

ବିଜ୍ଞାନ

ହୃଦୟକଥାମ

ବିଦ୍ୟାକୁଳ

ଶ୍ଵାମ ନେବେନ ଯେତାବେ

মাইক্রোফুল ব্রিথিং বা মনোযোগী শ্বাসক্রিয়া বা সচেতন শ্বাসক্রিয়া কিংবা ব্রেথওয়ার্কের (মনের ভাবত হালকা, ধ্যান অথবা শারীরিক ও মানসিক উন্নয়নের উদ্দেশ্যে সচেতন বা নিয়ন্ত্রিত শ্বাসক্রিয়া) অনেক উপকারিতা রয়েছে ব্রেথওয়ার্ক শত শত বছর ধরে ব্যবহৃত হয়ে আসছে এবং এর প্রভাবে জীবন পরিবর্তন হতে পারে। ট্রাডিশনাল চাইনিজ মেডিসিন প্র্যাকটিশনার আলেক্স ট্যান ব্রেথওয়ার্কের জন্য নিচের ধাপসমূহ অনুসরণ করতে পরামর্শ দিয়েছেন।

মাংসপেশি শিথিল করুন : মেরণগু সোজা রেখে দাঁড়ান বা বসুন, গলাকে দীর্ঘায়িত করুন এবং মাথা তালুকে আকাশ বরাবর রাখুন। মার্স বা মাংসপেশিকে পুরোপুরি শিথিল করুন, প্রয়োজনে প্রতিটি মাসল প্রহণের ওপর মনোনিবেশ করুন, কারণ মাংসপেশি কঠিন টান হারাচ্ছে এবং শিথিল হচ্ছে। শ্বাস পর্যবেক্ষণ করুন : আপনার শ্বাস সম্পর্কে সচেতন হোন এবং যেকোনো প্যাটার্ন বা শাসের ধরন লক্ষ্য করুন। আপনার শ্বাসগ্রহণ কি ধীরে বা দ্রুত হয়? শ্বাসগ্রহণ কি সহজে করতে পারেন? অথবা শ্বাসগ্রহণ কি দূরহ লাগছে? শ্বাসগ্রহণ ও শ্বাসত্যাগের নিম্নতর চক্র সম্পর্কে ধারণা রাখুন।

শ্বাসগ্রহণ ও শ্বাসত্যাগে মনোযোগ দিন : প্রতিটি শ্বাসগ্রহণ ও শ্বাসত্যাগে মনোযোগী হোন। শ্বাসগ্রহণের সময় ফুসফুসকে পুরোপুরি বায়ু পূর্ণ করুন। ফুসফুসকে

প্রভাবে জীবন পরিবর্তন হতে পারে। ট্রাডিশনাল চাইনিজ মেডিসিন প্র্যাকটিশনার আলেক্স ট্যান ব্রেথওয়ার্কের জন্য নিচের ধাপসমূহ অনুসরণ করতে পরামর্শ দিয়েছেন।

মাংসপেশি শিথিল করুন : মেরণগু সোজা রেখে দাঁড়ান বা বসুন, গলাকে দীর্ঘায়িত করুন এবং মাথা তালুকে আকাশ বরাবর রাখুন। মার্স বা মাংসপেশিকে পুরোপুরি শিথিল করুন, প্রয়োজনে প্রতিটি মাসল প্রহণের ওপর মনোনিবেশ করুন, কারণ মাংসপেশি কঠিন টান হারাচ্ছে এবং শিথিল হচ্ছে। শ্বাস পর্যবেক্ষণ করুন : আপনার মুখ বন্ধ রাখা উচিত। কিন্তু আপনার দাঁত শিথিল ও মুক্ত থাকা উচিত।

মনকে শাসের ওপর স্থির রাখুন : ব্রেথওয়ার্কের লক্ষ্য হল প্রতিটি শ্বাস ও শ্বাসচক্রের ওপর মনোযোগ দেওয়া। আপনি যদি আপনার টু-ভু লিস্ট বা করণীয় কার্য নিয়ে চিন্তা করতে শুরু করেন অথবা যদি মনকে এখানে সেখানে বিচরণ করতে দেন, তাহলে শাসের ওপর আপনার নিয়ন্ত্রণ থাকবে না। শ্বাসগ্রহণে ফুসফুসে অঙ্গীজেনের আগমন ও ধীরে শ্বাসত্যাগ তা নির্গমনের সময় মনোযোগী হোক। শ্বাসগ্রহণ ও শ্বাসত্যাগ প্রক্রিয়ার ওপর মনোনিবেশ করুন অথবা

পেটের ওপর আপনার মনোযোগ স্থির করুন। কার একটি প্রতিটা শ্বাসের সঙ্গে সম্প্রসারিত ও সংকুচিত হয়। টাইমিং বিবেচনা করুন : কোনো সময় ব্রেথওয়ার্ক চর্চ করা যায়। কিন্তু দিনকে অধিক ফলপ্রসু করার জন্য শরীর ও মনকে প্রস্তুত করতে খুব সকারে ব্রেথওয়ার্ক করতে আলেক্স ট্যান পরামর্শ দেন। ব্রেথওয়ার্ক শুরু করতে খাবার খাওয়ার পর কমপক্ষে এক ঘণ্টা অপেক্ষ করুন এবং একটি মেশন শেষ করার পর আধ ঘণ্টার মধ্যে কোনো ঠাণ্ডা তরল পান করবেন না। দিনের কোনো সময় মাইক্রোফুল ব্রিথিং বা সচেতন শ্বাসক্রিয়া শুরু করবেন ত কোনো ব্যাপার নয়। তবে আলেক্স ট্যানপ্রতিদিন একই সময়ে তা চর্চা করতে পরামর্শ দেন কারণ সার্বিক সুস্থিতার জন্য নিয়মানুবর্তিতা বা ধারাবাহিক গুরুত্বপূর্ণ। আপনি যদি একবার মনোযোগের সঙ্গে ব্রেথওয়ার্ক করে মাইক্রোফুল ব্রিথিং সম্পাদন করবেন, পারেন, তাহলে এটি আপনার জীবনের অন্যান্য অংশকে সহজতর করে তুলবে। শিগগিয়া আপনি সম্পূর্ণ প্রচেষ্টা ছাড়া ধ্যান করতে সক্ষম হবেন।

স্বাস্থ্য সমস্যার বড় কারণ ঝুলতার

স্তুলতার বিরংদে যুদ্ধ ৪ স্তুলতা নিমূলকরণের সর্বোত্তম উপায় হল এর কারণগুলো নিমূল করা। ডাঃ লাষ্টিগ বলেন, অতিরিক্ত ওজনের পেছনে দায়ী হল অতিমাত্রার পুষ্টি গ্রহণ ও শারীরিক শর্ম বিমুখতা— এই দুটি অবস্থায় অতিরিক্ত ইনসুলিন নিঃসরণ করে।

আর এই অতিরিক্ত পুষ্টির বেশিরভাগই আসে সুবিধাজনক প্রক্রিয়াজাত খাদ্য কোমল পানীয় আর বিশাল ফাস্টফুড ভাণ্ডার থেকে। অধিক পুষ্টি গ্রহণের সাথে সাথে এমন একটি জীবন ধারার শিশুরা অভ্যন্তর হয়ে উঠেছে যেখানে বসে থাকার ব্যবস্থা প্রাধান্য পায়। শিশুরা হাঁটা বা সাইকেলে চড়ার তুলনায় যান্ত্রিক যানবাহনের উপর বেশি নির্ভরশীল হয়। স্বল্প বাজেটের জন্য অনেক স্কুলে শারীরিক শিক্ষা এবং পরবর্তীতে খেলাধূলা বাদ দিয়ে দেয়।

অতিরিক্ত খোলামেলা স্থান ও নিয়াপত্তার অভাবে আউটডের গেমকে নিরংসাহিত করা হয়। আর বেশিরভাগ শিশুর প্রিয় কাজ হল টেলিভিশন কম্পিউটার বা ভিডিও গেমে নিজেকে ব্যস্ত রাখা। এজন্য তারা ঘটার পর ঘটা টেলিভিশন বা কম্পিউটারের সামনে বসে থাকে বা মোবাইল ফোন

একটি বেগ যা খাদ্য প্রক্রিয়াজাতকরণ ও নগর পরিকল্পনাকে চিকিৎসাগত পরিবর্তনের দিকে নিয়ে গেছে। এই মহামারীর প্রাদুর্ভাব দূর করতে আমাদের খাদ্যাভ্যাস ও জীবন মাপনের চালিত্র পরিবর্তন করতে হবে। এক্ষেত্রে কম খাও বেশি পরিশ্রম কর বলে পরামর্শ দেয়াই যথেষ্ট নয়। এটাকে মূলত চিকিৎসা বিজ্ঞানের একটি সমস্যা হিসাবে বিবেচনা করে সবাইকে এগিয়ে আসত হবে। স্তুলতা থেকে মুক্তির পথ হিসাবে ডাঃ রবার্ট লাষ্টিগ বলেন, আমাদের পরিশুল্ক শর্করা ও চিনি গ্রহণ করাতে হবে আব অঁশ গ্রহণ অনেকগুণে বাঢ়াতে হবে। যে কোনও মূল্যে শিশুদের ইনসুলিন নিঃসরণের মাত্রা কমাতে হবে। অঁশযুক্ত খাদ্য গ্রহণ এক্ষেত্রে অগ্রণী ভূমিকা পালন করতে পারে। অঁশ শর্করার বক্তুপ্রবাহ, চিনির শোষণ ক্ষমতা কমায় আব অতিরিক্ত ইনসুলিন নিঃসরণে বাধা দেয়। পরীক্ষাতে দেখা গেছে যে, যেসব শিশু কম খাদ্য গ্রহণ করে তারা পরবর্তীকালে খাবার সময় ও কম ক্ষুধার্থ থাকে। পরিশুল্ক শর্করা ও চিনির বদলে অঁশযুক্ত ফল, চাল, দানাসহ বংটি, সীম জাতীয় সবজি ও অন্যান্য অঁশযুক্ত সবজি ও ফলমূল উৎকৃষ্ট। ফলের রসের মধ্যে প্রচুর চিনি থাকে, একটা কমলায় যেখানে মাত্র ৭০ ক্যালরি শক্তি আব প্রচুর অঁশ থাকে ১২ আউন্সের একটা অরেঞ্জ জুসের বোতলে প্রায় ১৬৫ ক্যালরি শক্তি থাকে, অঁশ মোটেই থাকে না। কাজেই কমলা খেয়ে প্রাকৃতিক উপায়ে প্রয়োজনীয় ক্যালরি পাওয়া সম্ভব। সোডা জাতীয় পানীয় শিশুদের জন্য ক্ষতিকর। ডাঃ লাষ্টিগ প্রথম দফা খাবার শেষ করার পর শিশুদের দ্বিতীয়বার খাবার দেয়ার ব্যাপারে সাবধান হতে বলেছেন। কারণ অনেক শিশু আছে যারা পেট ভর্তি খাবার নিমিয়ে খেয়ে আবার প্লেট বাড়িয়ে দেয়। এরকম অতিরিক্ত খাবার দেবার ব্যাপারে তিনি বাবা-মা-দের সতর্ক করে দেন। তিনি পরামর্শ দেন দ্বিতীয়

পালন করতে পারে। অঁশ শর্করারের বক্তুপ্রবাহ, চিনির শোষণ ক্ষমতা কমায় আব অতিরিক্ত ইনসুলিন নিঃসরণে বাধা দেয়। পরীক্ষাতে দেখা গেছে যে, যেসব শিশু কম খাদ্য গ্রহণ করে তারা পরবর্তীকালে খাবার সময় ও কম ক্ষুধার্থ থাকে। পরিশুল্ক শর্করা ও চিনির বদলে অঁশযুক্ত ফল, চাল, দানাসহ বংটি, সীম জাতীয় সবজি ও অন্যান্য অঁশযুক্ত সবজি ও ফলমূল উৎকৃষ্ট। ফলের রসের মধ্যে প্রচুর চিনি থাকে, একটা কমলায় যেখানে মাত্র ৭০ ক্যালরি শক্তি আব প্রচুর অঁশ থাকে ১২ আউন্সের একটা অরেঞ্জ জুসের বোতলে প্রায় ১৬৫ ক্যালরি শক্তি থাকে, অঁশ মোটেই থাকে না। কাজেই কমলা খেয়ে প্রাকৃতিক উপায়ে প্রয়োজনীয় ক্যালরি পাওয়া সম্ভব। সোডা জাতীয় পানীয় শিশুদের জন্য ক্ষতিকর। ডাঃ লাষ্টিগ প্রথম দফা খাবার শেষ করার পর শিশুদের দ্বিতীয়বার খাবার দেয়ার ব্যাপারে সাবধান হতে বলেছেন। কারণ অনেক শিশু আছে যারা পেট ভর্তি খাবার নিমিয়ে খেয়ে আবার প্লেট বাড়িয়ে দেয়। এরকম অতিরিক্ত খাবার দেবার ব্যাপারে তিনি বাবা-মা-দের সতর্ক করে দেন। তিনি পরামর্শ দেন দ্বিতীয়

অন্তের স্যাটাইটি হরমোন বা পরিত্থিপুঁতি হরমোন নামক এক ধরনের হরমোন নিঃসৃত হয় যা মস্তিষ্ককে বলে যে পাকস্থলী পুণ্য আছে। এই খাবার প্রায় ২২ ফিট অন্তের মধ্য দিয়ে পার হলে এ ধরনের হরমোন সংকেত মস্তিষ্ক পায় এবং তাতে প্রায় ২০ মিনিট সময় লাগে। এর পরও যদি কোন শিশু ২০ মিনিট পর খেতে চায় তাকে তখন খাবার দেয়া যায় কিন্তু বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই তারা অন্য কোন খেল বা কাজে মনযোগী হয়ে খাওয়ার কথা ভুলে যায় স্তুলতার বিরংদে যুদ্ধের আরেকটি হাতিয়ার হল ব্যায়াম এটা শরীরে ইনসুলিনের মাত্রাকমিয়ে আনতে সহায়ত করে। কেবলমাত্র নিয়মিত ব্যায়ামই উপকারি। আর শিশুদের শুধু উৎসাহিত করা নয় বরং শিশুদের সাথে মা-বাবারও অঁশগ্রহণ করা বাঞ্ছনীয়। আর ব্যায়াম হচ্ছে কর্টিসল নিঃসরণের কমানোর একমাত্র উৎকৃষ্ট উপায় যা ইনসুলিন নিঃসরণ বাড়িয়ে স্তুলতা ত্বরান্বিত করে। স্তুলতা কমাতে জীবনব্যাপ্তির বিবরিতে ইনসুলিন প্রধান অন্ত। এটা সবচেয়ে সত্ত্ব, সহজ আর নিরাপদ পদ্ধতি।

ନିয়ে ବ୍ୟକ୍ତ ଥାକେ ।
ଡା: ରବାଟ ଲାଷ୍ଟିଗ ବଲେନ,
ଯାହାକୁ ଏହି ପାଇଁ ମୋର ମୋର
ଇନ୍‌ସୁଲିନ ନିଃଶରୀରର ମାତ୍ରା
କମାତେ ହବେ । ଆଂଶ୍ୟକୁ ଖାଦ୍ୟ
ବାରେ ଜନ୍ୟ ସଦି ଶିଶୁକେ ଖାବାର
ଦିତେଇ ହୁଏ ତବେ ଯେନ ତା ୨୦
ମିନିଟ୍ ପରେ ମୋର କୁଳ କାହାରେ

তো এই সঙ্গতির অমন অসংগ অক্ষেত্রে অঞ্চল ঝুঁটিকা মানিট পরে দেৱা হৈছ,
স্তনের আকারের সঙ্গে ক্যান্সারের
সম্পর্ক! দাবি গবেষকদের

নারী জীবনে স্তন নিয়ে নানা খুঁত খুঁত আছে। মানসিক চিকিৎসকদের অভিজ্ঞতা বলে, স্তনের আকৃতি একপ্রকার মানসিক জটিলতার জন্ম দেয়। তাই অসুখ থেকে অবসাদ, বহু ক্ষেত্রে বক্ষ একটা বিসয় হয়ে দাঁড়ায়। শুধু তাই নয়, এর সঙ্গে ক্যাল্পারের ও সম্পর্ক খুঁজে পেয়েছেন সমীক্ষকরা।
 সম্প্রতি অ্যাংলিয়া রাসকিন বিশ্ববিদ্যালয়ের গবেষক বীরেন স্বামী ও ইউনিভার্সিটি অব লন্ডনের গবেষক অ্যাড্রিয়ান ফার্নহ্যাম একটি সমীক্ষা চালিয়েছিলেন। তাঁদের বক্তব্য, যেসব মহিলাদের স্তন ‘আকারে ছেট’ তাদের মধ্যে নিজেদের স্তন পরীক্ষা করার ক্ষেত্রে অনীহা প্রবল। ফলে স্তনে কোনও পরিবর্তন দেখা দিলেও, তাঁরা চিকিৎসকের কাছে যেতেও আগ্রহ দেখান না। প্রায় ৪০০ ব্রিটিশ মহিলার উপর সমীক্ষা করা হয়। এদের মধ্যে অধিকাংশ মহিলাই তাঁদের স্তনের আকার নিয়ে কারণ কোনও অসম্মতি থাকলে তিনি নিজের স্তন পরীক্ষা করান খুবই কম। এমনকী কোনও পরিবর্তন ঘটলে চিকিৎসকদের কাছে তাঁরা অনেক দেরিতে গিয়ে পোছেন। ফলে ক্যাল্পারের মতো রোগের ক্ষেত্রে তা ধরা পড়তে অনেকটা সময় পেরিয়ে যায়। আর তাই বহুক্ষেত্রে প্রাণঘাতী হয়ে ওঠে বেস্ট ক্যাল্পার।

ଶୁରୁତେଇ ଦରକାର ମଚେତନତା ମାନସିକ ପ୍ରକୃତି

দ্যা অসেটুলিযান ন্যাশনাল হেলথ অ্যাণ্ড ওয়েলবিংহের
ইউনিভার্সিটির সেন্টার ফর গবেষক আরও বেতন

ଯାରା ପରିବାରେ ନତୁନ ଅତିଥି
ଆନାର କଥା ଭାବଚ୍ଛେନ, ବିଷନ୍ନତାର

অন্য মানসিক রোগ এড়াতে
তাদের শুরুতেই সচেতন হওয়ার
পরামর্শ দিচ্ছেন বিশেষজ্ঞরা।
বেগায় দেখা গেছে, সন্তান
মিষ্ঠ হওয়ার আগে ও পরে
বিষয়তা, উদ্ঘিতসহ অন্যান্য
মানসিক রোগ হওয়ার ঝুঁকি
পুরুষের ক্ষেত্রে কম নয়। বরং
কখনও কখনও একই।
মানসিক স্থান্ত্র গবেষক ডা:

ଦ୍ୟା ଅସେଟ୍ ଲିୟାନ ନ୍ୟାଶନାର
ଇଉନିଭାର୍ସିଟିର ସେନ୍ଟାର ଫର୍ମ

এজিং, হেলথ অ্যাব
ওয়েলবিংয়ের এই গবেষণা
আরও বলেন, সাধারণত পুরুষের
এ ধরনের সমস্যা উপলব্ধি করতে
পারেন। কারণ সত্ত্বান জন্ম বিষয়টা
সঙ্গে সরাসরি যুক্ত থাকেন মা-
আর গুরুত্ব না দেওয়ার কারণে
বিষয়টি জটিল হয়ে যেতে
পারে। গবেষণায় আরও দেখ

গবেষক আরও বলে

সাধারণত পুরুষরা। এ ধরনে
সমস্যা উপলক্ষি করতে পারে
না। কারণ সন্তান জন্ম বিষয়ায়
সঙ্গে সরাসরি যুক্তি থাকেন
না। আর গুরুত্ব না দেওয়ার কারণ
বিষয়টি জটিল হয়ে যেতে পারে।
অনেক দম্পত্তির ক্ষেত্রে
পরিবারে নতুন অতিথি আসা
বিষয়টির সঙ্গে মানিয়ে নেওয়া
বেশ কঠিন কাজ হয়ে দাঁড়া
প্রথম অবস্থায় ‘নাভিস’ হওয়া
স্বাভাবিক হলেও, উদ্বিঘ্নতা
বিষয়তা দীর্ঘস্থায়ী হলে তা দৈনন্দিন
জীবন যাত্রায় বিরূপ প্রভাব ফেলে
যোগ করেন লিচি।
এক্ষেত্রে লক্ষণগুলো হলো সন্তান
নিরাপত্তা নিয়ে অতিরিক্ত ভ
সামান্য বিষয়ে বিরুদ্ধ হয়ে যাও

বা সার্বিক বিষয় নিয়ে দুশ্চিন্ত
হওয়া। শারীরিক লক্ষণগুলে
হলো হাদস্পন্দন বেড়ে যাওয়া
যেমে যাওয়া, ঘূম করে যাওয়া ও
ক্রুধা করে যাওয়া।
লিচ'র মতে, মানসিক সমস্যা
এড়াতে দম্পত্তিদের প্রথমে
চিকিৎসক এবং প্রীবীদের সঙ্গে
আলোচনা করে। সচেতন হওয়ার
দরকার। মা গৰ্ভবতী বিষয়টি বুত্তে
পারার পর থেকেই সব প্রস্তুতি
নেওয়া দরকার। পারস্পরিক
সহযোগিতা ও আর্থিক প্রস্তুতি
মানসিক সমস্যা হওয়ার বুঁবিক
অনেকটাই কমিয়ে দিতে পারে তিনি
আরও বলেন, পরিবারে নতুন
অতিথি আসার আগে ও পরে
কেবল বাবা মাকে প্রস্তুত থাকলে
চলবে না, যৌথ পরিবারের ক্ষেত্রে
এ প্রস্তুতি সবার।

সলমনের বদলে রণবীর ?



চার দিনের
শেষে কত
আয় করল
প্রভাসের
সাল ?

ফিল্ম ডেস্কং প্রথম দিনেই একধিরু
রেকর্ড ভেঙ্গে দিতে পারে সাহ
তেমনই আভাস ছিল। একাধিক
ট্রেড আনালিসিস্টের মতে
অ্যাভেঞ্জারস এবং থাগস অফ
হিন্দুস্তানের রেকর্ড ভেঙ্গে দিয়ে
পারত সাহ। তবে তা না হলেও এই
মরশুমে ওপেনিং এ বেশ ভালো
টাকার ব্যবসা দিয়েছিল সাহ। এবং
প্রথম দিনের ব্যবসার পর কিউটু
ধাক্কা খেতে পারে এই ছবি বল
হয়েছিল। তবে তা ভুল প্রমাণ করে
তিনি দিনের শেষে প্রায় ৮০ কোটি
ব্যবসা দিল এই ছবি। প্রথম দিনে
২৪ কোটি টাকার ব্যবসা করেছিল
প্রভাস এবং শ্বাকা কাপুরের এই ছবি
চার দিনে মোট এই ছবির আয় ৯
কোটি টাকা। অর্থাত এইভাবে
চললে ৫ দিনেই ঢুকে যাবে ১০
কোটির ক্লাবে অ্যাভেঞ্জারস প্রথম
দিনে ব্যবসা করেছিল ৫৩ কোটি
টাকার আর আমির খানের থাগস
অফ হিন্দুস্তান একদিনে করেছিল
৫২.২৫ কোটি টাকার সাহ প্রথম
দিনেই তেলেগু ইন্ডাস্ট্রি তে ৩
কোটি টাকার উপর ব্যবসা দিতে পারে
বলে ভেবেছিলেন অনেকে
বিশ্বজরা। শুধু তেলেগু ন
তামিলে ১৫ কোটি এবং মালায়ালামে
৫ কোটি টাকার ব্যবসা দিতে পারে
ভারতবর্ষের সব ভাষা মিলিয়ে মো
৬০-৭০ কোটি টাকার ব্যবসা করবে
পারে এই ছবি এমনি ভাবা হয়েছিল
তবে তা হয়নি, শুরুতেই নিজেদের
প্রত্যাশিত মতো ব্যবসা করবে
পারেনি ছবি হিন্দি ছাড়াও তারিখ
ও তেলেগু ভাষায় রিলিজ করেন
এই ছবি। ফলে ছবির মাকেটিং দে
বড় হবে তা বলাই বাল্য। এখন
কি হবে তা বলা সম্ভব নয়, তবে
বনিউডের একাধিক রেকর্ড ভেঙ্গে
চলে গুরু টেক্সট।

মালিয়া ভট্টের বিপরীতে কি শেষ
ব্যর্থস্ত তাঁর বয়ফেন্সই থাকবেন? ইনশাল্লাহ'র ভবিষ্যত যে দিকে
গোচে, তাতে সে রকমই মনে
ছে। সঞ্জয় লীলা ভস্তালীর ছবিতে
সলমন খানের বদলে মুখ্য চরিত্রে
সামসতে পারেন রণবীর কপূর।
কই সঙ্গে, 'ইনশাল্লাহ'-য়
সলমনের ফেরার আশা ও প্রায়
শব্দ এখন না হলেও সলমন যে
ভস্তালীর সঙ্গে ছবিটা শেষ পর্যন্ত
ব্যবেন, এমন আশা দিয়ে
রয়েছিলেন নায়ক স্বয়ং। এ-ও
নিয়েছিলেন, ভস্তালী আর যা-ই
ব্যবেন, 'ইনশাল্লাহ'র সঙ্গে
গদারি' করবেন না। কারণ
সলমন জানতেন, ছবিটা ভস্তালীর
তট্টা কাছের। গল্পের ট্যাঙ্গিক
শব্দটা পাল্টাবেন না বলেই তো
ভস্তালীর সঙ্গে তর্কাতর্কি হয়েছিল
তাঁর। কারণ সলমন চাননি, গল্পের
শব্দটা দুঃখের হোক। তাঁর ভক্তদের
তাশ করতে চাননি সলমন। কিন্তু
ভস্তালী দাবি মেনে নেননি
সলমনের। নিজের স্ট্রিপ্ট নিয়ে
রাবারই খুঁতখুঁতে ও জেদি
পরিচালক। চিত্রনাট নিয়ে আপস
ী করায় সঞ্জয়-সলমনের পথ
মালাদা হয়ে যায়। ইদে

কপুরের নাম। শোনা যাচ্ছে
প্রথমে ‘ইনশাল্লাহ’য় আলিয়া
লাভ ইন্টারেক্ট হিসেবে ক্যামি
চরিত্রে রণবীরকে ভেবিছিলে
ভঙ্গালী। এখন সলমন
থাকায়, রণবীরকেই নায়া
হিসেবে ভাবছেন পরিচালক
তবে যত দিন না অয়
মুখোপাধ্যায়ের “ব্ৰহ্মাণ্ড” মুঠ
পাচ্ছে, তত দি
আলিয়া-রণবীর একসঙ্গে ছ
কৰতে পারবেন না, ক
জোহরের সঙ্গে এমনই চুক্তি হা
রয়েছে অভিনেতাদের ধৰণ
প্ৰোডাকশনসের ”চ
অবজেকশন সার্টিফিকেট” -
সই করেছেন রণবীর-আলিয়া
অৰ্থাৎ, এখন রণবীরকে ভঙ্গ
কাস্ট কৰতে পারবেন কি -
এমনকি চিৰনাট্য শোনাতে
পারবেন কি না, সবটাই নিষ
কৰছে কৰ্ণ জোহরের অনুমতি
উপরে। ভঙ্গালীর সঙ্গে এক সম
সম্পর্ক তিক্ত হলেও, এখন আব
বন্ধু দুই পরিচালক-প্রয়োজন
“ইনশাল্লাহ”য় কি তা হচ্ছে
আলিয়া তাঁৰ বয়ক্রেণ্ডকেই নায়া
হিসেবে পেতে চলেছেন? জৰ
দেবে সময়।

ইন্দৰিয়তা স্থায়ী সময় নিষেধ

ମୁଖ୍ୟ ପରିକାଳିକା ଏବଂ ବନ୍ଦଳାଜା

এবার অপশনগুলি খুঁজে দেখুন
কীভাবে এই পরিবর্তন আন
সম্ভব।

এর জন্য কোন কোন নেতৃত্বাচর
অনুভূতি দয়ালী, সেগুলো চিহ্নিত
করুন।

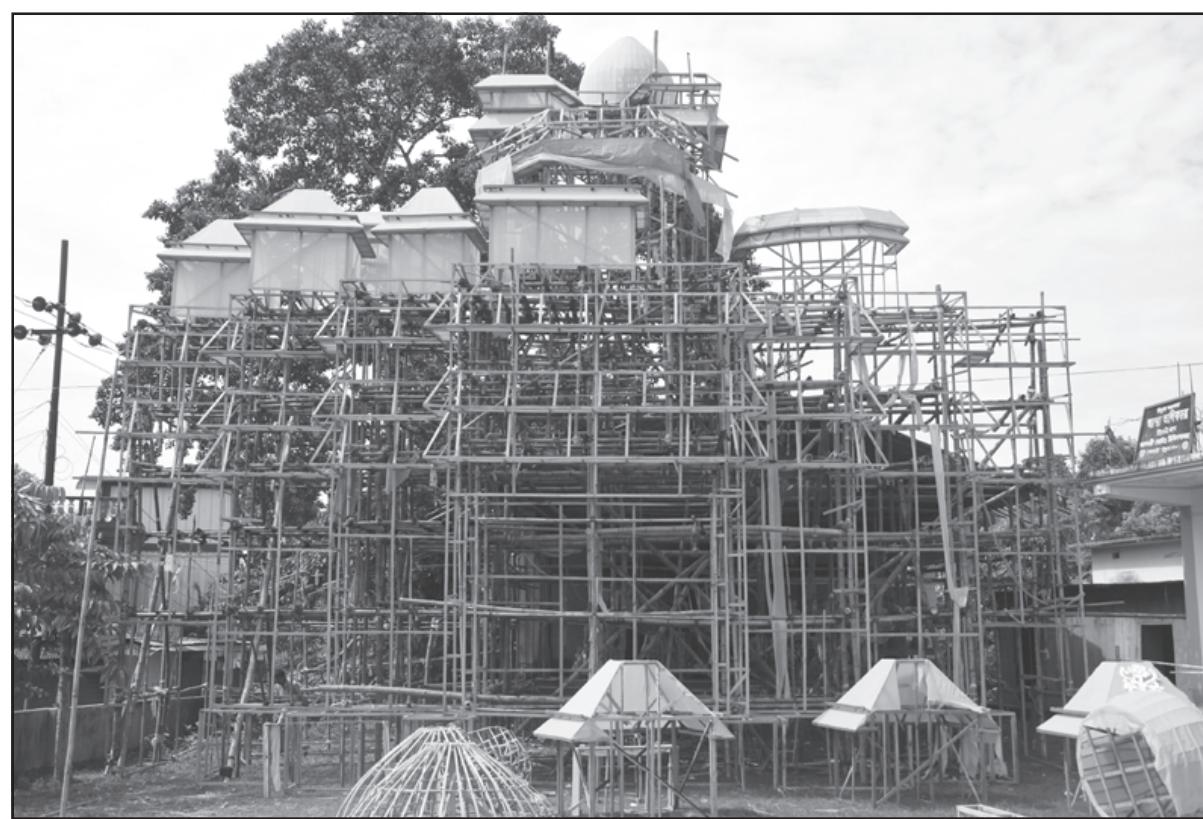
এই অনুভূতির বদলে কি বিশ্ব
ইতিবাচক অনুভূতি চান তা নির্ধারণ
করুন।

সেই ইতিবাচক অনুভূতি কীভাবে
পাবেন, সেই অপশনগুলো খেয়াল
করুন।

মানুষ যেকোনো সময় থেকেই
পরিবর্তিত হতে পারে, তাই
নিজেকে বাহাবা দিন, আপনিও
পরিবর্তন চান।

আজ থেকেই শুরু করুন, কেমন
থাকছেন জানাবেন। আমরা পাশে
আছি।

প্রাক্ পূজা প্রস্তুতি...



কাশীরে ৩৭০ ধারা বিলুপ্তি ইতিহাসে অতিস্মরণীয় ঘটনা হয়ে থাকবে : জগদীপ ধনকর

কলকাতা, ২৩ সেপ্টেম্বর (ই.স.) : কাশ্মীরের জন্য সংবিধানের ৩৭০ ধারা যারা বিলুপ্ত করেছেন, ইতিহাসে তাঁদের অতি উচ্চস্থান পাওয়া উচিত। সোমবার রাজ্যভবনে এই মন্তব্য করেন রাজ্যগাল জগদীপ ধনকর। শ্যামাপ্রসাদ মুখোপাধ্যায়ের উপর দুটি বই-সহ পাঁচটি বইয়ের উদ্বেশ্য করতে গিয়ে রাজ্যগাল এই মন্তব্য করেছেন।

অনুষ্ঠানে উপস্থিত জাতীয়তাবাদী শিক্ষাবিদ পঙ্কজ রায় বলেন, শ্যামাপ্রসাদ মুখোপাধ্যায় যখন কলকাতা বিশ্ববিদ্যালয়ের উপচার্য ছিলেন, সমাবর্তনে রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরকে ভাষণ দিতে তাকেন। রবীন্দ্রনাথে যে ভাষণ দিয়েছিলেন, আজও তার একটা অন্য গুরুত্ব রয়েছে। বাংলার দুই মর্যাদীর সেই মেলবন্ধনের সৃষ্টি আজও বাঙালির মনে ভাস্তর হয়ে রয়েছে। শিক্ষাবিদ এসি চট্টোপাধ্যায় বলেন, শ্যামাপ্রসাদ মুখোপাধ্যায় সাহিত্য সৃষ্টি করেননি। কিন্তু সাহিত্য সৃষ্টির পরিসর তৈরি করেছিলেন। অধ্যাপক অম্বুজ মোহাস্তী বলেন, শ্যামাপ্রসাদ মুখোপাধ্যায়ের এক দেশ, এক সংবিধান মৌগান ভারত চিরকাল শান্তার সঙ্গে মনে রাখবে। পাকিস্তান কোনও সমস্যা নয়, মূল সমস্যা হল জিহাদি। সারা বিশেষই এটা একটা মাথাব্যাখ্যার কারণ।

‘শরণযায় ভারতকেশরী’ এবং ‘জার্নিটু রিকুয়েম’ নামে বই দুটির লেখক প্রবীণ চিকিৎসক যতীন্দ্র চন্দ্র গাল। ভাষণে তিনি দেশের জাগরণে নারীশক্তিকে আরও গুরুত্ব এবং মর্যাদা দেওয়ার আবেদন করেন। তাঁর সেখা শ্যামাপ্রসাদের ওপর লেখা দুটি বই ছাড়াও ‘রবীন্দ্রনাথের বিদেশীর্ণি’ এবং স্বামী বিবেকানন্দের ওপর বাংলা ও ইংরেজিতে লেখা একটি করে বইয়ের মোড়ক এদিন উয়েচান করেন রাজ্যগাল। অনুষ্ঠানে সশ্নানীয় অতিথি হিসাবে মঞ্চে ছিলেন কলকাতা হাইকোর্ট ও বোম্বে হাইকোর্টের প্রাক্তন প্রধান বিচারপতি তথায়বৰীয়ান আইনবিদ চিন্তাতোষ মুখোপাধ্যায়, লিথুয়ানিয়ার কনসাল জেনারেলে অরবিন্দ সুখানি প্রমুখ।

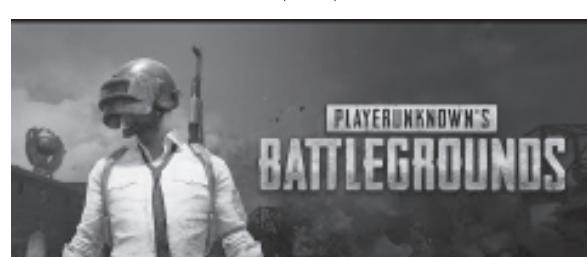
১ বছরে ৪টি সন্তানবাদী মামলার সমাধান : কিশোর গ্রেফতার ৩ হিজৰুল জঙ্গি

জন্মু, ২৩ সেপ্টেম্বর (ই. স.) :
 বিগত এক বছরে জন্মু ও
 কাশ্মীরের কিশত্রে ৪টি
 সন্ত্রাসমূলক ঘটনা ঘটেছে।
 সিআরপিএফ, সেনাবাহিনী ও
 এনআইএ তিমের সহায়তায় যার
 সমাধান সন্তুষ্ট হয়েছে বলে
 সোমবার জানালেন জন্মু
 জোনের পুলিশের ইলপেস্ট্রে
 জেনারেল (আইজিপি) মুকেশ
 সিং। এই একাধিক সন্ত্রাসবাদী
 কার্যকলাপ মামলায় এখনও
 পর্যন্ত কিশত্রে ৩ জনকে

গ্রেফতার করা হয়েছে বলে
 জনিয়েছেন তিনি। এই
 তিনজনই হিজুবুল মুজাহিদিন
 অঙ্গিগোষ্ঠীর সঙ্গে জড়িত।
 এদিন সাংবাদিকদের মুখোমুখি
 হয়ে জন্মু জোনের আইজিপি
 মুকেশ সিং জানান, 'গত এক
 বছরে কিশত্রে ৪টি সন্ত্রাসমূলক
 ঘটনা ঘটেছে।
 কিশত্রে পুলিশের ধারাবাহিক
 অভিযানের মাধ্যমে আমরা
 বিগত ১ বছরের এই ৪টি
 মামলার সমাধান করতে সক্ষম

হয়েছি।' তিনি আরও জানান,
'এখন পর্যন্ত আমরা এই মামলায়
৩ জন হিজুবুল জঙ্গিকে গ্রেফতার
করেছি।
চন্দ্রকান্ত শর্মা (বিজেপি) এবং
তাঁর পিএসও হত্যার অভিযোগে
গ্রেফতার করা হচ্ছে এই
তিনজনকে। ধৃত এই তিনজনের
মধ্যে একজন নিসার আহমদ
শেখ, হত্যার ঘট্যন্ত্রে অংশ
নিয়েছিল এবং অনিল পারিহর
(বিজেপি) নামে অপর ব্যক্তি
হত্যার সময় উপস্থিত ছিল।

পাবজি-র কবলে পড়ে অসমের মাঘৰিটায় প্রাণ গোল নাবালকেৱ



মাঘৰিটা (অসম), ২৩ সেপ্টেম্বৰ (ই.স.) : পাবজি-ৰ কবলে পড়ে মৃত্যু হয়েছে ১৫ বছৱৰের এক নাবালকেৰ। গোটা দেশে ব্যাটলগ্রাউন্ড পাবজি বা প্লাংকব্যাট নামেৰ এক সৰ্বনাশী মোবাইল ভিডিওগেমেৰ আসক্তিতে পড়ে বেশ কয়েকটি বালকেৰ মৃত্যু হয়েছে। এবাৰ এই মারণখেলা স্পৰ্শ কৰেছে উজান অসমকেও।

আশংকচত হয়ে গঠনা বাব একে শুধুমাত্ৰ বিটেনেই কৰ্মৱত প্রায় ৬ হাজাৰ কৰ্মী। সংস্থাৰ তৰফ থেকে বিবৃতি জাই কৰে বন্ধ হয়ে যাওয়াৰ ঘোষণা কৰা হয়।

বিগত কয়েক বছৱ ধৰে ধৰে আৰ্থিক

হাৰবাৰে কাউকে মৰতে দেবো না”।

মৃত কালাচাঁদেৰ পৰিবাৰেৰ অভিযোগ রেশন কাৰ্ড ও আধৰ কাৰ্ড সংশোধন নিয়ে বেশ চিন্তিত ছিল কালাচাঁদ।

জানা গেছে, তিনস্কুলিয়া জেলার মার্যেরিটা মহকুমার লেখাপানি থানার অস্তর্গত টিপঃং রাশিয়ান কলোনি গ্রামের শামিম হসেন (১৫) নামের এক বালক পাবজি-র থাবায় মৃত্যু বরণ করেছে। সে অবিবাম তার মোবাইলে পাবজি খেলায় মন্ত থাকত। তা দেখে শামিমের অভিভাবকরা এই খেলায় বাধা দিতেন। বাধায় বিরক্ত হয়ে শনিবার মধ্যরাতে সে তার ঘর থেকে বেরিয়ে যায়। শামিমের খৌঁজে রাতেই তার অভিভাবকরা তালাশি চালান। কিন্তু কোথাও না পেয়ে ঘটনার বিবরণ দিয়ে লেখাপানি থানাকে জানানো হয়। ঘটনার গুরুত্ব উপলব্ধি করে সঙ্গে সঙ্গে শামিমকে খুঁজে বের করতে তালাশি অভিযান চালায় পুলিশও। তাঁরাও তার কোনও সন্ধান পাননি। পরের দিন অর্থাতঃ রবিবার এলাকার তিনিস্বৃতি ঘাটে এক বালকের মৃতদেহ দেখেন গ্রামের মানুষ। তাঁরা খবর দেন পুলিশকে। পুলিশ তিনিস্বৃতিতে গিয়ে মৃতদেহটি দেখে খবর দেয় শামিমের বাড়িতে। পরে তার অভিভাবকরা গিয়ে মৃতদেহটি শামিমের বলে শনাক্ত করেন। পুলিশ শামিম হসেনের মৃতদেহ উদ্ধার করে ময়না তদন্তের জন্য তিনস্কুলিয়া আসামৱিক হাসপাতালে পাঠিয়ে দেয়। ময়না তদন্তের পর সোমবার সকালে মৃতদেহটি শামিমের পরিবারের হাতে তুলে দিয়েছে পুলিশ। শামিমের মৃত্যুর কারণ পাবজি বলেই মনে করছেন তার পরিবারের পাশাপাশি লেখাপানি থানা কর্তৃপক্ষও।

বিগত কয়েক বছর থেকেই আঞ্চলিক লোকসানে চলছিল থমাস কুক। সরকারের তরফ থেকে বেইলি আউট প্যাকেজ নিতে ব্যর্থ হয় সংস্থাটি। ফলে আর্থিক লোকসানে চলতে না পেরে বন্ধ করে দেওয়ার সিদ্ধান্ত নেওয়া হয়েছে। যে হোটেল এবং বিমানের বুকিং করা হয়েছিল সংস্থার তরফে তাও রদ করে দেওয়া হয়েছে। গোটা বিশ্বজুড়ে আটকে পড়া পর্যটকদের হেঁকে লাইন নম্বর চালু করেছে সংস্থাটি। নম্বরটি হল ৪৪ - ১৭৫৩ - ৩৩০ - ৩৩০। আকস্মিক বন্ধ হয়ে যাওয়ার ফলে সংস্থার তরফ থেকে প্রাহকদের কাছে ক্ষমা চেয়ে নেওয়া হয়েছে।

বাংলায় এন
আর সি হচ্ছে
না : অভিযেক

ফলতা, ২৩ সেপ্টেম্বর
 (ই.স.) : বাংলায় এন আর
 সি হচ্ছে না, হবে না। মমতা
 বন্দ্যোপাধায় যা বলেন তাই
 করে দেখান। এফ ডি আই
 বাংলায় হতে দেবেন না
 বলেছিলেন, তা এখনো
 হয়নি। আর এন আর সি ও
 হতে দেবেন না বলেছেন
 মমতা বন্দ্যোপাধায়। তাই
 নিশ্চিন্তে থাকুন। যা শুনবেন
 এক কান দিয়ে অন্য কান
 দিয়ে তা বের করে দেবেন।
 এই বাংলায় এন আর সি
 হচ্ছে না হবে না। সোমবার
 ফলতা থানার অঙ্গর্গত মালীক
 পুরে প্রকাশ জনসভা থেকে
 এই কথা বলেন অভিভেক
 বন্দ্যোপাধায়।

ରବିବାର ଗଲାଯା ଫାସ ଦିଯେ
ଆୟହତ୍ୟା କରେନ ବହୁ
ଚଳିଶେର କାଳାଚାନ୍ଦ ମିନ୍ଦେ ।
ମୃତେର ପରିବାରେର ଦାରୀ ଏଣ
ଆର ସି ଆତଙ୍କେଇ ବାଁଶ
ବାଗାନେ ଆଭ୍ୟାତ୍ମି ହେୟେଛେ
କାଳାଚାନ୍ଦ । ନିଜେ ସାଂସଦ
ଏଲାକାର ଏକଜନ ସାଧାରଣ
ମାନୁୟ ଏଣ ଆର ସି ଆତଙ୍କେ
ମାରା ଗିଯେଛେ ଶୁଣେ
ଶୋମବାର ମୃତେର ପରିବାରେର
ମଙ୍ଗେ ଦେଖା କରତେ ଆସେନ

ডায়মন্ড হারবারের সাংসদ
অভিযোগে বন্দোপাধ্যায়।
দক্ষিণ ২৪ পরগনার ফলতা
থানার মামুদপুরে ঘৃতের
পরিবারের সঙ্গে দেখা করে
সাংসদ তহবিল থেকে দু”লক্ষ
টাকা, পঞ্চায়তে সমিতি
থেকে একটি বাত্তি এবং
জেলা যুব তন্মূল কংগ্রেসের
পাটি ফান্ড থেকে আরো তিন
লক্ষ টাকা ক্ষতিপূরণের
আশ্বাস দেন সাস্দং।
এর পর এলাকায় একটি
প্রকাশ্য জনসভা করেন

বাংলায় এন আর সির বিরুদ্ধে মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের
নেতৃত্বে প্রতিবাদ বার বার গর্জে উঠবেঃ শুভাশিস

বারইপুর, ২৩ সেপ্টেম্বর (ই.স.): । বালাঙ্গিরনে নেমেছে ভারত সরকার। ছোট ছোট কোম্পানিগুলো ও উঠে যাবে পরে। এই বাংলায় রবিত্বনাথ, বিবেকানন্দ, রামকৃষ্ণ, বিদ্যাসাগরের জন্ম। যারা ভারতের নব জাগরণের স্বপ্ন দেখাত। নাগরিক পঞ্জিকার মাধ্যমে বিদেশি চিহ্নিত করে যাদের ভারত থেকে বিশেষ করে সংখ্যালঘু সম্পন্দায়ের মানুষ কে তাড়নোর চেষ্টা হচ্ছে। তাদের কে বলি এর বিরুদ্ধে বাংলায় মমতা বদ্যোপাধ্যায়ের নেতৃত্বে প্রতিবাদ শুরু হয়েছে। বার বার প্রতি অঞ্চলে এই প্রতিবাদ প্রতিরোধ গর্জে উঠবে। সোমবার এন আর সি নিয়ে অবস্থান বিক্ষেভন বসে এই কথা বললেন রাজ্যসভার সাংসদ শুভাশিস চৰ্বত্বৰ্তী।

সোমবার দশক্ষণ ২৪ পরগণার বারইপুরের ফুলতলায় বিডিও অফিসের

কাছে বারইপুর ব্লক তৃণমূল কংগ্রেসের ডোকানে এন আর সির বৰক্ষে গন অবস্থান ও সত্যাগ্রহ অনুষ্ঠানে যোগ দেন সাংসদ। এছাড়া ও ছিলেন বারইপুর পুর্বের বিধায়ক নির্মল মঙ্গল, ব্লক তৃণমূল কংগ্রেসের সভাপতি শ্যামসুন্দর চৰ্বত্বৰ্তী, জেলা পরিষদের জনস্বাস্থ ও কারিগরি দফতরের কর্মাধ্যক্ষ আবু তাহির সরদার, ব্লকের আই এন টি টি ইউ সি সভাপতি বিভাস সরদার, বারইপুর পশ্চিম ও পূর্বের যুব সভাপতি রবিউল হক ও লিয়াকত আলি মঙ্গল সহ তৃণমূল কংগ্রেসের নেতা ও কর্মীরা। এদিন এন আর সি নিয়ে সাধারণ মানুষকে আশ্বস্ত করেন তৃণমূল নেতৃত্ব। আর এই বাংলায় কোনদিনই এন আর সি যাতে না হয় সেই কারণে সাধারণ মানুষকে গর্জে উঠতে, আন্দলনে নামতে বলেন তারা। সোমবার দুপুর থেকে সম্মা পর্যস্ত চলে এই অবস্থান বিক্ষেভন।

কড়া নিরাপত্তার মধ্যেই হামিরপুরে হয়ে গেল উপনির্বাচন

লখনট, ২৩ সেপ্টেম্বর (ই. স.) : কঠোর নিরাপত্তায় উত্তর প্রদেশের হামিরপুর বিধানসভা কেন্দ্রে সোমবা
হয়ে গেল উপনির্বাচনট ভিত্তি বাহিনীর প্রচুর আধাসেনা মোতায়েন করা হয়েছে এই কেন্দ্রের উপনির্বাচনে
জন্য ডেডলিন শেষ হয়েছে বিকেল টো নাগাদ। এই কেন্দ্রের প্রার্থী বিজেপি বিধায়ক এবং ২২ বছরে
পুরুণে একটি হত্যা মামলায় দৈর্ঘ্য সাব্যস্ত অশোক কুমার সিং চন্দ্রের ভাগ্য নির্ধারণ করবেন ৪ লক্ষেরও বেশি
ভোটার। হামিরপুর উপনির্বাচনের ফলাফল আগামী ২৭ সেপ্টেম্বর ঘোষণা করা হবে।

হামিরপুর কেন্দ্রে ৯ জন প্রার্থী প্রতিদ্বন্দ্বিতা করছেন। এঁদের মধ্যে রয়েছেন বিজেপির যুবরাজ সিং, কংগ্রেসে
হরদীপক নিশাদ, সমাজবাদী পার্টি (সপা)-র মণোজ কুমার প্রজাপতি, বহুজন সমাজ পার্টি (বসপা)-র নওশা
আলী এবং কমিউনিস্ট পার্টির আলম মনসুরি। এই উপনির্বাচনের জন্য মোট ২৫৭টি পোলিং স্টেশন এবং
৪৭৬টি পোলিং বুথ স্থাপন করা হয়েছে। সোমবারের উপনির্বাচনে মোট ৪,০১,৪৯৭ জন ভোটার রয়েছেন।
৫৭২টি বৈদ্যুতিন ভোটিং মেশিন (ইডিএম) এবং ৬১৯ ডিভিপ্যাট মেশিন ইনস্টল করা হয়েছে। স্বতন্ত্র
নিরপেক্ষ পদ্ধতিতে ডেডলিন পৰ্যাপ্ত করার জন্য মোতায়েন ছিলেন একজন সাধারণ পর্যবেক্ষক, যি
পর্যবেক্ষক, তা জন সেক্টর ম্যাজিস্ট্রেট, ৪ জন জোনাল ম্যাজিস্ট্রেট এবং ৩৫ জন মাইক্রো পর্যবেক্ষক। ডেডলিন
শেষ হওয়া পর্যন্ত পর্যাপ্ত এবং সক্রিয় সুরক্ষা ব্যবস্থা ছিল। সর্বাংগীন শাস্তিপূর্ণভাবে এবং নিরিঙ্গেই সম্পন্ন হয়ে
এদিনের ডেডলিন পর্ব।

নদিল্লিতে জনগণনা ভবনের ভিত্তিপ্রস্তর স্থাপন অমিত শাহে

নয়াদিল্লি, ২৩ সেপ্টেম্বর (ই.স.): সোমবার কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ রাজধানী দিল্লিতে নতুন জনগণনা ভবনের ভিত্তিপ্রস্তর স্থাপন করেন। মানসিংহ রোডে নির্মিত হতে যাওয়া এই নতুন ভবনে জনগণনা সংক্রান্ত বিবরণ রাখা হবে। ভিত্তিপ্রস্তর স্থাপনকালে কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী জানিয়েছেন, ২০২১ সালের আদমশুমারি এই ভবন থেকে হবে। যা ডিজিটাল হবে যা পেপার সেনসাসের পরিবর্তে ডিজিটাল প্ল্যাটফর্মে বিস্থাব আনবে।

এদিন স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী জানিয়েছেন, ২০১৪ সালে নরেন্দ্র মোদী দেশের প্রথানমন্ত্রী হওয়ার পরে, আমাদের চিন্তাভাবনা পরিবর্তন হতে শুরু করে। ২০২১ সালে প্রথমবারের মতো জনগণনায় মোবাইল অ্যাপের ব্যবহার করা হবে। ২০১১ সালের আদমশুমারির ভিত্তিতে ডিজিটালাইজেশন প্রক্রিয়া শুরু হয়েছে, যার মধ্যে এখন দেশের ৯৫ শতাংশ মানুষের কাছে গ্যাস সিলিঙ্কার রয়েছে। একই সাথে উজ্জ্বলা প্রকল্পের সুবিধা পেয়েছে সাধারণ মানুষ। দেশকে সমস্যা থেকে মুক্ত করতে জাতীয় আদমশুমারির নিবন্ধের সঠিক ব্যবহারও শুরু হয়েছিল।

এদিন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী আরও জানিয়েছেন, ১৮৬৫ সালে প্রথম আদমশুমারি করা হয়েছিল। তার পর থেকে এখনও পর্যন্ত ১৬ তম আদমশুমারি অনুষ্ঠিত হতে চলেছে। অনেক পরিবর্তন এবং নতুন পদ্ধতি পরে এখন জনগণনা (আদমশুমারি) ডিজিটাল হচ্ছে। আদমশুমারির ডিজিটাল ডেটা বিভিন্ন ধরণের বিশ্লেষণের জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে আদমশুমারিটি দেশের সামাজিক প্রবাহ, দেশের শেষ ব্যক্তি পর্যন্ত বিকশ এবং দেশের বুনিয়াদি ভিত্তিতে শক্তিশালী করে তুলবে। ২০২২ সালে যখন ৭৫তে স্বাধীনতা দিবস গোটা দেশ উদয়াপন করবে তখন দেশের কোনও বাড়িতে খোঁয়া দেওয়া চুলা থাকবে না।

নতুন জনগণনা ভবনকে পুরোপুরি পরিবেশ বান্ধ হিসেবে গড়ে তোলা হবে। ৪৪ কোটি টাকা ব্যায় এবং ভবন গড়ে তোলা হবে। ভবনটিতে দুইটি টাওয়া থাকবে। এ-ব্লকে অফিস এবং বি-ব্লকে ডেটা সেন্টার থাকবে। ভবনটি তিনি তলা পর্যন্ত বেসমেন্ট থাকবে। সব মিলিন্দ ভবনটিতে মোট সাতটি তলা থাকবে। এদিন স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী জানিয়েছেন যে ভবনটি নির্মাণের জন্য সব ধরণের ছাড়াপত্র নেওয়া হয়েছে এবং ভবনটি আগামী দুই বছরের মধ্যে তৈরি হয়ে যাবে। অমিত শাহ জানিয়েছেন, জনগণনা করতে কেন্দ্রের খর হবে ১২ হাজার কোটি টাকা।

ডিমৌয়ে যান দুষ্টনা, পরিবহণ কমিশনারবে তদন্তের নির্দেশ মুখ্যমন্ত্রী সর্বার

গুয়াহাটী, ২৩ সেপ্টেম্বর
(ই.স.) : শিবসাগর জেলার
ডিমোয়ের থাওড়া সেতু
সংলগ্ন এলাকায় সোমবার
সকালে সংঘটিত মর্মান্তিক
দুর্ঘটনায় গভীর মর্মান্তিক
মুখ্যমন্ত্রী সর্বানন্দ সনোয়াল
তদন্তের নির্দেশ দিয়েছেন।
এক প্রেস বিজ্ঞপ্তির মাধ্যমে
মুখ্যমন্ত্রী সনোয়াল দুর্ঘটনায়
নিহত যাত্রীদের আশ্বার
সদগতি কামনা করে তাঁদের
শোকসন্তপ্ত পরিবারবর্গ এবং
ঘনিষ্ঠদের প্রতি সমবেদনা
জানিয়েছেন। তাছাড়া,
হাসপাতালে চিকিৎসাধীন
আহত যাত্রীদের আশ্বার

আরোগ্য কামনা করেছেন
মুখ্যমন্ত্রী।
এদিকে দুর্ঘটনার উপর্যুক্ত
তদন্ত করতে পরিবহণ
করিশনার বীরেন্দ্র মিত্রালকে
নির্দেশ দিয়ে শীৰ্ষ তার
প্রতিবেদন সরকারের কাছে
দাখিল করতে বলেছেন
মুখ্যমন্ত্রী সর্বানন্দ সনোয়াল।
এছাড়া, দুর্ঘটনায় আহত
যাত্রীদের চিকিৎসার জন্য
প্রয়োজনীয় সব ধরনের
ব্যবস্থা গ্রহণ করতে সাহস্য
বিভাগের পাশাপাশি
শিবসাগর এবং ডিঙ্গড়ের
জেলাশাসকদের নির্দেশ
দিয়েছেন তিনি।

প্রসঙ্গত, সোমবার সকাল প্রায়
আটটা নাগাদ শিবসাগর
জেলার ডিমো মহকুমার ৩৭
নম্বর জাতীয় সড়কে থাওড়া
সেতু সংলগ্ন স্থানে দুই দুর্ঘট
যাত্রীবাহী আল্ট্রা বাস এবং
ট্যাঙ্গেলারের মধ্যে ভয়ংকর
সংঘর্ষে ১১ জনের মতৃ
হয়েছে। আহত হয়েছেন ১৮
জন। তাঁদের শিবসাগর
সিভিল হাসপাতাল, ডিমো
মডেল হাসপাতাল এবং
ডিঙ্গড়ে আসাম মেডিক্যাল
কলেজ হাসপাতালে
চিকিৎসা চলছে। এদের মধ্যে
আটজনের অবস্থা
সংকটজনক বলে জানা
গেছে।

পরিবেশ
সচেতনতাকে
অভ্যাসে পরিগত
করতে হবে,
রাষ্ট্রসংজ্ঞের
সম্মেলনে দাবি
কোনীর

নিউ ইয়র্ক, ২৩ সেপ্টেম্বর (হিস.)
: নিচ্ছক উপদেশ নয় তার বদলে
পরিবেশ সচেতনতাকে অভ্যাসে
পরিণত করতে হবে। সোমবার
রাষ্ট্রসংজ্ঞের জলবায়ু পরিবর্তন
শীর্ষক সম্মেলনে বঙ্গব্য রাখতে
গিয়ে এমনই জানিয়েছেন

প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী।
এদিন প্রধানমন্ত্রী জানিয়েছেন,
কয়েক কোটি পরিবারকে রাখা গ্যাস
প্রদান করা হচ্ছে। যাতে করে
রান্নার সময় অতিরিক্ত পরিবেশ
দূষণ রোখা যায়। জল জীবন
মিশনের মাধ্যমে জলসম্পদ
উন্নয়ন, জল সংরক্ষণ এবং বৃষ্টির
জল সংরক্ষণ করা হচ্ছে। চলতি
বছর ভারতের স্থানীয় দিবসের
দিন প্লাস্টিকের একক ব্যবহার
থেকে মুক্তির ডাক দেওয়া হয়।
এতে আন্তর্জাতিক স্তরে প্লাস্টিকের
একক ব্যবহারের উপর নিমেধোজ্ঞ
নিয়ে সচেতনতা বৃদ্ধি পাবে।
জলবায়ু পরিবর্তন নিয়ে
বিশ্ববাসীকে সতর্ক করে দিয়ে
প্রধানমন্ত্রী জানিয়েছেন, সময় চলে
যাচ্ছে। অবিলম্বে পদক্ষেপ গ্রহণ
করতে হবে। লোভন্য চাহিদা পূরণ
জন্য এগিয়ে যেতে হবে।
অপচালিত শক্তির উদ্পাদনের
উপর জোর দেওয়া হচ্ছে।
২০২২ সালের মধ্যে তা ১৭৫
জিভিলিউ উৎপাদনে নিয়ে যাওয়া
বৈদ্যুতিক বাহনের ব্যবহার ভারতে
বৃদ্ধি পেয়েছে। বাও-ফুলেনের

ডপুর জোর দেওয়া হয়েছে। সপ্তাহের শুরুতেই ফের গুমোট

ଆବହାଓୟା ଦିଲ୍ଲିତେ
ନୟାଦିଲ୍ଲି, ୨୩ ସେପ୍ଟେମ୍ବର (ହି. ସ.)
: ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ବୃକ୍ଷିତେ କିଛୁଟି ଅସ୍ତିତ୍ବ
ମିଳିଲେଣେ ସୋମବାର ଥେବେଇ ଫେର
ଗୁମୋଟ ଆବହାଓୟା ରାଜଧାନୀ
ଦିଲ୍ଲିତେ । ଦିଲ୍ଲିର ବେଶିରଭାଗ
ଅଞ୍ଚଲେଇ ସୋମବାର ସାରାଦିନ
ଜୁଡ଼େଇ ଆକାଶ ଆଂଶିକ ମେଘଲା
ଥାକଲେଣେ ବୃକ୍ଷିର ଅଭାବ ବାଢ଼ିଯେଛେ
ଅସ୍ତିତ୍ବ । ସଫଦରଙ୍ଗ୍ୟେର ଆବହାଓୟା
ଦର୍ଶକର ସୁତ୍ରେର ଖବର, ସନ୍ଧେ ଥେବେ
ରାତେର ଦିକେ ହାଲକା ବୃକ୍ଷିର
ସଂଭାବନା ଥାକଲେଣେ ତାପମାତ୍ରାର
ଓପର ତାର ଖୁବ ଏକଟା ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିବେ
ନା । ଦିଲ୍ଲିର ଆବହାଓୟା ଦର୍ଶକର
ସୁତ୍ରେର ଖବର, ଏଦିନ ଶହରର ଶବନିନ୍ଦା
ତାପମାତ୍ରା ଛିଲ ୨୪ ଡିପି
ସେଲସିଆସ । ବେଶ କିଛୁ ଏଲାକାକାର
ରାତେର ଦିକେ ଆକାଶ ମେଘାଚନ୍ଦ୍ର

A decorative horizontal border at the top of the page. It features stylized black figures of people in various poses, some holding objects like a net or a ball. To the left of these figures are large, bold, traditional Korean characters. The entire border is set against a white background.

অপ্রতিবেশী ভারত, অনূর্ধ্ব-১৬ এএফসি কাপের মূল পর্বে খেলার হ্যাট্রিক করল খুদেরা

ভারতীয় ফুটবলে সাফল্যের মুকুটে
আরও একটি পালক যুক্ত হল।
এএফসি অনূর্ধ্ব ১৬-তে মূলপর্বে
পৌঁছে গেল ভারত। আগামী বছর
বাহরিনে মূলপর্বের খেলা।
পরপর তিনবার যোগ্যতা অর্জন
করে অনূর্ধ্ব-১৬ এএফসি কাপে
হ্যাট্রিক করল ভারতীয়
খুদেরা ঘূমস্ত দৈত্য তাহলে কী
জাগছে? ভারতীয় দলের
পারফরম্যান্সের পর এই সব কথাই
উঠছে। এখানে ছিপ পর্বে ভারত
তিনটি ম্যাচ খেলেছে।
তুর্কমেনিস্তানের পর বাহরিনকে
উড়িয়েছে বিশাল ৫-০ গোল।
আয়োজক উজবেকিস্তানের
বিরুদ্ধে এদিন খেলা ছিল। সেই
খেলা ১-১ গোলে শেষ হয়। আর
তাতেই এএফসি অনূর্ধ্ব ১৬-এর
মূল পর্বে খেলার টিকিট পাকা
করে নিল ভারতের ছেট্রো।
গ্রুপের শীর্ষে থেকেই মূল পর্বে

গেল বিবিয়ানো বাহিনি।
ভারত-উজবেকিস্তানের পয়েন্ট
ছিল সমান অর্থাৎ সাত। গোল
পার্থক্যে এগিয়ে থাকায় গ্রুপের
শীর্ষস্থান দখল করল ভারত। অনূর্ধ্ব
১৬ পর্যায়ের এএফসি টুর্নামেন্টে
ভারতীয় দলের পারফরম্যান্স
বরাবরই ভাল। মূল পর্বে সব
মিলিয়ে নয়বার খেলবে। এর
মধ্যে শেষ তিনবার পরপর।—
২০১১ এর পর থেকে ভারতীয়
দল এএফসির মূল পর্বে গিয়েছে
চারবার। ২০১১, ২০১৫ ও
২০১৭-র পর যাচ্ছে ২০২০-তে।
গতবার এএফসির অনূর্ধ্ব-১৬
চ্যাম্পিয়নশিপের কোয়ার্টার
ফাইনালে পৌঁছেছিল কল্ট ইন
ব্লু। হেরে যায় দক্ষিণ কোরিয়ার
কাছে। আর একটি ম্যাচ জিতলেই
আসল অনূর্ধ্ব-১৭ বিশ্বকাপে
খেলার যোগ্যতা পেয়ে যেত
ভারতীয় খুদের।। বিবিবাব
উজবেকিস্তানের বিপক্ষে ৬৮
মিনিটে ভারতকে এগিয়ে দেয়
শীর্ষার্থ। ৮১ মিনিটে গোল হজম
করে বসে ভারত ম্যাচ শেষে
ভারতীয় দলের কোচ বিবিয়ানো
ফার্নান্ডেজ বলছিলেন,
“ছেলেদের জন্য গর্বিত। কঠিন
পরিশ্রম আর নিষ্ঠার সুফল আমরা
পেয়েছি। এই কৃতিত্ব গোটা
দলের।” মূল পর্বে আরও কঠিন
চ্যালেঞ্জ অপেক্ষা করছে।
বিবিয়ানো তাই বলছিলেন,
“এবার আসল পরীক্ষা শুরু।
গতবার ভাল খেলেও হেরেছি
কোরিয়ার কাছে। তাই মূল
পর্বের প্রস্তুতি এখন থেকেই শুরু
করেছি।” ভারতীয় দলের
সাফল্যে শুভেচ্ছা জানিয়েছেন
ফুটবল ফেডারেশনের
প্রেসিডেন্ট প্রফুল প্যাটেল।
“ছেলেদের জন্য আমি গর্বিত।
এআইএফএফ সবসময় তৃন্মূল

PRESS NOTICE INVITING e-TENDER NO: 15/EE/DWS/DMN/2019-20

The **Executive Engineer, DWS Division Dharmanagar, North Tripura** invites on behalf of the 'Governor of Tripura' **percentage rate e-tender** from the Central & State public sector undertaking / enterprise and eligible Bidders /Firms/Agencies of appropriate class registered with PWD/TTAADC/MES/CPWD/Railway/Other State PWD having experience in similar nature of work.,**up to 3.00 P.M. on 19-10-2019** for the following works:

Sl No.	DNleT No.	Estimated Cost	Earnest Money	Time for Completion	Cost of Bid Fee
1.	NRDWP Scheme under DWS Division Dharmanagar during the Year 2019-20 / SH: Innovative water supply scheme at Phuldungsei under Jampui Hill RD Block area under DWS Sub Division Kanchanpur/ SH. Construction of 3(three) nos Weir, Earthen Motorable Road and Protection work in/c. allied works. DNle-T No: 21/SE/DWS/C/KGT/2019-20.	43,83,057.00	43,831.00	120 days	1,000.00
2.	NRDWP Scheme under DWS Division Dharmanagar during the Year 2019-20 / SH: Innovative water supply scheme at Phuldungsei under Jampui Hill RD Block area under DWS Sub Division Kanchanpur/ SH. Providing & laying of distribution pipe line incl. supporting pillars and allied works. DNle-T No: 22/SE/DWS/C/KGT/2019-20.	63,43,814.00	63,438.00	120 days	2,500.00
3.	NRDWP Scheme under DWS Division Dharmanagar during the Year 2019-20 I SH: Innovative water supply scheme at Phuldungsei under Jampui Hill RD Block area under DWS Sub Division Kanchanpur/ SH. Construction of Raillings & Steps etc. in/c. allied works.. DNle-T No: 23/SE/DWS/C/KGT/2019-20.	62,96,645.00	62,966.00	120 days	2,500.00
4.	NRDWP Scheme at Balicherra VC in Kalacherra R,D Block under DWS Division, Dharmanagar during t h e year 2019-20 /SH:- Construction of 4000 litre/hr capacity water treatment plant comprising of HRF followed by SSF in/c Raw water pumping arrangement & laying of pipe lines (Rising & Distribution) and all allied works under DWS Sub-Division Dharmanagar ./ Gr-I. DNle-T No: 24/SE/DWS/C/KGT/2019-20.	74,95,325.00	74,953.00	120 days	2,500.00
5.	NRDWP Scheme at Balicherra VC in Kalacherra R.D Block under DWS Division, Dharmanagar during the year 2019-20 /SH:- Construction of 4000 litre/hr capacity water treatment plant comprising of HRF followed by SSF in/c Raw water pumping arrangement & laying of pipe lines (Rising & Distribution) and all allied works under DWS Sub-Division Dharmanagar/ Gr-II. DNle-T No: 25/SE/DWS/C/KGT/2019-20.	49,71,585.00	49,716.00	120 days	1,000.00
6.	NRDWP Scheme at Balidhum VC in Jubarajnagar.R.D Block under North Tripura District during the year 2019-201SH:-Construction of 4000 litre/hr capacity water treatment plant comprising of HRF followed by SSF in/c Raw water pumping arrangement & laying of pipe lines (Rising & Distribution) and all allied works at Tapihum Para under DWS Sub-Division Panisagar/. Gr.I DNle-T No: 26/SE/DWS/C/KGT/2019-20.	85,70,907.00	85,709.00	120 days	2,500.00
7.	NRDWP Scheme at Balidhum VC in Jubarajnagar R.D Block under North Tripura District during the year 2019-20/SH:-Construction of 4000 litre/hr capacity water treatment plant comprising of HRF followed by SSF in/c Raw water pumping arrangement & laying of pipe lines (Rising & Distribution) and all allied works at Tapihum Para under DWS Sub-Division Panisagard Gr.II DNle-T No: 27/SE/DWS/C/KGT/2019-20.	72,80,501.00	72,805.00	120 days	2,500.00

Last Date and Time for Document Downloading and Bidding : 19-10-2019 up to 15.00 Hrs
Date and Time for Opening of BID : 19-10-2019 at 16.00 Hrs
Document Downloading and Bidding at Application : <https://tripuratenders.gov.in>
Class of Bidder : Appropriate Class.

ICA/C-1153/19

**Executive Engineer
DWS Division Dharmanagar
North Tripura.**

নাদালের উপদেশ মেনে ম্যাচ জিতলেন ফেডেরার



সংবাদ সংস্থা, জেনিভা: তৃতীয় দিনে
হঠাৎই জমজমাট হয়ে উঠল
লেভার কাপ। চোটের কারণে
তৃতীয় দিনের খেলা থেকে নাম
তুলে নিলেন বাফায়েল নাদাল।
অন্যদিকে, টিম ওয়াল্টরে নিক
কিরণিয়সও নাম তুলে নেওয়ায়
রেগে আগুন দলের অধিনায়ক জন
ম্যাকেনরো। তবে কিছুটা
অপ্রত্যাশিতভাবেই টিম
ইউরোপকে এবার টেক্কা দিচ্ছে
টিম ওয়াল্ট। তৃতীয় দিনের দুটি
ম্যাচই জিতে আপাতত ১১—৭
এগিয়ে তারা শিনিবার রাতে পরপর
দুটি ম্যাচ খেলেন নাদাল। প্রথম
ম্যাচে মিলোচ রাওনিচকে ৬—৩,
৭—৬ (৭—১) গেমে উড়িয়ে
দেন। অল্প কিছুক্ষণ বিশ্রাম নিয়ে
ডাবলস খেলতে নামেন
স্টেফানোস সিসিপাসকে নিয়ে।
সেই ম্যাচে অবশ্য

রগিয়স—জ্যাক সক জুটির ছে ৪—৬, ৬—৩, ৬—১০ মে হেরে যান। তৃতীয় দিন রংর আগে বিবৃতির মাধ্যমে দাল জানান, তিনি নামবেন। নাদাল বলেন, ‘লেভার পের অভিজ্ঞতা অসাধারণ। খুব হতাশ যে আজ লতে পারব না।’ তাঁর বদলে মিনিক থিয়েমের নাম ঠিক হয়। দালের বিরংদে ঘাঁৰ খেলার থা ছিল সেই কিরগিয়সও নাম ত্যাহার করেন, যা নিয়ে সন্তোষ দেখান টিম ওয়ালর্রে ধিনায়ক ম্যাকেনরো। বলেন, চেয়েছিলাম ও ১০০ শতাংশ হচ্ছ হয়ে খেলুক। কিন্তু ও নিয়েছে পারবে না। রাফা যে মেবে না সেটা আমরা আগেই জেনে গিয়েছিলাম। কিন্তু আমাদের হাতে যে সেবা খেলোয়াড় ছিল, তাঁকেও আমরা নামাতে পারলাম না।’ এর মধ্যেও জেনিভা মজে রাফা—রজাবের বন্ধুত্বে। কিরগিয়সের বিরংদে প্রথম সেট হারানোর পর দ্বিতীয় সেটেও চাপে ছিলেন ফেডেরার। এমন সময় নাদাল এসে পরামর্শ দেন তাঁকে।
কী বলেছিলেন তা শোনাও গিয়েছে মাইক্রোফোনে, ‘তোমার সার্ভ খুব ভাল হচ্ছে। তবে কিরগিয়সের রিটার্ন খুব ভাল। সুযোগের জন্য আপক্ষা করো।’ নাদালের উপদেশ তাঁকে ম্যাচ জিততে কতটা সাহায্য করেছে তা নিয়ে ফেডেরার বলেন, ‘আগেই যদি অবসর নিয়ে ফেলতাম তাহলে এই মুহূর্তটা কোনও দিন আসতই না। এইসব মুহূর্তের জন্যেও এখনও ট্যুরে খেলে যাচ্ছি।’ এখানেই না থেমে ফেডেরার আরও বলেছেন, ‘রাফা সত্যিই আমায় বাঁচিয়ে দিল। যেভাবে দুর্দান্ত বিশ্লেষণ করে উপদেশ দিল, তাতে আত্মবিশ্বাস বেড়ে গিয়েছিল। রাফা সমস্যার খুব ভাল সমাধান করতে পারে। জয়ের জন্য নিজের কৌশল চট করে বদলে ফেলতে পারে। আমি একই জিনিসে বিশ্বাস করি। তাই ও যখন কথা বলে তখন সেই মুহূর্তটা আমি উপভোগ করি।’ তৃতীয় দিনের প্রথম খেলা ছিল ডাবলস। টিম ইউরোপের হয়ে ফেডে বাব --- সিসি পাস নেমেছিলেন জন ইসনার—জ্যাক সকের বিরংদে। ফেডেরাররা হেরে যান ৭—৫, ৮—৬, ৮—১০ গেমে। দ্বিতীয় খেলাতেও পরাজিত টিম ইউ রোপ। এবার সিঙ্গলসে থিয়েমকে ৭—৫, ৬—৭ (৩—৭), ১০—৫ হারিয়ে দেন টেলর ফ্রিঞ্জ। তৃতীয় ম্যাচে ফেডেরার নামবেন ইসনারের বিরংদে। তাঁকে ঘিরেই এখন ইউরোপের আশা—ভরসা।

ধারে কাছে নেই ধোনি
সাঙ্গাকারা ! এশিয়ার সফলতম
উইকেটকিপার ব্যাটসম্যান ?

জাতীয় দল থেকে ছিটকে গিয়েছেন বছর দু'য়েক আগো । কিন্তু ঘরোয়া ক্রিকেটে ধারাবাহিক তিনি । আর খেলতে খেলতেই প্রথম শ্রেণির ক্রিকেটে ফরে ফেললেন রেকর্ড । এমন রেকর্ড, যার ধারেকাছে কি না মহেন্দ্র সিংহ ধানি, — কুমার সঙ্গকারাও নেই তিনি কামরান আকমল । পাকিস্তানের টেস্টে ইংল্যান্ডকিপার ব্যাটসম্যান । ফরাজলাবাদে কয়েদে-ই-আজম ট্রফিতে সেন্ট্রাল পঞ্জাবের হয়ে নেমে নর্দার্ন পঞ্জাবের বিরুদ্ধে শতরান করেছেন তিনি । প্রথম শ্রেণির ক্রিকেটে যা তাঁর ৩১তম সেঞ্চুরি । কামরানের ১৫৭ রানের মুবাদেই ৪৩৩ রানে পৌঁছে গিয়েছে সেন্ট্রাল পঞ্জাব । তাঁর ইনিংসে ছিল ১২টি চার ও চারটি ছয় । প্রথম শ্রেণির ক্রিকেটেকোনও টেস্টে ইংল্যান্ডের লেস অ্যামিসের । তাঁর প্রথম শ্রেণির ক্রিকেটে মোট ১০২ শতরান থাকলেও উইকেটকিপার ব্যাটসম্যান হিসেবে খেলে রয়েছে ৫৬ সেঞ্চুরি রয়েছে । তালিকায় দুইয়ের রয়েছেন কামরান, তাঁর শতরানের মধ্যে ৩১টি । তিনি নষ্টের রয়েছেন আডাম গিলক্রিস্ট (১৯ শতরান) ।

চোট থেকে ফিরেই চিন ওপন জয়ী মার্বিন

ରୁଷ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ ଅଲିମ୍ପିକ୍ ସୋନାଜୀଣୀ ବ୍ୟାଡ଼ମିନ୍ଟନ ତାରକାରା । ଚୋଟ ସାରିରେ ଫରେଇ ଚିନ ଓପେନ ଚାମ୍ପିୟନ ହେଲେନ କ୍ୟାରୋଲିନା ମାରିନ । ରିଯୋ ଅଲିମ୍ପିକ୍‌ଲୋ ଭାରତେ ପି ଭି ସିଦ୍ଧୁକେ ହାରିଯେ ସୋନା ଜିତେଛିଲେନ ସ୍ପ୍ଯାନିଶ ତରଣୀ । କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ବ୍ୟାଡ଼ମିନ୍ଟନ ଜୀବନ ନିଯୋଇ ସଙ୍କଟ ତୈର ହେଯେଛିଲ ଜୀନ୍ୟାରିତେ ଇନ୍ଦୋନେଶ୍ଯା ମାର୍ଟ୍‌ଟାର୍ମର୍ ଫାଇନାଲେ । ଲିଗାମେଟ୍ରେ ଚୋଟ ପେରେ ଆଟ ମାସ କୋଟେ ବାହିରେ ଥାକିଲେ ହୟ ତାଂକେ । ତିନି ଆର କୋଟେ ଫିରିତେ ପାରବେନ କି ନା ତା ନିଯୋଇ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ତୈର ହେଯେଛି । କିନ୍ତୁ ସମ୍ରକ୍ଷଦେର ଭୁଲ ପ୍ରମାଣ କରେ ଚିନ ଓପେନ ସେରାର ଟ୍ରୁଫି ନିଯେ ଫିରଛେନ ମାରିନ । ରବିବାର ଗଂଗାରୁଡ୍ୟ ତାଇ ଜୁ ଇଂଧେର ବିରଳଦେ ୧୪-୨୧, ୨୧-୧୭, ୨୧-୧୮ ଗେମେ ଜତଲେନ ତିନି । ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଶ୍ୱ ଚାମ୍ପିୟନେର ବିରଳଦେ ଶେଷ ଛ୍ୟ ସାଫ୍ଟାର୍କାରେଇ ହେରିଛିଲେନ ମାରିନ । ଏ ଦିନ ପ୍ରଥମ ଗେମ ହାରାର ପରେ ତିନିଓ ଆଞ୍ଚିତ୍ରାମ ହାରିଯେ ଫେଲେଛିଲେନ । କିନ୍ତୁ ଦିତ୍ତିଆ ଗେମେ ଅସାଧାରଣ ଭାବେ ମ୍ୟାଚେ ଫିରେ ଆସେନ ମାରିନ । ମ୍ୟାଚ ଶେଷେ ଚିନ ଓପେନ ଚାମ୍ପିୟନ ବଲେନ, “ଏହି ଅର୍ଭୁତ ଦ୍ୟାଯା ପ୍ରକାଶ କରା ଯାଯା ନା । ଆମି ଭୀଷଣ ଖୁଶି ।

সন্ধান চাই

Ref : East Agartala PS, G.D. Entry No-32, dt-13/09/2019

পশ্চের ছবিটি শ্রী শ্যামল বাসফোর, পি. তা.-শ্রী চদন বাসফোর, সাং-ধৈশেষ্ঠ, দেবেন্দ্র গ্রাম, নং-১০ থানা-আগরতলা পূর্ব থানা, পশ্চিম ত্রিপুরা, বয়স-৩৪ বছর, গায়ের রং-শ্যামলা, চুল-কালো, পরনে-লাল রঙের পায়জামা এবং নীল রঙের টি-শার্ট, গত ০৬/০৯/২০১৯ ৫টার হাতে তারিখ বিকল আনুমানিক ডাটার সময়ে কাউকে কোন কিছু না বলিয়া বাঢ়ি হইতে বাহির হইয়া যাও, কিন্তু আজ পর্যন্ত ফিরিয়া আসে নাই। অনেক হোঁজাখুঁজি করার পরও কোন সন্ধান পাওয়া যায় নাই।

উপরে উল্লেখিত নির্ণোজ বাস্তি সম্বন্ধে কাহারো কোন তথ্য জানা থাকিলে নিম্নলিখিত ঠিকানায় ও ফোন নম্বরে যোগাযোগ করার জন্য অনুরোধ করা হইল।

১। পুলিশ সুপার (পশ্চিম ত্রিপুরা) - ০৩৮১-২৩২-৫৮৬

২। সি. টি. কন্ট্রোল - ০৩৮১-২৩২-৫৭৮৪/১০০

৩। আগরতলা পূর্ব থানা - ০৩৮১-২৩২-৫৭৯৮

<p>କୋଯାଟାର ଫାଇନାଲେ ଲମ୍ବିଯାର କାର୍ଲିସେ ଆର୍ଟ୍‌ରୋ ଦେସକେ ହାରିଯେ ଅର୍ଜନ କରେଛିଲେ ଲିମ୍‌ପ୍ରିକ୍ସନ୍‌ର ଯୋଗ୍ୟତାମାନଓ । ଗତ ନ ବର୍ଷ ଧରେଇ ଛୁଟେ ଦୀପକେର ଜୟରଥ । ୨୦୧୬ ମାର୍ଚ୍ଚ ବିଶ୍ୱ କ୍ୟାଟେଟ୍ ଟେ ଚ୍ୟାମ୍‌ପ୍ରିସ୍ୟନ । ଗତ ମାର୍ଚ୍ଚ ଟ୍ରାନ୍ସନ୍ଯାଯ ଜିତେଛନ୍ତି ଜୁନିଆର ବିଶ୍ୱ କ୍ୟାଟେଟ୍ ଟେ କଥା ମେସ କ୍ୟାମ୍ପର କାମାନ୍ତି</p>	<p>ସୁଲିଖ ସ୍ମରଣ ପରିଚିତ ପ୍ରିସ୍ରା</p>
<p>ICA/D-996/19-20</p>	<p>PRESS NOTICE INVITING e-TENDER NO: e-PT 03/EE/RD/ TLM-DIV/19-20 Dt: 20/09/2019</p>

গৱেষণার আগে
লন, ‘অলিম্পিকের জন্য রক্ষণ ও
ক্রমণ আরও নিখুঁত করতে হবে।
খন দিনে সাড়ে সাত ঘণ্টা
নুশীলন করি।

Subsequent corrigendum will be available in the website
only.

ICA/C-1149/19

Sd/-illegible
Executive Engineer
RD Teliamura Division
Teliamura, Khowai Tripura.

