

আন্তর্জাতিক গন্ধের L মিনিট

10 জুন 2025

10:06

শ্বাস নিন, অনুভব করুন, লিখুন



একটি ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য এবং কবিতাময় অভিজ্ঞতা

সম্প্রদায়িক, দুনিয়া भर में। लेखक मैथिली सिमोने के एक विचार पर आधारित

প্রোটোকল

এটি খুবই সহজ এবং মাত্র কয়েক মিনিট সময় লাগে

- 1 আগামী 10 জুন, সকাল 10টা 06 মিনিটে বাইরে থাকার পরিকল্পনা করুন যাতে আপনি অভিজ্ঞতা শুরু করতে পারেন।
- 2 ধীরে হাঁটুন এবং আপনার শ্বাস-প্রশ্বাসের প্রতি মনোযোগ দিন। নীরব থাকুন।
- 3 যখনই আপনার নাক কোনো গন্ধ শনাক্ত করে, থেমে যান। গন্ধটি যেমনই হোক, তাতে কিছু যায় আসে না। এটি মনোরম বা অমনোরম, প্রবল বা হালকা, দীর্ঘস্থায়ী বা ক্ষণস্থায়ী হতে পারে।
- 4 চোখ বন্ধ করুন। কিছু ভাবার চেষ্টা করবেন না। শুধুমাত্র গন্ধটির ওপর মনোযোগ দিন। এটিকে মনে রাখার চেষ্টা করুন এবং বর্ণনা করার জন্য শব্দ খুঁজুন।
- 5 এরপর, কলম তুলে নিন! একটি সাদা *bristol* কার্ড-এ (10x15 সেমি আকারের মোটা কাগজ) সেই গন্ধটি বাংলায় বা আপনার মাতৃভাষায় আপনার নিজের শব্দে লিখুন: অনুভূতি, স্মৃতি, আবেগ, বিশেষণ... আপনি এটি যেভাবে খুশি বর্ণনা করতে পারেন — কয়েকটি শব্দে বা কয়েকটি বাক্যে।
- 6 *Bristol* কার্ড-এর পিছনে আপনার নাম, বয়স এবং পর্যবেক্ষণের স্থানটির ঠিকানা (আনুমানিক হলেও চলবে) লিখুন। যদি আপনি গন্ধের L মিনিট আন্তর্জাতিক গন্ধের L মিনিট সংক্রান্ত কার্যক্রম সম্পর্কে জানতে চান, তাহলে আপনার যোগাযোগের তথ্য দিন।
- 7 আপনার লেখা যত তাড়াতাড়ি সম্ভব, সম্ভব হলে 17 জুনের আগে, নিচের ঠিকানায় পাঠিয়ে দিনঃ
Atmo Normandie, 3 place de la Pomme d'Or, 76000 Rouen, France

৭ থেকে ১০৭ বছর বয়স পর্যন্ত : সবার জন্য, সারা পৃথিবী জুড়ে উন্মুক্ত !

অভিজ্ঞতা

প্রস্তুতি

1 ঘ্রাণ পর্যবেক্ষণের স্থান এবং যে সীমা অতিক্রম করা যাবে না তা আগেই নির্ধারণ করুন (যেমন বিদ্যালয়ের মাঠ বা কাছের কোনো পার্ক)।

2 এই "গন্ধ অনুসন্ধান এলাকা" যথেষ্ট বড় হওয়া উচিত যাতে প্রত্যেকে নিজ নিজ ইন্দ্রিয় অভিজ্ঞতা স্বাধীনভাবে গ্রহণ করতে পারে, এবং আবার যথেষ্ট সীমিত যাতে আয়োজকরা অংশগ্রহণকারীদের, বিশেষ করে শিশুদের, পর্যবেক্ষণ করতে পারে।

3 জোর দিয়ে বলুন যে অভিজ্ঞতাটি একা একা, কয়েক মিটার ব্যবধানে এবং নিঃশব্দে করতে হবে: কারো প্রভাব পড়া উচিত নয়, এবং প্রত্যেকের মনোযোগ যেন বিঘ্নিত না হয়।

4 বাইরে যাওয়ার আগে দলকে এই প্রোটোকলটি ব্যাখ্যা করার জন্য সময় দিন। নিশ্চিত করুন যে প্রত্যেকে এটি ভালোভাবে বুঝেছে। ব্যাখ্যা করুন যে এটি একটি বৈজ্ঞানিক এবং একইসঙ্গে শিল্পমূলক অভিজ্ঞতা।

5 যদি এটি একটি শিশুদের দল হয়, তাহলে "L মিনিট"-কে একটি ছোট নাটকীয় দৃশ্য হিসাবে উপস্থাপন করা যেতে পারে : প্রত্যেকে একটি চরিত্রে অভিনয় করবে, সহপাঠীদের থেকে দূরে থেকে, শান্তভাবে হেঁটে... শিশুদের আশ্বস্ত করুন যে কোনও নম্বর নেই, শিশুদের আশ্বস্তকোনও সঠিক বা ভুল উত্তর নেই। করুন যে কোনও নম্বর নেই, বানানের ভুল থাকলেও *bristol* কার্ড বাতিল করা হবে না।

6 বাইরে যাওয়ার আগে *bristol* কার্ড বিতরণ করুন। প্রত্যেকের কাছে একটি কলম থাকা উচিত এবং সম্ভব হলে বাইরে লেখার সুবিধার্থে একটি লেখার বোর্ড থাকা উচিত। আবহাওয়া অনুযায়ী পরিধান করতে ভুলবেন না।

7 অভিজ্ঞতা সত্যিই 10:06 এ শুরু হয় তা নিশ্চিত করতে দল নিয়ে পর্যবেক্ষণের স্থানে পৌঁছাতে যথেষ্ট সময় বরাদ্দ করুন।

আপনি কি একজন শিক্ষক বা প্রশিক্ষক?

আপনি আমাদের গাইড ডাউনলোড করতে পারেনঃ

'Introduction à l'olfaction'

(শুধুমাত্র ফরাসি ভাষায় উপলব্ধ)



কার্যক্রম

1 একটি শব্দ সংকেত (ঘণ্টা, বাঁশি, মোবাইল থেকে সঙ্গীত ইত্যাদি) ব্যবহার করে অভিজ্ঞতা শুরু করা যেতে পারে, যাতে এটি একটি আনুষ্ঠানিক এবং নির্ধারিত শুরু হয়, সকাল 10:06-এ।

2 অভিজ্ঞতা খুব দীর্ঘ হওয়া উচিত নয়। সকাল 10:15-এ দ্বিতীয় শব্দ সংকেত দিয়ে এটি শেষ করার পরামর্শ দেওয়া হয়।

3 যদি কিছু শিক্ষার্থী কোনো গন্ধ অনুভব না করে, তাহলে তাদের *bristol* কার্ড-এ "কিছু না" লিখে তা উল্লেখ করা উচিত। তাদের উৎসাহ দিন — কারণ বিজ্ঞানীদের কাছে, শূন্য ফলাফলও একটি ফলাফল এবং তা বিবেচনা করা গুরুত্বপূর্ণ।

4 সম্মিলিত অভিজ্ঞতাটি শক্তিশালী করতে, সবাইকে একত্র করে পাঠ aloud পড়ার প্রস্তাব দিন। প্রত্যেকে নিজের বা অন্যের লেখা পড়তে পারে। আবেগময় মুহূর্ত নিশ্চিত!

5 শিক্ষকরা চাইলে অংশগ্রহণ করতে পারেন — শুধু সাদা *bristol* কার্ড-এ নয়, বরং পুরো অভিজ্ঞতা সম্পর্কে তাদের পর্যবেক্ষণগুলি একটি রঙিন *bristol* কার্ড-এ লিখতে পারেন (যেমন: কর্মশালাটি কেমন ছিল, দলটি কিভাবে প্রতিক্রিয়া জানিয়েছে ইত্যাদি)।



আরও তথ্যের জন্য দেখুন

atmonormandie.fr

যোগাযোগ করুন mio@atmonormandie.fr অথবা ফোন করুন +33 2 35 07 94 30