

## ‘পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতা’ এর নির্দেশিকা

পুষ্টি সংবেদনশীল এবং কিশোর-কিশোরী বান্ধব স্থানীয় খাদ্য ব্যবস্থা

ইন্টারন্যাশনাল নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড (INO) একটি বার্ষিক বিশ্বব্যাপী অনুষ্ঠান যেখানে কিশোর-কিশোরী এবং যুবক-যুবতীরা উদ্ভাবনী কার্যক্রমের মাধ্যমে স্বাস্থ্যকর খাদ্য এবং পুষ্টি প্রচারের জন্য তাদের অভিজ্ঞতা ভাগ করে নেওয়ার, পুষ্টি সম্পর্কিত তাদের উদ্বেগ এবং চ্যালেঞ্জগুলি প্রকাশ করার এবং কার্যকর সমাধান অনুসন্ধান করার এবং নেটওয়ার্ক তৈরি করার সুযোগ পায়। বিড ফাউন্ডেশন ২০১৭ সাল থেকে বিভিন্ন সরকারি ও বেসরকারি সংস্থার সহযোগিতায় এই কর্মসূচি আয়োজন করে আসছে। পুষ্টি বিষয়ে জাতীয় ও আন্তর্জাতিক লক্ষ্য অর্জনে কিশোর-কিশোরী ও তরুণদের অংশগ্রহণ এবং নেতৃত্ব প্রতিষ্ঠায় ইন্টারন্যাশনাল নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড কার্যকর ভূমিকা পালন করছে।

ইন্টারন্যাশনাল নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড ২০২৫, এই উদ্যোগের ৮ম সংস্করণ ২৪-২৫ই এপ্রিল বাংলাদেশের ঢাকায় অনুষ্ঠিত হবে। শিশু-কিশোর এবং যুবক-যুবতীদের একক এবং দলগতভাবে নিউট্রিশন ক্লাবগুলির নেটওয়ার্কের মাধ্যমে জড়িত হতে উৎসাহিত করা হচ্ছে। ইন্টারন্যাশনাল নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড ২০২৫ এ বিভিন্ন প্রতিযোগিতা, সেমিনার, প্রকল্প প্রস্তাবনা, কর্মশালা, প্রশিক্ষণ ও পোস্টার প্রদর্শনীর আয়োজন করা হবে। 'পুষ্টি বাগান' সহ মোট ১৫ টি প্রতিযোগিতা অনুষ্ঠিত হবে। ০৬ থেকে ২৪ বছর বয়সীমার মধ্যে যে কেউ 'পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতায়' অংশগ্রহণ করতে পারবে। পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণের নির্দেশিকা নিচে দেয়া হলো:

### পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতা

ঘরোয়া বা সম্প্রদায়ভিত্তিক শাকসবজি চাষ স্থানীয় স্তরে পুষ্টির একটি সম্ভাব্য উৎস হতে পারে যা পারিবারিক পুষ্টির ঘাটতি পূরণে সাহায্য করে। শিশু, কিশোর এবং তরুণদের পুষ্টি ক্লাবের মাধ্যমে বাগান কাজে অংশগ্রহণের জন্য উৎসাহিত করা হয়। এছাড়াও অনেক ব্যক্তি ও পরিবার তাদের খাদ্য চাহিদা পূরণের জন্য সাধারণত বসতবাড়ির বাগান পরিচালনা করে। যাদের বাগান নেই, তারা প্রদত্ত থিমের উপর ভিত্তি করে একটি পুষ্টি নিশ্চিত কারী বাগানের ডিজাইন বা ছবি কল্পনা করে তৈরি করতে পারেন এবং ডিজিটাল ডিজাইন বা চিত্র হিসেবে তাদের কাজ জমা দিতে পারেন।

### বয়স গ্রুপ:

গ্রুপ এ	গ্রুপ বি	গ্রুপ সি
০৬-১০	১১-১৮	১৯-২৪

### প্রতিপাদ্য বিষয়:

গ্রুপ এ: একটি বৈচিত্রময় বাগান: সবার জন্য পুষ্টি নিশ্চিত চাষাবাদ।

গ্রুপ বি: পরিবেশ বান্ধব চাষাবাদের মাধ্যমে পুষ্টির স্থায়িত্ব।

গ্রুপ সি: পুষ্টি এবং অর্থনৈতিক ক্ষমতায়নের জন্য বাগান।

### যোগ্যতা:

- প্রতিযোগীদের ইন্টারন্যাশনাল নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড INO ২০২৫ ওয়েবসাইটে ([www.nutritionolympiad.net](http://www.nutritionolympiad.net)) রেজিস্ট্রেশন ফর্ম পূরণ করতে হবে এবং রেজিস্ট্রেশনের সময় 'পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতা' নির্বাচন করতে হবে।
- নির্ধারিত বয়সসীমার মধ্যে থাকা যে কোনো প্রতিযোগী অংশগ্রহণ করতে পারবে।
- একক এবং দলগতভাবে অংশগ্রহণকারী এই প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণ করা যাবে।
- প্রতিযোগী বা অভিভাবক বা প্রতিষ্ঠানের নূনতম আইটি সুবিধা [ফোন, ইমেইল, হোয়াটসঅ্যাপ, জুম অ্যাকাউন্ট (বাস্তবতামূলক নয়)] থাকতে হবে।

### রেজিস্ট্রেশন:

সকল অংশগ্রহণকারীকে INO ২০২৫-এর নির্দিষ্ট ওয়েবসাইটে ([www.nutritionolympiad.net](http://www.nutritionolympiad.net)) রেজিস্ট্রেশন করতে হবে। INO ২০২৫ ওয়েবসাইটে রেজিস্ট্রেশন লিংক ক্লিক করে 'পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতা' নির্বাচন করতে হবে।

রেজিস্ট্রেশনের সময়সীমা: মার্চ ৩১, ২০২৫ (রাত ১১টা ঢাকা সময়)

জমা দেয়ার সময়সীমা: এপ্রিল ০৬, ২০২৫ (রাত ১১টা, ঢাকা সময়)

পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণের নির্দেশনা:

১. প্রতিযোগীর তথ্য: নাম, বয়স, পদবি, প্রতিষ্ঠান, ঠিকানা, যোগাযোগ নম্বর এবং ইমেইল।

২. পুষ্টি বাগানের কাঠামো:

- বাগানের শ্রেণী
- বাগানের বর্ণনা (সর্বোচ্চ ৫০ শব্দ)
- বাগানের আকার
- সবজির নাম
- গত ৩ মাসে উৎপাদন (কেজি/ অন্যান্য)
- পুষ্টির সুবিধা গুলি বুঝুন (২০ শব্দ )
- বাগানের কার্যকলাপে নিযুক্ত ব্যক্তি
- অংশগ্রহণকারীদের সাথে বাগানের রঙিন ছবি (বাগানে দাঁড়িয়ে) এবং যাদের বাগান নেই তারা তাদের কল্পনা করা বাগানের একটি নকশা বা অঙ্কন তৈরি করবেন।

৩. ফর্ম্যাটিং:

ফন্ট: Gill Sans MT (ইংরেজি) অথবা Kalpurush (বাংলা)

ফন্ট সাইজ: ১২, বিশেষ ফর্ম্যাটিং ছাড়াই প্লেইন টেক্সট, A4 সাইজ পেপার

৪. ভাষা: ইংরেজি এবং বাংলা

৫. জমা এবং নির্বাচন প্রক্রিয়া:

অংশগ্রহণকারীরা গুগল ফর্ম/ইমেইলের মাধ্যমে তথ্য জমা দিবেন (মেইলের বিষয়বস্তুতে 'পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতা' উল্লেখ করতে হবে।)

প্রাথমিক নির্বাচন:

- প্রতিটি বয়সের সেরা ১৫ টি পুষ্টি বাগান ধারণা ইন্টারন্যাশনাল নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড ২০২৫- এ প্রদর্শনের জন্য সংক্ষিপ্ত তালিকাভুক্ত করা হবে।

চূড়ান্ত নির্বাচন:

- প্রতিটি গ্রুপ থেকে সেরা ৩টি পুষ্টি বাগান ধারণাকে বিজয়ী ঘোষণা করা হবে।

স্কোর ক্রাইটেরিয়াঃ

ক্রম	বিষয়	নাম্বার
০১	আইটেম (সবজি) এবং পুষ্টির মান বর্ণনা করুন	৩০
০২	পরিবার বা দলের সদস্যদের অংশগ্রহণ	২০
০৩	ধারাবাহিকতা	২০
০৪	নতুনত্ব	২০
০৫	নিয়ম অনুসরণ	১০
মোট		১০০

বিশেষ দ্রষ্টব্য:

- পুষ্টি বাগান ধারণা অবশ্যই মৌলিক হতে হবে এবং পরামর্শকদাতাদের নির্দেশনা অনুসারে অংশগ্রহণকারী দ্বারা তৈরি করা যেতে পারে। AI সরঞ্জাম বা অনলাইন সহায়ক সরঞ্জাম ব্যবহার করে তৈরি করা পুষ্টি বাগানের ধারণা অযোগ্য ঘোষণা করা হবে।
- বিচারকদের সিদ্ধান্ত চূড়ান্ত বলে বিবেচিত হবে এবং কোন ভুলের ফলে অযোগ্য ঘোষণা করা হবে।
- ইন্টারন্যাশনাল নিউট্রিশন অলিম্পিয়াড ২০২৫ এর সমাপনী অনুষ্ঠানে বিজয়ীদের ঘোষণা করা হবে।

যোগাযোগ:

পুষ্টি বাগান প্রতিযোগিতা সংক্রান্ত যেকোনো তথ্য বা প্রশ্নের জন্য যোগাযোগ করুন:

ফোন: +৮৮০১৭৮২৫১০০৮৯ অথবা ইমেইল: [ino@biid.org.bd](mailto:ino@biid.org.bd)

একজন অংশগ্রহণকারী বা একটি দল সর্বোচ্চ ৩ (তিন) টি প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণ করতে পারবে।