







# হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

## কীভাবে বুঝবেন আপনার স্কিন ক্যান্সার হয়েছে কিনা?

স্কিন ক্যান্সার বা চামড়া ক্যান্সার বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই চামড়া ক্যান্সার হলে আমরা বুঝতে পারি না। আর এর পরিণতি ভয়ানক হয়। চামড়া ক্যান্সার এমন একটা রোগ, যা ছড়ায় তাড়াতাড়ি। আর বুঝতে দেরি হলেই পরিস্থিতি খারাপ হয়ে আপনার মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে। কীভাবে বুঝবেন আপনার স্কিন ক্যান্সার হয়েছে?

চামড়া ক্যান্সার হয়েছে কিনা তা বোঝার জন্য বেশ কিছু লক্ষণ রয়েছে। তবে চামড়া ক্যান্সার একেবারেই ফেলে রাখা উচিত নয়। এতে বিপদের সম্ভাবনাই বেশি।

১) যদি দেখেন আপনার শরীরের কোথাও চামড়া কোনও একটু জায়গায় গোল দাগ হয়ে গিয়েছে, তাহলে বাড়ি বাড়ি হওয়ার আগে চিকিৎসকের পরামর্শ নিন। হতে পারে এটিই চামড়া ক্যান্সারের লক্ষণ।

২) চামড়া ক্যান্সার হলে, চামড়ার উপরিভাগে কালো, গোলাপি, লাল এবং ব্রাউন এই ধরনের দাগ দেখা যায়। এই সমস্ত দাগকে ভুলেও অবহেলা করবেন না।

৩) চামড়া এই ধরনের দাগ খুব ছোট হলেও অথ্যা করা যাবে না। দাগ ছোট হলেও তা ভয়ঙ্কর।

৪) বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই চামড়া এরকম দাগে চুলকানি না জ্বলুনি দেখা দেয়। এরকম কিছু বুঝলেই সঙ্গে সঙ্গে চিকিৎসকের কাছে যান।

## আবিষ্কৃত নতুন প্রোটিন, শরীরে ক্যান্সার ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধ করবে

সম্প্রতি গবেষণায় এক ধরনের প্রোটিন আবিষ্কৃত হয়েছে। জানা গিয়েছে, আবিষ্কৃত সেই প্রোটিনের মাধ্যমে সারা শরীরে ক্যান্সার ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধ করা সম্ভব হবে। ওন্টারিওর ওয়েলফ ইন্সটিটিউটের গবেষকরা জানিয়েছেন যে, ক্যাথেরিন-২২ নামের এই প্রোটিন শরীরে ক্যান্সার ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধ করে। বিশেষত উন এবং মস্তিষ্কের ক্যান্সার সারা শরীরে ছড়িয়ে পড়ার হার কমাতে সাহায্য করে এই প্রোটিন। অধ্যাপক জিম উনাইক এই প্রসঙ্গে বলেন, ক্যাথেরিন-২২ খুবই শক্তিশালী এক ধরনের প্রোটিন। রোগীর দেহে প্রথম স্টেজে থাকা ক্যান্সার গোটা শরীরে ছড়িয়ে পড়তে দেয় না এই প্রোটিন। ফলে রোগী তাড়াতাড়ি ক্যান্সার সারিয়ে সুস্থ হতে পারেন। 'গবেষণা' আর 'জ্ঞান', খুব কম অস্বাভাবিক পরিবেশে তাঁরা ক্যান্সার কোষের উপর পরীক্ষা নিরীক্ষা করছেন। টিউমারের মধ্যে থেকে অস্বাভাবিক পরিমাণ কমিয়ে দিলেই তাদের শক্তি ক্রমশ কমতে থাকে। তাঁদের মতে, ক্যান্সার কোষ থেকে প্রোটিন বের করে দেওয়া সম্ভব।

## কী দিয়ে তৈরি হয় প্যাকেট দুধ?

দুধ আমাদের শরীরের অত্যন্ত প্রয়োজনীয় একটা খাবার। আমাদের শরীরে অনেক ঘাটতি পূরণ করে দুধ। কিন্তু কখনও কি ভেবে দেখেছেন, দুধের মাধ্যমে শরীরের ঘাটতি পূরণ করতে গিয়ে উল্টে আরও ক্ষতি করে ফেলেছেন না তো? বাড়াতে বাচ্চা থেকে শুরু করে

আমরা সবাই দুধ খেয়ে থাকি। বাচ্চাদের বেশি পরিমাণে দুধ খাওয়ানো হয়। কারণ এতে তাদের শরীরে অনেক উপকার হয়। শুধু তাই নয়, শরীরে পুষ্টির অভাব পূরণ করে দুধ। সেই দুধই মেশানো হচ্ছে ভেজাল। এমন ভেজাল, যা শরীরের ক্ষতি করবে। বেশিরভাগ মানুষই দোকান থেকে প্যাকেট দুধ কিনে খান। সারা দেশে যত পরিমাণ দুধ বিক্রি হয়, তার বেশিরভাগটাই ভেজাল। এই ভেজাল দুধে মেশানো হচ্ছে সাবান, কস্টিক সোডা, গ্লুকোজ, সাদা রং আর তেল। এই সমস্ত উপাদান দিয়েই তৈরি হচ্ছে ভেজাল দুধ। এর

সংখ্যাটা ৬৮ শতাংশ। মানে আমাদের দেশে ৬৮ শতাংশ প্যাকেট দুধই ভেজাল। সারা দেশে প্রায় ২ লক্ষ গ্রামে এই ভেজাল দুধ খাচ্ছে মানুষ। খুব তাড়াতাড়ি যাতে এই ভেজাল দুধ বিক্রি বন্ধ করা যায়। তার জন্য লোকসভায় আবেদন করা হয়েছে।

## সুষম খাদ্যের মধ্যে কি ধরনের উপাদান থাকে

বাজারে অনেক নানারকম ফল পাওয়া যায়। এনজাইম, মিনারেল, ভিটামিন, প্ল্যান্ট ফাইটোকেমিক্যালের ভিন্ন ভিন্ন ফল শরীরকে ভাল রাখতে সাহায্য করে। আজ আপনার সামনে উপস্থাপন করছি আমাদের চারপাশে পাওয়া যায় এমন কিছু ফলের পুষ্টিগুণ সম্পর্কিত প্রয়োজনীয় কিছু গুরুত্বপূর্ণ তথ্য।

সুষম খাবার কি? যে খাদ্যে ভিটামিন, শর্করা, আমিষ, চর্বি, লবণ ও জলের এই ছয়টি উপাদান থাকে।

প্রোটিন, শ্বেতসার আর স্নেহ পদার্থ আমাদের শরীরের বৃদ্ধি ও বিকাশের জন্য অত্যাধিক প্রয়োজনীয় এবং এরা আমাদের শরীরের শক্তি বৃদ্ধি করে থাকে।

বাজারে গুণমান আকারে বিভিন্ন খনিজ লবণ সমৃদ্ধ ও ভিটামিন ওষুধ কিনতে পাওয়া যায়। তবে আমাদের দেশীয় বিভিন্ন ফল ও শাকসবজি গ্রহণের মাধ্যমে এসব ভিটামিন ও খনিজ লবণ অতি সহজে, সুলভ মূল্যে গ্রহণ করা যায়। কারণ শাকসবজি ও ফলমূল সরাসরি গ্রহণ করলে শরীরে পুষ্টি ও উপকারিতা বেশি পাওয়া যায়।

শর্করা বা শ্বেতসার — শ্বেতসার বা শর্করা জাতীয় খাবারগুলো হচ্ছে চাল, আটা, ময়দা, আলু, গুড় চিনি ইত্যাদি। স্নেহ বা তেলজাতীয় খাদ্য — ঘি, মাখন, তেল, চর্বি ইত্যাদি চর্বি বা স্নেহজাতীয় খাবার। ভিটামিন। আমাদের শরীরের স্বাভাবিক সুস্থতা রক্ষায় প্রয়োজন ভিটামিন। এই ভিটামিন আবার এ বি, সি, ডি কে এবং ইত্যাদি নামে

বিভিন্ন রোগ প্রতিরোধ করে থাকে। কডলিভার অয়েল, বিভিন্ন সামুদ্রিক মাছ, আয়োডিন মিশ্রিত খাবার লবণ হতে খুব সহজেই আয়োডিন পাওয়া যায়। কডলিভার অয়েলে আয়োডিন ছাড়াও আছে একটি মূল্যবান উপাদান ভিটামিন এ যা অন্ধত্ব ও রাতকানা প্রতিরোধ করে। এছাড়া আরো আছে ক্যালসিয়াম যা শিশুদের হাড় ও দাঁত মজবুত করে।

জল— সব খাদ্যে কমবেশি জল থাকে। খাদ্যগ্রহণ, পরিপাক ও শোষণ করতে জলের প্রয়োজন। জল রক্ত তরল রাখে এবং মলমূত্রের সাথে দূষিত পদার্থ দেহ থেকে বের করে দেয়। মানুষের দেহের প্রায় দুই তৃতীয়াংশ জল। জলের অভাবে হজমে সমস্যা ও কোষ্ঠকাঠিন্য দেখা দেয়।

## সন্তানকে নিয়ে মা-বাবাদের উদ্বেগের কারণ

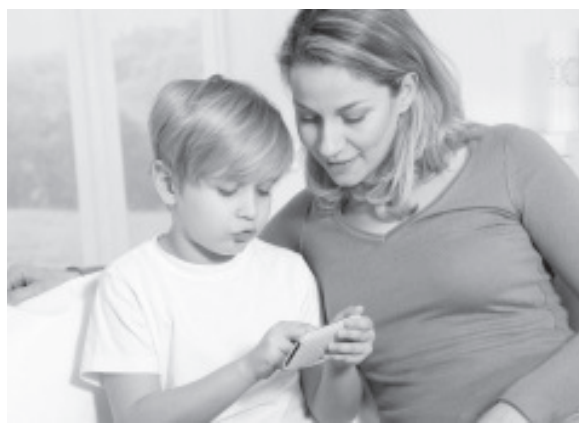
সন্তানকে নিয়ে উদ্বেগ হওয়া দোষের কিছু নয়। তবে মাত্রাতিকিত দুঃশিষ্টা হলে আগে নিজেকে নিয়ে একবার ভাবুন। বিশেষ কারণে ভয় ও যদি সবসময় সন্তানের ফলাফল ও স্বাস্থ্য নিয়ে আতঙ্কিত থাকেন তাহলে নিজেকে একটু পরীক্ষা করে নিন, এই ভয়ের মূল কারণ আসলে কী?

যেমন - সন্তান যদি অংকে খারাপ করে তবে আপনি কি তার ফলাফল নিয়ে চিন্তিত? নাকি ছোটবেলা এই বিষয়ে নিজেই কাঁচা ছিলেন বলে সেই ভয়টা এখনও কাজ করে?

উদ্বেগের কারণগুলো লিখে রাখুন ও সন্তানের বিষয় আপনার উদ্বেগের কারণগুলো লিখে রাখুন। তখন নিজেই বুঝতে পারবেন আপনি সন্তানের বিষয়ে অতিরিক্ত রক্ষণশীল কিনা। উদাহরণ স্বরূপ, অপরিচিত কেউ খারাপ কিছু করতে পারে এই শংকায় আপনি হয়ত সন্তানকে কেবল শার্ড থাকবেন না। নতুন পাশাপাশি সন্তানকেও মনোযোগ সহকারে শেখাতে পারবেন।

উদ্বেগ অনুযায়ী কাজ ও যদি সত্যি কোনো কারণে চিন্তিত হন তবে সেই হিসেবে কাজ করুন। যেমন - সন্তান শেখার অক্ষমতায় ভুগছে তাহলে তার প্রতিমনযোগ দিন। কেবল কম্পিউটার বা গুগলে সমাধান না খুঁজে শিশু বিশেষজ্ঞের সহায়তা নিন।

শিশু যদি অসুস্থ হয় তাহলে সন্তানকে নিয়ে সন্তানের বিষয়ে অতিরিক্ত রক্ষণশীল কিনা। উদাহরণ স্বরূপ, অপরিচিত কেউ খারাপ কিছু করতে পারে এই শংকায় আপনি হয়ত সন্তানকে কেবল শার্ড থাকবেন না। নতুন পাশাপাশি সন্তানকেও মনোযোগ সহকারে শেখাতে পারবেন।



## শীতে পা ভালো রাখতে সোল থেরাপি



সৌন্দর্যচর্চা মানে শুধুমাত্র মুখের ত্বকের পরিচর্যা বা কেশচর্চা নয়, তার মধ্যে আপনার পদযুগলও পড়ে। ঠিকঠাক পরিচর্যা না করলেই সর্বনাশ। দিনের পর দিন যত্নের অভাবে শ্রীহীন হয়ে পড়ে পা দুটি। কীভাবে পায়ের সৌন্দর্য ফিরিয়ে আনা যায় সে সঙ্গে শরীর এবং মনকেও উজ্জীবিত করে তোলা যায়। তারই খোঁজ মিলবে সোল থেরাপি তে।

যাদের দীর্ঘক্ষণ দাঁড়িয়ে কাজ করতে হয় বা কাজের সুবাদে সারাদিনই দাঁড়াতেই করতে হয়, তাদের পায়ের উপর চাপ বেশি পড়ে। মাসল স্টিফ হয়ে যায়, টান ধরে। চেয়ার বন্ধকন বসে কাজ করার পর ব্যাক পেনের সমস্যায় নাজেহাল হয়ে পড়ি আমরা।

স্পন্ডাইলাইটিসের সমস্যায় ভোগেন, কেউ কেউ। দীর্ঘক্ষণ কম্পিউটার কাজ করা, টিভি দেখার ফলে চোখের সমস্যা নিত্যদিনের ব্যাপার। মাথা ব্যাথাও একেবারে কুপোকাত অবস্থা। ফুড হাবিট ঠিকঠাক না থাকার ফলে স্ট্রোকে আসিডিটি, ঠাণ্ডা লেগে সাইনাস, মাইগ্রেন-এর সমস্যায় জেরবার হয়ে জেগাড়া। এই ধরনের নানা সমস্যায় সমাধানে সোল থেরাপি একবারে অব্যর্থ ওষুধ।

আমাদের শরীরে যতগুলি অঙ্গ প্রত্যঙ্গ আছে, সে সবকিছুই সোল অর্থাৎ পায়ের তলায় রয়েছে এ তথ্য বোধহয় অনেকেরই অজানা। সোল থেরাপি মূলত হাঁটুর নিচে থেকে পায়ের তলা পর্যন্ত করা হয়। যার বা সমস্যা সেই অনুযায়ী ম্যাসাজ দেওয়া হয়। এই ম্যাসাজ ডিপ

ডিপ টিসু ম্যাসাজ— মাসল এর ওপর বেশি জোর দিয়ে বা চাপ দিয়ে এই ম্যাসাজ করা হয়। পেশিতে টান ধরার সমস্যায় যারা ভোগেন তারা এই ম্যাসাজটি নিলে উপকৃত হবেন। এই ম্যাসাজের ফলে টেনশন দূর হয় এবং শরীরে রিব্রালেশন হয়। বেশি চাপ দিয়ে এই ম্যাসাজ করা হয় বলে এটাকে কানেকটিভ টিসু ম্যাসাজও বলা হয়। পেশিতে টান ধরার সমস্যায় যারা ভোগেন তারা এই ম্যাসাজটি নিলে উপকৃত হবেন। এই ম্যাসাজের দরশন আমরা কিকি সমস্যা থেকে রেহাই পেতে পারি—

সুইডিস ম্যাসাজ— এটি একটি কমন ম্যাসাজ। এই ম্যাসাজ মাসলকে রিলাক্স করে, ক্লান্তি দূর হয় সে সঙ্গে শরীরের যাবতীয় ব্যথা বন্ধনা থেকে মুক্তি মেলে।

আমাদের শরীরের যে যে অঙ্গে সমস্যা দেখা দিয়েছে তার নার্ভ পায়ের তলায় ঠিক কোনো জায়গায় রয়েছে তা চিহ্নিত করে ঠিক পার্টিকুলার পয়েন্টে পেশার দিয়ে এই ম্যাসাজ করা হয়। পায়ের একটা ম্যাসাজ সারা শরীরকে রিলাক্স করে। হট স্টোন থেরাপি— স্টোনকে গরম করে সেটা দিয়ে পায়ের তলায় ম্যাসাজ করা হয়।

সে সঙ্গে হাঁটুর নিচে থেকে পায়ের পাড়া পর্যন্ত গরম স্টোন রাখা হয়। হাত বা পায়ের ব্যথা হলে আমরা অনেকেই গরম স্টোন নিয়ে থাকি। এক্ষেত্রে সে কাজটি হয়। বেসল স্টোন পেশিতে হিট জেনারেট করে। নার্ভস সিস্টেমকে ভালো রাখতে হিট স্টোন থেরাপি এককথায় অনবদ্য।

## মায়ের বুকের দুধ নিয়ে ভ্রান্ত ধারণা এবং সঠিক পন্থা



শিশু জন্মের পর সাধারণত মা ও শিশুর পাশে পরিবারের বয়োজ্যেষ্ঠরা থাকেন। না জানার কারণে তারা মা ও শিশুর খাবার, খাবারের পরিমাণ, পুষ্টি খাওয়ানোর কৌশল নিয়ে নানা ভ্রান্ত ধারণা পোষণ করেন, যা মা ও শিশুর জন্য ক্ষতিকর।

ভুল ধারণা— সন্তান প্রসবের পর প্রথম তিন দিন মায়ের বুকের দুধ আসে না, তাই এই সময় শিশুকে মধু, মিসরির জল বা অন্য কোনো দুধ খাওয়াতে হবে।

সঠিক — তিন দিন পর যখন মায়ের বুকের দুধ দিতে হবে। ওই সময় মায়ের বুকে যতটুকু শালদধু আসে ততটুকুই শিশুকে জন্ম দেবে। শিশু যত ঘন ঘন মায়ের বুকের দুধ পান করবে, তত তাড়াতাড়ি দুধ আসবে। এজন্য তিন দিন অপেক্ষা করার প্রয়োজন হয় না। এ সময় শিশুকে অন্য কোনো খাবার দিলে তার ছোট পেট ভরে থাকবে, মায়ের দুধ খেতে চাইবে না এবং মায়ের বুকে দুধ দেহতে আসবে। ভুল ধারণা— নবজাতক বা শিশু কলমাকটি করলে মনে হয় যে তার ক্ষুধা পেয়েছে।

সঠিক— নবজাতক অনেক কারণে কলমাকটি করে থাকে, বিশেষ করে জন্মের পরপরই পৃথিবীর নতুন পরিবেশে মানিয়ে নিতে তার একটু সময়ের দরকার হয়। এছাড়া সে মায়ের কোলে বা বুকে থাকতে চায়, অতিরিক্ত গরম অথবা ঠান্ডার কারণে কলমাকটি করতে পারে। কলমার সঠিক কারণ খুঁজে বের করা অবশ্যই দরকার। শুধু ক্ষুধার জন্য কলমাকটি করে, এমনটি ভাবা উচিত নয়।

ভুল ধারণা— মা শাকসবজি ডাল বা মাছ মাংস ইত্যাদি বা খোল জাতীয় খাবার খেলে শিশুর ঠাণ্ডা লাগে বা কাশি হ য় এবং মায়ের বুকের দুধের ওপর খারাপ প্রভাব ফেলে বলে ধারণা করা হয়। এছাড়া প্রসবের পরপরই যদি মা এই

হলেও মায়ের বুকে ভালোভাবে দুধ আসতে পারে, যদি জন্মের সঙ্গে সঙ্গে শিশুকে মায়ের দুধ খেতে দেওয়া হয়। অপারেশনের পর মা গুণে গুণে শিশুকে দুধ খাওয়াতে পারবেন, তবে এ সময় হাসপাতালের দক্ষ সহযোগিতা প্রয়োজন। শিশু যদি খুব ছোট হয় এবং মায়ের বুকের দুধ খেতে পারে না, তখন প্রয়োজনে মায়ের দুধ চিঁপে বের করে চামচে করে শিশুকে খাওয়াতে হবে। মনে রাখতে হবে, ওষুধে মায়ের বুকের দুধ শুকিয়ে যায় না। ভুল ধারণা— বুকের দুধের পরিমাণ বাড়ানোর জন্য মাকে বিশেষ বিশেষ খাবার খেতে হয়, যেমন— লাউয়ের কোল, শিং মাছের কোল, ছোট মুরগি, দুধ সাঙ ইত্যাদি। এসব খাবারের অভাবে মায়ের বুকের দুধের পরিমাণ কমে যায়।

সঠিক— মা এধরনের খাবার অবশ্যই খেতে পারেন, তবে এই খাবার না খেলে মায়ের বুকে দুধ তৈরি হবে না বা বুকের দুধের পরিমাণ কমে যাবে, এটা ঠিক নয়। ঘরে যা রান্না হবে তাই একটু বেশি করে মাকে খেতে হবে। তাহলেই প্রয়োজনমতো দুধ আসবে।

সঠিক— সিজারিয়ান ডেলিভারি হলেও মায়ের বুকে দুধ তৈরি হবে।





# বিরাত বাহিনীকে হারিয়ে লিগের মগডালে দিল্লি ক্যাপিটালস

দিল্লি ক্যাপিটালস - ১৯৬/৪  
রয়্যাল চ্যালেনজার্স ব্যাঙ্গালুরু  
১৩৭/৯

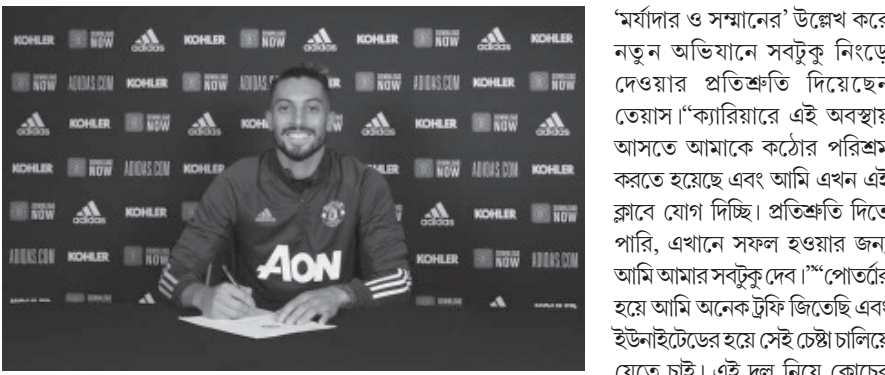
৫৯ বানে জয়ী দিল্লি ক্যাপিটালস  
১৩তম আইপিএলে এখনও অবধি সবচেয়ে বেশি আলোচিত দুই দল দুবাইয়ে মুখোমুখি হয়। রয়্যাল চ্যালেনজার্স ব্যাঙ্গালুরু ও দিল্লি ক্যাপিটালস। মরু শহরে দ্বৈরথ বিরটি কোহলি বনাম শ্রেয়স আইয়ার। চার ম্যাচের ৩টিতে জয় নিয়ে লিগ টেবিলে উপরের সারিতে থাকা দুই দল। শীর্ষস্থানে যাওয়ার লড়াইয়ে নেমে জয় ছিনিয়ে নেয় শ্রেয়স ব্রিগেড। ৫ ম্যাচের ৪টিতে জিতে ৮ পয়েন্ট নিয়ে লীগ টেবিলের শীর্ষে ক্যাপিটালস।



স্টয়েনিস ২৬ বলে ৫৩ রানের ইনিংস দিল্লিকে পৌঁছে দেয় ১৯৬-এ ১৯৭ রানের লক্ষ্য নিয়ে বিরটি বাহিনী মাঠে নামে। কিন্তু একা কোহলি(৩৯ বলে ৫৩রান) ছাড়া ব্যাঙ্গালুরুর বাকি ৮টি উইকেট কাগিসো রাবাণা ৪(উইকেট) ও আনরিচ নর্ভজের(২ উইকেট) সামনে তাদের ঘরের মত ভেঙে যায়। 'কাটে কী টক্করে'র ম্যাচ এক তরফা ভাবে জিতে নেয় দিল্লি ক্যাপিটালস।

# ম্যানইউতে ব্রাজিলিয়ান লেফট-ব্যাক তেলেস

রক্ষণে শক্তি বাড়িয়েছে ম্যানচেস্টার ইউনাইটেড। ব্রাজিলিয়ান লেফট-ব্যাক আলেস তেলেসকে চার বছরের চুক্তিতে দলে নিয়েছে প্রিমিয়ার লিগের সফলতম দলটি। মেয়াদ আরও এক বছর বাড়ানোর সুযোগ রাখা হয়েছে চুক্তিপত্রে। ২৭ বছর বয়সী এই ডিফেন্ডারকে পেতে ইউনাইটেডকে ট্রান্সফার ফি গুনতে হয়েছে দেড় কোটি ইউরো। খরচের পরিমাণ আরও ২০ লাখ ইউরো বাড়তে পারে বলে জানানো হয়েছে বিবিসির প্রতিবেদনে। জাতীয় দলের হয়ে এক ম্যাচ খেলা



তেলেস ২০১৬ সালে গালাতাসারাই থেকে পোর্তুগে গিয়েছিল। পর্তুগালের দলটির হয়ে ২৬ গোল করেছেন তিনি, ৫০টির বেশি। ইউনাইটেডে আসা অনেক

'মর্যাদার ও সম্মানের' উল্লেখ করে নতুন অভিযানে সবটুকু নিংড়ে দেওয়ার প্রতিশ্রুতি দিয়েছেন তেলেস। 'কারিয়ারে এই অবস্থায় আসতে আমাকে কঠোর পরিশ্রম করতে হয়েছে এবং আমি এখন এই ক্লাবে যোগ দিচ্ছি। প্রতিশ্রুতি দিতে পারি, এখানে সফল হওয়ার জন্য আমি আমার সবটুকু দেব।' 'পোর্তুগে হলে আমি অনেকটুকু জিতেছি এবং ইউনাইটেডের হয়ে সেই চেষ্টা চালিয়ে যেতে চাই। এই দল নিয়ে কোচের পরিষ্কার পরিকল্পনা ও নির্দেশনা আছে এবং এই বিখ্যাত জার্সি গায়ে তুলতে আমার তর সইছে না।'

# মহামারীতে বাসেলোনার বড় অঙ্কের ক্ষতি

করোনাভাইরাস পরিস্থিতিতে ২০১৯-২০ অর্থবছরে কর দেওয়ার পর বাসেলোনার মোট ক্ষতির পরিমাণ দাঁড়িয়েছে ৯ কোটি ৭০ লাখ ইউরো। বছরের শুরুতে মোট ১০০ কোটি ইউরো আয়ের যে সম্ভাবনা দেখেছিল তারা, কোভিড-১৯ মহামারীর জন্য সেটাও ভেঙে গেছে ক্লাবের ওয়েবসাইটে সোমবার দেওয়া বিবৃতিতে বাসেলোনা জানায়, গত অর্থবছরে তাদের মোট আয় হয়েছে ৮৫ কোটি ৫০ লাখ ইউরো। ২০১৮-১৯ অর্থবছরে ৯৯ কোটি আয়ের ১৪ শতাংশ কম হয়েছে এবার কোন খাতে কি পরিমাণ ক্ষতি হয়েছে, তা বিবৃতিতে বিস্তারিত তুলে ধরেছে ক্লাব কর্তৃপক্ষ। ম্যাচ ডের মোট আয় ক্ষতি হয়েছে চার কোটি ৭০ লাখ ইউরো। এছাড়া, দীর্ঘদিন ক্লাবের দোকানগুলো বন্ধ থাকায় ক্ষতি সাড়ে তিন কোটি ইউরো আর স্টেডিয়াম টুর না হওয়ায় ক্ষতি এক কোটি ৮০ লাখ ইউরো ইউরোপে করোনাভাইরাস



পরিষ্কৃতি এখনও নাজুক হওয়ায় সবগুলো ম্যাচ হচ্ছে দর্শকশূন্য স্টেডিয়ামে। আর এভাবে চলতে থাকলে ক্ষতির অঙ্ক আরও বাড়বে বলেও আশঙ্কা করা হচ্ছে। ২০২০-২১ অর্থবছরে সম্ভাব্য আয় ধরা হয়েছে ৭৯ কোটি ১০ লাখ ইউরো। কঠিন পরিস্থিতিতে ক্লাবের পাশে দাঁড়াতে গত মৌসুমে ফুটবল বন্ধ থাকার সময়ে কম বেতন নিতে রাজি হয়েছিল লিগ ওনেল মেসিরা। ব্যয় কমাতে এরই মধ্যে লুয়ান সুয়ারেস, আর্জেন্টো ভিদাল, ইভান রাকিচিচদের মতো সিনিয়র খেলোয়াড়দের ছেড়ে দিয়েছে ক্লাবটি। শিরোপাশূন্য গত মৌসুম শেষের পর দল পুনর্গঠনের আভাস দিয়েছিল বাসেলোনা। তবে, সোমবার শেষ হতে যাওয়া দলবদলের বাজারে খেলোয়াড় কেনায় খুব একটা ব্যস্ত দেখা যায়নি তাদের।

# রোহিত শর্মা বনাম স্টিভ স্মিথ দ্বৈরথ আবুধাবিতে কে করবে বাজিমাত

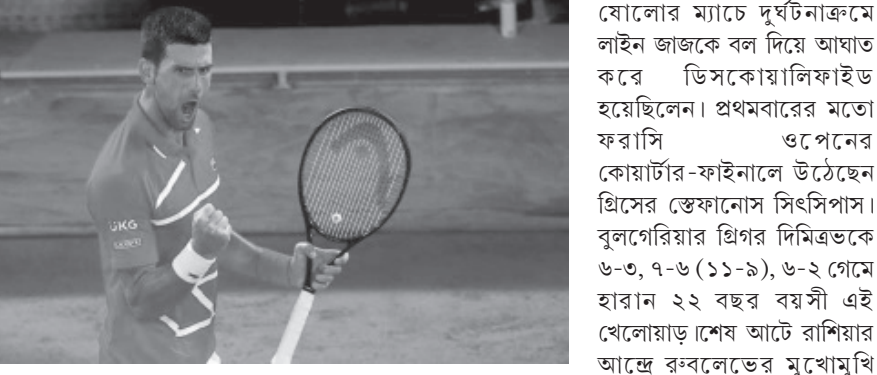
আইপিএলে মঙ্গলবার গুরুত্বপূর্ণ ম্যাচে মুখোমুখি মুম্বই ইন্ডিয়ান্স ও রাজস্থান রয়্যালস। ৫টির মধ্যে তিনটি ম্যাচ জিতে লীগ টেবিলের দ্বিতীয় স্থানে রয়েছে রোহিত শর্মার দল। অপরদিকে প্রথম দুটি ম্যাচ জিতলেও, শেষ দুটি ম্যাচ হেরে প্রতিযোগিতায় ধাক্কা খেয়েছে স্টিভ স্মিথের দল। আইপিএলের গুরুত্বপূর্ণ ম্যাচের মধ্যস্থানে মুম্বই ইন্ডিয়ান্স স্মিথের দলকে হারিয়েছিল স্টিভ স্মিথ, সঞ্জু সামসনর। কিন্তু পরের দুটি ম্যাচে কেউকে আরও পঞ্জাবের কাছে হেরে পয়েন্ট টেবিলে মাথের দিকে চলে এসেছে রয়্যালসরা। ব্যাটিং লাইন সঞ্জু সামসন ও স্টিভ স্মিথ রানের মধ্যে থাকলেও, অন্যান্য বাটসম্যানরা এখন নিজেদের সেরা ফর্মে ফিরতে পারেনি। বোলিং লাইনআপে আর্চার ছাড়া উনাদাকট, শ্রেয়স গোপাল, টম কুরান, তেওয়ারীস্বাদের বোলিংয়েও রয়েছে ধারাবাহিকতার অভাব। মুম্বইয়ের বিরুদ্ধে না জিতে পাললে পয়েন্ট টেবিলের লড়াইয়ে অনেকটা পিছিয়ে পড়তে হবে রাজস্থান রয়্যালসকে। তাই রোহিত শর্মার দলের বিরুদ্ধে জিতে মরিয়্যা স্টিভ স্মিথের দল অপরদিকে,



শেষ দুই ম্যাচে পঞ্জাব ও হায়দরাবাদকে হারিয়ে ছন্দে ফিরেছে চারবারের আইপিএল চ্যাম্পিয়নরা। প্রথম কয়েকটি ম্যাচে দলের তারকা ওপেনার কুইন্টন ডিক্ক রান না পাওয়ায় চিন্তায় ছিল মুম্বই ইন্ডিয়ান্স টিম মানেজমেন্ট। তবে শেষ ম্যাচে ফর্মে ফিরেছেন প্রোটিয়া তারকা। রানের মধ্যে রয়েছেন অধিনায়ক রোহিত শর্মা। এছাড়াও প্রতি ম্যাচে রান করছেন তরুণ তুর্কি ইশান কিষণ। ছন্দে রয়েছেন সূর্যকুমার যাদব। লোয়ার মিডিল অর্ডারে বিধ্বংসী ফর্মে রয়েছেন কায়রন পোলাড। রানে ফিরেছেন হার্ডিক পাণ্ডিয়া। পাশাপাশি বোলিং

# দারুণ জয়ে শেষ আটে জোকোভিচ

রাশিয়ার কারেন কাচানোভকে হারিয়ে ফরাসি ওপেনের কোয়ার্টার-ফাইনালে উঠেছেন বিশ্বের এক নম্বর টেনিস খেলোয়াড় নোভাক জোকোভিচ। প্যারিসের রোলী গারোয় সোমবার ১৫তম বাছাই কাচানোভকে ৬-৪, ৬-৩, ৬-৩ গেমে হারান ১৭ বারের গ্র্যান্ড স্ল্যামজয়ী এই সার্বিয়ান তারকা। আদর্শের এখনও কোনো স্টেট হারেননি তিনি। দুই বছর আগে প্যারিস মাস্টার্সের ফাইনালে কাচানোভ। এবার তেমন একটা লড়াইও করতে পারলেন না তিনি। এই নিয়ে রেকর্ড টানা ১১ বার ফরাসি ওপেনের শেষ আটে উঠলেন ৩৩ বছর বয়সী জোকোভিচ। এই রাউন্ডে তিনি লড়াইয়ে স্পেনের পাবলো কারেনো বুস্তা ও জার্মানির ডানিয়েল আল্টমায়ারের মধ্যে বিজয়ীর



বিপক্ষে ৮লতি বছর এখনও কোনো ম্যাচে হারেননি জোকোভিচ। ২০১৬ সালে ফরাসি ওপেন জিতে কারিয়ার গ্র্যান্ড স্ল্যাম পূর্ণ করা এই তারকা গত ইউএস ওপেনে শেষ

# চোট নিয়ে ছিটকে গেলেন স্টার্লিং

ছন্দে থাকা রাহিম স্টার্লিংকে হারাল ইংল্যান্ড। চোটের জন্য ওয়েলসের বিপক্ষে প্রীতি ম্যাচ এবং উয়েফা নেশন লিগে বেলজিয়াম ও ডেনমার্কের বিপক্ষে খেলা হবে না এই মিডফিল্ডারের ইংলিশ ফুটবল ফেডারেশন সোমবার এক বিবৃতিতে দল থেকে স্টার্লিংয়ের ছিটকে যাওয়ার কথা জানায়। ম্যানচেস্টার সিটির এই খেলোয়াড়ের জায়গায় প্রথমবারের মতো জাতীয় দলে ডাক পেয়েছেন চেলসির ডিফেন্ডার রিস জেমস। একই সঙ্গে ট্যামি আত্রাহাম, বেন চিলওয়েল ও জেডন স্যানচোর দলের ক্যাম্পে দেহের যোগ দেবেন বলে জানায় ইংল্যান্ড। করোনাভাইরাস মহামারীর মাঝে আত্রাহামের জন্মদিনের পার্টিতে ছিলেন চিলওয়েল ও স্যানচো। আগামী বৃহস্পতিবার ওয়েলশিতে ওয়েলসের বিপক্ষে প্রীতি ম্যাচটি খেলবে ইংল্যান্ড। এরপর নেশন লিগে রোববার বেলজিয়াম এবং এর তিন দিন পর ডেনমার্কের মুখোমুখি হবে গ্যারেথ সাউথগেটের দল।

# ইউভেস্তুসে তরুণ ফরোয়ার্ড চিয়েসা

ফিওরেন্তিনা থেকে দুই বছরের জন্য ধারে ইতালিয়ান ফরোয়ার্ড ফেদেরিকো চিয়েসাকে দলে টেনেছে ইউভেস্তুস। নিজেদের ওয়েবসাইটে ইতালিয়ান চ্যাম্পিয়নরা দলবদলের শেষ দিন সোমবার এক বিবৃতিতে জানায়, এই দুই বছরের জন্য মোট এক কোটি ইউরো গুনতে হবে তাদের; আগামী মৌসুমের জন্য ৩০ লাখ ইউরো আর ২০২১-২২ মৌসুমের জন্য ৭০ লাখ ইউরো। চুক্তিতে ২২ বছর বয়সী এই খেলোয়াড়কে কিনে নেওয়ার সুযোগ আছে সেরি আ চ্যাম্পিয়নদের। সেক্ষেত্রে তাদের তিন বছরে দিতে হবে চার কোটি ইউরো। এর সঙ্গে চিয়েসার পারফরম্যান্সের ভিত্তিতে আরও এক কোটি ইউরো বাড়তে পারে মূলত গতির কারণে পরিচিত চিয়েসার গত মৌসুমটা দারুণ কাটে।

এক ক্লিকেই সম্পূর্ণ বাংলায়  
টটকা খবর। প্রতিনিয়ত  
আপডেট পেতে দেখুন

**Bengali News Portal**  
[www.jagarantripura.com](http://www.jagarantripura.com)

মোবাইলে ইন্টারনেট সংযোগ থাকলেই খবর পড়তে পারবেন

PNIT NO: 13/ePNIT/EE/RD/DIV/AMP/G/2020-21, Dated- 01/10/2020.  
The Executive Engineer, RD Amarpur Division, Amarpur, Gomati Dist., Tripura invites e-Tender from eligible bidders upto 3.00 PM of 12/10/2020 for 1 (One) no. material procurement tender. For details visit website- <https://tripuratenders.gov.in> and contact- 8787494405. Any subsequent corrigendum will be available in the website only.

(Er. D. C. Jarfiatia)  
Executive Engineer  
RD Amarpur Division  
ICA-C-1765/20

PNIT NO: ePT21/EE/RD/KCP/DIV/2020-21 DATED- 22/09/2020  
The Executive Engineer, R,D Kanchnpur Division, Kanchnpur, North Tripura invites tender from eligible bidders upto 11.00 AM on 12.10.2020 for 2 (Two) No. Construction projects under R.D. Kanchnpur Division during the year 2020-21. For details visit <https://tripuratenders.gov.in> or contact at Mobile No: 7085862819 for clarifications, if any. Any subsequent corrigendum will be available at the website only.

Sd/- Illegible  
Executive Engineer  
RD Kanchnpur Division  
Kanchnpur, North Tripura  
ICA-C-1752/20

PNIT NO- 91/EE/PWD(DWS)/AMB/2020-21  
The Executive Engineer, DWS Division Ambassa, Dhalai District, Tripura invites on behalf of the Governor of Tripura, single bid percentage rate e-tender. The details are below :-

SI NO	DNIE-T No	Estimated Cost	Deadline for bidding
1	DNIE-T No.117/EE/PWD(DWS)/AMB/2020-21	1440504.00	
2	DNIE-T No.119/EE/PWD(DWS)/AMB/2020-21	1440504.00	
3	DNIE-T No.120/EE/PWD(DWS)/AMB/2020-21	1440504.00	
4	DNIE-T No.121/EE/PWD(DWS)/AMB/2020-21	1656477.00	19-10-2020
5	DNIE-T No.122/EE/PWD(DWS)/AMB/2020-21	1656477.00	
6	DNIE-T No.123/EE/PWD(DWS)/AMB/2020-21	1656477.00	
7	DNIE-T No.36/EE/PWD(DWS)/AMB/2020-21 (2nd Call)	2286068.00	

All details can be seen press notice & bid documents for the work on website [www.tripuratenders.gov.in](http://www.tripuratenders.gov.in) at free of cost. For contact 03826-267230/9436355955

For and on behalf of Governor of Tripura  
Sd/- (Er. H. Chakma)  
Executive Engineer  
DWS Division, Ambassa, Dhalai District, Tripura  
ICA-C-1760/20

