

ইতেন্ট নির্দেশিকা

অনেক অনেক
কারণ

৬ অক্টোবর

বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবস





বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবস সম্পর্কে

সেরিব্রাল পোলজি হলো এমন এক প্রতিবন্ধিত যা সবচেয়ে কম বোঝা যায়—এবং সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত ব্যক্তিরা প্রায়ই চেথের আড়ালে, মনের আড়ালে এবং বিশ্বব্যাপী কমিউনিটির পছন্দের (option) বাইরে থাকে। এটা পরিবর্তন করা প্রয়োজন। বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবস বিশ্বব্যাপী 75-টিরও বেশি দেশে সেরিব্রাল পোলজি রোগী, তাদের পরিবার, সহায়তাকারী এবং সংগঠনকে একত্রিত করে। সবার উদ্দেশ্য হলো পৃথিবীর অন্য যে কারো মতো সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত শিশু এবং প্রাপ্তবয়স্কদের অধিকার, অ্যাক্সেস এবং সুযোগ সমৃদ্ধ ভবিষ্যত নিশ্চিত করা।

অনেক অনেক কারণ সম্পর্কে

বিশ্বব্যাপী ১ কোটি ৭ লক্ষেরও বেশি মানুষ সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত, তাই অনেক অনেক কারণ ৬ অঙ্কোবর আপনার কথা বলবে। সেরিব্রাল পোলজি সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টি ও কার্যক্রম নির্ধারণ করতে, কমিউনিটি ও এর বৈচিত্র্য উদ্ঘাপন করতে, এবং বিশ্বকে একটি উন্নত স্থান হিসেবে গড়ে তুলতে সাহায্য করার লক্ষ্যে এই বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবস আন্দোলনে যোগ দিন। কারণ সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত প্রত্যেক ব্যক্তিই পরিবর্তনের জন্য সংগ্রামের কারণ।

শুরু

→ আমাদের অনুসরণ করুন

ফেসবুক, টুইটার এবং ইনস্টাগ্রামে আমরা @worldcpday-এ রয়েছি। আমরা প্রচারণার মাধ্যমে আপনাকে আমাদের পোস্টগুলো শেয়ার এবং কন্টেন্ট পুনরায় ব্যবহার করতে উৎসাহিত করছি!

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম নির্দেশিকা

আপনার সামাজিক চ্যানেলগুলোতে #MillionOfReasons সম্পর্কে পোস্ট করার চারটি ভিন্ন উপায় রয়েছে। আপনার অনুসারীদের সম্পৃক্ত করার এবং তাদেরকে বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবসের যাত্রায় শামিল করার উপায় হিসাবে প্রত্যেক ধরনের পোস্ট এবং পরামর্শের জন্য নিচে বার্তা প্রেরণের নির্দেশিকা রয়েছে।

1. অনেক অনেক কারণকে পরিচয় করিয়ে দিন
2. আপনার অনুসারীদেরকে তাদের কারণ শেয়ার করার জন্য আমন্ত্রণ জানান
3. সেরিব্রাল পোলজি বিষয়ক ভুল ধারণা সম্পর্কে আপনার অনুসারীদের শিক্ষিত করে তুলুন
4. আপনার সবচেয়ে প্রয়োজনীয় পরিবর্তনকে কেন্দ্র করে আপনার কমিউনিটির সমাবেশ করুন

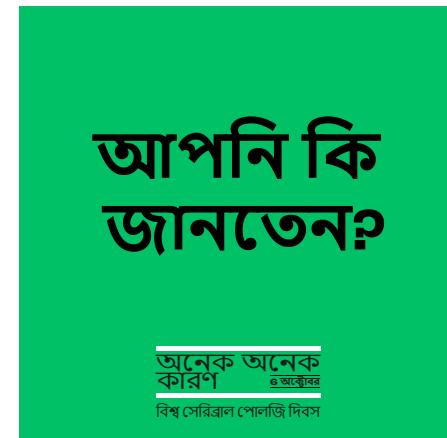
হিরো পোস্ট

আপনার অনুসারীদের কাছে প্রচারণা চালানোর
লক্ষ্যে এই কন্টেন্ট তৈরি করা হয়েছে।

মিথ বাস্টার্স

এই কন্টেন্ট সচেতনতা বাড়াতে এবং ভুল
ধারণা পরিবর্তনে কাজ করে। শেয়ারযোগ্য
সত্য-নির্ভর কন্টেন্ট ব্যবহার করে আমরা যে
কাউকে এই কন্টেন্ট পুনরায় পোস্ট করার
মাধ্যমে বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবসে অংশ
নিতে উৎসাহিত করতে পারি।

উদাহরণ গ্রাফিক্স



প্রস্তাবিত পোস্ট কপি

অনেক অনেক কারণ ৬ অক্টোবর
বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবস

#MillionsofReasons

#WorldCerebralPalsyDay

.....পরের পৃষ্ঠায় আপনি পোস্ট সম্পর্কে কিছু নির্বাচিত
পোরাণিক কাহিনি এবং তথ্য পাবেন.....

ট্যাগ করতে ভুলবেন না

#MillionsofReasons

#WorldCerebralPalsyDay

কারণসমূহ

এই কন্টেন্ট আপনার কমিউনিটির লোকদের
সেরিব্রাল পোলজি সম্পর্কে কথা বলার এবং
তা উদযাপনের পিছনে তাদের কারণ সম্পর্কে
পোস্ট করার আমন্ত্রণ জানায়।

অনেক অনেক আহ্বান

আপনার প্রতিষ্ঠানের কি এমন কোনো লক্ষ্য
আছে যার জন্য আপনি কাজ করছেন?
আপনার নেটওয়ার্কের শক্তি ব্যবহার করে বিশ্ব
সেরিব্রাল পোলজি দিবসকে আপনার অবস্থানে
সবচেয়ে বেশি প্রয়োজনীয় হস্তক্ষেপের আহ্বান
জানানোর জন্য পদক্ষেপ গ্রহণের দিন হিসাবে
ব্যবহার করুন।



বিশ্বব্যাপী ১ কোটি ৭০ লাখেরও বেশি মানুষ সেরিব্রাল
পোলজি আক্রান্ত, তাই অনেক অনেক কারণ ৬ অক্টোবর
সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত মানুষের জন্য উদযাপন এবং
তাদেরকে সমর্থন করবে।

উদাহরণস্বরূপ, আমরা সব ভবনে প্রবেশযোগ্য অ্যাক্সে
স্স দানের জন্য সরকারের প্রতি আহ্বান জনাচ্ছি।

#MillionsofReasons

#WorldCerebralPalsyDay

মিথ বাস্টিং কন্টেন্ট

এসব কন্টেন্ট এর উদ্দেশ্য হলো সেরিব্রাল পোলজি সম্পর্কে প্রচলিত পৌরাণিক কাহিনি ভঙ্গে দেওয়া এবং অবস্থার মাত্রা এবং বাস্তবতা তুলে ধরা।

পৌরাণিক কাহিনি: বেশিরভাগ ক্ষেত্রে জন্মের সময় অক্সিজেনের অভাবে সেরিব্রাল পোলজি হয়ে থাকে

বাস্তবতা: অগ্ন সংখ্যক মানুষের জন্য জন্মের সময় জটিলতার কারণে সেরিব্রাল পোলজি হয়ে থাকে। বেশিরভাগ মানুষের ক্ষেত্রে গর্ভবাস্থায়, জন্মের সময় এবং জীবনের প্রথম বছরে বিভিন্ন ঝুঁকির জটিল সংমিশ্রণ থেকে সেরিব্রাল পোলজি দেখা দেয়।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত সব মানুষেরই বৃদ্ধিবৃত্তিক প্রতিবন্ধিত্ব রয়েছে

বাস্তবতা: সেরিব্রাল পোলজি নড়াচড়া এবং অঙ্গভঙ্গকে প্রভাবিত করে, এবং সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত বেশিরভাগ লোকের (55%) কোনো বৃদ্ধিবৃত্তিক প্রতিবন্ধিত নেই। যাদের আছে তাদের বৃদ্ধিবৃত্তিক প্রতিবন্ধিতের মাত্রা হালকা থেকে গুরুতর হতে পারে।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজি বিরল

বাস্তবতা: সেরিব্রাল পোলজি হলো শৈশবকালের সবচেয়ে বড় শারীরিক প্রতিবন্ধিত্ব এবং সাধারণভাবে শিশুদের মধ্যে দীর্ঘস্থায়ী প্রতিবন্ধিতের অন্যতম কারণ। বিশ্বব্যাপী 1 কোটি 70 লাখেরও বেশি মানুষ সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজি রোগীরা বেশি দিন বাঁচে না

বাস্তবতা: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত বেশিরভাগ মানুষ সুস্থ এবং সাধারণ জনগণের গড় আয়ুর ন্যায় দীর্ঘকাল বেঁচে থাকার প্রত্যাশা করতে পারে।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত ব্যক্তিরা স্বতন্ত্রভাবে জীবনযাপন করতে পারে না

বাস্তবতা: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত অনেকে প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তি স্বতন্ত্রভাবে জীবনযাপন করে, তবে অন্যদের এখনো কিছু সাহায্যের প্রয়োজন হতে পারে। স্বতন্ত্রভাবে জীবনযাপনকারী সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত প্রাপ্তবয়স্করা নিম্নলিখিত কৌশলগুলো ব্যবহার করতে পারে:

- সহজ তৎপরতা সহায়ক এবং চলাচলের সরঞ্জামসহ সহায়ক প্রযুক্তি।
- হাইলেচেয়ার ব্যবহারকারীদের জন্য নিচু কাউন্টার টপ এর মতো বাড়ি এবং কম্ফুলের সংস্কার।
- গৃহস্থালির কাজের মতো সন্তানের কাঠিন কাজের জন্য ব্যক্তিগত পরিচর্বা সহায়তা।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত ব্যক্তিদের সন্তান হয় না

বাস্তবতা: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত অনেকে প্রাপ্তবয়স্কই সন্তান লাভ করতে পারে। সেরিব্রাল পোলজি ব্যক্তির সন্তান লাভের ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে মর্মে কোনো প্রমাণ নেই। তাছাড়া, শুধুমাত্র বল্ল সংখ্যক ব্যক্তি জিনগত কারণে সেরিব্রাল পোলজি আক্রান্ত হয় এবং এ অবস্থা সাধারণত বংশগত নয়।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত সবাই কথা বলতে অক্ষম

বাস্তবতা: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত বেশিরভাগ মানুষ কথার মাধ্যমে ঘোগাযোগ করে। সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত ব্যক্তিরা অঙ্গভঙ্গি, সংকেত এবং কথা বলায় সহায়ক ডিভাইস ব্যবহার করে তাদের প্রয়োজন এবং ইচ্ছা প্রকাশ করতে পারে।

 **লক্ষ্য:** সেরিব্রাল পোলজি কমিউনিটিকে আকর্ষক শেয়ার গ্রাফিক্স প্রদান যা তাদের বৃহত্তর ডিজিটাল নেটওয়ার্কে সেরিব্রাল পোলজির বাস্তবতা সম্পর্কে সচেতনতা বাড়াতে তাদের ডিজিটাল চ্যানেল জুড়ে ব্যবহার করা যেতে পারে।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজি সবার ক্ষেত্রে একই রকম

বাস্তবতা: সেরিব্রাল পোলজি কোনো রোগ নয় এবং কোনোভাবেই এক ব্যক্তি থেকে অন্য ব্যক্তিতে সংক্রমিত হতে পারে না। আপনি নিজের বা সন্তানের মধ্যে সেরিব্রাল পোলজির কোনো প্রকার সংক্রমণের ঝুঁকি ছাড়াই শিশু বা প্রাপ্তবয়স্কদের ধরতে, তাদের সাথে খেলতে বা মিথস্ক্রিয়া করতে পারেন।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত ব্যক্তিদের জীবনযাত্রার মান নিম্ন

বাস্তবতা: উচ্চ আয়ের এবং অনেকে মধ্য আয়ের কমিউনিটির মধ্যে সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত বেশিরভাগ মানুষ সুস্থ এবং অর্থপূর্ণ অধ্যয়ন, শখ এবং খেলাধূলা উপভোগ করে থাকে। উদাহরণস্বরূপ, ইউরোপে সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত 431 জন কিশোর-কিশোরীর উপর এক জরিপে দেখা গেছে যে, তাদের জীবনযাত্রার মান তাদের সক্ষম দেহ সম্পর্ক সঙ্গীদের মতোই; একমাত্র যে ক্ষেত্রে তাদের নিম্ন জীবনযাত্রা পরিলক্ষিত হয়েছে তা হলো 'বন্ধু' ও সঙ্গীদের সামাজিক সহায়তা।

পৌরাণিক কাহিনি: সেরিব্রাল পোলজি আক্রান্ত ব্যক্তিরা ছাইল চেয়ার ব্যবহার করবে

বাস্তবতা: গুরুতর সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত ব্যক্তিরা ছাইলচেয়ার ব্যবহার করলেও আরও অসংখ্য মানুষ আছে যারা কোনো ধরনের সাহায্য ছাড়াই হাঁটতে এবং দোড়াতে পারে। প্রতি 4 জনের মধ্যে মাত্রা 1 জন হাঁটতে পারে না। বিভিন্ন ব্যক্তি বিভিন্নভাবে সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত হয় এবং এর প্রভাব ব্যক্তি থেকে ব্যক্তিতে ভিন্ন হয়।

উপকরণ

আমাদের কাছে অনেক সরঞ্জাম এবং উপকরণ রয়েছে যা আপনার বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবসের পরিকল্পনায় ব্যবহার করা যেতে পারে। নিচের উপকরণগুলো ডাউনলোড করতে worldcpday.org/tools-এ যান। আমাদের বার্তা দূর-দূরান্তে ছড়িয়ে দেওয়ার বিষয়টি নিশ্চিত করতে এর প্রত্যেকটি একাধিক ভাষায় অনুবাদ করা হবে।

লোগো

- অনেক অনেক কারণ - বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবস 6 অক্টোবর

পোস্টার

- অনেক অনেক কারণ প্রিন্ট পোস্টার
- অনেক অনেক কারণ ডিজিটাল পোস্টার

এই পোস্টার কোনো ক্যাফে, স্টোরের
সম্মুখভাগ বা আপনার স্থানীয় ব্যবসা
প্রতিষ্ঠানে লাগানোর কথা বিবেচনা করুন।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম

- অনেক অনেক কারণ সোশ্যাল টাইলস
- অনেক অনেক কারণ ফেসবুক হেডার

শিক্ষাগত

- সেরিব্রাল পোলজি ইনফোগ্রাফিক কী
- সেরিব্রাল পোলজি স্লাইড শো কী
- রোগ নির্ণয় ও চিকিৎসার পোস্টার
- আমার প্রিয় শব্দ সংশ্লিষ্ট পোস্টার

অনেক অনেক কারণকে সক্রিয় করার উপায় সম্পর্কে
আপনার কোনো নির্দেশনা বা পরামর্শের প্রয়োজন হলে
অনুগ্রহ করে contact@worldcpday.org-এ যোগাযোগ
করুন

বিশ্ব
সেরিব্রাল
পোলজি
দিবস

6 অক্টোবর

বিশ্বব্যাপী সেরিব্রাল পোলজিতে
এ কোটি ২০ লাখেরও বেশি মানুষ আক্রান্ত,
যা অনেক অনেক কারণকে বিশ্ব
সেরিব্রাল পোলজি দিবসে কথা
বলতে উদ্বৃক্ষ করে।

সেরিব্রাল পোলজি সম্পর্কে সচেতনতা সঞ্চি
ও কার্যক্রম উন্নুক করতে, কমিউনিটি
ও এর বৈচিত্র্যময় সম্মতা উদ্বাপন করতে,
এবং বিশ্বকে একটি উন্নত হাল দিবসে গতে
তুলতে সাহায্য করার লক্ষ্যে এই বিশ্ব সেরিব্রাল
পোলজি দিবস আস্বেলানে যোগ দিন।

কারণ সেরিব্রাল পোলজিতে আক্রান্ত
প্রত্যেক ব্যক্তিই পরিবর্তনের জন্য
সংগ্রামের কারণ।

অনেক অনেক
কারণ
ও অক্টোবর

বিশ্ব সেরিব্রাল পোলজি দিবস

#MillionsofReasons

#WorldCerebralPalsyDay

সম্পৃক্ত হতে ও আরও জানতে

worldcpday.org মনুন।