

# জাগরণ

গৌরবের ৬৬ তম বছর

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

অনলাইন সংস্করণ : www.jagardaily.com

JAGARAN ■ 14 September, 2020 ■ আগরতলা, ১৪ সেপ্টেম্বর, ২০২০ ইং ■ ২৮ ভাদ্র, ১৪২৭ বঙ্গাব্দ, সোমবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ Founder : J.C.Paul ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা ৪

চিরবিশ্বস্ত  
চিরনূতন

শ্যাম সুন্দর কোং  
জুয়েলার্স

আগরতলা • শ্যামাই • উদ্যাপুর  
ধর্মশালার • কলকাতা

নিশ্চিন্তের  
প্রতীক

শিশু মশলা  
অল্পতেই যথেষ্ট

সিষ্টার

বাদ ও গুনমানে প্রতি ঘরে ঘরে



সারা দেশের সাথে রাজ্যেও রবিবার এনইইটি এর পরীক্ষা অনুষ্ঠিত হয়েছে করোনা সুরক্ষা বিধি মেনে।

## প্রয়াত হলেন প্রাক্তন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী রঘুবংশ প্রসাদ সিং



নয়া দিল্লি, ১৩ সেপ্টেম্বর (হি.স.)। প্রয়াত প্রাক্তন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী তথা সমাজবাদী নেতা রঘুবংশ প্রসাদ সিং। রবিবার সকাল ১১ টা ৪০ মিনিট নাগাদ দিল্লির এইমস হাসপাতালে শেষ নিঃশ্বাস ত্যাগ করেন তিনি। মৃত্যুকালে তার বয়স হয়েছিল ৭৪। করোনা থেকে সুস্থ হয়ে ওঠার পরও শারীরিক অসুস্থতা অনুভব করায় বিগত দুই সপ্তাহ ধরে দিল্লির এইমস হাসপাতালে চিকিৎসাধীন ছিলেন বিহার রাজনীতির এই দাপুটে নেতা। রবিবার চিকিৎসারত অবস্থায় দেহ শেষ নিঃশ্বাস ত্যাগ করেন তিনি। এর আগে বিহারের পাটনার এইমসে তাঁর করোনা চিকিৎসা হয়েছিল।

কংগ্রেসের নেতা স্বাধীন ইউপিএ-এর গ্রামীণ উন্নয়ন মন্ত্রীর রাজনৈতিক জীবন শুরু হয়েছিল বিহারের সীতামাটি জেলায় সংস্কৃত সোশ্যালিস্ট পার্টির সচিব হিসেবে। ১৯৭৭ সালে বিধানসভা নির্বাচনের আঁড়িনায় প্রবেশ করেছিলেন। তারপর মন্ত্রী, ডেপুটি স্পিকারের মতো দায়িত্ব সামলে ১৯৯৬ সালে বৈশালী লোকসভা আসন থেকে জয়ী হয়েছিলেন। ১৯৯৬ ৬ এর পাতায় দেখুন

## দেশে ২৪ ঘন্টায় নতুন করে করোণায় আক্রান্ত ৯৪৩৭২

নয়া দিল্লি, ১৩ সেপ্টেম্বর (হি.স.)। একাধিক পদক্ষেপ নেওয়া সত্ত্বেও গোটা ভারত জুড়ে ক্রমাগত বেড়েই চলেছে করোনা সংক্রমণ। বিগত ২৪ ঘন্টায় সারাদেশে নতুন করে আক্রান্ত ৯৪৩৭২। ওই সময়ের মধ্যে মারণ এই রোগে নিহত ১১৪৪২। ফলে সব মিলিয়ে আক্রান্তের সংখ্যা ছাড়িয়ে গেল ৪৭ লাখের গণ্ডি। আক্রান্তের সংখ্যা বেড়ে দাঁড়িয়েছে ৪৭, ৫৪, ৩৫৭। এর মধ্যে সক্রিয় আক্রান্তের সংখ্যা ৯৭৩১৭৫। সুস্থ হয়ে উঠেছে ৩৭, ০২, ৫৯৬।

মৃতের সংখ্যা বেড়ে দাঁড়িয়েছে ৭৮, ৫৮৬। দেশজুড়ে শুরু হয়ে গিয়েছে আনলক ফোর। ফলে আগামী দিনের সংক্রমণ আরো বাড়তে পারে বলে মনে করছেন বিশেষজ্ঞরা। করোনার জেরে সব থেকে খারাপ অবস্থা মহারাষ্ট্র। সেখানে সক্রিয় আক্রান্তের সংখ্যা ২৭১৯৩৪। নিহত ২৮, ৭২৪। তালিকার দ্বিতীয় স্থানে রয়েছে অন্ধ্রপ্রদেশ। সেখানে সব মিলিয়ে ২৭১৯৩৪।

জনসমাগম রাস্তা জুড়ে। কিন্তু করোনা বেড়ে চলেছে। করোনা রোগীকে চিহ্নিত করার জন্য পরীক্ষার কাজ দ্রুত গতিতে এগিয়ে চলেছে বলে জানা গিয়েছে। ভারতীয় চিকিৎসা বিজ্ঞান গবেষণা পরিষদ আইসিএমআরের তরফ থেকে জানানো হয়েছে, বিগত ২৪ ঘন্টায় গোটা দেশজুড়ে ১০ লাখের বেশি করোনা পরীক্ষা করা হয়েছে। ওই সময়ের মধ্যে ১০, ৭১, ৭০২ নমুনা পরীক্ষা হয়েছে। সবমিলিয়ে এখানে পর্যন্ত গোটা দেশজুড়ে পাঁচ কোটির বেশি করোনা পরীক্ষা করা হয়েছে। এখনো পর্যন্ত ৫ কোটি ৬২ লক্ষ ৬০ হাজার ৯২৮ টি নমুনা পরীক্ষা করে দেখা হয়েছে। উল্লেখ্য করা যেতে পারে বিগত ২৪ ঘন্টায় গোটা দেশে নতুন করে করোণায় আক্রান্ত হয়েছে ৯৪৩৭২। ফলে সব মিলিয়ে আক্রান্তের সংখ্যা বেড়ে দাঁড়িয়েছে ৪৭, ৫৪, ৩৫৭।

## রাজ্যের পৃথক স্থানে বাড়িতে ও মন্দিরে চুরি

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ সেপ্টেম্বর। বিশালগড়ের নেহাল চন্দ্রনগর গাওঁ সভায় ৪৮নং ওয়ার্ডের এককটি বাড়িতে দুঃসাহসিক চুরির ঘটনা সংঘটিত হয়েছে। চোরের দল নেহাল চন্দ্রনগরের ৪ নং ওয়ার্ডের সুভাষ করে বাড়িতে ঘরের দরজা ভেঙে ভেতরে ঢুকে। ঘর থেকে নগদ টাকা সোনা গয়না সহ লক্ষাধিক টাকার সামগ্রী হাতিয়ে নিয়ে যায়। এ ব্যাপারে বিশালগড় থানায় বাড়ির মালিক সুনির্দিষ্ট অভিযোগ দায়ের করেছেন। পুলিশ ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে তবে এখনো পর্যন্ত চুরি যাওয়া সামগ্রী উদ্ধার নির্বাচকদের পাকড়াও করতে পারেনি পুলিশ।

চুরির ঘটনাকে কেন্দ্র করে এলাকার জনমনে তীব্র আতঙ্কের সৃষ্টি হয়েছে। এলাকায় রাজিকালীন নিরাপত্তা ব্যবস্থা জোরদার করার জন্য প্রয়োজনীয় নিরাপত্তা ব্যবস্থা করতে পুলিশের কাছে দাবি জানিয়েছেন এলাকার জনগণ। উল্লেখ্য লকডাউন যোষায়ার পর থেকেই ওইসব এলাকায় চুরির ঘটনা ক্রমাগত বৃদ্ধি পেয়েছে। চোরেরা রাতের ঘুম কেড়ে নিচ্ছে নিজেস্ব মানুষজনের। অনেকেই রাত জেগে পাহারা দিয়ে চোরের হাত থেকে নিজেদের সম্পদ রক্ষা করতে বাধ্য হচ্ছেন। এদিকে, উনাকোটি জেলায় কোম্পানির শহরের লোকনাথ মন্দিরে

৬ এর পাতায় দেখুন

## বিজেপির প্রদেশ যুব মোর্চার নতুন সভাপতি হয়েছেন নবাবল বনিক

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ সেপ্টেম্বর। বিজেপি প্রদেশ যুব মোর্চার নতুন সভাপতি হয়েছেন নবাবল বনিক। রবিবার দলের তরফ থেকে এই সংবাদ জানানো হয়েছে।

রাজ্য মন্ত্রিসভায় ভারতীয় জনতা পার্টির সমস্ত সদস্য এখন থেকে প্রতি মাসে পালা করে প্রদেশ কার্যালয়ে উপস্থিত থেকে পার্টির গুরুত্বপূর্ণ বিভিন্ন বিষয়ে কার্যকর্তাদের সঙ্গে মতবিনিময় করবেন। সম্প্রতি পার্টির প্রদেশ সভাপতি অধ্যাপক ডাঃ মানিক সাহা সংশ্লিষ্ট বিষয়ে এক নির্দেশিকা জারি করেছেন।

## ২১ সেপ্টেম্বর ১২ ঘন্টার ত্রিপুরা বন্ধ ডাকল কংগ্রেস

দলের নেতাদের একের বার্তা দিলেন ভূপেন ভোরা

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ সেপ্টেম্বর। রবিবার প্রদেশ কংগ্রেস ভবনে সাংবাদিক সম্মেলন করে রাজ্যের পর্যবেক্ষক ভূপেন ভোরা দলের একের বার্তা দেওয়ার চেষ্টা করলেন। সমস্ত নেতৃবৃন্দের এক সঙ্গে বসিয়ে বোঝানোর করলেন দলে নেই কোন মতানৈক্য। কিন্তু এড়িয়ে গেলেন অনেক প্রশ্নের উত্তর। উল্টে শুধু চড়াবলেন রাজ্য সরকার ও মুখ্যমন্ত্রীর বিরুদ্ধে। তিনি জানান সংবাদ মাধ্যমে চূপ করে দেওয়ার মত যে ঘটনা ঘটেছে তা নিয়ে রাজ্য কংগ্রেস ও জাতীয় কংগ্রেস কর্মসূচী নিয়েছে।

সংসদে এই বিষয় উত্থাপন করা হবে বলে জানান তিনি। পাড়ে পিসিসি সভাপতি পীযুষ বিশ্বাস জানান রাজ্য অরাজকতা চলেছে। স্বাস্থ্য পরিষেবা নিয়ে দায়িত্ব হীনতা নিয়ে সর্ব ভারতীয় সভানেত্রী অবগত হয়েছেন। এর জন্য রাজ্য

পর্ববেক্ষকে রাজ্যে পাঠানো হয়েছে। আলোচনা ক্রমে সরকারের বিরুদ্ধে আন্দোলন কর্মসূচী আগামী ২১ সেপ্টেম্বর ১২ ঘন্টার ত্রিপুরা বন্ধের ডাক দিয়েছে। কংগ্রেস দল বাধ্য হয়ে এই বন্ধের মুখ্যমন্ত্রীর এ ধরনের মন্তব্য মোটেই গ্রহণযোগ্য নয় বলে জানান তিনি করোনা পরিস্থিতিতে রাজ্য



## বানরের আক্রমণে গুরুতর জখম শিশু

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ সেপ্টেম্বর। বিশ্রামগঞ্জের মধ্যপাড়ায় বানরের আক্রমণে দুই বছরের একটি শিশু গুরুতর জখম হয়েছে। জানা যায় শিশুটি পাশের বাড়িতে যা ছিল। তখন ওই রাস্তায় শিশুটিকে ঝাপটে ধরে একটি বানর। বানরের আক্রমণের শিশুটি রক্তাক্ত হয়। শিশুটির চিকিৎকার শুনে পরিবারের লোকজন ছুটে এসে তাকে উদ্ধার করেন। তাকে নিয়ে যাওয়া হয় বিশ্রামগঞ্জ হাসপাতালে।

সেখানে নিয়ে যাওয়া হলে প্রয়োজনীয় ওষুধপত্র না থাকায় দোকান থেকে ঔষধ ক্রয় করে এনে চিকিৎসা শুরু করা হয়। স্থানীয় সূত্রে জানা গেছে চিরিলাম এলাকায় গত বেশ কিছুদিন ধরেই বানরের উৎপাত শুরু হয়েছে। এলাকার বাড়িঘরের ফসল এবং ক্ষেতের ফসল নষ্ট করে দিচ্ছে বানরের দল। বাড়ি ঘরে ঢুকেও বানরের দল উৎপাত চালাচ্ছে। ঘর থেকে রান্না করা খাবার পর্যন্ত বানর তুলে নিয়ে যায় বলে অভিযোগ।

রবিবার সকালে বানরের আক্রমণে দুই বছরের এক শিশু জখম হওয়ার ঘটনায় এলাকার জনমনে তীব্র প্রতিক্রিয়ার সৃষ্টি হয়েছে। বানরের উৎপাত বন্ধ করার জন্য বনদপ্তরকে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করার জন্য জোরালো দাবি জানিয়েছেন এলাকার জনগণ।

## সিধাই থানায় করোনার থাবা

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ সেপ্টেম্বর। এবার করোনার থাবা সিধাই থানায়। সিধাই থানার পুলিশ কর্মী করোনা পজিটিভ। মোহনপুর কমিউনিটি হেলথ সেন্টারে তাদের প্রত্যেকের এনাজেন টেস্ট করানো হয়েছে। এটিজেন টেস্ট করানোর পর হেজামারা কোভিড সেন্টারে বেশ কয়েকজনকে পাঠানো হয়েছে। অপর কয়েকজনকে হোম আইসোলেশনে রাখা হয়েছে। মোহনপুর কমিউনিটি হেলথ সেন্টারে স্বাস্থ্য আধিকারিক অলক কুমার জমাতিয়া জানিয়েছেন যাদের করোনা পজিটিভ মিলেছে তাদের উপযুক্ত চিকিৎসার ব্যবস্থা গ্রহণ করা হয়েছে। সিধাই থানায় করোনা অথবা বসানোর ফলে থানার কাজকর্ম অনেকাংশে বিঘ্নিত হচ্ছে। থানাকে সিএনটিএজেশন করার প্রয়োজনীয় উদ্যোগ গ্রহণ করা হয়েছে।

## আজ শুরু বাদল অধিবেশন

# লাদাখ নিয়ে সংসদে বিবৃতি দেবে কেন্দ্র

নয়া দিল্লি, ১৩ সেপ্টেম্বর। সোমবার থেকে শুরু হতে চলেছে সংসদের অধিবেশন। করোনা সংক্রমণের মধ্যে পর্যাপ্ত পরিমাণে সুরক্ষা বিধি মেনেই এই অধিবেশন শুরু হতে চলেছে। লাদাখের ঠিক কি হয়েছে? গত মে-জুন মাসে সীমান্ত পরিষেবা লাদাখের কতটা ভিতরে প্রবেশ করেছিল চিনে সেনা? কী করে প্রবেশ করল চীনা সেনা? এখন দুই দেশের সেনার অবস্থান কী? দেশের ২০ জন সেনা গত জুন মাসে যে শহীদ হলেন তার কারণ কী? চীনা সেনা ভারতে এসেছিল নাকি ভারতীয় সেনাকে নির্দেশ দেওয়া হয়েছিল ওপারে যেতে? পরিষ্কৃতির এতটা অনবতি হল কী করে?

বিগত কয়েক মাস ধরেই এই সব প্রশ্ন জমা বীধছে দেশবাসীর মনে। বিরোধীদের দাবি সত্ত্বেও এই সবকিছু বিষয় নিয়ে এখনও সরকারিভাবে খোলাখুলি কোনও বিবৃতি দেয়নি কেন্দ্রের নরেন্দ্র মোদি সরকার। শুধুমাত্র চিনের সঙ্গে সংঘাত ও বর্তমান পরিস্থিতির

প্রেক্ষিতে বাছাই করা কিছু বিষয় নিয়ে মুখ খুলেছে কেন্দ্র। কংগ্রেস নেতা রাহুল গান্ধি দাবি করেছেন, গোটা বিষয় নিয়ে দেশের সামনে খুলতে পারে কেন্দ্র। রবিবার সংসদে বসেছিল রাজ্যসভার বিজনেস অ্যাডভাইসারি কমিটির বৈঠক।



মুখ খুলুন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি। কিন্তু এতদিন সেবিষয়ে কর্তৃপাত করেনি কেন্দ্র। কিন্তু মনে করা হচ্ছে এবার এই ইস্যুতে বিবৃতি দিতে পারে কেন্দ্র।

করোনা। আবহে সোমবার থেকে শুরু হচ্ছে সংসদের অধিবেশন। চলবে ১৮ দিন। লাদাখ নিয়ে বিরোধীদের দাবিকে কেন্দ্র করে উত্তাল হতে পারে সংসদের দুই কক্ষ। তাই বিরোধীদের ধামাতেই সংসদে এই নিয়ে মুখ

## খোয়াইয়ে মহিলার কাছ থেকে টাকা ছিনতাই

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ সেপ্টেম্বর। খোয়াইয়ের বন্ধন ব্যাংকের শাখা থেকে টাকা তুলে বাড়িতে ফেরার পরে এক মহিলার কাছ থেকে কুড়ি হাজার টাকা ছিনতাই হয়েছে। জানা যায় বন্ধন ব্যাংকের শাখা থেকে এক গরিব মহিলা কুড়ি হাজার টাকা ঋণ গ্রহণ করেন।

## কৈলাসহরে ড্রাগসহ দুই পাচারকারী ধৃত

নিজস্ব প্রতিনিধি, কৈলাসহর, ১৩ সেপ্টেম্বর। কৈলাসহরে ইরানী থেকে কমলপুর আসার পথে রাস্তায় আটক দুই বাইক। তাদের কাছ থেকে উদ্ধার হয় ৩০ গ্রাম ব্রাউন সুগার। রবিবার সন্ধ্যা রাতে কৈলাসহর থানার পুলিশ কামরান্দা বাড়ী ব্রীজ এলাকা থেকে তাদের আটক করে।

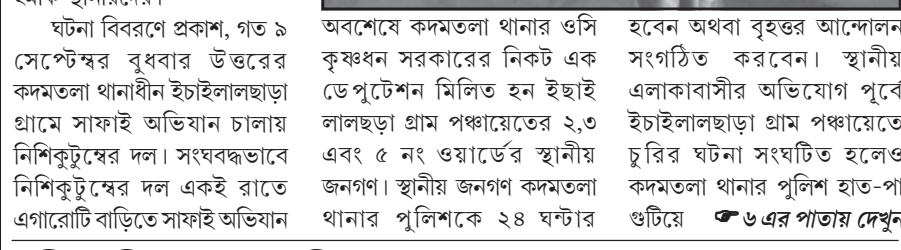
একই সঙ্গে আটক করা হয় দুইটি বাইক। কৈলাসহর থানার ওসি জ্ঞানসি তাদের কাছে গোপন খবর আসে বাইক করে ড্রাগস পাচার করা হচ্ছে। সেই মোতাবেক কামরান্দা বাড়ী ব্রীজের কাছে ওৎপাতে বসে পুলিশ। দুটি বাইক এই স্থান দিয়ে যাওয়ার সময় তাদের আটক করা হয়। তাদের তল্লাশী টাকা নেয় ওই যুবক টাকা ৬ এর পাতায় দেখুন

## নিশিকুটুস্বদের দৌরাভ্য, পুলিশের ভূমিকায় ক্ষুব্ধ জনতার থানা ঘেরাও কদমতলায়

নিজস্ব প্রতিনিধি, চুরাইবাড়ী, ১৩ সেপ্টেম্বর। নিশিকুটু স্বদের উৎপাতে অতিষ্ঠ হয়ে ও থানার ভূমিকা পজিটিভ মিলেছে তাদের উপযুক্ত চিকিৎসার ব্যবস্থা গ্রহণ করা হয়েছে। সিধাই থানায় করোনা অথবা বসানোর ফলে থানার কাজকর্ম অনেকাংশে বিঘ্নিত হচ্ছে। থানাকে সিএনটিএজেশন করার প্রয়োজনীয় উদ্যোগ গ্রহণ করা হয়েছে।

চালায় ইচ্ছাই লালছড়া। গ্রাম পঞ্চায়েতের ২,৩ এবং ৫ নং ওয়ার্ডের স্থানীয় এগায়ে নি।

সময়সীমা বেঁধে দেন। অন্যতায় স্থানীয় এলাকাসী প্রশাসনের উর্ভন কর্তৃপক্ষের সাথে মিলিত



## জিবির অক্সিজেন কাণ্ডের তথ্য প্রমাণ দিতে প্রস্তুত রাতুল দে

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ সেপ্টেম্বর। শুক্রবার রাতে পৌনে একটা নাগাদ রাজ্যের একমাত্র বায়ু ম্যাডিকেল ইঞ্জিনিয়ার রাতুল দে কাছে চিকিৎসক কনক চৌধুরী কতৃক ফোন আসে জিবির হাসপাতালের কোভিড ট্রিটমেন্ট সেন্টারের অক্সিজেনের প্রেসার কমে গেছে। পরে ঘটনাস্থলে ছুটে গিয়ে প্রত্যক্ষ করা যায় অক্সিজেনের মাত্রা ২৫-৩০ ইউনিটে চলাফেরা করছে। ফলে তাড়াতাড়ি করে অক্সিজেনের পাইপ লাইনের কাজটি সারাই করা হয়।

এবং অক্সিজেনের মাত্রা ৫০-৫৫ ইউনিটে পেতে শুরু হয়। রোগীদের ছটপট অনেকটা স্বাভাবিক হয়ে আসে। কিন্তু শনিবার রাজ্য সরকার শুক্রবারের রাতের ঘটনার জন্য একটি তদন্ত কমিটি গঠন করে। এবং সাংবাদিক সম্মেলন করে জানানো হচ্ছে বিনা অনুমতিতে অবৈধভাবে নাকি তিনি সেদিন রাতের

বেনায়া জিবির হাসপাতাল সরকারি সম্পত্তিতে হাত দিয়েছে। যা ছোট মানসিকতার আরো একবার প্রমাণ করে দিয়েছে বলে সাংবাদিক সম্মেলনের মাধ্যমে নিন্দা জানান সেই বায়ো ম্যাডিকেল ইঞ্জিনিয়ার রাতুল দে।

৬ এর পাতায় দেখুন





# হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

## ডায়াবেটিসে তুলসি পাতা উপকারিতা



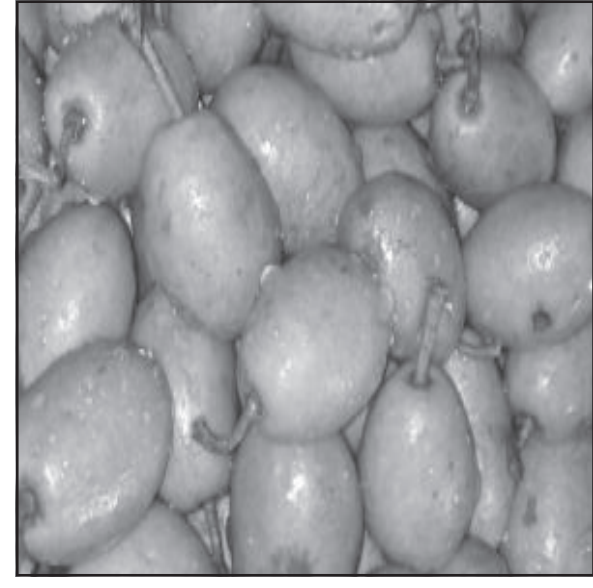
তুলসি পাতার রসে এমন কিছু উপাদান রয়েছে যা নানা রোগ সারাতে দারুণ কাজ করে। আয়ুর্বেদে শাস্ত্র অনুসারে তুলসি পাতা খেলে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার উন্নতি ঘটে, সেই সঙ্গে নানা ধরনের সংক্রামণ হওয়ার পথ বন্ধ হয়ে যায়। সেই কারণেই নিয়মিত তুলসি পাতা খাওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয়ে থাকে।

ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণে রাখে অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট সুগারের সবথেকে বড় শত্রু। আর এই উপাদানটি বিপুল পরিমাণে রয়েছে তুলসি পাতায়। যদি প্রতিদিন সকালে খালি পেটে কয়েকটি তুলসি পাতা চেবানো যায়, তাহলে রক্তে শর্করার মাত্রা দ্রুত কমে শুরু করে। তবে এক সঙ্গে অনেক তুলসি পাতা খেয়ে নিলে কিছু হঠাৎ করে শর্করার মাত্রা কমে গিয়ে অন্য বিপদ হতে

পারে। তাই সামান্য করে তুলসি পাতা খাওয়া উচিত। শরীরে অ্যান্টি স্ট্রেস হরমোনের মাত্রা স্বাভাবিক রাখতে তুলসি পাতা দারুণ কাজে দেয়। ফলে স্ট্রেস লেভেল কমে শুরু করে। তুলসি পাতায় প্রচুর পরিমাণে অ্যান্টি-স্ট্রেস এজেন্ট রয়েছে, যা রক্ত চলাচল বাড়িয়ে দেয়। ফলে শরীরে উপস্থিত নানা ক্ষতিকর উপাদানের শক্তি কমাতে থাকে, সেই সঙ্গে কমে শুরু করে মানসিক চাপও। হার্টের কর্মক্ষমতা বাড়ায় ইউজেনল নামে বিশেষ এক ধরনের অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট রয়েছে তুলসি পাতায়, যা রক্তচাপ এবং কোলেস্টেরলের মাত্রাকে স্বাভাবিক রাখে এই দুটি জিনিস নিয়ন্ত্রণে থাকলে হার্টের স্বাস্থ্য ভাল থাকে। আপনি যদি কোনও রকম হার্টের রোগে ভুগে থাকেন তাহলে রোগ সকালে খালি পেটে কয়েকটি তুলসি পাতা বিধিয়ে খান। দেখবেন অল্প দিনেই সুস্থ হয়ে উঠবেন। ফুসফুসের ক্ষমতা বাড়ায়। কিছু গবেষণা থেকে জানা যায় তুলসি পাতায় উপস্থিত

ক্যান্সেপইনে, ইগোয়েনাল এবং সিনেওল নামক উপাদান, ফুসফুস সংক্রান্ত রোগের প্রকোপ কমানোর পাশাপাশি লাং-এর কর্মক্ষমতা বাড়তে বিশেষ ভূমিকা পালন করে থাকে। ব্রঙ্কাইটিসের মতো রোগের চিকিৎসাতেও তুলসি পাতা দারুণ ভাবে সাহায্য করে থাকে। ক্যান্সার রোগকে দূরে রাখে। প্রচুর পরিমাণে অ্যান্টি কার্সিনোজেনিক প্রপ্যাটিজ এবং অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট থাকায় তুলসি পাতা খেলে ক্যান্সার রোগও দূরে পালায়। একাধিক গবেষণা অনুসারে রোগ যদি তুলসি পাতা চিবিয়ে খাওয়া যায়, তাহলে ব্রেস্ট এবং ওরাল ক্যান্সারের সম্ভাবনা কমে শুরু করে। ফলে নানা জটিল রোগে আক্রান্ত হওয়ার আশঙ্কা কমে যায়। দুগ্ধশক্তির উন্নতি হয়। নান রকম ছোট বড় চোখের সমস্যা দূর করতে তুলসি পাতার কোনও বিকল্প নেই। ভিটামিন-এ'র ঘাটতির কারণে যে যে চোখের রোগ হয়, সেগুলির প্রকোপ কমাতে দারুণ কাজে আসে তুলসি পাতা কারণ তুলসি পাতায় প্রচুর পরিমাণে ভিটামিন এ রয়েছে।

## জলপাই ফলের স্বাস্থ্যের উপকারিতা



জলপাই তার নানাধর্ম স্বাস্থ্য উপকারিতার জন্য সুপরিচিত এবং এটি রান্নায় ও সৌন্দর্য কাজে ব্যবহার করা হয় ব্যাপকভাবে। কিন্তু জলপাই পাতা উপেক্ষিত থেকে গেছে। প্রাচীন মিশরে ওয়ুথ হিসেবে প্রথমব্যবহার করা হয় জলপাইপাতা এবং জলপাই পাতা ছিল স্বর্গীয় শক্তির প্রতীক। ১৮০০ শতকের গোড়ার দিকে জলপাই পাতার রস জ্বর কমাতে ব্যবহার করা হত। ১৮০০ শতকের মধ্যভাগে ম্যালেরিয়া নিরাময়ে চায়ের সাথে ব্যবহার করা হত এই রস। ১৯০০ শতকের প্রথম দিকে এর অ্যান্টিফাঙ্গাল, অ্যান্টি ব্যাকটেরিয়াল ও অ্যান্টিভাইরাল উপাদানের জন্য মনোযোগ আকর্ষণ করে। বিভিন্ন গবেষণায় জলপাই পাতার ওয়ুথি ওগাণ্ড প্রমাণিত হয়েছে। জলপাই পাতায় অ্যান্টি অক্সিডেন্ট, অ্যান্টি ইনফ্লামেটরি, অ্যান্টি ফাঙ্গাল, ও অ্যান্টি ব্যাকটেরিয়াল উপাদান থাকে। এই ৪টি কারণে জলপাইপাতার রস আপনার ত্বকে স্বাস্থ্যকর তরুণ ও সুন্দর করে। জলপাই পাতার স্বাস্থ্য উপকারিতাগুলো হচ্ছে— সর্ষের ক্ষতিকর প্রভাব থেকে ত্বকে রক্ষা করে যদি

আপনাকে দীর্ঘক্ষণ সূর্যরশ্মির সংস্পর্শে থাকতে হয় তাহলে সূর্যের অতিবেগুনী রশ্মির প্রভাবে আপনার ত্বক স্থিতিস্থাপকতা হারায় এবং ত্বকের পুরুত্ব বৃদ্ধি পায়। গবেষণায় দেখা গেছে যে জলপাই পাতার নির্যাসে ওলিউরোপেইন নামক উপাদান থাকে। এটি ত্বকের পুরো হয়ে যাওয়া প্রতিরোধ করে এবং মেলানিনের উৎপাদনকে ধীরগতির করে। ক্যান্সাররোধক হিসেবে কাজ করে— গবেষণায় দেখা গেছে যে জলপাই পাতার রস ক্যান্সার কোষের প্রজননকে ধীর গতির করার মাধ্যমে

ত্বকের টিউমারের বৃদ্ধি কমাতে সাহায্য করে। অন্য একটি গবেষণায় দাবি করা হয়েছে যে জলপাই পাতার রস ব্রেস্ট ক্যান্সার কার্যকারিতা কমাতে পারে। অ্যান্টি এজিং উপাদান আছে যেহেতু জলপাই পাতার রস ক্যান্সার কোষের প্রজননকে ধীর গতির করার মাধ্যমে ত্বকের টিউমারের বৃদ্ধি কমাতে সাহায্য করে। অন্য একটি গবেষণায় দাবি করা হয়েছে যে জলপাই পাতার রস ব্রেস্ট ক্যান্সার কোষের

কার্যকারিতা কমাতে পারে। অ্যান্টি এজিং উপাদান আছে যেহেতু জলপাই পাতার রস ত্বক পুরো হয়ে যাওয়া ও ত্বকের ইলাস্টিসিটি নষ্ট হওয়া রোধ করতে পারে সেহেতু ত্বকের অকালবার্ধক্য প্রতিরোধে ও বলিরেখা দূর করতেও তাড়াতাড়ি কার্যকরী ভূমিকা রাখে জলপাই পাতার রস। কারণ এতে উচ্চমাত্রার অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট থাকে। ক্ষত ভালো করে ২০১১ সালে মেডিসিনাল প্ল্যান্ট নামক জার্নালে প্রকাশিত গবেষণা প্রতিবেদনের মাধ্যমে জানা যায় যে জলপাই পাতার নির্যাস সাধারণ অয়েস্ট্রোমেন্টের চেয়ে দ্রুত ক্ষত নিরাময়ে সাহায্য করে। কারণ এতে উচ্চমাত্রার অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট থাকে। ছোট কোন কাটা ছেঁড়া ও ফুসকুড়ির মধ্যে জলপাই পাতার নির্যাস দিলে দ্রুত ভালো হয়ে যায়। চুলের জন্য উপকারী— জলপাই পাতার রস মতোই জলপাই পাতার রসও চুলকে মসৃণ এবং উজ্জ্বল করতে সাহায্য করে। এই রস চুলের গোড়ার ফলিকলের মধ্যে প্রবেশ করে চুলকে আর্দ্র দীর্ঘায়িত করতে সাহায্য করে। রোগ নিরাময়ে সাহায্য করে— রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করতে সাহায্য করে বলে পুষ্টিবীর বিভিন্ন দেশে জলপাই পাতার রস ব্যবহার হয়ে আসছে। এটি শুধু কার্ডিওভাস্কুলার সিস্টেমকেই স্বাস্থ্যকর রাখতে সাহায্য করে না বরং সাধারণ ঠান্ডা ও জ্বরের উপসর্গ কমাতেও সাহায্য করে। গবেষণায় দেখা গেছে যে বয়স জনিত রোগ যেমন— ডিমেনশিয়া ও আলজাইমার এর উপসর্গ কমাতে সাহায্য করে জলপাই পাতার নির্যাস। আর্ট্রাইটিসের প্রাকৃতিক প্রতিকার হিসেবে কাজ করে জলপাই পাতার রস। এছাড়াও জলপাই পাতার নির্যাস রক্তচাপ কমাতে সাহায্য করে এবং ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণে সহায়তা করে। জলপাই পাতা সংগ্রহ করে ভালোভাবে ধুয়ে নিয়ে ১৫০ বা তার নীচের তাপে বেক করে নিন। তারপর এগুলোকে গুঁড়ো করে ছেঁকে রাখুন। এক কাপ গরম জলে ১ টেবিলচামচ শুকনা জলপাই পাতার রস মিশিয়ে ১০ মিনিট জ্বাল দিন। উপকারিতা লাভের জন্য প্রতিদিন এক কাপ জলপাই পাতার রসের চা পান করুন। স্বাদ যদি তিক্ত মনে হয় তাহলে এর সাথে মধু বা লেবু মিশাতে পারেন।

## কার্পেট দিয়ে যেভাবে দেয়াল সাজাবেন

নানিশিল্পের এই উপকরণ দিয়ে দেয়াল রাঙাতে কিছু বিষয় খেয়াল রাখা দরকার। আর সেসব বিষয়গুলোই নীচে দেওয়া হল শুধুই কার্পেট দিয়েও ঘরের সৌন্দর্য বর্ধন করা সম্ভব। এজন্য বেছে নিতে হবে সুন্দর হাতের কাজ করা একটি কার্পেট। এই কার্পেট দেয়ালে বুলিয়ে তার উপর এখটি স্পটলাইট বসিয়ে মানুষের দৃষ্টি আকর্ষণ করলেই অন্দরসজ্জায় আসবে শৈল্পিক ছোঁয়া। কয়েক টুকরা কার্পেট জোড়া দিয়ে পুরো একটি দেয়াল সাজিয়ে নিতে পারেন। এতে দেয়ালে নতুন করে রং করার ঝামেলা পোহাতে হবে না, খরচ বাঁচবে, রংয়ের গন্ধ সহিতে হবে না বরং পাবেন রঙিন একটি দেয়াল। আবার প্রয়োজনে খুলেও ফেলতে পারবেন যখন তখন।



দেয়ালে চিত্রকর্ম খোলানো ক্ষেত্রেও পেছনে আলাদা রং যোগ করতে কার্পেট ব্যবহার করতে পারেন। এতে চিত্রকর্মটির সৌন্দর্য আরও বেশি আকর্ষণীয় হবে। কার্পেটে করা ছোট ছোট শিল্পকর্ম কাজে লাগাতে পারেন

দেয়াল সাজাতে। দেয়ালের উপর থেকে নীচে কিংবা ডান থেকে বামে পাশাপাশি এই কার্পেটগুলো বসিয়ে মনের মতো করে দেয়াল সাজাতে পারবেন। ছোট গালিচাও ব্যবহার করতে

পারেন উঁচু দেয়াল তেঁকে ঝোলানোর ক্ষেত্রে উঁচু থেকে ঝোলানোর ক্ষেত্রে বিভিন্ন মোটিফের 'বোহেমিয়ান' ছোট গালিচা ব্যবহার করলে অস্ত ছিড়ে পড়ার সম্ভাবনা থাকবে।

## গর্ভকালীন সময়ে কোমর ব্যথা দূর করতে করণীয় কিছু নিয়ম মায়েরদের জন্য

নারী জীবনের একটি বড় স্বপ্ন হল মা হওয়া। তবে এ সময় একজন গর্ভবতী মায়ের অনেক সমস্যার সম্মুখীন হতে হয়। কোমর ব্যথা তার মধ্যে অন্যতম। বিশেষ করে তৃতীয় ট্রাইমিস্টার বা গর্ভকালীন শেষভাগে এই সমস্যা বেশি দেখা যায়। আমাদের মেরুদণ্ডের লাম্বার রিজন বা কোমরের অংশে একটি সি আকৃতির কার্ব বা বঁকা অংশ থাকে, যাকে চিকিৎসা বিজ্ঞানের ভাষায় লাম্বার লরডোটিক কার্ব বলা হয়। এটি আমাদের কোমরকে নড়াচড়া করতে সাহায্য করে। গর্ভকালীন সময়ে, বিশেষ করে শেষ তিন মাসে যখন বাচ্চার ওজন ক্রমান্বয়ে বাড়তে থাকে তখন মায়ের পেটের আকৃতিও বাড়তে থাকে। এতে এই বাড়তি ওজন বহন করতে ময়ে মেরুদণ্ডের কোমরের অংশের মাংসপেশিগুলোকে বেশি একটিভ বা সক্রিয় থাকতে হয়। পাশাপাশি গর্ভবতী মা পেটের

বাড়তি ওজন বহন করে কিছুটা পিছনের দিকে বঁকা হয়ে যায়। এতে কোমরের মাংসপেশি ও স্পাইনাল লিগামেন্টগুলো ফেটিগ বা দুর্বল হয়ে যায়, তখন ব্যথা অনুভূত হয়। যেহেতু এই সময় বাথানশক ওয়ুথ খাওয়া ঠিক নয়, তাই সাধারণত মায়েরা ব্যথা সহ্য করে থাকেন। তবে প্রসব পরবর্তী সময়ে এই ওভার একটিভ মাংসপেশিগুলো আরো বেশি শিথিল ও দুর্বল হয়ে পড়ে এবং ব্যথা আরো বেড়ে যায়। তবে অনেককেই ধারণা করে থাকেন সিজারিয়ান অপারেশনের জন্য একটি ইজেকশন দেওয়ার পর থেকে ব্যথা শুরু হয়েছে। তবে ইনজেকশন ব্যথার জন্য দায়ী নয়। মূলত, কোমরের মাংসপেশি, লিগামেন্ট ও লাম্বার লাইনের স্বাভাবিক বক্রতা বেড়ে যাওয়ার ফলে এই ব্যথার সৃষ্টি হয়। করণীয়— গর্ভকালীন সময়ে কোমর ব্যথা যেহেতু বাথানশক ওয়ুথ ব্যবহার করা যায় না, তাই ফিজিওথেরাপি চিকিৎসা অনেক উপকারী। এক্ষেত্রে সুপারফিসিয়াল

থার্মোথেরাপি পাশাপাশি কিছু থেরাপিউটিক ব্যায়াম করতে হয়। যেমন— স্ট্যাটিক ব্যাক মাসল এক্সসারসাইজ, পেলভিক ব্রিজিং এক্সসারসাইজ ইত্যাদি। এগুলো গর্ভকালীন কোমরের মাংসপেশির শক্তি বজায় রাখে এবং গর্ভকালীন কোমর ব্যথা অনেকাংশে কমাতে সাহায্য করে। এসব পরবর্তী ফিজিওথেরাপি খুবই গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে। বিশেষ করে কোমর ও পেটের শিথিল হয়ে যাওয়া মাংসপেশিগুলো শক্তি বৃদ্ধি করার জন্য কিছু থেরাপিউটিক এক্সসারসাইজ বা ব্যায়াম করতে হবে। যেমন পেলভিক ফ্লোর এক্সসারসাইজ, ব্যাক মাসল স্টেটেন্ডিং এক্সসারসাইজ, অ্যাবডোমিনাল এক্সসারসাইজ ইত্যাদি। ফিজিওথেরাপি বিশেষজ্ঞের পরামর্শ অনুযায়ী ব্যায়াম করলে প্রসব পরবর্তী কোমর ব্যথা থেকে মুক্ত থাকা সম্ভব।

### এক ক্লিকেই সম্পূর্ণ বাংলায়

### টাটকা খবর। প্রতিনিয়ত

### আপডেট পেতে দেখুন

Bengali News Portal  
www.jagarantripura.com

মোবাইলে ইন্টারনেট সংযোগ থাকলেই খবর পড়তে পারবেন

## পেস্তা বাদামের পুডিং

উপকরণ: দুধ আধা লিটার। কনফ্লাওয়ার ৩ টেবিল-চামচ। গুঁড়া চিনি আধা কাপ। ভ্যানিলা এসেন্স ১ চা-চামচ। ডিমের কুসুম ২টি। পেস্তা বাদাম গুঁড়া ১ কাপ। সবুজ খাবার রং পরিমাণ মতো। আনসল্টেড বাটার ২ টেবিল-চামচ। লবণ ১ চিমটি। পদ্ধতি: প্রথমে একটি পাত্রে দুধ জ্বাল দিন বলক আসা পর্যন্ত। এবার এতে একে একে চিনি,

ফেটোনো ডিমের কুসুম, বাটার, লবণ, ভ্যানিলা এসেন্স, খাবার রং এবং পেস্তা বাদামের গুঁড়া ভালো করে মিশিয়ে নিন যাতে দলা পাকিয়ে না যায়। এরপর একটি বাটিতে সামান্য ঠাণ্ডা দুধের সঙ্গে কনফ্লাওয়ার মিশিয়ে পাত্রে দুধে ঢেলে জ্বাল দিন। ঘন হয়ে এলে চুলা তেঁকে নামিয়ে সার্ভিং বাটিতে ঢেলে ফ্রিজে দিয়ে দিন। ঠাণ্ডা করে পরিবেশন করুন দারুণ সুস্বাদু পেস্তা পুডিং।

## ঠাণ্ডা নাকি গরম কোন কফি ভালো



উষ্ণ জলীয় হিসাবে কফি বেশি পরিচিত। তবে শীতল পলীয় হিসেবেও কফির জনপ্রিয়তা কম নয়। তাহলে এই দুটির মধ্যে কোনটি ভালো। গরমে শরীর শীতল করতে পছন্দের কোমল জলীয়, আইসক্রিম, লেমনেইড বা তাজা ফলের রস পান করি। তবে পছন্দের জলীয় কফি খাওয়ার ক্ষেত্রে তাপমাত্রার পার্থক্য খুব একটা বড় বিষয় নয়। ঠাণ্ডা ও গরম নির্বিষয়ে কফি পান করা হয়।

প্রতিবেদনে পুষ্টিবিজ্ঞানের বরাতে দিয়ে জানায়, গরমের চাইতে কফির শীতল জলীয় বেশি উপকারী। গরমে শরীর শীতল করতে পছন্দের কোমল জলীয়, আইসক্রিম, লেমনেইড বা তাজা ফলের রস পান করি। তবে পছন্দের জলীয় কফি খাওয়ার ক্ষেত্রে তাপমাত্রার পার্থক্য খুব একটা বড় বিষয় নয়। ঠাণ্ডা ও গরম নির্বিষয়ে কফি পান করা হয়।









## ২৫ পরিবারের বিজেপিতে যোগদান

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ১৩ সেপ্টেম্বর। এডিসি নির্বাচন যতই এগিয়ে আসছে দলবদলে হিরিক পাহাড়ে লেগেই আছে। কোথাও বিজেপি ছেড়ে আইপিএফটি তে আবার কোথাও আইপিএফটি সহ অন্যান্য দল ছেড়ে চলছে বিজেপি যোগদানের পালা। ২৯ কাঞ্চনপুর বিধানসভার অন্তর্গত ১৮ মুরা। এডিসি ভিলেজের ৪৬ মাইল এলাকার কুমারী পাড়ার এক বিজেপির উঠান সভায় ২৫ পরিবারে ৪০ জন ভোটার পদ্ম শিবিরে যোগদান করে। উঠান সভায় উপস্থিত ছিল বিজেপির রাজ্য জনজাতি মোর্চার রাজ্য কমিটির সাধারণ সম্পাদক বিকাশ দেবর্মা রাজ্য বিস্তারক আদিত্য কল্যাণ জি কৃষ্ণপুত্র মন্ডলের সাধারণ সম্পাদক রাজকুমার সরকার সহ আমিও অন্যান্য নেতৃত্ব দ্বারা। এদিন সভায় রাজ্য বিস্তারক বলেন আসছে এডিসি নির্বাচন আর এই নির্বাচনে সামনে রেখেই পাহাড়ে বিজেপি দল বিভিন্ন কর্মসূচি হাতে নিচ্ছে। এছাড়াও তিনি বলেন বর্তমান রাজ্য সরকার শহরের পাশাপাশি পাহাড়েও উন্নয়ন জারি রেখেছে তাই পাহাড়ে বিভিন্ন দল ছেড়ে বিজেপিতে যোগদান করছে সাধারণ ভোটাররা। এদিন সভা শেষে দল ত্যাগীদের দলীয় পতাকা দিয়ে নিজ দলে বরণ করে নেন নেতৃত্ব দ্বারা।

## গাড়ির ধাক্কা আহত এক

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ১৩ সেপ্টেম্বর। যান দুর্ঘটনা অব্যাহত রয়েছে তেলিয়ামুড়ায়। রবিবার সন্ধ্যায় আনুমানিক ৬টা নাগাদ তেলিয়ামুড়া থানাধীন চাকমা ঘাট এলাকার বাসিন্দা আশুতোষ দাস (৫০) অন্যান্য দিনের মতো নিজের গাধা পশু চড়িয়ে বাড়ি ফেরার পথে চাকমাঘাট বিধুকাই মন্দির সংলগ্ন এলাকায় এক দ্রুতগতিতে থাকা গাড়ি আশুতোষ দাস কে সজরে ধাক্কা মারে, এতে মাটিতে লুটিয়ে পড়ে আশুতোষ। আশুতোষ দাসের সাথে একটি বাছুর কে গাড়িটি ঘটনাস্থলে পিশে ঘটনাস্থল থেকে পালিয়ে যেতে সক্ষম হয়। ঘটনা এলাকার লোকজন প্রত্যক্ষ করে দ্রুতগতিতে থাকা গাড়িটিকে পাকড়াও করতে বার্ষ হলেও পরবর্তী সময়ে তড়িঘড়ি আশুতোষ দাসকে তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতালে নিয়ে আসে। তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতালে নিয়ে গেল কর্তব্যরত চিকিৎসক আশুতোষ কে তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতালে চিকিৎসা করছে। বর্তমানে তার চিকিৎসা চলছে তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতালে।

## সোনামুড়া বিস্তার পমািণে গাঁজার নার্সারি ধ্বংস

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৩ সেপ্টেম্বর। সোনামুড়া থানার পুলিশ এবং রিএসএফ যৌথ অভিযান চালিয়ে সোনামুড়া থানা এলাকার ঘাট এলাকা থেকে প্রচুর পরিমাণ গাঁজা নার্সারি ধ্বংস করেছে ঘটনার বিবরণে জানা যায় সুনামুরা থানার ওসি পার্থ নাথ ভৌমিক বিএসএফ জওয়ানদের সঙ্গে নিয়ে বিরোধী অভিযানের সামিল হন। ওসি জানান এলাকার তেরোটি গাঁজা নার্সারি ধ্বংস করা হয়েছে। জানা গেছে ওই এলাকায় দীর্ঘদিন ধরে গাঁজা চাষ হচ্ছে গাঁজা চাষ নিষিদ্ধ হওয়া সত্ত্বেও একাংশের লোকজন গাঁজা চাষ অব্যাহত রেখেছে। এ ধরনের গাঁজা চাষ বিরোধী অভিযান অব্যাহত থাকবে বলে সোনামুড়া থানা কর্তৃপক্ষ জানিয়েছেন।



রবিবার আগরতলায় আয়োজিত রক্তদান শিবিরে বিধায়ক সুদীপ রায় বর্মণ। ছবি-নিজস্ব।

## ভয়ংকর শিলচর-সৌরাষ্ট্র ইস্ট-ওয়েস্ট করিডর চারলেন সড়ক, চরম দুর্ভোগ যাত্রীকুলের

হাফলং (অসম), ১৩ সেপ্টেম্বর (হি.স.) : শিলচর-হাফলং ৫৪ নম্বর জাতীয় সড়কের অবস্থা ভয়ঙ্কর। বিশেষ করে বালাছড়া থেকে হারাদাঙ্গাও পর্যন্ত ৩১ কিলোমিটার দীর্ঘ রাস্তার অবস্থা একেবারেই শোচনীয়। এই রাস্তা ধরেই নির্মাণ হচ্ছে শিলচর-সৌরাষ্ট্র ইস্ট-ওয়েস্ট করিডর। গত দেড় দশকের বেশি, ইস্ট-ওয়েস্ট করিডর চারলেন সড়কের নির্মাণ কাজ চলতে থাকলেও বালাছড়া থেকে হারাদাঙ্গাও পর্যন্ত ৩১ কিলোমিটার অংশ এবং হারাদাঙ্গাও থেকে জাটসা পর্যন্ত ২৫ কিলোমিটার দীর্ঘ সড়ক নির্মাণের কাজ মুখ খুবড়ে পড়েছে।

ভোট আসে ভোট যায়। কিন্তু তদানীন্তন প্রধানমন্ত্রী ভারতরত্ন প্রয়াত অটবিহারী বাজপেয়ীর স্বপ্নের এই মহাসড়ক নির্মাণে দেড় শতকের বেশি সময় আশার ফুলঝুড়ি ফোটানতেন রাজনৈতিক নেতারা। কিন্তু রাস্তার কোনও উন্নতি দেখা যাচ্ছে না। কেন্দ্রে প্রায় সাত এবং রাজ্যে সাড়ে চার বছর হল ক্ষমতায় রয়েছে বিজেপি। অথচ প্রয়াত প্রধানমন্ত্রী অটলবিহারী বাজপেয়ীর স্বপ্নের এই মহাসড়ক নিয়ে কার্যত মুখ্যমন্ত্রী সর্বাঙ্গ সনোয়ালের নেতৃত্বাধী বিজেপি সরকার তেমন গুরুত্ব দিচ্ছে না। অভিযোগ, মুখ্যমন্ত্রী সনোয়াল সবসময় বরাক ব্রহ্মপুত্র পাহাড় সমতলের সমউন্নয়নের কথা বলেন। এমতাবস্থায় শিলচর-হাফলং জাতীয় সড়কের বর্তমান পরিস্থিতির এমন বেহাল দশা কেন, উঠেছে বিস্তর প্রশ্ন। বরাক উপত্যকা এবং ডিমা হাসাও

জেলার মানুষের কাছে লাইফ লাইন হিসেবে পরিচিত এই সড়কপথটি যানবাহন চলাচলের একেবারেই অনুপযোগী হয়ে উঠেছে। বালাছড়া থেকে হারাদাঙ্গাও পর্যন্ত অংশ সম্পূর্ণ ক্ষেতের আকার ধারণ করেছে। প্রতিদিনই এই অংশে বিভিন্ন গাড়ি আটকে যোগাযোগ বন্ধ হয়ে পড়ে। এতে সমস্যায় পড়তে হচ্ছে এই পথ দিয়ে চলাচলকারী নিত্য যাত্রীদের। বর্তমানে করোনায় অতিমারির জন্য এই অঞ্চলে ট্রেন চলাচল বন্ধ। গত পাঁচ মাস থেকে তাই এই সড়ক পথটিই একমাত্র ভরসা এই অঞ্চলের নিত্য যাত্রীদের। বর্তমানে পরিস্থিতিতে এই পথ দিয়ে চলাচল করা দুষ্কর হয়ে পড়েছে।

উল্লেখ্য, ১৯৯৮ সালের ১০ অক্টোবর প্রয়াত প্রধানমন্ত্রী অটলবিহারী বাজপেয়ীর শিলচর-সৌরাষ্ট্র ইস্ট-ওয়েস্ট করিডর চার লেন সড়ক নির্মাণের কথা ঘোষণা করেছিলেন। ২০০৪ সালে ইস্ট-ওয়েস্ট করিডরের শিলান্যাস স্থাপন করা হয়েছিল এবং ২০০৭ সালের মধ্যে এই সড়ক নির্মাণের কাজ শেষ হওয়ার সময়সীমা নির্ধারিত ছিল। কিন্তু রহস্যজনকভাবে দেড় দশকের বেশি সময় পার হয়ে যাওয়ার পরও বালাছড়া থেকে জাটসা চারলেন সড়কের নির্মাণ কাজ সম্পূর্ণ হয়নি। বর্তমানে বালাছড়া থেকে হারাদাঙ্গাও পর্যন্ত ৩১ কিলোমিটার অংশের কাজের বরাত পেয়েছে এনএইচআইডিসিএল। এই সড়ক নির্মাণের দায়িত্ব রয়েছে সুচিইনফ্রা প্রাইভেট লিমিটেড এবং জেএসসিপি জয়েন্ট ভেঞ্চার। কিন্তু

গত এক বছর থেকে ওই নির্মাণ সংস্থা শুধু পাহাড় কেটেই চলছে, এর বাইরে কোনও কাজ হয়নি। বর্তমানে বালাছড়া থেকে হারাদাঙ্গাও পর্যন্ত রাস্তার কোনও অস্তিত্বই নেই বললেই চলে।

## বিপিএল পরিবারভুক্ত হওয়া সত্ত্বেও সরকারী সব ধরনের সুযোগ সুবিধা থেকে বঞ্চিত

নিজস্ব প্রতিনিধি, গভাছড়া, ১৩ সেপ্টেম্বর। গভাছড়া ঘাট কার্ড গ্রামের বাসিন্দা লক্ষ্মন দাস বিপিএল পরিবার ভুক্ত হওয়া সত্ত্বেও সরকারী সব ধরনের সুযোগ সুবিধা থেকে বঞ্চিত। লক্ষ্মন দাস জানান তাদের পাঁচ জনের পরিবার। তিনি এও জানান ৭৩ বছর বয়সেও তার কপালে জুটছে না বৃদ্ধ ভাতা। শুধু এমনিটা নয়, সরকারী ঘর, শৌচালয় থেকেও বঞ্চিত। সরকারী সাহায্য বলতে ২৮ বছর আগে কংগ্রেস সরকারের আমলে একটি ঘর পেয়েছেন। এরপর দীর্ঘ ২৫ বছরের বাম শাসন এবং প্রায় আড়াই বছরের রাম শাসনেও কোন ধরনের সরকারী সাহায্য সহযোগিতা তার কপালে জুটে নি বর্তমানে ভাঙ্গা একটি ছন বাসার মাটির ঘরে বসবাস করতে হচ্ছে। বর্ষার সময় ঘরে বসবাস করা যায় না। কারন বৃষ্টি হলে ঘরে জল পড়ে। তখন তিন ছেলে সন্তানদের নিয়ে বসে বসে তার কাটিতে হয়। এমত অবস্থায় সরকারি একটি ঘরের দাবিতে বেশ কয়েক বারই স্থানীয় নেতৃত্ব থেকে শুরু করে সরকারী আমলা বাবুদের কাছে দরাস হয়েছেন। কিন্তু কাজের কাজ কিছুই হয় নি। অসহায় লক্ষ্মন বাবুর এক ছেলে অর্ধের অভাবে মাঝ পথে কলেজের পড়াশোনা বন্ধ করতে হয়েছে। অভিভাবক সনোয়ালের ছেলেরা এখন আনোর বাড়ি ঘরে কাজ কর্ম করে। তবে এখন আগের মত কাজ নি। যার ফলে বর্তমানে পরিবারটি এক প্রকার অসহায় অবস্থায় দিন যাপন করতে হচ্ছে। আবারও দাবি উঠেছে সরকারি একটু সাহায্য সহযোগিতা পাওয়ার।

## দায়িত্ব পাওয়ার দুদিনের মধ্যেই বড়সড় সাফল্য এসডিপিও মানস রায় দেবর্মা

নিজস্ব প্রতিনিধি, চড়িলাম, ১৩ সেপ্টেম্বর। কথায় আছে সঠিক জায়গায় জল ফেললে মাছ তো উঠবেই। গত দু তারিখ বিশালগড় মহাকুমা হসপিটাল মূল ফটকের সামনে গাড়ি চালকদের মধ্যে ঘটনা খানিক সংঘর্ষের ফলে বিশালগড় ভারতীয় মজদুর সংঘের দুজন কার্যকর্তা তিমির দত্ত, এবং রিপন দাস, গুরুতর ভাবে আহত হন এবং তাদের মাথার মধ্যে ২৮টি সেলাই লাগে এবং বর্তমানে তারা মৃত্যুর সঙ্গে পাঞ্জা লড়ছেন। উক্ত ঘটনার বিবরণ জানিয়ে বিশালগড় মজদুর সংঘের বিশালগড় শাখার পক্ষ থেকে বিশালগড় থানা ৯ জনের বিরুদ্ধে ৩ তারিখ মামলা করেছিলেন। কিন্তু আজ ১১ সেপ্টেম্বর পর্যন্ত কোন অপরাধীকে বিশালগড় থানা প্রেরণার করতে পারেনি। ভারতীয় মজদুর সংঘের বিশালগড় শাখার পক্ষ থেকে বিশালগড় মহাকুমা পুলিশ আধিকারিক এবং সিপাহীজনা জেলা পুলিশ আধিকারিক এর নিকট তারা প্রতিলিপি তুলে দেন। কিন্তু এই অপরাধীদের আরেস্ট করা তো দুরের কথা তাদের কে কেউ কোন প্রকার জিজ্ঞাসাবাদ ও করেন নি প্রশাসন। এই পরিপ্রেক্ষিতে শনিবার বিশালগড় ভারতীয় মজদুর সংঘের ৫০০ কার্যকর্তা একজোট হয়ে বিশালগড় জাতীয় সড়ক দখল করে প্রশাসনকে জানান দিতে চাইছেন ঘটনার বিষয়ে উল্লেখিত দু তারিখে উভয় পক্ষের মধ্যে যে সংঘর্ষ হয়েছে সেইসময় বিশালগড়ে এসডিপিও চেয়ারটা ছিল শুন্য কিন্তু গত দুদিন আগে বিশালগড় ট্রাফিক ডিএসপি মানস রায় দেবর্মা এসডিপিও চেয়ার এর দায়িত্ব পায় এবং বিশালগড় মজদুর সংঘের অপরাধীদের প্রেরণার দাবিতে ওনার কাছে জানানো হয়েছেন এবং উক্ত বিষয়টি এসডিপিও মানস রায় দেবর্মা জানার ২৪ ঘণ্টার মধ্যে অভিযুক্ত নয় জন আসামীকে প্রেরণার করা হয়েছে। অভিযুক্তদের মধ্যে জয়ন্ত দেবনাথ (২০), সুজন দেবনাথ (২৩), বিশ্বজিৎ দাস (২৩), ঝুটন দেবনাথ (২৬), টুটন দেবনাথ (২৯), বিশ্বজিৎ দেবনাথ (৩২), রূপন দেবনাথ (২৪), তপন দেবনাথ (৪৭) পার্থ সাহা। অভিযুক্তদের আজ আদালতে সুপার্য করা হয়।

## প্রয়াত আরএসএস-এর বরিষ্ঠ প্রচারক নন্দলাল নাথ, কেশবধামে গিয়ে শ্রদ্ধাঞ্জলি মুখ্যমন্ত্রী, অর্থমন্ত্রী, বিজেপির প্রদেশ সভাপতি সহ অনেকের

গুয়াহাটি, ১৩ সেপ্টেম্বর (হি.স.) : মাত্র ছয়ত্রিশ দিনের তুষ্টি হয়েও সংঘের প্রচারক হিসেবে দেশমাতৃর সেবা বাবধানে রাষ্ট্রীয় স্বয়ংসেবক সংঘের আরেক বরিষ্ঠ প্রচারক পরলোকগত হয়েছেন। গতকাল শনিবার সন্ধ্যারাত ৬:৫৫ মিনিটে গুয়াহাটির পল্টনবাজারে সংঘের উত্তর-পূর্বাঞ্চলের সদর দফতর কেশবধামে আচমকা হঠাৎ বর্তকরণ হলে সঙ্গে সঙ্গে শেষ নিঃশ্বাস ত্যাগ করেন বরিষ্ঠ প্রচারক নন্দলাল নাথ তথা সকলের প্রিয় নন্দলা। মৃত্যুকালে তাঁর বয়স হয়েছিল ৭৯ বছর। প্রচারক নন্দলাল নাথ প্রয়াত হয়েছেন খবর পেয়ে রাতেই কেশবধামে ছুটে যান মুখ্যমন্ত্রী সর্বাঙ্গ সনোয়াল, রাঞ্জোর অর্থমন্ত্রী হিমন্ত বিশ্ব শর্মা, বিজেপির প্রদেশ সভাপতি রঞ্জিত কুমার দাস সহ অনেকে। কেশবধামে তাঁরা প্রয়াতকে পুষ্পার্থ্য দিয়ে শ্রদ্ধাঞ্জলি জানিয়েছেন।

রাত প্রায় সাড়ে সাড়ে দশটা নাগাদ গুয়াহাটি থেকে প্রয়াত নন্দলাল নাথের মরদেহ নিয়ে দক্ষিণ অসমের কাছাড় জেলার নরসিংপুরে তাঁর পৈত্রিক বাড়িতে নিয়ে যান সংঘের অন্য প্রচারক নির্মল দে সহ অন্য কার্যকর্তারা। আজ দুপুরের দিকে সেখানে এলাকার পৌসসত্ত্ব জনতার উপস্থিতিতে তাঁর শেষকৃত্য সম্পন্ন হয়েছে। প্রসঙ্গত, ইঞ্জিনিয়ারিং পরীক্ষায় খ্যাতির সঙ্গে প্রয়াত হয়েছিলেন নন্দলাল।

## পূর্ণাঙ্গ স্বাস্থ্য পরীক্ষার জন্যই হাসপাতালে চিকিৎসাধীন অমিত শাহ, জানালো এইমস

নয়াদিহি, ১৩ সেপ্টেম্বর (হি.স.) : চিকিৎসকদের পর্যবেক্ষণে পূর্ণাঙ্গ স্বাস্থ্য পরীক্ষার জন্য হাসপাতালে চিকিৎসাধীন অমিত শাহ বলে জানিয়েছে দিল্লির এইমস।

রবিবার সকালে এইমসের তরফ থেকে বিবৃতি জারি করে বলা হয়েছে, করোনা- উত্তর দেখভালের জন্য দিল্লির এইমস এ ভর্তি হয়েছিলেন মায়নীর স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ। ৩০ আগস্ট তিনি সেখান থেকে বাড়ি ফেরেন। চিকিৎসকদের পরামর্শ অনুযায়ী পূর্ণাঙ্গ স্বাস্থ্য পরীক্ষার জন্য সংসদ অধিবেশনের আগে দিল্লির এইমসে ভর্তি হয়েছেন। প্রসঙ্গত এর আগে জানা গিয়েছিল যে শনিবার রাতে দিল্লির এইমসে ভর্তি হলেন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ। এই নিয়ে দ্বিতীয় বার এইমসে ভর্তি হন তিনি। তার জ্ঞাত আরোগ্য কামনা করেছেন মধ্যপ্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী শিবরাজ সিং চৌহান।

উল্লেখ করা যেতে পারে ২ আগস্ট অমিত শাহের শরীরে করোনা সংক্রমণ ধরা পড়ে তৎক্ষণাৎ তাকে গুরুত্বপূর্ণ মেডাস হাসপাতালে ভর্তি করা হয়। ১৪ আগস্ট করোনা রিপোর্ট নেগেটিভ আসায় তাকে ছেড়ে দেওয়া হয়। পরে ক্রান্তি এবং শরীরের যত্ন নিয়ে দিল্লির এইমস হাসপাতাল ভর্তি হন বিজেপির এই প্রাক্তন সভাপতি। এইমসে তেরো দিনের চিকিৎসার পর ৩১ আগস্ট তাকে ছেড়ে দেওয়া হয়। শনিবার রাতে হঠাৎই শ্বাসকষ্ট অনুভব করায় ফের ভর্তি হন এইমসে। অমিত শাহের দ্রুত আরোগ্য কামনা করেছেন মধ্যপ্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী শিবরাজ সিং চৌহান। হিন্দিতে লেখা নিজেদের একটুই বার্তায় শিবরাজ সিং চৌহান জানিয়েছেন, "এইমসে অমিত শাহের অসুস্থতার খবর জানতে পারলাম। তার দ্রুত আরোগ্য কামনা করি।"

## অসমে করোনা : একদিনে সর্বাধিক ২৩ জনকে নিয়ে মৃত মোট ৪৫৩ জন, আক্রান্তের সংখ্যা বেড়ে ১ লক্ষ ৪০ হাজার ৪৭১

গুয়াহাটি, ১৩ সেপ্টেম্বর (হি.স.) : গত ২৪ ঘণ্টায় নতুন কোভিড-১৯ সংক্রমিত হয়েছেন ২,১৩২ জন। পাশাপাশি শনিবার রাত পর্যন্ত কোভিড-১৯-এ আক্রান্ত হয়ে মৃত্যুবরণ করেছেন ২৩ জন। যা এ যাবতকালের সর্ববৃহৎ সংখ্যা। নতুন তেইশজনকে নিয়ে অসমে করোনায় আক্রান্ত হয়ে মৃতের সংখ্যা দাঁড়িয়েছে ৪৫৩-এ। এছাড়া শনাক্তকৃত পজিটিভের সংখ্যা বেড়ে হয়েছে মোট ১,৪০,৪৭১। তাঁদের মধ্যে তিনজনকে অন্য রাজ্যে স্থানান্তর করা হয়েছে। তবে গতকাল রাত পর্যন্ত রাজ্যের বিভিন্ন হাসপাতাল থেকে ২,৫৫৩ জনকে ডিসচার্জ করা হয়েছে। এ নিয়ে রাজ্যে কোভিড সংক্রমণ থেকে আরোগ্য লাভ করেছেন মোট ১,১০,৮৮২ জন। অবশ্য এখনও সক্রিয় রয়েছে ২৯,১৩৩ জন রোগী। বিভিন্ন হাসপাতালে তাঁদের চিকিৎসা চলাছে। এই তথ্য দিয়ে গতকাল রাতে রাজ্যের স্বাস্থ্যমন্ত্রী হিমন্ত বিশ্ব শর্মা আরও জানান, ২৪ ঘণ্টায় ৩১,২৫৩ জনের কোভিড টেস্ট হয়েছে। এ থেকে নতুনদের চিহ্নিত করা হয়েছে। টেস্টের তুলনায় পজিটিভের হার ৬.৮২ শতাংশ।

মন্ত্রী জানান, নতুন পজিটিভদের মধ্যে বেশি সংখ্যায় শনাক্ত করা হয়েছে কামরূপ মহানগর জেলায়, ৫৬২ জন। এছাড়া ডিব্রুগড় জেলায় ১৩৪, যোরহাটের ১৫৬ এবং লখিমপুর জেলায় ১৩২ জনকে কোভিড-এ সংক্রমিত বলে শনাক্ত করা হয়েছে।

# সৃষ্টির প্রেরণায় নতুন প্রতিশ্রুতি

## উন্নত মুদ্রণ

সাদা, কালো, রঙিন  
নতুন ধারায়

# রেণ্বো প্রিন্টিং ওয়ার্কস

জাগরণ ভবন, (লক্ষ্মীনারায়ণ মন্দির সংলগ্ন), এন এল বাড়ি লেইন  
প্রভুবাড়ী, বনমালীপুর, আগরতলা, ত্রিপুরা পশ্চিম - ৭৯৯০০১  
ফোন - ০৩৮১-২৩৮ ৪৯৮৪  
ই-মেল : rainbowprintingworks@gmail.com