



## পরামর্শ মূলক অংশগ্রহণমূলক স্ক্রিপ্ট

- সংগঠক এবং আউটরিচ ওয়ার্কার এবং ভলান্টিয়ারদের সংযুক্ত করার জন্য স্ক্রিপ্ট -
- স্ক্রিপ্ট মূলত একটি নির্দেশনা যার মাধ্যমে আমরা আমাদের কমিউনিটিকে নিরাপদ রাখা , শিক্ষা , রাজনৈতিক ক্ষোভ এবং এসব বিষয়ে কার্যকরি পদক্ষেপ নিতে সহায়তা করবে।
- স্ক্রিপ্ট তখনই ভালো ফলাফল দেয় যখন কেও আপনার কথার মাঝে আন্তরিকতা এবং চেষ্টার বিষয়টি খুজে পায় কিন্তু যদি আপনি শুধু স্ক্রিপ্ট পড়ে যান অথবা বিষয়গুলো বলে যান তাহলে এটা তেমন কার্যকরি হয়না।
- সাধারণত স্ক্রিপ্ট অনুযায়ী কথা বলতে ২০ থেকে ২৫ মিনিট সময় লাগতে পারে
- আপনারা আপনাদের কমিউনিটির প্রয়োজন অনুযায়ী স্ক্রিপ্ট এর প্রয়োজনীয় সংযোজন বা বিয়োজন করতে পারেন ।

## সংযোগ ( ২ মিনিট)

1. নিজেকে ড্রামের পক্ষ থেকে পরিচয় দিন, এবং বলুন এই সঙ্কটকালীন সময়ে মানুষের নিরাপত্তা এবং ন্যায়ের জন্য কমিউনিটির সাথে যোগাযোগ করছেন।
2. কেমন আছেন? আপনি/ আপনারা ভালো আছেন তো? নিজেকে নিরাপদ ভাবছেন তো?

## নিরাপত্তা (৭ মিন)

3. আপনি কি নিরাপদ থাকার নিয়ম গুলো জানেন?

➤ আপনি দুই ভাবে অসুস্থ হতে পারেনঃ

1. আপনি এমন কোন জায়গা স্পর্শ করেছেন যেখানে অন্য কোন অসুস্থ লোক স্পর্শ করেছিলেন ( এলাভাটর বোতাম, দরজার হাতল, টাকা , ইত্যাদি)
2. কোন অসুস্থ ব্যক্তি হাঁচি, কাশি, ধোঁয়া, নিঃশ্বাস অথবা ঔষুধ অথবা আপনার মুখের কাছে কেও কথা বলার কারণে আপনি সেই মুহুর্তে অথবা পরে তার নিসৃত বাতাস গ্রহণ করলেন।

➤ তিনটি উপায়ে অসুস্থতা রোধ করতে পারেনঃ

1. **আপনার হাত পরিস্কার রাখুন:** কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধরে হাতের সব জায়গায় সাবান দিয়ে ভালোভাবে পরিস্কার করুন। সাবান বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই জীবানু ধ্বংস করে। ঘরের বাইরে যাবার সময় হাতে গ্লোভস পরুন। গ্লোভস একবারের বেশী ব্যবহার করবেন না। উন্মুক্ত জায়গায় হাত লাগাবেন না( এলাভেটরের বোতাম, দরজার হাতল, টাকা, এ টি এম, সাবওয়ের থাম, খেলার মাঠ, ইত্যাদি) এবং যদি আপনি তা করেন তাহলে আপনার গ্লোভস স্যানিটাইজার দিয়ে অথবা ধুয়ে পরিস্কার করুন। ভালোভাবে না ধোঁয়া ছাড়া আপনার মুখ স্পর্শ করবেন না।
2. **মুখমন্ডল রক্ষা করুন ।** ঘরের বাইরে গেলে মাস্ক পরে বের হন। একটা সাধারণ সার্জিকাল মাস্ক সবচেয়ে ভাল কিন্তু যদি না থাকে তাহলে কাপড়ের মাস্ক পরুন অথবা ওড়না দিয়ে মুখ ঢেকে রাখুন। মাস্ক আপনাকে আপনার নিজের মুখ স্পর্শ করা থেকে বিরত রাখবে এবং অন্য কারো কাশি বা হাঁচি থেকে বের হওয়া জীবানু যা বাতাসে ভেসে বেড়াচ্ছে তার হাত থেকে সুরক্ষা দেবে। যদি আপনার বাসার কেও অসুস্থ হয়ে পড়েন তাহলে কমন জায়গা বা শেয়ারকৃত জায়গা যাবার সময় মাস্ক পড়ে থাকা ভালো। যদি আপনার অনেক মাস্ক না থাকে তাহলে প্রতিবার ব্যবহার করার পরে সেগুলো ১০ মিনিট ফুটন্ত গরম পানিতে সেদ্ধ করে জীবানুমুক্ত করে নেবেন। বাইরে ব্যবহারকৃত মাস্ক জিবানুযুক্ত হয়েছে চিন্তা করে এটাকে এমন ভাবে খুলবেন, জমা রাখবেন এবং পরবর্তিবার ব্যবহার করার কথা ভাববেন। যদি আপনার মাস্ক নষ্ট বা নোংরা হয়ে যায় তাহলে সেটাকে ধ্বংস করে ফেলে দিন। এগুলো স্বাস্থ্য এর জন্য ঝুঁকি ।
3. **লোকজনের কাছ থেকে শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখুন এবং** বাসার ভেতরে থাকুন। শুধুমাত্র জরুরী প্রয়োজনীয় জিনিসের জন্য বাইরে যান। লোকজনের বাসায় যাবেন না কাওকে দাওয়াত ও দেবেন না। যদি আপনি বাইরে থাকেন তাহলে ৬ ফিট দূরত্ব বজায় রাখুন এবং একটা সাধারণ মাস্ক পরে যাবেন। যখন অন্যরা বাতাসে শ্বাস ছাড়ে তখন আপনি আপনার শ্বাস- প্রশ্বাস নিয়ন্ত্রিত রাখুন । যদি আপনার বাসার কেও একজন গ্রোসারী করতে বাইরে যায় তাহলে ঐ এক ব্যক্তিকেই সব সময় গ্রোসারী করতে পাঠান। কোন অসুস্থ ব্যক্তি, বয়োজের্ণ ব্যক্তি বা কারো স্বাস্থ্য সমস্যা আছে এরকম ব্যক্তির বাইরে যাওয়া উচিত নয়।

➤ যদি আপনি অথবা আপনার চেনা কেও অসুস্থ হন তাহলে ;

1. শারীরিক ভাবে তাকে অন্যদের কাছ থেকে আলাদা করে রাখেন এমনকি বাসার ভেতরেও
2. ৩১১ এ অথবা 1-844-NYC-4NYC তে কল করুন এবং জিজ্ঞেস করুন কি করা উচিত? জরুরী বিভাগে যাবেন না। আপনি হয়তো আরো বেশী অসুস্থ হয়ে যেতে পারেন অথবা অন্যদেরকেও অসুস্থ করতে পারেন । তারাই বলবে কি করা উচিত?
  - যদি আপনার শ্বাস কষ্ট হয় বা এমন কোন সমস্যা থাকে যার জন্য জরুরী চিকিৎসা পেতে ৯১১ এ কল করুন
3. যদি আপনি অথবা অথবা আপনার চেনা কেও করোনা ভাইরাস পরীক্ষায় পজিটিভ হয়ে থাকেন তাহলে লোকজনের কাছ থেকে তা লুকাবেন না। লোকজনকে কল দিন এবং অসুস্থ হবার

আগে সেই সপ্তাহে আপনি কাদের কাদের সঙ্গে মিশেছেন, দেখা করেছেন, সংস্পর্শে এসেছেন তা জানান। আমাদের প্রত্যেকের উচিত একে অপরকে সুরক্ষা দেয়া।

4. যদি আপনার কোন প্রতিবেশী বা চেনা জানা কেও অসুস্থ হয় তাহলে আপনি জানার চেষ্টা করুন তার কি কি সহযোগিতা দরকার। যদি তাদের খাবার বা ঔষুধ দরকার হয় তাহলে তাদের দরজায় সেটা রেখে আসুন এবং তাদেরকে জানান যে আপনি ওখানে রেখে এসেছেন। আমাদের একে অপরের প্রতি যত্নশীল এবং সুরক্ষা দেয়া প্রয়োজন।

## শিক্ষা ঃ ৭ মিনিট

4. :আমরা একটা জিনিষ বুঝতে পেরেছি যে আমাদের কমিউনিটিতে অনেক বেশী ভুল তথ্য অথবা সঠিক তথ্যের ঘাটতি আছে। কোন বিষয় নিয়ে আপনি চিন্তিত অথবা আরো বেশী জানা প্রয়োজন বলে মনে করেন।আমি সেই সব বিষয় নিয়ে কথা বলতে পারি।

### ➤ শাটডাউন/বন্ধ

- নিউইয়র্ক সিটি ন্যূনতম মে, ১৫ তারিখ পর্যন্ত বন্ধ থাকবে।কিন্তু মনে হচ্ছে এটি আরো দীর্ঘায়িত হতে পারে।
- জরুরী সরবরাহ যেমন -গ্রোসারী স্টোর,ঔষুধ, হাসপাতাল ব্যাতিত বেশিরভাগ ব্যবসাপ্রতিষ্ঠান বন্ধ
- লোকজনের একসাথে ভীড় করা উচিত নয়।
- যদি আপনি জরুরী প্রয়োজন যেমন ঃ গ্রোসারী অথবা ঔষুধ , সংগ্রহ করতে যান তাহলে মাস্ক এবং গ্লোভস পরে যাবেন।

### ➤ কাজ

- আপনি যদি বর্তমানে বেকার থাকেন
  1. আপনি যদি কাগজপত্র ওয়ালা হয়ে থাকেন আপনি নিউইয়র্ক এবং ফেডারেলের বেকার সুবিধাদির জন্য আবেদন করতে পারেন।
    - অনলাইনে ঃ <https://applications.labor.ny.gov/IndividualReg/>
    - ফোনের মাধ্যমে : 888-209-8124 (সোম থেকে শুক্রবার ঃ সকাল ৮ টা থেকে সন্ধ্যা ৭.৩০ পর্যন্ত ; শনি ও রবিবার, সকাল ৭.৩০ থেকে ৮ টা পর্যন্ত)
    - যদি আপনার আরো কিছু জানার দরকার হয় তাহলে আমাদের বলুন -
  2. কাগজপত্রবিহীন মানুষ বেকার ভাতার জন্য আবেদন করতে পারবেননা
    - ড্রাম কাগজপত্রবিহীন মানুষদের সমস্যা সমাধানের জন্য কাজ করছে

## ➤ আবাসন

- রাজ্য সরকার বাড়ী ওয়ালাদেরকে আগামী ৩ মাস মর্টগেজ না দেবার পরামর্শ দিয়েছে।
  1. যদি আপনি বাড়ীওয়ালা হয়ে থাকেন তাহলে আপনার ব্যাংকের সাথে যোগাযোগ করে আপনার মর্টগেজ পরিশোধ স্থগিত করুন।
  2. যদি আপনি ভাড়াটে হয়ে থাকেন তাহলে আপনার বাড়ীওয়ালাকে বলুন তাদের মর্টগেজ মালিকের সাথে কথা বলতে বলুন যেন তিনি মর্টগেজ স্থগিত বা বন্ধ করার দাবী জানায়।
- জুন মাসের ২০ তারিখ পর্যন্ত কোন উচ্ছেদ অভিযান চলবেনা।
- এর অর্থ হচ্ছে যদি আপনার হাতে অনেক টাকা না থাকে তাহলে আপনি বাসা ভাড়া না দিয়ে সেই টাকা দিয়ে জরুরী প্রয়োজনীয় বিষয় যেমন খাবার ইত্যাদিতে খরচ করার জন্য জমিয়ে রাখেন।
  1. অন্য ভাড়াটীদের সাথে কথা বলুন যাতে তারাও ভাড়া না দেবার সিদ্ধান্তে আসে।
  2. অনেক ভাড়াটেরা রেন্ট স্ট্রাইক সঙ্গঠিত করছে।
  3. যদি আপনি অন্যান্যদের সাথে নিয়ে কিভাবে ভাড়া বাতিল স্ট্রাইক সংগঠিত করা যায় সে সম্পর্কে আরো জানতে চান তাহলে আমাদের জানান।
- ড্রাম এবং আরো অনেক সংগঠন ভাড়া বাতিল আইন পাশের জন্য কাজ করছে ( মর্টগেজ এবং ইউটিলিটি বিল সহ )
- যদি আপনার বাড়ীওয়ালাও দরিদ্র এবং বাড়ী ভাড়ার আয়ের উপরে নির্ভর করে জীবন চালান অথবা ইউটিলিটি বিল দেন তাহলে তার সাথে আলোচনা করে একটি কার্যকরি উপায় বের করতে কাজ করুন যেমন আংশিক ভাড়া দেয়া অথবা ভাড়া পরিকল্পনা এবং মতৈক্যে আসুন । একে অপরের খেয়াল রাখুন।

## ➤ খাবার

- আপনার যদি খাবার শেষ হয়ে যায় এবং খাবার দরকার হয় তাহলে আমরা আপনার এলাকার এ ধরনের সহায়তা তথ্য জানাবো। আমরা মনে করি ৩ ধরনের খাবার আছে ঃ
  1. স্বাস্থ্যবান ঃ লোকজন যারা স্বাস্থ্যবান এবং বাইরে যেতে পারেন তারা সিটির খাদ্য সহায়তা কর্মসূচী থেকে খাবার নিতে পারেন । অনেক স্কুলে শাকাহারি এবং হালাল খাবার সহ অনেক ধরনের খাবারের সরবরাহ সেখানে আছে। বিস্তারিত জানুন ঃ এই লিঙ্কে -<http://nyc.gov/getfood>
  2. বাসায় আবদ্ধ ঃ আপনি যদি অসুস্থ অথবা ঘরের বাইরে যেতে না পারেন কিন্তু ঘরে রান্না করতে পারেন আমরা প্রত্যক্ষ সহায়তাকারী দলের সাথে যোগাযোগ করে আপনার জন্য খাবার অথবা ঔষুধ আপনার কাছে পৌছাতে পারি। তবে এটা সবচেয়ে কঠিন কাজ ।

3. অসুস্থতা ঃ আপনি যদি অসুস্থ অথবা দুর্বল হয়ে পড়েন এবং রান্না করতে না পারেন আমরা আপনার জন্য রান্না করে সেই খাবার সরবরাহ করতে পারি ।

- অনেক লোকজনের সহায়তা এবং খাবারের দরকার । আমরা অসুস্থ লোকজনের জন্য উপরের নির্দেশনা অনুযায়ী সহায়তা নেবার জন্য উৎসাহিত করি।
- যদি আপনার আরো কোন সাহায্য লাগে তাহলে আমাদের জানান আপনার সাথে পরবর্তিতে কেও যোগাযোগ করবেন।

### ➤ স্বাস্থ্য

- করোনা ভাইরাসঃ
  1. করোনা ভাইরাসের পরীক্ষা দুঃসাধ্য কিন্তু বিনামূল্য
  2. বর্তমানে এই চিকিৎসার কোন মূল্য দিতে হবেনা
  3. যদি আপনি টেস্ট করার প্রয়োজন মনে করেন , তাহলে ৩১১ অথবা ৮৪৪-৬৯২-৪৬৯২ এ কল করে টেস্ট কেন্দ্রে টেস্ট করাতে পারবেন।
- আপনি যদি কাগজপত্র বিহীন হন এবং সাধারণ চিকিৎসার দরকার মনে করেনঃ আপনার যদি সাধারণ অসুখের চিকিৎসা দরকার হয় এবং আপনার সাস্থ্যবীমা না থাকে তাহলে আপনি সিটি কর্মসূচীর আওতায় চিকিৎসা নিতে পারেন। এর জন্য কল করুন - ৬৪৬-৬৯২-২২৭৩।
- আপনার যদি মানসিক সহায়তার দরকার হয় তাহলে কল করুন ঃ ৮৮৮-৬৯২-৯৩৫৫ এই নম্বরে

### ➤ অভিবাসন

- আইস তাদের রেইড কার্যক্রম চালিয়ে যাচ্ছে , আমরা জানিনা তারা আগের চেয়ে আরো বেশী মাত্রায় করছে কিনা অথবা কম মাত্রায় কিন্তু তারা করছে।

### ➤ স্কুল

- নিউইয়র্ক স্কুল গুলো এ বছর বন্ধ থাকবে । সব ক্লাস এবং শিক্ষা কার্যক্রম অনলাইনে হবে। কম্পিউটার, অন্যান্য সরঞ্জাম অথবা ইন্টারনেট সার্ভিসের জন্য আপনার স্কুলের সাথে যোগাযোগ করুন

### ➤ সরকারী স্টিমুলাস

- ফেডারেল সরকার মার্চের ২০ তারিখ ২ বিলিয়ন ডলার সহায়তা প্যাকেজ পাশ করেছে।
- বেশীরভাগ অর্থ বড় বড় কর্পোরেশনের জন্য বরাদ্দ দিয়েছে।

- শুধুমাত্র অল্প কিছু টাকা সমস্যাপিড়ীত মানুষের জন্য । সোশাল সিকিউরিটি নাম্বার দিয়ে তারা আবেদন করতে পারবেন। এই সুবিধা বয়স্ক প্রতিজনের জন্য ১২০০ ডলার, এবং শিশু প্রতি প্রতি ৫০০ ডলার। পরবর্তি কয়েক সপ্তাহের মধ্যে এই টাকা আপনার ব্যাংকে সরাসরি জমা হবে অথবা কয়েক মাসের মধ্যে ডাক যোগে আপনার বাসায় পৌঁছাবে। যদি কেও আপনাকে কল করে আপনার আকাউন্টের তথ্য জানতে চায় তাহলে বুঝবেন এটি স্ক্যাম বা ভুয়া।

### ➤ মানসিক স্বাস্থ্য

- বেশিরভাগ মানুষ এই সময়টায় অনেক বেশী চাপের মধ্যে আছেন।
- প্রতিদিন আপনি অবশ্যই এমন কিছু করুন যা আপনাকে প্রশান্তি দেয় অথবা শান্ত করে।
- এমন লোকজনদের খুজে বের করুন যাদের সাথে কথা বললে আপনি চাপ মুক্ত হন।
- যদি আপনার মানসিক স্বাস্থ্যের দরকার হয় তাহলে কল করুন ঃ ৮৮৮-৬৯২-৯৩৫৫ এই নাম্বারে

### ➤ ভুয়া

- সচেতন হোন অনেক লোক এই সময়ে ভুয়া বা ঠগ এর ভূমিকায়
  1. কখনই ফোনের মাধ্যমে,, সাফ্বাতে অথবা অজানা ওয়েবসাইটে আপনার সোশাল সিকিউরিটি নাম্বার অথবা ব্যাংক তথ্য কাওকে দেবেননা ।
  2. কোন সরকারী এজেন্সি, অফিসার, আপনার বাসায় ত্যাক্স, করোনা টেস্ট অথবা বেকার ভাতা অথবা স্টিমুলাস চেক নিয়ে আসবেন না।
  3. কোন সরকারী এজেন্সি অথবা অফিসার ফোন করে ট্যাক্স , করোনা ভাইরাস টেস্ট বেকার ভাতা বা স্টিমুলাস চেকের জন্য আপনার ব্যক্তিগত তথ্য জানতে বা জিজ্ঞেস করতে পারেননা।
  4. বেকার ভাতার জন্য আপনি কল করবেন তারা নয়। একমাত্র ব্যাতিক্রম হচ্ছে আদমশুমারী। সবচেয়ে ভালো উপায় হচ্ছে আদমশুমারী অনলাইনে পুরুন করা- <http://my2020census.gov>. এভাবে আপনার বাসায় যদি কেও মাইল , ফোনের মাধ্যমে যোগাযোগ করে আপনি তাকে বলে দেবেন যে, আপনি ইতিমধ্যেই আদমশুমারী অন লাইনে পুরুন করেছেন।
  5. যদি কেও আপনার বাসায় আসে এবং বলে যে সে পুলিশ বা অভিবাসী পুলিশ তাহলে তাদেরকে ওয়ারেন্ট দেখাতে বলবেন । যদি তাদের কাছে ওয়ারেন্ট না থাকে তাহলে তাদের চলে যেতে বলবেন এবং কখনই দরজা খুলবেননা এবং পাত্তা দেবেননা ।

## বিচলিত করা( ৭ মিন)

5. কেন এই সব হচ্ছে? কেন পৃথিবীর সবচেয়ে ধনী দেশ করোনা পরিস্থিতি নিয়ে সবচেয়ে জঘন্য সংকটে পড়েছে?

- আমাদের সরকার গত এক বছর হরে এটাই বলে যাচ্ছে যে মানুষের স্বাস্থ্য বা ভালো থাকার বিষয়ে তারা কোন দায়িত্ব নেবেনা। তারা বলছে যে কর্পোরেশন এবং ব্যবসায়িক প্রতিষ্ঠান গুলোই সবকিছুর দেখাশোনা করতে পারবে।
- কর্পোরেশন এবং ব্যবসায়িক প্রতিষ্ঠান তাদের লাভ ছাড়া অন্য কিছুই করবেনা
- আমাদের এমন এক সরকার এবং ব্যবস্থা প্রয়োজন যা মানুষের প্রয়োজনকে সর্বোপ্রথম দেখবে।
- আর সেটা হবার জন্য আমাদের সংগঠিত হওয়া দরকার।

6. কার প্রয়োজনকে সবচেয়ে আগে মেটানো উচিত? কার প্রয়োজন সবশেষে দেখা উচিত অথবা দেখাই উচিত না?

- কর্পোরেশন এবং ধনীদের সবচেয়ে আগে দেখা হচ্ছে
  - টেস্টিং সহ সবধরনের সুযোগ সুবিধা তারাই পাচ্ছে আমরা নই।
  - এমনকি তাদের কোন উপসর্গ না থাকলেও তারা টেস্টের সুবিধা পাচ্ছে অথচ আমাদের বড় সমস্যা সত্ত্বেও টেস্টিং করতে খুব কষ্ট করতে হয়।
  - স্টিমুলাস এর টাকার সিংহ ভাগ কর্পোরেশন, ব্যবসায়ী প্রতিষ্ঠানের কাছে গিয়েছে এবং একটা ছোট্ট অংশ আমাদের শ্রমিক শ্রেনীর জন্য বরাদ্দ রাখা হয়েছে।
- কিন্তু এটা পরিষ্কার যে অর্থনীতি ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে কারণ শ্রমিক জনসাধারণকে ঘরে থাকতে হচ্ছে।
  - আমেরিকার ইতিহাসে এটা খুবই জটিল সময়।
  - আমাদের দিন বদলের লড়াই করতে হবে যাতে করে গরীব এবং শ্রমজীবী মানুষের প্রতি যত্নশীল হয় যাদের দ্বারা এই অর্থনীতি চালিত হচ্ছে।
  - যদি আমাদের হাতে ক্ষমতা থাকে এবং আমরা কার্যকর পদক্ষেপ তবে তাহলেই শুধু সবকিছুর পরিবর্তন সম্ভব।
    1. ক্ষমতা পাবার একমাত্র উপায় হচ্ছে বেশী সংখ্যক মানুষ সংগঠিত হওয়া এবং একারণেই আমরা আপনাদের সাথে কথা বলছি। এতে আপনাকে তথ্য দিচ্ছি এবং অন্য দিকে আপনাকে সংযুক্ত হবার জন্য বলছি।
    2. আমরা ঘরে থেকেও পদক্ষেপ নিতে পারি যেমন ঃ ফোন কল করা,ভাড়া বাতিলের দাবী পিটিশন সাইন করা। কিন্তু সবচেয়ে কার্যকরি পদক্ষেপ হচ্ছে আমাদের শ্রম।
    3. মে মাসের ১ তারিখ সাধারণ ধর্মঘটের ডাক দেয়া হয়েছে। ঐ দিন সবাইকে কোন কিছু ক্রয় করা থেকে বিরত থাকা, কাজে না যাওয়া এবং ভাড়া না দেবার কথা বলা হয়েছে।আপনি কি এই ধর্মঘটে অংশ নিতে চান?

## পদক্ষেপ ( ২ মিনিট)

7. এই আলোচনার বিষয়গুলি কি উপকারী? আমরা আমাদের বেশিরভাগ মানুষের নিরাপত্তা, তথ্য প্রাপ্তি, এবং যা ঘটছে তা সম্পর্কে সচেতনতা নিশ্চিত করতে চাই। আপনিও পদক্ষেপ নিয়ে এ ক্ষেত্রে সহযোগিতা করতে পারেন ;

### ➤ পদক্ষেপ ডাক :

- ভাড়া বাতিলের পিটিশনে সাইন করুন:  
<https://actionnetwork.org/petitions/reclaim-our-homes-rent-suspension-now/>
- আদমশুমারির ফর্ম পূরন করুন। আদমশুমারীর মাধ্যমে আমাদের জনসংখ্য অনুপাতে প্রচুর পরিমাণে স্বাস্থ্য সহায়তা এবং সরবরাহ নিশ্চিত করে (এবং অন্য আরো বিষয়)। এটি করতে মাত্র ১০ মিনিট সময় লাগে। [my2020census.gov](http://my2020census.gov)
  1. আমাকে জানান:
    - আপনি আদমশুমারী পূরন করেছেন
    - আপনি করবেন
    - অথবা ড্রামের কারো সহায়তা চান
  2. যখন আপনি পূরন শেষ করবেন তখন আপনার নাম , ঠিকানা এবং ফোন নাম্বার জানান ।
  3. আইন অনুযায়ী সবারই আদমশুমারীতে অংশ নিতে হয়। আপনি যদি আদমশুমারী পূরন না করেন তাহলে আদমশুমারীর লোক আপনার দরজায় আস্তে পারেন অথবা ভুয়া প্রতারণাকারী কারো আসার সম্ভাবনা আছে। সেটা অনেক ভয়ংকর এবং দ্বিধা তৈরি করতে পারে। সবচেয়ে উত্তম হচ্ছে আপনি আগে ভাগেই আপনার আদমশুমারী পূরন করে ফেলেন তাহলে আপনার দরজায় কোন ব্যক্তি অথবা সম্ভাব্য ভুয়া কেও কড়া নাড়ার চিন্তা মুক্ত হবেন।
- **যোগাযোগ:** এটা খুবই গুরুত্বপূর্ণ যে আমরা যত বেশী লোকের সাথে কথা বলে নিশ্চিত হতে চাই যে তাদের নিরাপত্তা, শিক্ষা এবং বর্তমান অবস্থার প্রেক্ষাপটে সঠিক তথ্য জানে এবং সেই অনুযায়ী পদক্ষেপ নিতে পারে। অধিকার আছে।
  1. আপনি কি আমাকে ৩/৫/১০ জনের নাম্বার দিতে পারেন যাতে আমি এই আলোচনা তাদের সাথেও করতে পারি?
  2. আপনি কি এই রকম আলোচনা অন্যদের সাথে করতে চান? তাহলে আমি আপনাকে বলতে পারি এটা কিভাবে করতে হয় ।

## সমাপ্তি ( ১ মিনিট)

8. আপনার সময় দেবার জন্য অনেক ধন্যবাদ । এটা আমাদের জন্য খুবই কঠিন সময় আমরা একে অন্যকে দেখাশোনার মাধ্যমে এবং আমাদের নিরাপত্তা মূলক কাজ , আমাদের অধিকার এবং ন্যায়ের মাধ্যমেই কেবল এই পরিস্থিতি থেকে রেহাই পেতে পারি।