

Millions Missing?

millionsmissingguide.org/bn/

জরুরি পরিকল্পনা ও টিকে থাকা

যদি কোনো বড় অন্তর্ধান বা ব্যাপক সংকট ঘটে থাকে, প্রথমে তাৎক্ষণিক বিপদ সামলান—তারপর থামুন, কী ঘটেছে যাচাই করুন, এবং যীশুর দিকে ফিরুন।

জরুরি নির্দেশিকা ডাউনলোড / প্রিন্ট করুন যীশুর সঙ্গে পরিচয়

আপনি যদি এখন ভীত হন

একবারে সবকিছু পড়তে হবে না। ভয় বা দুশ্চিন্তা যদি চিন্তা করা কঠিন করে তোলে, তাহলে কয়েকটি ছোট শাস্ত্রবাক্য ও একটি সহজ প্রার্থনা দিয়ে শুরু করুন।

ভয় ও দুশ্চিন্তার জন্য বাইবেলের পদ →

গুজবের ভিত্তিতে জীবন-মরণের সিদ্ধান্ত নেবেন না।

যখন পাওয়া যায়, নির্ভরযোগ্য জরুরি নির্দেশনা মেনে চলুন। এই পাতা সাধারণ পরিকল্পনার তথ্য, জরুরি সেবা বা চিকিৎসার বিকল্প নয়।

এখনই এটি অফলাইনে সংরক্ষণ করুন।

কাগজের একটি কপি, ছাপা বাইবেল এবং এই নির্দেশিকার একটি অফলাইন কপি রাখুন। একটি ওয়েবসাইট বা একটি ডিভাইসের উপর নির্ভর করবেন না।

প্রথম ১০ মিনিটে আমার কী করা উচিত?

১. তাৎক্ষণিক বিপদ থেকে সরে যান: আগুন, ক্ষতিগ্রস্ত দালান, সহিংসতা, বন্যার পানি, ছিঁড়ে পড়া বিদ্যুতের তার, গ্যাস লিক বা যানবাহনের ঝুঁকি।
২. নিজের এবং সঙ্গে মানুষদের গুরুতর আঘাত আছে কি না দেখুন। জরুরি সেবা চালু থাকলে ও প্রয়োজন হলে তাদের ডাকুন।
৩. শিশু ও দুর্বল মানুষদের একজন বিশ্বস্ত প্রাপ্তবয়স্কের সঙ্গে রাখুন।
৪. শুধু উত্তর খুঁজতে ভিড় বা বিপজ্জনক এলাকার দিকে ছুটবেন না।
৫. আসলে কী ঘটেছে তা জানতে একাধিক নির্ভরযোগ্য সূত্র ব্যবহার করুন। সংকটের সময় গুজব ও ভুয়া তথ্য ছড়াবে বলে ধরে নিন।

যীশুকে দিয়ে শুরু করুন

সংকট বাইবেলের ভাববাণীকে জরুরি মনে করাতে পারে, কিন্তু সময়সূচি মেলানোর চেয়ে পরিত্রাণ পাওয়া বেশি গুরুত্বপূর্ণ। সুসমাচার হলো সুখবর যে যীশু খ্রীষ্ট আমাদের পাপের জন্য মরলেন, কবরপ্রাপ্ত হলেন, এবং আবার উঠলেন (১ করিন্থীয় ১৫:৩-৪)। পরিত্রাণ ঈশ্বরের দান, ভালো কাজ দিয়ে উপার্জন করার বিষয় নয় (ইফিষীয় ২:৮-৯)। রোমীয় ১০:১৩ বলে, “কেমনা যে কেহ প্রভুর নামে ডাকে, সে পরিত্রাণ পাইবে।”

কী প্রার্থনা করবেন না জানলে: ঈশ্বরের সঙ্গে সৎভাবে কথা বলুন। আপনার পাপ ও ত্রাণকর্তার প্রয়োজন স্বীকার করুন। নিজের ভালোত্বের উপর নয়, যীশু খ্রীষ্টের উপর—তঁার মৃত্যু ও মৃতদের মধ্য থেকে পুনরুত্থানের উপর—ভরসা রাখুন। তারপর যোহনের সুসমাচার পড়া শুরু করুন।

টিকে থাকার অগ্রাধিকার ও জরুরি পরিকল্পনা

১. নিরাপত্তা ও আশ্রয়

তাৎক্ষণিক বিপদ থেকে বেরিয়ে আসুন। বিপদের ধরন অনুযায়ী কাঠামোগতভাবে নিরাপদ একটি জায়গা বেছে নিন। সরকারি সরে যাওয়া বা আশ্রয়ের নির্দেশনা পাওয়া গেলে তা মেনে চলুন।

২. নিরাপদ পানি

সম্ভব হলে বোতলের পানি ব্যবহার করুন। পানিতে জীবাণু থাকতে পারে মনে হলে ফুটানোই সবচেয়ে ভালো উপায়: স্বচ্ছ পানি ১ মিনিট টগবগ করে ফুটতে দিন, আর ২,০০০ মিটারের বেশি উচ্চতায় ৩ মিনিট। ঠান্ডা হতে দিন এবং পরিক্ষার ঢাকনাওয়ালা পাত্রে রাখুন।

সতর্কতা: জ্বালানি, বিষাক্ত রাসায়নিক বা তেজস্ক্রিয় পদার্থে দূষিত পানি ফুটিয়ে বা সাধারণ জীবাণুমুক্ত করে নিরাপদ করা যায় না।

৩. ওষুধ ও প্রাথমিক চিকিৎসা

প্রয়োজনীয় ওষুধ, চিকিৎসা-সরঞ্জামের সামগ্রী, লেখা ওষুধের তালিকা, অ্যালার্জি ও জরুরি যোগাযোগের নম্বর একসঙ্গে রাখুন। গুরুতর রক্তক্ষরণ, শ্বাসকষ্ট, বুকে ব্যথা, গুরুতর পোড়া, বিষক্রিয়া, বড় আঘাত বা জ্ঞান হারানোর ক্ষেত্রে সম্ভব হলে পেশাদার জরুরি চিকিৎসা দরকার।

৪. স্বাস্থ্যবিধি

পান ও রান্নার জন্য নিরাপদ পানি ব্যবহার করুন। ঘন ঘন হাত ধুন। মানুষের বর্জ্য পানি ও খাবার থেকে দূরে রাখুন। স্বাভাবিক বর্জ্য ব্যবস্থা ভেঙে পড়লে ময়লার ব্যাগ ও বাঁধার ফিতা ব্যবহার করুন, এবং স্থানীয় জনস্বাস্থ্য নির্দেশনা পাওয়া গেলে তা মানুন।

৫. খাবার

ফ্রিজ কাজ করবে কি না নিশ্চিত না হলে আগে এমন খাবার খান যা দীর্ঘদিন ভালো থাকে। বিদ্যুৎ চলে গেলে ফ্রিজ ও ফ্রিজারের দরজা যতটা সম্ভব বন্ধ রাখুন। খাবার নিরাপদ কি না সন্দেহ হলে গুরুতর অসুস্থতার ঝুঁকি না নিয়ে তা ফেলে দিন।

৬. বিদ্যুৎ ও আগুনের নিরাপত্তা

টর্চলাইট বা ব্যাটারির আলো ব্যবহার করুন। ঘর, গ্যারেজ বা অন্য কোনো বন্ধ জায়গার ভিতরে কখনো জেনারেটর, গ্রিল বা জ্বালানিচালিত ক্যাম্পের সরঞ্জাম চালাবেন না। কার্বন মনোক্সাইড কোনো সতর্কতা ছাড়াই মেরে ফেলতে পারে।

৭. যোগাযোগ

সম্ভব হলে ব্যাটারি বা হাতে-ঘোরানো রেডিও রাখুন। গুরুত্বপূর্ণ ফোন নম্বর ও মিলিত হওয়ার জায়গা কাগজে লিখে রাখুন। ফোনের চার্জ বাঁচান, আর নেটওয়ার্কে চাপ থাকলে টেক্সট মেসেজ ব্যবহার করুন।

৮. দুর্বল মানুষ

শিশু, বয়স্ক, প্রতিবন্ধী, চলাফেরায় অসুবিধা আছে এমন, চিকিৎসা-যন্ত্রের উপর নির্ভরশীল, সংবেদনশীল প্রয়োজনের মানুষ এবং পোষা প্রাণীদের জন্য আলাদা পরিকল্পনা করুন। কখনো ধরে নেবেন না যে অন্য কেউ ইতিমধ্যে তাদের খোঁজ নিয়েছে।

নিরাপদ পানি কীভাবে খুঁজব ও জমিয়ে রাখব?

জীবাণু ও রাসায়নিক আলাদা সমস্যা। রোগ সৃষ্টিকারী জীবাণু মারতে ফুটানো চমৎকার, কিন্তু এতে ক্ষতিকর রাসায়নিক বা তেজস্ক্রিয় দূষণ দূর হয় না। রাসায়নিক বা তেজস্ক্রিয় দূষণের সন্দেহ হলে অন্য একটি নিরাপদ পানির উৎস ব্যবহার করুন এবং জনস্বাস্থ্য নির্দেশনা মানুন।

আগে থেকে জমানোর জন্য CDC প্রস্তাব করে, প্রতিদিন প্রতিজনের জন্য অন্তত ৪ লিটার (১ গ্যালন) পানি, অন্তত ৩ দিনের জন্য; সম্ভব হলে আরও বেশি, এবং অসুস্থতা, গর্ভাবস্থা, গরম ও পোষা প্রাণীর জন্য অতিরিক্ত।

এই কাজগুলো করবেন না

- শুধু স্বচ্ছ দেখাচ্ছে বলে সন্দেহজনক পানি পান করবেন না।
- ঘরের ভিতরে জেনারেটর, কয়লার গ্রিল বা জ্বালানিচালিত চুলা ব্যবহার করবেন না।
- ফ্রিজ কাজ না করার কারণে অনিরাপদ হয়ে যাওয়া খাবার খাবেন না।
- পণ্যের নির্দেশনায় স্পষ্ট করে না বলা থাকলে পরিষ্কারের রাসায়নিক মেশাবেন না।
- আপনার সঠিক অবস্থান, পাসওয়ার্ড, মূল্যবান সরবরাহ বা দুর্বল মানুষদের তথ্য প্রকাশ্যে পোস্ট করবেন না।
- যোগ্য চিকিৎসা বা প্রামাণিক নির্দেশনা পাওয়া গেলে নামহীন সোশ্যাল মিডিয়া পোস্টের ভিত্তিতে চিকিৎসার সিদ্ধান্ত নেবেন না।
- যে নিজেকে খ্রীষ্ট বলে দাবি করে, ভয়ের কারণে তার অনুসারী হবেন না। আত্মিক দাবিগুলো শাস্ত্রের সঙ্গে মিলিয়ে দেখুন।

মহাক্লেশের সময় সম্পর্কে বাইবেলের সতর্কবাণী

এই সাইটে ব্যবহৃত ভবিষ্যৎমুখী খ্রীষ্টীয় বোঝাপড়া অনুযায়ী, প্রকাশিত বাক্য সেই পশু, ভণ্ড ভাববাদী, প্রতারণা, উপাসনা এবং ছাপ সম্পর্কে সতর্ক করে (প্রকাশিত বাক্য ১৩-১৪)। বাইবেলের সতর্কবাণী আত্মিক আনুগত্য নিয়ে—এটি এমন কারণ নয় যে আশপাশের বাইবেলীয় চিহ্ন ছাড়াই প্রতিটি নতুন প্রযুক্তি, অর্থ-পরিশোধ ব্যবস্থা, পরিচয়পত্র, টিকা বা রাজনৈতিক নেতাকে সেই ছাপ বলে চিহ্নিত করবেন।

যীশুর প্রতি বিশ্বস্ত থাকুন। প্রকাশিত বাক্য ১৩:৭-১৮ এবং প্রকাশিত বাক্য ১৪:৯-১২ নিজে পড়ুন। সেই পশু বা তার মূর্তির উপাসনা করবেন না, এবং সেখানে বর্ণিত ছাপ গ্রহণ করবেন না।

একটি অফলাইন লাইব্রেরি গড়ে তুলুন

এগুলো এমন জায়গায় রাখুন যেখানে ইন্টারনেট ছাড়াই পৌঁছানো যায়:

- একটি ছাপা বাইবেল।
- মূল Millions Missing? নির্দেশিকা।
- এই জরুরি নির্দেশিকা।
- ওষুধের তালিকা, জরুরি যোগাযোগ, গুরুত্বপূর্ণ ঠিকানা এবং পরিবারের মিলিত হওয়ার পরিকল্পনার কাগজের কপি।
- একাধিক USB ড্রাইভ বা ডিভাইসে অফলাইন কপি।

জরুরি PDFমূল বাইবেল নির্দেশিকা PDF

এই নির্দেশিকা কী বলতে পারে এবং কী পারে না

এই সাইট মহাক্লেশের আগে (রেপচার) ঘটবে এমন একটি খ্রীষ্টীয় বোঝাপড়া তুলে ধরে, কিন্তু রেপচারের কোনো তারিখ ঠিক করে না এবং দাবি করে না যে প্রতিটি সংকট প্রকাশিত বাক্যের পূর্ণতা। ঘটনাগুলো সতর্কভাবে যাচাই করুন। বাইবেলের দাবির ক্ষেত্রে শাস্ত্রই কর্তৃত্ব; প্রযুক্তিগত নিরাপত্তা ও চিকিৎসার সিদ্ধান্তে, যখন পাওয়া যায়, জরুরি সংস্থা ও যোগ্য পেশাদারদের নির্দেশনা মানা উচিত।

জরুরি নির্দেশনা মার্কিন CDC এবং FEMA/Ready.gov-এর পরিকল্পনা নির্দেশনা থেকে সংক্ষেপে নেওয়া। প্রযুক্তিগত সুপারিশ বদলাতে পারে; স্থানীয় কর্তৃপক্ষের বর্তমান নির্দেশনা পাওয়া গেলে তা মেনে চলুন।

Millions Missing? হোমে ফিরে যান

অনুলিপি করা বিনামূল্যে • ছাপা বিনামূল্যে • শেয়ার করা বিনামূল্যে • কৃতিত্ব উল্লেখ আবশ্যিক নয়

MillionsMissingGuide.org

English · Español · Português · Français · العربية · हिन्दी · Русский · Deutsch · Bahasa
Indonesia · 简体中文 · Kiswahili · Filipino · فارسی · Українська · اردو · 한국어 · Tiếng Việt ·
Türkçe