

Adolescent Healthcare

SIL Bangladesh helps communities achieve their development goals while retaining their Ethno linguistic identities.

'Oh my goodness! How can I do that? How will I talk about this topic in front of male staff?' This was my reaction a few years back when I was asked to develop a module about adolescent healthcare. In our context it is challenging to discuss physical or sexual health issues and it is considered inappropriate to use words related to sex. These issues are treated as secret and mysterious by society. Even parents are not comfortable to discuss these issues with their own children. For these reasons, many young people face serious challenges in their transition to adulthood and also have difficulties in finding out accurate information about adolescent mental, sexual and reproductive health.

There are many myths and taboos in our society. For example, when girls are menstruating they are sometimes restricted from going outside of the house, and they are discouraged from eating certain types of food including protein, oil and pickles. Boys are treated as bad characters if they have nocturnal emissions. Even young people who do get accurate information are often unable to access the services they need to act on this knowledge and protect their reproductive health.

As a development worker I gathered my courage and started work on it. The more I researched the topic, the more motivated I felt to spread awareness and make sure people got the right information. As a team we started developing a module with illustrations. We tried to include as much helpful information as possible, adding in the topics of early marriage and drug addiction. It took a whole month to develop the illustrations. Eventually we completed the task and the module was ready to use. Now, it's ready as named 'Eksathe Shikhi, Eksathe jani' (Learn together, Know together).



...SPECIAL COMMENTS

Through this awareness raising module and the discussions around it, all the adolescents in the community will have access to accurate information and be aware of their needs during puberty. This could help to break down taboos and myths, bringing positive changes for all generations.

... SNAPSHOTS ...
WHAT'S PLANNED FOR THIS MONTH

- Nov 05, 2019: Indigenous Year celebration with Mahle community.
- Nov 12-14, 2019: Series Awareness with Kol, Koda & Mahle community
- Nov 17-21, 2019: LtL Training.
- Nov 22-23, 2019: Effective Business Communication Training
- Nov 25-29, 2019: Project Documentary (CREM).
- Nov 28, 2019: Indigenous Year celebration with Kurux Community.
- Nov 29-30, 2019: Orthography & spelling rules workshop.

For more information on topics mentioned in this newsletter, please go to .

http: <http://www.silbangladesh.org/>

SIL BANGLADESH
LANGUAGE, EDUCATION AND DEVELOPMENT



SIL Bangladesh
Avenue 2, Road 15, House 974, Mirpur DOHS, Dhaka 1216.

To subscribe to this publication ...

E-mail: silupdate_bangladesh@sil.org

Feel free to forward this newsletter to others so that they can consider subscribing.

Adolescent Healthcare Cont'd

There was another challenge ahead of us, which was to train the field staff to deliver the module. We needed a high level of openness to give them confidence to discuss these issues as there is so much sensitive vocabulary and information. But we felt we were successful! Our field staffs are also very pleased to have learnt this important knowledge and to be able to raise awareness on these issues in their local areas. We all went through this transition to adulthood and future generations will go through it too. Therefore, education needs to start at home. But it is important to be careful about the way the modules and explanations are delivered. If it is done inappropriately, it could be a disaster and lead to uneasiness and concern amongst participants.

We hope that, through this awareness raising module and the discussions around it, all the adolescents in the community will have access to accurate information and be aware of their needs during puberty. This could help to break down taboos and myths, bringing positive changes for all generations.

Written by: Shanta Maria D' Costa.

ব্যক্তিগত জীবনে মাদকাসক্তির খারাপ প্রভাব এবং এর প্রতিরোধ ও মুক্তির উপায়

খারাপ প্রভাব

- মানসিক বা আবেগিক সমস্যা: উদ্বেগ বা দুশ্চিন্তা, মানসিক চাপ, বিষাক্তা অনেক দিনের মাদক ব্যবহারের ফলে হয়ে থাকে।
- আচরণগত সমস্যা: হিংসা/আক্রমণাত্মক আচরণ করে থাকে।
- কর্তৃত্বের সমস্যা:
 - কাজে অসম্মততা
 - কর্মক্ষেত্রের অবনতি
 - কাজে সফলতায়
 - চরিত্রহীন হওয়া

পরিবারিক সমস্যা: পরিবারের সদস্যদের সাথে ব্যক্তিগত সম্পর্ক নষ্ট হয়ে যায়।

প্রতিরোধ বা মুক্তির উপায়

- মাদক সেবন পরিত্যাগ করার সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা।
- খারাপ সঙ্গ ত্যাগ করা।
- সুভাবসাহী কোন বস্তু বা পরিবারের সদস্যদের সাহায্য চাওয়া।
- অভিজ্ঞত ডাক্তারের সাহায্য নেওয়া।
- চিকিৎসা চালিয়ে যাওয়া।
- পুনরায় মাদকাসক্ত না হওয়ার জন্য পদক্ষেপ গ্রহণ করা।

চলো মাদক ত্যাগ করি, সুস্থ সুন্দর জীবন গড়ি।

SIL International Bangladesh

বাল্যবিবাহ

বিবাহের সঠিক বয়স

বাল্যবিবাহ নির্দেশে আইন অনুসারে বরের বয়স ২১ ও কনের বয়স ১৮ বছর হতে হবে। এর পূর্বে কোনদিকেই তাদের বিয়ে দেয়া যাবে না। অর্থাৎ বয়সের বিয়ে একটি শারিহযোগ্য অপরাধ। বিয়েতে মেলে ও মেয়ে হারানো তা জানা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ একটি বিষয় এবং এটা তাদের আইনগত অধিকার।

বিয়ে একটি আনন্দ উৎসব, কিন্তু বাল্যবিবাহ কোন আনন্দ বয়ে আনে না। বাল্য বিবাহ একটি মেয়ে ও মেয়ের শিক্ষারকে সীমিত করে এবং তার শিক্ষা, স্বাস্থ্য, মিলনগত, পরিবারিক বিকাশকে সীমিত করে দেয়। সেখানে তার শিক্ষারই যত্ন পাবে না, সেই সাথে তাদের সংসারের পরিষ্কার দিতে হয়, যা তাদের ক্রিয়াকর্ম স্থানান্তরিত করে দেয়।

একটি মেয়ে ও একটি মেয়ের মধ্যে বিবাহ একটি বন্ধন হওয়া করে। আমাদের দেশে ঐ মেয়ে ও ঐ মেয়ের পরিবার ও তাদের আত্মীয়-স্বজনদের মধ্যেও একটি বন্ধন সৃষ্টি করে। তাই একটি বিবাহ অতীতে সন্তানের মরাতক ও অসুখস্বাস্থ্য অনুভবকারীকে সীমিত রাখত।

বাল্যবিবাহে নিরোধ আইন

- একই বছরের অধিক বয়স কোন পুরুষ বা আটাই বছরের অধিক বয়স নারী কোন শিশু বা নারীদের সঠিক বৈবাহিক সম্পর্ক স্থাপন করলে সেই ব্যক্তিকে দুই বছরের কারাদণ্ড বা পঞ্চাশ হাজার টাকা অর্থদণ্ডে দণ্ডিত হবে।
- কোন বাল্যবিবাহে অনুষ্ঠান, পরিচয়না বা ঐ বিষয়ে জড়িত থাকলে সেই ব্যক্তি দুই বছরের কারাদণ্ড বা পঞ্চাশ হাজার টাকা অর্থদণ্ডে দণ্ডিত হবে।

বাল্যবিবাহকে না বলব, সুখী সমাজ গঠন করব।

SIL International Bangladesh

বয়সসিদ্ধিকাল: মানসিক পরিবর্তন ও যত্ন

মানসিক পরিবর্তন

- এ সময় তাদের চিন্তা-জাননা, ধ্যান-ধারণায় পরিবর্তন আসতে শুরু করে।
- তাদের মনে নানা বিষয়ে সৌন্দর্যের আশে ও সন্দেহের সোচ্চার দেখা দেয়।
- আবার অনেক সময় তাদের মধ্যে ক্রমাগত ও বিধা সাজ করে।
- মন-অস্থির হবার কারণে, অল্পসহ্যেই বেশি খুসি হবার বা খুব রাগ পায়।
- অন্যের মনোযোগ আকর্ষণের চেষ্টা করে, দৃষ্টিভঙ্গি দিয়েও আকর্ষণ করতে চায়।
- শারীরিক পরিবর্তন নিয়ে চিন্তা করে।
- মানসিক স্বাস্থ্যের কথা চিন্তা করে।
- স্বাধীনভাবে চলতে চায়।

ব্যক্তিগত সচেতনতা

- সকলের বাবা-মা'কে বন্ধু মনে করতে হবে এবং যেকোন বিষয়ে তাদের সাথে খোলাখোলা আলোচনা করতে হবে।
- বাক্যে চিন্তা মনে এসে ভাল কোন কাজে মনোযোগ দিতে হবে। মেয়ে-পাঠা বই ছাড়াও বিভিন্ন ধরনের বই, বিখ্যাত ব্যক্তির জীবনী পড়া, বাসনা করা, খোলাখোলা করা ইত্যাদি।
- ধর্মীয় কাজ, সামাজিক বিধি-নিয়মে, ঐতিহ্য-নীতি, সংস্কৃতি ইত্যাদি সম্পর্কে অল্পের কাছে জানতে হবে এবং নিজেদেরকে এগুনের সাথে যুক্ত করতে হবে।
- অন্যের সাথে মিলে-মিশে ইত্যাদি।
- বন্ধুদের সম্মান করতে হবে।
- জানি-সুন্দর সাথে চলতে হবে।

পিতা-মাতার ভূমিকা

- পিতামহের প্রতি তাদের ভালবাসা প্রকাশ করা। মেয়ে-সন্তানের ভাল কোন কাজে/বিষয়ে তাদের প্রশংসা করা, কাজের সময় তাদের পাশে থাকা।
- ঠিকঠিক সবকিছোয় সন্তানের সাথে আচরণ করা, তাদের বুঝতে চেষ্টা করা।
- নিজদের পছন্দ-অপছন্দ, সিদ্ধান্ত সন্তানের উপর চালিয়ে না দেয়া।
- নিয়মিত সন্তানের খোঁজ-খবর নেয়া। মেয়ে- তারার কোনো যাক্স, কাপড় সাথে বিশেষে ইত্যাদি।
- বিভিন্ন মূল্যবোধ নিয়ে তুলতে সাহায্য করা। মেয়ে- সততা, শিষ্টাচার, সৎকৃত্ব ইত্যাদি।

বয়সসিদ্ধিকাল কর আনন্দময়, আসবে জীবনে তাহেই বিজয়।

SIL International Bangladesh