গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
বাংলাদেশ, ঢাকা
www.dshe.gov.bd

স্মারক নং- ৩৭.০২.০০০০.১০৭.৩১.৫৫২.২০২৫-৮০৮ তারিখ:০৫/০৩/২০২৬ খ্রি.

বিষয়: মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের আওতাধীন সকল শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে পর্যায়ক্রমে "বৈজ্ঞানিক লাইফস্টাইল ডেভেলপমেন্ট এবং মানসিক স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম" বাস্তবায়ন প্রসঙ্গে।

সূত্র: শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের স্মারক নং- ৩৭.০০.০০০০.০৭১.৯৯.০২৬.২৫-৬৩; তারিখ: ০৯/০২/২০২৬

উপর্যুক্ত বিষয় ও সূত্রের আলোকে শিক্ষা মন্ত্রণালয়, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, সরকারি মাধ্যমিক-১ শাখা হতে বেসরকারি সংস্থা কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন কর্তৃক প্রস্তুতকৃত "বৈজ্ঞানিক লাইফস্টাইল ডেভেলপমেন্ট এবং মানসিক স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম" সংক্রান্ত ম্যানুয়ালের ভিত্তিতে পরিকল্পনা অনুযায়ী মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের আওতাধীন সকল শিক্ষা প্রতিষ্ঠান (স্কুল ও কলেজ)-এর শিক্ষক ও শিক্ষার্থীদের জন্য সমঝোতা স্মারকের মাধ্যমে বিনামূল্যে একদিনের প্রশিক্ষণ সম্পাদনের জন্য নির্দেশনা প্রদান করা হয়েছে। শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের নির্দেশনা অনুযায়ী উক্ত কার্যক্রম নিম্নোক্তভাবে বাস্তবায়নের জন্য নির্দেশক্রমে অনুরোধ করা হলো:

১. প্রশিক্ষণ কার্যক্রমের শিরোনাম: শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে "বৈজ্ঞানিক লাইফস্টাইল ডেভেলপমেন্ট এবং মানসিক স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম";

২. শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের নির্দেশনা অনুযায়ী মাউশি ও কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের মধ্যে স্বাক্ষরিত সমঝোতা স্মারক অনুযায়ী মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের অধীন মাধ্যমিক পর্যায়ের সকল শিক্ষা প্রতিষ্ঠান প্রশিক্ষণ কার্যক্রমটি স্ব স্ব ভেন্যুতে বিনামূল্যে বাস্তবায়ন করবে;

৩. শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের প্রধানগণ কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের নিবন্ধিত ও নির্ধারিত স্বেচ্ছাসেবী প্রশিক্ষকগণের সাথে আলোচনা সাপেক্ষে শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে "বৈজ্ঞানিক লাইফস্টাইল ডেভেলপমেন্ট এবং মানসিক স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম" অনুযায়ী শিক্ষক ও শিক্ষার্থীদের জন্য ১ দিনের প্রশিক্ষণ কার্যক্রমের আয়োজন করবেন;

৪. প্রশিক্ষণ পরবর্তী দৈনিক অনুশীলন কার্যক্রম নিয়মিত বাস্তবায়ন নিশ্চিত করার জন্য প্রশিক্ষণ ম্যানুয়ালের পরিশিষ্ট- ২(গ) -এর "বাস্তবায়ন ও মনিটরিং নির্দেশনা" অনুসারে স্ব স্ব শিক্ষা প্রতিষ্ঠান একটি মনিটরিং পুল গঠন করবে;

৫. ম্যানুয়ালের পরিশিষ্ট-২ এ অন্তর্ভুক্ত পরিচালনা ও বাস্তবায়ন গাইডলাইনের কাউন্সেলিং সেবা প্রদানসহ অবশিষ্ট নির্দেশনাগুলো শিক্ষার্থীদের দৈনিক অনুশীলন কার্যক্রমের সাথে প্রয়োজন অনুসারে বাস্তবায়িত হবে;

৬. প্রশিক্ষণ ম্যানুয়ালের পরিশিষ্ট- ২ ও ৪ এ বর্ণিত নীতিমালা অনুসারে স্ব স্ব শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের মনিটরিং পুল তাদের কার্যক্রম পরিচালনা করবে। মনিটরিং পুলের কার্যাবলি প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল এবং পরিচালনা ও বাস্তবায়ন গাইডলাইনের মধ্যে সীমাবদ্ধ থাকবে। এর বাইরের কোনো কার্যক্রমের সাথে কোনো অবস্থাতেই সম্পৃক্ত হওয়া যাবে না;

৭. স্ব স্ব শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের মনিটরিং পুল প্রতি বছর নতুন ভর্তিকৃত শিক্ষার্থীদের প্রশিক্ষণ প্রদানের ব্যবস্থা করবেন। প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা বেশি হলে আলোচনা সাপেক্ষে ব্যাচ আকারে প্রশিক্ষণ প্রদান করা যেতে পারে;

৮. অসংক্রামক রোগ প্রতিরোধ ও মানসিক স্বাস্থ্য সুরক্ষা এবং অভিভাবকদেরকে এই প্রশিক্ষণ সম্পর্কে অবহিতকরণের অংশ হিসেবে কোনো শিক্ষা প্রতিষ্ঠান প্রয়োজন মনে করলে, ম্যানুয়ালের পরিশিষ্ট-৪(১)(৩) অনুযায়ী প্রয়োজনবোধে শিক্ষার্থীদের অভিভাবকদের প্রশিক্ষণের আওতায় এনে কার্যক্রমের সাথে সম্পৃক্ত করা যেতে পারে;

৯. প্রতিষ্ঠান প্রধানগণ সংশ্লিষ্ট অঞ্চল/জেলা/থানা/উপজেলার সংশ্লিষ্ট শিক্ষা কর্মকর্তাদের প্রত্যক্ষ সহযোগিতায় কার্যক্রমটি বাস্তবায়ন করবেন। সংশ্লিষ্ট কর্মকর্তাগণ সমঝোতা স্মারকের অংশ হিসেবে স্ব স্ব অবস্থান থেকে প্রশিক্ষণ কার্যক্রমটি বাস্তবায়ন সমন্বয় করবেন। তাছাড়া প্রতিষ্ঠান প্রধানগণ প্রশিক্ষণ সংক্রান্ত গুরুত্বপূর্ণ কোনো বিষয়ে প্রয়োজনে কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের কেন্দ্রীয় প্রশিক্ষণ কার্যক্রমের কো-অর্ডিনেটর (মানসিক স্বাস্থ্য, শিক্ষা ও প্রশিক্ষণ) সাইকোলজিস্ট (প্রয়োজনে যোগাযোগ : ০১৮৯২০০৯৯১৪ ও ই-মেইল : totalfitness@quantummethod.org.bd) এর সাথে যোগাযোগ করতে পারবেন;

চলমান পাতা-০২

১০. প্রশিক্ষণ কার্যক্রমটি বাস্তবায়নে এবং প্রশিক্ষণ পরবর্তী দৈনিক অনুশীলন কার্যক্রমের মনিটরিং পুলের সদস্য হিসেবে বাংলাদেশ স্কাউটস (স্কাউটস- স্কুল পর্যায়ে ও রোভার স্কাউটস- কলেজ পর্যায়ে) সদস্যরা স্বেচ্ছাসেবক হিসেবে সম্পৃক্ত থাকবে।

05.03.26

(প্রফেসর ড. খান মইনুদ্দিন আল মাহমুদ সোহেল)
পরিচালক (মাধ্যমিক)
☎ ৪১০৫০২৮৫

বিতরণ:

১। অধ্যক্ষ, সরকারি কলেজ (সকল);
২। অধ্যক্ষ, বেসরকারি কলেজ (সকল);
৩। অধ্যক্ষ/প্রধান শিক্ষক, সরকারি স্কুল এন্ড কলেজ (সকল);
৪। অধ্যক্ষ/প্রধান শিক্ষক, বেসরকারি স্কুল এন্ড কলেজ (সকল);
৫। প্রধান শিক্ষক, সরকারি মাধ্যমিক বিদ্যালয় (সকল);
৬। প্রধান শিক্ষক, বেসরকারি নিম্ন মাধ্যমিক ও মাধ্যমিক বিদ্যালয় (সকল);

স্মারক নং- ৩৭.০২.০০০০.১০৭.৩১.৫৫২.২০২৫-৬০৮(১২) তারিখ: ০৫/০৩/২০২৬ খ্রি.

অনুলিপি: সদয় অবগতি ও প্রয়োজনীয় কার্যার্থে (জ্যেষ্ঠতার ক্রমানুসারে নয়):

০১। সচিব, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়;
০২। যুগ্মসচিব (মাধ্যমিক-১), মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়;
০৩। পরিচালক (কলেজ ও প্রশাসন/মাধ্যমিক/প্রশিক্ষণ/পরি: ও উন্ন:/অর্থ ও ক্রয়/মনি: এন্ড ইভা:), মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর বাংলাদেশ, ঢাকা;
০৪। পরিচালক, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা (সকল অঞ্চল);
০৫। উপপরিচালক, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা (সকল অঞ্চল) [প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদানের অনুরোধসহ];
০৬। জেলা শিক্ষা অফিসার (সকল জেলা) [প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদানের অনুরোধসহ];
০৭। চেয়ারম্যান, কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন, শান্তিনগর, ঢাকা [প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদানের অনুরোধসহ];
০৮। উপজেলা/থানা মাধ্যমিক শিক্ষা অফিসার (সকল উপজেলা/থানা) [প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদানের অনুরোধসহ];
০৯। কো-অর্ডিনেটর (শিক্ষা ও প্রশিক্ষণ), কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন, ৩১/ভি শিল্পাচার্য জয়নুল আবেদীন সড়ক, শান্তিনগর, ঢাকা-১২১৭;
১০। সভাপতি,.. [প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদানের অনুরোধসহ];
১১। পিএ টু মহাপরিচালক, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর বাংলাদেশ, ঢাকা;
১২। সংরক্ষণ নথি।

05/03/2026

(এস এম জিয়াউল হায়দার হেনরী)
সহকারী পরিচালক (মাধ্যমিক-১)
addshesecondayl@gmail.com