



ହାତକା

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

ଗୌରବେର ୬୫ ତମ ବଛର

নিশ্চিতভাবে
প্রতীক
পুঁঁড়া মশলা
অস্থানেই সহজে

অনলাইন সংস্করণ : www.jagarandaily.com

JAGARAN ■ 13 August 2019 ■ আগরতলা, ১৩ আগস্ট, ২০১৯ ইং ■ ২৭ শ্রাবণ ১৪২৬ বঙ্গাব্দ, মঙ্গলবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ Founder : J.C.Paul ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাত

শান্তিপূর্ণ সমাজই সমৃদ্ধিশালী অর্থনৈতিক ব্যবস্থা দিতে পারে : মুখ্যমন্ত্রী

আগরতলার নিষ্পত্তায় বিট কনষ্টেবল

পেট্রোলিংয়ের জন্য ১৪টি স্কটি ও ২৪৭টি বাইক দেওয়া হল থানাশুলিকে

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১২ আগস্ট।। রাজধানী আগরতলার নিরাপত্তা ব্যবস্থাকে আরও মজবুত করতে পুলিশে ঢালু করা হল বিট কনেস্টেবল ব্যবস্থা। যেকোন রাজ্যের শাস্তিগুর্ণ সমাজ ব্যবস্থাই রাজ্যকে সুস্থ ও সমন্বিতালী অর্থনৈতিক ব্যবস্থা দিতে পারে। এরজন রাজ্যের আইন শৃঙ্খলার উন্নয়ন খবই জরুরী। রাজ্যের বর্তমান সরকার সেই দিশাতেই কাজ করছে। আজ স্বামী বিবেকানন্দ ময়দানে ত্রিপুরা পুলিশে শীট পেট্রোলিং-এর জন্য ২৬১টি মেট্র সাইকেলের ফ্লাগিং অফের মাধ্যমে যাত্রার সূচনা করে মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেব একথাণ্ডলি বলেন। মুখ্যমন্ত্রী বলেন, রাজ্যে নতুন সরকার দায়িত্ব নেওয়ার পর নতুন বিভিন্ন পদক্ষেপ নেওয়া হয়েছে। এরমধ্যে ত্রিপুরা পুলিশকে স্মার্ট পুলিশ বানানো অন্যতম।

ରାଜେର ପୁଲିଶ ଯାତେ ସମୟେର ମଧ୍ୟେ ତାଦେର ଦାୟିତ୍ୱାତ୍ମ ସମ୍ପଦ କରତେ ପାରେ ତାରଜନ୍ୟ ଆଧୁନିକୀକରଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ ପ୍ରୋଜନ । ରାଜ୍ୟ ସରକାର ରାଜ୍ୟେର ପ୍ରତିଟି ପ୍ରାନ୍ତର ଆଇନ ଶୃଙ୍ଖଳାର ଉନ୍ନୟନେ ବିଟ କନ୍ଟେବଲ ବ୍ୟବସ୍ଥାକେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରାର ଉପର ଗୁରୁତ୍ୱ ଆରୋପ କରେଛ । ଏରଜନ୍ୟ ପ୍ରୋଜନୀୟ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଗ୍ରହଣେତ୍ର ଉଦ୍ଦୋଗ ନେଓୟା ହେଁଥେ । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ବଲେନ, ରାଜେ ବିଟ କନ୍ଟେବଲ ବ୍ୟବସ୍ଥା ନୁତନ କୋନ ବିଷୟ ନୟ । ଆଗେତ ଏହି ବ୍ୟବସ୍ଥା ଛିଲ । କିନ୍ତୁ ଦେଖା ଗେଛେ ବିଗତ ସରକାରେ ଦୀର୍ଘ ଶାସନକାଳେ ବିଟ କନ୍ଟେବଲ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପ୍ରାୟ ନିଶ୍ଚିହ୍ନ ହେଁ ଗିରେଛିଲ । ଫଳେ ପୁଲିଶୀ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଦୂର୍ଲଭତାର କାରଣେ ରାଜେ ଫେସିଡିଲ ଓ ଗାଁଜା ସହ ବିଭିନ୍ନ ନେଶାର ସାମାଜିକ ଗଡ଼େ ଉଠେଛିଲ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସରକାର ଦାୟିତ୍ୱ ନେଓୟାର ପର ପୁଲିଶ ଯାତେ ସମାଜେର ଆଇନ ଶୃଙ୍ଖଳା ରକ୍ଷାର କ୍ଷେତ୍ରେ ସଠିକଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପଦାନ କରତେ ପାରେ ସେ ବିଷୟେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଯେଛେ । ସେଇ ଲକ୍ଷ୍ୟେ ରାଜ୍ୟ ପୁଲିଶକେ ଆଧୁନିକୀକରଣ କରାର ମାଧ୍ୟମେ

তিনি বলেন, রাজ্য সরকার রাজ্যের পর্যটন শিল্পকে উন্নয়ন করার পরিকল্পনা নিয়ে কাজ করছে। এরজন্য রাজ্যের আইন শৃঙ্খলা বজায় থাকা আবশ্যক। তবেই রাজ্য পর্যটকের সংখ্যা আরোও বৃদ্ধি পাবে। রাজ্য পুলিশের বিভিন্ন পরিকাঠামো উন্নয়নেও রাজ্য সরকার বিশেষ গুরুত্ব দিয়েছে। রাজ্য বীট

কনটেক্টেবলের মাধ্যমে বিভিন্ন অপরাধমূলক কার্যকলাপ হ্রাস পাবে বলে মুখ্যমন্ত্রী আশা ব্যক্ত করেন।

এ উপলক্ষ্যে আয়োজিত অনুষ্ঠানে বক্তব্য পেশ করতে গিয়ে মুখ্যমন্ত্রী বলেন, বর্তমানে চতুর্দশ অর্থ কমিশন চলছে। পঞ্চদশ অর্থকমিশনের অর্থ এলে ত্রিপুরা পুলিশের পরিকাঠামোগত উন্নয়নের জন্য সেগুলো ব্যয় করা হবে। বর্তমানে অনেক জায়গায় পুলিশের অফিস-সহ আবাসন পুরাতন হয়ে গিয়েছে, এই বিষয়ে তিনি অবগত। তাঁরা দিনরাত কাজ করছেন। তাঁদের জন্য এই সরকার ভাবছে ও কাজ করছে। সেই সঙ্গে তিনি বলেন, পুলিশকে কাজ করার জন্য সম্পূর্ণ দায়িত্ব দেওয়া হয়েছে, কারণ সমাজে কী হচ্ছে না হচ্ছে পুলিশকে তার বিস্তারিত জানা দরকার। একটি স্থিতিশীল ও শাস্তিপ্রিয় সমাজ ব্যবস্থা গড়ে তুলতে পারলে রাজ্য অর্থনৈতিক অবস্থার উন্নতি এমনিতেই হয়ে যায়। কারণ আইন ব্যবস্থা ভালো থাকলে দেশ-বিদেশের মানুষ আসেন পর্যটনের জন্য আর মানুষ এলেই অর্থনৈতিক ভালো হয়। উদাহরণ হিসেবে তিনি দুবাইয়ের প্রসঙ্গ টেক্সে কথাবাক্স।

ত্বরণে আনেন।
তাঁর মতে, দুবাইয়ে শুধু বালি আর বালি। এর পরও মানুষ সেখানে ঘুরতে যান। কারণ সেখানে নিরাপত্তা ব্যবস্থা অনেক কঠোর। তাই সেখানে মানুষ অপরাধ করতে ভয় পায়। ত্রিপুরায় তো প্রাকৃতিক সৌন্দর্যে ভর্পুর। তিনি আরও বলেন, রাজে বিট পুলিশ

৬ এর পাতায় দেখেন
বাসন্দী শেশায় টমটম চালক বিবেকানন্দ মালাকার।
তাঁর আভ্যন্তরীন পর রাজধানীতে পথ অবরোধে বসেছিল টমটম চালকরা। তারপরই মুখ্যমন্ত্রী প্রতিশ্রূতি দিয়েছিল বিবেকানন্দ মালাকারের পরিবারকে আর্থিক সাহায্য করার। সেই প্রতিশ্রূতি অন্যয়ি সোমবার আমাবাসা টিআরটিসি পাড়া বিবেকানন্দ মালাকারের

କନ୍ଦମତଲାୟ ଦୁଇ ଲକ୍ଷାଧିକ ଟାକା ମୂଲ୍ୟେର ଡ୍ରାଗ୍ସ-ସହ ଗ୍ରେପ୍ତାର ଯୁବକ

ରାଜ୍ୟ ଓ
ପାଲିତ
ଖୁଶିର ଟୀଦ

କୁଧାର ପେଟ ବଚନେ ଭରେ ନା, ରାଜ୍ୟ ସରକାରକେ କଟାକ୍ଷ ମାନିକ ସରକାରେ

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১২ আগস্ট।। উপজাতি যুব সমাজকে অর্জিত অধিকার অক্ষুণ্ণ রাখতে আদোলনে সামিল হওয়ার পরামর্শ দিলেন বিরোধী দলনেতা মানিক সরকার। সোমবার আগরতলা টাউন হলে উপজাতি যুব ফেডারেশনের বিশেষ কেন্দ্রীয় কনভেনশনে উদ্বোধন করে তিনি এই আহ্বান জানান। ক্ষুধার পেট বচনে ভরে না-বললেন রাজ্যের প্রাক্তন মুখ্যমন্ত্রী তথা বিরোধী দলনেতা মানিক সরকার। সোমবার উপজাতি যুব ফেডারেশনের বিশেষ কেন্দ্রীয় কনভেনশনে বক্ষ্য রাখতে গিয়ে তিনি বলেন এই রাজ্যে আবেগে ক্ষমতায় এসেছে বিজেপি। সে আবেগ বেশিদিন টিকে থাকতে পারেন। পেটে যখন ক্ষুধা লাগে তখন খাবার না পেলে আবেগ শেষ হয়ে যায়।

বর্তমান সরকার রাজ্যের জনগনের অর্থ, বস্ত্র, বাসস্থান, শিক্ষা-স্বাস্থ্য অন্যান্য মৌলিক অধিকারগুলি সুরক্ষিত করতে পারছেন। বিজেপির নেতৃত্বাধীন সরকারের ১৬ মাস অতিরিক্ত হতে না হতেই রাজ্যের জনগন এসব বিষয় স্বীকার করতে শুরু করেছেন। তারা ৩ ৬ এর পাতায় দেখুন

জানা গেছে, গোপন সুত্রের খবরের ভিত্তিতে সোমবার ভোররাতে কদমতলার চার নম্বর ওয়ার্ডে শাহিনদের বাড়িতে তালাশি চালান আসাম রাইফেলস-এর ২৯ নম্বর ব্যাটালিয়নের কয়েকজন সশস্ত্র জওয়ান। তালাশি চালিয়ে শাহিনের ঘরের বাইরে একটি জঙ্গলে লকিয়ে বাঁধা একটি বাগা

জানা গেছে, সে সময় শাহিনের বাড়িতে আরও জনা-পাঁচেক ড্রাগস কারবারি ছিল। তারা পালিয়ে যেতে সক্ষম হয়েছে।

অভিযানের নেতৃত্ব দিয়েছিলেন আসাম রাইফেলস-এর ২৯ নম্বর ব্যাটালিয়নের বাধবাসা ক্যাম্পের আসিস্ট্যান্ট কমান্ডেন্ট স্থরাজ

ঘটনা সম্পর্কে কদমতলা থানায় কেডিএল / পিএস ৪৭/১৯ নম্বরে এনডিপিএস ৮/২২বি ধারায় মামলা রঞ্জু করে ধূত শাহিন আহমেদকে থেক্ফতার করা হয়েছে। আজ ধূতকে ধর্মনগর আদালতে তোলা হয়েছিল। আদালতের নির্দেশে তাকে জেল হাজেতে পাঠানো হয়েছে।

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১২ আগস্ট।। ঘনঘন বিদ্যুৎ চপলতায় ক্ষেত্রে ফুঁসছেন ভোক্তার। প্রচণ্ড গরমে বিদ্যুৎ না থাকায় ক্ষুদ্র জনতা আক্রমণমূখ্য হয়ে উঠছেন। রবিবার রাতে রাজধানী আগরতলা শহর সহ বিভিন্ন স্থানে বিদ্যুৎ নিগমের অফিসে হামলা ভাগ্চুরের ঘটনা সংগঠিত হয়েছে। পুলিশের হস্তক্ষেপে পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণে আনা সম্ভব হলেও সমস্যা সমাধানের পথ খুঁজে মিলছে না। এজন্য বিদ্যুৎ নিগমকেই দায়ী করে চলেছে ভোক্তা সাধারণ। রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী নিজেও বিদ্যুৎ নিগমের কর্মীদের বিরুদ্ধে কর্তব্যে গাফিলতির আঙুল তলেছেন। রাজ্যে বিদ্যুৎ

ভিত্তিতে সময়োপযোগী পদক্ষেপ গ্রহণ না করলে পরিস্থিতির আরো অবনতি ঘটনার আশঙ্কা রয়েছে।

বিদ্যুৎ বিভাগে নাজেহাল জনজীবন। রাজ্যে বর্তমানে অন্যতম প্রধান সমস্যা ঘনঘন লোড শেডিং। এমনিতেই প্রচণ্ড দবাদাহে উন্তপ্ত আবাহাওয়ার অতিষ্ঠ সাধারণ মানুষ। তার মধ্যে দিমে ঘনঘন লোড সেডিং-এ সাধারণ মানুষের পক্ষে নিয়ন্ত্রণের কাজকর্ম করা প্রায় যন্ত্রনাদায়ক হয়ে পড়ে। দীর্ঘদিন যাবৎ রাজ্যের একক বিদ্যুৎ পরিযোগে নিয়ে সরবর ভোক্ত সাধারণ। কখনো দেয়ারোপ করা হচ্ছে বিদ্যুৎ নিগমের কর্মচারীদের, আবার কখনো বলা হচ্ছে বিদ্যুৎ দপ্তরের প্ররোচনা এবং অনন্ত পরিকাঠামোই

কখনো জনরোয়ে পরিনত হচ্ছে। বিদ্যুৎ কর্মীদের উপর হামলা জ্ঞজুতির ঘটনাও সংঘটিত হচ্ছে।

নিজেদের ধৈর্যের সীমা না ধরে রাখতে পেরে সাধারণ মানুষ তাদের জেদ মেটাচ্ছেন বিদ্যুৎ দপ্তরের কর্মীদের উপর। এমনই এক ঘটনা ঘটে বিশালগড় জাঙ্গালিয়াস্থিত বিদ্যুৎ নিগমের দপ্তরে। দপ্তরের কট্টোল রুমে কর্মরত একজন কর্মী জানান, রবিবার রাত্রে কিছু যুবক তাকে মারাখের করে। ঘটনার বিবরণে যানায়ায়, কয়েকদিন পূর্বে বিশালগড় থানাধীন নোয়াপাড়া লোকায় একটি দোকানে আগুন লাগে। সেইসূত্রে দমকল দপ্তরের অনুরোধে বিদ্যুৎ সংযোগ কেটে দেওয়া হয়। পরবর্তীসময় এলাকাবাসী এবং বিদ্যুৎ

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১২ আগস্ট।। ঘনঘন বিদ্যুৎ চপলতায় ক্ষেত্রে ফুঁসছেন ভোক্তার। প্রচণ্ড গরমে বিদ্যুৎ না থাকায় ক্ষুদ্র জনতা আক্রমণমূখ্য হয়ে উঠছেন। রবিবার রাতে রাজধানী আগরতলা শহর সহ বিভিন্ন স্থানে বিদ্যুৎ নিগমের অফিসে হামলা ভাগ্চুরের ঘটনা সংগঠিত হয়েছে। পুলিশের হস্তক্ষেপে পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণে আনা সম্ভব হলেও সমস্যা সমাধানের পথ খুঁজে মিলছে না। এজন্য বিদ্যুৎ নিগমকেই দায়ী করে চলেছে ভোক্তা সাধারণ। রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী নিজেও বিদ্যুৎ নিগমের কর্মীদের বিরুদ্ধে কর্তব্যে গাফিলতির আঙুল তলেছেন। রাজ্যে বিদ্যুৎ

ভিত্তিতে সময়োপযোগী পদক্ষেপ গ্রহণ না করলে পরিস্থিতির আরো অবনতি ঘটনার আশঙ্কা রয়েছে।

বিদ্যুৎ বিভাগে নাজেহাল জনজীবন। রাজ্যে বর্তমানে অন্যতম প্রধান সমস্যা ঘনঘন লোড শেডিং। এমনিতেই প্রচণ্ড দবাদাহে উন্তপ্ত আবাহাওয়ার অতিষ্ঠ সাধারণ মানুষ। তার মধ্যে দিমে ঘনঘন লোড সেডিং-এ সাধারণ মানুষের পক্ষে নিয়ন্ত্রণের কাজকর্ম করা প্রায় যন্ত্রনাদায়ক হয়ে পড়ে। দীর্ঘদিন যাবৎ রাজ্যের একক বিদ্যুৎ পরিযোগে নিয়ে সরবর ভোক্ত সাধারণ। কখনো দেয়ারোপ করা হচ্ছে বিদ্যুৎ নিগমের কর্মচারীদের, আবার কখনো বলা হচ্ছে বিদ্যুৎ দপ্তরের প্ররোচনা এবং অনন্ত পরিকাঠামোই

কখনো জনরোয়ে পরিনত হচ্ছে। বিদ্যুৎ কর্মীদের উপর হামলা জ্ঞজুতির ঘটনাও সংঘটিত হচ্ছে।

নিজেদের ধৈর্যের সীমা না ধরে রাখতে পেরে সাধারণ মানুষ তাদের জেদ মেটাচ্ছেন বিদ্যুৎ দপ্তরের কর্মীদের উপর। এমনই এক ঘটনা ঘটে বিশালগড় জাঙ্গালিয়াস্থিত বিদ্যুৎ নিগমের দপ্তরে। দপ্তরের কট্টোল রুমে কর্মরত একজন কর্মী জানান, রবিবার রাত্রে কিছু যুবক তাকে মারাখের করে। ঘটনার বিবরণে যানায়ায়, কয়েকদিন পূর্বে বিশালগড় থানাধীন নোয়াপাড়া লোকায় একটি দোকানে আগুন লাগে। সেইসূত্রে দমকল দপ্তরের অনুরোধে বিদ্যুৎ সংযোগ কেটে দেওয়া হয়। পরবর্তীসময় এলাকাবাসী এবং বিদ্যুৎ

ঝোঁকান্দাম আতঙ্কেন, সত রাতে ছানার এম্ব পানবতা এলাকার একদল যুবক তাদের পাড়ায় ঢুকে শাসিয়ে গেছে। অনুপা খাতুন এবং এআর রসুল মিএও জানান, ওই সব যুবক এসে নাকি শাঁসিয়ে গেছে, সোমবারের দুদ পালন করবেন। কিন্তু পশু, বিশেষ করে গরুকে যেন তাঁরা কুরবানি না দেন। যদি তাদের কথার অমান্য করে গরু জবাই করা হয়, তা-হলে বহিরাগত লোক দিয়ে হামলা চালানো হবে।

তখন নাকি তাঁরা বলেন, দীর্ঘ বছর ধরে পূর্বগুরুষরা এই দুদের দিন কুরবানি দিয়ে আসছেন। হ্রস্য করে কেন তাঁরা তাঁদের ধৰ্মীয়

A wide-angle photograph showing a group of young women in uniform marching in a procession. They are wearing light-colored shirts with dark collars and dark trousers. Each participant has a blue sash with a white emblem around their waist. The background features a large, multi-story building with arched windows and several colorful flags (orange, pink, blue, red, green) flying from poles. To the right, there's a structure with yellow and red decorative bunting. The scene suggests a formal event or celebration.

রীতি পালন করতে পারবেন না ? এতে আগস্তকরা আরও কড়া সুরে বলে, তারা যে কথা বলেছে তা যেন পালন করা হয়। অন্যথায় তাদের বিরলদের কড়া পদক্ষেপ নেওয়া হবে। তখন তারা বলেন, যদি তাদের এই নির্দেশ থাকে তবে আগে বলা উচিত ছিল। এ-কথা আগে জানলে তারা টাকা খরচ করে গরং কিনতেন না। চা শুনে যুবকদের পরামর্শ, গরঞ্জলি বিক্রি করে নিলেই সমস্যার সমাধান হয়ে যাবে।

A row of approximately ten red and blue police scooters, likely Honda Activa models, parked on a grassy field. The scooters have "POLICE" written on the front fenders and "SEBI" on the windshields. Several police officers in uniform are standing behind the scooters.

এমন-কি নামাজও পড়েননি বলেও জানান তাঁরা।
এলাকাবাসী কী ওই সব যুবকদের চিনতে পেরেছেন? এর
উভয়ে তাঁরা জানান, কয়েকজনকে শনাক্ত করা গেছে। তাছাড়া
তাদের মধ্যে কয়েকজন যুবকদের বহিরাগত বলে মনে হয়েছে।

A close-up photograph showing the lower half of a lawn mower as it cuts through a grassy hillside. The perspective is from a low angle, focusing on the cutting deck and the rear wheels. The grass is a mix of green and brown, indicating uneven cutting or dry conditions.

ପ୍ରେକ୍ଷଣମ୍ ହୃଦୟକରନ୍ତମ୍ ଚନ୍ଦ୍ର

ନୀଳାକୁରିଙ୍ଗି ଫୁଲେର ବିଶିଷ୍ଟ

আমাদের পৃথিবীতে এমন অনেক আশ্চর্য জিনিস আছে যা আমরা অনেকেই জানি না। এরই মধ্যে বিশ্বে বিরলতম একটি ফুলের নাম নীলকুরিঞ্জি। দুর্লভ এই ফুল ১২ বছরে একবার ফোটে। ভারতের দক্ষিণ-পশ্চিমাঞ্চলীয় কেরালা রাজ্যের মুগার শহর থেকে দূরে নির্জন পাহাড়ি এলাকায় এই ফুলের দেখা মেলে। পর্ত মাল্টি কে নীলকুরিঞ্জিফুলের রাজ্য বলা যায়। গোটা পর্বতের সারি ঢাকা পড়ে যায় এক আশ্চর্য নীল গালিচায়। এই ফুল প্রকৃতির এক বিস্ময়। সারা বছর তো নয়ই,

এমনকি প্রতি বছরে কোনও বিশেষ সময়েও এই ফুল ফোটে না। এখানকার আদিবাসীদের কাছে এই ফুল শুভ বার্তার প্রতীক। এর বিজ্ঞানসম্মত নামটিও বেশ চমকপ্রদ, স্ট্রিবিল্যাস্টেস কুনথিয়ানা কেউ হঠাত করে ফুলটিকে দেখলে এর তেমন কোনো বৈশিষ্ট্যই ঢোকে পড়বে না। ফুলটি দেখতে অনেকটা ঘন্টার মতো। সাধারণত ফুলগুলো থোকায় থোকায় দলবদ্ধভাবে ফোটে। তাই আলাদাভাবে এই ফুল লোকজনকে খুব একটা আকর্ষণ করার কথা নয়। প্রায় আগাছার মতোই মতো ব নতুন ক খেয়াতে বেড়ে ফেঁটার চেহারাট থেকে প্রতিনিয় ফুলের এই ফুলগুলো থোকায় থোকায় সবশেষে করে এই সময় প্র ফুল ফে

ফুলের গাঢ়গুলো নিজের
করে বাঁচে-মরে; আবার
রে পাতা জন্মায়, প্রকৃতির
নিজের মতো করেই
উঠে। কিন্তু যখন ফুল
সময় আসে, তখনই বনের
পাই পাল্টাতে থাকে। কুঁড়ি
ফুল ফোটা পর্যন্ত
ত রং বদলাতে থাকে এই
কুঁড়ি থেকে ধীরে ধীরে
যখন ফুটতে থাকে, তখন
কে নীলচে-বেগুনি ও
ফিকে বেগুনি রং ধারণ
হুলু। ফুল ফোটার প্রকৃত
জন্মায় প্রজাতির ক্ষেত্রে এই
টাটে প্রতি ১২ বছরে মাত্র
একবার। কিন্তু কয়েকটি প্রক
ক্ষেত্রে এর ভিন্নতাও দেখা
কয়েকটি প্রজাতির বেলা
ফুল ফুটতে ১৬ বছরও সময়
যায়। ১২ বছর পর পর এই
ফুটলেও ওই বছরের যেদে
সময়ই কিন্তু এই ফুলের
পাওয়া যায়। বছরের একটি
সময় একবার মাত্র নীলবু
ফুল ফোটে। সাধারণত
থেকে ডিসেম্বর হলো এই
ফোটার আদর্শ সময়। পিক
হলো আগস্ট থেকে অব্দে
তখন গাঢ়োয়ালের ভ্যানিঃ
ফ্লাওয়ার্সকেও হার মানা
ফুলের উপত্যকা।

জানেন কি মধুমেহ রোগীদের কতোটা ফল খাওয়া উচিত ?



বিনোদন ডেক্স : এখন চলছে ফলের মৌসুম। চারিদিকে শুধু ফল আর ফল। নানা রংয়ের বিভিন্ন সাদের দেশি-বিদেশি ফলে ভরপুর। এই সময় কম বেশি সবাই ফল খেয়ে থাকেন। কিন্তু যারা রোগী বিশেষ করে যাদের ডায়াবেটিস রয়েছে। তারা কি ফল খাবেন না? কিন্তিমতা বিজ্ঞান বলছে তাদেরও ফল খাওয়া একেবারেই নিষেধ নয়। তবে ফলমূল খাওয়ার বেলায় তাদের হিসাব করে অর্থাৎ চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী খেতে হবে ডায়াবেটিস রোগীর খাবারের বেলায় ক্যালরী, শর্করা, প্রোটিন এবং ফ্যাট ইত্যাদি বিবেচনা করে খেতে হয়। এগুলো যে খাবারে কম থাকে সেগুলো রোগীর জন্য খাওয়া উত্তম। ডায়াবেটিস রোগী দিনে কোন ফল কতটুকু খেতে পারবেন: আম: সবৰ্ব এখন আমের মৌ মৌ গঞ্জ। এই ফলটি স্বাদে অতুলনীয়। খেতে সবাইই মন চায়। ডায়াবেটিস রোগীও খেতে পারবেন। যার পরিমাণ ৩০ গ্রাম অর্থাৎ ছেট আমের অর্ধেক কাঁঠাল: জাতীয় ফল কাঁঠাল। পৃষ্ঠিগুণে ভর পুর। কিন্তু যাদের ডায়াবেটিস আছে তারা ৫০ গ্রাম কাঁঠাল খেতে পারবেন। মাঝারি

হলিউডের ছবিতে ডিম্পল কপাড়িয়া

সোশ্যাল মিডিয়ায় ফাঁস শৃঙ্খিংয়ের দৃশ্য

ନିଜସ୍ବ ପ୍ରତିବେଦନ: ଏବାର ହାଲିଉଡ୍ ପାଢ଼ି ଦିଲେନ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଡିମ୍ପଲ କପାଡ଼ିଆ। ଜନପିଥୀ ହଲିଉଡ୍ ପରିଚାଳକ କ୍ରିସ୍ଟୋଫାର ନୋଲାନେର ଆଗାମୀ ଛବି "ଟେନେଟ" - ଏ ଦେଖା ଯାବେ ଡିମ୍ପଲକେ। ଇତିମଧ୍ୟେ ଏହି ନେଟ୍‌ଦୁନିଆୟ ଫାଁସ ହେଯେଛେ ଡିମ୍ପଲେର ଲୁକ ଚଳନ୍ତି ବହୁରେର ମେ ମାସେଇ ଖବର ମିଲେଛି କ୍ରିସ୍ଟୋଫାର ନୋଲାନେର ଛବିରେ ଅଭିନ୍ୟାନ କରଣେ ଚଲେଛେ ବଲିଉଡ୍ରେର ଏହି ବର୍ଷୀଯାନ ଅଭିନେତ୍ରୀ। ଏବାର ନେଟ୍‌ଦୁନିଆୟ ମାଧ୍ୟମେ ଫାଁସ ହେଯେଛେ ଟେନେଟ ଛବିରେ ଡିମ୍ପଲ-ଏର ଲୁକ。 ଛବିର ଶ୍ୟାଟିଂ ମେଟ୍ ଥିଲେ ଫାଁସ ହେଯାର ଦେଖା ଗେଛେ ସାଦା ପୋଶାକେ, ତାର ଗାୟେ ଏକଟି ପ୍ରିନ୍ଟେଡ ଶାଲ ଜଡ଼ାନୋ ରଯେଛେ। ବଦଳେ ଗିଯେଛେ ତାର ଚୁଲେର ର୍ବଂ। ତାର ଚୁଲେ

বিজ্ঞান প্রস্তাৱ মানসিক সমস্যা

তুর্যের বয়স ৮। ত্বুও প্রায় রাতেই
সে ঘুমোয় ঘোরে প্রশ্নাব করে
বিছানা ভেজায়। আর এনিয়ে তার
মায়ের অনেক ভাবনা, বেশির
ভাগ সময় রাতটা কাটে উৎকণ্ঠায়।
কোথাও বেড়াতে গেলে রাতে
থাকা হয় না লজ্জায়।

বাচ্চার এই সমস্যার জন্য অনেক
হজুর দেখনো হয়েছে, ঝাড় ফুঁক
করানো হয়েছে, এমনকি তাবিজ
কবজও দেওয়া হলো। নাহ
কিছুতেই কোনো উন্মতি হয় না।
কী যে হলো তুর্যের? কী এমন
বদনজর লাগল ওর? কে এমন
ক্ষতি করল? এরকম আরও কতো
করন্তা দক্ষিণ্য।

শারীরিক বিভিন্ন প্রয়োজনীয়
পরীক্ষা নিরীক্ষা করাতে হতে পারে
না।

অনেক সময় শিশু নিজের
অভিযন্ত্রের মাধ্যমে প্রশ্নাব করার
ইচ্ছা ব্যক্ত করে, সেগুলো বোঝার
চেষ্টা করল এবং তাতে সাড়া দিন।
রাতে নির্দিষ্ট সময় পর পর শিশুকে
বাথরুমে নিয়ে যান এবং তাকে
প্রশ্নাব করার জন্য উৎসাহ দিন।
যথেষ্ট বয়স হওয়া সত্ত্বেও
বিছানায়প্রশ্নাব করে এমন শিশুর
জন্য নিয়ম নীতি মেনে চললে
এবং বিজ্ঞান ভিত্তিক চিকিৎসা গ্রহণ
করলে শিশুর এ ধরনের সমস্যা

স্বপ্ন কেবল রাতঘুমে নয়, জেগে
জেগে দিনেও দেখা যায়! প্রতিটি
মানুষই দিবাস্পন্ধ দেখতে
ভালোবাসেন। কিন্তু কিছু
বিশেষজ্ঞ বলছেন, যদি দিনে স্বপ্ন
হার বেশি হয় এবং তা আপনার
আত্মহিক জীবন যাপনকে
বাধাগ্রস্ত করতে শুরু করে, তাহলে
বুঝতে হবে, মানসিক স্থান্ত্র নিয়ে
চিন্তা করার সময় এসে
গেছে মনোবিজ্ঞান এবং বিষয়টিকে
বলছে ‘ম্যালাডাপটিভ
ডেভিম্রিৎ’।
কিভাবে বুঝবেন, আপনি
দিবাস্পন্ধে আসক্ত এবং এর বুকি

য়ে যায়।
যথেষ্ট বয়স হওয়া সত্ত্বেও
মালে বিছানা ভিজায় তাকে
পর অতিরিক্ত জল পান
না, রাতে তাকে ঘুম
লে প্রস্তাব করাবেন।
ত সে বিছানা ভেজাবে না
বর্তী সকালে তাকে ছোট
উপহার দিয়ে পুরস্কৃত
হিসাব রাখুন মাসে কতদিন
করে বিছানা ভেজায় আর
বিছানা ভেজায় না এবং
দিন প্রস্তাব করে বিছানা
না তা হিসাব করে তাকে
কোনো উপহার দিন।

তাহলে শিশু খুশি হবে
বিছানাতে প্রস্তাব না করার
উৎসাহ বোধ করবে এবং
সাথে তার মনোবলও বাড়ে।
তারপরও শিশু রাতে প্রস্তাব
বিছানা ভিজায় তবে চিকিৎসা
পরামর্শ নিন। এধরনের স
জন্য বিজ্ঞান ভিত্তিক চিকিৎসা
আছে যা অনেক কার্যকরী
রোগের জন্য কার্যকরী ও
চিকিৎসা আছে। পরিবহন
সদস্যদের সাহায্য, সহযোগিতা
সমর্থন শিশু কিশোরদের ম
সমস্যা এবং ব্যাধি নির
উল্লেখযোগ্য ভূমিকা রাখে।

আপনি থাকেন। যদিও বিষয়টি প্রাপ্তি, প্রথমেই একটি বিষয় আছে যে শুরুতের সঙ্গে বুঝে
ত হবে। তা হলো, 'স্বত্ত্বাং' নিয়ে উদ্বিগ্ন হওয়ার
কারণে। শুধু তাই নয়, বিষয়টি
ক এবং কখনও কখনও
স্থুল করে।
লজি টুডে'র মতে, ১৬
প্রাপ্তব্যস্ক ব্যক্তি তাদের
ক স্বপ্ন নিয়ে ব্যস্ত

আপনি দিবাস্ত্রে আসক্ত ?

কার তবে ভিন্ন মত দিচ্ছেন
খ। ইসরায়েলের হাইফা
রণ বিশ্ববিদ্যালয়ের ক্লিনিক্যাল
দর মনোবিজ্ঞানের অধ্যাপক আলী
জ সোমার তিনি বলেছেন,
প্রে অতিমাত্রায় দিবাস্পন্দন দেখা
কে মনস্তাত্ত্বিক অসঙ্গতি হিসেবে
খন বিবেচনা করা যেতে পারে। জানা
তে গেছে, ডেড্রিমারসৌরৈ দিনের
স্বপ্ন দেখেই
স্বপ্ন অধিকাংশ সময় স্বপ্ন দেখেই
কাটিয়ে দেন। ওয়াল স্ট্রিট
কাটিয়ে দেন। ওয়াল

অ্যালার্জি মুক্ত রাখলেও দাঁতে নখ কাটা ভালো নয়



দাঁত দিয়ে নখ কাটার অভ্যাস
আমাদের অনেকেরই রয়েছে।
সাধারণত এটি একটি বদ অভ্যাস
হিসেবে বিবেচনা করা হয়। তবে
শিশুকাল দাঁত দিয়ে নখ কাটার
কিছু সুফলও রয়েছে এমন মত
দিয়েছেন বিশেষজ্ঞরা।
সম্প্রতি নিউজিল্যান্ডে প্রকাশিত
এক গবেষণা প্রতিবেদনে দেখা
গেছে, যেসব শিশুরা দাঁত দিয়ে
নখ কাটে এবং বৃদ্ধাঙ্গুল মুখে
রাখে পরবর্তী জীবনে তাদের
অ্যালার্জি হয় না।
ইউনিভার্সিটি অবওটাগো'র

ধরনের রোগ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। কারণ হাত থেকে আমাদের শরীরে জীবাণু প্রবেশ করে। এর আগে একটি গবেষণায় দেখা গেছে, আবেগ নিয়ন্ত্রণের জন্য প্রাপ্ত বয়সীরা দাঁত দিয়ে নখ কেটে গবেষণায় উঠে এসেছে, ১৩ বছর বয়সীদের যাদের শিশুকাল থেকে এ দুটি অভ্যাস রয়েছে তাদের ৩৮ শতাংশ সাধারণ অ্যালার্জি রয়েছে। অন্যদিকে ৪৯ শতাংশের কোনো অ্যালার্জি নেই। এর কারণ ব্যাখ্যা দিয়েছেন গবেষক হ্যানকেক্স। তিনি করার কোনো কারণ নেই। তবে যাদের শিশুকাল থেকে এই অভ্যাস রয়েছে তাদের পর্যবেক্ষণ করে দেখ গেছে, এসব শিশুরা বড় হওয়ার পরে তারা অ্যালার্জি মুক্ত। এমনবিংশ অজমা ধরনের রোগও তাদের কম হয় না।

চোখের পলক কেন ফেলি?

গবেষণায় দেখা গোছে, ঘূম থেকে
জাগার পর থেকে ফের ঘুমাতে
শাওয়ার আগে পর্যন্ত পুরো সময়
অধিকাংশ মানুষ প্রতি মিনিটে
১০ থেকে ২৫ বার চোখের পলক
ফেলে। অর্থাৎ ঘন্টায় চোখের
পলক ফেলে ১,২০০ বার। কিন্তু
আমরা অনেকেই জানি না, চোখ
শোলা বা বদ্ধ থাকলে কি হয়!
চোখের মণি পরিষ্কার এবং
চোখেরআদ্রতা ধরে রাখতে
আমরা পলক ফেলি। এর
বাইরেও কিছু শারীরিক এবং

মানসিক বিষয় খুঁজে বের করেছেন গবেষকরা।	ফেললে কোনো বিষয়ের প্রতি আমাদের মনোযোগ নির্দিষ্ট হয়” বলেন প্রধান গবেষক গেরিট মস।	নতুন একটি বিষয় আবিষ্কার করেন আমাদের চোখের নড়চড়ায় মস্তিষ্ক তথ্য সম্মত করে। বিষয়টি এতোদিন সম্পূর্ণ জাজানা ছিলে আমাদের কাছে। পরিবর্তন লক্ষ করতে
দৃষ্টি সুনির্দিষ্ট করতে ইউনিভার্সিটি অব ক্যালিফোর্নিয়ার একটি গবেষণায় উঠে এসেছে কোনো বিষয়ের প্রতি মনোযোগ ধরে রাখতে আমরা চোখের পলক ফেলি। এতে আমাদের দৃষ্টি সুনির্দিষ্ট হয়। ‘আমাদের চোখের পেশিগুলো তেমন সতর্ক নয়। ক্রমাগতভাবে আমাদের চোখ বাইরে থেকে তথ্য নিয়ে মস্তিষ্কে পাঠায়। পলক	তিনি আরও বলেন, গবেষণায় দেখা গেছে চোখের পলক ফেলার আগে এবং পরে আমাদের দৃষ্টিতে পার্থক্য হয়। একই সঙ্গে কোনো বিষয়ের প্রতি আমাদের মনোযোগ নির্দিষ্ট হয়। তথ্য সম্মত করতে একটু পেছনের কথা, গত বছরের আগস্ট মাসে জামানির এক বিজ্ঞানী সম্পূর্ণ	চোখের পলক ফেলার পরই আমর নতুন বিষয় লক্ষ্য করি। পলক ফেললে আমাদের শ্বায়তে নতুন সংকেত যায় এভাবে আমাদের সামনে থাক বিষয়গুলোর মধ্যে নতুন কিছু লক্ষ করি আমরা, যা হায়তো সামনে থাকার পরও লক্ষ্য করা হয়নি।

মিনিটেই ভ্যানিস করুন চোখের তলার কালি

চোখের কোলে কালি পত্তে যাওয়া।
এ এক ভয়ঙ্কর সমস্যা মেয়েদের।
চোখের কোলে কালি এক মুহূর্তে
নষ্ঠ করে দিতে পারে সমস্ত
সৌন্দর্য। কিন্তব্বে মুণ্ডি পাবেন
এই চোখের কোলের কালি
থেকে?

শুধু মেয়েরাই নন, ছেলেরাও
এখন ভুগছেন চোখের কোলের
কালির সমস্যায়। এই চোখের
কোলে কালি পত্তে যাওয়ার
অনেক কারণ রয়েছে। সাধারণ
আমরা ভেবে থাকি যে, ঘূর্ম কম
হওয়ার জন্য চোখের কোলে

কালি পড়ে যায়। কিন্তু শুধু এই একটাই কারণ নয়। ডার্ক আই সার্কেল' বা চোখের কোলে কালি পড়ার পিছনে অনেক কারণ রয়েছে। অ্যালার্জি, ডায়াবিটিস, অ্যানিমিয়া, অতিরিণু কাজের চাপ, এগজিমা, অতিরিণু ঘুম, প্রভৃতি এরকম অনেক কারণের জন্য চোখের কোলে কালি পড়তে পারে।
এমনকি খুব কাঁদলে কিংবা খাবারে বেশি পরিমাণে নুন কিংবা অতিরিণু পরিমাণে

অ্যালকোহল বা ধূমপান করার জন্যেও এই সমস্যা দেখা দেয়। একবার চোখের কোলে কালি পড়ে গেলে তা কমানো খুবই কষ্ট কর কাজ। বাজারে প্রচুর প্রোডাক্ট বিক্রি হয়। কিন্তু তাতে আপনি খুব একটা উপকার পাবেন না। কিন্তু ঘৰোয়া পদ্ধতিতে এমন একটি উপায় রয়েছে, যাতে খুব কম সময়ে আপনি চোখের কোলের কালির মতো স্থায়ী সমস্যা থেকে মুক্তি পেতে পারেন।

আপনার বাড়িতে খাবার সোডা

রয়েছে নিশ্চয়ই? তাহলে এবং চামচ খাবার সোডা জলে গুলে একটা পেস্ট তৈরি করুন। এবার সেই পেস্ট আপনার চোখের কোলে ভালো করে লাগিয়ে দিন। ৫ থেকে ১০ মিনিট সেই পেস্ট রেখে দিন। পেস্টটি শুকিয়ে গেলে একটা নরম কাপড় বা স্ট্যু পেপার দিয়ে হালকা হাতে পেস্টটি তুলে দিন। এরকমভাবে কয়েকদিন বেকি সোডা ব্যবহার করলেই দেখবেন আপনার চোখের তলার কাঞ্চি ভ্যানিস হয়ে গিয়েছে।

ରୋଗେର ତାଲିକାଯ ଟୁକଛେ ଡିଓ ଗେମସ ଆସନ୍ତି

ଶୁକ୍ରବାର ଜେନେଭାଯ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏକ ସମ୍ମେଲନେ ବିଷୟଟି ଉପଚାପନ କରେନ ହିଁର ମୁଖ୍ୟାତ୍ମକ ତାରିକ ଜାସାରେଭିକ । ବିଶ୍ଵଜୁଡ଼େ ସାମ୍ବ୍ୟ ବିଷୟକ ଗବେଷଣାର ଭିତ୍ତିତେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ବ୍ୟାଧିର ଶ୍ରେଣୀବିନ୍ୟାସ ଓ ତାଲିକାଭୁକ୍ତିର ନେତୃତ୍ବ ଦେଯ ଛ । ତାଦେର ଆଇସିଡ଼ିର ୧୧ ତମ ସଂକ୍ଷରଣ ପ୍ରକାଶ ହଛେ ଚଲତି ବହୁରେର ଜୁଲାଇତେ । ‘ଗେମିଂ ଡିଜିଅର୍’ ବଲତେ ହିଁର ବିଶେଷଜ୍ଞଦେର ପକ୍ଷ ଥିଲା ବଳା ହଛେ, ଡିଜିଟାଲ ଅଥବା ଡିଡିଓ ଗେମିଂ ପ୍ଲଟ୍ ଫର୍ମେର ଏକଟି ବିଶେଷ ଆଚାରନଗତ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ, ଯା ମାନୁଷେର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କର୍ମକାଣ୍ଡେର ତୁଳନାଯ ଗେମିଂକେ ବେଶି ପ୍ରାଥାନ୍ୟ ଦେଯ । ଏଇ ଆରେକଟି ଲକ୍ଷଣ ହିସେବେ ବଳା ହଛେ, ନେତିବାଚକ ପରିଣତି ଘଟାବ ପରେ ଓ ଗେମସ ଖେଳା ଚାଲିଯେ ଯାଓଯା ବା ଗେମସ ଖେଳାର ପରିମାଣ ବେଦେ ଯାଓଯା । ହିଁର ମୁଖ୍ୟାତ୍ମକ ବଲେନ, କେଉ ଏକଜନ ଯଦି ଏକ ବଚର ଧରେ ଗେମସେ ପ୍ରତି ଅସ୍ଵାଭାବିକ ଆର୍ଥର୍ଗବୋଧ କରେନ, ତବେ ତିନି ଏହି ଗେମିଂ ଡିଜିଅର୍ଡରେ’ ଆକ୍ରାନ୍ତ ବଲେ ମନେ କରା ହବେ । ତାରିଖ ଜାସାରେଭିବ ବଲେନ, ଗେମି ଡିଜିଅର୍ଡ ଏକଟି ନତୁନ ବ୍ୟାଧି ହିସେବେ ସ୍ଥିର ପୋତେ ଯାଚେ । ସଥେଷ୍ଟ ତଥ୍ୟ ପ୍ରମାଣନା ଥାକଲେଓ ବିଶେଷଜ୍ଞରା ଏଟାବେ ସମୟା ହିସେବେ ଚିହ୍ନିତ କରେଛେ ବିଶେ ଅନେକେଇ ଆଛେ, ଯାରା ଏ ସମୟା ଥିଲା ମୁକ୍ତି ଚାଯ ।

জার্নালে সোমার বলেন, ৫৭
শতাংশ সময়ই তারা বয়ে করে
ফেলেন এভাবে। শুধু তাই নয়,
তারা নানা ধরনের স্বপ্ন দেখেন।
অধিকাংশ ক্ষেত্রেই তাদের স্বপ্ন
বড় হয় না। প্রেরণাদায়ক কিছু
যে তারা দেখেন, এমনটি নয়।
কখনও কখনও তাদের স্বপ্নে
হাজির হয় কল্প বা
ঐতিহাসিকচরিত্র, সেলিব্রিটি এবং
ব্যক্তি নিজেকে সফলতার যে

চূড়ায় দেখতে চান স্বপ্নে
নিজেকে সেই চরিত্রে দেখতে
পান। ব্যক্তি ভেদে স্বপ্নের
বিষয়বস্তুর পার্থক্য খুঁজতে গিয়ে
দেখা গেছে, তাদের স্বপ্ন মূলত
বাস্তব জীবনকেন্দ্রিক অপূর্ণ ইচ্ছা
পূরণ হয়। যেমন, তিনি লাটারি
জিতেছেন।

ওয়াল স্ট্রিট জার্নাল অনুযায়ী,
ম্যালাডা পাটিভ ডেভিড মারদের
ক্ষেত্রে অ্যাটেনশান- ডেফিনিট

