DH Department of Health

PRISON REFORM TRUST

Bengali / বাংলা

প্রতিবন্ধী কয়েদিদের জন্য তথ্য পুস্তক

এই বইটি আপনাকে কারাগারের জীবন এবং বিভিন্ন জিনিস করার জন্য কোথায় সাহায্য পেতে পারেন সে সম্পর্কে তথ্য দেবে

2009

Copyright information

© Offender Health and Prison Reform Trust 2009

This publication can be shared copied distributed and transmitted but not sold. It can not be altered in any way without the permission of the copyright owners.

First published in 2004 by the Prison Reform Trust kindly supported by Lloyd's Charities Trust
This edition published in 2009 by the Prison Reform Trust kindly supported by the Hadley Trust and Offender Health.

Many thanks to the following for their help with this booklet:

• Mencap, Her Majesty's Inspectorate of Prisons, Cloisters, Race Equality Action Group and all the disability liaison officers and other prison staff who commented on the draft

• staff and prisoners at HMP Birmingham, HMP Downview, HMP Feltham and HMP Leyhill for their help with focus groups

• Offender Health and PRT staff for content, photos and design

এই বইতে কী আছে?

	পাতা
আপনার যা সাহায্য দরকার তা’ কারাগারে কিভাবে পাবেন	4
সাহায্যের জন্য কাকে বলবেন	5
কী করতে হবে যদি	
• আপনি অশান্ত বা উদ্বিগ্ন বোধ করলে বা আপনার সাথে কেউ খারাপ ব্যবহার করে	6
• যদি আপনার তথ্য বুঝতে কষ্ট হয়	7
• কারাগারে কিছু করতে আপনার অসুবিধা হয়	7
• কারাগারের কোন বিষয়ে আপনি খুশি না হন	8
• আপনি অসুস্থ বোধ করেন অথবা আপনার ওষুধের দরকার হয়	9
অন্য যে বিষয়গুলিতে আপনার সাহায্যের প্রয়োজন হতে পারে	9
কারাগারের পরে জীবন	12

এই বইটি কোথায় পাওয়া যাবে

- আপনার যদি এই বইটির নিজের কপি না থাকে তাহলে আপনার পার্সোনাল অফিসার (ব্যক্তিগত আধিকারিক) বা ডিসেবিলিটি লিএজঁ অফিসার (প্রতিবন্ধ সম্পর্ক আধিকারিক)-কে একটি কপির জন্য বলুন।
- আপনি কিছু তথ্য সি ডি-তেও চাইতে পারেন।
- এই ঠিকানায় লিখুন: Prison Reform Trust, FREEPOST ND6125, London ECIB 1PN.

এই বইটি কী সম্পর্কে?

- কারাগারে অনেক লোকের অটিজম, অ্যাজমা, বা ডিপ্রেশন-এর মতো প্রতিবন্ধকতা থাকে।
- যেসব কয়েদি প্রতিবন্ধী এই বইটি তাঁদের জন্য।
- এটি কারাগার জীবন সম্পর্কে প্রয়োজনীয় তথ্য এবং আপনি কী সাহায্য পেতে পারেন তা' বলে।
- Information Book for Prisoners a Disability নামে আর একটি বই **(কেবলমাত্র ইংরেজীতে)** আছে। আপনি সেই বইটি দেখতে চাইতে পারেন। সেটিতে এই বইটির বিষয়গুলি আরও বেশী করে বলা আছে।

আপনার যা সাহায্য দরকার তা' কারাগারে কিভাবে পাবেন

- যদি আপনার কোন অক্ষমতা থাকে বা কিছু করার জন্য আপনার সহায়তার প্রয়োজন হয় তাহলে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব কারাগার কর্মীদের তা' জানানো ভালো।
- কারাগার কর্মীদের **অবশ্যই** তাঁদের সাধ্যমতো আপনার দরকারে সাহায্য করতে হবে। আইন অনুসারে এটা তাঁদের অবশ্যই করতে হবে।
- আপনি যা বলবেন কারাগার কর্মীরা তা' ব্যক্তিগত রাখবেন।

কী সহায়তা কারাগার কর্মীদের অবশ্যই আপনাকে দিতে হবে?

কারাগার জীবনের অংশ হতে গেলে আপনার যা যা প্রয়োজন সেগুলির সবই কারাগার কর্মীদের আপনাকে দেওয়া উচিত।
নীচের জিনিসগুলি করতে আপনার যেসব সহায়তার প্রয়োজন সেগুলি আপনাকে কারাগার কর্মীদের দেওয়া উচিত

- তথ্য অথবা লোকে আপনাকে কী বলছে তা' বোঝা
- কাজকর্ম করা বা শিক্ষা (শিক্ষা হল সেটা যেখানে আপনি নতুন জিনিস শিখছেন)
- আপনার পরিবার এবং বন্ধুবান্ধবদের সাথে যোগাযোগ রাখা
- স্বাস্থ্যবান থাকা।

কারাগারে কার কাছে সাহায্য চাইবেন

কারাগারে যেসব প্রধান ব্যক্তির কাছে আপনি সাহায্য চাইতে পারেন তাঁরা হলেন

1

প্রিজন অফিসাররা অথবা আপনার পার্সোনাল অফিসার (personal officer)

আপনার প্রশ্ন আছে বা সহায়তা প্রয়োজন এরকম **যেকোনো** বিষয়ে আপনি প্রিজন অফিসারদের সাথে কথা বলতে পারেন।

2

ডিসেবিলিটি লিএজঁ অফিসার (disability liaison officer) (মাঝে মাঝে এঁদের ছোট করে ডি এল ও (DLO) বলা হয়)

- এই ব্যক্তি কারাগারে কাজ করেন। যেসব কয়েদিদের কোনরকম অক্ষমতা আছে এঁরা তাঁদের সাহায্য করার জন্য আছেন।

- যেকোনো সময়ে আপনি তাঁদের সাথে দেখ করতে চাইতে পারেন। আপনার প্রয়োজন হলে এ ব্যাপারে কারাগার কর্মীদের সাহায্য চাইতে পারেন।
- আপনার অক্ষমতা বা যেসব জিনিস আপনার করতে কঠিন বলে মনে হয়, সেগুলি সম্পর্কে যেকোন সাহায্য-সহায়তার জন্য আপনি **ডিসেবিলিটি লিএজঁ অফিসার-এর সাথে কথা বলতে পারেন।**

3 ডাক্তার অথবা নার্স (স্বাস্থ্যসেবার লোকজন)

- আপনি আপনার যেকোনো স্বাস্থ্য সংক্রান্ত সমস্যা নিয়ে এঁদের সাথে কথা বলতে পারেন। অথবা, আপনি যদি উদ্বিগ্ন বা অশান্ত বোধ করেন।

✓ **আপনার দরকার হলে যেকোন সময়ে কারাগার কর্মীদের সাহায্য চান।**

✓ **আপনার পক্ষে কোন জিনিস করা কঠিন হলে কারাগার কর্মীদের বলুন। তাঁদের উচিত প্রয়োজনমতো আপনাকে সাহায্য করা।**

1 কী করতে হবে যদি আপনি নানা বিষয়ে অশান্ত বা উদ্বিগ্ন বোধ করেন। অথবা আপনার সাথে কেউ খারাপ ব্যবহার করছে

এই ব্যাপারে আপনার কাউকে বলে রাখা **খুব গুরুত্বপূর্ণ।**

আপনি বলতে পারেন

- যেকোন কারাগার কর্মীকে
- একজন ডাক্তার বা নার্সকে
- একজন লিসনার (শ্রোতা) বা বাডি-কে। এঁরা অন্য কয়েদি যাঁরা আপনি অশান্ত বা উদ্বিগ্ন বোধ করলে সাহায্যের জন্য আছেন। তাঁরা মাঝে মাঝে বিশেষ একটি টি-শার্ট পরেন।
- ডিসেবিলিটি লিএজঁ অফিসারকে
- চ্যাপলিন-কে (ইনি ধর্ম সম্পর্কিত ব্যক্তি। কিন্তু চ্যাপলিনের সাথে কথা বলতে হলে আপনার ধার্মিক হবার দরকার নেই)
- কারাগারের বাইরের লোকজন, যাঁদের **সামারিটানস (Samaritans)** বলা হয়। তাঁরা অশান্ত ও উদ্বিগ্ন মানুষদের সাহায্য করেন। আপনি 08457 90 90 90 নম্বরে তাঁদের ফোন করতে পারেন।

কী করতে হবে যদি

2 কোন তথ্য অথবা লোকে আপনাকে কী বলছে তা' বুঝতে আপনার কষ্ট হয়

কারাগার কর্মীদের উচিত

- আপনাকে তথ্য বুঝতে সাহায্য করা
- আপনার কাছে সহজ এরকম উপায়ে আপনাকে তথ্য দেয়া।

আপনি যেকোনো কারাগার কর্মীকে বলতে পারেন

- জিনিসপত্র আপনাকে আরও সহজভাবে বলতে
- অন্য কোনোভাবে আপনাকে তথ্যটি দিতে, যেমন সহজ কথায় ছবি দিয়ে অথবা সি ডি-তে
- আপনাকে পড়ে শোনাতে৷ অথবা ফর্ম বা চিঠি-র মতো জিনিস বুঝতে সাহায্য করা

3 কারাগারে আপনার পক্ষে কিছু করা কঠিন কারণ আপনার স্বাস্থ্য সমস্যা অথবা অক্ষমতা আছে

আপনি বলতে পারেন

- প্রিজন অফিসারকে
- ডিসেবিলিটি লিএজঁ অফিসার (প্রতিবন্ধ সম্পর্ক আধিকারিক)-কে
- কিছু কারাগারে কয়েকজন অন্য কয়েদিরা আছেন যাঁরা প্রতিবন্ধী কয়েদিদের সাহায্য করেন। তাঁরা কখনো কখনো বিশেষ টি-শার্ট পরেন।.

কারাগার কর্মীদের অবশ্যই তাঁদের সাধ্যমতো আপনার পক্ষে জিনিসপত্র আরও সহজ করে দিতে হবে।

4

কী করতে হবে যদি

কোন বিষয়ে যদি আপনি খুশি না হন অথবা আপনি মনে করেন যে কারাগার কিছু একটা জিনিস ভুল করেছে

- কারাগারের কোন বিষয়ে যদি আপনি খুশি না হন তাহলে কারাগার কর্মীদের বলুন কী করতে হবে। অথবা অরেকজন কয়েদি আপনাকে সাহায্য করতে পারে
- আপনাকে একটি ফর্ম পূরণ করে বলতে হতে পারে যে আপনি কি বিষয়ে খুশি নন। আপনি ফর্মটি সম্পর্কে সাহায্য চাইতে পারেন।
- আপনি যদি কোন খুব ব্যক্তিগত কথা বলতে চান তাহলে আপনি **কনফিডেন্সিয়াল অ্যাক্সেস** (**confidential access**) নামের একটি বিশেষ ফর্ম পূরণ করতে পারেন
- কারাগারের বাইরের লোকেদের নিয়ে তৈরী **ইণ্ডিপেন্ডেন্ট মনিটরিং বোর্ড (Independent Monitoring Board)** (IMB) আছে। কারাগারে আপনার কোন সমস্যা হলে আপনি তাঁদের সাথে কথা বলতে চাইতে পারেন
- তাঁরা যদি সমস্যাটির সমাধান করতে না পারেন তাহলে আপনি নীচের ঠিকানাতে **প্রিজনস অ্যাণ্ড প্রোবেশন ওম্বাডসম্যান** (**Prisons and Probation Ombudsman**) কে লিখতে পারেন

  Prisons and Probation Ombudsman
  Ashley House
  2 Monck Street
  London SW1P 2BQ

আপনি যে স্বাস্থ্যসেবা পাচ্ছেন তাতে যদি আপনি খুশি না হন তাহলে

- হেল্থকেয়ার (স্বাস্থ্যসেবা) -এর কারো সাথে কথা বলে সমস্যাটির সমাধান করতে পারেন কিনা দেখুন
- যদি স্বাস্থ্যসেবা কর্মীরা সমস্যাটি সমাধান করতে না পারেন তাহলে আপনি কারাগারের বাইরের একটি গ্রুপ, **ইণ্ডিপেন্ডেন্ট কমপ্লেইন্টস অ্যাডভোকেসি সার্ভিস** অথবা **আই সি এ এস** (ICAS)–এর থেকে সহায়তা পেতে পারেন
- আপনি কারাগারের কর্মীদের থেকে, গ্রন্থাগার থেকে অথবা **এন এইচ এস ডাইরেক্ট**-এ **0845 4647** নম্বরে ফোন করে আই সি এ এস –এর ফোন নম্বর পেতে পারেন

কী করতে হবে যদি

5

আপনি অসুস্থ বোধ করেন বা আপনার ওষুধের দরকার হয়

যদি আপনি অসুস্থ হন অথবা আপনার চোখ কিংবা দাঁতের সমস্যা হয়

- ডাক্তার, নার্স, ডেন্টিস্ট বা অপ্টিসিয়ান-এর সাথে দেখা করতে চান
- যদি আপনার প্রয়োজনমতো সহায়তা আপনি কারাগারে না পান তাহলে কর্মীরা ঠিক করবেন যে সবথেকে ভালো উপায় কী হবে
- **আপনার যদি ওষুধ নেবার দরকার হয়**
    - কারাগার কর্মীদের বলুন যে আপনার ওষুধ নেবার দরকার
    - কারাগারে ডাক্তার অপনাকে আপনার দরকার মতো ওষুধ দেবেন
    - আপনি আপনার সেল-এ হয়তো ওষুধ রাখতে পারেন। কারাগার কর্মীরা আপনাকে জানাবেন।

অন্য যে বিষয়গুলিতে আপনার সাহায্যের প্রয়োজন হতে পারে

এই বিষয়গুলির উপর আরও তথ্য আছে বড়ো বইটিতে। আপনার একটি কপির দরকার হলে কারাগার কর্মীদের বলুন।

অ্যাডজুডিকেশনস বা সালিশ (Adjudications)

(আপনি যদি কারাগারের নিয়ম ভাঙ্গেন তাহলে আপনাকে অ্যাডজুডিকেশন-এ যেতে হতে পারে। সেখানে গিয়ে আপনাকে কী ঘটেছিল তা’ বলতে হবে।)

- গভর্নর বা কারাগার কর্মীদের আপনাকে অবশ্যই কী ঘটছে তা’ বুঝতে সাহায্য করতে হবে।
- যদি আপনি না বুঝতে পারেন তাহলে আপনার সাথে অবশ্যই কাউকে থাকতে দিতে হবে।

- যদি আপনি না বুঝতে পারার কারণে আইনভঙ্গ করে থাকেন তাহলে গভর্নরকে বলুন।

- আপনার সলিসিটর (আইনজীবি) সাহায্য করতে পারেন।

সেল বা কুঠুরি (Cell)

আপনার সেল অথবা আপনি যে ব্যক্তির সাথে ভাগাভাগি করে সেল-এ থাকেন।

- যদি আপনার সেল-এর বা আপনি যে ব্যক্তির সাথে ভাগাভাগি করে সেল-এ থাকেন তার সঙ্গে আপনার কোন সমস্যা হয় তাহলে কারাগার কর্মীদের সাথে কথা বলুন।

ফুড বা খাবার (Food)

- যদি আপনি কোনো বিশেষ খাবার খেতে না পারেন তাহলে একজন ডাক্তার বা নার্স-কে বলুন৷
- ডাক্তার বা নার্স সম্মতি দিলে কারাগার আপনার জন্য বিশেষ খাবার তৈরী করবে।
- যদি খাবার বাছতে আপনার সহায়তার দরকার হয় তাহলে কারাগার কর্মীদের বলুন।

ফর্মস বা, প্রপত্র (Forms)

- ফর্ম পূরণ করতে আপনার সহায়তার দরকার হলে কারাগার কর্মীদের তা' আপনাকে দেয়ার কথা।
- অন্য কয়েদিরাও সাহায্য করতে পারতে পারে।

মানি অ্যাণ্ড বেনিফিটস বা, অর্থ এবং সুবিধা (Money and benefits)

- অর্থ বা বেনিফিট সম্পর্কে যদি আপনার সাহায্য দরকার হয় তাহলে কারাগার কর্মীদের বলুন। কারা আপনাকে সাহায্য করতে পারেন সেকথা তাঁরা আপনাকে বলবেন।
- আপনি যেখান থেকে বেনিফিটগুলি পান আপনাকে অবশ্যই তাঁদের জানাতে হবে যে আপনি এখন কারাগারে আছেন।

রুলস বা, নিয়ম (Rules)

- কারাগার কর্মীদের উচিত নিয়মগুলি সম্পর্কে আপনাকে তথ্য দেয়া। যদি আপনি কোন নিয়ম বুঝতে না পারেন তাহলে তাঁদের বুঝিয়ে বলতে বলুন।

সার্চেস বা, তল্লাশি (Searches)
(যখন কর্মীরা আপনার শরীর তল্লাশি করেন)

- যদি আপনার প্রতিবন্ধের বা কোন স্বাস্থ্যসমস্যার কারণে শরীরের তল্লাশিতে আপনার কোন অসুবিধা থাকলে কারাগার কর্মীদের বলুন।
- কারাগার কর্মীরা তল্লাশির সবচেয়ে ভালো উপায় বের করবেন।

সেন্টেন্স প্ল্যান বা, দণ্ডকালের পরিকল্পনা (Sentence plan)

- আপনার পার্সোনাল অফিসার অথবা অফেণ্ডার ম্যানেজার আপনার যা যা সহায়তার প্রয়োজন তা' দেবেন।

আপনার বন্ধুবান্ধব বা পরিবার থেকে কেউ সাক্ষাৎ করতে এলে (Visits from your friends or family)

- সাক্ষাৎ অথবা লোকজনের সঙ্গে যোগাযোগ রাখার জন্য আপনার যা প্রয়োজন সেগুলি সব কারাগার কর্মীরা দেবেন।

ওয়ার্ক অর এডুকেশন বা, কাজকর্ম অথবা শিক্ষা (Work or education)

- কাজকর্ম বা শিক্ষা যদি আপনার কঠিন মনে হয় তাহলে কারাগার কর্মীদের বা ডিসেবিলিটি লিএজঁ অফিসারকে বলুন।

- তাঁদের উচিত আপনাকে কাজকর্ম করতে বা শিক্ষা পেতে যথাসাধ্য সাহায্য করতে চেষ্টা করা। (শিক্ষা হল সেটা যেখানে আপনি নতুন জিনিস শিখছেন)।

কারাগারের পরে জীবন

- কারাগারের কর্মীরা আপনাকে কারাগারের পরের জীবনের জন্য প্রস্তুত হতে সাহায্য করতে পারেন।

কারাগার ছড়ার আগে আপনাকে যা যা মেটাতে হবে।

বেনিফিট (Benefits)

- আপনি জবসেন্টার প্লাস (Jobcentre Plus) থেকে বেনিফিট-এর জন্য আবেদন করতে পারেন।
- পুনর্বাসন (রিসেটেলমেন্ট) কর্মীদের থেকে সাহায্য চান।

ডাক্তার

- স্বাস্থ্যসেবা টিমের কর্মীদের বলুন যাতে কারাগারের বাইরে একজন ডাক্তার পেতে তাঁরা আপনাকে সাহায্য করতে পারেন ।

কারাগারের পরের জীবনে সাধারণ সহায়তা

- আপনি যে এলাকায় বাস করবেন, আপনার উচিত সেখানকার **সোশাল সার্ভিসের** লোকদের সাথে যোগাযোগ করা । আপনার পরিবার বা বন্ধুরা আপনার হয়ে তা' করতে পারেন ।

- পুনর্বাসন (রিসেটলমেন্ট) টিম অথবা স্বাস্থ্যসেবা (হেল্থকেয়ার) টিম-এর কাছে এটা করতে সাহায্য চান । আপনি যাবার পর অন্য কেউ আপনাকে সাহায্য করতে পারেন কিনা সেকথা তাঁরা আপনাকে বলতে পারবেন ।

বাসস্থান (Housing) (যদি আপনার কোন থাকার জায়গা না থাকে)

- পুনর্বাসন (রিসেটলমেন্ট) টিম-এর কাছে সাহায্য চান ।
- অথবা আপনার কারাগারের কিছু বিশেষ লোকজন জানা থাকতে পারে যাঁদের সাথে কারাগারের বাইরে আপনি কোথায় থাকবেন সে বিষয়ে আপনি কথা বলতে পারবেন ।

ছাড়পত্র (Licence)

(আপনার দণ্ডকাল যদি এক বছরের বেশী হয় তাহলে কারাগার ছাড়ার পর আপনাকে কিছু নিয়ম মানতে হবে । এই নিয়মগুলিকে **লাইসেন্স** বলে ।)

- **অফেণ্ডার ম্যানেজার (offender manager)** নামের একজন নিশ্চিত করবেন যাতে আপনি এই নিয়মগুলি বুঝতে পারেন ও মেনে চলেন । তিনি আপনাকে হয়তো অন্য বিষয়েও সাহায্য করতে পারেন ।

কাজকর্ম, প্রশিক্ষণ কোর্স অথবা শিক্ষা

- শিক্ষা (এডুকেশন) টিম-এর অথবা পুনর্বাসন (রিসেটলমেন্ট) টিম-এর কর্মীদের কাছে আপনি কারাগার ছাড়ার পর কাজকর্ম পাওয়া অথবা প্রশিক্ষণের জন্য বলুন ।

Easy words by Mencap

Prison Reform Trust 15 Northburgh Street London EC1V OJR
Telephone: 020 7251 5070
Email: prt@prisonreformtrust.org.uk www.prisonreformtrust.org.uk
Registered Charity No: 1035525 Company Limited by Guarantee: 2906362