্থানে স্থাপন করে রাখবেন, যাতে যেকোনো সময় উদ্ধার ও অন্যান্য সেবা পাওয়ার জন্যে তাঁদের সঙ্গে যোগাযোগ করা যায়।

৪. বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষকে একজন প্রকৌশলীর সহায়তায় বিদ্যালয়ে বজ্র নিরোধক দণ্ড স্থাপন করতে হবে।

৫. প্রধান শিক্ষকের কক্ষে একটি বিশেষ অ্যালার্ম/সংকেত ব্যবস্থা, যেমন : সাইরেন, সাউন্ড, বাঁশি অথবা ঘণ্টার ব্যবস্থা রাখতে হবে। বাইরে বজ্রপাত হতে দেখলে সেটি বেজে উঠবে, যা শুনে ছাত্র-শিক্ষক সকলে সতর্ক হবে।

৬. বিদ্যুৎ সংযোগ বন্ধ করবার সুনির্দিষ্ট ব্যবস্থা রাখতে হবে এবং বজ্রপাতের সময়ে কে এই সুইচ বন্ধ করবে তাও নির্ধারণ করে রাখতে হবে।

৭. বিদ্যালয়ের শিক্ষক-শিক্ষার্থীরা নিয়মিতভাবে (ত্রৈমাসিক) 'বজ্রপাত সতর্কতা' মহড়ায় অংশগ্রহণ করবে এবং বিদ্যালয়ের ক্যালেন্ডারে অনুশীলনের জন্য নির্ধারিত ঐ দিনগুলো চিহ্ন দিয়ে রাখতে হবে।

করণীয় : বজ্রপাতের সময়

শ্রেণিকক্ষের ভেতরে থাকলে

বজ্রপাত চলাকালে আতঙ্কিত না হয়ে নিজেদের রক্ষা করার জন্য কিছু সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে :

১. বাইরে বজ্রপাত হতে দেখার সাথে সাথে দরজা-জানালা বন্ধ করে দিতে হবে এবং দরজা বা জানালা থেকে যতখানি সম্ভব সরে আসার জন্য শিক্ষক-শিক্ষার্থীদের নির্দেশনা দেবেন।

২. কম্পিউটার বা অন্য কোনও ইলেকট্রনিক সামগ্রী স্পর্শ করা থেকে শিক্ষার্থীদের নিষেধ করতে হবে এবং সব ধরনের বৈদ্যুতিক সংযোগ খুলে রাখতে হবে।

৩. যদি কেউ হুইলচেয়ারে থাকে তবে তাকে দরজা বা জানালার পাশ থেকে সরে আসতে সহযোগিতা করতে হবে।

৪. শিক্ষক শিক্ষার্থীদের ভালোভাবে নির্দেশনা দেবেন, যতক্ষণ বজ্রপাত হবার সম্ভাবনা থাকবে ততক্ষণ কেউ যেন শ্রেণিকক্ষ থেকে বের না হয়।

৫. বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিক্ষার্থীরা যেন নির্দেশনা বুঝে তা পালন করতে পারে শিক্ষককে সেটি নিশ্চিত করতে হবে।

৬. শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ মাথা গণনা করে দেখবেন সব শিক্ষার্থী আছে কি না। যদি গণনার পর বোঝা যায় যে, কোনো শিক্ষার্থী বজ্রপাতের সময় বাইরে ছিল, তাহলে অবিলম্বে সেই শিক্ষার্থী নিরাপদ জায়গায় আছে কি না তা নিশ্চিত করার ব্যাবস্থা নেবেন।

বিজ্ঞানাগার বা কম্পিউটার ল্যাবে থাকলে

১. ছাত্র-ছাত্রী বা শিক্ষকবৃন্দ নিরাপদ আশ্রয়ে যাওয়ার আগে জলন্ত বার্নারগুলো নিভিয়ে ফেলবেন এবং ক্ষতিকারক পদার্থের বোতল/পাত্রের মুখ বন্ধ করে অথবা সরিয়ে রাখবেন।

২. জলন্ত চুল্লি, ক্ষতিকারক পদার্থ রাখা তাক বা আলমারি থেকে শিক্ষক-শিক্ষার্থীদের দূরে থাকতে হবে।

৩. কম্পিউটার বা অন্য কোনও ইলেকট্রনিক সামগ্রী স্পর্শ করা থেকে শিক্ষার্থীদের নিষেধ করতে হবে এবং সব ধরনের বৈদ্যুতিক সংযোগ খুলে রাখতে হবে।

শ্রেণিকক্ষের বাইরে থাকলে

১. যদি ছাত্র-ছাত্রী বা শিক্ষকবৃন্দ ভবনের বাইরে থাকে, তাহলে খোলা জায়গায় অবস্থান না করে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব নিরাপদ আশ্রয়স্থান যেমন : শ্রেণিকক্ষ, কাছাকাছি কোনো কক্ষ, বাড়ি বা ছাউনির নিচে চলে যেতে হবে। সবচেয়ে ভালো হয় কোনও একটি পাকা দালানের নীচে আশ্রয় নিতে পারলে। না হলে উপরে ছাদ আছে এমন কোনও জায়গায় আশ্রয় নিতে হবে। তবে সম্ভব হলে টিনের ছাউনি এড়িয়ে যেতে হবে।

২. বজ্রপাতের সময় বড় মাঠে বা খোলা জায়গায় থাকলে কাছাকাছি যদি আশ্রয়ের জায়গা না থাকে তাড়াতাড়ি যতটা সম্ভব নিচু হয়ে গুটিশুটি মেরে বসে পড়তে হবে, তবে মাটিতে শোয়া যাবে না।

৩. টিউবওয়েল বা ট্যাপের পানি ছেড়ে কোনও ধরনের কাজ করা বন্ধ করতে হবে।

৪. বড় ও উঁচু গাছের নিচে থেকে দ্রুত সরে যেতে হবে।

৫. বৈদ্যুতিক তারের খুঁটি, টাওয়ারের কাছ থেকে যত দ্রুত সম্ভব সরে যেতে হবে।

৬. ছেঁড়া বৈদ্যুতিক তার থেকে দূরে থাকতে হবে।

৭. কয়েকজন মিলে খোলা কোনও স্থানে থাকাকালীন যদি বজ্রপাত শুরু হয় তাহলে প্রত্যেকে ৫০ থেকে ১০০ ফুট দূরে সরে যেতে হবে।

স্কুলের বাস বা অন্য যানবাহনের ভেতরে থাকলে

১. বজ্রপাতের সময় রাস্তায় যদি প্রচণ্ড বজ্রপাত ও বৃষ্টির সম্মুখীন হয় তবে গাড়ি কোনো গাড়ি বারান্দা বা পাকা ছাউনির নিচে নিয়ে যাবার চেষ্টা করতে হবে।

২. গাড়ির ভেতরের ধাতব বস্তু স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকতে হবে।

৩. এ সময় গাড়ির কাচে হাত দেয়া বিপজ্জনক হতে পারে।

৪. খেয়াল রাখতে হবে গাড়ির ধাতব অংশের সাথে যেন শরীরের কোনো সংযোগ না থাকে।

করণীয় : বজ্রপাত থেমে যাবার পরবর্তী সময়ে

১. বজ্রপাত থেমে যাবার পর কিছুক্ষণ সময় নিরাপদ আশ্রয়ে অপেক্ষা করে তারপর প্রয়োজনীয় কাজ থাকলে আশ্রয় ছেড়ে বাইরে বেরোতে হবে।

২. বজ্রপাতের সময় সবার খবর রাখতে হবে। বজ্রপাত থেমে যাবার পর কেউ আহত হয়েছে কি না আশপাশে পরীক্ষা করে দেখতে হবে।

৩. খোলা মাঠে অবস্থান করলে বজ্রপাতের হাত থেকে বাঁচার জন্য নিয়ম অনুযায়ী বসার অনুশীলন করতে হবে।

করণীয় : বজ্রপাতে কেউ আহত হলে

বজ্রপাতে কেউ আহত হলে বৈদ্যুতিক শকে আহতদের মতো করেই চিকিৎসা করতে হবে। একটি কুসংস্কার আছে যে, বজ্রপাতে আক্রান্ত ব্যক্তি বৈদ্যুতিক চার্জ পরিবহণ করে, তাই তাদের ছোঁয়া নিরাপদ নয়। এটা ঠিক নয়, বরং আক্রান্ত ব্যক্তিকে তাৎক্ষণিক নিরাপদ স্থানে সরিয়ে ফেলতে হবে এবং যত দ্রুত সম্ভব চিকিৎসককে ডাকতে হবে বা হাসপাতালে নিতে হবে। একই সঙ্গে এ সময় বজ্রাহত ব্যক্তির শ্বাস-প্রশ্বাস ও হৃৎস্পন্দন ফিরিয়ে আনার জন্য চেষ্টা চালিয়ে যেতে হবে।

বিদ্যালয়ে বজ্রপাতে সাড়া প্রদান ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন নির্দেশিকা

ধাপ ১ : অনুশীলনের আগে যা করতে হবে

১. প্রধান শিক্ষক স্কুলের অন্যান্য শিক্ষকদেরকে পূর্বেই স্কুলে বজ্রপাতের ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের তারিখ এবং সময় জানিয়ে দেবেন।

২. অনুশীলন চলাকালে শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ কীভাবে নেতৃত্ব দেবেন সে সম্পর্কে প্রধান শিক্ষক তাদের ভালোভাবে নির্দেশনা দেবেন।

৩. শ্রেণিকক্ষ ক্যাপ্টেনদের ড্রিলে সহায়তা করার জন্য প্রস্তুত রাখতে হবে।

৪. একইভাবে শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ প্রতি ক্লাসেই অনুশীলন চলাকালে ছাত্র-ছাত্রীদের যা করতে হবে সে সম্পর্কে আগেই ভালোভাবে শিখিয়ে বা বুঝিয়ে দেবেন।

৫. প্রতিটি ক্লাসে এবং স্কুলের অন্যান্য দৃশ্যমান স্থানে, বজ্রপাতের মূলবার্তা টাঙিয়ে রাখতে হবে, যেন তা সহজেই দেখা যায়।

৬. এই ধরনের ড্রিল অনুশীলনে এসএমসি এবং শিক্ষা কর্মকর্তাদের সম্পৃক্ত করা খুবই জরুরি ।

(ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য) গুরুত্বপূর্ণ বিষয় ও নির্দেশনা

- প্রথমে বজ্রপাত কী, এটি কখন ও কেন ঘটে এবং বজ্রপাত হলে কী করতে হবে সে সম্পর্কে ছাত্র-ছাত্রীদের সার্বিক ধারণা দিন।
- অনুশীলনের আগ মুহূর্তে বজ্রপাতের সংকেত সম্পর্কে ধারণা দিন, যেমন : কোনো সাইরেন বা সাউন্ড/পতাকা দেখানো হলে বজ্রপাতের বিপদ সংকেত বুঝতে হবে এবং কোথায় কীভাবে যেতে হবে তা জানিয়ে দিন। (প্রতিবন্ধী ছাত্র-ছাত্রীদের জন্য উপযুক্ত বিশেষ সংকেত বা চিহ্ন ব্যবহার করুন)।
- সবাইকে জানিয়ে দিন আতঙ্কিত হওয়া বা হইচই করা যাবে না।
- ছাত্র-ছাত্রীদের শ্রেণিকক্ষ, বিদ্যালয় ও এর আশেপাশের চিত্রসহ নিরাপদ আশ্রয় নির্দেশক মানচিত্র সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা দিন।
- বজ্রপাতের সময়ে কোন বিষয়গুলো আরও বিপজ্জনক ও ক্ষতিকর হতে পারে সে বিষয়গুলো বুঝিয়ে বলুন।
- নিরাপদ স্থানে যেতে প্রতিবন্ধী শিশু যারা আছে তাদের জন্য কী ব্যবস্থা নেয়া প্রয়োজন তা আগেই চিহ্নিত করে রাখুন। সেই অনুযায়ী কীভাবে তাদের সহায়তা এবং উদ্ধার করতে হবে ছাত্র-ছাত্রীদের আগে থেকেই জানিয়ে দিন।
- প্রতিটি ক্লাসেই ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্য থেকে কয়েকজনকে স্বেচ্ছাসেবী হিসেবে বাছাই করুন এবং অন্যান্য ছাত্র-ছাত্রীদের সাথে তাদের পরিচয় করিয়ে দিন, বিশেষ করে প্রতিবন্ধী শিশু এবং ছোট শিশুদের সাথে।
- প্রতিবন্ধী শিশু এবং আহত শিশুদের কীভাবে সাহায্য করতে হবে সে বিষয়ে স্বেচ্ছাসেবীদের ভালোভাবে শিখিয়ে দিন।
- যে সকল ছাত্র-ছাত্রী ক্লাসে থাকবে না, তারা যেন সংকেত শোনামাত্রই দ্রুত নির্ধারিত নিরাপদ স্থানে চলে যায়, সে ব্যাপারে নির্দেশনা দিন।

ধাপ-২ : ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন চলাকালীন কার্যক্রম : ঘোষণা এবং সংকেত

১. শিক্ষকগণ নিজ নিজ ক্লাসে বজ্রপাতের ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন শুরু হতে যাচ্ছে, তা ঘোষণা করবেন এবং সকলকে প্রস্তুত হতে বলবেন।

২. আগে থেকে জানিয়ে রাখতে হবে কোন ঘণ্টা/সাইরেন/অ্যালার্ম বজ্রপাতের সংকেত হিসেবে বিবেচনা করা হবে।

বজ্রপাত চলাকালীন করণীয়

শিক্ষক শিক্ষার্থীদের বলবেন, আমরা বজ্রপাত হলে কী করব এখন তা অভিনয় করে চর্চা করব। আমি বজ্রপাত হলে যে ধরনের আওয়াজ হয়, মুখ দিয়ে তা করার চেষ্টা করব। তোমরা মনে করবে বজ্রপাত হচ্ছে। প্রথমে আমরা অভিনয় করব বজ্রপাতের সময় শ্রেণিকক্ষের/ঘরের ভেতরে থাকলে আমরা কী করব এবং তারপরে বাইরে বা খোলা জায়গায় থাকলে আমরা কী করব।

শ্রেণিকক্ষের/ঘরের ভেতর থাকাকালীন মহড়া

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষের ভেতরে কম্পিউটার/ট্যাব বা অন্য কোনও বৈদ্যুতিক যন্ত্রের কাল্পনিক অবস্থান নির্ধারণ করবেন। এছাড়া টিভি, রেডিও, ফ্রিজেরও কাল্পনিক অবস্থান নির্ধারণ করে দেবেন। এরপর নিজে জোরে জোরে বজ্রপাতের আওয়াজ করবেন। শিক্ষার্থীরা আগে আলোচিত করণীয়গুলো মেনে অভিনয় করবে।

শ্রেণিকক্ষের/ঘরের বাইরে থাকাকালীন মহড়া

বজ্রপাতের সময় খোলা/উন্মুক্ত স্থানে থাকা উচিত নয়। বজ্রপাতের সময় কেউ বাইরে খোলা স্থানে বা নদীতে থাকলে, তার আশেপাশে যদি উঁচু কিছু না থাকে, তবে তার উপর বাজ পড়ার আশঙ্কা থাকে। তাই এ সময় ঘরের ভেতর থাকা নিরাপদ। শ্রেণিকক্ষে/ঘরে বাজ পড়লেও তা টিন বা ইটের দেওয়ালের মাধ্যমে মাটির সঙ্গে সহজে যুক্ত হবে, কারও তেমন ক্ষতি হবে না। শহরে উঁচু ভবনের চারপাশে আর্থিং ব্যবস্থা থাকে। বিদ্যুৎ পরিবাহী তামার তারের এক মাথা মাটির গভীরে পুঁতে রাখা হয়, অন্য প্রান্ত থাকে ছাদের ওপরে, চোখা শিকের আকারে। এতে বাজের হাত থেকে ভবন ও ঘরের মানুষ রক্ষা পায়। গ্রামে বাড়ির চারপাশে উঁচু সুপারি ও নারিকেল গাছ লাগানো হয়, যেন বাজ পড়লে সেখানেই পড়ে, বাড়ি রক্ষা পায়। শিক্ষক কিছু শিক্ষার্থীদের ব্যবহার করে কাল্পনিক নিরাপদ আশ্রয়, গাছ, বৈদ্যুতিক তারের খুঁটি, টাওয়ার ইত্যাদি বানাবেন। শ্রেণিকক্ষের একপ্রান্তে পুকুর/নদী/জলাশয় কল্পনা করে শিশুরা সাঁতার কাটছে/জেলেরা মাছ ধরছে এমন দৃশ্যপটও বানাবেন। তবে অবশ্যই শিক্ষার্থীদের দৃশ্যপটগুলো ভালোভাবে বুঝিয়ে দেবেন। এবার বাকি শিক্ষার্থীদের বজ্রপাতে বাইরে থাকলে করণীয়গুলো মেনে অভিনয় করতে বলবেন এবং নিজে জোরে জোরে বজ্রপাতের শব্দ করবেন।

ধাপ-৩ : অনুশীলন পরবর্তী কার্যক্রম

মহড়া চলাকালীন শিক্ষক নিজে কোনো নির্দেশনা দেবেন না। তবে শেষ হয়ে যাওয়ার পর শিক্ষার্থীরা কোন করণীয়টি ভালোভাবে পালন করতে পেরেছে, কোনটি পারেনি এবং সেক্ষেত্রে কী করা উচিত ছিল তা নিয়ে আলোচনা করবেন।

ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকদের কাছ থেকে ড্রিল সম্পর্কে মতামত বা ফিডব্যাক নেয়া

১. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে থেকে কয়েকজনকে ড্রিল সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা/অনুভূতি জানাতে উৎসাহ দেবেন।

২. ড্রিলের মৌখিক নির্দেশনা এবং ছায়া অনুশীলনের মধ্যে কোনও পার্থক্য ছিল কি না তা জানবেন।

৩. কোনও ভুল/তারতম্য হলে শিক্ষকবৃন্দ তা সংশোধন করে দেবেন।

৪. শিক্ষকবৃন্দ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে এই অনুশীলনে অংশ নেওয়ার জন্য ধন্যবাদ জানাবেন এবং পরবর্তী অনুশীলনে আরও ভালোভাবে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহ দেবেন।

প্রধান শিক্ষক এবং স্কুল পরিচালনা কমিটির মূল্যায়ন ও পর্যালোচনা

১. প্রধান শিক্ষক এবং অন্যান্য শিক্ষকেরা এই অনুশীলন কার্যক্রম মূল্যায়ন করে এ সংক্রান্ত একটি প্রতিবেদন তৈরি করবেন।

২. এসএমসি/পিটিএ বা স্লিপের সভায় প্রধান শিক্ষক ঐ প্রতিবেদন উপস্থাপন করবেন এবং ভবিষ্যতে কীভাবে আরও ভালো করা যায় সে সম্পর্কে তাদের পরামর্শ ও মতামত গ্রহণ করবেন।

৩. এই ছায়া অনুশীলন যেন ত্রৈমাসিক ভিত্তিতে অনুষ্ঠিত হয়, প্রধান শিক্ষক সেটি নিশ্চিত করবেন।

পরিশিষ্ট

বজ্রপাতে মৃত্যুর সংখ্যা বাড়ার কারণ

একসময় বেশিরভাগ এলাকায় বড় বড় গাছ ছিল। তাল, নারকেল, বটসহ নানা ধরনের বড় গাছ বজ্রপাতের আঘাত নিজের শরীরে নিয়ে নিত। ফলে মানুষ বেঁচে যেত। এখন গাছপালা অনেক কমে গেছে। এছাড়া দেশের বেশিরভাগ মানুষের কাছে এখন মুঠোফোন রয়েছে এবং অধিকাংশ এলাকায় মুঠোফোন ও বৈদ্যুতিক টাওয়ার রয়েছে। দেশের কৃষিতেও যন্ত্রের ব্যবহার বেড়েছে। এই সবকিছু বজ্রপাতে মৃত্যুর সংখ্যা বাড়ার কারণ।

বজ্রপাত সতর্কতা : পোস্টার/দেয়াল পত্রিকা

শিক্ষার্থীরা যেন বজ্রপাত এবং এর জন্য প্রয়োজনীয় সতর্কতা সম্পর্কে জেনে বিদ্যালয়ের বাইরের জীবনেও সেগুলোর প্রয়োগ ঘটাতে পারে এবং তাদের পরিবার ও প্রতিবেশীদের সহায়তা করতে পারে, তাই তাদের নিচের বিষয়গুলো জানা থাকা দরকার। নিচের 'বজ্রপাত সতর্কতা' লেখাগুলো পোস্টার বা দেয়াল পত্রিকা হিসেবে বিদ্যালয়ের দৃশ্যমান স্থানে প্রদর্শনের ব্যবস্থা করলে সেখান থেকে শিক্ষার্থীরা সহজেই পড়তে পারবে।

১. দালান বা পাকা ভবনের নিচে আশ্রয় নেয়া

ঘন ঘন বজ্রপাত হতে থাকলে কোনো অবস্থাতেই খোলা বা উঁচু স্থানে থাকা যাবে না। সবচেয়ে ভালো হয় কোনো একটি পাকা দালানের নিচে আশ্রয় নিতে পারলে। না হলে উপরে ছাদ আছে এমন কোনো জায়গায় আশ্রয় নিতে হবে। তবে সম্ভব হলে টিনের ছাউনি এড়িয়ে যেতে হবে।

২. উঁচু গাছপালা ও বৈদ্যুতিক লাইন থেকে দূরে থাকা

কোথাও বজ্রপাত হলে উঁচু গাছপালা বা বিদ্যুতের খুঁটিতে বজ্রপাতের সম্ভাবনা বেশি থাকে। তাই এসব স্থানে আশ্রয় নেয়া যাবে না। এসব জিনিস থেকে নিরাপদ দূরত্বে সরে যেতে হবে। ছেঁড়া বৈদ্যুতিক তার থেকে দূরে থাকতে হবে।

৩. জানালা ও দরজা থেকে দূরে থাকা

বজ্রপাতের সময় বাড়িতে থাকলে খোলা দরজা ও জানালার কাছাকাছি থাকা যাবে না। দরজা-জানালা বন্ধ রাখতে হবে এবং নিরাপদ সময় পর্যন্ত ঘরের ভেতর অবস্থান নিতে হবে।

৪. ধাতব বস্তু স্পর্শ না করা

বজ্রপাত ও ঝড়ের সময় বাড়ির ধাতব কল, সিঁড়ির রেলিং, পাইপ ইত্যাদি স্পর্শ করা যাবে না। এমনকি ল্যান্ড লাইন টেলিফোনও স্পর্শ করা যাবে না। বজ্রপাতের সময় এগুলো স্পর্শ করেও বহু মানুষ আহত হয়।

৫. বিদ্যুৎচালিত যন্ত্র থেকে সাবধান থাকা

বজ্রপাতের সময় বৈদ্যুতিক সংযোগযুক্ত সব যন্ত্রপাতি স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকতে হবে। টিভি, ফ্রিজ ইত্যাদি বন্ধ থাকা অবস্থায়ও স্পর্শ করা যাবে না। বজ্রপাতের আভাস পেলে আগেই এগুলোর প্লাগ খুলে সম্পূর্ণ বিচ্ছিন্ন করতে হবে। অব্যবহৃত যন্ত্রপাতির প্লাগ আগেই খুলে রাখা নিরাপদ। এসময়ে মোবাইল ফোনে কথা বলা এড়িয়ে চলতে হবে।

৬. গাড়ির ভেতর থাকলে করণীয়

বজ্রপাতের সময় রাস্তায় গাড়িতে থাকলে যত দ্রুত সম্ভব বাড়িতে ফেরার চেষ্টা করতে হবে। যদি প্রচণ্ড বজ্রপাত ও বৃষ্টির সম্মুখীন হয় তবে গাড়ি কোনো গাড়িবারান্দা বা পাকা ছাউনির নিচে নিয়ে যাবার চেষ্টা করতে হবে। গাড়ির ভেতরের ধাতব বস্তু স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকতে হবে। এ সময় গাড়ির কাচে হাত দেয়া বিপজ্জনক হতে পারে। খেয়াল রাখতে হবে গাড়ির ধাতব অংশের সাথে যেন শরীরের কোনো সংযোগ না থাকে।

৭. খোলা ও উঁচু জায়গা থেকে সাবধান থাকা

উঁচু জায়গায় যদি কেউ সবচেয়ে উপরের অংশে থাকে তাহলে তার মাথাতেই বজ্রপাত হওয়ার আশঙ্কা সবচেয়ে বেশি। এমন কোনও স্থানে থাকা যাবে না। বাড়ির ছাদ কিংবা উঁচু কোনো স্থানে থাকলে দ্রুত সেখান থেকে নেমে যেতে হবে। বারান্দায় অবস্থান করা যাবে না। বজ্রপাতের সময় বড় মাঠে, খোলা জায়গায় অথবা ফসলের মাঠে কাজ করা অবস্থায় আশ্রয়ের জায়গা না থাকলে তাড়াতাড়ি যতটা সম্ভব নিচু হয়ে গুটিশুটি মেরে বসে পড়তে হবে, তবে মাটিতে শোয়া যাবে না।

৮. পানি থেকে দূরে থাকা

বজ্রপাতের সময় যদি কেউ পুকুর/নদী বা জলাশয়ে সাঁতার কাটে বা জলাবদ্ধ স্থানে থাকে তাহলে সেখান থেকে সরে যেতে হবে। পানি খুব ভালো বিদ্যুৎ পরিবাহী। ফলে প্রতি বছর প্রচুর মানুষ নৌকায় বা মাছ ধরার সময় বজ্রপাতে নিহত হয়। বজ্রপাতের সময় নৌকায় অবস্থান করলে নিচু হয়ে নৌকার পাটাতনে যথাসাধ্য কম স্পর্শ রেখে নৌকার ছৈয়ের নিচে অবস্থান নিতে হবে।

৯. পরস্পর দূরে থাকা

কয়েকজন মিলে খোলা কোনো স্থানে থাকাকালীন যদি বজ্রপাত শুরু হয় তাহলে প্রত্যেকে ৫০ থেকে ১০০ ফুট দূরে সরে যেতে হবে। কোনও বাড়িতে যদি পর্যাপ্ত নিরাপত্তামূলক ব্যবস্থা না থাকে তাহলে সবাই এক কক্ষে না থেকে আলাদা আলাদা কক্ষে অবস্থান নেয়া ভালো।

১০. নিচু হয়ে বসা

যদি বজ্রপাত হওয়ার উপক্রম হয় তাহলে কানে আঙুল দিয়ে চোখ বন্ধ করে নিচু হয়ে বসে পড়তে হবে। কিন্তু মাটিয়ে শুয়ে পড়া যাবে না। মাটিতে শুয়ে পড়লে বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হওয়ার সম্ভাবনা বাড়বে।

১১. রাবারের বুট পরা

বজ্রপাতের সময় চামড়ার ভেজা জুতা বা খালি পায়ে থাকা খুবই বিপজ্জনক। এ সময় বিদ্যুৎ অপরিবাহী রাবারের জুতা সবচেয়ে নিরাপদ।

১২. বাড়ি সুরক্ষিত করা

বাড়িকে বজ্রপাত থেকে নিরাপদ রাখতে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে হবে। এজন্য বাড়িতে আর্থিং সংযুক্ত রড/ বজ্রনিরোধক দণ্ড স্থাপন করতে হবে। তবে এক্ষেত্রে দক্ষ ইঞ্জিনিয়ারের পরামর্শ নিতে হবে। ভুলভাবে স্থাপিত রড বজ্রপাতের সম্ভাবনা বাড়িয়ে দিতে পারে।

সড়ক দুর্ঘটনা

সড়ক দুর্ঘটনা (Road Accident)

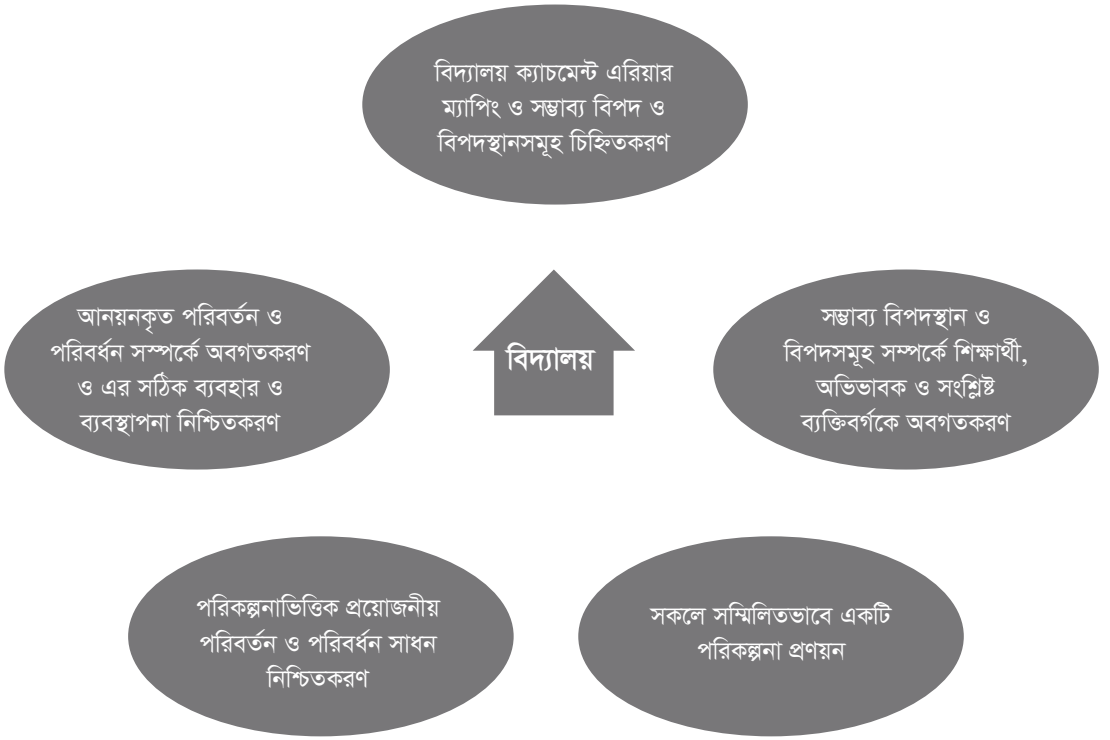
বাংলাদেশে যেসব কারণে শিশু মৃত্যুর ঘটনা ঘটে তার মধ্যে বিভিন্ন রকম দুর্ঘটনাজনিত মৃত্যুর সংখ্যা সব থেকে বেশি। দুর্ঘটনা বিভিন্ন রকম হতে পারে তার মধ্যে আমাদের দেশের জন্য সড়ক দুর্ঘটনা একটি অতি জরুরি বিষয়। আর এ বিষয়ে অভিভাবকদের পাশাপাশি বিদ্যালয়গুলোর সচেতন হওয়াসহ প্রয়োজনীয় কর্মসূচি হাতে নেয়া প্রয়োজন যেন জীবনের শুরুতেই কোনও শিশুকে অকালে প্রাণ হারাতে বা সারা জীবনের জন্য কোনও ক্ষতির সম্মুখীন না হতে হয়।

সড়ক দুর্ঘটনা কী?

সড়ক দুর্ঘটনা হলো একটি অপরিকল্পিত, অনিচ্ছাকৃত ও অপ্রত্যাশিত ঘটনা, যেখানে সড়কে কমপক্ষে একটি চলমান যান ও একজন ব্যক্তি সম্পৃক্ত থাকেন এবং এর ফলশ্রুতিতে ব্যক্তি আঘাতপ্রাপ্ত হয়ে সাময়িক বা স্থায়ী কোনও ক্ষতির সম্মুখীন হন।

সড়ক দুর্ঘটনা প্রতিরোধে বিদ্যালয়ের প্রস্তুতি

বিদ্যালয়ের জন্য এককভাবে এতবড় একটি সমস্যাকে মোকাবিলা করে কোনও কার্যকর সমাধান করা অনেক কঠিন, অনেক ক্ষেত্রে অসম্ভব। এজন্য প্রয়োজন অভিভাবক, শিক্ষার্থী ও কমিউনিটির সমন্বিত উদ্যোগ। তবে, বিদ্যালয় অগ্রণী ভূমিকা পালনের মাধ্যমে নিম্নোক্ত ধাপে সড়ক দুর্ঘটনা কমাতে ও প্রতিরোধে কাজ করতে পারে।



১. বিদ্যালয় ক্যাচমেন্ট এরিয়ার ম্যাপিং ও সম্ভাব্য বিপদ, বিপদস্থানসমূহ চিহ্নিতকরণ

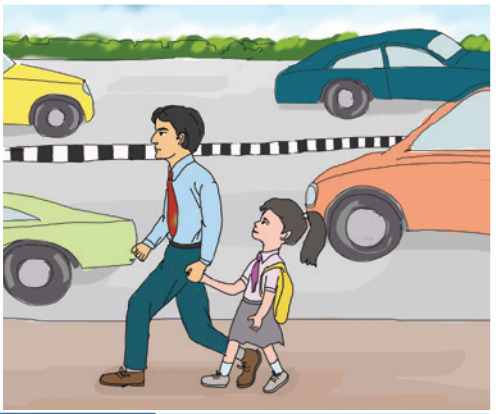
- বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থী, শিক্ষক, অভিভাবক ও সিএমসি মিলে একটি সভার মাধ্যমে বিদ্যালয়ে আগত শিক্ষার্থীদের বাড়ি ও বিদ্যালয়ের অবস্থানের ভিত্তিতে সড়কের কোন কোন স্থানগুলো সড়ক দুর্ঘটনাপ্রবণ তা নির্ধারণ করতে হবে, প্রয়োজনে অতিঝুঁকি, মাঝারি ঝুঁকি ও কম ঝুঁকিপ্রবণ হিসেবে স্থানগুলোকে শ্রেণিকরণ করা যেতে পারে।
- বছরের কোনও বিশেষ সময়ে যদি সড়ক দুর্ঘটনা বৃদ্ধি পায় বা কোনও বিশেষ স্থান দুর্ঘটনাপ্রবণ হয়ে ওঠে, তাহলে তা চিহ্নিত করতে হবে। যেমন- বর্ষাকালে জলাবদ্ধতার কারণে কোনও স্থানে দুর্ঘটনার পরিমাণ বেড়ে যেতে পারে, শীতকালে কুয়াশার জন্য সড়কের মোড় বা মহাসড়কে দুর্ঘটনার সংখ্যা বৃদ্ধি পেতে পারে।

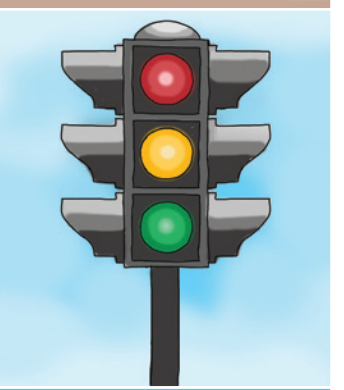
২. সম্ভাব্য বিপদস্থান ও বিপদসমূহ সম্পর্কে শিক্ষার্থী, অভিভাবক ও সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গকে অবগতকরণ

বিদ্যালয়ের বার্ষিক যেসব অনুষ্ঠান যেমন- বার্ষিক ক্রীড়া অনুষ্ঠান, বার্ষিক সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান, অভিভাবক সভা বা অন্যান্য সচেতনতামূলক অনুষ্ঠানে সড়ক দুর্ঘটনার সম্ভাব্যতা, বিপদস্থান ও বিপদসমূহ সম্পর্কে শিক্ষার্থী, অভিভাবক ও সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গকে অবগত করতে পারেন। শুধুমাত্র সড়ক দুর্ঘটনাকে মাথায় রেখে কোনও বিশেষ সচেতনতা কর্মসূচি হাতে নিতে পারেন ও প্রয়োজনীয় তথ্য সরবরাহ করতে পারেন। প্রয়োজনীয় তথ্যসমূহ :

শিক্ষার্থীদের জন্য

- রাস্তায় চলাচলের সময় হাঁটার জন্য নির্ধারিত স্থান, লেন বা ফুটপাত ধরে হাঁটতে হবে। তা না থাকলে রাস্তার বাম পাশ ঘেঁষে হাঁটতে হবে।
- বিদ্যালয়ে আসার জন্য সাইকেল বা অন্য কোনও বাহন ব্যবহার করলে তা সঠিকভাবে চালনা শিখে তারপরে রাস্তায় চালাতে হবে এবং হেলমেট ব্যবহার করতে হবে।
- ট্রাফিক সিগন্যাল সঠিকভাবে জানতে ও মানতে হবে। যেমন- লাল বাতি জ্বললে থামতে হবে, হলুদ বাতি জ্বললে চলার/থামার প্রস্তুতি নিতে হবে এবং সবুজ বাতি জ্বললে চলা শুরু করতে হবে।
- রাস্তা পারাপারের জন্য সবসময় জেব্রা ক্রসিং দেখে পার হতে হবে, তা না থাকলে প্রথমে ডানে-বামে তাকিয়ে পারাপারের জন্য নিরাপদ মনে হলে তবে পার হতে হবে। প্রয়োজনে দলে বা বড়দের/ট্রাফিক পুলিশের সহায়তা নিয়ে রাস্তা পার হতে হবে।
- হঠাৎ করে দৌড় দিয়ে বা ডানে-বামে না তাকিয়ে কোনোভাবেই রাস্তা পার হওয়া যাবে না।





অভিভাবকগণের জন্য

- অভিভাবকগণ সবসময় তার সন্তান কোন পথে বিদ্যালয়ে যায় তা নিজে পরখ করে দেখবেন এবং সড়ক দুর্ঘটনার সম্ভাবনা সব থেকে কম এরকম পথ ব্যবহারের নির্দেশনা দেবেন।
- সম্ভব হলে নিজে সাথে করে ঝুঁকিপূর্ণ স্থানগুলো পার করে দেওয়ার চেষ্টা করবেন, বিশেষ করে ছোট ক্লাসের শিক্ষার্থীদের। তা সম্ভব না হলে একই পথের যাত্রী এমন একজন বড় ক্লাসের শিক্ষার্থীদের সাথে দলবেঁধে দেবেন।
- সন্তানদের সবসময় নিজের বাড়ির ঠিকানা, ফোন নাম্বার মুখস্থ রাখতে আগ্রহী করে তুলবেন। ছোট ক্লাসের শিক্ষার্থীদের বিদ্যালয় ব্যাগে বাড়ির ঠিকানা ও ফোন নাম্বার লিখে বা কাগজে লিখে রাখবেন।

সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গ

- শিক্ষার্থীদের বাড়ি থেকে বিদ্যালয়ে আসার পথে যেসব ঝুঁকিপূর্ণ স্থান আছে তা সম্পর্কে শিক্ষা অফিস, পুলিশ স্টেশন, ইউনিয়ন অফিস-সহ সকল প্রশাসনিক কর্মকর্তাদের অবগত রাখতে হবে এবং সকলে যেন স্ব-স্ব দায়িত্ব পালন করে সে বিষয়টি নিশ্চিত করতে হবে।
- দুর্ঘটনার বিশেষ সময়গুলোতে অভিভাবক ও শিক্ষার্থীদের সচেতনতার জন্য বিশেষ কর্মসূচি যেমন- মাইকিং, পোস্টারিং বা অন্য কোনও সচেতনতাভিত্তিক উদ্যোগ গ্রহণ করতে হবে।

৩. সকলে সম্মিলিতভাবে একটি পরিকল্পনা প্রণয়ন

বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থী, শিক্ষক, অভিভাবক, সিএমসি ও স্থানীয় প্রশাসনিক কর্মকর্তাগণ মিলে একটি সভার মাধ্যমে সড়ক দুর্ঘটনা প্রতিরোধে একটি সম্মিলিত পরিকল্পনা করবেন। পরিকল্পনায় থাকতে পারে -

- যেসব রাস্তা দিয়ে শিক্ষার্থীরা চলাচল করতে গিয়ে দুর্ঘটনার শিকার বেশি হয়, সেসব রাস্তায় ঝুঁকি কমানোর জন্য কমিউনিটি ভলান্টিয়ারের ব্যবস্থা করা যেতে পারে, যারা বিদ্যালয় শুরু ও ছুটির সময়গুলোতে ঝুঁকিপূর্ণ স্থানে দাঁড়িয়ে শিক্ষার্থীদের রাস্তা পারাপারে সহায়তা করবেন।
- রাস্তায় শিক্ষার্থী ও চালকদের সচেতনতার জন্য বাড়তি নির্দেশনা সম্বলিত সাইনবোর্ড/সাংকেতিক চিহ্ন সম্বলিত বোর্ড স্থাপন করা যেতে পারে। বিদ্যালয়ের সামনে বা ঝুঁকিপূর্ণ মোড়ের সামনে স্পিডব্রেকার স্থাপন করা যেতে পারে।
- বর্ষাকালে রাস্তাঘাট ভেঙে গেলে বা গর্তের সৃষ্টি হলে তা দ্রুত মেরামতের ব্যবস্থা করতে হবে।
- অধিক কুয়াশায় যেসব স্থানে দুর্ঘটনার পরিমাণ বেড়ে যায়, সেসব স্থানে বাড়তি আলোর ব্যবস্থা করা যেতে পারে।

৪. পরিকল্পনাভিত্তিক প্রয়োজনীয় পরিবর্তন ও পরিবর্ধনসাধন নিশ্চিতকরণ

পরিকল্পনায় গৃহীত সিদ্ধান্তসমূহ নির্দিষ্ট সময়ে বাস্তবায়নের জন্য স্ব-স্ব প্রতিষ্ঠানকে উদ্যোগ গ্রহণ করতে হবে এবং সব কাজ যেন সঠিক সময়ে সঠিকভাবে সম্পন্ন হয়, সে বিষয়ে বিদ্যালয়কে সার্বক্ষণিক যোগাযোগ ও ফলোআপ করতে হবে।

৫. আনয়নকৃত পরিবর্তন ও পরিবর্ধন সম্পর্কে অবগতকরণ ও এর সঠিক ব্যবহার ও ব্যবস্থাপনা নিশ্চিতকরণ

বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থীদের সড়ক দুর্ঘটনা থেকে রক্ষায় যেসব পদক্ষেপ নেয়া হয়েছে বা নির্দেশনা তৈরি হয়েছে, সে বিষয়ে শিক্ষার্থী ও অভিভাবকদের বছরব্যাপি বিভিন্ন অনুষ্ঠান ও কর্মসূচির মাধ্যমে অবগত করতে হবে। মনে রাখতে হবে, সড়ক দুর্ঘটনা বছরের কোনও নির্দিষ্ট সময় বা মাসে হয় না, কাজেই এ ব্যাপারে বছরব্যাপি একটি সচেতনতার ব্যবস্থা থাকতে হবে। এটি জরুরি নয় যে, এর জন্য আলাদা করে কোনও অনুষ্ঠানের ব্যবস্থা করতে হবে, বরং বিভিন্ন অনুষ্ঠানের ফাঁকে ফাঁকে (বার্ষিক অনুষ্ঠান, অভিভাবক সভা, ক্যাম্পেইন ইত্যাদি) এসব সচেতনতামূলক তথ্য সরবরাহ করা যেতে পারে।

সড়ক দুর্ঘটনা প্রতিরোধে বিদ্যালয়ের বিশেষভাবে করণীয়সমূহ

- বিদ্যালয়ের শিক্ষকগণের ফার্স্ট এইড বক্স ব্যবহারের প্রশিক্ষণ থাকতে হবে এবং তারা নিজ নিজ শ্রেণির শিক্ষার্থীদের কেউ সড়ক দুর্ঘটনায় পতিত হলে কীভাবে/কোথা থেকে তা গ্রহণ করতে হয়, তার উপর প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণ দেবেন। প্রয়োজনে তা বিদ্যালয়ের বার্ষিক রুটিনের অন্তর্ভুক্ত করা যেতে পারে।
- যেসব বিদ্যালয়ের সামর্থ্য আছে তারা বিদ্যালয় পরিবহণের ব্যবস্থা করতে পারে, বিশেষ করে যারা বিপজ্জনক রাস্তা দিয়ে চলাচল/যাতায়াত করতে বাধ্য হয়।
- সময়ের সাথে মিল রেখে দৈনন্দিন সমাবেশের সময় বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থীদের উদ্দেশ্যে দুর্ঘটনা সম্পর্কিত সচেতনতা বিষয়ক বার্তাসমূহ আলোচনা করা যেতে পারে।
- সড়ক দুর্ঘটনা প্রতিরোধে প্রয়োজনীয় সচেতনতামূলক কার্যক্রম হাতে নেবেন।
- সকল শিক্ষার্থী যেন সড়কের ট্রাফিক সিগন্যাল জানে ও মেনে চলে এ জন্য শ্রেণি কার্যক্রমের বাইরেও বিশেষ ড্রিল বা প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করবেন।
- বিদ্যালয়ে কোনও প্রতিবন্ধিতাসম্পন্ন শিক্ষার্থী থাকলে তার জন্য বিশেষ সুরক্ষা ব্যবস্থা নিতে হবে। প্রতিবন্ধী শিক্ষার্থীদেরকে বিদ্যালয় ও বাড়ি-বিদ্যালয়ের সংযোগ পথের উপর বিশেষ মবিলিটি/চলাচলের প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করতে হবে।
- সড়ক দুর্ঘটনায় কেউ পতিত হলে কীভাবে তাকে উদ্ধার করে প্রাথমিক ব্যবস্থা প্রদানপূর্বক ডাক্তারের কাছে নিতে হবে, সে বিষয়ে বছরে একবার ড্রিল সেশনের ব্যবস্থা করতে হবে।

শিক্ষার্থী কোনও সড়ক দুর্ঘটনায় পতিত হলে করণীয়

- বিদ্যালয়ের কোনও শিক্ষার্থী বিদ্যালয়ের বাইরে কোনও সড়ক দুর্ঘটনায় পতিত হলে বিদ্যালয়ের কোনও একজন বা নির্ধারিত কোনও শিক্ষক সাথে সাথে স্পটে চলে যাবেন এবং দুর্ঘটনা কবলিত শিক্ষার্থীকে উদ্ধার করবেন।
- শিক্ষার্থীর আঘাতের গুরুত্ব বিবেচনা করে তাকে বিদ্যালয়ে/বাড়িতে/হাসপাতালে নিয়ে যাবেন।
- শিক্ষার্থীর দুর্ঘটনা অভিভাবককে অবগত করবেন এবং তাদের মতামতের ভিত্তিতে জরুরি কোনও করণীয় থাকলে তা করবেন।
- শিক্ষার্থীকে যদি বিদ্যালয়ে আনা হয় তাহলে দ্রুত ফার্স্ট এইডের ব্যবস্থা করবেন।
- সর্বশেষে শিক্ষার্থীকে তার কোনো লিগ্যাল অভিভাবকের কাছে হস্তান্তর না করা পর্যন্ত বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ শিক্ষার্থীকে এককভাবে কোথাও ছাড়বেন না।

শিক্ষার্থীর সড়ক দুর্ঘটনায় পতিত হওয়ার পরবর্তী সময়ে বিদ্যালয়ের করণীয়সমূহ

- শিক্ষার্থীর অভিভাবকের সাথে বিদ্যালয় সার্বক্ষণিক যোগাযোগ রক্ষা করবেন।
- শিক্ষার্থীকে যদি দীর্ঘকালীন ছুটিতে থাকতে হয়, তাহলে তার পড়াশোনা যেন আটকে না থাকে, সে ব্যাপারে অভিভাবককে সচেতন করবেন, প্রয়োজনে কোনও শিক্ষার্থীর সাথে যুক্ত করে দেবেন, যে তাকে বিদ্যালয়ে পড়াশোনার অগ্রগতির ব্যাপারে অবগত রাখবে।

স্কুলে ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন

ধাপ ১ : অনুশীলনের আগে যা করতে হবে

১. প্রধান শিক্ষক বিদ্যালয়ের অন্যান্য শিক্ষকদেরকে পূর্বেই স্কুলে সড়ক দুর্ঘটনার ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের তারিখ এবং সময় জানিয়ে দেবেন।

২. অনুশীলন চলাকালে শ্রেণি শিক্ষকরা কীভাবে নেতৃত্ব দেবেন, সে সম্পর্কে প্রধান শিক্ষক তাদের ভালোভাবে নির্দেশনা দেবেন।

৩. শ্রেণিকক্ষ ক্যাপ্টেনদের/আগ্রহী কয়েকজন শিক্ষার্থীকে ড্রিলে সহায়তা করার জন্য প্রস্তুত রাখতে হবে।

৪. একইভাবে শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ প্রতি ক্লাসেই অনুশীলন চলাকালে ছাত্র-ছাত্রীদের যা করতে হবে, সে সম্পর্কে আগেই ভালোভাবে শিখিয়ে বা বুঝিয়ে দেবেন।

৫. প্রতিটি ক্লাসে এবং বিদ্যালয়ের অন্যান্য দৃশ্যমান স্থানে, সড়ক দুর্ঘটনা থেকে রক্ষা পেতে শিক্ষার্থীদের জন্য সচেতনতা বার্তা টাঙিয়ে রাখতে হবে, যেন তা সহজেই দেখা যায়।

৬. এই ধরনের ড্রিল অনুশীলনে এসএমসি এবং শিক্ষা কর্মকর্তাদের সম্পৃক্ত করা খুবই জরুরি।

ধাপ-২ : ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন চলাকালীন কার্যক্রম

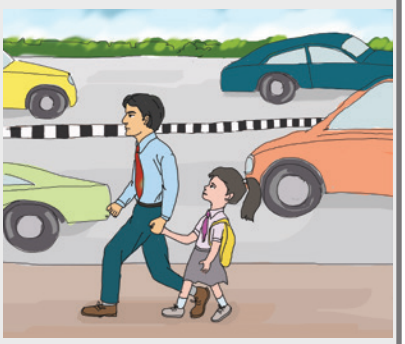
ঘোষণা এবং সংকেত

১. শিক্ষকরা নিজ নিজ ক্লাসে সড়ক দুর্ঘটনার ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন শুরু হতে যাচ্ছে তা ঘোষণা করবেন এবং সকলকে প্রস্তুত হতে বলবেন।

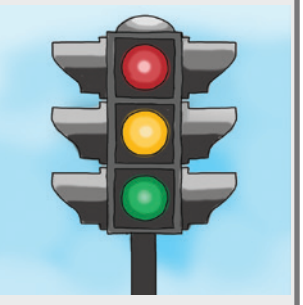
সড়কে চলাচল মহড়া

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষের ভেতরে সড়ক, সড়কের মোড়, সিগন্যাল ও বিভিন্ন ধরনের কাল্পনিক যানবাহনের অবস্থান নির্ধারণ করবেন। কিছু শিক্ষার্থীকে বিভিন্ন যানবাহনের ও এর ড্রাইভারের চরিত্রে অভিনয় করতে বলবেন। এরপর কিছু শিক্ষার্থীকে বলবেন সড়কে চলাচল করতে। শিক্ষার্থীরা সড়কে চলাচলের জন্য প্রয়োজনীয় নির্দেশনাগুলো মেনে অভিনয় করবে।

শিক্ষার্থীদের জন্য



- রাস্তায় চলাচলের সময় হাঁটার জন্য নির্ধারিত স্থান, লেন বা ফুটপাত ধরে হাঁটতে হবে। তা না থাকলে রাস্তার বাম পাশ ঘেঁষে হাঁটতে হবে।
- বিদ্যালয়ে আসার জন্য সাইকেল বা অন্য কোনও বাহন ব্যবহার করলে তা সঠিকভাবে চালনা শিখে তারপরে রাস্তায় চালাতে হবে এবং হেলমেট ব্যবহার করতে হবে।
- ট্রাফিক সিগন্যাল সঠিকভাবে জানতে ও মানতে হবে। যেমন, লাল বাতি জ্বললে থামতে হবে, হলুদ বাতি জ্বললে চলার/থামার প্রস্তুতি নিতে হবে এবং সবুজ বাতি জ্বললে চলা শুরু করতে হবে।
- রাস্তা পারাপারের জন্য সবসময় জেব্রা ক্রসিং দেখে পার হতে হবে, তা না থাকলে প্রথমে ডানে-বামে তাকিয়ে পারাপারের জন্য নিরাপদ মনে হলে তবে পার হতে হবে। প্রয়োজনে দলে বা বড়দের/ট্রাফিক পুলিশের সহায়তা নিয়ে রাস্তা পার হতে হবে।



- হঠাৎ করে দৌড় দিয়ে বা ডানে-বামে না তাকিয়ে কোনোভাবেই রাস্তা পার হওয়া যাবে না।
- বর্ষাকালে যেসব স্থানে পানি জমে বা রাস্তা ভেঙে দুর্ঘটনার সম্ভাবনা রয়েছে, সম্ভব হলে সে রাস্তা বা সেসব স্থান পরিহার করে অন্য কোনও রাস্তা ব্যবহার করা যেতে পারে, অন্যথায় চলাচলের সময় বিশেষ সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে।
- শীতকালে রাস্তায় চলাচলের সময় অধিক কুয়াশায় রাস্তার নিকটবর্তী জিনিসও সবসময় সঠিকভাবে চোখে পড়ে না বিধায় সতর্কতার সাথে কোনও দিক থেকে গাড়ির হর্ন আসছে কি না বা হেডলাইটের আলো আসছে কি না তা খেয়াল করতে হবে। কেননা এসময় বেশিরভাগ গাড়ি ধীরে চলে এবং তারা বেশি বেশি হর্ন বাজিয়ে ও গাড়ির হেডলাইট জ্বালিয়ে পথচারীদের সতর্ক করার চেষ্টা করে। **সড়কে নিজে বা অন্য কেউ কোনও দুর্ঘটনার শিকার হলে সাথে সাথে বিদ্যালয়ের কোনও শিক্ষককে, হেল্প লাইনে (৯৯৯), স্থানীয় হাসপাতালের নাম্বারে (---) যোগাযোগ করতে হবে।**

৩. সড়ক দুর্ঘটনায় কেউ পতিত হলে

যদি কোনও কারণে কোনও শিক্ষার্থী দুর্ঘটনার শিকার হয়ে থাকে, তাহলে সেসময় কী করতে হবে এর জন্য কয়েকজন শিক্ষার্থীকে নির্ধারণ করে দিয়ে বাকি শিক্ষার্থীদের পূর্বের মতো বিভিন্ন যানবাহনের ও এর ড্রাইভারের চরিত্রে অভিনয় করতে বলবেন। এবার একজন শিক্ষার্থী দুর্ঘটনা কবলিত হলে তাদের কী করতে হবে তা অভিনয়ের মাধ্যমে দেখাতে বলবেন। করণীয়সমূহ পূর্বেই শিক্ষর্থীদের অবগত করতে হবে।

ধাপ-৩ : অনুশীলন পরবর্তী কার্যক্রম

মহড়া চলাকালীন শিক্ষক নিজে কোনও নির্দেশনা দেবেন না। তবে শেষ হয়ে যাওয়ার পর শিক্ষার্থীরা কোন করণীয়টি ভালোভাবে পালন করতে পেরেছে, কোনটি পারেনি এবং সেক্ষেত্রে কী করা উচিত ছিল তা নিয়ে আলোচনা করবেন।

ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকদের কাছ থেকে ড্রিল সম্পর্কে মতামত বা ফিডব্যাক নেয়া

১. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে থেকে কয়েকজনকে ড্রিল সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা/অনুভূতি জানাতে উৎসাহ দেবেন।

২. ড্রিলের মৌখিক নির্দেশনা এবং ছায়া অনুশীলনের মধ্যে কোনও পার্থক্য ছিল কি না তা জানবেন।

৩. কোনও ভুল/তারতম্য হলে শিক্ষকবৃন্দ তা সংশোধন করে দেবেন।

৪. শিক্ষকবৃন্দ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে এই অনুশীলনে অংশ নেয়ার জন্য ধন্যবাদ জানাবেন এবং পরবর্তী অনুশীলনে আরও ভালোভাবে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহ দেবেন।

প্রধান শিক্ষক এবং স্কুল পরিচালনা কমিটির মূল্যায়ন ও পর্যালোচনা

১. প্রধান শিক্ষক এবং অন্যান্য শিক্ষকেরা এই অনুশীলন কার্যক্রম মূল্যায়ন করে এ সংক্রান্ত একটি প্রতিবেদন তৈরি করবেন।

২. এসএমসি/পিটিএ, স্লিপের সভায় প্রধান শিক্ষক ঐ প্রতিবেদন উপস্থাপন করবেন এবং ভবিষ্যতে কীভাবে আরও ভালো করা যায় সে সম্পর্কে তাদের পরামর্শ ও মতামত গ্রহণ করবেন।

৩. এই ছায়া অনুশীলন যেন কমপক্ষে বছরে দু'বার অনুষ্ঠিত হয় প্রধান শিক্ষক সেটি নিশ্চিত করবেন।

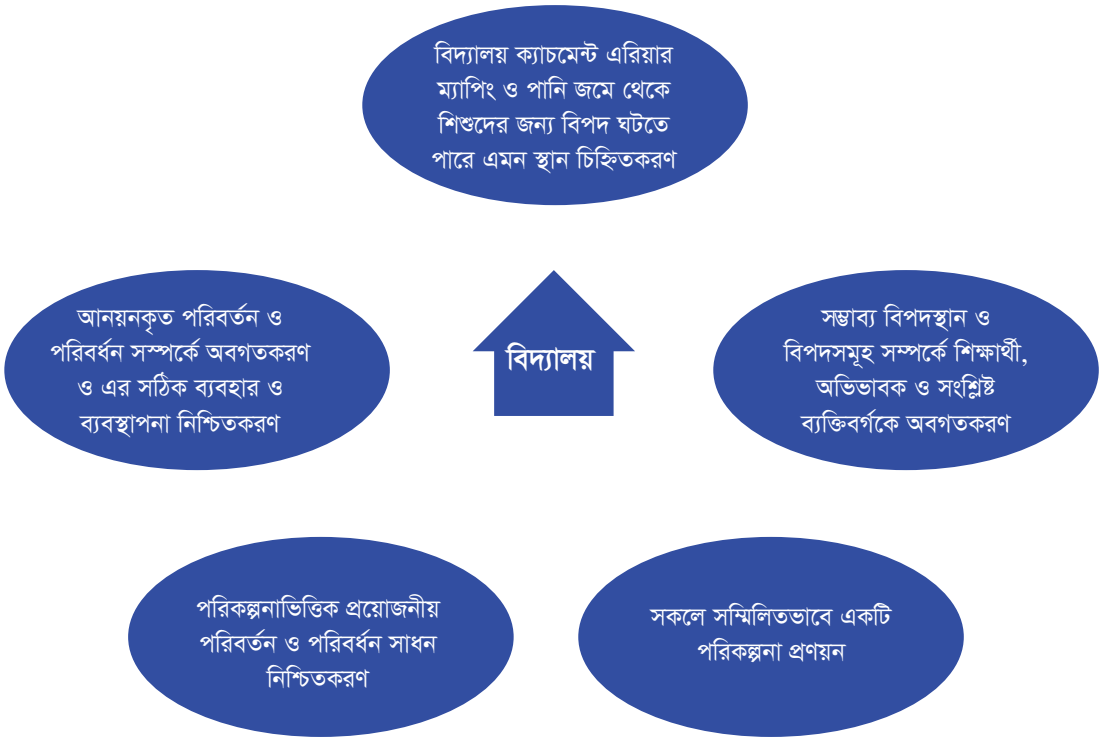
পানিতে ডুবে যাওয়া

পানিতে ডুবে যাওয়া (Drowning)

বাংলাদেশে যেসব কারণে শিশু মৃত্যুর ঘটনা ঘটে তার মধ্যে পানিতে ডুবে মৃত্যু দ্বিতীয় বৃহত্তম কারণ, বিশেষ করে ৩-৫ বছর বয়সের শিশুদের এ কারণে মৃত্যু হয় সব থেকে বেশি। কাজেই এ বিষয়ে অভিভাবকদের পাশাপাশি বিদ্যালয়গুলোর সচেতন হওয়া প্রয়োজন ও প্রয়োজনীয় কর্মসূচি হাতে নেয়া প্রয়োজন যেন জীবনের শুরুতেই কোনও শিশুকে অকালে প্রাণ হারাতে না হয়।

পানিতে ডুবে মৃত্যু বা দুর্ঘটনা প্রতিরোধে বিদ্যালয়ের প্রস্তুতি

বিদ্যালয়ের জন্য এককভাবে এতবড় একটি সমস্যাকে মোকাবিলা করে কোনও কার্যকর সমাধান করা অনেক কঠিন, অনেক ক্ষেত্রে অসম্ভব। এজন্য প্রয়োজন অভিভাবক, শিক্ষার্থী ও কমিউনিটির সমন্বিত উদ্যোগ। এক্ষেত্রে বিদ্যালয় অগ্রণী ভূমিকা পালনের মাধ্যমে নিম্নোক্ত ধাপে পানিতে ডুবে মৃত্যু বা দুর্ঘটনা কমাতে ও প্রতিরোধে কাজ করতে পারে।



১. বিদ্যালয় ক্যাচমেন্ট এরিয়ার ম্যাপিং ও পানি জমে থেকে শিশুদের জন্য বিপদ ঘটতে পারে এমন স্থান চিহ্নিতকরণ

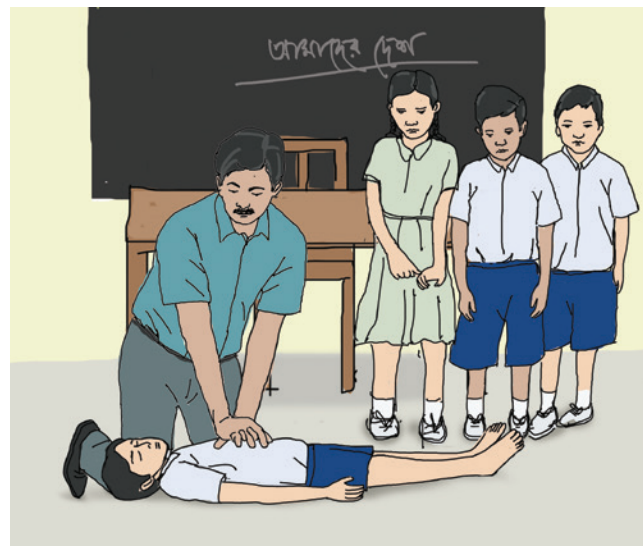
বাড়ি থেকে বিদ্যালয়ে আসা-যাওয়ার পথে যেসব জায়গায় পুকুর, ডোবা, জলাশয়, জলাধার ইত্যাদি পরে সেগুলো চিহ্নিত করতে হবে এবং কোনগুলো শিশুদের জন্য নিরাপদ এবং কোনগুলো শিশুদের জন্য নিরাপদ নয় তা চিহ্নিত করতে হবে।

২. সম্ভাব্য বিপদস্থান ও বিপদসমূহ সম্পর্কে শিক্ষার্থী, অভিভাবক ও সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গকে অবগতকরণ

বিদ্যালয়ের বার্ষিক যেসব অনুষ্ঠান যেমন, বার্ষিক ক্রীড়া, বার্ষিক সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান, অভিভাবক সভা বা অন্যান্য সচেতনতামূলক অনুষ্ঠানে পানিতে ডুবে মৃত্যু বা দুর্ঘটনার সম্ভাব্য বিপদস্থান ও বিপদসমূহ সম্পর্কে শিক্ষার্থী, অভিভাবক ও সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গকে অবগত করতে পারেন। শুধুমাত্র পানিতে ডুবে মৃত্যুকে মাথায় রেখে কোনও বিশেষ সচেতনতা কর্মসূচি হাতে নিতে পারেন ও প্রয়োজনীয় তথ্য সরবরাহ করতে পারেন। তবে বর্ষাকালে বা বন্যার সময় যখন এর প্রবণতা অনেক বেড়ে যায়, তখন এ ব্যাপারে বিশেষ সচেতনতামূলক কার্যক্রম হাতে নেয়া যেতে পারে। প্রয়োজনীয় তথ্যসমূহ :

শিক্ষার্থীদের জন্য

- শিক্ষার্থীরা যেন যখন-তখন একা একা পানিতে না নামে সে ব্যাপারে সতর্ক থাকতে হবে। পানিতে সাঁতার বা গোসল করতে নামলে দলে বা বাড়ির বড়দের অবগত করে যেন নামে।
- পানিতে নামলেও পানির গভীরতার/নদীর পানির স্রোতের টানের ব্যাপারে সতর্ক থাকতে হবে।
- পানিতে নামার সময় সাথে টিউব, গাড়ির টায়ার বা কমপক্ষে দুটো শুকনো নারকেল নিয়ে নামা জরুরি, তাহলে হঠাৎ পানিতে ডুবে যাওয়ার সম্ভাবনা হ্রাস পায়।
- পানির নিচে ধারালো, ধাতব বা গভীর আঘাতের সৃষ্টি করতে পারে এমন কিছু আছে কি না তা খেয়াল করতে হবে।
- পানির নিচে ময়লা বা অন্য কোনো ভারি বা ধাতব বস্তু রাখা আছে কি না তা না জেনে উপর থেকে ডাইভ দেয়া যাবে না, তাতে হঠাৎ মাথায় আঘাত পেয়ে মৃত্যুর মতো দুর্ঘটনা ঘটতে পারে।
- শিক্ষার্থীদের সাঁতার কাটা ও পানিতে নিরাপদে ভেসে থাকা সম্পর্কে শিখতে হবে।
- পানিতে কেউ ডুবে গেলে তাৎক্ষণিক উদ্ধার করে প্রাথমিক চিকিৎসা ব্যবস্থা সম্পর্কে জানতে হবে। তথ্যসমূহ-
  - শরীরে আঁটোসাঁটো কাপড় থাকলে তা খুলে দিতে হবে বা আলগা করে দিতে হবে।
  - শিশুর শ্বাস-প্রশ্বাস চলছে কি না বা কোনও নড়াচড়া আছে কি না তা পর্যবেক্ষণ করতে হবে।
  - শ্বাস-প্রশ্বাসের কোনও লক্ষণ না পেলে সিপিআর (Cardio Pulmonary Resuscitation) শুরু করতে হবে। অর্থাৎ শিশুকে চিৎ করে শুইয়ে ওর বুকে দু'হাত এক করে দ্রুত চাপ দিতে হবে (যেন ১/২-১ ইঞ্চি পরিমাণ দেবে যায়) এভাবে ২৫-৩০ বার চাপ দেয়ার পরেও কোনও নড়াচড়া না করলে মুখের সাথে মুখ ঠেকিয়ে শ্বাস-প্রশ্বাসে সহায়তা করতে হবে। এভাবে ২-৩ বার দেয়ার পরে আবার বুকে চাপ দিতে হবে আগের মতো। এভাবে ২-৩ বার করেও কোনও ফল না পেলে দ্রুত ডাক্তারের শরণাপন্ন হতে হবে।



- কেউ পানিতে ডুবে গেলে তাকে নিজে বা অন্যদের সহায়তায় উদ্ধার করতে হবে এবং প্রাথমিক চিকিৎসা দেয়াপূর্বক সাথে সাথে শিক্ষক, হেল্প লাইনে (৯৯৯), স্থানীয় হাসপাতালের নাম্বারে (---) যোগাযোগ করতে হবে। তবে উদ্ধারকারী নিজে সাঁতার না জানলে পানিতে না নেমে অন্য কাউকে ডেকে আনতে হবে যিনি উদ্ধার করতে পারবেন।

শিক্ষক/অভিভাবকগণের জন্য

- অভিভাবকগণ সবসময় তার সন্তান কোন পথে বিদ্যালয়ে যায় তা নিজে পরখ করে দেখবেন এবং পানিতে পড়ার বা ডুবে যাওয়ার সম্ভাবনা অছে এমন সব জায়গা চিহ্নিত করবেন। যে পথে এরকম ঝুঁকি কম সে পথ ব্যবহারের নির্দেশনা দেবেন।
- নিজেদের বাড়ির এবং বিদ্যালয়ের রাস্তায় পড়ে এমন সব জলাশয়ের চারপাশে কমিউনিটির মানুষের সহায়তায় বেড়া বা জাল বা নেট দিয়ে ঘিরে রাখার ব্যবস্থা করবেন।
- ছোট গর্ত, কুয়া, পানির ট্যাঙ্কি ইত্যাদি জায়গা ঢেকে/ঘিরে দেয়ার ব্যবস্থা করতে হবে।
- অভিভাবক সন্তানকে সাঁতার শেখানোর ব্যবস্থা করবেন।
- বাড়ির পুকুরে বা যেকোনও জলাধারে কলার গাছ, শুকনো নারকেল ইত্যাদি ফেলে রাখা যেতে পারে, যেন হঠাৎ কোনও শিশু পানিতে পড়ে গেলে এগুলোর সাহায্যে নিজেকে রক্ষা করতে পারে।
- যেসব শিক্ষার্থীরা নিজেরা নৌকায় করে বা নৌকা চালিয়ে বিদ্যালয়ে যাতায়াত করে, তারা যেন সঠিকভাবে তা চালনা করতে পারে। অথবা যার নৌকায় শিক্ষার্থীরা যাতায়াত করে তাকে সচেতন করতে হবে কীভাবে শিক্ষার্থীদের নিরাপদে উঠানামা করতে হয়।

৩. সকলে সম্মিলিতভাবে একটি পরিকল্পনা প্রণয়ন

বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থী, শিক্ষক, অভিভাবক, সিএমসি ও স্থানীয় প্রশাসনিক কর্মকর্তাগণ মিলে একটি সভার মাধ্যমে পানিতে ডুবে যাওয়া প্রতিরোধে একটি সম্মিলিত পরিকল্পনা করবেন। পরিকল্পনায় থাকতে পারে-

- বিদ্যালয়ে এবং এর চারপাশে যেসব জলাশয় আছে সেগুলো কীভাবে সারা বছর ঘিরে রাখা যায়।
- শিশুদের সকলে যেন সাঁতার শিখতে পারে তার ব্যবস্থা করা। প্রয়োজনে এলাকার সংগঠনগুলোকে এ ব্যাপারে কাজে লাগানো যেতে পারে।

৪. পরিকল্পনাভিত্তিক প্রয়োজনীয় পরিবর্তন ও পরিবর্ধন সাধন নিশ্চিতকরণ

পরিকল্পনায় গৃহীত সিদ্ধান্তসমূহ নির্দিষ্ট সময়ে বাস্তবায়নের জন্য স্ব-স্ব প্রতিষ্ঠানকে/ব্যক্তিকে উদ্যোগ গ্রহণ করতে হবে এবং সব কাজ যেন সঠিকসময়ে সঠিকভাবে সম্পন্ন হয় সে বিষয়ে বিদ্যালয়কে সার্বক্ষণিক যোগাযোগ ও ফলোআপ করতে হবে।

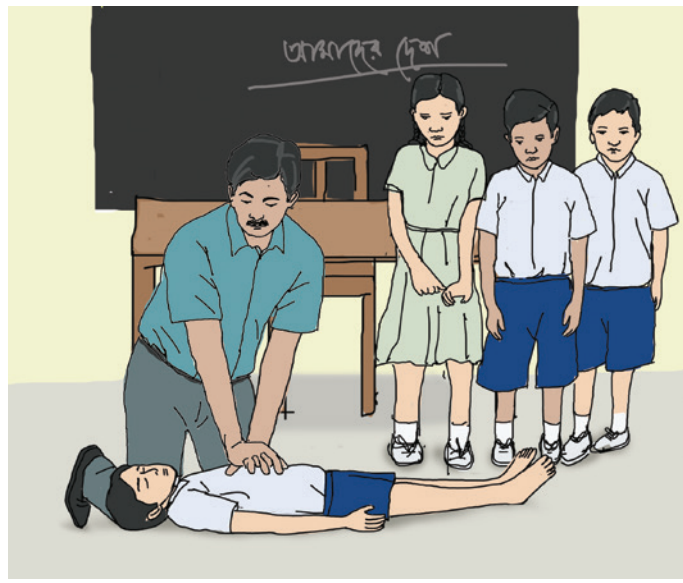
৫. আনয়নকৃত পরিবর্তন ও পরিবর্ধন সম্পর্কে অবগতকরণ ও এর সঠিক ব্যবহার ও ব্যপস্থাপনা নিশ্চিতকরণ

বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থীদের পনিতে ডুবে যাওয়া দুর্ঘটনা থেকে রক্ষায় যেসব পদক্ষেপ নেয়া হয়েছে বা নির্দেশনা তৈরি হয়েছে সে বিষয়ে শিক্ষার্থী ও অভিভাবকদের বছরব্যাপি বিভিন্ন অনুষ্ঠান ও কর্মসূচির মাধ্যমে তা অবগত করতে হবে। এটি জরুরি নয় যে, এর জন্য আলাদা করে কোনও অনুষ্ঠানের ব্যবস্থা করতে হবে, বরং বিভিন্ন অনুষ্ঠানের ফাঁকে ফাঁকে (বার্ষিক অনুষ্ঠান, অভিভাবক সভা, ক্যাম্পেইন ইত্যাদি) এসব সচেতনতামূলক তথ্য সরবরাহ করা যেতে পারে।

পানিতে ডুবে শিশু মৃত্যু প্রতিরোধে বিদ্যালয়ের পূর্বপ্রস্তুতি

- পুকুর/জলাশয়ের চারপাশের পরিবর্তে অন্য কোনও স্থানে শিক্ষার্থীদের খেলাধুলার ব্যবস্থা করতে হবে।
- বিদ্যালয়ের পুকুর/জলাশয়ের চারপাশ প্রাচীর, বেড়া বা নেট দিয়ে স্থায়ীভাবে ঘিরে রাখতে হবে।
- ছোট গর্ত, কুয়া, পানির ট্যাঙ্কি ইত্যাদি জায়গা ঢেকে/ঘিরে দিতে হবে।

- পানিতে কোনও শিশু পড়ে বা ডুবে গেলে তাকে উদ্ধারের জন্য প্রয়োজনীয় সরঞ্জামাদির ব্যবস্থা রাখতে হবে যেমন, লাইফ জ্যাকেট, টিউব, ফার্স্ট এইড বক্স ইত্যাদি।
- ৬ বছরের অধিক বয়সি শিক্ষার্থীদের সাঁতার শেখানোর জন্য বিশেষ ক্লাস বা প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করা যেতে পারে।
- সকল শিশু যেন পানি থেকে নিরাপদে থাকে তার জন্য পানি থেকে নিরাপদে থাকতে (Water Safety Skills) পারার মূল ৪টি দক্ষতা (পানিতে নামা, ভেসে থাকা, শ্বাস-প্রশ্বাস নেয়া, ভয় না পেয়ে সুস্থির থাকা) অর্জন করে তার জন্য প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করতে হবে।
- সকল শিক্ষকের সিপিআর (Cardio Pulmonary Resuscitation) বিষয়ে প্রশিক্ষণ থাকতে হবে এবং তারা যেন তাদের শ্রেণির শিক্ষার্থীদের এ বিষয়ে প্রশিক্ষণ দেয় তা নিশ্চিত করতে হবে। প্রয়োজনে তা বিদ্যালয়ের বার্ষিক রুটিনের অন্তর্ভুক্ত করা যেতে পারে।



- বিদ্যালয়ে কোনও প্রতিবন্ধিতা সম্পন্ন শিক্ষার্থী থাকলে তার জন্য বিশেষ সুরক্ষা ব্যবস্থা নিতে হবে। যদি কোনও দৃষ্টিপ্রতিবন্ধিতা সম্পন্ন শিক্ষার্থী থাকে তাহলে তার জন্য বিশেষ মবিলিটি/ চলাচলের প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করতে হবে যেন সে কখনও ভুল করে পানির দিকে না যায়। তবে তাদেরও সাঁতার শেখানোর জন্য বিশেষ ক্লাস বা প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করা যেতে পারে।

- কেউ পানিতে পড়ে গেলে কীভাবে ভেসে থাকতে হয় বা তাকে উদ্ধার করে প্রাথমিক ব্যবস্থা প্রদানপূর্বক ডাক্তারের কাছে নিতে হবে সে বিষয়ে বছরে দু'বার ড্রিল সেশনের ব্যবস্থা করতে হবে।

কোন শিক্ষার্থী পানিতে পড়ে গেলে

শিক্ষার্থীর করণীয়

- কোনও শিক্ষার্থী বিদ্যালয়ে থাকা অবস্থায় পানিতে পড়ে গেছে তা দেখা বা জানা মাত্র অন্য শিক্ষার্থীরা আশেপাশে থাকা বড় কোনও ব্যক্তি/বিদ্যালয়ের শিক্ষককে জানাবে।
- আশেপাশে কোনও কলাগাছ, লম্বা-শক্ত দড়ি, নারকেল, টায়ার বা টিউব জাতীয় কিছু, যা পানিতে ভেসে থাকে, পেলে তা পানিতে ছুঁড়ে দেবে যেন বিপদগ্রস্ত শিশু সেটিকে জড়িয়ে ধরে নিজেকে ভাসিয়ে রাখতে পারে।
- শিক্ষার্থী যদি নিজে সাঁতারে খুব দক্ষ হয় এবং বিপদগ্রস্ত শিক্ষার্থীর শারীরিক ওজন-বয়সের বিবেচনায় তাকে উদ্ধারে সমর্থ হয়, তবে সে নিজেও শিশুটিকে উদ্ধারের জন্য সরাসরি কাজ করতে পারে।

শিক্ষকের করণীয়

- কোনও শিক্ষার্থী বিদ্যালয়ে থাকা অবস্থায় পানিতে পড়ে গেছে শোনা মাত্র বিদ্যালয়ের শিক্ষকদের বা নির্ধারিত শিক্ষককে প্রয়োজনীয় সরঞ্জামাদি (লাইফ জ্যাকেট, দড়ি, টিউব ইত্যাদি) নিয়ে নির্ধারিত স্থানে যেতে হবে।
- শিশুকে পানি থেকে উদ্ধারের পরপর তাকে চিৎ করে মাটিতে শুইয়ে দিতে হবে এবং তার চারপাশে যেন খুব বেশি ভিড় করে লোকজন দাঁড়িয়ে না থাকে তার ব্যবস্থা করতে হবে এবং শিশুটির অবস্থা ভালোভাবে পর্যবেক্ষণ করতে হবে।
- শিশুটিকে প্রয়োজনে সিপিআর (Cardio Pulmonary Resuscitation) দেয়ার ব্যবস্থা করতে হবে।
- শিশুটিকে অনতিবিলম্বে একজন ডাক্তার দেখাতে হবে বা হাসপাতালে পাঠাতে হবে।
- শিশুর অভিভাবককে খবর দিয়ে তার অভিভাবকের সাথে বা বিদ্যালয়ের নিজস্ব ব্যবস্থাপনায় বাড়িতে পাঠাতে হবে।

দুর্ঘটনাগ্রস্থ শিক্ষার্থীর জন্য পরবর্তী সময়ে বিদ্যালয়ের করণীয়সমূহ

- শিক্ষার্থীর অভিভাবকের সাথে বিদ্যালয় সার্বক্ষণিক যোগাযোগ রক্ষা করবেন।
- শিক্ষার্থীকে যদি দীর্ঘকালীন ছুটিতে থাকতে হয় তাহলে তার পড়াশোনা যেন আটকে না থাকে সে ব্যাপারে অভিভাবককে সচেতন করবেন, প্রয়োজনে কোনও শিক্ষার্থীর সাথে যুক্ত করে দেবেন, যে তাকে বিদ্যালয়ে পড়াশোনার অগ্রগতির ব্যাপারে অবগত রাখবে।

বিদ্যালয়ে ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন

ধাপ ১ : অনুশীলনের আগে যা করতে হবে

১. প্রধান শিক্ষক বিদ্যালয়ের অন্যান্য শিক্ষকদেরকে পূর্বেই বিদ্যালয়ে ‘পানিতে ডুবে যাওয়া’ দুর্ঘটনার ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের তারিখ এবং সময় জানিয়ে দেবেন।

২. অনুশীলন চলাকালে শ্রেণি শিক্ষকরা কীভাবে নেতৃত্ব দেবেন সে সম্পর্কে প্রধান শিক্ষক তাদের ভালোভাবে নির্দেশনা দেবেন।

৩. শ্রেণিকক্ষ ক্যাপ্টেনদের/আগ্রহী কয়েকজন শিক্ষার্থীকে ড্রিলে সহায়তা করার জন্য প্রস্তুত রাখতে হবে।

৪. একইভাবে শ্রেণি শিক্ষকবৃন্দ প্রতি ক্লাসেই অনুশীলন চলাকালে ছাত্র-ছাত্রীদের যা করতে হবে, সে সম্পর্কে আগেই ভালোভাবে শিখিয়ে বা বুঝিয়ে দেবেন।

৫. প্রতিটি ক্লাসে এবং বিদ্যালয়ের অন্যান্য দৃশ্যমান স্থানে, পানিতে ডুবে দুর্ঘটনার হাত থেকে রক্ষা পেতে শিক্ষার্থীদের জন্য সচেতনতা বার্তা টাঙিয়ে রাখতে হবে, যেন তা সহজেই দেখা যায়।

৬. এই ধরনের ড্রিল অনুশীলনে এসএমসি এবং শিক্ষা কর্মকর্তাদের সম্পৃক্ত করা খুবই জরুরি।

ধাপ-২ : ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন চলাকালীন কার্যক্রম

ঘোষণা এবং সংকেত

- শিক্ষকরা নিজ নিজ ক্লাসে পানিতে পড়া দুর্ঘটনার ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন শুরু হতে যাচ্ছে তা ঘোষণা করবেন এবং সকলকে প্রস্তুত হতে বলবেন।

১. পানিতে থাকাকালীন সময়ের মহড়া

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষের ভেতরে পুকুর, কুয়া, রাস্তাসহ বিভিন্ন ধরনের কাল্পনিক বস্তুর অবস্থান নির্ধারণ করবেন। কিছু শিক্ষার্থীকে বিদ্যালয়ের মাঠে খেলার অভিনয় করতে বলবেন। এরপর কিছু শিক্ষার্থীকে বলবেন তারা পানিতে নেমেছে/পড়ে গেছে তা অভিনয় করতে। শিক্ষার্থীরা পানিতে সাঁতার কাটার/ভেসে থাকার জন্য প্রয়োজনীয় নির্দেশনাগুলো মেনে অভিনয় করবে।

শিক্ষার্থীদের জন্য

- শিক্ষার্থীদের সাঁতার কাটা ও পানিতে নিরাপদে ভেসে থাকা সম্পর্কে শিখতে হবে ।
- কোনও শিক্ষার্থী বিদ্যালয়ে থাকা অবস্থায় পানিতে পড়ে গেছে তা জানা মাত্র শিক্ষার্থী আশেপাশে থাকা বড় কোনও ব্যক্তি/বিদ্যালয়ের শিক্ষককে জানাবে।
- আশেপাশে কোনও কলাগাছ, লম্বা-শক্ত দড়ি, নারকেল, টায়ার বা টিউব জাতীয় কিছু, যা পানিতে ভেসে থাকে, পেলে তা পানিতে ছুঁড়ে দেবে, যেন বিপদগ্রস্ত শিশু সেটিকে জড়িয়ে ধরে নিজেকে ভাসিয়ে রাখতে পারে।
- শিক্ষার্থী যদি নিজে সাঁতারে খুব দক্ষ হয় এবং বিপদগ্রস্ত শিক্ষার্থীর শারীরিক ওজন-বয়সের বিবেচনায় তাকে উদ্ধারে সমর্থ হয়, তবে সে নিজেও শিশুটিকে উদ্ধারের জন্য সরাসরি কাজ করতে পারে।
- পানিতে কেউ ডুবে গেলে তাৎক্ষণিক উদ্ধার করে প্রাথমিক চিকিৎসা ব্যবস্থা সম্পর্কে জানতে হবে। তথ্যসমূহ-
  - শরীরে আঁটোসাঁটো কাপড় থাকলে তা খুলে দিতে হবে বা আলগা করে দিতে হবে।
  - শিশুর শ্বাস-প্রশ্বাস চলছে কি না বা কোনও নাড়াচাড়া আছে কি না তা পর্যবেক্ষণ করতে হবে।
  - শ্বাস-প্রশ্বাসের কোনও লক্ষণ না পেলে সিপিআর (Cardio Palmonary Resuscitation) শুরু করতে হবে। অর্থাৎ শিশুকে চিৎ করে শুইয়ে তার বুকে দু'হাত এক করে দ্রুত চাপ দিতে হবে (যেন ১/২-১ ইঞ্চি পরিমাণ দেবে যায়) এভাবে ২৫-৩০ বার চাপ দেয়ার পরেও কোনও নড়াচড়া না করলে মুখের সাথে মুখ ঠেকিয়ে শ্বাস-প্রশ্বাসে সহায়তা করতে হবে। এভাবে ২-৩ বার দেয়ার পরে আবার বুকে চাপ দিতে হবে আগের মতো। এভাবে ২-৩ বার করেও কোনও ফল না পেলে ডাক্তারের শরণাপন্ন হতে হবে।

- কেউ পানিতে ডুবে গেলে তাকে নিজে বা অন্যদের সহায়তায় উদ্ধার করতে হবে এবং প্রাথমিক চিকিৎসা দেয়াপূর্বক সাথে সাথে **হেল্প লাইনে (৯৯৯), স্থানীয় হাসপাতালের নাম্বারে (---)** যোগাযোগ করতে হবে। তবে উদ্ধারকারী নিজে সাঁতার না জানলে পানিতে না নেমে অন্য কাউকে ডেকে আনতে হবে যিনি উদ্ধার করতে পারবেন।

২. পানিতে কেউ পতিত হলে

যদি কোনো কারণে কোনো শিক্ষার্থী দুর্ঘটনার শিকার হয়ে থাকে তাহলে সেসময় কী করতে হবে এর জন্য কয়েকজন শিক্ষার্থীকে নির্ধারণ করে দিয়ে বাকি শিক্ষার্থীদের পূর্বের মতো বিভিন্ন চরিত্রে অভিনয় করতে বলবেন। এবার একজন শিক্ষার্থী দুর্ঘটনা কবলিত হলে তাদের কী করতে হবে তা অভিনয়ের মাধ্যমে দেখাতে বলবেন। করণীয়সমূহ পূর্বেই শিক্ষর্থীদের অবগত করতে হবে।

ধাপ-৩ : অনুশীলন পরবর্তী কার্যক্রম

মহড়া চলাকালীন শিক্ষক নিজে কোনও নির্দেশনা দেবেন না। তবে শেষ হয়ে যাওয়ার পর শিক্ষার্থীরা কোন করণীয়টি ভালোভাবে পালন করতে পেরেছে, কোনটি পারেনি এবং সেক্ষেত্রে কী করা উচিত ছিল তা নিয়ে আলোচনা করবেন।

ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকদের কাছ থেকে ড্রিল সম্পর্কে মতামত বা ফিডব্যাক নেয়া

১. শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে থেকে কয়েকজনকে ড্রিল সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা/অনুভূতি জানাতে উৎসাহ দেবেন।

২. ড্রিলের মৌখিক নির্দেশনা এবং ছায়া অনুশীলনের মধ্যে কোনও পার্থক্য ছিল কি না তা জানাবেন।

৩. কোনও ভুল/তারতম্য হলে শিক্ষকবৃন্দ তা সংশোধন করে দেবেন।

৪. শিক্ষকবৃন্দ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে এই অনুশীলনে অংশ নেওয়ার জন্য ধন্যবাদ জানাবেন এবং পরবর্তী অনুশীলনে আরও ভালোভাবে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহ দেবেন।

প্রধান শিক্ষক এবং স্কুল পরিচালনা কমিটির মূল্যায়ন ও পর্যালোচনা

১. প্রধান শিক্ষক এবং অন্যান্য শিক্ষকগণ এই অনুশীলন কার্যক্রম মূল্যায়ন করে এ সংক্রান্ত একটি প্রতিবেদন তৈরি করবেন।

২. এসএমসি/পিটিএ, স্লিপের সভায় প্রধান শিক্ষক ঐ প্রতিবেদন উপস্থাপন করবেন এবং ভবিষ্যতে কীভাবে আরও ভালো করা যায় সে সম্পর্কে তাদের পরামর্শ ও মতামত গ্রহণ করবেন।

৩. এই ছায়া অনুশীলন যেন কমপক্ষে বছরে দু'বার অনুষ্ঠিত হয়, প্রধান শিক্ষক সেটি নিশ্চিত করবেন।

ডেঙ্গু

ডেঙ্গু : মূলবার্তা (Dangue: Main Message)

ডেঙ্গু কী?

- ডেঙ্গু হলো একটি মারাত্মক ভাইরাস-জনিত রোগ, যা এডিস মশার মাধ্যমে ছড়ায়।
- ডেঙ্গুর জীবাণুবাহী এডিস মশার মাধ্যমে এ রোগ ছড়ায়।
- এডিস মশা সাধারণত ভোর বেলা এবং সন্ধ্যার পূর্বে কামড়ায়।

ডেঙ্গুর প্রধান উপসর্গ

- তীব্র জ্বর
- চোখের পেছনে তীব্র ব্যথা
- তীব্র শরীর ব্যথা
- চামড়ায় ফুসকুড়ি
- বমি বমি ভাব

ডেঙ্গু থেকে বাঁচার উপায়

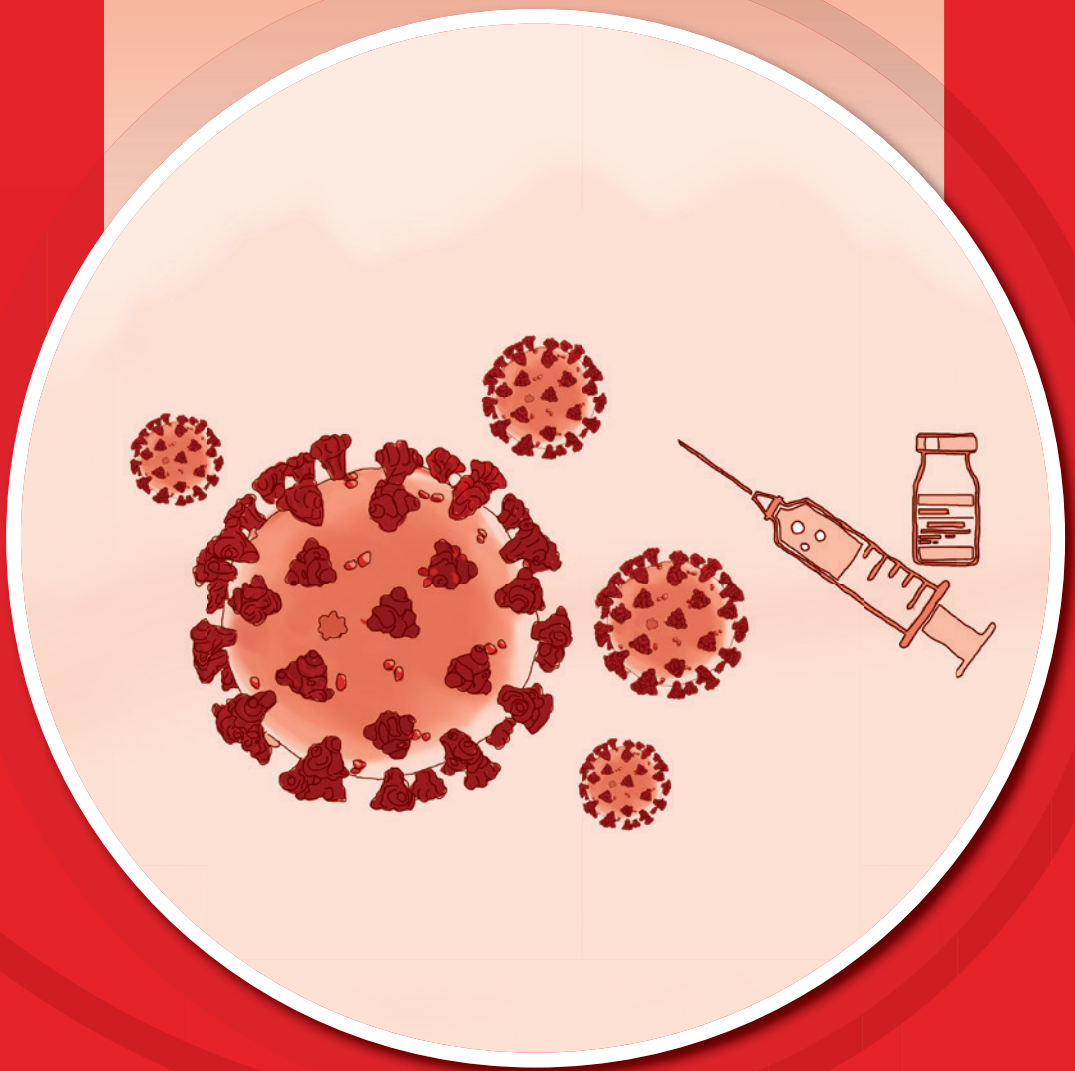
দিনে ও রাতে মশারি টাঙিয়ে ঘুমান। ফুলহাতা কাপড় পড়ুন এবং যতটা সম্ভব আপনার পুরো শরীর ঢেকে রাখার চেষ্টা করুন। রাতে, সন্ধ্যার পূর্বে ও ভোর বেলা মশার কয়েল ব্যবহার করুন। তবে সাবধান থাকবেন যেন মশার কয়েল থেকে আগুনের সূত্রপাত না ঘটে।

- খাবার পানির কলসি/বালতি প্রতিদিন পরিষ্কার করুন। পানি রাখার সমস্ত পাত্র/বালতি/কলসি ঢেকে রাখুন।
- আপনার বাড়ি, চারপাশের নালা-নর্দমা পরিষ্কার রাখুন। ফুলের টব, প্লাস্টিকের পাত্র, পরিত্যক্ত টায়ার, প্লাস্টিকের ড্রাম, মাটির পাত্র, বালতি, টিনের কৌটা, ডাবের খোসা/নারিকেলের মালা, চিপসের প্যাকেট, মটকা প্রভৃতি জায়গায় মশা ডিম পাড়ে। যেকোনও জায়গায় কয়েকদিনের বেশি পানি জমতে দেবেন না।
- মশা ময়লা পানিতে ডিম পাড়ে, সুতরাং আপনার সন্তানকে মশার কামড় থেকে রক্ষা করার জন্য তাদেরকে ময়লা-আবর্জনাপূর্ণ জায়গায় খেলাধুলা করা থেকে বিরত রাখুন।
- গর্ভবতী মা, নবজাতক, শিশুরা অনেক বেশি ঝুঁকিপূর্ণ। তারা মশার কামড়ে সহজে অসুস্থ হয়ে যেতে পারে এবং মৃত্যুর সম্ভাবনাও থাকতে পারে। তাই গর্ভবতী মা, নবজাতক ও শিশুদের দিনে এবং রাতে বিছানায় থাকাকালীন মশারি ব্যবহার করতে হবে।
- ডেঙ্গু আক্রান্ত ব্যক্তিকে কামড়ালে সেই মশা ডেঙ্গু আক্রান্ত হয়, সেই মশা কোনও সুস্থ মানুষকে কামড়ালে উক্ত ব্যক্তি ডেঙ্গু আক্রান্ত হতে পারে। মশারি ও মশার কয়েল মশার কামড় থেকে রক্ষা করে, যা ডেঙ্গু বিস্তার রোধে সহায়তা করবে।

ডেঙ্গু আক্রান্ত হলে কী করতে হবে?

- ডাক্তার, স্বাস্থ্যকেন্দ্র, ক্লিনিক অথবা হাসপাতালে যান।
- পর্যাপ্ত বিশ্রাম এবং প্রচুর পরিমাণ তরল জাতীয় খাবার যেমন- পানি, ডাবের পানি, লেবুর শরবত খান/পান করুন।
- অ্যাসপিরিন, আইবুপ্রোফেন অথবা অ্যান্টিবায়োটিক সেবন করা যাবে না।

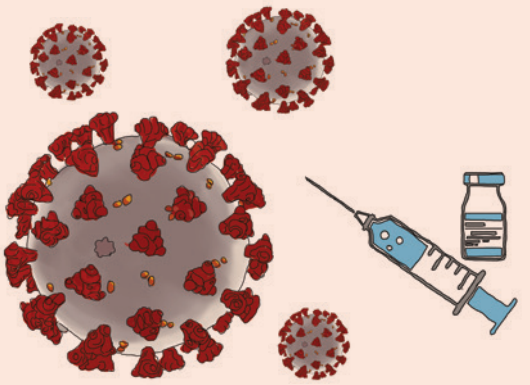
কোভিড-১৯



কোভিড-১৯ (COVID-19)

কোভিড-১৯ কী?

কোভিড-১৯ হলো নতুন খুঁজে পাওয়া করোনাভাইরাস থেকে ছড়ানো একটি সংক্রামক রোগ, যা অতীতের সার্স ভাইরাস এবং কয়েক ধরনের সাধারণ সর্দি-জ্বর জাতীয় ভাইরাসের পরিবারভুক্ত। নভেল করোনাভাইরাসের মাধ্যমে সৃষ্ট এই রোগটি প্রথম চীনের উহানে চিহ্নিত হয়েছিল। তখন থেকেই রোগটির নাম করা হয়েছিল করোনাভাইরাস রোগ ২০১৯ (কোভিড-১৯)। করোনা থেকে 'কো', ভাইরাস থেকে 'ভি', এবং 'ডিজিজ' বা 'রোগ' থেকে 'ডি' নিয়ে এর সংক্ষিপ্ত নামকরণ করা হয়।



কোভিড-১৯ ভাইরাস কীভাবে ছড়ায়?

সাধারণত যেভাবে ছড়ায়

১. কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত রোগী থেকে এই রোগ অন্য মানুষে ছড়ায়।

২. কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত মানুষের নাক ও মুখ থেকে বেরিয়ে আসা হাঁচি-কাশির মাধ্যমে ছড়িয়ে পরা ড্রপলেট (কাশি বা নিঃশ্বাস থেকে যে পানির ফোঁটা তৈরি হয়)-এর দ্বারা এই রোগ ছড়ায়।

৩. এই ড্রপলেট/পানির ফোঁটাগুলো মানুষের চারপাশের জিনিস ও জায়গার উপর লেগে থাকে।

৪. কেউ যদি এই জিনিস বা জায়গাগুলো স্পর্শ করে এবং তারপরে নিজের চোখ, নাক বা মুখে হাত দেয় তবে এই রোগে আক্রান্ত হবার ঝুঁকি বেড়ে যাবে; কোভিড-১৯ আক্রান্ত লোকের হাঁচি-কাশি বা নিঃশ্বাস থেকে বের হওয়া ড্রপলেট/পানির ফোঁটা যদি অন্য কারও শরীরে ঢোকে, তাহলে কোভিড-১৯ ছড়াতে পারে।

কোভিড-১৯ এর সাধারণ লক্ষণগুলো কী এবং করণীয়?

সন্দেহভাজন করোনা রোগীর ক্ষেত্রে

উপসর্গ	করণীয়
১. জ্বর (৯৯ ডিগ্রি সেলসিয়াস বা তার বেশি) ২. শুকনো কাশি ৩. গলা ব্যথা ৪. শ্বাসকষ্ট ৫. দুর্বলতা ৬. সর্দি ভাব	পাশের উপসর্গসমূহের **অন্তত দুইটি** থাকলে অথবা **মুখে স্বাদ বা নাকে গন্ধ না পেলে** দ্রুত **করোনা পরীক্ষা** করুন।

উপসর্গ	করণীয়
৭. বুক ব্যথা ৮. মাথা ব্যথা ৯. পাতলা পায়খানা, ডায়রিয়া ১০. মুখে স্বাদ না থাকা ১১. নাকে গন্ধ না পাওয়া	

মৃদু উপসর্গ

উপসর্গ	করণীয়
১. জ্বর (১০০ ডিগ্রি সেলসিয়াসের নিচে) ২. শুকনো কাশি ৩. গলা ব্যথা ৪. ক্লান্তি/দুর্বলতা ৫. মাথা ব্যথা ৬. পেশিতে ব্যথা ৭. চুলকানি, ব্যথাযুক্ত দাগ ৮. পাতলা পায়খানা, ডায়রিয়া, বমি ৯. মুখে স্বাদ না থাকা ১০. নাকে গন্ধ না পাওয়া	• কোভিড-১৯ আক্রান্ত রোগী/রোগীর সংস্পর্শে থাকা ব্যক্তি ১৪ দিন পর্যন্ত আইসোলেশনে থাকবেন (চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী সময় বেশি বা কম হতে পারে)। • রোগীকে আলাদা কক্ষ ও আলাদা শৌচাগার ব্যবহার করতে হবে। • রোগীর তৈজসপত্র যেমন- থালা, গ্লাস, পাত্র, কাপ ইত্যাদি এবং তোয়ালে, বিছানার চাদর অন্য কারও সাথে ভাগাভাগি করে ব্যবহার করা যাবে না। • রোগীকে প্রচুর পরিমাণে পানি পান করতে হবে। • রোগীকে প্রচুর পরিমাণে প্রোটিন ও ভিটামিন সি-যুক্ত ফল যেমন- লেবু, মাল্টা, কমলা, আমলকী প্রভৃতি খেতে হবে। • থার্মোমিটার দিয়ে শরীরের তাপমাত্রা পর্যবেক্ষণে রাখতে হবে। • যদি নতুন উপসর্গ দেখা দেয় বা আগের উপসর্গের অবনতি হয়, তাহলে দ্রুত ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে।

মাঝারি উপসর্গ

উপসর্গ	করণীয়
পূর্বের উপসর্গের সাথে ১. জ্বর (১০১-১০২ ডিগ্রি সেলসিয়াস) ২. শরীরে শিরশিরে ভাব (নিয়মিত কাঁপুনিসহ) ৩. ভারি কাশি ৪. শ্বাসকষ্ট (অক্সিজেন স্যাচুরেশন ৯৪%-এর নিচে) ৫. ক্লান্তি ৬. শরীরে ব্যথা ৭. পেশিতে ব্যথা	১. কোভিড-১৯ আক্রান্ত রোগী/রোগীর সংস্পর্শে থাকা ব্যক্তি ১৪ দিন পর্যন্ত আইসোলেশনে থাকবেন (চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী সময় বেশি বা কম হতে পারে)। ২. রোগীকে আলাদা কক্ষ ও আলাদা শৌচাগার ব্যবহার করতে হবে। ৩. রোগীর তৈজসপত্র যেমন- থালা, গ্লাস, পাত্র, কাপ ইত্যাদি এবং তোয়ালে, বিছানার চাদর অন্য কারও সাথে ভাগাভাগি করে ব্যবহার করা যাবে না।

মাঝারি উপসর্গ	
উপসর্গ	**করণীয়**
	৪. রোগীকে প্রচুর পরিমাণে পানি পান করতে হবে। ৫. রোগীকে প্রচুর পরিমাণে প্রোটিন ও ভিটামিন সি-যুক্ত ফল যেমন- লেবু, মাল্টা, কমলা, আমলকী প্রভৃতি খেতে হবে। ৬. থার্মোমিটার দিয়ে শরীরের তাপমাত্রা পর্যবেক্ষণে রাখতে হবে। ৭. পাল্‌স অক্সিমিটার দিয়ে অক্সিজেন স্যাচুরেশন পর্যবেক্ষণে রাখতে হবে। ৮. শ্বাসকষ্টের জন্য নিম্নোক্ত উপদেশগুলো মেনে চলা যেতে পারে- • উপুর হয়ে শোয়া, নিদেনপক্ষে উপুর হতে না পারলে পাশ ফিরে শোয়া • ব্রিদিং এক্সারসাইজ করা • দিনে ২-৪ বার নিঃশ্বাসে গরম পানির ভাপ নেয়া • দিনে অন্তত ২/৩ কাপ গরম মশলা চা খাওয়া • দিনে একবার নাকে কালিজিরা ভেজানো পানির ড্রপ নেয়া • কালিজিরা, রসুন, মধু ইত্যাদি খাওয়া

পোস্ট কোভিড উপসর্গ	
উপসর্গ	**করণীয়**
১. ক্লান্তি ২. নিঃশ্বাস ৩. স্নায়বিক জটিলতা ৪. ঘুমের সমস্যা ৫. কথা মনে রাখতে সমস্যা হওয়া/ মনোযোগে সমস্যা হওয়া ৬. কাশি ৭. জয়েন্টে ব্যথা/বুকে ব্যথা ৮. পেশিতে ব্যথা বা মাথা ব্যথা ৯. হৃৎস্পন্দন দ্রুত হয়ে যাওয়া ১০. বিষণ্নতা/উদ্বিগ্নতা ১১. র‍্যাশ হওয়া ১২. চুল পড়া ১৩. মুখে স্বাদ না থাকা ১৪. নাকে গন্ধ না থাকা	**দ্রুত ডাক্তারের পরামর্শ নিন।**

এক্ষেত্রে উল্লেখযোগ্য দিক হলো, কোনো ব্যক্তির দীর্ঘমেয়াদি অসুস্থতা যেমন ডায়াবেটিস, উচ্চ রক্তচাপ, শ্বাসকষ্ট, হৃদরোগ, কিডনি সমস্যা, ক্যান্সার ইত্যাদি রোগ থাকলে বিশেষ করে বয়স্ক ৬০ বছরের উর্ধ্বে থাকলে তাদের ক্ষেত্রে গুরুতর ঝুঁকিপূর্ণ অবস্থার সৃষ্টি হয়।

কোভিড-১৯ পরিস্থিতিতে বিদ্যালয় পর্যায়ে করণীয় (পূর্বপ্রস্তুতি ও চলাকালীন)

প্রধান শিক্ষকের করণীয়

- করোনা সংক্রমণ বিবেচনায় কোনও এলাকাকে সরকার কর্তৃক রেড জোন ঘোষণা করা হলে সে এলাকায় বিদ্যালয় খোলা রাখা যাবে না।
- শিক্ষক, শিক্ষার্থী ও কর্মচারীদের সার্বক্ষণিক হাত ধোয়ার বিষয়টি নিশ্চিত করার জন্য পর্যাপ্ত নিরাপদ পানি সরবরাহের ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।
- হাত ধোয়ার সময় যাতে শিক্ষক/শিক্ষার্থীদের জটলা তৈরি না হয় সেভাবে প্রতিটি বিদ্যালয়ভিত্তিক পানির ট্যাপের অবস্থান ও সংখ্যা নির্ধারণ করতে হবে।
- যেখানে সম্ভব হবে সে সব জায়গায় running water-এর ব্যবস্থা করতে হবে এবং ছেলে ও মেয়েদের জন্য পৃথক শৌচাগার স্থাপন বা সম্প্রসারণ করতে হবে। মেয়ে শিক্ষার্থীদের ঋতুকালীন সময়ে স্বাস্থ্য সুরক্ষার জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা রাখতে হবে।
- করোনাকালীন বিদ্যালয় খোলার অব্যবহিত পূর্বেই অবশ্যই বিদ্যালয় প্রাঙ্গণসহ শ্রেণিকক্ষ ও টয়লেটসমূহ স্বাস্থ্যসম্মত ও জীবাণুমুক্ত করার লক্ষ্যে প্রয়োজনীয় জীবাণুনাশক স্প্রে এবং সাবানসহ অন্যান্য পরিচ্ছন্নতা উপকরণ, মহামারি প্রতিরোধক মাস্ক এবং নন-কন্ট্যাক্ট থার্মোমিটার সংগ্রহ করতে হবে।
- বিদ্যালয় চলাকালীন প্রতি শিফটে অন্তত একবার বিদ্যালয়ের অফিস কক্ষ, শ্রেণিকক্ষ, সর্বসাধারণ কর্তৃক ব্যবহৃত হয় এমন জায়গাসহ অন্যান্য জায়গার মেঝে ও ঘরের দরজার হাতল, সিঁড়ির হাতল, বেঞ্চসহ এবং যেসব বস্তু বারবার ব্যবহৃত হয় সেসব বস্তুর তল/পৃষ্ঠ পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করতে হবে।
- প্রতিদিন শিক্ষা প্রতিষ্ঠান চত্বরের আবর্জনা পরিষ্কার এবং আবর্জনা সংরক্ষণকারী পাত্র জীবাণুমুক্ত করতে হবে। প্রতিবার টয়লেট ব্যবহারের পরে অবশ্যই সাবান দ্বারা হাত জীবাণুমুক্ত করতে হবে। এ বিষয়ে পরিচ্ছন্নতাকর্মীকে যথাযথ প্রশিক্ষণ প্রদান ও সচেতন করতে হবে।
- অসুস্থ শিক্ষক/শিক্ষার্থী/কর্মচারী এবং সন্তানসম্ভবা নারীগণকে বিদ্যালয়ে উপস্থিতি থেকে বিরত রাখতে হবে। তাদের অনুপস্থিতির বিষয়টি উদারভাবে নিতে হবে। বিষয়টি অভিভাবকদেরকে অবহিত করতে হবে যাতে কোনো অসুস্থ সন্তানকে বিদ্যালয়ে না পাঠানো হয়। অসুস্থতাজনিত অনুপস্থিতির কারণে সংশ্লিষ্ট শিক্ষার্থী যেন শ্রেণি মূল্যায়নে ক্ষতিগ্রস্থ না হয় সে বিষয়ে বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন।
- শিক্ষক, কর্মচারী এবং শিক্ষার্থীদের বাধ্যতামূলকভাবে মাস্ক ব্যবহার করতে হবে। হাত ধৌতকরণসহ অন্যসব স্বাস্থ্যবিধি আবশ্যিকভাবে প্রতিপালন করতে হবে। হাঁচি দেওয়ার সময় মুখ এবং নাক ঢাকতে টিস্যু বা কনুই ব্যবহার করতে হবে। এই সকল বিষয়ে সংশ্লিষ্টদের সচেতন করতে হবে।
- বিদ্যালয়-কার্যক্রমের শুরু, সমাপ্তি ও ফিডিং-এর সময়সূচি এমনভাবে সাজিয়ে নিতে হবে যাতে শিক্ষার্থী এবং অভিভাবকদের জটলা তৈরি না হয়। বিদ্যালয়ের অবকাঠামো এবং শিক্ষার্থীর সংখ্যা বিবেচনা করে একাধিক শিফট কিংবা সপ্তাহের একেক দিন একেক শ্রেণির বা একাধিক শ্রেণির পাঠদানের ব্যবস্থা রেখে বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ স্থানীয়ভাবে পরিকল্পনা প্রণয়ন করবেন, যাতে শারীরিক দূরত্ব নিশ্চিত করা যায়। পাঠ পরিকল্পনায় ৫ম শ্রেণির শিক্ষার্থীদের অগ্রাধিকার দিতে হবে।
- শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের প্রবেশপথে শারীরিক দূরত্ব বজায় রেখে শিক্ষক, কর্মচারী, শিক্ষার্থী এবং বহিরাগতদের শরীরের তাপমাত্রা পরিমাপ করতে হবে। যাদের শরীরের তাপমাত্রা বেশি পাওয়া যাবে তাদের প্রবেশ নিষিদ্ধ করতে হবে।
- হোস্টেলে থাকাকালীন শিক্ষার্থীরা শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখবে। খাদ্য গ্রহণের সময়ও কমপক্ষে ১ মিটারের বেশি শারীরিক দূরত্ব বজায় রেখে খাবার গ্রহণ এবং সম্পূর্ণ নিজস্ব থালা-বাসন বা ওয়ান টাইম থালা-বাসন ও পানির পাত্র ব্যবহার করতে হবে। প্রতিবার খাবার পূর্বে ও পরে খাবার থালা-বাসন ও পানির পাত্র পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করতে হবে।

- স্বাভাবিক অবস্থা না আসা পর্যন্ত কোনও প্রকার অভ্যন্তরীণ জমায়েত আয়োজন করা যাবে না। যেকোনও বদ্ধ বা ঘন জনবহুল স্থান বা অন্যের সাথে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগের ক্ষেত্রে এক মিটার দূরত্ব বজায় রাখতে হবে। করোনাকালীন লম্বা বেঞ্চে ২জন করে শিক্ষার্থী বসবে। শিক্ষার্থীরা যাতে গলাগলি কিংবা একে অপরকে জড়িয়ে না ধরে সে ব্যাপারে সচেতন করতে হবে। বিদ্যালয়ের বাইরেও যেন শিক্ষার্থী ও তাদের অভিভাবকরা এ সকল স্বাস্থ্যবিধিসমূহ মেনে চলে সে বিষয়ে সংশ্লিষ্ট সকলকে সচেতন করতে হবে।
- বিদ্যালয় চলাকালীন পরিচ্ছন্নতা ও স্বাস্থ্যবিধি পদক্ষেপ সম্পর্কে বিস্তারিত সুস্পষ্ট, সহজবোধ্য ও শিশুবান্ধব ভাষায় প্রটোকল প্রণয়ন করতে হবে।
- শিক্ষক/শিক্ষার্থী/কর্মচারীদের করোনা (কোভিড-১৯) প্রতিরোধে বিভিন্ন সাধারণ নির্দেশনাসহ অন্যান্য স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলতে হবে এবং সকলে স্বাস্থ্যবিধিসমূহ মেনে চলছে কি না তা মনিটরিং করতে হবে।
- বিদ্যালয় চলাকালীন শিক্ষক, কর্মচারী এবং শিক্ষার্থীদের বহির্গমন কমিয়ে দিতে হবে। অত্যাবশ্যক না হলে কেউ বাইরে যাবে না।
- বিদ্যালয় চলাকালীন শিক্ষক, কর্মচারী এবং শিক্ষার্থীদের স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণ জোরদার করতে হবে। সকাল ও দুপুরে স্বাস্থ্য পরীক্ষা করতে হবে এবং 'প্রতিদিনের প্রতিবেদন' এবং 'শূন্য প্রতিবেদন' পদ্ধতি প্রবর্তন করতে হবে।
- অসুস্থ শিক্ষার্থী ও কর্মচারীদেরকে নিজ গৃহে অবস্থান করার পরামর্শসহ সকল নিয়মকানুন কর্মচারী, অভিভাবক ও শিক্ষার্থীদের জানাতে হবে।
- শিক্ষার্থী ও কর্মচারীদের স্বাস্থ্য মনিটর করা, স্থানীয় স্বাস্থ্য কর্তৃপক্ষের সঙ্গে নিয়মিত যোগাযোগ রাখা।
- যোগাযোগের সুবিধার্থে প্রধান শিক্ষক ও এক বা একাধিক শিক্ষকের মোবাইল নম্বর প্রকাশ্য স্থানে ঝুলিয়ে রাখতে হবে।
- শিক্ষক/কর্মচারী/শিক্ষার্থীদের মধ্যে কোভিড-১৯ এর সন্দেহভাজন কোনো উপসর্গ পাওয়া গেলে তাৎক্ষণিকভাবে স্থানীয় স্বাস্থ্য কর্তৃপক্ষকে জানাতে হবে এবং যারা উক্ত শিক্ষক/কর্মচারী/শিক্ষার্থীদের সাথে ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে এসেছেন তাদের দ্রুত শনাক্ত ও কোয়ারেন্টাইন করতে হবে।
- কোয়ারেন্টাইনে অবস্থানরত শিক্ষক, কর্মচারী, শিক্ষার্থীদের পিতামাতার স্বাস্থ্যের অবস্থা জানা এবং তাদের সাথে সর্বক্ষণ যোগাযোগ করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

সহকারী শিক্ষকের করণীয়

- করোনাকালীন লম্বা বেঞ্চে ২জন করে শিক্ষার্থীর বসার বিষয়টি নিশ্চিত করতে হবে।
- শিক্ষার্থীদের মাস্ক ব্যবহার নিশ্চিত করতে হবে।
- হাত ধৌতকরণসহ অন্যসব স্বাস্থ্যবিধি আবশ্যিকভাবে প্রতিপালন নিশ্চিত করতে হবে।
- হাঁচি দেওয়ার সময় মুখ এবং নাক ঢাকতে টিস্যু বা কনুই ব্যবহারে শিক্ষার্থীদের অভ্যস্থ করতে হবে।
- অসুস্থতাজনিত অনুপস্থিতির কারণে সংশ্লিষ্ট শিক্ষার্থী যেন শ্রেণি মূল্যায়নে ক্ষতিগ্রস্থ না হয় সে বিষয়ে বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন।
- শিক্ষার্থীরা যাতে গলাগলি কিংবা একে অপরকে জড়িয়ে না ধরে সে ব্যাপারে সচেতন করতে হবে।
- দীর্ঘদিন শিক্ষা প্রতিষ্ঠান বন্ধ থাকায় লকডাউনের কারণে কোমলমতি শিক্ষার্থীরা ঘর থেকে বের হতে পারেনি বিধায় তাদের মধ্যে এক ধরনের মানসিক ভারসাম্যহীনতা সৃষ্টি হয়েছে। শারীরিকভাবে সৃষ্টি হয়েছে জড়তা। সেক্ষেত্রে শিক্ষার্থীদের মধ্যে আবার প্রাণচাঞ্চল্য আনতে কিছু নতুন নতুন কৌশল অবলম্বন করতে হবে।

- পড়াশোনার পাশাপাশি শিক্ষার্থীদের মাঝে আনন্দঘন পরিবেশ সৃষ্টি করতে হবে, যেমন : গল্প, গান, চিত্রাঙ্কন ইত্যাদি।
- শারীরিক জড়তা দূরীকরণের জন্য শিক্ষকগণ অভিনয় করে শিক্ষার্থীদের আপন জায়গায় বসেই হালকা শারীরিক অনুশীলন করতে পারেন।
- করোনা মোকাবিলায় বিভিন্ন কৌশল অবলম্বনের ক্ষেত্রে সামাজিক অবস্থায়, ভৌগোলিক পরিবেশ, স্থানীয় রীতিনীতি, স্থানীয় কৃষ্টি ইত্যাদিকেও প্রাধান্য দিতে হবে।
- বিদ্যালয়ে শিশুদের জন্য আনন্দঘন পরিবেশ সৃষ্টি করতে হবে। তাদেরকে সক্রিয় রাখতে হবে। শিশুদের মনোবল বৃদ্ধির জন্য 'ইয়েল' এর ব্যবস্থা করতে হবে।
- পরীক্ষা গ্রহণের চেয়ে শিক্ষাদান কার্যক্রমের উপর বেশি জোর দিতে হবে।
- শিশুদের মানসিক স্বাস্থ্যের উপর গুরুত্ব দিতে হবে।
- বিদ্যালয়ের বাইরেও যেন শিক্ষার্থী ও তাদের অভিভাবকরা এ সকল স্বাস্থ্যবিধিসমূহ মেনে চলে সে বিষয়ে সংশ্লিষ্ট সকলকে সচেতন করতে হবে।
- অসুস্থ শিক্ষার্থীদের নিজ গৃহে অবস্থান করার পরামর্শসহ সকল নিয়ম-কানুন অভিভাবক ও শিক্ষার্থীদের জানাতে হবে।

শিক্ষার্থীদের করণীয় ও বর্জনীয় বিষয়সমূহ

- সার্বক্ষণিক মাস্ক ব্যবহার করতে হবে।
- লম্বা বেঞ্চের দুই পাশে দু'জন বসতে হবে।
- সর্বাবস্থায় শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখতে হবে।
- কোনও অবস্থাতেই জটলা তৈরি করা যাবে না।
- কিছুক্ষণ পরপর/ক্লাস শেষে পরিষ্কার সাবান-পানি দিয়ে হাত ধুতে হবে।
- হাঁচি/কাশি দেয়ার সময় মুখ এবং নাক ঢাকতে টিস্যু বা কনুই ব্যবহার করতে হবে।
- খাবার গ্রহণের সময় ১ মিটার শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখতে হবে।
- খাবার গ্রহণের ক্ষেত্রে নিজস্ব থালা বাসন বা ওয়ান টাইম থালা বাসন ও পানির পাত্র ব্যবহার করতে হবে।
- প্রতিবার ব্যবহারের পূর্বে থালা বাসন ও পানির পাত্র জীবাণুমুক্ত করতে হবে।
- অত্যাবশ্যক না হলে বিদ্যালয় চলাকালীন বিদ্যালয়ের বাইরে যাওয়া যাবে না।
- কাউকে জড়িয়ে ধরা কিংবা কারো সঙ্গে গলাগলি/কোলাকুলি/করমর্দন করা যাবে না।

দপ্তরি কাম প্রহরীর করণীয়

- সার্বক্ষণিক মাস্ক ব্যবহার করতে হবে।
- সর্বাবস্থায় শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখতে হবে।
- কিছুক্ষণ পরপর সাবান-পানি দিয়ে হাত ধুতে হবে।

- অত্যাবশ্যক না হলে বিদ্যালয় চলাকালীন বিদ্যালয়ের বাইরে যাওয়া যাবে না।
- কাউকে জড়িয়ে ধরা কিংবা কারও সঙ্গে কোলাকুলি/করমর্দন/গলাগলি করা যাবে না।
- করোনাকালীন বিদ্যালয় খোলার অব্যবহিত পূর্বেই শিক্ষা প্রতিষ্ঠান চত্বরের আবর্জনা পরিষ্কার এবং আবর্জনা সংরক্ষণকারী পাত্র জীবাণুমুক্ত করতে হবে।
- বিদ্যালয় চলাকালীন প্রতি শিফটে অন্তত একবার বিদ্যালয়ের অফিসকক্ষ, শ্রেণিকক্ষ, সর্বসাধারণ কর্তৃক ব্যবহৃত হয় এমন জায়গাসহ অন্যান্য জায়গার মেঝে ও ঘরের দরজার হাতল, সিঁড়ির হাতল, বেঞ্চসহ এবং যেসব বস্তু বারবার ব্যবহৃত হয়, সেসব বস্তুর তল/পৃষ্ঠ পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করতে হবে।
- প্রতিদিন টয়লেটসমূহ স্বাস্থ্যসম্মত ও জীবাণুমুক্ত করতে হবে।
- শিক্ষার্থীরা যেন কাউকে জড়িয়ে ধরা কিংবা কারো সঙ্গে কোলাকুলি/করমর্দন/গলাগলি না করে সেদিকে নজর রাখতে হবে।
- অভিভাবক বা শিক্ষার্থীরা যেন জটলা তৈরি না করে সেদিকে নজর রাখতে হবে।

অভিভাবকের করণীয়

- বিদ্যালয়ে বাধ্যতামূলকভাবে মাস্ক ব্যবহার করতে হবে। হাত ধৌতকরণসহ অন্যসব স্বাস্থ্যবিধি আবশ্যিকভাবে প্রতিপালন করতে হবে। হাঁচি দেওয়ার সময় মুখ এবং নাক ঢাকতে টিস্যু বা কনুই ব্যবহার করতে হবে।
- শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের প্রবেশপথে শারীরিক দূরত্ব বজায় রেখে শরীরের তাপমাত্রা পরিমাপ করতে হবে। শরীরের তাপমাত্রা বেশি পাওয়া গেলে বিদ্যালয়ে প্রবেশ করা যাবে না।
- স্বাভাবিক অবস্থা না আসা পর্যন্ত কোনো প্রকার অভ্যন্তরীণ জমায়েত আয়োজন করা যাবে না। যেকোনও বদ্ধ বা ঘন জনবহুল স্থান বা অন্যের সাথে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগের ক্ষেত্রে এক মিটার দূরত্ব বজায় রাখতে হবে।
- কোভিড-১৯ প্রতিরোধে বিভিন্ন সাধারণ নির্দেশনাসহ অন্যান্য স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলতে হবে এবং শিশুদের অভ্যস্ত করতে হবে।
- যে পোশাক পরে বিদ্যালয়ে যাওয়া হয় তা যেন সময় মতো সাবান দিয়ে ধুয়ে নেওয়া হয়।
- প্রতিদিন একই মাস্ক পরিধান করা যাবে না, অথবা প্রতিদিন ব্যবহার শেষে মাস্কটি সাবান দিয়ে ধুয়ে শুকিয়ে নিতে হবে।
- অত্যাবশ্যক না হলে বিদ্যালয়ে গিয়ে জটলা তৈরি করা যাবে না।
- যোগাযোগের সুবিধার্থে প্রধান শিক্ষক ও এক বা একাধিক শিক্ষকের মোবাইল নম্বর সংগ্রহ করে রাখতে হবে।
- শিক্ষার্থী এবং পরিবারের কারও মধ্যে কোভিড-১৯ এর সন্দেহভাজন কোনও উপসর্গ পাওয়া গেলে বিদ্যালয় যাওয়া বন্ধ করে কোয়ারেন্টাইন করতে হবে এবং বিষয়টি তাৎক্ষণিকভাবে প্রধান শিক্ষককে জানাতে হবে।
- কোয়ারেন্টাইনে অবস্থানকালীন নিজেদের স্বাস্থ্যের অবস্থা প্রধান শিক্ষককে অবহিত করতে হবে।

মাস্ক পরা, খোলা, ফেলে দেওয়ার ও ব্যবহার করার সঠিক পদ্ধতি কী?

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (ডব্লিউএইচও) ঝুঁকিভিত্তিক পদ্ধতির ভিত্তিতে মাস্ক ব্যবহারের সুপারিশ করেছে। শিশুদের কোভিড-১৯ মহামারি থেকে রক্ষায় এই নির্দেশিকায় চিকিৎসা-সংশ্লিষ্ট মাস্কের (মেডিকেল/সার্জিক্যাল মাস্ক) পরিবর্তে সুনির্দিষ্টভাবে কাপড়ের তিনস্তর বিশিষ্ট মাস্ক পরিধানের কথা বলা হয়েছে।

১. মনে রাখবেন, মেডিকেল মাস্ক কেবলমাত্র স্বাস্থ্যকর্মী, যিনি রোগীর যত্ন নিচ্ছেন এবং জ্বর, কাশি এবং শ্বাসকষ্টের লক্ষণ যাদের আছে, তাদেরই ব্যবহার করা উচিত।

২. মাস্ক পরার আগে অ্যালকোহল-দেওয়া হ্যান্ডরাব বা সাবান এবং পানি দিয়ে হাত পরিষ্কার করুন।

৩. মাস্কটি ভালোভাবে দেখে নিন যাতে ছেঁড়া বা ফাটা না থাকে।

৪. মাস্কের উপরের দিকটি ঠিক করে দেখে নিন (যেখানে ধাতুর স্ট্রিপটি রয়েছে)

৫. পরার সময় মাস্কের রঙিন দিকটি বাইরের দিকে থাকবে।

৬. মাস্কটি আপনার মুখের উপর রাখুন। ধাতুর স্ট্রিপটি বা মাস্কের শক্ত দিক আঙুল দিয়ে নাকের উপর চেপে লাগান যাতে মাস্কটি ভালোভাবে নাকের আকার ধারণ করে।

৭. মাস্কটি নিচের দিকে টানুন যাতে এটি আপনার মুখ এবং থুতনি ঢেকে রাখে।

৮. ব্যবহারের পরে, মাস্কটি খুলে ফেলুন - কানের পেছন থেকে ইলাস্টিক লুপগুলো সাবধানে খুলে ফেলুন, যাতে সামনের সম্ভাব্য দূষিত দিকগুলো না ছোঁয়া হয় এবং নিজের মুখ এবং জামা-কাপড় থেকে দূরে রাখা হয়।

৯. ব্যবহারের পরে অবিলম্বে একটি বন্ধ বিনে মাস্কটি ফেলে দিন।

১০. মাস্ক ছোঁয়া বা খোলার পর হাত ভালোভাবে পরিষ্কার করুন - সাবান ও পানি দিয়ে নিজের হাত ধোবেন বা তা না হলে, অ্যালকোহল দেওয়া হ্যান্ডরাব ব্যবহার করবেন।

মাস্ক পরার নিয়মাবলি/নির্দেশনা

- মাস্ক পরার আগে কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধরে সাবান-পানি দিয়ে দুই হাত ধুয়ে নিন।
- মাস্কটি এমনভাবে মুখের উপর রাখুন যেন নাক ও মুখ ঢেকে যায়, এরপর এমনভাবে বেঁধে নিন যেন মুখ ও মাস্কের মঝে কোনও ফাঁক না থাকে।
- পরার সময় মাস্ক স্পর্শ করবেন না, ফিতা ধরে মাস্ক পরুন।
- মাস্ক খোলার সময় সামনের অংশ স্পর্শ করবেন না, পেছনের বাঁধন খুলে মাস্ক সরিয়ে নিন।
- কথা বলার সময় কখনোই নাক-মুখ উন্মুক্ত রেখে মাস্ক দ্বারা থুতনি ঢেকে রাখবেন না এবং শুধুমাত্র নাক বা শুধুমাত্র মুখ ঢেকে রাখলে চলবে না, সবসময় সঠিকভাবে কাপড়ের তৈরি মাস্ক পরুন।
- মাস্ক ভিজে গেলে দ্রুত সেটি বদলে নতুন অথবা পরিষ্কার আরেকটি মাস্ক পরুন।
- ব্যবহৃত মাস্ক কখনোই উল্টো করে পুনরায় ব্যবহার করবেন না।
- সবসময় কাপড়ের তৈরি দুটি মাস্ক রাখুন, যেন একটি ব্যবহার করার সময় অন্যটি ধুতে দেয়া যায়।
- কাপড়ের তৈরি মাস্ক ব্যবহারের পর সাবান ও গরম পানিতে ধুয়ে ভালো করে শুকিয়ে নিয়ে আবার পরুন।
- একটি মাস্ক শুধুমাত্র একজন ব্যবহার করবেন, একজনের মাস্ক কোনোভাবেই অন্যজন ব্যবহার করতে পারবেন না, পরিবারের সবার জন্য আলাদা আলাদা মাস্কের ব্যবস্থা রাখুন।
- মাস্ক খোলার পর কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধরে সাবান-পানিতে দুই হাত ধুয়ে নিন।

মনে রাখতে হবে

স্বাস্থ্য সেবাদানকারী, কোভিড-১৯ সংক্রমিত ব্যক্তিদের সংস্পর্শে থাকা অন্যান্য ব্যক্তিদের জন্য কাপড়ের মাস্ক প্রযোজ্য হবে না, তাদের অবশ্যই আরও উন্নত মাস্ক ব্যবহার করতে হবে (একটি সার্জিক্যাল মাস্ক একবার ব্যবহার করা যাবে এবং জাতীয় নীতিমালা অনুসরণ করে এন-৯৫ মাস্ক ব্যবহারযোগ্য অবস্থায় একাধিকবার ব্যবহার করা যাবে। এন-৯৫ মাস্ক ধোয়া যাবে না)।

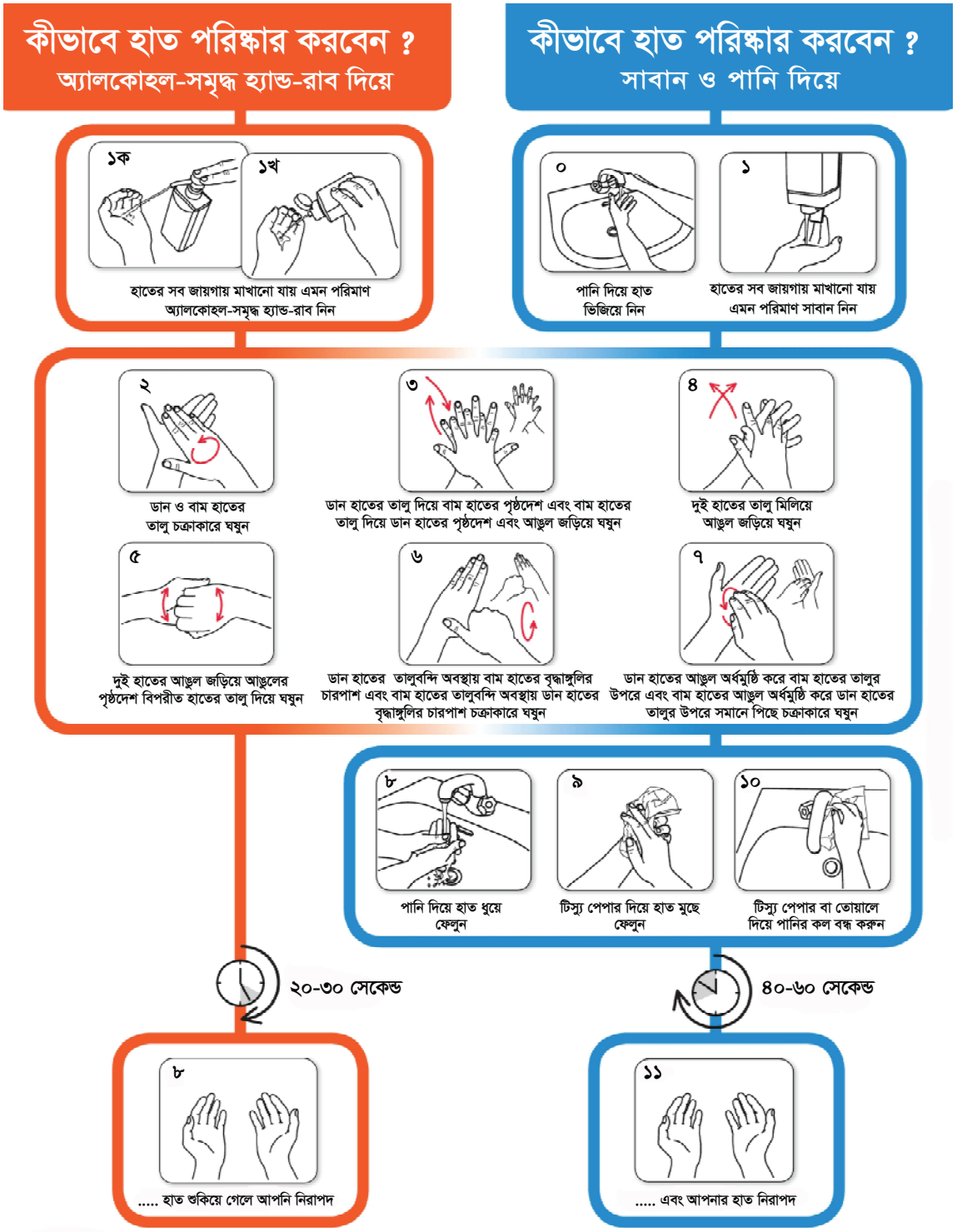
হাত জীবাণুমুক্ত করার আগে কোনোভাবেই মুখ স্পর্শ করা যাবে না এবং মাস্কের অবস্থান ঠিক করার জন্য বারবার মুখ, নাক ও চোখ স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকতে হবে। শুধুমাত্র মাস্কের ব্যবহার কোভিড-১৯ সংক্রমণ থেকে আপনাকে সম্পূর্ণ সুরক্ষিত রাখতে যথেষ্ট নয়। সুরক্ষিত থাকতে সবসময় অন্যদের সাথে কমপক্ষে ১ মিটার বা তিন ফুট দূরত্ব বজায় রাখা এবং ঘন ঘন সাবান-পানি দিয়ে কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধরে হাত ধোয়া জরুরি।

আসুন সকলে মাস্ক পরি, একে অপরকে সুরক্ষিত রাখি

কোভিড-১৯ বিষয়ে সরকারের জনসচেতনতামূলক প্রচারণা কাজের সহায়ক হিসেবে রিস্ক কমিউনিকেশন ও কমিউনিটি এনগেজমেন্ট পিলারের মাঝে সমন্বয় সাধন করে এই উপকরণটি তৈরি করা হয়েছে।

হাত ধোয়া

করোনা ভাইরাস প্রতিরোধে সবচেয়ে সাশ্রয়ী, সহজ ও জরুরি উপায় হলো সাবান-পানি দিয়ে ঘন ঘন হাত ধোয়া।



হাত সঠিকভাবে ধোয়ার উপায়

সাবান দ্রুত হাতে ঘষে পানি দিয়ে ধুয়ে ফেললে ভাইরাসের সমস্ত চিহ্ন দূর করা সম্ভব নয়। সঠিকভাবে হাত ধোয়ার প্রতিটি ধাপ নিচে উল্লেখ করা হলো :

ধাপ ১ : পানি দিয়ে হাত ভিজিয়ে নিন (কনটেইনার বা তরল পদার্থ ওপর থেকে নিচে গড়িয়ে পড়ে এমন কোনো বস্তু/তল থেকে প্রবাহমান পানি দিয়ে)

ধাপ ২ : ভেজা হাতে পর্যাপ্ত পরিমাণ সাবান মাখিয়ে নিন।

ধাপ ৩ : হাতের উপরের-নিচের তল, আঙুল এবং নখের ভেতরসহ সমস্ত হাতে কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধরে ভালোমতো সাবান ঘষুন।

ধাপ ৪ : পানি দিয়ে ভালো করে ধুয়ে নিন।

ধাপ ৫ : একটি পরিষ্কার কাপড় বা এককভাবে ব্যবহারযোগ্য তোয়ালে দিয়ে হাত শুকিয়ে নিন।

কতক্ষণ ধরে হাত ধোয়া উচিত

কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধরে হাত ধোয়া উচিত। হ্যান্ড স্যানিটাইজারের ক্ষেত্রেও তা প্রযোজ্য; কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধরে হাতে হ্যান্ড স্যানিটাইজার ঘষুন। ২০ সেকেন্ড নিশ্চিত করার একটি সহজ উপায় হলো 'হ্যাপি বার্থডে টু ইউ' পুরো গানটি পরপর দুইবার গাওয়া।

কখন কখন হাত ধোয়া উচিত

কোভিড-১৯ প্রতিরোধের ক্ষেত্রে নিম্নে উল্লিখিত সময়গুলোতে আপনাকে হাত ধোয়ার বিষয়টি নিশ্চিত করতে হবে :

- হাঁচি, কাশি ও হাত দিয়ে নাক ঝাড়ার পর
- সর্বসাধারণের জন্য উন্মুক্ত কোনও স্থান, গণপরিবহন, বাজার এবং উপাসনালয় থেকে ফেরার পরে
- বাড়ির বাইরে কোনও পৃষ্ঠতল, বস্তু এবং টাকা স্পর্শ করার পরে
- অসুস্থ কোনও ব্যক্তিকে সেবা করার আগে ও পরে
- খাবার খাওয়ার আগে ও পরে

- এছাড়া সাধারণত নিম্নে উল্লিখিত সময়ে অবশ্যই আপনার হাত ধুয়ে নেওয়া উচিত :
  - টয়লেট ব্যবহারের পর
  - খাবার খাওয়ার আগে ও পরে
  - আবর্জনা সামলানোর পর
  - প্রাণি ও গৃহপালিত পশুপাখি স্পর্শ করার পর
  - শিশুদের ডায়াপার পাল্টানোর পর এবং তাদেরকে টয়লেট ব্যবহারে সহযোগিতা করার পর
  - হাতে দৃশ্যমান ময়লা থাকলে

কোনটি উত্তম

সাবান-পানি দিয়ে হাত ধোয়া নাকি হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করা?

সাধারণত, সঠিক পদ্ধতিতে সাবান-পানি দিয়ে হাত ধোয়া বা হ্যান্ড স্যানিটাইজারের ব্যবহার উভয়ের মাধ্যমেই বেশিরভাগ ক্ষেত্রে হাতকে কার্যকরভাবে জীবাণুমুক্ত করা যায়। ভাইরাসের বাইরের আবরণটি ধ্বংসের মাধ্যমে সাবান করোনা ভাইরাসকে মেরে ফেলতে সক্ষম।

আপনার হাতে যদি ময়লা থাকে, তবে সাবান ও পানি দিয়ে হাত ধোয়া উচিত। দৃশ্যমান ময়লা পরিষ্কারের ক্ষেত্রে হ্যান্ড স্যানিটাইজার ততটা কার্যকর নয়। ঘরের বাইরে অবস্থানের সময় হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার সুবিধাজনক হতে পারে কিন্তু এটি ব্যয়বহুল ও জরুরি পরিস্থিতিতে হাতের কাছে নাও পাওয়া যেতে পারে। অ্যালকোহল-মিশ্রিত হ্যান্ড স্যানিটাইজার করোনা ভাইরাস ধ্বংস করলেও সব ধরনের ব্যাকটেরিয়া এবং ভাইরাস ধ্বংস করতে সক্ষম নয়। উদাহরণস্বরূপ, ডায়রিয়ার জন্য দায়ী কনোরোভাইরাস এবং রোটাভাইরাস ধ্বংস করতে পারে না। হ্যান্ড স্যানিটাইজার কোনোভাবে গিলে ফেললে এটি বিষাক্ত প্রমাণিত হতে পারে, তাই শিশুদের নাগালের বাইরে বড়দের তত্ত্বাবধানে রাখতে হবে।

সাবান না থাকলে কী করব?

সাবান ও প্রবাহমান পানি না থাকলে ন্যূনতম ৬০ শতাংশ অ্যালকোহল রয়েছে এমন হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার দ্বিতীয় উত্তম বিকল্প হতে পারে। ছাইয়ের ব্যবহার ব্যাকটেরিয়া অপসারণ করতে কিছুটা সক্ষম হলেও পুরোপুরি নয়।

কোয়ারেন্টাইন ও আইসোলেশন কী?

কোয়ারেন্টাইন

কোয়ারেন্টাইনের মাধ্যমে সেই সকল সুস্থ ব্যক্তিদের (যারা কোনও সংক্রামক রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শে এসেছে) অন্য সুস্থ ব্যক্তি থেকে আলাদা রাখা হয়, তাদের গতিবিধি নিয়ন্ত্রণ করা হয় এবং তারা এ সংক্রামক রোগে আক্রান্ত হয় কি না তা পর্যবেক্ষণ করা হয়।

আইসোলেশন

আইসোলেশনের মাধ্যমে সংক্রামক রোগে আক্রান্ত অসুস্থ ব্যক্তিদের অন্য সুস্থ ব্যক্তি হতে আলাদা রাখা হয়।

(বিস্তারিত জানতে নিরাপদে পুনরায় বিদ্যালয় চালু বিষয়ক ব্যবহারিক হ্যান্ডবুকটি ব্যবহার করুন)

সংযুক্তি ১

বিদ্যালয়ে ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন

প্রতিটি দেশ বা সমাজের মূল উদ্দেশ্য থাকে শিশুদের জীবনমান উন্নয়ন ও সার্বিক নিরাপত্তা বিধান করা। বিভিন্ন দুর্যোগে শিশুরাই যে সবচেয়ে বেশি ঝুঁকির মধ্যে থাকে এটি বিভিন্ন তথ্য-উপাত্ত দ্বারা সুপ্রতিষ্ঠিত; তবে একই সময়ে তারা দুর্যোগ মোকাবিলায় শক্তিশালী এবং কার্যকরী যোগাযোগ মাধ্যম হিসেবে ভূমিকা রাখতে পারে, বিশেষত বিদ্যালয়ে শেখা শিক্ষাগুলো তারা সহজেই পরিবারে ছড়িয়ে দেয়।

এ রকম বেশ কিছু দৃষ্টান্ত পাওয়া যায় যে, বিদ্যালয়ে নিরাপত্তা বিষয়ক শিখনের ফলে, পারিবারিক নিরাপত্তা অথবা গৃহস্থালির জিনিসপত্রের সংরক্ষণের মতো কাজগুলো করা সম্ভব হয়েছে। তাই বিদ্যালয়ের পাঠ্যক্রমে দুর্যোগ সচেতনতা এবং ঝুঁকিহ্রাস বিষয়ক শিখন অন্তর্ভুক্ত হলে ছাত্র-ছাত্রী এবং শিক্ষকদের মধ্যে পারিপার্শ্বিক পরিবেশ নিয়ে সচেতনতা তৈরি হয়, যা মূলত কমিউনিটির দুর্যোগ ঝুঁকিহ্রাসে সহায়তা করে।

আমরা ভূমিকম্প রোধ করতে পারবো না, ঝড়ো বাতাসকে থামাতে পারবো না কিংবা বৃষ্টিকে বন্ধ করতে পারবো না। তবে যথাযথ ঝুঁকি নিরূপণ ও পরিকল্পনা, পরিবেশ ও কাঠামোগত সুরক্ষা এবং সাড়া প্রদান প্রস্তুতি গ্রহণ করলে এই ঘটনাগুলোকে আমরা দুর্যোগ হয়ে ওঠা থেকে রোধ করতে পারব। যেহেতু আমাদের বিদ্যালয়গুলো জ্ঞান এবং দক্ষতা বিনিময়ের সর্বোত্তম মাধ্যম, তাই দুর্যোগ প্রতিরোধের ক্ষেত্রে অগ্রণী ভূমিকা পালন করবার জন্য বিদ্যালয়গুলোর কাছে আমাদের প্রত্যাশা অনেক বেশি।

এই কারণে বিদ্যালয়ের মাধ্যমে দুর্যোগ সম্পর্কে সচেতন হয়ে ওঠার বিষয়টি অনেক বেশি গুরুত্ব বহন করে, বিশেষত বাংলাদেশে, যেখানে বিভিন্ন মাত্রার দুর্যোগের প্রাদুর্ভাব রয়েছে। বিগত বছরগুলোতে ঘটে যাওয়া ভয়াবহ ঘূর্ণিঝড়, বন্যা এবং অন্যান্য প্রাকৃতিক দুর্যোগের ফলে যে ক্ষয়ক্ষতি হয়েছে, তা আমাদের ভবিষ্যতে আরও বেশি সচেতন হতে ও প্রস্তুতি গ্রহণের প্রয়োজনীয়তা প্রমাণ করেছে। এই লক্ষ্যে ২০১২ সালে দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা আইন পাশ হয়েছে, যার মাধ্যমে দুর্যোগের ক্ষয়ক্ষতি কমিয়ে আনার জন্যে আইনগত এবং প্রাতিষ্ঠানিক কাঠামোর উপর জোর দেয়া হয়েছে।

একটি নিরাপদ এবং দুর্যোগ সহনশীল সমাজ গঠনের জন্য শিক্ষাই হচ্ছে সর্বোত্তম মাধ্যম। আর স্কুল হচ্ছে অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ প্রতিষ্ঠান যেখানে জ্ঞান, উদ্ভাবন ও শেখার মাধ্যমে দুর্যোগ ঝুঁকি হ্রাস করা যায়। দুর্যোগের প্রতিরোধ ও প্রস্তুতির সংস্কৃতি তৈরির ক্ষেত্রে ছাত্র-শিক্ষকদের ভূমিকাই মুখ্য, কারণ তারা তাদের জ্ঞান এবং দক্ষতা পরিবার ও সমাজের মধ্যে সহজে ছড়িয়ে দিতে পারেন। তাই আমাদের পৃথিবীকে একটি নিরাপদ আবাস হিসেবে গড়ার পাশাপাশি টেকসই উন্নত সমাজ গঠনের জন্য বিদ্যালয় দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা কার্যক্রমে ছাত্র-শিক্ষকদের সক্রিয় অংশগ্রহণ একান্ত প্রয়োজন।

বিদ্যালয়ে দুর্যোগ নিরাপত্তা দল গঠন এবং প্রশিক্ষণ, জনসচেতনতা তৈরি, বিদ্যালয়ের জন্য বিপদাপন্ন এবং আপদ বিশ্লেষণ, বহির্গমন পথ ও নিরাপদ স্থান চিহ্নিত করে বিদ্যালয় এবং গ্রামের মানচিত্র তৈরি, কমিউনিটির সাথে সমন্বয় এবং সর্বোপরি ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন বিদ্যালয় কমিউনিটিকে জরুরি পরিস্থিতিতে জীবন-সম্পদ রক্ষায় প্রস্তুতি গ্রহণে এবং যথাযথ ভূমিকা রাখতে সহায়তা করবে।

ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন কী?

ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন হচ্ছে দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা পরিকল্পনার উপযোগিতা পরীক্ষা করে দেখা। ভূমিকম্প, অগ্নি, বন্যা বা সাইক্লোন বিষয়ক এক বা দুই ঘণ্টার একটি ছায়া অনুশীলন আয়োজনের জন্য যথাযথ পরিকল্পনা এবং প্রস্তুতির প্রয়োজন হয়। অংশগ্রহণমূলক এই প্রক্রিয়ার মাধ্যমে যেকোনও জরুরি অবস্থায়, উদ্ধার প্রক্রিয়া এবং নিরাপত্তা বিষয় কার্যক্রমগুলো

অনুশীলন করা হয়। যেমন, অগ্নিকাণ্ড বিষয়ক ছায়া অনুশীলনে ফায়ার অ্যালার্ম বাজিয়ে দেয়া হয় এবং ভবনটি এমনভাবে খালি করে দেয়া হয় যেন সত্যিই সেখানে আগুন ধরে গেছে। এই ধরনের ক্ষেত্রে পুরো ভবনটি খালি করতে কী পরিমাণ সময় লাগলো তা পরিমাপ করে নিশ্চিত করা হয় যে, নিরাপদ সময়ের মধ্যেই ভবনটি খালি করা গিয়েছে কি না।

ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের উদ্দেশ্য কী?

কর্মকর্তা, শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের প্রশিক্ষণ এবং শিখনের মাধ্যমে যেকোনও অপ্রত্যাশিত দুর্যোগ যেমন সাইক্লোন, ঘূর্ণিঝড়, ভূমিকম্প এবং অগ্নিকান্ডে কীভাবে প্রতিক্রিয়া দেখাতে হবে সে সম্পর্কে অবহিত করা, কেননা এই ধরনের দুর্যোগগুলো খুব কম সময়ে এবং কোনও ধরনের পূর্বলক্ষণ ছাড়াই সংঘটিত হয়ে যায়।

- ছায়া অনুশীলন এবং উদ্ধার কাজ পরিচালনার মাধ্যমে স্কুলের কর্মকর্তা, শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের সাহস এবং আত্মবিশ্বাস বাড়িয়ে তোলা।
- বিদ্যালয়ের কর্মকর্তা, শিক্ষক এবং ছাত্র-ছাত্রীদের জীবন রক্ষাকারী এবং উদ্ধার কার্যক্রমের নানা ধরনের কৌশল শিখিয়ে দেয়া যেন তারা জরুরি অবস্থায় মানুষের জীবন রক্ষায় যথাযথ ভূমিকা রাখতে পারে।
- বিদ্যালয়ে দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা পরিকল্পনা কার্যকারিতা পরীক্ষা করে দেখা এবং আরও বেশি কার্যকর করার জন্য প্রয়োজনীয় উন্নয়ন সাধন করা।
- সংশ্লিষ্ট সকলের দায়িত্ব-কর্তব্য সম্পর্কে পরিষ্কার ধারণা অর্জন করা ।

বিদ্যালয়ে ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনকে দুটি ভাগে ভাগ করা যায়

পূর্বে ঘোষিত ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন- যখন স্কুলের কর্মকর্তা, ছাত্র-শিক্ষক সকলেই ছায়া অনুশীলন সম্পর্কে আগে থেকেই জানতে পারে, তাকে পূর্বে ঘোষিত ছায়া অনুশীলন বলা হয়। এই ধরনের পূর্বে ঘোষিত অনুশীলনের লক্ষ্য হচ্ছে :

- অংশগ্রহণকারীদের সকলেই যেন নিরাপদে বেরিয়ে যাবার বা বহির্গমনের প্রক্রিয়াটি আগেই জেনে এবং বুঝে নিতে পারে তা নিশ্চিত করা।
- অংশগ্রহণকারীরা কীভাবে আকস্মিক কোনও বিপর্যয়ের মোকাবিলা করবে তা পরীক্ষা করা (যেমন, আগে থেকেই বন্ধ করে রাখা পথটি কীভাবে তারা অতিক্রম করে)।
- অংশগ্রহণকারীরা কীভাবে সহায়ক সামগ্রী (অগ্নি-নির্বাপক যন্ত্র, গো-কিট, প্রাথমিক চিকিৎসা বাক্স) খুঁজে বের করবে এবং ব্যবহার করবে তাদের সেই সক্ষমতা যাচাই করা।

অঘোষিত ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন : অঘোষিত ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের মাধ্যমে যেকোনো আকস্মিক বিপর্যয় বা দুর্যোগে মানুষের প্রতিক্রিয়া এবং সক্ষমতা যাচাই করা যায়। এক্ষেত্রে বিদ্যালয়ে সকলের ড্রিল অনুশীলনের উপরে স্বচ্ছ ধারণা এবং দক্ষতা অর্জিত হবার পরই কেবল অঘোষিত ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন আয়োজন করা যেতে পারে।

এই ধরনের অঘোষিত ছায়া অনুশীলনের লক্ষ্য হচ্ছে

- বিদ্যালয়ের সকলেই পরিষ্কারভাবে অ্যালার্ম শুনতে/বুঝতে পারে কি না তা নিশ্চিত করা।
- বিদ্যালয়ের কর্মকর্তা, ছাত্র-শিক্ষকরা নিরাপদে বেরিয়ে যাবার বা বহির্গমনের পথগুলো সঠিকভাবে জানে কি না তা পরীক্ষা করা।
- বিদ্যালয়ের বিশেষ দায়িত্বে (জরুরি অবস্থায়) থাকা কর্মকর্তা, স্বেচ্ছাসেবক এবং শিক্ষকেরা তাদের কাজ যথাযথভাবে বুঝেছে কি না তা পরীক্ষা করে দেখা
- পুরো বিদ্যালয় ভবন খালি করতে কতটা সময় লাগলো তা পরিমাপ করা।

ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের প্রস্তুতির জন্য যা যা করণীয়

- শ্রেণিকক্ষ, বিদ্যালয় ও এর আশেপাশের চিত্রসহ বহির্গমন পথ নির্দেশক মানচিত্র তৈরি করে ক্লাসরুমে এবং অন্যান্য দর্শনীয় জায়গায় টাঙিয়ে/লাগিয়ে রাখতে হবে।
- বিদ্যালয়ের ব্যবস্থাপনা কমিটিসহ অন্যরা ড্রিল বা ছায়া অনুশীলনের গাইডলাইন ভালোভাবে জানবে এবং এর বিভিন্ন দিক সম্পর্কে পরিস্কার ধারণা রাখবে।
- সতর্ক সংকেত/অ্যালার্ম বাজানোর জন্য যে বা যারা দায়িত্ব পালন করবে তারা সিদ্ধান্ত নেবে কোন ধরনের সংকেত কীভাবে বাজানো হবে (বেল, ঘণ্টা, বাঁশি, মেগাফোন ইত্যাদি) এবং অন্যদের এই সংকেত সম্পর্কে ভালোভাবে বুঝিয়ে দেবে।
- দুর্যোগের ধরন অনুযায়ী বহির্গমন পথের নির্দেশনা ও নিরাপদ স্থানে সমাবেশের জন্য জায়গাটি পূর্বেই চিহ্নিত করে রাখতে হবে।
- অ্যালার্ম বাজলে বা সংকেত শুনলে কী করতে হবে সেটি সকল কর্মকর্তা এবং ছাত্র-ছাত্রীদের অবশ্যই জানা থাকতে হবে।
- অভিভাবকদের এই ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন সম্পর্কে অবগত করতে হবে যেন তারা বহির্গমন প্রক্রিয়ায় কোনও বাধা সৃষ্টি না করে।
- সংশ্লিষ্ট অন্যান্য সংস্থাসমূহ, যেমন : ইউডিএমসি, স্থানীয় প্রশাসন, স্কাউটদের ড্রিল বা ছায়া অনুশীলন সম্পর্কে অবহিত করতে হবে এবং আমন্ত্রণ জানাতে হবে।

মনে রাখা প্রয়োজন

- প্রতিটি ছাত্র-ছাত্রী যেন ক্লাস থেকে বের হয়ে যায় তা নিশ্চিত করতে হবে।
- ক্লাস থেকে বের হবার জন্য সকলকে সারিবদ্ধভাবে দাঁড়াতে হবে, একজন একজন করে বের হতে হবে এবং বাইরের নিরাপদ স্থান বা সমাবেশ স্থলে জড়ো হতে হবে। দৌড়াদৌড়ি, ধাক্কাধাক্কি বা চেঁচামেচি করা যাবে না, কারণ আতঙ্কগ্রস্ত হওয়া এবং পদপৃষ্ঠ হওয়া রোধ করার জন্য এটা গুরুত্বপূর্ণ।
- যদি কোনও আহত ছাত্র-ছাত্রী ক্লাসে থাকে যে বা যারা নিজে বের হতে সক্ষম না, শিক্ষক অন্যদের সাহায্যে তাদের বের করে আনবেন।
- সবাই বেরিয়ে যাবার পরে শিক্ষক ক্লাস থেকে বের হবেন এবং ছাত্র-ছাত্রীদের সাথে হাঁটবেন।
- নিরাপদ স্থানে আসার পর মাথা গণনা করা হবে, কেউ অনুপস্থিত রয়ে গেলে তা স্কুল কর্তৃপক্ষ এবং উদ্ধারকারী দলকে জানাতে হবে।
- সবার শেষে বিদ্যালয়ের মূল্যবান জিনিসপত্র তালাবন্ধ করে প্রধান শিক্ষক বের হবেন।
- যদি বিদ্যালয় প্রাঙ্গণ থেকে বাইরে সরে যাবার প্রয়োজন হয়, সেক্ষেত্রে শিশুদের নিরাপদে চৌরাস্তা/রাস্তা পার করতে স্বেচ্ছাসেবক/ট্রাফিক পুলিশের সাহায্য নিতে হবে।

সকল অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে মতামত নিয়ে প্রয়োজনে বিদ্যালয় ড্রিল গাইডলাইন সংশোধন করা যেতে পারে।

সংযুক্তি ২

নিরাপত্তা কিট (Go Kit)

আগে থেকেই নিরাপত্তা কিট প্রস্তুত করে রাখতে হবে এবং তা শ্রেণিকক্ষের দরজার পাশে বা সহজেই পাওয়া যায় এমন একটি জায়গায় রাখতে হবে। এই নিরাপত্তা কিট এর উপকরণগুলোর মধ্যে থাকতে পারে :

- সকল ছাত্র-ছাত্রী ও অভিভাবকদের ছবি সম্বলিত নামের তালিকা (ফোন নম্বরসহ)
- বিশেষ সহায়তা প্রয়োজন এমন শিক্ষার্থীর তালিকা
- শিক্ষক ও কর্মচারীদের তালিকা (ফোন নম্বরসহ)
- স্ট্যান্ডার্ড অপারেটিং প্রসিডিওর
- নিকটবর্তী আশ্রয়কেন্দ্রের তালিকা
- স্বেচ্ছাসেবকদের চিহ্নিত করতে দূর থেকে দৃশ্যমান হয় এমন ব্যাজ/স্যাশে/পোশাক/টুপি, স্বেচ্ছাসেবকদের কাজের জন্যে হুইসেল
- প্রাথমিক চিকিৎসার উপকরণ, ব্যাটারিসহ টর্চ লাইট এবং সম্ভব হলে অতিরিক্ত ব্যাটারিসহ রেডিও রাখা যেতে পারে। প্রয়োজনে মোবাইল ফোন থেকেও রেডিও ব্যবহার করা যেতে পারে।
- অগ্নিনিরোধক যন্ত্র এবং এটিকে অপারেট করার ম্যানুয়াল
- লাইফ জ্যাকেট, দড়ি, টিউব ইত্যাদি