

### ৩। সামাজিক সচেতনতা ক্যাম্পেইন

সামাজিক সচেতনতা বাড়াতে নিউট্রিশন ক্লাব	
এক্টিভিটি শীট	সামাজিক সচেতনতা ক্যাম্পেইন
<b>অংশগ্রহণকারীঃ</b> নিউট্রিশন ক্লাবের সদস্য ও অন্যান্য শিক্ষার্থী	<b>ভূমিকাঃ</b> সুষম খাদ্যাভ্যাস ও পুষ্টি সম্পর্কে জানার জন্য খাবার ও সুস্থ জীবনযাপন সম্পর্কে ধারণা থাকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। আবার খাদ্য ও পুষ্টিতে স্বয়ংসম্পূর্ণতা আনার জন্য শুধুমাত্র সঠিক খাদ্য সম্পর্কে জ্ঞান ও খাদ্যে সহজলভ্যতাই যে প্রয়োজন, এ ধারণাটি সঠিক নয়। এর সাথে সাথে পরিবেশের, নিজ এলাকার মানুষদের সচেতনতা অনেক গুরুত্ব বহন করে আর এলাকার মানুষদের পর্যন্ত এই বার্তাগুলি পৌঁছে দেয়ার জন্য পোস্টার ক্যাম্পেইন ভূমিকা পালন করতে পারে।
<b>সময়ঃ</b> ১ দিন	
<b>প্রয়োজনীয় উপকরণঃ</b> ১. পুষ্টি সচেতনতামূলক উক্তি লেখা প্রিন্ট করা/ হাতে লেখা পোস্টার। ২. ছবি তোলার ডিভাইস (ক্যামেরা/ মোবাইল ক্যামেরা)	<b>উদ্দেশ্যঃ</b> সুস্থ ও রোগমুক্ত জীবন গঠনের জন্য নিরাপদ ও পুষ্টিকর খাদ্যের প্রয়োজনীয়তা এবং অনিরাপদ খাদ্যের কুফল সম্পর্কে জানিয়ে সকলকে সচেতন করে তোলা।
<b>নিউট্রিশন ক্লাবের পক্ষ থেকে নির্ধারিত বিষয়ের উপর পোস্টার/ফেস্টুন করা হবে।</b>	<b>ধাপসমূহঃ</b> পোস্টার ক্যাম্পেইন এর জন্য একজন দলনেতা (Project Leader) নির্বাচন করে একটি দল গঠন কর। <ul style="list-style-type: none"><li>● নিউট্রিশন ক্লাবের সদস্যরা নিজেরা পুষ্টি বিষয়ক কতগুলো সচেতনতামূলক বার্তা (যেমন- রঙিন সবজি খাবো, ভালো থাকবো) সিলেক্ট করবে এবং সেগুলো পোস্টার আকারে প্রিন্ট করে নিবে।</li><li>● শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ছাত্র-ছাত্রী এবং আশেপাশের এলাকায় অবস্থানরত মানুষদের কাছে পৌঁছে দেয়ার জন্য পুষ্টি এবং সুস্থ জীবন যাপন বিষয়ের উপর বার্তা পৌঁছে দেয়ার জন্য নিউট্রিশন ক্লাবের সদস্যরা একটি করে পরিকল্পনা করবে। একটি করে পুষ্টিবার্তা নির্বাচন করবে, বার্তাটির ব্যাখ্যা প্রদান করবে এবং একটি করে ছবি তুলে নিয়ে আসবে।</li><li>● পরিকল্পনা অনুযায়ী নির্ধারিত সময়ে স্থানীয়দের (পরিবারের সমস্যা ও আশেপাশের প্রতিবেশী) নিয়ে নির্ধারিত বিষয়ে আলোচনা করবে।</li><li>● পরবর্তীতে ছবিগুলি অন্যান্য নিউট্রিশন ক্লাবগুলোর সাথে বা</li></ul>

ফেসবুকের মাধ্যমে সবার সাথে শেয়ার করবে।

- নির্বাচিত ২টি ছবি নিউট্রিশন ক্লাবের বোর্ডে/কর্ণারে রাখতে পারো।