আমি কিভাবে সাহায্য করতে পারি?

Te Korowai Whetū
Social Cohesion

Social Cohesion Guide

একসাথে থাকা

social cohesion গড়ে তোলায় আমাদের সবারই ভূমিকা রয়েছে। এর মধ্যে রয়েছে লোকেদের এটি মনে করতে সাহায্য করা যে তারা সমাজের একটি অংশ, অন্তর্ভুক্ত, তারা নিজেদের মত থাকতে পারে এবং সমাজে অংশ নিতে পারে। আমাদের মধ্যে বেশিরভাগই কিছু উপলব্ধি না করেই এটি করে। আমাদের প্রতিবেশীদের সাথে কথা বলা, স্বেচ্ছাসেবীর কাজ করা, বা একটি সম্প্রদায়ের অনুষ্ঠানে অংশ নেওয়া হল এমন কিছু জিনিস যা অংশভুক্ত হওয়ার এবং অংশগ্রহণের অনুভূতি তৈরি করে। এমনকি আমাদের কর্মক্ষেত্রেও, আমরা সম্ভবত এমন কিছু করছি যা একজন নতুন সহকর্মীর সাথে কফি বা দুপুরের খাবার খাওয়ার মতো সাধারণ কাজের মাধ্যমে social cohesion তৈরি করে।

আমরা একটি পরিবার, একটি স্কুল, একটি কর্মক্ষেত্র, ক্রীড়া দল বা গির্জার অংশ হতে পারি - অথবা হয়ত আমরা একটি নতুন ভাষা শিখছি বা অন্যদের সাথে শখ ভাগ করে নিচ্ছি। আমরা যে সম্প্রদায়ের মধ্যে থাকি না কেন, অংশভুক্ত হওয়া, অন্তর্ভুক্তির অনুভূতি, নিজের মত থাকা এবং কোনও কিছুর অংশ হতে ভাল লাগে।

আমরা সবাই আলাদা কিন্তু আমরা একসাথে এগিয়ে যেতে, আমাদের বৈচিত্র্যের সম্মান দিতে এবং যখন আমরা একমত নই তখন অন্যদের সম্মান করতে চাই। এটি গুরুত্বপূর্ণ কারণ সবাই মনে করে না যে তারা তাদের মত থাকতে পারে বা বিশ্বাস করে যে তাদের কথা শোনা হবে।

আমরা এমন একটি ক্রমবিকাশশীল বৈচিত্র্যময় দেশ যেখানে অনেকগুলি পৃথক সম্প্রদায় রয়েছে এবং আমাদের একে অপরের কথা শোনার এবং একে অপরকে শোনার উপায় খুঁজে বের করতে হবে। আমরা আমাদের পার্থক্য এবং শক্তিগুলি বোঝার জন্য প্রতিশ্রুতিবদ্ধ হতে চাই এবং কী আমাদের একত্রিত করে এবং আমাদের আরও কাছাকাছি নিয়ে আসে তা নিয়ে কাজ করতে চাই।

অংশভুক্ত হওয়া

- এটি কি রকম

এমন একটি সমাজ যেখানে মানুষের মধ্যে ভাল সম্পর্ক আছে, আমরা একে অপরকে জানি, আমাদের প্রতিবেশীদের জানি, আমাদের কর্মক্ষেত্রে অন্তর্ভুক্ত বোধ করি, আমাদের সন্তানরা আমাদের সম্প্রদায়ের অংশ বলে মনে করে এবং আমরা জানি যে আমাদের প্রয়োজনের সময় সাহায্য পেতে কোথায় যেতে হয়। আমরা মনে করি যে আমরা এমন লোকদের সাথে কথা বলতে পারি যাদের সাথে হয়ত আমরা সাধারণত কথা বলি না, যখন আমরা লোকেদের বৈষম্যমূলক কথা বলতে শুনি তখন কথা বলি এবং আমরা কে,

আমরা কোথা থেকে এসেছি এবং কীভাবে আমরা জিনিসগুলি করি তা নির্দ্বিধায় ভাগ করে নিতে পারি। সংকটে আমরা কাউকে পিছনে ফেলে যাই না - প্রত্যেককে অন্তর্ভুক্ত করা হয়।

আরো অংশভুক্ত হওয়া গড়ে তোলা

– আপনি কি করতে পারেন

সুতরাং, আরও বেশি লোককে অংশভুক্ত করতে, বৈচিত্র্যকে মেনে নিতে, সংযুক্ত বোধ করতে, অংশ নিতে, অন্যকে বিশ্বাস করতে এবং সম্মানিত বোধ করতে সহায়তা করার জন্য আমরা কী করতে পারি?

একসাথে থাকা

- বৈষম্যমূলক আচরণ, নীতি এবং অভ্যাসগুলি খুঁজে বের করুন এবং সমাধান করুন।
- লোকজন এবং প্রতিষ্ঠানকে আরও উন্নত করতে সাহায্য করুন।
  - বৈষম্যমূলক আচরণ প্রদর্শন করছে এমন কারও সাথে সাহসের সাথে কথাবার্তা বলুন। মানবাধিকার কমিশনের ওয়েবসাইটে রিসোর্সগুলি সহায়ক হতে পারে, যেমন বর্ণবাদের প্রতিক্রিয়া।
- লোকজন এবং প্রতিষ্ঠানকে আরও উন্নত হতে সাহায্য করুন।
  - বৈষম্য মোকাবেলায় আপনার সংস্থা, স্থানীয় কাউন্সিল বা কোনও NGO-এর মাধ্যমে ট্রেনিং নিন এবং বন্ধু, পরিবার এবং সহকর্মীদের সাথে আপনার শিক্ষা ভাগ করে নিন।
- বৈষম্য-বিরোধ সমর্থন করার জন্য আইনী, নিয়ন্ত্রক, নীতি পরিবর্তনগুলি কোথায় প্রয়োজন তা বিবেচনা করুন।
  - পাবলিক কনসাল্টেশনের সময় নীতি এবং আইন সম্পর্কে একটি মতামত জমা দিন।

বৈচিত্র্যকে মেনে নেওয়া, সম্মানিত বোধ করা

- আপনার কর্মক্ষেত্র বা সংস্থায়, আপনি বৈষম্য মোকাবেলার জন্য একটি প্রোগ্রাম বা পরিষেবা ডিজাইন করার জন্য তহবিল ব্যবহার, সরবরাহ বা তার জন্য আবেদন করতে পারেন কিনা তা বিবেচনা করুন।

সংযুক্ত বোধ করা

- নেতৃত্ব দিন এবং অন্তর্ভুক্তিমূলক সামাজিক নিয়ম তৈরি করতে অংশ নিন বা প্রচার করুন।
  - নেতা হওয়ার জন্য আপনাকে কোনও দলের ম্যানেজার হতে হবে না। আপনি আপনার সহকর্মী, বন্ধু এবং পরিচিতদের বিভিন্ন অবদানকে খোলাখুলিভাবে মূল্য দিয়ে ইতিবাচক নেতৃত্ব দেখাতে পারেন। এটি মৌখিকভাবে ব্যক্তিটিকে স্বীকৃতি দেওয়ার, তাদের কথা বলার জন্য স্থান এবং সময় দেওয়ার এবং তারা কী বলছে তা শোনার মাধ্যমে হতে পারে।
- বিভিন্ন সম্প্রদায়ের সাথে কথাবার্তা চালানোর সুযোগ তৈরি করতে থাকুন।
  - নতুন প্রতিবেশীদের সাথে যোগাযোগ করুন এবং বিভিন্ন সম্প্রদায়ের ব্যক্তিদের সাথে নতুন পরিচিতি তৈরি করুন। আপনি স্থানীয় অনুষ্ঠান বা অনলাইন ওয়ার্কশপ এবং hui-তে তাদের সাথে দেখা করতে পারেন।

- বিভিন্ন সম্প্রদায়ের ইনপুট নিয়ে নীতি তৈরি করায় অংশ নিন।
  - আপনি যদি নীতি তৈরি করার দায়িত্বে থাকেন, তাহলে একটি দৃঢ় সংযুক্তির পরিকল্পনা গড়ে তোলার জন্য DPMPC পলিসি প্রজেক্ট ওয়েবসাইটের সংস্থানগুলি ব্যবহার করার বিষয়টি বিবেচনা করুন।
- অন্যান্য সংস্কৃতি এবং পরিচয় সম্পর্কে বোধগম্যতাকে এগিয়ে নিয়ে যেতে সহায়তা করুন।
  - আপনার স্থানীয় এলাকায় প্রতিবেশী দিবসের অনুষ্ঠান আয়োজন করুন যেমন একসাথে মধ্যাহ্নভোজ কিংবা বা বিকেলের চা।

অংশগ্রহণ করা

- বিভিন্ন সম্প্রদায়ের ক্রিয়াকলাপে অংশগ্রহণ করুন এবং শক্তিশালী, উচ্চ-বিশ্বাসযুক্ত এবং চলমান সম্পর্ক তৈরি করুন।
- পাবলিক কমিউনিটি অনুষ্ঠানে এবং উৎসবগুলিতে অংশ নিন এবং অনুষ্ঠান এবং উৎসব সম্পর্কে তথ্য সন্ধান করুন। আপনি Neighbourly, EventFinda বা আপনার স্থানীয় সংবাদপত্র ব্যবহার করে আপনার এলাকায় সম্প্রদায়ের ক্রিয়াকলাপগুলি খুঁজে পেতে পারেন।
- NZ ইতিহাস এবং Waitangi এর চুক্তি সম্পর্কে ভাল করে জানুন এবং Te Reo me ngá tikanga Maori সঙ্গে আরো সংযুক্তি তৈরি করুন।
- Kōrerorero, Kupu এবং Ako Tahi এর মতো বিনামূল্যে অনলাইন অ্যাপ্লিকেশনগুলি ব্যবহার করে Te Reo শিখুন বা Te Wānanga o Aotearoa এর মাধ্যমে একটি কোর্সে সাইন আপ করুন, আপনার স্থানীয় যাদুঘরে ইতিহাস প্রদর্শনীগুলি দেখুন, বা আপনার স্থানীয় লাইব্রেরি থেকে NZ এর ইতিহাসের বই ধার করুন।

Te Korowai Whetū
Social Cohesion

6290SOC Oct 2022 – All of us – Bengali