নবম গ্রেডে HIV প্রতিরোধ শিক্ষা

পাঠ বা লেসন #	পাঠ বা লেসনের শিরোনাম	ধারণা ও দক্ষতার প্রতি অভিনিবেশ
1	HIV কী?	▪ HIV এবং AIDS-এর বৈশিষ্ট্যসমূহ জানা। ▪ HIV যৌনসম্পর্ক এবং যৌনতা ভিন্ন অন্য উপায়ে কীভাবে উভয়ভাবেই সংক্রমিত হতে পারে তা শেখা।
2	আমাদের HIV পরীক্ষা, প্রতিরোধ এবং শুশ্রূষা পাওয়ার অধিকার **প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ ভিন্ন ভিন্ন কমিউনিটির উপর HIV-এর প্রভাবসমূহ সম্পর্কে শেখা। ▪ PrEP সম্পর্কে শেখা। ▪ HIV বিষয়ে কিশোর-কিশোরীদের অধিকার সম্পর্কে জানা।
3	HIV-এর জন্য সঠিক সিদ্ধান্ত গ্রহণ	▪ সিদ্ধান্ত-গ্রহণের গুরুত্ব সম্পর্কে শেখা। ▪ একটি চার-ধাপ বিশিষ্ট সিদ্ধান্তের মডেল কীভাবে ব্যবহার করা যায় তা প্রদর্শন।
4	সম্মতি: হ্যাঁ মানে হ্যাঁ, না মানে না	▪ একজন সঙ্গীর (পার্টনার) সাথে ভাব বিনিময় সম্পর্কে শেখা। ▪ যৌন সম্মতির বিষয়ে কীভাবে স্পষ্ট করে কথা বলতে হয় সেটি প্রদর্শন।
5	কনডম ব্যবহারে আস্থা **প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ কনডম সম্পর্কে জানা। ▪ কীভাবে সঠিকভাবে কনডম ব্যবহার করতে হয় সেটি প্রদর্শন। ▪ কিশোর-কিশোরীরা কোথায় বিনামূল্যে অথবা অত্যন্ত স্বল্প মূল্যে কনডম পেতে পারে তা জানা।
6	আপনি যদি দায়িত্বপ্রাপ্ত হতেন, তাহলে?	▪ সরকার এবং স্বাস্থ্যসেবা ব্যবস্থা কীভাবে HIV সংক্রমণ মোকাবিলা করেছে তা বোঝা। ▪ NYC-এর HIV নীতি সম্পর্কে জানা। ▪ অন্য নীতিসমূহ শনাক্তকরণ যা HIV তথ্য, প্রতিরোধ, পরীক্ষা এবং চিকিৎসা লাভে সহায়তা করতে পারে।

দশম গ্রেডে HIV প্রতিরোধ শিক্ষা

পাঠ বা লেসন #	পাঠ বা লেসনের শিরোনাম	ধারণা ও দক্ষতার প্রতি অভিনিবেশ
1	ইতিবাচক সম্মতি	▪ ইতিবাচক সম্মতি সম্পর্কে শেখা। ▪ কখন একজন ব্যক্তির কিছু করায় সম্মতি আছে নাকি নেই, তা বোঝা। ▪ সম্মতিদান, যৌন সম্পর্কের আওতা, এবং নিরাপদ যৌন সম্পর্ক বিষয়ে একজন সঙ্গী বা পার্টনারের সাথে ভাব বিনিময়।
2	HIV সংক্রমণ: আমরা কর্ম বনাম আমাদের পরিচয় **প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ যখন HIV বিষয়ক ঝুঁকির কথা আসে, তখন আচরণ এবং পরিচিতির মধ্যে পার্থক্য বোঝা। ▪ একজন ব্যক্তিকে কী HIV ঝুঁকির মধ্যে ফেলে এবং কীভাবে সেই ঝুঁকি হ্রাস করা যায় তা শেখা।
3	নিপীড়নের মাঝে সংযোগ ঘটানো: HIV-কে অপরাধ হিসেবে বিবেচনা করা	▪ কীভাবে HIV সংক্রমিত হতে পারে সেটি পর্যালোচনা। ▪ HIV-এর সাথে সম্পর্কিত আইনসমূহ এবং নিষেধাজ্ঞা কীভাবে HIV মহামারীতে ভূমিকা রেখেছে তা শেখা। ▪ HIV সংক্রান্ত আইনসমূহের প্রভাব বিশ্লেষণ।
4	HIV আছে কিনা তা পরীক্ষা করা: আপনার কী জানা প্রয়োজন	▪ কীভাবে HIV কোনো CD4 সেল-এর (কোষের) ক্ষতি করে সেটি জানা। ▪ "উইন্ডো-পিরিয়ড" (নির্ধারিত সময়সীমা) সম্পর্কে শেখা। ▪ NYC-তে HIV পরীক্ষণ এবং চিকিৎসা সম্পর্কে জানা। ▪ NYC-তে অপ্রাপ্তবয়স্কদের HIV পরীক্ষণ এবং চিকিৎসার অধিকারসমূহ জানা।
5	NYC-তে HIV পরীক্ষা ও প্রতিরোধ **প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ NYC-তে কিশোর কিশোরীরা HIV প্রতিরোধ পদ্ধতি, পরীক্ষণ, এবং চিকিৎসার জন্য যেসব স্থানে যেতে পারে সেগুলি চিহ্নিতকরণ।
6	যৌন বিষয়ক স্বাস্থ্যসেবা খোঁজ করা এবং গ্রহণ করা	▪ সাধারণ যৌন স্বাস্থ্য পরিচর্যা পরিষেবাসমূহ সম্পর্কে শেখা। ▪ যৌন স্বাস্থ্য সেবার জন্য একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট কীভাবে করতে হয় সেটি শেখা। ▪ যৌন বিষয়ক স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীদের শনাক্তকরণ।

একাদশ (11) গ্রেডে HIV প্রতিরোধ শিক্ষা

পাঠ বা লেসন #	পাঠ বা লেসনের শিরোনাম	ধারণা ও দক্ষতার প্রতি অভিনিবেশ
1	ইতিবাচক সম্মতি বিষয়ক আলোচনা	▪ সম্মতি সম্পর্কে জানা। ▪ কীভাবে সম্মতির অনুরোধ জানাতে হয় তা প্রদর্শন।
2	ঝুঁকি কমানোর অনেক উপায় রয়েছে **প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ HIV-এর ঝুঁকি নেই, ঝুঁকি কম, অথবা উচ্চ ঝুঁকিবহুল যৌন সম্পর্কের ধরনসমূহ বোঝা। ▪ কীসের প্রভাবে কোনও ব্যক্তি যৌন আচরণে লিপ্ত হয় তা বিশ্লেষণ করা।
3	আপনার ব্যক্তিগত যৌন-স্বাস্থ্য পরিচর্যা	▪ মানব দেহগুলো কীভাবে অভিন্ন ও কীভাবে ভিন্ন, সেটা জানা। ▪ যৌন স্বাস্থ্য বিষয়ক সেবা ব্যবস্থাপনা পরিকল্পনা সম্পর্কে জানা।
4	HIV এবং STI পরীক্ষণ বা টেস্টিং 101: পরীক্ষা বা টেস্ট করানো, আপনার অধিকার জানা	▪ কোনো HIV অথবা STI পরীক্ষণ সম্পর্কে শেখা। ▪ অপ্রাপ্তবয়স্কদের STI/ HIV পরীক্ষণ সম্পর্কিত অধিকারসমূহ জানা। ▪ অপ্রাপ্তবয়স্কদের জন্য HIV পরীক্ষণ সম্পর্কিত বিভিন্ন তথ্য-উপকরণ শনাক্তকরণ।
5	ক্লিনিকের বৈশিষ্ট্যসমূহ: কিশোর-কিশোরী-বান্ধব সেবা প্রদানকারী খোঁজা	▪ কিশোর-কিশোরী-বান্ধব ক্লিনিকসমূহ সম্পর্কে জানা। ▪ কোনো স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী খোঁজার সময় ব্যক্তিগত অগ্রাধিকার মূল্যায়ন।
6	জরুরী প্রয়োজনে যৌন বিষয়ক স্বাস্থ্য সেবা: কী করতে হবে, যদি... **প্রতিরোধ পাঠ্য বা লেসন থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ যৌন স্বাস্থ্য সম্পর্কিত সাধারণ জরুরি অবস্থাগুলো জানা। ▪ যৌন স্বাস্থ্য সম্পর্কিত জরুরি অবস্থায় ব্যবহার করা যাবে এমন আস্থাভাজন সংস্থানসমূহ (রিসোর্স) শনাক্তকরণ।

দ্বাদশ (12) গ্রেডে HIV প্রতিরোধ শিক্ষা

পাঠ বা লেসন #	পাঠ বা লেসনের শিরোনাম	ধারণা ও দক্ষতার প্রতি অভিনিবেশ
1	NYC HIV পক্ষাবলম্বনকারী (অ্যাডভোকেসি) চ্যাম্পিয়ন	▪ একজন পক্ষাবলম্বনকারী (অ্যাডভোকেট) হবার অর্থ কী সেটি জানা। ▪ NYC-তে HIV মহামারী বিষয়ক পক্ষাবলম্বনকারী (অ্যাডভোকেট) এবং কার্যক্রমসমূহ শনাক্তকরণ। ▪ একজন পক্ষাবলম্বনকারী (অ্যাডভোকেট) হবার উপায়সমূহ জানা।
2	জীবনব্যাপী স্বাস্থ্য-পরিচর্যার চর্চা *প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার	▪ গতানুগতিকতা এবং বৈষম্য কীভাবে যৌন-স্বাস্থ্য পরিচর্যায় বিঘ্ন ঘটাতে পারে সেটি জানা। ▪ HIV সংক্রান্ত স্বাস্থ্য-পরিচর্যার চর্চা সম্পর্কে জানা। ▪ ব্যক্তি পরিচিতি যাই হোক, মানসম্পন্ন যৌন স্বাস্থ্য পরিচর্যা লাভের উপায়গুলি শনাক্তকরণ।
3	NYC-তে একজন অপ্রাপ্তবয়স্ক হিসেবে যৌন স্বাস্থ্য পরিচর্যার অধিকার ***প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ কিশোর-কিশোরীদের জন্য যৌন স্বাস্থ্য পরিচর্যা পরিষেবা লাভ কেন গুরুত্বপূর্ণ তা শেখা। ▪ NYC-তে অপ্রাপ্তবয়স্কদের যৌন স্বাস্থ্য পরিচর্যা পরিষেবা শনাক্তকরণ। ▪ স্বাস্থ্য পরিচর্যায় LGBTQ অধিকারসমূহ সম্পর্কে জানা।
4	কনডম ব্যবহারে দক্ষতা **প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ কীভাবে বাহ্যিক এবং অভ্যন্তরীণ কনডম ব্যবহার করা যায় সেটি প্রদর্শন। ▪ কনডম ব্যবহার এবং সংরক্ষণে সাধারণ ভুলগুলি সম্পর্কে জানা ▪ NYC-তে যেখানে তরুণরা কনডম পেতে পারে, সেসব স্থান চিহ্নিতকরণ।
5	পিতামাতাদের সাথে যোগাযোগ **প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ সক্রিয় শ্রোতা হওয়ার দক্ষতা অনুশীলন। ▪ দ্বন্দ্ব ব্যবস্থাপনার দক্ষতা শনাক্তকরণ। ▪ সম্পর্কের ক্ষেত্রে দ্বন্দ্ব ব্যবস্থাপনার দক্ষতা থাকা কেন গুরুত্বপূর্ণ সেটি শেখা।
6	মর্যাদা = সেবা **প্রতিরোধ শিক্ষা থেকে নাম প্রত্যাহার*	▪ কোনও ব্যক্তি কীভাবে তার ও তার সঙ্গীর যৌন স্বাস্থ্যের প্রতি সম্মান প্রদর্শন করতে পারে তা শেখা। ▪ কোনো পার্টনারের সাথে যৌন স্বাস্থ্য সেবা বিষয়ে কথোপকথন শুরু করা।