

# জাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

গৌরবের ৭০ তম বছর

অনলাইন সংস্করণঃ [www.jagrandaily.com](http://www.jagrandaily.com)

JAGARAN ■ 1 May, 2024 ■ আগরতলা ১ মে ২০২৪ ইং ■ ১৮ বৈশাখ, ১৪৩১ বঙ্গাব্দ, বৃহস্পতি ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ Founder: J.C.Paul ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ পৃষ্ঠা-১



## গুয়াহাটীতে সাংবাদিক সম্মেলনে অমিত শাহ

# কংগ্রেস ধর্মীয় সংরক্ষণের জন্য চাপ দিয়ে ধর্মের ভিত্তিতে বিভেদের বীজ বপন করে



গুয়াহাটী, ৩০ এপ্রিল (হিস.)। যদি কোনও রাজনৈতিক দল তফশিলি জাতি (এসসি), তফশিলি জনজাতি (এসটি) এবং অন্যান্য পশ্চাদপদ জাতি (ওবিসি)-ভুক্তদের সংরক্ষণের বিষয়ে আপস করার চেষ্টা করে থাকে, তা হলো কংগ্রেস দল।

কংগ্রেস তৃপ্তিকরণ রাজনীতিতে লিপ্ত, মুসলমানদের সংরক্ষণ দিয়ে অনগ্রসর শ্রেণির অধিকার কেড়ে নিয়েছে এই দল, বলেছেন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী তথা বিজেপির সর্বভারতীয় শীর্ষ নেতা অমিত শাহ। আজ মঙ্গলবার গুয়াহাটীতে দলের প্রদেশ সদর দফতরে মুখ্যমন্ত্রী

হিমন্ত বিশ্ব শর্মা, প্রদেশ সভাপতি ভবেন্দ্র কলিতাকে দু-পাশে বসিয়ে আয়োজিত সাংবাদিক সম্মেলনে বক্তব্য পেশ করছিলেন বিজেপির সর্বভারতীয় শীর্ষ নেতা অমিত শাহ। কংগ্রেসকে চাঁচাছোলা আক্রমণ করে অমিত শাহ বলেন, কংগ্রেস ধর্মীয় সংরক্ষণের পক্ষে ওকালতি

করে। সমাজে বিভাজন সৃষ্টি তাদের অন্তর্কালের নীতি, ওই সব নীতির তীব্র বিরোধিতা করে বিজেপি। জোরের সঙ্গে তিনি বলেন, কংগ্রেস ধর্মীয় সংরক্ষণের জন্য চাপ দিয়ে ধর্মের ভিত্তিতে বিভেদের বীজ বপন করে। অন্যান্য পশ্চাদপদ জাতিদের সঙ্গে মুসলমানদের পুনঃশ্রেণীভুক্ত করার যে প্রচেষ্টা কংগ্রেস চালিয়েছে তা উদ্বেগজনক। অন্ধ্রপ্রদেশ এবং কর্ণাটকে কংগ্রেস এসসি, এসটি এবং ওবিসি সম্প্রদায়ের সংরক্ষণের অধিকার কেড়ে নিয়েছে। ভারতীয় জনতা পার্টি এসসি, এসটি এবং ওবিসি সম্প্রদায়ের সংরক্ষণের সবচেয়ে বড় সমর্থক।

চলমান লোকসভা নির্বাচন প্রসঙ্গে অমিত শাহ বলেন, বিজেপি এবং মিত্রজোট উল্লেখযোগ্য সাফল্য লাভ করবে। অসমে ১২টি আসন নিশ্চিত। সর্বভারতীয় ক্ষেত্রে

৬ এর পাতায় দেখুন

# দুষ্কৃতির গুলিতে নিহত ভারতরত্ন সংঘের সাধারণ সম্পাদক ভিকি

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩০ এপ্রিল।। আচমকা শহরের বুকে গুলিকাণ্ডের ঘটনায় গোটা রাজ্যজুড়ে চাঞ্চল্য ছড়িয়েছে। দুষ্কৃতির গুলিতে মৃত্যু হয়েছে ক্লাব সাধারণ সম্পাদকের (ভিকি)। রাজধানীর বনেদি ক্লাব উষা বাজার ভারতরত্ন সংঘের বর্তমান সাধারণ সম্পাদক দুর্গা প্রসন্ন দেব ওরফে ভিকিকে মঙ্গলবার সন্ধ্যায় কে বা কারা গুলি করে। এই চাঞ্চল্যকর ঘটনাটি ঘটেছে বামুটিয়া বিধানসভার অন্তর্গত শালবাগান এলাকায়। তার মাথায় একটি গুলি লেগেছে। তড়িৎঘড়ি তাকে আইএলএস হাসপাতালে নিয়ে আসা হলে কর্তব্যরত চিকিৎসকরা তাকে মৃত বলে ঘোষণা করেছে। এদিকে ভিকির পরিবারের অভিযোগ ক্লাবের অন্যান্য সদস্যরা এই ঘটনার সঙ্গে সরাসরি জড়িত রয়েছে। এদিকে পুলিশের বিরুদ্ধে অভিযোগ তুলেছেন তার পরিবারের সদস্যরা।

মৃতের স্ত্রী জানান, এদিন সন্ধ্যায় তিনি তাদের সন্তানকে নিয়ে



তিনি আরো জানিয়েছেন, রাজু বর্মন তার স্বামীকে হত্যা করেছে। রাজু বর্মন এবং বিমান দাসের বিরুদ্ধে সরাসরি অভিযোগ করেছেন মৃত ভিকির স্ত্রী। তার দাবি, ক্লাবের বিভিন্ন বিষয় নিয়েই দীর্ঘদিন ধরে ভিকিকে হুমকি-ধমকি দেওয়া হচ্ছিল। ভিকি বর্তমানে ক্লাবের সাধারণ সম্পাদক হওয়ায় তার বিরুদ্ধে এই ফোড় বলে অভিযোগ ভিকির স্ত্রীর। সেই শত্রুতার রেশেই তাকে এদিন গুলিবর্ষণ করে হত্যা করেছে রাজু বর্মন এবং বিমান দাস। দাবি করেছেন ভিকির স্ত্রী।

রাজু বর্মন, রাজেশ বর্মন, দেবরত্ন বর্মন, সন্তোষ এবং বিমান দাস - এই পাঁচজন এই হত্যাকাণ্ডে জড়িত রয়েছে বলে দাবি করেছেন মৃত ভিকির স্ত্রী। এই হত্যাকাণ্ডের মাস্টারমাইন্ড রাজু বর্মন বলেই দাবি তার। উল্লেখ্য, রাজু বর্মন এর বিরুদ্ধে এয়ারপোর্ট থানায় এর আগে বেশ কয়েকবার ভিকি অভিযোগ জানিয়েছিল। কিন্তু মোটা

৬ এর পাতায় দেখুন

## চুরিকাণ্ডে দুই অভিযুক্ত পুলিশের জালে

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩০ এপ্রিল।। পানিসাগর থানার অন্তর্গত তিলখুই চৌধুরী টিলা এলাকায় দুঃসাহসিক চুরিকাণ্ডে জড়িত দুই অভিযুক্তকে জালে তুলতে সক্ষম হয়েছে পুলিশ। ঘটনার বিবরণে জানা গিয়েছে, বিগত ২০ এপ্রিল দুঃসাহসিক ডাকাতি কান্ডের ঘটনার পরপরই আসল রহস্য উন্মোচনে তল্লাশি অভিযান জারি রাখে পানিসাগর থানার পুলিশ। ঘটনা ঘটা তুলতে সক্ষম হয় ডাকাতি কান্ডের মাস্টার মাইন্ড পূর্ব তিলখুই গ্রাম পঞ্চায়তের বেতাসী গ্রামের ছয় নং ওয়ার্ডের বাসিন্দা হামান উদ্দিন ওরফে মনাই কে।

খৃত অভিযুক্তকে জোর জিজ্ঞাসাবাদ চালিয়ে ডাকাতি কান্ডে স্বর্ণালংকা, নগদ ৫২০০ টাকা সহ ধারালো অস্ত্র বাজেয়াপ্ত করে পানিসাগর থানার পুলিশ। সাথে সাথে গ্রেফতার করা হয় অভিযুক্ত হামান এর সহযোগীকে। খৃত হলেন, পাশ্চাত্য রাজা আসামের পাথারকান্দি নারায়ন পুর দশ নং ওয়ার্ডের বাসিন্দা নাজিম উদ্দিনকে।

## পশ্চিম লোকসভার স্ট্রং রুম পরিদর্শন করলেন রিটার্নিং অফিসার



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩০ এপ্রিল।। পশ্চিম ত্রিপুরা লোকসভা আসনের স্ট্রং রুম পরিদর্শন করলেন পশ্চিম জেলার রিটার্নিং অফিসার ডঃ বিশাল কুমার।

পরিদর্শন শেষে তিনি বলেন, সমস্ত স্ট্রং রুম সম্পূর্ণ সুরক্ষিত রয়েছে। কেন্দ্রীয় আধা সামরিক বাহিনী স্ট্রং রুমের নিরাপত্তা নিয়োজিত রয়েছে।

এদিন তিনি বলেন, উমাকান্ত একাডেমীতে ১৪টি বিধানসভার সেগমেন্ট মজুত রয়েছে। স্ট্রং রুম ২৪ ঘণ্টা কেন্দ্রীয় নিরাপত্তা বাহিনী নজরদারি বজায় রেখে চলেছে। বাড়ি সুরক্ষার প্রক্ষেপে পর্যাপ্ত পরিমাণে সিসি ক্যামেরা লাগানো রয়েছে। প্রায় ৭০টি ক্যামেরার তত্ত্বাবধানে আছে। এদিন তিনি আরও বলেন, বিভিন্ন রাজনৈতিক দলের এবং প্রার্থীদের প্রতিনিধিদের

সিসি ক্যামেরার মাধ্যমে সমস্ত বিষয় দেখার ব্যবস্থা করে দেওয়া হয়েছে।

গণনা সূত্রভাবে সম্পন্ন করার সমস্ত প্রস্তুতি নেওয়া হচ্ছে।

## ভারত - মায়ানমার সীমান্ত এলাকায় প্রচুর আগ্নেয়াস্ত্র ও গোলাবারুদ উদ্ধার

নয়াদিল্লি, ৩০ এপ্রিল।। গোয়েন্দা সূত্রের কাছ থেকে পাওয়া সুনির্দিষ্ট তথ্যের ভিত্তিতে আসাম রাইফেলস-এর জওয়ানরা নাগাল্যান্ডের মন জেলায় ভারত-মায়ানমার সীমান্ত বরাবর এলাকা থেকে সোমবার (২৯ এপ্রিল, ২০২৪) বিপুল পরিমাণ অস্ত্র, গোলাবারুদ এবং যুদ্ধ-বিষয়ক সামগ্রী উদ্ধার করেছে। একেবারে ভোরের দিকেই শুরু করা হয় এই তল্লাশি অভিযান এবং অভিযান চলা কালে এক ব্যক্তি ধরা পড়ে, সেই সঙ্গে ডার করা হয় বিপুল সংখ্যক আগ্নেয়াস্ত্র ও গোলাবারুদ। উদ্ধারকৃত মধ্যে রয়েছে ১১-টি মর্টার টিউব (৮-১ মিলিমিটার), ০৪-টি টিউব (১০৬ মিলিমিটার), ১০-টি পিস্তল, ১৯৮-টি বহনযোগ্য হ্যান্ড হ্যান্ড রেডিও সেট, একটি স্যাটেলাইট ফোন, একটি কেন্দ্রীয় বাইক, একটি বেলেরো গাড়ি এবং অন্যান্য যুদ্ধ বিষয়ক সামগ্রী।

বর্তমানে আসাম রাইফেলস সীমান্ত রক্ষা করে দেওয়ার অভিযান জারি রয়েছে, তাই এই অভিযান চালানোর

৬ এর পাতায় দেখুন

## মুখ্যমন্ত্রীর নির্দেশে কৈলাসহরে বিদ্যুৎহীন এলাকা পরিদর্শন

# ২৪ ঘণ্টার মধ্যে স্বাভাবিক হচ্ছে বিদ্যুৎ ও পানীয় জল, আশ্বস্ত টিংকুর



নিজস্ব প্রতিনিধি, কৈলাসহর, ৩০ এপ্রিল।। অবশেষে বিদ্যুৎ পরিসেবা এবং পানীয়জল সরবরাহ স্বাভাবিক করতে মাঠে নামলেন মন্ত্রী টিংকুর। গত ২৬ এপ্রিল ভয়াবহ বৃষ্টি সহ শিলাবৃষ্টির পর চারদিনেও বিদ্যুৎ পরিসেবা প্রদানকারী বেসরকারি সংস্থা সাই কম্পিউটার লিমিটেডের পক্ষ থেকে বিদ্যুৎ পরিসেবা স্বাভাবিক করতে না পারায় রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী মানিক সাহা খুবই উদ্বেগ বলে জানান মন্ত্রী টিংকুর। চার দিন পরেও কৈলাসহর মহকুমার ৭০ টি জায়গায় বিদ্যুৎ পরিসেবা স্বাভাবিক না হওয়ায় মুখ্যমন্ত্রী নির্দেশে মঙ্গলবার কৈলাসহর মহকুমা এলাকা পরিদর্শন করলেন মন্ত্রী টিংকুর। অবশেষে বৈঠক করলেন সাই কম্পিউটার লিমিটেডের আধিকারিকদের সঙ্গে। মুখ্যমন্ত্রীর তুলে দেওয়া অভিযোগ রয়েছে তাদের বিরুদ্ধে। ঘটনায় উদ্যোগ প্রকাশ করলেন মন্ত্রী টিংকুর। পাশাপাশি আগামীকাল অর্থাৎ বৃহস্পতি সন্ধ্যায় বিদ্যুৎ এবং পানীয় জলের পরিসেবা স্বাভাবিক হবে বলে আশ্বস্ত করলেন মহকুমা বাসিন্দা।

উল্লেখ্য, গত ২৬ এপ্রিল গভীর রাতে কৈলাসহরে আচমকা প্রবল বৃষ্টি সহ শিলাবৃষ্টির ফলে প্রচুর বাড়ি ঘর, বিদ্যুৎ-এর খুঁটি ভেঙে যায়। বিদ্যুৎ-এর বেশ কয়েকটি ফিডার, ট্রান্সফরমার নষ্ট হয়ে যায়। এর পাশাপাশি প্রচুর সজ্জা ফসলও নষ্ট হয়ে যায়। ২৬ এপ্রিল গভীর রাত থেকে গোটা কৈলাসহর মহকুমা অঞ্চলকার থাকলেও বিদ্যুৎ পরিসেবা প্রদানকারী বেসরকারি সংস্থা 'সাই কম্পিউটার লিমিটেডের' পক্ষ থেকে বিদ্যুৎ পরিসেবা স্বাভাবিক করার উদ্যোগ না নেওয়ার ফলে উনেকোটি জেলার জেলাশাসক দিলীপ কুমার চাকমা এবং কৈলাসহরের মহকুমাশাসক প্রদীপ সরকারের যৌথ প্রচেষ্টায় ২৯ এপ্রিল অর্থাৎ সোমবার রাতে কৈলাসহরের শহরঞ্চলের সামান্য কিছু অংশে কিছুটা বিদ্যুৎ পরিসেবা স্বাভাবিক হলেও বৃহৎ অংশে বিদ্যুৎ পরিসেবা স্বাভাবিক হয়নি।

গোটা কৈলাসহর মহকুমার ৮০ শতাংশ জায়গায় চার দিন পরেও অর্থাৎ মঙ্গলবার সকাল অর্থাৎ বিদ্যুৎ পরিসেবা স্বাভাবিক

৬ এর পাতায় দেখুন

## বাংলাদেশে তাপপ্রবাহে জনজীবন বিপর্যস্ত, বাড়ছে মৃত্যু

ঢাকা থেকে মনির হোসেন। বাংলাদেশে চলমান তাপপ্রবাহে অতিষ্ঠ জনজীবন। অসহনীয় গরমে ঘরের বাহিরে টেকা দায়। সূর্যের প্রখরতায় গ্রাণ যায় যায় অবস্থা। এমন পরিস্থিতিতে আবারও দুঃসংবাদই দিলো আবহাওয়া অধিদপ্তর। মঙ্গলবার দিনের তাপমাত্রা আরও বাড়বে বলে জানিয়েছে সংস্থাটি। সেই সঙ্গে বাতাসে জলীয় বাষ্পের আধিক্য থাকবে, ফলে আরও অসহনীয় গরম অনুভূত হতে পারে। বাংলাদেশ আবহাওয়া অধিদপ্তরের আবহাওয়াবিদ মো. তরিফুল নেওয়াজ কবিবরের দেওয়া পরবর্তী ৭২ ঘণ্টার আবহাওয়ার পূর্বাভাসে এ তথ্য জানানো হয়েছে। বাংলাদেশের হাসপাতালগুলোতে



রোগীর চাপ বেড়েছে। কিন্তু চলমান তাপপ্রবাহ আর দীর্ঘ লোডশেডিং মিলে

হাসপাতালগুলোর ওপর তীব্র চাপ সৃষ্টি করেছে। এর ফলে ব্যাহত হচ্ছে চিকিৎসাসেবা। সংশ্লিষ্টরা বলেন, অতিরিক্ত গরমের কারণে ডিউটিতে থাকা অবস্থায় রোগীদের পাশাপাশি চিকিৎসক ও কর্মচারীরাও স্বাস্থ্যঝুঁকিতে পড়ছেন। চলমান তাপপ্রবাহের মধ্যে বমি ও ডায়রিয়া আক্রান্ত রোগীর চাপ বেড়েছে।

এদিকে, বাংলাদেশে চলমান অতি তীব্র তাপপ্রবাহের কারণে 'হিট স্ট্রোক' গত এক সপ্তাহে ১০ জন মারা গেছেন। এর মধ্যে গতকাল সোমবারই তিনজনের মৃত্যু হয়েছে হিট স্ট্রোকে। মঙ্গলবার সকাল ৯টায় স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের হেলথ ইমার্জেন্সি অপারেশন সেন্টার ও কন্সটোল রুম এসব তথ্য জানায়।

## রাতে শহরে এক বাড়িতে আগুন, চাঞ্চল্য



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩০ এপ্রিল।। ভয়াবহ অগ্নিকণ্ডে ধ্বংসের রক্ষা পেলে শহরের রাজধানী হোটেল সংলগ্ন মরা চৌমুহনী এলাকার জনগণ। মঙ্গলবার সন্ধ্যা রাতে শর্ট সার্কিটের ফলে চাঁটা মোটারসের কর্ণধার স্থপন পালের বাড়িতে এই অগ্নিকণ্ড সংঘটিত হয়। যদিও নির্দিষ্ট সময়ে অগ্নি নির্বাপক

দপ্তরের কর্মীরা ঘটনাস্থলে এসে আগুন নিয়ন্ত্রণে এনেছেন। যার ফলে বড় ধরনের দুর্ঘটনা থেকে রক্ষা পেয়েছে বাড়ির সদস্য সহ আশপাশ এলাকার নাগরিকেরা। ঘটনার বিবরণে অগ্নি নির্বাপক দপ্তরের কর্ণধার স্থপন পালের বাড়িতে এই অগ্নিকণ্ড সংঘটিত হয়। যদিও নির্দিষ্ট সময়ে অগ্নি নির্বাপক

ফলে এই অগ্নিকণ্ড সংঘটিত হয়েছে। সঙ্গে সঙ্গে খবর দেওয়া হলে অগ্নি নির্বাপক দপ্তরের কর্মীরা ঘটনাস্থলে এসে আগুন নিয়ন্ত্রণে আনেন। এদিন যদি সঠিক সময়ে অগ্নি নির্বাপক দপ্তরের কর্মীরা ঘটনাস্থলে উপস্থিত না হতো তাহলে বড় ধরনের দুর্ঘটনা ঘটে যেতে পারতো বলে আশঙ্কা করা হচ্ছে।

৬ এর পাতায় দেখুন

# আজ শ্রমিকদের অধিকার আদায়ের দিন

আন্দোলনের পথ কখনই মসৃণ ছিল না। মসৃণ থাকে না। ছিল নানা ঘটনার ঘাতপ্রতিঘাতে, জুলুম, অত্যাচারে, প্রতিরোধে, ধর্মঘটে, মিছিলে, সংগ্রামী ঐক্যে রক্তাঙ্কিত। মে দিবস একদিনে এই আন্তর্জাতিক চেহারা পায় নি। এর পেছনে রহিয়াছে দীর্ঘ সংগ্রামের ইতিহাস। রহিয়াছে অনেক রক্তধারার কাহিনি। জন্মলাগ্ন থেকেই শ্রমিকশ্রেণীর ইতিহাস সংগ্রামের ইতিহাস। শ্রমিকশ্রেণীকে উদ্যাত্ত কাজ করিতে হইবে। আঠারো ঘণ্টা, কুড়ি ঘণ্টা পর্যন্ত ছিল কাজের সময় সীমা। আট ঘণ্টার কর্মদিবসের দাবি এবং কর্মপরিবেশ কিছুটা উন্নত হইলেও আজও শ্রমিকদের পেশাগত জীবনে নিরাপত্তা ও মানবিক অধিকারগুলো অর্জিত হয়নি। আবারও স্পষ্ট হইয়াছে, এ দেশের বিপুলসংখ্যক শ্রমজীবী মানুষের জীবনে অর্থনৈতিক ও সামাজিক নিরাপত্তা, মৌলিক মানবিক অধিকারগুলো কতটা ভঙ্গুর? ১৮৮৬ সালের ১ মে যুক্তরাষ্ট্রের শিকাগো নগরীর লক্ষ লক্ষ শ্রমিক দৈনিক আট ঘণ্টা কাজের সময় নির্ধারণ ও ন্যায্য মজুরির দাবিতে সর্বাত্মক ধর্মঘট শুরু করে। ব্যাপক আন্দোলন চূড়ান্ত রূপ লাভ করে ও ৪ মে। কিন্তু আন্দোলনের কঠোর করিবার জন্য পুলিশ গুলি চালায় এবং ১০ জন শ্রমিক প্রাণ হারায়। সেই সঙ্গে বহু শ্রমিক আহত হয়। গ্রেফতার হয় অগণিত শ্রমিক। শ্রমিক আন্দোলনের এই গৌরবময় অধ্যায়কে স্মরণীয় করিয়া রাখিবার জন্য ১৮৯০ সাল থেকে বিশ্বের সকল দেশেই মর্যাদার সঙ্গে পালিত হয় মহান মে দিবস। ১৮৮৬ খ্রিষ্টাব্দে আমেরিকার শিকাগো শহরের হে মার্কেটের ম্যাসাকারশহিদদের আত্মত্যাগকে স্মরণ করিয়া পালিত হয়। সেইদিন দৈনিক আট ঘণ্টা কাজের দাবিতে শ্রমিকরা হে মার্কেটে জমায়েত হইয়াছিল। তাহাদেরকে থিরিয়া থাকা পুলিশের প্রতি এক অজ্ঞাতনামার বোমা নিক্ষেপের পর পুলিশ শ্রমিকদের ওপর গুলি বর্ষণ শুরু করে। প্রতি বছর মে মাসের পয়লা তারিখ পালিত হয় "মহান মে দিবস"। শ্রমজীবী মানুষের অধিকার আদায়ের দিন এটি। দিনের পর দিন লড়াই এবং বহু লড়াই সংগ্রাম করিয়া এই দিনটি সারা বিশ্বের শ্রমিকদের কাছে এক গৌরবময় দিন। এটি আন্তর্জাতিক শ্রমিক আন্দোলনের উদযাপন দিবস। পৃথিবীর বিভিন্ন দেশে শ্রমিক সংগঠনগুলি এদিন নানা মিটিং, মিছিল ও শোভাযাত্রার মাধ্যমে দিনটি পালন করে। ১৮৮৬ সালের এই দিনেই শ্রমিকরা আট ঘণ্টা কাজের দাবিতে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের সব শিল্পাঞ্চলে ধর্মঘটের ডাক দিয়াছিলেন। বিশাল শ্রমিক জমায়েত ও বিক্ষোভ হয়। পুলিশের গুলিতে প্রাণ হারান কয়েকজন শ্রমিক। তীব্র আন্দোলনের মুখে পড়িয়া শ্রমিকদের দাবি মানিয়া নিতে বাধ্য হয় সরকার। ভারতে প্রথম "মে দিবস" পালিত হয় ১৯২৩ সালের পয়লা মে। এই দিন চেমাইয়ে "মে দিবস" পালন করা হয় লেবার কিংগ পাটি অব হিন্দুস্থানের উদ্যোগে। উদ্যোক্তা ছিলেন পাটির বলিষ্ঠ নেতা মালয়ধরম সিঙ্গারাভেলু চেট্টয়ার। তাঁহার ব্যবস্থাপনা অনুসারে তখনকার মাদ্রাজের দুটি ভিন্ন স্থানে উদযাপিত হয় শ্রমিক দিবস। এই দিনটিতে বিশ্বজুড়িয়া শ্রমিকদের অবদান এবং ঐতিহাসিক শ্রমিক আন্দোলনের কথা স্মরণ করা হইয়া থাকে মে দিবস আজ হাজার হাজার শ্রমিকের পায়ের চলা মিছিলের কথা, আপসহীন সংগ্রামের কথা বলে। মে দিবস দুনিয়ার শ্রমিকদের এক হওয়ার ব্রত। আন্তর্জাতিক সংগ্রাম আর সৌভ্রাতৃত্বের দিন। শ্রমের মর্যাদা, মূল্য ও ন্যায্য মজুরি শুধু নয়, যুক্তিসংগত কার্যসময় নির্ধারণের আন্দোলনের ১৩৬ বছর। শ্রমিক আন্দোলনের ইতিহাস চির স্মরণীয় হইয়া থাকিবে। -মে দিবসের অর্থ শ্রমজীবী মানুষের উৎসবের দিন, জগরণের গান, সংগ্রামে ঐক্য ও গভীর প্রেরণা। মে দিবস শোষণ মুক্তির অঙ্গীকার, ধনকুবেরের ত্রাস, দিন বদলের শপথ। এতো উন্নতি-অগ্রগতি সাধিত হইলেও শ্রমিকের অধিকার প্রতিষ্ঠিত হইয়াছে কি? কতক্ষণ কাজ করিলে একজন শ্রমিক কত মজুরি পাইবে? শ্রমিক জীবন এবং ভবিষ্যৎ শ্রমমুক্তির পরে তাহার সন্তানের জীবন কেমন হইবে? সংস্রাং প্রশ্নের পূর্ণিভূত ক্ষোভ থেকে দাবি উঠিয়াছিল আট ঘণ্টা কর্মদিবস চাই। এই দাবির অন্তরালে ছিল আর একটি দাবি আট ঘণ্টা কাজ করিয়া এমন মজুরি চাই যেন তাহা দিয়া পরিবার নিয়া মানসম্মত জীবনযাপন করিতে পারি। কিন্তু শ্রমিকদের দাবি যতই ন্যায্যসংগত মনে হোক না কেন, মুনাফা ও মজুরির সংঘাত এত তীব্র যে আলোচনার পথে নয় বরং নিষ্ঠুর দমন ও রক্তাক্ত পথে সরকার ও মালিকরা সেই আন্দোলন দমন করিতে চাহিয়াছিল। আজকের এই দিনে প্রত্যেককে নিজেদের অধিকার সুরক্ষার জন্য প্রতিবাদ মুখর হইতে হইবে। তাহা হইলেই মে দিবসের সার্থকতা আসিবে।

## সন্দেহখালি মামলার শুনানি মূলতুবি রাখল সুপ্রিম কোর্ট, জুলাই পর্যন্ত পিছলো শুনানি

নয়াদিল্লি, ৩০ এপ্রিল (হি.স.): সন্দেহখালিতে সিবিআই তদন্তের বিরোধিতা করে পশ্চিমবঙ্গ সরকারের মামলার শুনানি মূলতুবি রাখল সুপ্রিম কোর্ট। জুলাই পর্যন্ত শুনানি পিছিয়ে দিয়েছে সুপ্রিম কোর্ট। সোমবার মামলার শুনানি ডালাকালীন পশ্চিমবঙ্গ সরকারের আইনজীবী অভিযুক্ত মনু সিঙ্ঘতির সওয়াল ছিল, এই মামলা সংক্রান্ত গুরুত্বপূর্ণ তথ্য ও নথি রাজ্যের হাতে এসেছে। মামলাটি ২-৩ সপ্তাহের জন্য মূলতুবি রাখার আবেদনও জানান তিনি। এর পর বিচারপতি বিচার গাভাই এবং বিচারপতি সন্দীপ মেহতার ডিভিশন বেঞ্চের মন্তব্য, এই মামলায় গুরুত্বপূর্ণ অভিযোগ রয়েছে। মহিলাদের উপর নির্যাতন, জমি কেড়ে নেওয়ার মতো অভিযোগও রয়েছে। শীর্ষ আদালত এ-ও জানিয়েছে, সুপ্রিম কোর্টে মামলা বিচারাধীন রয়েছে বলে তদন্ত প্রক্রিয়া ব্যাহত করা যাবে না। আগামী জুলাই মাসে এই মামলার শুনানি হবে বলেও জানিয়েছে সুপ্রিম কোর্টের ডিভিশন বেঞ্চ। উল্লেখ্য, সন্দেহখালির ঘটনার সিবিআই তদন্তের নির্দেশ দিয়েছে কলকাতা হাইকোর্ট। ওই নির্দেশকে চ্যালেঞ্জ করে সুপ্রিম কোর্টে যায় পশ্চিমবঙ্গ সরকার। রাজ্যের পাশাপাশি শীর্ষ আদালতে ওই নির্দেশকে চ্যালেঞ্জ করেছেন রাজ্য পুলিশের আইজি, জেলা পুলিশ সুপার। মামলা করেছে স্থানীয় থানাও।

## কাশ্মীরের গুরেজ উপত্যকায় নতুন করে তুষারপাত, জনজীবন বিপর্যস্ত

শ্রীনগর, ৩০ এপ্রিল (হি.স.): নতুন করে আবারও তুষারপাতের সাক্ষী হল জম্মু ও কাশ্মীরের গুরেজ উপত্যকা। সোমবার উত্তর কাশ্মীরের বান্দিপোরা জেলার চারুজ উপত্যকায় ব্যাপক তুষারপাত হয়েছে, পাহাড়, রাস্তাঘাট বরফে চলে চলা পড়ছে। একইসঙ্গে শ্রীনগর-সহ জম্মু ও কাশ্মীরের সমতলভূমিতে বৃষ্টিও হয়েছে। বৃষ্টি ও তুষারপাতের সৌজন্যে কাশ্মীর উপত্যকায় পারদের পতন হয়েছে বেশ কিছুটা। অসময়ের তুষারপাত স্থানীয় মানুষজনের মধ্যে অসুবিধার সৃষ্টি করেছে এবং দৈনন্দিন জীবনযাত্রা ব্যাহত করেছে। কাশ্মীর উপত্যকায় এক ফুটেরও বেশি তুষারপাত হয়েছে, যার ফলে স্কুলগুলি বন্ধ হয়ে গিয়েছে এবং প্রয়োজনীয় সরবরাহের ঘাটতি দেখা দিয়েছে।

মে দিবস হল শ্রমিক শ্রেণির আন্তর্জাতিক সংহতির দিবস। প্রায় সমগ্র মে বিশ্ব ১ মে তারিখটিকে শ্রমিকদের অধিকার রক্ষার দিবস হিসেবে পালন করে। ১৮৮৬ সালে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের শিকাগো শহরের হে মার্কেটের শ্রমিকরা উপযুক্ত মজুরি ও আট ঘণ্টা কাজের দাবিতে বিশাল ধর্মঘট ও মিছিল সংঘটিত করে। কলকারখানার মালিকপক্ষ তখন ক্রমাগত শোষণ করছিল শ্রমিকদের। অসহনীয় পরিবেশে প্রতিদিন ১৬ ঘণ্টা কাজ ছিল অসহনীয়। সারা সপ্তাহ কাজ করে শ্রমিকদের শরীর, স্বাস্থ্য দুর্বলতর হয়ে উঠেছিল। তখন তারা একত্রিত হয়ে দাবি তুলেছিল আট ঘণ্টার বেশি কাজ করা যাবে না। ওই বছর ১ মে শ্রমিকদের ধর্মঘট শুরু হয়। প্রায় তিন লক্ষ শ্রমিক আন্দোলনে অংশ নিয়েছিল। শ্রমিকরা লাল ঝাণ্ডা উড়িয়ে মিছিলে পা রেখেছিলেন। সেখানে মার্কিন, সরকার গুলি চালায়, একাধিক শ্রমিক হত্যা করে। তখন থেকেই সেই দিনটিকে শ্রমিক শ্রেণির সংগ্রাম ও আন্তর্জাতিক সংহতির দিন হিসেবে গণ্য করা হয়। অন্যদিকে রিটেনে অষ্টাদশ শতাব্দীর শিল্পবিপ্লবের পর গোটা ইউরোপ ও আমেরিকায় শিল্পবিপ্লব ছড়িয়ে পড়ে। শিল্পবিপ্লবের সময়কালে প্রাথমিক পর্যায়ে মালিকপক্ষের শিশুদের কর্মে নিযুক্ত করা খুব লাভজনক ছিল। গ্রামীণ এলাকার গরিব চাষি খেতে খাওয়া পরিবার শহরে আসতে শুরু করে। কলারখানা বা খনিতে কাজের জন্য। কাজের তুলনায় শ্রমিকদের মজুরি ছিল অনেক কম। জীবনে বেঁচে থাকার জন্য অষ্টাদশ থেকে বিশ শতক পর্যন্ত শ্রমিক পরিবারগুলি ন-১৪ বছরের বাচ্চাদের অমানবিক পরিবেশে কাজে পাঠাত। এই শিশুদের প্রতিদিন ১৬ ঘণ্টা কাজ করানো

হত। পারিশ্রমিক ছিল নিতান্ত কম। এর ফলে শ্রমজীবী এই শিশুরা হয়ে উঠেছিল কলঙ্কসার। বর্তমান সময়ে শিশুস্বত্ব সংরক্ষণ পরিমাণে দেখা যায়। অনুন্নত, উন্নয়ন সব দেশেই শিশুদের দিয়ে কঠিন কাজ থেকে শুরু করে, শসাক্ষেত্র, বাড়ির কাজ, কলকারখানা সর্বত্র। শিশুশ্রমের প্রধান কারণ হিসেবে জানা যায় দারিদ্র ও সামাজিক নিরাপত্তার অভাব। ১৮৭৫ সালে এমনই এক তীব্র আন্দোলন হয়েছিল। কয়লা শ্রমিক আন্দোলনে মারা গিয়েছিলেন অনেক শ্রমিক। সেই আওনের আঁচ ক্রমে পূর্ণিভূত হয়েছিল মার্কেটের মধ্যে। ১৮৮৬ সালের ১ মে শ্রমিকরা সাধারণ ধর্মঘটের ডাক দেন। ১ মে শিকাগো শহরের "ম্যাক কার্মিক রি পার" নামে একটি কারখানার শ্রমিকরা - ধর্মঘট মিছিলে পা রেখেছিলেন। সেখানে মার্কিন, সরকার গুলি চালায়, একাধিক শ্রমিক হত্যা করে। তখন থেকেই সেই দিনটিকে শ্রমিক শ্রেণির সংগ্রাম ও আন্তর্জাতিক সংহতির দিন হিসেবে গণ্য করা হয়। অন্যদিকে রিটেনে অষ্টাদশ শতাব্দীর শিল্পবিপ্লবের পর গোটা ইউরোপ ও আমেরিকায় শিল্পবিপ্লব ছড়িয়ে পড়ে। শিল্পবিপ্লবের সময়কালে প্রাথমিক পর্যায়ে মালিকপক্ষের শিশুদের কর্মে নিযুক্ত করা খুব লাভজনক ছিল। গ্রামীণ এলাকার গরিব চাষি খেতে খাওয়া পরিবার শহরে আসতে শুরু করে। কলারখানা বা খনিতে কাজের জন্য। কাজের তুলনায় শ্রমিকদের মজুরি ছিল অনেক কম। জীবনে বেঁচে থাকার জন্য অষ্টাদশ থেকে বিশ শতক পর্যন্ত শ্রমিক পরিবারগুলি ন-১৪ বছরের বাচ্চাদের অমানবিক পরিবেশে কাজে পাঠাত। এই শিশুদের প্রতিদিন ১৬ ঘণ্টা কাজ করানো

যে আন্দোলন গড়ে উঠেছিল তার মধ্যে ছিল শ্রমিকদের অর্জিত অধিকার। ১৮৮৬ সালের রক্তধারার সেই ১ মে এখন সবার কাছে অবিচার ও নিপীড়নের বিরুদ্ধে জোর সংগ্রামের শপথ গ্রহণের দিন। সামনে ও এগিয়ে যাওয়ার মূলমন্ত্র। কিন্তু সেই অধিকার থেকে এখনও অনেক শ্রমিকরাই বঞ্চিত। চুক্তিভিত্তিক কাজ এখন চারদিকে। ৮ ঘণ্টার কাজে বেতন কম হওয়ার ন জন্ম অতিরিক্ত কাজ করতে হয় শ্রমিকদের। ১২-১৬ ঘণ্টা কাজ করতে দেখা যায় - শ্রমিকদের। স্বল্প বেতন, লকডাউট, শ্রমিক ছাঁটাইয়ের মতো ঘটনা তো ঘটেই চলেছে। বর্তমান সময়ে মানুষের জীবনের থেকে জীবিকা বড় হয়ে উঠেছে। তাই এই সমস্ত পরিবারগুলি বাঁচাতে তাঁরা হিমশিম



# গ্রামীণ মেয়েদের গ্রীষ্মদুপুরের আড্ডা কি চিরতরে হারিয়েছে?

আড্ডা জমে উঠলে কাঁচা আম, গুড়, লক্ষা, নুন, তেল মেখে খেঁতলে খাওয়ার রেওয়াজ ছিল বর্ষদিন। তাঁদের অনেকে নিয়ম করে আড্ডার আসরে তাল ও খেঁজুর পাতার তালাই বুনতেন কেউ কেউ। আদিবাসীদের পাড়ায় পাড়ায় জঙ্গল থেকে তুলে আনা কাঁচা শাল পাতা শুকিয়ে তা দিয়ে, কুঁচির কাঠিতে গেঁথে পাতা তৈরি করতেন। মোলের বীজ কুড়িয়ে এনে অনেকে আড্ডার আসরে খোসা তুলতেন। তা দিয়ে নাকি তেল তৈরি হয়। তবে অনেক সাধারণ পরিবারের মহিলা মহলেও সেকালে কেউ কেউ রামায়ণ, মহাভারত পড়তেন সুর করে। রাধামাধব মণ্ডল

বাংলার প্রাচীন গ্রামীণজীবনকে ঘিরে রেখেছে নানা রঙের স্মৃতির নিয়ন আলো। সেগুলোর খোঁজ করতে গিয়েই পথ হারিয়ে ফেলা বারের বারে। মেঠো গ্রামীণ জীবনের আঞ্চলিক তার পরিধি ছিল অন্যরকমের ভালোলাগা মাখানো। সেই ভালোলাগার মধ্যে ছিল মাঠভরা কৃষির ফসল, তর-তমালের কালা ছায়া, হিজলের লাল ফুলের তোড়া, পারুল বনের গভীরে কাঞ্চনের গাছ। সে গাছ ছুঁয়ে উঠে গিয়েছে মাধবীকুঞ্জ আকাশের পথে। ভূমিপপাই পাশাপাশি বাঁকুড়ার বিকনার ডোকরা পাড়ার মহিলামহলে এই সময় ধুনো পুড়িয়ে বসে বসে ডোকরার গহনার ছাঁচ তৈরি করে এখনও কেউ কেউ। গ্রীষ্মের এই আলসে দুপুরে এখনও বহু গ্রামে অস্ত্রয় শ্রেণির মহিলার দল বসে কাঁচা মাথিয়ে ছেলেখেলা পুতুল বানায়। বহু গ্রামে সেই আড্ডার আসর ছিল চমকে দেওয়ার মতো। আমাদেব মধ্যবর্ষের ধামগুলোয় এভাবেই বসত গ্রীষ্মের গনগনে দুপুরে খাওয়াপাওয়া শেষে নিবিড় আড্ডার আসর। মাদুর, সীতলপাতি তালাই পেতে, সাজ পান মুখে দিয়ে সেই আড্ডায় জড়া হতেন মহিলার দল। সকাল থেকে দীর্ঘ কাজের শেষে খাওয়াপাওয়া আর তারপর বাসনকোসন ধোয়া ছায়া-শীতল নাওয়াতে বসে

মহিলামহলের সেইসব আড্ডা। পাড়ায় পাড়ায় সেই আড্ডা বসত। জাতির মহিলারা একত্রিত হত কোথাও। কোথাও বা বড় পরিবারের সকলে একত্রিত সেই মহিলামহলের দীর্ঘ গ্রীষ্মকালের আড্ডায় ছিল আম, তেঁতুল, আনারস, জাম মাখা খাওয়া আর গল্প সৃষ্টি করার অফুরন্ত সময়। কেউ কেউ গল্পের সেই আসরে বসেই বুনতেন আসন, ব্যাগপত্র, কেউ তৈরি করতেন পাখা, কেউ উলের কাঁটা দিয়ে ঘর সাজানো জিনিসপত্র। প্রাচীন বাংলার মহিলারা তাঁতবোনার কাজ করতেন অনেকে। বর্ধমানের দেরিয়াপুুরের পাশাপাশি বাঁকুড়ার বিকনার ডোকরা পাড়ার মহিলামহলে এই সময় ধুনো পুড়িয়ে বসে বসে ডোকরার গহনার ছাঁচ তৈরি করে এখনও কেউ কেউ। গ্রীষ্মের এই আলসে দুপুরে এখনও বহু গ্রামে অস্ত্রয় শ্রেণির মহিলার দল বসে কাঁচা মাথিয়ে ছেলেখেলা পুতুল বানায়। বহু গ্রামে সেই আড্ডার আসর ছিল চমকে দেওয়ার মতো। আমাদেব মধ্যবর্ষের ধামগুলোয় এভাবেই বসত গ্রীষ্মের গনগনে দুপুরে খাওয়াপাওয়া শেষে নিবিড় আড্ডার আসর। মাদুর, সীতলপাতি তালাই পেতে, সাজ পান মুখে দিয়ে সেই আড্ডায় জড়া হতেন মহিলার দল। সকাল থেকে দীর্ঘ কাজের শেষে খাওয়াপাওয়া আর তারপর বাসনকোসন ধোয়া ছায়া-শীতল নাওয়াতে বসে

কুড়িয়ে এনে অনেকে আড্ডার আসরে খোসা তুলতেন। তা দিয়ে নাকি তেল তৈরি হয়। তবে অনেক সাধারণ পরিবারের মহিলামহলেও সেকালে কেউ কেউ রামায়ণ, মহাভারত পড়তেন সুর করে। গ্রীষ্মের সেই অসংগঠিত কয়েকটি আড্ডার আসর ছিল আমাদের থামেও। শিক্ষা-দীক্ষায়, চিন্তা-চেতনায়, অর্থনৈতিক বৈষম্যের কারণে সেইসব আড্ডামহলের মহিলাদের পৃথক পৃথক ঠেক বসত গ্রামে। তেমনই কয়েকটি না-ভোলা স্মৃতির পাতা থেকে তুলে আনা গ্রামীণ মহিলাদের গ্রীষ্মের ঠেকবাজ দিনের কথা মনে আসছে স্মৃতির বনে, ধূসরতার রঙটি কাটিয়ে। তবে এ শুধু গ্রীষ্মকালেই নয়, এমন আড্ডার আসর বসত গ্রামের মহিলামহলে নিত্যদিন। নির্জন দুপুরে, একাকিত্বের সন্ধ্যাবেলা মহিলামহলের সেই আড্ডার আসর বসত গ্রামের মহিলামহলে নিত্যদিন। নির্জন দুপুরে, একাকিত্বের সন্ধ্যাবেলা মহিলামহলের সেই আড্ডার আসর বসত গ্রামের মহিলামহলে নিত্যদিন। নির্জন দুপুরে, একাকিত্বের সন্ধ্যাবেলা মহিলামহলের সেই আড্ডার আসর বসত গ্রামের মহিলামহলে নিত্যদিন। নির্জন দুপুরে, একাকিত্বের সন্ধ্যাবেলা মহিলামহলের সেই আড্ডার আসর বসত গ্রামের মহিলামহলে নিত্যদিন।



# হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

## পাঁচ টোটকা: জেনে রাখলে মোবাইলে ১০০ শতাংশ চার্জ হতে সময় লাগবে কয়েক মিনিট

ফোন অচল হয়ে যাওয়া মানের জীবন ধমকে যাওয়া। প্রযুক্তিনির্ভর জীবনে এ কথা অস্বীকার করার কোনও উপায় নেই। অনলাইনে মিটিং করা থেকে সিরিজ দেখা মোবাইল হল ছায়াসঙ্গী। সেই সঙ্গীর দেহে যখন প্রাণ থাকে না অর্থাৎ চার্জ চলে যায়, তখন মাথায় আকাশ ভেঙে পড়ে অনেকেরই। সারা ক্ষণ ফোন ব্যবহার করতে গিয়ে কখন চার্জ চলে যায়, সেদিকে খেয়ালও থাকে না।

মোবাইল অচল হয়ে যাওয়ার পর তখন হিন্দু মন্দিরে। ফোনে চার্জ হতে যে সময় লাগে তাতেই অধৈর্য হয়ে পড়েন অনেকে। তবে কিছু টোটকা মেনে চললে মোবাইলে চার্জ হবে দ্রুত। ১) মোবাইলের ব্রাইটনেস



বাড়িয়ে রাখার অভ্যাস? এই অভ্যাস কিন্তু চোখের জন্য ভাল নয়। আবার এই অভ্যাসের কারণে ফোনের চার্জ জলদি শেষ হয়ে যায়। চার্জ দিতে যাওয়ার আগে ফোনের পর্দা ব্রাইটনেস কমিয়ে দিন, দেখবেন খুব তাড়াতাড়ি চার্জ

মোবাইল ফোন বন্ধ করে তার পরে চার্জ বসান। এই ফিকিরে অল্প সময়েই আপনার ফোন দ্রুত চার্জ হয়ে যাবে।

৪) চার্জ দিতে বসিয়ে অনেকেই ফোনে কথা বলেন। তাতে চার্জ দেরিতে হয়। সেই সঙ্গে বিপদের ঝুঁকিও থাকে। যেকোনও মুহূর্তে অচটন ঘটে যেতে পারে। তাই চার্জ বসিয়ে ফোনে কথা না বলাই শ্রেয়।

৫) মোবাইলে চলতে থাকা অ্যাপগুলির জন্যও অনেক সময়ে চার্জ হতে সময় লাগে। চার্জ দেওয়ার আগে দেখে নিন মোবাইলের ব্যাকগ্রাউন্ডে কোনও অ্যাপ চলছে কি না। সে রকম হলে সেগুলি বন্ধ করে দিন।

## বেশি দিন সতেজ রাখতে ফ্রিজে রাখলে উল্টে পচে যেতে পারে এই ফল

গরমে সুস্থ থাকতে শুধু জল নয়, খেতে হবে ফলও। গ্রীষ্মকাল হল রকমারি ফলের মরসুম। আম থেকে আনারস বাজারে গেলেই ফলের গন্ধ ম ম করে। পুষ্টিবিদ থেকে চিকিৎসক, সকলেই এই গরমে বেশি করে ফল খাওয়ার পরামর্শ দিচ্ছেন। তাই অনেকেই বাড়িতে বিভিন্ন ধরনের ফল মজুত রাখছেন। এই রোদে বার বার যাতে ফল কিনতে যেতে না হয়, তার জন্য বেশি করে ফল কিনে ফ্রিজে রাখছেন।

ফ্রিজে রাখলে বেশি দিন ভাল থাকে। কিন্তু কিছু ফল ফ্রিজে রাখা একেবারেই উচিত হবে না।

কলা- কলা ফ্রিজে না রাখাই শ্রেয়। অতিরিক্ত ঠাণ্ডা কলা পচে যেতে পারে। অনেক সময় কিনে আনার দুদিনের মাথায় কলা বাইরে থেকে কাঁচা হয়ে গিয়েছে। ফ্রিজে



রাখলে অনেক সময় এমন হয়। কলা সব সময় ঘরের সাধারণ তাপমাত্রায় রাখলেই ভাল।

তরমুজ- গরমে ঠাণ্ডা তরমুজ স্বস্তি দেয়। ঠাণ্ডা তরমুজ খেতেও ভাল লাগে। তাই তরমুজ কিনে অনেকে ফ্রিজেই রাখেন। কিন্তু তাতে তরমুজের স্বাদ এবং স্বাস্থ্যগুণ

মজে থাকেন সকলে। তবে ফ্রিজে রাখার অভ্যাস ভাল নয়। তাতে আবার আম পচে যেতে পারে। আমের বাইরের অংশটিও কাঁচা হয়ে যায় অনেক সময়।

আনারস- আনারসের টক-মিষ্টি স্বাদ গরমের অস্বস্তি ভুলিয়ে দেয়। ঠাণ্ডা আনারসও মন্দ লাগে না। তবে ফ্রিজে রাখলে আনারসের স্বাদ চলে যায়। তাড়াতাড়ি পেকেও যায়। পছন্দের ফলের এমন পরিণতি হোক, তা না চাইলে ফ্রিজে আনারস রাখবেন না।

পেঁপে- শরীরের জন্য অত্যন্ত উপকারী ফল। পেট ঠাণ্ডা রাখতে পেঁপে খাওয়া জরুরি। কিন্তু ফ্রিজে রেখে পেঁপে না খাওয়াই শ্রেয়। পাকা পেঁপে সব সময় ঘরের তাপমাত্রায় রাখলেই ভাল। ফ্রিজে রাখলে পেঁপে বেশি নরম হয়ে যায়। স্বাদও বদলে যেতে পারে।

## আয়নায়কে ও পরিষ্কার রাখতে হবে

আয়নায় নিজের মুখই দেখতে পাচ্ছেন না। জলের বিন্দু শুকিয়ে গিয়ে কিংবা টিপের আঠা লেগে আয়না কাপসা হয়ে গিয়েছে। বেশিদিনের উপর শৌচাগারে রাখা আয়নাটিকে নিয়ে তো আরও সমস্যা। গরম জলের বাষ্প লাগলে সঙ্গে সঙ্গে কাচ কাপসা হয়ে যায়। তাড়াহুড়ো থাকলে রোজ পরিষ্কার করাও সম্ভব হয় না। কিন্তু আয়নাতে যদি নিজেকে দেখাই না যায়, তা হলে আয়নার কাজটাই বা কী?

আয়নায় নিজেকে কেমন দেখাচ্ছে, তা দেখতে গেলে বৃহদাকার আয়না কিনে ঘরে সাজিয়ে ফেললেই হবে না। প্রতি সপ্তাহে তা পরিষ্কার করতে হবে। আয়না এত স্বচ্ছ যে তার গায়ে



দাগ বা ছোপ পড়লে তা সহজেই চোখে পড়ে। খবরের কাগজ ভিজিয়ে আয়না পরিষ্কার করেন অনেকেই। বাজারে নানা রকম তরল জিনিসপত্রও পাওয়া যায়, আয়না পরিষ্কার করার। এ ছাড়া

মাথিয়ে রাখুন। মিনিট দশেক পর শুকনো কাপড় দিয়ে মুছে পরিষ্কার করে নিন। কাচ সহজেই পরিষ্কার হয়ে যাবে। ২) ট্যালকম পাউডার : স্নান সেরে অনেকেই যাড়ে, গলায় পাউডার মাখেন। সাধারণত গরমকালে পাউডার মাখার প্রবণতা বেড়ে যায়। নিজে মাথতে মাথতে আয়নার গায়েও সামান্য পাউডার মাথিয়ে নিতে পারেন। তার পর শুকনো কাপড় দিয়ে মুছে নিলেই কাচ একেবারে বকবক করবে। ৩) দাঁত মাজার মাজন: সম পরিমাণে মাজন এবং জল মিশিয়ে একটি মিশ্রণ তৈরি করুন। আয়নায় মাথিয়ে রাখুন। মিনিট দশেক পর শুকনো কাপড় দিয়ে মুছে ফেলুন। কাচ নতুনের মতো বকবক করবে।

## নখ দেখেই যাবে রোগ চেনা!



শরীরে কোনও সমস্যা দেখা দিলেই তা কী কী কারণে ঘটেছে, তা জানার জন্য আমরা অনেক সময়ই খরচ করে নানা ধরনের পরীক্ষা-নিরীক্ষার করিয়ে থাকি। অথচ স্বাস্থ্যের অবস্থা কী, তা জানতে আপনার হৃদয়, গলায় স্বর, চুল কিংবা নখের দিকেও লক্ষ রাখা খুব জরুরি। বিশেষ করে নখের উপর তো এমনিতেই আমরা তেমন নজরই দিই না।

শুধু সৌন্দর্য বাড়ানো বাদ দিলে, নখ নজরদারিতে প্রায় বাতিলের খাতায় পড়ে থাকে। অথচ শরীরের অধিকাংশ জটিলতা প্রথমেই



প্রতিফলিত হয় আমাদের নখেই। আপনার নখ স্বাস্থ্যকর হলে দেখতে হয় মসৃণ এবং নখের রংও থাকে সামঞ্জস্যপূর্ণ। বয়স বৃদ্ধির সঙ্গে নখ কিছুটা ভদুর হতেই পারে এবং উজ্জ্বলাও হারাতে পারে ক্রমশ। কিন্তু বয়স বৃদ্ধি ছাড়াও আরও বিভিন্ন কারণে নখের স্বাস্থ্য যে কোনও সময়ে বিগড়ে যেতেই পারে। নখের আকার, ধরন এবং বিশেষ করে রঙের দিকে বিশেষ করে নজর রাখা জরুরি।

নখের আকার ও রঙের পরিবর্তনগুলি কোন কোন রোগের অধিকাংশ জটিলতা প্রথমেই

গঠন যখন বিগড়ে গিয়ে চামচের মতো দেখায়, তখন বুঝতে হবে শরীরে আয়রনের ঘাটতি হয়েছে। ২. অনেক সময়ই দেখা যায়, নখ কোনও রকম আঘাত ছাড়াই চামড়া থেকে উঠে যাচ্ছে। সোরিয়াসিস (দ্বকের রোগ), ছত্রাকের সংক্রমণ, হাইপার থাইরয়েডিজমের কারণে কিন্তু এই সমস্যা দেখা দিতে পারে।

৩. ভারী কিছু পড়তে বায়নি নখের উপর, নখে ব্যথাও নেই, কিন্তু নখের রং কালচে হয়ে গিয়েছে? তখন দ্রুত চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে। কারণ কিডনির সমস্যায় এমন হতে পারে। যকৃতের সমস্যাও হতে পারে এর কারণ।

৪. নখের রং ধীরে ধীরে হলুদ হয়ে যাচ্ছে? এ ক্ষেত্রেও চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া জরুরি। লিঙ্কডেডমা (পেরজীবা সংক্রান্ত এক ধরনের জটিলতা, কয়েকটি জেনেটিক ব্যাধিতেও দেখা যায়) নামক রোগে এমনটা হয়। এ ছাড়াও ফুসফুসের নানা

সমস্যাতোও পায়ের নখের রং হলুদ হয়ে যেতে পারে। শরীরের রোগ প্রতিরোধ শক্তির সমস্যা হলেও পায়ের নখের রং ধীরে ধীরে হলুদ হয়। জনডিস হলেও তাই। তাই চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া জরুরি।

৫. নখের উপরে অনেক সময় সাদা ছোপ দেখতে পাওয়া যায়। এ ক্ষেত্রেও সতর্ক হতে হবে। মানসিক আঘাত লাগলে, শরীরে জ্বরের ঘাটতি হলে কিংবা ছত্রাকের সংক্রমণ হলেও এই ধরনের উপসর্গ দেখা যায় নখে। বয়স বৃদ্ধি ছাড়াও আরও বিভিন্ন কারণে নখের স্বাস্থ্য যে কোনও সময়ে বিগড়ে যেতেই পারে। নখের আর কোন কোন উপসর্গ দেখে সতর্ক হবেন? ১. নখের উপরিভাগ পাতলা হয়ে যাওয়া। ২. নখ হঠাৎ ঘন ঘন ভাঙতে শুরু হওয়া। ৩. নখের চার পাশে ফোলাভাব দেখতে পাওয়া। ৪. নখের পাশ থেকে রক্তপাত হওয়া। ৫. নখের বৃদ্ধি বন্ধ হয়ে যাওয়া।

## রূপটানের সমস্যা বয়সের ছাপ স্পষ্ট করে দেয়

উৎসব হোক বা অনুষ্ঠান, বিয়ে বাড়ি হোক বন্ধুবান্ধবদের সঙ্গে “আউটিং” নিজেকে আকর্ষণীয় একটু আধটু রূপটান কমবেশি সব মহিলাই করতে ভালবাসেন। তবে রূপটান যেমন সৌন্দর্য বাড়ায়, তেমনিই রূপটানের সময় সামান্যতম ভুলও কিন্তু দ্বকে বয়সের ছাপ স্পষ্ট করে দিতে পারে। অনেকেই মেকআপ করতে চান না বেশি বয়স্ক দেখায় বলে।

রূপটানের সময় কোন ভুলগুলি এড়িয়ে চললে আর এমনটা হবে না?



১. অতিরিক্ত ফাউন্ডেশন ব্যবহার করা চলবে না। রূপটানের ক্ষেত্রে ফাউন্ডেশন অতি গুরুত্বপূর্ণ, কিন্তু

নিজে কিংবা গাঢ় করে ভুল আঁকলে আপনাকে তুলনায় বেশি বয়স্ক লাগতে পারে। তাই চেষ্টা করুন “আইরো ফিল” করার। মোটা গাঢ় করে ভুল আঁকবেন না।

৪. কম ব্রাশ অন ব্যবহার করাই ভাল। অতিরিক্ত ব্রাশ অন ব্যবহার করলে গালের দু'পাশের চামড়া উল্টে গিয়েছে বলে মনে হয়। এ ছাড়া মুখে কোনও গর্ত থাকলেও তাও স্পষ্ট দেখায়। তাই সাবধান।

৫. অনেকে ম্যাট লিপস্টিক পরতে ভালবাসেন। তবে চেহারার সঙ্গে মানানসই ম্যাট লিপস্টিক না পরলে মুখে বয়সের ছাপ প্রকট হয়ে ওঠার সম্ভাবনা থাকে। লিপস্টিক বাছাই করতে হবে বুঝেও।

## ঘন ঘন শ্যাম্পু করছেন বলে চুলের ডগা রক্ষা হয়ে যাচ্ছে?



গরমে মাথার ত্বকে ঘাম বসছে। তাই প্রায় রোজই চুলে শ্যাম্পু করছেন। তাতে মাথার ত্বক পরিষ্কার হলেও চুল কিন্তু রক্ষা হয়ে উঠছে। তেল, কন্ডিশনার মেখেও কোনও লাভ হচ্ছে না। খুলে রাখলে জট পড়ছে।

রোদে বেরোলে বুঝতে পারছেন চুলের ডগার দিকটা কেমন লালচে হয়ে যাচ্ছে। অনেকেই অনেক টোটকা বলেছেন। কেউ পরামর্শ দিচ্ছেন সালোয় গিয়ে চুলের নীচের দিকটা কেটে ফেলতে। কিন্তু চুল কেটে ফেলাই তো আর এই সমস্যায় সমাধান হতে পারে না। তা হলে কী

করবেন? ঘরোয়া তিনটি উপাদানেই এই সমস্যার সমাধান রয়েছে। কলা এবং মধু তো বাড়িতে থাকেই। এই দু'টি জিনিস দিয়েই তৈরি করে ফেলতে পারেন বিশেষ একটি প্যাক। সপ্তাহে অন্তত দু'-তিন দিন মাথতে পারলে চুল রক্ষা হয়ে যাওয়ার সমস্যা থেকে সহজেই মুক্তি পাবেন। কলা, মধু এবং অলিভ অয়েলের প্যাক মিশ্রিত একটি প্যাক কলা দিন। তার সঙ্গে মেশান ১ টেবিল চামচ মধু এবং ১ টেবিল চামচ অলিভ অয়েল। ভাল করে মিশিয়ে নিয়ে তৈরি করে



ফেলুন এই প্যাক। চুলের গোড়ায় কী ভাবে এই প্যাক মাখবেন? এই প্যাক মাথার আগে ভাল করে চুল আঁচড়ে নিন। খোয়াল রাখবেন চুলে যেন কোনও ভাবে জট না থাকে।

এ বার পুরো চুলে এই মিশ্রণ মেখে রাখুন আধঘণ্টা। তবে ঘরের মাথার ত্বক খুব তৈলাক্ত, তাঁরা শুধু চুলের নীচের দিকে এই মিশ্রণটি মাখতে পারেন।

## রোজের পাঁচ অভ্যাস অজান্তেই বাড়িয়ে দিতে পারে রক্তের শর্করার মাত্রা

অনেকে মনে করেন, মিষ্টির প্রতি অগাধ ভালবাসাই ডায়াবিটিসের এক মাত্র কারণ। এ ধারণা কিন্তু ঠিক নয়। ডায়াবিটিস ধরা পড়লে মিলি খেতে বারণ করেন চিকিৎসকেরা। কারণ অত্যধিক মিষ্টি খাওয়ার প্রবণতা রক্তে শর্করার পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়। তবে রোজের কিছু অভ্যাসেও ডায়াবিটিস বাসা বাঁধে শরীরে। বাড়িতে কারও, বা নিজের ডায়াবিটিস থাকলে রোগের ঝুঁকি এড়াতে কোন কোন অভ্যাসে বদল আনবেন?



১. অনেকেই অফিস যাওয়ার তাড়ায় প্রাতরাশ না করেই বাড়ি থেকে বেরিয়ে যান। দীর্ঘ ক্ষণ খালি পেটে থাকার কারণে কিন্তু শরীরে ইনসুলিন হরমোনের ক্ষরণ বেড়ে যাওয়ার ঝুঁকি থাকে। তাই প্রাতরাশ করতে হবে পেট ভরে।

২. ব্যস্ত জীবনে ঘুমের সঙ্গে আপস করেন অনেকে। অপরাধী ঘুম নানা রোগবালাই ডেকে আনে। শরীর সুস্থ রাখতে যে পরিমাণ ঘুমের প্রয়োজন, তার চেয়ে কম হলে

শর্করার মাত্রা। মানসিক চাপ কমাতে নিয়মিত যোগাসন করুন। মাঝেমধ্যে সময় বার করে বন্ধুবান্ধবের সঙ্গে আড্ডা দিন। মন ভাল রাখার চেষ্টা করুন।

৩. ভূরু' আঁকার সময় সচেতন থাকতে হবে। খুব মোটা ভূরু করে

৩. দীর্ঘ ক্ষণ এক জায়গায় বসে কাজ করলেও ঝুঁকি বাড়ে ডায়াবিটিসের। শরীর যত সচল রাখবেন, ততই ডায়াবিটিস দূরে থাকবে। এক জায়গায় বসে বসে কাজ রক্তে শর্করার মাত্রা বাড়িয়ে দিতে পারে। তাই যত পারবেন শরীর সচল রাখার চেষ্টা করুন। নিয়মিত শরীরচর্চ করুন। বসে বসে কাজ

৪. বিভিন্ন গবেষণায় দেখা গিয়েছে ধূমপানের সঙ্গে ডায়াবিটিসের যোগ রয়েছে। তাই ডায়াবিটিসের ঝুঁকি কমাতে ধূমপানে রাশ টানুন।

৫. মানসিক চাপের কারণেও ডায়াবিটিসে আক্রান্ত হন অনেকে। কর্মক্ষেত্রে চাপ, বাড়িতে সমস্যা চিন্তার জেরে বেড়ে যায় রক্তের

## দ্রুত গতিতে খেলে কী কী ক্ষতি হয় শরীরের?

খুব তাড়াতাড়িই আছেন? ভাবছেন, তাড়াতাড়ি খেয়ে নিয়েই ছুটিতে হবে, তাই কোনও রকমে খাবার শেষ করে ফেললেন। অফিসে গিয়েও শান্তি নেই! খাওয়ার মাঝেই মিটিংয়ের ডাক পড়ল, আবার কোনও রকমে খাবার গিলেই ছুট। এই অভ্যাস কিন্তু স্বাস্থ্যের জন্য মোটেই ভাল নয়।

অনেকেই খেতে বসলে মিনিট পাঁচেকের মধ্যেই খালা সাফ হয়ে যায় অজান্তেই তাঁরা কিন্তু শরীরের বড় ক্ষতি করে ফেলছেন।

খাবার ঠিক মতো চিবিয়ে না

খেলে তার সম্পূর্ণ পুষ্টিগুণ শরীর গ্রহণ করতে পারে না। বিশেষ করে, খাবারের মধ্যে থাকা অধিকাংশ ভিটামিনেরই অপচয় হয় এই অভ্যাসের জন্য। তা ছাড়া, খাবার যত বেশি বার চিবিয়ে নেবেন, ততই এটি ভাঙবে এবং লালারসের সঙ্গে মিশবে। তাতে এর মধ্যে থাকা ক্ষতিকারক জীবাণুগুলিও মারা যাবে। নইলে কিন্তু পেটে জীবাণু সংক্রমণের ঝুঁকিও বেড়ে যায়।

অনেকেই সারা বছর গ্যাস, অম্বল, বদহজমের সমস্যায় ভোগেন। এর পিছনেও কিন্তু

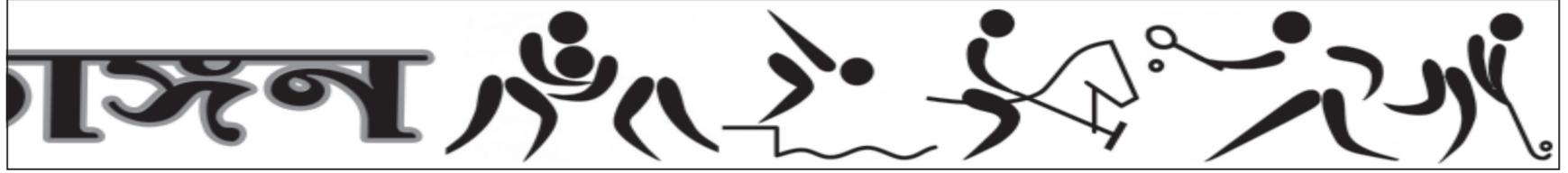


ধরে খাবার খেলে অল্পতেই পেট ভর্তি মনে হয়। তাই বেশি খাওয়ার প্রবণতা কমে। খাবার ঠিক করে চিবিয়ে খেলে তার

স্বাদ ঠিক করে উপভোগ করা যায়। তাই ধীর গতিতে খাবারের স্বাদ উপভোগ করে খান, তবেই চাসা থাকবে শরীর।







# তপন স্মৃতি নকআউট ক্রিকেট : ফ্রেডসকে নকআউট করে ফাইনালে কসমোপলিটন

ইউনাটেড ফ্রেডস-১৭২

কসমোপলিটন- ১৭৫/৭

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা।। দুর্দান্ত জয় কসমোপলিটনের। ফাইনালিস্ট হওয়ার আগেই ফ্রেডসকে নকআউট করে দিয়ে তপন স্মৃতি ক্রিকেটের ফাইনালে খেলবে কসমোপলিটন ক্লাব। নকআউট ট্রফি এবছর থাকছে কৃষ্ণনগর এলাকায়। ফাইনালে কৃষ্ণনগরের দুই ক্লাব সংহতি এবং কসমোপলিটন মুখোমুখি হবে। ২ মে হবে ফাইনাল ম্যাচ। এম বি বি স্টেডিয়ামে। রাজ্য ক্রিকেট সংস্থা আয়োজিত তপন স্মৃতি নকআউট ক্রিকেট আসরে। মঙ্গলবার পুলিশ ট্রেনিং আকাদেমি মাঠে আসরের দ্বিতীয় সেমিফাইনালে কসমোপলিটন ক্লাব জয়লাভ করে। ও উইকেটে

পরাজিত করে হট ফেভারিট ইউনাটেড ফ্রেডসকে। ইউনাটেড ফ্রেডসের গড়া ১৭২ রানের জবাবে ৫৩ বল বাকি থাকতে ৭ উইকেট হারিয়ে জয়ের লক্ষ্যে পৌঁছে যায় কসমোপলিটন ক্লাব। বিজয়ী দলের স্তম্ভ প্রথমে বল হাতে ও উইকেটে নেওয়ার পর ব্যাট হাতে মোক্ষম ৩৪ রান করে দলকে জয় এনে দিতে মুখ্য ভূমিকা নেন। এছাড়া চন্দন রায়-রে অবদানও ছিলো দলের জয়ে। বিফলে গেলো ইউনাটেড ফ্রেডসের তেজস্বী জশোয়ালের দুরন্ত অর্ধশতরান। পাশাপাশি মরশুমে প্রথম ট্রফি জয়ের স্বপ্নও ধূলিসাৎ হয়ে গেলো। সকালে টেসে জয়লাভ করে প্রথমে

ব্যাট করতে নেমে ইউনাটেড ফ্রেডস ১৭২ রান করে ৪৪ ওভারে। শেষ দিকে অভিঞ্জিৎ দেববর্মা যদি কিছুটা প্রতিরোধ গড়ে না তুলতেন তাহলে ইউনাটেড ফ্রেডসের স্কোর ১৪০ রানের গতি পার হতো না। আসরের প্রায় প্রতিটি ম্যাচের মতো এদিনও ২২ গজে ব্যাট হাতে জুলে উঠেন তেজস্বী জশোয়াল। দুরন্ত ব্যাট করে তেজস্বী ৫২ রান করেন। তাঁর ইনসিঙ্গে সাজানো ছিলো ৬১ বল খেলে ৯ টি বাউন্ডারি ও ১ টি ওভার বাউন্ডারির সাহায্যে। এছাড়া দলের পক্ষে অধিকতর প্রতাপ সিং ৪৯ বল খেলে ৪ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ৩৭, অভিঞ্জিৎ দেববর্মা ৪০ বল খেলে ৪ টি বাউন্ডারি ও ১ টি ওভার

বাউন্ডারির সাহায্যে ৩৪ (অপ:), সৈকত দাশগুপ্ত ৩৪ বল খেলে ১ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ১৮, ঋত্বিক শ্রীবাস্তব ১৯ বল খেলে ১ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ১০ এবং দলনায়ক বিশাল ঘোষ ২৭ বল খেলে ১০ রান করেন। কসমোপলিটনের পক্ষে শঙ্কর পাল ৩৫ রানে, শুভম ৪১ রানে ৩ টি করে এবং চন্দন রায় ২৪ রানে ২ টি উইকেট দখল করেন। জবাবে খেলতে নেমে কসমোপলিটন ৪১.১ ওভারে ৭ উইকেট হারিয়ে জয়ের লক্ষ্যে প্রয়োজনীয় রান তুলে নেয়। সপ্তম উইকেটে শুভম এবং চন্দন ৬২ রান যোগ করে দলের জয়কে সহজ করে দেন। দলের পক্ষে

ওপেনার বাবুল দে ৭২ বল খেলে ৪ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ৩৭, শুভম ৩৮ বল খেলে ৩ টি বাউন্ডারি ও ২ টি ওভার বাউন্ডারির সাহায্যে ৩৪, শঙ্কর পাল ৪১ বল খেলে ৪ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ৩৩, চন্দন রায় ৩১ বল খেলে ২ টি বাউন্ডারি ও ১ টি ওভার বাউন্ডারির সাহায্যে ২৬ (অপ:) এবং তন্ময় ঘোষ ২৩ বল খেলে ১১ রান করেন। দল অতিরিক্ত খাতে পায় ১২ রান। ইউনাটেড ফ্রেডসের পক্ষে অভিঞ্জিৎ সরকার ২৭ রানে, ঋত্বিক শ্রীবাস্তব ৩৫ রানে এবং শ্রীল রাণা ৪৭ রানে ২ টি করে উইকেট দখল করেন।

## অমরেশ, চিরঞ্জীৎ, অমিতের পারফরম্যান্সে চ্যাম্পিয়নের হ্যাটট্রিকের দোরগোড়ায় সংহতি

স্মুল্লিঙ্গ-৫৮

সংহতি-৫৯/০

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা।। এবার নক আউট ক্রিকেটে ফাইনালিস্ট ও সংহতি। সুপার ডিভিশন ক্রিকেট এবং সমীরণ চক্রবর্তী স্মৃতি-২০ আসরেও চ্যাম্পিয়ন খেতাবের পর সংহতি ক্লাব এবার নকআউট ক্রিকেটের ফাইনালেও প্রবেশ করেছে। এককথায় ত্রিমুকুট জয়ের হাতছানি সংহতির সামনে। ত্রিমুকুট জয় করতে সংহতির সামনে রয়েছে আরেকটি হার্ভেলসটি টপকাতে পারলেই সঞ্জীব সাহা-র প্রশিক্ষণে নজীর গড়বে সংহতি। দখল করবে প্রথম বারের মতো ত্রিমুকুট। মঙ্গলবার এম বি বি স্টেডিয়ামে অনুষ্ঠিত প্রথম সেমিফাইনালে সংহতি অনায়াসেই পরাজিত করে স্মুল্লিঙ্গকে। অমরেশ দাস, চিরঞ্জীৎ পাল এবং অমিত আলি - ওই ত্রয়ীর বিস্ময়কর স্পিনের ভেলকিতেই কার্যত ধরাশায়ী হয়ে গেলো স্মুল্লিঙ্গ। সেমিফাইনালের

মতো ম্যাচে কার্যত বিনা প্রতিদ্বন্দিতায় পরাজয় বরণ করে নিলো অলক দেবরায়ের ছেলেরা। তপন স্মৃতি নকআউট ক্রিকেট আসরে। সকালে প্রথমে ব্যাট নিয়ে সঞ্জীব সাহা-র দলের ত্রয়ীর ভেলকিতে মাত্র ৫৮ রানে গুটিয়ে যায় স্মুল্লিঙ্গ। জবাবে সংহতি ৩৯ বল খেলে কোনও উইকেট না হারিয়ে জয়ের জন্য প্রয়োজনীয় রান তুলে নেয়। সংহতির অমরেশ ৪ টি, চিরঞ্জীৎ ও টি এবং অমিত আলি ২ টি উইকেট দখল করেন। সকালে টেসে জয়লাভ করে প্রথমে ব্যাট নিয়ে শুরু থেকেই নড়াচড়া হয়ে পড়ে স্মুল্লিঙ্গের ইনসিঙ্গে। গুরুটা শাবহরুখ করলেও স্মুল্লিঙ্গের ইনসিঙ্গের শেষটা করেন সংহতির ৩ স্পিনার। ওই তিন স্পিনারের সামনে ২২ গজে টিকে থাকার মানসিকতা দেখাতে পারেননি স্মুল্লিঙ্গের কোনও ব্যাটসম্যানই। দল ২২ ওভার ব্যাট করে গুটিয়ে যায় মাত্র ৫৮ রানে। সেমিফাইনালের মতো ম্যাচে এটা

সর্ব নিম্ন রান। দলের পক্ষে জয় কিমান সাহা ৩২ বল খেলে ১ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ২০ রান করেন। দলের আর কোনও ব্যাটসম্যান দুই অঙ্কের রানে পা রাখতে পারেননি। সংহতির পক্ষে অমরেশ দাস ১২ রানে ৪ টি, চিরঞ্জীৎ পাল ১৭ রানে ৩ টি এবং অমিত আলি ১৫ রানে ২ টি উইকেট দখল করেন। জবাবে খেলতে নেমে সংহতি ৬.৩ ওভারে কোনও উইকেট না হারিয়ে জয়ের জন্য প্রয়োজনীয় রান তুলে নেয়। দলের পক্ষে সশ্রুতি সুরধর ২৭ বল খেলে ৮ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ৩৭ রানে এবং জয়দীপ বনিক ১২ বল খেলে ৩ টি বাউন্ডারির সাহায্যে ১৫ রানে অপরাজিত থেকে যান। প্রসঙ্গত: বিপুল মজুমদার সুপার ডিভিশন লিগ জয়ের পর সমীরণ চক্রবর্তী টি-২০ আসরে সেরার সম্মান পেয়েছিলেন সংহতি। এবার তপন স্মৃতি নকআউট আসরের ফাইনালে খেলার ছাড়পত্র অর্জন করে নেয়।

## আজ থেকে কলকাতায় সিনিয়র

### মহিলাদের জাতীয় ফুটবল চ্যাম্পিয়নশিপ

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা।। আগামীকাল থেকেই শুরু হচ্ছে জাতীয় ফুটবল আসর। ক্রীড়া সৃষ্টি আগেই ঘোষণা করা হয়েছে। ২৮তম সিনিয়র মহিলাদের জাতীয় ফুটবল চ্যাম্পিয়নশিপ শুরু হচ্ছে আগামীকাল থেকে। এবারের আসর হচ্ছে রাজমাতা জিজাবাই

ট্রফি নামে। ফাইনাল রাউন্ডের খেলা হবে পশ্চিমবঙ্গের কলকাতায়। এবারের আসরে গ্রুপ এ-তে রয়েছে তামিলনাড়ু, পাঞ্জাব, দিল্লী, রেলওয়েজ, গুয়েস্ট বেঙ্গল এবং চন্ডিগড়। গ্রুপ বি-তে রয়েছে হরিয়ানা, মনিপুর, ওড়িশা, সিকিম, ঝাড়খণ্ড ও মহারাষ্ট্র। আগামীকাল

সকাল আটটায় দিল্লি ও তামিলনাড়ুর ম্যাচ দিয়ে টুর্নামেন্ট শুরু। পরবর্তী সময়ে আগামীকালই আরও দুটো ম্যাচ রয়েছে। একটিতে রেলওয়েজ খেলবে চন্ডিগড়ের বিরুদ্ধে। অপরটিতে পাঞ্জাব খেলবে পশ্চিমবঙ্গের বিরুদ্ধে। দুই মেয়ে সকাল ৮ টায়

বিগ্রুপের খেলায় উড়িষ্যায় খেলবে হরিয়ানার বিরুদ্ধে। বিরুদ্ধে দুটো ম্যাচে সিকিম খেলবে মহারাষ্ট্রের বিরুদ্ধে এবং অপর ম্যাচে মনিপুর খেলবে ঝাড়খণ্ডের বিরুদ্ধে। ১১ মে পর্যন্ত চলবে লীগ পর্যায়ের খেলা। পরবর্তী সময়ে মূল পরের খেলা শুরু হবে, প্রতিগ্রুপের সেরা দলগুলোকে নিয়ে।

### লা লিগা: লেভানদোভস্কির হ্যাটট্রিকে বাঁসার জয়

বার্সিলোনা, ৩০ এপ্রিল (হি.স.): ঘরের মাঠে সোমবার রাতে রবের্ত লেভানদোভস্কির দারুণ হ্যাটট্রিকে লা লিগার ম্যাচটি ৪-২ ব্যবধানে জিতল কাতালান ক্লাবটি। এর ফলে পয়েন্ট তালিকায় জিরোনাকে তিনে নামিয়ে দুইয়ে ফিরল শাভি এনাল্দেসের দল। ঘটনা বহুল ম্যাচে ফেরমিন লোপেস গোল করে বার্সেলোনাকে এগিয়ে দেন। এরপর হুগো দুরো সমতা টানেন। ভালেপিয়ার দ্বিতীয় গোলটি করেন পেপেপু, তবে দ্বিতীয়ার্ধে হ্যাটট্রিক করে ব্যবধান গড়ে দেন লেভানদোভস্কি। লা লিগায় লেভানদোভস্কি এটা প্রথম হ্যাটট্রিক। এবারের লিগে তার মোট গোল হলো ১৬টি। ৩৩ ম্যাচে ৭৩ পয়েন্ট নিয়ে দুইয়ে বাঁসলোনা। ২ পয়েন্ট কম নিয়ে তৃতীয় স্থানে জিরোনো। আর সমান ম্যাচে ৮৪ পয়েন্ট নিয়ে শিরোপার খুব কাছে রিয়াল মাদ্রিদ। আর ৪৭ পয়েন্ট নিয়ে আট নম্বরে ভালেপিয়া।

## রাজ্য জুডো অ্যাসোসিয়েশনের গুরুত্বপূর্ণ বৈঠক অনুষ্ঠিত

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা।। রাজ্য জুডো অ্যাসোসিয়েশনের এক গুরুত্বপূর্ণ বৈঠক অনুষ্ঠিত হলো রবিবার এম এম আরসিসিতে। এই ইভেন্টে রাজ্যের উঠতি খেলোয়াড়দের কি করে আরো অনুপ্রেরণা দেয়া যায় একই সঙ্গে কিভাবে তাদের আরো অধিক পরিমাণে অংশগ্রহণ করা যাবে, তার লক্ষ্যেই অনুষ্ঠিত হলো এই বৈঠক। এই বৈঠকে রাজ্য জুডো সংস্থা পরিচালিত সমস্ত ইউনিট গুলো থেকে প্রতিনিধিরা আসেন এবং অংশগ্রহণ করেন এই বৈঠকে। বৈঠক শেষে এই মিটিংয়ের গুরুত্ব তুলে ধরলেন সংস্থার সভাপতি তথা বিষয়ায়িক। অন্তরা দেব সরকার। তিনি আরো বলেন, রাজ্যের প্রতিটি জেলায় বেশ প্রতিভাবান

জুডো খেলোয়াড় রয়েছে। যারা প্রচারের আলাতে আসতে এই উদ্যোগ। আইপিএল ২০২৪ অরেঞ্জ ক্যাপ স্ট্যাডিং: শীর্ষস্থানে কোহলি কলকাতা, ৩০ এপ্রিল (হি.স.): আইপিএলের শীর্ষস্থানীয় রান-স্কোরারদের তালিকা একনজরে। \*\*বিরাট কোহলি (আরসিবি): ১০ ম্যাচে ৫০০ রান। \*\*রুতুরাজ গায়কওয়াড় (সিএসকে): ৯ ম্যাচে ৪৪৭ রান। \*\*সাই সুদর্শন (জিটি): ১০ ম্যাচে ৪৪৮ রান। \*\*ঋষভ পন্ত (ডিসি): ১১ ম্যাচে ৩৯৮ রান। \*\*ফিল সল্ট (কেকেআর): ৯ ম্যাচে ৩৯২ রান। আইপিএল ২০২৪ অরেঞ্জ ক্যাপ স্ট্যাডিং: শীর্ষস্থানে কোহলি কলকাতা, ৩০ এপ্রিল (হি.স.): আইপিএলের শীর্ষস্থানীয় রান-স্কোরারদের তালিকা একনজরে। \*\*বিরাট কোহলি (আরসিবি): ১০ ম্যাচে ৫০০ রান। \*\*রুতুরাজ গায়কওয়াড় (সিএসকে): ৯ ম্যাচে ৪৪৭ রান। \*\*সাই সুদর্শন (জিটি): ১০ ম্যাচে ৪৪৮ রান। \*\*ঋষভ পন্ত (ডিসি): ১১ ম্যাচে ৩৯৮ রান। \*\*ফিল সল্ট (কেকেআর): ৯ ম্যাচে ৩৯২ রান।

## অল ত্রিপুরা বডি বিল্ডিং কার্যকরী কমিটি পুনর্গঠিত

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা।। বডি বিল্ডিং অ্যাসোসিয়েশনের কার্যকরী কমিটি পুনর্গঠিত হয়েছে। অল ত্রিপুরা বডি বিল্ডিং অ্যাসোসিয়েশনের নতুন কমিটি গঠিত হয়েছে। আগামী চার বছরের জন্য নবগঠিত এই কমিটি অ্যাসোসিয়েশনের দায়িত্বভার সামলাবে। পুনর্গঠিত কমিটিতে সভাপতি ড. দিলীপ দাস, সম্পাদক মিহির শীল এবং কোষাধ্যক্ষ প্রিয়া সাহা মনোনীত হয়েছেন। সম্প্রতি আগরতলায় এক কনফারেন্স হাউসে অ্যাসোসিয়েশনের সাধারণ সভার মধ্য দিয়ে কার্যকরী কমিটি পুনর্গঠিত হয়েছে। অল ত্রিপুরা বডি বিল্ডিং

অ্যাসোসিয়েশনের পক্ষ থেকে সম্পাদক এক প্রেস বিবৃতিতে এ খবর জানিয়েছেন। উবার কাপ ২০২৪: ভারতীয় মহিলা দল তৃতীয় গ্রুপ ম্যাচে চীনের কাছে হারলো চেংডু, ৩০ এপ্রিল (হি.স.): ভারতীয় মহিলা ব্যাডমিন্টন দল মঙ্গলবার চীনের চেংডুতে তার তৃতীয় এবং শেষ উবার কাপ ২০২৪ গ্রুপ পর্বে চীনের বিরুদ্ধে ০-৫—এ হেরেছে। প্রথম একক ম্যাচে ইশারানি বড়ুয়া বর্তমান অলিম্পিক চ্যাম্পিয়ন চেন ইউফেইকে ২১-১২, ২১-১০ গোমে হারিয়েছেন। মহিলা ডাবলসে শ্রুতি মিশ্র এবং প্রিয়া কনজংবামক চেন কিং চেন এবং জিয়া ই ফ্যানের অলিম্পিক রৌপ্য পদক জয়ী জুটির বিরুদ্ধে লড়াই করে ২১-১৩, ২১-১২ গোমে পরাজিত হয়েছেন। ১৭-বছর বয়সী আনমোল খারব, যিনি ২০১৪ এশিয়া ব্যাডমিন্টন টিম চ্যাম্পিয়নশিপে মনোযোগ আকর্ষণ করেছিলেন, তিনি দ্বিতীয় একক ম্যাচে হান ইউয়ের বিরুদ্ধে ২১-৯, ৪-১—এ পিছিয়ে থাকার সময় অবসর নিয়েছিলেন।

উবার কাপ ২০২৪: ভারতীয় মহিলা দল তৃতীয় গ্রুপ ম্যাচে চীনের কাছে হারলো চেংডু, ৩০ এপ্রিল (হি.স.): ভারতীয় মহিলা ব্যাডমিন্টন দল মঙ্গলবার চীনের চেংডুতে তার তৃতীয় এবং শেষ উবার কাপ ২০২৪ গ্রুপ পর্বে চীনের বিরুদ্ধে ০-৫—এ হেরেছে। প্রথম একক ম্যাচে ইশারানি বড়ুয়া বর্তমান অলিম্পিক চ্যাম্পিয়ন চেন ইউফেইকে ২১-১২, ২১-১০ গোমে হারিয়েছেন। মহিলা ডাবলসে শ্রুতি মিশ্র এবং প্রিয়া কনজংবামক চেন কিং চেন এবং জিয়া ই ফ্যানের অলিম্পিক রৌপ্য পদক জয়ী জুটির বিরুদ্ধে লড়াই করে ২১-১৩, ২১-১২ গোমে পরাজিত হয়েছেন। ১৭-বছর বয়সী আনমোল খারব, যিনি ২০১৪ এশিয়া ব্যাডমিন্টন টিম চ্যাম্পিয়নশিপে মনোযোগ আকর্ষণ করেছিলেন, তিনি দ্বিতীয় একক ম্যাচে হান ইউয়ের বিরুদ্ধে ২১-৯, ৪-১—এ পিছিয়ে থাকার সময় অবসর নিয়েছিলেন।

সৃষ্টির প্রেরণায় নতুন প্রতিশ্রুতি

# উন্নত মুদ্রণ

সাদা, কালো, রঙিন  
নতুন ধারায়

## রেণুবো প্রিন্টিং ওয়ার্কস

জাগরণ ভবন, (লক্ষ্মীনারায়ণ মন্দির সংলগ্ন), এন এল বাড়ি লেইন  
প্রভুবাড়ী, বনমালীপুর, আগরতলা, ত্রিপুরা পশ্চিম - ৭৯৯০০১  
মোবাইল : ৯৪৩৬১২৩৭২০  
ই-মেল : [rainbowprintingworks@gmail.com](mailto:rainbowprintingworks@gmail.com)

