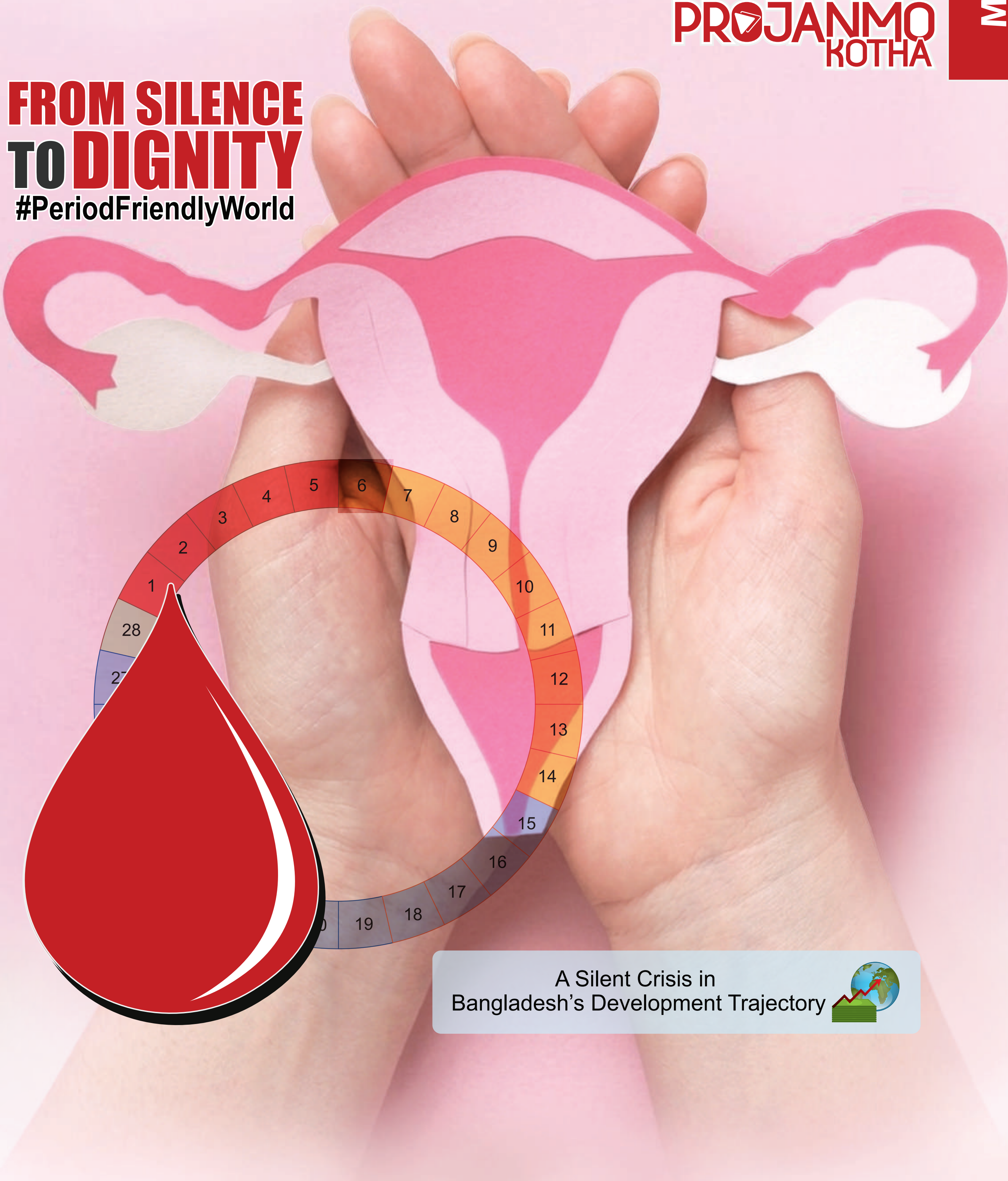
প্রজন্ম কথা
Voice of the Generation
PROJANMO KOTHA
MAY 2026

FROM SILENCE TO DIGNITY

#PeriodFriendlyWorld



A Silent Crisis in Bangladesh's Development Trajectory

PROJANMO KOTHA
Voice of the Generation
প্রজন্ম কথা
MAY 2026

Editor
Dr. Noor Mohammad
Consultant
Saiful Huda
Publication Coordinator
Shuhash Mahmud
Graphic Designer
Zahida Huq Chaiti
Photographer
Hossain Anwar

Contents

PAGE 2
From Silence to Dignity: #PeriodFriendlyWorld

PAGE 5
A Silent Crisis in Bangladesh's Development Trajectory

PAGE 8
Fighting Measles Fatalities: Bangladesh Turns to Homegrown Lifeline 'Bubble CPAP'

PAGE 9
PSTC Executive Director Calls for Bridging Policy–Practice Gaps at CPD59

PAGE 12
Small Family or Large Family Where Lies Comfort, and What Are the Real Outcomes?

PAGE 14
PSTC Celebrates Bangla New Year 1433 with Colorful Festivities

'Projanmo' Founding Editor : Abdur Rouf

Edited and published by
Dr. Noor Mohammad

Population Services and Training Center (PSTC).
PSTC Bhaban, House # 5, Main Road, Block–B,
Aftabnagar, Badda, Dhaka 1212, Bangladesh
Telephone Numbers: +880 2226602372–75
E-mail: projanmo@pstc-bgd.org

This publication could be made possible with the assistance from the International Planned Parenthood Federation (IPPF) through its supported project FOCUS.

EDITORIAL

Dignity, Human Capital, and Development: Bangladesh at a Crossroads

Bangladesh stands today at a complex yet defining crossroads. On one hand lies a long trajectory of development progress—built through the combined efforts of government initiatives, international partnerships, and a skilled development workforce. On the other, emerging global uncertainties, shrinking development financing, and deeply rooted social challenges are exposing the structural vulnerabilities within this progress.

The two lead articles in this issue—one highlighting the silent crisis of development funding contraction, and the other focusing on menstrual health management as a fundamental yet neglected human rights issue—are not isolated concerns. Rather, they represent two interconnected dimensions of the same broader question: Are we measuring development merely through outcomes, or are we grounding it in human dignity?

The recent contraction in development financing presents a stark reality—the limitations of an externally dependent development model. The sudden displacement of thousands of skilled development professionals is not just an employment issue; it signifies a profound loss of human capital cultivated over decades. These individuals have been the backbone of progress in health, family planning, education, and social transformation. Their abrupt exclusion weakens institutional continuity and undermines long-term development gains.

Equally important, the issue of menstrual health management reminds us that development is not solely about infrastructure or economic growth—it is fundamentally about dignity, rights, and social norms.

Even as women reach remarkable heights across sectors—from science to leadership—menstruation remains shrouded in silence, stigma, and neglect. When a girl misses school due to menstruation, or a woman lacks the means to manage it safely and with dignity, it is not merely a health concern—it is a failure of development.

These two realities, one structural and economic, the other social and cultural—converge to raise a critical question.

Is our development truly inclusive, resilient, and human-centered?

Ensuring menstrual health and dignity, breaking entrenched taboos, and creating enabling environments are not peripheral concerns. They are central to educational continuity, workforce participation, and overall human development.

Ultimately, both crises underscore a fundamental lesson: development cannot rely solely on funding flows or project cycles. Its true foundation lies in people, their knowledge, their capabilities, and their dignity.

This moment, therefore, should not be viewed only as a crisis, but as an opportunity for recalibration. It offers Bangladesh the chance to transition toward a more self-reliant, inclusive, and humane development model.

Because, in the end, the true measure of development is not the number of projects implemented, but the number of lives lived with dignity.

Editor

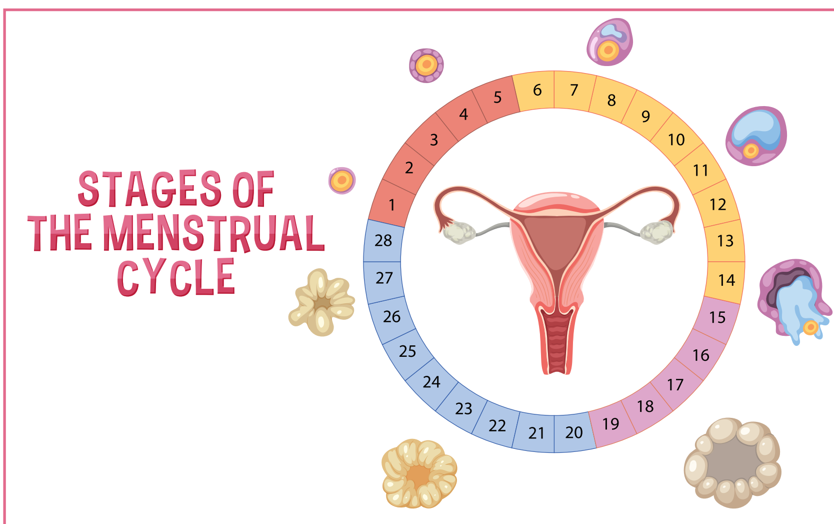
From Silence to Dignity: #PeriodFriendlyWorld

Kaniz Gofrani Quraishy

Women today are reaching extraordinary heights—touching the moon, leading in science, aviation, research, and even in battlefields. Yet, like darkness beneath a lamp, one fundamental issue continues to be neglected: menstrual health management. Despite progress, we still struggle to openly discuss menstruation, ensure proper care, and provide essential services. The recurring questions remain—where is the gap, why does it persist, and do we truly lack solutions, or are we simply failing to prioritize them?

The landmark International Conference on Population and Development (ICPD) held in Cairo in 1994 recognized Sexual and Reproductive Health and Rights (SRHR) as fundamental human rights. These rights affirm that every individual has the autonomy to make decisions about their own body and to live a healthy reproductive life. Menstrual Health Management (MHM) intersects across multiple Sustainable Development Goals—SDGs 3, 4, 5, 6, 8, and 12—demonstrating that it must be mainstreamed across development sectors.

Although menstruation is a natural biological process, its management requires collective responsibility—from families, communities, and the state. That is why Menstrual Hygiene Day 2026 emphasizes the importance of coordinated global action under the theme: "Together for a #PeriodFriendlyWorld." The vision is clear: a world where menstruation does not limit health, education, or



By the courtesy of : shutterstock website

opportunities, and where sustainable access to products, education, and safe sanitation is ensured for all.

Menstruation is not only a biological function but also a cornerstone of reproductive capability, sustaining human continuity. Ensuring that women can manage menstruation safely, comfortably, privately, and with dignity is not optional—it is a shared societal obligation.

The Bangladesh Context: Progress with Persistent Gaps

Despite notable improvements in water and sanitation infrastructure in Bangladesh, menstrual hygiene management still lags behind. According to a 2018 survey, only 53% of schoolgirls received information about menstruation before their first period. Around 30% miss school during menstruation, and 34% still rely on old cloth instead of hygienic products. Deep-rooted taboos and misconceptions continue to restrict women's rights and limit their future potential.

The health implications are significant. Nutritional neglect during menstruation contributes to widespread anemia—affecting 42.4% of women and nearly half of pregnant women, according to the National Micronutrient Survey 2019–20. This cycle of malnutrition, beginning in adolescence, leads to severe reproductive health complications, including difficult childbirth, low birth weight, and premature births.

While the use of sanitary pads has increased—reaching about 70% among adolescents—nearly half of reproductive-age women still depend on unsafe alternatives. Poor menstrual practices increase the risk of infections and even cervical cancer, particularly among low-income and marginalized populations in slums, rural, and disaster-prone areas.

Breaking the Silence: Social and Cultural Barriers

For most girls, knowledge about menstruation comes from mothers or elderly female relatives, often shaped by limited understanding and cultural taboos. Menstruation is treated as a private and even shameful topic, rarely discussed openly—especially in the presence of men. Schools often restrict menstrual education to girls only, reinforcing silence.

Even purchasing sanitary products can feel stigmatizing, as shopkeepers discreetly wrap them in paper. Fathers and brothers often remain unaware of the challenges faced by women in their families. Social norms restrict women from participating in daily, social, or religious activities during menstruation. In many cases, women must wait until nightfall to change materials in public facilities or hide cloths from sunlight while drying.

Pathways to a Period-Friendly World

To overcome these barriers, six strategic priorities must be addressed:

1. Creating a Menstrual-Friendly Social Environment

Menstruation must be normalized as a shared societal issue, not confined to women alone. Open dialogue, widespread awareness campaigns, and access to hygienic products are essential. Media, social platforms, and behavior change communication strategies should be leveraged to reshape perceptions and promote dignity.

2. Comprehensive Menstrual Education

By the courtesy of : shutterstock website

Lack of accurate knowledge fuels stigma and health risks. Age-appropriate, timely education is critical for both boys and girls. It empowers adolescents with biological understanding and practical skills, reducing fear and shame. Teachers, health workers, and development practitioners must be adequately trained to deliver this education confidently and effectively.

3. Access to Affordable Menstrual Products

Ensuring the availability and affordability of safe, high-quality menstrual products is vital for health and dignity. Without access, women and girls are excluded from education, work, and social participation, directly affecting productivity and well-being.

4. Menstrual-Friendly Toilets and Waste Management

Safe, clean, and accessible sanitation facilities are indispensable. Schools, workplaces, public spaces, and transport hubs must provide toilets equipped with water, soap, and disposal systems. Inclusive design should ensure accessibility for persons with disabilities as well.

5. Access to Menstrual Health Services

Timely diagnosis and treatment of menstrual disorders are essential. Women should have access to trained healthcare providers and be equipped with self-care knowledge, such as cycle tracking and pain management. Awareness helps them recognize when to seek medical support.

6. Advocacy and Policy Commitment

Without political will, progress remains limited. Advocacy must bring menstrual health to policymakers' attention, ensuring integration into education, healthcare, and infrastructure development, along with dedicated budget allocations.

A Shared Responsibility for a Better World

A period-friendly world benefits everyone - not just women and girls, but also men and boys who are part of their lives as fathers, brothers, colleagues, and partners.

Creating such a world leads to a more equitable, healthy, and productive society.

Menstrual dignity is not a women's issue alone - it is a human development imperative.

By the courtesy of : shutterstock website

The writer is the Project Manager, CMP Project of PSTC and can be reached at kaniz.q@pstc-bgd.org

A Silent Crisis in Bangladesh's Development Trajectory

Dr. Noor Mohammad

Bangladesh's development journey over the past five decades has been marked by remarkable progress, driven not only by government initiatives but also by sustained support from international development partners.

Among them, the United States Agency for International Development (USAID) and the Global Fund have played pivotal roles in advancing health, family planning, education, and poverty reduction.

However, recent global policy shifts and funding contractions have triggered a sudden disruption in this partnership - one that is now casting deep and multidimensional impacts on Bangladesh's development landscape.

In early 2025, decisions by the U.S. administration to suspend or reduce foreign aid led to the closure of numerous development projects in Bangladesh, amounting to approximately $550 million.

The immediate and most visible consequence has been on employment. Estimates suggest that tens of thousands of development professionals have lost their jobs, with some reports indicating that over 1,000 positions were cut in a single major health research institution alone. This abrupt displacement is not merely a matter of lost income—it represents a significant erosion of skilled human capital.

These professionals, trained over decades, possess specialized expertise in public health, nutrition, family planning, climate resilience, and community mobilization.

Their sudden exit from the system translates into a loss of institutional memory, weakening the operational continuity and effectiveness of development interventions. Rebuilding such capacity will require years, if not decades.

The ripple effects extend far beyond the individuals themselves. Families dependent on these incomes are now facing financial instability, struggling to meet basic needs such as education, healthcare, and housing.

With limited social protection mechanisms in place, many affected households are depleting savings and slipping into economic vulnerability.

What began as a funding contraction is quickly evolving into a broader socio-economic and humanitarian concern.

Equally alarming is the disruption in ongoing development programs. Key sectors—including health, education, agriculture, and humanitarian services—are experiencing operational slowdowns or complete shutdowns.

In a country like Bangladesh, where a significant portion of service delivery relies on donor-supported programs, such interruptions can have immediate and long-term consequences on development outcomes.

One of the most critical areas at risk is the family planning (FP) sector. Historical and global evidence shows that reductions in U.S. assistance often lead to clinic closures, contraceptive supply shortages, and decreased access to reproductive health services.

In a densely populated country like Bangladesh, even a temporary disruption in FP services can lead to increased fertility rates.

Early signals of such setbacks are already emerging, with reports of reduced outreach and service delivery at the community level.

If this trend continues, Bangladesh could face a resurgence in population growth, reversing decades of progress in fertility reduction.

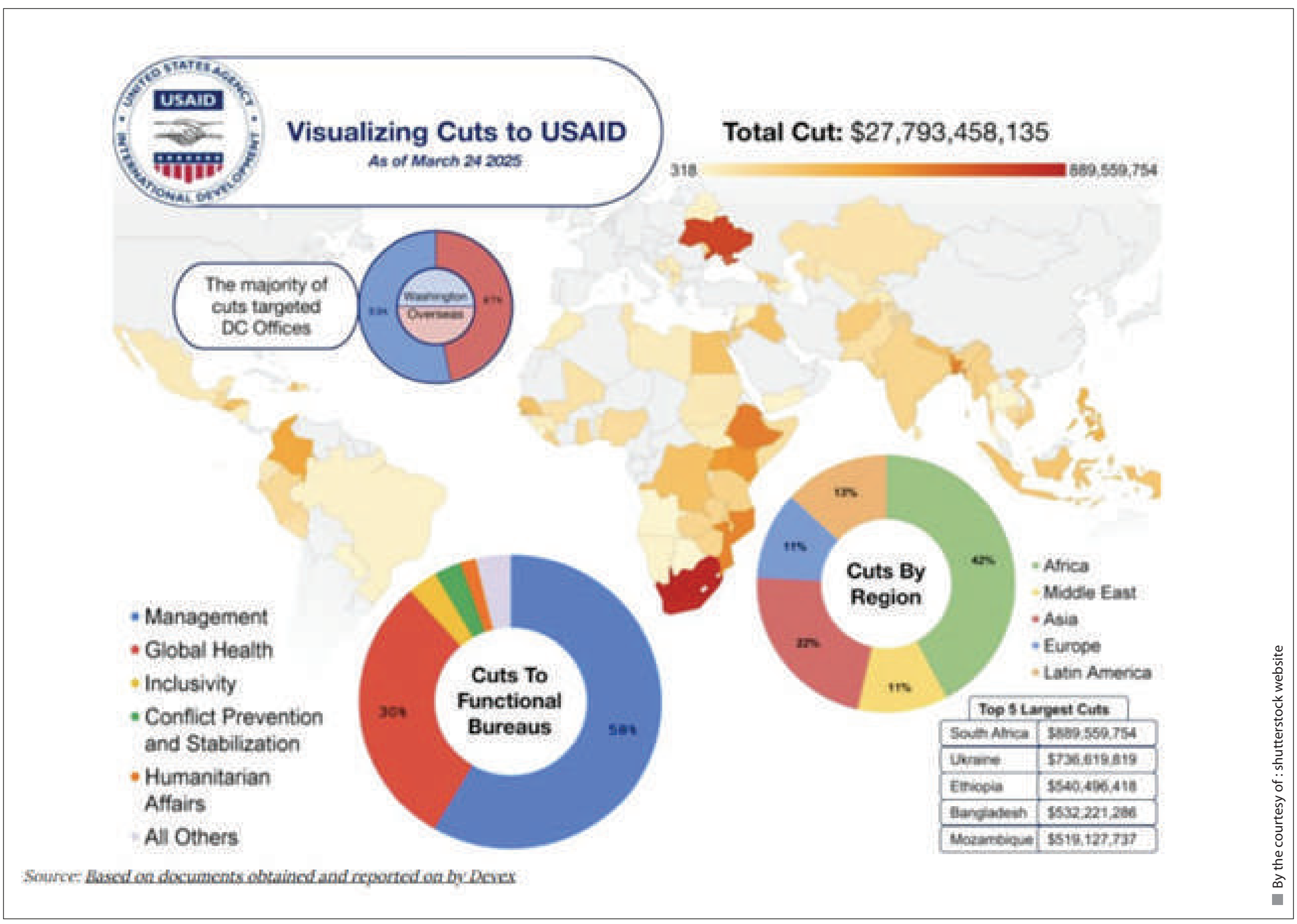
The implications are far-reaching—heightened pressure on employment, healthcare, education, and overall economic stability.

A growing population without corresponding economic expansion could strain public resources and undermine the country's aspirations for middle-income and developed nation status.

In this context, concerns are also being raised about the level of responsiveness from the government. The absence of a swift, coordinated policy response to this emerging crisis is notable.

There has been limited visible action in terms of workforce reintegration, mobilization of alternative financing, or emergency program continuity.

Given the strategic importance of the development sector in human capital formation, this gap in response warrants



Source: Based on documents obtained and reported on by Devex

By the courtesy of : shutterstock website

urgent attention.

Moving forward, several policy actions are essential:

• First, the government should develop and implement a Development Workforce Reintegration Strategy to absorb displaced professionals into public, private, and non-governmental sectors.

• Second, alternative financing mechanisms—both domestic resource mobilization and engagement with new development partners, must be prioritized, particularly for critical sectors like family planning and primary healthcare.

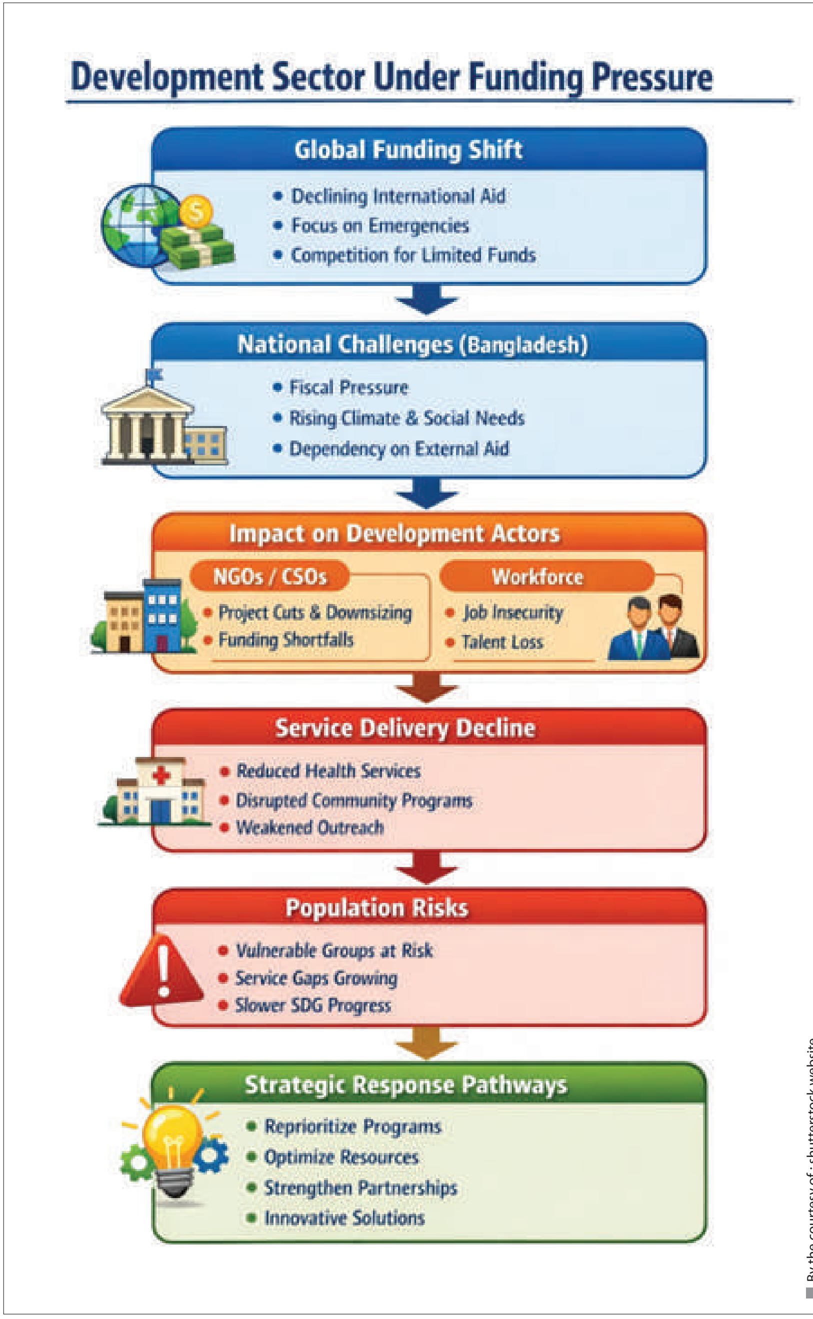
• Third, a national reskilling and upskilling initiative should be introduced to help affected professionals transition into emerging sectors.

• Fourth, expanding public-private partnerships (PPP) can create new employment opportunities while sustaining essential service delivery.

• Finally, an emergency social protection package is needed to support affected families and prevent further socio-economic decline.

In conclusion, the current funding contraction is not merely a financial setback—it is a stress test for Bangladesh's development architecture.

It underscores the urgency of reducing overdependence on external aid and transitioning toward a more resilient and self-reliant development model. However, such a transition must be strategic, inclusive, and humane ensuring that the very people who have driven the nation's development are not left behind in its moment of recalibration.



By the courtesy of : shutterstock website

The writer is the Editor of Projanmo Kotha and could be reached at noor.m@pstc-bgd.org

Fighting Measles Fatalities: Bangladesh Turns to Homegrown Lifeline 'Bubble CPAP'

Bangladesh is intensifying its response to a worrying rise in measles-related child deaths by scaling up an innovative and low-cost respiratory support technology—bubble CPAP.

The initiative is being led through a collaboration between the Ministry of Health and Family Welfare and icddr,b, according to a recent press release.

At a high-level meeting held in Dhaka, Health Minister Sardar Md Sakhawat Husain joined leading health experts including Dr Tahmeed Ahmed, Dr Mohammod Jobayer Chisti, and Dr Md Mahbubul Haque to deliberate on urgent interventions.

Health specialists raised concern that children aged six months to three years are particularly vulnerable, with nearly 30 percent of hospitalized measles cases developing pneumonia—a major cause of mortality in such outbreaks.

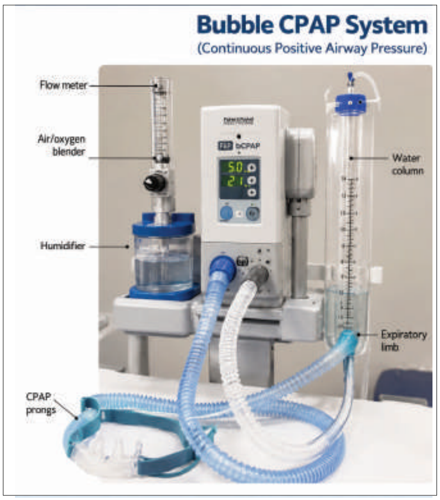
A key highlight of the discussion was the effectiveness of bubble CPAP (Continuous Positive Airway Pressure), a locally developed technology that offers a practical alternative to expensive ventilators. Costing around BDT 300 per unit, this innovation has emerged as a game-changer in resource-limited settings.

Evidence from studies published in The Lancet, along with field research conducted in Bangladesh and Ethiopia, demonstrates that bubble CPAP significantly improves survival rates compared to standard oxygen therapy.

A subsequent session involving specialists from more than 30 hospitals across the country underscored the urgency of rapid nationwide implementation.

Immediate rollout plans include extensive training programs for healthcare providers, with icddr,b offering technical support to strengthen frontline capacity.

This coordinated effort signals a critical step forward in Bangladesh's fight against preventable child deaths—leveraging local innovation to address a pressing public health crisis.



PK News Desk

PSTC Executive Director Calls for Bridging Policy - Practice Gaps at CPD59

Dr. Noor Mohammad, Executive Director of the Population Services and Training Center (PSTC), actively participated in the 59th Session of the Commission on Population and Development (CPD59), held from April 13–17, 2026, at the United Nations Headquarters in New York. Representing Bangladesh and the International Planned Parenthood Federation (IPPF), Dr. Noor contributed to a series of high-level dialogues focusing on population dynamics, migration, youth engagement, and sexual and reproductive health and rights (SRHR).

Strategic Bilateral Engagements at the Plenary

The session commenced with the plenary opening. After the opening Dr. Noor Mohammad engaged in a bilateral discussion with the Executive Director of United Nations Population Fund (UNFPA). The discussion centered on strengthening collaboration between UNFPA and the civil society like PSTC, particularly in advancing integrated SRHR programming in low- and middle-income countries.

Key points included:

- Enhancing joint programming in humanitarian settings, especially for displaced populations
- Aligning efforts under the ICPD Programme of Action and SDG targets
- Expanding youth-centered interventions and community-based service delivery models

Both parties emphasized the need for "coordinated acceleration" to address persistent inequalities in access to reproductive health services.

Youth Policy Dialogue at McGill Youth Advisory Delegate Forum

On the second day, Dr. Noor was invited as a discussant at the McGill Youth Advisory Delegate (MYAD) session on population policy and development gaps. The forum brought together youth leaders and policymakers to examine structural barriers in translating population policies into tangible outcomes.

Dr. Noor highlighted:

- The disconnect between national policy frameworks and grassroots implementation
- The importance of youth-led advocacy in shaping responsive population policies
- PSTC's experience in integrating youth voices into SRHR programming in Bangladesh

He noted that while many countries have progressive policies, "the implementation architecture remains weak, under-resourced, and often disconnected from community realities."

High-Level Panel on Gender and Youth – South Africa Side Event

A major highlight of CPD59 was the high-level side event organized by the Government of South Africa, where Dr. Noor Mohammad served as a specialist panelist alongside:

- Deputy Minister of Youth & Gender, South Africa
- Executive Director of SheDecides
- Regional Director for Africa, UNFPA

Representing Bangladesh and IPPF, Dr. Noor addressed systemic gaps between policy commitments and service delivery, drawing from PSTC's operational experience.

He emphasized:

- The need for decentralized service models to reach marginalized populations
- Strengthening accountability mechanisms in SRHR programming
- Investing in community health workers and local institutions

Using Bangladesh as a case example, he demonstrated how targeted interventions—particularly in adolescent SRHR and community outreach—can effectively bridge implementation gaps.

The panel concluded with a shared commitment to:

- Strengthening South-South collaboration
- Increase financing for youth and gender-responsive programs
- Institutionalize monitoring frameworks for policy implementation

Migration and SRHR – A Global Dialogue

Dr. Noor participated as a discussant in a session jointly sponsored by the governments of Burundi and Mexico, focusing on migration and SRHR.

Drawing from PSTC's work with Rohingya refugees in Bangladesh, he highlighted:

- The critical need for culturally sensitive SRHR services in humanitarian contexts
- Challenges in ensuring continuity of care for displaced populations
- The role of NGOs in filling service delivery gaps where state systems are overstretched

He underscored that "migration is not just a mobility issue—it is deeply linked with dignity, rights, and access to essential health services."

The session reinforced global consensus on:

- Integrating SRHR into migration and refugee response frameworks
- Strengthening cross-border cooperation
- Ensuring rights-based approaches in humanitarian programming

Diplomatic Engagement with Bangladesh Permanent Mission

The mission concluded with a courtesy telephonic call on H.E. Ambassador Salahuddin Noman, Permanent Representative of Bangladesh to the United Nations.

Discussions focused on:

- Bangladesh's leadership role in advancing SRHR globally
- Opportunities to showcase national best practices at multilateral platforms
- Strengthening coordination between government and civil society actors like PSTC

Key Outcomes and Reflections

Across the five-day engagement, several recurring themes emerged:

- The urgent need to bridge the gap between policy commitments and field-level implementation
- The central role of youth engagement in shaping sustainable development pathways
- The importance of partnerships between governments, UN agencies, and civil society

Dr. Noor Mohammad's participation positioned PSTC and Bangladesh as active contributors to global SRHR discourse, particularly in demonstrating scalable, community-based solutions.

In reflection, he stated: "Commitments alone are not enough. What matters is how policies translate into real change in people's lives—especially for women, adolescents, and marginalized communities."

CPD59 concluded with a renewed global call for integrated, inclusive, and accountable approaches to population and development—placing dignity, equity, and rights at the center of action.

By the courtesy of UNLO-IPPF

PERSPECTIVE THINKING

Small Family or Large Family - Where Lies Comfort, and What Are the Real Outcomes?

Mahmuda Nasrin

Human beings are social by nature—this is something we learn from an early age. At the heart of that social existence lies the family, the most fundamental and influential institution in our lives. It is within the family that we learn love, responsibility, empathy, and the value of relationships. However, with the passage of time, the structure of families has undergone significant transformation. Where once large, extended families formed the backbone of our culture, today small families are increasingly becoming the norm in modern life.

This makes the question highly relevant today: small family or large family—which is better for us? Where do we find greater comfort? And what are the real-life implications of each?

The Reality and Comfort of Small Families

A small family typically consists of a couple and one or two children. Due to urbanization, economic pressures, demanding work schedules, and limited living space, this model has become a practical choice for many.

One of the primary advantages of a small family is the ability to lead a well-planned life. Managing income and expenses is easier, decisions can be made more quickly, and it is possible to give individualized attention to each family member. Parents can focus more closely on their children's education, health, and emotional development, which plays a critical role in shaping their personality.

Additionally, small families often allow greater personal freedom. Individuals can manage their time independently and make personal decisions more easily—an important aspect of contemporary life.

However, small families also have limitations. Loneliness can become a significant concern. During times of crisis—such as illness, financial hardship, or emotional stress—there may be fewer people to rely on. This can sometimes intensify mental and emotional pressure.

The Reality and Comfort of Large Families

Large or extended families have long been an integral part of our cultural heritage. These families often include multiple generations living together—grandparents, uncles, aunts, siblings—forming a broad and interconnected household.

The greatest strength of a large family lies in the depth of relationships and mutual support. Joys, sorrows, and celebrations are shared collectively. When challenges arise, multiple members come together to find solutions, which helps reduce individual stress.

For children, a large family serves as a living learning environment. From an early age, they learn how to coexist with others, share responsibilities, and value relationships. These experiences help them develop strong social skills that benefit them throughout life.

That said, large families also face challenges. Differences in opinions, lack of personal privacy, and conflicts over responsibilities can create discomfort. The modern emphasis on individual autonomy does not always align smoothly with the structure of extended families.

Where Does True Comfort Lie?

In reality, comfort does not depend on the size of the family, but on the quality of relationships within it. A small family can be deeply fulfilling if it is built on mutual respect, love, and understanding. Likewise, a large family can be a source of immense security and warmth if there is tolerance and harmony among its members.

Real Outcomes and Future Implications

Small families tend to offer a structured lifestyle, financial stability, and personal independence, making them well-suited to modern urban living. In contrast, large families provide social security, emotional support, and a strong relational foundation. Interestingly, a trend is emerging in contemporary society: even as people live in smaller family units, they strive to maintain close ties with their extended families. In essence, a balance is being formed—one that combines the practical advantages of small families with the emotional support of larger ones.

In Conclusion

There is no single, definitive answer to whether a small or large family is better. Happiness and comfort cannot be confined to a particular structure. They depend on our mindset, values, and the strength of our relationships.

At the end of the day, family is not merely about living together, it is about understanding one another, showing respect, and nurturing bonds of love. Wherever these qualities exist, there lies a happy and comfortable family—whether small or large.

The writer is the Training Coordinator of PSTC and can be reached at mahmuda.n@pstc-bgd.org

PSTC Celebrates Bangla New Year 1433 with Colorful Festivities

"Esho he Boishakh, esho, esho—

Let the scorching winds sweep away decay,

Let the old year's burdens fade away..."

Embracing the spirit of this timeless call for renewal, the Population Services and Training Center (PSTC) celebrated the Bangla New Year 1433 on April 15 with a warm and vibrant gathering at its multipurpose hall.

Rooted in the rich cultural heritage and inclusive traditions of Bangladesh, the event brought colleagues together in a lively and festive atmosphere.

The celebration turned into a cheerful reunion, marked by spontaneous participation and a shared sense of joy.

Participants arrived dressed in traditional attire - Panjabi, Saree and Boishakhi outfits adding a striking visual charm to the occasion. The venue, decorated in red and white with elements inspired by Bengali tradition, reflected the essence of the New Year and created a setting that felt both nostalgic and celebratory.

The program was hosted by Kaniz Gofrani Quraishi, Program Manager of the Community Mobilization Project, whose smooth and engaging presentation kept the event flowing seamlessly. The opening remarks were delivered by Dr. Md. Mahbubul Alam, Head of Programs, who highlighted the cultural significance of the Bangla New Year and emphasized the importance of fostering harmony and connection within the workplace.

One of the highlights of the event was the group musical performance by Abu Sadad Md. Sayem, Shuhas Mahmud, Iffat Ara and Meherin Islam.

Their songs captured the spirit of Boishakh and resonated deeply with the audience.

The program also featured reflections on the historical and social relevance of Pohela Boishakh in contemporary times. Anita Sharif Chowdhury, Tajul Islam, Subrata Chakraborty, and Md. Azim Uddin shared thoughtful insights on how the celebration has evolved over time while continuing to hold onto its cultural roots.

Adding to the musical experience, invited Rabindra Sangeet artist Mohua Monjuri performed with grace, bringing a distinct depth to the program through Tagore's timeless songs. Abu Sadad Md. Sayem and Shuhas Mahmud also delivered solo performances that further enlivened the event. Poetry recitations by Shankar Kumar Roy and Kaniz Gofrani Quraishi created a reflective and artistic moment for the audience.

A special highlight was the virtual presence of PSTC's Executive Director, Dr. Noor Mohammad, who joined from the United States to share New Year greetings and connect with colleagues. His participation added a sense of warmth and unity to the celebration.

The event concluded with traditional refreshments, including doi, chira, muri, pitha, bananas, and sharbat - simple yet meaningful elements of Bengali hospitality. Colleagues enjoyed these together, exchanging smiles and strengthening bonds.

More than just a celebration, the Bangla New Year symbolizes renewal, hope, and new beginnings. It encourages us to leave behind the past and move forward with fresh energy.

Inspired by this spirit, the PSTC family remains committed to building a healthier, more aware, and compassionate society.

May this New Year bring renewed purpose, harmony, and progress for all. Warm wishes to everyone on Bangla New Year 1433.

PK News Desk

প্রজন্ম কথা
Voice of the Generation
PROJANMO KOTHA
মে ২০২৬

নীরবতা থেকে মর্যাদায়

#মাসিকবান্ধববিশ্ব

বাংলাদেশের উন্নয়ন অগ্রযাত্রার
এক নীরব সংকট

প্রজন্ম কথা
Voice of the Generation
PROJANMO KOTHA
মে ২০২৬

সম্পাদক
ড.নূর মোহাম্মদ
কনসালট্যান্ট
সায়ফুল হুদা
পাবলিকেশন কো-অর্ডিনেটর
সুহাস মাহমুদ
গ্রাফিক ডিজাইনার
জাহিদা হক চৈতি
আলোকচিত্র
হোসেন আনোয়ার

সূচিপত্র

পৃষ্ঠা ০২
নীরবতা থেকে মর্যাদায়: #মাসিকবান্ধববিশ্ব

পৃষ্ঠা ০৫
বাংলাদেশের উন্নয়ন অগ্রযাত্রার এক নীরব সংকট

পৃষ্ঠা ০৮
হামজনিত শিশুমৃত্যু রোধে নতুন আশার আলো: 'বাবল সিপ্যাপ' প্রযুক্তিতে এগোচ্ছে বাংলাদেশ

পৃষ্ঠা ০৯
সিপিডি৫৯-এ পিএসটিসি নির্বাহী পরিচালকের সক্রিয় অংশগ্রহণ_নীতি ও বাস্তবায়নের ব্যবধান কমানোর জোরালো আহ্বান

পৃষ্ঠা ১২
ছোট পরিবার নাকি বড় পরিবার - সাচ্ছন্দ্য কোথায়, আর এর বাস্তব ফলাফল কী?

পৃষ্ঠা ১৪
বর্ণাঢ্য আয়োজনে পিএসটিসি - তে বাংলা নববর্ষ ১৪৩৩ উদযাপন

প্রজন্ম প্রতিষ্ঠাতা সম্পাদক: আবদুর রউফ

প্রকাশক ও সম্পাদক
ড. নূর মোহাম্মদ

পপুলেশন সার্ভিসেস এন্ড ট্রেনিং সেন্টার (পিএসটিসি)
পিএসটিসি ভবন, বাড়ি # ৫, মেইন রোড, ব্লক-বি
আফতাব নগর, বাড্ডা, ঢাকা-১২১২, বাংলাদেশ
টেলিফোন: +৮৮ ০২ ২২২৬৬০২৩৭২-৭৫
ই-মেইল: projanmo@pstc-bgd.org

এ প্রকাশনা সম্ভব হয়েছে ফোকাস প্রকল্পের মাধ্যমে ইন্টারন্যাশনাল প্ল্যানড প্যারেন্টহুড ফেডারেশন (আইপিপিএফ) -এর সহায়তায়

সম্পাদকীয়

মর্যাদা, মানবসম্পদ ও উন্নয়ন: এক সন্ধিক্ষণে বাংলাদেশ

বাংলাদেশ আজ এক জটিল অথচ তাৎপর্যপূর্ণ সন্ধিক্ষণে দাঁড়িয়ে। একদিকে উন্নয়নের দীর্ঘ অগ্রযাত্রা—যা আন্তর্জাতিক সহযোগিতা, রাষ্ট্রীয় উদ্যোগ এবং দক্ষ মানবসম্পদের সম্মিলিত প্রয়াসে নির্মিত; অন্যদিকে ক্রমবর্ধমান বৈশ্বিক অনিশ্চয়তা, অর্থায়নের সংকোচন এবং সামাজিক বাস্তবতার গভীরে প্রোথিত কিছু অমীমাংসিত ইস্যু আমাদের উন্নয়ন কাঠামোর ভঙ্গুরতাকে স্পষ্ট করে তুলছে।

এই সংখ্যার মূল প্রবন্ধ দু'টি—একটি উন্নয়ন খাতে অর্থায়ন সংকোচনের নীরব সংকট নিয়ে, অন্যটি মাসিক স্বাস্থ্য ব্যবস্থাপনার মতো মৌলিক কিন্তু অবহেলিত মানবাধিকার ইস্যু নিয়ে—আসলে একই বৃহত্তর বাস্তবতার দুইটি ভিন্ন প্রতিচ্ছবি। উভয় ক্ষেত্রেই প্রশ্ন একটাই: আমরা কি উন্নয়নকে কেবল পরিসংখ্যান হিসেবে দেখছি, নাকি মানবিক মর্যাদার ভিত্তিতে পুনর্বিবেচনা করছি?

প্রথমত, উন্নয়ন খাতে আকস্মিক অর্থায়ন সংকোচন আমাদের একটি কঠিন সত্যের মুখোমুখি দাঁড় করিয়েছে—বহির্ভরশীল উন্নয়ন মডেলের সীমাবদ্ধতা। হাজার হাজার দক্ষ উন্নয়নকর্মীর কর্মহীন হয়ে পড়া কেবল একটি অর্থনৈতিক সমস্যা নয়; এটি দেশের দীর্ঘদিনের বিনিয়োগকৃত মানবসম্পদের অপচয়। এই মানবসম্পদই ছিল স্বাস্থ্য, পরিবার পরিকল্পনা, শিক্ষা এবং সামাজিক পরিবর্তনের মূল চালিকাশক্তি। তাদের হঠাৎ বিচ্ছিন্নতা উন্নয়ন প্রক্রিয়ার ধারাবাহিকতাকে দুর্বল করছে।

দ্বিতীয়ত, মাসিক স্বাস্থ্য ব্যবস্থাপনা বিষয়টি আমাদের মনে করিয়ে দেয়—উন্নয়ন কেবল অবকাঠামো বা অর্থনীতির প্রশ্ন নয়; এটি মর্যাদা, অধিকার এবং সামাজিক মানসিকতার প্রশ্নও।

নারীরা মহাকাশ থেকে নেতৃত্বের সর্বোচ্চ পর্যায়ে পৌঁছালেও, তাদের দৈনন্দিন জীবনের একটি স্বাভাবিক জৈবিক প্রক্রিয়া এখনও লজ্জা, নীরবতা এবং অবহেলার আড়ালে রয়ে গেছে।

যখন একটি কিশোরী মাসিকের কারণে স্কুলে যেতে পারে না, যখন একজন নারী নিরাপদ ও মর্যাদাপূর্ণভাবে এই প্রক্রিয়া পরিচালনা করতে পারে না—তখন সেটি কেবল স্বাস্থ্য সমস্যা নয়, এটি একটি উন্নয়ন ব্যর্থতা।

এই দুই বাস্তবতা—একটি কাঠামোগত (funding crisis), অন্যটি সামাজিক (menstrual stigma)—আমাদের সামনে একটি মৌলিক প্রশ্ন উত্থাপন করে।

মাসিক স্বাস্থ্য ব্যবস্থাপনা নিশ্চিত করা, কুসংস্কার ভাঙা, এবং সবার জন্য মর্যাদাপূর্ণ পরিবেশ তৈরি করা—এসব কেবল সামাজিক উদ্যোগ নয়; এগুলো অর্থনৈতিক উৎপাদনশীলতা, শিক্ষার ধারাবাহিকতা এবং সামগ্রিক মানব উন্নয়নের পূর্বশর্ত।

সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো—এই দুই সংকটই আমাদের শেখায় যে উন্নয়ন কখনোই কেবল প্রকল্প বা অর্থায়নের ওপর নির্ভর করে না। এর ভিত্তি হলো মানুষ, তাদের জ্ঞান, দক্ষতা এবং মর্যাদা।

অতএব, এই সময়কে আমরা সংকট হিসেবে নয়, বরং একটি পুনর্বিবেচনা ও পুনর্গঠনের সুযোগ হিসেবে দেখতে পারি—যেখানে বাংলাদেশ ধীরে ধীরে একটি অধিকতর স্বনির্ভর, অন্তর্ভুক্তিমূলক এবং মানবিক উন্নয়ন মডেলের দিকে অগ্রসর হবে।

কারণ, শেষ পর্যন্ত উন্নয়নের প্রকৃত সাফল্য পরিমাপ করা হবে না কত প্রকল্প বাস্তবায়িত হয়েছে তা দিয়ে, বরং কত মানুষ মর্যাদার সঙ্গে বাঁচতে পারছে—তা দিয়েই।

সম্পাদক

■ সৌজন্যে : শাটারস্টক ওয়েবসাইট

নীরবতা থেকে মর্যাদায়ঃ
#মাসিকবান্ধববিশ্ব

কানিজ গোফরানী কোরায়শী

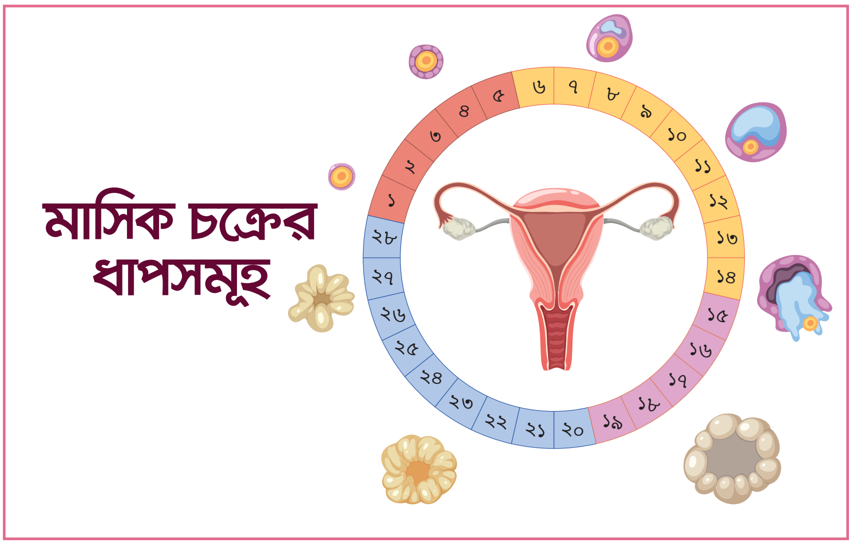
নারীর অগ্রগতির যাত্রা চাঁদ ছুঁয়েছে, মহাশূণ্যে, বিজ্ঞানী, পাইলট, গবেষক, রণক্ষেত্র কোথায় নেই নারীর উপস্থিতি। অথচ প্রদীপের নীচে অন্ধকারের মতোই আমরা এখনো মাসিকস্বাস্থ্য ব্যবস্থাপনা নিয়ে সংগ্রাম করছি।

নারীর মাসিক সংক্রান্ত বিষয়ে প্রকাশ্যে কথা বলা, আলোচনা করা, ব্যবস্থাপনা বা সেবা নিশ্চিত করায় পিছিয়ে আছি। সমস্যা কোথায়, কেন সমস্যা, এর কি কোন সমাধান নেই, নাকি আমরা পিছিয়েই থাকবো-এই প্রশ্নগুলো বারবার মনে আসে। এর জন্য আমরা আলোচনা করি, কৌশল গ্রহণ করি, পরিকল্পনা করি, ফলে কিছু উদ্যোগ নেই। কিন্তু আবার আরও গুরুত্বপূর্ণ সমস্যার মাঝে হারিয়ে যায়।

কায়রো, ১৯৯৪ সালের জনসংখ্যা ও উন্নয়ন সংক্রান্ত আন্তর্জাতিক সম্মেলনে যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য ও অধিকার (SRHR) কে গুরুত্বপূর্ণ অধিকার হিসেবে বিবেচনা করা হয়। কারণ SRHR প্রতিটি ব্যক্তির ন্যায় এবং ক্ষমতার উপর ভিত্তি করে প্রত্যেকে তাদের শরীর সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নেওয়ার অধিকার আছে, যাতে তারা স্বাস্থ্যকর এবং প্রজননক্ষম জীবন যাপন করতে পারে।

MHM-সম্পর্কিত সমস্যা বিভিন্ন SDG অক্ষকে ছাড়িয়ে যায়, যেমন SDG 3, 4, 5, 6, 8, এবং 12, যা দেখায় যে MHM-কে উন্নয়নের বিভিন্ন ক্ষেত্রে মূলধারায় নিয়ে আসা উচিত।

মাসিক নারীর শরীরবৃত্তিয় একটি বিষয় হলেও, এর ব্যবস্থাপনার জন্য সকলের অর্থাৎ পরিবার,সমাজ ও রাষ্ট্রের অংশগ্রহণ জরুরী। তাই বিশ্ব মাসিক ব্যবস্থাপনা দিবস ২০২৬ সালে মাসিকবান্ধব বিশ্ব গড়তে সকলের সমন্বিত উদ্যোগের প্রয়োজনীয়তার উপর জোর দেয়া হয়েছে । মাসিক ব্যবস্থাপনায় সকলের একাত্মতা ও অংশগ্রহণের উপর গুরুত্ব দেয়া হয়েছে। বিশ্ব মাসিক ব্যবস্থাপনা দিবস ২০২৬ সালের প্রতিপাদ্য বিষয় হলো: "Together for a #PeriodFriendlyWorld". যার লক্ষ্য হলো, একটা এমন বিশ্বের নির্মাণ করা যেখানে মাসিক/পিরিয়ড কোনোভাবে স্বাস্থ্য, শিক্ষা, বা সম্ভাবনাকে সীমিত করে না। বিশ্বব্যাপী পণ্য, শিক্ষা, এবং নিরাপদ স্যানিটেশন অবকাঠামোতে



■ সৌজন্যে : শাটারস্টক ওয়েবসাইট

টেকসই প্রবেশাধিকার নিশ্চিত করা হলো এর ফোকাস।

কারণ মাসিক নারীর জীবনের একটি স্বাভাবিক শরীরবৃত্তিয় প্রক্রিয়া এবং সেইসাথে খুব গুরুত্বপূর্ণ ঘটনা। মাসিকের মাধ্যমে নারীর প্রজনন সক্ষমতা পূর্ণতা পায়, তার শরীর সন্তান ধারণের জন্য তৈরী হয়। যা মানব প্রজন্মের বিকাশকে অব্যাগত রাখে। এটি নারীর যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য অধিকার। নারী যেন তার পছন্দানুযায়ী, সুবিধামতস্বাস্থ্য সম্মতভাবে, স্বাছন্দে, গোপনীয়ভাবে ও মর্যাদার সাথে মাসিকব্যবস্থাপনা করতে পারে ও সিদ্ধান্ত নিতে পারে সে বিষয়ে সহযোগিতা করা এবং পরিবেশ তৈরী করে দেয়া আমাদের সকলের দায়িত্ব।

বাংলাদেশে দারিদ্রতা সত্বেও সীমিত সম্পদ ব্যবহার করে পানি ও স্যানিটেশন ব্যবস্থার যথেষ্ট উন্নতি হয়েছে। কিন্তু হাইজিন ব্যবস্থাপনা বিশেষ করে মাসিক স্বাস্থ্য ব্যবস্থাপনা উন্নতির কেষত্রে এখনো অনেক পিছিয়ে। ২০১৮ মালের মাসিক হাইজিন সার্ভে অনুযায়ী মাত্র ৫৩% ছাত্রী তাদের প্রথম মাসিকের আগে মাসিক সম্পর্কে তথ্য পায়। ৩০% ছাত্রী এখনো মাসিকের জন্য স্কুলে আসেনা এবং ৩৪ % মাসিকের সময় পুরানো কাপড় ব্যবহার করে।

মাসিক বিষয়ে কুসংস্কার ও নানাবিধি নিষেধ এখনো সমাজে রয়েছে। যা নারীকে অধিকার থেকে বঞ্চিত করে তার ভবিষ্যত সক্ষমতাকে সীমাবদ্ধ করে। সবচেয়ে বেশি ক্ষতি হয় নারীর স্বাস্থ্যের। এসময়ে যখন কিশোরী বা নারীর পুষ্টিসমৃদ্ধ খাবার খাওয়া প্রয়োজন তখনো সে প্রয়োজনীয় পুষ্টিকর খাবার পায়না বা গুরুত্ব দেয়া হয় না।

২০১৯-২০ সালের স্যাশনাল মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট সার্ভে অনুযায়ী, দেশে মোট নারীর ৪২.৪% নারী রক্ত স্বল্পতায় ভোগে এবং গর্ভবতী নারীদের মধ্যে এই হার ৪৯.৬%। কৈশোর কাল থেকে এই অপুষ্টির ধারাবাহিকতা তার প্রজনন স্বাস্থের উপর মারাত্মক প্রভাব ফেলে, এর কারণে গর্ভবস্থায় রক্তস্বল্পতা, অপুষ্টি, জটিল প্রসব ও কম ওজনের শিশু বা অকাল প্রসব ইত্যাদি সমস্যা দেখা দেয়।

মাসিক ব্যবস্থাপনা স্বাস্থ্যসম্মত ভাবে করা একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। মাসিক ব্যবস্থাপনার ক্ষেত্রে স্যানিটারী নেপকিনের হার বেড়েছে। কিশোরীদের ক্ষেত্রে এই হার ৭০% হলেও প্রজননক্ষম নারীদের ৫০% এখনও পুরাতন কাপড় ব্যবহার করে। যা নারীর প্রজনন স্বাস্থ্য ঝুঁকি বাড়িয়ে তোলে। অস্বাস্থকর কাপড় ও অনিরাপদ ব্যবস্থাপনা প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণের হার বাড়ায় এমনকি জরায়ুমুখে ক্যান্সারের ঝুঁকি বাড়িয়ে তোলে। এই অবস্থা দরিদ্র ও স্বল্প আয়ের নারীদের ক্ষেত্রে অনেক বেশি। এছাড়াও শহরের বস্তি এলাকা, গ্রামীণ, দূর্গম এবং দূর্যোগ প্রবণ এলাকায় বেশি হয়ে থাকে।

মেয়েরা মাসিক সম্পর্কে ধারণা পায় সাধারণত: পরিবারে তার মায়ের কাছ থেকে বা বয়স্ক নানী-দাদীর কাছ থেকে। তারা তাদের সীমিত জ্ঞান ও অভিজ্ঞতার আলোকে এবিষয়ে ধারণা দেয়ার চেষ্টা করে। যা বেশির ভাগই সামাজিক বিধিনিষেধ, কুসংস্কারাচ্ছন্ন ও ভ্রান্তধারণার তথ্য দেয়। মাসিককে নারীর একান্ত ব্যক্তিগত বিষয় মনে করা হয় তাই এনিয়ে প্রকাশ্যে আলোচনা করাও সামাজিক বিধিনিষেধের মধ্যে পড়ে। পুরুষদের সামনে আলোচনা করা তো দূর কথা। স্কুলে মাসিক নিয়ে যতটুকু আলোচনা হয় তা শুধু মেয়েদের মধ্যেই সীমাবদ্ধ রাখা হয়। দোকান থেকে স্যানিটারী নেপকিন কিনতে গেলে দোকানদার তা খবরের কাগজে ভাল করে মুড়িয়ে তারপর দেন কারণ এটি প্রকাশ্যে লজ্জাজনক ব্যাপার। বাবা, ভাইটি জানে না তার স্ত্রী, কন্যা বা বোন কোন মাসিককালীন সমস্যায় আছে কি না? তার বিশ্রাম প্রয়োজন বা পুষ্টিকর খাবার প্রয়োজন।

সামাজিক কুসংস্কার এই সময়ে নারীকে সামাচজক বা ধর্মীয় আচার-অনুষ্ঠান থেকে বিরত রাখে। গণশোচাগারে নারীর কাপড় বা প্যাড পরিবর্তন করতে রাত পর্যন্ত অপেক্ষা করতে হয়। মাসিকের কাপড়টি সে রৌদ্রে প্রকাশ্যে শোকাতে পারে না।

এই সকল বাধাকে অতিক্রম করে মাসিক বান্ধব বিশ্ব গড়তে ৫টি মৌলিক বিষয়ের উপর জোর দিতে হবে;

১. মাসিকবান্ধব সামাজিক পরিবেশ তৈরী করা:

যতদিন পর্যন্ত মাসিক শুধু নারীর ব্যক্তিগত বিষয় থাকবে ততদিন বিভিন্ন সামাজিক বাধা থাকবে। এটিকে স্বাভাবিক ও সবার আলোচনার মধ্যে নিয়ে আসতে হবে যেন মাসিক সম্পর্কে খোলাখুলিভাবে কথা বলতে সকলে স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করে। তার জন্য স্বাস্থ্যসম্মত মাসিক পণ্যের সহজলভ্যতা এবং মাসিক বিষয়ে শিক্ষা বৃদ্ধি —করা প্রয়োজন ।

মাসিক-বান্ধব সামাজিক পরিবেশ মাসিক চক্রের সাথে সম্পর্কিত সকল বিষয়কে ইতিবাচক এবং সম্মানজনক ভাবে দেখতে শেখাবে। একটি মাসিক-বান্ধব সামাজিক পরিবেশে, মাসিককে জীবনযাত্রার একটি স্বাভাবিক সত্য গ্রহণ হিসেবে করা হবে। এই পরিবেশ তৈরীতে সর্বস্বরে প্রচার প্রচারণা বাড়াতে হবে। সামাজিক আচরণগত পরিবর্তনের উপকরণসমূহ ব্যবহার, মিডিয়া প্রচারণা ও সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে সঠিক তথ্য প্রচার, আলোচনা কতরা।

২. মাসিক বিষয়ে শিক্ষা:

মাসিক বিষয়ে সঠিক তথ্য ও জ্ঞান না থাকায় সামাজিক কুসংস্কার জায়গা করে নেয়। মাসিক শিক্ষা মাসিক স্বাস্থ্য এবং পরিচ্ছন্নতার জন্য অত্যাবশ্যক। মাসিক শিক্ষা না থাকায় স্বাস্থ্য ঝুঁকি বাড়ে এবং মেয়েরা স্কুল থেকে অনুপস্থিত থাকতে বা পড়াশোনা বন্ধ করতে বাধ্য হয়। এটি পরবর্তীতে পেশাগত সুযোগ এবং আয় হ্রাসের কারণ হতে পারে। যখন ছেলে-মেয়েরা ছোটবেলা থেকে শেখে যে মাসিক স্বাভাবিক, তখন সামাজিক স্বীকৃতি বৃদ্ধি পায়।

সঠিক মাসিক শিক্ষা কিশোরীর_puberty_শুরুর সময় প্রয়োজনীয় ব্যবহারিক এবং জৈবিক জ্ঞান প্রদান করে এবং ভয় ও লজ্জা মোকাবেলায় সাহায্য করে। এটি কিশোরী ও নারীদের মাসিক নিরাপদভাবে এবং আত্মবিশ্বাসের সাথে পরিচালনা করতে, তাদের শরীর সম্পর্কে জেনেবুঝে সিদ্ধান্ত নিতে এবং অস্বস্তি মোকাবেলা করতে সক্ষম করে।

এই শিক্ষা সময়োপযোগী, বয়স অনুযায়ী উপযুক্ত

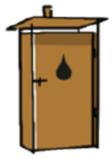
সৌজন্যে : স্যাটিস্টিক ওয়েবসাইট

এবং সহজলভ্য হওয়া উচিত। সময়োপযোগী এবং যথাযথ জ্ঞান মেয়েদের ও নারীদের মানসিক সুস্থতা তৈরীতে এবং সামাজিক কুসংস্কার ও বিধিনিষেধ ভাঙার ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখবে। তবে এই শিক্ষা ছেলে মেয়ে উভয়ের জন্য দরকার। আর এই শিক্ষা ডারা প্রদান করবেন যেমন, শিক্ষক, স্বাস্থ্যকর্মী, উন্নয়ন কর্মী তাদের যথাযথ প্রশিক্ষণপ্রদান করা অত্যন্ত জরুরী। যেন তারা জড়তামুক্ত ভাবে, স্বাচ্ছন্দ্যে ও দক্ষতার সাথে সঠিক ও প্রয়োজনীয় তথ্য /শিক্ষা প্রদান করতে পারেন।

৩. মাসিককালীন পণ্যের সহজলভ্যতা ও প্রবেশাধিকার:

মেয়েদের ও নারীদের স্বাস্থ্যের ও মর্যাদার জন্য মাসিক পণ্যের সুলভে ও সহজলভ্যতা থাকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। যদি প্রবেশগম্যতা না থাকে, নারীরা ও মেয়েরা কাজ ও স্কুল থেকে বঞ্চিত হয় এবং শারীরিক ও মানসিক উভয় ধরনের স্বাস্থ্য সমস্যা ঝুঁকিতে থাকে। এটি দৈনন্দিন জীবনের স্বাভাবিক অংশগ্রহণকে ব্যাহত করে, যার ফলে উৎপাদনশীলতা কমে যায়। গুণমান সম্পন্ন পণ্য যা কার্যকর এবং নিরাপদ তা সবার জন্য সহজলভ্য এবং সাশ্রয়ী হতে হবে।

৪. মাসিকবান্ধব টয়লেট ও বর্জ্য ব্যবস্থাপনা:



মাসিকের জন্য উপযোগী শৌচাগার মাসিক সচ্ছন্দভাবে এবং মর্যাদার সঙ্গে ব্যবস্থাপনার জন্য অপরিহার্য। এ ধরনের সুবিধার অভাব সংক্রমণ এবং মানসিক চাপে নিয়ে আসতে পারে। যখন শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান এবং কর্মক্ষেত্রে মাসিক-উপযোগী শৌচাগার থাকে না, তখন মেয়েরা এবং নারীরা প্রায়শই স্কুল বা কাজ থেকে অনুপস্থিত থাকেন অথবা দীর্ঘক্ষণ টয়লেটে না যেতে পেরে স্বাস্থ্যঝুঁকি বাড়ে।

মাসিকের জন্য উপযুক্ত শৌচাগার বাড়ি, স্কুল, বিশ্ববিদ্যালয়, কর্মস্থল এবং বাজার, খেলাধুলার সুবিধা, রেলস্টেশন ও বিমানবন্দর মতো জনসমষ্টি জায়গায় থাকা উচিত। সেগুলি নারী ও মেয়েদের মনোযোগের আকর্ষণ করে এমন ডিজাইন করা উচিত, যার মধ্যে প্রতিবন্ধী ব্যক্তিরাও অন্তর্ভুক্ত। এর অর্থ হলো এগুলি সহজে প্রবেশযোগ্য, পরিষ্কার এবং যেখানে বর্জ্য ফেলার ব্যবস্থা, পানি এবং সাবান থাকবে।

৫. মাসিককালীন স্বাস্থ্যসেবা:

মেয়েদের স্বাস্থ্যের জন্য মাসিকের সাথে সম্পর্কিত রোগ এবং সময়মত রোগ নির্ণয়, চিকিৎসা এবং যত্ন গুরুত্বপূর্ণ। মাসিকের অসুস্থতা গুরুতর চিকিৎসা সম্পর্কিত শর্ত যা যেকোনো অন্যান্য স্বাস্থ্য সমস্যার মতো পেশাদার মনোযোগের প্রয়োজন।

দীর্ঘস্থায়ী, অচিকিৎসিত মাসিকের অসুস্থতা এবং রোগ জীবনযাত্রার সমস্ত দিককে প্রভাবিত করতে পারে।

মাসিক স্বাস্থ্য সেবায় প্রবেশাধিকার ছাড়া, নারী ও কন্যারা দীর্ঘমেয়াদী চিকিৎসাগত এবং আর্থিক ক্ষতির মুখোমুখি হন।

মাসিক স্বাস্থ্য সেবায় প্রশিক্ষিত চিকিৎসা কর্মীর কাছে পৌঁছানো এবং নিজে যত্ন নেওয়ার প্র্যাকটিস যেমন সাইকেল ট্র্যাক করা এবং ব্যথা কমানোর উপায় অন্তর্ভুক্ত। মাসিক সম্পর্কে জ্ঞান নারীদের এবং মেয়েদের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ যাতে তারা জানে কখন চিকিৎসা সাহায্য চাইতে হবে।

৬. মাসিক সংক্রান্ত সকল বিষয় বাস্তবায়নে অ্যাডভোকেসি:

উপরের যতবিষয়েই আলোকপাত করা হোক না কেন যদি সরকার এ বিষয়ে গুরুত্ব না দেয়, আগ্রহী না হয় তাহলে বাস্তবায়ন করা কঠিন।

তাই রাজনৈতিক অঙ্গিকারে বিষয়টি আসতে হবে, আইনপ্রণেতা, নীতি-নির্ধারকদের কাছে মাসিকের গুরুত্ব তুলে ধরতে হবে যেন, শিক্ষায়, সেবায়, অবকাঠামোগত উন্নয়নে মনোযোগী হয় এবং বাজেট বরাদ্দ করে।

মাসিক বন্ধুত্বপূর্ণ একটি বিশ্ব সবার জন্যই সবচেয়ে ভালো, যার মধ্যে পুরুষ ও ছেলেরাও রয়েছে। কারণ ঘরে, স্কুলে এবং কাজে, পুরুষ ও ছেলেদের এমন নারীরা আছে যাদের তারা যত্ন করে, যেমন স্ত্রী, মা, বোন সহপাঠী এবং সহকর্মী। মাসিক বন্ধুত্বপূর্ণ বিশ্ব হল সবার জন্য আরও সমৃদ্ধশালী একটি বিশ্ব।

সৌজন্যে : শাটারস্টক ওয়েবসাইট

লেখক পিএসটিসি-র প্রজেক্ট ম্যানেজার, সিএমপি প্রকল্প এবং তাঁর সঙ্গে প্রয়োজনে kaniz.q@pstc-bgd.org এই ই-মেইলে যোগাযোগ করা যেতে পারে।

বাংলাদেশের উন্নয়ন অগ্রযাত্রার এক নীরব সঙ্কট

ড. নূর মোহাম্মদ

বাংলাদেশের উন্নয়নযাত্রা গত পাঁচ দশকে যে ধারাবাহিক অগ্রগতি অর্জন করেছে, তার পেছনে সরকারি উদ্যোগের পাশাপাশি আন্তর্জাতিক উন্নয়ন সহযোগীদের গুরুত্বপূর্ণ অবদান রয়েছে।

বিশেষ করে ইউএসএইড (United States Agency for International Development) এবং দ্য গ্লোবাল ফান্ড (The Global Fund) এর মতো সংস্থাগুলো স্বাস্থ্য, পরিবার পরিকল্পনা, শিক্ষা ও দারিদ্র্য বিমোচনে দীর্ঘদিন ধরে নিরবচ্ছিন্ন সহায়তা প্রদান করেছে।

কিন্তু সাম্প্রতিক বৈশ্বিক নীতিগত পরিবর্তন ও অর্থায়ন সংকোচনের ফলে এই সহযোগিতায় যে হঠাৎ ভাটা নেমেছে, তা বাংলাদেশের উন্নয়ন কাঠামোর ওপর গভীর ও বহুমাত্রিক প্রভাব ফেলছে।

২০২৫ সালের শুরুতে মার্কিন প্রশাসনের সিদ্ধান্তে বৈদেশিক সহায়তা স্থগিত বা হ্রাস পাওয়ায় বাংলাদেশে শতাধিক উন্নয়ন প্রকল্প বন্ধ হয়ে যায়, যার আর্থিক মূল্য প্রায় ৫৫০ মিলিয়ন ডলার । এর সরাসরি প্রভাব পড়ে কর্মসংস্থানে—বিভিন্ন হিসাবে দেখা যায়, ৫০,০০০-এর বেশি উন্নয়নকর্মী চাকরি হারিয়েছেন , এবং কিছু ক্ষেত্রে এই সংখ্যা আরও বেশি হতে পারে।

এমনকি একটি বড় স্বাস্থ্য গবেষণা প্রতিষ্ঠানেই ১,০০০-এর বেশি কর্মী ছাঁটাইয়ের ঘটনা ঘটেছে ।

এই আকস্মিক চাকরি হারানো কেবল ব্যক্তিগত আয়ের ক্ষতি নয়; এটি একটি দক্ষ মানবসম্পদের অপচয়। বহু বছর ধরে প্রশিক্ষিত ও অভিজ্ঞ এই পেশাজীবীরা স্বাস্থ্য, পুষ্টি, পরিবার পরিকল্পনা, এবং জলবায়ু অভিযোজনসহ গুরুত্বপূর্ণ খাতে কাজ করেছেন। হঠাৎ করে তাদের এই অভিজ্ঞতা সিস্টেম- এর বাইরে চলে যাওয়া মানে উন্নয়ন খাতে "institutional memory" বা প্রাতিষ্ঠানিক স্মৃতি ও জ্ঞান হারানো—যা পুনর্গঠন করতে বছরের পর বছর লেগে যাবে।

অন্যদিকে, এই চাকরি হারানোর প্রভাব সরাসরি তাদের পরিবারগুলোর ওপর পড়ছে। অনেকেই সন্তানের শিক্ষা, চিকিৎসা ব্যয়, কিংবা দৈনন্দিন জীবনের মৌলিক চাহিদা পূরণে হিমশিম খাচ্ছেন।

একাধিক প্রতিবেদনে উঠে এসেছে, অনেক উন্নয়নকর্মী তাদের সঞ্চয় শেষ করে ফেলেছেন এবং সামাজিক নিরাপত্তার অভাবে চরম অনিশ্চয়তায় দিন কাটাচ্ছেন । ফলে এটি কেবল

অর্থনৈতিক সংকট নয়, একটি সামাজিক ও মানবিক সংকটে রূপ নিচ্ছে।

এই পরিস্থিতির আরেকটি গুরুতর দিক হলো উন্নয়ন কার্যক্রমে হঠাৎ শূন্যতা সৃষ্টি হওয়া। স্বাস্থ্য, শিক্ষা, কৃষি ও মানবিক সহায়তা খাতে যেসব প্রকল্প চলমান ছিল, সেগুলোর কার্যক্রম বন্ধ বা স্থবির হয়ে পড়েছে।

বৈশ্বিক পর্যায়েও দেখা গেছে, এই ধরনের অর্থায়ন সংকোচন স্বাস্থ্যসেবা, শিক্ষা এবং মানবিক সহায়তা কার্যক্রমে ব্যাপক বিঘ্ন সৃষ্টি করে ।

বাংলাদেশে এর প্রভাব আরও তীব্র, কারণ এখানে বহু কর্মসূচি সরাসরি এই অর্থায়নের ওপর নির্ভরশীল ছিল ।

বিশেষভাবে উদ্বেগজনক হলো পরিবার পরিকল্পনা (FP) খাতের ওপর এর প্রভাব। বৈশ্বিক অভিজ্ঞতায় দেখা গেছে, মার্কিন সহায়তা কমে গেলে পরিবার পরিকল্পনা সেবা কেন্দ্র বন্ধ হয়ে যায়, গর্ভনিরোধক সরবরাহ ব্যাহত হয় এবং সেবাগ্রহীতারা ঝুঁকির মধ্যে পড়েন ।

বাংলাদেশের মতো ঘনবসতিপূর্ণ দেশে এটি সরাসরি প্রজননশীলতা হার বৃদ্ধির দিকে নিয়ে যেতে পারে।

ইতোমধ্যে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে শ্লথতা এবং মাঠপর্যায়ে সেবার ঘাটতি নিয়ে উদ্বেগ দেখা যাচ্ছে।

যদি এই ধারা অব্যাহত থাকে, তবে আগামী বছরগুলোতে জনসংখ্যা বৃদ্ধি পুনরায় ত্বরান্বিত হতে পারে—যা অর্থনীতি, কর্মসংস্থান এবং সামাজিক সেবার ওপর অতিরিক্ত চাপ সৃষ্টি করবে।

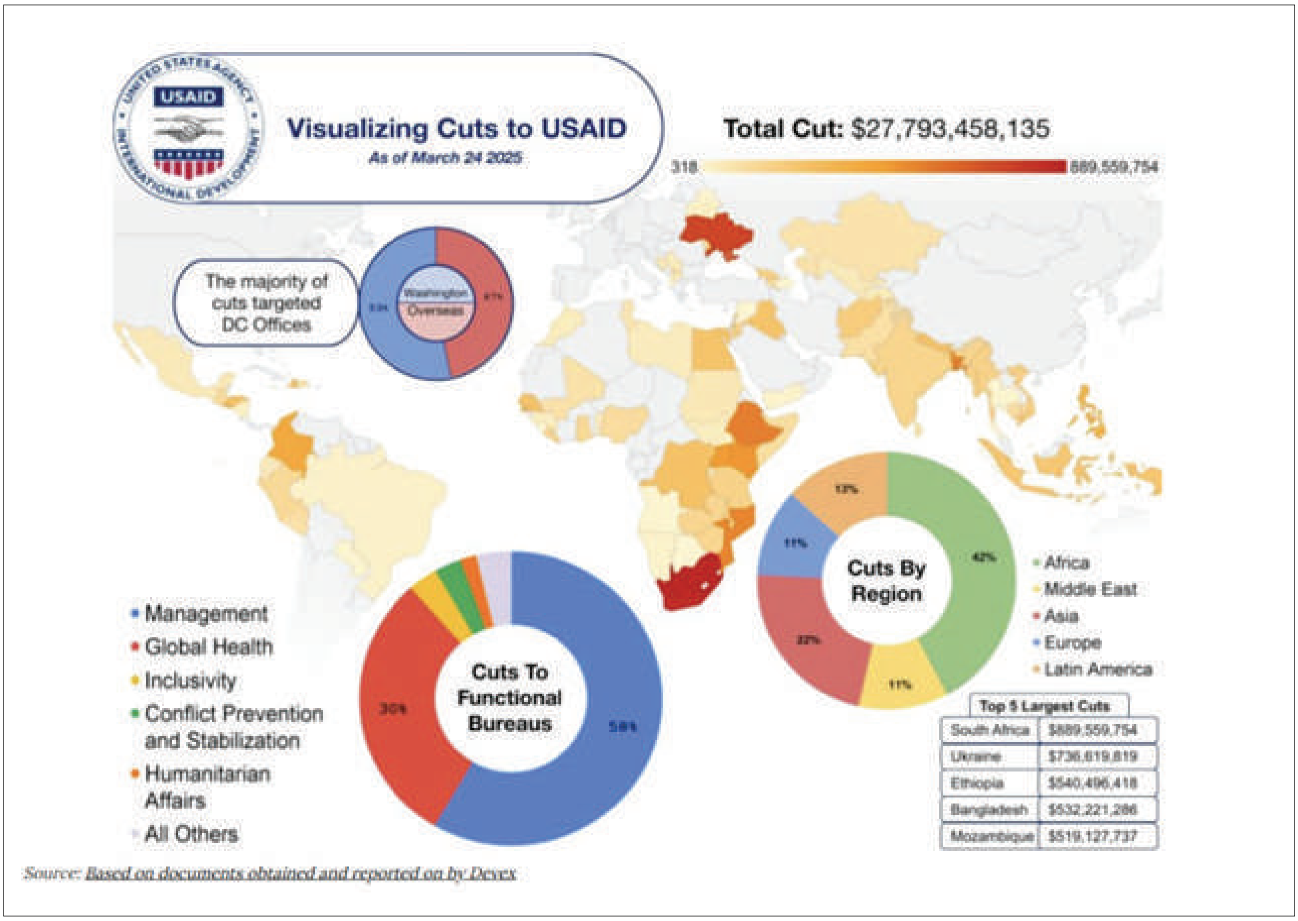
এখানে সরকারের ভূমিকা নিয়ে প্রশ্ন উঠছে। এই সংকটের প্রাথমিক পর্যায়ে একটি সমন্বিত নীতিগত প্রতিক্রিয়া দেখা যায়নি। অন্তর্বর্তীকালীন সরকার ও নতুন সরকারের যে প্রাথমিক কার্যক্রম এবং এই সময়ের ফাঁদে সমস্যা আরও ঘনীভূত হয়েছে ।

উন্নয়নকর্মীদের পুনর্বাসন, বিকল্প অর্থায়নের সন্ধান, কিংবা জরুরি কর্মসূচি চালুর ক্ষেত্রে সরকারের উদ্যোগ যথেষ্ট দৃশ্যমান নয়।

অথচ এই খাতটি দীর্ঘদিন ধরে দেশের মানবসম্পদ উন্নয়নের একটি গুরুত্বপূর্ণ স্তম্ভ হিসেবে কাজ করেছে।

এই প্রেক্ষাপটে কয়েকটি সুপারিশ প্রাসঙ্গিক:

- প্রথমত, সরকারকে দ্রুত একটি "উন্নয়নকর্মীদের কাজে লাগানোর



Source: Based on documents obtained and reported on by Devex

সৌজন্যে : কান্ডিও স্মার্ট ওয়েবসাইট

কৌশল” (Development Workforce Reintegration Strategy) গ্রহণ করতে হবে, যাতে চাকরিচ্যুত পেশাজীবীদের সরকারি ও বেসরকারি খাতে পুনর্বিন্যাস করা যায়।

- দ্বিতীয়ত, পরিবার পরিকল্পনা ও প্রাথমিক স্বাস্থ্যসেবার জন্য বিকল্প অর্থায়ন (domestic financing বা নতুন উন্নয়ন সহযোগী) নিশ্চিত করতে হবে।

- তৃতীয়ত, একটি জাতীয় দক্ষতা রূপান্তর (reskilling) কর্মসূচি চালু করা যেতে পারে, যাতে এই পেশাজীবীরা নতুন খাতে অবদান রাখতে পারেন।

- চতুর্থত, উন্নয়ন খাতে পাবলিক-প্রাইভেট পার্টনারশিপ (PPP) বাড়িয়ে কর্মসংস্থানের নতুন সুযোগ তৈরি করা জরুরি।

- পঞ্চমত, একটি জরুরি সামাজিক সুরক্ষা প্যাকেজ চালু করে ক্ষতিগ্রস্ত পরিবারগুলোর সহায়তা নিশ্চিত করা প্রয়োজন।

সবশেষে বলা যায়, এই সংকটটি শুধুমাত্র একটি অর্থায়ন সংকট নয়; এটি বাংলাদেশের উন্নয়ন কাঠামোর একটি মৌলিক পরীক্ষার সময়। আন্তর্জাতিক সহায়তার ওপর নির্ভরশীলতা কমিয়ে একটি টেকসই, স্বনির্ভর উন্নয়ন মডেলে রূপান্তর এখন সময়ের দাবি।

তবে সেই রূপান্তর হতে হবে পরিকল্পিত, অন্তর্ভুক্তিমূলক এবং মানবিক—যেখানে উন্নয়নের মূল চালিকাশক্তি, অর্থাৎ মানুষ, উপেক্ষিত হবে না।

সৌজন্যে : শাটারস্টক ওয়েবসাইট

লেখক ড.নূর মোহাম্মদ প্রজন্ম কথা-র সম্পাদক এবং তাঁর সঙ্গে প্রয়োজনে noor.m@pstc-bgd.org এই ই-মেইলে যোগাযোগ করা যেতে পারে।

নিউজ

হামজনিত শিশুমৃত্যু রোধে নতুন আশার আলোঃ ‘বাবল সিপ্যাপ’ প্রযুক্তিতে এগোচ্ছে বাংলাদেশ

সৌজন্যে : শাটারস্টক ওয়েবসাইট

বাংলাদেশে হামজনিত শিশুমৃত্যুর উর্ধ্বগতির প্রেক্ষাপটে পরিস্থিতি মোকাবিলায় জোরালো পদক্ষেপ নেওয়া হচ্ছে।

এ লক্ষ্যে স্বল্পমূল্যের উদ্ভাবনী শ্বাস-প্রশ্বাস সহায়ক প্রযুক্তি ‘বাবল সিপ্যাপ’ (Bubble CPAP) সারা দেশে সম্প্রসারণে কাজ করছে স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয় এবং আইসিডিডিআর,বি।

ঢাকা - তে অনুষ্ঠিত এক উচ্চপর্যায়ের বৈঠকে স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণমন্ত্রী সরদার মোঃ সাখাওয়াত হোসেন, আইসিডিডিআর,বি-এর নির্বাহী পরিচালক ড. তাহমীদ আহমেদ, জ্যেষ্ঠ বিজ্ঞানী ড. মোহাম্মদ জোবায়ের চিশতি এবং বাংলাদেশ ইনস্টিটিউট অব চাইল্ড হেলথের অধ্যাপক ড. মো. মাহবুবুল হক সহ শীর্ষ বিশেষজ্ঞরা জরুরি করণীয় নিয়ে আলোচনা করেন।

বিশেষজ্ঞরা জানান, ছয় মাস থেকে তিন বছর বয়সী শিশুরা সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে রয়েছে। হাসপাতালে ভর্তি হওয়া হাম আক্রান্ত শিশুদের প্রায় ৩০ শতাংশ নিউমোনিয়ায় আক্রান্ত হয়, যা মৃত্যুঝুঁকি উল্লেখযোগ্যভাবে বাড়িয়ে দেয়।

বৈঠকে ‘বাবল সিপ্যাপ’ প্রযুক্তির কার্যকারিতা বিশেষভাবে তুলে ধরা হয়। স্থানীয়ভাবে উদ্ভাবিত এই প্রযুক্তি ব্যয়বহুল ভেন্টিলেটরের একটি কার্যকর বিকল্প হিসেবে ইতোমধ্যে স্বীকৃতি পেয়েছে।

প্রতিটি ইউনিটের খরচ মাত্র প্রায় ৩০০ টাকা, যা সীমিত সম্পদের প্রেক্ষাপটে অত্যন্ত বাস্তবসম্মত সমাধান। দ্য ল্যানসেট -এ প্রকাশিত গবেষণা এবং বাংলাদেশ ও ইথিওপিয়ায় পরিচালিত মাঠপর্যায়ের পরীক্ষায় দেখা গেছে, এই প্রযুক্তি প্রচলিত অক্সিজেন থেরাপির তুলনায় শিশুর বেঁচে থাকার হার উল্লেখযোগ্যভাবে বৃদ্ধি করে।

পরবর্তী সেশনে দেশের ৩০টিরও বেশি হাসপাতালের বিশেষজ্ঞরা অংশ নিয়ে দ্রুত সারাদেশে এ প্রযুক্তি বাস্তবায়নের ওপর জোর দেন।

খুব শিগগিরই স্বাস্থ্যকর্মীদের জন্য প্রশিক্ষণ কার্যক্রম শুরু হবে এবং আইসিডিডিআর,বি মাঠপর্যায়ে কারিগরি সহায়তা প্রদান করবে।

এই উদ্যোগ বাংলাদেশের জনস্বাস্থ্য খাতে একটি গুরুত্বপূর্ণ অগ্রগতি হিসেবে বিবেচিত হচ্ছে, যা দেশীয় উদ্ভাবনের মাধ্যমে প্রতিরোধযোগ্য শিশুমৃত্যু হ্রাসে নতুন সম্ভাবনার দ্বার উন্মোচন করছে।

বাবল সিপ্যাপ সিস্টেম

সৌজন্যে : শাটারস্টক ওয়েবসাইট

প্রজন্ম নিউজ ডেস্ক

সিপিডি৫৯–এ পিএসটিসি নির্বাহী পরিচালকের সক্রিয় অংশগ্রহণ– নীতি ও বাস্ত বায়নের ব্যবধান কমানোর জোরালো আহ্বান

পপুলেশন সার্ভিসেস অ্যান্ড ট্রেনিং সেন্টার (PSTC)-এর নির্বাহী পরিচালক ড. নূর মোহাম্মদ ১৩–১৭ এপ্রিল ২০২৬ পর্যন্ত নিউইয়র্কে জাতিসংঘ সদর দপ্তরে অনুষ্ঠিত জনসংখ্যা ও উন্নয়ন কমিশনের ৫৯তম অধিবেশন (CPD59)-এ সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ করেন।

বাংলাদেশ এবং International Planned Parenthood Federation (IPPF)-এর প্রতিনিধি হিসেবে তিনি জনসংখ্যা, অভিবাসন, যুব অংশগ্রহণ এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য ও অধিকার (SRHR) বিষয়ক বিভিন্ন উচ্চপর্যায়ের আলোচনায় গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখেন।

প্লেনারি সেশনে কৌশলগত দ্বিপাক্ষিক বৈঠক

প্রথম দিনের প্লেনারি সেশনের মাধ্যমে শুরু হয়। উদ্বোধনের পর ড. নূর মোহাম্মদ United Nations Population Fund (UNFPA)-এর নির্বাহী পরিচালকের সঙ্গে এক দ্বিপাক্ষিক বৈঠকে অংশগ্রহণ করেন।

আলোচনার মূল বিষয় ছিল UNFPA এবং পিএসটিসি (PSTC)-এর মতো সিভিল সোসাইটি সংগঠনের মধ্যে সহযোগিতা আরও জোরদার করা, বিশেষ করে নিম্ন ও মধ্যম আয়ের দেশগুলোতে সমন্বিত যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য ও অধিকার (SRHR) কার্যক্রম এগিয়ে নেওয়ার ক্ষেত্রে।

আলোচনার মূল বিষয়গুলো ছিল:

- মানবিক সংকটাপন্ন ও বাস্তুচ্যুত জনগোষ্ঠীর জন্য যৌথ কর্মসূচি জোরদার করা
- ICPD কর্মপরিকল্পনা ও SDG লক্ষ্যমাত্রার সঙ্গে সমন্বয় সাধন
- যুবকেন্দ্রিক কার্যক্রম এবং কমিউনিটি-ভিত্তিক সেবা সম্প্রসারণ

উভয় পক্ষ "সমন্বিত ত্বরান্বিত উদ্যোগ"-এর প্রয়োজনীয়তার ওপর জোর দেন, যাতে প্রজনন স্বাস্থ্যসেবায় বিদ্যমান বৈষম্য কমানো যায়।

ম্যাকগিল যুব পরামর্শক ফোরামে নীতিগত আলোচনা

দ্বিতীয় দিনে ড. নূর মোহাম্মদ ম্যাকগিল ইয়ুথ অ্যাডভাইজরি ডেলিগেট (MYAD)-এর আয়োজিত জনসংখ্যা নীতি বিষয়ক সেশনে আলোচক হিসেবে অংশ নেন। এখানে নীতি ও বাস্তবায়নের মধ্যে বিদ্যমান ব্যবধান নিয়ে গভীর আলোচনা হয়।

তিনি তুলে ধরেন:

- জাতীয় নীতিমালা ও মাঠপর্যায়ের বাস্তবতার মধ্যে অসামঞ্জস্য
- যুব নেতৃত্বাধীন অ্যাডভোকেসির গুরুত্ব
- বাংলাদেশে PSTC-এর মাধ্যমে যুবদের সম্পৃক্ত করে SRHR কার্যক্রম বাস্তবায়নের অভিজ্ঞতা

তিনি উল্লেখ করেন, "অনেক দেশেই অগ্রসর নীতি রয়েছে, কিন্তু বাস্তবায়নের কাঠামো এখনো দুর্বল ও অপর্যাপ্ত।"

দক্ষিণ আফ্রিকার উচ্চপর্যায়ের সাইড ইভেন্টে বক্তব্য

তৃতীয় দিনে দক্ষিণ আফ্রিকা সরকারের আয়োজিত উচ্চপর্যায়ের সাইড ইভেন্টে ড. নূর মোহাম্মদ একজন বিশেষজ্ঞ প্যানেলিস্ট হিসেবে অংশগ্রহণ করেন।

এই প্যানেলে আরও উপস্থিত ছিলেন:

- দক্ষিণ আফ্রিকার যুব ও জেন্ডার বিষয়ক উপমন্ত্রী
- SheDecides-এর নির্বাহী পরিচালক
- UNFPA-এর আফ্রিকা অঞ্চলের আঞ্চলিক পরিচালক

বাংলাদেশ এবং IPPF-এর প্রতিনিধি হিসেবে ড. নূর নীতি ও বাস্তবায়নের মধ্যকার ব্যবধান নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করেন এবং PSTC-এর অভিজ্ঞতার আলোকে সমাধানের পথ তুলে ধরেন।

তিনি গুরুত্বারোপ করেন:

- প্রান্তিক জনগোষ্ঠীর কাছে পৌঁছাতে বিকেন্দ্রীকৃত সেবা ব্যবস্থা
- জবাবদিহিতা কাঠামো শক্তিশালী করা
- কমিউনিটি স্বাস্থ্যকর্মী ও স্থানীয় প্রতিষ্ঠানে বিনিয়োগ বৃদ্ধি

প্যানেল আলোচনার শেষে অংশগ্রহণকারীরা যৌথভাবে প্রতিশ্রুতি দেন:

- দক্ষিণ-দক্ষিণ সহযোগিতা জোরদার করা
- যুব ও জেন্ডারভিত্তিক কর্মসূচিতে বিনিয়োগ বৃদ্ধি
- নীতি বাস্তবায়নের জন্য কার্যকর মনিটরিং ব্যবস্থা গড়ে তোলা

অভিবাসন ও SRHR বিষয়ে বৈশ্বিক সংলাপ

চতুর্থ দিনে বুরুন্ডি ও মেক্সিকো সরকারের যৌথ আয়োজনে অভিবাসন ও SRHR বিষয়ক সেশনে ড. নূর মোহাম্মদ আলোচক হিসেবে অংশগ্রহণ করেন।

বাংলাদেশে রোহিঙ্গা শরণার্থীদের নিয়ে

PSTC-এর কাজের অভিজ্ঞতা তুলে ধরে তিনি বলেন:

- মানবিক সংকটে সাংস্কৃতিকভাবে সংবেদনশীল SRHR সেবা নিশ্চিত করা জরুরি
- বাস্তুচ্যুত জনগোষ্ঠীর জন্য সেবার ধারাবাহিকতা বজায় রাখা চ্যালেঞ্জিং
- সরকারি ব্যবস্থার সীমাবদ্ধতার মাঝে এনজিওগুলোর ভূমিকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ

তিনি উল্লেখ করেন, "অভিবাসন শুধুমাত্র স্থানান্তরের বিষয় নয়; এটি মর্যাদা, অধিকার এবং স্বাস্থ্যসেবার সঙ্গে গভীরভাবে সম্পর্কিত।"

এই সেশন থেকে যে বিষয়গুলোতে ঐকমত্য গড়ে ওঠে:

- অভিবাসন ও শরণার্থী ব্যবস্থাপনায় SRHR অন্তর্ভুক্ত করা
- আন্তঃদেশীয় সহযোগিতা বৃদ্ধি
- অধিকারভিত্তিক মানবিক কর্মসূচি নিশ্চিত করা

জাতিসংঘে বাংলাদেশের স্থায়ী প্রতিনিধির সঙ্গে আলাপ

শেষ দিনে ড. নূর মোহাম্মদ জাতিসংঘে বাংলাদেশের স্থায়ী প্রতিনিধি রাষ্ট্রদূত সালাহউদ্দিন নোমানের সঙ্গে সৌজন্য আলাপ করেন।

আলোচনার মূল বিষয় ছিল:

- বৈশ্বিক পর্যায়ে SRHR অগ্রযাত্রায় বাংলাদেশের নেতৃত্ব
- আন্তর্জাতিক ফোরামে দেশের সফল অভিজ্ঞতা তুলে ধরার সুযোগ
- সরকার ও বেসরকারি সংস্থার মধ্যে সমন্বয় জোরদার করা

সার্বিক মূল্যায়ন

পাঁচ দিনের এই অংশগ্রহণে যে বিষয়গুলো বিশেষভাবে উঠে এসেছে:

- নীতি ও বাস্তবায়নের ব্যবধান কমানোর জরুরি প্রয়োজন
- টেকসই উন্নয়নে যুবদের সক্রিয় সম্পৃক্ততার গুরুত্ব
- সরকার, জাতিসংঘ এবং সিভিল সোসাইটির সমন্বিত উদ্যোগের প্রয়োজনীয়তা

ড. নূর মোহাম্মদের সক্রিয় অংশগ্রহণ PSTC এবং বাংলাদেশকে বৈশ্বিক SRHR আলোচনায় একটি গুরুত্বপূর্ণ অবস্থানে নিয়ে গেছে, বিশেষ করে কমিউনিটি-ভিত্তিক কার্যকর সমাধান উপস্থাপনের ক্ষেত্রে।

তিনি বলেন: "শুধু প্রতিশ্রুতি যথেষ্ট নয়—প্রয়োজন সেই প্রতিশ্রুতির বাস্তব প্রতিফলন, যা মানুষের জীবনে দৃশ্যমান পরিবর্তন আনবে।"

CPD59 শেষে একটি অন্তর্ভুক্তিমূলক, সমন্বিত এবং জবাবদিহিমূলক উন্নয়ন প্রক্রিয়ার জন্য বৈশ্বিক অঙ্গীকার পুনর্ব্যক্ত করা হয়, যেখানে মর্যাদা, সমতা এবং অধিকারকে সর্বোচ্চ গুরুত্ব দেওয়া হয়েছে।

সৌজন্যে ঃ UNLO-IPPF

সমসাময়িক ভাবনা

ছোট পরিবার নাকি বড় পরিবার

স্বাচ্ছন্দ্য কোথায়? আর এর বাস্তব ফলাফল কী?

মাহমুদা নাসরিন

মানুষ সামাজিক প্রাণী—এই কথাটা আমরা ছোটবেলা থেকেই শুনে আসছি। আর সেই সামাজিক জীবনের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ ও প্রথম প্রতিষ্ঠান হলো পরিবার। পরিবারই আমাদের শেখায় ভালোবাসা, দায়িত্ববোধ, সহমর্মিতা আর সম্পর্কের মূল্য। কিন্তু সময়ের পরিবর্তনের সঙ্গে সঙ্গে পরিবারের গঠনেও এসেছে বড় ধরনের পরিবর্তন।

একসময় যেখানে বড় পরিবার ছিল আমাদের সংস্কৃতির মূল ভিত্তি, সেখানে এখন ছোট পরিবার ধীরে ধীরে হয়ে উঠছে আধুনিক জীবনের বাস্তবতা।

তাই প্রশ্নটা আজ খুবই প্রাসঙ্গিক—ছোট পরিবার নাকি বড় পরিবার, কোনটা আমাদের জন্য বেশি ভালো? কোথায় আমরা বেশি সাচ্ছন্দ্য অনুভব করি? আর এই দুই ধরনের পরিবারের ফলাফলই বা কী?

ছোট পরিবারের বাস্তবতা ও সাচ্ছন্দ্য

ছোট পরিবার বলতে সাধারণত স্বামী-স্ত্রী এবং তাদের এক বা দুই সন্তানের পরিবারকে বোঝানো হয়। বর্তমান নগরায়ণ, অর্থনৈতিক চাপ, চাকরির ব্যস্ততা এবং সীমিত জায়গার কারণে ছোট পরিবার এখন অনেকের কাছেই বাস্তবসম্মত পছন্দ।

ছোট পরিবারের সবচেয়ে বড় সুবিধা হলো—পরিকল্পিত জীবনযাপন। এখানে আয়-ব্যয়ের হিসাব রাখা সহজ হয়, সিদ্ধান্ত নেওয়া দ্রুত হয়, এবং পরিবারের প্রতিটি সদস্যের জন্য আলাদা সময় ও গুরুত্ব দেওয়া সম্ভব হয়।

সন্তানদের পড়াশোনা, স্বাস্থ্য এবং মানসিক বিকাশের দিকে বিশেষ নজর দেওয়া যায়। বাবা-মা তাদের সন্তানের প্রতি বেশি মনোযোগী হতে পারেন, যা শিশুর ব্যক্তিত্ব গঠনে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে।

এছাড়া ছোট পরিবারে ব্যক্তিগত স্বাধীনতা বেশি থাকে। প্রত্যেকে নিজের মতো করে সময় কাটাতে পারে, নিজের সিদ্ধান্ত নিতে পারে, যা আধুনিক জীবনের একটি গুরুত্বপূর্ণ দিক।

তবে ছোট পরিবারের কিছু সীমাবদ্ধতাও রয়েছে। এখানে একাকীত্ব একটি বড় সমস্যা হয়ে দাঁড়াতে পারে। বিশেষ করে যখন কোনো সংকট আসে—অসুস্থতা, অর্থনৈতিক সমস্যা বা মানসিক চাপ—তখন পাশে দাঁড়ানোর মতো মানুষের সংখ্যা কম থাকে। ফলে অনেক সময় মানসিক চাপ বেড়ে যায়।

বড় পরিবারের বাস্তবতা ও সাচ্ছন্দ্য

বড় পরিবার বা যৌথ পরিবার আমাদের ঐতিহ্যের একটি গুরুত্বপূর্ণ অংশ। এখানে একাধিক প্রজন্ম একসাথে বসবাস করে—দাদা-দাদি, চাচা-চাচি, ভাই-বোন—সবাই মিলে একটি বড় পরিসরের পরিবার গড়ে ওঠে।

বড় পরিবারের সবচেয়ে বড় শক্তি হলো—সম্পর্কের গভীরতা এবং পারস্পরিক সহযোগিতা। এখানে সুখ-দুঃখ, আনন্দ-উৎসব সবকিছু ভাগাভাগি করা হয়। কোনো সমস্যা হলে একাধিক মানুষ মিলে তা সমাধানের চেষ্টা করে, ফলে মানসিক চাপ অনেকটাই কমে যায়।

শিশুদের জন্য বড় পরিবার একটি জীবন্ত শিক্ষাঙ্গন। তারা ছোটবেলা থেকেই শিখে কীভাবে অন্যদের সঙ্গে মানিয়ে চলতে হয়, কীভাবে দায়িত্ব ভাগাভাগি করতে হয় এবং কীভাবে সম্পর্ককে মূল্য দিতে হয়। এই অভিজ্ঞতা তাদের ভবিষ্যৎ জীবনে সামাজিকভাবে আরও দক্ষ করে তোলে।

তবে বড় পরিবারের কিছু চ্যালেঞ্জও রয়েছে। মতের অমিল, ব্যক্তিগত গোপনীয়তার অভাব, এবং দায়িত্ব বণ্টন নিয়ে দ্বন্দ্ব অনেক সময় অস্বস্তির কারণ হয়ে দাঁড়ায়।

আধুনিক প্রজন্মের ব্যক্তিগত স্বাধীনতার চাহিদা বড় পরিবারের কাঠামোর সঙ্গে সবসময় সামঞ্জস্যপূর্ণ হয় না।

সাচ্ছন্দ্য কোথায়?

আসলে সাচ্ছন্দ্য নির্ভর করে না পরিবারের আকারের উপর, বরং নির্ভর করে সম্পর্কের গুণগত মানের উপর। ছোট পরিবারেও যদি পারস্পরিক শ্রদ্ধা, ভালোবাসা এবং বোঝাপড়া থাকে, তাহলে সেটাই হয়ে ওঠে সুখের ঠিকানা।

আবার বড় পরিবারেও যদি সহনশীলতা ও সমন্বয় থাকে, তাহলে সেটি হতে পারে সবচেয়ে নিরাপদ আশ্রয়।

বাস্তব ফলাফল ও ভবিষ্যৎ প্রভাব:

ছোট পরিবার আমাদের দেয় পরিকল্পিত জীবন, আর্থিক স্থিতিশীলতা এবং ব্যক্তিগত স্বাধীনতা। এটি আধুনিক নগর জীবনের সঙ্গে বেশি মানানসই।

অন্যদিকে বড় পরিবার আমাদের দেয় সামাজিক নিরাপত্তা, মানসিক সমর্থন এবং সম্পর্কের শক্ত ভিত।

বর্তমান সমাজে দেখা যাচ্ছে—মানুষ ছোট পরিবারে বসবাস করলেও বড় পরিবারের সঙ্গে সম্পর্ক বজায় রাখার চেষ্টা করছে। অর্থাৎ, একধরনের ভারসাম্য তৈরি হচ্ছে, যেখানে ছোট পরিবারের সুবিধা এবং বড় পরিবারের মানসিক সমর্থন—দুটোকেই একসাথে রাখার চেষ্টা করা হচ্ছে।

সবশেষে,

ছোট বা বড়—কোন পরিবার ভালো, এই প্রশ্নের নির্দিষ্ট কোনো উত্তর নেই। কারণ সুখ এবং সাচ্ছন্দ্য কোনো কাঠামোর মধ্যে সীমাবদ্ধ নয়। এটি নির্ভর করে আমাদের মানসিকতা, মূল্যবোধ এবং পারস্পরিক সম্পর্কের উপর।

দিন শেষে পরিবার মানে শুধু একসাথে থাকা নয়—বরং একে অপরকে বুঝতে পারা, সম্মান করা এবং ভালোবাসার বন্ধনে আবদ্ধ থাকা।

আর যেখানে এই গুণগুলো থাকে, সেখানেই তৈরি হয় একটি সুখী ও সাচ্ছন্দ্যময় পরিবার—তা ছোট হোক বা বড়।

লেখক মাহমুদা নাসরিন পিএসটিসি-এর একজন ট্রেনিং কোঅর্ডিনেটর এবং তাঁর সঙ্গে প্রয়োজনে mahmuda.n@pstc-bgd.org এই ই-মেইলে যোগাযোগ করা যেতে পারে।

বর্ণাঢ্য আয়োজনে পিএসটিসি - তে বাংলা নববর্ষ ১৪৩৩ উদযাপন

এসো হে বৈশাখ, এসো, এসো-
তাপস নিশ্বাস বায়ে, মুমূর্ষুরে দাও উড়ায়ে,
বৎসরের আবর্জনা দূর হয়ে যাক।
যাক পুরাতন স্মৃতি, যাক ভুলে যাওয়া গীতি,
অশ্রুবাষ্প সুদূরে মিলাক।
মুছে যাক গ্লানি, ঘুচে যাক জরা,
অগ্নিস্নানে শুচি হোক ধরা।

এই চিরন্তন আহ্বানকে হৃদয়ে ধারণ করে গত ১৫ এপ্রিল বাংলা নববর্ষ ১৪৩৩ উদযাপন করে পপুলেশন সার্ভিসেস অ্যান্ড ট্রেনিং সেন্টার (পিএসটিসি)।

বর্ণাঢ্য এ উদযাপনে প্রতিষ্ঠানটির মাল্টিপারপাস হলে এক আন্তরিক, স্নিগ্ধ ও প্রাণবন্ত আয়োজন অনুষ্ঠিত হয়। বাঙালির হাজার বছরের সংস্কৃতি, ঐতিহ্য ও অসাম্প্রদায়িক চেতনাকে ধারণ করে এই আয়োজনটি পরিণত হয় মিলনমেলায়, যেখানে সহকর্মীদের স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণে উৎসবের আবহ হয়ে ওঠে বর্ণিল ও উচ্ছ্বসিত।

দিনটির বিশেষ তাৎপর্যকে সামনে রেখে অংশগ্রহণকারীরা ঐতিহ্যবাহী পাঞ্জাবি, শাড়ি ও বৈশাখী পোশাকে সজ্জিত হয়ে উপস্থিত হন। লাল-সাদা রঙের প্রাধান্যে এবং বাংলার ঐতিহ্যবাহী উপকরণ দিয়ে সেজে ওঠা মিলনায়তন যেন একখণ্ড বাংলার রূপকথা - যেখানে আনন্দ, ঐতিহ্য ও সম্প্রীতির মেলবন্ধন স্পষ্ট হয়ে ওঠে প্রতিটি মুহূর্তে।

অনুষ্ঠানটি সঞ্চালনা করেন কমিউনিটি মোবিলাইজেশন প্রকল্পের প্রোগ্রাম ম্যানেজার কানিজ গোফরানী কোরায়শী, যাঁর সাবলীল উপস্থাপনায় পুরো আয়োজনটি পায় একটি পরিপাটি ও ছন্দময় গতি।

সূচনালগ্নে স্বাগত বক্তব্য প্রদান করেন প্রতিষ্ঠানের হেড অব প্রোগ্রামস ড. মোঃ মাহবুবুল আলম। তাঁর বক্তব্যে বাংলা নববর্ষের তাৎপর্য, সাংস্কৃতিক চর্চার প্রয়োজনীয়তা এবং কর্মক্ষেত্রে পারস্পরিক সৌহার্দ্য বৃদ্ধির গুরুত্ব উঠে আসে।

অনুষ্ঠানের অন্যতম আকর্ষণ ছিল দলীয় সংগীত পরিবেশনা, যেখানে আবু সাদাদ মোঃ সায়েম, সুহাস মাহমুদ, ইফফাত আরা ও মেহেরীন ইসলাম, যারা বৈশাখের আবহকে সংগীতের সুরে জীবন্ত করে তোলেন। তাদের কণ্ঠে ফুটে ওঠে বাঙালির প্রাণের উৎসবের আনন্দ, যা উপস্থিত সবাইকে আবেগাপ্লুত করে তোলে।

এছাড়া, বৈশাখের ঐতিহাসিক প্রেক্ষাপট, সামাজিক তাৎপর্য এবং বর্তমান সময়ে এর প্রাসঙ্গিকতা নিয়ে আলোচনা করেন সিনিয়র ম্যানেজমেন্টের সদস্যবৃন্দ ও অন্যান্য সহকর্মীরা।

অনিতা শরীফ চৌধুরী, তাজুল ইসলাম, সুব্রত চক্রবর্তী এবং মোঃ আজিম উদ্দীনের বক্তব্যে উঠে আসে সময়ের পরিবর্তনের সঙ্গে বৈশাখ উদযাপনের ধরণ ও ভাবনার বিবর্তন, পাশাপাশি ঐতিহ্যকে ধারণ করে এগিয়ে যাওয়ার আহ্বান।

অনুষ্ঠানে সংগীত পরিবেশন করেন আমন্ত্রিত রবীন্দ্রসংগীত শিল্পী মহুয়া মঞ্জুরী, যাঁর সুরেলা কণ্ঠে রবীন্দ্রনাথের গান এক ভিন্নমাত্রা যোগ করে। এছাড়াও আবু সাদাদ মোঃ সায়েম ও সুহাস মাহমুদ তাঁদের সংগীত পরিবেশনার মাধ্যমে অনুষ্ঠানে প্রাণসঞ্চার করেন।

কবিতা আবৃত্তির মাধ্যমে সাহিত্যিক আবহ সৃষ্টি করেন শংকর কুমার রায় ও কানিজ গোফরানী কোরায়শী, যা উপস্থিতিদের মননে এক গভীর অনুরণন তোলে।

এই আয়োজনে সুদূর যুক্তরাষ্ট্র থেকে পিএসটিসি র সম্মানিত নির্বাহী পরিচালক ড. নূর মোহাম্মদ অনলাইনে যুক্ত হয়ে সহকর্মীদের সঙ্গে নববর্ষের শুভেচ্ছা বিনিময় ও আনন্দ ভাগাভাগি করেন। তাঁর উপস্থিতি অনুষ্ঠানে একটি আন্তরিকতা ও প্রেরণার সঞ্চার করে।

অনুষ্ঠানের শেষপর্বে বাঙালির ঐতিহ্যবাহী আপ্যায়নের আয়োজন করা হয়। দই, চিড়া, মুড়ি, পিঠা, কলা ও শরবতের সমাহার যেন গ্রামীণ বাংলার সহজ-সরল আতিথেয়তার এক জীবন্ত প্রতিচ্ছবি হয়ে ওঠে। অংশগ্রহণকারীরা আনন্দঘন পরিবেশে

এই আয়োজন উপভোগ করেন এবং একে অপরের সঙ্গে সৌহার্দ্যপূর্ণ মুহূর্ত ভাগ করে নেন।

বাংলা নববর্ষ শুধু একটি উৎসব নয়; এটি নতুন শুরুর প্রতীক, আশাবাদ ও সম্ভাবনার বার্তা বহন করে।

পুরাতনের গ্লানি ঝেড়ে ফেলে নতুনকে বরণ করার এই আহ্বান আমাদের ব্যক্তিজীবন থেকে শুরু করে সামষ্টিক জীবনেও সমানভাবে প্রাসঙ্গিক।

সেই প্রেরণাকে ধারণ করেই পিএসটিসি পরিবার অঙ্গীকারবদ্ধ-একটি সুস্থ, সচেতন ও মানবিক সমাজ গঠনে।

নববর্ষের এই উৎসব তাই হয়ে উঠুক আত্মশুদ্ধি, সম্প্রীতি ও নব উদ্যমে এগিয়ে চলার প্রেরণা।

সবাইকে জানাই বাংলা নববর্ষ ১৪৩৩-এর আন্তরিক শুভেচ্ছা।

■ প্রজন্ম নিউজ ডেস্ক