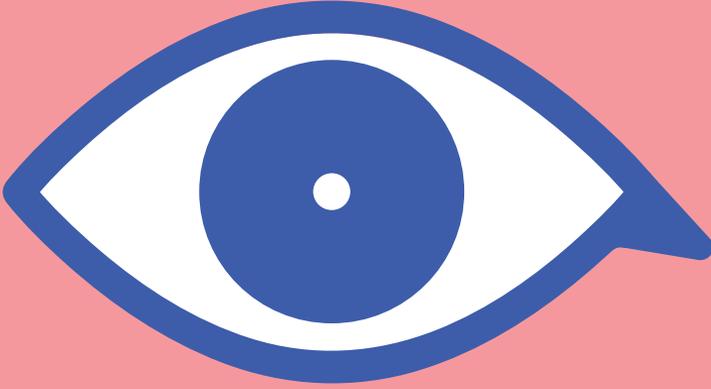


# ব্লিঙ্ক তো স্পিক



বিশ্বের প্রথম  
আইয়্যান ভাষা গাইড  
বাংলা



নিখুঁত মানুষদের হৃদয় উজ্জ্বল ।  
স্টিফেন হকিং

ব্লিঙ্ক তো স্পিক, বিশ্বের প্রথম চোখের ভাষা একটি সহজ যোগাযোগ পদ্ধতি পক্ষাঘাতগ্রস্ত যারা বক্তৃতা মধ্যে সমস্যা আছে সাহায্য এটি ALS / MND (অ্যামোট্রোফিক ল্যাটেল স্যাকরোসিস / মোটর নিউরন ডিজিজ), মেরুদন্ডের আঘাত (কোরাডেলপিলিয়া - নীচের নীচের অংশে নিস্তেজ), সেরিব্রাল পলিসি, হেজড আঘাত, স্ট্রোক, সেরিবার অ্যান্টাকিয়া, একাধিক ক্লেবোসিস, পার্কিনসন রোগ এবং অন্য কোনও স্নায়ু-ডিজারনেটিক ডিসঅর্ডার একটি মেকানিক্যাল ভেন্টিলেটর রোগী, একটি সতর্কতা মনের সঙ্গে, এটি ব্যবহার করতে পারেন।

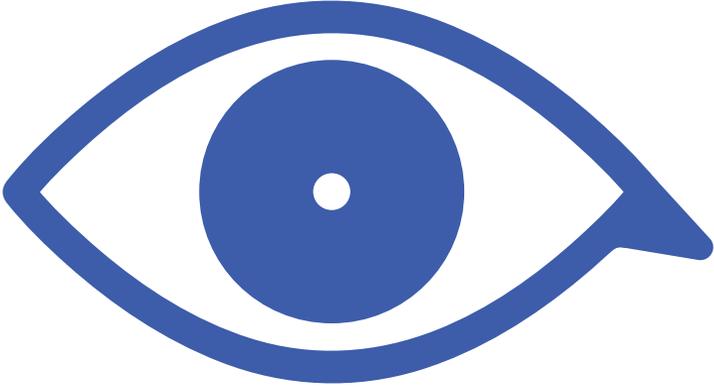
এই আইসিইউ (ইন্টেন্সিভ কেয়ার ইউনিট) বা দ্বি-প্যাপার, সি-প্যাপ বা একটি হোম ভেন্টিলেটরের রোগীদের মধ্যে রোগী হতে পারে। এই ভাষা রোগীদের এবং যত্ন দাতা / পরিবারের সদস্যদের মধ্যে যোগাযোগের সহজ হবে এটি যোগাযোগের জন্য একটি স্থায়ী বা অস্থায়ী সহায়তা হতে পারে।

প্রশিক্ষককে বলার জন্য ব্লিঙ্কের সাথে একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট স্থাপন করতে, অনুগ্রহ করে ডাঃ হেমাপি সেনকে, আশা এক হোপ ফাউন্ডেশনের প্রতিষ্ঠাতা সভাপতি এবং নিউরোজেন ব্রেইন ও স্পাইন ইনস্টিটিউটের ডেপুটি ডিরেক্টর এবং গীত রাঠী, আশাই এক হোপ এবং প্রতিষ্ঠাতা সহ স্বেচ্ছাসেবক, গীতসংহিতা। কথা বলুন।

**বাংলায় অনুবাদের জন্য অজয় গুপ্তের বিশেষ ধন্যবাদ!!**

**জনাব লক্ষ্মী নারাইনকে বিশেষ ধন্যবাদ**

# ব্লিঙ্ক টু-স্পিক



বিশ্বের প্রথম  
আইয়্যান ভাষা গাইড  
বাংলা

কয়েক ধাপ যে হবে তোমাকে  
সাহায্য **ব্লিঙ্ক টু-স্পিক**

1. চোখের ভাষাতে আটটি মূল বর্ণমালা আছে।
2. সর্বাধিক ব্যবহৃত বার্তা বহন করতে চোখের আন্দোলনের বিভিন্ন সমন্বয় ব্যবহার করা হয়েছে।
3. সর্বদা দুই চোখের আন্দোলন মধ্যে পর্যাপ্ত সময় অন্তর ছেড়ে মনে রাখা।
4. স্পষ্টভাবে বার্তা পৌঁছানোর জন্য প্রতিটি চিহ্ন বারবার পুনরাবৃত্তি করা যেতে পারে।
5. প্রথম মাসের প্রথম 15 টি চিহ্ন দিয়ে শুরু করুন। ধীরে ধীরে আপনার শব্দভান্ডার বৃদ্ধি করুন প্রতি মাসে 25 টি নতুন লক্ষণ।
6. বইয়ের শেষ পৃষ্ঠায় একটি বর্ণমালা পাতা আছে। আপনি নিযুক্ত লাইনগুলি অনুপস্থিত শব্দগুলি কনুহিং জন্য এই সিস্টেম ব্যবহার করতে পারেন
7. আপনার জন্য ছয় অতিরিক্ত লক্ষণ আছে। আপনার প্রিয় একজন ব্যক্তিগত বার্তা বরাদ্দ করতে এই ব্যবহার করুন।

এর বর্ণানুক্রমিক ব্লিঙ্ক টু-স্পিক

চোখ বন্ধ



পলকফেলা



বাম দিকে তাকানো



ডান দিকে তাকানো



উপরে তাকানো



নিচে তাকানো



এক চোখ ফেলা



আবর্তিতকরানো

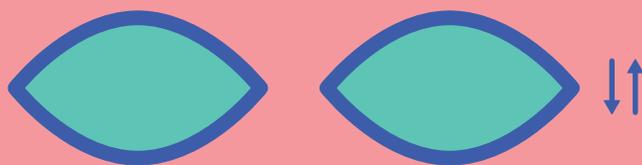


অনেকক্ষণ ধরে  
বন্ধ চোখ ধরে রাখা



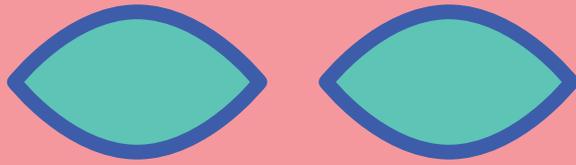
শুরু  
শেষ

# ত্বিৱ পলক ফেলা



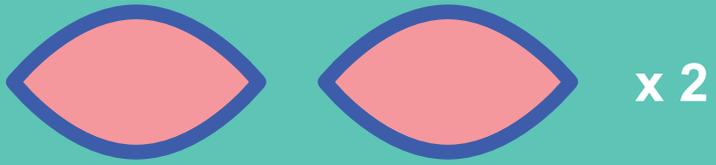
ডুল

# একবার পলক ফেলা



হাঁ

# দুবার পলক ফেলা



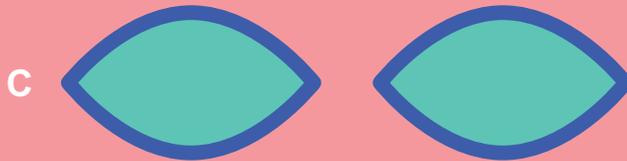
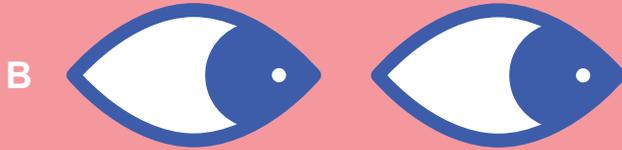
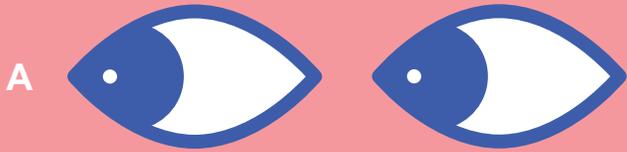
না

# তিনবার পলক ফেলা



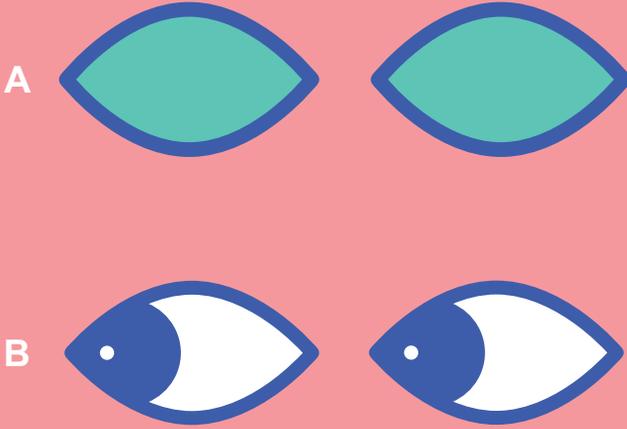
আমি ঠিক আছি

একবার বামদিকে তাকানো  
একবার ডানদিকে তাকানো  
একবার পলক ফেলা



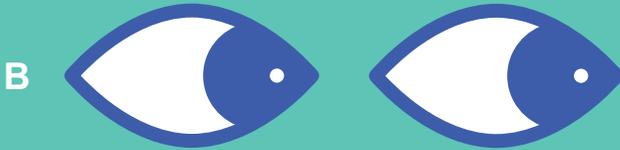
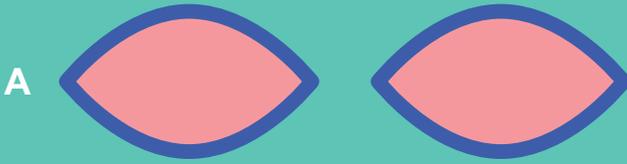
আমি ঠিক নেই

একবার পলক ফেলা  
একবার বামদিকে তাকানো



অভিভাবককে ডাকুন  
ছেলে / মেয়ে / স্বামি / স্ত্রী / মা / বাবা

# একবার পলক ফেলা একবার ডানদিকে তাকানো



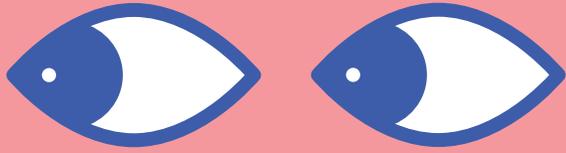
ডাক্তার ডাকুন

# চারবার পলক ফেলা



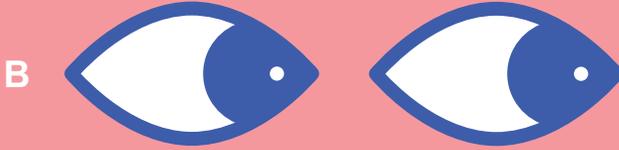
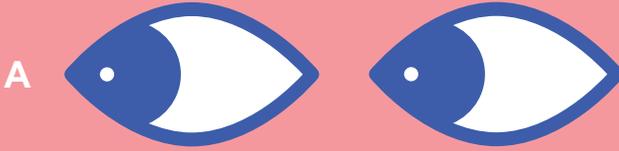
আমি ঘুমতে চাই

ক্রমাগত বাদিকে তাকিয়ে থাকা



উর্ধ্বশ্বাস

একবার বামদিকে তাকানো  
একবার ডানদিকে তাকানো



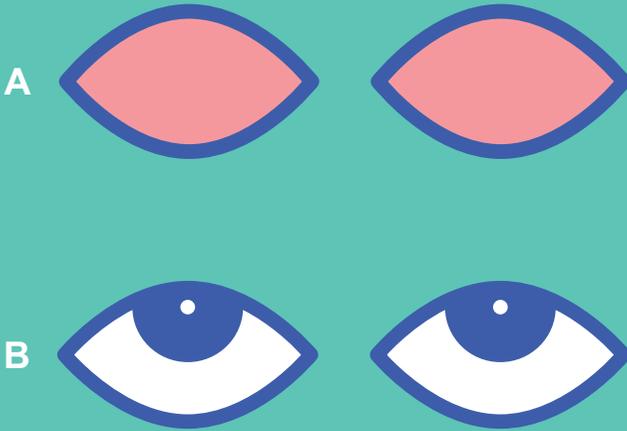
জল

# একবার উপরে তাকানো



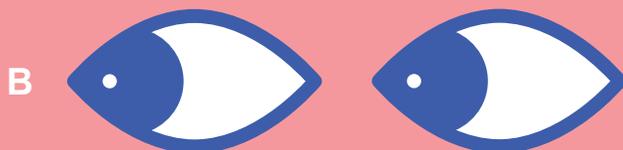
বাথরুম

# একবার পলক ফেলা একবার উপরে তাকানো



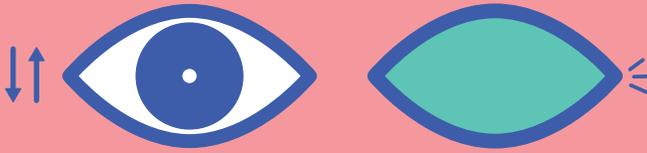
মানসিকজঙ্ঘনা / দুঃখ

দুইবারপলকফেলা  
একবারবামদিকেতাকানো  
দুইবারপলকফেলা



কেমন আছ?

# ত্বিৰ চোখ ফেলা



জৰুৰি আবস্থা

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



মাথাঘোরা



নাকবন্ধ



শিরটান



হৃদস্পন্দনবেড়েযাওয়া



বিষম

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

# 1 দীর্ঘ বক্র জ্বলন্ত ঝলকানি



বিপদ

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



কেউ আঘাত করছে



যৌন নির্যাতন



চোর



পুলিশডাকো

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

# দুবার পলকফেলা



আমার একটা সমস্যা আছে

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



ঠাণ্ডা লাগছে



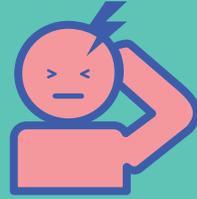
আমি খুঁতু ফেলতে চাই



গরম লাগছে



দাঁতে খাবার আটকে গেছে

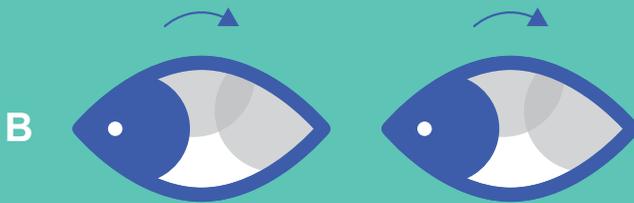


মাথাব্যথা

হ্যাঁ= এক বারপলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

# দুবার একচোখ ফেলা এক আর্ভিতকরানো



হস্তান্তর

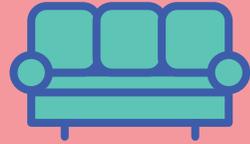
# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



চেয়ার



বিছানা



পালঙ্ক



চাকাওয়ালা  
চেয়ারবিশেষ

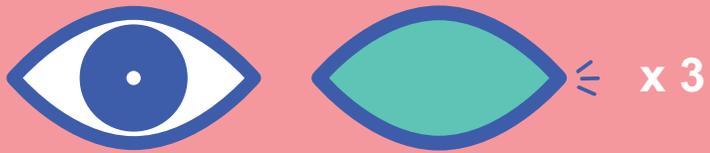


খাবার টেবিল

হ্যাঁ= এক বারপলক ফেলা

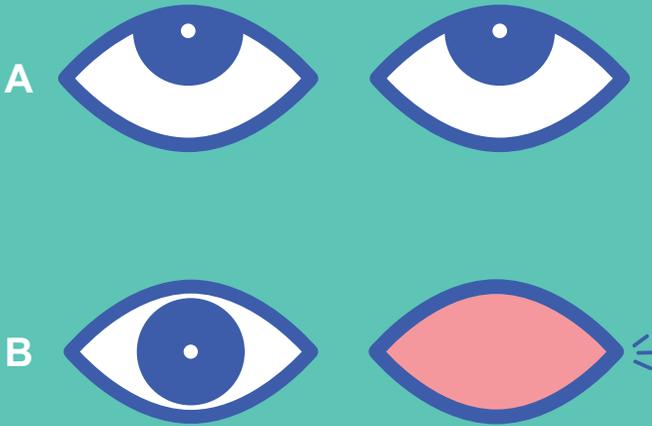
না= দু-বার পলক ফেলা

# তিনবার একচোখ ফেলা



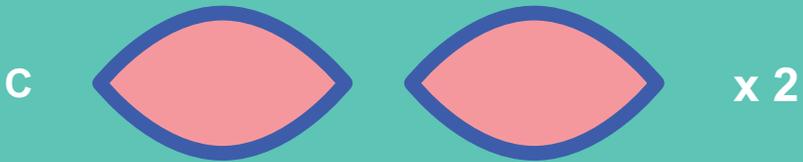
I love you

একবার উপরে তাকানো  
একবার একচোখ ফেলা



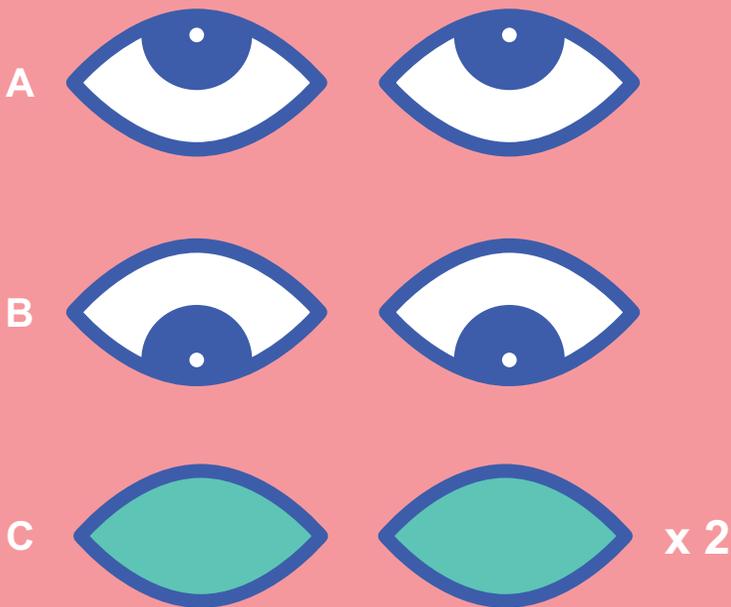
আমি দুঃখিত

একবার ডান দিকের চোখ ফেলা  
একবার বাম দিকের চোখ ফেলা  
দুবার পলক ফেলা



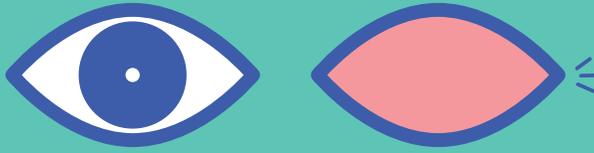
ধন্যবাদ

# একবারউপরে তাকানো একবারনিচে তাকানো দুবারপলকফেলা



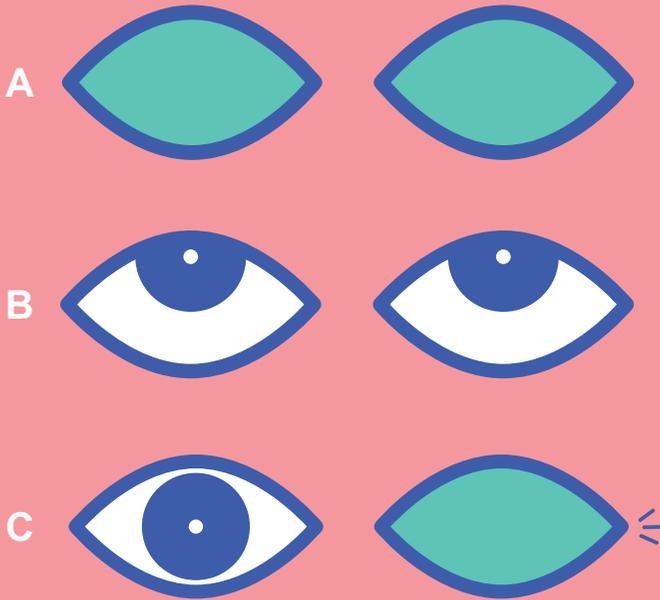
আমি আলিঙ্গন চাই

# একবার একচোখ ফেলা



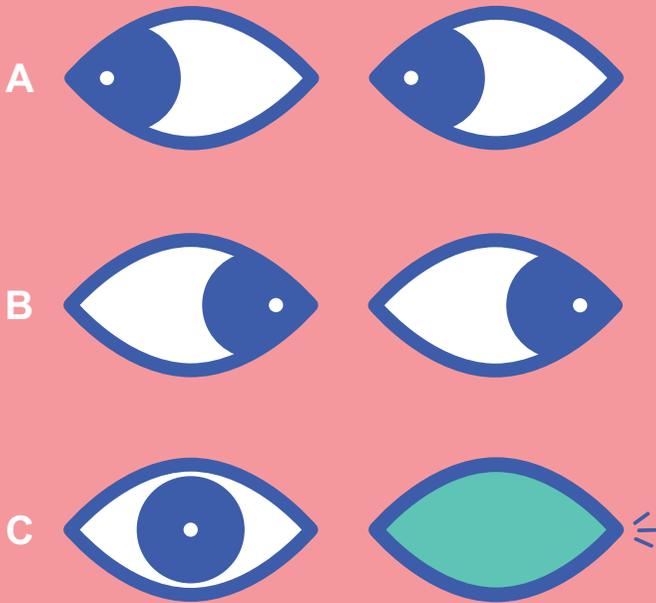
## চল কথা বলি

একবার পলকফেলা  
একবার উপরে তাকানো  
একবার একচোখ ফেলা



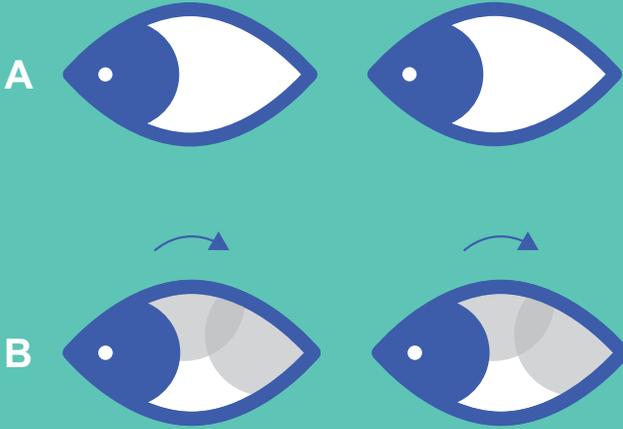
চল বাইরে যাই

একবার বাম দিকে চোখ ফেলা  
একবার ডান দিকের চোখ ফেলা  
একবার একচোখ ফেলা



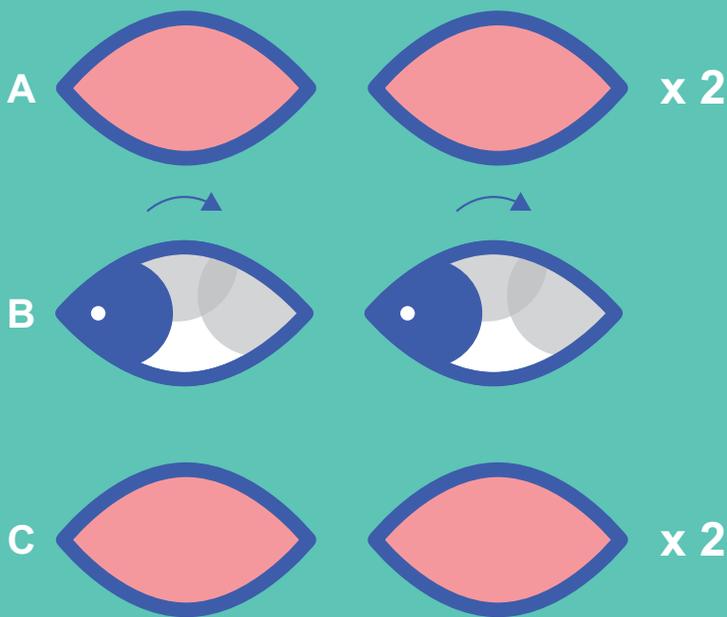
আমি ঘরে যেতে চাই

একবার বাম দিকে চোখ ফেলা  
এক আবর্তিতকরানো



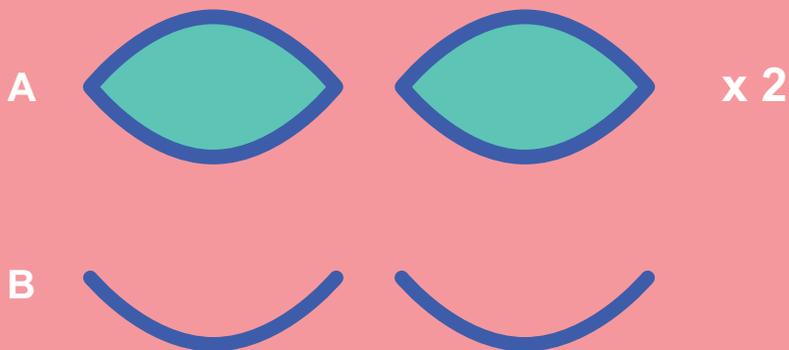
আমি আমার পোষা  
প্রাণী পূরণ করতে চান

দুবার পলকফেলা  
একবার চোখ আবর্তন করা  
দুবার পলকফেলা



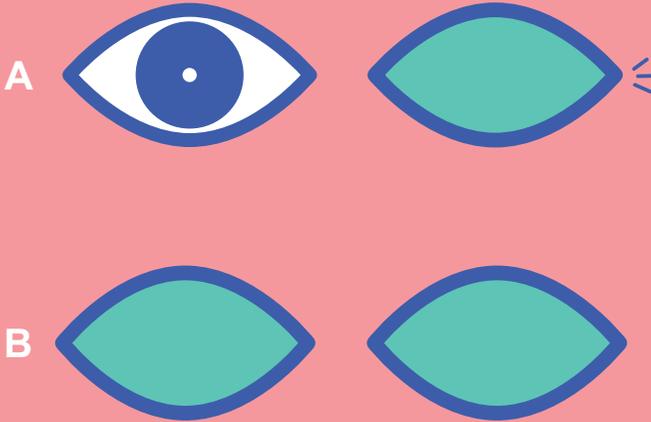
অভিনন্দন

দুবার পলকফেলা  
একবার দীর্ঘক্ষণ ধরে  
চোখ বন্ধ রাখা



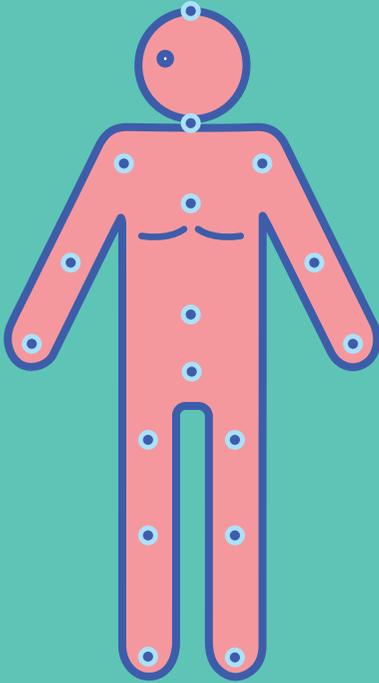
আমি তোমার জন্য গর্বিত

একবার একচোখ ফেলা  
একবার পলক ফেলা

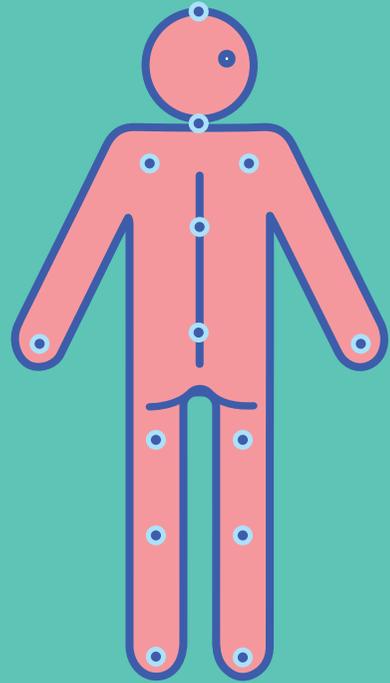


আমি যন্ত্রনায় আছি

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



সামনে

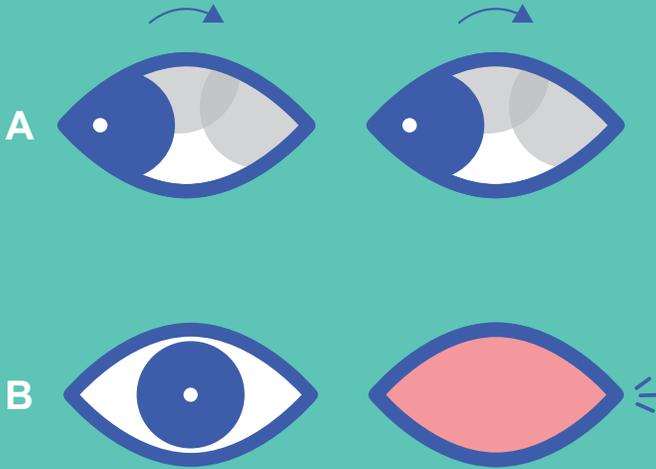


পিছনে

হ্যাঁ= এক বারপলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

একবার চোখ আবর্তন করা  
একবার একচোখ ফেলা



অবস্থান পরিবর্তন করো

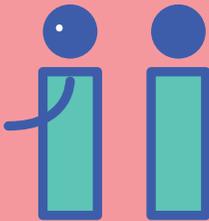
# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



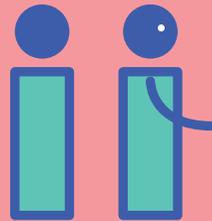
বসা



সোজা হয়ে শোয়া



বাঁদিকে ঘোরা

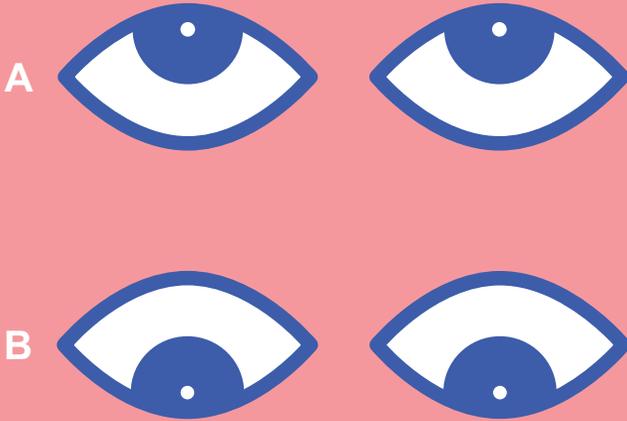


ডানদিকে ঘোরা

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

একবার উপরে তাকানো  
একবার নিচে তাকানো



আমি খাওয়া মত মনে

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



ফল



আমার পছন্দের



ঠাণ্ডা পানীয়



মিষ্টি



মসলাযুক্তখাদ্য

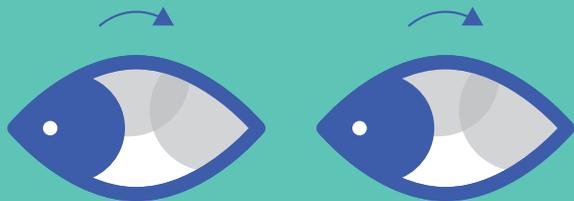


গরম পানীয়

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

# একবার চোখ আবর্তন করা



বিনোদন

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



টিভি



সঙ্গীত



সংবাদপত্র



ট্যাবলেট

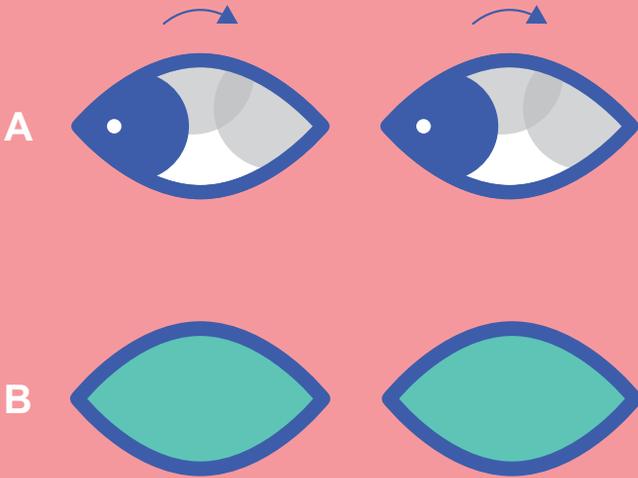


MOVIE

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

# একবার চোখ আবর্তন করা একবার পলকফেলা



বৈদ্যুতিক যন্ত্রপাতি

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



পাখা



এসি



আলো



টিভি



হিটার



বাড়াও

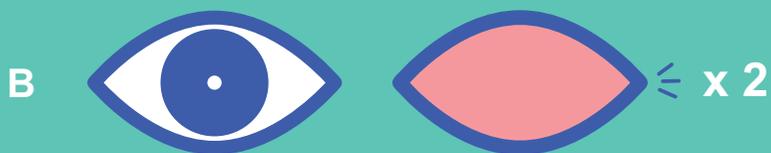


কমাও

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

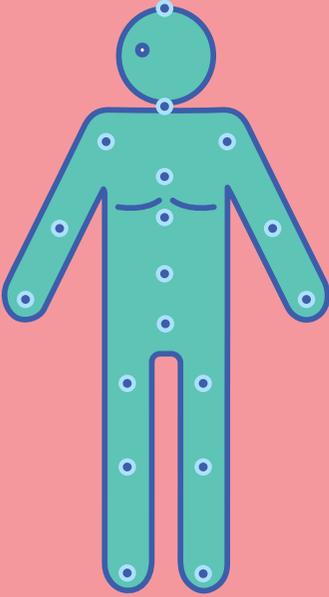
না= দু-বার পলক ফেলা

# দুবার বাঁদিকের চোখ ফেলা দুবার ডানদিকের চোখ ফেলা

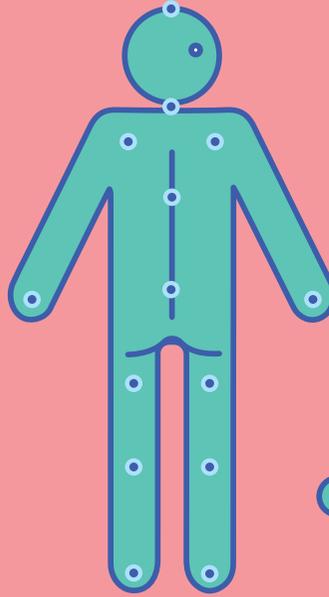


মুছিয়ে দেওয়া

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



সামনে



পিছনে

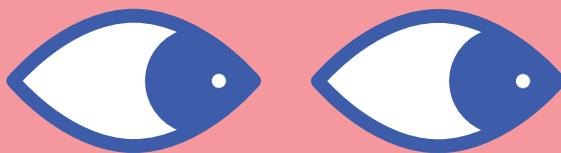


মুখ

হাঁ= এক বারপলক ফেলা

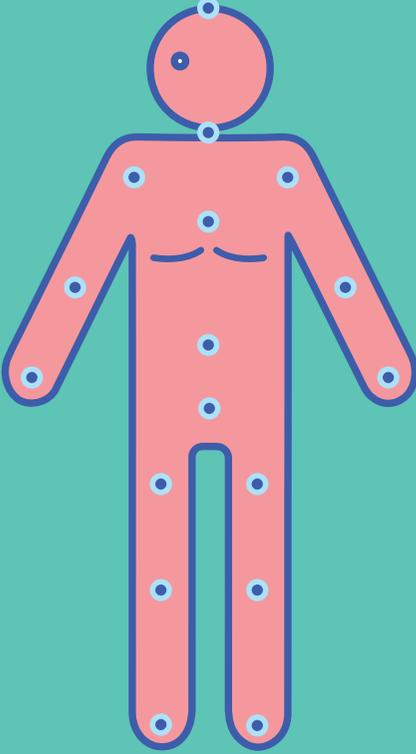
না= দু-বার পলক ফেলা

দীর্ঘক্ষণ ডানদিকে তাকিয়ে থাকা

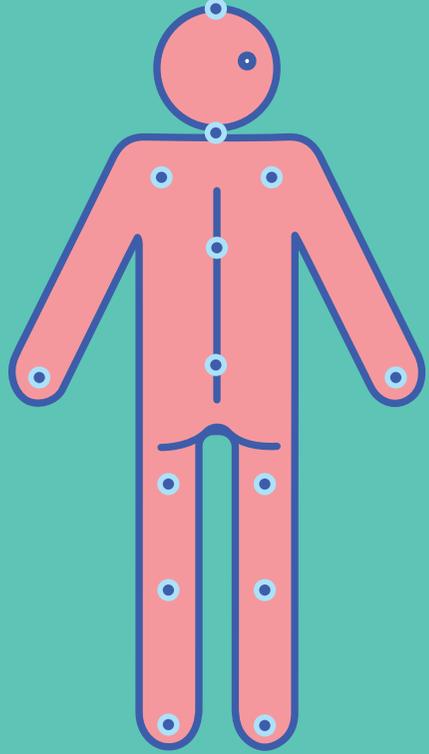


চলা

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



সামনে

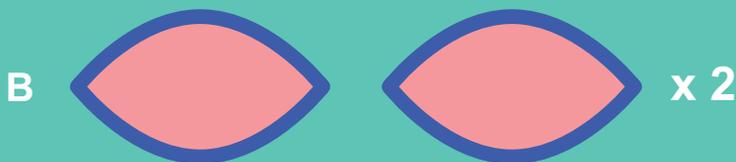
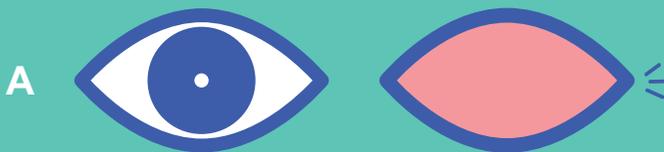


পিছনে

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

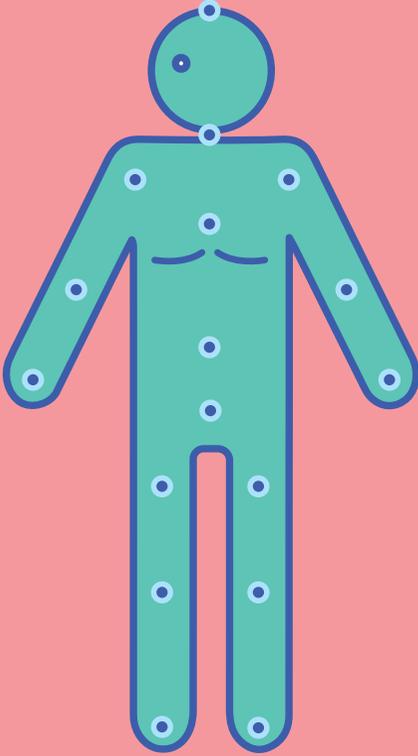
না= দু-বার পলক ফেলা

# একবার একচোখ ফেলা দুবার পলকফেলা

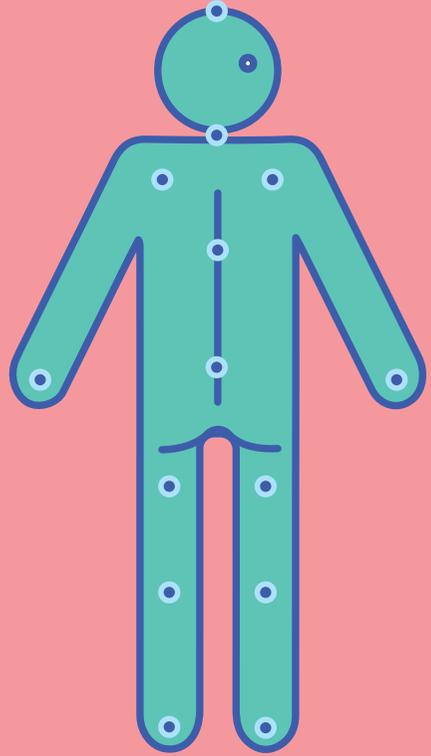


ম্যাসেজ

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



সামনে

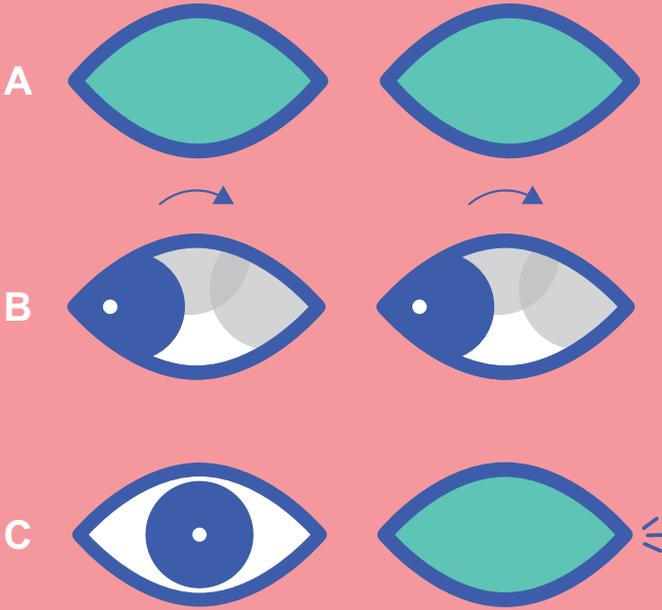


পিছনে

হ্যাঁ= এক বারপলক ফেলা

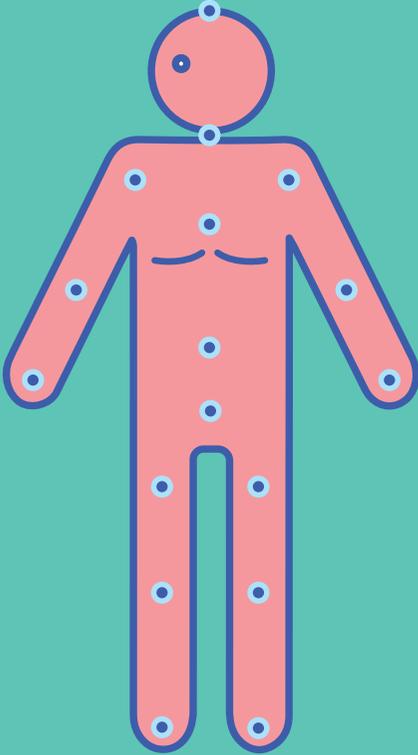
না= দু-বার পলক ফেলা

একবার পলক ফেলা  
একবার চোখ আবর্তন করা  
একবার একচোখ ফেলা

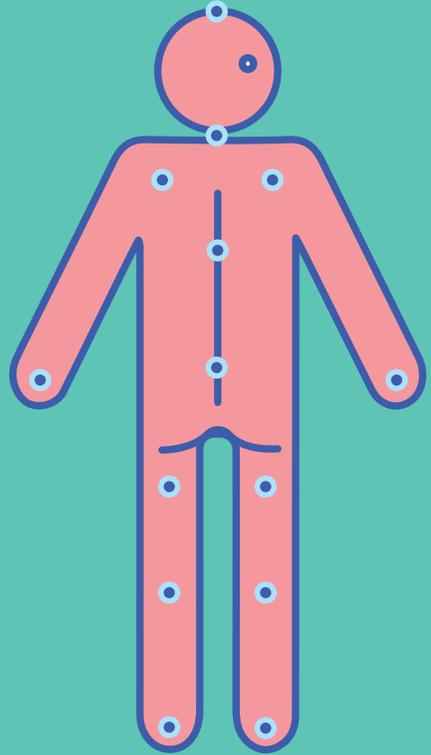


ধরা

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



সামনে

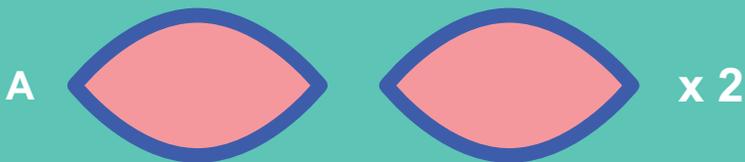


পিছনে

হ্যাঁ= এক বারপলক ফেলা

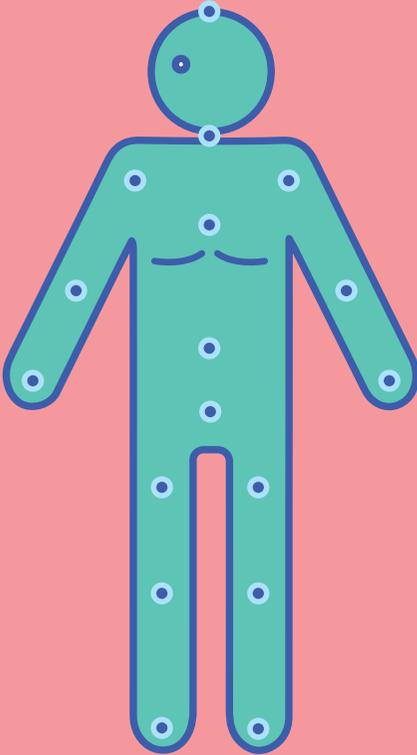
না= দু-বার পলক ফেলা

# দুবার পলক ফেলা একবার উপরে তাকানো

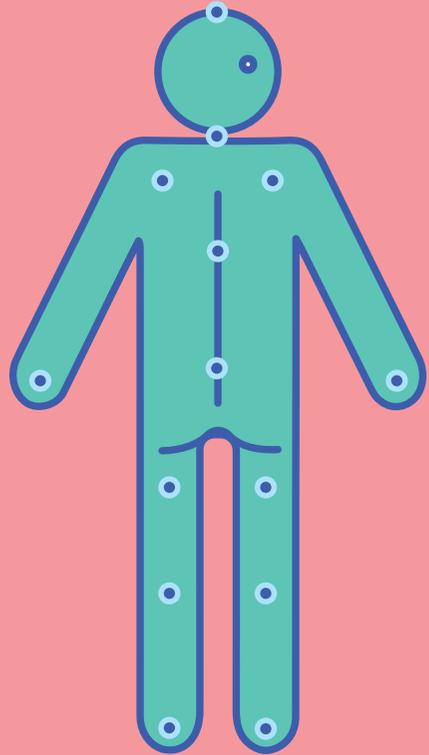


উঠানো

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



সামনে

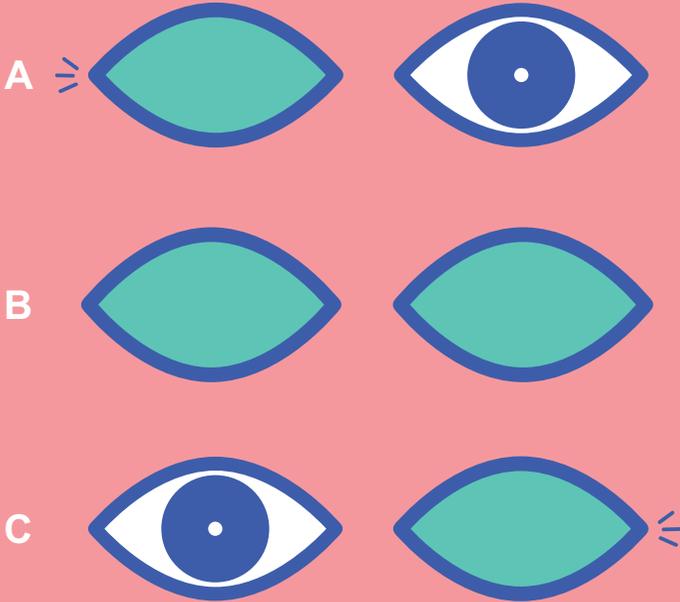


পিছনে

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

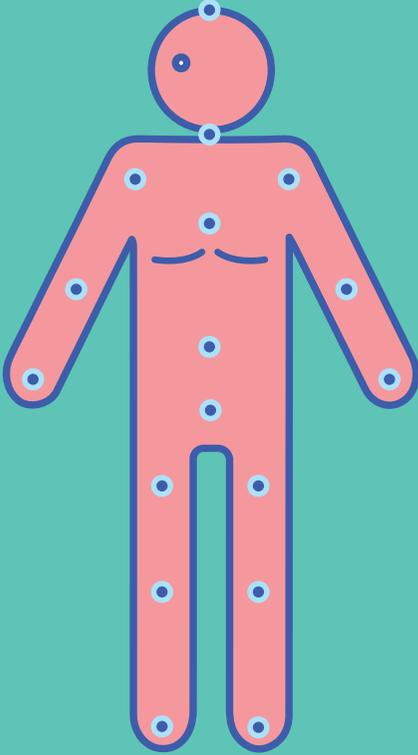
না= দু-বার পলক ফেলা

একবার বাঁদিকের চোখ ফেলা  
একবার পলক ফেলা  
একবার ডানদিকের চোখ ফেলা

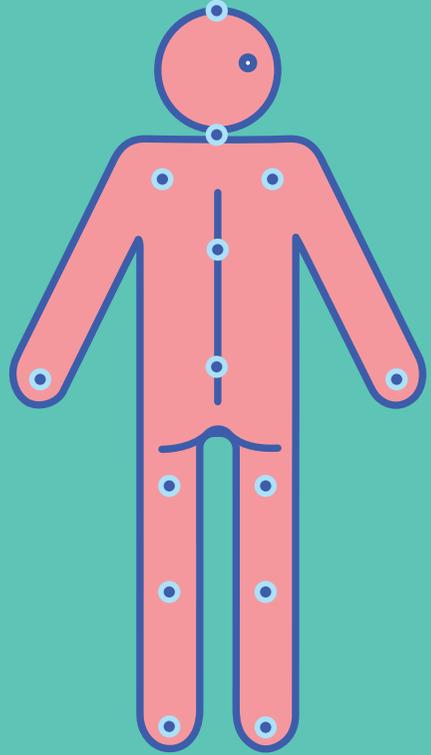


ধোয়া

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



সামনে

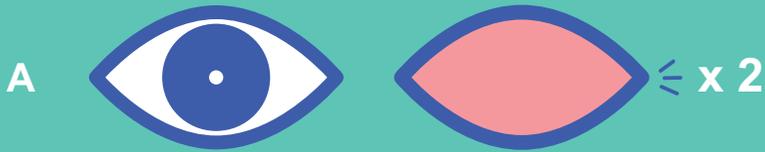


পিছনে

হ্যাঁ= এক বারপলক ফেলা

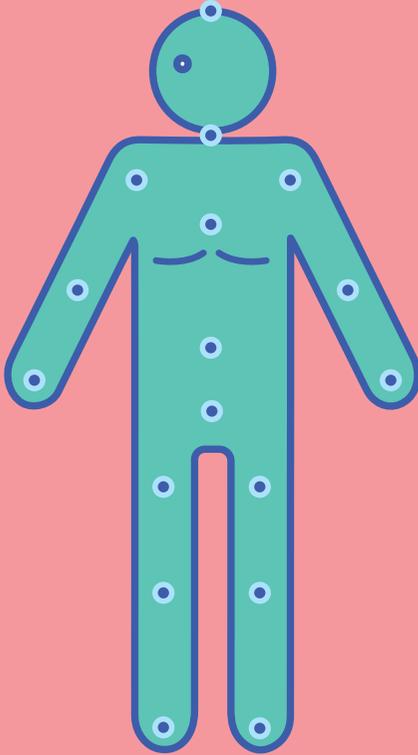
না= দু-বার পলক ফেলা

# দুবার ডানদিকের চোখ ফেলা দুবার বাঁদিকের চোখ ফেলা

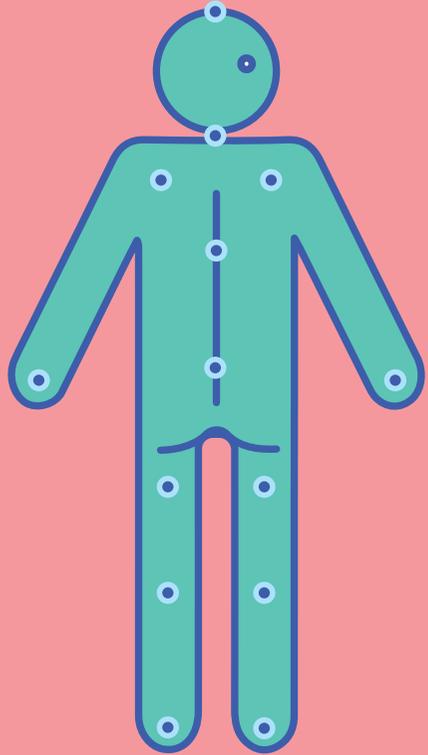


আঁচর

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



সামনে

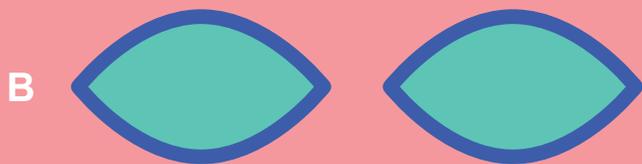


পিছনে

হ্যাঁ= এক বার পলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

# দুবার একচোখ ফেলা একবার পলক ফেলা

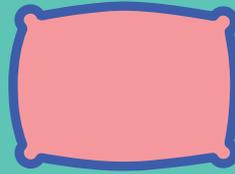


পরিবর্তন

# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



জামাকাপড়



বালিশ /  
বালিশের আবরণ



ডাইপার



বিছানার চাঁদর /  
কম্বল

হ্যাঁ= এক বারপলক ফেলা

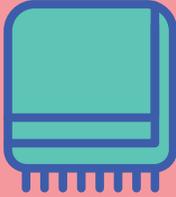
না= দু-বার পলক ফেলা

# দুবার একচোখ ফেলা দুবার পলক ফেলা



ঠিক ঠাক করা

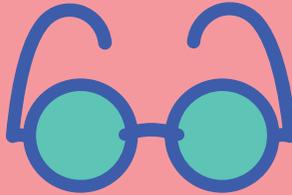
# প্রতিটি বিকল্প পয়েন্ট এবং প্রতিক্রিয়া জন্য অপেক্ষা করুন



কম্বল



জামাকাপড়



চশমা



চুল

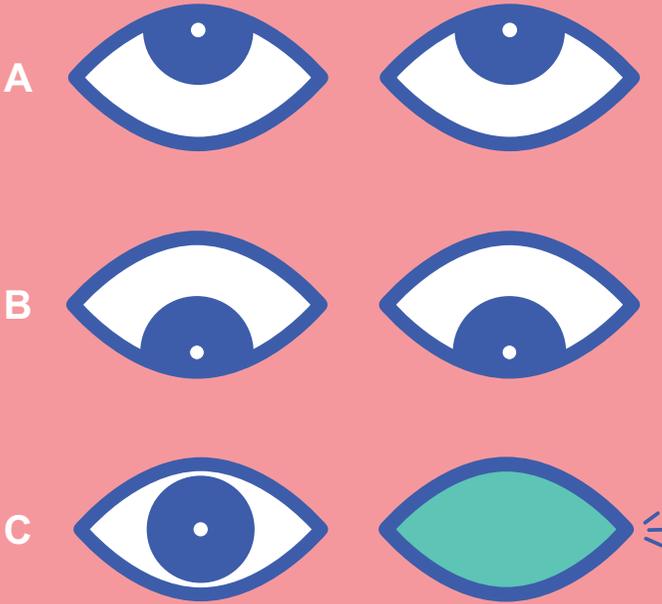


বালিশ

হ্যাঁ= এক বারপলক ফেলা

না= দু-বার পলক ফেলা

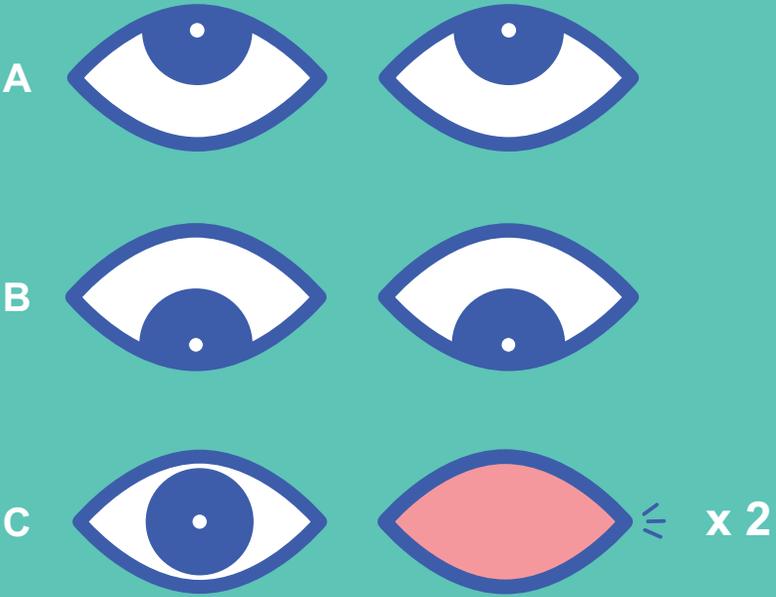
একবার উপরে তাকানো  
একবার নিচে তাকানো  
একবার একচোখ ফেলা



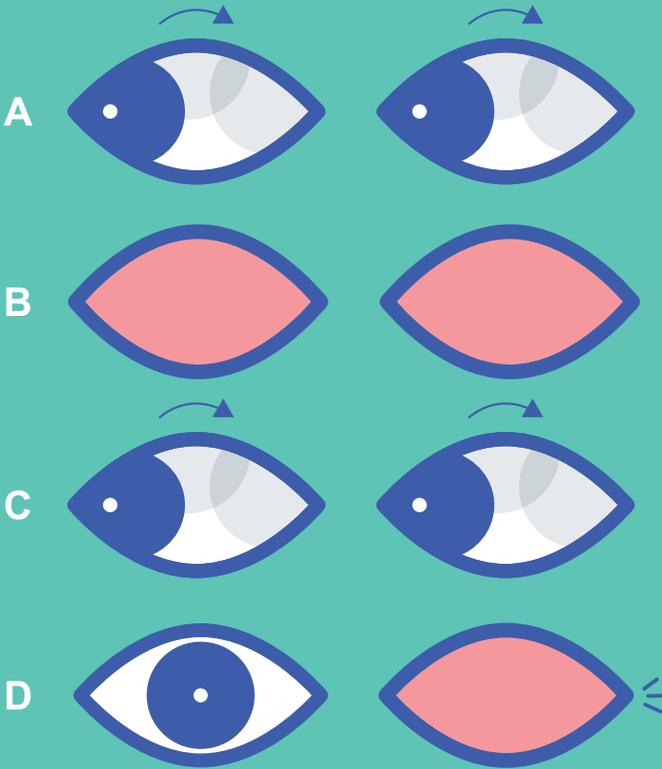
সুখি

জন্মদিন / বার্ষিকী / উৎসব / মাতৃ দিবস

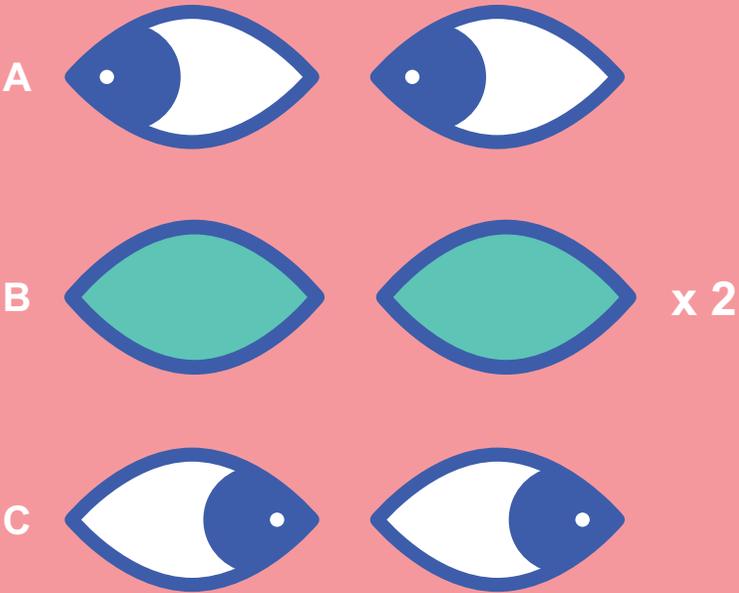
একবার উপরে তাকানো  
একবার নিচে তাকানো  
দুবার একচোখ ফেলা



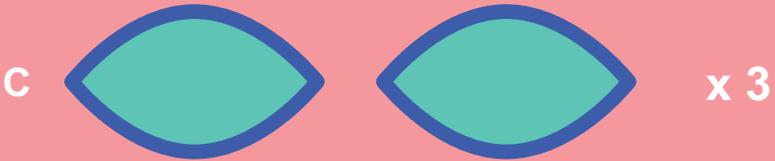
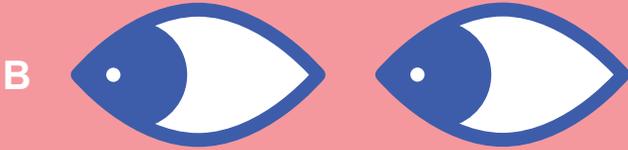
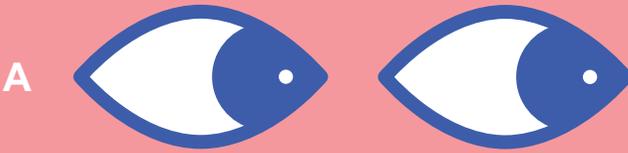
একবার চোখ আবর্তন করা  
একবার পলকফেলা  
একবার চোখ আবর্তন করা  
একবার একচোখ ফেলা



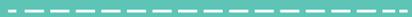
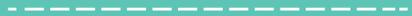
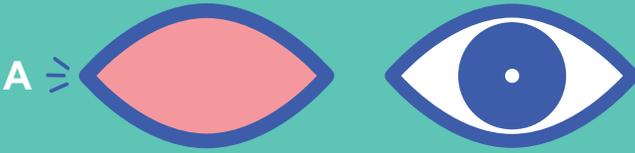
একবার বাঁদিকে তাকানো  
দুবার পলক ফেলা  
একবার ডানদিকে তাকানো



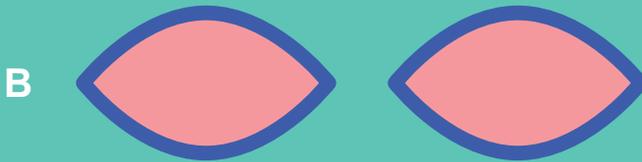
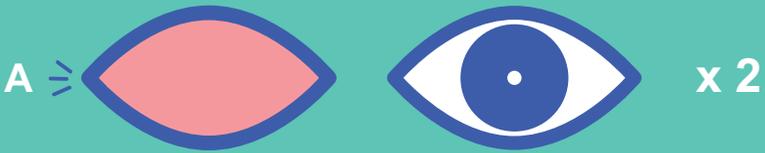
একবার ডানদিকে তাকানো  
একবার বাঁদিকে তাকানো  
তিনবার পলক ফেলা



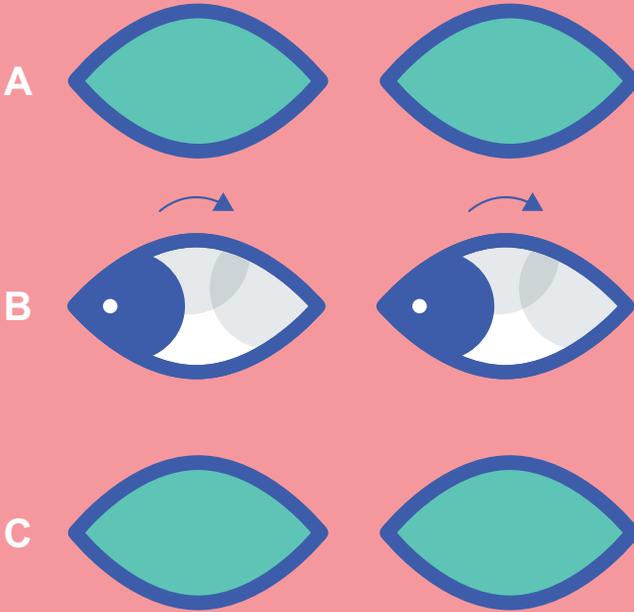
# একবার বাঁদিকের চোখ ফেলা দুবার ডানদিকের চোখ ফেলা



দুবার বাঁদিকের চোখ ফেলা  
একবার পলক ফেলা  
দুবার ডানদিকের চোখ ফেলা



একবার পলকফেলা  
একবার চোখ আবর্তন করা  
একবার পলকফেলা



বর্ণমালার পৃষ্ঠা

# A

একবার পলকফেলা

# B

একবার পলকফেলা  
একবার একচোখ ফেলা

# C

একবার পলকফেলা  
একবার উপরে তাকানো

# D

একবার পলকফেলা  
একবার চোখ  
আবর্তন করা

# E

একবার পলকফেলা  
একবার বাঁদিকে তাকানো

# F

একবার পলকফেলা  
একবার ডানদিকে তাকানো

# G

একবার পলকফেলা  
একবার পলকফেলা

# H

একবার একচোখ ফেলা

# I

একবার একচোখ ফেলা  
একবার উপরে তাকানো

# J

একবার একচোখ ফেলা  
একবার চোখ  
আবর্তন করা

# K

একবার একচোখ ফেলা  
একবার বাঁদিকে তাকানো

# L

একবার একচোখ ফেলা  
একবার ডানদিকে তাকানো

# M

একবার একচোখ ফেলা  
একবার একচোখ ফেলা

# N

একবার একচোখ ফেলা  
দুবার একচোখ ফেলা

# O

একবার চোখ  
আবর্তন করা

# P

একবার চোখ  
আবর্তন করা  
একবার চোখ  
আবর্তন করা

# Q

একবার উপরে তাকানো

# R

একবার উপরে তাকানো  
একবার নিচে তাকানো

# S

একবার উপরে তাকানো  
একবার বাঁদিকে তাকানো

# T

একবার উপরে তাকানো  
একবার ডানদিকে তাকানো

# U

একবার উপরে তাকানো  
একবার উপরে তাকানো

# V

একবার ডানদিকে তাকানো

# W

একবার ডানদিকে তাকানো  
একবার বাঁদিকে তাকানো

# X

একবার ডানদিকে তাকানো  
একবার ডানদিকে তাকানো

# Y

একবার বাঁদিকে তাকানো

# Z

একবার বাঁদিকের চোখ ফেলা  
দুবার ডানদিকের চোখ ফেলা

## তালিকা

শুরু / শেষ	8	আমি আলিঙ্গন চাই	33
ডুল	9	চল কথা বলি	34
হাঁ	10	চল বাইরে যাই	35
না	11	আমি ঘরে যেতে চাই	36
আমি ঠিক আছি	12	আমি আমার পোষা দেখা করতে চাই	37
আমি ঠিক নেই	13	অভিনন্দন	38
অভিভাবককে ডাকুন	14	আমি তোমার জন্য গর্বিত	39
ডাক্তার ডাকুন	15	আমি যত্ননায় আছি	40
আমি ঘুমতে চাই	16	অবস্থান পরিবর্তন করো	42
উর্ধ্বশ্বাস	17	বসা / সোজা হয়ে শোয়া / বাঁদিকে ঘোরা / ডানদিকে ঘোরা	
জল	18	আমার খিদে পাচ্ছে	44
বাথরুম	19	ফল / আমার পছন্দের / ঠাণ্ডা পানীয় / মিষ্টি মসলাযুক্তখাদ্য / গরম পানীয়	
মানসিকজন্মনা/দুঃখ	20	বিনোদন	46
কেমন আছ?	21	টিভি / সঙ্গীত / সংবাদপত্র / ট্যাবলেট / সিনেমা	
জরুরি আবস্থা	22	বৈদ্যুতিক যন্ত্রপাতি	48
মাথাঘোরা / নাকবন্ধ / শিরটান হৃদস্পন্দনবেড়োয়া / বিষম		পাখা / এসি / লাইট / টিভি / হিটার	
বিপদ	24	মুছিয়ে দেওয়া	50
কেউআঘাতকরছে / চোর / যৌননির্যাতন / পুলিশডাকো		চলা	52
আমার একটা সমস্যা আছে	26	ম্যাসাজ	54
ঠাণ্ডা লাগছে / আমি খুতু ফেলতে চাই / গরম লাগছে দাঁতে খাবার আটকে গেছে / মাথাব্যথা		ধরা	56
হস্তান্তর	28	উত্তোলন	58
চেয়ার / বিছানা / পালঙ্ক / চাকাওয়ালা চেয়ারবিশেষ / খাবার টেবিল		ধোয়া	60
আমি তোমাকে ভালবাসি	30	আঁচর	62
আমি দুঃখিত	31	পরিবর্তন	64
ধন্যবাদ	32	জামাকাপড় / বালিশ/ বালিশের আবরণ ডাইপার / বিছানার চাঁদর / কস্বল	
		ঠিক ঠাক করা	66
		কস্বল / জামাকাপড় / চশমা / চুল / বালিশ	

## তালিকা

### সূখি

জন্মদিন / বার্ষিকী / উৎসব / মাতৃ দিবস

68

---

69

---

70

---

71

---

72

---

73

---

74

বর্ণমালার পৃষ্ঠা

75

## দয়া করে যোগাযোগ করুন

### ডাক্তার হেমাঙ্গী সানে

প্রতিষ্ঠাতা, আশা ও আশা ফাউন্ডেশন ALS / MND  
ডেপুটি ডিরেক্টর, নিউরোজেন ব্রেইন এবং স্পাইন ইনস্টিটিউট  
40২, গুরুপূফা এপস, সেনাপতি বাপৎ রোড, দাদার (পশ্চিম),  
মুম্বাই, মহারাষ্ট্র 400028

+91 9819741333

### গীতা রাঠী

স্বচ্ছাসেবক, এএলএস / এমএনডি এর জন্য আশা এক আশা ফাউন্ডেশন  
প্রতিষ্ঠাতা, কথা বলার জন্য ব্লিঙ্ক, টিবিডব্লিউএ ইন্ডিয়া থেকে আইপি থেকে কথা বলুন।  
প্লট 19, সেক্টর 40, সিউউডস গ্রান্ড সেন্ট্রাল রেলওয়ে স্টেশনের কাছে, পাম বিমস রোড  
সিউউডস, নতুন মুম্বাই, মহারাষ্ট্র 400706

+91 9833890099

### ডাক্তার আলোক শর্মা

পরিচালক, নিউরোজেন ব্রেইন এবং স্পাইন ইনস্টিটিউট  
প্লট 19, সেক্টর 40, সিউউডস গ্রান্ড সেন্ট্রাল রেলওয়ে স্টেশনের কাছে, পাম বিমস রোড  
সিউউডস, নতুন মুম্বাই, মহারাষ্ট্র 400706

+91 99 ২0২00400



[ashaekhope.com](http://ashaekhope.com) | [neurogenbsi.com](http://neurogenbsi.com)