অর্থনীতিতে নারী নেতৃত্ব
Women's Leadership in Economy

বিদেশফেরত নারী শ্রমিকদের জন্য প্রস্তুতকৃত

Prepared for Returnee Migrant Women Workers'

বাদাবন সংঘ
Badaban Sangho
(A Women's Rights Organisation)

UN WOMEN

অর্থনীতিতে নারী নেতৃত্ব

Women's Leadership in Economy

বিদেশফেরত নারী শ্রমিকদের জন্য প্রস্তুতকৃত

Prepared for Returnee Migrant Women Workers'

Training Module

Duration: 1 Day

সহযোগিতায় : ইউএন উইমেন

Funded by: UN Women

বাদাবন সংঘ

Badaban Sangho

(A Women's Rights Organisation)

UN WOMEN

অর্থনীতিতে নারী নেতৃত্ব
Women's Leadership in Economy

(বিদেশফেরত নারী শ্রমিকদের জন্য প্রস্তুতকৃত)
Prepared for Returnee Migrant Women Workers'

প্রকাশকাল ২০২১
Published on 2021

সহযোগিতায় : ইউএন উইমেন
Funded by: UN Women

বাদাবন সংঘ
badabonsangho.bd@gmail.com
www. badabonsangho.org
facebook.com/badabonsangho

এই রিপোর্টির সর্বস্বত্ব সংরক্ষিত
All Rights Reserved

Table of Contents

প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য/Training Objectives **০৫**

প্রশিক্ষণের সময়সূচী/Training Schedule **০৬**

অধিবেশন ০১/Sesssion 01 **০৮**

উদ্দেশ্য/Objectives ০৮

পদ্ধতি/Methods ০৯

সহায়কের জন্য নোট/Note for the Facilitator ১০

অধিবেশন ০২/Sesssion 02 **১১**

উদ্দেশ্য/Objectives ১১

পদ্ধতি/Methods ১১

নোট/Note ১২

অধিবেশন ০৩/Sesssion 03 **১৩**

উদ্দেশ্য/Objectives ১৩

উপকরণ/Matrials ১৩

পদ্ধতি/Methods ১৩

অধিবেশন ০৪/Session 04 **১৬**

উদ্দেশ্য/Objectives ১৬

উপকরণ/Matrials ১৬

পদ্ধতি/Methods ১৬

অধিবেশন ০৫/Session 05 **১৭**

উদ্দেশ্য/Objectives ১৭

উপকরণ/Matrials ১৭

প্রশ্নগুলো/Questions ১৮

অধিবেশন ০৬/Session 06 **১৯**

উদ্দেশ্য/Objectives ১৯

উপকরণ/Matrials ১৯

পদ্ধতি/Methods ১৯

অধিবেশন ০৭/Session 07 **২১**

উদ্দেশ্য/Objectives ২১

নিজের জীবনে এগুলোর প্রভাব/Impact on Own Life ২১

কেস স্টাডি পর্যালোচনা/Reviewing Case Studies ২১

পরিসমাপ্তি/Ending Session **২৪**

মুখবন্ধ

বাদাবন সংঘ নারী অধিকারভিত্তিক একটি সংগঠন যা ২০১৬ সাল থেকে সমাজের সবচেয়ে অসহায়, দুস্থ ও সুবিধা বঞ্চিত নারীদের জমি ও জলাশয় অধিকার প্রতিষ্ঠা, অর্থনীতিতে নারীর অংশগ্রহন এবং নারীর প্রতি সহিংসতার বিরুদ্ধে প্রতিবাদ ও পদক্ষেপ গ্রহন করে আসছে।

যার আলোকে, UN Women এর সহায়তায়, বাদাবন একটি প্রকল্পের আওতায় বিদেশ ফেরত নারী কর্মীদের আর্থিকভাবে স্বাবলম্বী করে তোলার লক্ষ্যে "অর্থনীতিতে নারী নেতৃত্ব" নামক একটি ট্রেইনিং সেশনের আয়োজন করে। যেখানে বিদেশ ফেরত নারী শ্রমিকদের পারস্পরিক অংশগ্রহনমূলক আলোচনার মাধ্যমে তাদের অধিকার সম্পর্কে অবগত করা হয়। এর পাশাপাশি তাদেরকে লিঙ্গ বৈষম্য কি, কিভাবে তারা এর শিকার হয়ে আসছে তা নিজদের জীবনের গল্পগুলো স্মৃতি চারণের মাধ্যমে তাদের সামনে তুলে ধরা হয়। এর থেকে পরিত্রাণের পথ প্রদর্শন স্বরুপ আর্থিকভাবে স্বাবলম্বী হয়ে উঠার গুরত্ব সম্পর্কে তাদেরকে সচেতন করে, সেই উদ্দেশ্যে ব্লকের কাজের প্রাথমিক ধারনা প্রদান এবং ব্যাংকে অ্যাকাউন্ট খোলা সম্পর্কে বিস্তারিতভাবে অবগত করা হয়।

ট্রেইনিং সেশনটি কার্যকরভাবে সম্পন্ন করার জন্য বাদাবন সংঘের উর্ধ্বতন সদস্যদের পাশাপাশি মাঠ পর্যায়ের কর্মী এবং স্বেচ্ছাসেবকদের বিশেষ অবদানের জন্য কৃতজ্ঞতা জ্ঞাপন করা হচ্ছে। তাদের স্বতঃস্ফুর্ত সহায়তা ব্যাতীত সেশনটি সুষ্ঠভাবে সম্পন্ন করা সম্ভব হতো না।

বাদাবন সংঘ এই প্রকল্পের আওতায় ভবিষ্যতেও অর্থনীতিতে নারী নেতৃত্বের অগ্রগতির জন্য কার্যক্রম চালিয়ে যাওয়ার আশাবাদ ব্যাক্ত করে।

বিনীত

বাদাবন সংঘ

অর্থনীতিতে নারী নেতৃত্ব
Women's Leadership in Economy

প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য/Training Objectives:

প্রশিক্ষণ শেষে অংশগ্রহণকারী/Participants at the end of the training:

- প্রশিক্ষণ শেষে অংশগ্রহণকারী নারীদের অর্থনীতিতে নেতৃত্ব দেওয়ার ক্ষমতা ও গুণাবলি বৃদ্ধি পাবে।
  The ability and potentials to lead in the economy of the participating women will increase at the end of the training,
- মাস্ক তৈরি ও ব্লকের কাজ হাতে-কলমে শিখতে পারবে।
  Will get to learn practically about making masks and block printing.
- ব্যাংক অ্যাকাউন্ট খোলার নিয়মাবলি সম্পর্কে জানতে পারবে।
  Will learn about how to open a bank account.
- নিজের জ্ঞান ও দক্ষতাকে কাজে লাগিয়ে ভবিষ্যৎ কর্মপরিকল্পনা সম্পর্কে ধারণা পাবে।
  On the basis of knowledge and skills, they will get an idea of their future work opportunities.

Training Schedule

Duration: 1 Day

Session	Duration	Topic	Objective	Method	Materials	Facilitator
1st Session	9.00-9.20	প্রশিক্ষণ উদ্বোধন ও বাদাবন সংঘ সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত ধারণা প্রদান, পরিচয় পর্ব Opening of the training program & giving a brief idea about Badabon Sangho, Introduction session	উদ্বোধনী বক্তৃতা Opening speech, জড়তা বিমোচন ও আন্তরিক সম্পর্ক স্থাপন icebreaking and establishing a sincere relationship	Speech		Afsana Haque
2nd Session	9.20-10.05	অংশগ্রহণকারীদের জীবনধারা বর্ণনা Describing participants' lifestyle	অর্থনৈতিক ও সামাজিক অবস্থা সম্পর্কে ধারণা পাওয়া Getting the idea of socio-economic scenario	Sharing Stories		Participants
3rd Session	10.05-10.50	নারীর অধিকার Women's rights	নারীর অধিকার সম্পর্কে ধারণা প্রদান ও নারীর অধিকারের প্রয়োজনীয়তা কেন রয়েছে? Learning about women's rights and the necessity of it.	গেম (অধিকার হাঁটা) Game (walk of rights)	ভিপি কার্ড VP Card	Afsana Haque
Tea Break 11.00-11.30						
4th Session	11.30-12.30	Practical training	ব্লকের কাজ সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা দেওয়া Primary idea about block printing	Practical	সেলাই মেশিন ও ব্লকের রং, ডাইস, কাপড় Swing machine and block paint, dice, clothes	Lipi Rahman
5th Session	12.30-01.15	My life, my reality, my life-cycle, mandala art	জেন্ডার ও অন্য কারণসমূহ, বাস্তব জীবনের অভিজ্ঞতা, পছন্দ-অপছন্দ কিভাবে একেকজন নারীর জীবনের ওপর প্রভাব ফেলে	Mandala Art	বড় কাগজের প্লেট, রং পেনসিল, মার্কার, ম্যান্ডালার ছবি দেখানো।	Afsana Haque

Session	Duration	Topic	Objective	Method	Materials	Facilitator
			Gender and other reasons, real life experience, how the likings and dislikings put affects in individual women's life		Paper plate, color pencil, marker, showing pictures of mandala	
Lunch Break 1.30-2.30						
6th Session	02.30-03.15	অর্থনীতিতে নারীর নেতৃত্ব Women's leadership in economy	ব্যাংকে গেলে কিভাবে কথা বলতে হয়, ব্যাংকে অ্যাকাউন্ট খোলার পদ্ধতি সম্পর্কে ধারণা প্রদান, প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংক থেকে ঋণ সহযোগিতা পাওয়ার বিষয়ে How to interact in banks, Learning about opening bank account, giving idea about how to get loans from migrant welfare bank	Speech	আলোচনা করা ও অভিজ্ঞতা বিনিময় করা Holding discussions and sharing experiences	Afsana Haque
7th Session	03.15-04.00	ভবিষ্যৎ কর্মপরিকল্পনা Future work plan	ভবিষ্যৎ কর্মপরিকল্পনা, নিজের দক্ষতাকে কাজে লাগানোর জন্য কি প্রয়োজনীয়? এ বিষয়ে বাদাবন সংঘ কিভাবে সহযোগিতা করতে পারে, সে সম্পর্কে মতামত প্রদান Future work plan, what is needed to use your skills? And to provide suggestions about how can Badabon Sangho help you with this?	Exchange of opinions	আলোচনা করা ও অভিজ্ঞতা বিনিময় করা Holding discussions and sharing experiences	Afsana Haque

অর্থনীতিতে নারী নেতৃত্ব প্রশিক্ষণ মডিউল
Women Leadership in Economoy Training Module

Duration: 1 Day ▪ Total Sessions: 7

Session - 01

প্রশিক্ষণ উদ্বোধন ও বাদাবন সংঘ সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত ধারণা প্রদান, পরিচয় পর্ব
Opening of the training, brief on Badabon Sangho, Introduction

উদ্দেশ্য/Objectives:

- বাদাবন সংঘ সম্পর্কে জানতে পারবেন
  Will get to know about Badabon Sangho
- স্বাগত জানানো এবং সভাটি আনুষ্ঠানিকভাবে উদ্বোধন করা
  Welcome speech and official opening of the programme
- নিজেদের পরিচয় দেওয়া
  Introducing themselves
- একে অপরের সঙ্গে পরিচিত হতে পারবেন
  Getting to know each other
- প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করতে পারবেন
  Explaining the objectives of the training programme
- প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যাশা চিহ্নিত করতে পারবেন
  Identifying the participants' expectation
- প্রশিক্ষণ সহায়ক নিয়মাবলি ও করণীয়সমূহ নির্ধারণ করতে পারবেন
  Will be able to determine the rules and tasks to support the training programme

পদ্ধতি/Methods:

প্রশিক্ষণের আনুষ্ঠানিকভাবে উদ্বোধন করবেন। তিনি তাঁর উদ্বোধনী বক্তৃতার মাধ্যমে সবাইকে শুভেচ্ছা জানিয়ে প্রশিক্ষণের উদ্বোধন করবেন। তিনি বাদাবন সংঘ সম্পর্কে সবাইকে ধারণা দেবেন। বাদাবন সংঘ নারীদের সংগঠন। এটি নারীদের অধিকার উন্নয়নে কাজ করে যাচ্ছে। সংগঠন মূলত নারীদের অর্থনৈতিক অধিকার বিষয়ে সচেতনতা ও সহযোগিতা করে থাকে। এ ছাড়া বিদেশফেরত নারী শ্রমিকদের অধিকার নিয়ে বাদাবন সংঘ কাজ করছে। সহায়ক প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণকারীদের এই প্রশিক্ষণে উপস্থিত সবাইকে সহায়ক প্রশিক্ষণে মনোযোগের সঙ্গে অংশগ্রহণ করার অনুরোধ করবে এবং প্রশিক্ষণ কার্যক্রম শুরু করবে।

With the opening welcome speech, the host will inaugurate the training programme. She would give a brief idea about Badabon Sangho. Badabon Sangho is a women Rights organization. It works for protect women's economic rights. Along with this, Badabon Sangho is also working for the rights of migrant female workers. The host will request everyone to participate in the programme attentively and will start the training programme.

অংশগ্রহণকারীরা অনেকে হয়তো অনেকের সঙ্গে ভালোভাবে পরিচয়ের সুযোগ পাননি। এ প্রশিক্ষণের মাধ্যমে আমরা একে অন্যের সঙ্গে ভালোভাবে/বন্ধুর মতো পরিচিত হব। এক বন্ধু যেমন অন্য বন্ধুর সঙ্গে নিজের দুঃখ-কষ্ট শেয়ার করে আনন্দ-বেদনা ভাগাভাগি করে, তেমনি আমরাও এই প্রশিক্ষণের মাধ্যমে নিজেদের মধ্যে নতুন বন্ধুত্ব তৈরি করব। এ সময় সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের পাশাপাশি গোল হয়ে দাঁড়ানোর অনুরোধ করবেন এবং প্রত্যেককেই একজন বন্ধু নির্বাচনের অনুরোধ করেন। বন্ধুত্ব নির্বাচনের ক্ষেত্রে সহায়ক বলেন, যিনি যাঁকে বন্ধু হিসেবে গ্রহণ করবেন, তাঁর পাশে দাঁড়াবেন। এ সময় অংশগ্রহণকারীরা গোল হয়ে পাশাপাশি দাঁড়িয়ে দ্রুত বন্ধুত্ব নির্বাচন করবেন এবং এক বন্ধু অন্য বন্ধুর পাশাপাশি দাঁড়াবেন। সহায়ক এ পর্যায়ে বলবেন, আমরা এখন এক বন্ধু অন্য বন্ধুর সঙ্গে নিজের নাম, কমিটিতে নিজের পদবি, নিজের ছেলেমেয়ের বিষয়ে কথা বলব। এ কথা বলার পর্ব শেষ হলে একে একে সবাইকে ডেকে সহায়ক এক বন্ধু অন্য বন্ধুর পরিচয় তুলে ধরতে বলবেন।

Many of the participants might have not gotten the chance to get introduced properly. Through this training we will get to know each other better. As friends share their worries and woes, happiness and griefs, just like that we too will create a bond of new friendship between us. At this point the participants will be requested to stand in a circle and choose one friend for them. Host will ask the participants to stand beside their chosen friends. Then, the participants will stand in a circle and start choosing friends among them and will stand beside their friends. After that the host will ask them to share their names, their designation in the community and to talk about their children. At the end of this discussion session the facilitator would ask each participant to share the details about their friend.

সহায়কের জন্য নোট/Note for the facilitator:

- নমুনা অনুযায়ী 'রেজিস্ট্রেশন ফরম' আগে থেকেই তৈরি রাখুন।
  Make a 'registration form' according to the sample before hand.

- প্রশিক্ষণকক্ষে কমপক্ষে এক ঘণ্টা আগে উপস্থিত হোন।
  Be present at the training room at least an hour before

- প্রশিক্ষণকক্ষ সুন্দর করে গুছিয়ে ফেলুন। বসার ব্যবস্থা গোল করে সব অংশগ্রহণকারীর সঙ্গে সমান যোগাযোগ নিশ্চিত হয়।
  Arrange the training room neatly. Make a circled sitting arrangement to ensure a better communication.

- প্রশিক্ষণকক্ষে যেন কোনো ময়লা বা পরিত্যক্ত জিনিস না থাকে, তা নিশ্চিত করুন।
  Make sure that there is no wastege and abandoned material lying around.

- যখন প্রশিক্ষণার্থীরা আসতে শুরু করবে, তখন আপনি নিজে তাদের এগিয়ে এনে বসান, কুশলাদি জিজ্ঞেস করুন এবং হাসিমুখে তাদের রেজিস্ট্রেশন করতে আহ্বান জানান।
  When participants will start arriving, you will personally greet them, query them about their wellbeing and then ask them to do the registration in a friendly manner.

- প্রশিক্ষণটি অবশ্যই অংশগ্রহণমূলক হতে হবে। অংশগ্রহণকারীদের অংশগ্রহণ করানোর বিষয়ে সর্বদা দৃষ্টি দিন এবং তাদের মতামতের প্রতি শ্রদ্ধাশীল হোন।
  The training should be participatory. Be attentive about the involvement of the participants and be respectful towards their opinion.

জীবনধারা বর্ণনা জীবনের গল্প বলা
Life story telling

উদ্দেশ্য/Objectives:

- একে অপরের সঙ্গে সামাজিক অবস্থা সম্পর্কে জানতে পারবেন
  To know eachother's social condition
- তাদের অর্থনৈতিক অবস্থা সম্পর্কে জানতে পারবেন
  To know about eachother's economic condition
- পরিবারে নারীদের ভূমিকা সম্পর্কে জানতে পারবেন
  To know about women's contribution in the family
- বিদেশে কর্মরত অবস্থায় কার কী ধরনের সমস্যা হয়েছে, সে সম্পর্কে জানতে পারবেন এবং সেসব সমস্যা সমাধানের জন্য কোথায় যেতে হবে সে বিষয়ে ধারণা পাবেন।
  Will get to know the issues they have faced while working abroad and where to seek help for the solution.

পদ্ধতি/Methods:

প্রশিক্ষণ শুরুর পর প্রশিক্ষক অংশগ্রহণকারীদের জীবনধারা সম্পর্কে জানতে চাইবেন। প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যেককে আলাদাভাবে নিজ নিজ সামাজিক ও অর্থনৈতিক অবস্থা বর্ণনা করবেন। প্রশিক্ষক অংশগ্রহণকারীদের নিম্নোক্ত সম্ভাব্য জিজ্ঞাসা করবেন।

The facilitator would ask about the lifestyle of the participants after starting the training. The participants would individually share their socio-economical condition. The participants would be asked the following probable questions by the facilitator.

- পরিবারে তাঁদের ভূমিকা কী ছিল এবং বর্তমানে কী ধরনের ভূমিকা পালন করেন?
  What was their contribution in the family then and at present?
- কেন তাঁরা বিদেশে গিয়েছিলেন?
  Why did they go abroad?
- কার মাধ্যমে গিয়েছিলেন?
  Who were the media?
- যাওয়ার পর কী কী সমস্যার সম্মুখীন হয়েছিলেন?
  What were the challanges faced by them after going there?
- কেন ফিরে এলেন?
  Why they came back?

- ফিরে এসে কী কী সমস্যার সম্মুখীন হয়েছেন?
  What were the challenges faced after returing?
- উপার্জিত অর্থ কী কাজে লাগিয়েছিলেন কিংবা কোনো সম্পদ কিনতে পেরেছিলেন কি না?
  How they used their earnings and were they able to buy any assests?
- আবার বিদেশে যেতে চান কি না? উপার্জিত অর্থ কিভাবে দেশে পাঠাতেন?
  Do they wish to go abroad again? How they used to send money in their country?
- নিজের কোনো ব্যাংক অ্যাকাউন্ট আছে কি না?
  Do they have any bank account of their own?

তবে তাদের কোনো বিষয় নির্ধারণ না করে দিয়ে স্বাধীনভাবে বলার সুযোগ দিতে হবে। এরপর প্রত্যেকে নিজ নিজ গল্প বলবে। সহায়ক প্রশিক্ষক প্রয়োজনীয় তথ্য লিপিবদ্ধ করে রাখবেন।

But they should be allowed to express their opinion without being instructed particularly on any topics. After that everyone will share their own stories. The assistant facilitator will note down the related important points.

নোট/Note :

কোনো প্রশিক্ষণার্থী নিজে ব্যক্তিগত গল্প বলতে না চাইলে জোর করা যাবে না। এই সেশনে একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো–সেশনের শুরুতে সবাইকে অনুরোধ করা যে এই সেশনের প্রত্যেকের গল্প খুবই ব্যক্তিগত এবং নিজস্ব, তা যেন তাঁরা বাইরে গিয়ে অন্য কারো সঙ্গে আলাপ না করেন। এতে অন্যের খারাপ অনুভূতি হতে পারে।

The participants should not be forced to share their personal stories if they do not willingly share. At the beginning of the session, it would be requested to all the participants that it is important to consider that the experiences are very personal and they should not be shared with any outsider. This might affect others in a bad way.

নারীর অধিকার
Women’s rights Game

উদ্দেশ্য/Objectives:

- অংশগ্রগণকারীরা তাদের অধিকার সম্পর্কে জানতে পারবেন
  Participants would get to know about their rigths.

উপকরণ/Materials:

ভিপকার্ড ও মার্কার, গ্লুটেক

VlIP Card and Marker, Glutek

পদ্ধতি/Methods:

সব অংশগ্রহণকারী মাঠে/রুমের মধ্যে এক সারিতে দাঁড়াবেন। দৌড় প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণ করার মতো করে দাঁড়াবেন। তারপর প্রতি অংশগ্রহণকারী একটি করে কার্ড নেবেন। প্রতিটি কার্ডে একটি করে পেশার নাম লেখা থাকবে। যেমন : প্রতিবন্ধী নারী, স্বামী-বিচ্ছিন্ন নারী, জমির মালিক নারী, ভূমিহীন নারী, বড় জমির মালিক বা জোতদার, ব্যবসায়ী, কিশোরী, গৃহবধূ, শিক্ষিকা, ইউনিয়ন পরিষদ চেয়ারম্যান, নারী শ্রমিক, বিধবা প্রমুখ।

All the participants would stand in the same row in a field/room. They will stand like attending in a running compition. Then each participants will take one card. Every card will have one occupation written on it, such as: disabled women, separated women, land owner woman, landless woman, massive land owner or landlord, business person, teenager, housewife, teacher, union chairperson, female worker, widow etc.

তারপর সহায়ক বলতে থাকবেন যে Then the facilitator will continue saying

- কে কে রাতের বেলায় কাজে বাইরে যেতে পারে?
  Who can go out at night for work?

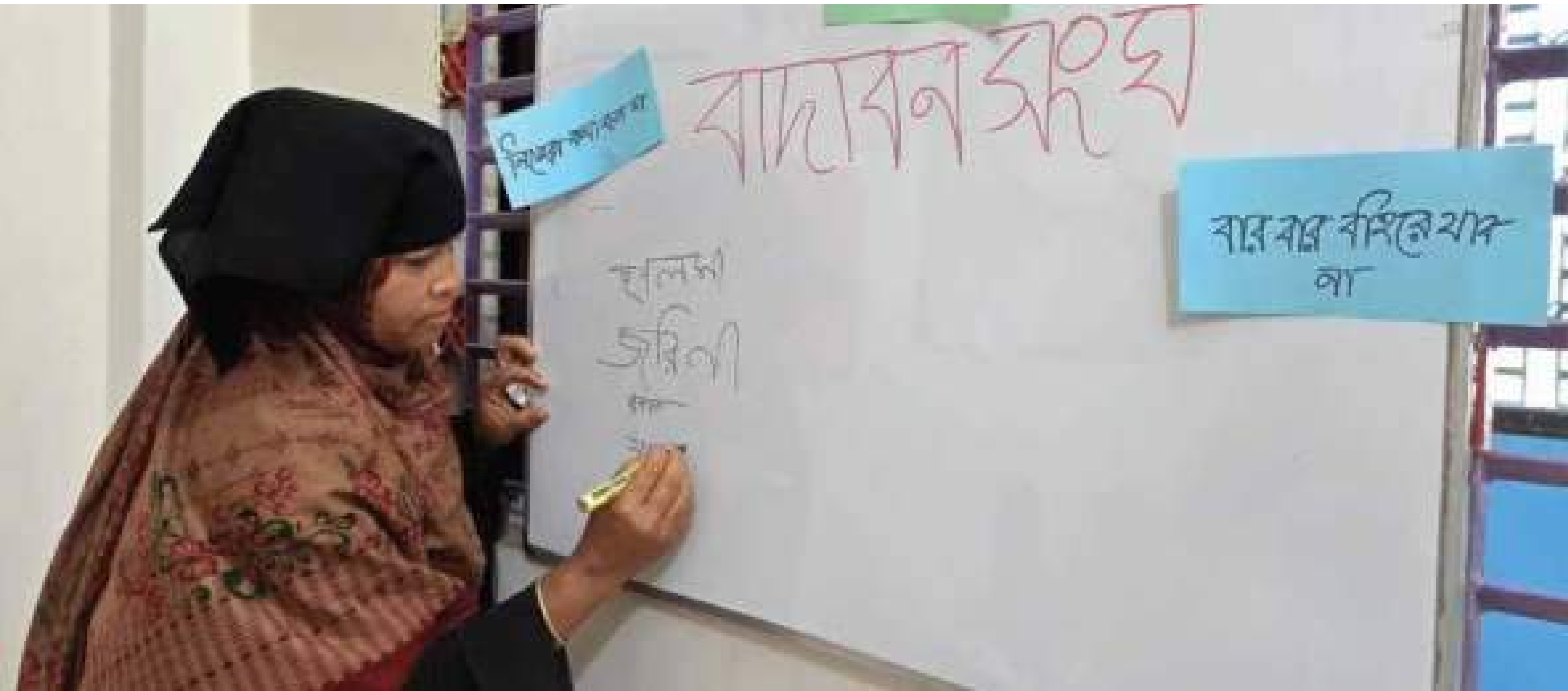
- কে কে নিজের ইচ্ছায় অর্থ খরচ করতে পারে?
  Who can spend money on their own accord?

- কে কে নিজের পছন্দের খাবার খেতে পারে?
  Who can have food of their own likings?

- যদি আপনি নিজের ইচ্ছামতো শিক্ষিত হয়েছেন, তবে এগিয়ে আসুন।
  Come forward if you have been educated of your own preference

- যদি আপনি ফর্সা হন, তবে এগিয়ে আসুন।
  Come forward if you are fair skinned

- যদি আপনি চেহারার কারণে গুরুত্ব পান, তবে এগিয়ে আসুন।
  Come forward if you have been preffered for your looks
- যদি আপনি শরীর খারাপ থাকার কারণে গুরুত্ব কম পান, তবে এক পা পিছিয়ে যান।
  Step backwards if you have been less valued for your poor health condition
- কে কে মা-বাবা/ভাই-বোন/আত্মীয়কে বিপদে আর্থিক সহায়তা করতে পারে?
  Who can aid their parents, siblings/relatives financially in their need
- কে কে নিজের নামে সম্পদ (জমি/ব্যাংকে টাকা) করতে পারে?
  Who can have properties (land/deposites) in their own name?
- কে কে অপমান/নির্যাতন করলে অপমানের উত্তর দিতে/বিচার চাইতে লজ্জা পান না?
  Who of you can speak up against disrespect/harrasement and do not hesitate asking for justice
- কে কে নিজের অধিকার জোর করে আদায় করতে পারে?
  Who can firmly ensure their rights?
- কে কে ভালো স্কুলে বাচ্চাদের পড়াশোনা করাতে পারে?
  Who can educate their children in good schools?
- কে কে চিকিৎসাসেবা পায়?
  Who among you gets medical facilities?
- কে কে বিচার-সালিসে বসতে পারে?
  Who among you can sit for arbitration?
- কে কে নায্য মজুরি না পেলে তর্ক করতে পারে?
  Who can argue if not paid rightfully?
- কে কে আজেবাজে কথা শোনে না?
  Who among you do not tolerate bad words?



সহায়ক যখন এসব প্রশ্ন করতে লাগবে। প্রতিটি প্রশ্ন করার পর কিছু সময় লক্ষ করতে হবে যে অংশগ্রহণকারীরা কিভাবে চিন্তা করছেন বা ভাবছেন। অংশগ্রহণকারীদের তাঁদের নিজের পরিচয় ও উত্তর দেওয়ার ক্ষেত্রে সচেতন করে দিতে হবে। তখন যেসব পেশার অংশগ্রহণকারীরা বলবেন, হ্যাঁ; তাঁরা এক পা এগিয়ে দাঁড়াবেন। আবার যেসব পেশার অংশগ্রহণকারীরা বলবেন, না; তাঁরা একই স্থানে দাঁড়িয়ে থাকবেন। এরপর সহায়ক দেখাবেন যে সমাজে বসাবসরত সব পেশার মানুষ একই ধরনের অধিকার ভোগ করে না। তারা কেউ কেউ এগিয়ে থাকে, আবার কেউ কেউ পিছিয়ে থাকে। সহায়ক সবাইকে আলোচনা করতে বলবেন এবং মতামত দিতে বলবেন।

While asking these questions the facilitator should monitor how the participants are thinking and behaving. The participants should be made aware about giving their identities and answeres. Then the participants answering with a yes should take a step forward. Again the participants answering with a no will stand on the same spot. After that the facilitator would show that while living in the same society, people of different occupations do not share the same benefits. Some of them are ahead and some fall behind. The facilitator would ask everyone to held a discussion and express their own opinion.

ব্যবহারিক প্রশিক্ষণ
Practical Training

উদ্দেশ্য/Objectives:

- প্রশিক্ষণার্থীদের আত্মনির্ভরশীল করে তোলার জন্য ব্লকের কাজ সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা দেওয়া
  To make the participants self independent by giving them primary ideas about block print.

উপকরণ/Materials:

ব্লকের রং, ডাইস, ফোম, কাপড়, তুলি, প্লাস্টিক, টেবিল ও মোটা একটি কাঁথা বা কাপড়।

Block paint, dice, foam, clothes, brush, plastic, table and a heavy blanket or clothe.

পদ্ধতি/Methods:

প্রশিক্ষক ব্লকের রং তৈরি এবং কাপড়ে রং করা সম্পর্কে প্রশিক্ষাণার্থীদের হাতে-কলমে শেখাবেন। প্রশিক্ষক একটি টেবিল নেবেন। তার ওপর একটি মোটা কাপড় বিছাবেন এবং তার ওপর একটি সাদা কাপড় বিছাবেন। তারপর তাঁদের দেখাবেন কিভাবে প্লাস্টিকের ওপর রাখা ফোমে ব্লকের রং নিতে হয়। এরপর তুলি দিয়ে রং ছড়াবেন। তারপর ব্লকের ডাইস দিয়ে রং মাখিয়ে সাদা কাপড়ে ডিজাইন করে বসাবেন। প্রশিক্ষক কয়েকবার করে তাঁদের দেখাবেন। তারপর অংশগ্রহণকারীদের বলবেন নিজে নিজে করতে।

The facilitator will practically teach the participants how to make block paint and how to do block print. Facilitator will take a table. Then will lay down a heavy clothe and will lay down another white clothe on top of it. After that would design the colored block dice on the white clothe. Facilitator will repeat the process several times. Then the participants would be asked to try it by themselves.

প্রশিক্ষণ চলাকালীন লক্ষ রাখতে হবে যেন সবাই অংশগ্রহণ করেন। রং যেন না ছিটে, সেদিকে লক্ষ রাখবেন। প্রশিক্ষক তাঁদের জানাবেন, তাঁরা জামা, ওড়না, শাড়ি, সোফা বা যেকোনো টেবিল কভারে এই কাজ করতে পারবেন।

It should be monitored that everyone is participating during the training session. Should look out not to spread colours. Facilitator will inform them that they can apply it on dresses, scarves, sarees, sofa or on any other table clothes.

প্রশিক্ষক কোন কাপড়ে কী রং এবং কতটুকু রং ব্যবহার করতে হবে, কোথায় রঙের সামগ্রী পাবেন, তা জানাবেন। প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্নের উত্তর দেবেন এবং দরকার হলে একটি নোট করে সবার হাতে হাতে দিয়ে দেবেন।

Facilitator will inform them about the paint, its quantity, the process and from where to get them. The facilitator will answer the participants inqueries and if necessary, will provide a note to everyone.

সবশেষে প্রশিক্ষক তাঁদের উৎসাহিত করে জানাবেন যে তাঁরা এই কাজ করে কম পুঁজিতে ব্লক করে নিজে নিজে আয় করতে পারবেন।

In the end the facilitator willmotivate them informing that they can earn on their own with a very little investment by doing block print.

Session - 05

আমার জীবন, আমার বাস্তবতা, আমার জীবনচক্র, ম্যান্ডালা আঁকা
My Life, My Reality, My Lifestyle, Mandala Art

উদ্দেশ্য/Objectives:

- অংশগ্রহণকারীরা নিজেরা একে অন্যের সম্পর্কে জানতে উৎসাহিত হবে।
  Participants would be encouraged to know about each other
- পারিপার্শ্বিক ও জেন্ডার ভিত্তিতে একজন অংশগ্রহণকারীর বাস্তবতা বর্ণনা করা।
  Describing participant's life experiences according to the surroundings and gender
- জেন্ডার ও অন্য কারণসমূহ, বাস্তব জীবনের অভিজ্ঞতা, পছন্দ-অপছন্দ কিভাবে একেকজনের জীবনের ওপর প্রভাব ফেলে।
  Gender and other factors, real life experiences, how the likes-dislikes affect individual's life
- অংশগ্রহণকারীদের একই ধরনের অভিজ্ঞতাগুলো বর্ণনা করা।
  Sharing the participant's similar experiences

উপকরণ/Materials:

বড় কাগজের প্লেট, রংপেনসিল, মার্কার, ম্যান্ডালার ছবি।

Large paper plate, color pencil, Mandala.

পদ্ধতি/Methods:

অংশগ্রহণকারীদের ম্যান্ডালা সম্পর্কে বর্ণনা করা ও তাঁর ছবি দেখানো

Explaining what is mandala and showing a demo to the participants.

অংশগ্রহণকারীদের পাঁচ মিনিট চিন্তা-ভাবতে সময় দেওয়া (আঁকার আগে), কাগজের প্লেটে তাঁরা দুই-তিনটি ছবি এঁকে তাঁদের নিজের সম্পর্কে ও জীবন সম্পর্কে বর্ণনা করবে।

Participants will be given 5 minutes to think/imagine before painting 2/3 pictures to describe about them and their life.

অংশগ্রহণকারীদের কিছু প্রশ্ন করা এবং তাঁদের পাঁচ মিনিট চিন্তা/ভাবতে সময় দেওয়া (তখনো আঁকা যাবে না)। প্রশ্নগুলো মূলত নারী হিসেবে তাঁদের জীবনের গল্প সম্পর্কে বলা।

Participants will be asked a few questions and will be given 5 minutes to think/imagine about it (they shouldn't be painting then). Mainly the questions will be about sharing their life stories as a woman.

প্রশ্নগুলো/Questions:

- আপনার ছোটবেলা সম্পর্কে কিছু বলুন। ছোটবেলায় কী করতে ভালো লাগত, কী স্বপ্ন দেখতেন?
  Tell us about your childhood, what you liked to do then, what were your dreams?
- আপনার বর্তমান সম্পর্কে বলুন। এখন কী অবস্থায় আছেন?
  Tell us about your present, how are you doing now?
- নারী হিসেবে কখন নিজেকে বঞ্চিত মনে হয়েছে এবং কেন? তা বর্ণনা করুন।
  When did you feel discrimination as a woman and why? Describe that.
- আঁকা শেষ হলে প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে সেটা সম্পর্কে বর্ণনা করতে বলা এবং অন্যদের সঙ্গে শেয়ার করতে বলা।
  Each participant will be asked to describe and share it with others after finishing the drawing.

সহায়ক প্রত্যেকের বর্ণনা থেকে মূল বিষয়গুলো লিপিবদ্ধ করে রাখবেন।

Facilitator will note down the main topics out of the whole discussion.

সহায়ক শেষে পুরো সেশন সংক্ষিপ্তাকারে বলা এবং সবাইকে এটা বোঝানো যে আমরা সব সময় মনে করি না যে অন্যের ওপর প্রভাব খাটানোটাই শক্তি/ক্ষমতা; বরং নিজেদের মধ্যে যে শক্তি আছে তার প্রকাশ, অন্যের মধ্যে সেটার বিস্তার হতে সাহায্য করা ও অন্যকে শক্তিশালী করে তোলাই আমাদের লক্ষ্য হতে পারে।

At the end of the session the facilitator would briefly describe to everyone that we do not think that controlling/dominating others is a power whereas flourishing the power within ourselves and to enlighten others with it can be our main focus.

অর্থনীতিতে নারীর নেতৃত্ব এবং ব্যাংক হিসাব খোলার নিয়মাবলি
Women's Leadership in Economy and the Rules of Opening a Bank Account

উদ্দেশ্য/Objectives:

- নারী হিসেবে অর্থনীতিতে কিভাবে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখছেন, অনুধাবন করতে পারবে।
  You will understand the importance of your contribution to the economy as a woman.
- ব্যাংকে অ্যাকাউন্ট খোলার পদ্ধতি সম্পর্কে জানতে পারবে।
  You will know how to open a bank account
- সম্পদের নিরাপত্তার বিষয়ে সচেতন হতে পারবে।
  You will be more conscious about the safety and security of your assets.
- প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংক থেকে ঋণ কিভাবে নিতে হবে সে সম্পর্কে জানতে পারবে।
  You will learn how to take loans from migrant welfare bank.

উপকরণ/Materials:

বোর্ড, মার্কার, যেকোনো সরকারি ব্যাংকের একটি ফর্ম, প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংকের বিজ্ঞাপনের কপি।

Board, marker, from of any government bank, advertisement copy of a migrant welfare bank.

পদ্ধতি/Methods:

প্রশিক্ষক শুরুতেই অংশগ্রহণকারীদের তাঁদের পরিবারে এবং দেশের অর্থনীতিতে কত গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখছেন, সে বিষয়ে সংক্ষিপ্তভাবে জানাবেন। এরপর দেশে তাদের কষ্টার্জিত অর্থ কিভাবে পরিবারের কাছে নিরাপদে পাঠাবেন এবং সে বিষয়ে আলোচনা করবেন এবং সে ক্ষেত্রে ব্যাংক অ্যাকাউন্ট কতটা জরুরি, জানাবেন। এরপর ব্যাংকের নিয়মাবলি সম্পর্কে জানাবেন। প্রশিক্ষক বলবেন ব্যাংকে অ্যাকাউন্ট খোলার জন্য সরকারি কোনো ব্যাংক বেছে নেওয়ার পরামর্শ দেবেন।

At the beginning the facilitator would be briefly explain about the importance of their contribution to their family and the economoy of the country. After that it would be discussed that how they will safely send their hard-earned money to their family and the necessity of a bank account. Then they will learn about the rules and regulations of bank. Then the facilitator will suggest to choose any government back to open an account.

ব্যাংক অ্যাকাউন্ট খোলার জন্য নিম্নোক্ত সম্ভাব্য বিষয়গুলো তুলে ধরবেন :
Probable below points would be mentioned about opening a bank account:

- ব্যাংক থেকে একটি ফর্ম এনে তা পূরণ করতে হবে।
  A form should be filled after collecting from the bank
- প্রয়োজন হলে কারো সাহায্য নেওয়ার পরামর্শ দেবেন।
  If necessary, they would be suggested to take help from others.
- অ্যাকাউন্ট খোলার জন্য প্রয়োজনীয় কাগজ, যেমন–পরিচয়পত্রের ফটোকপি, নমিনির পরিচয়পত্রের ফটোকপি, নিজের ও নমিনির ছবি, বিদ্যুৎ বিলের ফটোকপি, চেয়ারম্যান বা ইউনিয়ন পরিষদের কপি সম্পর্কে জানাবেন।
  Will get to know about the necessary documents for opening a bank account such as, NID, photocopy of nominee's NID, photo of self and the nominee, utility bill, copy from the Chairman or Union Council.

সবশেষে প্রশিক্ষক প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংক থেকে ঋণ কিভাবে নিতে হবে সে সম্পর্কে জানাবেন। এরপর প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংক থেকে বিদেশফেরত শ্রমিকরা কী কী ঋণ সহায়তা পাবেন, সে সম্পর্কে ধারণা দেবেন। তাঁদের প্রবাসী কল্যাণ ব্যাংকের বিজ্ঞাপন দেখাবেন।

At the end of this session the facilitator will train them about how to take a loan from the migrant welfare bank. After that they will be informed about the types of loans available for the returnee workers. Facilitator will show them the advertisement of migrant welfare bank.

ভবিষ্যৎ কর্মপরিকল্পনা
Future Work Plan

উদ্দেশ্য/Objectives:

- নারী হিসেবে সব নারীর জন্য চিন্তা করা।
  Think about women from a woman’s perspective.
- কোনো বিষয়কে নারীর দৃষ্টিভঙ্গি বা চোখে দেখা।
  See things from feminist perspective
- নতুন করে ভাবতে শেখা।
  Teaches to think a new.
- নিজের জ্ঞান ও দক্ষতাকে ভবিষ্যতে কাজে লাগানো সম্পর্কে ধারণা দেওয়া।
  Learning how to use own skill and knowledge in future.
- বাদাবন সংঘের কাছে কোনো প্রশ্ন?
  Any inqueries to Badabon Sangho.

নিজের জীবনে এগুলোর প্রভাব/Impact in own life:

বিদেশফেরত নারীদের গল্পগুলো প্রত্যেকটি আলাদা বা ভিন্ন ভিন্ন দেশ, ভিন্ন ভিন্ন মানুষের সঙ্গে বৈচিত্র্যময় অভিজ্ঞতা। কিন্তু কোথায় যেন মিল আছে। নারী হিসেবে বৈষম্য, হয়রানি, নির্যাতন সবই যেন একই রকম। নারী হিসেবে তাঁদের একই ধরনের বৈষম্যের অভিজ্ঞতা। আমরা নারীরা প্রত্যেকে এই বৈষম্যের শিকার। আমরা প্রত্যেকে নারী হিসেবে আসুন নিজেদের ঐক্যবদ্ধভাবে ভাবতে শিখি।

The stories of all the returnee migrant workers are different- different countries, different people with diverse experiences, yet somewhere it ties them together. Discimination, harrasement, assault all of it remains the same for the women. As women they all share the similar experiences of disicrimination. As a woman, we all are the victim of this disicrimination. Come and let us think of ourselves unitedly as women.

কেস স্টাডি পর্যালোচনা/Reviewing Case Study:

আসমারা দুই বোন। দুই বোনই কাজের কারণে ওমান গিয়েছেন। আসমার স্বামী প্রায়ই আসমাকে বিদেশ থেকে টাকা পাঠানোর জন্য ফোনের মাধ্যমে চাপ দিতে থাকে। এমনকি আসমা কারো কাছে কোনো টাকা পাঠাচ্ছে কি না, তা নিয়ে ফোনে ঝগড়াঝাটি করতে থাকে। আসমা এসব বিষয়ে নিয়ে খুবই মন খারাপ করে থাকে। একসময় আসমা তার সব টাকা স্বামীর কাছে পাঠাতে থাকে। তাকে বলে দেশে নিজেদের বাড়ি করার জন্য পাঁচ শতক জমি কিনতে। স্বামী জানায়, সে জমি কিনেছে।

দুই বছর পর আসমা দেশে ফিরে আসে। আসার কিছু দিন পর আসমা জানতে পারে, স্বামী জমি কিনেছে নিজের নামে। এটা নিয়ে স্বামীর সঙ্গে অনেক বিবাদ হয়। আরো কিছুদিন পর আসমা জানতে পারে, স্বামী আরেকটা মেয়েকে বিয়ে করেছে এবং সে নেশা করছে।

আসমা মানসিকভাবে ভেঙে পড়ে। সে এখন কী করবে! তার আট বছর বয়সের মেয়েটার কী হবে! পরে মায়ের কাছে আসমা ফিরে আসে। মেয়েকে আসমা তার মায়ের কাছে রেখে আবার ওমান চলে যায়।

Asma has a sister. Both of them went Oman to work. Often Asma's husband forces her to send money over the phone. Even he picks fight with her asking if she is sending money to anyone else. Asma becomes extremely upset with all these disputes. At one-point Asma starts sending all of her money to her husband. She asks him to buy 5 acres of land so that they can build a house. Her husband informs her that he has bought lands. After two years, Asma comes back. After coming back Asma gets to know that her husband has bought the lands on his own name. They have awful fights regarding these issues. Again, after some time Asma gets to know that her husband has remarried and also has an addiction problem.

Asma becomes mentally devastated. What she is going to do now! What will happen to her 8 years old daughter! Then Asma goes back to her mother. Keeping her daughter there, she went back to Oman.

এখন আপনাদের প্রত্যেককে একটি করে ফ্লিপ সিট ও মার্কার দেওয়া হচ্ছে। বোর্ডে লিখিত নীতিমালার সঙ্গে মিলিয়ে চিন্তা করুন।

Now every one of you is given a flip sheet and marker. Focus on the policies written and think

- অন্য নারীর সমস্যা তাতে আমার কী–এই চিন্তার পরিবর্তন করা দরকার।
  The issue is with another woman, it's none of my business- this way of thinking needs to be changed
- কোনো হয়রানি হলে–নারীর মতামতকে জোর দেব।
  Regarding harassement issues, women's views must be emphasized
- আমার নিজের কথা চিন্তা করার সঙ্গে সঙ্গে গ্রামের অন্যান্য নারীর কথা চিন্তা করা।
  While thinking about myself, I will keep in my mind the benefit of other women of the village too.
- অন্য নারীকে ক্ষমতা দিতে হবে।
  Other women should be given authority
- ঐক্যবদ্ধভাবে নারীদের কাজ করতে হবে।
  Women should work unitedly
- নারীর স্বাধীন মতামত গ্রহণ করা।
  Accepting women's independent opinion
- নারীর নিরাপত্তা, যত্ন ও একে অপরের ওপর নির্ভর করা।
  Women's safety, care and depending on each other.

প্রত্যেকে কার্ডে বা কাগজে তার মতামত লিখবে। তারপর প্রত্যেকে পড়ে শোনাবে। একেকজন বলার পর সহায়ক প্রশ্ন করুন।

Everyone would write their opinion on the card or on paper. Then everyone would read it out. The facilitator would ask question to each participant after they finish reading it out

- নারী হিসেবে আপনি কি এখানে নারীর কোনো দোষ দেখতে পান?
  As a woman, can you notice any faults with women?
- এই ঘটনায় পুরুষের কোথায় দোষ ছিল?
  In this incident where the men were at fault?
- নারী ক্ষমতাবান হলে এ ঘটনায় কী করতে পারত?
  If women were empowered, what they could have done in this incident?

সবার বলা হলে কার্ডগুলো সহায়ক বোর্ডে লাগিয়ে রেখে বলবে, এই প্রশিক্ষণ থেকে ফিরে গিয়ে আমরা সবাই এখন থেকে এই সাতটি বিষয়ে খেয়াল রাখব।

When everyone finished sharing opinion the facilitator would paste the cards on the board and would suggest that after going back from this training, we should always focus on these 9 points.

প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন
Evaluation of the training

পদ্ধতি/Method:

সহায়ক পোস্টার পেপারে ছবি এঁকে বুঝিয়ে দেবেন সূর্য, মেঘ ও ঝড়।

Facilitator will draw yun, Cloud and Storm on a poster paper and explain it to them.

দিনশেষে প্রশিক্ষণ কোর্সটি কেমন হয়েছে বা প্রশিক্ষণার্থীরা কতটুকু বুঝতে পেরেছে, তার মূল্যায়ন করা হবে। সহায়ক একটি বড় পোস্টারে সূর্য, মেঘ ও ঝড় ছবি এঁকে বোর্ডে ঝুলিয়ে রাখবেন। সারা দিনের প্রশিক্ষণ শেষে প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী তার কোন সেশন ভালো লেগেছে অথবা কোন কোন বিষয়গুলো খুব ভালোভাবে বুঝেছে, তা একটা স্টিকি নোটে লিখে সূর্যের নিচে লাগিয়ে রাখতে বলা। যে সেশন সম্পর্কে কম বুঝেছে অথবা আরো বোঝার প্রয়োজন আছে, সেটা লিখে মেঘের নিচে লাগাতে বলবেন। যে সেশন বা যে যে বিষয়গুলো মোটেই বুঝতে পারেনি, সেগুলো লিখে ঝড়ের নিচে লাগাতে বলবেন।

At the end of the day, there will be an evaluation of the course that how it was and how much of it the participants could understand. After the end of the program, the participants will write down on a sticky note about which session they loved the most and which topics they could understand the most and will post it under the Sun. The sessions that were less clear to them or they need to understand it more, will be pasted under the cloud. Under the storm they will be asked to write down the topics they did not understand at all.

প্রত্যেককে কমপক্ষে দুই/একটা বিষয় নিয়ে লিখতে উৎসাহিত করা ও সহযোগিতা করা। সহায়ক পরের দিনের প্রশিক্ষণ শুরুর আগে সংক্ষিপ্ত আকারে সব বিষয় নিয়ে সংক্ষিপ্ত আকারে আলোচনা করবেন।

Encourage and assist everyone to write about at least one or two topics. Before beginning the next day’s session, the facilitator will briefly review the previous day’s topics.

এরপর সহায়ক সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে বক্তব্যের মাধ্যমে প্রশিক্ষণের সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।

After that, with a thanking speech the facilitator will declare the end of the session.

Our Vision

To establish a society based on freedom of expression, in which all people particularly women and girls have full and effective participation in the social and economic development process.

Our Mission

The mission of the group is to build up the capacity of the disadvantaged, vulnerable and socially excluded women and girls, towards improving their livelihoods and movement building, in order to challenge the social structural process that deny women's rights.

To make it happen, firstly, Badabon Sangho continued to build up the capacity of the group members and their leaders and federation members in organizing, planning and public speaking. Hence, they can lead their movement for land, water-bodies, racial justice, climate justice and labor rights and violence against women and girls. Secondly, we aim to be a renowned organization of women's rights groups, exhibiting women's equal rights to land and water-bodies regardless caste and religion.

বাদাবন সংঘ
Badaban Sangho
(A Women's Rights Organisation)

badabonsangho.bd@gmail.com
www. badabonsangho.org
facebook.com/badabonsangho