

ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା

ହେଲେକରାମ

ବ୍ୟାକିଳା

ধূমপান ছাড়ার এখনই সময়

ধূমপান একদিকে যেমন
ফুসফুসের কার্যক্রমতা করিয়ে
দেয়। অন্যদিকে হাদ্রোগ,
ক্যানসার, শ্বাসতন্ত্রের রোগ,
ডায়াবেটিস ইত্যাদির ঝুঁকিও
বাড়ায়। ফলে করোনাভাইরাসের
সংক্রমণের ঝুঁকি অপেক্ষাকৃত
অনেক বেড়ে যায়। আবার
করোনা সংক্রমিত হলে অন্যদের
তুলনায় ধূমপায়ীদের জটিলতা
বেশি হওয়ার ঝুঁকি থাকে।
কাজেই এই ভাইরাস প্রতিরোধে
ধূমপান ছাড়ার কোনো বিকল্প
নেই। আর এই সময়টাটই হতে
পারে এর জন্য শ্রেষ্ঠ
সময়। ধূমপান ছেড়ে দিলে
বিরক্তি, আহিংসা, মনোযোগে
সমস্যা, ধূমপানের তীব্র আকাঙ্ক্ষা
ছাড়া মারাত্মক কোনো
প্রত্যাহারজনিত সমস্যা হয় না।
তাই ধূমপান ছাড়তে হলে
কয়েকটি বিষয়ের দিকে গুরুত্ব
দিতে হবে:
১. ধূমপানের তীব্র ইচ্ছাকে দমন

করুন। যেসব পরিস্থিতি
ধূমপানের ইচ্ছাকে বাড়ায়।
সেগুলো শনাক্ত করে
মোকবিলায় প্রস্তুত থাকুন
প্রাথমিকভাবে এই
আকর্ষণ তীব্র ও
স্প্রিংহীন মনে হলেও
সময় পরই তা কমে
কাজেই মনোযোগ
অন্য কিছুতে সরিয়ে
ন। ধূমপানের ইচ্ছা
ই পানি পান করুন।
ও গভীরভাবে শ্বাস
-ছাড়ুন। ধূমপানের
গুলো স্মরণ করুন।
কোনো নেতিবাচক
কে চ্যালেঞ্জ করুন।
কল্প ইতিবাচক চিন্তা
করুন, নিজের ওপর
আস্থা রাখুন।
স্থ জীবনধারা মেনে
চলুন। নিয়মিত ধূম,
য়া, কাজ, বিনোদন,
য়ামের রঞ্চিন তেরি



কম। তারপরও কেউ আহুন
করলে দৃঢ়তর সঙ্গে না বলুন।
৫.করোনাভাইরাস—সংক্রান্ত
বিক্রিয়া অন্য যেকোনো প্রকার
দেগে, উৎকর্ষা, ভীতি, হতাশা,
রাগ অথবা ঘুমের সমস্যা দূর
করতে বিজ্ঞানসম্মত পদ্ধতি
অবলম্বন করুন। প্রয়োজনে
নারোগ বিশেষজ্ঞের পরামর্শ
নিন। ৬.ধূমপানের
ত্যাহারজনিত তীব্র সমস্যা দূর
করতে এবং পরে ধূমপানের
আগ্রহ কমাতে অনেক সময়
কাটিন রিপ্লেসমেন্ট থেরাপি;
কাটিনযুক্ত চুইংগাম, লজেন্স,
হকে লাগানোর প্যাচ ইত্যাদি
ব্যবহার করা হয়। তবে
নিকোটিনসমৃদ্ধ অ্যারোসল
ফুসের সংক্রমণ ঘটিয়ে আরও
ক্ষতি করতে পারে। তাই
নিকোটিন স্প্রে হিসেবে না
নেওয়াই ভালো।

সচল থাকতে দড়িলাফ



এই ঘরবন্দী সময়েও
আমাদের শরীর রাখতে হবে
সাচল আব সক্রিয়। তাহলে

এটাকে বলেন সম্পূর্ণ
শরীরচর্চা। এতে হাত, পা ও
পেটের সব পেশির বায়াম

করবেন না।
দুটো হাত সমানভাবে নিয়ে
লাফান। ক্রেবল একটি হাতে

পান থেকে চুন খসেছিল, তারপর...

ଅନେକ ଘଟନା ଥାକେ ଯେଣୁଲୋ
ଆମରା ହରହମେଶାଇ ଏଡ଼ିଯେ ଯାଇ ।
ଚୋଥେ ଦେଖେଓ ଦେଖି ନା । ଦେଖିଲେଓ
ମେତାବେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଇ ନା । ଆମାଦେର
ଭାବଟା ଏମନ ଥାକେ ସେ ଏହି ଆର
ଏମନକି ? ଏହି ବିଷୟଗୁଲୋ ସଥିନ
ସିନ୍ମୋମ୍ୟ ମୂଳ ଉପଜୀବ୍ୟ ହେଯେ ଓଠେ,
ତଥିନ ଆମାଦେର ଚୋଥ ଯେଣ କପାଳେ
ଓଠେ । ସେ ରକମ ବିଷୟକେ କେନ୍ଦ୍ର
କରେଇ ଏହି ତିନଟି ଛବିର ଗନ୍ଧ ଶୁରୁ
ହେଯେ ।

শুরুটা যেন পান থেকে চুন
খসেছিল মাত্র। সেই গঞ্জগুলোই
পুরো দেশকে নাড়িয়ে দিয়েছিল।
চলচিত্র উৎসবের জুরি সদস্যরাও
গঞ্জগুলোতে নতুন নতুন
প্রশংসা করেন।

ରାସ୍ତାଯା ଏକଟି ଭବନେ କାଜ
କରଛିଲେନ ଇଯାସେର ଆବଦୁଲ୍ଲାହ ।
ଏମନ ସମୟ ହଠାତ୍ ତା'ର ମାଥାଯ ଓପର
ଦେତଳାର ପାଇଁ ଦିଯେ ପାନି ଗଡ଼ିଯେ
ପଡ଼େ । ତିନି ଓପରେ ଗିଯେ ସେଇ
ବାସର ମାଲିକ ଟନି ହାନ୍ତାକେ ବିଷସାଟି
ଜାନିଯେ ପାନିର ପାଇଁ ନୃତ୍ୟ କରେ
ମେରାମତ କରତେ ବେଳେନ । ତା'ର କଥା
ଶୁଣେ ହାନ୍ତା କୋଣୋ ଗା କରେ ନା ।
ଇଯାସେର ଆବଦୁଲ୍ଲାହ ନିଚେ ଏସେ
ଏମନଭାବେ ପାଇଁ ପାଇଁ ଅନ୍ୟ ଏକଟି
ପାଇଁପେର ସଙ୍ଗେ ଲାଗାନ, ଯେବେ ପାନି
ରାସ୍ତାର କାରଣ ଗାୟେ ନା ପଡ଼େ । ହାନ୍ତା
ରାଗେ ଏହି ପାଇଁ ପ ମେରାମତକାଜ
ତାଂଦେର ସାମନେଇ ହାତୁଡ଼ି ଦିଯେ
ଭେଣେ ଦେନ । ଏହି ସାମାନ୍ୟ ବିସୟ
ନିଯେଇ ଲେବାନନ୍ଦେ ଟନି ହାନ୍ତା ଏବଂ
ଫିଲିଙ୍ଗନ ଥିକେ ଲେବାନନ୍ଦେ ଏସେ
ବସତ ଗଡ଼ା ପ୍ରତିବେଶୀ ଇଯାସେର
ଆବଦୁଲ୍ଲାହର ମଧ୍ୟେ ମାନ—ଅପମାନ
କରା ନିଯେ ମାମଲା—ମୋକଦ୍ଦମା ।
ଏହି ଛବିର ନାମ “ଦ୍ୟ ଇନ୍ସାଲ୍ଟ” ।

A collage of three movie posters. On the left, 'The Insult' by Sebastian Lelio features a man's face and the text 'WORDS CHANGE EVERYTHING'. In the center, 'A Fantastic Woman' by Sebastián Lelio shows a woman's face in profile. On the right, 'Offside' by Jafar Panahi shows a group of Iranian men in soccer uniforms cheering from behind a fence.

গঞ্জিটি শেষ পর্যন্ত দেশের মানুষের
মূল আলোচনার কেন্দ্রবিন্দুতে
পরিগত হয়। জিয়াদ দৌরিনি
অসাধারণ চরিত্রায়ণের ছবিটি
জিতে নেয় কানের সেরা
অভিনেতার পুরস্কার। ছবিটি
অস্কারেও বিদেশি ভাষার ছবি
বিভাগে মনোনয়ন পায়। ড্রামা
এবং থ্রিলার জনরার এই ছবি
২০১৭ সালে কান চলচ্চিত্র উৎসবে
পামদর পুরস্কারের জন্য মনোনয়ন
পায় জাফর পানাহিকে বলা হয়
ইরানিয়ান সিনেমার বিদ্রোহী কবি।
প্রতিটি ছবিতে তিনি দেশের
অসামাজিকস্য বিষয়গুলো তুলে
ধরেন। ২০০৬ সালে তুলে ধরেন
তেমনই একটি গল্প। দেশের
মাটিতে ফটবল খেলা হবে। ইরান

বাহরাইনের মধ্যে খেলা। দেশে
নির্মাণ বিহুতে স্টেডিয়ামে খেলা
করা নিয়ে উত্তেজনা, তখন
যেদের মন বিষণ্ণ। কারণ,
নানের মাটিতে নারীদের জন্য
লা দেখা নিষিদ্ধ। তরঙ্গীদের
কঠি দল এই খেলা সরাসরি
থেকে চায়। মেয়েদের সেই খেলা
খার গল্প নিয়েই পাহানি ২৫০০
পারে বানিয়েছেন “অফসাইড”
বি।

ফট ডিজিটাল ভিডিও ক্যামেরা
য়ে ৩৯ দিন ধরে শুটিং করেন
মৃত্যা। ছবিটি মৃত্যির পর জাফর
নাহির অন্য ৪টি ছবির মতো
ফসাইড ছবির ওপরও সরকার
ব্যবেজ্ঞা জারি করে। ছবিটিতে
নানের নারীদের বৈষম্য তলে ধরাই

କାଳ ହେଯେ ଦାଢ଼ିଆ । ଇରାନେର ବକ୍ଷ ଅଫିସର ସବୁ ତେଣେ ଦେଓୟାର ଦିକେ ଚାଲୁ । ଏମନ ସମୟ ଛବିର ନିଷେଧାଜ୍ଞ ଦେଓୟାର ମାତ୍ର ଦୁଇ ପାଇଁ ଛବିଟି ଡିଭିଡ଼ିତେ ବେର ସନି ପିକଚାରସ, ଇଟ୍ ଏସ ବୁଟ୍ଟର ଇରାନେର ସରକାରକେ ମୁକ୍ତି ଦିତେ ଅନୁରୋଧ କରେ । ଫିଲ୍ମ ଫେସଟିଭ୍ୟାଳ ଥିକେ ହବିସହ ଚାରଟି ପୁରୁଷଙ୍କର ଜିତେ ଏରପର ଥେକେଇ ଆଲୋଚନାଯ ଆସେ ୨୦୧୭ ସାଲେ ମୁକ୍ତି ଆରେକଟି ଛବି ‘ଦ୍ୟ ଏସଟିକ ଓମେନ’ । ୨୦୧୮ ଅକ୍ଟାରେ ବାଜିମାତ । ବିଦେଶୀ ଛବିର ବିଭାଗେ ଜିତେ ନେଯ ଛବିର ପରୁଷକାର । ଚିଲି ଥିକେ ପ୍ରଥମବାରେ ମତେ ଏହି ସମ୍ମାନ ଏବେ ଦେଇ ଛବିଟି । ଛବିଟି ପରିଚାଳନା କରେଛେ ସେବାସ୍ତିଯାନ ଲେଲିଓ ଛବିଟିର ଗଲ୍ଲ ଟ୍ୟୁଙ୍ଗେଭାନ ମେରିନାକେ କେନ୍ଦ୍ର କରେ । ଏକାବିଂ ଅର୍ଲେବ୍ରେ ଜୀବନେ ଆସେ ଏହି ଟ୍ୟୁଙ୍ଗେଭାନ ମେରିନା । ତାର ଏକମାତ୍ର ଏହି ସମ୍ମାନ ସମେହ ବୈଶି ସମ୍ମାନ କାଟିତେ ଥାକେ । ହଠାଏ ଏକଦିନ ରାତି ବାସାର ସିଙ୍ଗିତେ ପଡ଼େ ମାଥାର ଆଘାତ ପାଇଁ ଅର୍ଲେବ୍ରେ । ମେରିନା ହାସପାତାଲେ ନିଯେ ବୁବାତେ ପାରେ ନେଇ ମାରା ଗେଛେ । ଏକାକୀ ଭାବେ ନିରୀକ୍ଷଣ ମେରିନା ରାସ୍ତାଯ ବେରିଯେ ପଡ଼େ । ପୁରେ ଗଲ୍ଲ ମେରିନାକେ ଚିଲିର କଟିଲି ବାସ୍ତ୍ଵତର ସଙ୍ଗେ ଯୁଦ୍ଧ କରତେ ହେଯ ଛବିଟି ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଅନେକ କିଛିକେ ପ୍ରଶ୍ନବିଦ୍ଧ କରେ ।

বালিউড নায়িকাদের সুপ্র প্রতিভা



পর্দায় তাঁদের অনেক কিছুই করতে হয়ে দুশ্মানৰ মারপিট থেকে শুরু করে শুন্যে উড়োজাহাজ চালানো। ইতিবাচকভাবে কাজে লাগাচ্ছেন শ্রীদেবী-কন্যা। হাতড়ে বেড়াচ্ছেন মায়ের টুকরো টুকরো স্মৃতি। মায়ের স্মরণ মায়ের চুম্পি মায়ের প্রস্তাৱ কৈবল্যে পাঠ করে শোনান। টুডে আ্যন্ড এভরিডে' নামেৰ এই কবিতায় তিনি প্রকৃতিৰ অপার ষ্টেমৰে প্ৰতিটি স্তুতকে খৰ

ইনস্টার্গ্রামে পাঠ করে শোনাল
টুডে অ্যান্ড এভিরিডে' নামের এই
কবিতায় তিনি প্রকৃতির অপার
কৌণ্ডলীর প্রতিটি ঝুরকে থার

A black and white photograph featuring Joaquin Phoenix in the foreground, wearing a tuxedo and sunglasses, looking directly at the camera. To his right, Rooney Mara stands in a lace dress, also looking forward. In the background, Matt Damon is partially visible, looking towards the camera. The setting appears to be a backstage area or a hallway with overhead lighting fixtures.

৪৫ বছর বয়সী হিলিউড
তারকা হোয়াকিন ফিনিক্স ও
৩৫ বছর বয়সী রঞ্জি মারা
দম্পত্তি তাঁদের প্রথম সন্তান
জন্ম দিতে চলেছেন।
করোনা মহামারির কারণে
তাঁরা বর্তমানে যুক্তরাষ্ট্রের
লস অ্যাঞ্জেলেসে তাঁদের
বাড়িতে কোরারেটিনে
রয়েছেন।
করোনার আগে থেকেই
মার্কিন এই অভিনেত্রীকে
টিলেচলাপোশাকে দেখা
গোছে। এবার এই দম্পত্তির
যথিষ্ঠ এক সূত্র পেজ সিঙ্কে
নিশ্চিত করেছে, বাবা হতে
চলেছেন জোকার
হোয়াকিন, মা রঞ্জি। ওই সূত্র
জানায়, করোনা মহামারির
ভেতর এই দম্পত্তি তাঁদের
সন্তানের খবর গোপন
রাখতে চেয়েছেন।
ধারণা করা হচ্ছে, রঞ্জি মারা
হয় মাসের অস্তঃসন্তা। বিভিন্ন
সংবাদমাধ্যম থেকে
হোয়াকিন ফিনিক্সের সঙ্গে
যোগাযোগের চেষ্টা করা
হলেও অস্কারজয়ী এই
অভিনেতার কোনো মন্তব্য

পাওয়া যায়নি। ২০১৬ সাল
থেকে হোয়াকিন ও রঞ্জির
প্রেম। হোয়াকিন আর রঞ্জি
একসঙ্গে ২০১৩ সালে প্রথম
হার সিনেমায় পর্দা ভাগ
করেন। মেরি মার্গারেট
সিনেমার শুটিংয়ের সেটে
প্রেম হয় এই দম্পত্তির।
২০১৭ সালের সেপ্টেম্বরে
হিলিউড হিলসে একসঙ্গে এক
ছাদের নিচে থাকা শুরু
করেন। ২০১৯ সালের
জুলাইয়ে জানা যায়, তাঁরা
বাগদান সম্পন্ন করেছেন।
আর এবার প্রথম সন্তানকে
পৃথিবীর মুখ দেখাতে যাচ্ছেন
এই দম্পত্তি।

প্রথমবার হোয়াকিন
মিডিয়াকে তাঁদের প্রেমের
কথা জানাতে গিয়ে
বলেছিলেন, ”সে-ই আমার
জীবনে প্রথম নারী, যার সঙ্গে
আমি মেইল চালাচালি করে
প্রেম করেছি। অস্তর্জালের
দুনিয়ায় আমি রঞ্জি ছাড়া আর
কোনো নারীর সঙ্গে কোনো
দিন বার্তা আদান—প্রদান
করিন। ও প্রথম, ও-ই
শেষ।”

সুখবর জানালেন 'জোকার'

৪৫ বছর বয়সী হিলিউড
তারকা হোয়াকিন ফিনিক্স ও
৩৫ বছর বয়সী রঞ্জি মারা
দম্পত্তি তাঁদের প্রথম সন্তান
জন্ম দিতে চলেছেন।
করোনা মহামারির কারণে
তাঁরা বর্তমানে যুক্তরাষ্ট্রের
লস অ্যাঞ্জেলেসে তাঁদের
বাড়িতে কোরারেটিনে
রয়েছেন।
করোনার আগে থেকেই
মার্কিন এই অভিনেত্রীকে
টিলেচলাপোশাকে দেখা
গোছে। এবার এই দম্পত্তির
যথিষ্ঠ এক সূত্র পেজ সিঙ্কে
নিশ্চিত করেছে, বাবা হতে
চলেছেন জোকার
হোয়াকিন, মা রঞ্জি। ওই সূত্র
জানায়, করোনা মহামারির
ভেতর এই দম্পত্তি তাঁদের
সন্তানের খবর গোপন
রাখতে চেয়েছেন।
ধারণা করা হচ্ছে, রঞ্জি মারা
হয় মাসের অস্তঃসন্তা। বিভিন্ন
সংবাদমাধ্যম থেকে
হোয়াকিন ফিনিক্সের সঙ্গে
যোগাযোগের চেষ্টা করা
হলেও অস্কারজয়ী এই
অভিনেতার কোনো মন্তব্য

পাওয়া যায়নি। ২০১৬ সাল
থেকে হোয়াকিন ও রঞ্জির
প্রেম। হোয়াকিন আর রঞ্জি
একসঙ্গে ২০১৩ সালে প্রথম
হার সিনেমায় পর্দা ভাগ
করেন। মেরি মার্গারেট
সিনেমার শুটিংয়ের সেটে
প্রেম হয় এই দম্পত্তির।
২০১৭ সালের সেপ্টেম্বরে
হিলিউড হিলসে একসঙ্গে এক
ছাদের নিচে থাকা শুরু
করেন। ২০১৯ সালের
জুলাইয়ে জানা যায়, তাঁরা
বাগদান সম্পন্ন করেছেন।
আর এবার প্রথম সন্তানকে
পৃথিবীর মুখ দেখাতে যাচ্ছেন
এই দম্পত্তি।

প্রথমবার হোয়াকিন
মিডিয়াকে তাঁদের প্রেমের
কথা জানাতে গিয়ে
বলেছিলেন, ”সে-ই আমার
জীবনে প্রথম নারী, যার সঙ্গে
আমি মেইল চালাচালি করে
প্রেম করেছি। অস্তর্জালের
দুনিয়ায় আমি রঞ্জি ছাড়া আর
কোনো নারীর সঙ্গে কোনো
দিন বার্তা আদান—প্রদান
করিন। ও প্রথম, ও-ই
শেষ।”

করোনাকালে দুনিয়ার অনেক অদেখার দেখা মিলছে, একইভাবে মিলছে বলিউড নায়িকাদের সুপ্ত প্রতিভার ঝোঁজও। বিস্তারিত লিখেছেন দেবৱৰতি ভট্টাচার্য করোনাকালে ভূমি পেড়নেকর নিজের এক গোপন ইচ্ছা পূরণ করলেন। দীর্ঘদিনের স্মৃতি ছিল বাগান গড়বেন। তাই লকডাউনের অঞ্চল অবসরে নিজের বাড়ির একফালি জায়গায় রীতিমতো চাষাবাদ শুরু করেছেন তিনি। তা-ও আবার সন্তান পদ্ধতিতে নয়, নিজের নামের বিপরীতে গিয়ে করেছেন চাষাবাদ। মানে ভূমি বা মাটি ব্যবহার না করে পানিতে গাছের চারা রোপণ করেছেন এই অভিনেত্রী। চাষাবাদের এই পদ্ধতিকে বলা হয় ‘হাইড্রোপোনিক’। মাটি ব্যবহার না করে পানির মিশ্রণে পুষ্টি উপাদান মিশিয়ে তার পর গাছ ফলানো চাট্টিখানি কথা নয়। এর জন্য বেশ পড়াশোনাও করতে হয়েছে ভূমিকে। করতে হয়েছে ভীষণ পরিশ্রম। পরিশ্রমের ফল তিনি পেয়েছেন, ঘরে তুলেছেন নিজের হাতে ফলানো শাকসবজি। এ কাজে ভূমিকে সাহায্য করেছেন তাঁর মা সুমিত্রা।

শুটিংয়ের ব্যস্ততা নেই। সম্পূর্ণ গৃহবন্দী জাহুবী কাপুর। লকডাউনের এই সময়টাকে করে আবক্ষারে আনন্দ খুঁজে পাচ্ছেন তিনি। আর নিজের মধ্যে লুকিয়ে থাকা এক শিল্পীস্টাটিকে আলোর মুখ দেখিয়েছেন জাহুবী। ক্যান্টামে নানান রঙের আঁচড়ে একের পর এক ছবি এঁকে চলেছেন এই অভিনেত্রী।

ক্যাটরিনার সৌন্দর্যে মুঝ ৯ থেকে ১০। এবার হয়তো তাঁর গিটারের ঝঁকারেও আবিষ্ট হবেন সবাই। করোনার লকডাউনে ক্যাটরিনা গিটার শিখেছেন মন দিয়ে। তবে এখনো তাঁর এই প্রতিভা উন্মুক্ত হয়নি। ইনস্টাগ্রামে পোস্ট করা এক ভিডিওতে এই বলিউড নায়িকাকে গিটার হাতে দেখা গেছে। তিনি জানিয়েছেন, শিগগিরই তাঁর গিটারের টুঁটাংশোনা যাবে। বলিউডের সংগীত পরিচালক অঙ্কুর তিওয়ারিকে নিজের পোস্টে ট্যাগ করেছেন ক্যাটরিনা। ধারণা করা হচ্ছে, সৃজনশীল এই চর্চায় হয়তো অঙ্কুরই ক্যাটের গুরু।

সু—অভিনেত্রী হিসেবে আলিয়া নিজেকে অনেক আগেই প্রমাণ করেছেন। এমনকি তিনি অল্পবিস্তর গাইতেও পারেন। এবার আলিয়া হাতে তুলে নিলেন কলম। এবারের ধরির্ত্তী দিবসে (২২ এপ্রিল) এই বলিউড নায়িকা উপহার দিলেন এক সুন্দর কবিতা। আলিয়া তাঁর স্বচ্ছত কবিতাটি গেছে, ধরবন্দ থাকার সময়টাতে আলিয়া তাঁর লেখকসম্ভাকে ঝালিয়ে নিচ্ছেন। আলিয়ার অনেক আগে কলম ধরেছিলেন কৃতি শ্যামন। বলা যায়, কৃতির লেখনী অনুপ্রাণিত করেছে আলিয়া ভাট, সারা আলী খানসহ বিটাউ নের একাধিক অভিনেত্রীকে। তাঁদের সবারই লেখকসম্ভার পরিচয় মিলেছে এই সময়ে। তবে কৈশোর থেকেই লেখালেখি শুরু করেছিলেন কৃতি। তাঁর কবিতা অনুরাগীদের হৃদয়ও জয় করেছে। ফলে লকডাউনে সেই কবিস্তাটি আবার নতুন করে ঝালিয়ে নিলেন কৃতি।

হেঁশেলের ছায়াও মাড়াতেন না বিদ্যা বালান। এমনকি পানি গরম করা ছাড়া কিছুই করতে পারতেন না তিনি। ঘরবন্দিদশায় অবশেষে রাঁধুনি হিসেবে অভিষেকে হলেন বলিউডের এই দাপুটে অভিনেত্রী। শুরুতেই বাজিমাত করলেন বিদ্যা। সবাইকে তাক লাগিয়ে দিয়েছেন মোদক (একধরনের মিষ্টি) বানিয়ে। ইনস্টাগ্রামে এক ভিডিওতে দেখা গেছে, রীতিমতো পাটু রাঁধুনির মতো মোদক বানাচ্ছেন তিনি। শুধু মোদক নয়, বলিউডের এই জনপ্রিয় নায়িকা লকডাউনে জিবে জল আনা আরও বাহারি পদণ্ড রাখা করেছেন।

সৌমিত্র-স্মরণ থেকে ফুটবল, নববর্ষে দৃঢ়ি বিশেষ অনুষ্ঠান

কলকাতা, ১ জানুয়ারি (ই.স.) : সে কালের কলকাতার শীতের মরসুমের অন্যতম আকর্ষণ ছিল ইংরেজি নতুন বছর বরের উৎসব। থামাপিনা, নাচ-গান, ঘোড়া-চুক্তি যে সেই উৎসব ছিল 'সাহেব' শব্দের সমাজিক জীবনের গুরুত্বপূর্ণ অংশ। ইষ্ট ইভিন্যা কোম্পানির কর্তৃরা নতুন বছরে উপলক্ষে এলাই উদ্বাপনের ব্যবস্থা করতেন। নতুন বছর বরের সেই ধরা রয়েছে এবাবেও।

১৯৯৫ সালে সেমিত্রাক্ষয়ের ৬০তম জন্মবর্ষে থিওরেট-জগতের পক্ষ থেকে তাঁর স্বৰ্বর্ণনার আয়োজন করেছেন 'নাটা' সংস্থা', বিভিন্ন চৰকৰ্তাৰ নেটুৱ্বত। তাঁৰ স্মৃতি তে আপোৰ, তাঁকে মনে রেখে এ বাবা নাটা সংস্থা, আকাদেমি আৰ ফাইন আর্টস ও বাংলা পিয়েটোৱেৰ সমস্যা ও কৰ্মীৰ আয়োজন কৰেছেন নাটা' সংস্থা', বিভিন্ন চৰকৰ্তাৰ নেটুৱ্বত। সাময়েস সিটি কলকাতার অন্যতম বিজ্ঞানৰ ক্ষেত্ৰে বিশেষ উদ্বান। যাদেৱ প্রতি বছরই সাময়েস সিটিতে ভিড় জমাব বৰ দৰ্শনাৰ্থী। কিন্তু প্রতিবছৰ থেকে এই বছরের চিত্ৰাটা একটু আলাদা। নতুন বছরের প্রথম দিনে প্রতিটি ভিড় নেই সাময়েস সিটিতে। গত বছরে তুলনায় প্রায় ৪০-৪২ শতাংশ পৰ্যটক বৰ চলাছে কৱেনা বিধি। সাময়েস সিটি কলকাতার অন্যতম বিজ্ঞানৰ ক্ষেত্ৰে বিশেষ উদ্বান উদ্বান। যাদেৱ বিজ্ঞানৰ পৰ্যটক বৰ চলত বছৰ ছিল সাময়েস সিটিতে ভিড় জমাব কৰি কাচাৰা। কৰি কাচাদেৱ পৰাশৰ্পণী তাঁৰ মিলিয়া আনন্দ উপস্থিতি কৰতে আসে বড়োৱা। যদিও চলত বছৰ সেই চিত্ৰে ভাঁটা পড়লো ও ছুটিৰ আমাজে গায়ে থেকে কিছু মানুষ দুৰৱে এসেছে সাময়েস সিটিতে।

অনুষ্ঠানে, নতুন বছরের শুরুতে, আগামী ৩ জানুয়ারি 'সহজ' নাট্যদল আয়োজন কৰেছে ফুটবল প্রতিযোগিতা।

বেহালোৱা স্বৰেৱৰাজীৱেৰ মহলাখাৰ থেকে মাঝে প্ৰথম নাটা প্ৰয়োজনা দুৰ্বল আগে হেলেও শুধু মৰেক সীমাবন্ধ রাখেনি নিজেদেৱ, ছুটি গিয়েছে নানা সামাজিক কাজেও। আমাদেম-বিপৰীতীন নাট্যদলৰ বিশেষ চৰকৰ্তাৰ পাশে দীভুলীয়ে ওঠা। ওঁদেৱ আয়োজন 'সজী কাটিন্টি কাপ'। সেখানে মোগ দিচ্ছে, 'নানীকাপ', 'ফোৰ্থ বেল'-সহ আটোট নাট্যদল, বাংলা ব্যাস 'বিৰস্ত ইন্ফিনিটি', শিল্পীদেৱ নিয়ে তৈৰি আৱৰণ একতা দল। দুটি ভাগে ভাগ কৰে বেলাভুল হৰে মিটো পাকৰে তি এবে স্পোর্টস এৰিয়ান। ফুটবলৰে প্ৰতি ভালকৰাৰ থেকে, কৱেনা-আৰেহে মানিসক ভাবে বিপৰীত শিল্পীদেৱ একটা 'নানী'ক'ভাৱৰ সুন্দৰে এককুে দীৰ্ঘাৰ পৰিৱেক্ষন ঘোকেই এনাম প্রতিযোগিতাৰ আয়োজন। মাচ পৰিচালনা কৰবেন আইএফএ অনুমতিদিত তিনি রেকুৱি।

তৃণমূলেৱ প্ৰতিষ্ঠা দিবস উদ্বাপন উত্তৰবঙ্গ জুড়ে

জলপাইগুড়ি, ১ জানুয়ারি (ই.স.) : সাবাৰাজোৱা সাথে উত্তৰবঙ্গ জুড়েও শুক্ৰবৰ্ষ তৃণমূল কংগ্ৰেসেৰ ২৪তম প্ৰতিষ্ঠা দিবস পালিত। এদিন সকাল থেকে রাজোৱাৰ জেলায় জেলায় কাৰ্যালয় গুলিতে পতাকা উত্তোলন কৰে প্ৰতিষ্ঠা দিবস পালন কৰেছে নেতা-কৰ্মী ও সমৰ্থকৰ। কোথাও কোথাও মিছিল ও সভার আয়োজন কৰেছে রাজা ও জেলা স্তৰেৱ নেতৃত্বৰ। জলপাইগুড়িৰ প্ৰতি ভালকৰাৰ থেকে, কৱেনা-আৰেহে মানিসক ভাবে বিপৰীত শিল্পীদেৱ একটা 'নানী'ক'ভাৱৰ সুন্দৰে এককুে দীৰ্ঘাৰ পৰিৱেক্ষন ঘোকেই এনাম প্রতিযোগিতাৰ আয়োজন। মাচ পৰিচালনা কৰবেন আইএফএ অনুমতিদিত তিনি রেকুৱি।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্যালয়েৰ সামনে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰেন দলেৱ অংশকৰণৰ সাথে নানীয়া পতাকাৰ উত্তোলন কৰে দিবিতি উদ্বাপন কৰা হৈ দৰেৱ তৰকৰে।

এদিন সকালে সময়মতি-২ অংশৰেৱ তৃণমূলৰ কাৰ্য

