

টাস্ক ১ একটি সম্প্রদায়ের প্রশ্নপত্র তৈরি করা :আয়োডিন সচেতনতা অনুসন্ধান :

আপনার সহপাঠীদের সাথে নিয়ে একটি প্রশ্নাবলী তৈরি করতে কাজ করুন যা পরিবার এবং বন্ধু বা আপনার সম্প্রদায়ের লোকদের আয়োডিন সম্পর্কে এবং কীভাবে এটি তাদের স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করে সে সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করে।

ধাপসমূহ:

১) **আপনার বিষয় নির্বাচন করুন:** আপনার সম্প্রদায়ের আয়োডিন এবং স্বাস্থ্য সম্পর্কে আপনি কী শিখতে চান তা ঠিক করুন। আয়োডিন এবং স্বাস্থ্য সম্পর্কিত মূল বিষয়গুলি নিয়ে আলোচনা করুন এবং চিন্তাভাবনা করুন যা আপনি অনুসন্ধান করতে চান।

২) **আপনার টার্গেট গ্রুপ (গুলি) বেছে নিন:** আপনি যে নির্দিষ্ট টার্গেট গ্রুপটি নিয়ে গবেষণা করতে চান তা বিবেচনা করুন। আপনি যদি চান, ১১ পৃষ্ঠায় বুকলেটে উল্লেখিত নির্বাচিত গ্রুপগুলি উল্লেখ করতে পারেন।

৩) **আপনার প্রশ্নাবলী তৈরি করা:** আপনার প্রশ্নাবলীর জন্য প্রশ্নের একটি খসড়া তৈরি করুন। ৬-১০টি প্রশ্ন ঠিক করুন এবং আপনার প্রশ্নাবলী ডিজাইন করুন। আপনার প্রশ্নাবলী পরীক্ষা করুন এবং প্রয়োজনে পরিবর্তন করুন।

৪) **ডেটা সংগ্রহ:** সবাই সরাসরি নাকি অনলাইনে প্রশ্নাবলী পূরণ করবে তা নির্ধারণ করুন। কমপক্ষে ১০ জনের কাছ থেকে উত্তর সংগ্রহ করুন।

৫) **ডেটা বিশ্লেষণ:** আপনার সম্প্রদায়ের লোকেরা আয়োডিন এবং স্বাস্থ্য সম্পর্কে কী জানে তা তাদের উত্তর থেকে জানুন।

৬) **উপস্থাপনা:** উত্তরপত্র থেকে আপনি যা পেয়েছেন তা একটি উপস্থাপনার মাধ্যমে সবার সামনে তুলে ধরুন।

আপনি যখন আপনার প্রশ্নাবলী তৈরি করেন তখন নিম্নলিখিত বিষয়গুলি বিবেচনা করুন:

- **আপনার লক্ষ্য জানুন:** আপনি প্রশ্নাবলী থেকে কোন তথ্য সংগ্রহ করতে চান তা স্পষ্টভাবে সংজ্ঞায়িত করুন।
- **এটি সহজ রাখুন:** প্রশ্নগুলিতে পরিষ্কার এবং সরল ভাষা ব্যবহার করুন।
- **পক্ষপাত এড়িয়ে চলুন:** নিশ্চিত করুন যে প্রশ্নগুলি নিরপেক্ষ এবং প্রতিক্রিয়াগুলিকে প্রভাবিত করে না।
- **শ্রদ্ধাশীল হোন:** সাংস্কৃতিক সংবেদনশীলতা সম্পর্কে সচেতন হোন এবং উত্তরদাতাদের সাথে সম্মানের সাথে আচরণ করুন।
- **এটি পরীক্ষা করে দেখুন:** কোনো সমস্যা চিহ্নিত করতে একটি ছোট দলের সাথে প্রশ্নপত্রটি পরিচালনা করুন, যেমন উত্তরদাতাদের কি তাদের প্রয়োজনীয় উত্তর দেওয়ার বিকল্প আছে?
- **গোপনীয়তা রক্ষা করুন:** নিশ্চিত করুন যে জরিপটিতে অংশগ্রহণকারীদের নাম এবং পরিচয় গোপনীয় থাকবে।
- **এটি সংক্ষিপ্ত রাখুন:** একঘেয়েমি বা ক্লান্তি এড়াতে সমীক্ষাটি সংক্ষিপ্ত রাখুন।

- **ভিজুয়াল ব্যবহার করুন:** সমীক্ষাটিকে আরও আকর্ষণীয় করতে ছবি বা চার্ট ব্যবহার করার কথা বিবেচনা করুন।

একটি পক্ষপাতমূলক প্রশ্ন কি? একটি পক্ষপাতমূলক প্রশ্ন হল এমন একটি প্রশ্ন যা মানুষকে একটি নির্দিষ্ট উপায়ে উত্তর দিতে পরিচালিত করে বা প্রভাবিত করে। যেমন?আপনি কি একমত যে পিৎজা সর্বশ্রেষ্ঠ খাবার" : " অথবা : নাকি আপনি ,আপনি কি বিশ্বাস করেন যে সাপ্তাহিক ছুটির দিনগুলি সপ্তাহের অন্য দিনের চেয়ে অনেক ভাল" ?অবিরাম কাজ পছন্দ করেন"

প্রশ্নাবলী এবং নমুনা প্রশ্নের নির্দেশিকা:

আপনি এই নমুনা প্রশ্ন এবং অথবা ,অথবা উত্তর বিভাগগুলির এক বা একাধিক ব্যবহার করতে পারেন/আপনার নির্বাচিত উদ্দেশ্য অনুযায়ী সংশোধন করতে পারেন:

১. আপনি কি কখনও আয়োডিন এবং স্বাস্থ্যের জন্য এর গুরুত্ব সম্পর্কে শুনেছেন?

- হ্যাঁ
- না

২. আয়োডিন আপনার শরীরে কী করে?

- শিশুদের স্বাভাবিক বৃদ্ধি এবং বিকাশ নিশ্চিত করে
- পেশী বৃদ্ধি সমর্থন করে
- রক্ত জমাট বাঁধতে সাহায্য করে
- স্বাভাবিক বিপাক বজায় রাখতে সাহায্য করে
- অন্ধত্ব প্রতিরোধ করে
- ভ্রূণের সুস্থ বিকাশ নিশ্চিত করে
- আমি নিশ্চিত নই

৩. খুব কম আয়োডিন গ্রহণের সম্ভাব্য স্বাস্থ্যগত পরিণতিগুলি কী কী?

- গলগন্ডের ঝুঁকি বেড়ে যায়
- মানসিক দুর্বলতার ঝুঁকি বেড়ে যায়
- সংক্রমণের ঝুঁকি বৃদ্ধি
- আমি নিশ্চিত নই

৪. আয়োডিনের কোন উৎস সম্পর্কে আপনি সচেতন? (প্রয়োজ্য সমস্ত নির্বাচন করুন)

- আয়োডিনযুক্ত লবণ
- সামুদ্রিক খাবার
- দুগ্ধজাত পণ্য
- শাকসবজি
- আমি নিশ্চিত নই

৫. আমি মনে করি, একটি স্বাস্থ্যকর খাদ্য তালিকা অনুসরণ করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ

সম্পূর্ণ একমত	একমত	না একমত না দ্বিমত	অসম্মত	সম্পূর্ণ অসম্মত
(১)	(২)	(৩)	(৪)	(৫)

৬. আপনি যদি জানতেন যে, আয়োডিন আপনার স্বাস্থ্যের উন্নতি করবে তবে আপনি কি আরও আয়োডিন-সমৃদ্ধ খাবার অন্তর্ভুক্ত করার জন্য আপনার খাদ্য তালিকা পরিবর্তন করার কথা বিবেচনা করবেন?

- হ্যাঁ
- না
- হতে পারে