

2026-এর পরিবারদের সাথে শীতকালীন সম্পৃক্ততার কর্মশালা

অনুগ্রহ করে এই উইন্টার-এ (শীতে) প্রতি সোমবার এবং মঙ্গলবার সন্ধ্যায়
আমাদের ভার্যুয়াল সেবাশুশ্রুসা বিষয়ক কর্মশালায় যোগ দিন!

1/26



5, 6 জানুয়ারি: একটি
অধিকতর সুস্থ জীবন গড়ে
তোলা

12, 13 জানুয়ারি: যেসকল ছেলেমেয়ে
আঘাতপ্রাপ্ত হয়েছে তাদের সেবাশুশ্রুসা করা

20 জানুয়ারি: আড়ালে থাকা ব্যক্তির অবদানকে
স্বীকৃতি দেওয়া

26, 27 জানুয়ারি: নিয়ন্ত্রণ-সহায়তার শুরু
আপনার কাছ থেকে: অভিভাবকদের জন্য
স্নায়ুতন্ত্রের সাক্ষরতা

3/26



2, 3 মার্চ: আনন্দ, খেলাধুলা
করা, এবং পরিবারের রুটিনের
নিরাময় ক্ষমতা

9, 10 মার্চ: পরিবার এবং কমিউনিটির মাধ্যমে
সহনশীলতা লালন

16, 17 মার্চ: স্কুলে উপস্থিতিতে আঘাতপ্রাপ্তির
প্রভাব

23, 24 মার্চ: SEL-এর উপর আঘাতপ্রাপ্তির
প্রভাব

30, 31 মার্চ: একসাথে খাবার খাওয়া

2/26



2, 3 ফেব্রুয়ারি: আশা:
পরিবারদের উপর আঘাতপ্রাপ্তির
প্রভাব কাটিয়ে ওঠা

9, 10 ফেব্রুয়ারি: বাড়িতে নিরাপদ স্থান: আঘাত-
সংবেদনশীল সন্তান লালন-পালনের চর্চা

23, 24 ফেব্রুয়ারি: বিশৃঙ্খলার মধ্যে প্রশান্তি:
পরিবারদের জন্য খাপ-খাওয়ানর দক্ষতাসমূহ

সেন্ট্রাল ক্রাইসিস সাপোর্ট টিম (CCST) NYC পাবলিক
স্কুলস্-এর ছেলেমেয়েদের অভিভাবকদের জন্য
আঘাতপ্রাপ্তির সচেতনতা সম্পর্কে ভার্যুয়াল
কর্মশালাসমূহ আয়োজন করবে। এসব কর্মশালা
অভিভাবকদেরকে আত্ম-সেবাশুশ্রুসার জন্য বিভিন্ন
উপকরণ ও কৌশল প্রদান করে, এবং
অভিভাবকদেরকে তাদের ছেলেমেয়েদের সহায়তা
প্রদানের জন্য জ্ঞান ও বিভিন্ন কৌশল দিয়ে প্রস্তুত
করে অভিভাবকদের মধ্যে কমিউনিটিবোধ জাগ্রত
করে!

সোমবার

5:00-6:00 PM

জুম (ZOOM) লিংক



মঙ্গলবার

7:30-8:30 PM

জুম (Zoom) লিংক



2026-এর পরিবারদের সাথে বসন্তের সম্পৃক্ততার কর্মশালা

অনুগ্রহ করে এই স্প্রিং-এ (বসন্তে) প্রতি সোমবার এবং মঙ্গলবার সন্ধ্যায় আমাদের ভারুয়াল সেবাশ্রমী বিষয়ক কর্মশালায় সাথে যোগ দিন!

4/26



13, 14 এপ্রিল: পুনরায় শক্তি
সঞ্চয় করুন: অধিক
ভারাক্রান্ত পিতামাতাদের
জন্য পুনর্গঠনমূলক অনুশীলন

20, 21 এপ্রিল: বিভিন্ন আবেগ বুঝতে পারা

27, 28 এপ্রিল: বিরতির অনুমতি: ক্রান্ত
পিতামাতাদের জন্য সীমানা-নির্ধারণ

5/26



4, 5 মে: অভিভাবকদের আত্ম-
প্রশান্তি: বাড়িতে সাহায্যকারীর
নিরাময়

11, 12 মে: কঠিন সময়ের পরে পুনঃসংযোগ
করা: নিরাময়কারী পারিবারিক যোগাযোগ

18, 19 মে: কারণ হওয়ার বা সূত্রপাতের
উদ্দীপকসমূহকে বুঝতে পারা: আবেগজনিত
নিরাপত্তার জন্য পরিবারের উপকরণসমূহ

26 মে: প্রজন্মগত নিরাময়: বিভিন্ন সময়ের
আঘাতপ্রাপ্তি সম্পর্কে ধারণা

6/26



1, 2 জুন: চাপে থাকা মস্তিষ্ক:
সকল অভিভাবকের যে জানা
উচিত

8,9 জুন: প্রশান্তিতে বেঁচে থাকা: আঘাতপ্রাপ্তি-
সচেতন মননশীলতার (মাইন্ডফুলনেস)
উপকরণসমূহ

15,16 জুন: পরিবার কীভাবে ছেলেমেয়েদের
সামার-এর (গ্রীষ্মের) শিক্ষণে অংশগ্রহণে
সাহায্য করতে পারে

সেন্ট্রাল ক্রাইসিস সাপোর্ট টিম (CCST) NYC পাবলিক
স্কুলস্-এর ছেলেমেয়েদের অভিভাবকদের জন্য
আঘাতপ্রাপ্তি-সচেতন ভারুয়াল কর্মশালা আয়োজন
করবে। এসব কর্মশালা অভিভাবকদেরকে আত্ম-
সেবাশ্রমীর জন্য বিভিন্ন উপকরণ ও কৌশল প্রদান
করে, এবং অভিভাবকদেরকে তাদের ছেলেমেয়েদের
সহায়তা প্রদানের জন্য জ্ঞান ও বিভিন্ন কৌশল দিয়ে
প্রস্তুত করে অভিভাবকদের মধ্যে কমিউনিটিবোধ
জাগ্রত করে!

সোমবার

5:00-6:00 PM

জুম (ZOOM) লিংক



মঙ্গলবার

7:30-8:30 PM

জুম (Zoom) লিংক



2026-এর পরিবারদের সাথে শীতের/বসন্তের সম্পৃক্ততার কর্মশালা

অনুগ্রহ করে এই উইন্টার/স্প্রিং-এ প্রতি সোমবার এবং মঙ্গলবার সন্ধ্যায় আমাদের
অভিভাবকদের ভার্যুয়াল কর্মশালায় যোগ দিন!



জানুয়ারি:

5, 6, 12, 13, 20, 26, 27



ফেব্রুয়ারি:

2, 3, 9, 10, 23, 24



মার্চ:

2, 3, 9, 10, 16, 17, 23, 24, 30, 31



এপ্রিল:

13, 14, 20, 21, 27, 28



মে:

4, 5, 11, 12, 18, 19, 26



জুন:

1, 2, 8, 9, 15, 16

সোমবার

5:00-6:00 PM



জুম (Zoom) লিংক

মঙ্গলবার

7:30-8:30 PM



জুম (Zoom) লিংক



সেন্ট্রাল ক্রাইসিস সাপোর্ট টিম (CCST) NYC পাবলিক স্কুলস্-এর ছেলেমেয়েদের
অভিভাবকদের জন্য আঘাতপ্রাপ্তি-সচেতন ভার্যুয়াল কর্মশালাসমূহ আয়োজন করবে। এসব
কর্মশালা অভিভাবকদেরকে আত্ম-সেবাশুশ্রূষার জন্য বিভিন্ন উপকরণ ও কৌশল প্রদান
করে, এবং অভিভাবকদেরকে তাদের ছেলেমেয়েদের সহায়তা প্রদানের জন্য জ্ঞান ও
বিভিন্ন কৌশল দিয়ে প্রস্তুত করে অভিভাবকদের মধ্যে কমিউনিটিবোধ জাগ্রত করে!