কেরিয়ার

ইন্টারনেটে চাকরি খোঁজা

লিখেছেন **মোঃ আরাফাতুল ইসলাম**

দেশের বেকারদের কথা ভাবুন। প্রায়ই দেখা যায় সকাল বেলা রাস্তার মোড়ে হকারের দোকানে ভিড় করে আছেন তারা। একটার পর একটা পত্রিকার পাতা ঘেটে চাকরি খুঁজে বের করার চেষ্টায় মশগুল একেকজন। বেকাররাই বোঝেন কাজটি কতটা ঝামেলার। খুব সহজেই কিন্তু এই ঝামেলা থেকে রেহাই পাওয়া সম্ভব। কিভাবে? আপনি যদি নিজেকে একজন ইন্টারনেট ব্যবহারকারী হিসেবে তৈরি করতে পারেন তাহলেই। বর্তমানে বেশ কয়েকটি দেশীয় জব ওয়েবপোর্টাল রয়েছে। এসব পোর্টাল থেকে খুব সহজেই খুঁজে বের করা যায় কাঙ্ক্ষিত চাকরিগুলো। প্রয়োজন শুধু ইন্টারনেটে কিছু সময় ব্যয় করে এসব ওয়েবসাইটে প্রবেশ করা।

বর্তমানে বেশিরভাগ মাল্টিন্যাশনাল প্রতিষ্ঠানই ইন্টারনেটে বায়োডাটা জমা দিতে বলে। এই কাজটি করতে সাহায্য করবে দেশীয় বিভিন্ন জব ওয়েবপোর্টাল। 'ইন্টারনেট জ্ঞান' একজন চাকরি প্রার্থীর স্মার্টনেস এবং জ্ঞান দুটোরই বহিঃপ্রকাশ ঘটায়। তাই এই দুটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়কে প্রমাণ করতে রাস্তার মোড় বাদ দিয়ে ঘরের কোণে বা সাইবার ক্যাফেতে কম্পিউটারে বসে ইন্টারনেটে চাকরি খুঁজুন। এতে করে আপনার কষ্টও কমবে আর স্মার্টনেস তো বাড়বেই।

www.bdjobs.com

বিডিজবস ডট কম যাত্রা শুরু করে ২০০০ সালের ২৯ জুলাই থেকে। প্রথম দিকে তেমন একটা সাড়া না পেলেও বর্তমানে এটি দেশের অন্যতম বৃহৎ জব পোর্টাল। বর্তমানে বিডিজবসের সার্ভারে এক লক্ষ বিশ হাজারেরও বেশি সিভি জমা রয়েছে। প্রতিটি সিভি নির্দিষ্ট কিছু চাকরির জন্য নির্বাচিত থাকে। কোনো প্রতিষ্ঠান এসব ক্যাটাগরিতে লোক খুঁজলে জমে থাকা সিভিগুলোর অ্যাকাউন্টে বিজ্ঞাপনটি স্বয়ংক্রিয়ভাবে চলে যায়। এরপর যেসব ব্যবহারকারীর সিভিসহ অ্যাকাউন্ট থাকে তারা পছন্দের চাকরিতে অ্যাপ্লাই করতে পারেন।

বর্তমানে বেশিরভাগ প্রতিষ্ঠানই ইন্টারনেটে চাকরির বায়োডাটা তথা সিভি জমা নিতে আগ্রহী হয়। এজন্য বিডিজবসে রয়েছে অ্যাপ্লাই অনলাইন অপশন। অ্যাপ্লাই অনলাইন বাটনযুক্ত চাকরির বিজ্ঞাপনগুলোতে সিভি পাঠানো যায় খুব দ্রুত। এই বাটনে ক্লিক করলে আপনার কাছে ইউজার নেম এবং পাসওয়ার্ড চাইবে। এরপর আপনার অ্যাকাউন্টের সাথে যুক্ত সিভিটি চলে যাবে কাঙ্ক্ষিত বিজ্ঞাপনদাতা প্রতিষ্ঠানের অ্যাড্রেসে। অবশ্য অনেক ক্ষেত্রে কিছু প্রতিষ্ঠান সিভি নেয়ার পাশাপাশি দুই-তিনটি প্রশ্নও রাখেন। সেক্ষেত্রে সিভি পাঠানোর সাথে স্বয়ংক্রিয়ভাবে প্রশ্নগুলোর উত্তরও পাঠাতে হয়।

জনপ্রিয় এই সাইটটি সম্পর্কে বিডিজবস-এর পরিচালক মেজবাহ উদ্দিন আহমেদ বলেন, 'প্রতিদিনের পত্রিকার পাতা উল্টিয়ে চাকরি খোঁজা বেশ ঝামেলার এবং সময়ের কাজ। জবস ওয়েব পোর্টাল এই কাজটিকে বেশ সহজ করে দিয়েছে। বিডিজবস-এ প্রবেশ করে খুব কম সময়ে সাম্প্রতিক সময়ের চাকরি তথ্যগুলো পাওয়া যায়। ক্ষেত্র বিশেষে একেবারে শেষ মুহূর্তেও বিভিন্ন চাকরির জন্য আবেদন করা যায় এই সাইট থেকে।'

www.jabsa1.com

'চাকরিটা আমি পেয়ে গেছি বেলা শুনছো' এই গান দিয়ে টিভি বিজ্ঞাপনের মাধ্যমে বেশ জনপ্রিয় হয়ে উঠেছে এই সাইটটি। জবসএ১-এর জন্ম এবছরের ২১ ফেব্রুয়ারি থেকে। এই সাইটটি অন্যান্য দেশীয় জব সাইটের চেয়ে কিছুটা ভিন্ন। বিশেষ করে এতে জব ক্যাটাগরি এবং লোকেশন অনুযায়ী চাকরি খোঁজার সুযোগ রয়েছে। সেই সঙ্গে খুব দ্রুত চাকরির খবর পাওয়া এবং ইন্টারভিউ'র ২৪ ঘন্টা আগে রিমাইন্ডার পাবার সুযোগ তো আছেই।

সাইটটি সম্পর্কে জবসএ১-এর ব্যবস্থাপনা পরিচালক ফয়সাল আহমেদ জানান, 'আমরা প্রায় সব ক্যাটাগরির চাকরির খবরই রাখার চেষ্টা করছি এই সাইটে। এই ইন্টারফেসে নিউ জবস-এর একটি লিংক রয়েছে যেখানে ২৪ ঘন্টা আগে থেকে জমা পড়া চাকরির খবরগুলো জমা থাকে। এই সাইটে স্থানীয় বাজারের চাকরির খবরের সঙ্গে রয়েছে আন্তর্জাতিক বাজারের চাকরির খবর। পাশাপাশি চট্টগ্রাম এবং কলকাতার চাকরির খবরও পাওয়া যাবে আলাদাভাবে। সাইটটিতে নারী চাকরি প্রার্থীদের জন্য আলাদা অপশন রয়েছে।'

www.jobsbd.com

নাম দেখেই বোঝা যাচ্ছে এই সাইটটি অনেকটা বিডিজবস স্টাইলেরই। তবে চাকরি ছাড়াও এ সংক্রান্ত বিভিন্ন টিপসও পাওয়া যায় এই সাইটে। অর্থাৎ আপনাকে মানসিকভাবে কিছুটা শক্ত করার চেষ্টাও করবে এই সাইটটি। এই সাইটের ইন্টারফেসে পাওয়া যাবে ক্যাটাগরিতে ভাগ করা বিভিন্ন চাকরির বিজ্ঞাপন।

এই সাইটে নিজের জন্য একটি

কাস্টমাইজেবল পেজ তৈরি করা যাবে। কাস্টমাইজেবল পেজের অ্যাড্রেস হবে www.jobsbd.com/your-name| এখানে your-name বলতে ইউজার নেম বোঝানো হয়েছে। এই কাস্টমাইজেবল পেজের লিংক ব্যবহার করে যে কেউ সরাসরি আপনার পেজে প্রবেশ করতে পারবে। তবে মডিফাই করতে পারবেন শুধু আপনি। আর মডিফাই-এর জন্য আপনার ইউজার আইডি এবং পাসওয়ার্ড দিয়ে অ্যাকাউন্টে প্রবেশ করে নিতে হবে। পার্সোনাল ওয়েব পেজের মত এই পেজেও আপনি সিভিসহ প্রয়োজনীয় বিভিন্ন তথ্য রাখতে পারবেন। তবে সিভি সাবমিটের ব্যাপারটি আপনি ফ্রি অথবা চার্জ দিয়ে দুইভাবেই করতে পারেন।

আপনি যদি একজন চাকরিদাতা হন তবে আপনাকে এই সাইটের কর্পোরেটে মেম্বার হতে হবে। আর কর্পোরেট মেম্বার হতে গেলে কিছু পয়সাও যেতে পারে আপনার পকেট থেকে। অবশ্য ফ্রি চাকরির বিজ্ঞাপনও পোস্ট করা যাবে এই সাইটে। এ সংক্রান্ত বেশ কিছু লিংক পাওয়া যাবে সাইটটির ইন্টারফেসের রিক্রুইটারস এরিয়া অংশে।

এই সাইটটিতে বিজ্ঞাপন তেমন একটা না থাকলেও ডাউনলোড হতে বেশ সময় নেয়। ইন্টারফেসে অপরিকল্পিতভাবে সাজানো কিছু টেক্সট এনিমেশন এজন্য দায়ী।

www.deshijob.com

এই সাইটটি বয়সে একেবারেই নবীন। দেশীজবসে বেশিরভাগ সুযোগ-সুবিধাই বিডিজবসের মতো। নতুন অ্যাকাউন্ট তৈরি, চাকরি খোঁজা, অনলাইনে আবেদন করা ইত্যাদি সবই আছে এখানে।

www.shuchona.com

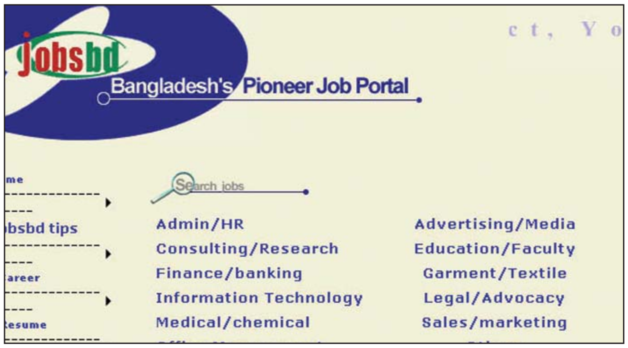
'সূচনা' শব্দটির সাথে সব বাঙালিই পরিচিত। এই সাইটটিতে চাকরি খোঁজা এবং আবেদনের বেশ কিছু অপশন রয়েছে। এখানে অ্যাকাউন্ট তৈরি এবং চাকরি খোঁজার প্রক্রিয়া অন্যান্য সাইটের মতোই। সাইটের তথ্যগুলোও পরিবর্ধন করা হয় খুব দ্রুততার সঙ্গে। তবে সাইটটিকে পুরোপুরি জব সাইট বলা যায় না। মোটামুটি বাংলাদেশী সার্চ ইঞ্জিনের আদলে তৈরি করা হয়েছে সূচনা ডট কম কে।

www.grameenjobs.com

মানুষ সুন্দরের পুজারি। এই সাইটটির আর কিছু না হোক ইন্টারফেসটি মুগ্ধ করবে আপনাকে। নিত্য দিনে সব চাকরির আপডেট তথ্য পাবেন এই সাইটে। সাইটটি বেশ গোছানো। এখানে অন্যান্য জব সাইটগুলোর মতো সকল ধরনের তথ্যই পাওয়া যাবে।

জব ওয়েব পোর্টালে অ্যাকাউন্ট তৈরি

জব পোর্টালগুলোতে চাকরিপ্রার্থীদের অ্যাকাউন্ট তৈরির বিষয়টি একেবারে ফ্রি থাকে। তবে সাইটগুলোতে বায়োডাটা তৈরি করতে হবে পোর্টালের নিজস্ব ছকের মধ্যে। এজন্য সবচেয়ে ভালো হয় আপনি যদি আপনার বায়োডাটাটি সামনে নিয়ে বসেন। আপনি ইন্টারনেটে গিয়ে যেকোনো একটি জব ওয়েবসাইটে প্রবেশ করুন। এরপর ইন্টারফেসের দিকে একটু নজর বুলালেই ক্রিয়েট নিউ একাউন্ট টাইপের লিংক খুঁজে পাবেন। এই লিংকে ক্লিক করে ধাপে ধাপে আপনার প্রয়োজনীয় তথ্যগুলো প্রদান করুন। এক্ষেত্রে যে সাইটে অ্যাকাউন্ট করছেন সেখানের ছক অনুসরণ করুন। অ্যাকাউন্ট তৈরি হয়ে গেলে আপনার ই-মেইল অ্যাড্রেসে একটি নিশ্চিতকরণ মেইল আসবে। আপনার যদি ই-মেইল এড্রেস না থাকে তাহলে জব সাইটে অ্যাকাউন্ট করার আগে ইয়াহু বা হটমেলে একটি ই-মেইল অ্যাকাউন্ট খুলে নিন।



অ্যাকাউন্ট হয়ে গেলে পুনরায় জব সাইটের ইন্টারফেসে আসুন। এখানে অবস্থিত লগ ইন বক্সের ইউজার নেমে আপনার ইউজার নেম এবং পাসওয়ার্ড বক্সে আপনার পাসওয়ার্ড দিয়ে এন্টার করুন। অ্যাকাউন্ট তৈরির সময় আপনি যে ক্যাটাগরিগুলো ভাগ করে দিয়েছিলেন সেই ক্যাটাগরির চাকরির বিজ্ঞাপনগুলো চলে আসবে আপনার অ্যাকাউন্টে। এখান থেকে চাকরি পছন্দ করে আপনার নিজের মত করে অনলাইনে অথবা মেন্যুয়ালি সিভি পাঠিয়ে দিন চাকরিদাতার ঠিকানায়।

অ্যাকাউন্ট পরিবর্তন/পরিবর্ধন

জব সাইটগুলোতে তৈরি অ্যাকাউন্ট যেকোনো সময়ই পরিবর্তন বা পরিবর্ধন করা যায়। এধরনের কাজ করার জন্য আপনার ইউজার অ্যাকাউন্টে প্রবেশ করুন। প্রবেশের পর ইউজার ইন্টারফেসের ডান বা বাম পাশে পাবেন বেশ কিছু অপশন বাটন। এডিট রিসিউম বাটনে ক্লিক করে আপনি আপনার স্টোর করা সিভিটিকে পরিবর্ধন করতে

পারেন। ভিউ রিসিউম বাটনে ক্লিক করলে আপনার বায়োডাটাটিকে জব সাইটের নিজস্ব ফর্মেটে দেখতে পাবেন। ব্লক এম্পোলয়্যার বাটনে ক্লিক করে আপনার অপছন্দের চাকরিদাতাদের ব্লক করে দিতে পারেন। এটি করলে আপনি আপনার অপছন্দের প্রতিষ্ঠানগুলো থেকে কোনো ধরনের চাকরির বিজ্ঞাপন পাবেন না (কাজটি না করাই ভালো)। এছাড়া ই-মেইল ইওর সিভি বাটনে ক্লিক করে আপনি যেকোনো ই-মেইল অ্যাড্রেসে সিভি/বায়োডাটা মেইল করতে পারবেন। একইভাবে ডিলিট রিসিউম বাটনে ক্লিক করে আপনি আপনার সিভিটি ডিলিটও করে দিতে পারেন। তবে এটি করলে দ্রুত আরেকটি সিভি তৈরি করতে হবে। সর্বশেষ এডিট অ্যাকাউন্ট ইনফো বাটনে ক্লিক করে ইউজার অ্যাকাউন্টের বিভিন্ন তথ্য পরিবর্তন করা যাবে।

কিছু জব সাইটের ইউজার অ্যাকাউন্টে পরিবর্তন আনার সময় মাঝে মাঝে এ্যারর ম্যাসেজ দেয়। আবার কখনো কখনো এক ইউজারের একাউন্টে আরেক ইউজারের সিভি চলে আসে। এধরনের ঘটনা কম হলেও মাঝে মাঝেই ইউজারের মধ্যে চরম বিরক্তির সৃষ্টি করে।

দেশীয় কয়েকটি জব সাইটে কয়েকমাস পর পরই জমা রাখা সিভি/বায়োডাটা আপডেট করতে হয়। তাই অ্যাকাউন্ট করার পরে আপডেটের কাজটিও ঠিকভাবে করবেন।

বিজ্ঞাপনের আধিক্য

দেশীয় কয়েকটি জব সাইটে ব্যাপক বিজ্ঞাপনের আধিক্য দেখা যায়। কয়েকটি জব সাইটের ইন্টারফেসে অত্যাধিক বিজ্ঞাপন থাকায় সাইটগুলো ডাউনলোড হতে বেশ খানিকটা সময় ব্যয় হয়।

বিদেশে চাকরি খোঁজা

হাই প্রোফাইলের চাকরিপ্রার্থীরা দেশের বাইরেও চাকরি খোঁজেন। তাদের জন্য দেয়া হলো নিচের ওয়েব অ্যাড্রেসগুলো। এসব সাইটে গিয়ে আন্তর্জাতিক বাজারের চাকরির তথ্য নেয়া যাবে। আর ভাগ্যে থাকলে এগুলোর মধ্য থেকেই পেয়ে যেতে পারেন কাঙ্ক্ষিত চাকরিটি।

www.cyberkingemployment.com
www.velki.com
www.jobs.telegraph.co.uk
www.eslemployment.com
www.academiccareers.com
www.nottingham.ac.uk
www.job-hunt.org
www.careerbuilder.com
www.monster.com
www.hotjobs.yahoo.com
www.careerbabe.com
www.reed.co.uk
www.computerwork.com
www.jobcenter.com
www.jobs.telegraph.co.uk
www.careerone.com.au

Qe: †jLK

রূপচর্চা

চোখের যত্নে ভিটামিন ও হারবাল উপাদান

রূপচর্চার ক্ষেত্রে শরীরের বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের যত্ন নিতে হবে। এর মধ্যে চোখের যত্নকে কোনো অংশে ছোট করে দেখা যাবে না। মুখমণ্ডলের যত্নের কথা বলতে গেলে ত্বকের সঙ্গে সঙ্গে ঠোঁট, চোখের যত্নও নিতে হবে নিয়মিত। এ ক্ষেত্রে প্রয়োজন একটু সতর্কতা ও নিয়মানুবর্তিতা।

০ লালচে প্রদাহযুক্ত চোখ উজ্জ্বল ও সতেজ করতে হলে এবং ঝকঝকে ভাব ফিরিয়ে আনতে চাইলে এ মিশ্রণটি ভালো কাজ দেবে। এ ক্ষেত্রে প্রয়োজন হবে ২ টেবিল চামচ আইব্রাইট হার্ব (বাজারে কিনতে পাওয়া যায়), ২ কাপ গরম পানি, দুটি কটন বল।

০ হারবাল মিশ্রণটি গরম পানিতে ৩ মিনিট ভিজিয়ে রাখুন অথবা ভেজানোর পর মিশ্রণটি ঠাণ্ডা না হওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করুন। এ তরল মিশ্রণে কটন বল দুটি ভিজিয়ে চোখের চারপাশসহ দু'চোখের পাতা আলতো করে মুছে নিন। কিছুক্ষণ পর ঠাণ্ডা পানি দিয়ে চোখ ধুয়ে ফেলুন। দুর্বল চোখের দুর্বলতা দূর করতে প্রতিদিন অন্তত ১ গ্লাস গাজরের রস পান করুন।

০ চোখের ক্লান্তিভাব দূর করতে হলে শসার রস বা শসার স্লাইস দুচোখে দিয়ে চোখ বন্ধ করে প্রায় ১৫ মিনিটের মতো রাখুন। এটি চোখকে ঠাণ্ডা এবং চোখের সজীবতা বজায় রাখবে।

০ চোখের অতিরিক্ত ফোলাভাব দূর করতে চাইলে বা কমাতে চাইলে গ্রিন-টি পানিতে ৫ মিনিটের মতো ভিজিয়ে সম্ভব হলে রেফ্রিজারেটরে ঠাণ্ডা করুন।

চোখের জন্য ভিটামিন ও মিনারেল

সুস্থ, সুন্দর চোখের জন্য ভিটামিন ও মিনারেলসমৃদ্ধ খাবার গ্রহণ করুন। খাদ্যাভ্যাস গড়ে তুলুন। ভিটামিন 'এ' রাতকানা প্রতিরোধের পাশাপাশি দৃষ্টিশক্তি বৃদ্ধি করে। গাঢ় সবুজ শাক-সবজি, গাজর, হলুদ ফলমূল, পনির, মাখন ইত্যাদি নিয়মিত খাদ্যতালিকায় রাখুন।

ভিটামিন 'বি' কমপ্লেক্স চোখের ভেতরকার লালচে ভাব দূর করে এবং আলোর প্রখরতায় অতিরিক্ত সংবেদনশীল চোখকে রক্ষা করে। 'বি-১' (থায়ামিন), 'বি-২' (বিবোফ্লোবিন), 'বি-৩', (নিয়াসিন), 'বি-৬' (পিরিডক্সিন), 'বি-১২' (কোবালামিন) যুক্ত খাবার যেমন- শস্য জাতীয় খাদ্য, রুটি, দুধ, সবুজ শাক-সবজি, মাশরুম, সামুদ্রিক মাছ, বাদাম, অ্যাভোকাডো, কলা ইত্যাদি গ্রহণ করুন।

ক্যারোটিন দৃষ্টিশক্তি বাড়াতে এবং চোখের উজ্জ্বলতা ফুটিয়ে তুলতে খুবই কার্যকর ভূমিকা পালন করে। তাই নিয়মিত ক্যারোটিনযুক্ত হলুদ ফলমূল ও সবজি যেমন- গাজর, ফুলকপি, বাঁধাকপি, নাশপাতি ইত্যাদি খাদ্যতালিকায় রাখুন।

অনামিকা