



ত্রিপুরা প্রথম দৈনিক

# জাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

গৌরবের ৬৮ তম বছর



অনলাইন সংস্করণ ৪ www.jagarandaily.com

JAGARAN ■ 16 November 2021 ■ আগরতলা ১৬ নভেম্বর ২০২১ ইং ■ ২৯ কার্তিক ১৪২৮ বঙ্গাব্দ, মঙ্গলবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ Founder : J.C.Paul ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা

## পুর ভোট নিয়ে সুপ্রিম কোর্টে মিথ্যা তথ্য দেয়ায় তৃণমূলের কাছে হলফনামা চাইল হাইকোর্ট

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৫ নভেম্বর। জাতীয় প্রেস দিবস উপলক্ষে মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেব সংবাদ মাধ্যমের সম্পাদক, সংবাদিক, সংবাদকর্মীসহ গণমাধ্যমের সামনে অভিযোগ করে আত্মপ্রকাশ ও প্রতিবেশী জানিয়েছেন। অভিযোগ বার্তায় মুখ্যমন্ত্রী বিলেন, প্রতিবেশী ১৬ নভেম্বর দিনটি জাতীয় প্রেস দিবস হিসেবে পালন করা হয়। ১৯৬৬ সালে এই দিনে প্রেস কাউন্সিল অব ইন্ডিয়ার যাত্রা শুরু হয়েছিল। এরপর থেকেই এক একটি দিন ভালো নিয়ে প্রতিবেশী জাতীয় প্রেস দিবস পালিত হয়।

গতক্ষণের অন্যতম ভিত্তি হচ্ছে গণমাধ্যম। গণতন্ত্রের ভিত্তিক শক্তি মাঝের রাখতে গেলে গণমাধ্যমের সার্বিক স্বাধীনতা আবশ্যিক। বাজ্য সরকার সার্বাদিক ও মিডিয়ার স্বাধীনতায় আস্তরিকভাবে বিশ্বাস। এই সময়ের মধ্যেই মিডিয়ার ক্ষেত্রে প্রায় দেশুন

আমেরিকা থেকে  
৫৬তি অত্যাধুনিক  
এম৭৭৭ কামান  
পাছে ভারত

ন্যাউজিল, ১৫ নভেম্বর (হিস.): চিন সেনার সঙ্গে যান্তার কথা মাথায় রেখে সীমান্তে নিজেদের শক্তি বাড়াতে ভারত। জাতীয় সেনাবাহিনী আবও বেশি স্বৰ্করণ এম৭৭৭ আস্ট্র-লাইট হাউইটার কিমত চলেছে আমেরিকার থেকে। লাদবেরে পর চিনের সাথে সংযোগের পাহাড় এলাকাকেও। তাই এই অস্ত্রণেও আবও সংখ্যক কামান মোড়ের করা হয়। এই আবে আমেরিকা থেকে ৫৬তি এম৭৭৭ আস্ট্র-লাইট হাউইটার পেটে চলেছে ভারত। ২০৬৬ সালে ১৪৫১ এম৭৭৭ আস্ট্র-লাইট হাউইটার অর্ডার করে ৬ এর পাতায় দেশুন

আদালত। বিচারপতি ডি ওয়াই চন্দ্রচূড়, সূর্য কাস্ট এবং বিক্রম জবাব দিয়ে হাইকোর্টে হলফনামা দিয়ে জবাব দেয়েছে। আগস্ট ১৪ ডিসেম্বর পুনরায় শুনাইর দিন ধীর হয়েছে।

প্রস্তুত, পুর ও নগর নির্বাচন অবাধ ও শাস্তি পূর্ণ পরিবেশে অনুষ্ঠিত করার দাবি নিয়ে সুপ্রিম কোর্টে দাবি দাবি হয়েছে। সাংসদ সুন্দরিতা দেবের দায়ের ক্ষেত্রে আবেদনের ওপরিতে পুর নির্বাচন যাতে অবাধ ও ভূমিক পরিবেশে হয়, তা সুনিশ্চিত করার জন্য পিপুল প্রেস দিবস হিসেবে পালন করা হয়।

গতক্ষণের অন্যতম ভিত্তি হচ্ছে গণমাধ্যম। গণতন্ত্রের ভিত্তিক শক্তি মাঝের রাখতে গেলে গণমাধ্যমের সার্বিক স্বাধীনতা আবশ্যিক। বাজ্য সরকার সার্বাদিক ও মিডিয়ার স্বাধীনতায় আস্তরিকভাবে বিশ্বাস। এই সময়ের মধ্যেই মিডিয়ার ক্ষেত্রে প্রায় দেশুন

আনুসরণ করতে বাধা না দেয় তা নিশ্চিত করা রাজ্য পুনিশের

বিচারপতিদের বেঁধে আরও

বলেছে, হেতু নিরাপত্তার জন্য,

বিচারপতিদের বেঁধে আরও ব্যবহৃত নেবেন। বর্তমান আদেশে অনুসারে পদক্ষেপ পঙ্গুলি ব্যাখ্যা করে এবং ত্রিপুরায় নির্বাচন অবাধ ও সুষ্ঠু হবে তা নিশ্চিত করার জন্য হলফনামা দাখিল করতে হবে। ডিজিপি এবং বরাটি সচিবের সম্মতি সংক্ষেপ একটি পোর্ট প্রতিবেদন দাখিল করার জন্যও সুপ্রিম কোর্ট নির্দেশ দিয়েছে।

কিন্তু সুপ্রিম কোর্টে ওই আবেদনে মিথ্যা বলেছেন আবেদনের আবেদনকারীর জন্য প্রিপুরা হাইকোর্টে ছুটি চলে। তাই আবেদনকারী সুপ্রিম কোর্টে দাবি হয়েছে হলফনামা দাখিল করে আবেদনে উরোখ করেন। আজ প্রিপুরা হাইকোর্টে তৃণমূলের প্রেস মালার শুনানিতে পিপুল প্রেস প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা সন্দেশের বেঁধে আবেদনের বিবেচনা করার জন্য প্রয়োজন আনুসারে নিরাপত্তার জন্য যথাযথ

বলেছে, যে কোনও রাজ্যনির্বাচনে রাজ্য প্রাপ্তি পুর ও পায়ে রাজ্য প্রিপুরা মাধ্যমের ওপরিতে ক্ষেত্রে কাছে যৌথ প্রতিবেশী জাতীয় প্রেস দিয়েছে।

দায়িত্ব। আদালত বলেছে, 'আমরা আশা করি, বাজ্যের আইন প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা সহ সরকারের এবং ডিজিপি প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা করার জন্য আনন্দের বিবেচনা করার জন্য প্রয়োজন আনুসারে তার অধিকার ওলিশ

সমস্ত আটটি জেলার এসপি প্রতিটি মানব এলাকার বিবেচনা করে সিদ্ধান্ত দেখেন এবং প্রয়োজন আনুসারে নিরাপত্তার বক্সের

ব্যবস্থা নেবেন। বর্তমান আদেশে অনুসারে পদক্ষেপ পঙ্গুলি ব্যাখ্যা করে এবং ত্রিপুরায় নির্বাচন অবাধ ও সুষ্ঠু হবে তা নিশ্চিত করার জন্য হলফনামা দাখিল করতে হবে। ডিজিপি এবং বরাটি সচিবের সম্মতি সংক্ষেপ একটি পোর্ট প্রতিবেদন দাখিল করার জন্যও সুপ্রিম কোর্ট নির্দেশ দিয়েছে।

কিন্তু সুপ্রিম কোর্টে ওই আবেদনে মিথ্যা বলেছেন আবেদনের আবেদনকারীর জন্য প্রিপুরা হাইকোর্টে ছুটি চলে। তাই আবেদনকারী সুপ্রিম কোর্টে দাবি হয়েছে হলফনামা দাখিল করে আবেদনে উরোখ করেন। আজ প্রিপুরা হাইকোর্টে তৃণমূলের প্রেস মালার শুনানিতে পিপুল প্রেস প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা সহ সরকারের ওপরিতে ক্ষেত্রে কাছে যৌথ প্রতিবেশী জাতীয় প্রেস দিয়েছে।

কিন্তু সুপ্রিম কোর্টে ওই আবেদনে মিথ্যা বলেছেন আবেদনের আবেদনকারীর জন্য প্রিপুরা হাইকোর্টে ছুটি চলে। তাই আবেদনকারী সুপ্রিম কোর্টে দাবি হয়েছে হলফনামা দাখিল করে আবেদনে উরোখ করেন। আজ প্রিপুরা হাইকোর্টে তৃণমূলের প্রেস মালার শুনানিতে পিপুল প্রেস প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা সহ সরকারের ওপরিতে ক্ষেত্রে কাছে যৌথ প্রতিবেশী জাতীয় প্রেস দিয়েছে।

প্রথম থেকে পূর্ব শ্রেণী পর্যন্ত ছাত্রদের হোস্টেলগুলিতে থাকতে পারবেন। পর্যায়ক্রমে দুর্জন করে আবেদন করে আবেদনকারীর প্রয়োজনে সঙ্গে সঙ্গে স্থানের আবেদনে থাকতে পারবেন। স্থানান্তরে আবেদন করে আবেদনকারীর জন্য প্রিপুরা হাইকোর্টে ছুটি চলে। তাই আবেদনকারী সুপ্রিম কোর্টে দাবি হয়েছে হলফনামা দাখিল করে আবেদনে উরোখ করেন। আজ প্রিপুরা হাইকোর্টে তৃণমূলের প্রেস মালার শুনানিতে পিপুল প্রেস প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা সহ সরকারের ওপরিতে ক্ষেত্রে কাছে যৌথ প্রতিবেশী জাতীয় প্রেস দিয়েছে।

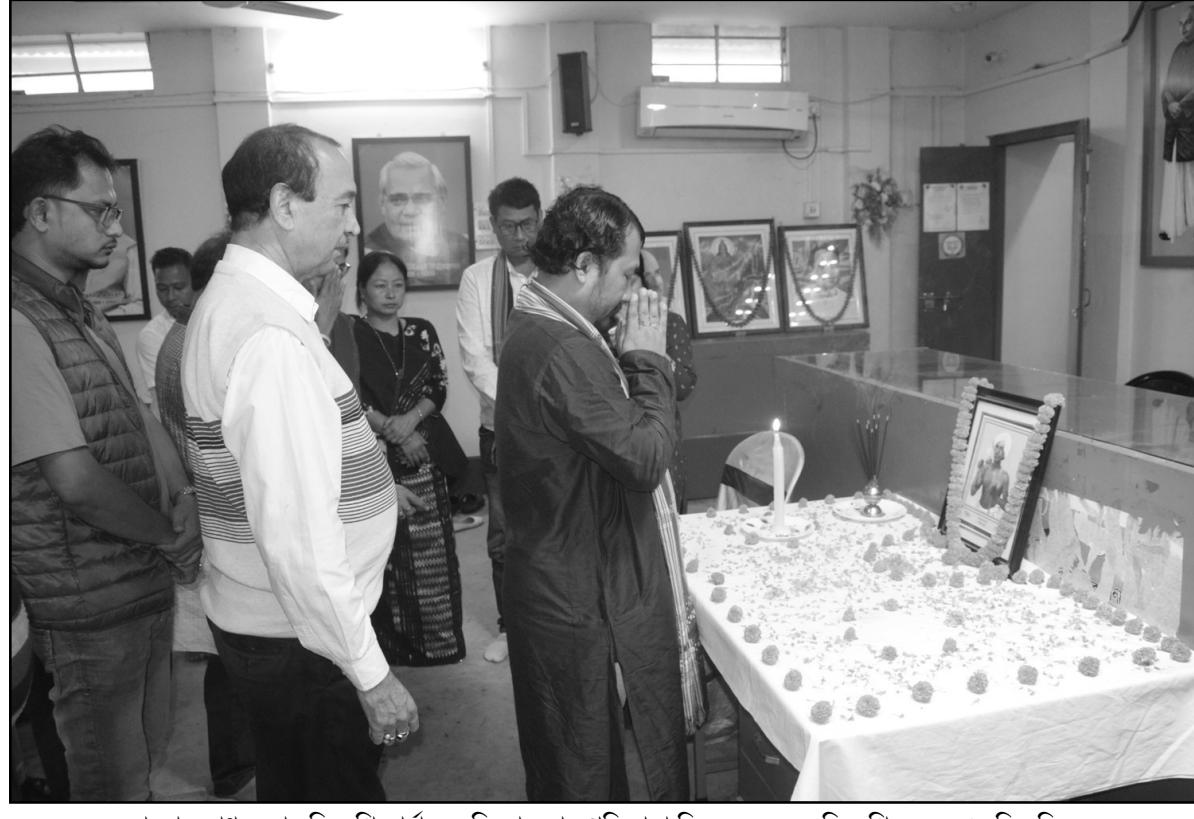
প্রথম থেকে পূর্ব শ্রেণী পর্যন্ত ছাত্রদের হোস্টেলগুলিতে থাকতে পারবেন। শ্রেণী জানান, এই প্রকল্প অনুযায়ী একটি পোর্ট প্রতিবেশী জাতীয় প্রেস দিয়ে হোস্টেলে থাকতে পারবেন। পর্যায়ক্রমে দুর্জন করে আবেদন করে আবেদনকারীর প্রয়োজনে সঙ্গে সঙ্গে স্থানের আবেদনে থাকতে পারবেন। স্থানান্তরে আবেদন করে আবেদনকারীর জন্য প্রিপুরা হাইকোর্টে ছুটি চলে। তাই আবেদনকারী সুপ্রিম কোর্টে দাবি হয়েছে হলফনামা দাখিল করে আবেদনে উরোখ করেন। আজ প্রিপুরা হাইকোর্টে তৃণমূলের প্রেস মালার শুনানিতে পিপুল প্রেস প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা সহ সরকারের ওপরিতে ক্ষেত্রে কাছে যৌথ প্রতিবেশী জাতীয় প্রেস দিয়েছে।

প্রথম থেকে পূর্ব শ্রেণী পর্যন্ত ছাত্রদের হোস্টেলগুলিতে থাকতে পারবেন। শ্রেণী জানান, এই প্রকল্পে আবেদন করে আবেদনকারীর স্থানের অভিভাবক থাকতে পারবেন ন। শুধুমাত্র বালাঙ্গিকান অভিভাবক অথবা আইনত দক্ষতা নেওয়া মা ছাত্রাবাদের সঙ্গে হোস্টেলে থাকতে পারবেন। শিক্ষামন্ত্রী জানান, যদি কোন হোস্টেলে মায়েদের জন্য আলাদা থাকায় ব্যবস্থাপনার অভাব থাকে তবে সেই হোস্টেলের ক্ষেত্রে আপগত এই প্রকল্প হাজির হয়েছে।

প্রথম থেকে পূর্ব শ্রেণী পর্যন্ত ছাত্রদের হোস্টেলগুলিতে থাকতে পারবেন। শ্রেণী জানান, এই প্রকল্পে আবেদন করে আবেদনকারীর স্থানের অভিভাবক থাকতে পারবেন। এই প্রকল্পে আভিভাবক অভিভাবক অথবা আইনত দক্ষতা নেওয়া মা ছাত্রাবাদের সঙ্গে হোস্টেলে থাকতে পারবেন। স্থানান্তরে আবেদন করে আবেদনকারীর জন্য প্রিপুরা হাইকোর্টে ছুটি চলে। তাই আবেদনকারী সুপ্রিম কোর্টে দাবি হয়েছে হলফনামা দাখিল করে আবেদনে উরোখ করেন। আজ প্রিপুরা হাইকোর্টে তৃণমূলের প্রেস মালার শুনানিতে পিপুল প্রেস প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা সহ সরকারের ওপরিতে ক্ষেত্রে কাছে যৌথ প্রতিবেশী জাতীয় প্রেস দিয়েছে।

প্রথম থেকে





ଶୋମବାର ଆଗରତଳାଯି ବିଜୋପ କାଯାଲୟେ ବିରସା ମୁଦ୍ରା ପ୍ରାତ ଶ୍ରଦ୍ଧା ନବେଦନ କରଛେ ବିଜୋପ ନେତ୍ରବୃନ୍ଦ । ଛାବ : ନନ୍ଦମୁଖ

## উজ্জ্বল সংঘের কমিটি গঠন

আগৰতলা, ১৫ নভেম্বৰ।। নাগাড়া এলাকার অন্যতম এবং সামাজিক ক্ষেত্ৰে অনন্য কৃতিত্বের অধিকারী উজ্জ্বল সংঘের কমিটি গঠনকে কেণ্ঠে করে আজ এক বৈঠক অনুষ্ঠিত হয়। বৈঠকে বক্তৱ্য আগমানীদিনে এই ক্লাবকে কিভাবে আৱৰণ বিকশিত কৰা যায় তানিয়ে বিস্তারিত আলোচনা কৰেন। এছাড়াও বিভিন্ন সামাজিক কৰ্মসূচি রূপায়ণের ক্ষেত্ৰেও এই ক্লাবকে আৱৰণ এগিয়ে নিয়ে যাওয়াৰ বিষয়ে বিশেষভাৱে গুৱাঞ্চাৱেপ কৰা হয়। বক্তৱ্য এই এলাকার সমস্ত অংশেৰ জাতি উপজাতিৰ মধ্যে সাম্প্রদায়িক সম্প্ৰীতি বজায় রাখাৰ বিষয়ে বিসেষ গুৱাঞ্চাৱেপ কৰেন। দীৰ্ঘ আলোচনাৰ পৰি সৰ্বসম্মত সিদ্ধান্তক্ৰমে সাত সদস্যক বিশিষ্ট উপদেষ্টা কমিটি এবং পাঁচ সদস্য বিশিষ্ট ক্লাবেৰ পদধিকাৰীদেৰ মনোনীত কৰা হয়। উপদেষ্টা কমিটিৰ চেয়াৰম্যান এবং ভাইস চেয়াৰম্যান হিসেবে অনীল দেববৰ্মা ও উৎপল রায়কে মনোনীত কৰা হয়। পাঁচজন সদস্যৰ মধ্যে মনোনীত দেববৰ্মা, বাদল দেববৰ্মা, বুধুরাই দেববৰ্মা, অনুকুল দেববৰ্মা এবং সুনীল দাস রয়েছেন। পাঁচজন ক্লাব কৰ্মকৰ্তাৰ মধ্যে সভা পতি হিসেবে রমনী দেববৰ্মা এবং সম্পাদক হিসেবে প্ৰবীৰ দেববৰ্মাকে মনোনীত কৰা হয়। সহ-সভাপতি, সহ-সম্পাদক এবং কোথাথক্ষ হিসেবে তপন দেববৰ্মা, হিৱন দেববৰ্মা ও নিখিল দেববৰ্মাকে মনোনীত কৰা হয়।

খড়বিচালি পোড়ানো অন্যতম কারণ নয়,  
দিল্লিতে দূষণ রুখতে তিনটি প্রস্তাব কেন্দ্রের

নয়াদিল্লি, ১৫ নভেম্বর (ই.স.): রাজধানী দিল্লিতে বায়ুদূগণ রখতে তিনটি প্রস্তাব দিল কেন্দ্রীয় সরকার। একইসঙ্গে সুপ্রিম কোর্টে কেন্দ্রের পক্ষ থেকে জানানো হল, দিল্লি ও উন্নত ভারতের রাজ্যগুলিতে বায়ুদূগণের জন্য খড়বিচালি পোড়ানোই অন্যতম কারণ নয়। বায়ুদূগণ রখতে সোমবার শীর্ষ আদালতে যে তিনটি প্রস্তাব কেন্দ্রের পক্ষ থেকে দেওয়া হয়েছে, সেগুলি হল—দিল্লিতে জোড়-বিজোড় নীতি চালু করা, দিল্লিতে ট্রাক প্রবেশে নিয়েধাজ্ঞা এবং লকডাউন।

গত কয়েকদিনের মতো সোমবারও দিল্লির বাতাস ছিল খোঁয়াশার চাদরে ঢাকা। দিল্লির বায়ু মান সূচক অর্থাৎ এয়ার কোয়ালিটি ইন্ডেক্স ছিল ৩৪.২। শুধুমাত্র দিল্লি নয়, সোমবার ঘন খোঁয়াশার আস্তরণে ঢাকা পড়ে যায় গাজিয়াবাদ, প্রেটার নয়ডা, গুরগাম এবং নয়ডা। ৯.০৫ মিনিটে এয়ার কোয়ালিটি ইন্ডেক্স ছিল থাত্তাক্রমে ৩২.৮, ৩৪.০, ৩২.৬ এবং ৩২.৮। এদিন দিল্লির সর্বনিম্ন তাপমাত্রা ছিল ১০.৩ ডিগ্রি সেলসিয়াস, যা স্বাভাবিকের থেকে ৩ ডিগ্রি কম।

ବାୟୁଦୂଷଣ ରୁଖତେ ଲକଡ଼ାଉନେଓ ପ୍ରସ୍ତୁତ,  
ସୁପ୍ରିମ କୋଟେ ଜାନାଲ ଦିଲ୍ଲି ସରକାର

নয়াদলি, ১৫ নভেম্বর (ই.স.): রাজধানী দিল্লিতে ফের ফিরতে পারে লকডাউনের স্মৃতি। এবার করোনা নয়, লকডাউন লাগু হতে পারে বায়ুদূষণের জন্য। সোমবার সুপ্রিম কোর্টে দিল্লির সরকারের পক্ষ থেকে জানানো হয়েছে, দিল্লিতে বায়ুদূষণ ঠেকাতে সম্পূর্ণ লকডাউন লাগু করতেও প্রস্তুত রয়েছে সরকার। পশ্চাপাশি শীর্ষ আদলতে দিল্লি সরকারের পক্ষ থেকে জানানো হয়েছে, জাতীয় রাজধানী ক্ষেত্রে (এনসিআর) এবং প্রতিবেশী রাজ্যগুলিতেও লকডাউন লাগু হলে তা অঙ্গরূপ হবে।

আহমেদাবাদ, ১৫ নভেম্বর (ই.স.): বড়সড় সাফল্য পেল গুজরাটের সদস্য-বি঱োদী ক্ষেয়াড়। ১২০ কিলোগ্রাম হেরোইন-সহ ৩ জনকে গ্রেফতার করেছে এটিএস। উদ্ধার হওয়া হেরোইনের বাজারমূল্য প্রায় ৬০০ কোটি টাকা। সোমবার সকালে গুজরাটের স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী হৰ্ষ সাংভি প্রথমে এই খবরটি জানান। পরে ডিজিপি আশিয় ভাটিয়া জানিয়েছেন '১২০ কিলোগ্রাম হেরোইন-সহ ৩ জনকে পাকড়াও করেছে এটিএস প্রাথমিকভাবে মনে করা হচ্ছে, পাকিস্তানি নৌকা থেকে সংগ্রহ করার

অধিবক্তৃতা হবে।  
দিল্লির বাতাসে দুয়োগের মাত্রা কমাতে সরকারকে কড়া পদক্ষেপ করতে বলেছিল সুপ্রিম কোর্ট। তারপর সোমবার হলফনামা দিয়ে দিল্লি সরকার জানিয়েছে, বায়ুদূষণ ঠেকাতে সম্পূর্ণ লকডাউন লাগু করতে প্রস্তুত রয়েছেন তাঁরা। হলফনামায় আরও জানানো হয়েছে, যদি কেন্দ্রীয় সরকার অথবা কমিশন ফর এয়ার কোয়ালিটি ম্যানেজমেন্টের পক্ষ থেকে এনসিআর ও প্রতিবেশী রাজ্যে এমন পদক্ষেপ করতে বলা হয়, তাহলে দিল্লি সরকারও কড়া পদক্ষেপ করতে রাজি রয়েছে।  
দীপাবলির পর থেকে অঙ্গুত দুয়োগের কবলে রাজধানী দিল্লি। গত সপ্তাহেই দিল্লিতে বায়ুদূষণ নিয়ে উৎসের প্রকাশ করেছিলেন সুপ্রিম কোর্টের প্রধান বিচারপতি এন ডি রামানা। দুর্ঘ ঠেকাতে লকডাউনেরও পরামর্শ দেওয়া হয়। এরপর সোমবার দিল্লি সরকারের পক্ষ থেকে সবচেয়ে আদলতে জানিয়ে দেওয়া হল, দিল্লিতে বায়ুদূষণ ঠেকাতে সম্পূর্ণ লকডাউন লাগু করতে পারে।

କରନ୍ତେ ପ୍ରକ୍ଷଟ ରାଯେଛେ ସରକାର ।  
**ଲିଭାରପୁଲେ ହାସପାତାଗେର ବାଇରେ ଗାଡ଼ି  
ବିଷ୍ଫେରଣେ ଗ୍ରେଫତାର ମନ୍ଦେହଭାଜନ ଓ ବ୍ୟକ୍ତି**

লঙ্ঘন, ১৫ নভেম্বর (ই.স.): ইংল্যান্ডের লিভার পুলের ওমেল্স হাসপাতালের বাইরে গাড়ি বিস্ফোরণে এক ব্যক্তি নিহত হওয়ার ঘটনায় সন্দেহভাজন ও ব্যক্তিকে প্রেরণ করা হয়েছে। দেশটির সন্ত্রাসবাদ আইনে তাদের প্রেরণ করে আইন-শৃঙ্খলা বাহিনী।

বিবিসির খবরে বলা হয়েছে, রিবিবার স্থানীয় সময় বেলা ১১টার দিকে ওমেল্স হাসপাতাল থেকে এক রোগীকে নিয়ে রওনা করার পরপরই ট্যাক্সিটি বিস্ফোরিত হয়। এতে গাড়িতে থাকা যাত্রী নিহত হন এবং চালক আহত হয়েছেন। তিনি হাসপাতালে চিকিৎসাধীন রয়েছেন।

দেশটির গোয়েন্দা কর্মকর্তারা জানিয়েছেন, শহরের কেন্সিংটন এলাকায় ২৯, ২৬ ও ২১ বছর বয়সী তিনজনকে আটক করা হয়েছে। পুলিশ বলছে, বিস্ফোরণের কারণ সম্পর্কে জানতে তারা এখন চোখ কান খোলা রেখেছে এবং তারা মার্সিসাইড পুলিশের সঙ্গে কাজ করছে। এ ব্যাপারে তদন্ত তার নিজস্ব গতিতে চলছে। নিরাপত্তা বাহিনী, এমআইফাইভ এক্ষেত্রে সব ধরণের সহায়তা দিয়ে যাচ্ছে।

সশস্ত্র কর্মকর্তারা সেফটন পার্কের কাছে রাটল্যাণ্ড অ্যাভিনিউ এবং কেন্সিংটনের বোলার স্ট্রিটে অভিযান চালিয়েছে বিশেষজ্ঞ কর্মকর্তারা সেফটন পার্কের কাছে রাটল্যাণ্ড অ্যাভিনিউ এলাকায় অবস্থান করছে। এই অভিযানের সঙ্গে বিস্ফোরণের যোগসূত্র আছে বলে জানিয়েছে পুলিশ।

এদিকে এই হামলার ঘটনায় দেশটির প্রধানমন্ত্রী বরিস জনসন এক টুইট বার্তায় লিখেছেন, লিভারপুলের ভয়াবহ ঘটনায় ক্ষতিগ্রস্ত সকলের প্রতি আমি সমবেদনা জানাই। পাশাপাশি দ্রুত ব্যবস্থা নিয়ে পেশাদারিত্বের পরিচয় দেয়া জন্য জরুরি পরিবেচাগুলোকে এবং পুলিশকে তদন্ত চালিয়ে যাওয়ার জন্য ধন্যবাদ জানাই।—হিন্দুস্থান সমাচার / কাকলি

বিদ্রোহদের কাছে তান বরসা ভগবান নামে পারাচুট ছিলেন।

## বাংলাদেশের আসন্ন জাতীয় সংসদ নির্বাচনে দৃষ্টি রাখছে ইউরোপীয় ইউনিয়ন

ঢাকা, ১৫ নভেম্বর (ই.স.): ‘বাংলাদেশের আগামী জাতীয় সংসদ নির্বাচনে নিয়ে দৃষ্টি রাখছে ইউরোপীয় ইউনিয়ন (ইইউ)’। সোমবার এ কথা বলেন ঢাকায় নিযুক্ত ইইউর রাষ্ট্রদূত চার্লস হোয়াইটলি এদিন বাংলাদেশে হোটেল ইন্টারকন্টিনেন্টালে ডিপ্লোম্যাটিক করেস প্যানেল অ্যাসোসিয়েশন বাংলাদেশে (ডিকাব) আয়োজিত ‘ডিকাব টক’ অনুষ্ঠানে। অংশ নেন ইইউর রাষ্ট্রদূত চার্লস হোয়াইটলি। ঔই অনুষ্ঠানে সাংবাদিকদের মুখ্যমুখ্য হয়ে এক প্রশ্নের উত্তরে ইইউর রাষ্ট্রদূত চার্লস হোয়াইটলি বলেন, ইউরোপীয় ইউনিয়ন বাংলাদেশসহ সব দেশেই মানবাধিকার এগণত্ব সমূহত দেখতে চায়। তবে, নির্বাচন কোনো ইভেন্ট নয়, এটা একটি প্রক্রিয়া। বাংলাদেশের আগামী জাতীয় সংসদ নির্বাচনের দিনে দৃষ্টি রাখছে ইউরোপীয় ইউনিয়ন অপর এক প্রশ্নের জবাবে ইউরোপীয় ইউনিয়নের রাষ্ট্রদূত বলেন, রোহিঙ্গা ইস্যুতে মিয়ানমারের ওপর চাগ অব্যাহত রেখেছে ইউরোপীয় ইউনিয়ন। আমরা মিয়ানমারের ওপর বেঁকয়েকটি ইস্যুতে অবরোধ আরোপ করেছি। রোহিঙ্গাদের যেন মিয়ানমার ফেরত নেয় এ লক্ষ্য আমরা আস্তর্জাতিক চাপও অব্যাহত রেখেছি। সাংবাদিকদের মুখ্যমুখ্য হয়ে ইউরোপীয় ইউনিয়নের রাষ্ট্রদূত চার্লস হোয়াইটলি আরও বলেন, ডিজিটাল নিরাপত্তা আইন নিয়ে আমাদের উদ্বেগ রয়েছে। সম্প্রতি ব্রাসেলসে ইউরোপীয় ইউনিয়নের সহে বাংলাদেশের এক বৈঠকে বিবরণ নিয়ে আলোচনাও হয়েছে। এ নিম্ন স্থানে আমরা আমাদের অবস্থান তলে ধরেছি।

# অধ্যাপক নিয়োগে প্রার্থীদের নম্বর প্রকাশের নির্দেশ হাইকোর্টের

কলকাতা, ১৫ নভেম্বর (হি.স.) : ২০১৮ সালের কলেজ সার্ভিস কমিশনের অধ্যাপক নিয়োগে মেধা তালিকাভুক্ত প্রার্থীদের বিভাজন-সহ নম্বর প্রকাশের নির্দেশ দিল কলকাতা হাইকোর্টের ডিভিশন বেঞ্চ।

স্বচ্ছতা ও দুর্নীতিমুক্ত নিয়োগের দাবিতে নিয়োগ প্রক্রিয়ায় ক্রটি চ্যালেঞ্জ করে আবেদন করেছিলেন প্রার্থীরা। সেই মামলাতেই হাইকোর্টের এই নির্দেশ। হাইকোর্টের এই রায়কে স্বাগত জানিয়েছেন মামলাকারী বিনয়কৃষ্ণ পাল। তাঁর তরফে আইনজীবী কাজল রায় জানান, ‘সমস্ত প্রতিযোগিতামূলক পরীক্ষার ক্ষেত্রে এই রায় আগামী দিনে স্বচ্ছতার সঙ্গে নিয়োগকে প্রাধান্য দেবে এবং নিয়োগের ক্ষেত্রে এটি একটি যুগান্তকারী রায় হিসাবে থেকে যাবে।

উল্লেখ্য, ২০১৮ কলেজ সার্ভিস কমিশনের নিয়োগ প্রক্রিয়ায় ভূগোল এবং বাংলা বিষয়ে মেধা তালিকাভুক্ত সকল প্রার্থীর বিভাজন সহ নম্বর প্রকাশের নির্দেশ দিয়েছিল কলকাতা হাইকোর্টের বিচারপতি অমৃতা সিনহার সিদ্ধেশ দিয়েছেন বলে এদিন

হাইকোর্টের স্বীকৃত তালুকদার এবং কেসাং ডোমা ভুটিয়ার ডিভিশন বেঞ্চের আবেদন করে রাজ্য সরকার ও কলেজ সার্ভিস কমিশন।

এদিন ডিভিশন বেঞ্চ, বিচারপতি অমৃতা সিনহার রায় বহাল রেখে রাজ্য সরকারের আবেদন খারিজ করে দিয়েছে। ডিভিশন বেঞ্চ এই আদেশ বহাল রেখে ভারতের সংবিধান প্রযুক্ত তথ্য জানার অধিকার আইন ২০০৫ মোতাবেক স্বচ্ছতা দুর্নীতিমুক্ত নিয়ম এবং সরকারি ক্ষেত্রে নিয়োগে তথ্য জনসমক্ষে নিয়ে আসার আদেশ দিয়েছেন বলে এদিন

মামলাকারীর তরফে দাবি করা হয়েছে। তাঁদের দাবি, প্রাথমিক ও উচ্চ প্রাথমিকের পরে কলেজ সার্ভিস কমিশনের ক্ষেত্রে কলকাতা হাইকোর্টের এই নির্দেশ স্বচ্ছতার দিকে আরও এক কদম এগিয়ে গেল। মামলাকারীদের পক্ষ থেকে বিনয়কৃষ্ণ পালের বক্তব্য, ‘কলেজ সার্ভিস এর নিয়োগে এই রায়ের মাধ্যমে স্বচ্ছ এবং দুর্নীতিমুক্ত নিয়োগ সম্ভবপর হবে ও সারা দেশে যোগ্যদের মেধাবীদের নিয়োগের ক্ষেত্রে এক ল্যান্ডমার্ক হিসেবে গণ্য হবে।’

© 2013 Pearson Education, Inc.

# বিজেপি-আরএসএস নিয়ে মন্তব্যে বিতর্ক কংগ্রেস নেতা সলমন খুরশিদের বাড়ি ভাঙ্গু

**নেনিতাল, ১৫ নভেম্বর (হিস) :** বিজেপি-আরএসএস নিয়ে বিতর্কিত মন্তব্যের জেরে কংগ্রেস নেতা তথা প্রাক্তন মন্ত্রী সলমন খুরশিদের নেনিতালের বাড়ি ভাঙ্গুর। সলমনের বাড়িতে আগুণও ধরিয়ে দেওয়া হয়। এই ঘটনায় ২১ জনের বিরুদ্ধে মামলা দায়ের করেছে পুলিশ। ডিজিআই (কুমায়ুন) নৌলেশ আনন্দ জানিয়েছেন, এই ঘটনায় অভিযুক্তদের বিরুদ্ধে কড়া ব্যবস্থা নেওয়া হবে।  
 টুইটে এই ঘটনার কড়। নিদা করেছেন কংগ্রেস সাংসদ শশী তারুর। তিনি লিখেছেন, এই ঘটনা অত্যন্ত অসম্মানজনক। সলমন খুরশিদ এমন একজন ব্যক্তিত্ব, যিনি আন্তর্জাতিক স্তরে দেশকে গর্বিত করেছেন। তিনি সর্বদা মধ্যপন্থী এবং যুক্তিপূর্ণ দৃষ্টিভঙ্গি প্রকাশ করেন। রাজনীতিতে ত্রুমবর্ধমান অসহযোগীর বিষয়টিকে ক্ষমতায় থাকা ব্যক্তিদেরও নিদা করা উচিত। গত বুধবার সলমন খুরশিদের 'সানরাইজ ওভার অযোধ্যা: নেশনস্ট্রড ইন আওয়ার টাইমস' লেখা বইটি প্রকাশিত হয়। সেই বই প্রকাশের পর থেকেই সমালোচনার মুখ্য পত্রেন বর্ণিয়ান কংগ্রেস নেতা।

# ହୋଇକୋର୍ଡ୍ ଶକ୍ତି ଗାଁ ଯାହାଲୀ ପିଲାକ୍

# ହିନ୍ଦୁକୋଟେ ମନ୍ଦାତ୍ରାମ ମାନ୍ଦଳୀ ପିଠୋତେ ଆବେଦନ ଶୁଭେନ୍ଦୁ ଅଧିକାରୀର

কলকাতা, ১৫ নভেম্বর (ই.স.) : হাইকোর্টে নদীগ্রাম মামলা পিছোতে আবেদন করলেন শুভেন্দু অধিকারী। আদালতের কাছে আরও সময় চেয়ে আবেদন করলেন রাজ্যের বিরোধী দলনেতা।

শুভেন্দু অধিকারী তাঁর আবেদনে জানিয়েছেন, সুপ্রিম কোর্টে এই মামলা বিচারাধীন। সেখানে নিষ্পত্তি না হওয়া পর্যন্ত পিছনো হোক হাইকোর্টের শুনান। নদীগ্রাম মামলা সুপ্রিম কোর্টে বাদেশের অন্য কোনও কোর্টে স্থানান্তর করতে চেয়ে আগেই সুপ্রিম কোর্টে দ্বার স্থানে আবেদন করলেন কলকাতা বিধায়ক কর্তৃপক্ষ। তাঁর আবেদনে সেই প্রসঙ্গেই উল্লেখ রয়েছে। তাঁর বক্তব্য সুপ্রিম কোর্টে যে মামলা বা তাঁর কোনও অংশ বিচারাধীন, তা সম্পূর্ণ না হওয়া পর্যন্ত যেন কলকাতা হাইকোর্টে দাখিল হওয়া নদীগ্রাম মামলা নিয়ে কোনও পদক্ষেপ না গ্রহণ করা হয়।

সেই দাবি রেখেই মামলা পিছনের আবেদন বিরোধী দলনেতার। শুভেন্দু অধিকারীর যে আবেদন নিয়ে তাঁর বিরোধীক্ষণ তথা রাজ্যের শাসকদলের পক্ষে কী

বক্তব্য তা অবশ্য প্রকাশ্যে আসোন। হাইকোর্টে আবেদনের শুনানির মাঝে তারা কী জানায়, বা গোটা বিষয়ে হাইকোর্টেই বা কী পর্যবেক্ষণ জানায়, আপাতত তা জানতেই অপেক্ষায় সব পক্ষ।

নদীগ্রাম কেন্দ্রে গণনায় কারচুপি সহ একাধিক অভিযোগে গত ১৭ জুন হাইকোর্টে মামলা দায়ের করেন বিধানসভা ভোটে নদীগ্রামের তত্ত্বাবধানে প্রার্থী তথা রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। তারপর নদীগ্রাম মামলা ছেড়ে দেওয়ার জন্য বিচারপতি কোশিক চন্দ্রের কাছে আবেদন করেন মমতা

গান্ধীজীর মুসলিমপ্রিতির সমালোচনায় তথাগত রায় কলকাতা, ১৫ নভেম্বর (হি. স.) : “গান্ধীজির যত অহিংসার বাণী ছিল শুধু হিন্দুদের জন্য। মালাবারের (১৯২১) বা নোয়াখালির (১৯৪৬) হিন্দু গণহত্যার ব্যাপারেও তিনি মুসলমানদের নিন্দা করতে অস্বীকার করেছিলেন।” সোমবার টুইটারে এই মন্তব্য করলেন বিজেপি-র প্রাঙ্গন রাজ্য সভাপতি তথাগত রায়। তিনি লিখেছেন, “শিয়ালদার আঙ্কানন্দ পার্ক আমরা সবাই চিনি। কিন্তু যে মহাপুরুষের নাম এই পার্কের নামকরণ হয়েছিল তাঁর কথা ক’জন জানি? স্থামী আঙ্কানন্দ ছিলেন আর্য

সমাজের পুরোধা, ‘শুন্দি’ আন্দোলনের অষ্টা, যার মাধ্যমে ধর্মান্তরিত হিন্দুদের হিন্দুসমাজে ফিরিয়ে আনবার এক প্রথা তিনি প্রবর্তন করেছিলেন। এই ভাবে উত্তরপ্রদেশের মালকান রাজপুত সম্প্রদায়ের ১,৬৩,০০০ ধর্মান্তরিত হিন্দুদের তিনি হিন্দুসমাজে ফিরিয়ে এনেছিলেন। সত্তর বছর বয়সে যখন তিনি রোগশয্যায় শারীর ছিলেন তখন আবদুল রশিদ নামক এক আতাতায়ী তাকে গুলি করে হত্যা করে। আশ্চর্যের বিষয়, গান্ধীজি এই রশিদকে ‘আমার প্রিয় ভাই’ বলে সম্মোধন করতেন এবং তার এই কুকীর্তির নিন্দা করতে অস্বীকার করেছিলেন। কিন্তু একই সময় যখন বিপ্লবী গোপীনাথ সাহা এক ইংরেজ রাজপুরুষকে গুলি করে মারেন তখন তাঁর সপক্ষে গান্ধীজি একটি কথাও বলেন নি।” প্রসঙ্গত, স্থামী আঙ্কানন্দ (২২ ফেব্রুয়ারি ১৮৫৬—২৩ ডিসেম্বর ১৯২৬), একমাত্র হিন্দু সন্ধ্যাসী যিনি জাতীয় সংহতি এবং বৈদিক ধর্মের জন্য প্রধান জামে মসজিদের মিনার থেকে বিশাল জনসভায় ভাষণ দেন, বেদমন্ত্র পাঠের মাধ্যমে তাঁর বক্তৃতা শুরু করেন। তিনি হিন্দু এবং উদুর্ভব ভাষায় ধর্মীয় বিষয়ে লিখেছেন। তিনি দুটি ভাষায় সংবাদপত্রও প্রকাশ করেছিলেন। তিনি দেবনাগরী লিপিতে হিন্দু প্রচার করেন, দরিদ্রদের সাহায্য এবং নারী শিক্ষার উন্নতি করেন। ১৯২৩ সালের মধ্যে, তিনি সামাজিক অঙ্গন ত্যাগ করেন এবং পূর্ববর্তী শুন্দি আন্দোলনের (হিন্দু ধর্মে পুনরায় ধর্মান্তরণ) কাজে নিষিদ্ধ হন, যার কারণে তিনি হিন্দুধর্মের মধ্যে একটি গুরুত্বপূর্ণ শক্তিতে পরিণত হন। ১৯২২ সালে, ড. আমেদের আঙ্কানন্দকে ‘অস্পৃশ্যদের মাঝে শ্রেষ্ঠ এবং সবচেয়ে আস্তরিক বীরপুরুষ’ বলে অভিহিত করেছিলেন।

**১০৮ বছরের প্রতীক্ষা শেষ, কাশী বিশ্বনাথ  
মন্দিরে পুনঃপ্রতিষ্ঠা মা অন্নপূর্ণার মৃত্তি**

বারাণসী, ১৫ নভেম্বর (ই.স.):  
দীর্ঘ ১০৮ বছরের প্রতীক্ষা শেষ।  
বারাণসীর কাশী বিশ্বনাথ মন্দিরে  
প্রতিষ্ঠা করা হল মা অঞ্জপূর্ণার বিরল  
মূর্তি। সোমবার সকালে ধর্মীয়  
আচার-অনুষ্ঠান ও পূজাচানের পর  
মা অঞ্জপূর্ণার মূর্তি প্রতিষ্ঠা করেছেন  
উত্তর প্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী যোগী  
আদিত্যনাথ। প্রায় ১০৮ বছর আগে  
চুরি করা হয়েছিল মা অঞ্জপূর্ণার  
বিরল মূর্তি। সুস্পষ্ট সেই মূর্তি  
আনা হয়েছে। গত বৃহস্পতিবার  
দিনিতে মা অঞ্জপূর্ণার এই মূর্তির  
পূজার্চনা করেন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী।  
পূজার্চনা করার পর সেই মূর্তি উত্তর  
প্রদেশ সরকারের হাতে তুলে  
দেওয়া হয়, তারপর বারাণসীর  
উদ্দেশে রওনা দেয় মা অঞ্জপূর্ণার  
মূর্তি। এর কৃতিত্ব কাশীর সাংসদ ও  
প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর। কাশী  
এবং রাজ্যের সকলের পক্ষ থেকে  
প্রধানমন্ত্রীর আস্তরিক কৃতজ্ঞতা  
সম্মান কৃত।

বিশ্বনাথ মন্দিরে প্রতিষ্ঠা করা হল।  
এদিন মা অঞ্জপূর্ণার মূর্তি প্রতিষ্ঠা  
করার পর উত্তর প্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী  
যোগী আদিত্যনাথ বলেছেন,  
'১০৮ বছর পর ফেরে একবার  
কাশীতে ফিরে এল মা অঞ্জপূর্ণার  
মূর্তি।' এর কৃতিত্ব কাশীর সাংসদ ও  
প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর। কাশী  
বিশ্বনাথ মন্দিরে প্রতিষ্ঠা করা হয়  
সোমবার। রীতিনীতির সঙ্গে  
প্রতিমা প্রতিষ্ঠা করেছেন উত্তর  
প্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী যোগী।

# সাহিত্য জগতে অপূরণীয় ক্ষতি, প্রয়াত বিশিষ্ট ইতিহাসবিদ বাবাসাহেব পুরণারে

ପ୍ରେକ୍ଷକମ୍ ହେଲେନାମ୍ ପ୍ରେକ୍ଷକମ୍

# ଆଲଟ୍ରୋସନୋଗ୍ରାମ କରଲେ କି ଗର୍ଭେର ଶିଶୁର କୋନୋ କ୍ଷତି ହ୍ୟ ?

সেতা প্রথমবারের মতো মা  
হচ্ছেন তার এই সময়টা নিয়ে আগ্রহ  
আর জিজ্ঞাসার শেষ নেই। সেতার  
মতো অনেকেই প্রশ্ন করেন,  
গর্ভাবস্থায় আল্ট্রাসনোগ্রাম করলে  
কি গর্ভের শিশুর কোনো ক্ষতি হয়,  
কতবার আল্ট্রাসনোগ্রাম করা  
নিরাপদ? উভয়ে ইবনে সিনা  
হাসপাতালের গাইনি বিশেষজ্ঞ  
জেসমিন আঙ্কুর বলেন, প্রথমেই  
জেনে রাখা ভালো,  
আল্ট্রাসনোগ্রাম গর্ভের শিশুর  
কোনো ধরনের ক্ষতি করে না।  
অনেকেই মনে করেন,  
আল্ট্রাসনোগ্রাম থেকে কোনো  
তেজস্ক্রিয় রশ্মি শিশুর ক্ষতি করে।  
কিন্তু আসলে এটা এক্সের নয়।  
আল্ট্রাসনোগ্রাম হচ্ছে অতি উচ্চ

কম্পন সম্পন্ন শব্দ তরঙ্গ,  
শ্বরণ ক্ষমতার বাইচে  
বলেন, একজন মহিলা স  
গগর্ভাবস্থায় প্রতিতি  
করছেন কিনা, গর্ভের  
আছে কিনা, এসব কিছু  
সম্ভব আল্ট্রাসনোগ্রাম কর  
এক্ষেত্রে যদি গর্ভের শিশু  
কোনো বড় ধরনের  
সমস্যা দেখা দেয় তাও দে  
আর সে অনুযায়ী ব্যবহ  
যায়।

কতবার আল্ট্রাসনোগ্রাম  
যায় জানতে চাইলে  
আঙ্কুর বলেন, যেদে  
ক্ষতিকারক দিক নেই তা  
ইচ্ছা তত্ত্বারই করা যাব  
চিন্তারিক্ষ নেই। তবে এ

# স্বাস্থ্য রক্ষায় উচ্চ ক্যালিরযুক্ত চারটি পানীয় যা অবশ্যই এড়িয়ে চলা উচিত



প্রতিদিনই ড্রিংকস খাওয়া দেহের জন্য বেশ ক্ষতিকর। এই গরমে ক্ষতিকর উপাদানটি প্রায়ই খাওয়া হয়ে থাকে। সাধারণত ড্রিংকসগুলোতে ক্যালরির পরিমাণ অনেক বেশি থাকে যেগুলোতে আমদের শরীরের স্তুলতা বাড়াতে সহায়তা করে থাকে। আসুন জেনে নিন এমন চারটি উচ্চ ক্যালরিয়ুস ড্রিংকসগুলো এর কথা যা আমদের শরীরের জন্য ক্ষতিকর। ফ্লুট স্মৃথি—ফলের জুসে স্বাভাবিকভাবেই অনেক পুষ্টিকর উপাদান আছে কিন্তু ফ্লুট স্মৃথিতে থাকে। এতে মোটামুটিভাবে ৪৫০ গ্রাম ক্যালরি, ২৪ গ্রাম ফ্যাট থাকে যা শরীরের জন্য আসলেই ক্ষতিকর। তাই যতটা সম্ভব এই ফ্লুট স্মৃথি ড্রিংকস থেকে দুরে থাকুন শরীর সুস্থ রাখুন। স্পেশাল কফি ড্রিংকস — সকাল সকাল কফি খেলে এর ক্যাফেইন শরীরে ক্যালরির উৎপাদন করতে থাকে। এচাড়া স্টেউবেন্টগুলোতে করা স্পেশাল কফি ড্রিংকসগুলোতে ৫০০-৬০০ গ্রাম ক্যালরি এবং ২০-২৫ থাম ফ্যাট থাকে। যেগুলো আমাদের শরীরে ক্ষতিসাধন করে থাকে। তাই এ ড্রিংকসটি খাওয়া থেকেও বির থাকুন। ককটেল ড্রিংকস—সাধারণত বিভিন্ন ধরনে অনুষ্ঠানে ছেলেমেয়েরা এ ককটেল ড্রিংকসটি খেয়ে থাকে। এই পানীয়টিতে কয়েকটি ড্রিংক একই সাথে মেশানো তাকে। এ ফ্যাটের পরিমাণ অনেক বেশি থাকে। এতে ৭০০ গ্রামের মাঝে ক্যালরি থাকে। শরীর সুস্থ রাখতে

এই ক কটেল ড্রিংকস খাওয়া  
থেকেও বিরত থাকা উচিত।  
এনার্জি ড্রিংকস—বাজারে পাওয়া  
বিভিন্ন ধরনের এনার্জি  
ড্রিংকসগুলোতে শরীরের জন্য বেশ  
ক্ষতিকারক। কেননা এগুলোতে  
২৮০ পরিমাণ ক্যালরি, ৬২ গ্রাম  
ফ্যাট এবং প্রচুর পরিমামে সোডা  
থাকে এই এনার্জি ড্রিংকসগুলো  
খাওয়া থেকেও বিরত থাকা উচিত।  
কেননা এগুলো খেলে লিভার  
আক্রান্ত থেকে শুরু করে হার্টের  
সমস্যাও হতে পারে।

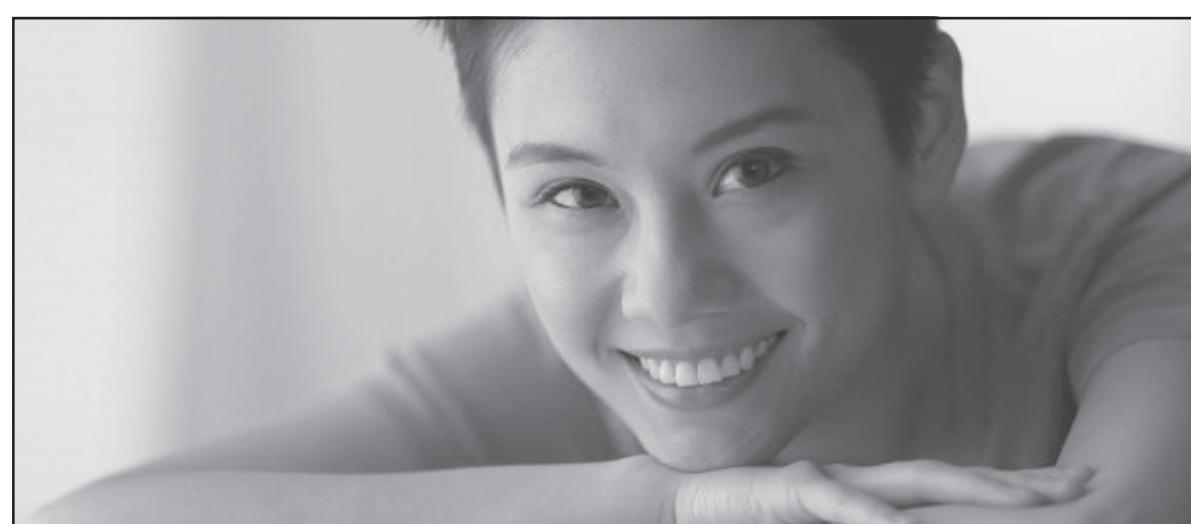
# କ୍ୟାନ୍ଦାର ରୋଧ ଗ୍ରିନ ଟିନ



চায়ের গুণ নিয়ে গবেষণা  
প্রতিবেদনটি সম্প্রতি প্রকাশ হয়।  
ক্যান্সার প্রতিরোধে ধিন টি  
কার্যকারিতার তথ্য প্রথম জানা যায়  
২০০২ সালের এক প্রতিবেদনে।  
তবে পেনসিলভানিয়া  
বিশ্ববিদ্যালয়ের গবেষণায় আরো  
সুস্পষ্ট তথ্য উঠে এসেছে।  
গবেষকরা পরীক্ষা নিরীক্ষার জন্য,  
গবেষণাগারে ক্যান্সারে আক্রম্ত  
মুখের কোষ ও সুস্থ কোষ জমা  
করেন। এর পর এগুলোকে  
ইজিসিজি নামে এক শ্রেণীর  
যৌগের সংস্পর্শে আনেন। যৌগটি

ন টিতেও বিদ্যমান। গবেষণা  
তিবেদনের প্রবন্ধকার জগুয়া  
নান, যৌগটি স্বাভাবিক  
কাষকেও সতেজ করে। অবশ্য  
খনই নিশ্চিত করে বলা যায়  
, ক্যাল্পার প্রতিরোদে কাজে  
সবে থিন টি। কেননা খুব  
বশি রোগীর তথ্য নিয়ে  
লনামূলক পরীক্ষা চালানো  
স্বত্ব হয়নি। তবে থিন টির  
যৌগটি কাজে আসবে বলে  
শাবাদী হওয়া যায়। তিনি  
কেলন, যদি ভবিষ্যতে যৌগটি  
বনবেদেহ প্রয়োগে সুফল পাওয়া  
যায়, তবে মুখের ক্যাল্পারে  
আক্রান্ত হয়ে মারা যান। আক্রান্ত  
হন ৪৩ হাজারের বেশি।  
বিশ্বজুড়ে ক্যাল্পারের চিকিৎসা  
এখনো কেমোথেরাপি, সার্জারি  
ও রেডিয়োশেন্সের মধ্যে সীমিত।  
কেমোথেরাপির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ায়  
মাথার চুল পড়ে যাওয়া সহ অন্য  
জটিলতায় পড়েন রোগী। কিন্তু থিন  
টি পান করলে অস্তত তেমন  
জটিলতায় ভুগতে হয় না রোগীদের।  
প্রসঙ্গত, বিশেষ প্রজাতির চা গাছের  
পাতা প্রক্রিয়াজাত করে থিন টি  
প্রস্তুত করা হয়।

# যে খবরগুলো বাড়িয়ে দেবে আপনার ত্বকের উজ্জ্বলতা



আমরা অনেকেই অনেক কিছু  
ব্যবহার করে থাকি তাকের  
উজ্জ্বলতা বৃদ্ধি করতে। কত  
রকমের ত্রিম, ফেসপ্যাক,  
ফেসিয়াল ইত্যাদি অনেক কিছু  
ব্যবহার করে থাকি। কিন্তু যত যাই  
ব্যবহার করি না কেন তাকে তা  
হয়ত অল্প কিছু সময়ের জন্য  
উজ্জ্বলতা নিয়ে আসে তারপর  
বিরক্ত হয়ে যখন আপনি আবার  
সব রূপচর্চা করা বন্ধ করে দিবেন  
তখন ত্বক আবার আগের মতই  
হয়ে যাবে। তাই দেহ ও ত্বক সুন্দর  
এবং ভালো রাখতে অবশ্যই  
আমাদের নিজের লাইফস্টাইল  
ও খাওয়া দাওয়াতে পরিবর্তন  
আনতে হবে। বিভিন্ন কেমিক্যাল  
যুক্ত দ্রব্য তাকে ব্যবহার না করে  
বরং স্বাস্থ্য কর কিছু আবার নিয়ম  
করে খেলে দেহ ও ত্বক উভয়ই  
ভালো থাকবে। তাই জেনে রাখুন  
এমন কিছু পরিচিত খাবার  
সম্পর্কে যা তাকের উজ্জ্বলতা  
বাড়িয়ে দিতে সাহায্য করে।

গাজর — গাজরে আছে প্রচুর  
পরিমাণে ভিটামিন সি ও  
ক্যারোটিনএবং গাজরল সবজির  
মধ্যে সেরা সবজি যার স্বাস্থ্য  
উপকারিতা অনেক বেশি ও এটি  
আমাদের ত্বক ও চুলের জন্য খুবই  
ভালো। তাকের উজ্জ্বলতা বাড়াতে  
গাজর কিংবা গাজরের জুস খাদ্য  
তালিকায় রাখুন।

পেঁপে — দারংশ মজার সুস্বাদু  
ফল পেঁপে খেতেকে না  
ভালোবাসে। পেঁপেতে আছে  
ভিটামিন সি, এ, ই এবং  
অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট যা আমাদের ত্বক

রিষ্ণার রাখতে সাহায্য করে ও  
কক্ষে ব্রণ ও রেনিমিসেসথেকে  
ক্ষণ। করে। পেঁপে আপনি  
খেতেও পারেন অথবা পেস্ট  
রে ত্বকে লাগাতে পারেন।  
ম্যাটো — লাল রঙের তজাএই  
সি সবজিটিতে আছে  
ইকোফেন। ত্বকের জন্য  
ম্যাটো খুবই ভালো, তাচাড়া  
ম্যাটো দেহের ওজন কমায়  
ববৎ ক্যাপার প্রতিরোধ করতে  
সাহায্য করে। সবুজ পাতার  
কসবজি --- সবুজ  
কসবজিতে আছে প্রচুর  
টিটামিন যা শুধু ত্বকের জন্যই নয়  
— দেহের জন্য অনেক  
ভালো। তাই প্রতিদিনের খাদ্য  
গ্লিকায় রাখুন সবজি। স্ট্রবেরি  
— স্ট্রবেরিতে আছে ভিটামিন সি

যা ত্বককে সুরক্ষাদান করে ও  
উজ্জ্বলতা বৃদ্ধি করে।  
গ্রিন টি --- গ্রিন টি হল একটি  
হারবাল পানীয় যা ত্বকের জন্য  
অনেক ভালো। এটি ত্বকের  
পোড়া দাগ দূর করে, ত্বক নরম  
রাখে, ত্বকের উজ্জ্বলতা বৃদ্ধি  
করে, ত্বকের গভীর কাল দাগ দূর  
করে ও রেনিমিসেস দূর করে।  
ব্রকলি --- ব্রকলির  
অ্যাটিআক্সিডেন্ট ও ভিটামিন এ  
ও সি প্রাকৃতিক ভাবেই ত্বকের  
উজ্জ্বলতা বৃদ্ধি করতে সাহায্য  
করে। মাছ — মাছের গুরুত্বপূর্ণ  
উপাদান ওমেগাত্রি ফ্যাটি অ্যাসিড  
ও বিভিন্ন ভিটামিন ত্বকের জন্য  
খুবই ভালো। তাই উজ্জ্বল ত্বক  
পেতে বেশি করে মাছ খাওয়া  
উচিত।

ফল ও সুস্থ যৌন জীবনের জন্য যে  
যাপারগুলো জেনে রাখা খুব জরুরি

আমাদের সমাজে আমরা যৌনতা নিয়ে কথা বলি না, উপযুক্ত যৌন শিক্ষাগ্রহণ করার ব্যাপারেও আমরা আগ্রহী নই। পলে জীবনের অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ যে অধ্যয়া, সেটি নিয়ে বেশিরভাগ জিনিসই রয়ে যায় আমাদের ধারণার বাইরে। অনেকেই এই তীব্র কোতৃহল মেটাবার জন্য আশ্রয় নিয়ে থাকেন পর্ণাফি বা চাটি লেখার। ফলে তাদের আস্ত ধারণা তাদের বেড়ে যায় আরো অনেক বেশি। যৌনতা সম্পর্কে আস্ত ধারণা একজন মানুষের স্বাভাবিক যৌন জীবনকে বিপর্যস্ত করে তুলে। বিষয়টি মোটেও অবহেলা করার মতন কিছু নয়, কেননা যৌন জীবন বিপর্যস্ত হলে দাস্পত্য সম্পর্কেও তৈরি হতে পরে নানান সমস্যা। তাই সুন্দর দাম্পত্যের সুস্থ জীবনটাও অত্যাবশক। জেনে নিন এমন দশটি বিষয়, যেগুলো সুস্থ, সুন্দর ও সফল যৌন জীবনের জন্য

মনে রাখা জরুরি। যৌনতা কেবল শরীরি প্রেম নয়। সুন্দর ও আনন্দময় যৌন সম্পর্কের জন্য মনসিক ভালোবাসার বক্ষন আটুট হওয়া বাক্ষণীয়। এবং কেবল সেভাবেই সফল হতে পাবে আপনার যৌন জীবন। মনে রাখবেনত, সৌন্দর্য দেহে নয় সৌন্দর্য মানুষের দৃষ্টিতে। একেকটা মানুষের শরীরে একে রকম। প্রত্যেকেই তার নিজের মত করে সুন্দর। প্রিয়জনের মাঝে তার সে বিশেষ সৌন্দর্যকে দেখার চেষ্টা করুন। আপনার নিজের শরীরে যেমন নানা ক্রটি বিচ্যুতি আছে, তার শরীরেও আছে। এই ব্যাপারটিকে সহজভাবে ঘৃণ করুন।

যৌনতা সম্পর্কে পর্যাপ্ত ও সঠিক ধারণা থাকা একাস্ত জরুরি। এক্ষেত্রে নানান রকম বৈজ্ঞানিক বইপত্র ও প্রবন্ধের সাহায্য নিতে পারেন। নিজে শিক্ষিত হোন, সঙ্গীকেও করে তুলুন। বন্ধুদের সাথে যৌন জীবনে নিয়ে আলোচনা হতেই পারে। কিন্তু কখনো তাদের সাথে নিজে দেখান জীবনকে তুলনা করবে না। কিংবা তাদের সঙ্গীর সাথে নিজের সঙ্গীকেও নয়। সফল যৌন জীবনের সাথে শারীরিক ভাবে সংযোগ ও ফিট থাকার একটা সম্পর্ক আছে। চেষ্টা করুন নিজের নীরোগ ও ব্যবহারে রাখতে। একে কথা মনে প্রাপ্তে গেঁথে নিন। পর্ণাফি বা ঝুঁ ফিল্মে যা দেখানো হয় তার পুরোটাই অভিনয়। এসব বাস্তবতার পরিমাণ খুবই অল্প। এই অল্প যে এগুলো নিজের বাস্তব জীবনে চেষ্টা ক রা অনেক ক্ষেত্রে অসুস্থতায় পর্যায়ে বড় এবং সঙ্গী বিমুখ হয়ে পড়তে পারে। আপনার প্রতি। তাই পর্ণাফি ছায়া থেকে মুকরাখুন নিজের যৌন জীবনকে।

প্রতিটি মানুষের যৌন চাহিদা যৌন ইচ্ছা কোনোক্রমে

একরুকম হবে না। মহিলা  
ওপুরুষের কাছে ও যৌনতার অর্থ  
ভিন্ন র কম, চাহিদাও আলাদা  
আলাদা। তাই নিজের সঙ্গীকে  
বুঝতে চেষ্টা করুন। তার চাহিদা  
বুঝুন, তাকে নিজের চাহিদা  
বুঝেন দুজনে সমরোচ্বোত্তর মাধ্যমে  
গড়ে তুলুন সুন্দর ঘোন জীবন  
পেতে আবশ্যই এক সময়ে একজন  
সঙ্গীর প্রতি বিশ্বস্ত থাকুন। একাধিক  
সঙ্গী আপনাকে মূলত কারো  
সাথেই সুস্থি হতে দেবে না।  
শারীরিক সুখ হয়ত আসবে,  
মানসিক প্রশাস্তি নয়। মিষ্টি স্পর্শ,  
ছেট্টি আদর, প্রশংসা মূলক কথা,  
পরস্পরের নিঃশ্বাসের একান্তে  
থাকা ইত্যাদি যৌনতার মতই  
গুরুত্বপূর্ণ। আর এগুলোর বিহীন  
প্রকাশের ওপরেই নির্ভর করে সফল  
যৌন জীবন। কেবল নিজের তৃপ্তি  
নয়, সঙ্গী মানসিক ও  
শারীরিকভাবে তৃপ্ত হচ্ছেন কিনা।  
সেটাও অতি অবশ্যই লক্ষ্য রাখুন।

# স্তনে ব্যথা কিংবা চাকার অনুভূতি : সাবধান ইউন

স্তনে ব্যথা কিংবা শক্তি কোনো পিণ্ড অনুভব করার সমস্যাটির মুখেয়মুখি যে কোন মেয়েই জীবনের কোনো না কোনো সময় হয়েছে। সদ্য কৈশোর পার করা মেয়েটি তার স্তনের ব্যঞ্চসন্ধিকালীন পরিবর্তন দেখে রীতিমত অবাক হয়, সে সাথে স্তনে চাকা বা ব্যথার অনুভূতি তাকে ব্রেস্ট ক্যাল্পার হবার শক্তায় শক্তিকরে তুলে। কিন্তু সত্যিকার অর্থে ব্যথার বিষয়টি ডাঙ্কারো বেশই তিবাচকভাবেই দেখেন, কারণ স্তনের কোন পিণ্ড যদি প্রাথমিক পর্যায়েই ব্যথা করে তার মধ্যে সেটি ক্যাল্পার বা টিউমার রূপ নেবার সম্ভাবনা খুব কম। স্তন ক্যাল্পারের শুরুর দিকে একেবারেই ব্যথাইন থাকে। তাছাড়াও যাদের বয়স তুলনামূলকভাবে কম। তাদেরও ক্যাল্পার হবার ঝুঁকি কম থাকে। যেহেতু আমাদের দেশে মহিলারা তাদের স্তনে কোনো সমস্যা হলে সেটি প্রকাশ করতে লজ্জা পান, তাই ঠিক কখন বা কি ধরনের সমস্যায় ডাঙ্কারের কাছে যেতে হবে সেই ব্যাপারটি জানা থাকা। অত্যাস্ত জরুরি। ফলে কাজটি যেমন সহজ হয়ে যায়, তেমনি প্রাপ্তির কারণ ভয় আর ঝুঁকির হারও কমে যায়। স্তনে অস্থাভাবিক তা দেখার আগে চলুন জেনে নেয়াক আপনার স্তনের স্বাভাবিক অবস্থা বা ঝুঁকির মধ্যাগুলো কি কী হতে পারে— প্রথম ব্যঞ্চসন্ধিকালের পর থেকেই মেয়েদের স্তন একটি ছোট ও অপরটি বড় থাকতে পারে আকারের খুব বেশি অসামঙ্গ্যসূচী বা দৃষ্টিকৌশল পার্থক্য না থাকলে এ নিয়ে ভাবিত হবার কিছু নেই। তবে লক্ষ্য করুন দুই স্তনের একই জায়গাগুলোতে ঘনত্ব সমান কি না। হাত দিয়ে অনুভব করলে দেখবেন আপনার স্তনের উপরের ও বাইরের দিকের অংশ একটু শক্ত ও দড়ি পাকানো বলে মনে হয়, কারণ এই এলাকা থেকে স্তনগঢ়ির শুরু। এর থেকে যত নিচের দিকে নামতে থাকবেন চর্বির কারণে তত নরম অনুভূত হবে। এছাড়াও প্রতি মাসে মাসিকের ঠিক আগে আগে বা মাসিকের সময় স্তনে ব্যথা বা পিণ্ড অনুভূত হওয়া স্থাভাবিক কিছু নয়। কিন্তু লক্ষ্য রাখ ব্যথা বা পিণ্ডটি সে মাসের মাসিকের পর বা পরবর্তী মাসিক পর্যন্ত থাকি না। যদি না থাকে তবে সে নিয়েও চিন্তিত হবার কোনো কারণ নেই। তাইলে কখন যাবে ডাঙ্কারের কাছে? প্রথমেই দেখিবে স্তনে অনুভূত হওয়া চাকাটি। একেবারেই নতুন কী না, এর আকারে কোনো মাসিকের সময় এর অস্তিত্বের প্রমাণ এমন হয়েছিল কি নন। নতুন অনুভূত অস্থাভাবিক অস্পষ্টতা পিণ্ডটি যদি পরবর্তী মাসিক পর্যন্ত থেকে যায় বা তুলনামূলকভাবে বড় হয় তবে অবসরাই ডাঙ্কারের কাছে যান। স্তনের শক্ত পিণ্ডটি বৃদ্ধির হার লক্ষ্য করুন যা কয়েকদিনের মধ্যে খুব দ্রুত বড় হয় থাকে এবং ব্যথা না থাকে তাহলে দ্রুত ডাঙ্কারের শরণাপন হওয়ার দরকার। যদি দেখেন পিণ্ডটি নড়া অর্থাৎ অনুভব করার সময় হয় থেকে পালিয়ে যেতে চাইছে এবং তার নির্দিষ্ট জায়গা থেকে ক্ষেত্

দূরে চলে যাচ্ছে, তবে সেটা  
আপনার স্তনগ্রস্থির পরিবর্ত নির্দেশ  
করে, এমন পরিবর্তনে অনেক  
ক্ষেত্রেই অঙ্গোপচারের প্রয়োজন  
হয়। স্তনের ঘসকে কোনো ধরনের  
পরিবর্তন হলে, যেমন হক বেশি  
লাল হয়ে গেলে, কোচকানো বা  
বলিনেরখার মত দাগ দৃষ্টি হলে,  
ঘসকে টোল খেয়ে গেলে কিংবা  
পাউডরটির শক্ত অংশের মত শক্ত  
হলে দেরি না করেই ডাঙ্গারের  
কাছে যেতে হবে। স্তনের বোটার  
বেশ কিছু পরিবর্তনেও সচেতন  
হতে হবে, উদাহরণস্বরূপ বলা  
যায়— স্তনের বোটা স্বাভাবিক  
চেয়ে বেশি ভেতরে ডুকে গেলে  
কিংবা বোটা থেকে কোন ক্ষরণ নিঃ  
স্ত হতে পারে। স্তন থেকে ক্ষরিত  
রস জলের মতো বা হলুদ, বাদামি  
লালচে বিভিন্ন রঙেও হতে পারে  
এছাড়াও স্তনে ব্যাকটেরিয়া আক্রমণে  
হঠাতে করে প্রচন্ড ব্যথা ও পুঁজ হতে  
পারে, এই সময়ে ডাঙ্গারের ছুরির নিচে  
গিয়ে পুঁজের বিলাশ ঘটানোটা হবে  
বুদ্ধিমত্তা সিদ্ধান্ত।







