

ବ୍ୟୋକ୍ତିକମ୍ ହ୍ୟୋକ୍ତିକମ୍ ର୍ୟୋକ୍ତିକମ୍

গর্ভবত্তায় কী কী খাবার খেলে
আপনি বুদ্ধিমান সন্তানের মা হবেন ?

বিনোদন ডেক্স : সন্তান মেধাবী ও বুদ্ধিমান হোক সব মায়েরাই তা চান। আর এটা নির্ভর করে অনেকটা মায়ের সঠিক খাদ্যাভ্যাসের ওপর। যদি একজন মা পৃষ্ঠিকর খাবার না খন তাহলে তার শরীরে যে ঘটাতি তৈরি হয় সেটা সন্তানের ওপর গিয়ে পড়ে। যেমন ফলিক অ্যাসিড, ভিটামিন ডি, লোহা ইত্যাদির অভাব হলে শরীরে কিছুটা ঘটাতি থেকে যাবে। আর এর প্রভাব সন্তানের ওপর এসে পড়বে মায়ের সঠিক খাবারের অভাবে শিশুর মানসিক বিকাশে সমস্যা দেখা দিতে পারে। গর্ভাবস্থায় মা কী খায় সেটা সন্তানের শারীরিক ও মানসিক গঠনে বড় ভূমিকা পালন করে। গর্ভাবস্থায় আপনি এমন কিছু খাবার খেতে পারেন যা আপনার বাচ্চার আইকিউ (ইন্টেলিজেন্স কোশেন্ট) বাঢ়াতে পারে। বিশেষজ্ঞদের মতে, আপনার সন্তান যখন জন্মগ্রহণ করে ওর মন্তিষ্ঠের মাপ যে কোনও পূর্ণ ব্যক্ত মানুষের ২৫%। ২ বছর বয়সে সেটা বেড়ে

কিছু প্রোটিন লাগবে। আপনাকে প্রোটিনযুক্ত খাবার বেশি করে খেতে হবে যেমন : দই। দইয়ে ক্যালসিয়াম আছে যেটা গর্ভবস্থায় লাগে। আয়রন: আয়রন খুবই দরকারি একটি উপাদান। যা সন্তানকে বুদ্ধিমান হতে সাহায্য। এই খাবার গুলো গর্ভবস্থায় অবশ্যই খাওয়া উচিত। আয়রন আপনার গভর্নের সন্তানের কাছে অক্সিজেন পৌঁছে দেয়। এছাড়াও চিকিৎসকের পরামর্শে আপনার আয়রনের সাপ্লিমেন্ট খাওয়া উচিত। রুবেরি: রুবেরির মত ফল, আর্টিচোক (ডাটা গাছ), টমেটো ও লাল বিলে এ্যান্ট ওলিডেন্ট থাকে। তাই গর্ভবস্থায় এই ফলগুলো আপনার সন্তানের মস্তিষ্কের টিস্যুকে রক্ষা করে ও বিকাশে সাহায্য করে ভিটামিন-ডি: এটা শিশুর মস্তিষ্কের বিকাশের জন্য খুব দরকার। গবেষণায় দেখা গেছে, যেসব মায়েদের ভিটামিনের মাত্রা প্রয়োজনের চেয়ে কম থাকে তাদের বাচ্চার মস্তিষ্ক দুর্বল হয়। ডিম, চিজ, লিভার ইত্যাদি খাবা ভিটামিন ডি পাওয়া যায়। এছাড়া ভিটামিন-ডি এর ভাণ্ডার সূম্য আলো তো আছেই আয়োডিন আয়োডিনের অভাব, বিশেষ করে গর্ভবস্থার প্রথম ১২ সপ্তাহে সন্তানের আইকিউ কম করে দিতে পারে। গর্ভবস্থায় আয়োডিনযুক্ত লবণ খান। এছাড়া সামুদ্রিক মাছ শামুক, ডিম, দই ইত্যাদি খেতে পারেন সবুজ শাক-সবজী: পাশা শাক, ডাল ইত্যাদি ফলিক এ্যাসিড সরবরাহ করে। এছাড়াও ফলিক এ্যাসিড সাপ্লিমেন্ট ভিটামিন বি - ১ - ২ - এর সঙ্গে খাওয়া উচিত। মস্তিষ্কের কোষ গঠন করে ফলিক এ্যাসিড প্রয়োজনীয়। একটা গবেষণায় দেখা গেছে, যেসব নারীর গর্ভবস্থায় সন্তান প্রসবের চল সপ্তাহ আগে ও আট সপ্তাহ পর অবধি ফলিক এ্যাসিড নিয়ে থাকে তাদের ৪০ শতাংশ। অটিস্টিক স্বতন্ত্র জন্ম দেয় আশংকা কর থাকে। তাই ফলিক এ্যাসিড খুবই গুরুত্বপূর্ণ খাবা।

ରେ
ଡା
ର୍ଯ୍ୟ
ନ:
ରେ
ହେ
ତେ
କ୍ରି
ଛ,
ତେ
ଲଂ
ନ୍ଦ
ନ୍ଦ
ମେ
ଯା
ନେ
ୟୁ
ଯା
ରୀ
ପର
ଚେ
ଏକ
ନ୍ଦ
କ
ର ।

ଏইବାର ସୁନିଧି ଚୌହାନ ଆର
ଆରମାନ ମାଲିକ । ଲାଇଭ
ମିଉଜିକାଲ ଟାଚ ଦିତେ ଚଳେନେ,
ଅୟନିମେଟେଡ ଛବି "ଦ୍ୟ ଲାଯନ
କିଂ"- ଏର ହିନ୍ଦି ଭାର୍ସାନେ । ୧୯
ଜୁଲାଇ ମୁଣ୍ଡି ପେତେ ଚଳେଛେ ଏହି
ଛ
ବ ।

ଇଂରେଜି-ହିନ୍ଦି-ତାମିଲ-ତେଲୁଗୁ
ମୋଟଚାରାଟି ଭାଷାଯ । ଆର ସେଇ ହିନ୍ଦି
ଭାର୍ସାନେଇ ଡିଜିନ୍-ର ଅକ୍ଷାର ଜୟାମି
ଏହି ଅୟନିମେଟେଡ ଛବି ନିଯେ ଚଳାଇଥିଲା
ଜୋର ପ୍ରସ୍ତୁତି । କିଛୁଦିନ ଆଗେଇ
ଜାନା ଗିଯେଇଛି ଛବିତେ ଆୟା
ପନେରୋ ବହର ବାଦେ ଏକସଙ୍ଗେ କାଜ
କରାଇଥିଲା ପିତା-ପୁତ୍ର ଶାହରଖ ଥାନ
ଏବଂ ଆରିଯାନ । ଗଲ୍ଲେର ସିଂହରାଜ
"ମୁଫାସା" ଏବଂ ତାର ପୁତ୍ର "ସିନ୍ଧା"-ର
ଚାରିତ୍ରେ ହିନ୍ଦି ଭାଷାଯ କର୍ତ୍ତ ଦିଚ୍ଛେନ
"କିଂ ଥାନ" ଶାହରଖ ଆର ତାର ପୁତ୍ର
ଆରିଯାନ । ବଲିଉଟ୍ ଡେ ସେଇ
ଶୋରଗୋଲେର ଶବ୍ଦ ଥାମତେ ନା
ଥାମତେଇ ଆବାର ଜାନା ଗେଛିଲ ଏକ
ନୟ, ବଲିଉଡେର ଚାର-ଚାରଜନ
ଅଭିନେତା ଟୁକେ ପଡ଼େଛେନ ଏହି
ଛବିତେ । ଗଲ୍ଲେ "ମୁଫାସା", ତାର
ଶାବକ "ସିନ୍ଧା"-ର ଚାରିତ୍ରେ ଯେଖାନେ

আরমান, সুনিধি লায়ন কিং এর হিন্দি ভাস্তান গানে



”টিমন”-এর চরিত্রে ভয়েস দিচ্ছেন শ্রেষ্ঠস তালপাড়ে। ”পুষ্পা” এবং ”জাজু”-র চরিত্রে যথাক্রমে কঠ্ঠদান করছেন সঞ্জয় মিশ্র এবং বলিউডের কিংবদন্তি কর্মত্বান্বিত আসরানি। গর্বিত এক সিংহ-পিতার আবেগঘন এই অ্যানিমেটেড ছবিতে বলিউডের এক ঝাঁক অভিনেতার প্রবেশ নিয়ে হচ্ছচই যখন একটু স্থিমিত হতে চলেছে, সেই মুহূর্তেই ফের জবর খবরে এবার অভিনেতা নন, গায়ক-গায়িকা। শোনা যাচ্ছে আজ থেকে ২৫ বছর আগে স্যার এলটন জন এবং অনন্য মিউজিশিয়ানরা যেখানে এই ছবিতে সুর তুলেছিলেন অবিশ্রান্তীয় ”হাকুনা মাতাতা”, ”ক্যান ইউ ফিল দ্য লাভ টুনাইট” গানে, সেই গানই আজ এই ছবিতে গাইতে চলেছেন আরমান, সুনিধি। আরমান গাইবেন ”হাকুনা মাতাতা” আর আরমান-সুনিধি ডুয়েটে গাইবেন ”ক্যান ইউ ফিল দ্য লাভ টুনাইট”。 ডিজনির এই ছবিতে অংশ নেওয়া প্রসঙ্গে সুনিধি জানিয়েছেন, ”যখন আসল ছবিটা দেখতাম উফ, তখন আবেগে ভেসে যেতাম। কখনও হাসতাম, কখনও কাঁদতাম। ফলে আজ এই ছবিতে কাজ করতে পেরে শুধু রোমাঞ্চিত লাগছে না, এটা আমার অত্যন্ত হৃদয়ের কাছের এক ছবি।” আরমান মালিকের কথায়, ”এই সুযোগ পেয়ে কাজ করতে গিয়ে এক মুহূর্তও ভাবিনি। কারণ আজও মনে রয়েছে আমি কখনও বাবার কাছ থেকে উপহার কিনে দেওয়ার জন্য বায়না করতাম না। কিন্তু ডিজনি ফিল্মের সমস্ত ডিভিডি কিনে দেওয়ার জন্য একবার খুব বায়না করেছিলাম। বাবা সঙ্গে সঙ্গে সমস্ত কিনে দিয়েছিলেন। এই ব্যাপারটা আমার পক্ষে কোনও দিনও ভুলে যাওয়া সম্ভব নয়।”

চে কবীর সিং ডবল মেঞ্চুরিয়া ডায় শাহিদের নতুন ছবি

“**אָמֵן**” ב-**תְּבִיבָה**

বিনোদন ডেক্স : ছারপোকা খুবই যন্ত্রণাদায় একটি পোকা। এই পোকা একবার ঘরে ঘরে ঢুকেছে তার ঘূম হারাম। রাত্তেয়ে এই পতঙ্গটি একবার ঘরে ঢুকলে অশাস্ত্রির শেষ থাকে না। কারণ ছারপোকা রাত্ত খেয়ে আপনার রাতের ঘূমকে হারাম করে ছারপোকা উঁফ রাত্তবিশ্বষ্ট অন্যান্য পোষকের রাত্ত খেয়ে বেঁচে থাকে। পোকাটি বিছানা, মশালি, বালিশের এক প্রান্তে বাসা বাঁধলেও ট্রেন কিংবা বাসের আসনেও এদের দেখা মেলে। বিছানার পোকা

হলেও এর অন্যতম পছন্দের আবাসস্থল হচ্ছে - ম্যাট্রিস, সোফা এবং অন্যান্য আসবাবপত্র। পুরোপুরি নিশাচর না হলেও ছারপোকা সাধারণত রাতেই অধিক সঞ্চিত্য থাকে এবং মানুষের অগোচরে রক্ষ চুয়ে নেয়। মশার মতো ছেটু কামড় বসিয়ে এরা স্থান ত্যাগ করে। তাই বলে যে দিনের বেলায় কামড়াবে না এমন না তবে চলুন জেনে নেওয়া। যাক জ্বালান কারী-অস্পষ্টিকর এই পোকাটিকে কীভাবে সহজেই ঘর থেকে তাড়ানো যায় ন্যাপথলিনিয়ারের ছারপোকা তাড়াতে ন্যাপথলিন খুবই কার্যকারী। পোকাটি তাড়াতে অস্তত মাসে দু'বার ন্যাপথলিন গুঁড়ো করে বিছানামহ উপদ্রবপ্রবণ স্থানে ছিটিয়ে দিয়ে রাখুন। দেখবেন ঘরে ছারপোকা হবে না। কেরোসিনের ফ্লেপছারপোকা তাড়াতে মাঝে মাঝে আসবাবপত্রে কেরোসিনের ফ্লেপ দিন। এতে ছারপোকা সহজেই পালাবে ঘর পরিষ্কার করুনসপ্তাহে একবার হলেও সারা ঘর ভালো করে পরিষ্কার করুন।

দ্য ওয়াল ব্যুরো: ডবল সেপ্টেম্বর
থেকে মাত্র কয়েক কদম দূরে
রয়েছে শাহিদ কাপুরের নতুন ছবি
”কবীর সিং”। ইতিমধ্যেই শাহিদের
এই ছবির বক্তা অফিস কালেকশনের
পরিমাণ ১৯৮.৯৫ কোটি টাকা।
ফিল্ম ক্রিটিক এবং ট্রেড আজানিস্ট
তরণ আদর্শ জানিয়েছেন, এই
প্রথম বলিউডের কোনও ওয়াডল্যান্ড
ছবি ২০০ কোটির ক্লাবে পৌঁছতে
চলেছে। চলতি বছর এই নিয়ে
”কবীর সিং” তৃতীয় সিনেমা যেটা
২০০ কোটির বেশি ব্যবসা করবে।
এব আগে ভিকি কৌশলের

”উরি-দ্য সার্জিকাল স্ট্রাইক” এবং সলমন খানের ”ভারত” পোছে গিয়েছে ২০০ কোটির ক্লাবে। ১২১ জুন রিলিজের পর থেকেই জমিয়ে ব্যবসা করছেন শাহিদের ”কবীর সিং”। ওপেনিং উইকেই ছবির ব্যবসার পরিমাণ ছিল ১৩৪.৪২ কোটি। ট্রেন্ড দেখে প্রথমেই ফিল্ম ক্রিটিক এবং ট্রেড অ্যানালিস্টরা বলেছিলেন ২০০ কোটির ক্লাবে পৌছতে বেশিদিন লাগবে না এই ছবির। হলো-ও তাই। রিলিজের দু’সপ্তাহের মধ্যেই ডবল সেক্ষুরি টাঁকাত চলেছে দক্ষিণ ছবি

”অর্জুন রেডি”-র রিমেক। ছবি দেখে মুঝ শাহিদের ভক্তরাও। সকলেই বলছেন, ”যব উই মেট”, ”হায়দার” এবং ”উড়তা পাঞ্জাব”-এর পর ফের একবার শাহিদ প্রমাণ দিলেন যে অভিনয়ে তিনি টক্কর দিতে পারেন বলিউডের তাবড় অভিনেতাদের। তাঁর অভিনয়ের ভূয়সী প্রশংসা করেছেন নিন্দকেরাও ফিল্ম ক্রিটিকরা বলছেন, আগামী দিন বহু রেকর্ড ভাঙতে চলেছে শাহিদের এই ছবি। সম্ভবত সাম্প্রতিক সময়ের সবচেয়ে জনপিয়

তামান্নার পরিবর্তে তাপসী ?

খুন কে? প্রকাশ পেল টানটান রহস্যের
জাজমেন্টাল হ্যায় কেয়া'-র ট্রেলার

মেন্টোল না জাজমেন্টোল? নাম নিয়েই ছিল যত সমস্যা। কখনও ভাইজানের সিনেমার সঙ্গে এক নাম হয়ে যাওয়া, আবার কখনও বা ”ইভিয়ন সাইকিয়াটি ক সোসাইটি”-র থেকে সেল্পর বোর্ডের কাছে নালিশ। বামেলা যেন পিছু ছাড়িল না বালাজি মোশন-এর পরবর্তী এই প্রযোজনাকে ঘিরে অবশ্যে সব বাধা কাটিয়ে মুক্তি পেল প্রকাশ কোর্টেলামুদি পরিচালিত ”জাজমেন্টোলহ্যায় কেবা”-র টেলার সাসপেন্সে ভর পূর এই সাইকোলজিক্যাল খিলারটির টেলার মুক্তি পাওয়ার সঙ্গে সঙ্গেই খুব সহজেই তা নেটিজেনদের মনে জায়গা করে নিয়েছে। এই ছবিতে প্রধান চরিত্রে রয়েছেন কঙ্গনা রানাওয়াত এবং রাজকুমার রাও।

ব্যাকথাউন স্কোর করেছেন রচিতা অরোরা। এবং অর্জুনাহরযাঙী। আরও এক গুরুত্বপূর্ণ চরিত্রে রয়েছেন জিমি শিরগিল। কান্না, ডার্ক কমেডি আবার কখনও রোম্যান্স মিলিয়ে যেন উত্তেজনা ওভারডোজ। একটি মৃত্যুরহস্য ঘিরে দু”জনকে সনেহ করে পুলিশ। উপর্যুক্ত প্রমাণ যদি বিশেষ কিছু নেই। তবুও খুন তাঁদের মধ্যেই এক জন করেন সে বিষয়ে মোটামুটি নিশ্চিপ্ত পুলিশ খুন করেছে কে? সব কিং ঠিক থাকলে উক্ত মিলে আগামী ২৬ জুলাই ওই দিন মুক্তি পাচ্ছে বহু প্রতীক্ষিত এ ছবি।

জাপান ভ্রমণের গাইড রোবট

জাপান ভ্রমণে পর্যটকদের সহায়তা করছে শার্পের 'রোবোহন' রোবট।

মানুষের সঙ্গে সংক্ষিপ্ত
কথোপকথন চালাতে পারে ছেটি
এই রোবটটি। আপাতত শুধু
জাপানের বাজারেই রোবটটি
উন্মুক্ত করেছে নির্মাতা প্রতিষ্ঠান
শার্প এবারদেশচিতে পর্যটকদের
কাছেও ভাড়াদেয়া হচ্ছে
রোবটটি। থাইকের সেলফোনের
সম্ভাব্য বদলি হিসেবে ব্যবহার
করা যেতে পারে ‘রোবোহন’।
অ্যামাজনের অ্যালেক্স, অ্যাপলের
সিরি যেখানে থাইককে
আবহাওয়ার তথ্য এবং অন্যান্য

କିଡ଼ନ୍ୟାପ”-ଏ ନଜର କାଡ଼ିଲେନ ରୁକ୍ଷିନୀ, ତବେ ଛବି ଜମଳ କି ?

শুরুটা বেশ। মানবপাচার, বছর একুশের নির্খেঁজ যুবতী, অসহায় বাবা এবং আন্তর্জাতিক স্তরে হিউম্যান ট্রাফিকিং অর্থাত মানবপাচার চক্রের কর্মকাণ্ডের বালক মিলল। সাংবাদিক মেঘনার সঙ্গে দেবের বন্ধুত্ব, মাথোমাথো প্রেম-রোম্যান্সে জমজমাট বিমোদনের মোড়কে টানটান “কিডন্যাপ”-এর চিত্রনাট্য। রোমাঞ্চ আছে বইকী, তবে দুবাইয়ে পা রাখা মেঘনা অর্থাত রঞ্জিনীও সেই জালে জড়িয়ে পডে। কাহিনি যত গড়িয়েছে খুলেছে রহস্যের জট। টুঁটো-জগন্নাথের মতো পুলিশ-প্রশাসনের ভূমিকা নিয়েও ভাবাবে এই ছবি। তবে, দিতীয়ার্ধের পর গল্পে রয়েছে চমক। দেশ-বিদেশে নারীপাচার নিয়ে ব্যবসা ফেঁদে বসেছে একদল। গোটা দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়াজুড়ে এই আমি”। বেশ কিছু অ্যাকশন সিক্যোয়েলে নজর কেড়েছেন দেব। রঞ্জিনীর অভিনয়ও বেশ প্রশংসনীয়। আগের ছবির তুলনায় “কিডন্যাপ”-এ অভিনেত্রী হিসেবে অনেকটাই পরিগত তিনি। উল্লেখ্য, এই ছবিতে দেব কিন্তু নিজের নামই ব্যবহার করেছেন। দেব-রঞ্জিনী ছাড়াও “কিডন্যাপ”-এ

তার জন্য আপনাকে অপেক্ষা
করতে হবে ছবির দ্বিতীয়ার্ধ
অবধি।
”মাননীয় মুখ্যমন্ত্রী, গত
দু’মাস হয়েছে আমার মেয়ে
নির্ণোজ।” এই মর্মে শুরু
হয়েছে ছবির গল্প। মেয়ের
সঙ্কান্ত পাওয়ার আশায় অসহায়
বাবা চিঠি লিখছেন
প্রশংসনকে। জুতোর শুকতলা
খুইয়েও মেলেনি মেয়ের
খেঁজ। ভালবাসার মানুষের
ফাঁদে পা রেখে পাচার হয়ে
গিয়েছে দুবাইয়ে। ট্রেলারেই
মিলেছিল নারী পাচারের
আভাস। সেই মেয়ের সঙ্কান্ত

পাচারচক্র সাক্ষৰ। দিনের পর
দিন অপহৃত হচ্ছে মেয়েরা।
কিন্তু তাদের ধারে কাছে
যাওয়া তো দূর, পাওয়া যাচ্ছে
না টিকিটিও! যে করেই হোক
পর্দাফাঁস করতেই হবে কে বা
কারা, কোথা থেকে এই
পাচারচক্র চালাচ্ছে।
সাংবাদিক মেঘনার প্রেমে
হাবড়ুবু খেয়ে ময়দানে নেমে
পড়েন দেব। নিজের কাঁধে
সমস্ত দায়িত্ব তুলে নেয় দেব।
অপহৃত হওয়া মেয়েটির
বাবাকে আশাসবাণী দেয়,
”যে করেই হোক আপনার
মেয়েকে খুঁজে বের করবই

আভন্নয় করেছেন শ্রীপণ্ডী
সেন, প্রাস্তিক বন্দ্যোপাধ্যায়
এবং চন্দন সেন। অপহৃতা
মেয়ের চরিত্রে অভিনয়
করেছেন শ্রীপণ্ডী। তবে, খুব
বেশিক্ষণের স্ক্রিন প্রেজেন্স না
থাকলেও বাবার ভূমিকায়
নজর কেড়েছে চন্দন সেনের
অভিনয়। তবে, ছবির শুরুটা
জমিয়ে হলেও দেব-রঞ্জিনীর
রোম্যান্স দেখাতে গিয়ে
কোথায় যেন মূল বিষয় থেকে
সরে গিয়ে তাল কেটে গেল।
সেই রোম্যান্সের স্বাদ পাওয়া
গেল দ্বিতীয়ার্ধে। তবে, ইদের
মরণে সপ্তাহান্তে দেখে
আসাই যায় ”কিডন্যাপ”।

A decorative horizontal border at the top of the page. It features stylized, black-outlined figures of people in various dynamic poses, some holding long sticks or banners. To the left of these figures are large, bold, traditional Korean characters. The entire border is rendered in a thick, black, artistic style.

সত্য প্রমাণিত হচ্ছে শটীনের ভবিষ্যতবাণী ফাইনালে একে বললেন বিজেতা

বিশ্বকাপ ২০১৯ এর জন্য বেশ কিছু তারা বেশ কয়েকটি ভবিষ্যতবাণী করেছিলেন, যেখানে বেশ কিছু খেলোয়াড় দের ভবিষ্যতবাণী ভুল হয়ে গিয়েছে আর কারো কারো সঠিক। ক্রিকেটের ভগবান শচীন তেজুলকর সেমিফাইনালের জন্য যে দলের ভবিষ্যতবাণী করেছিলেন সেই দলগুলিই সেমিফাইনালের জন্য কোয়ালিফাই করে ফেলেছে। এর ফলে যখন কথা ক্রিকেটের হয় তো শচীনের পরামর্শ আর তার দৃষ্টিকোণকে কোনভাবেই উপেক্ষা করা যেতে পারে না। শচীন তেজুলকর জানিয়েছিলেন এই দলগুলি যাবে সেমিফাইনালে বিশ্বকাপের শুরুতে আর বিশ্বকাপ চলাকালীণ বেশ কিছু তারকাকে জিজ্ঞেস করা হয়েছিল যে তাদের কোন দলগুলির সুযোগ মনে হয় সেমিফাইনাল খেলার জন্য। ভাবতের কাছে হারার পর নিউজিল্যাণ্ডকে হারিয়ে ইংল্যান্ড টুর্নামেন্টে প্রত্যাবর্তন করেছে তাতে শচীনের কথা সঠিক হতে দেখা যাচ্ছে। ইএসপিএন



নেতৃত্বে, এবার আশা রয়েছে বিরাট কোহলির নামও এতে শামিল হয়ে যাবে। সেমিফাইনালের জন্য ভারতীয় দলের কতদুর উন্নতি দরকার এখন প্রয়োন্ত তালিকা ঠিক এমন হচ্ছে প্রথমে স্থানে অস্ট্রেলিয়া দল রয়েছে, দ্বিতীয়স্থানে ভারত, তৃতীয় স্থানে ঘরের দল ইংল্যান্ড আর চতুর্থ স্থানে নিউজিল্যান্ড। আইসিসির নিয়ম অনুযায়ী প্রথম দলের

মুখোমুখি চতুর্থ দলের সঙ্গে হবে অর্থাত অস্ট্রেলিয়া আর নিউজিল্যান্ড। দ্বিতীয় আর তৃতীয় দল নিজেদের মধ্যে লড়বে অর্থাত আরো একবার মুখোমুখি হবে ইংল্যান্ড আর ভারত ভারতীয় দলকে ক্ষেপ রাখলের জায়গায় অন্য কোনো ওপেনিং ব্যাটসম্যানকে নির্বাচিত করতে হবে, আর মিডল অর্ডারে তাদের আরো উন্নতির দরকার।

Digitized by srujanika@gmail.com

ভারত চাইবে শেষ ম্যাচে যেন দক্ষিণ আফ্রিকা অস্ট্রেলিয়াকে হারিয়ে দেয়

শেষ পর্যন্ত পরিষ্কার হয়ে গেল বিশ্বকাপের সেমিৱাইনালেৰ চিত্ৰটি। অস্টেলিয়া তো আগেই পোছে গিয়েছিল; মঙ্গলবাৰ ভাৰত বাংলাদেশকে হারিয়ে চলে যায় শেষ চাৰে। বুধবাৰ নিউজিল্যান্ডকে একপেশে ম্যাচে হারিয়ে আয়োজক দেহ ইংল্যান্ডও ছাড় পত্ৰ জোগাড় কৰে ফেলে। চতুৰ্থ দল হিসেবে নিউজিল্যান্ডৰ সেমি-ফাইনালে যাওয়াও পাকা কাৰণ পাকিস্তান বাংলাদেশকে হারিয়ে পয়েন্টের তালিকায় নিউজিল্যান্ডকে ধৰে ফেলতে পাৰলৈও নেট রান রেটে তাদেৱ কিউইদেৱ টপকানোৰ সন্তাবনা প্রায় শুন্যই। এখন সবচেয়ে বড় আকৰ্ণণ ভাৰত ও অস্টেলিয়াৰ এক নম্বৰ হওয়াৰ প্ৰতিযোগিতাতবে তৃতীয় এবং চতুৰ্থ স্থানধিকাৰী ঠিক হয়ে গেলৈও অস্টেলিয়া এবং ভাৰত এখনও চেষ্টা কৰতে পাৰে তাদেৱ ব্যাক আৰও ভালো কৰাৰ। সেমি-ফাইনালে প্ৰথম



উইলিয়ামসনের দলের সঙ্গে
সেমি-ফাইনালে খেলতে ভারত
শ্রীলঙ্কাকে হারালে এবং
অস্ট্রেলিয়া হারলে বিরাটো এবং

নম্বরে শেষ করবেনবিশ্বকাপের
বাকি থাকা লিগ খেলাগুলি এখন
অঞ্চলীয় হয়ে দাঁড়ালেও ভারতীয়
ফ্যানদের নজর থাকবে শেষ দিন,
অর্থাৎ ৬ জুলাইয়ের দিকে। ওই
দিনই ভারত লিডস-এ শ্রীলঙ্কা
এবং আস্ট্রেলিয়া
তারা ছিটকে গিয়েছে অনেক
আগেই কিন্তু ভারত চাইবে যাতে
তারা শ্রীলঙ্কাকে হারানোর
পাশা পাশি অস্ট্রেলিয়াও যেন
দক্ষিণ আফ্রিকার কাছে হারে যাতে
পয়েন্ট টেবিলে তারা ১৫ পয়েন্ট
পেয়ে শীর্ষে চলে যেতে পারে।

এবং অস্ট্রেলিয়া ১৪ পয়েন্টেইটি
আটকে থেকে দ্বিতীয় স্থানে শেষ
করে। সেক্ষেত্রে আগামী ৯ জুলাই
ম্যানচেস্টারের ওল্ড ট্র্যাফোর্ডে
ভারত নিউজিল্যান্ডের এবং ১১
তারিখ বার্মিংহ্যামের এজবাস্টেনে
অস্ট্রেলিয়া ইংল্যান্ডের মুখোমুখি
হয়।
অবশ্য দক্ষিণ আফ্রিকার যা ফর্ম
এবারের বিশ্বকাপে, তাতে তুরীয় মেজাজে থাকা অস্ট্রেলিয়াকে
তারা কতটা বেগ দিতে পারবে
তা নিয়ে সন্দেশ
রয়েছে। প্রতিযোগিতার শেষ
চারটি দলের মধ্যে অস্ট্রেলিয়া
সাতবার, ভারত ও ইংল্যান্ড
তিনিবার এবং নিউজিল্যান্ড এব
বার ফাইনাল খেলেছে।

“আমাদের দেশের হয়ে খেলুন”, অস্বাতি
রাইডকে প্রস্তাব আইসল্যান্ড ক্রিকেট বোর্ডের



মোরগের ১৮৩-র টন্টনে সাকিবের দাদাগিরি

নিজস্ব প্রতিবেদন: একদিনের ত্রিক্ষেত্রে রেকর্ড রান তাড়া করে ক্যারিবিয়ানদের বিরুদ্ধে দুরস্ত জয় ছিলিয়ে আলন্ন সাকিবরা। প্রথমে বল হাতে মুস্তাফিজুর রহমান, সইফউদ্দিন, সাকিবদের দাপট থাকলেও তিনশোর গশ্শি পার করে ওয়েস্ট ইন্ডিজ। কিন্তু সাকিব আল হাসানের সেঞ্চুরি আর লিটন দাসের দুরস্ত হাফ সেঞ্চুরিতে টেন্টনে বাজিমাত করল টাইগাররা। ওয়েস্ট ইন্ডিজকে হারিয়ে বিশ্বকাপে জয়ে ফিরল বাংলাদেশ। দক্ষিণ আফ্রিকাকে হারানোর পর ক্যারিবিয়ানদের হারিয়ে বিলেতে বিশ্বকাপে চমক দখোচ্ছেন এগারো বাঙালি সোমবার টেন্টনে টস জিতে প্রথমে ফিল্ডিংয়ের সিদ্ধান্ত মেনে বাংলাদেশ অধিনায়ক মাশরফি মোর্তাজা। কিন্তু বিশ্ববৃঙ্গি ত্রিস গেইলকে শূন্য রানে সাজাঘরে ফিরিয়ে আসল কাজটা শুরু করেন সইফউদ্দিন। এরপর অবশ্য সাই হোপের সঙ্গে জুটি বাঁধেন এভিন লুইস। দ্বিতীয় উইকেটে ১১৬ রানের পার্টনারশিপ ওয়েস্ট ইন্ডিজের ভিতকে শক্ত করে। ৭০ রান করেন লুইস। ৯৬ রান করে আউট হন হোপ। লিকোলাস প্রারন ২৫ এবং শিমরন হেটমায়ার ২৬ বলে ৫০ রানের দুরস্ত ইনিংস খেলেন। বাসেন শূন্য রানে সাজাঘরে ফেরেন। ১৫ বলে ৩৩ রানের ঘোড়ে ইনিংস খেলেন অদিনায়ক জেসন হোল্ডার। শেষ পর্যন্ত ৮ উইকেট হারিয়ে ৩২১ রান তোলে ওয়েস্ট ইন্ডিজ। বাংলাদেশের হয়ে ৩টি করে উইকেট নেন মুস্তাফিজুর রহমান ও সইফউদ্দিন। ২টি উইকেট নেন সাকিব আল হাসান। ৩২২ রানের টাগেট নিয়ে ব্যাট করতে নেমে শুরু ভালোই করেছিলেন তামিম ইকবাল ও সৌম্য সরকার। সৌম্য ২৯ রানে আর তামিম ৪৮ রানে ফিরে যান। কিন্তু বাংলাদেশকে একাই টানতে থাকেন সাকিব আল হাসান। মুশফিকুর রহিম দ্রুত ফিরে গেলেও সাকিব সঙ্গী হিসেবে পেয়ে যান লিটন দাসকে। চতুর্থ উইকেটে সাকিব-লিটন জুটিই বাংলাদেশের জয় নিশ্চিত করে দেয়। ৫১ বল বাকি থাকতেই মাত্র ৩ উইকেট হারিয়ে বাংলাদেশ জয়ের লক্ষ্যে পৌঁছে যায়। ১২৪ রানে অপরাজিত থাকেন সাকিব অন্যদিকে লিটন ৯৮ রানে নট আউট থাকেন।

শেষ পর্যন্ত মুখরক্ষা, বিশ্বকাপের সেমিফাইনালে ইংল্যান্ড



© 2013 Pearson Education, Inc.

**বিশ্বকাপ থেকে কার্যত বিদায় পাকিস্তানের
কোথায় ভুল হয়েছিল, ধরিয়ে দিলেন শোয়ের**

বিবি : একটি বা দুটি নয়।
ক্ষমতারে চারটি সেপ্টুরি। তাও
বাইরের একটাই টুর্নামেন্ট। যদিও
এই শুধু টুর্নামেন্ট বললে অনেক
বলা হবে। এ যে বাইশ গজে
ট-বলের বিশ্বযুধ। আর এই
কাপের মহারণেই চারটি ঝোড়ো
গুরি হাঁকিয়েছেন রোহিত শর্মা।
সহ অধিনায়কের প্রশংসায়
ক্ষমতারে পঞ্চমুখ ভারত
নায়কবিরাট কোহলি। তিনি
“টম্যান”-কে বিশের সেরা
দিনের ব্যাটসম্যান বলেছেন।
এবার নিজের সতীর্থিকে অন্য
র খেলোয়াড় বলেছেন কে এল
লামেসি প্রসঙ্গে এতদিন এই

নিউজিল্যান্ডকে ১১৯ রানে
হারিয়ে ১২ পয়েন্টে পৌঁছে
সেমিফাইনালের তৃতীয় স্থান পাকা
করে ফেলেছে ইংল্যান্ড। বুধবার
কিউয়িদের বিরুদ্ধে থ্রি-লায়াপের
এই জয়ের ফলেই পাকিস্তানের
বিশ্বকাপের সেমিফাইনাল ভাগ্য
এখন সরঃ সুতোয়
ঝুলছে সরফরাজদের সামনে
মিশন ইম্পিসিবল! শুক্রবার লিগের
শেষ ম্যাচে বাংলাদেশকে শুধু
হারালেই চলবে না, অস্তত ৩১২
রানে ম্যাচ জিততে হবে। খাতায়
কমলে এই অস্ত মাঠে করে
দেখানো সরফরাজদের কাছে
গুণ মিশন ইম্পিসিবল। কালী বলা

গিয়েছিল পাকিস্তান এখনও কোন
অঙ্গে বিশ্বকাপের সেমিফাইনালে
পাকিস্তানখাতায় কলমে এখনও
পাকিস্তানের সেমিতে যাওয়ার অঙ্গ
রয়েছে সম্ভাবনা। ১) বাংলাদেশের
বিরুদ্ধে ৪৫০ রান তুলে শাকিবদের
১২৯ রানে অলআউট করে
পাকিস্তানকে ম্যাচ জিততে হবে
৩২১ রানে (সম্ভাবনা ২)
বাংলাদেশের বিরুদ্ধে ৪০০ রান
তুলে শাকিবদের ৮৪ রানে
অলআউট করে পাকিস্তানকে
ম্যাচ জিততে হবে ৩১৬
রানে (সম্ভাবনা ৩) ক্ষেত্রবোর্ডে
৩৫০ রান তুলে বাংলাদেশকে ৩৮
রানে অল-আউট করে

সরফরাজদের ম্যাচ জিততে হবে
৩১২ রানে বিশ্বকাপের পাব
দলের সেমি সম্ভাবনা নিয়ে বিদ্রূপ
ইউসুফের উপরের এই কঠিন অঙ্গ
দেখে পাকিস্তানের সেমিতে
যাওয়া নিয়ে ঠাট্টা করেছেন
প্রাক্তন পাক ব্যাটসম্যান মহম্মদ
ইউসুফ। স্থানীয় এক চ্যানেলে
তিনি বলেন, “বাংলাদেশি
ভিংকেটারদের সেক্ষেত্রে
পাকিস্তানের বিরুদ্ধে সবচেয়ে
খারাপ খেলাটা খেলতে হবে
বাংলাদেশি ব্যাটিং লাইন আপেরে
উপর দিয়ে পাক বোলারদের বাড়ি
বয়ে গেলে তবেই জিততে পাবে
পাকিস্তান।”

টা প্রয়োজ্য ছিল। ফুটবল বিশ্বে
জনিতার এই তারকাকে ”অন্য
র খেলোয়াড়” বলা হয়। আর
র রোহিতকে সেই একই শব্দে
ৎসা করলেন রাহুল। তিনি
টেক্টের ডেপুটি প্রসঙ্গে বলেন,
হিতের মতো ব্যাট করার কথা
টাটাও বোকামি। ওর জাটটাই
দাদা। ও যখন ছন্দে থাকে, তখন
য হয়, ও অন্য থাই থেকে
সচে! ” এভাবেই
”টম্যান”গুএর প্রশংসা করেন
যি এর পাশাপাশি নিজের ব্যাটিং
পর্কেও মস্তব্য করেন রাহুল।
বলেন, ”খুব একটা খারাপ
নাই না। তবে নিজের ব্যাটিং
য়ে আমি পুরোপুরি সন্তুষ্ট নই।
ও ভাল করতে হবে। ৬০-৭০
পর্যন্ত যখন থাকতে পারছি,
ন আরও বেশিক্ষণ পর্যন্ত ক্রিজে
ক থাকতে চাই।” প্রসঙ্গত, চোট
য়ে শিখৰ ধাওয়ান ছিটকে
য়ার পরে চার নম্বর থেকে
ম রোহিতের সঙ্গে ওপেন

এবন মান হ গান্ধী! তাই ব্যা
য়েতে পারে কার্য্য বিশ্বকাপ থেকে
ছিটকে গিয়েছে পাকিস্তান।
সেমিফাইনালে এত কাছে এসেও
লক্ষ্মপুরণ করতে না পারার জন্য
পাক দলের উপর ক্ষোভ উগড়ে
দিয়েছেন প্রাক্তন ক্রিকেটার
শোয়ের আখতার। কী কারণে
সেমিফাইনাল হাতছাড়। কী
বললেন রাওয়ালপিণ্ডি
এক্সপ্রেস পাকিস্তানের রাওয়াল
পিণ্ডি এক্সপ্রেস শোয়ের আখতার
তাঁর ইউটিউর চ্যানেলে বলেন,
”ওয়েস্ট ইন্ডিজ ম্যাচে ৭ উইকেটে
হারাই শেষ পর্যন্ত কাল হল। সেই
সঙ্গে শ্রীলঙ্কার বিরুদ্ধে ম্যাচ ভেস্টে
যাওয়ায় পয়েন্ট ভাগাভাগির কারণে
এক পয়েন্টের ঘাটতি হয়েছে।
এছাড়া অস্ট্রেলিয়ার বিরুদ্ধে লড়াই
করেও তিরে এসে তরী ডুবেছে।
এই তিন হারাই বিশ্বকাপে পাক
দলের সামনে অক্ষ কঠিন করে
দিয়েছে।” প্রসঙ্গত প্রথমে ব্যাট
করে ওয়েস্ট ইন্ডিজের সামনে
পিক হ্যায়? (ছবিটা সুন্দর
দিয়েছেন পিচাই। মহেন্দ্র সিং
ধোনির প্রসঙ্গ এনে বলেছেন,
‘মাহি ভাই যেমন বলে। বছত
বড়োয়া। (খুব ভাল)। তোমার
সঙ্গে খেলা দেখার সুযোগ
পেয়ে ভাল লাগল। অনেক
স্মৃতি মনে পড়ল। আবার দেখ
হবে।’
সতীর্থদের উদ্দীপ্ত করার জন্য
ধোনি উইকেটের পিছন থেকে
বরাবরাই বলে থাকেন ‘বছত
বড়োয়া।’ আর সুন্দর পিচাই
আবার ধোনির বড় ভক্ত।
ধোনির এই কথা প্রায়শই
স্টাম্প মাইক্রোফোনে ধরা
পড়ে যায়। তা নজর এড়ায়নি

ଶ୍ୟବ୍ଦକେ ଚାର ନୟରେଇ
ତେ ଦେଖା ଯାଛେ । ୧୧.୪ ଓଡ଼ିଆରେ ୧୦୫ ରାନେ ଗ୍ରା

দখতে চান মাইকেল ক্লার্ক
জুকাল ওয়েবডেক্স: চার
র ঋষভ পছকেই দেখতে
মাইকেল ক্লার্ক। বড় শট
আর ক্ষমতা রয়েছে পছের।
নাদেশ ম্যাচে তা দেখাও
ছ। ইংল্যান্ড ম্যাচেও পছ
প খেলেননি। শনিবাৰ
কিন্তু বিজয় শঙ্কুৱ থাকায় সুযোগ
পাচ্ছিলেন না। তবে বিজয়
শঙ্কুৱ ছিটকে গেছেন বিশ্বকাপ
থেকে। এবাব চার নম্বৰে
খেলানো হচ্ছে পছকে। তিনি
কিন্তু দুটো ম্যাচেই খারাপ
খেলেননি। দীনেশ কার্তিকের

resourceful, bonafide Indian citizen as individual, society or corporate body having good experience with financial capability for the supply of one Commercial vehicle “(Maruti Omni) on hire basis for a period of 1(one) year for use by the Dy.Director of Agriculture, Unakoti District, Kailashahar. The date of registration of the vehicle should be after **1st January-2015** and should have Commercial registration. The last date for submission /receipt of tender is **29th July-2019 up to 3.30 PM** which will be opened by the office in presence of Tenderer's or their authorized representatives on the same day at **4.30 PM** in the Chamber of the undersigned if possible. Tenders received after the above scheduled date and time will not be considered.

Maximum Ceiling Limit of rate (Rate should be inclusive all taxes)	MARUTI-OMNI
1. Detention Charges	Rs. 600/-per day
2. Rate per kilometer Charges	Rs 6.00 Per km of Run of the vehicle (Petrol)
3. Monthly expenditures ceiling (In Rs.)	Rs. 23,400/- (Twenty three thousand four hundred) only

4. For duties beyond 8(eight) hours overtime @rs.10/- per hour may be allowed subject to maximum of Rs. 40/- per day.

The details of tender and all terms and condition are available in the Notice Board to the Office of the Dy.Director of Agriculture, Unakoti District, Ka ilashahar.

ICA/C/592/19 **Dy.Director of Agriculture**
Unakoti District Kailashahar.

