



ড্যাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

গৌরবের ৭০ তম বছর

অনলাইন সংস্করণঃ www.jagrandaily.com

JAGARAN 14 March, 2024

আগরতলা ১৪ মার্চ ২০২৪ ইং

৩০ ফাল্গুন, ১৪০০ বঙ্গাব্দ, বৃহস্পতিবার

RNI Regn. No. RN 731/57

Founder: J.C.Paul

লোকসভার পূর্ব আসনে

বিজেপি'র মনোনীত প্রার্থী কীর্তি সিং দেববর্মা



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ মার্চ ॥ অনুযায়ী জনজাতি প্রার্থী হিসেবেই মহারানী কীর্তি সিং দেববর্মা কে প্রার্থী হিসেবে মনোনীত করা হয়েছে। তিনি আরো বলেন, কীর্তি সিং দেববর্মা রাজ পরিবারের সদস্য। পাশাপাশি তাঁর স্বামী ছত্রিশগড়ের দুবার এর বিধায়ক। তাই রাজনীতি সম্পর্কে তিনি যথেষ্ট ওয়াকিবহাল। সেই কারণে তাঁকেই প্রার্থী করা হয়েছে পূর্ব ত্রিপুরা লোকসভা আসনের জন্য। উল্লেখ্য কেন্দ্র সরকার, রাজ্য সরকার ও ত্রিপুরা মখার মধ্যে ত্রিপ্রাসিক চুক্তি স্বাক্ষরিত হয়েছে। তারপরেই ত্রিপ্রা মখা বিজেপি'র দলীয় প্রতীকে লড়াই করবে বলে সম্মতি জানিয়েছে। তারপরেই সর্বভারতীয় সম্মতিক্রমে মহারানী কীর্তি সিং দেববর্মা কে পূর্ব ত্রিপুরা লোকসভা আসনের প্রার্থী হিসেবে মনোনীত করা হয়েছে।

আসাম রাইফেলের অভিযানে তেইশ কেজি গাঁজা উদ্ধার



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ মার্চ ॥ নেশা বিরোধী অভিযানে সাফল্য পেয়েছে আসাম রাইফেল। গোপন সংবাদের ভিত্তিতে অভিযান চালিয়ে ২৩ কেজি গাঁজা উদ্ধার করতে সক্ষম হয়েছে আসাম রাইফেলস। সাথে তিনজন নেশাকারবারীকে আটক করা হয়েছে। আসাম রাইফেল এক বিবৃতিতে জানিয়েছে, গোপন সংবাদে গতকাল রাতে খবর আসে ধলাই জেলার

জলের সমস্যা : অবরোধ

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ মার্চ ॥ পানীয় জলের সমস্যায় নাজেহাল এলাকাবাসী। দীর্ঘ দিন সমস্যার সমাধান না পেয়ে ফের পানীয় জলের দাবিতে আজ মাছমারা থেকে কাঞ্চনপুর যাওয়ার রাস্তা অবরোধ করে পাবিয়াছড়া বিধানসভার লালজুড়ি ব্লকের জয়মনিপাড়া এলাকার প্রমীলা বাইনৌ। অবরোধের জেরে মানচিত্রাল বন্ধ হয়ে পড়ে। এলাকাবাসীর অভিযোগ, দীর্ঘদিন ধরে পানীয় জলের সমস্যায় ভিগছেন লালজুড়ি ব্লকের জয়মনিপাড়া এলাকাবাসী। একাধিকবার এ বিষয়ে প্রশাসনের উচ্চ পদস্থ অধিকারিকদের জানানো হলেও সমস্যা সমাধানের কোনো উদ্যোগ গ্রহণ করেনি। তাই আজ সকালে পানীয় জলের দাবিতে পথ অবরোধে বাসেন তাঁরা।

চলতি অর্থ বছরে রাজ্যে রেগায় ৩.৬১ কোটি শ্রমদিবস সৃষ্টি হয়েছে : গ্রামোন্নয়ন সচিব

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ মার্চ ॥ এমজিএন রেগায় চলতি অর্থবছরে রাজ্যে এখন পর্যন্ত ৩.৬১ কোটি শ্রমদিবস সৃষ্টি করা হয়েছে। গড়ে ৬১.৫ শ্রমদিবস সৃষ্টি হয়েছে। গড় শ্রমদিবস সৃষ্টির নিরাপত্তা ত্রিপুরা এখন পর্যন্ত সারাদেশের মধ্যে তৃতীয় স্থানে রয়েছে। আজ সচিবালয়ের প্রেস কনফারেন্স হলে এক সাংবাদিক সম্মেলনে গ্রামোন্নয়ন দপ্তরের বিভিন্ন প্রকল্পের সাফল্য ও অগ্রগতির চিত্র তুলে ধরে গ্রামোন্নয়ন দপ্তরের সচিব ড. সন্দীপ আর রাঠোর এই তথ্য জানান। তিনি জানান, ২০২৩-২৪ অর্থবছরে এমজিএন রেগায় কেন্দ্রীয় সরকার এখন পর্যন্ত ১০৬৫.৬৪ কোটি টাকা বরাদ্দ করেছে এবং রাজ্য সরকার ৭৫.১২ কোটি টাকা প্রদান করেছে। এরমধ্যে এখন পর্যন্ত ১০২১.৭৫ কোটি টাকা ব্যয় হয়েছে। সচিব জানান, কেন্দ্রীয় সরকার আগামী অর্থবছরে রাজ্যের জন্য ৩ কোটি শ্রমদিবসের লেবার বাজেট অনুমোদন করেছে। সচিব জানান, প্রধানমন্ত্রী আবাস যোজনা (গ্রামীণ) এখন পর্যন্ত রাজ্যের

জন্ম ৩.৭৭ লক্ষ পাকা ঘরের অনুমোদন দেওয়া হয়েছে। এরমধ্যে রাজ্য সরকারের বিশেষ উদ্যোগের ফলে ২০২২ সাল থেকে ১.৭০ লক্ষ যোগ্য পরিবারকে পাকা ঘরের অনুমোদন দেওয়া হয়েছে। ২০২২ সাল থেকে দৈনিক গড়ে প্রায় ৫০০টি ঘর নির্মাণ করা হয়েছে এবং এই প্রকল্পে ২.৯১ লক্ষ ঘর তৈরী হয়েছে। এই সাফল্যের জন্য রাজ্য সরকারকে ভূয়সী প্রশংসা করেছে কেন্দ্রীয় সরকার। প্রধানমন্ত্রী আবাস যোজনা (গ্রামীণ)

রাজ্য সরকার ব্যয় করেছে প্রায় ৪ হাজার ৭০০ কোটি টাকা। এই ব্যয়ের প্রায় ৬৩ শতাংশ অর্থাৎ প্রায় ৩ হাজার কোটি টাকা ব্যয় করা হয়েছে গত আর্থিক বছর থেকে। সাংবাদিক সম্মেলনে সচিব ২০২৩-২৪ অর্থবছরে ত্রিপুরা গ্রামীণ জীবিকা মিশনের সাফল্য তুলে ধরে জানান, ১ মার্চ, ২০২৪ এ ত্রিপুরা গ্রামীণ জীবিকা মিশনের অধীনে থাকা কিল্লা মহিলা ক্লাস্টার লেভেল ফেডারেশন রিসার্চ জন্ম জি আই রেজিস্ট্রেশন পেয়েছে। রাজ্যে প্রথমবারের মতো ভারত সরকারের গ্রামীণ উন্নয়ন মালয়ের ২৪তম সেন্ট্রাল লেভেল কো-আর্ডিনেশন কমিটির বৈঠক অনুষ্ঠিত হয়। তিনি জানান, রাজ্যে টিআরইউপিআই নামে একটি প্রকল্প চালু করা হয়েছে। এবছর এই প্রকল্পটি আমবাসা, দশদা এবং গঙ্গানগর ব্লকে চালু করা হয়েছে। ৪ হাজার অতি দরিদ্র পরিবারকে এই প্রকল্পের আওতায় আনা হবে। এরজন্য প্রায় ১৫ কোটি টাকা ব্যয়

ভাটুয়ালে পিএম সূর্য জাতীয় পোর্টালের সূচনা করেন প্রধানমন্ত্রী

মানুষের আর্থ সামাজিক উন্নয়নে নিরলস কাজ করছে সরকার : মুখ্যমন্ত্রী



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ মার্চ ॥ গরীব অংশের মানুষের অধিকারের টাকা এখন সরাসরি তাদের অ্যাকাউন্টে চলে যায়। এজন্য কোনও কমিশন বা সুপারিশের প্রয়োজন পড়ে না। দেশের সব অংশের মানুষের উন্নয়ন না হলে ২০৪৭ সালের মধ্যে ভারতকে বিকশিত রাষ্ট্র বানানোর যে লক্ষ্যমাত্রা নেওয়া হয়েছে তাতে পৌঁছানো সম্ভব হবে না। আজ বিকেলে পিএম-সূর্য জাতীয় পোর্টালের সূচনা করে প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি একথা বলেন। আগরতলার মুক্তধারা অডিটোরিয়ামে এই অনুষ্ঠানটি সরাসরি সম্প্রচার করা হয়। ভাটুয়ালে অনুষ্ঠানে প্রধানমন্ত্রী আরও বলেন, ২০১৪ সালে কেন্দ্রের বর্তমান সরকার সবক' সাথ সবক' বিকাশের লক্ষ্য নিয়ে কাজ শুরু করে। যাদের বিশ্বাস সমস্ত কিছুই উপর থেকে চলে গিয়েছিল তাদের কাছেই এই সরকার সবচেয়ে আগে গিয়ে পৌঁছায়। ৫ লক্ষ টাকা পর্যন্ত বিনা পয়সায় চিকিৎসা করার যে সুযোগ



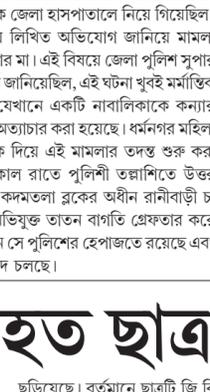
দেওয়া হয়েছে তাতে সবচেয়ে বেশি উপকৃত হচ্ছেন দলিত ও আদিবাসীগণ। দলিত, পিছিয়ে পড়া অংশের মানুষের কাছে এখন পাকা আবাস, পাকা শৌচালয় রয়েছে। উজ্জ্বলা গ্যাস যোজনার মাধ্যমে তাদের কাছে বিনামূল্যে গ্যাসের সংযোগ পৌঁছে গেছে। মুক্তধারা অডিটোরিয়ামে পিএম-সূর্য জাতীয় পোর্টালের সূচনা অনুষ্ঠানে মুখ্যমন্ত্রী ফকির (ডা.) মানিক সাহা বলেন, সমাজের সব অংশের মানুষের উন্নতি না হলে কোনও রাজ্য এগিয়ে যেতে পারে না। এই বিষয়টিকে মাথায় রেখে রাজ্যের বর্তমান সরকার কাজ করে চলেছে। তিনি বলেন, প্রধানমন্ত্রী

নরেন্দ্র মোদির মার্গদর্শনে রাজ্যের বর্তমান সরকার কাজ করে চলেছে। সমাজের যে অংশের মানুষের কথা কেউ কোনদিন চিন্তাও করেনি সেই মানুষদের আর্থসামাজিক উন্নয়নের জন্য প্রধানমন্ত্রী নিরলসভাবে কাজ করে চলেছেন। সেই মানুষদের আস্থার প্রতীকের নাম হচ্ছে নরেন্দ্র মোদি। ত্রিপুরা সরকারও সেই লক্ষ্যে কাজ করে চলেছে। মুখ্যমন্ত্রী বলেন, ২০১৮ সাল পর্যন্ত রাজ্যে স্বসহায়ক দলের সংখ্যা ছিল ৪ হাজারের মতো। এখন সেই সংখ্যা বেড়ে গিয়ে দাঁড়িয়েছে ৫৬ হাজারের কাছাকাছি। প্রায় সাড়ে ৪ লক্ষ মহিলা এই দলগুলির সঙ্গে যুক্ত হয়েছেন। তিনি বলেন, প্রতিটি কাজই অত্যন্ত স্বচ্ছতার সাথে করা হচ্ছে। মিডল ম্যান বলে কোনও শব্দ কোনও কাজেই থাকবে না। প্রযুক্তির ব্যবহার করে বেনিফিসিয়ারীদের সমস্ত সুযোগ সুবিধা তাদের ঘরে পৌঁছে দেওয়া হচ্ছে। মুখ্যমন্ত্রী বলেন, প্রধানমন্ত্রী যে আশ্রিত ৬ এর পাতায় দেখুন

ধর্ষণ কাণ্ডে অভিযুক্ত পুলিশের জালে

নিজস্ব প্রতিনিধি, ধর্মনগর, ১৩ মার্চ ॥ উত্তর জেলার বাগবাসা থানা এলাকায় ১২ বছরের নাবালিকা ধর্ষণ কাণ্ডে অভিযুক্ত পুলিশের জালে। বর্তমানে সে পুলিশের হেপাজতে রয়েছে এবং জিজ্ঞাসাবাদ চলছে। প্রসঙ্গত, গত সোমবার একটি গৃহপ্রবেশ অনুষ্ঠানে যোগ দিতে গিয়ে ওই নাবালিকা পাশের বাড়িতে রাত্রি যাপন করে। রাত আনুমানিক দুইটা নাগাদ তাতন বাগতি বিশ্বাস সমস্ত কিছুই উপর থেকে চলে গিয়েছিল তাদের কাছেই এই সরকার সবচেয়ে আগে গিয়ে পৌঁছায়। ৫ লক্ষ টাকা পর্যন্ত বিনা পয়সায় চিকিৎসা করার যে সুযোগ

ত্রিপুরা মেডিক্যাল কলেজে ৮টি নতুন পরিষেবার সূচনায় মুখ্যমন্ত্রী



নিজস্ব প্রতিনিধি, ধর্মনগর, ১৩ মার্চ ॥ উত্তর জেলার বাগবাসা থানা এলাকায় ১২ বছরের নাবালিকা ধর্ষণ কাণ্ডে অভিযুক্ত পুলিশের জালে। বর্তমানে সে পুলিশের হেপাজতে রয়েছে এবং জিজ্ঞাসাবাদ চলছে। প্রসঙ্গত, গত সোমবার একটি গৃহপ্রবেশ অনুষ্ঠানে যোগ দিতে গিয়ে ওই নাবালিকা পাশের বাড়িতে রাত্রি যাপন করে। রাত আনুমানিক দুইটা নাগাদ তাতন বাগতি বিশ্বাস সমস্ত কিছুই উপর থেকে চলে গিয়েছিল তাদের কাছেই এই সরকার সবচেয়ে আগে গিয়ে পৌঁছায়। ৫ লক্ষ টাকা পর্যন্ত বিনা পয়সায় চিকিৎসা করার যে সুযোগ

ওই নাবালিকাকে জেলা হাসপাতালে নিয়ে গিয়েছিল। বাগবাসা থানায় লিখিত অভিযোগ জানিয়ে মামলা করেন নাবালিকার মা। এই বিষয়ে জেলা পুলিশ সুপার ভানুপদ চক্রবর্তী জানিয়েছিল, এই ঘটনা খুবই মর্মান্তিক একটি ঘটনা। যেখানে একটি নাবালিকাকে কন্যার সাথে পাশবিক আচরণ করা হয়েছে। ধর্মনগর মহিলা থানার পুলিশকে দিয়ে এই মামলার তদন্ত শুরু করা হয়েছিল। গতকাল রাতে পুলিশী তদন্তে উত্তর ত্রিপুরা জেলার কদমতলা ব্লকের অধীন রানীবাড়ী চা বাগান থেকে অভিযুক্ত তাতন বাগতি গ্রেফতার করে পুলিশ। বর্তমানে সে পুলিশের হেপাজতে রয়েছে এবং তার জিজ্ঞাসাবাদ চলছে।

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ মার্চ ॥ রাজ্যের স্বাস্থ্য পরিষেবায় ত্রিপুরা মেডিকেল কলেজের গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রয়েছে। ত্রিপুরা মেডিকেল কলেজ যাতে চিকিৎসা ক্ষেত্রে একটি ভাল স্থান দখল করতে পারে সেদিকে সরকারের নজর রয়েছে। আজ হাঁপানিয়াস্থিত ত্রিপুরা মেডিকেল কলেজ এবং ড. বি. আর আশেদরকর টিচিং হসপিটালে ৮টি নতুন পরিষেবার সূচনা করে মুখ্যমন্ত্রী ফকির ডা. মানিক সাহা একথা বলেন। উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথির ভাষণে মুখ্যমন্ত্রী এই কলেজের প্রতিষ্ঠার লগ্নের ইতিহাস তুলে ধরেন। মুখ্যমন্ত্রী বলেন, ২০২৪-২৫ অর্থবছরের রাজ্য বাজেটেও স্বাস্থ্যক্ষেত্র সহ অন্যান্য ক্ষেত্রে পরিকাঠামো উন্নয়নে অধিক আর্থিক বরাদ্দ রাখা হয়েছে। প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি দেশে স্বাস্থ্য পরিকাঠামোর উন্নয়নের উপর গুরুত্ব দিয়েছেন। আগামী দিনে যাতে ত্রিপুরা মেডিকেল কলেজে একটি ট্রমা কেয়ার সেন্টার গড়ে তোলা যায় সেদিকে পরিচালন করতপক্ষে নজর দিতে মুখ্যমন্ত্রী পরামর্শ দেন। এই প্রসঙ্গে তিনি রাজ্যে ৫টি ট্রমা কেয়ার সেন্টার গড়ে তোলার কথা উল্লেখ করেন। অনুষ্ঠানে মুখ্যমন্ত্রী আরও বলেন, নতুন চালু হওয়া মুখ্যমন্ত্রী জন আরোগ্য যোজনার সুযোগ যাতে

বেকারদের স্বাবলম্বী করতে চায় সরকার : সুশান্ত

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ মার্চ ॥ ত্রিপুরার বেকারদের স্বাবলম্বী করে তুলতে নিরলস প্রয়াস চালিয়ে যাচ্ছে রাজ্য সরকার। মোহনপুর বাজারে ১৬ কোটি টাকা ব্যয়ে ৮৪ টি স্টল বিশিষ্ট দ্বিতল মার্কেট স্টল কমপ্লেক্স নির্মাণের জন্য ভূমি পূজন খোদে একথা বলেন সচিব এবং শ্যাম ও জন সংস্করণ দপ্তরের সচিব সুশান্ত চৌধুরী। এদিন তিনি বলেন, বেকারদের স্বাবলম্বী করে তোলা এবং ব্যবসায়ীদের সুবিধার কথা চিন্তা করে জিরানীয়া মহকুমার মজলিশপুর বিধানসভা কেন্দ্রের মোহনপুর বাজারে এই নতুন অত্যাধুনিক মার্কেট স্টল নির্মাণ করা হচ্ছে। যাতে ব্যবসায়ীরা সুন্দর ভাবে ব্যবসা করতে পারেন, সেদিকে লক্ষ্য রেখেই তৈরি করা হবে স্টলগুলি। বৃথকার এক অনুষ্ঠানের মধ্য দিয়ে এই স্টলের জন্য ভূমি পূজন ও ভিত্তি প্রস্তর স্থাপন করা হয়েছে।



হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

বাসি মাংস দিয়ে নতুন কী কী পদ বানাতে পারেন?



বাসি খাবার যত কম খাওয়া যায়, ততই ভাল। কিন্তু না চাইতেও অনেক সময়ে খাবার বেঁচে যায়। ইদানীং ওজন বেড়ে যাওয়ার ভয়ে আবার পরিমাণে কম খান অনেকে। ফলে বাড়িতে যা রান্না হয়, অনেক সময় তা অধিকাংশই বেঁচে যায়। বাসি খাবার শরীরের জন্য স্বাস্থ্যকর নয় ঠিকই, তবে আগের রাতে রান্না করা মাংস যদি বেঁচে যায়, তা হলে ফেলে না দিয়ে বরং বানিয়ে নিতে পারেন নতুন কোনও পদ।

বাসি মাংস দিয়ে নতুন কী কী পদ বানাতে পারেন?

চিকেন স্যান্ডউইচ
কড়াইয়ে সামান্য তেল দিয়ে ঝোলমাখানো মাংসের টুকরোগুলি খুঁটি দিয়ে নেড়ে ভর্তার মতো করে নিন। তার পর স্লাইস পাউরুটি পেকে নিয়ে মাঝে

চিকেনের এই পুর ভরে দিন। পাতলা করে কেটে শসা, টোম্যাটোও দিতে পারেন। চাইলে চিজ দিতে পারেন। তবে না দিলেও অসুবিধা নেই। এমনিই ভাল লাগবে।

চিকেন পরোটা
আগের রাতের বাসি চিকেন দিয়েই সকালের সুস্বাদু জলখাবার হতে পারে। মাংসের টুকরোগুলি ছিঁড়ে ময়দার সঙ্গে মেখে নিন। চাইলে ময়দা মাখার সময়ে জোয়ান ছিটিয়ে দিতে পারেন। খাওয়ার সময়ে মুখে পড়লে ভাল লাগবে। গোল করে বেলে ভেজে নিন। আচারের সঙ্গে বেশ খেতে লাগবে।

চিকেন নুডলস
একঘেয়ে স্বাদের নুডলসের বদলে চিকেন দিয়ে একটু অন্য রকম কিছু বানিয়ে নিতে পারেন।

পেঁয়াজ কুচি, রসুন, সবুজ লঙ্কা আর মাংস ছিঁড়ে ছিঁড়ে দিয়ে হালকা করে ভেজে নিন। তার পর সন্ধ করা নুডলস দিয়ে ভাল করে মিশিয়ে নিলেই তৈরি সুস্বাদু জলখাবার।

চিকেন পোলাও
গোবিন্দভোগ চাল, দারচিনি, লবঙ্গ, কাজু-কিশমিশ কমবেশি সকলের হেঁশেলেই থাকে। বেঁচে যাওয়া মাংস দিয়ে চটজলদি বানিয়ে নিতে পারেন পোলাও। একটু ঘি ছড়িয়ে দিলেই অনবদ্য স্বাদ হবে।

চিকেন রোল
বর্ষায় মোগলাই, রোল খেতে মন চায়। তবে সোকান থেকে কিনে খাওয়ার চেয়ে বাড়িতেই বানিয়ে নিতে পারেন। বাসি মাংস ফেলে না দিয়ে তা দিয়েই সুস্বাদু রোল বানিয়ে নিন। শিশুকে চিকিৎসেও দিতে পারেন। খুশি হবে।

পাকা পেঁপে কেটে রাখলেই নষ্ট হয়ে যায়? দীর্ঘক্ষণ ভাল রাখবেন কোন উপায়ে?



স্বাস্থ্য এবং স্বকের একসঙ্গে যত্ন নেওয়া কঠিন। তবে নিয়ম করে যদি পেঁপে খাওয়া যায়, তা হলে এই কাজটি অনেক সহজ হয়ে যায়। রোজের ডায়েটে পেঁপে রাখার কথা বলেন পুষ্টিবিদরাও। পেঁপেতে রয়েছে নানা পুষ্টিগুণ। বিশেষ করে পাকা পেঁপে খাওয়ার অভ্যাস সত্যিই ভীষণ কার্যকরী। অনেকেই অন্যান্য ফলের সঙ্গে চিকিৎসে পেঁপে নিয়ে যান।

সকালে তাড়াহুড়ে এড়াতে রাতের ফল কেটে রাখেন। তবে সে ক্ষেত্রে পেঁপে দীর্ঘক্ষণ টাটকা

রাখতে কয়েকটি নিয়ম মেনে চলা জরুরি।

ফ্রিজে রাখুন
পেঁপে দীর্ঘক্ষণ টাটকা রাখতে হলে ফ্রিজে রাখতে পারেন। পেঁপেগুলি টিন্ডার পেপারে মুড়িয়ে কৌটোতে ভরে ফ্রিজে তুলে রাখুন। খাওয়ার অনেক ক্ষণ আগে বার করে নেবেন না। মিনিট দশেক আগে বাইরে রাখলেই হবে। তা হলে পেঁপে নষ্ট হয়ে যাওয়ার ভয় নেই।

খবরের কাগজ জড়িয়ে রাখুন
যতটুকু খাবেন সেটুকু কেটে নিয়ে

বাকি অংশটি খবরের কাগজে মুড়িয়ে ফ্রিজে তুলে রাখুন। খবরের কাগজে মুড়িয়ে রাখলে ২-৩ দিন পর্যন্ত ভাল থাকবে পেঁপে। কাঁচা এবং পাকা দু'রকম পেঁপের ক্ষেত্রেই এই নিয়ম প্রযোজ্য।

বায়ুনিরোধী কৌটোতে রাখুন
পেঁপে অনেক ক্ষণ টাটকা এবং সতেজ রাখতে চাইলে বায়ুনিরোধী কোনও কৌটোতে ভরে ডিপ ফ্রিজে রাখুন। যে কৌটোতে পেঁপে রাখছেন সেটি পরিষ্কার হওয়া জরুরি। তবে পেঁপে খাওয়ার আগে ফ্রিজ থেকে বার করে ঠান্ডা ছাড়িয়ে নিন। পেঁপে এমনিতেই ঠান্ডা। তার উপর সরাসরি ফ্রিজের পেঁপে খেলে সর্দি-কাশির ঝুঁকি থেকে যায়।

খোসা-সহ রাখুন
পেঁপে টাটকা রাখতে চাইলে খোসা-সহ রাখুন। খোসাসমেত রাখলে ফল সহজে নষ্ট হয় না। টুকরো করে রাখলেও খোসা-সহ রাখুন। খাওয়ার আগে খোসা ছাড়িয়ে নিন।

বর্ষাকাল বলে নয়, সারা বছরই ঘন ঘন চাদর বদলানো জরুরি

শরীরচর্চা ছাড়াও সুস্থ থাকার আরও একটি ধাপ হল বিছানার চাদর পরিষ্কার রাখা। টানটান করে চাদর পাতা পরিপাটি বিছানা গা এলিয়ে দিতেই দু'চোখে ঘুম জড়িয়ে আসে। তবে শুধু তো ব্যবহার করলে চলাবে না, পরিষ্কার করতে হবে। একটি চাদর সাধারণত সপ্তাহখানেকের বেশি ব্যবহার করা ঠিক নয়। এক সপ্তাহ অন্তর চাদর কাচলে ভাল। অপরিষ্কার চাদরে ঘুমোলে স্বকের নানা সমস্যাও দেখা দেয়। একই চাদর দীর্ঘ দিন ধরে ব্যবহার করার ফলে স্বকের কোন সমস্যাগুলি মাথাচাড়া দিয়ে ওঠে। ব্রণ বাইরে তেলমশলা

দেওয়া খাবার খাওয়া, জল কম খাওয়া, শরীরচর্চা না করার মতো কিছু অভ্যাস হল ব্রণের অন্যতম কারণ। তবে এগুলি ছাড়াও নোংরা চাদরে ঘুমোনের কারণেও কিন্তু ব্রণ হতে পারে। অল্পে থাকা যে কোনও জিনিসেই ব্যাক্টেরিয়া বাসে বাঁধে। স্বকের কোষে সেই ব্যাক্টেরিয়া সংক্রমণের ফলেই ব্রণ হয়। খুব ভাল হয়, যদি দু'দিন অন্তর বিছানার চাদর কেচে নেন।

ছত্রাকঘটিত সংক্রমণ পরিষ্কার না করে অনেক দিন ধরে একই চাদর ব্যবহার করে গেলে স্বকে ছত্রাকঘটিত সংক্রমণের ঝুঁকি থেকে যায়। এমনিতেই বর্ষায় এই ধরনের

রোগাবলিই হওয়ার প্রবণতা বেশি থাকে। তার উপর এমন অস্বাস্থ্যকর অভ্যাস সেই ঝুঁকি আরও বাড়িয়ে তোলে। তবে বর্ষাকাল বলে নয়, সারা বছরই ঘন ঘন চাদর বদলানো জরুরি। অ্যাথলিট ফুট ছত্রাকঘটিত সংক্রমণের আরও একটি দিক হল অ্যাথলিট ফুট। এতে শরীরের বিভিন্ন অংশে চাকা চাকা দাগ দেখা দেয়। অপরিচ্ছন্ন চাদর থেকে এই ধরনের সংক্রমণ ছড়ায়। স্বকের এই সমস্যা এক বার দেখা দিলে সহজে সারতে চায় না। তাই ঝুঁকি না নিয়ে এই বর্ষায় পারলে দু-তিন দিন অন্তর চাদর পাল্টে দিন।

ডাল-চিংড়ির চচ্চড়ি

রোজের খাবারে ডাল না থাকলে মুখ ভার হয়ে যায় অনেকের। কেউ কেউ খাবারের গুরু পাতে ডাল খেলেও অনেকেই আবার ডাল খান একেবারে শেষপাতে। তবে রোজকার পাতলা ডাল-ভাতের বদলে যদি বানানো যায় ডালের চচ্চড়ি, তা হলে কেমন হয়? চচ্চড়ি তো সজির বা মাছের হয় বলে শুনেছেন। কিন্তু ডালের চচ্চড়ি, সে আবার হয় নাকি!

আলবাত হয়। আর ডালের সঙ্গে যদি ঘটে চিংড়ির মেলবন্ধন, তা হলে তো কথাই নেই। চটজলদি বানিয়ে ফেলুন ডাল-চিংড়ির চচ্চড়ি। ডালের এই রেসিপি কেবল ভাতের সঙ্গেই নয়, রুটি কিংবা পরোটার সঙ্গেও জমবে ভালই। স্বাদ বদল করতে বাড়িতে বানিয়ে ফেলুন এই সহজ পদ। সামান্য কয়েকটি উপকরণ দিয়েই বানিয়ে ফেলা যায় এই পদটি। উপকরণ: ডাল-চিংড়ির চচ্চড়ি। মুসুরির ডাল: ২৫০ গ্রাম কুচো চিংড়ি: ২০০ গ্রাম পেঁয়াজ কুচি: ৬ টেবিল চামচ আদা-রসুন বাটা: ২ টেবিল চামচ টম্যাটো কুচি: ৬ টেবিল চামচ কাঁচা লঙ্কা: ৪টি হলুদ গুঁড়ো: ১ চামচ

লঙ্কা গুঁড়ো: ১ চামচ ধনে গুঁড়ো: ২ চামচ শুকনো লঙ্কা: ২টি গোটা গরম মশলা: ৫ গ্রাম গরম মশলার গুঁড়ো: ১ চা চামচ সর্ষের তেল: ৩ টেবিল চামচ নুন-চিনি: স্বাদ মতো যি: ১ চামচ প্রণালী: কড়াইয়ে সর্ষের তেল গরম করে চিংড়িগুলি ভেজে তুলে নিন। সেই তেলেই গোটা গরমমশলা ও শুকনো লঙ্কা ফোড়ন দিয়ে পেঁয়াজ কুচি, আদা-রসুন বাটা, কাঁচা লঙ্কা ও টম্যাটো দিয়ে ভাল করে কষিয়ে নিন। মশলার কাঁচা গন্ধ চলে গেলে তাতে সব রকম গুঁড়ো মশলা দিয়ে আরও কিছু ক্ষণ নাড়াচাড়া করুন। মশলা থেকে তেল ছেড়ে এলে ভেজে রাখা চিংড়িগুলি মিশিয়ে দিন। তার পর ভিজিয়ে রাখা ডাল দিয়ে ভাল করে নাড়াচাড়া করুন। স্বাদ মতো নুন-চিনি দিন। এ বার সামান্য জল দিয়ে কড়াই ঢেকে দিন। মিনিট পনেরো পর ঢাকা খুলে দেখুন। ডাল ঘন হয়ে এলে গরম মশলা গুঁড়ো আর ঘি ছড়িয়ে গ্যাসের আঁচ বন্ধ করে দিন। গরম ভাত কিংবা রুটির সঙ্গে পরিবেশন করুন ডাল-চিংড়ির চচ্চড়ি।



ক্ষতিগ্রস্ত চুল কি আবার আগের মতো ঝলমল করে উঠতে পারে

পূজোর আগে কায়দা করে চুল সোজা করিয়েছিলেন। মাস দুয়েক চুল বেশ ভাল ছিল। চুলের জেলা, মসৃণ ভাব সকলের দর্শনার কারণ হয়ে দাঁড়িয়েছিল সেই সময়ে। কিন্তু কিছু দিন পর থেকেই শুরু হল সমস্যা। কোনও কারণ ছাড়াই মূর্তো মূর্তো চুল হাতে উঠে আসছে। নামী-নামি তেল মেখে, বিভিন্ন “ট্রিটমেন্ট” করিয়েও কোনও লাভ হচ্ছে না। বিশেষজ্ঞেরা বলছেন, তাপ দিয়ে চুলের প্রোটিনের বন্ড এক বার নষ্ট হয়ে গেলে তা কোনও ভাবেই আর ফিরিয়ে আনা সম্ভব নয়। এর পর থেকেই চুলের যাবতীয় ক্ষয়ক্ষতির শুরু হয়।

চুলে অতিরিক্ত তাপ লেগে ডগা ফেটে যেতে পারে। চুলেরও নিজস্ব চক্র আছে। সেই চক্রের একেবারে শেষ পর্যায়ে থাকা চুলের উপর কায়দা করলে ক্ষতির আশঙ্কা সবচেয়ে বেশি। কারণ, অতিরিক্ত তাপে চুলের স্থিতিস্থাপকতা বা “ইলাস্টিসিটি” নষ্ট হয়। চুলের গোড়া আলগা হয়ে পড়ে। এই অবস্থায় অনেকেরই মনে হতে পারে চুলের স্বাস্থ্য ফিরিয়ে আনতে কী করা যেতে পারে? চুল নিয়ে গবেষণা করেন জ্যামিন লিম। তাঁর মতে, শুধু কায়দা করলেই যে চুলের স্বাস্থ্য নষ্ট হয়, তা নয়। চুল শুকোতে নিয়মিত ব্লো ড্রাই করলেও কিন্তু একই ভাবে চুলের ক্ষতি হতে পারে। চুলের প্রতিটি স্ট্র্যান্ড কেরাটিন নামক একটি প্রোটিন দিয়ে তৈরি।

স্থিতিস্থাপকতা বজায় রাখে আলফা হেলিক্স নামক যৌগ। মাত্রাতিরিক্ত তাপ এই যৌগটি নষ্ট করে দেয়। ফলে চুলের স্বাভাবিক জেলা তো নষ্ট হয়েই, সঙ্গে ফলিকলেও এর প্রভাব পড়ে। কোন কোন লক্ষণ দেখলে বুঝবেন চুলের ক্ষতি হয়েছে?

১) কেরাটিন ট্রিটমেন্ট কিংবা ব্লো ড্রাই করার পরে চুল অতিরিক্ত শুষ্ক হয়ে পড়তে পারে। চুলের স্বাভাবিক জেলা ধরে রাখা কিউটিকল। তা-ও ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে।

২) চুলের ডগা ভেঙে যাওয়া, চুল নিষ্প্রাণ হয়ে পড়ার মতো লক্ষণ দেখা দিতে পারে অতিরিক্ত তাপের কারণে।

৩) সামান্য হাওয়া দিলেই চুল উল্লুখুফ হয়ে পড়াও কিন্তু এই ক্ষতির লক্ষণ। কেঁকড়ানো চুল বেশি রাখা সমস্যার হলেও সোজা চুলে এমন সমস্যা হওয়ার কথা নয়।

৪) যথেষ্ট তেল মাখার পরেও যদি সমানের চুলে জট পড়তে থাকে, তা হলে বুঝতে হবে, তা অতিরিক্ত তাপ লাগার ফলে হচ্ছে।

৫) সাধারণ ভাবে ৫০ থেকে ১০০টি চুল প্রতি দিন মাথা থেকে ঝরে পড়তেই পারে। কিন্তু অনেক সময়ে পরিমাণটি বেড়ে ২০০ থেকে ৩০০-তে পৌঁছে যায়। বিশেষজ্ঞেরা বলছেন, অতিরিক্ত তাপ লাগার ফলে এই পরিমাণ চুল ঝরে পড়া স্বাভাবিক।



আগের দিনের রেখে দেওয়া রুটি ফেলে না দিয়ে খেয়ে নেবেন কেন

মধ্যবিত্ত বাড়িতে একটা সময়ে সকালের জলখাবারে বাসি রুটি আর দুধ-চা খাওয়ার চল ছিল। কিন্তু এখন তো খাবার ধরনও বদলে গিয়েছে। তাই বাসি রুটির নাম শুনলে নাক কুঁচকে ফেলে তরুণ প্রজন্ম। কিন্তু জানেন কি, বাসি রুটি খেলে শরীরের ক্ষতি হওয়ার কোনও আশঙ্কা তো নেই-ই, বরং নিয়মিত বাসি রুটি খেলে ভাল থাকবে স্বাস্থ্য।

এমনকি টাটকা রুটির চেয়েও বাসি রুটি অনেক বেশি উপকারী। বিশেষ করে যাঁরা দুধ-রুটি খেতে ভালবাসেন, তাঁরা অবশ্যই দুধ দিয়ে খান বাসি রুটি!

১) রক্তচাপ এবং শর্করা নিয়ন্ত্রণে আনার কি উচ্চ রক্তচাপের সমস্যা রয়েছে? এই সমস্যা এখন প্রায় প্রতিটি ঘরেই। দুধের সঙ্গে বাসি রুটি খেলে নিয়ন্ত্রণে থাকবে



এই অসুখ। অন্য দিকে ডায়াবিটিসের জন্যও উপকারী বাসি রুটি। কারণ বাসি রুটি রক্তে শর্করার মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখবে।

২) পেটফাঁপার সমস্যায় বদহজম কিংবা পেটের সমস্যায় জেরবার? দুধ দিয়ে খান বাসি রুটি। কারণ বাসি রুটিতে থাকা ফাইবার হজমশক্তি বাড়াতে সাহায্য করে। এমনকি নিয়মিত

কোষ্ঠকাঠিন্যে ভুগলেও বাসি রুটি হতে পারে তার সহজ সমাধান। ৩) ওজন ঝরতে সহজে রোগা হওয়ার নানা উপায় তো রয়েছেই। তবে বাসি রুটির ক্যালোরি টাটকা রুটির চেয়ে কম। অবিশ্বাস্য হলেও এ কথা সত্যি। তাই যাঁরা সহজে ওজন ঝরতে চাইছেন, তাঁরা বাসি রুটি খেয়ে দেখতেই পারেন।

মেদ ঝরানো থেকে আর্থাইটিসের ব্যথা কমানো, কী ভাবে ঘি খেলে মিলবে উপকার?

গরম ভাতের সঙ্গে এক চামচ ঘিয়ের মেলবন্ধনে অর্ধ স্বাদ তৈরি হয়। তবে ঘি যে শুধু স্বাদে এবং গন্ধে অভুলনীয়, তা নয়। ঘিয়ের স্বাস্থ্যগুণও বিপুল। ঘিের রয়েছে সুস্থ থাকার মন্ত্র। অ্যান্টিঅক্সিড্যান্ট, ভিটামিন, মিনারেলস সমৃদ্ধ ঘি রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়িয়ে তোলে, শরীরের প্রতিটি পেশি শক্তিশালী করে, বাড়তি মেদ ঝরায়, হাড় মজবুত করে, শরীরের প্রতিটি কোষ সচল রাখে।

এক চামচ ঘি কিন্তু জীবন বদলে দিতে পারে। সুস্থ থাকতে তাই ঘি হতে পারে অন্যতম ভরসা।

বিরিয়ানি, পোলাও, নিরামিষ নানা তরকারির অন্যতম উপকরণ হল ঘি। মাঝেমাঝেই এই ধরনের খাবার রেস্টুরা অথবা বাড়িতে খাওয়া হয়ই। তবে তার মানে এই নয় যে, ঘি দিয়ে রান্না করা খাবার খেলেই সুস্থ থাকা সম্ভব। ঘি শুধু খেলেই হবে না। খেতে হবে নিয়ম মেনে। তবেই ওজন নিয়ন্ত্রণে রাখা যাবে। আর্থাইটিসের ব্যথা কমাতে।



ধাকবে রোগবালাই। কী ভাবে ঘি খেলে তবেই মিলবে উপকার? ঘি খেতে হবে খালি পেটে। তবে সবচেয়ে বেশি উপকার পাওয়া যাবে। খালি পেটে ঘি খেলে ঠিক কী কী উপকার পাওয়া যায়?

১) হজম ক্ষমতা শক্তিশালী করতে ঘি উপকারী। ঘিের থাকা বাইটিক অ্যাসিড হজমক্ষমতা বাড়িয়ে তোলে। ফলে ঘি খেলে হজমের সমস্যা হয়, এ কথা মোটেই ঠিক নয়। বরং হজমক্ষমতা উন্নত করতে ঘিের জুড়ি মেলা ভার।

২) শরীরের বাড়তি মেদ ঝরাতে

ঘিের জুড়ি মেলা ভার। ঘি ওজন নিয়ন্ত্রণে রাখতে সাহায্য করে। ওজন হাতের মুঠোয় রাখতে ঘি সত্যিই উপকারী। ঘি মেদ গলাতে সাহায্য করে।

৩) দৃষ্টিশক্তি ভাল রাখতেও ঘি বেশ উপকারী। চোখ জ্বালা, চোখ থেকে জল পড়ার মতো সমস্যা থেকে বাঁচতে ঘি হতে পারে অন্যতম উপকরণ।

৪) পেশি এবং হাড় মজবুত করে ঘি। রোজ এক চামচ করে ঘি খাওয়ার অভ্যাস থাকলেও বার্ষিকো হাঁটু ব্যথা, পায়ে ব্যথা নিয়ে ভাবতে হবে না।

বেগুন খেলেই গলা সুড়সুড় করে



খিচড়ির সঙ্গে বেগুন ভাজা, রুটি বা পরোটার সঙ্গে বেগুন ভর্তা। খেতে তো ভালই লাগে। যদিও পুষ্টিবিদেরা বলছেন, ফাইবার, পটাসিয়াম, ভিটামিন বি৬ এবং অন্যান্য নানা বায়োঅ্যাক্টিভ যৌগে ভরপুর এই সজির রক্ত সঞ্চালন ভাল রাখা থেকে ফ্রি ডিউকালের হাত থেকে স্বককে রক্ষা করা সবই করতে পারে বেগুন। তা সত্ত্বেও কিন্তু অ্যালার্জির ভয়ে অনেকেরই বেগুন খেতে পারেন না। সামান্য একটু বেগুন খেলেই গলা চুলকাতো শুরু করে। অনেকেরই শরীরের বিভিন্ন জায়গা ফুলে যায়। শ্বাসরোধ হয়ে আসার মতো সমস্যাও দেখা যায় অনেকের।

বেগুন থেকে অ্যালার্জি হচ্ছে কি না, বুঝবেন কী করে? খাবার থেকে অ্যালার্জি হলে সাধারণত যা যা হতে পারে, বেগুন খেলেও তা-ই হয়। স্বককে রক্ষা বেরোনো, গলার ভিতর এবং বাইরে অস্বস্তি হওয়া, চোখ লাল হয়ে যাওয়া, শরীরের বিভিন্ন অংশে ফুলে যাওয়ার মতো লক্ষণ দেখা যায়। কারণ অ্যালার্জির পরিমাণ এতটাই বেড়ে যায় যে, শ্বাসনালি ফুলে গিয়ে শ্বাসরোধ হয়ে যেতে পারে। চিকিৎসকের পরামর্শ বলছেন, কিছু ক্ষেত্রে এই অ্যালার্জি কিন্তু প্রাণের ঝুঁকিও বাড়িয়ে তুলতে পারে।

বেগুন খেলে কাদের অ্যালার্জি হতে পারে? বিভিন্ন গবেষণায়

দেখা গিয়েছে, যাদের টোম্যাটো, আলু এবং বেল পেপারের মতো সজির খেলে অ্যালার্জি হয়, তাঁদের বেগুন খেলেও সেই একই রকম সমস্যা হতে পারে। এই ধরনের সজিরে “স্যালিসাইলেট” নামক এক ধরনের রাসায়নিক থাকে। যা শরীরে বিঘের মতো থাকে। যা শরীরে বিঘের মতো থাকে। যা শরীরে বিঘের মতো থাকে।

যাকে “স্যালিসাইলেট টেন্ডেন্সিটি” বলা হয়। বেগুন খেয়ে অ্যালার্জি হলে কী করবেন? চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী “অ্যান্টিহিস্টামিন” জাতীয় ওষুধ খাওয়াই ভাল। তবে তার মাত্রা কেমন হবে, তা নিজে থেকে ঠিক করে নেওয়া উচিত হবে না।



রঞ্জি চ্যাম্পিয়নের লক্ষ্যে মুম্বাই বড় চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন বিদর্ভ

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। রঞ্জি চ্যাম্পিয়ন এর অনেকটা কাছাকাছি পৌঁছেছে মুম্বাই। তবুও বিদর্ভ চাইছে শেষ সময়ে একটা মরণ কামড় দিতে। বড় চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন বিদর্ভ এখন। ঐতিহাসিক রঞ্জি ট্রফিতে চ্যাম্পিয়ন হতে গেলে বিদর্ভের সামনে আরো ২৯০ রান প্রয়োজন।

হাতে উইকেট পাঁচটি। খেলার বাকি পুরো একদিন। উইকেটে টিকে থাকা অধিনায়ক ওয়াদকার (অপরাজিত ৫৬) এবং হর্ষ দুবে (অপরাজিত ১১) জুটির দিকে তাকিয়ে পুরো বিদর্ভ। পরবর্তী যে আরও চারজন শিবিরে রয়েছেন তারা মূলতঃ বোলার। শেষ দিনে শেষ পাঁচ ব্যাটসম্যানকে কতটুকু এগিয়ে নিতে পারে তাই এখন হাজার টকার প্রশ্ন। আগামীকাল ম্যাচের অস্তিম দিনে শুধু চ্যাম্পিয়ন ঘোষণার অপেক্ষায়। প্রথম ইনিংস ১০৫ রানে গুটিয়ে

মাওয়া বিদর্ভ দ্বিতীয় ইনিংসে পাহাড় প্রমাণ রানকে টার্গেটে রেখে অনেকটা এগোতে পেরেছে, এটাই প্রশংসার দাবি রাখে। হাতে উইকেট রয়েছে ৫টি টিকি। তবে জয়ের জন্য ২৯০ রানের প্রয়োজন। ক্রিকেট অনিশ্চয়তার খেলা হওয়ায় শেষ বল পর্যন্ত অপেক্ষা করতেই হয়। প্রথম ইনিংসের তুলনায় মুম্বাই যেন দ্বিতীয় ইনিংসে আরও চমৎকার খেলা দেখায়। মোটকথা, রঞ্জি ট্রফির ফাইনাল ম্যাচ চলছে। মুম্বাইয়ের ওয়াংখেড়ে স্টেডিয়ামে মুম্বাই ও বিদর্ভের ম্যাচ।

প্রথম ইনিংসে মুম্বাই ২২৪ রান সংগ্রহ করলে জবাবে বিদর্ভ তাদের প্রথম ইনিংস ১০৫ রানে গুটিয়ে নিতে ব্যর্থ হয়। ১১৯ রানের লিড নিয়ে মুম্বাই ফের দ্বিতীয় ইনিংসের খেলা শুরু করে প্রায় দুদিন ধরে ব্যাট চালিয়ে ১৩০.২ ওভার সেদিকেই তাকিয়ে পুরো ক্রিকেট খেলে দ্বিতীয় ইনিংসে মুম্বাই ৪১৮

রান সংগ্রহ করে। বিদর্ভ এবার জয়ের জন্য ৫৩৮ রানের লক্ষ্যে দ্বিতীয় ইনিংস শুরু করে। তৃতীয় দিনের খেলা শেষ হওয়া পর্যন্ত সময়ে বিদর্ভ দুই ওভার ব্যাটিংয়ের সুযোগ পায়। ইতোমধ্যে বিনা উইকেটে দশ রান সংগ্রহ করেছিল।

দ্বিতীয় ইনিংসে মুম্বাইয়ের মুশের খানের ১৩৬ রান, শ্রেয়াস আয়ারের ৯৫ রান, অধিনায়ক আজিঙ্কা রাহানের ৭৩ রান এবং স্যামস মুলানির অপরাজিত ৫০ রান উল্লেখযোগ্য। বিদর্ভের হর্ষ দুবে পাঁচটি উইকেট পেয়েছিল। বৃহবারে বিদর্ভ দিনভর ধরে খেলে ৯০ ওভারে পাঁচ উইকেট হারিয়ে ২৩৮ রান যোগ করে মোট ২৪৮ এ পৌঁছায়। আগামীকাল বিদর্ভ যেন বিশাল চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন। মুম্বাইয়ের বোলারদের রুখে বিদর্ভ কতটুকু কি করতে পারে এখন সেদিকেই তাকিয়ে পুরো ক্রিকেট মহল।

ফাইনাল ম্যাচ ড্র : লিড নিয়ে কর্ণেল সি

কে নাইডু ট্রফিতে চ্যাম্পিয়ন কর্ণাটক

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। প্রত্যাশিতভাবেই কর্ণেল সি কে নাইডু ট্রফি এবার কর্ণাটকের ঘরে। ফাইনাল ম্যাচ ড্র তে নিষ্পত্তি হয়েছে, তবে প্রথম ইনিংসে লিড নেওয়ার সুবাদে প্রথমবারের মতো চ্যাম্পিয়ন হয়েছে কর্ণাটক। ফাইনালে প্রতিপক্ষ উত্তর প্রদেশ যথেষ্ট লড়লেও কর্ণাটকের বিশাল স্কোর

তড়া করে সাফল্য অর্জন সম্ভব হয়নি। এবারের মত উত্তর প্রদেশকে রানার্স খেতাবেই সন্তুষ্ট থাকতে হয়েছে। বেঙ্গালুরুর এম চিন্মাস্বামী স্টেডিয়ামে রবিবার প্রথম দিন প্রথমে ব্যাটিং এর সুযোগ পেয়ে কর্ণাটক ৩৫৮ রান সংগ্রহ করলে জবাবে উত্তর প্রদেশের প্রথম ইনিংস ১৪৯ রানে থেমে যেতেই

ম্যাচ কর্ণাটকের হাতের মুঠোয় চলে আসে। ২১৯ রানে লিড নিয়ে কর্ণাটক দ্বিতীয় ইনিংসে আরও যেন সাবলীল ভাবে রান সংগ্রহে ব্যস্ত হয়। তৃতীয় দিনের খেলা শেষ হওয়া পর্যন্ত সময়ে ১২১ ওভার খেলে ৫ উইকেটে কর্ণাটক ৪৪৪ রান সংগ্রহ করেছিল। ওপেনার ম্যাকনিল ৭৯ রানে

এবং প্রকার ৮৬ রানে আউট হলেও অনীশ ১৭১ রানে, সঙ্গে ক্রুথিক কৃষ্ণ ৩৪ রানে উইকেটে ছিলেন। বৃহবার, ম্যাচের অস্তিম দিনে আরও ৩০.৫ ওভার খেলে অবশিষ্ট ৫ উইকেটে ১৪১ রান যোগ করে ৫৮৫ রানে দ্বিতীয় ইনিংস শেষ করে। জয়ের জন্য বিশাল রানের টার্গেট নিয়ে উত্তর প্রদেশ দ্বিতীয় ইনিংসের খেলা শুরু

করে দিনের খেলা শেষ হওয়া পর্যন্ত সময়ে ৩১ ওভারে ছয় উইকেট হারিয়ে ১৭৪ রান সংগ্রহ করতে সক্ষম হয়। ম্যাচ ড্র তে নিষ্পত্তি হয়। চ্যাম্পিয়ন কর্ণাটকের পক্ষে অনীশ কে ভি ২৭৩ বল খেলে ১৮টি বাউন্ডারি ও ছটি ওভার বাউন্ডারি হাঁকিয়ে ২১৪ রান সংগ্রহ করে বেশ নজর কেড়েছে।

সিনিয়র মহিলাদের টি-টোয়েন্টি ক্রিকেটে তরুণ সংঘ ও জুটমিল প্লে সেন্টার জয়ী

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। দুর্দান্ত জয় পেয়েছে তরুণ সংঘ। ৯ উইকেটের ব্যবধানে চাম্পামুরা কোচিং সেন্টার কে হারিয়ে। টিসিএ আয়োজিত সিনিয়র মহিলাদের আমন্ত্রণমূলক টি-টোয়েন্টি ক্রিকেটে তালতলা স্কুল মাঠে সকালের ম্যাচে চাম্পামুরা প্রথমে ব্যাটিং এর সুযোগ পেয়ে নির্ধারিত ২০ ওভারে আট উইকেটে ৫১ রান সংগ্রহ করলে জবাবে তরুণ সংঘ ৩৫ বল খেলে ১ উইকেট হারিয়ে জয়ের প্রয়োজনীয় রান সংগ্রহ করে নেয়।

বিজয়ী দলের প্রিয়াকা সাহা পেয়েছে প্রায় ১০০ রান ম্যাচের খেতাব। এদিকে, লড়াই করলো নবাগত লালবাহাদুর ব্যামাগারের বালিকা ক্রিকেটাররা। লড়াই করলেও তা প্রত্যাশার তুলনায় কম ছিলো। যার খেঁসারত দিতে হলো দলকে। আসরে নিজেদের প্রথম ম্যাচে হারলো শক্তিশালী জুটমিল প্লে সেন্টারের বিরুদ্ধে। তালতলা স্কুল মাঠে। বৃহবার। রাজ্য ক্রিকেট সংস্থা আয়োজিত সিনিয়র মহিলাদের আমন্ত্রণমূলক টি-২০ ক্রিকেটে। সকালে টেস জয়লাভ করে প্রথমে ব্যাট

করতে নেমে লালবাহাদুর ব্যামাগারের ক্রিকেটাররা স্কোরবোর্ড সচল রাখার থেকে উইকেট টিকে থাকার উপর জোর দেন। দলের পক্ষে বেশি নোয়াতিয়া ২৫ বল খেলে ৩ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ১৭ এবং প্রিয়াকা নোয়াতিয়া ১৪ বল খেলে ২ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ১০ রান করেন।

দল অতিরিক্ত খাতে পায় ১৬ রান। জুটমিল প্লে সেন্টারের পক্ষে নিকিতা দেবনাথ ২০ রানে ২ টি উইকেট দখল করেন। জবাবে খেলতে নেমে ১১.৪ ওভারে ৪ উইকেট হারিয়ে জয়ের জন্য প্রয়োজনীয় রান তুলে নেয় জুটমিল প্লে সেন্টার। দলের পক্ষে ত্রিপুরা সিনিয়র দলের ক্রিকেটার শিউলি চক্রবর্তী ১১ বল খেলে ৩ টি বাউন্ডারি ও ১ টি ওভার বাউন্ডারির সাহায্যে ২২ রানে এবং নিকিতা দেবনাথ ৩২ বল খেলে ২ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ১৫ রানে অপরাজিত থেকে যান। এছাড়া ইন্দ্রপ্রাণী জমাতিয়া ১১ বল খেলে ৩ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ১২ রান করেন।

২০২০ সালের পর প্রথমবার চ্যাম্পিয়ন্স লিগের কোয়ার্টার-ফাইনালে উঠল বার্সেলোনা

বার্সেলোনা, ১৩ মার্চ (হি.স.) : ম্যাচ শুরু ৩ মিনিটের মধ্যেই ২ গোল করল বার্সেলোনা। ফেরারি লোগোস ও জোয়াও কানসেলারি গোলে স্বাগতিকরা এগিয়ে যায়। বিরতির পর কাতালান দলটির আক্রমণের ঝড় বজায় রাখল। তবে ম্যাচের ৩০-তম মিনিটে ব্যবধান কমায় নাপোলি। গোলটি করেন রহমানি। ম্যাচের শেষ দিকে রবার্তেলোভানদোভস্কি আরও একটি গোল করলেন। ঘরের মাঠে জিতে চ্যাম্পিয়ন্স লিগের কোয়ার্টার-ফাইনালে পৌঁছে গেল শাব্ভি এর্নান্দেসের দল। চ্যাম্পিয়ন্স লিগে নকআউট পরে ১৩ ম্যাচে লেভান্দোভস্কির গোল হল ১৩টি। অলিম্পিক স্টেডিয়ামে মঙ্গলবার রাতে শেষ বোলার ফিরতি লেগে বার্সেলোনা ৩-১ গোলে ম্যাচ জিতল। এরফলে ২ লেগ মিলিয়ে ৪-২ গোলে জিতে শেষ ৮-এ চলে গেল স্প্যানিশ চ্যাম্পিয়নরা। ২০২০ সালের পর চ্যাম্পিয়ন্স লিগের শেষ ৮-এ উঠল প্রতিযোগিতার ৭ বারের চ্যাম্পিয়ন বার্সেলোনা।

PRESS NOTICE INVITING E-TENDER NO. - 35/NP:cO/KMP/2023-24.
The Executive Officer, Nagar Panchayat, Kamalpur, Dhalai, Tripura invites on behalf of the C m Tripura percentage rate e-tender to bid 24X7 until the time of Bid closing, with option for Re-Submission, wherein only their latest submitted Bid would be considered for evaluation. The e-procurement website will not allow any Bidder to attempt, after the scheduled date and time. Submission of bids, physically is not permitted.

Sl. No.	Name of Work.	Estimated Cost.	Earliest Money.	Time for completion.	Last date for submission of Bid.	Time & Date of Opening of Bid.	Document Downloading & Application.	Class of Bidder.
1	Construction & setting up of Electric Cremation furnace at near the Dhalai Bridge ward No. 04 of Kamalpur Nagar Panchayat.	Rs. 1,05,94,750/-	Rs. 2,11,896/-	180 (One Hundred Eighty) Days	Up to 15:00 hrs. on 03.04.2024	At 11:00 hrs. on 03.04.2024	https://tripuratenders.gov.in	Appropriate Class

Eligible bidders shall participate in bidding only in online the: gh website <https://tripuratenders.gov.in> Bidders are allowed to bid 24X7 until the time of Bid closing, with option for Re-Submission, wherein only their latest submitted Bid would be considered for evaluation. The e-procurement website will not allow any Bidder to attempt, after the scheduled date and time. Submission of bids, physically is not permitted.

Bid fee and earnest money deposit are paid electronically through online payment system facility provided in the portal up to last date and time for bidding as scheduled. The amount of Bid Fee is equal to (Based on estimated cost put to tender) 1000 (Upto 50 Lakh) 4000 (above 50Lakh upto: 150 Lakh), 8000 (above 150 Lakh upto 600 Lakh) & 10,000 (above 600 Lakh) is non-refundable. The bidder's EMD amount shall be refunded to the bidder after Award of Contract (AoC) event is completed in the Tripura e-procurement portal and only on receipt of "Deposit-at-call" from the L-1 bidder in physical form.

Bid(s) shall be opened through online by respective Bid openers on behalf of the Executive Officer Kamalpur Nagar Panchayat, Kamalpur Dhalai, Tripura and the same shall be accessible bytending Bidder through website <https://tripuratenders.gov.in>. However, intending bidders and other Bidders may like to be present at the bid opening. For any enquiry, please contact by e-mail to kamalpur.np@gmail.com.

The L1 bidder should produce the original documents related with the tender/bid to the O/O the sines: Officer, Kamalpur Nagar Panchayat, Kamalpur, Dhalai, Tripura for verification in physical form as per issue of notice.

Details of the tender/bid can be seen in the DNleT of work.

If the last date of opening of e-Tender/Bid remain closed/paralyzed due to unavoidable circumstances, the Opening date of tender/Bid will automatically be extended up to the same time and venue of next working day.

Note :-
"No NEGOTIATION WILL BE CONDUCTED WITH THE LOWEST BIDDER"

Executive Officer
Nagar Panchayat
Kamalpur Dhalai Tripura
ICA/C-5193/24

PNleT No.: 43/NleT/EE-KLP/PWD (DWS)/2023-24 Date: 11/03/2024
The Executive Engineer, DWS Division, Kalyanpur, Khowai District, Tripura on behalf of the 'Governor of Tripura', invites online percentage /item rate e-tender in single—two bid system from the eligible Central & State public sector undertaking / enterprise and eligible Contractors/ Firms/Private Ltd. Firm /Agencies of Appropriate Class registered with PWD/ TTAADC/ MES/ CPWD/ Railway/ Gov't Organization of other State & Central for the following work:

Sl No	DNleT No.	Estimate Cost	Earnest Money	Time for completion	Cost of Bid Fee
1	55/CE/PWD(DWS)/2023-24	Rs. 15,79,87,142.00	Rs. 31,59,743.00	150 days	Rs. 10,000.00
2	56/CE/PWD(DWS)/2023-24	Rs. 8,98,42,401.00	Rs. 17,96,848.00	150 days	Rs. 10,000.00

Last date and time for document downloading and bidding: 01/04/2024 up to 15:00 hrs
Time and date of opening of bid: 01/04/2024 at 16:00 hrs
Document downloading and bidding at application: <https://tripuratenders.gov.in>
Class of bidder: Appropriate Class
All ast are available in the <https://tripuratenders.gov.in> & <https://eprocure.gov.in>

ICA/C-5187/24

(ER. SANJOY DEBNATH)
Executive Engineer
DWS Division, Kalyanpur
Khowai Tripura

Notice Inviting e-tender
PNle-T- 62/EE/RD/BSGD/SPJ/2023-24/6027 dt. 11/03/2024
The Executive Engineer, R.D. Bishramganj Division, Bishramganj, Sepahijala District, Tripura invites on behalf of the 'Governor of Tripura' Percentage rate two bid system e-tender from the eligible Contractors/Firms/Agencies of appropriate class registered with PWD/ TTAADC/ MES/ CPWD/ Railway/OtherState PWD up to 3.00 P.M. on 26/03/2024 for 9 (Nine) nos work. Eligible bidders shall participate in bidding only in online through website <https://tripuratenders.gov.in>. P e-Bid Conference: Date: 19.03.2024 Time: 11.00 AM in the chamber of the Executive Engineer, RD Bishramganj Division. For any enquiry, please contact by e-mail to eerdbsg@aqmail.com.

ICA/C-5181/24

(Er. Samarenara Debbarma)
Executive Engineer
R.D. Bishramganj Division
Bishramganj, Sepahijala District, Tripura

সুপারে জয়ের হ্যাটট্রিক সফুলিপের দ্বৈপায়নের বোলিংয়ে কুপোকাং ফ্রেডস

সফুলিপ-১৪৮

ইউ: ফ্রেডস-১২০

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। ফ্রেডস-এর বিজয় রথ খামালো সফুলিপে গিলে। বহু বছর নিজের সফুলিপে ছিলো প্রচুর উইকেট। তাঁর বাঁ হাতের ডেলকিতে কুপোকাং হয়েছিলেন বহু ব্যাটসম্যান। তার পরও কোমণ্ড এক অজ্ঞাত কারণে ত্রিপুরা দলে জায়গা পাননি দ্বৈপায়ন ভট্টাচার্য। ওই দু:খ যে তাড়িয়ে বেরাচ্ছে মরুশমের শুরু থেকেই বুঝিয়ে দিচ্ছেন। শেষ ম্যাচে ৪ উইকেট নেওয়ার পর বৃহবার ৫ উইকেট তুলে নিয়ে সফুলিপ ক্লাবকে আসরের দ্বিতীয়

জয় এনে দিলেন দ্বৈপায়ন। পরাজিত করলো টানা ২ ম্যাচে জয় পেয়ে লিগ টেবিলের শীর্ষে থাকা ইউনাইটেড ফ্রেডসকে। রাজ্য ক্রিকেট সংস্থা আয়োজিত বিপুল মজুমদার স্মৃতি সুপার ডিভিশন লিগ ক্রিকেটে। টি আই টি মাঠে লো স্কোরিং ম্যাচে মূলত দ্বৈপায়নের ডেলকিতে কুপোকাং হলো ইউনাইটেড ফ্রেডস। সকালে ৪ টি উইকেট করে সফুলিপ ক্লাব মাত্র ১৪৮ রান করতে সক্ষম হয়। প্রাথমিক ব্যর্থতার পর দলকে খাদের কিনারা থেকে কার্যত তুলে

আনেন সাগর শর্মা। সাগর ৬৫ বল খেলে ৬ টি বাউন্ডারি ও ২ টি ওভার বাউন্ডারির সাহায্যে ৫৬ রান করেন। এছাড়া দলের পক্ষে সর্বাধিক সিনহা ৪৭ বল খেলে ৫ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ৩৮ এবং অর্কপ্রত সিনহা ২৪ বল খেলে ৪ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ২০ রান করেন। ইউনাইটেড ফ্রেডসের পক্ষে ঋত্বিক শ্রীবাস্তব ২৩ রানে ৪ টি, দলনায়ক রজত দে ২৮ রানে ৩ টি এবং অভিঞ্জিত দেববর্মা ২৭ রানে ২ টি উইকেট দখল করেন। জবাবে খেলতে নেমে দ্বৈপায়নের

ডেলকিতে মাত্র ১২০ রানে গুটিয়ে যায় চ্যাম্পিয়নের অন্যতম দাবিদার ইউনাইটেড ফ্রেডস। দলের পক্ষে ওপেনার বিশাল খোষ ৯৩ বল খেলে ৪ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ৪২, তেজস্বী জশোয়াল ৩৫ বল খেলে ৩ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ১২ রান করেন। দলের আর কোনও ব্যাটসম্যান মাথা তুলে দাড়াতে পারেননি ২২ গজে। সফুলিপের পক্ষে দ্বৈপায়ন ভট্টাচার্য ২৪ রানে ৫ টি এবং বৈভব পাল ২৮ রানে ৩ টি উইকেট দখল করেন।

নর্থইস্ট গেমসের জন্য ত্রিপুরা দল তৈরি : শুভেচ্ছা জ্ঞাপন ও জার্সি প্রদান

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। নর্থইস্ট গেমসের জন্য ত্রিপুরা দল তৈরি। খেলোয়াড়দের হাতে জার্সি প্রদান অনুষ্ঠানও হয়েছে বৃহবার। পাশাপাশি 'আমরা জিতবোই' প্রতিশ্রুতি পরায়ণ ধ্বনিতে মুখরিত হয় এনএসআরসিসি-র প্রাদঙ্গণ।

উত্তর পূর্বের বৃহত্তম ক্রীড়া বিদ্যে এত সংখ্যক খেলোয়াড়ের টিম দীর্ঘ বছর পর অংশ নিতে যাচ্ছে বলে, পুরো টিম যেন সেখানে সুশৃংখল ভাবে খেলায় অংশ নেয় এবং পর্ক জিতে ত্রিপুরাকে গৌরবান্বিত করে তুলে সে বিষয়ে শুভেচ্ছা জানান। অনুষ্ঠানে অন্যান্যদের মধ্যে ত্রিপুরা স্পোর্টস কাউন্সিলের সচিব সূর্যজ্যোতি ঘোষ, ত্রিপুরা দলের শেফ দ্য মিশন তথা ত্রিপুরা অলিম্পিক এসোসিয়েশনের চেয়ারম্যান, ক্রীড়া সংগঠক রতন সাহা, সভাপতি দ্রোগাচার্য বিশ্বেশ্বর নন্দী, ক্রীড়া পর্ষদের জয়েন্ট সেক্রেটারি স্বপন সাহা, কোষাধ্যক্ষ তপন

ভট্টাচার্য, অলিম্পিক এসোসিয়েশনের সচিব সুজিত রায়, স্কুল স্পোর্টস বোর্ডের সচিব অণু রায় প্রমুখ উপস্থিত ছিলেন।

চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি হয়ে, অনেক জল্পনা-কল্পনার অবসান ঘটিয়ে শেষ পর্যন্ত সরকারি হস্তক্ষেপে রাজ্য দল এবারকার প্রতিযোগিতায় অংশ নিতে পারছে বলে ত্রিপুরার অলিম্পিক এসোসিয়েশন এবং রাজ্য ক্রীড়া পর্ষদের পক্ষে থেকে সঞ্জিত সন্দিকৈ ধন্যবাদ জানানো হয়েছে।

রাজ্য অনূর্ধ্ব-১৩ ক্রিকেটে সদরের দুটি দল ঘোষিত

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। অর্পিত দেবনাথ, পাপাই দাস এবং সিদ্ধার্থ দে। কোচ: জয়ন্ত দেবনাথ, ট্রেণার: অজিতাভ নাথ। সদর 'বি': বোদাহত বনিক, মোহিত দেববর্মা, ইজাক দেববর্মা (অধিনায়ক), নীলেশ সূত্রধর, মনিষ ঘোষ, দেবরত রুদ্রপাল, অনশ ভট্টনাগর (সহ অধিনায়ক),

ময়ূখ চৌধুরি, চন্দ্রসাতা গোস্বামী, অয়ন দেবনাথ, উদয়ন পাল, অভি রণ দাস, তীর্থ চক্রবর্তী, দিবীজয় মজুমদার, ক্রিশ ভেমিক, শুভজিৎ চক্রবর্তী, দেবরত রুদ্রপাল, ঋজিমান কর, রাম দত্ত এবং দেবপ্রীয়া দে। কোচ: ইন্ড্রজিৎ ঘোষ, ট্রেণার অচিন্ত চক্রবর্তী।

কর্ণেল সি কে নাইডু ট্রফি জয়ের লক্ষ্যে কর্ণাটক, রানার্স উত্তর প্রদেশ

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। প্রথমবারের মতো চ্যাম্পিয়ন হতে যাচ্ছে কর্ণাটক। কর্ণেল সি কে নাইডু ট্রফিতে কর্ণাটক চ্যাম্পিয়নের পথ যথেষ্ট প্রশস্ত করে নিয়েছে। আগামীকাল তারই ঘোষণা হতে চলেছে। ফাইনালে প্রতিপক্ষ উত্তর প্রদেশ। বেঙ্গালুরুর এম চিন্মাস্বামী স্টেডিয়ামে কর্ণেল সি কে নাইডু ট্রফি অনূর্ধ্ব ২৩ ক্রিকেটের খেতাবি লড়াইয়ে কর্ণাটক বিজয়ী হতে পারে। উত্তরপ্রদেশের হাতে দ্বিতীয় ইনিংসের ব্যাট তুলে দেবে কিনা সেটাও সন্দেহ। কর্ণাটক এই মুহূর্তে ৬৩০ রানে এগিয়ে রয়েছে। দ্বিতীয় ইনিংসে খেলায় শিবিরে এখনও পাঁচ উইকেট বর্তমান। চার দিনের ম্যাচ আগামীকাল অস্তিম দিন। প্রথমে ব্যাটিং এর সুযোগ পেয়ে কর্ণাটক ৩৫৮ রান সংগ্রহ করলে জবাবে উত্তরপ্রদেশের প্রথম ইনিংস ১৪৯ রানে থেমে যেতেই ম্যাচ কর্ণাটকের করায়তে চলে আসে।

বিদর্ভকে প্রচড চাপের মুখে ফেলে রঞ্জি চ্যাম্পিয়নের দোরগোড়ায় মুম্বাই

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। রঞ্জি চ্যাম্পিয়ন এর দোরগোড়ায় মুম্বাই। আগামীকাল শুধু ঘোষণার অপেক্ষায়। প্রথম ইনিংস ১০৫ রানে গুটিয়ে মাওয়া বিদর্ভ দ্বিতীয় ইনিংসে পাহাড় প্রমাণ রানকে টার্গেটে রেখে কতদূর এগোতে পারবে সেটাই এখন দেখার বিষয়। হাতে উইকেট রয়েছে দশটি টিকি। তবে জয়ের জন্য ৫২৮ রানের প্রয়োজন। ক্রিকেট অনিশ্চয়তার খেলা হলেও ৫৩৮ রান তড়া করে জয় হাসিল করা অনেকটাই দুসসাধ্য। প্রথম ইনিংসের তুলনায় মুম্বাই যেন দ্বিতীয় ইনিংসে ডাবল ধামাকা তৈরি করেছে। রঞ্জি ট্রফির ফাইনাল ম্যাচ চলছে। মুম্বাইয়ের ওয়াংখেড়ে স্টেডিয়ামে। মুম্বাই ও বিদর্ভের ম্যাচ। প্রথম ইনিংসে মুম্বাই ২২৪ রান সংগ্রহ করলে জবাবে বিদর্ভ তাদের প্রথম ইনিংস ১০৫ রানে গুটিয়ে নিতে ব্যর্থ হয়। ১১৯ রানের লিড নিয়ে মুম্বাই ফের দ্বিতীয় ইনিংসের খেলা শুরু করে প্রায় দুদিন ধরে ব্যাট চালিয়ে ১৩০.২ ওভার খেলে দ্বিতীয় ইনিংসে মুম্বাই ৪১৮ রান সংগ্রহ করে। বিদর্ভ এবার জয়ের জন্য ৫৩৮ রানের লক্ষ্যে দ্বিতীয় ইনিংস শুরু করে তৃতীয় দিনের খেলা শেষ হওয়া পর্যন্ত সময়ে বিদর্ভ দুই ওভার ব্যাটিংয়ের সুযোগ পায়। ইতোমধ্যে বিনা উইকেটে দশ রান সংগ্রহ করে। দ্বিতীয় ইনিংসে মুম্বাইয়ের মুশের খানের ১৩৬ রান, শ্রেয়াস আয়ারের ৯৫ রান, অধিনায়ক আজিঙ্কা রাহানের ৭৩ রান এবং স্যামস মুলানির অপরাজিত ৫০ রান উল্লেখযোগ্য। বিদর্ভের হর্ষ দুবে পাঁচটি উইকেট পেয়েছিল। আগামীকাল বিদর্ভের সামনে একপ্রকার এনিড টেস্টে কতটুকু সফল হয়, তাই এখন দেখার বিষয়। তবে ক্রিকেটীয় পরিসংখ্যান অনুযায়ী ৪১ বারের রঞ্জি চ্যাম্পিয়ন মুম্বাই এবারও ট্রফি ঘরে তুলে নিচ্ছে বলে ক্রিকেট মহল অনেকটা নিশ্চিত।



বিশ্বকর্মা ভাই ও বোনদের সম্মান ও সমৃদ্ধি মোদি সরকারের গ্যারান্টি

এই প্রকল্পের উদ্দেশ্য শুধুমাত্র কারিগর
এবং শিল্পকারদের সমৃদ্ধি ঐতিহ্য রক্ষা করা
নয় বরং তাকে আরো বিকশিত করা।
- নরেন্দ্র মোদি, প্রধানমন্ত্রী

পিএম বিশ্বকর্মা

প্রকল্পের সুবিধা

- পিএম বিশ্বকর্মা সার্টিফিকেট এবং পরিচয়পত্র
- দক্ষতা উন্নয়নের জন্য প্রশিক্ষণ এবং প্রতিদিন ৫০০ টাকা উপবৃত্তি
- ১৫ হাজার পর্যন্ত টুলকিট
- বিশ্বকর্মা ভাইবোনদের ৩ লক্ষ টাকা পর্যন্ত গ্যারান্টি ছাড়াই ঋণ
- ডিজিটাল লেনদেনের জন্য প্রণোদনা
- বিপণন সমর্থক যেমন উন্নতমানের সার্টিফিকেশন, ব্র্যান্ডিং এবং পণ্যের বিজ্ঞাপন

কারিগর এবং ক্রাফটপার্সনদের ১৮ ধরনের ঐতিহ্যবাহী পেশায় নিযুক্ত



মেরামতকারী। ছুতার। নৌকা নির্মাতা। অস্ত্র প্রস্তুতকারক। লোহার শ্রমিক। টোকরি/মাদুর/ঝাড়ু
প্রস্তুতকারক/কয়ার তাঁতি। পুতুল এবং খেলনা প্রস্তুতকারক (ঐতিহ্যগত)। স্বর্ণকার। কুমার। জুতা
নির্মাতারা। হাতুড়ি এবং টুলকিট প্রস্তুতকারক। লকস্মিথ। ভাস্কর, পাথর খোদাইকারী, পাথর ভাঙা।
রাজ মিস্ত্রি। নাপিত। মালা। খোপি। ট্রেইলর। মাছ ধরার জাল নির্মাতারা।

বিশ্বকর্মা ভাই-বোনেরা এই প্রকল্পের জন্য আবেদন করতে আজই
আপনার নিকটতম জনসেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করুন