



ত্রিপুরার প্রথম দৈনিক

# জাগরণ

গৌরবের ৬৮ তম বছর

THE FIRST DAILY OF TRIPURA



JAGARAN 5 January 2022

আগরতলা ৫ জানুয়ারী, ২০২২ ইং ২০ পৌষ, ১৪৪২ বঙ্গাব্দ, বুধবার RNI Regn. No. RN 731/57

Founder : J.C.Paul মূল্য ৩.৫০ টাকা আট পাতা

এমবিবি বিমান বন্দরের নতুন টার্মিনাল ভবনের উদ্বোধনে জনচল দেখলেন মোদী

## ত্রিপুরা পূর্বোত্তরের গেটওয়ে হচ্ছে শীঘ্রই, স্বর্ণোজ্জ্বল বার্তা প্রধানমন্ত্রীর



মঙ্গলবার আগরতলায় স্বামী বিবেকানন্দ ময়দানে প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। নিজস্ব ছবি।

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৪ জানুয়ারি। ত্রিপুরাকে পূর্বোত্তরের গেটওয়ে হিসেবে পরিগণিত করার লক্ষ্যে জোর কদমে কাজ চলছে। দীর্ঘ কাল ধরে বয়ে বেড়ানো অভিশাপ থেকে এখন মুক্তির পথে এগিয়ে যাওয়ার স্বপ্ন ফেরি করলেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। সাথে তিনি প্রধানমন্ত্রী আবাস যোজনায় টিনের ঘরও সুবিধা পাওয়ার যোগ্য হিসেবে বিবেচিত হওয়ার জন্য মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেবের প্রচেষ্টার প্রশংসা করলেন। এমবিবি বিমান বন্দরের নব নির্মিত টার্মিনাল ভবনের উদ্বোধনে ত্রিপুরায় এসে আগরতলায় স্বামী বিবেকানন্দ ময়দানে জনসভায় স্বাগতীয় ভাষণ দিয়ে একথা বলেন তিনি।

প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী আজ আগরতলায় এমবিবি বিমান বন্দরের নতুন টার্মিনাল ভবনের উদ্বোধন করেছেন। পাশাপাশি ত্রিপুরা সরকারের অভিবাসন প্রায়স মুখ্যমন্ত্রী ত্রিপুরা গ্রাম সমৃদ্ধি যোজনা এবং মিশন ১০০ বিদ্যুৎ জ্যোতি স্কলস প্রকল্পের সূচনা করেন তিনি। এদিন স্বামী বিবেকানন্দ ময়দানে ওই অনুষ্ঠানে অন্যান্যদের মধ্যে উপস্থিত ছিলেন ত্রিপুরার রাজ্যপাল সত্যাদেও

নারেইন আর্থ, মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেব, কেন্দ্রীয় মন্ত্রী জ্যোতিরাদিত্য সিঙ্কিয়া এবং প্রতিমা ভৌমিক সহ ত্রিপুরা মন্ত্রিসভার সদস্য ও সাংসদ রেবতী ত্রিপুরা উপস্থিত ছিলেন।

আজ আগরতলা বিমানবন্দরে পৌঁছেই প্রধানমন্ত্রী নতুন টার্মিনাল ভবনটি ঘুরে দেখেন। টার্মিনালের প্রত্যেকটি অংশ খুব কাছে দেখে কাজের গুণমান যাচাই করেছেন তিনি। কেন্দ্রীয় বেসামরিক পরিবহন মন্ত্রী জ্যোতিরাদিত্য সিঙ্কিয়া নতুন টার্মিনাল ভবনের মাষ্টার প্ল্যান প্রধানমন্ত্রীকে বুঝিয়েছেন। সেখান থেকে স্বামী বিবেকানন্দ ময়দানে আসার সময় রাস্তার দুই ধারে প্রচুর মানুষের ভিড় দেখে প্রধানমন্ত্রী আবেগপ্রবণ হয়ে পড়েন। সে-কথা তিনি ভাষণেও উল্লেখ করেছেন এবং ত্রিপুরার মানুষের ভালবাসা ছিগুন হারে ফিরিয়ে দেবেন বলে আশ্বাস দিয়েছেন। আজ তাঁকে স্বাগত জানাতে ত্রিপুরার সংস্কৃতির সংশ্লিষ্ট নাচ ও গানের প্রদর্শনী হয়েছে।

আজ প্রধানমন্ত্রী স্বামী বিবেকানন্দ ময়দানে পৌঁছে বিভিন্ন কেন্দ্রীয় প্রকল্পের সুবিধাভোগীদের সাথে দেখা করেন এবং তাঁদের কাছ

অভিজ্ঞতা জেনে নেন। প্রধানমন্ত্রী আবাস যোজনায় ঘর পেয়ে এক জনজাতি কন্যা প্রধানমন্ত্রীকে সামনে পেয়ে খুশিতে কেঁদে ফেলেন। প্রত্যেকেই কেন্দ্রীয় প্রকল্পের সুবিধা প্রাপ্তি নিয়ে প্রধানমন্ত্রীকে সবিস্তারে জানিয়েছেন।

এদিন জনসভায় বক্তব্য রাখতে গিয়ে প্রধানমন্ত্রী বলেন, একুশ শতকের ভারত সকলকে সাথে নিয়ে উন্নয়নের দিকে এগিয়ে যাওয়ার উদ্দেশ্যেই আসছে। ভারতীয়রা উন্নয়নের ফলে বহু রাজ্য প্রকৃত উন্নয়ন থেকে বঞ্চিত হয়েছে। তাতে, মৌলিক পরিষেবাগুলিও তাঁদের কপালে জুটেনি। দশকের পর দশক ধরে ত্রিপুরা সেই বঞ্চিতই সহ্য করে গেছে। তাঁর কথা, ত্রিপুরায় পূর্বতন সরকারের জমানায় দুর্নীতির গাড়ি জোর গতিতে ছুটত। এমনকি পূর্বতন সরকারের উন্নয়নের দীর্ঘায় সঠিক লক্ষ্য স্থির ছিল না। কিন্তু, সেই পরিস্থিতি থেকে ত্রিপুরা মুক্তি পেয়েছে। এখন ত্রিপুরায় হীরা মডেল কাজ করছে। তাঁর দাবি, হীরা মডেলকে সামনে রেখে ত্রিপুরা যোগাযোগের ক্ষেত্রে আরও শক্তিশালী হয়ে উঠবে।

এমবিবি বিমান বন্দরের নব নির্মিত বিমান বন্দর সম্পর্কে প্রধানমন্ত্রীর বক্তব্য, ত্রিপুরার সংস্কৃতি, প্রাকৃতিক সৌন্দর্য এবং অত্যাধুনিক সুযোগ-সুবিধার সংমিশ্রণে নতুন টার্মিনাল ভবনের নির্মাণ হয়েছে। তাঁর দাবি, উত্তর-পূর্বাঞ্চলের আকাশপথে যোগাযোগের ক্ষেত্রে এই বিমান বন্দরটি বিরাট ভূমিকা পালন করবে। তিনি দৃঢ়তার সাথে বলেন, ত্রিপুরাকে উত্তর-পূর্বাঞ্চলের গেটওয়ে হিসেবে পরিগণিত করার লক্ষ্যে জোর কদমে কাজ চলছে। সড়ক, রেল, আকাশপথে এবং জলপথে যোগাযোগের পরিকাঠামো উন্নয়নে অভূতপূর্ব বিনিয়োগ করা হচ্ছে। তাতে, বানিজ্য ও শিল্পের হাব হিসেবে পরিগণিত হওয়ার সাথে ব্যবসার করিডর হতে চলেছে ত্রিপুরা, স্বাগতীয় ভাষণে প্রধানমন্ত্রী।

প্রধানমন্ত্রীর আশা, ডাবল ইঞ্জিন সরকার যখন ডাবল স্পিডে কাজ করে তখন তার জুরি মেলা ভার। তাঁর মতে, ডাবল ইঞ্জিন সরকারের অর্থ হচ্ছে সম্পদের সঠিক ব্যবহার, অর্থ সংবেদনশীলতা এবং জনগণের শক্তি বৃদ্ধি করা সাথে সমৃদ্ধির জন্য

একবন্ধ প্রচেষ্টা। এদিন প্রধানমন্ত্রী জনকল্যাণে গৃহীত প্রকল্পের জন্য ত্রিপুরা সরকারকে বাহবা দিয়েছেন। তিনি বলেন, মুখ্যমন্ত্রী ত্রিপুরা গ্রামীণ সমৃদ্ধি যোজনার মাধ্যমে গ্রাম স্বরাজের লক্ষ্যকে পূরণের উদ্যোগে পা বাড়িয়েছেন ত্রিপুরা। কারণ, গ্রাম শক্তিশালী হলে তবেই দেশ মজবুত হবে।

সাথে তিনি যোগ করেন, প্রধানমন্ত্রী আবাস যোজনায় ত্রিপুরার মুখ্যমন্ত্রীর জন্যই টিনের ছাদ দেওয়া ঘর এখন ওই প্রকল্পের সুবিধার অন্তর্ভুক্ত হয়েছে। তিনি বলেন, বিগত সরকারের নীতির কারণে টিনের ছাদ দেওয়া ঘর প্রধানমন্ত্রী আবাস যোজনায় ঘর পাওয়ার যোগ্য ছিল না। কিন্তু, মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেবের প্রত্যবে কেন্দ্রীয় সরকার নতুন করে ভাবতে বাধ্য হয়েছে এবং নীতির পরিবর্তন করে এখন টিনের ছাদ দেওয়া ঘরও ওই যোজনায় সুবিধা পাওয়ার যোগ্য বলে বিবেচিত হচ্ছে।

তিনি বলেন, একুশ শতকের ভারতকে আধুনিক করে তোলার জন্য নতুন প্রজন্মের চিন্তাশক্তি জায়গা শিক্ষা নীতি প্রণয়ন করেছে কেন্দ্রীয় সরকার। **৬ ও ৭ পাতায় দেখুন**

## রাজ্যে হটাৎ করোনার সংক্রমণে বৃদ্ধি, ২৪ ঘন্টায় সংক্রমিত ৪৮

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৪ জানুয়ারি। রাজ্যে করোনার দৈনিক সংক্রমণ এখনো অনেকটাই নিয়ন্ত্রণে রয়েছে। এক শতাংশের নিচে থাকছে সংক্রমণের হার। কিন্তু, গত ২৪ ঘন্টায় হটাৎ করে সংক্রমণ কিছুটা বৃদ্ধি পেয়েছে। বেড়েছে দৈনিক সংক্রমণের হারও। গত ২৪ ঘন্টায় ত্রিপুরায় ৪৮ জন করোনা আক্রান্তের সন্ধান মিলেছে। ফলে, দেশে জুড়ে ওমিক্রনের ভয়াবহতার মাঝে ত্রিপুরায় সংক্রমণের হার সামান্য বৃদ্ধির প্রবণতা নিঃসন্দেহে চিন্তায় ফেলবে। অবস্থা সুস্থতার খবরও রয়েছে। গত ২৪ ঘন্টায় ৫ জন করোনা আক্রান্ত সুস্থ

হয়েছেন। তাতে সক্রিয় রোগীর সংখ্যা হয়েছে ১৫৫ জন। স্বাস্থ্য দফতরের মিডিয়া বুলেটিন অনুসারে, গত ২৪ ঘন্টায় আরটি-পিসিআরে ৫৬৫ এবং রেপিড অ্যান্টিজেনের মাধ্যমে ২৩১৪ জনকে নিয়ে মোট ২৮৭৯ জনের নমুনা পরীক্ষা করা হয়েছে। তাতে, আরটি-পিসিআরে ৮ জন এবং রেপিড অ্যান্টিজেনে ৪০ জনের দেহে করোনার সংক্রমণ মিলেছে। সব মিলে গত ২৪ ঘন্টায় মোট ৪৮ জনের শরীরে নতুন করে করোনা সংক্রমণের খোঁজ পাওয়া গেছে। দৈনিক সংক্রমণের হার বেড়ে হয়েছে ১.৬৭ শতাংশ। গতকাল ১২ জনের দেহে নতুন

করে করোনার সংক্রমণের খোঁজ মিলেছিল এবং দৈনিক সংক্রমণের হার ছিল ০.৭১ শতাংশ। এদিকে, সুস্থতা স্বস্তি দিয়ে চলেছে। গত ২৪ ঘন্টায় ৫ জন করোনা সংক্রমণ থেকে মুক্তি পেয়েছেন। তাতে বর্তমানে করোনা আক্রান্ত সক্রিয় রোগীর রয়েছেন ১৫৫ জন। প্রসঙ্গত, ত্রিপুরায় এখন পর্যন্ত ৮৫১৬৮ জন করোনা আক্রান্ত হয়েছেন। তাঁদের মধ্যে ৮৪১২০ জন সংক্রমণ থেকে মুক্তি পেয়ে সুস্থ হয়েছেন। রাজ্যে বর্তমানে করোনা-আক্রান্তের হার হয়েছে ৩.৯১ শতাংশ। তেমনি, সুস্থতার হার হয়েছে ৯৮.৮৪ শতাংশ।

এদিকে ০.৯৭ শতাংশ হয়েছে মৃত্যুর হার। গত ২৪ ঘন্টায় কারোর মৃত্যু না হওয়ায় এখন পর্যন্ত ত্রিপুরায় ৮২৬ জন করোনা আক্রান্ত হয়ে মারা গেছেন। স্বাস্থ্য দফতরের মিডিয়া বুলেটিন আরও জানা গিয়েছে, পশ্চিম জেলাই করোনা সংক্রমণে শীর্ষস্থান দখলে রেখেছে। গত ২৪ ঘন্টায় নতুন করে পশ্চিম জেলায় ৩০ জন, উত্তর জেলায় ৫ জন, সিপাহীজলা জেলায় ২ জন, খোয়াই জেলায় ১ জন, দক্ষিণ জেলায় ৪ জন, ধলাই জেলায় ২ জন, উনাকোটি জেলায় ২ জন এবং গোমতি জেলায় ২ জন করোনা আক্রান্ত হয়েছেন।

**নাবালিকাকে ধর্ষণে ব্যর্থ দুষ্কৃতিকারীর হুমলায় আহত তিন**  
নিজস্ব প্রতিনিধি, অমরপুর, ৪ জানুয়ারি। অমরপুরের নেতাজী কলেজি এলাকায় নাবালিকাকে ধর্ষণের চেষ্টায় ব্যর্থ হয়ে তার বাবা-মাকে বেধড়ক মারধর করেছে দুষ্কৃতিকারীরা। ঘটনাকে কেন্দ্র করে এলাকায় তীব্র ক্ষোভের সঞ্চার হয়েছে। ঘটনার বিবরণে জানা গেছে, বেশ কয়েকজন যুবক নেতাজী কলেজি এলাকায় এক নাবালিকাকে তুলে নিয়ে ধর্ষণের চেষ্টা করে। তখনই ওই নাবালিকার বাবা বাধা দেন। এগিয়ে **৬ ও ৭ পাতায় দেখুন**

## নাবালিকা ধর্ষণে অভিযুক্ত যুবক গ্রেফতার

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ৪ জানুয়ারি। নাবালিকা ধর্ষণ কাণ্ডে অভিযুক্ত যুবককে শেষ পর্যন্ত আটক করতে সক্ষম হলো তেলিয়ামুড়া থানার পুলিশ। ইংরেজি নববর্ষের দিন বিদ্যালয় থেকে বাড়িতে যাওয়ার পথে ১৩ বছর বয়সের এক নাবালিকাকে রাস্তায় এঁকা পোয়ে পাশের নির্জন জঙ্গলে নিয়ে গিয়ে ধর্ষণের অভিযোগ উঠে প্রাণেশ্বর রক্ষপাল নামের এক যুবকের বিরুদ্ধে। অভিযোগ পেয়ে সাথে সাথে

অভিযুক্তকে গ্রেফতার করতে মাঠে নামলেও অভিযুক্ত পালিয়ে যায়। পুলিশ মামলা নিয়ে ঘটনা তদন্তে নামে। ভারতীয় দস্তাবিধির ৩৭৬ ও ৪ পঙ্কল ধারায় মামলা গ্রহণ করে পুলিশ। তদন্তে নেমে পুলিশ অভিযুক্ত যুবকের এক ভাই ও এক নিকট আত্মীয়কে ধানাত্তে জিজ্ঞাসাবাদের জন্য নিয়ে আসে। এর পরেই রাত দশটা নাগাদ তুইসিঙ্গাই থেকে অভিযুক্ত যুবককে আটক করে থানায় নিয়ে আসে।

দাবি উঠেছে অবিলম্বে সঠিক তদন্তের মাধ্যমে দুষ্কৃতিকারীকে শাস্তি প্রদান করার। এদিকে ধর্ষণকারীর কঠোর শাস্তির দাবি জানিয়ে মঙ্গলবার থানা ঘেরাও করে তেলিয়ামুড়া থানাধীন করকরি এলাকার গ্রামবাসীরা। অপরদিকে মহকুমা পুলিশ আধিকারিকের নিকট এস.এফ.আই এবং ডি.ওয়াই.এফ.আই-এর তরফ থেকে এক প্রতিনিধি দল অভিযুক্তকে কঠোর শাস্তির দাবিতে ডেপুটেশন **৬ ও ৭ পাতায় দেখুন**

**দেশী চোলাই মদ কেনোবেচাকে কেন্দ্র করে রক্তাক্ত দুই যুবক**  
নিজস্ব প্রতিনিধি, বিলোনিয়া, ৪ জানুয়ারি। দেশী চোলাই মদ কেনোবেচাকে কেন্দ্র করে রক্তাক্ত হয়েছেন দুই যুবক। মঙ্গলবার বিকাল ৪ টায় রক্তপান রক্তের বরপাখরীর আঘাতে রক্তাক্ত হন পিয়ারিয়া খলার আশ্রমপাড়া এলাকায় আদম আলী মিয়ায় কুঠারের আঘাতে রক্তাক্ত হন বিশ্বজিৎ ত্রিপুরা এবং কমল ত্রিপুরা নামে দুই যুবক। আহতদের প্রথমে বড়পাখরী প্রাথমিক **৬ ও ৭ পাতায় দেখুন**

## কৃষি কাজে বাকবিতণ্ডা, দুই প্রতিবেশীর মধ্যে সংঘর্ষে মৃত্যু এক

নিজস্ব প্রতিনিধি, বিশালগড়, ৪ জানুয়ারি। বিশালগড় থানা এলাকার জাদালিয়ায় ধান কাটাকে কেন্দ্র করে দুই প্রতিবেশীর মধ্যে সংঘর্ষে এক ব্যক্তির মৃত্যু হয়েছে। পেশায় কৃষক ওই ব্যক্তির নাম টিটু সরকার। ঘটনাকে কেন্দ্র করে এলাকায় তীব্র ক্ষোভ ও উত্তেজনা বিরাজ করছে। ঘটনার বিবরণে জানা গেছে, জাদালিয়া এলাকার মানিক সিনহা ও তার ছেলে সুমন সিনহা জমিতে

কৃষি কাজ করছিলেন। প্রতিবেশী টিটু সরকার ও পার্শ্ববর্তী জমিতে কৃষি কাজ করছিলেন। দু'পক্ষের মধ্যে কোন একটি বিষয়কে নিয়ে বাক বিতণ্ডা শুরু হয়। একসময় বাকবিতণ্ডা চরম আকার ধারণ করে। তখনই মানিক সিনহা এবং তার ছেলে প্রতিবেশী টিটু সরকারের ওপর হামলা চালায়। ঘটনাস্থলেই রক্তাক্ত অবস্থায় লুটিয়ে পড়েন টিটু সরকার। পরবর্তী সময়ে স্থানীয় লোকজন টিটু সরকারকে

উদ্ধার করে বিশালগড় হাসপাতালে নিয়ে যান। অবস্থা সঙ্কটজনক হওয়ায় বিশালগড় হাসপাতাল থেকে তাকে জিবি হাসপাতালে স্থানান্তর করা হয়। জিবি হাসপাতালে নিয়ে আসা হলে মৃত্যুর কোলে ঢলে পড়েন তিনি। এ ব্যাপারে থানায় অভিযুক্তদের নাম উল্লেখ করে মামলা দায়ের করা হয়েছে। পুলিশ ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে। তবে এখনো **৬ ও ৭ পাতায় দেখুন**

## বন্য হাতির আক্রমণে মৃত্যু ব্যবসায়ীর

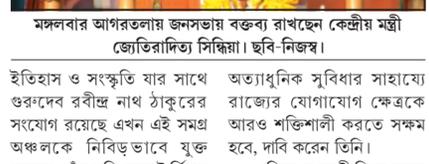
নিজস্ব প্রতিনিধি, কল্যাণপুর ৪ জানুয়ারি। মঙ্গলবার রাতে বন্য হাতির আক্রমণে মৃত্যু হল এক ক্ষুদ্র সবজি ব্যবসায়ীর। ঘটনা কল্যাণপুর থানা এলাকার কালিঞ্জয় সীপাই পাড়াতে। ঘিলাতলী পঞ্চায়তের বাগেড়ে এলাকার বাসিন্দা পেশায় ক্ষুদ্র সবজি ব্যবসায়ী সুকুমার দেবনাথ (৫০)। তিনি এদিন রাতে উত্তর মহারানী সর্বাঙ্গির ব্যবসা সেরে বাড়ি ফেরার পথে কালিঞ্জয় সীপাই পাড়াতে রাস্তার উপর হাতির হামলার শিকার হন। তাতে ঘটনাস্থলেই প্রাণ হারান তিনি। ঘটনার খবর চাউর হতেই জনমনে চাঞ্চল্য ছড়ায়। খবর পেয়ে ঘটনাস্থলে ছুটে যায় কল্যাণপুর থানার পুলিশ এবং কল্যাণপুর বনদপ্তর আধিকারিকরা। খবর লেখা পর্যন্ত পুলিশ মৃতদেহ কল্যাণপুর হাসপাতালে আনতে পারিনি। পুলিশ জানিয়েছে, এদিন রাত প্রায় আটটায় ওই ব্যবসায়ী ব্যবসা **৬ ও ৭ পাতায় দেখুন**

## বিমান পরিকাঠামোয় উত্তর-পূর্বাঞ্চলে অভূতপূর্ব উত্থান হয়েছে : জ্যোতিরাদিত্য সিঙ্কিয়া

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৪ জানুয়ারি। বিমান পরিকাঠামোয় উত্তর-পূর্বাঞ্চলে অভূতপূর্ব উত্থান হয়েছে। ৭০ বছরে যা হয়নি, গত সাত বছরে প্রধানমন্ত্রী পদে নরেন্দ্র মোদী দায়িত্ব নেওয়ার পর বেশ কয়েকটি বিমান বন্দর ও হেলিপ্যাড পূর্বোত্তরে নির্মিত হয়েছে। আজ আগরতলায় স্বামী বিবেকানন্দ ময়দানে এমবিবি বিমান বন্দরের নব নির্মিত টার্মিনাল ভবনের উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে একথা বলেন কেন্দ্রীয় বেসামরিক বিমান পরিবহন মন্ত্রী জ্যোতিরাদিত্য সিঙ্কিয়া। এদিকে, ত্রিপুরায় মুখ্যমন্ত্রী ওই জনসভায় দাঁড়িয়ে বলেন, আজকের ঐতিহাসিক জনসমাগম তিনটি উপহার প্রাপ্তির খুশি ব্যক্ত করছে। ৩৭ লক্ষ ত্রিপুরাবাসী প্রধানমন্ত্রী মোদীর পাশে আছেন। এদিন জ্যোতিরাদিত্য সিঙ্কিয়া বলেন, ৭০ বছরে পূর্বোত্তরে মাত্র ছয়টি বিমান বন্দর ছিল। সেই জয়গায় গরু সাত বছরে বিমান বন্দরের সংখ্যা বেড়ে দাঁড়িয়েছে ১৫ এবং হেলিপ্যাড নির্মাণ করা হয়েছে ১৭টি। কেন্দ্রীয় মন্ত্রী এদিন সারা দেশের পরিসংখ্যান তুলে ধরে বলেন, ২০১৪ সালের পূর্বে দেশে ৭৪টি বিমান বন্দর ছিল। বর্তমানে সেই সংখ্যা বেড়ে হয়েছে ১৪০টি। কেন্দ্রীয় মন্ত্রীর দাবি, ত্রিপুরায় এমবিবি বিমান বন্দরে নতুন টার্মিনাল ভবন রাজ্যের ইতিহাসে স্বর্ণক্ষুরে লেখা থাকবে। তাঁর

কথায়, আজকের দিনটি ত্রিপুরাবাসীর জন্য উত্বের থেকে কোন অংশে কম নয়। সাথে তিনি যোগ করেন, এই রাজ্যের সমৃদ্ধ

উড়ান ক্ষিমেসে অধীনে আনারস, কাঠাল ত্রিপুরা থেকে বিদেশের বাজারে পৌঁছে দেওয়া হয়েছে। সর্বোপরি, নতুন বিমান বন্দর



মঙ্গলবার আগরতলায় জনসভায় বক্তব্য রাখছেন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী জ্যোতিরাদিত্য সিঙ্কিয়া। ছবি-নিজস্ব

ইতিহাস ও সংস্কৃতি যার সাথে গুরুত্বের রবীন্দ্র নাথ ঠাকুরের সংযোগ রয়েছে এখন এই সমগ্র অঞ্চলকে নিবিড়ভাবে যুক্ত করেছে। তাঁর দাবি, নতুন টার্মিনাল ভবনে অতিরিক্ত সুবিধাগুলি মহারাজা বীর বিক্রম মানিক্য দেবকর্মনের কল্পনার বাস্তবায়ন হয়েছে। এদিন তিনি ডোকাল ফর লোকালের জন্য সওয়াল করেছেন। তাঁর কথায়, স্থানীয় পণ্য আন্তর্জাতিক বাজারে পৌঁছে দিতে উদ্যোগ নেওয়া উচিত। কৃষি

অত্যাধুনিক সুবিধার সাহায্যে রাজ্যের যোগাযোগ ক্ষেত্রকে আরও শক্তিশালী করতে সক্ষম হবে, দাবি করেন তিনি। এদিকে, মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেব আজকের ঐতিহাসিক জনসমাগম তিনটি উপহার প্রাপ্তির খুশির বহিঃপ্রকাশ বলে দাবি করেন। তিনি বলেন, সকাল ছয়টা থেকে দুপুরান্তের মানুষ প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর ভাষণ শুনতে বাড়ি পরিবর্তন করেছেন। তাঁর দাবি, ত্রিপুরায় অনেক পরিবর্তন হয়েছে। আজকের **৬ ও ৭ পাতায় দেখুন**

## শ্বশুর বাড়িতে এসিড খেয়ে আত্মঘাতী জামাতা

নিজস্ব প্রতিনিধি, খোয়াই, ৪ জানুয়ারি। খোয়াইয়ের চান্দপাহাড়ে শ্বশুর বাড়িতে এসিড খেয়ে আত্মঘাতী করলো জামাই। আত্মঘাতী জামাতার নাম সুরজিৎ কলই। ঘটনাকে কেন্দ্র করে তীব্র চাঞ্চল্য সৃষ্টি হয়েছে। ঘটনার বিবরণে জানা যায় গত দুদিন আগে স্ত্রীকে সঙ্গে নিয়ে শ্বশুর বাড়িতে বেড়াতে যায় সুরজিৎ কলই নামে ওই যুবক। মঙ্গলবার সকালে শ্বশুর বাড়িতে রাবার বাগানের জন্য মজুদ রাখা এসিড খেয়ে আত্মহত্যার পথ বেছে নেন তিনি। ঘটনাস্থল প্রত্যক্ষ করে পরিবারের

লোকজন তাকে উদ্ধার করে প্রথমে খোয়াই জেলা হাসপাতালে নিয়ে যান। অবস্থা আশঙ্কাজনক হওয়ায় খোয়াই জেলা হাসপাতাল থেকে তাকে জিবি হাসপাতালে স্থানান্তর করা হয়। কিন্তু শেষ রক্ষা করা যায়নি। জিবি হাসপাতালে নিয়ে যাওয়ার পথে মৃত্যুর কোলে ঢলে পড়েন সুরজিৎ। মৃতের বাড়ি জিরানিয়া এলাকায়। কেন এই ঘটনা ঘটেছে সে সম্পর্কে এখনো পর্যন্ত বিস্তারিত তথ্য জানা যায়নি। তবে প্রাথমিকভাবে আশঙ্কা করা হচ্ছে স্ত্রীর সঙ্গে কোন বিষয় নিয়ে

মনোমালিন্যের জেরে এই ঘটনা সংঘটিত হয়েছে। পুলিশ এ ব্যাপারে একটি মামলা গ্রহণ করে ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে। এদিকে জিরানিয়ায় তার নিজ বাড়ি এলাকায় ঘটনার খবর ছড়িয়ে পড়তেই গভীর শোকে ছায়া নেমে আসে। ঘটনার আসল রহস্য উদ্‌ঘাটন এবং অভিযুক্তদের বিরুদ্ধে আইনানুগ ব্যবস্থা গ্রহণের দাবি জানিয়েছেন লোকজন মতের পরিবর্তন করে জামাতার নাম সুরজিৎ কলই নামে ওই যুবক। মঙ্গলবার সকালে শ্বশুর বাড়িতে রাবার বাগানের জন্য মজুদ রাখা এসিড খেয়ে আত্মহত্যার পথ বেছে নেন তিনি। ঘটনাস্থল প্রত্যক্ষ করে পরিবারের





# হরেকরকম



# হরেকরকম



# হরেকরকম

## খাঁটি মধু চেনার উপায়



মধুতে ম্যাচের কাঠি ডুবিয়ে জ্বালিয়ে পরখ করে দেখতে পারেন সেটা খাঁটি না ভেজাল বাজারের নানান ধরনের মধু পাওয়া যায়। আবার রাস্তা-ঘাটে ফেরি করে বিক্রি করা হয় মধু। এই ভেজালের যুগে মধু খাঁটি কি-না সেটা বোঝার জন্য রয়েছে কিছু কৌশল।

পুষ্টি-বিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদনে ভারতের মধুর ব্র্যান্ড 'সুইটনেস অফ এর্থনিক'য়ের প্রতিষ্ঠাতা আয়ুশ সার্মার দেওয়া পছন্দগুলো খাঁটি মধু চেনাতে সাহায্য করবে।

\* খাঁটি মধু ফ্রিজে রাখা হলে কখনও জমাট বাঁধবে না বা দানা দানাভাব হবে না। ঘন তরল-ভাবটাই থাকবে। তবে ভেজাল মধু ফ্রিজে রাখলে জমে যাবে এবং স্ফটিকের মতো দানাভাব দেখা দেবে। এমনকি মধুর উপরের অংশে সাদা স্তরও দেখা দেবে, যা আসলে চিনি।

\* কাঁচা খাঁটি মধুতে সাদা ফেনা বা বুদবুদের মতো দেখা দেবে। এটা খাঁটি মধু চেনার চিহ্ন, এর

## নারকেল বা সুপারি বাগানে সহজেই গোলমরিচ চাষ করে লাভবান হতে পারেন

গোলমরিচ একটি অর্থকরী দেশীয় মশলা ফসল। পশ্চিমবঙ্গে যেখানে নারকেল ও সুপারি বাগান আছে সেখানে গোলমরিচের চাষ সহজেই করা যায়। এই মশলা ফসলটি সাথী ফসল হিসেবে চাষ করে কৃষকরা আয় বাড়াতে পারেন।

**পুষ্টিশূন্যতা** : গোল মরিচে আমিষ, চর্বি এবং প্রচুর পরিমাণে ক্যারোটিন, ক্যালসিয়াম ও লৌহ থাকে।

**ভেষজগুণ** : হজমে সহায়তা করে, মায়ু শক্তি বাড়ায়, দাঁতের ব্যথা কমানোতে সহায়তা করে, মাংসপেশী ও হাড়ের জোড়ায় ব্যথা উপশম করে, কোষ্ঠকাঠিন্য দূর করে।

**ব্যবহার** : মশলা হিসেবে গোলমরিচের ব্যবহার রয়েছে।

**উপযুক্ত মাটি ও জমি** : পর্যাপ্ত বৃষ্টিপাত হওয়ার আর্দ্রতা বেশি এমন এলাকায় গোলমরিচ জন্মে। এ ফসল ১০-৪০ ডিগ্রি সেলসিয়াস তাপমাত্রা সহ্য করতে পারে। পি এইচ ৪.৫-৬.০ পর্যন্ত এ ফসল ফলানো যায়। পাহাড়ি এলাকার মাটি এই ফসল চাষের জন্য খুবই উপযোগী।

**জাত পরিচিতি** : স্থানীয় জাত চার তৈরি : গোল মরিচে ও ধরনের লতা/কাণ্ড দেখা যায়- প্রধান কাণ্ড যার পর্বমধ্য বড় রানার ডগা (সুট) ও ফল ধারণকারী পানীয় শাখা। রানার ডগা হতে



কাটিং এর মাধ্যমে বংশ বিস্তার করা হয়। শীর্ষ ডগাও ব্যবহার করা যায়।

ফেব্রুয়ারি-মার্চ মাসে ২-৩টি পর্বসন্ধি (গিট)যুক্ত কাণ্ড কাটিং হিসেবে নার্সারিতে বা পলি ব্যাগে লাগানো হয়। পলি ব্যাগ উর্বর মাটি দিয়ে ভরাট করা হয়। কাটিং-এ ছায়ার ব্যবস্থা রাখা হয় ও প্রয়োজনে সেচ দিতে হয়। মে-জুন মাসে কাটিং লাগানোর উপযোগী হয়।

চার লাগানো : গোল মরিচ চেস গাছের ছায়ার লাগাতে হয়। চেস গাছ আগে থেকে ২.৫ মিটার দূরত্বে লাগিয়ে গোল মরিচের কাটিং লাগানো হয়। ২-৩টি কাটিং এক গর্তে লাগানো হয়। চেস গাছ হিসেবে সুপারি গাছ ব্যবহার করা

যায়। পশ্চিমবঙ্গের প্রেক্ষিতে নারকেল ও সুপারি গাছে গোলমরিচ গাছ তুলে দিলে বিঘাপ্রতি বাগিচায় ২০০০-৩০০০ টাকা বেশি রোজগারের সম্ভাবনা। এক্ষেত্রে নারকেল/সুপারির একটি নির্দিষ্ট দূরত্ব অবধি গোলমরিচের লতা বাড়তে দিতে হবে যাতে পরিচর্যা সুবিধা হয় আর এরকমভাবে চাষে সুপারি/নারকেলের সারবৈ মরিচের ও সার ব্যবস্থা চলবে।

অনেকটাই প্রয়োজনে মরিচের গোড়ায় আলোদাভাব বা গাছে জেলে গোলা সার দিলেই হবে।

**সার ব্যবস্থাপনা** : প্রতি গর্তে ৩০০ গ্রাম ইউরিয়া, ১১০ গ্রাম এস এস পি ও ৪৫০ গ্রাম পটাশ দিতে

## ওজন কমানোর কৌশল

খাবারের পরিমাণ নিয়ন্ত্রণ রাখা ও শরীরচর্চা করেই ওজন কমাতে হয়। তবে কিছু সহজ কৌশল রয়েছে যা ওজন কমানো প্রক্রিয়াকে আরও দ্রুত করে।

স্বাস্থ্যবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদন অবলম্বনে দ্রুত ওজন কমানোতে সহায়ক সহজ কয়েকটি কৌশল সম্পর্কে জানানো হল।

খাওয়ার আগে চুইংগাম খাওয়া: ইউনিভার্সিটি অব রোড আইল্যান্ড'য়ের করা গবেষণা অনুযায়ী, খাওয়ার আগে চুইংগাম চাবানো কম ক্যালরি গ্রহণে ভূমিকা রাখে। গবেষণায় দেখা গেছে, সকালে এক ঘণ্টা চুইংগাম খাবারের ৬৭ ক্যালরি কম গ্রহণ করে। এক্ষেত্রে মিন্ট চুইংগাম বেশি উপকারী। কারণ এর সতেজকারী ঘ্রাণ ক্ষুধা কমাতে সহায়তা করে।

বড় এক গ্লাস পানি পান: নিজেই আর্দ্র রাখা সবার জন্যই জরুরি। বিশেষত যারা ওজন কমাতে চাচ্ছেন। পানি পানি আবেগের কণ্ঠস্বর হয়ে বেশি খাওয়ার ঝুঁকি কমায়। অনেক সময় তৃষ্ণাভাব ক্ষুধা হিসেবে ভুল সংবেদন এনে। এতে বাড়তি খাবার গ্রহণ ও ওজন বৃদ্ধির ঝুঁকি বাড়ে।

গ্লাসে পানি পানের অভ্যাস গড়ে তুলুন। বোতল থেকে পানি পান করলে সঠিক পরিমাণ সম্পর্কে ধারণা রাখা যায় না। তাই নির্দিষ্ট সময় পর পর গ্লাসে পানি পানের অভ্যাস গড়ে তুলুন। অনলাইনে কেনা কাটা করা: অনলাইনে খাবার কেনাকাটা করা সবচেয়ে ভালো। কারণ অনলাইনে কেনাকাটা করলে কেবল প্রয়োজনীয় জিনিস কেনা হয়। অযথা বা শখের বশে অস্বাস্থ্যকর খাবার কেনা থেকে বিরত থাকা যায়। সাধারণত বাজার থেকে জিনিস কিনতে গেলে পুরো দোকান ঘোরা হয় আর প্রয়োজনীয় জিনিসের পাশাপাশি অপ্রয়োজনীয় জিনিস কেনার ঝুঁকিও বেড়ে যায়।

শরীরচর্চার সময় গান শোনা: শরীরচর্চার সময় গান শোনা চাবানো ক্ষুধা কমায় এবং দুপুরের খাবারের ৬৭ ক্যালরি কম গ্রহণ করে। এক্ষেত্রে মিন্ট চুইংগাম বেশি উপকারী। কারণ এর সতেজকারী ঘ্রাণ ক্ষুধা কমাতে সহায়তা করে।

খাওয়ার আগে সুপ বা সালাদ খাওয়া: কম ক্যালরি গ্রহণ করার আবেগ কটি সহজ উপায় হল খাওয়ার আগে খোল-ভিত্তিক সুপ বা এক বাটি সালাদ খাওয়া। সুপ ও সালাদ খাওয়া স্বাস্থ্যকর এবং খাবারের আগে এগুলো খাওয়া ২০ শতাংশ কম ক্যালরি গ্রহণে সহায়তা করে। এছাড়াও, লাল কালো সঠিক পরিমাণ সম্পর্কে ধারণা রাখা যায় না। তাই নির্দিষ্ট সময় পর পর গ্লাসে পানি পানের

## আবেগপ্রবণ হওয়ার উপায়

একজন অনুভূতি সম্পন্ন আবেগপ্রবণ মানুষের প্রতি আকর্ষণ বোধ করাই স্বাভাবিক। আর এই গুণ যাদের রয়েছে তাদের সঙ্গীর সঙ্গে সম্পর্কের গভীরতাও বেশি।

নিজের আবেগ-অনুভূতি দিয়ে কীভাবে আকর্ষণীয় ব্যক্তিত্বের অধিকারী হওয়া যায়, সেটাই জানানো হল সম্পর্কবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদন অবলম্বনে।

না বলতে শেখা: গবেষণায় দেখা গেছে প্রায় সবাই সম্পর্কে একটা নির্দিষ্ট সীমানা পছন্দ করেন। তার মানে এই নয় কঠিন মানুষকে পছন্দ করবে। তবে যারা আত্মবিশ্বাসের সঙ্গে নিজের সীমার মধ্যে থাকে আর যা চাইবে তাই মেনে নেবে-এরকম করে না, তাদের প্রতি আকর্ষণ কাজ করে। একজন অনুভূতিপ্রবণ মাঝে মাঝে সবসময় জানিয়ে দেবে কোনটা তার পছন্দ আর কোনটা নয়। নিজের চাওয়াটা সম্মান করার পাশাপাশি অন্যের চাওয়া পাওয়া ও বিশ্বাসের প্রতিও আস্থা রাখা শিখতে হবে।

নেতিবাচক গল্প এড়ানো: অন্যের সম্পর্কে কুট কথা শুনেও আনন্দের ভালেই লাগে। নিজেরাও এরকম আলাপ করে থাকি। তবে নেতিবাচক আলাপ শুরু আগে ভাবুন তো, যার সঙ্গে এরকম আলাপ করতে যাচ্ছেন সে তো ভারতেও পারে তার অবর্তমানে আপনি তাকে নিয়েও এরকম গল্প জড়তে পারেন অন্যদের সঙ্গে। তাই মনোবিজ্ঞানীরা বলেন, আবেগপ্রবণ মানুষ হতে চাইলে অন্যের সম্পর্কে নেতিবাচক আলাপ শুরু আগে অন্তত দুবার ভাবুন। তাই নিজের স্বার্থ উদ্ধারের জন্য কখনও কুট-কথা বলা ঠিক না। আর কাউকে নিয়ে একাত্তই যদি নেতিবাচক আলাপ করতে হয় তবে সেটা যেন অতিরঞ্জিত না হয় সেদিকে খেয়াল রাখতে হবে।

ছোটখাটো বিষয় মনে রাখা: আপনার সম্পর্কে ছোটখাটো বিষয় যদি কেউ মনে করে বলে, সেটা শুনেও নিশ্চই ভালো লাগে। অন্যদের ও সেরকম ভালো লাগে। একজন আবেগপ্রবণ মানুষ

## ভালোবাসা দিবসে নিজেকে তৈরি করতে



আর ভালোবাসার মানুষের সঙ্গে কাটানোর বিশেষ দিনে নিজেকে আরও সুন্দরভাবে উপস্থাপন করতে অবশ্যই ত্বক ও চুলের যত্ন নেওয়া প্রয়োজন।

**রূপচর্চা-বিষয়ক ওয়েবসাইটে** প্রকাশিত প্রতিবেদন অবলম্বনে ভালোবাসা দিবসে নিজেকে সুন্দরভাবে উপস্থাপন করার কয়েকটি উপায় সম্পর্কে জানানো হল।

কুসুম গরম পানি দিয়ে দিন শুরু করা: বলা হয়ে থাকে, দিন শুরু করতে হয় সতেজভাবে ও শক্তি দিয়ে। ঘুম থেকে উঠে খালি পেটে

সতেজ রাখার পাশাপাশি শক্তি বাড়াতেও সাহায্য করে। এছাড়াও, হালকা কাজ মানসিক চাপ কমানোর পাশাপাশি মানসিক শক্তি বাড়াতেও সাহায্য করে।

মেইকআপ বেইজ তৈরি করা: মেইকআপের বেইজ তৈরি করতে যতটা সম্ভব কম প্রসাধনী ব্যবহার করা উচিত। কারণ ভাঙা মেইকআপ বেশি ফুটে থাকে যা দেখতে ভালো লাগে না। ভেষজ ও শতভাগ প্রাকৃতিক প্রসাধনী ব্যবহার করুন। এগুলো ত্বকে একটা

ম্যাটভাব আনে ও চেহারা খুঁত চাকতে সাহায্য করে।

চোখের মেইকআপ: চোখের সাজে নাটকীয় ভাব আনা যেতে পারে। চোখের পাপড়ি বড় করে সাজান আর চোখে দুটো ভাব ফুটিয়ে তুলতে আইলাইনার ব্যবহার করুন।

ঠেঁট ও গালে রঙিন আভা: বর্তমান সময়ে এর প্রচলন বেশি যা, দ্রুত ও সহজ উপায়ে ঠেঁট ও গালের সৌন্দর্য প্রকাশ করে। এটা ত্বকে প্রাকৃতিক গোলাপিভাব আনে যা চোখের ওপর শ্যাডো হিসেবেও ব্যবহার করা যায়। প্রাকৃতিক উপাদানের তৈরি প্রসাধনীতে কোনো কৃত্রিম রং ব্যবহার করা হয় না এবং তা দীর্ঘ সময় স্থায়ী হয়।

সুন্দর পোশাক পরা: কি পরবেন বুঝে উঠতে না পারলে যে পোশাকে আপনাকে বেশি মানায় তা বেছে নিন। কোনো রকম পরীক্ষামূলক পোশাক না পরে বরং ছোট পরতে আচ্ছন্দ্য বোধ হয় সেটা পরা ভালো। আর নিজের আত্মবিশ্বাস ধরে রাখতে উঁচু জুতা ব্যবহার করতে পারেন। দেখতেও ভালো লাগবে।

## খেজুর খাওয়ার প্রভাব

মিষ্টির প্রাকৃতিক উৎস হিসেবে অনন্য এক খাবার খেজুর। বাজারে বিভিন্ন জাতের খেজুর মেলে। আর শুধু খেজুর যেমন টপাটপ খেতে পারবেন, তেমনি সালাদ, শরবত, ওটমিল ইত্যাদি বিভিন্ন খাবারের সঙ্গে মিশিয়েও খাওয়া যায়। তবে অতিরিক্ত খেলে বিপত্তিও আছে।

খাদ্য ও পুষ্টিবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটের প্রতিবেদনের আলোকে জানানো হল খেজুরের কিছু উপকারিতা ও অপকারিতা সম্পর্কে।

কমাতে পারে হৃদরোগের ঝুঁকি: দ্রবণীয় ভোজ্য আঁশ সরবরাহ করে খেজুর। শরীরের জন্য ক্ষতিকর কোলেস্টেরল 'এলডিএল'য়ের যুক্ত হয়ে তা রক্তে মিশে যেতে বাধা দেয় এই আঁশ। একারণে ওই কোলেস্টেরলে থাকা 'ফ্যাটি লিপিড' রক্তনালীর মোয়ালের জমতে পারেনা। এভাবেই হৃদরোগের ঝুঁকি কমাতে সহায়তা করে এই ফল।

লড়ে ক্যান্সারের বিরুদ্ধে: 'কারোটিনয়েড', 'পলিফেনলস' আর 'অ্যান্টোসায়ানিনস' ধরনের অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট সমৃদ্ধ খেজুর। খাদ্যভাসে এই উপাদানগুলোর প্রাচুর্য থাকলে ক্যান্সার হারও অনেক দুরারোগ্য ব্যাধির ঝুঁকি কমে উল্লেখযোগ্য মাত্রায়। বিশেষ করে 'কলোরেক্টাল ক্যান্সার'য়ের বিরুদ্ধে খেজুর বিশেষ উপকারী ভূমিকা রাখে বলে দাবি করেন বিশেষজ্ঞরা। ডায়াবেটিস রুগী: দ্রবণীয় ভোজ্য আঁশের আছে নানান উপকারিতা। যার মধ্যে একটি হল রক্তে শর্করার মাত্রা নিয়ন্ত্রণ করার ক্ষমতা।

মোটাতে পারে পুষ্টির ঘাটতি: ভোজ্য আঁশ, পটাশিয়াম, ক্যালসিয়াম আর ভিটামিন ডি, এই চারটি পুষ্টি উপাদান মানুষ বরাবরই কম গ্রহণ করে, এমনটাই দাবি বিশেষজ্ঞদের। আর মাত্র চারটি খেজুর থেকে পেতে পারেন ভোজ্য আঁশের দৈনিক চাহিদার ২৭ শতাংশ এবং পটাশিয়ামের দৈনিক চাহিদার ২০ শতাংশ। ফলে প্রতিদিন কয়েকটি খেজুর খাওয়ার মাধ্যমে এমন দুটি পুষ্টি উপাদানের ঘাটতি পূরণ করা সম্ভব। যেগুলোর ঘাটতিতে ভোগে পুরো বিশ্বের অধিকাংশ মানুষ।

বাড়তে পারে ওজন খেজুরের নানান গুণের কথা শুনে যদি সকাল বিকাল খেজুর খাওয়া শুরু করেন তবে বিপদ আসতে খুব বেশি দেরি হবে না। কারণ মাত্র চারটি বা ১০০ গ্রাম খেজুরেই মিলবে প্রায় ২৭৭ ক্যালরি। প্রচণ্ড মিষ্টি এই শুকনো ফল যদি বেশি খেতে থাকেন তবে ওজন যে বাড়বে তাতে কোনো সন্দেহ নেই। তাই পরিমাণ মাথায় রাখতে হবে। ভালো খাবারও অতিরিক্ত খাওয়ার কারণে তা কাল হয়ে দাঁড়াতে পারে।



## চুল পড়া কমাতে ছয়টি উপায়

বংশগত সমস্যা ছাড়াও খাদ্যাভ্যাস ও জীবনযাপনের প্রভাব থেকে চুল পড়তে পারে। তাই বেশি চুল পড়লে নিজের দিকে নজর দেওয়ার প্রয়োজন রয়েছে।

**সাজসজ্জা-বিষয়ক** একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদন অবলম্বনে চুল পড়া কমানোর কয়েকটি উপায় সম্পর্কে জানানো হল।

কর্ডিশনার: উন্নত কর্ডিশনার চুলের জন্য উপকারী। এতে থাকে অ্যামিনো অ্যাসিড ক্ষয় পূরণ করে চুলকে মসৃণ করে তোলে।

শ্যাম্পু: চুলের যত্নে মাথার ত্বকের ধরন বোঝা এবং সে অনুযায়ী সঠিক শ্যাম্পু নির্বাচন করা প্রয়োজন। এবং মাথার ত্বকের অবস্থা বুঝে চুল পরিষ্কার রাখা উচিত। মাথার ত্বক



যদি শুরু হয় তবে অতিরিক্ত গোলমরিচের কারণে চুল পড়ার সমস্যা দেখা দেয়। অন্যদিকে, মাথার ত্বক তেলাক্ত হলে সপ্তাহে কয়েকবার তিনবার পরিষ্কার করা প্রয়োজন। তাছাড়া শ্যাম্পু নির্বাচনের ক্ষেত্রেও সচেতন থাকতে হবে। অতিরিক্ত রাসায়নিক উপাদান

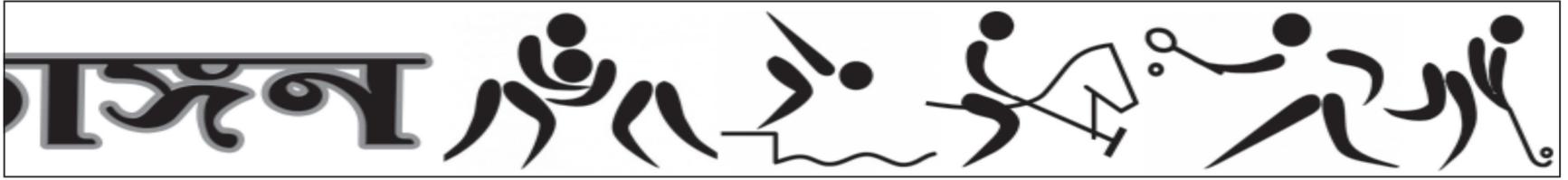
সমৃদ্ধ শ্যাম্পু যেমন- সালফেট, প্যারাবেন ও সিলিকন চুলকে রক্ষা করবে।

নির্জীবা ও ভঙ্গুর করে ফেলে। খাদ্যাভ্যাস ও শরীরচর্চা: যত ভালো পণ্যই ব্যবহার করা হোক না কেনো খাদ্যাভ্যাস ঠিক না থাকলে তা কার্যকর হবে না। পাশাপাশি

প্রয়োজন শরীরচর্চা। প্রচুর পরিমাণে প্রোটিন ও লৌহ ধরনের খাবার প্রতিদিন খাওয়া উচিত। এতে চুলের পুষ্টির চাহিদা পূরণ হয়। শরীরচর্চার ক্ষেত্রে যোগা ব্যায়াম, ধ্যান ও সাধারণ ব্যায়াম চুল পড়া কমাতে ইতিবাচক ভূমিকা রাখে। রাসায়নিক উপাদান ব্যবহার: যেমন- 'স্ট্রেইট' করা, রং করা ইত্যাদি চুলের ক্ষতি করে। এছাড়াও তাপীয় যন্ত্রের ব্যবহার চুলের ক্ষতি করে। বিশেষত, ভেজা চুলে 'ব্লো ড্রায়ার', 'ক্যালিং রড' ব্যবহার ঠিক নয়। এগুলো চুলের ভেজাভাব শুষ্ক করে দেয় ও ভঙ্গুরতা সৃষ্টি করে। যদি কোনো কারণে তাপীয় যন্ত্র ব্যবহারের প্রয়োজন পড়ে তবে সর্বনিম্ন তাপ প্রয়োগ করতে হবে। এর আগে অবশ্যই সুরক্ষার স্তর তৈরি







# জোহানেসবার্গে দ্বিতীয় ইনিংসের শুরুতেই ধাক্কা রাহুল-মায়াক্কের উইকেট খুইয়ে চাপে ভারত



জোহানেসবার্গ, ৪ জানুয়ারি (হিস) : দক্ষিণ আফ্রিকার বিরুদ্ধে দ্বিতীয় ইনিংসের শুরুতেই জোর ধাক্কা খেল ভারতীয় টপ অর্ডার। দলের দুই স্তম্ভ দুই ওপেনার কেএল রাহুল এবং মায়াক্ক আগরওয়ালকে দ্রুত প্যাডলিয়নে ফিরিয়ে ভারতকে রীতিমতো চাপে ফেলে দিলেন প্রোটিয়া বোলাররা।

বিরাট কোহলি পিঠে চোট পাওয়ায় প্রথমবার টেস্টে নেতৃত্বের দায়িত্ব পেয়েছেন রাহুল। গুরুভার কাঁধে নিয়েও গত ইনিংসে একা গড় সামলেছিলেন তিনি। দুরন্ত হাফ সেঞ্চুরি করেন তিনি। ভারতের অন্য বাটাররা ক্রিকেটকে না পারলেও অবশ্য দলকে খানিকটা এগিয়ে দিয়েছিলেন রবিচন্দ্রন

অশ্বিন (৪৬)। তবে এদিন দ্বিতীয় ইনিংসে বেসামাল ভারত। জ্যানসেন ৮ রানে ফেরালেন রাহুলকে। আর মায়াক্ক ফিরলেন ২৩ রানে। দিনের শেষে ক্রিকেট রয়েছেন পূজারা (৩৫) ও অজিত রাহানে (১১)। যাদের ফর্ম নিয়ে বারবার প্রশ্ন উঠেছে। ফলে ১০০ গণ্ডি পেরনের আগেই ভারত দুই

উইকেট খোয়ানোয় যে রাহুল ড্রাইভের কপালের ভাঁজ গভীর হল, তা বলাই বাহুল্য। এবার হনুমা বিহারী, পঙ্ক, অশ্বিনরা ক্রিকেট টিকেতে না পারলে ওয়াশবার্গে দক্ষিণ আফ্রিকার পাল্লা ভারী হয়ে যেতেই পারে। এদিন একাই শার্দুল পেয়েছেন সাত উইকেট ৬১ রানে। ম্যাচে মাত্রামাকে গতকাল শামি ফেরানোর পরে এদিন সকালে প্রথম উইকেট নিয়েছেন শার্দুলই। তিনি ফেরান প্রোটিয়া বাহিনীর দলনোতা ডিন এলগারকে (২৮)। ঋষভকে সহজ ক্যাচ দিয়ে সাজঘরে ফেরেন এলগার। তার পরেই জো বার্গে লর্ডের ভূমিকায় অবতীর্ণ হলেন ঠাকুর। এলগারের পর একে একে সাজঘরে ফেরত পাঠালেন স্টেট পিটারসেন এবং রাসি ড্যান ডার দাসেনকে। গোশ্বেন আর্মের কেরামতিতে তিনি হয়ে উঠেছিলেন অপ্রতিরোধ্য।

# নিউজিল্যান্ডের বিরুদ্ধে প্রথম টেস্ট জয়ের হাতছানি, বোলারদের দাপটে এগিয়ে বাংলাদেশ



বে ওভাল, ৪ জানুয়ারি (হিস) : নিউজিল্যান্ডের বিরুদ্ধে প্রথম টেস্ট জয়ের হাতছানি বাংলাদেশের সামনে। চতুর্থ দিনের শেষে দ্বিতীয় ইনিংসে নিউজিল্যান্ডের স্কোর ১৪৭/৫। বাংলাদেশের হয়ে একাই চার উইকেট নিলেন ইবাদত হোসেন। বে ওভালের মাঠে পেসারদের দাপটে জয়ের আশায় বাংলাদেশ।

প্রথমে ব্যাট করে ৩২৮ রান তোলে নিউজিল্যান্ড। জবাবে মমিনুল হক, লিটন দাসদের দাপটে ৪৫৮ রান তুলে নিউজিল্যান্ডের সামনে কঠিন পরীক্ষা রাখে বাংলাদেশ। ১৩০ রানে পিছিয়ে থেকে ব্যাট করতে নামেন টম লাথামরা। ওপেনার উইল ইয়ং প্রতিরোধ গড়ে তুললেও বাকি ব্যাটারদের

মান্তানাবুদ করতে থাকেন বাংলাদেশের পেসাররা। দিনের শেষে ৫ উইকেট হারিয়ে বস টেলররা তোলে ১৪৭ রান। তাঁরা এগিয়ে রয়েছেন মাত্র ১৭ রানে। টেস্টের শেষ দিনে বাংলাদেশ পেসারদের দাপট সামলে বড় রান তোলায় চেষ্টা করতে হবে টেলরদের। অন্যদিকে বাংলাদেশের লক্ষ্য

থাকবে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব নিউজিল্যান্ডের বাকি পাঁচ উইকেট তুলে নেওয়া। যত তাড়াতাড়ি সেই কাজটা করতে পারবেন তাসকিন আহমেদরা, ততই তাড়াতাড়ি টেস্ট জয়ের সুযোগ পাবেন তাঁরা। বে ওভালে জিততে পারলে এই প্রথমবার নিউজিল্যান্ডের বিরুদ্ধে টেস্ট জয়ের কীর্তি গড়বে বাংলাদেশ।

# ভাল খেলেও নয় ম্যাচে জয় অধরা ইস্টবেঙ্গলের

কলকাতা, ৪ জানুয়ারি (হিস) : ভাল খেলেও তিন পর্যায়ে এল না ইস্টবেঙ্গলের। আইএসএলের নয় নম্বর ম্যাচে ইস্টবেঙ্গল ও বেঙ্গালুরু এফসি-র মধ্যে খেলার ফল ১-১ ড্র হল। মোট ৫টি ড্র করলেন লাল হলুদ জার্সিধারীরা। মঙ্গলবার নতুন বছরে নতুনভাবে শুরু করে ইস্টবেঙ্গল। প্রথমার্ধে সেইভাবে খেলাও শুরু করেছিল, কিন্তু বিরতির পরে যে ছন্দ বজায় রাখার কথা ছিল, সেটি পারেনি। খেলার শেষ ১৫ মিনিট আবারও আক্রমণাত্মক মেজাজে দেখা গিয়েছিল দলকে, কিন্তু সেইসময় অনেক দেরী হয়ে গিয়েছে।



ঘণ্টা। ম্যাচের ২৯ মিনিটে হাউকিংপের গোলে এগিয়ে গিয়েছিল দল। তারপর অবশ্য

বেঙ্গালুরু গোলে পেয়ে যায় সৌরভ দাসের আশ্রয়। গোলে। সৌরভ দাস বল ক্রিয়ার করতে গেলেও

তীর মাথা ছুইয়ে বল অরিদমকে পরাজ করে গোলে চুকে যায়। খেলার বয়স সেইসময় ৫৫ মিনিট।

# শিলচরের আবাসিক স্কুলে ছাত্রদের হাতে ফুটবল খেলার সামগ্রী বণ্টন

শিলচর (অসম), ৪ জানুয়ারি (হিস) : পুথিগত বিদ্যা অর্জন, অর্থাৎ স্কুলের স্বাভাবিক পড়াশোনার মাধ্যমে জ্ঞানার্জনের পাশাপাশি যথার্থরূপে সুস্থ সবল শরীর গঠনের ক্ষেত্রে খেলাধুলার অপরিমিত ভূমিকা রয়েছে। ছাত্রদের বৌদ্ধিক, সামাজিক, শারীরিক বিকাশ তথা সার্বিক অগ্রগতিতে নিয়মিত খেলাধুলো ও শরীর চর্চার প্রয়োজন রয়েছে। এছাড়া খেলাধুলোর মাধ্যমে কিশোর কিশোরীদের মধ্যে অভিনিহিত প্রতিভা ও মেধাবী ছাত্রদের শনাক্ত করা সম্ভবপর হয়। তাই নিয়মিত খেলাধুলোয় আগ্রহ বাড়তে বিভিন্ন কর্মসূচির মাধ্যমে অর্থনীতি ভূমিকা পালন

করে আসছে শিলচর মদনমোহন ট্রাস্ট। এই উদ্দেশ্যকে সামনে রেখে শিলচর রেসিডেন্সিয়েল বয়েজ স্কুলের (আরবিএস) ছাত্রদের হাতে ফুটবল খেলার সামগ্রী বণ্টন করেছে মদনমোহন ট্রাস্ট। আজ মঙ্গলবার শিলচর রেসিডেন্সিয়েল বয়েজ স্কুলে আয়োজিত এক অনুষ্ঠানে স্কুলের ছাত্রদের ফুটবল খেলার জন্য ১২ বাল সহ অন্যান্য খেলার সামগ্রী বণ্টন করেছে শিলচর মদনমোহন ট্রাস্ট। এদিন প্রথমে উপস্থিত অভিভাবদের স্বাগত জানাতে গিয়ে স্কুলের ইনচার্জ গৌতম দাস বলেন, মদনমোহন ট্রাস্টের সভাপতি

শিবরত দত্ত এবং সকল কর্মকর্তাদের সামাজিক কাজকর্মের ভূয়সী প্রশংসা করে রেসিডেন্সিয়েল ছাত্রদের জন্য ফুটবল খেলার সামগ্রী প্রদানের প্রয়াসকে স্বাগত জানিয়ে তাদের প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করেন। ফুটবল সহ অন্যান্য খেলাধুলোর প্রতি এগিয়ে আসতে ছাত্রদের আগ্রহ ও অনুপ্রেরণা বৃদ্ধিতে সবধরনের সহযোগিতা করার আশ্বাস প্রদান করে বক্তব্য পেশ করেন ট্রাস্টের সভাপতি শিবরত দত্ত, ডিপিও ডি বিদ্যা দেবচৌধুরী, গৌতম দাস প্রমুখ। পরে ট্রাস্টের সভাপতি শিবরত দত্ত, সম্পাদক ধ্রুব দেবচৌধুরী, কোষাধ্যক্ষ সৃজিত চক্রবর্তী, কার্যনির্বাহী সদস্য

অমিতাভ দাস সহ অন্যান্যরা স্কুলে ছাত্রদের হাতে সরাসরি ফুটবল খেলার সামগ্রীগুলি তুলে দেন। খেলাসামগ্রী বণ্টন অনুষ্ঠানে ছিলেন সর্বশিক্ষা মিশনের ডিস্ট্রিক্ট আরবান কো-অর্ডিনেটর গৌতম দাস, ডিপিও ডি বিদ্যা দেবচৌধুরী, ডিপিও কুপাণ্ডু রায়, ডিপিও পাপড়ি ভট্টাচার্য, কাছাড় সর্বশিক্ষা মিশনের ইউজিএ জগদীন্দ্র ধর, আসিস্টেন্ট নাজির তথা ক্রীড়াবিদ জয়ন্তকুমার পাল, আরবিএস স্কুলের শিক্ষক শিক্কা ও ছাত্ররা। এছাড়া এই অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিল দুই খুঁদে পড়ুয়া অর্পণ পাল ও জীপাঞ্জলী পাল। অনুষ্ঠান সম্বলনা করেছেন স্কুলের সুপারিন্টেনডেন্ট বিশ্বজিৎ নাথ।

# শার্দুল সাত উইকেট নিয়ে টপকে গেলেন শ্রীনাথ, শামিদের

জোহানেসবার্গ, ৪ জানুয়ারি (হিস) : ভারতীয় ক্রিকেটে আকাশে আরেক নক্ষত্রের উদ্ভব। মঙ্গলবার জোহানেসবার্গে মিডিয়াম পেসার শার্দুল ঠাকুর সাত উইকেট নিয়ে আলোচনার কেন্দ্রে উঠে এসেছেন। শার্দুলের বোলিং তীরে দক্ষিণ আফ্রিকা শেষ ২২৯ রানে। একাই শার্দুল পেয়েছেন সাত উইকেট ৬১ রানে।

ম্যাচে রেক থু ঘটিয়েছেন মহারথের এই ৩০ বছরের বোলার। দলে শামি, বুমরার মতো পেসার, তাঁদের পাশে শার্দুল বুলিয়েছেন তিনিও লম্বা রেসের যোড়। মাত্রামাকে গতকাল শামি ফেরানোর পরে এদিন সকালে প্রথম উইকেট নিয়েছেন শার্দুলই। তিনি ফেরান প্রোটিয়া বাহিনীর দলনোতা ডিন এলগারকে (২৮)।

ঋষভকে সহজ ক্যাচ দিয়ে সাজঘরে ফেরেন এলগার। তার পরেই জো বার্গে লর্ডের ভূমিকায় অবতীর্ণ হলেন ঠাকুর। এলগারের পর একে একে সাজঘরে ফেরত পাঠালেন স্টেট পিটারসেন এবং রাসি ড্যান ডার দাসেনকে। গোশ্বেন আর্মের কেরামতিতে তিনি হয়ে উঠেছিলেন অপ্রতিরোধ্য।

এর আগে শার্দুলের মতোই ইনিংসে ওয়াশবার্গে পাঁচ উইকেট নিয়েছেন শ্রীনাথ, কৃষ্ণলেরা। এমনকি একই দলে থাকা অশ্বিন, বুমরা, শামিও একই কৃতিত্বের অধিকারী। কিন্তু এদিন প্রোটিয়া বাহিনীর ব্যাটিং ইনিংস শেষে দেখা গিয়েছে শার্দুল একাই পেয়েছেন সাত উইকেট, তিনি পূর্বসূরীদের ছাপিয়ে গিয়েছেন।

# বুধবার মোহনবাগান ও হায়দরাবাদের এক নম্বরে ওঠার লড়াই

কলকাতা, ৪ জানুয়ারি (হিস) : বুধবার গোয়ার জওহরলাল নেহরু স্টেডিয়ামে আইএসএল-এর গুরুত্বপূর্ণ ম্যাচে এটিকে মোহনবাগান মুখোমুখি হবে হায়দরাবাদ এফসি-র। আট ম্যাচ খেলে মোহনবাগানের পয়েন্ট ১৪।

ম্যাচে তারা গোল খেয়েছে মাত্র সাতটি। গত ম্যাচেই হায়দরাবাদ ৬-১ গোলে হারিয়েছে ওড়িশা এফসি-কে। হায়দরাবাদের হয়ে নিয়মিত গোল করে চলেছেন নাইজিরিয়ান ফরোয়ার্ড বাথেমিউ ওগবেচে।

**PN InE No. 305-308/EE/DWS/BLG/2021-22 dated 30/12/2021**  
The Executive Engineer, DWS Division, Bishalgarh Sepahijala District, Tripura invites on behalf of the Governor of Tripura, single bid percentage rate e-tender from eligible bidders up to 15.00 hrs. 24/01/2022 for (i). Construction of boundry water around 0.55 MGD SWTP at Sremantapur(2" Call) (ii). Repring & rewinding of burnt/ damaged pump motor (2nd Call) under Sepahijala Dist. For details please visit <https://tripuratenders.gov.in> or contact with at the 0/0 the Executive Engineer, DWS Division, Bishalgarh for clarifications. if any. (Er.M.K. Das)

**ICA-C-3238/2021-22** Executive Engineer  
DWS Division. Bishalgarh

**PRESS NOTICE INVITING e-TENDER NO: 32/PNIE/EE/PWD/SBM/DIV/2021-22 Dated- 01-01-2022.**  
The Executive Engineer, Sabroom Division PWD (R & B), Sabroom, South Tripura invites on behalf of the Governor of Tripura sealed Percentage rate e-tender from Central & State Public Sector undertaking / Enterprise and eligible Bidders / Firms / Agencies of appropriate class registered with PWD / T/AADC / MES / CPWD / Railway / Other State PWD up to 3.00 P.M. on 15-01-2022 for the following work:-

SL NO	NAME OF THE WORK	ESTIMATED COST	EARNEST MONEY	TIME FOR COMPLETION	LAST DATE AND TIME FOR DOCUMENT DOWNLOADING AND BIDDING	TIME AND DATE OF OPENING BID	DOCUMENT DOWNLOADING AND BIDDING AT	CLASS OF BIDDER
1	DNITNo-72/DNIEt/EE/PWD/SBM/DIVN/2021-22.	Rs. 24,22,961.74	Rs. 24,230.00	03 (Three) Months	Upto 15.00 Hrs on 15-01-2022	At 15.30 Hrs on 15-01-2022	<a href="https://tripuratenders.gov.in">https://tripuratenders.gov.in</a>	Appropriate Class
2	DNITNo-73/DNIEt/EE/PWD/SBM/DIVN/2021-22.	Rs. 7,85,177.29	Rs. 7,852.00	03 (Three) Months	Upto 15.00 Hrs on 15-01-2022	At 15.30 Hrs on 15-01-2022	<a href="https://tripuratenders.gov.in">https://tripuratenders.gov.in</a>	Appropriate Class
3	DNITNo-80/DNIEt/EE/PWD/SBM/DIVN/2021-22.	Rs. 6,04,294.93	Rs. 6,043.00	03 (Three) Months	Upto 15.00 Hrs on 15-01-2022	At 15.30 Hrs on 15-01-2022	<a href="https://tripuratenders.gov.in">https://tripuratenders.gov.in</a>	Appropriate Class

For more details kindly visit <https://tripuratenders.gov.in>. Bid(s) shall be opened through online by respective bid openers on behalf of the Executive Engineer, Sabroom Division, PWD (R&B), Sabroom, South Tripura and the same shall be accessible by intending bidder through website <https://tripuratenders.gov.in>. However, intending bidders and other bidder may like to be present at the bid opening for any enquiry. Please contact by e-mail to [epwdsbm2015@gmail.com](mailto:epwdsbm2015@gmail.com).

For and on behalf of the Governor of Tripura.  
Sd/- Illegible  
Executive Engineer  
Sabroom Division, PWD(R&B)  
Sabroom, South Tripura.

**ICA-C-3244/2021-22**

**NOTICE INVITING e-TENDER**  
TENDER REF. No.F.2(438)-AGMC/ S&P/ 2016-17 (Sub-I) Dt. 31/12/2021.  
**TENDER FOR "Procurement of Equipments for the Dept. of Ophthalmology (EYE) in the Agartala Government Medical College & G.B.P. Hospital, Agartala."**  
A Tender hereby invited on behalf of tyre Medical Superintendent & HOD, A.G.M.O & G.B.P. Hospital, Agartala, Tripura from resourceful, experienced and bonafide licensed manufacturer or their authorized local supplier/dealer/distributor in the state of Tripura for "Procurement of Equipments for the Dept. of Ophthalmology (EYE) in the Agartala Government Medical College & G.B.P. Hospital, Agartala."  
The details of tender, list of items with indicative quantity and Tender Documents are made available on website (<http://tripuratenders.gov.in>). The last date/time of submission of the tender documents by online is 02/6-/2022 up to 4:00 pm. All future modification/corrigendum shall be made available in the e procurement portal, So bidders are requested to get the update themselves from the e procurement web portal only.  
Medical Superintendent & Head of Department  
A.G.M.C & G.B.P. Hospital, Agartala.  
**ICA-C-3233/2021-22**

**PRESS NOTICE INVITING**  
e-TENDER NO: e-PT-66/EE/RDAD/2021-22 Dt. 03/01/2022  
The Executive Engineer, R D Agartala Division, R D Department, Agartala, West Tripura invites percentage rate e-tender in PWD Form No. 7 in two bid system from the eligible bidders up to 3.00 P.M. of 01/01/2022 for Construction & Decoration in connection with celebration of Republic Day 2022. For details, visit website <https://tripuratenders.gov.in> and contact at 0381 2325988. Any subsequent corrigendum/Memorandum will be available in the website only.  
Sd/- Illegible  
Executive Engineer  
RD Agartala Division  
Gurkhabasti, Agartala  
**ICA-C-3248/2021-22**

**PRESS NOTICE INVITING e-TENDER NO: e-PT-36/EE/RD/KGT/DIV/2021-22 Dt.27/12/2021**  
On behalf of the Governor of Tripura, The Executive Engineer, R D Kumarghat Division, Kumarghat, Unakoti, Tripura invites percentage rate e-tender on double bid system from the eligible bidders up to 3.00 P.M. of 17/01/2022 for the 01 (One) nos. works. For details visit website <https://tripuratenders.gov.in> and may contact at ph. No.9612590474 (M)/ e-mail-[een1kgt@gmail.com](mailto:een1kgt@gmail.com). Any subsequent corrigendum will be available in the website only.  
Sd/- (Er S.K. Roy)  
Executive Engineer  
RD Kumarghat Division  
**ICA-C-3247/2021-22**

সৃষ্টির প্রেরণায় নতুন প্রতিশ্রুতি  
**উন্নত মুদ্রণ**  
সাদা, কালো, রঙিন  
নতুন ধারায়  
**রেণুবো প্রিন্টিং ওয়ার্কস**  
জাগরণ ভবন, (লক্ষ্মীনারায়ণ মন্দির সংলগ্ন), এন এল বাড়ি লেইন  
প্রভুবাড়ী, বনমালীপুর, আগরতলা, ত্রিপুরা পশ্চিম - ৭৯৯০০১  
ফোন - ০৩৮১-২৩৮ ৪৯৮৪  
ই-মেল : [rainbowprintingworks@gmail.com](mailto:rainbowprintingworks@gmail.com)

