রেডিও সৈকত

সৈকত বুলেটিন

এপ্রিল, ২০২২: সংখ্যা-০৫

আমাদের উদ্দেশ্য

রেডিও সৈকত: সম্প্রীতি, প্রাণ ও প্রকৃতি সুরক্ষায়। কোস্ট ফাউন্ডেশনের একটি অঙ্গ-প্রতিষ্ঠান হলো রেডিও সৈকত। কোস্ট ফাউন্ডেশন দেশের অন্যতম বেসরকারি উন্নয়ন সংস্থা, যা কক্সবাজারে বাস্তবায়ন করছে প্রথম কমিউনিটি রেডিও। কমিউনিটি রেডিও স্থানীয় মানুষের সম্প্রীতি, জীবন ও প্রকৃতির প্রতিনিধিত্ব করবে। কক্সবাজারে জ্ঞানভিত্তিক এবং মানবাধিকারের প্রতি শ্রদ্ধাশীল সমাজ নির্মাণে, বিশেষ করে বয়ঃসন্ধিকালের ছেলে এবং মেয়েদের জন্য কাজ করবে এই কমিউনিটি রেডিও। ন্যায্যতা ও ন্যায়বিচার ভিত্তিক গণতান্ত্রিক সমাজ বিনির্মাণে এবং জীবন ও প্রকৃতি রক্ষায় তথ্য ও অনুষ্ঠান প্রচার করবে রেডিও সৈকত ।

/radiosaikat 99.0 radiosaikat.net

রেডিও অনুষ্ঠান: প্রীতিলতা

কষ্ট সয়ে পরিশ্রম করে স্বাবলম্বী হয়েছেন হেমা বড়ুয়া, এক কঠিন পথ পাড়ি দিয়ে সমাজে গড়েছেন নিজের পরিচয়।

নারী শিক্ষা, রাজনীতি, মাতৃমৃত্যু হার রোধে অনেক অগ্রগতি হলেও নারীর উপর সহিংসতার উন্নতি এখনো হয়নি। ২০২১ সালে ৩৭০৩ জন নারী ও কন্যা শিশু সহিংসতার শিকার হয়েছেন। নারীর চলাফেরা ও কর্মক্ষেত্রে তার নিরাপত্তা, নারীর প্রতি চলমান সহিংসতা, নির্যাতন রোধে যেসব বাধা রয়েছে তা প্রতিরোধ করা একান্ত জরুরি। প্রীতিলতা অনুষ্ঠানের জন্য রেডিও সৈকতের পক্ষ থেকে গিয়েছিলাম এমনই একজন নারীর কাছে যিনি তার জীবনে অনেক প্রতিকূলতা ও সহিংসতার পথ অতিক্রম করে জীবনে উঠে দাড়িয়েছেন। তিনি হচ্ছেন হেনা বড়ুয়া। যিনি কষ্ট সয়ে পরিশ্রম করে হয়েছেন স্বাবলম্বী, নিয়েছেন পরিবার ও সন্তানদের ভরনপোষনের দায়িত্ব। তিনি বলেন "পারিবারিক জীবনে ছোট বেলা থেকেই সহিংসতার শিকার হয়েছি। শ্বশুর বাড়িতেও বিয়ের পর কষ্টের সময় কেটেছে। একটা সময় ভাবলাম স্বাবলম্বী হতেই হবে অন্তত সন্তানদের জন্য হলেও।" উদ্যোক্তা জীবনের শুরুটাও সহজ ছিলো না। অনেক হয়রানির শিকার হয়েছেন কিন্তু তিনি হাল ছাড়েননি। বর্তমানে সমস্ত সহিংসতা কাটিয়ে তিনি একজন সফল উদ্যোক্তা। প্রতি মাসে তার লক্ষ টাকার বেশি পোশাক বিক্রি হয় এবং সন্তানদের নিয়ে খুব ভালো আছেন।

সাক্ষাৎকার নিয়েছেন: শম্পা দাস, ক্যামেরায়: তানিয়া পিংকি, ২৬ এপ্রিল, ২০২২।

রেডিও অনুষ্ঠান: তারার আলো

প্রতিবন্ধী ব্যক্তিরা চিরকালই সমাজে সবলদের দ্বারা উপেক্ষিত ও অবহেলিত

প্রতিবন্ধী হল এমন এক ব্যক্তি যিনি জন্মগতভাবে, রোগাক্রান্ত হয়ে, দুর্ঘটনায় আহত হয়ে, অপচিকিৎসায় বা অন্য কোন কারণে মানসিক বা শারীরিকভাবে বৈকল্যেও শিকার হয়ে স্থায়ীভাবে কার্যক্ষমতাহীন। রেডিও সৈকতের পক্ষ থেকে আমরা কথা বলেছি একজন প্রতিবন্ধী শিশুর মায়ের সাথে। তিনি বলেন প্রতিবন্ধী ব্যক্তিরা চিরকালই সমাজে সবলদের দ্বারা উপেক্ষিত ও অবহেলিত। তিনি তার সন্তানের প্রতিবন্ধীতার কারণ ও চিকিৎসা সম্পর্কে কথা বলেন এবং সমাজে প্রতিবন্ধী শিশুদের পরিবারের প্রতি আহ্বান জানান তারা যেন কোনভাবেই তাদের সন্তানদের অভিশাপ মনে না করে এবং তাদের চিকিৎসা চালিয়ে যায়। ২০১০-২০১১ অর্থবছর থেকে প্রতিবন্ধীদের সংখ্যা ২ লক্ষ ৮৬ হাজার জনে উন্নীত করা হয় এবং মাথাপিছু মাসিক ভাতা ৩০০ টাকা করা হয়।

সাক্ষাৎকার নিয়েছেন: শম্পা দাস, ক্যামেরায়: মোহনা কাদের, ২৪ এপ্রিল, ২০২২।

রেডিও অনুষ্ঠান: স্বাস্থ্যকথা

সাক্ষাৎকার নিয়েছেন: সুচী ও জেরিন, ক্যমেরায়: মোহনা কাদের, ৬ই এপ্রিল, ২০২২।

গ্রীষ্মের তাপদাহ বাড়ার সাথে সাথে হাসপাতালে ডায়রিয়া রোগীর সংখ্যা বাড়ছে

গ্রীষ্মের তাপদাহ বাড়ার সাথে সাথে বৃদ্ধি পাচ্ছে ডায়রিয়া রোগীর সংখ্যা । হাসপাতাল গুলোতে যেন পা ফেলার কোন জায়গা নেই। কক্সবাজার সদর হাসপাতালের ডাক্তার জেসমিন জানান, ব্যাকটেরিয়া ,ভাইরাস থেকে ডায়রিয়া হতে পারে। সব পাতলা পায়খানা ডায়রিয়া নয়। সারাদিন যদি তিনবারের বেশি পায়খানা হয় তাহলেই সেটিকে ডায়রিয়া বলে ধরে নেওয়া যেতে পারে। ডায়রিয়া রোগের লক্ষণ–

১. পেটের পেশীর সংকোচন
২. পেট ব্যাথা,পেট ফোলা
৩. জ্বর, বমি বমি ভাব
৪. হঠাৎ মলের বেগ আসা
৫. শরীর দুর্বল হয়ে যাওয়া।
৬. ঘনঘন পিপাসা পাওয়া
৭. একটানা ৩ঘন্টা বা তার বেশী সময় ধরে প্রশ্রাব না হওয়া।
৮. মুখ শুষ্ক দেখানো।

যদি মলে রক্তের উপস্থিতি দেখা যায়, ক্রমাগত বমি করে, ১০২ডিগ্রি জ্বর হয় সাথে সাথে হাসপাতালে নেওয়ার ব্যবস্থা করুন।

প্রতিকার–

১.শৌচ করার পর সাবান দিয়ে ভালো করে হাত ধুয়ে ফেলুন।
২. রান্না করার আগে ও পরে এবং ডায়াপার পরিবর্তনের হাত ভালো ভাবে ধুয়ে ফেলুন।
৩. গরম পানি পান করুন। শুধুমাত্র ফোটানো বা বোতলজাত পরিশুদ্ধ পানি পান করুন।
৪. ৬ মাস পর্যন্ত শিশুদেও বুকের দুধ পান করান। শিশু এবং বাচ্চাদের তাদের বয়সের উপযুক্ত খাবার দিন।
৫. যদি ডায়রিয়া বা বমি শুরু হয় তাহলে তৎক্ষনাত খাবার স্যালাইন খাওয়া শুরু করা।

রেডিও অনুষ্ঠান: বহ্নিশিখা

সাক্ষাৎকার নিয়েছেন: জেরিন, ক্যমেরায়: তানিয়া পিংকি, ২৩ এপ্রিল, ২০২২।

"সফল হতে হলে পরিশ্রমের কোন বিকল্প নেই"- কক্সবাজারের আজকের দিনের সফল নারী উদ্যোক্তা নয়ন সেলিনা

একজন সংগ্রামী,পরিশ্রমী এবং আজকের দিনের সফল নারী উদ্যোক্তা নয়ন সেলিনা। নারী উদ্যোক্তা হিসেবে জাতীয় পর্যায়ে সুনাম কুড়িয়েছেন তিনি। বিয়ের মাত্র সাড়ে তিন বছরের মাথায় নয়ন সেলিনার স্বামী নিখোঁজ হন। ছোট দুই শিশুসন্তানকে নিয়ে বেঁচে থাকার লড়াইয়ে নেমে পড়েনসাগরদ্বীপ কুতুবদিয়ার মেয়ে নয়ন সেলিনা। শহরের কলাতলীর ৩০ শতক জমির ওপর গড়ে তুলেছেন পোলট্রি ও ডেইরি ফার্ম। মুরগি ও গরু প্রতিপালনের পাশাপাশি এর বিষ্ঠা এবং গোবরকেও কাজে লাগিয়েছেন। এ দিয়েই তিনি তৈরী করেছেন বয়োগ্যাস প্ল্যান্ট।

নয়ন সেলিনার পোল্ট্রি ফার্মে বর্তমানে মুরগীর সংখ্যা ২৫০০-৩০০০, যার মধ্যে সকল মুরগীই ডিম দেয়। তিনি বলেন, "সফল হতে হলে পরিশ্রমের কোন বিকল্প নেই।। নিজ স্বপ্নকে বাস্তবে রুপ দিতে দিন রাত কঠোর পরিশ্রম করি। একটু একটু করে আমার স্বপ্নের পরিকল্পনাগুলো সত্যি হয়।"

শ্রোতা প্রতিক্রিয়া