



# NUTRITION OLYMPIAD 2020

নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড ২০২০

Let the Youth Lead to Build Nutrition Enriched Digital Bangladesh

December 26, 2020 (Saturday)

[www.nutritionolympiad.net/2020](http://www.nutritionolympiad.net/2020)



## ভিডিও বার্তা প্রতিযোগিতার নির্দেশিকা

কিশোর-কিশোরী এবং তরুণদের দক্ষতা ও সক্ষমতা বৃদ্ধির মাধ্যমে পুষ্টি সমৃদ্ধ সমাজ গঠনে সম্মিলিত উদ্যোগের বার্ষিক জাতীয় অনুষ্ঠান হলো নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড। BIID Foundation বিভিন্ন সরকারী ও বেসরকারী প্রতিষ্ঠানের সহযোগিতায় যৌথ ভাবে ২০১৭ সাল থেকে এই অনুষ্ঠানের আয়োজন করে আসছে। পুষ্টি বিষয়ে জাতীয় এবং আন্তর্জাতিক লক্ষ্য সমূহ অর্জনে তরুণদের নেতৃত্বে নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড কার্যকর ভূমিকা পালন করছে।

আগামী ২৬শে ডিসেম্বর, ২০২০ (শনিবার) "নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড ২০২০" আয়োজন করা হবে। কোভিড ১৯ মহামারীর কারণে এবার অনলাইনে নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড অনুষ্ঠিত হবে। প্রতিবারের মতো এবারো নিউট্রিশন অলিম্পিয়াডে বিভিন্ন প্রতিযোগিতা ও কার্যক্রম এর আয়োজন করা হয়েছে।

এ বছর নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড এ ভিডিও বার্তা প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণের জন্য ১০-১৪ বছর বয়সীদের আহ্বান করা হচ্ছে। ভিডিও বার্তা প্রতিযোগিতার নিয়মাবলী নীচে দেয়া হলোঃ

**নিম্নে কিছু সাধারণ/মৌলিক মানদণ্ড, নির্দেশনা এবং প্রশ্ন উল্লেখ করা হলঃ**

- ✓ প্রবীণ ব্যক্তিঃ যাটোর্ধ্ব (পুরুষ/মহিলা)
- ✓ ভৌগলিক অবস্থানঃ শহরাঞ্চল, গ্রাম, দুর্গম অঞ্চল-চর, হাওর এলাকা
- ✓ ভিডিওর সময়সীমাঃ মূল বক্তব্য সহ ভিডিওটির দৈর্ঘ্য সর্বোচ্চ ১ মিনিট
- ✓ সম্মতিপত্রঃ যার ভিডিও করা হবে পূর্বেই তার সম্মতি নিয়ে নিতে হবে।

**সাক্ষাৎকারের জন্য কিছু মৌলিক প্রশ্নঃ**

১. আপনার নাম কি? আপনার বয়স কত? আপনি কোথায় থাকেন/বাস করেন? আপনার গ্রামের নাম কি?
২. আপনার পেশা কি?
৩. আপনি কি আপনার সুস্বাস্থ্যের কারণ/রহস্য আমাদের জানাবেন?

- যে খাদ্যটি আপনি গ্রহণ করেন এবং রান্নার ধরন (প্রধান খাবার এবং পানীয়, লবণ, চিনি এবং স্নেহ), দিনে কতবার গ্রহণ করেন, কোন স্থানীয়, ঔষধি লতাপাতা/গাছ, মসলা এবং বিশেষ খাদ্য গ্রহণের অভ্যাস)
- শারীরিক পরিশ্রম (হাঁটা, ব্যায়াম, মাঠ পর্যায়ে কাজ, জনগোষ্ঠী পর্যায়ে কাজ)
- আপনার বাসস্থানের পারিপার্শ্বিক অবস্থা (সবুজ, নির্মল, বিশুদ্ধ বাতাস, নদী, প্রাকৃতিক দৃশ্য)

- পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা (বসতবাড়ি এবং এর চারপাশের স্বাস্থ্যকর এবং পয়ঃনিষ্কাশন ব্যবস্থা)
- ব্যক্তিগত অভ্যাস (ঘুম, পান/তামাকের অনভ্যাস, ধূমপান না করা -----)
- স্বাস্থ্য সচেতনতা (হাসপাতাল এবং ক্লিনিক পরিদর্শন, স্থানীয় চিকিৎসক)

### ভিডিও বার্তা তৈরির নির্দেশনাঃ

- উপরের সব প্রশ্নের জবাবের শেষে সাক্ষাৎকার প্রদানকারী ব্যক্তিকে ১ মিনিটের মধ্যে তার দীর্ঘ ও সুস্থ জীবনের কারণ ও পরামর্শ (সর্বোচ্চ ৪ টি) সংক্ষেপে বলার জন্য অনুরোধ জানাবেন। শেষের এই ১ মিনিট বক্তব্যের উপর ভিডিওটি করবেন।
- কোনো ধরনের এডিটিং এর প্রয়োজন নেই।
- ভিডিওটি শুরু হবে সাক্ষাৎকার প্রদানকারী ব্যক্তির নাম, গ্রামের নাম, বয়স, পেশা দিয়ে। (সাক্ষাৎকারের পূর্বেই এগুলো উল্লেখ করতে অনুরোধ জানান। সম্পূর্ণ ভিডিওটি পাঠানোর প্রয়োজন নেই।)

### ভিডিওর কাঠামোঃ

সময়	বিষয়বস্তু
১০ সেকেন্ড	আপনার (নাম, বয়সের গ্রুপ এবং এলাকা) পরিচয় দিন
১০ সেকেন্ড	ভিডিওর বিষয় এর নাম এবং বিষয় সম্পর্কে ছোট্ট একটি ব্যাখ্যা
৪০ সেকেন্ড	সাক্ষাৎকার বক্তব্য

### বয়স গ্রুপঃ

ক	খ	গ
১০-১৪	১৫-১৯	২০-২৪

### স্কোরঃ

ক্রমিক নং	বিবরণ	নম্বর
1	মূল বিষয় উপস্থাপন	৪০
2	ভাষার স্পষ্টতা	২০
3	ভিডিওর কাঠামো	৩০
4	নিয়মাবলী অনুসরণ	১০

### ভিডিও জমাদানের নির্দেশিকাঃ

যোগ্যতাঃ নিউট্রিশন ক্লাব সদস্য, এনসিবি সদস্য, এবং শিক্ষার্থী যারা নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড ২০২০ এর ওয়েবসাইট এর মাধ্যমে রেজিস্ট্রেশন করবে তারা সবাই অংশগ্রহণ করতে পারবেন।

ভিডিওর দৈর্ঘ্যঃ সর্বোচ্চ ১ মিনিট।

ভাষাঃ বাংলা (শুধু ইংরেজিও গ্রহণযোগ্য)

ফরমেটঃ MP4 (মোবাইল ফোন উপযোগী), ই-মেইল অথবা গুগল ড্রাইভের এর মাধ্যমে পাঠাতে হবে অথবা আপলোড করতে হবে।

পাঠানোর শেষ তারিখঃ ১০ ডিসেম্বর, ২০২০

ভিডিও পাঠানোর ঠিকানাঃ

ইমেইলঃ [no2020@biid.org.bd](mailto:no2020@biid.org.bd) অথবা আপলোড করুন [www.nutritionolympiad.net/2020](http://www.nutritionolympiad.net/2020) এই ওয়েবসাইটে গিয়ে।

ই মেইলে জমা দেয়ার সময় 'Subject' এ লিখতে হবে, " video message Competition (রেজিস্ট্রেশন নাম্বার)" ।

নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড ২০২০ ওয়েব সাইটে রেজিস্ট্রেশন করার সময় রেজিস্ট্রেশন নাম্বারটি তৈরি হবে।

ভিডিও মেসেজ প্রতিযোগিতা নিয়ে যেকোন প্রশ্ন থাকলে যোগাযোগ করুন রাইসা মেহজাবীন, ফোনঃ 01521572344 অথবা

ইমেইল [raisameh20@gmail.com](mailto:raisameh20@gmail.com)

নির্বাচিত ভিডিও গুলো নিউট্রিশন অলিম্পিয়াডের দিন প্রদর্শন করা হবে এবং অলিম্পিয়াড পরবর্তী সময়ে BIID Foundation সামাজিক

যোগাযোগ মাধ্যমে দেখানো হবে। সমাপনী অনুষ্ঠানে সেরা ভিডিওটি পুরস্কৃত হবে।

অংশগ্রহণকারীদের জন্য সম্মেলনের প্যানেলে সম্মতির জন্য একটি অপশন থাকবে যার মাধ্যমে ভিডিওটির লাইভ সম্প্রচারের সাথে

অংশগ্রহণকারীর সম্মতি নিশ্চিতকরণ হবে।

নির্বাচিত ভিডিও সমূহ BIID foundation এর ওয়েবসাইটে আপলোড করা হবে।

যেকোনো ধরনের অসদুপায় অবলম্বনকারীর আবেদন বাতিল হয়ে যাবে।

বিচারকগণের সিদ্ধান্তই চূড়ান্ত বলে গৃহীত হবে।

**একজন ব্যক্তি বা দল সর্বোচ্চ ৩ টি প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণ করতে পারবে।**

