

জাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

গৌরবের ৬৭ তম বছর

অনলাইন সংস্করণঃ www.jagarandaily.com

JAGARAN ■ 6 October, 2020 ■ আগরতলা, ৬ অক্টোবর ২০২০ ইং ■ ১৯ আশ্বিন, ১৪২৭ বঙ্গাব্দ, মঙ্গলবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ Founder: J.C.Paul ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা



উদয়পুরে বজ্রাঘাতে হত তিন, আহত চার

নিজস্ব প্রতিনিধি, উদয়পুর, ৫ অক্টোবর। উদয়পুরে আজ রাতের শেষভাগে বজ্রাঘাতে তিন জনের মৃত্যু হয়েছে। আরও চার জন আহত হয়েছেন।

হিরাপুর এলাকায় একটি পুকুরে সাতজন কাজ করছিলেন। তাঁরা ওই পুকুরেরই মালিক। বৃষ্টি আসায় পুকুরের পাশেই একটি অস্থায়ী ছাউনিতে সাতজন আশ্রয় নিয়েছিলেন। হঠাৎ বজ্রাঘাতে তিনজনের মৃত্যু হয়েছে। বাকি চার জন হাসপাতালে চিকিৎসাধীন।

মির্জা (৩০) বজ্রাঘাতে গুরুতর আহত হন। খবর পেয়ে স্থানীয় মানুষ ছুটে গিয়ে সকলকে উদ্ধার করে গোমতি জেলা হাসপাতালে নিয়ে যান। সেখানে চিকিৎসকরা তিনজনকে মৃত বলে ঘোষণা করেন। আহত চারজনকে হাসপাতালে ভরতি করা হয়েছে। ঘটনা সম্পর্কে মনু মির্জা বলেন, বজ্রপাতের সঙ্গে সঙ্গেই জান হারিয়ে ফেলেছিলাম। তাই

কীভাবে হাসপাতালে এসেছি বলতে পারছি না। হাসপাতালে আসার কিছুক্ষণ পর তাঁর সংজ্ঞা ফিরেছে। এলাকাবাসীর বক্তব্য, ওই সাতজন নিজেদের পুকুরের বিস দিয়ে সমস্ত মাছ তুলেছিলেন আজ। বৃষ্টি আসায় অস্থায়ী ছাউনিতে আশ্রয় নিয়েছিলেন। তাতেই ঘোর বিপদ ঘটে গিয়েছে। বজ্রাঘাতে তিনজনকে মৃত্যুতে এলাকায় গভীর শোকের ছায়া নেমে এসেছে।

পুলিশের বক্তব্য, স্থানীয়দের কাছ থেকে খবর পেয়ে আমরা হাসপাতালে ছুটে গিয়েছি। মৃতদের ময়না তদন্তের পর মৃতদেহ পরিবারের হাতে তুলে দেওয়া হবে। ওই ঘটনায় অস্বাভাবিক মৃত্যুর মামলা নেওয়া হয়েছে। এদিকে, এই ঘটনার প্রেক্ষিতে গোটা এলাকায় শোকের ছায়া নেমে এসেছে।

প্রসঙ্গত, চলতি মাসের শেষ পর্যন্ত রাজ্যে বৃষ্টিপাত হবে বলে আবহাওয়া দপ্তর থেকে থেকে জানানো হয়েছে। এনিয়ুে দুঃশিষ্টায় রয়েছেন রবি ফসলের চাষীরা। প্রসঙ্গত, সম্প্রতি রাজ্যের বিভিন্ন জায়গায় বজ্রাঘাতে আরও একজনের মৃত্যু হয়েছে। সেই সাথে তিন মহিলা গুরুতর ভাবে আহত হয়ে এখনও হাসপাতালে চিকিৎসাধীন রয়েছেন।

রাজ্যগুলিকে ২০ হাজার কোটি টাকা ক্ষতিপূরণ শুল্ক বন্টন

নয়াদিল্লি, ৫ অক্টোবর (হি.স.)। চলতি বছরে এখনও পর্যন্ত প্রাপ্ত কম্পেন্সেশন (ক্ষতিপূরণ) সেন্স ২০ হাজার কোটি টাকা রাজ্যগুলিকে সোমবার রাত থেকেই বন্টন করে দেবে কেন্দ্র। এদিন জিএসটি কাউন্সিলের বৈঠকে এই সিদ্ধান্ত নেওয়া হয়েছে বলে জানিয়েছেন কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রী নির্মলা সীতারমন। এছাড়াও আরও ২৪ হাজার কোটি টাকা আইজিএসটিএর মাধ্যমে সেইসব রাজ্যগুলিকে দেওয়া হবে যারা প্রথম পর্যায়ে কম পেয়েছিল। এই অর্থটি আগামী সপ্তাহ থেকে প্রদান করা হবে।

করোনার প্রকোপে ছয় মাস পর রাজ্যে যাত্রী রেল পরিষেবা চালু

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ অক্টোবর। করোনা-র প্রকোপে দীর্ঘ ছয় মাস পর ত্রিপুরায় যাত্রী রেল পরিষেবা চালু হয়েছে। আগরতলা-ধর্মনগর এবং আগরতলা-সার্কম রংগে তিন জোড়া ডেমু ট্রেন আজ থেকে চালু হয়েছে। এতে যাত্রীরা ভীষণ খুশি, প্রতিক্রিয়ায় এমনটাই জানা গেছে।

করোনা-র স্বাস্থ্যবিধি মেনেই আজ থেকে লোকাল ট্রেন পুনরায় যাত্রা শুরু করেছে। প্রথম দিনেই যাত্রীদের ভালো সংখ্যা বাড়ল মনে করা গিয়েছে। ট্রেন চালু হওয়ার মতো ত্রিপুরেশ্বরী মন্দির দর্শনেও গিয়েছেন অনেকে। জনৈক যাত্রীর কথায়, সরকারি অফিস খুলে গেছে। ফলে বাসে গত কয়েকদিন যাতায়াত করতে হয়েছে। তাতে সময় বেশি লেগেছে, ভাড়াও বেশি গুনতে হয়েছে। ট্রেন পুনরায় চালু হওয়ায় এখন অনেক কম সময়ে অল্প ভাড়ায় গন্তব্যে পৌঁছে যাওয়া

সম্ভব হবে। বজায় রাখা এবং মাস্ক পরিধান করোনা-প্রকোপে ট্রেন বন্ধ ছিল। ওই যাত্রীর দাবি, করোনা-র অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে। আজ ট্রেন চালু হতেই বন্ধদের



প্রকোপে স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলতেই আরেক যাত্রীর কথায়, অনেকদিন সাথে মাতা ত্রিপুরেশ্বরী মন্দির ঘুরে হবে। সেক্ষেত্রে সামাজিক দূরত্ব কোথাও ঘুরতে যাইনি।

আরও দু'জনের মৃত্যু, নতুন আক্রান্ত ১৫৯

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ অক্টোবর। ত্রিপুরায় করোনা আক্রান্ত হয়ে আরও দু'জনের মৃত্যু হয়েছে। পাশাপাশি, গত ২৪ ঘণ্টায় নতুন করে ১৫৯ জন করোনা আক্রান্ত হয়েছেন। তবে স্বস্তির খবরও রয়েছে।

ত্রিপুরায় ২৫৫ জন করোনা আক্রান্ত সূচ্য হয়েছে। তাতে দেখা যাচ্ছে, আক্রান্তের তুলনায় সূচ্য হওয়ার সংখ্যা এখনও বেশি। মৃতের সংখ্যাও আজ গত কয়েকদিনের তুলনায় কম হয়েছে। ত্রিপুরায় এখন পর্যন্ত ২৭,০৩৩ জন করোনা ভাইরাসে আক্রান্ত হয়েছেন। তাঁদের মধ্যে ২২,১০৮ জন সূচ্য হয়েছেন। বর্তমানে ৪,৬০১ জন সক্রিয় করোনা আক্রান্ত রয়েছেন।

তেলিয়ামুড়ায় এক ব্যক্তির মৃতদেহ উদ্ধার

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ৫ অক্টোবর। তেলিয়ামুড়া সিএনজি স্টেশন সংলগ্ন এলাকায় একটি লেবু বাগান থেকে এক মোটর স্ট্রিকারের বুলবুল মৃতদেহ উদ্ধার হয়েছে। মৃতের নাম রতন পাল।

মৃতের নাম রতন পাল। গাড়িটা পড়ে থাকতে দেখেন তাঁর বড় ভাই সিএনজি স্টেশন সংলগ্ন লেবু বাগানের একটি গাছে বুলবুল অবস্থায় পাওয়া গেছে রতন পাল নামে ওই যুবকের মৃতদেহ। ঘটনার খবর দেওয়া হয়

শ্রমিকদের হাতে আক্রান্ত বিডিও, লড্ডভড্ড অফিস

নিজস্ব প্রতিনিধি, গড়াছড়া, ৫ অক্টোবর। রেগার মজুরী না পেয়ে ক্ষুব্ধ শ্রমিকরা বিডিও-র উপর আক্রমণ চালায়। ঘটনাটি ঘটে সোমবার সকাল এগারটা নাগাদ উত্তরনগর ব্লকে। এই দিন পঞ্চরতন এডিসি ভিলেজের রেগার শ্রমিকরা তাদের মজুরী আদায় করার লক্ষ্যে বিডিও-র সাথে দেখা করতে আসে।

রেগার শ্রমিকদের অভিযোগ এই সময় বিডিও তাদের কথা শুনতে চাইছিল না। উল্টো তাদের সাথে খারাপ ব্যবহার করে। এমনকি খাতা চিল ছুরে তাদের উপর আক্রমণ চালায়। যদিও বিডিও সাহেব তাদের এই অভিযোগ মিথ্যা বলে জানান। তিনি উল্টো অভিযোগ করে বলেন হঠাৎ রেগার শ্রমিকরা ওনার অফিস কক্ষ চুক কোন কিছু বোঝা উঠার আগেই তার উপর আক্রমণ চালায়। এতে করে তিনি অল্প বিস্তর আঘাত পান। ওনাকে বাঁচানোর জন্য এগিয়ে এসে অন্য আর এক অফিস কর্মীও

হাথরাশ : রাজ্যে নীরব সত্যাগ্রহ কংগ্রেসের

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ অক্টোবর। উত্তরপ্রদেশের হাথরাশ-র ঘটনায় ত্রিপুরায় সত্যাগ্রহ আন্দোলন করেছে প্রদেশ কংগ্রেস। আজ প্রদেশ কংগ্রেস সভাপতি পীযুষ বিশ্বাসের নেতৃত্বে দলীয় নেতা-কর্মী ঘন্টা খানেক ওই আন্দোলন সংগঠিত করেছেন। নীরব সত্যাগ্রহের মাধ্যমে উত্তর প্রদেশের যোগী আদিত্যনাথ-র মুখ্যমন্ত্রী পদে পদত্যাগ দাবি করেছেন তিনি। হাথরাশ-এ বীভৎস ঘটনা এবং তার পরবর্তী প্রাক্তন কংগ্রেস সভাপতি রাহুল গান্ধী-কে শারীরিকভাবে নিগূহীত করার ক্ষোভ প্রকাশে সত্যাগ্রহ আন্দোলন পালন করা হচ্ছে বলে দাবি করেন তিনি।

এদিন তিনি বলেন, উত্তর প্রদেশের হাথরাশ-এ ১৯ বছরের এক নাবালিকা-কে গণ ধর্ষণের পর নৃশংসভাবে হত্যা করা হয়েছে। অথচ, যোগী প্রশাসন অপরাধীদের আড়াল করার সবচেয়ে চেষ্টা চালিয়েছে। তিনি অভিযোগ করে বলেন, উত্তর প্রদেশে গুণ্ডারাজ কায়ম হয়েছে।

জেলাশাসক নির্বাচিতার পরিবার-কে শাসাচ্ছেন। অথচ, প্রশাসন কোন ব্যবস্থা নিচ্ছে না। তাঁর কটাক্ষ, অপরাধীদের মদত দেওয়ার জন্য ময়না তদন্তের পর



ওই নাবালিকার মৃতদেহ পরিবারের হাতে তুলে দেওয়া হয়নি। বরং, রাতের অন্ধকারে মৃতদেহ পড়িয়ে দিয়েছে পুলিশ। তিনি বলেন, ওই

স্ত্রী-সন্তানকে রেখে নাবালিকা শ্যালিকাকে নিয়ে পালান জামাতা

নিজস্ব প্রতিনিধি, চুড়াইবাড়ি, ৫ অক্টোবর। বড় বোনকে রেখে নাবালিকা ছোট বোনকে নিয়ে পালিয়ে গেল বোনজামাই। থানায় মামলা করতে গেলে ঘটনা মীমাংসার চাপ স্থানীয় থানায়। অবশেষে পুলিশ সুপারের দ্বারস্থ প্রথম স্ত্রী ও শাওড়ি। ঘটনা কদমতলা থানাধীন কালা গাওঁরপাড় এলাকায়।

ঘটনার বিবরণে প্রকাশ, উত্তর জেলার কদমতলা থানাধীন কালা গাওঁরপাড় গ্রাম পঞ্চায়তের ২ নং ওয়ার্ডের বাসিন্দা মৃত আবদুর রহিমের বড় কন্যা হালিমা বেগমকে বছর তিনেক পূর্বে পালিয়ে নিয়ে যায় ধর্মনগরের শাহারী বাড়ির মন্সান আলী পিতা মস্তকিন আলি। পরে তাকে ইসলাম ধর্মীয় রীতিনীতি মেনে বিয়ে হয়। কিন্তু বিয়ে হওয়ার পর স্ত্রী হালিমা বেগম জানতে পারে মন্সান আলী আগে থেকেই বিবাহিত। দুটি সন্তান ও স্ত্রী রয়েছে। স্ত্রী ও সন্তানদের স্বপ্নবাড়িতে পাঠিয়ে দায়িত্ব খালি করে ফেলেছে স্বামী মন্সান আলী। যদিও দ্বিতীয় স্ত্রী হালিমা বেগম তা মেনে নিয়ে স্বামী মন্সান আলীকে নিয়ে সংসার করতে শুরু করে। তারপর হালিমা এক

চুরাইবাড়িতে সোয়া কোটি টাকার নেশাদ্রব্য উদ্ধার, ধৃত ৩

নিজস্ব প্রতিনিধি, চুড়াইবাড়ি, ৫ অক্টোবর। আবারও বড়সড় সাফল্য পেল ত্রিপুরা পুলিশ। টাইলস বোঝাই গাড়িতে করে পাচারের সময় ২৫ হাজার শিশি নেশার কফসিরাপ ফেপিডিল উদ্ধার হয়েছে। উদ্ধারকৃত নেশার গুণগুণের আনুমানিক বাজারমূল্য সোয়া কোটি টাকা। এগুলির সঙ্গে তিনজনকে আটক করেছে পুলিশ। তারা উত্তরপ্রদেশের বাসিন্দা বলে পুলিশ জানিয়েছে।

এ-বিষয়ে উত্তর ত্রিপুরা জেলা পুলিশ সুপার ভানুপদ চক্রবর্তী জানিয়েছেন, গোপন সূত্রের খবরের ভিত্তিতে আজ সোমবার চোরাইবাড়ি থানার সামনে জাতীয় সড়কে ইউপি ৭৫ এম ও ৩২২ নম্বরের ১২ ডাকার ট্রাক আটক করা হয়েছিল। ওই ট্রাকে তরুণী চালিয়ে ২৫ হাজার শিশি ফেপিডিল উদ্ধার হয়েছে। তিনি বলেন, ফেপিডিল পাচারের অভিযোগে তিনজনকে আটক করা হয়েছে। ধৃতদের বিনয় কুমার (৩০), মোহিত সিং (১৮) এবং

সড়ক ও নদীপথে বাংলাদেশ থেকে পণ্য আমদানি এখনও অলাভজনক

নবনিযুক্ত ভারতীয় হাইকমিশনারকে বলল ত্রিপুরা মার্চেন্ট অ্যাসোসিয়েশন

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ অক্টোবর। সড়ক এবং নদীপথে বাংলাদেশ থেকে ত্রিপুরায় পণ্য আমদানি করা হয়েছে। পরীক্ষামূলকভাবে ওই পণ্য আমদানি করা হয়েছিল। কিন্তু ত্রিপুরার ব্যবসায়ী মহল তা লাভজনক বলে এখনও মনে করছেন না। বরং, রেলের পণ্য আমদানিতে তীব্র আতঙ্ক বোধ করছেন। কারণ তাতে খরচ কম হব বলে মনে করেন তাঁরা। এ-বিষয়ে বাংলাদেশ সরকারের সাথে আলোচনার মাধ্যমে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য ঢাকায় নবনিযুক্ত ভারতীয় হাইকমিশনারের বিরুদ্ধে দুরাইস্বামী রুপি আবেদন করেছেন ত্রিপুরা মার্চেন্ট অ্যাসোসিয়েশনের সভাপতি এম এল দেবনাথ। পাশাপাশি বাংলাদেশে পণ্য রফতানিতে শুল্ক কমানোর বিষয়ে তাঁর হস্তক্ষেপ চেয়েছেন তিনি।

দুই দিনের ত্রিপুরা সফর শেষে আজ সোমবার আখাউড়া ইন্টিগ্রেটেড চেকপোস্ট দিয়ে ঢাকার উদ্দেশ্যে রওয়ানা দিয়েছেন বিরুদ্ধে দুরাইস্বামী। আজ তিনি বাংলাদেশে ভারতীয় হাইকমিশনারের দায়িত্ব নেননি। এছাড়াও ত্রিপুরার ব্যবসায়ী মহলের মধ্যে বিভিন্ন বিষয়ে আলোচনা করেছেন তিনি।

এ-বিষয়ে মার্চেন্ট অ্যাসোসিয়েশনের সভাপতি এম এল দেবনাথ জানিয়েছেন, ত্রিপুরা বাংলাদেশ থেকে প্রায় ৫৫০ কোটির অধিক মূল্যের পণ্য আমদানি

শুল্ক অত্যধিক হওয়ায় ত্রিপুরার ব্যবসায়ীরা বাংলাদেশে পণ্য পাঠাতে আগ্রহী নন। তাঁর কথায়, চা, ফুলঝড়, ধূপকাঠি ত্রিপুরা থেকে প্রচুর পরিমাণে বাংলাদেশে রফতানি সম্ভব। কিন্তু অত্যধিক শুল্ক আরোপ থাকায় বাংলাদেশে রফতানি করা যাচ্ছে না। তিনি বিরুদ্ধে দুরাইস্বামী কাছের এ-বিষয়ে বাংলাদেশ সরকারের সাথে আলোচনার মাধ্যমে রফতানি শুল্ক কমানোর বিষয়টি নিশ্চিত করার আবেদন জানিয়েছেন। তাতে ত্রিপুরার ব্যবসায়ীরা দারুণ উপকৃত হবেন এবং দুই দেশের মধ্যে বাণিজ্যিক আদান-প্রদান বাড়বে। এদিকে, বাংলাদেশ থেকে মাছ আমদানি সম্পর্কে ব্যবসায়ীদের কিছু সমস্যার কথা বিরুদ্ধে দুরাইস্বামী কাছের তুলে ধরেছেন ত্রিপুরা মার্চেন্ট অ্যাসোসিয়েশনের সভাপতি। তিনি জানিয়েছেন, বাংলাদেশে গিয়ে মেশিনটি দীর্ঘদিন ধরে বিকল হয়ে রয়েছে। তাতে ত্রিপুরায় মাছ চোকার পর এখন থেকে ব্যবসায়ীদের কিছু সমস্যার কথা বিরুদ্ধে দুরাইস্বামী কাছের তুলে ধরেছেন ত্রিপুরা মার্চেন্ট অ্যাসোসিয়েশনের সভাপতি। তিনি জানিয়েছেন, বাংলাদেশে গিয়ে মেশিনটি দীর্ঘদিন ধরে বিকল হয়ে রয়েছে। তাতে ত্রিপুরায় মাছ চোকার পর এখন থেকে ব্যবসায়ীদের কিছু সমস্যার কথা বিরুদ্ধে দুরাইস্বামী কাছের তুলে ধরেছেন ত্রিপুরা মার্চেন্ট অ্যাসোসিয়েশনের সভাপতি।



করছে। কারণ ভারত সরকার শুল্ক কম রাখায় বাংলাদেশের ব্যবসায়ীরা উপকৃত হচ্ছেন এবং আমদানিও বাড়ছে। কিন্তু ত্রিপুরা থেকে সাকুলো ১ কোটি টাকা মূল্যের পণ্য বাংলাদেশে রফতানি সম্ভব হচ্ছে এ-বিষয়ে তাঁর বক্তব্য, রফতানি

৬৬ লক্ষ ছাড়াল আক্রান্ত, দেশে মৃত্যুর সংখ্যা বেড়ে ১,০২,৬৮৫

নয়াদিল্লি, ৫ অক্টোবর (হি.স.)। ভারতে লাক্ষিয়ে লাক্ষিয়ে বেড়েই চলেছে করোনা-আক্রান্তের সংখ্যা। বাড়তে বাড়তে ভারতে ৬৬ লক্ষের গণ্ডি ছাড়িয়ে গেল করোনা-সংক্রমণ। সোমবার সকাল আটটা পর্যন্ত ভারতে করোনা-আক্রান্তের সংখ্যা ৬৬,২৩,৮১৬-এ পৌঁছে গেল। ভারতে বিগত ২৪ ঘণ্টায় (রবিবার সারাদিন) নতুন করে কোভিড-১৯ ভাইরাসে আক্রান্ত ৯০৩ জনের মৃত্যু হয়েছে। শেষ ২৪ ঘণ্টায় ভারতে নতুন করে সংক্রমিত হয়েছেন ৭৪,৪৪২ জন। স্বস্তি দিচ্ছে সুস্থতার সংখ্যাও, মোট আক্রান্তের ৮৪.৩৪ শতাংশ করোনা-রোগী সুস্থ হয়ে উঠেছেন। সোমবার সকাল আটটা পর্যন্ত ভারতে কোভিড-১৯ ভাইরাসে মৃতের সংখ্যা বেড়ে হল ১,০২,৬৮৫ জন এবং মোট সংক্রমিত ৬৬,২৩,৮১৬ জন। এখনও পর্যন্ত করোনা-মুক্ত হয়েছেন ৫৫,৮৬,৭০৪ জন। কেবলই স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রকের রিপোর্ট অনুযায়ী, সোমবার সকাল আটটা পর্যন্ত ভারতে সক্রিয় করোনা রোগীর সংখ্যা ৯ লক্ষ ৩৪ হাজার ৪২৭। কেন্দ্রীয় স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রক বুলেটিনে জানিয়েছে, ১,০২,৬৮৫ জনের মধ্যে আন্দামান ও নিকোবর দ্বীপপুঞ্জ ৫৩ জনের মৃত্যু হয়েছে, অন্ধ্রপ্রদেশে ৫,৯৮১ জনের মৃত্যু হয়েছে, অন্ধ্রপ্রদেশ প্রদেশে ১৮ জন, অসমে ৭৪৯ জন, বিহারে ৯১৫ জনের, চণ্ডীগড়ে ১৭৪ জন, ছত্তিশগড়ে ১,০৪৫ জন, দাদর ও নগর হাভেলি এবং দমন ও দিউতে দু'জনের মৃত্যু হয়েছে, দিল্লিতে মৃত্যু হয়েছে ৫, ৫১০ জনের, গোয়া ৪৬৫ জন, গুজরাটে ৩,৪৯৬ জনের, হরিয়ানা ১,৪৭০ জনের, হিমাচল প্রদেশে ২১৭ জনের, জম্মু-কাশ্মীরে ১, ২৪২, জনের, ঝাড়খণ্ডে ৭৪৩ জনের, কর্ণাটকে ৯,২৮৬ জন প্রাণ হারিয়েছেন, কেলেলে ৮৩৬ জন, লাডাখে ৬১ জন, মধ্যপ্রদেশে ২, ৪৩৪ জন, মহারাষ্ট্রে ৩৮,০৮৪ জনের মৃত্যু হয়েছে, মণিপুরে ৭৪ জন, মেঘালয়ে ৫৪ জন, নাগাল্যান্ডে ১৭ জন, ওড়িশায় ৯০৭ জনের, পুদুচেরিতে ৫৩৯ জন, পঞ্জাবে ৩,৬০৩ জন, রাজস্থানে ১,৫৪৫ জনের, সিকিমে ৪৫ জন, তামিলনাড়ুতে ৯,৭৮৪ জন, তেলেঙ্গানায় ১,১৭১ জন, ত্রিপুরায় ২৯৯ জন, উত্তরাখণ্ডে ৬৫২ জন, উত্তর প্রদেশে ৬,০২৯ জন এবং পশ্চিমবঙ্গে ৫,১৯৪ জন প্রাণ হারিয়েছেন। কেন্দ্রীয় স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রক বুলেটিনে জানিয়েছে, ভারতে এই মুহূর্তে মৃত্যু হয়েছে ১.৫৫ শতাংশ রোগীর, সুস্থ হয়েছেন ৮৪.৩৪ শতাংশ রোগী এবং চিকিৎসাধীন ১৪.১১ শতাংশ রোগী। এদিকে, ক্রতান্তর সঙ্গে বাড়তে বাড়তে ভারতে ৮ কোটির কাছাকাছি পৌঁছে গেল করোনা-

আক্রান্ত দুই আইনজীবী পশ্চিম জেলার এসপি'র কাছে নালিশ এআইএলইউ'র

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ অক্টোবর। দুই আইনজীবী আক্রান্তের ঘটনায় পুলিশ সঠিকভাবে মামলা নিচ্ছে না। তাই, পশ্চিম জেলার পুলিশ সুপারের কাছে নালিশ জানিয়েছে সারা ভারত আইনজীবী ইউনিয়ন (এআইএলইউ)।

এ-বিষয়ে ইউনিয়নের সদস্য আইনজীবী লুৎফুর রহমান খাদিম বলেন, সম্প্রতি দুই আইনজীবী আক্রান্ত হয়েছে। কিন্তু পুলিশ লস্কু ধারায় মামলা নেওয়ার অপরাধীরা পার পেয়ে যাচ্ছে। তিনি বলেন, গত ২৬ সেপ্টেম্বর রাতে বাড়ি ফেরার সময় ধলেশ্বরী দুকুতীদের দ্বারা বাড়ির সম্মুখেই আক্রান্ত হয়েছেন আইনজীবী ভাস্কর দেববর্মী। পিসিটিভি-তে সমস্ত কিছু রেকর্ড রয়েছে। তেমনি, গত ২৮ সেপ্টেম্বর মহিলা পলিটেকনিক

থেকে কাজ সেয়ে ফেরার পথে দুকুতীরা আইনজীবী অরিন্দম বিশ্বাসকে মারধর করেছিল। তাঁকে জলে ফেলে তার পালিয়ে গেছে। পশ্চিম জেলার পুলিশ সুপারের কাছে নালিশ জানিয়েছে সারা ভারত আইনজীবী ইউনিয়ন (এআইএলইউ)।

এ-বিষয়ে ইউনিয়নের সদস্য আইনজীবী লুৎফুর রহমান খাদিম বলেন, সম্প্রতি দুই আইনজীবী আক্রান্ত হয়েছে। কিন্তু পুলিশ লস্কু ধারায় মামলা নেওয়ার অপরাধীরা পার পেয়ে যাচ্ছে। তিনি বলেন, গত ২৬ সেপ্টেম্বর রাতে বাড়ি ফেরার সময় ধলেশ্বরী দুকুতীদের দ্বারা বাড়ির সম্মুখেই আক্রান্ত হয়েছেন আইনজীবী ভাস্কর দেববর্মী। পিসিটিভি-তে সমস্ত কিছু রেকর্ড রয়েছে। তেমনি, গত ২৮ সেপ্টেম্বর মহিলা পলিটেকনিক

তেলিয়ামুড়ায় অজগর শাবক উদ্ধার, চাঞ্চল্য

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ৫ অক্টোবর। রেগার কাজ করার সময় একটি অজগর শাবক উদ্ধার হয়েছে। খোয়াই জেলার তেলিয়ামুড়া বন দফতরের অধীন চাকমাঘাট মহারানিপুর এলাকায় ওই ঘটনার তীব্র চাঞ্চল্য ছড়িয়ে পড়েছে।

ওই এলাকার খোয়াই নদীর তীরে অন্যান্য দিনের মতো স্থানীয় মানুষজন রেগার কাজ করতে গিয়েছিলেন। রেগার শ্রমিকরা যখন মাটি কাটতে থাকেন তখন এক অজগর শাবককে প্রত্যক্ষ করেন। তাতে অনেকেই ভয়ে দৌড়ে পালিয়ে যান। সঙ্গে সঙ্গে তেলিয়ামুড়া বন দফতরের খবর দেওয়া হয়। খবর পেয়ে ঘটনাস্থলে ছুটে আসেন তেলিয়ামুড়া বনদফতরের কর্মীরা। অজগরটিকে উদ্ধার করে তেলিয়ামুড়া বনদফতরের নিয়ে গেছেন তারা।

কয়েকদিন পর পর তেলিয়ামুড়ায় বিভিন্ন জায়গায় উদ্ধার

কয়েকদিন পর পর তেলিয়ামুড়ায় বিভিন্ন জায়গায় উদ্ধার



সোমবার থেকে শুরু হয়েছে স্কুল। ছবি- নিজস্ব।

মঙ্গলবার হাথরাসে যাচ্ছে বাম প্রতিনিধি দল

নয়াদিদি, ৫ অক্টোবর (হি. স.): হাথরাস গণধর্ষণ কাণ্ডে উত্তাল দেশের রাজনীতি। ইতিমধ্যেই নিগূহীতার পরিবারবর্গের সঙ্গে দেখা করে এসেছেন কংগ্রেসের প্রাক্তন সভাপতি রাহুল গান্ধী এবং দলের বর্তমানে সাধারণ সম্পাদিকা প্রিয়াঙ্কা গান্ধী বচরা। এবার ৬ অক্টোবর, বৃহস্পতিবার হাথরাসে যাবে সিপিআইএম এবং সিপিআই এর প্রতিনিধি দল। এই প্রতিনিধিদলের সিপিআইএমের তরফে থাকবেন সীতারাম ইয়্যেটুরি, বৃন্দা কাৱাট এবং সিপিআই ডি রাজার মতন নেতারা। সিপিআই এর সর্বভারতীয় সাধারণ সম্পাদিকা অমরজিৎ কৌর এই প্রতিনিধি দলে থাকবে বলে জানা গিয়েছে। ইতিমধ্যেই এই ঘটনার সিবিআই তদন্তের সুপারিশ করেছে উত্তরপ্রদেশ সরকার। জেলা প্রশাসন এবং জেলা পুলিশের বিরুদ্ধে একাধিক অভিযোগ তুলেছে নিগূহীতার পরিবার গোটা বিসয়টি নিয়ে এখনো থমথমে উত্তরপ্রদেশের রাজনীতি। হিন্দুস্থান সমাচার / শুভঙ্কর / কাকলি

ডুবোজাহাজ ধ্বংসকারী সুপারসনিক ফ্লোপগান্ড্রের সফল পরীক্ষা করল ভারত

নয়াদিদি, ৫ অক্টোবর (হি. স.): পূর্ব লাদাখে চিনা আগ্রাসন তৎপর ভারতীয় সেনাবাহিনী। সেই লক্ষ্যে বিপুল পরিমাণে সামরিক সমাবেশ ঘটিয়েছে ভারত। এছাড়াও একের পর এক অত্যাধুনিক ফ্লোপগান্ড্র সফল পরীক্ষা করে চলেছে ভারত। সোমবার সেই ধারা বজায় রেখে ভারত সুপারসনিক ফ্লোপগান্ড্র অ্যাসিস্ট্যান্ট রিলিজ টর্পেডোর সফল পরীক্ষা করে। এই ফ্লোপগান্ড্র দিয়ে শত্রুপক্ষের যেকোনও ডুবোজাহাজকে ধ্বংস করে দিতে পারে ভারত। এদিন ওড়িশার উপকূলবর্তী হুইলার দ্বীপে সফল পরীক্ষা করা হয়। পরবর্তী সময়ে পরীক্ষাকে সফল হিসেবে আখ্যা দিয়েছে কেন্দ্রীয় প্রতিরক্ষা মন্ত্রক। এর মাধ্যমে ভারতের শক্তি সে বললো তা বলাই বাহুল্য। -হিন্দুস্থান সমাচার / শুভঙ্কর / কাকলি

হিন্দি ভারতের আত্মা দাবি কেন্দ্রীয় শিক্ষামন্ত্রীর

নয়াদিদি, ৫ অক্টোবর (হি. স.): কেন্দ্রীয় শিক্ষামন্ত্রী রমেশ পোখরিয়াল নিশাঙ্ক হিন্দি ভাষার উপর গুরুত্ব দিয়ে জানিয়েছেন, নিজেদের ভাষার প্রয়োগের মাধ্যমে আমরা উন্নয়নের পথে এগিয়ে যেতে পারবো। সোমবার হিন্দি সংস্থান হায়দরাবাদ কেন্দ্রের ভবনের আনুষ্ঠানিক উদ্বোধন উপলক্ষে এই কথা বলেন নিশাঙ্ক।

এদিন বিভিন্ন কর্মসূচির মাধ্যমে হিন্দি সংস্থান হায়দরাবাদ কেন্দ্রের ভবনের আনুষ্ঠানিক উদ্বোধন করেন কেন্দ্রীয় শিক্ষামন্ত্রী। এই উপলক্ষে উপস্থিত ছিলেন হিন্দি সংস্থানের অধিকর্তা বীণা শর্মা সহ অন্যান্য বিশিষ্ট ব্যক্তিবর্গ।

হিন্দি ভাষার গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে গিয়ে কেন্দ্রীয় শিক্ষামন্ত্রী জানিয়েছেন, জাতির জনক মহাত্মা গান্ধী বলেছিলেন রাষ্ট্রভাষা হিন্দি ছাড়া দেশে বোঝা। হিন্দি স্রেফ একটা ভাষা নয় তা দেশের আত্মা। এই ভাষার মধ্যে গৌরব এবং স্বাভিমান আছে। যার জেরে গোটা দেশ এই ভাষায় নিজের মতামত তাকে বলাতে, বুঝতে এবং প্রকাশ করতে পারে। দেশের অন্যান্য আঞ্চলিক ভাষাগুলির গৌরব রয়েছে। কিন্তু হিন্দির বাস্তি বিশাল। প্রযুক্তি এবং সবদিক দিয়ে এই ভাষা আশ্রয়। হিন্দুস্থান সমাচার / শুভঙ্কর / কাকলি

ইসলাম ধর্মাবলম্বী গড়িয়া মরিয়্যা দেশি জনগোষ্ঠীরদের পৃথক আদমশুমারির দাবি, চতীয়ায় মানবশৃঙ্খল

চতীয়া (অসম), ৫ অক্টোবর (হি. স.): অসমের ভূমিপুত্র ইসলাম ধর্মাবলম্বী গড়িয়া মরিয়্যা দেশি জনগোষ্ঠীয় মানুষজনকে পৃথক আদমশুমারির মাধ্যমে তাদের সংখ্যা বের করার দাবি উঠেছে। এই দাবির ভিত্তিতে আজ সোমবার সারা অসম গরিয়া মরিয়্যা দেশি জাতীয় পরিষদের বিশ্বেশ্বর জেলা সমিতির সদস্যরা চতীয়া শহরে ১৫ নম্বর জাতীয় সড়কের ওপর মানবশৃঙ্খল গড়ে তুলেন। সমিতির প্রায় দুই শতাধিক সদস্য কোভিড প্রটোকল মেনে হাতে হাতে প্ল্যাকার্ড নিয়ে এই কর্মসূচিতে যোগ দেন। কেন্দ্রীয় সমিতির সাধারণ সম্পাদক (প্রশাসন) মইনুল ইসলাম বলেন, ভারতের অন্যান্য রাজ্যের ইসলাম ধর্মাবলম্বীদের থেকে অসমের ইসলাম ধর্মাবলম্বীরা মানুষদের পার্থক্য রয়েছে। তিনি অভিযোগের সূরে বলেন, স্বাধীনতার পর থেকে যে সরকারই এসেছে সকলেই গড়িয়া মরিয়াদের সংখ্যালঘুর নামে প্ররজনকারী মানুষদের সঙ্গে মিশিয়ে দিয়েছে। বর্তমান সরকার আলাদাভাবে আদমশুমারি করে গড়িয়া মরিয়্যা দেশি জনগোষ্ঠীদের শনাক্ত করে পৃথক বর্নমা দেওয়ার প্রতিশ্রুতি দিয়েছিল। কিন্তু সরকার সেই প্রতিশ্রুতি আজও বাস্তবায়িত করতে পারেনি। বর্তমান সরকারের কার্যকাল আর মাত্র কয়েক মাস বাকি, এখনও সরকার এই কাজটি শুরু করতে না পারার ঘটনা বুঝে দুঃখজনক বলে আখ্যা দিয়েছেন গরিয়া মরিয়্যা দেশি জাতীয় পরিষদের কেন্দ্রীয় সমিতির সাধারণ সম্পাদক (প্রশাসন) মইনুল ইসলাম, কেন্দ্রীয় কার্যনির্বাহী সদস্য নেকিব আলি আহমেদ, বিশ্বেশ্বর জেলা সমিতির সভাপতি আফতাব উদ্দিন আহমেদ, সাধারণ সম্পাদক মোজাম্মিল আজাদ, সাংগঠনিক সাধারণ সম্পাদক নেকিব আহমেদ, বিশ্বেশ্বর জেলা মহিলা মঞ্চের সভানেত্রী এবং সাধারণ সম্পাদক যথাক্রমে জ্যোৎস্না বেগম, মঞ্জুলা আহমেদ প্রমুখ বহুজন অংশগ্রহণ করেছেন। এছাড়া বিশ্বেশ্বর জেলা সমিতির অধীনে গহপূর, বিশ্বেশ্বর সদর, মধ্য চতীয়া, ঘাহিগাঁও এবং উত্তর পশ্চিম চতীয়া আঞ্চলিক সমিতিগুলোর সভাপতি সম্পাদকরা উপস্থিত ছিলেন আজকের মানবশৃঙ্খল কর্মসূচিতে।

ড্যানিয়েল টপ্পো হত্যা মামলার শুনানিকে স্বাগত জানিয়ে শোণিতপুরে পুলিশ দফতর ঘেরাও এপি সিসি সভাপতি রিপুনদের

তেজপুর (অসম), ৫ অক্টোবর (হি. স.): ড্যানিয়েল টপ্পো হত্যা মামলার শুনানির জন্য সিবিআই এবার হাইকোর্টের দ্বারস্থ হয়েছে। এই বিষয়টিকে স্বাগত জানিয়েছেন মূল অভিযুক্ত অসম প্রদেশ কংগ্রেসের সভাপতি রিপুন বরা। রাজ্যে এসআই পদে দুর্নীতির প্রতিবাদে সারা রাজ্যের পাশাপাশি শোণিতপুরেও পুলিশ সুপারের কার্যালয় ঘেরাও হয়েছে আজ। এই কর্মসূচিতে যোগ দিয়েছিলেন প্রদেশ কংগ্রেস সভাপতি রিপুন বরা। তখন তিনি এ প্রসঙ্গে বলেন, দেশের আইনি ব্যবস্থার ওপর সম্পূর্ণ বিশ্বাস রয়েছে তাঁর। সেই সঙ্গে তিনি এ-ও বলেন, ইতিমধ্যেই আদালত তাঁকে এই মামলা থেকে লোমুখ্ত করেছে। ফোভ উগরে বলেন, নির্বাচন এলেই তাঁর বিরুদ্ধে ড্যানিয়েল টপ্পো হত্যা প্রসঙ্গ ওঠানো হয়। তবে তিনি আদালতকে এ ব্যাপারে সম্পূর্ণ সহযোগিতা করবেন বলে স্পষ্ট জানিয়েছেন। তিনি সাধারণ মানুষকে এ-ও বলেছেন, প্রদেশ কংগ্রেসের সভাপতির পদ ছাড়বেন না। বহু বাখা বাখা কংগ্রেসি এবং বিজেপি নেতার বিরুদ্ধে, এমন-কি রাজ্যের অর্থমন্ত্রী হিমন্ত বিশ্ব শর্মা, মুখ্যমন্ত্রী সর্বানন্দ সনোয়াালের বিরুদ্ধেও মামলা রয়েছে, নিজেগ বা গাঁচাতে উদাহরণ দাঁড় করিয়ে দেন তাঁরা।

এদিন বেলা সাড়ে ১১টা নাগাদ তেজপুরের পাশাপাশি শোণিতপুর জেলা কংগ্রেসের কার্যালয় থেকে পুলিশ সুপারের কার্যালয় পর্যন্ত কংগ্রেস দল মিছিল বের করে। মিছিলে কংগ্রেসের মহিলা মোর্চা, যুব, মণ্ডল, ছাত্র সংগঠনের মতো নারী তথা দলের কর্মীরা যোগ দেন। সকলেই পুলিশের এসআই পরীক্ষা দুর্নীতির তদন্ত দাবি করেছেন। সেই সঙ্গে মুখ্যমন্ত্রীর পদত্যাগ দাবি, বেকারদের প্রতি সুবিচার করা, নারী সুরক্ষা নিশ্চিত করা সমেত বিভিন্ন দাবি দাওয়া নিয়ে পুলিশ সুপারের কার্যালয় ঘেরাও করেন কংগ্রেসের নেতা কর্মীরা।

সমগ্র মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে প্রায় ৩ লক্ষ স্কুল পড়ুয়া করোনায় আক্রান্ত হয়েছে

নিউইয়র্ক, ৫ অক্টোবর (হি. স.): সমগ্র মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে এপর্যন্ত করোনায় আক্রান্ত হয়েছে প্রায় তিন লক্ষ স্কুল পড়ুয়া। সোমবার একটি প্রতিবেদনে এমনটাই দাবি করেছে মার্কিন রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (সিডিসি)। ওই প্রতিবেদনে দাবি করা হয়েছে গত ছয়মাসে সমগ্র মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে ২, ৭৭, ২৮৫ জন স্কুল পড়ুয়া করোনায় আক্রান্ত হয়েছে। ওই প্রতিবেদনে বলা হয়, যুক্তরাষ্ট্রের মোট আক্রান্তের চার শতাংশ স্কুল পড়ুয়া। আর এদের মধ্যে যাদের বয়স ৫ থেকে ১১ তাদের তুলনায় ১২ থেকে ১৭ বছর বয়সীরা দ্বিগুণ হারে আক্রান্ত হয়েছে। প্রতিবেদনে আরও বলা হয়, বসন্তকালে করোনায় আক্রান্তের সংখ্যা বাড়তে থাকে এবং গ্রীষ্মকালে তা কমে যায়। মার্কিন রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্রের প্রকাশিত প্রতিবেদনের তথ্য বিবরণীতে দেখা যায়, যুক্তরাষ্ট্রে এ পর্যন্ত ২, ৭৭, ২৮৫ জন স্কুল পড়ুয়া করোনায় আক্রান্ত হয়েছে। এদের মধ্যে হাসপাতালে ভর্তি করা হয়েছে ৩,২৪০ জনকে। ৪০৪ জনকে রাখতে হয়েছে আইসিইউতে। এছাড়া ৫১ স্কুলশিক্ষার্থী করোনায় মারা গেছে। শিশুদের মধ্যে যাদের ফুসফুসে সমস্যা এবং ইপাশি ছিল তাদের অবস্থাও বেশি গুরুতর হয়েছে বলে জানিয়েছে মার্কিন রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (সিডিসি)।

হাথরাস কাণ্ডে শিবসেনার বিরুদ্ধে মুখর রামদাস

মুম্বই, ৫ অক্টোবর (হি. স.): দলিতদের উপর কোন অন্যায হলে কখনো প্রতিবাদ করে না শিবসেনা মুখপাত্র সঞ্জয় রাউত সোমবার এই দাবি করেছেন কেন্দ্রীয় সামাজিক ন্যায় মন্ত্রকের প্রতিমন্ত্রী রমদাস আঠাওয়ালে। সোমবার রামদাস আঠাওয়ালে জানিয়েছেন যে যেদিন হাথরাসের দলিত নিগূহীতা ধর্ষিত হয়ে মৃত্যুর কোলে চলে পড়ল সেইদিন মহারাষ্ট্রের রাজ্যপালের সঙ্গে দেখা করা জন্য তিনি সময় চেয়েছিলেন। পাশাপাশি উত্তর প্রদেশের রাজ্যপাল আনন্দিন্দেব প্যাটেলের সঙ্গে দেখা করে নিগূহীতার পরিবারের জন্য ন্যায় এর দাবি জানিয়েছিলেন আঠাওয়ালে। সম্প্রতি সঞ্জয় রাউত কন্দনা রানাওয়াল প্রসঙ্গে রামদাস আঠাওয়ালের বিরুদ্ধে সরব হয়ে জানিয়েছিলেন যে রামদাস এক অভিনেত্রীকে সাহায্য করছে কিন্তু উত্তর প্রদেশের দলিত নিগূহীতার জন্য কোনো সাহায্যের হাত বাড়িয়ে দিচ্ছে না। এর বিরুদ্ধে পান্টা সরব হয়েছে রামদাস। তিনি জানিয়েছেন, সঞ্জয় রাউত এর মুখে এমন কথা মানায় না। সঞ্জয় রাউত নিজেও অনেক অভিনেতা-অভিনেত্রীকে সাহায্য করেছেন। এমনকি শিবসেনা প্রতিষ্ঠাতা বাল সাহেব তাঁকরে ও ভাস্কির্জ জগতের ব্যক্তিত্বদের সাহায্য করে গিয়েছিলেন। রামদাস দাবি করেছেন যে তিনি সর্বদা দলিত সহ নিপীড়িত মানুষের জন্য বরাবর কাজ করে গিয়েছেন। কিন্তু আজ পর্যন্ত কখনও সঞ্জয় রাউত কোন দলিত পরিবারের পাশে গিয়ে দাঁড়াননি। হিন্দুস্থান সমাচার / শুভঙ্কর / কাকলি

শক্তি ঠাকুরের প্রতি শ্রদ্ধা মুখ্যমন্ত্রীর

কলকাতা, ৫ অক্টোবর (হি. স.): প্রয়াত গায়ক-অভিনেতা শক্তি ঠাকুরের প্রতি শ্রদ্ধা জানানো মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দোপাধ্যায়। শক্তি ঠাকুরের বয়স হয়েছিল ৭৩। সোমবার সকালে তাঁর শেষকৃত্য সম্পন্ন হয়। দীর্ঘদিন ধরে বায়কর্জনিত অসুস্থতায় ভুগছিলেন তিনি। আগেও একবার স্ট্রোক হয়েছিল। তারপর আবারও হৃদরোগে আক্রান্ত হন। সোমবার মুখ্যমন্ত্রী টুইটে লেখেন, শক্তি ঠাকুরের প্রস্থানের খবরে দুঃখ পেলাম। বাংলা ও হিন্দি ছবির নেপথ্যগায়ক এবং অভিনেতা ছিলেন তিনি। আশির দশকে জনপ্রিয় সঙ্গীতশিল্পীর স্বীকৃতি পান। তাঁর প্রয়াণে সঙ্গীত জগতের একটা অপূরণীয় ক্ষতি হল। হিন্দুস্থান সমাচার / অশোক

করিমগঞ্জ মেডিক্যাল কলেজ স্থাপনে মতানৈক্য, উদ্বিগ্ন প্রদীপের দুই বিধায়ককে একমত্রে আসার আহ্বান

শিলচর (অসম), ৫ অক্টোবর (হি. স.): করিমগঞ্জ জেলায় প্রস্তাবিত মেডিক্যাল কলেজ স্থাপনের ক্ষেত্রে স্থান নির্ধারণ প্রক্রিয়াকে কেন্দ্র করে সাংসদ এবং দুই বিধায়কদের মধ্যে সূক্ষ্ম মতানৈক্যে চরম উদ্বেগ ব্যক্ত করেছেন সারা কাছাড় হাইলাকান্দি করিমগঞ্জ ছাত্র সংস্থার প্রতিষ্ঠাতা সভাপতি তথা গৌহাটি হাইকোর্টের আইনজীবী প্রদীপ দত্তরায়। গোটা করিমগঞ্জ জেলার জনতার কথা মাথায় রেখে সর্বাবস্থায় রাতাবাড়ি এবং পাথারকান্দির স্বদলীয় দুই বিধায়ককে একমত্রে আসার আহ্বান জানিয়েছেন তিনি।

প্রাক্তন ছাত্রনেতা প্রদীপ দত্তরায় বলেন, রাতাবাড়ি বিধানসভা নির্বাচনের প্রচারে এসে রাজ্যের স্বাস্থ্যমন্ত্রী ডি হিমন্ত বিশ্ব শর্মা বৃহৎ এলাকার জনগণকে প্রতিশ্রুতি দিয়ে জোরের সঙ্গে শর্তনামাপক্ষে ঘোষণা করেছিলেন, বিজেপি প্রার্থীকে সর্বাধিক ভোটে বিজয়ী করলে রাতাবাড়িতেই প্রস্তাবিত করিমগঞ্জ মেডিক্যাল কলেজ প্রতিষ্ঠা করা হবে। তিনি নিজে এসে এর শিলান্যাস করবেন। যথারীতি রাতাবাড়ির জনগণ স্বাস্থ্যমন্ত্রীর প্রতিশ্রুতিতে আশ্বস্ত হয়ে উজার করে ভোট দিয়ে বিজয়ী করেছিলেন। এছাড়া গত ২৫ সেপ্টেম্বর রামকৃষ্ণনগরে এক জনসভায় এসে আগামী দশ দিনের মধ্যে করিমগঞ্জ মেডিক্যাল কলেজের ভিত্তিপ্রস্তর স্থাপনের আগ্রহ ব্যক্ত করেছিলেন স্বাস্থ্যমন্ত্রী হিমন্ত বিশ্ব শর্মা। তবে স্থান নির্ধারণের ক্ষেত্রে সৌজন্যমূলক পরামর্শক্রমে রাতাবাড়ির বিধায়ক বিজয় মালেকার এবং পাথারকান্দির বিধায়ক কৃষ্ণেন্দু পালকে একমত্রে এসে তাঁকে (স্বাস্থ্যমন্ত্রী) জানানোর কথা বলেছিলেন। দশদিনের মধ্যে তাঁকে যেখানে বলা হবে সেখানে এসে তিনি মেডিক্যাল কলেজের

শিলান্যাস করে যাবেন বলে প্রতিশ্রুতি দিয়ে গিয়েছিলেন। কিন্তু মেডিক্যাল কলেজের স্থান নির্ধারণে প্রতিবেশী স্বদলীয় দুই বিধায়কের ইংগের লড়াইয়ে বিরাট এক প্রকল্প হাতছাড়া হবে বলে আশঙ্কা ব্যক্ত করেছেন প্রদীপ। এরই পরিপ্রেক্ষিতে প্রদীপ দত্তরায় বরাক উপত্যকার জনগণের স্বার্থে করিমগঞ্জের সাংসদ ও দুই বিধায়কদের স্থান নির্ধারণে একমত্রে পোষণ করে আগামী তিন দিনের মধ্যে স্বাস্থ্যমন্ত্রীকে স্থাপনের ক্ষেত্রে জয়গা নির্ধারণ জানানোর জন্য অনুরোধ জানিয়েছেন। যেহেতু রাতাবাড়িতে মেডিক্যাল কলেজের জন্য প্রয়োজনীয় পরিমাণে যথার্থ জমি রয়েছে, তাই রাতাবাড়িতেই মেডিক্যাল কলেজ স্থাপনে সকলের একমত্রে আসার প্রতি গুরুত্ব আরোপ করেছেন প্রদীপ দত্তরায়। এছাড়া যথেষ্ট পরিমাণের জয়গা সুব্যবস্থা থাকার জন্য রাতাবাড়িতে মেডিক্যাল কলেজ স্থাপনের জন্য করিমগঞ্জের সাংসদ কৃপানাথ মাল্লা এবং রাতাবাড়ির বিধায়ক বিজয় মালেকাররা একাবদ্ধ সিদ্ধান্তে পৌঁছেছেন সেখানে পাথারকান্দির স্বদলীয় বিধায়ক কৃষ্ণেন্দু পালের আশ্রয় নেওয়া উচিত। তাছাড়া, স্বাস্থ্যমন্ত্রী ড শর্মা নির্বাচনী প্রতিশ্রুতিতেও সমান দিতে তিনি পাথারকান্দির বিধায়কের প্রতি আহ্বান জানিয়েছেন। প্রদীপ বলেন, রাতাবাড়িতে মেডিক্যাল কলেজ প্রতিষ্ঠা হলেও পাথারকান্দি থেকে কৃষ্ণেন্দু পাল অনায়াসে ফের বিজয়ী হতে পারবেন, এই বিশ্বাস তাঁর আছে। সুতরাং কেবল স্থান নির্ধারণের ক্ষেত্রে অযথা ঝামেলা সৃষ্টি না করে গুরুত্বপূর্ণ মেডিক্যাল কলেজ শীঘ্রই স্থাপনের ক্ষেত্রে সকলের

শিবানীর হত্যারহস্যের জট খুলতে ব্যর্থ করিমগঞ্জ পুলিশ, ধর্ষণের অভিযোগ, তিন বাম সংগঠনের বিক্ষোভ

করিমগঞ্জ (অসম), ৫ অক্টোবর (হি. স.): দক্ষিণ অসমের করিমগঞ্জ শহরের উপকণ্ঠ আশ্বরখানা গ্রামের শৈলেন নমগুপ্তের অষ্টাদশী কন্যার মৃত্যুরহস্য উদ্ঘাটনের দাবিতে সোমবার অল ইন্ডিয়া ডেমোক্রে্যাটিক ইয়ুথ অর্গানাইজেশন, সারা ভারত মহিলা সাংস্কৃতিক সংগঠন এবং অল ইন্ডিয়া ডেমোক্রে্যাটিক ইয়ুথ অর্গানাইজেশন, সারা ভারত মহিলা সাংস্কৃতিক সংগঠন এবং অল ইন্ডিয়া ডেমোক্রে্যাটিক ইয়ুথ অর্গানাইজেশন সহ জেলার বেশ কয়েকটি সামাজিক সংগঠন অফিসপাড়া উত্তাল করে তুলে। সমস্ত শহর জুড়ে সংগঠনের নেতা কর্মীরা বিক্ষোভ প্রদর্শন করেন। বিভিন্ন স্লোগানে জেলা সদরের আকাশ বাতাস ভারী করে শহরের পরিবেশ সরগম্বন করে তুলেন বিক্ষোভকারীরা। এর পর

শৈলেন নমগুপ্ত। তিনি পুলিশের কাছে তাঁর আশ্বরখানা ও ব্যক্ত করেন। কিন্তু পুলিশের তরফে কোনও ব্যর্থবস্থা নেওয়া হয়নি বলে অভিযোগ করেন পিতা শৈলেন। এদিকে গত শুক্রবার ফকিরাবাজার এলাকায় লঙ্গাই নদী থেকে শিবানী নমশূত্রের মৃতদেহ উদ্ধার করা হয়। মৃতদেহে কোনও পোশাক ছিল না। মৃতদেহের এই অবস্থা দেখে শিবানী নমশূত্রকে ধর্ষণ করে হত্যা করা হয়েছে বলে এই সংগঠনগুলোর অভিযোগ। মৃতদেহ উদ্ধারের চারদিন অতিক্রান্ত কিন্তু আজ পর্যন্ত মৃত্যু রহস্যের জট খুলতে পারেনি পুলিশ। পুলিশের এমন নিষ্ক্রিয়তা জন্মনে চরম ক্ষোভের সৃষ্টি করছে। এই তিনটি সংগঠনের ধারণা, প্রভাবশালী কোনও ব্যক্তির

কাছাড়ে ৩৬৩১ জন সহ অসমে এক লক্ষ ভূমিহীনকে জমির পাট্টা, শিলচরে ৫০ জনের হাতে সার্টিফিকেট তুলে দিলেন মন্ত্রী পরিমল

শিলচর (অসম), ৫ অক্টোবর (হি. স.): কাছাড়ে ৩,৬৩১ জন সহ গোটা অসমে এক লক্ষ ভূমিহীন নাগরিককে জমির পাট্টা প্রদান করা হয়েছে। সোমবার শিলচরের বঙ্গবন্দনে আনুষ্ঠানিকভাবে ৫০ জনের হাতে ভূমিপাট্টার সার্টিফিকেট তুলে দিয়েছেন বন ও পরিবেশ, মৎস্য এবং আবগারি মন্ত্রী পরিমল গুপ্তবৈদ্য। এদিন সমগ্র রাজ্যের ২৫ জেলার ভূমিহীন এক লক্ষ ভূমিপুত্রকে আনুষ্ঠানিকভাবে বসবাসকারীদের কাছে সবচেয়ে বড় উপহার। মুখ্যমন্ত্রী সর্বানন্দ সনোয়াল নেতৃত্বাধীন বিজেপি জমির পাট্টার সার্টিফিকেট প্রদান করা হয়েছে। একইভাবে কাছাড় জেলার মোট ৩,৬৩১ জন মনোনীত ভূমিহীন নাগরিকদের মধ্যে ৫০ জনের হাতে আজ জমির সার্টিফিকেট তুলে দেন মন্ত্রী বিধায়ক ও প্রশাসনিক কর্তারা। এ উপলক্ষে শিলচর বঙ্গবন্দনে

এক অনুষ্ঠানের আয়োজন করা হয়। অনুষ্ঠানের প্রধান অতিথির ভাষণে মন্ত্রী পরিমল বলেন, রাজ্যের মন্ত্রী পরিমল এক লক্ষ ভূমিহীনকে জমির পাট্টা প্রদান করা হয়েছে। বর্তমান সরকারের বিশেষ উদ্যোগে বরাক উপত্যকায় একটি মিনি সচিবালয় নির্মিত হচ্ছে। মন্ত্রী গুপ্তবৈদ্য আরও বলেন, রাজ্য বর্তমানে প্রায় সাড়ে ৩ লক্ষ মেট্রিক টন মৎস্য উৎপাদন করতে সক্ষম হয়েছে। প্রধানমন্ত্রীর মৎস্য যোজনা এবং 'ঘরে ঘরে পুকুর উদ্যোগ' বরাক উপত্যকায় একটি মিনি সচিবালয় নির্মিত হচ্ছে। মন্ত্রী গুপ্তবৈদ্য আরও বলেন, রাজ্য বর্তমানে প্রায় সাড়ে ৩ লক্ষ মেট্রিক টন মৎস্য উৎপাদন করতে সক্ষম হয়েছে। প্রধানমন্ত্রীর মৎস্য যোজনা এবং 'ঘরে ঘরে পুকুর উদ্যোগ' বরাক উপত্যকায় একটি মিনি সচিবালয় নির্মিত হচ্ছে। মন্ত্রী গুপ্তবৈদ্য আরও বলেন, রাজ্য বর্তমানে প্রায় সাড়ে ৩ লক্ষ মেট্রিক টন মৎস্য উৎপাদন করতে সক্ষম হয়েছে। প্রধানমন্ত্রীর মৎস্য যোজনা এবং 'ঘরে ঘরে পুকুর উদ্যোগ' বরাক উপত্যকায় একটি মিনি সচিবালয় নির্মিত হচ্ছে। মন্ত্রী গুপ্তবৈদ্য আরও বলেন, রাজ্য বর্তমানে প্রায় সাড়ে ৩ লক্ষ মেট্রিক টন মৎস্য উৎপাদন করতে সক্ষম হয়েছে। প্রধানমন্ত্রীর মৎস্য যোজনা এবং 'ঘরে ঘরে পুকুর উদ্যোগ' বরাক উপত্যকায় একটি মিনি সচিবালয় নির্মিত হচ্ছে।

বিধায়ক বিজয় মালেকারের সিদ্ধান্তের পরিপ্রেক্ষিতে পাথারকান্দির বিভিন্ন মহলে বিরূপ প্রতিক্রিয়া দেখা দিয়েছে। পাথারকান্দি বিধানসভা এলাকার দলীয় পঞ্চায়েত প্রতিনিধি সহ চা যুবমোর্চা এ ব্যাপারে গভীর সোনাখিরায় এক সাংবাদিক সম্মেলনে চাঁদখিরা গ্রাম পঞ্চায়েত সভাপতি অনিলকুমার ত্রিপাঠি বলেছেন, করিমগঞ্জের প্রস্তাবিত মেডিক্যাল কলেজটি রাতাবাড়িতে প্রতিষ্ঠিত হলে নাকি জেলার অন্যান্য স্থানের নাগরিকরা উপেক্ষিত হবেন। চলতি বছর গতকাল ২৪ আগস্ট জেলার প্রস্তাবিত এই মেডিক্যাল কলেজটি পাথারকান্দিতে স্থাপনের জোরালো দাবি জানিয়ে এলাকার ১২ জিপির পঞ্চায়েত প্রতিনিধিদের স্বাক্ষরিত এক স্মারকপত্র রাজ্যের স্বাস্থ্য দফতরের মন্ত্রী ডি হিমন্ত বিশ্ব শর্মার উদ্দেশ্যে প্রেরণ করা হয়েছে বলে জানান জিপি সভাপতি অনিল কুমার ত্রিপাঠি। অন্য এক জিপি সভানেত্রী নমিতা চাষা (গোয়াল) বলেন, পাথারকান্দির আকাইদুমে মেডিক্যাল কলেজ স্থাপনের জন্য প্রায় বারশো বিধা জমি রয়েছে। যেখানে অনায়াসে মেডিক্যাল কলেজ স্থাপন করা যায়। তাছাড়া একটি মেডিক্যাল কলেজ স্থাপন করতে হলে যা যা যোগ্য সুবিধা থাকা প্রয়োজন তাব সবগুলোই রয়েছে পাথারকান্দির এই অঞ্চলে। এদিকে অপর এক মহলের দাবি, পাথারকান্দির আকাইদুমে অঞ্চলে বনা হাতির উপভব রয়েছে। প্রায় সময় এই অঞ্চলে বনা হাতির আক্রমণে আতঙ্কিত অবস্থায় করিমগঞ্জের সাংসদ বিজয়কান্দির একমত্রে আসার আহ্বান জানাচ্ছেন। এদিকে করিমগঞ্জের সাংসদ কৃপানাথ মাল্লা এবং রাতাবাড়ির

ছত্রছায়ায় এই নৃশংস ঘটনা ঘটতে পারে। প্রভাবশালী ব্যক্তির প্রভাবেই পুলিশ নিষ্ক্রিয় বলেও তাঁদের অভিযোগ। তবে শীঘ্রই যি অপরাধীদের ধরা না হয় তা হলে আন্দোলন জারি থাকবে বলে জেলাশাসককে স্মারকপত্র লিখে জানানো হয়েছে। আজকের এই বিক্ষোভ কর্মসূচিতে তিন সংগঠনের পক্ষে নন্দন কুমার নাথ, পিন্ধু দাস, সফিাতা গুপ্ত সহ আশ্বরখানা গ্রামের জনগণ স্বতঃস্ফূর্তভাবে অংশগ্রহণ করেন। এছাড়া মৃত শিবানী নমশূত্রের অসমের মাতা পিতাও আজকের এই বিক্ষোভ কর্মসূচিতে উপস্থিত থেকে নায় বিচারের জন্য জেলাশাসকের কাছে কাতর আর্জি জানান।

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

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

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

৩) চামড়ায় এই ধরনের দাগ খুব ছোট হলেও অধাঙ্গ্য করবেন না। দাগ ছোট হলেও তা ভয়ঙ্কর।

৪) বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই চামড়ার 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। ওস্ট্রিওর ওয়েলফ ইউনিভার্সিটির গবেষকরা জানিয়েছেন যে, ক্যাথেরিন-২২ নামের এই প্রোটিন শরীরে ক্যান্সার ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধ করে। বিশেষত ত্বন 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। 'গবেষকরা আরও জানান, খুব কম অস্ত্রিজন এমন পরিবেশে তাঁরা ক্যান্সার কোষের উপর পরীক্ষা নিরীক্ষা করছেন। টিউমারের মধ্যে থেকে অস্ত্রিজেনের 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 উ পস্থান 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 অবশ্য প্রয়োজনীয় এবং এরা আমাদের শরীরের শক্তি বৃদ্ধি করে থাকে।

বাজারে গুণের 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 করাই বাঞ্ছনীয়। কারণ শাকসবজি ও ফলমূল সরাসরি গ্রহণ করলে শরীরের 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

পরিচিত। আর এসব ভিটামিন আমরা সহজেই সরাসরি গ্রহণ করতে পারি বিভিন্ন ফলমূল, শাকসবজি ও বিভিন্ন সুগন্ধি মসলাজাতীয় দ্রব্যের মাধ্যমে। দেশী ফলে এসব ভিটামিন প্রচুর রয়েছে। সাধারণ দেশীয় ফলে, যেমন— কলা, পেঁপে, পেয়ারা, বেল, আম, জাম কাঁঠাল প্রভৃতি ভিটামিন সমৃদ্ধ ফল। খনিজ লবণ— ক্যালসিয়াম সর্বাধিক পরিচিত ও গুরুত্বপূর্ণ একটি খনিজ লবণ। ক্যালসিয়াম আমাদের হাড় ও দাঁতের গঠন মজবুত ও শক্তিশালী করে, ক্ষয়রোধ করে এবং আর্থারাইটিস, বাত জাতীয় রোগের সাথে লড়াই করে। গর্ভবতী ও প্রসূতি মায়ের ক্যালসিয়ামের অভাবন অনস্বীকার্য। এছাড়াও আয়োডিন গলগন্ত, দুর্বলতা, স্তন ক্যান্সার সহ

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 বা 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

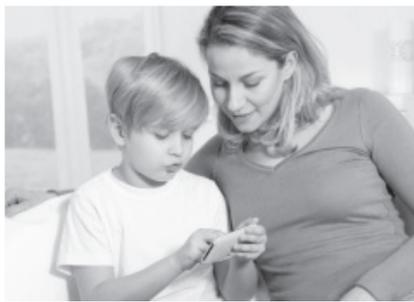
সন্তানকে নিয়ে উদ্বেগ হওয়া দোষের কিছু নয়। তবে মাত্রাতিরিক্ত দুঃশ্চিন্তা হলে আগে নিজেকে নিয়ে একবার ভাবুন। বিশেষ কারণে ভয় ও যদি সবসময় সন্তানের ফলাফল ও স্বাস্থ্য নিয়ে আতঙ্কিত থাকেন তাহলে নিজেকে একটু পরীক্ষা করে নিন, এই ভয়ের মূল কারণ আসলে কী?

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 শাওঁ থাকবেন না ওগলে পাশাপাশি সন্তানকেও মনোযোগ সহকারে শেখাতে পারবেন।

দিন। শাওঁ থাকার চর্চা করুন ও গভীর নিঃশ্বাস, ধ্যান এবং সন্তানকে সঙ্গে নিয়ে পার্ক হাঁটতে যাওয়া এসব করে উদ্বেগ কমিয়ে আনতে পারবেন। ফলে আপনি কেবল শাওঁ থাকবেন না ওগলে 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 ওগলে সমাধান না খুঁজে শিশু বিশেষজ্ঞের সহায়তা নিন।



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 দৌড়াদৌড়ি করতে হয়, তাদের পায়ের উপর চাপ বেশি পড়ে। মাসল স্টিফ হয়ে যায়, টান ধরে। চেয়ার বন্ধকণ 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 হ্যাভিট ঠিকঠাক না থাকার ফলে স্ট্রোকে আসিডিটি, ঠাণ্ডা লেগে সাইনাস, মাইগ্রেন-এর সমস্যায় জেরবার হয়ে জেগে ওঠে। 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



মাসল টিস্যুর সার্কুলেশনের উন্নতি ঘটানোর পাশাপাশি টেনশন কমাতে সাহায্য করে। রিলাক্সেশানের কাজ করে। শারীরিক ও মানসিক ক্ষমতা বাড়িয়ে দেয়। একই সঙ্গে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতারও বৃদ্ধি ঘটে। মূলত সুইডিস ম্যাসাজ, ডিপ টিস্যু ম্যাসাজ, রিফ্লেক্সোলজি এবং হট স্টোনথেরাপি দেওয়া হয় সমস্যা বলা

ডিপ টিস্যু 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 রিলাক্সেশন হয়। বেশি চাপ দিয়ে এই ম্যাসাজ করা হয় বলে এটাকে কানেকটিভ টিস্যু 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 বেদনা 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 প্রেশার 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 পাতা 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 খেপ্তি। 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 দেয়তে আসবে। ভুল ধারণা— নবজাতক বা শিশু কলম্বাটি করলে মনে হয় যে তার ক্ষুধা পেয়েছে।

সঠিক— নবজাতক অনেক কারণে কলম্বাটি 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 ঠাণ্ডার কারণেও কলম্বাটি করতে পারে। কলম্বার সঠিক কারণ খুঁজে বের করা অবশ্যই দরকার। শুধু ক্ষুধার জন্য কলম্বাটি করে, এমনটি ভাবা উচিত নয়।

ভুল ধারণা— মা শাকসবজি ডাল বা মাছ মাংস ইত্যাদি বা ঝোল 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



খাবারগুলো খান তবে শরীরের রস বা জরায়ু শুকতে দেরি হয়, তাই শুকনো কুটি, শুধু লবণ বা ভর্তা দিয়ে খেতে দেওয়া উচিত।

সঠিক— মায়ের খাদ্যভ্যাসের কারণে বুকের দুধের পরিবর্তন হয় না, যেমন—মা সাধারণ মশলাযুক্ত খাবার, শাক সবজি ফল, মাছ মাংস যাই খান না কেন, তার কারণে শিশুরক কোনো ক্ষতি হয় না, বরং কম খেতে দিলে মা দুর্বল হয়ে পড়েন এবং অপুষ্টিতে ভোগেন। তাই কোনো মায়ের বেছে খাওয়া উচিত নয়। বরং মাকে পুষ্টিতে দিলে মা দুর্বল হয়ে পড়েন।

প্রতি বেলা স্বাভাবিক খাবারের সঙ্গে একবাটি সবজি একবাটি ডাল ও পোয়া বাটির বেশি খাবেন। এছাড়া দেশি ফল খাবেন। জলও স্বাভাবিক তাপমাত্রায় খাওয়া যাবে এবং দিনে ৮ গ্লাস জল পান করবেন।

ভুল ধারণা— সিজারিয়ান ডেলিভারির ক্ষেত্রে শিশু প্রথম ২ থেকে ৩ দিন ভালোভাবে বুকের দুধ পায় না বা দুধ খাওয়াতে পারেন না। এছাড়া ওষুধ খাওয়ার কারণে বুকের দুধ শুকিয়ে যায়।

সঠিক— সিজারিয়ান ডেলিভারি হলেও মায়ের বুকে দুধ আসতে পারে, যদি জন্মের সঙ্গে সঙ্গে শিশুকে মায়ের দুধ খেতে দেওয়া হয়। অপারেশনের পর মা শুয়ে শুয়ে 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 চিপে 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 সাও 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 আসতে পারে, যদি জন্মের সঙ্গে সঙ্গে শিশুকে মায়ের দুধ খেতে দেওয়া হয়। অপারেশনের পর মা শুয়ে শুয়ে 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 চিপে 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 সাও 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 আসতে পারে, যদি জন্মের সঙ্গে সঙ্গে শিশুকে মায়ের দুধ খেতে দেওয়া হয়। অপারেশনের পর মা শুয়ে শুয়ে 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 চিপে বের করে চামচে করে শিশুকে খাওয়াতে হবে। মনে রাখতে হবে, ওষুধে মায়ের বুকের দুধ শুকিয়ে যায় না।

