

Bangla

রমজানের সময় কৃষ্ণ
এবং এশিয়ান (BAME)
সম্প্রদায়গুলিতে
Dementia-র তত্ত্বাবধায়ন



Dementia
Dekh
Bhaal

tideTM
together in dementia everyday

রমজান - পরিবার এবং প্রতিবিশ্ব

"হে ঈমানদারগণ! তোমাদের উপর রোজা ফরয করা হয়েছে, যেকপ ফরজ করা হয়েছিল তোমাদের পূর্ববর্তী লোকদের উপর, যেন তোমরা আত্মসংযম অর্জন করতে পার। (কুরআন 2: 183)।

ইসলামি বর্ষপূর্তিতে রমজান একটি বরকতময় মাস। পরিবারের জন্য আর প্রতিফলনের জন্য সময়।

যদিও মুসলমানেরা দিনের বেলা রোজা পালন করে; রাতেও তারা বাড়তি প্রার্থনায় রত থাকে। যখন পরিবার প্রার্থনা, দান-খয়রাত, খাবারের প্রস্তুতি নিয়ে হয়ত ব্যস্ত থাকে তখন এটা ডিমনশিয়াতে আক্রান্ত রুগিদের জন্য বিভ্রান্তিকর হতে পারে।

আমরা অনুপ্রাণিত করতে চাই আমাদের পরিবারের তত্ত্বাবধায়ককে যে কিভাবে আপনি আপনার ডিমনশিয়াতে আক্রান্ত রুগিদের রমযান মাসের কিছু কাজে সামিল করতে পার।



১. সেহরি ও ইফতার কার্যক্রম

ডিমনশিয়াতে আক্রান্ত রুগি হইতবা বিভ্রান্ত হতে পারে যে আপনারা ভিন্ন সময়ে রান্না এবং খাওয়া দাওয়া করছেন।

আপনি কেন সেহরি এবং ইফতার করছেন তা তাদেরকে বুজিয়ে বলুন। যদি তারা সেহরির সময় উঠতে এবং অংশগ্রহন করতে চায় – তবে তাদের এটি করতে দিন।



২. প্রার্থনা

রমজানের বরকতগুলোর মধ্যে বাড়িতে নামাজ পড়াটা অন্যতম। যারা সবসময় কাজ নিয়ে ব্যস্ত থাকে তারাও এই সময় নামাজ সময়মত আদায় করার চেষ্টা করে। যারা ডিমনশিয়াতে আক্রান্ত তারাও হইতবা প্রতিদিন নামাজ আদায় করার চেষ্টা করতে পারে।

যদিও তারা সঠিকভাবে পড়তে না পারে তাদের চেষ্টা করতে দিন, তারা প্রার্থনা থেকে শান্তি, প্রশান্তি এবং আনন্দ উপভোগ করবে।

ঈদের দিন

ঈদ পরিবার, সুখ, খাবার, উপহার এবং আনন্দ ভাগাভাগি করার একটা সময়। তবে, ডিমেনশিয়াতে যারা ভুগছেন তাদের পরিবারের সদস্যদের ঈদ উদযাপন এর জন্য সাহায্য দরকার হতে পারে যেমনঃ তাদেরকে ঈদ এর নামযে নিয়ে যাওয়া অথবা যদি তারা চায় একা থাকার জন্য তাদের জন্য একটু আলাদা সময় এর ব্যবস্থা করা। কিছু ব্যক্তি সম্পৃক্ত হতে চাইবে না এতে তারা হয়তবা বিভ্রান্ত বা মর্মান্বিত হতে পারে।

এটা খুবই গুরুত্বপূর্ণ যে যারা ডিমেনশিয়াতে ভুগছেন তাদেরকে ঈদ সম্পর্কে জানান, তাদেরকে ছোট ছোট জিনিষের মাধ্যমে সাহায্য করা যেমন - তাদেরকে উপহার দেয়া, যখন তারা ছোট বা অল্প বয়সের তখন তাদের সাথে ঈদের ব্যাপারে কথা বলুন। ইসলামে ঈদের গুরুত্ব বা তাৎপর্য কতটুকু সে সম্পর্কে তাদেরকে শুনান যাতে তারাও মনে রাখতে পারে।



৩. কুরআন তিলাওয়াত

যদি আপনার ডিমেনশিয়াতে আক্রান্ত আত্মীয় আর কুরআন পড়তে না পারেন, তবে কুরআন তিলাওয়াতের অডিও শুনান, যেমন এটি হতে পারে একটি স্মার্টফোন বা এমপি 3 প্লেয়ার বা এর থেকে ভালো কিছু, তাদের প্রিয় তিলাওয়াতকারির YouTube ভিডিও শুনানো হলে তাদের দেখতে এবং শুনতে সব থেকে বেশি ভাল হতে পারে।



৪. যিকিরের মাধ্যমে স্মরণ

যিকিরে ব্যবহৃত বাক্যাংশ গুলি স্মরণে রাখতে পারা এবং মনে করতে পারাই ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তিকে সাহায্য করতে পারে, কারণ জিকির একটি ক্লিকার, তাসবীহ বা নিজের আঙ্গুলের সাহায্যে করা যেতে পারে।

প্রার্থনার এই পুনরাবৃত্তি এবং পুনর্বিবেচনা ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত আপনার আত্মীয়কে স্বাচ্ছন্দ্য দিতে পারে।

Dementia Dekh Bhaal, যার অর্থ 'ডিমেনশিয়াদের দেখাশোনা',এটি শহীদ মোহাম্মদ দ্বারা পরিচালিত একটি Tide এর প্রকল্প (একসাথে Dementia প্রতিদিন)। শহীদ একজন অভিজ্ঞ প্রাক্তন কেয়ারার এবং তার দক্ষতার অর্থ তিনি অন্যান্য কেয়ারারকে সমর্থন করেছেন সচেতনতা, শিক্ষা এবং প্রতিরক্ষার সাথে সমর্থকদের তত্ত্বাবধায়নের মাধ্যমে Dementia Dekh Bhaal একসাথে করেছে Dementia র তত্ত্বাবধায়কদের পুরো ইউকে জুড়ে BAME র কণ্ঠসর কে শক্তিশালী করতে।

আমরা কীভাবে ডিমেনশিয়া নিয়ে জীবনযাপন করা BAME লোকদের সহায়তা করতে পারি সে সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য, ডিমেনশিয়া নিয়ে বসবাসকারী কোনও আত্মীয় বা কোন প্রতিষ্ঠান BAME সম্প্রদায় গুলিতে ডিমেনশিয়া যত্নে সহায়তা করতে চাইছেন তারা দয়া করে শহীদ মোহাম্মদকে এখানে যোগাযোগ করুন:

07841 421157

ইমেলঃ

shahid@lifestorynetwork.org.uk

<https://www.tide.uk.net/dementia-dekh-baal-evaluation-report/>