

পাহাড় দখলের রাজনীতি

এইবাবে পাহাড় দখলের লক্ষ্যে তৎপর রাজ্যের ক্ষমতাসীমা বিবেচিত দল। আর মাত্র আঠারোমাস পরেই সেই মাহেন্দ্রক্ষণ আসিয়া হাজির হইবে ২০২০ সালের এপ্রিল মাসে এটিসি নির্বাচন হওয়ার কথ।

১৯৪৫ সাল হইতে এখন পর্যন্ত টন প্রায় পঞ্চিশ বছর পাহাড়ের ক্ষমতায় বাবেরা। রাজ্যের পঞ্চায়েতে তেও বিজেপি দখলে নিয়াছে।

পুর ও নগর ভৌতিক জ্যোতি ছিলোয়া নিবে সদৃশ নাই। কিন্তু, উপজাতি এলাকাৰ অশুভস্তুত জেলাৰ পৰিস্থিতিৰে এডিসি ক্ষমতা দলেৰ বিবেচিত মে মুখ্য কামতী দিবে বিষয়ে সন্দেহ নাই। এখন যিক ক্ষেত্ৰে উপজাতি অধুন্যাত এলাকায় বিজেপিৰ সংগঠন শক্তি বাড়িয়া উভৰে নাই। সেখানে এখন সিপিএম দলৰ অনেকটাই খুমিমান। আইপিএফক কৰিয়া এখন কৰত্বানি সংগঠিত এই প্ৰশ্ন ও আছে। প্ৰতিনিয়তই তো বিজেপি আইপিএফক মধ্যে সংৰক্ষ বিৰুদ্ধে চলিয়াৰে। লক্ষণীয় হইয়া যৈ, পাহাড় বা এডিসি এলাকায় আইপিএফক ও সিপিএম একযোগে ডেক্ষেপ্তুন ইতিপৰি চালু রাখিয়াছে। পাহাড়ে দিবে বিষয়ে আইপিএফক কাছকাছি আসিয়াছে? রাজ্যে একতৃত রাজনীতি চাল হইয়াছে।

বিজেপিৰ সংজ্ঞে জেটি কৰিয়া রাজ্যের ক্ষমতায় আছে আইপিএফক। অৰ্থত যদিনোৱে এক দলৰ অপৰ দলৰে মুক্তপত্ৰ চালিয়া হইতেছে।

বিজেপি স্থানে ক্ষমতাসীমা দুই দলে মারাক্কুৰিৰ কাটকাকি কৰিতেছে।

আইপিএফকৰ রাজনীতি কৈন পথে তাহা হিসাব কৰিয়া মেলানো যায় না। গত লোকসভাৰ নিৰ্বাচনে প্ৰাৰ্থী বৰুৱা এবং দল তো নিজেৰ শক্তিৰ প্ৰমাণ দিয়াছে। বিজেপি তথ্য প্ৰতাৰ দিয়াছিল লোকসভাৰ ভোটে প্ৰাৰ্থী না দিল এডিসি ভোটে আইপিএফকে সিংহভাগ আসন ছাড়িয়া দেওয়া হইতে। এখন বিজেপি ছেট শৰীক দলকে ছাড়িয়া কথা কৰিবে বলিয়া মনে হয় না। তাহা ছাড়াও দুই দলৰে সম্পৰ্ক কাৰ্য্যত তলামীতে গিয়া হইয়াছে।

রাজ্যে বিজেপি জেটি সৱকাৰৰ ক্ষমতাসীমা হইয়া আস্ত ৮০ জন এনএলএফক জঙ্গীৰ আৰামদাও ঘন ঘনিষ্ঠান প্ৰতিবেশী রাজ্যে মানুষ দেখিয়াছে। আস্তাসমূহ প্ৰকাৰ কৰিবলৈ এই তাহারা সিপিএম দলৰে নেতা বিনিয়ো গিয়াছেন এখন বহু নংজীৰ আছে। সিপিএমৰ আস্ত উপগঠনীয় রাজনীতিৰ কাৰণেই ত্ৰিপুৰাৰ এক সময় দুস্থ পৰিৱিষ্টি কাৰোয়ে হইয়াছে। আস্তে হাতে তুলিয়া নিলেই উগাছী হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ। কথায় আছে সাপ নিয়া খেলিতে জীবনেৰ কুকি থকে এই ছেবলে কৰত জনেৰ প্ৰাণ গিয়াছে।

তবে প্ৰতিবেশী প্ৰশ্নে কোঠাসো ভাৰতৰ কিন্তু কোনও সময় নৰ্ত না কৰে ডি এন টি সৱকাৰৰ কাছে পৌছিতে পদক্ষেপ শুণৰ কৰে দিয়েছে।

দুইবার পুনৰাবৃত্তি কৰিবলৈ নাটকৰে কাৰণে উপগঠনীয় রাজনীতিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ। এইবাবে তাহারা নেতৃত্বে সহজে দাঙ্গ দেখিলৈ গেল। গোটা রাজ্য কাৰ্য্যত চলিয়া গেল উপগঠনীয়দেৰ দখলে।

শেষ পৰ্যন্ত বাম আমলো উপগঠনীয়ৰ বিষয় দৰ্শীত অনেকটা ভাসিয়াছিল জন প্ৰতিৱেশ এবং বাংলাদেশ সৱকাৰেৰ মদন দলৰ বৰ্ক হওয়াৰ কাৰণে। সেই দুস্থ ও অৱৰজন পৰিষ্কৃতিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ। এইবাবে তাহারা নেতৃত্বে সহজে দাঙ্গ দেখিলৈ গেল।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ। এইবাবে তাহারা নেতৃত্বে সহজে দাঙ্গ দেখিলৈ গেল।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে তাহা বলা মুশকিল ইতিমধ্যে বিজেপি পাহাড়ে সংগঠন কৰত্বানিৰ কথা নিশ্চয়ই হৰাত কৰিবলৈ আগুনে পুড়িবৈ।

১৯৮০ সালৰ এপ্রিল মাসে এডিসি ভোটেৰ রাজনীতি কৈন খাতে বহিবে ত

ବ୍ୟାକ

ହୃଦୟକର୍ମକାମ

ରାଜପଦୀ

গরমে প্রয়োজন কুল ট্রিটমেন্ট

A black and white photograph showing a person's hand holding a small, round, dark object, possibly a mirror or a small lens, against a bright background. The hand is positioned as if presenting or examining the object.

এখন গরম। এই গরমে তুক একটু বেশি রকম সমস্যার জরীত হয়। সিবাসিয়াস প্ল্যান থেকে অতিরিক্ত তেল নির্গত হতে থাকায় তুক তেলতেলে হয়ে যায়। তার ওপর ঘামের প্রভাব তুককে নাজেহাল করে দেয়। ঋণ সুষ্ঠি হয়। এর সহজে অ্যাকনে র্যাসেড দাপট তো আছেই। এই সব সমস্যা থেকে মুক্তি পেতে গরমে প্রয়োজন কুল ট্রিটমেন্টের, তার জন্য যে ট্রিটমেন্টটি উপযুক্ত তার নাম টারম্যানরিক জেল ফেসিয়াল বা ট্রিটমেন্ট। এই ট্রিটমেন্ট করানোর আগে হলুদের গুণাগুণ সম্বন্ধে জেনে নেওয়া দরকার। হলুদের ব্যবহার রূপচর্চা বা ওষুধ হিসাবে আমাদের দেশেক প্রাচীনকাল থেকেই চলে আসছে। এটি কেটি ভেষজ উপদান। হলুদ আয়রন এবং ম্যান্ডানিজের উৎস। হলুদে আছে ভিটামিন বি, ফাইবার এবং পটাশিয়াম। সাধারণ টাকাছেঁড়ায় লছদ অ্যান্টিসেপ্টিকের কাজ করে। ক্ষতিপ্রস্ত তুক বা যাদের ত্বকে অ্যালার্জির প্রকোপ বেশি তা কমাতে এবং নতুন কোষ গঠনেও হলুদ উপকারী। এটি ত্বকের দাগ দূর করে। ত্বকের ট্যানও নির্মুল করে। এই চারম্যারিক জেল ফেসিয়ালের উপকারিতা অনেক। এটি তেলাক্ত ত্বকের পক্ষে উপকারী। এই ম্যাসাজ জেলটি তেলাক্ত ত্বকের অতিরিক্ত তেল নিয়ন্ত্রণ করার দল্ক খুব উপযোগী, ঋণ নির্মুল করতে সাহায্য করে। এই প্রাকৃতিক ভেষজ পর্দাথ যথা টিটি অয়েল, অ্যালোভেপরা জুস ও টারাম্যারিক কবা হলুদের নির্যাস সমৃদ্ধ হওয়ায় ত্বককে নরম ও উজ্জ্বল বানায়।

এই ফেসিয়ালটি বেশ কয়েকটি ধাপে হয়। ক্লনজিং, এক্সফোলিয়েশন, নারিশি, ম্যাসাজ ও বৃং প্রোটেস্ট প্র্যাক দাগানোর মাধ্যমে করা হয়।

প্রথম ধাপে ঠাণ্ডা জলে তোয়ালে ভিজিয়ে তা দিয়ে মুখ মুছে লেমন ক্লিনজার দিয়ে দুমিনিট কহালকা ম্যাসাজ করে ময়লা তুলে ফেলা হয়। এই লেমন ক্লিজারটি তেলাক্ত ত্বকের জন্য উপযুক্ত। এই তেল নিয়ন্ত্রণকারী ক্লিনজারি ভেষজ উপদান যথা লেমন নির্যাস, পুদিনা নির্যাস, নিম নির্যাস ও ভিটামিন, সি-তে সমৃদ্ধ। এরপর তোয়ালে দিয়ে মুখে মুছে নিম স্কারাবার ব্যবহার করা হয়। এটি নিম নির্যাস সমৃদ্ধ হওয়ার তেলাক্ত

ও সেনসেটিভ ভক্তের পক্ষে খুব উপযোগী। তাছাড়া এটি খুব মসৃণ দানা যুক্ত হওয়ায় তৈলাক্ত ও ক্ষত্যুক্ত ভক্তে ব্যবহার কার হয়। এই নিম্ন স্ক্রাবার দিয়ে দুর্মিনিটে হালকা ম্যাসাজ দেওয়া হয়। এই এক্সফোলিয়ানের মাধ্যমে ভক্তের উজ্জ্বলতা ফিরে আসে। তবে দ্বাগুরুত্ব হয়। তবে মোলায়েম করার জন্য না ঘষে মনিং মিস্ট লোশন লাগানো হয় আলতোভাবে। তার পর টারাম্যারিক ম্যাসাজ জেল দিয়ে মুখের ও ঘাড়ের সঠিক প্রেশার পয়েন্টের মাধ্যমে লিম্ফোটিক ম্যাসাজ দেওয়া হয়। এই ম্যাসাজ ক্রিমটি টিটি অয়েল ও হলুদের গুণ সমৃদ্ধ হওয়ায় তবকে নগরঁ ও তরঙ্গ করে কোলে। লিম্ফোটিক ম্যাসাজের মাধ্যমে শরীরের সমস্ত বর্জ্যপদার্থ বের করে জি টক্সিফাই করা হয়। পাঁচ-ছয় মিনিট হাতে এই ম্যাসাজ দেওয়ার পর ওজোন মেশিন চালানো হয়।

যাতে এই ক্রিমটি ভক্তের ডারমিস স্তরে পৌছায় ও ভক্তের সুপার ফেসিয়াল ডেড সেলগুলিকে রিমুভ করে ভক্তের ভিতরে বর্জ্যপদার্থ বের হতে সাহায্য করে। এবং ঝুঁতি থাকলে সেখানে ইনফেকশন ফি জোন তৈরি করে। তবে জীবাণুমুক্ত করে। এরপর ঠাণ্ডা জল দিয়ে মুখ মুছে ফেলা হয়।

এবার টি টি প্লো লাগানোর পালা। এই প্যাকটিতে নিহিত বেষজ উপাদান আলট্রায়োলেট রশ্মি ও

পরিবেশের ক্ষতিকারক প্রভাব হ্রকের ওপর পড়তে দেয় না। এবং অতিরিক্ত তেলের জন্য যে ব্রহ্ম তা থেকে হ্রকে গভীরে গিয়ে জমে যাওয়া যৃত কোষগুলিকে সাফ করে দেয়। হ্রকের মর্যাদার ও অর্যেলের সমতা বজায় রাখে। মুখ গলা ও ঘাড়ে মোটা করে গ্যাকটি লাগিয়ে ২০- ৩০ মিনিট পর শুকিয়ে গেলে জল স্প্রে করে হালকাভাবে একটু ম্যাসাজ দিয়ে তুলে ফেলতে হবে।

হলুদের গুণ সম-দ্রু টারাম্যারিক জেল ফেসিয়ালটি তৈলান্ত হ্রক বা ব্রহ্ম জন্য উপকারী হলেও এই গরমে যাঁদের শুক হ্রক তাঁরা এই ফেশিয়ালটি অর্থাৎ কুলিং ট্রিটমেন্ট করাতে পারেন। তৎস্মানে ক্ষেত্রে প্রথমে অ্যালোভেরা যুক্ত ক্লিনজার দিয়ে মুখ পরিশকার করে ম্যাসাজ জেলের সঙ্গে আমন্ত্রণ ক্রিম ক্লিনজার দিয়ে মুখ পরিশকার করে ম্যাসাজ জেলের সঙ্গে আমন্ত্রণ ক্রিম বা ক্যারাট ক্রিম মিশিয়ে লিণগোটিক ম্যাসাজ দিতে হবে।

এর পরে গ্যালভানিক মেশিন চালাতে হবে। এতে রোদের কালো ছোপ এবং ট্যান দূর হয়ে হ্রকের গ্লো ফিরে আসবে। এই অ্যাপেল জুস, লেমন জুস, টম্যাটো জুস ও পুদিনা পাতার রসসমৃদ্ধ যা হ্রকের ভাব দূর করে। হ্রককে টান্টান রাখে। এটি পরিবেশের দ্ব্যবজনিকত ও ক্ষতিকারক প্রভাব থেকে হ্রককে রক্ষা করে। সবচেয়ে সামারকুল জেল ও সানক্সিএন মিসিয়ে মুখে

মাখতে হবে। এই ট্রিটমেন্ট গরমে ঝালসে যাওয়া হ্রক, কালো ছোপযুক্ত হ্রকের সমস্যা দূর হয়। হিট র্যাশ, আকনে হ্রহক থেকে নির্মূল হয়। হ্রকের সমস্যা অনুযায়ী ৩/৪ টি সিটি নেওয়া প্রয়োজন।

ঘরোয়াভাবে ও হলুদ দিয়ে আপনি রূপচর্চা করতে পারেন। তাত্ত্বে তাঁদের হ্রকে দুর্চামত আঙুরের রস ও কাঁচা হলুদ বাটা ও গোলাপ জল মিশিয়ে হালকা ম্যাসাজ করে ঠাড়া ভেজা তোয়ালে দিয়ে মুখ মুছে টোনার লাগানো ব্রহ্ম পিস্পল চলে যাবে। বলিরেখার জন্য হলুদের গুঁড়ো, দুধের সরের সঙ্গে মিশিয়ে চোখের চারপাশে ও বলিরেখা যুক্ত জায়গায় লাগিয়ে দশ- পনেরো মিনিট রেখে জল দিয়ে ধূয়ে ফেলতে হবে। বেসন, চালের গুঁড়ো দই বা দুধ পাতিলেবুর রস, কাঁচা হলুদ মিসিয়ে স্ত্রার তৈরি করে সপ্তাহে তিন দিন করে লাগালে হ্রক উজ্জ্বল ও মসৃণ হয়। কাঁচা হলুদ বাটা নিয়মিত ব্যবহার করলে ও মাখলে হ্রক রোদে কম পোড়ে এবং কালো হওয়াডসভাবনা কম থাকে। ম্যাসাজের জন্য দুধের সর, মধু ও কাঁচা হলুদ ব্যবহার করা যেতে পারে। হলুদ শুধু রূপচর্চায় নয়। আমাদের দৈনন্দিন জীবনে নানাভাবে কাজে লাগে। অ্যাজমা থেকে শুরু করে ক্যানসারের মতো মারাত্মক ব্যাধিতেও হলুদ কার্যকরী ভূমিকা রাখে। অধিকাংশ রান্নায় হলুদ ব্যবহৃত হওয়ায় খাবার জীবাশ্মযুক্ত হয়।

শৃঙ্খিং চলাকালীন কুকুরের আক্রমণে গুরুতর জখম টেলিভিশন অভিনেত্রী

শ্যুটিং চলাকালীন কুকুরের আক্রমণে গুরুতর জখম টেলিভিশন অভিনেত্রী রীনা আগরওয়াল। সুত্রের খবর, ক্যেয়া হাল মিস্টার পঞ্চাল'র শ্যুট চলাকালীন কুকুরের আক্রমণে জখম হন তিনি।	আক্রমণাত্মক হয়ে ওঠে, এবং রীনার মুখে কামড় বসায়। গুরুতর জখম অবস্থায় হাসপাতালে ভর্তি করতে হয় তাঁকে।	চোট পেয়েছেন আর স্টিচও রয়েছে তাই তাঁকে কমপক্ষে এক মাসের জন্য বেডরোমেটে থাকতে হবে। 'ক্যেয় হাল মিস্টার পঞ্চাল' সিরিয়ালের ঘনিষ্ঠ সুত্র	আম্বানি হাসপাতালে নিয়ে যাওয়ার পর তাঁকে প্রায় পাঁচটা ইজেকশন দেওয়া হয়। এরপর প্রয়োজন পরলে আরও কয়েকটি দিতে হবে। হাসপাতালের কর্তৃপক্ষ জানিয়েছে আঘাতটি ঠিক হতে কুড়ি তিরিশ দিন সময় লাগবেই।
শ্যুটিংয়ের দৃশ্যটি ছিল কুকুরের সঙ্গেই। শ্যুট চলতে চলতে হাতাণ্ডী কুকুরটা	মুখে। ডাক্তাররা স্পষ্ট জানিয়ে দেন যেহেতু মুখে	চোট ঘুরুটি তার ঠিক ডান চোখের নীচে দাঁত বসিয়েছে। কোকিলাবেন	

ଗରମେ ରୋଗ ମାରାତେ କାଟା ଆମ

গরম এসে গেছে আর এখনই কাঁচা আমের মৌসুম। আমরা জানি আমকে বলা হয় ফলের রাজা। সব বয়সের মানুষ পাকা আম পছন্দ করে এবং অন্য যেকোনো ফলের চেয়ে এই ফলটি বেশিরভাগ মানুষ পছন্দ করে। কিন্তু কাঁচা আমের স্বাস্থ্য উপর পকারিতার কথা জানলে আপনি বুঝতে পারবেন কাঁচা আম খাওয়ার প্রয়োজনীয়তার কাঁচা আম প্রোটিন, কার্বোহাইড্রেট, ভিটামিন, মিনারেল ও জলে ভরপুর। কাঁচা আম সাধারণত আচার বানানোর কাজে ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও জুস, চাটনি, সস, জ্যাম এবং ফলি টিসেবে খাওয়া হয়। তবে সবচাইতে আকর্ষণীয় হচ্ছে কাঁচা আমের ভর্তা। আসুন তাহলে জেনে নেই কাঁচা আমের স্বাস্থ্য উপকৰণ শুল্কে সম্পর্কে।

কাঁচা আম। জলের ঘাটতি রোধ করে ও গরমে আমাদের শরীর থেকে অনেক জল বাহির হয়ে যায়। শরীরের তৃষ্ণ মেটানোর জন্য এবং জলের ঘাটতি পূরণের জন্য সামান্য লবণ দিয়ে কাঁচা আম খান।

পেটের সমস্যা দূর করে ও গরমের সময় বেশিরভাগ মানুষের পেটে সমস্যা হতে দেখা যায়। ডায়ারিয়া আমাশয় ও বদহজমের মত এটি কালীর খরচে সহায় করে। ক্ষার্ভি ও মাড়ির রক্ত পড়া প্রতিরোধ করে ও কাঁচা আম খেলে আপনার শরীরের জন্য প্রয়োজনীয় ভিটামিন সি সরবরাহ করে। ক্ষার্ভি, অ্যানেমিয়া ও মাড়ির রক্ত পড়া কমায় কাঁচা আম। কাঁচা আমের পাউডার বা আমচুর ক্ষার্ভি নিরাময়ে অত্যন্ত কার্যকরী।

মুখের স্বাস্থ্য রক্ষা করে ও সবজ

কথা। কাঁচা আমের গন্ধে মন ভরে যায় সতেজতায়। চায়ের ধরন অনুযায়ী আম বিভিন্ন আকারে আকৃতির হয়ে থাকে। আসলে আমের বিভিন্ন রকম ১০০০ টি এসিডিটির বিরচন্দে যুদ্ধ করে : খাদ্যাভ্যাসের জন্য বেশিরভাগ মানুষই এসিডিটির সমস্যায় ভুগে থাকেন। কাঁচা আম খেলে এডিডিটির সমস্যা থেকে মুক্তি সমস্যাগুলোর বিরচন্দে কাজ করে। খাদ্য হজমে সহায়তা করে কাঁচা আম। অস্ত্রকে পরিষ্কার করে ও কোষ্ঠকাঠিন্য থেকে মুক্তি দেয় কাঁচা আম।

কাঁচা আম খাওয়া মাড়ির জন্য উপকারী। এটি খুব মাড়ির রক্ত পড়াই বন্ধ করে না নিশ্চাসের দুর্ঘট এবং দাঁতের ক্ষয়রোধ করে। মর্নিং সিকনেস এর বিরচন্দে যুদ্ধ

গোপনীয় প্রক্রিয়ার একটি প্রাকৃতিক উপায় হচ্ছে কাঁচা আম। যখন কাঁচা আম চিবানো হয় তখন পিণ্ড থলির অ্যাসিড ও পিণ্ড রস বৃদ্ধি পায়। এর ফলে যকৃতের স্বাস্থ্য ভালো হয় এবং অন্ত্রের ব্যাকটেরিয়ার ইনফেকশন পরিষ্কার করে।

গরমে জুর ও টাইফয়োন প্রকোপ বাঢ়ে

এই ঝাতুতে একটু সাবধানতা অবলম্বন না করলেই সমস্যা। এই সময় জলবাহিত রোগের প্রাদুর্ভাব ভয়ংকর ভাবে বেড়ে যায়। টাইফয়োড, জিন্সি, কলেরার প্রকোপে আমাদের জীবন জেরবার হয়ে পড়ে। এবার আমি টাইফয়োড নিয়ে আলোচনা করব। কারণ এই রোগটি বাংলার মানুষজনকে

বললেই চলে। আগে টাইফয়োড রোগটি নির্ণয় করতেও অনেক সময় লাগত। সাতদিনের আগে রোগটি টাইফয়োড কী না বোঝা যেত না। বর্তমানে বহু উন্নত অ্যান্টিজেন কিট এসে গেছে। যার মাধ্যমে দ্রুত রোগটি কি তা বোঝা যায়। ফলে খুব তাড়াতড়ি ব্রড স্প্রেকটাম

বাহ্যিক ধরে ভোগাচ্ছে।
যেসময় অ্যান্টিবায়োটিক ছিল
না, সেই আমলে এই রোগটি
আস সৃষ্টি করেছিল। তখন
মানুষজন হোমিওপ্যাথি ও
আয়ুর্বেদিক চিকিৎসা করিয়ে
এই টাইফয়েডের মারাত্মক
ছোবল থেকে রেহাই পেতেন।
এরপর এল অ্যান্টিবায়োটিকের
যুগ। ফলে চিত্রটা বহুলাংশেই
পাল্টে গেল। তা সত্ত্বেও
টাইফয়েডের আক্রমণ থেকে
সদ্য রেহাই পেয়েছেন এমন বহু
মানুষকে বলতে শোনা যেত—
রোগ তো সেরেছে কিন্তু
হজমের বারোটা বেজে গেছে।
কেউ কেউ চুল উঠে যাচ্ছে,
কেউবা কানে কম শুনছেন বা
স্মৃতিভ্রংশ হচ্ছে বলে অভিযোগ
করতেন।
টাইফয়েডের পুরনো ওযুধ
ক্লোরাম ফেনিকল এখন খুব
একটা ব্যবহার হয় না। তবে
কোনো কোনো চিকিৎসক
এখনো এই ওযুধটি দেন, তারা
পছন্দ করেন। কিন্তু ক্লোরাম
ফেনিকল:- পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া নেই
অ্যান্টিবায়োটিক প্রয়োগ করার
যাচ্ছে টাইফয়েড ব্যাকটেরিয়া
ঘটিত অসুখ। আগে
টাইফয়েড রোগটি নির্ণয়
করতেও অনেক সময় লাগত।
সাতদিনের আগে রোগটি
টাইফয়েড কী না বোৰা যেত
না। বর্তমানে বহু উন্নত
অ্যান্টিজেন কিট এসে গেছে।
যার মাধ্যমে দ্রুত রোগটি কি
তা বোৰা যায়। ফলে খুব
তাড়াতাড়ি রড স্প্রেকটাম
অ্যান্টিবায়োটিক প্রয়োগ করার
যাচ্ছে।
টাইফয়েড ব্যাকটেরিয়া ঘটিত
অসুখ। জলের মাধ্যমে
আমাদের শরীরে প্রবেশ করে
পাকস্থলীতে গিয়ে পৌঁছায়।
এবং সেখানে যুদ্ধকালীন
পরিস্থিতিতে নানা
কান্দকারখানা ঘটায়। অবশ্যে
যা হওয়ার তাই হয়। পাকস্থলী
ওই অংশের লিমপ্যাটিককে
আক্রমণ করে ঘা তৈরি করে।
বহুক্ষেত্রে রংগির পাকস্থলী
পাতলা ফিলফিলে হয়ে যায়।
আগেকার দিনের চিকিৎসকর

এজন্য রোগীদের হালকা
সহজপাচ খাওয়ার খেতে
বলতেন। শক্ত কিছু লাগলে
তো ওই অংশটা ফুটো হয়ে
যাওয়ার সম্ভাবনা থাকে। কিন্তু
উন্নত অ্যাটিবায়োটিক এসে
যাওয়ার দরণে বর্তমান
চিকিৎসকরা এখন সব ধরনের
খাওয়ারই খেতে বলেন। আমি
কিন্তু এখনো হালকা সহজপাচ
খাওয়ারই খেতে বলি।
ক্ষেত্রে প্রাণিকে টেক্সিমেডের

অনেক ভালো ওযুধ আছে।
আমাদের শাস্ত্রে কঁটা দিয়ে
কঁটা তোলা হয়। আমরা সেই
বিষকেই প্রয়োগ করি যা সেটা
তৈরি করতে পারে।
হোমিওপ্যাথি ওযুধের মাধ্যমে
যখন সেই বিষটি প্রয়োগ করা
হয় তখন সেটি শরীরের
রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতাকে
চমৎকার ভাবে বাড়িয়ে দেয়।
ফলে অসুস্থিতি খুব সহজেই
বিষমুণ্ণে ঘূরে আসে।

ହୋମନ୍ଡପ୍ୟାସଟେ ଚାହିଁକରେଣ୍ଟେର ନିଯନ୍ତ୍ରଣେ ଚଲେ ଆଏ ।

হোমিওপ্যাথিতে ব্যাপটিসিয়া
অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ একটি ওষুধ।
রোগীর মুখে,প্রস্তাব ও মলে
প্রস্তাব দুর্গম্ভ রয়েছে। এক্ষেত্রে
নিম্নমাত্রায় ব্যাপটিসিয়া ৩ এক্স
বা ৬ বারে বারে প্রয়োগ করে
চমৎকার ফল পাওয়া যায়।
প্রবল অ্যাটিবায়োটিক ব্যবহার
করেও রোগীর জুর কমান
যাচ্ছে না। এই ওষুধটি ব্যবহার
করার আটচল্লিশ ঘণ্টার মধ্যে
তার জুর কমে যেতেও

দেখেছি। আগেকার দিনে
টাইফয়োড বা এন্টারিক ফিভার
হয়েছে কি না বুঝতে বেশ
কিছুদিন সময় লাগত। এখন
তো সে সমস্যা নেই। কী
হয়েছে সেই ফলটা খুব দ্রুত
জানা যায়। আমরা যদিও
রোগীর লক্ষণ দেখে ওষুধ দিই।
তবুও এই দ্রুতরোগ নির্ণয়
করাটা আমাদের সবার পক্ষেই
শুভ হয়েছে।
টাইফয়োডে আক্রান্ত রোগীদের

আর একটি চমৎকার ও যুধ
টাইপয়েডিনাম। টাইফয়েড
ক তৈরি এই ওয়ুধি খুবই
ত কাজ করে। এটি শুধু
স্থ অবস্থায় নয়। টাইফয়েড
ন্ত যেসব সমস্যায় রোগী
ক্ষান্ত হন তা নির্মল করতেও
প্রয়োগ করা হয়। একবার
যাত্যাত এক চিকিৎসক ডাঃ
আমাকে একটা ঘটনা
নছিলেন— একটি বাচ্চা
গভাবে টাইফয়েডে আক্রান্ত
হচ্ছিল। তার শায়ার কাছে

রোগীর মাথা ভার, গলা ধরে
আছে। গায়ে চাদর চাপা দিয়ে
শুলে ঘাম হচ্ছে। কিন্তু চাপা
সরালেই ঠাণ্ডা লাগছে, শীত
করছে। ঘাম হচ্ছে অথচ জুর
সারছে না— এক্ষেত্রে
হিপারসালফ দারণ কাজ
করবে। টাইফয়েডের কারণে
যাদের চুল উঠে যায় তাদের
ক্ষেত্রে সালফার, থ্যালাসিয়াম,
ফসফরাস দারণ কাজ দেয়।
তবে চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া
কখনোই কোনো ওষধ পারিব্যা

বাহ্যিক তার সামরণ করেছে
টাই সে প্রায় আঁতকে উঠে
ছিল তোমরা কাছে এস না,
মার শরীরের প্রবল ব্যথা। দুবে
লাটির রোগলক্ষণ দেখে
নির্নেকা খেতে দেন। এই
ধূটি খাওয়ার পর তার জ্বর
ং অন্যান্য উপসর্গ ধীরে
চলে গেল।
মিওপ্যাথি চিকিৎসা খুব
সমনে করতে হয়।
ফয়েডের ওষুধ কেবলমাত্র
রাম ফেনিকল ভেবে
কংসা করলে চলবে না। এ টু
ড সব ওষুধই এক্ষেত্রে ঘুরে
র আসতে পারে।
ফয়েডিনাম যেমন আসতে
র তেমনিই অর্নিকা,
পটিসিয়া ব্যবহার করা হয়।
মিওপ্যাথিতে এই রোগের
ন ওষুধ ব্যাপটিসিয়া,
য়ানিয়া, হিপারসলেফ,
লড়ানা ঘুরে ফিরে আসে।
জ্বরও অন্যান্য উপসর্গ
তাড়াতাড়ি করে যাবে।

A decorative horizontal border consisting of a repeating pattern of stylized human figures in black, set against a white background. The figures are in various dynamic poses, some appearing to run or jump. Between the figures are abstract, swirling black shapes that resemble stylized flames or smoke. The overall effect is a sense of movement and energy.

ইলদিয়া বিএমএস-এর সৌজন্যে মহিলা ফুটবল প্রদর্শনী ম্যাচ

পূর্ব মেলিনীপুর, ১৮ আগস্ট (ই. স.) : রবিবার হলদিয়া সিপিটি ফুটবল ময়দানে একদিনের প্রদর্শনী ফুটবল ম্যাচের আয়োজন করল হলদিয়া কলকাতা পোর্ট ট্রাস্ট ও ডক শ্রমিক ইউনিয়ন (বিএমএস)। স্বাধীনতা সংগ্রামের বীর শহীদদের প্রতি সম্মান এবং হলদিয়া গীতো ও সংস্কৃতি চর্চার মনোনয়নে একদিনের এই আকর্ষণীয় মহিলা ফুটবল প্রদর্শনী ম্যাচ অনুষ্ঠিত হয়। এই খেলায় অংশগ্রহণ করেন জঙ্গলমহল একাদশ বনাম কলকাতা একাদশ। উদ্বোধন করেন বাংলার প্রাক্তন ফুটবলার ও বর্তমান প্রশিক্ষক রঘু নন্দী। উপস্থিত ছিলেন কলকাতা পোর্ট ট্রাস্টের জিএল, জিএম আর সি জানা। ম্যাচ শুরুর আগে চুনিবালা হাঁসদা মশাল জুলিয়ে পুরো মাঠ প্রদক্ষিণ করেন। প্রদর্শনী ম্যাচে স্থানীয় বেশ কিছু ক্লাবের খেলোয়াড়দের জৰি ও চাহুন পাঞ্চ ক্লাব তেলে দেখিয়া ক্ষম।

জাম ও চৰা গাছ হাতে তুলে দেওয়া হয়।
খেলার শুরুতে স্বৰ্ধিত করা হয় উপস্থিতি জাতীয় স্তরে স্বর্ণপদক প্রাপ্ত
মহিলা অ্যাথলেটিক্স ও জড়সনমহলের সেরা মহিলা ক্রীড়াবিদ আভা খাটুয়া,
জাতীয় মহিলা ফুটবলার এবং বর্তমান বাংলার মহিলা ফুটবল প্রশিক্ষণ ও
আইএফএ-র মহিলা ফুটবল কমিটির সদস্যা রঞ্জা নন্দী, প্রাক্তন জাতীয়
মহিলা ফুটবলার ও আন্তর্জাতিক ফিফা স্বীকৃতি প্রাপ্ত মহিলা রেফারি
অনামিকা সেন, জাতীয় স্তরের সঞ্চালক সঙ্গীতা বশিক, জাতীয় এফএলইটি

বাংলা ও বাণিজ্যভারতী বিশ্ববিদ্যালয়ের অ্যাথলেটিকস প্রশিক্ষক ও ক্রীড়া
সংগঠক সুখেন মণ্ডল এবং মাস্টার্স অ্যাথলেটিক আসোসিয়েশন তার
বেঙ্গল-এর কার্যকরী সভা পতি ও দমদম বিবেকানন্দ স্পোর্টস
ফাউন্ডেশনের চেয়ারম্যান সমিরন সাহা-কে।
হৃদিয়া কলকাতা পেট ও ডক শ্রমিক ইউনিয়ন ডিএমএস-এর সাধারণ

সম্পাদক প্রদীপ বিজলি বলেন, ‘আমরা সারা বছর বিভিন্ন কাজ করে থাকি রক্তদান শিবির থেকে শুরু করে বন্ধু দান শিবির। এখন আমরা নতুন ভাবে খেলাধুলার দিকে মন দিয়েছি আমরা আরও সামাজিক কাজে এগিয়ে যাব।’
খেলার প্রথমার্ধে একটি গোল এবং দ্বিতীয়ার্ধে আরেকটি গোলে এগিয়ে যায় কলকাতা একাদশ। অনেক চেষ্টা করেও জঙ্গলমহল একাদশ গোলে শোধ করতে পারেনি। কলকাতা একাদশ ২-০ গোলে জয়লাভ করে চ্যাম্পিয়ন শিরোপা লাভ করে। সবশেষে জঙ্গলমহলের বিখ্যাত অ্যাথলেটিক্স ও দু”বারের বিধায়ক চুনিবালা হাঁসদা বলেন, ‘কলকাতা প্রশিক্ষণের জন্য যথেষ্ট সুযোগ সুবিধা পায়। আমাদের জঙ্গলমহলে সেধরনের মাঠ ও প্রশিক্ষক না থাকায় আমরা চেষ্টা করেও পিছিয়ে যাচ্ছি। তবে আগামী দিনে আমরা সুরে দাঁড়াবার চেষ্টা করব।’

ଶ୍ରୀମତୀ ପ୍ରମିଲା ଦୁଃଖାନ୍ତର ଜୀବନର କଥା



লর্ডস টেস্টে কাল মাথায় মারাওয়াক
আঘাত পেয়েছিলেন স্টিভ স্মিথ।
হেলমেট পরা থাকলেও বল
আঘাত হেনেছে বাঁ কানের নিচে
উন্মুক্ত জ্যায়গায়। হেলমেটের নিচে
টেম গার্ড না পরায় চেট্টা আরও
বেশি লেগেছে স্মিথের। দ্বিতীয়বার
মাঠে নামার সময়েও ওই গার্ড তিনি
ব্যবহার করেননি বলেই জানা
গেছে।
অ্যাশেজে এ পর্যন্ত তিনি ইনিংস
ব্যাট করার সুযোগ পেয়েছেন স্টিভ
স্মিথ। ১৪৪, ১৪২ ও
১৯ এভিজাবস্টন ও চলতি লর্ডস
টেস্ট মিলিয়ে তিনি ইনিংসে স্মিথের
ক্ষেত্র। ইংলিশ ধারাভাষ্যকার
ডেভিড লয়েড তাই রসিকতা
করেছেন, "স্টিভ স্মিথকে কীভাবে
আউট করতে হবে, তা জানা
থাকলে দয়া করে ইংল্যান্ড ড্রেসিং
রুমকে জানান।" জফরা আর্চার

বেশির ভাগ ব্যাটসম্যানই স্টেম গার্ড জুড়ে দেওয়া হলেমেট পরে ব্যাট করে থাকেন। ফোম ও প্লাস্টিকে বানানো এ স্টেম গার্ড মাথার পেছনে নিচের অংশ ও ঘাড়ের উপরে নিরাপত্তা নিশ্চিত করে থাকে অস্ট্রেলিয়ার কোচ জাস্টিন ল্যাঙ্গার সংবাদমাধ্যমকে জানিয়েছেন, হেলমেটের সঙ্গে এ স্টেম গার্ড পরে ব্যাট করতে স্বচ্ছদর্বোধ করেন না স্থিথ। আর এটি ব্যবহার করা বাধ্যতামূলকও নয়। তবে ল্যাঙ্গার মনে করেন, কালকের ঘটনার পর স্থিথ হয়তো হেলমেটে স্টেম গার্ড ব্যবহার করা শুরু করবেন। আর এটি ব্যবহার করা বাধ্যতামূলক করা হলেও অবাক হবেন না ল্যাঙ্গার। শুধু হেলমেট পরে স্থিথ ব্যাট করতে নামার পেছনে অস্ট্রেলিয়ার এ কোচ নিজেকেও কিছুটা দোষী বলে মনে করেন, ‘আসলে বুকাতে পারিনি...হয়তো আমারই ভুল...বুকাতে পারিনি আজকের আগ পর্যন্ত এটা (স্টেম গার্ড) বাধ্যতামূলক ছিল না। তা ছাড়া সিভ তার বইয়েও লিখেছে এটা পরতে পছন্দ করে না। ঠিক স্বস্তি পায় না। সবারই এমন কিছু নিজস্ব ছেটখাটো পছন্দ-অপছন্দ থাকে। জুতো মোংরা করা যেমন তার অপছন্দ। স্থিথ আঘাত পাওয়ার পর এই স্টেম গার্ড পরা না পরা নিয়ে নতুন করে আলোচনা শুরু হবে বলেও মনে করেন ল্যাঙ্গার, ‘আমি নিশ্চিত আজকের (কাল) পর এ নিয়ে আবার কথা শুরু হবে। হিউজ মারা যাওয়ার পর এটা (স্টেম গার্ড) এসেছে। আর আজকের পর সে (স্থিথ) নিজেও এটা পরার ব্যাপারে পুনর্বিচেচনা করতে পারে। এ মুহূর্তে পছন্দটা খেলোয়াড়ের তবে ভবিষ্যতে ত বাধ্যতামূলক করা হলে আমি অবাক হব না।’ মাথায় এমন আঘাত নিয়ে মাঠ ছেড়ে বেরিয়ে যান স্থিথ। তখন তাঁর রান ছিল ৮০। ১০ ওভার পর আবারও মার্টেনেন। ১২ রান যোগ করেন যেভাবে বল ছেড়ে এলবিড়ল হয়েছেন, তা দেখে মনে হয়েছে মাথার আঘাতটা মনে ধিখার বীজ ঢুকিয়ে দিয়েছে হয়তো! অ্যাশেতে ঢানা তৃতীয় সেঞ্চুরিটা হাতছাড় হলো মাত্র ৮ রানের জন্য তবে এর কিছুই নয়, স্থিথ সবচেয়ে বেশি চমকে দিয়েছেন, দ্বিতীয়বার ব্যাট করতে নামার সময়েও স্টেম গার্ড পরেনি! সামাজিক মাধ্যমে তাঁর ভক্তেরা এর জন্য অনুযোগই করছেন। স্থিথকে এরপর থেকে স্টেম গার্ড পরে খেলার অনুরোধ তাঁদের কঠে।

ହାଥୁଳ ନେଟ୍ ଗୋ କୀ ହେଲେ !

গল টেস্ট নিউজিল্যান্ডকে ৬ উইকেটে হারিয়ে সিরিজে ১-০তে প্রগতি গোল শৈলিকা। পঞ্চম দিনে লাথের আগেই ২৬৮ রানের লক্ষ্য ছুঁয়েছে স্বাগতিকরা। চাঞ্চিকা হাথুরসিংহের অধীনে দক্ষিণ আফ্রিকার মাটিতে ঐতিহাসিক টেস্ট সিরিজ জিতেছিল শৈলিকা। সেই হাথুরসিংহকে তাঁর 'কর্মশূলে'র জন্যই সম্পর্কটা শুধু কাগজে কলমে রেখেছে শৈলিকা ক্রিকেট বোর্ড (এসএলসি)। এ সিদ্ধান্তের পর লক্ষান সংবাদীরাধ্যম একটা শক্তাও তুলে ধরেছিল, ঘরের মাঠে নিউজিল্যান্ডের বিপক্ষে সিরিজে কৌশল ঠিক করে দেবে কে? অস্তর্ভূকালীন কোচ আছে ঠিকই কিন্তু তিনি তো আর হাথুরস মতো 'থিংক ট্যাংক' নন। জবাবটা দিয়ে দিলেন খেলোয়াড়েরাই। হাথুরস নেই তো কী হয়েছে, নিউজিল্যান্ডের বিপক্ষে প্রথম টেস্ট জিততে কোনো অস্বিধাই হয়নি

স্বাগতিকদের জয় প্রায় নিশ্চিত থাকায় নির্দিষ্ট সময়ে লাগ্ন বিরতিতে
যায়নি দুই দল। প্রথম সেশনের খেলার সময় আরবও ৩০ মিনিট
বাড়ানো হয়। নিউজিল্যান্ডের বিপক্ষে ৬ বছর পর শ্রীলঙ্কার এই প্রথম
টেস্ট জয়ে চতুর্থ ইনিংসের নায়ক দুই ওপেনার। আরও নির্দিষ্ট করে
বললে অধিনায়ক করণারত্নে। ২৪৩ বলে ১২২ রানের দুর্বাস্ত এক
ইনিংস খেলেন করণারত্নে। ৬৪ রান করেছেন আরেক ওপেনার
লাহিক থিরিমানে। ওপেনিং জুটিতে ১৬১ রান তোলেন দুজন। আর
এখানেও উঠে আসছে হাথুরসিংহের প্রসঙ্গ। শ্রীলঙ্কার মাটিতে এর
আগে চতুর্থ ইনিংসে স্বাগতিকদের হয়ে সবচেয়ে রানের ওপেনিং
জুটিতে জড়িয়ে আছে হাথুরসিংহের নাম। ১৯৯২ সালে অস্ট্রেলিয়ার
বিপক্ষে ১১০ রান তুলেছিলেন রোশন মহানামা ও হাথুরসিংহে।
শ্রীলঙ্কা সেই টেস্ট জিততে না পারলেও করণারত্নে-থিরিমানেরা কিন
দেখিয়ে দিলেন।

এশিয়ার মাটিতে চতুর্থ ইনিংসে এটি এগারোতম সফল রান তাড়ার
নজির। অভিজ্ঞ অ্যাঞ্জেলো ম্যাথুস ও দণ্ডঞ্জয়া সিলভা দুই প্রাপ্ত ধরে
রেখে জয় নিশ্চিত করেছেন শ্রীলঙ্কা। হাথুরং কোচ থাকতে বেশ
ভালোই ঠোকাঠুকি হয়েছে ম্যাথুসের সঙ্গে। আর দিনেশ চান্দিমাল ও
নিরোশান ডিকভেলারে তো দল থেকে ছেঁটেই ফেলেছিলেন হাথুরং
এ দুজনকে দলে ফিরিয়েই নিউজিল্যান্ডের বিপক্ষে টেস্ট জিতল
শ্রীলঙ্কা। প্রথম ইনিংসে ৫০ আর দ্বিতীয় ইনিংসে ৭৩ বলে ২৮ রানের
ম্যাচ জেতানো ইনিংস খেলে ম্যাথুসও বুঝিয়ে দিলেন, যতই
ক্রান্তিকালীন সময় যাক এই শ্রীলঙ্কা হাথুর ঢাড়াও পাবে।

দিমুখ করণারভের দলের।
জয়ের জন্য চতুর্থ ইনিংসে ২৬৮ রানের লক্ষ্য পেয়েছিল শ্রীলঙ্কা।
গলে স্পিনবাইবল উইকেট টেস্টের চতুর্থ ও পঞ্চম দিনে আরও
ভয়ৎকর হয়। কাল চতুর্থ দিনে বিনা উইকেটে ১৩৩ রান তুলে
লক্ষণরা বুঝিয়ে দিয়েছিল, বিশ্বকাপের ফাইনাল খেলা দল প্রতিপ
হলেও সেটি কোনো সমস্যা নয়। বিশ্বকাপ চ্যাম্পিয়ন হওয়ার পর
ইংল্যান্ড যেমন প্রথম টেস্টে মাঠে নেমেই হেরেছে তেমনি ফাইন
খেলা আরেক দলকেও তাঁদের প্রথম টেস্টে হারানো সম্ভব। আজ
প্রামাণ করতে মাত্র ৩৬.১ ওভার লেগেছে শ্রীলঙ্কা। সময়ের হিসেবে
লাঞ্ছনিক কিংবা পর্বত দুটি উইকেটের জয় তলে নিয়েছে শ্রীলঙ্কা।

‘স্টেম গাড’ তা স্থির ব্যবহার করেননি কেন? ২০১৪ সালে মাঝায় বলের আঘাত পেয়ে মারা যান অস্ট্রেলিয়ার ওপেনার ফিল হিউজ। তাঁর মৃত্যুর পর ব্যাটসম্যানদের নিরাপত্তা বাড়াতে হেলমেটের পেছনে নিচের অংশে ‘স্টেম গাড’ ব্যবহার শুরু হয়। আর এটি তৈরি করেছিল বিটেনের হেলমেট প্রস্তুকারক প্রতিষ্ঠান যাস্কি। কানেক্টের খেতে বিশেষ

হলদিয়া পোট ট্রাস্টের উদ্যোগে মাহল ফুটবল প্রদর্শনী ম্যাচ

হলদিয়া, ১৮ আগস্ট (ই. স.) : মানুষের সঙ্গে জনসংযোগ বাড়াতে অনুষ্ঠিত হল মহিলা ফুটবল প্রদর্শনী ম্যাচ উদ্যোগে হলদিয়া পোট ট্রাস্ট। পরিচালনায় ভারতীয় মজদুর সংঘ। রবিবাসৱীয় বিকেলে ৪টে নাগাদ হলদিয়া পোট ট্রাস্টের মাঠেই এই ফুটবল প্রদর্শনী ম্যাচ অনুষ্ঠিত হয়। প্রদর্শনী ম্যাচে ২ টি দল অংশগ্রহণ করে জঙ্গলমহল একাদশ বনাম কলকাতা একাদশ। ম্যাচ শেষে কলকাতা একাদশ ২-০ গোলে জঙ্গলমহল একাদশকে হারিয়ে দেয়। উভয় দলের হাতে পুরস্কার তুলে দেন হলদিয়া পোট ট্রাস্টের জি সিহলভেল। ভারতীয় মজদুর সংঘের পক্ষ থেকে এলাকার ক্লাবগুলিকে ফুটবল ও চারাগাছ তুলে দেওয়া হয়। ভারতীয় মজদুর সংঘের কর্মসূচী সম্পর্কে প্রতিপাদ্য বিবরণ। প্রদর্শনীতে একটী প্রচৰণা করা হয়েছে।

হলদিয়া পোর্ট ট্রাস্টের উদ্যোগে মহিলা ফটবল প্রদর্শনী ম্যাচ

হলদিয়া, ১৮ আগস্ট (ই. স.) : মানুষের সঙ্গে জনসংযোগ বাড়াতে অনুষ্ঠিত হল মহিলা ফুটবল প্রদর্শনী ম্যাচ উদ্বোগে হলদিয়া পোর্ট ট্রাস্ট। পরিচালনায় ভারতীয় মজদুর সংঘ। রবিবাসীয়া বিকেলে ৪টে নাগাদ হলদিয়া পোর্ট ট্রাস্টের মাঠেই এই ফুটবল প্রদর্শনী ম্যাচ অনুষ্ঠিত হয়। প্রদর্শনী ম্যাচে ২ টি দল অংশগ্রহণ করে জঙ্গলমহল একাদশ বনাম কলকাতা একাদশ। ম্যাচ শেষে কলকাতা একাদশ ২-০ গোলে জঙ্গলমহল একাদশের হারিয়ে দেয়। উভয় দলের হাতে পুরস্কার তুলে দেন হলদিয়া পোর্ট ট্রাস্টের জি সিহলভেল। ভারতীয় মজদুর সংঘের পক্ষ থেকে এলাকার ক্লাবগুলিকে ফুটবল ও চারাগাছ তুলে দেওয়া হয়। ভারতীয় মজদুর সংঘের কর্মসূচী সম্পর্কে প্রতিপাদ্য বিবরণ প্রদর্শন করে এবং সময় বৈধ।

সৃষ্টির প্রেরণায় নতুন প্রতিশ্রূতি

କେବଳ ମୁଖ୍ୟ

সাদা, কালো, রঙিন নতুন ধারায়

ରମ୍ବା ପିଣ୍ଡେ ଓ ସାର୍କମ

জাগরণ ভবন, (লক্ষ্মীনারায়ণ মন্দির সংলগ্ন), এন এল বাড়ি লেইন

প্রতুবাড়ী, বনমালীপুর, আগরতলা, ত্রিপুরা পশ্চিম - ৭৯৯০০১

ফোন - ০৩৮১-২৩৮ ৪৯৮৪

ই-মেল : **rainbowprintingworks@gmail.com**

