

জাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

গৌরবের ৬৮ তম বছর

অনলাইন সংস্করণ : www.jagarandaily.com

JAGARAN ■ 22 January 2022 ■ আগরতলা ২২ জানুয়ারী, ২০২২ ইং ■ ৮ মাঘ, ১৪২৮ বঙ্গাব্দ, শনিবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ Founder : J.C.Paul ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা



নতুন ইতিহাস



পূর্ণ রাজ্য দিবসের প্রাক্কালে বৃহস্পতিবার জিবি হাসপাতালে ওপেন হার্ট সার্জারি সফল ভাবে সম্পন্ন।

রাজ্যে স্বাস্থ্য ক্ষেত্রে বৈপ্লবিক যুগের সূচনা জিবি হাসপাতালে সফল ওপেন হার্ট সার্জারি

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২১ জানুয়ারি। ত্রিপুরার স্বাস্থ্য পরিষেবার বৈপ্লবিক যুগের সূচনা হয়েছে। এই প্রথম আগরতলা জি বি পি হাসপাতালে ওপেন হার্ট সার্জারি সফলতার সাথে করেছেন কার্ডিও থোরাসিক সার্জন ডাঃ কনক নারায়ন ভট্টাচার্যের নেতৃত্বে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকদের দল। উদয়পুরের বাসিন্দা মাধবী দাস এখন সুস্থ রয়েছেন। খুব শীঘ্রই তিনি বাড়ি যেতে পারবেন বলে ডাঃ ভট্টাচার্য আশা প্রকাশ করেছেন। ত্রিপুরার পূর্ণ রাজ্যের ৫০ বছর পূর্তি উপলক্ষে স্বাস্থ্য ক্ষেত্রে এই সাফল্য স্বাভাবিকভাবে রাজ্যবাসীর জন্য বিরাট প্রাপ্তি, তা অস্বীকার করার কোন সুযোগ নেই।

দেশ স্বাধীন হয়েছে ১৯৪৭ সালে এবং ত্রিপুরা পূর্ণ রাজ্যের মর্যাদা পেয়েছে ১৯৭২ সালে। স্বাধীনতার ৭৫ বছর পর ত্রিপুরায় স্বাস্থ্য ক্ষেত্রে বিরাট পরিবর্তন লক্ষ্য করা যাচ্ছে। ইতিপূর্বে কঠিন রোগের চিকিত্সা ত্রিপুরায় সম্ভব ছিল না। আজ দুরারোগ্য ব্যাধি ক্যান্সার সহ নিউরো সমস্যা এবং এখন হৃদরোগের চিকিৎসাও ত্রিপুরায় সম্ভব হচ্ছে। বহিঃরাজ্যে চিকিৎসার জন্য গিয়ে ত্রিপুরার বহু পরিবার সর্বস্বান্ত হয়েছে। এখন নিজ রাজ্যেই দুরারোগ্য ব্যাধির চিকিত্সা সম্ভব হচ্ছে। এখনো অনেকটা পথ অতিক্রম করা বাকি থাকলেই স্বাস্থ্য নতুন সূর্যোদয় ত্রিপুরার জনগণকে ভীষণ স্বস্তি দিয়েছে, মানতেই হবে।

আজ সাংবাদিক সম্মেলনে ত্রিপুরার প্রথম ওপেন হার্ট সার্জারির বর্ণনা দিলেন ডাঃ কনক নারায়ন ভট্টাচার্য। এদিন তিনি বলেন, ত্রিপুরার অনেক রোগী চিকিৎসার জন্য অন্য রাজ্যে যাচ্ছেন। আমাদের এখন লক্ষ্য ত্রিপুরার জনগণকে রাজ্যেই সমস্ত ধরনের চিকিৎসা পরিষেবা প্রদান। তিনি জানান, গত ২০ জানুয়ারি গি বি পি হাসপাতালে প্রথম ওপেন হার্ট সার্জারি হয়েছে। উদয়পুরের বাসিন্দা মাধবী দাস সার্জারির পর এখন সুস্থ আছেন। তাঁর জ্ঞান ফিরেছে এবং খুব শীঘ্রই তিনি সুস্থ হয়ে বাড়ি ফিরে যাবেন।

ডাঃ ভট্টাচার্য বলেন, মাধবী দাসের বৃক্ক যন্ত্রণা এবং শ্বাসকষ্টের সমস্যা ছিল। পরীক্ষা করে দেখা গেল তাঁর হৃদযন্ত্রে সমস্যা রয়েছে। ফলে, তার ফুসফুসেও সমস্যা হয়েছে। মূলত, তাঁর হৃদযন্ত্র এবং ফুসফুস নষ্ট হচ্ছিল। এক্ষেত্রে ওপেন হার্ট সার্জারি ছাড়া রোগীকে সুস্থ করে তোলা সম্ভব নয়। তাই, সমস্ত রকম পরীক্ষা করে তাঁর ওপেন হার্ট সার্জারির উদ্যোগ নেওয়া হয়।

তিনি জানান, ওই সার্জারির ক্ষেত্রে রোগীকে সম্পূর্ণ অজ্ঞান করতে হয়। তারপর তার হৃদযন্ত্র ও ফুসফুসের সমস্ত ক্রিয়া যন্ত্রের সাহায্যে পরিচালিত করে সার্জারি করতে হয়। কারণ, কোনভাবেই শরীরে রক্ত সঞ্চালন বন্ধ করা যাবে না। সেই মোতাবেক ওই রোগীর বৃক্ক কেটে হৃদযন্ত্র এবং ফুসফুসের সমস্ত ক্রিয়া যন্ত্রের সাহায্যে পরিচালিত করে দুইটি অঙ্গের কার্যকলাপ বন্ধ করে দেওয়া হয়েছিল। তারপর তার হৃদযন্ত্রের রোগ সারাই করা হয়েছে। ওই কাজ সফলতার সাথে সমাপ্ত হওয়ার পর যন্ত্রের উপর আসতে আসতে নির্ভরতা কমিয়ে হৃদযন্ত্র ও ফুসফুস স্বাভাবিক ও সতেজ করে দেওয়া হয়েছে।

তাঁর কথায়, ওই সার্জারির ক্ষেত্রে অডিভিজ টেকনিশিয়ান, নার্সদের সহযোগিতার খুব প্রয়োজন ছিল। সকলেই খুবই দক্ষতার সাথে সার্জারিতে সহায়তা করেছেন। তিনি জানান, ওই সার্জারিতে ৪ ঘণ্টা সময় লেগেছে। গতকাল রাতেই তাঁর জ্ঞান ফিরেছে এবং আজ ৬ এর পাতায় দেখুন

ডাবল ইঞ্জিন সরকারের অক্লান্ত পরিশ্রমে ত্রিপুরা অসীম সম্ভাবনার ভূমিতে পরিণত হচ্ছে

পূর্ণ রাজ্য দিবসে শুভেচ্ছা জানিয়ে বললেন প্রধানমন্ত্রী

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২১ জানুয়ারি। পূর্ণ রাজ্য দিবসে ত্রিপুরার বিদ্যে আলোকপাত করে প্রধানমন্ত্রী বলেন, যোগাযোগ পরিকাঠামো বিকাশে অংশগ্রহণকারী প্রত্যেককে সমৃদ্ধ প্রণাম জানিয়েছেন প্রধানমন্ত্রী নির্মাণের মাধ্যমে এই রাজ্য দ্রুত গতিতে ব্যবসায়িক হাব হতে যাচ্ছে।

নরেন্দ্র মোদী। মানিক শাসনকাল থেকে ত্রিপুরার গরিমা এবং অংশীদারিত্বের বিষয়ে তিনি আলোকপাত করেছেন। পাশাপাশি ত্রিপুরার জনগণের একতা এবং সামাজিক প্রয়াসের প্রশংসা করেছেন। আগরতলায় রবীন্দ্র শতবার্ষিকী ভবনে ত্রিপুরার পূর্ণ রাজ্য দিবসের ৫০ বছর পূর্তি উপলক্ষে আয়োজিত অনুষ্ঠানে ভিডিও বার্তায় এভাবেই সমগ্র রাজ্যবাসীকে শুভেচ্ছা জানিয়েছেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী।

এদিন প্রধানমন্ত্রী ত্রিপুরায় সরকার পরিবর্তনের তিন বছরের উন্নয়নের বর্ণনা দিয়ে বলেন, ডাবল ইঞ্জিন সরকারের অক্লান্ত পরিশ্রমে ত্রিপুরা অসীম সম্ভাবনার ভূমিতে পরিণত হয়েছে। সাথে উন্নয়নের প্রশ্নে বিভিন্ন ক্ষেত্রে ত্রিপুরার অসাধারণ প্রদর্শনের

ব্যবহার নিয়ে রাজ্যের প্রশংসনীয় কাজের বিষয়েও চর্চা করেছেন। তিনি বলেন, লাইট হাউস প্রযুক্তি যেমন উজ্জ্বল হয়ে উঠেছে এবং তার মধ্যে ত্রিপুরাও রয়েছে। তাঁর কথায়, গত তিন বছরের কাজ ৬ এর পাতায় দেখুন



সড়কপথের সাথে রেলওয়ে, আকাশপথ এবং জলপথে ত্রিপুরা সমগ্র বিশ্বের সাথে জড়িত হয়েছে। তাঁর বক্তব্য, ডাবল ইঞ্জিনের সরকার দীর্ঘদিনের দাবি পূরণ করেছে এবং বাংলাদেশের চট্টগ্রাম সমুদ্র বন্দর পর্যন্ত পৌঁছানো সম্ভব হয়েছে। তিনি বলেন, ত্রিপুরা ২০২০ সালে আগরতলা ইন্টিগ্রেটেড চেকপোস্ট দিয়ে হরদিয়া থেকে পণ্য আমদানি করেছে। সাথে তিনি এমবিবি বিমান বন্দরের নতুন টার্মিনাল ভবনের বিষয়েও উল্লেখ করেছেন।

এদিন প্রধানমন্ত্রী গরীবদের পাকা ঘর দেওয়া এবং ঘর নির্মাণে নতুন প্রযুক্তির

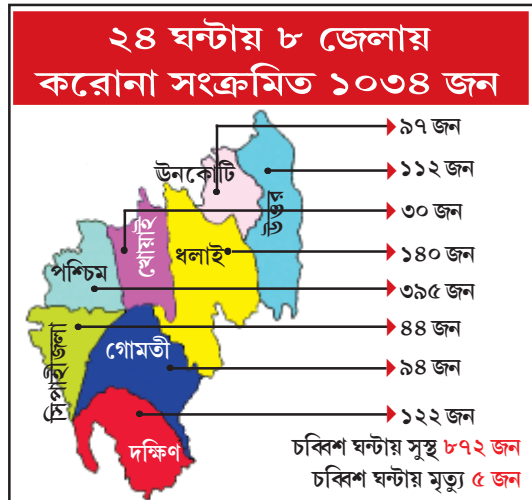
রাজ্যে চব্বিশ ঘন্টায় করোনা সংক্রমিত ১০৩৪, মৃত্যু পাঁচ

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২১ জানুয়ারি। ত্রিপুরায় করোনা সংক্রমণে আবারও নিম্নমুখী প্রবণতা লক্ষ্য করা যাচ্ছে। কিন্তু মৃত্যু মিছিল করোনার তৃতীয় ডেউয়ে ভীষণ চিন্তায় ফেলেছে রাজ্যবাসীকে। করোনা আক্রান্তের মৃত্যু ত্রিপুরায় লাগাতার বেড়েই চলেছে। অবশ্য, সুস্থতাও গতি তীব্র করেছে। তবুও, সক্রিয় করোনা আক্রান্তের সংখ্যা আট হাজার কাছাকাছি পৌঁছে গেছে।

স্বাস্থ্য দফতরের মিডিয়া বুলেটিন অনুসারে, গত ২৪ ঘন্টায় আরটি-পিআরে ১৩৭৫ এবং রেপিড অ্যান্টিজেনের মাধ্যমে ৭০৬৫ জনকে নিয়ে মোট ৮৪৪০ জনের নমুনা পরীক্ষা করা হয়েছে। তাতে, আরটি-পিআরে ১০৫ জন এবং রেপিড অ্যান্টিজেনে ৯২৯ জনের দেখে করোনার সংক্রমণ মিলেছে। সব মিলে গত ২৪ ঘন্টায় মোট ১০৩৪ জনের শরীরে নতুন করে করোনা সংক্রমণের খোঁজ পাওয়া গেছে। করোনার নমুনা পরীক্ষা সামান্য কম হওয়ায়

৮৭২ জন করোনার সংক্রমণ থেকে মুক্তি পেয়েছেন। তাতে বর্তমানে করোনায় আক্রান্ত সক্রিয় রোগী ১১৮৫ জনের দেখে নতুন করে করোনার সংক্রমণের

খোঁজ মিলেছিল এবং দৈনিক সংক্রমণের হার ছিল ১৩.৬১ শতাংশ। মৃত্যু হয়েছিল ৭ জনের। এদিকে, সুস্থতা কিছুটা স্বস্তি দিচ্ছে। গত ২৪ ঘন্টায়



অষ্টলক্ষীকে আত্মনির্ভর করার দিশায় কাজ চলাছে: মুখ্যমন্ত্রী

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২১ জানুয়ারি। ত্রিপুরা পূর্ণরাজ্য প্রাপ্তির ৫০তম বর্ষ আজ রাজ্যবাসী যথাযোগ্য মর্যাদায় পালন করা হয়েছে। রাজ্যের মূল অনুষ্ঠানটি রবীন্দ্র শতবার্ষিকী ভবনের ১নং প্রেক্ষাগৃহে অনুষ্ঠিত হয়। অনুষ্ঠানে শতব্যবস্থা রাখতে গিয়ে মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দের বলেন, প্রধানমন্ত্রীর সুযোগ্য নেতৃত্বে সমগ্র ত্রিপুরা আত্মনির্ভর ভারত ও স্বনির্ভরতা এই দুই মন্ত্রকে সামনে রেখে এগিয়ে যাচ্ছে। তার সাথে উন্নয়নের প্রশ্ন একদা উপেক্ষিত ভারতের উত্তর পূর্বাঞ্চলের অষ্টলক্ষীকে আত্মনির্ভর করার দিশায় কাজ চলাছে। পাশাপাশি ত্রিপুরাকেও সমৃদ্ধশালী রাজ্য হিসেবে গড়ে তুলতে বিকাশমূলক কর্মকাণ্ডে গতি সম্প্রসারিত হয়েছে।

তিনি বলেন, ভাবি প্রজন্মের সামনে একটি স্পষ্ট ভবিষ্যৎ রূপরেখা তুলে ধরতে অগ্রণী ৬ এর পাতায় দেখুন

সংঘবদ্ধ হামলায় গুরুতর আহত এক

নিজস্ব প্রতিনিধি, বিশালগড়, ২১ জানুয়ারি। মধুপুর হাসপাতালে চৌমুহনী এলাকায় সংঘবদ্ধ হামলায় এক ব্যক্তি গুরুতরভাবে আহত হয়েছেন। আহত ব্যক্তির নাম নিতাই দাস।

জানা গেছে, ওই ব্যক্তি বৃহস্পতিবার রাত সাড়ে নয়টা নাগাদ প্রতিকেশীর বাড়ি থেকে কীর্তন শেষে নিজের বাড়িতে ফিরছিলেন। তখনই মধুপুর হাসপাতাল চৌমুহনীতে তার ওপর হামলা সংগঠিত হয়। হামলায় আহত নিতাই দাসের চিকিৎসা শুনে পার্শ্ববর্তী লোকজন ছুটে এসে তাকে উদ্ধার করে হাসপাতালে নিয়ে যান। বর্তমানে ওই ব্যক্তি হাসপাতালে চিকিৎসাধীন।

এব্যাপারে আহতদের পরিবারের তরফ থেকে মধুপুর থানায় একটি মামলা দায়ের করা হয়েছে। পুলিশ ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে। তবে এখনো পর্যন্ত এই ঘটনায় জড়িত কারিকে আটক করা যায়নি বলে জানা গেছে। ঘটনাকে কেন্দ্র করে এলাকায় তীব্র ক্ষোভের সঞ্চার ৬ এর পাতায় দেখুন

কৈলাসহরে এক ব্যক্তির বুলন্ত মৃতদেহ উদ্ধার

নিজস্ব প্রতিনিধি, কৈলাসহর, ২১ জানুয়ারি। মধুপুর রকুর অন্তর্গত ভাগাপুর এলাকায় ৫৩ বছর বয়স্ক এক ব্যক্তির ফাঁসিতে বুলন্ত মৃতদেহ উদ্ধারের ঘটনায় তীব্র চাঞ্চল্য ছড়িয়ে পড়েছে গোটা এলাকা জুড়ে।

ঘটনার বিবরণে জানা গেছে, ধনবিলাস গ্রাম পঞ্চায়েতের অন্তর্গত ২ নং ওয়ার্ড এলাকায় গরু নিয়ে বাড়ি ফেরার পথে হঠাৎ করেই গাছের ন্যে বুলন্ত অবস্থায় গোপেন্দ্র দেবনাথকে দেখতে পাওয়া যায়। পার্শ্ববর্তী লোকজন এসে চরম ভোগান্তির শিকার অটোচালক সহ বিভিন্ন যানবাহন চালকরা।

খবর পেয়েই পরিবারসহ এলাকাবাসী জড়ো হন ঘটনাস্থলে। খবর দেওয়া হয় কৈলাসহর থানায়। কৈলাসহর থানার পুলিশ ও টি এস আর বাহিনী ঘটনাস্থলে ছুটে এসে মৃতদেহ উদ্ধার করে ময়নাতদন্তের জন্য পাঠায়। মৃত গোপেন্দ্র দেবনাথের ভাই সুশান্ত দেবনাথ জানান, গোপেন্দ্র দেবনাথ মানসিক ভাবে অস্থির। ৬ এর পাতায় দেখুন

পৃথক যান সন্ত্রাসে নিহত দুই, আহত এক

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২১ জানুয়ারি। রাজ্যে পথ দুর্ঘটনা দিনের পর দিন বৃদ্ধি পেয়ে চলেছে। দুর্ঘটনা রোধে প্রশাসনের তরফ থেকে নানা পদক্ষেপ গ্রহণ করা হলেও দুর্ঘটনা নিয়ন্ত্রণে আনা কোনভাবেই সম্ভব হচ্ছে না। শুক্রবার ভোররাতে মৌনপুরের তুলাবাগান চৌমুহনী এলাকায় একটি গাড়ি নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে রাস্তার পাশে একটি বাড়ির বাউন্ডারি ভেঙ্গে বসতঘরে থাকা লেগে উল্টে যায়।

তাতে অবশ্য হতাহতের কোনো খবর নেই। পরিবারের লোকজনরা গভীর রাতে বিকট আওয়াজ শুনে ঘুম থেকে উঠে লক্ষ্য করেন বাড়ির ভিতরে একটি গাড়ি উল্টে পরে রয়েছে। সঙ্গে সঙ্গে তারা দমকল বাহিনীকে খবর দেন। দমকল বাহিনী ছুটে এসে তৎপরতা চালালেও সেখান থেকে

কাউকে উদ্ধার করতে পারেননি। আশঙ্কা করা হচ্ছে দুর্ঘটনার পর গাড়ির চালক সেখান থেকে গা ঢাকা দিয়েছে। দুর্ঘটনায় বাড়ির বাউন্ডারি ওয়াল সহ অন্যান্য জিনিসপত্র ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে। ক্ষতিগ্রস্ত বাড়ির মালিকের নাম সুকুমার দাস।

এদিকে, রাজধানী আগরতলা শহরের প্রতাপগড়ের মেডা চৌমুহনী এলাকায় বাইক দুর্ঘটনায় এক যুবক গুরুতর ভাবে আহত হয়েছে। আহত যুবকের নাম মোহাম্মদ রহিম। তাকে আশঙ্কাজনক অবস্থায় উদ্ধার করে জিবি হাসপাতালে ট্রমা সেন্টারে ভর্তি করা হয়েছে। আহত যুবকের বাড়ি দক্ষিণ রামনগর এলাকায় বলে জানা গেছে। বাইক নিয়ে নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে ওই যুবক ভয়াবহ দুর্ঘটনার কবলে পড়ে বলে ৬ এর পাতায় দেখুন

গ্যাসের সমস্যায় তেলিয়ামুড়ায় ভোগান্তির শিকার যান চালকরা

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ২১ জানুয়ারি। টিএনজিসিএলের বন্যায়তায় তেলিয়ামুড়া সিএনজি ফিলিংস্টেশনে এসে চরম ভোগান্তির শিকার অটো চালক সহ অন্যান্য যানবাহনের চালকরা। অভিযোগের তীব্র তেলিয়ামুড়া মহকুমার হাওয়াই বাড়িস্থিত একমাত্র সিএনজি ফিলিংস্টেশনের বিরুদ্ধে। অভিযোগ দীর্ঘদিনের। জানানেন সিএনজি সুবিধাভোগী অটো সহ অন্যান্য যানবাহনের চালকরা। বিশেষ করে অটো চালকদের সমস্যা চরম আকার ধারণ করেছে।

ফিলিংস্টেশনে আসা অটো চালকদের অভিযোগ, সিএনজির জন্য রাত ৩:৩০ মিনিটে এসে দীর্ঘ লাইন ধরেও সকাল ১১:০০ টা বেজে যায় তবু তাদের সিএনজি মেলেনা। তাছাড়া যে পরিমাণ গ্যাস পাওয়ার কথা সে পরিমাণ গ্যাস পাচ্ছেন না। পুরোনো প্রেসার মেশিন দিয়ে সিএনজি প্রদানের ফলে চালকরা প্রেসার পাচ্ছেন না। এক্ষেপের সুরে জনৈক অটো চালক জানান,

তাদের রুজি রোজগারের একমাত্র সম্বল এই অটো। কিন্তু দীর্ঘ লাইন ধরে ছয়-সাত ঘণ্টা অপেক্ষার পর সিএনজি ফিলিং করে গাড়ি নিয়ে বেরিয়ে তাদের আর গাড়ি চালিয়ে রোজগার করাটা সম্ভব হয় না। সব মিলিয়ে বলা চলে মহকুমার একমাত্র সিএনজি ফিলিংস্টেশনে এসে চরম ভোগান্তির শিকার অটোচালক সহ বিভিন্ন যানবাহন চালকরা।

তাছাড়া গাড়ি চালিয়ে রোজগার করা পর্যন্ত দায় হয়ে দাঁড়িয়েছে তাদের। অন্যদিকে এবিষয়ে হাওয়াই বাড়িস্থিত সিএনজি ফিলিংস্টেশনার অপারটর বিরাজ দাস জানান, অফিশিয়াল ভাবে নাকি সকাল ৬ টা থেকে দুপুর ১২:৩০ মিনিট পর্যন্ত সিএনজি ফিলিংস্টেশনটি যান চালকদের পরিষেবা প্রদান করা হয়। আর ফিলিংস্টেশনে সিএনজি দেওয়ার সময়সীমা কর্তৃপক্ষ ঠিক করে দেয় বলে জানায় ফিলিংস্টেশনের অপারটর। এখন দেখার বিষয় উর্ভন কর্তৃপক্ষ যান চালকদের সমস্যা দূরীকরণে কি পদক্ষেপ গ্রহণ করেন।

বিকাশ ও বিনিয়োগ ত্রিপুরার জন্য অপেক্ষা করছে, স্বপ্ন ফেরি অমিত শাহের

আধুনিক ত্রিপুরা বীর বিক্রমেরই অবদান পূর্ণ রাজ্য দিবসে শ্রদ্ধায় স্মরণ স্বরাষ্ট্রমন্ত্রীর

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২১ জানুয়ারি। পূর্ণ রাজ্য দিবসে হৃদয় থেকে আধুনিক ত্রিপুরার রূপকার মহারাজা বীর বিক্রম মাণিক্য বাহাদুরকে স্মরণ করলেন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী অমিত শাহ। ত্রিপুরার বিকাশের ভিত স্থাপনে মহারাজার প্রতি শ্রদ্ধা জ্ঞাপন করেন তিনি। সাথে আগামী ২৫ বছরের জন্য সংকল্প পত্র তৈরী করার জন্য মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দের এবং উপমুখ্যমন্ত্রী জিষ্ণু দেবকর্মার পিঠি চাপরেছেন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী। এখানেই শেষ নয়, আরও অনেক বিকাশ এবং বিনিয়োগ আগামীদিনে ত্রিপুরার জন্য অপেক্ষা করছে বলে স্বপ্নও ফেরি করলেন তিনি। ত্রিপুরার পূর্ণ রাজ্য দিবসের ৫০ বছর পূর্তিতে সমগ্র রাজ্যবাসীকে শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন জানিয়েছেন অমিত শাহ।

এদিন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী অতীতের পাতা থেকে স্মৃতি ফিরিয়ে এনে দেশভাগের সময়কার বিভীষিকার বর্ণনায় ত্রিপুরার প্রশংসা করেছেন। তিনি বলেন, দেশভাগের বিভীষিকাময় যন্ত্রণা ত্রিপুরা সহ্য করেছে। ব্রিটিশদের ভাগ কর শাসন কর নীতি গ্রহণে মহারাজা বীর বিক্রম প্রথম রাজা ভারতভুক্তিতে সাম দেন। কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রীর কথায়, মুসলিম আততায়ীরা ত্রিপুরায় প্রবেশের পরিস্থিতি সামনেতে মহারাজা কালঞ্চনপ্রভা

দেবী সর্দার বরভ ভাই প্যাটেলের কাছে সাহায্য চেয়েছিলেন। সর্দার প্যাটেল অসম থেকে বায়ু সেনা পাঠিয়ে ত্রিপুরার সাহায্য করেছিলেন। তাই, আজকের স্বনির্ভর ত্রিপুরা কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী সর্দার বরভ ভাই প্যাটেলকেও শ্রদ্ধায় স্মরণ করেন।

আজ কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী বলেন, আধুনিক ত্রিপুরা গঠনে মহারাজা বীর বিক্রমের অসামান্য অবদান অনস্বীকার্য। রত্নসাগর, নীরমহল, শিক্ষার জন্য জমি দান, বিমানবন্দর সর্ব ক্ষেত্রেই মহারাজা ত্রিপুরাকে আধুনিক করে তোলার অক্লান্তভাবে চেষ্টা করেছেন। তাই, তাঁর প্রতি শ্রদ্ধা নিবন্ধনে প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী আগরতলা বিমানবন্দর মহারাজা বীর বিক্রমের নামাকরণ করেছেন। অমিত শাহ বলেন, মহারাজা বীর বিক্রম সব সময় প্রতিভার আবেশে থাকতেন। এজন্যই তিনি আচার্য জগদীশ চন্দ্র বসুকে আর্থিক ভাবে সাহায্য করেছিলেন। তাই, দেশ আজ মহান বিজ্ঞানীর সান্নিধ্য পেয়েছে। তাঁকে হৃদয় থেকে

প্রণাম জানাচ্ছে, বলেন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী এদিন তিনি বলেন, ত্রিপুরা সরকার আজ লক্ষ্য ২০৪৭ ঘোষণা করেছে। এই ঘোষণাপত্র শুধুই দস্তাবেজ নয়। ত্রিপুরার মানুষের আশা আকাঙ্ক্ষার আধুনিক ৬ এর পাতায় দেখুন



হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

রাতেও লেবু জল পান করা যায়

লেবু জল পান করার গুণাগুণ সম্পর্কে অনেক কিছুই শোনা যায়। হজমে সহায়ক, লাভণ্য যোগায় ত্বকে, শরীরের বিষাক্ত উপাদান অপসারণ করে, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা জোরদার করে। এমন আরও অসংখ্য উপকারিতা আছে। তবে সবথানাই তা পান করতে বলা হয় সকাল বেলা। সকালে ঘুম থেকে উঠে দৈনন্দিন কাজের উদ্দেশ্যে ঘর থেকে বের হতে গিয়েই সবার নাকে মুখে দম হওয়ার যোগাড়। লেবু পানি বানানোর সময় কই।



রাতে ঘুমানো আগে আবার অনেকটা সময়। তবে তখন লেবু জল পান করাটা কতটুকু উপকারী কিংবা অপকারী তা নিয়ে সংশয় জাগে। মুক্তরাষ্ট্রের 'লেটস গেট চেকড'য়ের সনদস্বীকৃত পুষ্টিবিদ মেগান এরউইন বলেন, "লেবু পানির প্রচলিত উপকারিতাগুলো অধিকাংশই কোনো বৈজ্ঞানিক সমর্থন নেই। তার মানে এটাও নয় যে লেবু পানির কোনো উপকারিতা নেই।"

ওয়েল অ্যান্ড গুড ডটকম'য়ে প্রকাশিত প্রতিবেদনে তিনি আরও বলেন, "লেবু ভিটামিন সি'র দারুণ উৎস। মাত্র এক টেবিল-চামচ লেবুর রস যোগায় ১০ মিলি. গ্রাম ভিটামিন সি। একজন প্রাপ্তবয়স্ক মানুষের দৈনিক চাহিদা ৭৫ থেকে ৯০ মিলি. গ্রাম।" ভিটামিন সি একটি শক্তিশালী

প্রভাবের মাধ্যমে শরীরের বিষাক্ত উপাদানগুলো বের করে দিতে যুক্ত আর বৃহৎ দুটোরই চাই প্রচুর জল। তাহলে রাতে লেবু জল পান করা কী উপকারী? এর উইন বলেন, "সারাদিনের যেকোনো সময় লেবু জল পান করার মাধ্যমে শরীরে জল আর ভিটামিন সি, দুটি অত্যন্ত উপকারী উপাদানের যোগান দেওয়া সম্ভব। তবে রাতে ঘুমানো আগে পান করাটা উপকারী হবে কি-না, নির্ভর করবে ওই ব্যক্তির ওপর।" যদি কোনো সমস্যা দেখা না দেয় তবে রাতে ঘুমানো আগে লেবু জল পান করা উপকারী হবে না।

মাল্টিভিটামিন কি আসলেও প্রয়োজন?

না বুঝে 'মাল্টিভিটামিন' গ্রহণ করলে উপকার নাও মিলতে পারে। কোন বয়সে তা সেবন করা উচিত, কোনো স্বাস্থ্য সমস্যা না থাকার পরেও এগুলো খাওয়া কি নিরাপদ? আসলেও কতটুকু কার্যকর? কোন 'মাল্টিভিটামিন'টা খাওয়া উচিত? এই প্রশ্নগুলোর উত্তর কজন সেবনকারী জানেন।



মাল্টিভিটামিন কাদের জন্য উপকারী? ডা. চেরিয়ান বলেন, "৭০ বা তদুর্ধ্ব বয়সের প্রায় ৭০ শতাংশ আমেরিকান নাগরিক গড়ে প্রতিদিন একটি 'মাল্টিভিটামিন' সেবন করেন। তাই বলে অভ্যাসটাকে কখনই স্বাস্থ্যকর বলার উপায় নেই। কারণ 'মাল্টিভিটামিন' প্রয়োজন কি-না তার উত্তরটা সাধারণ হ্যাঁ কিংবা না দিয়ে হয় না।" বেশিরভাগ মানুষ মনে করেন 'মাল্টিভিটামিন' সেবন করলে তিনি সব ধরনের ভিটামিন একবারেই পেয়ে যাচ্ছেন, ফলে খাবার থেকে পর্যাপ্ত না পেলেও স্বাস্থ্যহানির কোনো সমস্যা থাকবে না। ডা. চেরিয়ান বলেন, "এমনটা যে আসলেই হবে তার কোনো বৈজ্ঞানিক প্রমাণ নেই, বরং অনেক গবেষণায় দেখা গেছে প্রতিদিন

'মাল্টিভিটামিন' খেয়ে আসলে কোনো উপকারই হয় না।" তিনি আরও বলেন, "উপকার নেই আবার ক্ষতিও নেই। কারণ ক্ষেত্রে এর উপকারিতা চোখে পড়ে। যেমন বয়সের সঙ্গে স্মৃতিশক্তি হ্রাস পায়, মেজাজের আকস্মিক তারতম্য ইত্যাদি নিয়ন্ত্রণ করা যায়। দৃষ্টিশক্তি কমে যাওয়া গতি কমাতে সহায়ক হতে পারে এই 'মাল্টিভিটামিন' সেবনের অভ্যাস।"

তবে ভোজ্য উৎস থেকেই প্রয়োজনীয় পুষ্টি উপাদানের যোগান হয়। সেক্ষেত্রে 'মাল্টিভিটামিন' কোনো কাজে আসবে না। তবে সহজাতভাবেই ভিটামিন ডি এবং ই'য়ের অভাব থাকা মানুষের সংখ্যা নেহাত কম নয়। আর এই দুই ভিটামিন খাবার থেকে পাওয়া সম্ভব নয়। সেক্ষেত্রে 'মাল্টিভিটামিন' জরুরি। "অপরদিকে কিছু ওষুধ শরীরের পুরি ঘাটতি তৈরি করে। যেমন- উচ্চ রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণের জন্য 'ডাই-ইউরেটিক' ধরনের ওষুধ দেওয়া হয়, যা জলবিয়োগের মাত্রা বাড়ানোর কারণে শরীরের ক্যালসিয়াম, পটাশিয়াম ও ম্যাগনেসিয়ামের ঘাটতি সৃষ্টি হয়। বৃহৎ জ্বালাপোড়া সারানো ওষুধ ভিটামিন বি টুয়েলভ শোষণ করার

ক্ষমতাকে দুর্বল করে দিতে পারে। পরিস্থিতিতে 'মাল্টিভিটামিন' উপকারী হবে। "চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া ফার্মেসি থেকে 'মাল্টিভিটামিন' কিনে খাওয়াটা প্রচণ্ড বোকামি। পুষ্টি চাহিদা নির্ভর করে লিঙ্গ আর বয়সের ওপর। আবার এমন একটি বেছে নিতে হবে যা পুষ্টি উপাদানের দৈনিক চাহিদার পুরোটাই পূরণ করবে তাতে পারে।" তবে পটাশিয়াম, ম্যাগনেসিয়াম আর ক্যালসিয়ামের মাত্রা 'মাল্টিভিটামিন'য়ে কম রাখা হয় বরাবরই। এই বিষয়গুলো পরখ করে, প্রয়োজনীয়তা বুঝে কোনটা বেছে নিতে হবে সেই সিদ্ধান্তটা চিকিৎসকের কাছ থেকেই নিতে হবে।

হারানো ভালোবাসার মানুষের ওপর থেকে মায়া কাটানোর পন্থা



এমন ঘটনা মনের ওপর বিরূপ প্রভাব ফেলে। আর ছেড়ে যাওয়া ভালোবাসার মানুষের ওপর থেকে মায়া কাটাতেও বেশ কাঠ খড় পোড়াতে হয়। মুক্তরাষ্ট্রের 'লাভ ডিসকোভারি ইন্সটিটিউট'য়ের সহকারী প্রতিষ্ঠাতা এবং যৌন-সম্পর্ক বিশেষজ্ঞ ক্যারোলিনা পাটাকি বলেন, "সম্পর্কে অবনতি ঘটলে অথবা কাছের কাউকে হারিয়ে ফেলার পরে মানুষ হিসেবে আমরা সাধারণভাবেই নিজের ওপর দোষারোপ করে থাকি। এতে কষ্ট আরও বাড়তে থাকে।"

মানিয়ে নেওয়ার চেষ্টা করার প্রয়োজন।" অনুভূতির সঙ্গে যুক্ত নয় মুক্তরাষ্ট্রের 'ব্রুস্ট্রানি কাউন্সেলিং কেয়ার'য়ের প্রতিষ্ঠাতা রচনা ব্রুস্ট্রানি মির পুরি বলেন, "অনুভূতি অনেকটা চোরাবালির মতো। এর সঙ্গে যতই যুক্ত করা হবে ততই এর গভীরে তলিয়ে যেতে হয়।" তার মতে, বিচ্ছেদের খারাপ অনুভূতির সঙ্গে যুক্ত না করে বরং এর কারণে হওয়া দুঃখ, একাকিত্ব এবং মন খারাপের মতো অনুভূতির সঙ্গে তাল মিলিয়ে নিলে দীর্ঘদিন এই কষ্টের বোঝা বয়ে যেতে পারে না। অনুভূতির প্রকাশ অনুভূতির প্রকাশ ঘটে কান্না, চিৎকার ইত্যাদির মাধ্যমে। পাটাকির মতে, "ব্যর্থ সম্পর্কে

শারীরিক ও মানসিক খারাপ লাগার অনুভূতি হওয়া স্বাভাবিক এবং তা প্রকাশের জন্য কান্না, দুঃখ বা অন্যান্য কষ্টের অভিব্যক্তি প্রকাশের প্রয়োজন হলে তাতে দ্বিধা করা ঠিক নয়।" কান্না করা পাটাকি ব্যাখ্যা করে বলেন, "আবেগ প্রকাশের জন্য কান্না সবচেয়ে বেশি উপকারী। কারণ এর মধ্য দিয়ে মানসিক চাপ, খারাপ লাগা ও অন্যান্য খারাপ অনুভূতি প্রকাশিত হয়। তাই নিজের শরীর থেকে চাপ কমাতে আবেগের বহিঃ প্রকাশ ঘটানো উচিত।" নিজের প্রতি ধৈর্যশীল থাকা ইনপুয়েটিভ রিলেশনশিপ হিলার অ্যান্ড সৌলমেট মিডিয়াম'য়ের ব্রিয়ানা কোলেট বলেন, "অন্যের ওপর থেকে নির্ভরশীলতা কমাতে সময়ের প্রয়োজন। বিচ্ছেদের অনুভূতি অনেকটা মৃত্যুর মতোই।" পছন্দের কাউকে হারানো, পরিবার থেকে আলাদা হওয়া, বন্ধু ও আত্মীয় থেকে বিচ্ছেদ ইত্যাদির মতো যন্ত্রণার সঙ্গে তাল মেলাতে নিজের সঙ্গে বোঝাপড়া করা ও ধৈর্য ধরা প্রয়োজন।

আবেগজনিত সমস্যা শারীরিক ক্ষতির কারণও হতে পারে। নিজেকে ক্ষমা করা পাটাকি মনে করেন, বিচ্ছেদের পরে নিজেকে ও অন্যকে ক্ষমা করতে পারার মতো মানসিকতা তৈরি করা প্রয়োজন। না হলে এই যন্ত্রণার অবসান ঘটে না। আর সামনের দিকে এগিয়ে যাওয়া সম্ভব হয়ে ওঠে না। তিনি আরও বলেন, "অধিকাংশ ক্ষেত্রেই দেখা গেছে মানুষ বিচ্ছেদের পরে নিজেকেই বেশি দোষারোপ করতে থাকে যা যন্ত্রণা আরও বাড়িয়ে দেয়। তবে মনে রাখা প্রয়োজন সবকিছু আসলে আমাদের হাতে থাকে না। তাই নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করা ও পরিস্থিতি সামাল দিয়ে ওঠার জন্য যথাসম্ভব চেষ্টা করতে হবে।" নিজের যত্ন ব্রুস্ট্রানি মিরপুরি বলেন, "বিচ্ছেদের পরে অধিকাংশ মানুষই নিজের প্রতি উদাসীন হয়ে পড়েন যা করা ঠিক নয়। নিজের মন ও শরীরের প্রতি যত্ন নেওয়ার জন্য ধ্যান শরীরচর্চা ও মাঝেমাঝে কাজের ফাঁকে বিরতি নিয়ে নিজের সঠিক পরিচর্যা করা এ যন্ত্রণা অনেকটাই কমাতে সাহায্য করে।"

অতিরিক্ত পাউরুটি খেলে শরীরে বাসা বাঁধতে পারে যেসব রোগ



সকালের খাবারে পাউরুটি রয়েছে বেশিরভাগ মানুষেরই পছন্দের তালিকায়। সন্ধ্যার টিফিনেও আবার অনেকে পাউরুটি খেয়ে থাকেন। স্যান্ডউইচ কিংবা জ্যাম বা মাখন লাগিয়ে পাউরুটির টোস্ট খেতে মন্দ লাগে না, আর যেতে বেশি সময়ও যায় না। কিন্তু অতিরিক্ত পরিমাণে পাউরুটি খেলে

অনেকেই হয়তো জানেন না যে, আমাদের স্বাস্থ্যের জন্য তা খুব খারাপ। এর ফলে শরীরে বেশ কিছু মারণ রোগ শরীরে বাসা বাঁধতে শুরু করে। আনুস পাউরুটি বেশি খেলে আমাদের শরীরে কী কী সমস্যা দেখা দিতে পারে জেনে নেওয়া যাক- ব্লাড সুগার বাড়ায়

প্রতিদিন পাউরুটি খেলে রক্তে শর্করার মাত্রা বেড়ে যায়, যার ফলে ডায়াবেটিসের ঝুঁকিও বাড়ে। আর ডায়াবেটিস হওয়া মানে, তার সাথে আরও অনেক রোগ আসে। হাই ব্লাড প্রেসারের সমস্যাও বাড়ে। মানসিক অবসাদ আমেরিকান জার্নাল অব ক্লিনিক্যাল নিউট্রিশন-এ প্রকাশিত

রিপোর্ট অনুযায়ী, পাউরুটি খাওয়ার ফলে আমাদের শরীরে অনেক পরিবর্তন হয়, ফলে বিশেষ কিছু হরমোনের ক্ষরণও বেড়ে যায়। এই কারণে মানসিক অবসাদের মতো সমস্যাও অনেক গুণ বাড়বে। কোলেস্টেরলের মাত্রা বাড়বে গবেষণায় দেখা গেছে, পাউরুটি বা ময়দা দিয়ে প্রস্তুত কোনো খাবার নিয়মিত খেলে শরীরে কোলেস্টেরলের মাত্রা অনেকটাই বাড়ে। আর কোলেস্টেরল বৃদ্ধি পেলে হার্টের নানা সমস্যার ঝুঁকি বাড়ে। পেট ভরে কিন্তু পুষ্টি মেলে না পাউরুটি খেলে ক্ষুধা হয়তো মেটে, কিন্তু শরীর সঠিক পুষ্টি পায় না। আপনার সন্তান যদি ক্ষুধার্ত অবস্থায় প্রতিদিন পাউরুটি খায় তবে সে অপুষ্টির শিকার হতে পারে। ওজন বাড়বে গবেষণা অনুযায়ী, পাউরুটি খাওয়ার পর শর্করার মাত্রা বৃদ্ধি পায় এবং কার্বোহাইড্রেটের পরিমাণ বাড়তে থাকে, এর ফলে ওজনও বাড়তে শুরু করে।

দ্রুত হাঁটবেন নাকি অনেক দূর হাঁটবেন

দ্রুত হাঁটা আর আরাম করে হাঁটা দুটোরই নিজস্ব উপকারিতা আছে। প্রতিদিন হাঁটাহাঁটির অভ্যাস যাদের আছে তাদের হাঁটার সময়কাল হয় বিভিন্ন। কখনও হাতে অঙ্গে সময়, আয়েসি ভঙ্গিতে অনেকটা পথ হাঁটা হয়। কোনদিন হাতে সময় থাকে না, ফলে দ্রুত হেঁটে কোটা পূরণ করতে হয়। যতক্ষণ বা যতদূরই হাঁটেন না কেনো, উপকার আছেই এবং সেজন্য নিজেকে বাহবা দিন। তবে দ্রুত হাঁটা আর অনেকটা পথ হাঁটার মধ্যে কোনটা বেশি উপকারী সেটা জানতে চাইলে বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিতে হবে। মুক্তরাষ্ট্রের হিউস্টন'য়ে অবস্থিত 'ইউটি হেল সাইন্ট সেন্টার' অ্যাট হিউস্টন'য়ের অস্ত্রভুক্ত ম্যাকগভার্ন মেডিক্যাল স্কুল'য়ের 'স্পোর্টস



কার্ডিওলজিস্ট' জন হিগিন্স বলেন, "দ্রুত হাঁটা আর আরাম করে হাঁটা দুটোই নিজস্ব কিছু উপকারিতা

আছে।" অল্প দূরত্বে দ্রুত হাঁটা ওয়েল অ্যান্ড গুড ডটকম'য়ে প্রকাশিত প্রতিবেদনে জন হিগিন্স বলেন, "ধরে

নেওয়া যাক, আপনার কাঁধে নানান দায়িত্ব। সন্তানদের স্কুলে নিয়ে যেতে হবে, বাজার করতে হবে, অফিসের

কাজ শেষ করতে হবে ইত্যাদি। এরই মাঝে এককক্ষকে একটু হাঁটাহাঁটির সময় বের করে নিতে হবে। এমন পরিস্থিতিতে দ্রুত গতিতে হেঁটে অল্প সময়ে অনেকটা পথ হাঁটলে সমস্যার সম্ভাবনার হ্রাস পাবে।" ১৫ মিনিট দ্রুত গতিতে হাঁটার মাধ্যমে ৩০ মিনিট আরাম করে হাঁটার সমান ব্যায়াম হবে। আবার এই হাঁটা 'অ্যারোবিক এক্সারসাইজ' হিসেবেও কাজ করবে। ফলে হৃদযন্ত্র শক্তিশালী হবে, হৃদরোগের ঝুঁকি কমেবে, জ্ঞানীয় ক্ষমতা বাড়বে, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা শক্তিশালী হবে, মেজাজ ভালো থাকবে। আরাম করে হাঁটা যদি হাতে সময় থাকে তবে ধীর গতিতে লম্বা সময় হাঁটা বেশি উপকারী হবে। ডা. হিগিন্স বলেন, "ধীরে হাঁটলে সময়

বেশি লাগলেও জোর হাঁটার সম-পরিমাণ উপকারই মিলবে। সঙ্গে কমেবে আঘাত পাওয়া ও দুর্ঘটনার সম্ভাবনা।" আবার এই পদ্ধতি অনুসরণ করলে হাঁটার ক্ষমতা বাড়বে, ফলে ভবিষ্যতে আরও লম্বা সময় হাঁটার জোর পাবেন। কতদূর হাঁটা হল সেই পরিমাণটা দেখলে মানসিক তৃপ্তি পাবেন, যা আরও হাঁটার অনুপ্রেরণা যোগাবে। মনে রাখতে হবে, শারীরিক উপকারের পাশাপাশি মানসিক প্রশান্তিও জরুরি। বিষয় হল ডা. হিগিন্স বলেন, "সবচাইতে ভালো হবে গতি আর সময়- দুটোর স্বাস্থ্যকর মিশ্রণ। সপ্তাহের একদিন শরীরের ওপর চাপ প্রয়োগ করুন, ভারী ব্যায়াম করুন। বাকি দিনগুলো হালকা ব্যায়াম।"

শরীরের এই পরিবর্তনগুলো ভুলেও করবেন না

অনেক সময় আমরা শরীরের নানা নীরব লক্ষণ এড়িয়ে যাই কিংবা অবহেলা করি। যা পরবর্তীতে বড় ধরনের বিপদের কারণ হতে পারে। তাই যদি কখনও অনুভূত হয় যে শরীরের আকস্মিক পরিবর্তন ঘটছে, তা মোটেই অবহেলা করা উচিত নয়। যেসব পরিবর্তন অবহেলা করবেন না- ১. শরীরের কোনো স্থান হতে অনভিপ্রেত রক্তক্ষরণ, বার বার মলত্যাগ, ৩. আকস্মিক ওজন হ্রাস, ৪. হঠাৎ রেগে যাওয়া ৫. শারীরিক ক্ষমতা হ্রাস ৬. স্কিন র্যাশ যা থেকে চুলকানো হয় ৭. নাক ডাকা ৮. দীর্ঘস্থায়ী খুশখুশে কাশি ৯. দাঁতের সমস্যা হওয়া ১০. প্রিয়জনদের নাম মনে রাখতে না পারা এ সমস্যাগুলো এক বা একাধিক এক সঙ্গে থাকতে পারে। যেমন- আকস্মিক ওজন হ্রাস, পাকস্থলী, গলনালী, প্যানক্রিয়াস অথবা ফুসফুসের ক্যান্সারের লক্ষণ। এ ব্যাপারে আমেরিকান ক্যান্সার সোসাইটির প্রধান ক্যান্সার নিয়ন্ত্রণ কর্মকর্তা ডি রবার্ট ওয়েন্ডারের মতে কোনো ধরনের ডায়েটিং অথবা এক্সারসাইজ ছাড়া শরীরের ওজন ১০ কেজি কমে গেলে অবশ্যই ক্যান্সারের বিষয়টি মাথায় আনতে হবে। উল্লেখ্য, বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী এসব সমস্যা চিহ্নিত করা যায়। তাই তাদের মতে, শরীরের যে কোনো ধরনের রোগের লক্ষণ কোনো ভাবেই অবহেলা করা উচিত নয়।



এক দিনের সিরিজেও লজ্জার হার ভারতের এক ম্যাচ বাকি থাকতে জয়ী প্রোটিয়ারা

পার্ল, ২১ জানুয়ারি (হিস.): টেস্ট সিরিজের পর এবার একদিনের সিরিজে হেরে গেল ভারত। শুক্রবার পার্লে সিরিজের দ্বিতীয় ম্যাচে মুখোমুখি লোকেশ রাহুল ও তেজা বাভুমার। দ্বিতীয় ম্যাচে টেস্টে জিতে শুরুতে ব্যাটিংয়ের সিদ্ধান্ত নিলেন ভারত অধিনায়ক কেএল রাহুল। নির্ধারিত সময়ে ছয় উইকেট হারিয়ে ২৮৭ তালে ভারত। জয়ের জন্য ২৮৮ রানের লক্ষ্য নিয়ে খেলতে নেমে ১১ বল বাকি থাকতেই ৭ উইকেটে ম্যাচ জিতল দক্ষিণ আফ্রিকা। এই জয়ের পাশাপাশি এক ম্যাচ বাকি থাকতেই সিরিজও পকেটে তুলল বাভুমা আন্ড কোম্পানি। পার্লে বোলান্ড পার্লে যে পিচে প্রথম ম্যাচ খেলা হয়েছিল, দ্বিতীয় ম্যাচেও সেই একই পিচ ব্যবহার করা হয়। জেতার একটাই ফর্মুলা ছিল, প্রথমে টেস্টে জিতে ব্যাটিং নেওয়া এবং বড় রান তোলা। টেস্টের পর ভারতের অধিনায়ক কেএল রাহুলের মুখেও শোনা গিয়েছিল সে কথাই। এমনকি, গুরুটা ভালই হয়েছিল ভারতের। আগের দিন

রাহুল শুরুতে ফিরলেও, শুক্রবার উইকেট কামড়ে পড়েছিলেন তিনি। যোগ্য সদ্যত দেন শিখর ধবন। তবে ৬৩ রানের মাথায় এডেন মার্কারামকে সুইপ করতে গিয়ে উইকেট খোয়ালেন ধবন। নামলেন বিরাট কোহলী। প্রথম ম্যাচে অর্ধশতরানের মনে করা হয়েছিল এই ম্যাচেও তাঁর ব্যাট থেকে বড় রান আসবে। কিন্তু পঞ্চম বলে অদ্ভুত ভাবে আউট হয়ে ফিরলেন কোহলী। কেশব মহারাজের আপাত নিরীহ বলে ড্রাইভ করতে গেলেন। শর্টকভারে থাকা বাভুমার কাছে লোপা কাচ গেল। অনেকেই তখন দেখে বিশ্বাস করতে পারছিলেন না যে, কোহলী এ ভাবেও আউট হতে পারেন! তিন ধরনের ক্রিকেটেই তিনি আর নেতা নন। এটা মানসিক ভাবে কি কিছুটা হলেও প্রভাব ফেলেছে তাঁর উপর? শুক্রবারের তাঁর আউট হওয়ার ধরন দেখে এই প্রশ্ন উঠতেই পারে। চার নম্বরে ঋষভ পঞ্চ ভারতের ধন সামলালেন। রাহুলের সঙ্গে জুটি বেঁধে এগিয়ে নিয়ে যেতে থাকলেন

ভারতের রান। রাহুলের তুলনায় অনেক বেশি আক্রমণাত্মক ছিলেন পঞ্চ। এর আগে তাঁর ব্যাটিং নিয়ে সমালোচনা হলেও, শুক্রবার যেন স্বাভাবিক মেজাজেই দেখা গেল ভারতের উইকেটকিপারকে। দ্বিতীয় উইকেটে ১১৫ রান যোগ হওয়ার পরে ভাঙল জুটি। অর্ধশতরান করেই মাগালার বলে ড্যান ডার ডুসেনের হাতে ক্যাচ দিলেন রাহুল। পরের ওভারেই ফিরলেন পঞ্চ। অহেতুক তুলে মারতে গিয়ে উইকেট খোয়ালেন তিনি। না হলে এক দিনের ক্রিকেটে জীবনের প্রথম শতরান শুক্রবারই করে ফেলতে পারতেন। রাহুল এবং পঞ্চ পরপর ফেরার পরই ভারতের রানের গতি কমে যায়। মাঝের অর্ডার ফের বার্থ। শ্রেয়স আয়ার এবং বেস্টন আয়ার হাতে অনেকটা সময় পেলেও বড় রান করতে পারলেন না। উল্টে আগের ম্যাচে অর্ধশতরান করার পর শুক্রবার ৪০ রানের গুরুত্বপূর্ণ ইনিংস খেলে দিলেন শার্দুল ঠাকুর। তিনি না থাকলে ভারতের স্কোর ২৮৭

রানে পৌঁছায় না। তবে দক্ষিণ আফ্রিকা ব্যাট করতে নামার শুরু থেকেই বুঝিয়ে দেয় তারা হাল ছাড়তে রাজি নয়। একের পর এক বোলিং পরিবর্তন করেও কুইন্টন ডি'কক বা জানেমন মালানকে ফেরাতে পারছিলেন না রাহুল। ভারতের প্রথম সাফল্য আসে ২২তম ওভারে। ততক্ষণে প্রথম উইকেটে উঠে গিয়েছে ১৩২ রান। ৭৮ রান করে শার্দুলের বলে ফিরে যান ডি'কক। ক্রিকেট আসেন বাভুমা। দু'জনে মিলে ঠাণ্ডা মাথায় খেলে ক্রমশ জয়ের লক্ষ্যে এগিয়ে যেতে থাকেন দক্ষিণ আফ্রিকা। এক দিনের ক্রিকেটে চতুর্থ শতরানের দিকে ক্রমশ এগিয়ে যাচ্ছিলেন মালান। কিন্তু ক্রিকেট জমে গিয়েও ৯১ রানের মাথায় বুমরার বলের লাইন বুঝতে না পেরে বোল্ড হয়ে গেলেন। তার পরের ওভারেই ফিরলেন বাভুমা। কিন্তু মার্কারাম এবং ডুসেনের সৌজন্যে জয়ের রান তুলতে অসুবিধা হয়নি প্রোটিয়ারদের।



যোগাসনা স্পোর্টস এসোসিয়েশন অব ত্রিপুরার কর্মকর্তারা সাংবাদিক সম্মেলনে বক্তব্য রাখেন। ছবি নিজস্ব।

শেষ আটে বিলবাওকে পেল রিয়াল

কেপা দেল রেের কেয়ার্টার-ফাইনালে আঞ্চলিক বিলবাওকে প্রতিপক্ষ হিসেবে পেয়েছে রিয়াল মাদ্রিদ। রিয়াল সোসিডাদ খেলবে রিয়াল বেতিসের বিপক্ষে। স্প্যানিশ কপ নামে পরিচিত প্রতিযোগিতার শেষ আটের ড্র অর্নিত হয় শুক্রবার। এক লেগের কেয়ার্টার-ফাইনালের অন্য দুই ম্যাচে মুখোমুখি হবে অসেগিয়া ও কাদিস এবং রায়ো ভায়েকানো ও রিয়াল মায়োর্ক শেষ খেলোয়াড়দের হাতে পাবে না কালার্স আনচেলত্তির দল। জাতীয় দলের হয়ে তখন বিশ্বকাপ বাছাইয়ের ম্যাচের জন্য বাস্তবিকভাবে তারা ব্রাজিলের আসন্ন বিশ্বকাপ বাছাইয়ের দুই ম্যাচের দলে আছেন রিয়ালের নিয়মিত

তারিখ পরে জানানো হবে। আর প্রতিযোগিতার রেকর্ড ৩১ বারের চ্যাম্পিয়ন বার্সেলোনাকে ৩-২ গোলে হারিয়ে কেয়ার্টার-ফাইনালে ওঠে দ্বিতীয় সর্বোচ্চ ২৩ বার এর শিরোপা জেতা বিলবাও। সেমি-ফাইনালে ওঠার লড়াইয়ে বিলবাওয়ের বিপক্ষে দক্ষিণ আমেরিকার খেলোয়াড়দের হাতে পাবে না কালার্স আনচেলত্তির দল। জাতীয় দলের হয়ে তখন বিশ্বকাপ বাছাইয়ের ম্যাচের জন্য বাস্তবিকভাবে তারা ব্রাজিলের আসন্ন বিশ্বকাপ বাছাইয়ের দুই ম্যাচের দলে আছেন রিয়ালের নিয়মিত

একাদশের চার জন- কাসেমিরো, এদের মিলিতাও, রিভিগো ও ভিনিসিউস জুনিয়র। এছাড়া উরুগুয়ে দলে ডাক পেয়েছেন ফেদে ভালভেরদে। তারা মাদ্রিদে ফিরবেন ২ ফেব্রুয়ারি। প্রাথমিকভাবে ওই দিনই নির্ধারিত হয়েছে রিয়ালের শেষ আটের ম্যাচটির সূচি। একইভাবে সোদিয়োদের বিপক্ষে রিয়াল বেতিস হতে পাবে না চিলির গোলরক্ষক ক্লাওদিও ব্রাজো, আর্জেন্টিনার ডিফেন্ডার হেরমান পেসেসিয়া,

মিডফিল্ডার গিদো রদ্রিগেস, মেক্সিকোর আন্দ্রেস গুয়ার্দাদো ও দিয়েগো লাইনেসকে। তারা সবাই জাতীয় দলে ডাক পেয়েছেন। দক্ষিণ আমেরিকা অঞ্চলের বাছাইয়ে শীর্ষে থাকা ব্রাজিল ২৭ জানুয়ারি খেলবে একুয়েডরের বিপক্ষে। পাঁচ দিন পর পাঁচবারের বিশ্ব চ্যাম্পিয়নদের প্রতিপক্ষ প্যারাগুয়ে। দুবারের বিশ্বকাপ জয়ী আর্জেন্টিনা ২৭ জানুয়ারি ডিফেন্ডার হেরমান পেসেসিয়া, চিলির মুখোমুখি হবে।

করোনায় আক্রান্ত সঙ্গীক হরভজন সিং

মুম্বই, ২১ জানুয়ারি (হিস.): করোনায় আক্রান্ত প্রাক্তন ক্রিকেটার হরভজন সিং। তাঁর স্ত্রী গীতা বসরাও রিপোর্টও পজিটিভ এসেছে। আপাতত কোয়ারান্টিনে রয়েছে হরভজন ও শুক্রবার সকালে টুইট করে করোনায় আক্রান্ত হওয়ার কথা জানান ভারতের প্রাক্তন অফিস্পিনার হরভজন সিং। টুইটে হরভজন লিখেছেন, 'আমি করোনায় পজিটিভ। কিছু উপসর্গ রয়েছে। আমি নিজেকে কোয়ারান্টিনে করে রেখেছি। এছাড়াও গুরুত্বপূর্ণ যা যা বিধি মেনে চলার তা মেনে চলছি। সম্প্রতি সংস্পর্শে আসা প্রত্যেককে করোনায় পরীক্ষা করিয়ে নেওয়ার আবেদন জানিয়েছেন হরভজন। হিন্দুস্থান সমাচার / সৌম্যলি

অস্ট্রেলিয়ান ওপেন থেকে বিদায় ঘটল ডিফেন্ডিং চ্যাম্পিয়ন নাওমি ওসাকারও

মেলবোর্ন, ২১ জানুয়ারি (হিস.): এবার অস্ট্রেলিয়ান ওপেন থেকে বিদায় নিলেন ডিফেন্ডিং চ্যাম্পিয়ন নাওমি ওসাকাও। আমান্ডা আনিসিমোভার বিরুদ্ধে অপ্রত্যাশিত হারে শুক্রবার মহিলাদের সিঙ্গেলসে তৃতীয় রাউন্ড থেকেই ছিটকে গেলেন গত বারের বিজয়ী। ওসাকা হেরেছেন ৪-৬, ৬-৩, ৬-৭ গেমে। নাটকীয় ম্যাচে ভীষণ চাপের মুখে দুর্ধর্ষ দক্ষতা এবং ঠাণ্ডা মাথার পরিচয় দিয়ে টর্নামেন্টের এখনও অবধি সবথেকে বড় অর্জন ঘটালেন আমান্ডা। তৃতীয় রাউন্ডের ম্যাচে প্রথম সেটে ৬-৪ ব্যবধানে জিতে এগিয়ে ছিলেন ওসাকা। তবে দ্বিতীয় সেটে ৬-৩ ব্যবধানে নিজের নামে করে দুরন্তভাবে ম্যাচে সমতায় ফেরেন ২০ বছর বয়সী আমান্ডা। এই সেটে ১৩ নম্বর বাছাই ওসাকার ১৫টি উইনার মারেন তিনি। এরপর তৃতীয় সেটে এক নয়, পরপর দুই ম্যাচ পয়েন্ট বাঁচান আমেরিকান তরুণী। ম্যাচ টাই ব্রেকারে পৌঁছলে ১০-৫ টাই ব্রেকার জিতে প্রি-কোয়ার্টার ফাইনালে নিজের জয়গা পাকা করেন আমান্ডা। এই বছরের শুরু থেকেই তুখর ফর্মে রয়েছেন আমেরিকান তরুণী। ওসাকাকে হারিয়ে তাঁর এই মরশুমের পরিসংখ্যান ৮-০। তবে ডিফেন্ডিং চ্যাম্পিয়নকে হারালেও আমান্ডার জন্য পরের রাউন্ডে আরও কঠিন চ্যালেঞ্জ অপেক্ষা করে রয়েছে। রবিবার (২৩ জানুয়ারি) তিনি অস্ট্রেলিয়ায়ই ভূমিকনা, বিশ্বের এক নম্বর মহিলা টেনিস তারকা অ্যাশলে বার্টির মুখোমুখি হবেন।

ABRIDGED NOTICE FOR SUBMISSION OF QUOTATIONS FOR SUPPLY OF I (ONE) NOS OF PHOTOCOPIER MACHINE UNDER TRLM
Sealed quotations are hereby invited from reputed suppliers for procurement of I (one) nos of photocopier machine under TRLM at Office of the CEO, TRLM, Bholananda palli, Opposite of EPF office VIP Road, Agartala, Tripura, pin-799006. NIQ shall be received in the office of SMMU, TRLM upto 3.00 P.M Hill 27/01/2022. Detailed NIQ may be seen in the websites- www.rural.tripura.gov.in/ www.trlm.tripura.gov.in/ www.tripura.gov.in

Sd/-illegible
ICA-C-3442/2021-22
(Dr. Vishal Kumar, IAS)
Chief Executive Officer
Tripura Rural Livelihood Mission

করোনার থাবায় ভারতের অনূর্ধ্ব ১৯ দলে ডাক পেলেন বাংলার অভিষেক

নয়াদিল্লি, ২১ জানুয়ারি (হিস.): করোনায় হানা ভারতের অনূর্ধ্ব ১৯ দলে। করোনায় আক্রান্ত হয়েছেন জাতীয় দলের ক্যাপ্টেন যশ ধূল-সহ ৬ জন ক্রিকেটার। একাধিক ক্রিকেটার করোনায় আক্রান্ত হওয়ায় অনূর্ধ্ব ১৯ বিশ্বকাপ দলে সুযোগ পেলেন বাংলার অভিষেক পোডেল। টুর্নামেন্টে এমন পরিস্থিতি দলকে সমস্যায় ফেলতে পারে আঁচ করেই বিসিসিআইয়ের তরফে পাঁচজন রিজার্ভ ক্রিকেটারকে কারিবিয়ানে পাঠানো হচ্ছে। এই পাঁচজন ক্রিকেটারের মধ্যে দলে সুযোগ

পেয়েছেন বাংলার উইকেটকিপার ব্যাটার অভিষেক পোডেল। বাকি চার ক্রিকেটার হলেন উদয় শরণ, রিশিথ রেড্ডি, অংশ গোসাই এবং পিএম সিং রাঠোর। আয়ারল্যান্ড ম্যাচের আগেই ভারতীয় অনূর্ধ্ব ১৯ দলের অধিনায়ক যশ ধূলসহ হাফ ডজন ক্রিকেটার করোনায় কবলে পড়েন। আইরিশদের বিরুদ্ধে কোনোক্রমে ১১ জন নিয়ে মাঠে নেমে ম্যাচ জিততে তেমন অসুবিধা না হলেও, টুর্নামেন্টে এমন পরিস্থিতি দলকে সমস্যায় ফেলতে পারে আঁচ করেই

বিসিসিআইয়ের তরফে একেবারেই সঙ্গে সঙ্গেই এই ক্রিকেটারদের কারিবিয়ান স্থাপন করে পাঠানোর ব্যবস্থা নিয়েছে ভারতের ক্রিকেট নিয়ামক সংস্থা। তিনি জানান, 'হ্যাঁ, ভারতীয় বোর্ড পাঁচজন রিজার্ভ ক্রিকেটারকে কারিবিয়ানে পাঠানোর সিদ্ধান্ত নিয়েছে। ওদের ওখানে পৌঁছে ছয়দিন নিভৃতবাসে কাটাতে হবে। তবে আশা করছি দল নিজেদের গ্রুপে শীর্ষে শেষ করবে এবং ২৯ জানুয়ারি কোয়ার্টার ফাইনালেও আগে সকলে সুস্থ হয়ে উঠবে।'

ম্যাচ বাকি রয়েছে। ২২ জানুয়ারি উগান্ডার বিরুদ্ধে নিশান্ত সিদ্ধুরা নিজেদের গ্রুপ পর্বের অন্তিম ম্যাচ খেলবে। সেই ম্যাচ জিততে ভারতের খুব বেশি সমস্যা হওয়ার কথা নয়। তবে আইসিসির নিয়ম অনুযায়ী ১৭ জন্মের স্কোয়াডে, ভারতের ছয়জন ক্রিকেটার বর্তমানে নিভৃতবাসে থাকায় একদম ১১ জন ক্রিকেটারই মাঠে নামার জন্য অবশিষ্ট রয়েছে, পরবর্তী পর্যায়ে ম্যাচে এই সমস্যার সম্মুখীন হতে না হয়, সেই কারণেই বিসিসিআই রিজার্ভ ক্রিকেটারদের আগেভাগে পাঠিয়ে রাখছে।

দক্ষিণ আফ্রিকার বিরুদ্ধে দ্বিতীয় একদিনের ম্যাচে টেস জিতে ব্যাট করছে ভারত

পার্ল, ২১ জানুয়ারি (হিস.): দক্ষিণ আফ্রিকার বিরুদ্ধে একদিনের সিরিজে ১-০ ব্যবধানে পিছিয়ে রয়েছে ভারত। শুক্রবার পার্লে সিরিজের দ্বিতীয় ম্যাচে মুখোমুখি লোকেশ রাহুল ও তেজা বাভুমার। দ্বিতীয় ম্যাচে টেস্টে জিতে শুরুতে ব্যাটিংয়ের সিদ্ধান্ত নিলেন ভারত অধিনায়ক কেএল রাহুল। আজ অপরিবর্তিত প্রথম একাদশ নিয়েই দ্বিতীয় একদিনের ম্যাচে মাঠে নেমেছে ভারত।

আজকের ম্যাচটা ভারতের কাছে কার্যত ডু অর ডাই ম্যাচ। আজ জিতে পেলেন সিরিজে সমতা ফেরাতে পারবে মেন ইন ব্লু। আইসিসির ওয়ান ডে ব্যাটিংয়ে ৪ নম্বরে রয়েছে ভারত এবং ৫ নম্বরে রয়েছে দক্ষিণ আফ্রিকা। হেড টু হেডে নজর রাখলে দেখা যাবে দক্ষিণ আফ্রিকার মাটিতে ৩৫বার মুখোমুখি হয়েছে এই দুই দল। যার মধ্যে ২৩ বার জিতেছে প্রোটিয়ারা এবং ১০ বার জিতেছে ভারত। ২ বার কোনও ফলাফল পাওয়া যায়নি। ভারতের প্রথম একাদশ: কেএল রাহুল (অধিনায়ক), শিখর ধাওয়ান, বিরাট কোহলি, শ্রেয়স আইয়ার, ঋষভ পঞ্চ (উইকেটকিপার), ভেন্ডেশ আইয়ার, রবিচন্দ্রন অশ্বিন, শার্দুল ঠাকুর, ভুবনেশ্বর কুমার, জশপ্রীত বুমরা এবং যুজবেন্দ্র চাহাল।-হিন্দুস্তান সমাচার / কাকলি

কেমো নেওয়ার পর হাসপাতাল থেকে ছাড়া পেলেন পেলে

সাও পাওলো, ২১ জানুয়ারি (হিস.): কেমো নেওয়ার পর হাসপাতাল থেকে ছাড়া পেলেন ব্রাজিলের কিংবদন্তি ফুটবলার পেলে। ব্রাজিলের স্থানীয় একটি হাসপাতালে ক্যান্সারের চিকিৎসা চলছে পেলের। সাও পাওলোর যে হাসপাতালে তিনি ছিলেন, তারাই বৃহস্পতিবার পেলের ছাড়া পাওয়ার খবর জানিয়েছে। গত মাস থেকে পেলের কেমোথেরাপি শুরু হয়েছে। বৃহবার হাসপাতালে ভর্তি হয়েছিলেন পেলে। বাড়ি ফেরার পর আপাতত তিনি সুস্থই আছেন। সম্প্রতি ব্রাজিলের এক টিভি চ্যানেল জানায়, পেলের অল্পে দু'টি টিউমার ধরা পড়েছে। তাঁর শরীরে ক্যান্সারের সংক্রমণ ছড়িয়েছে কি না তা জানার জন্য আরও পরীক্ষা করা হবে। গত বছর সেন্টমেরের কোলন টিউমার বাদ দেওয়ার জন্য পেলের অস্ত্রোপচার হয়। প্রায় এক মাস কড়া রক্ষণাবেক্ষণে ছিলেন তিনি। গত মাসে ফের হাসপাতালে ভর্তি হন কেমোথেরাপির জন্য। তবে দ্রুত তাঁকে ছেড়ে দেওয়া হয়েছিল। সাম্প্রতিককালে স্বাস্থ্যের অবনতি হওয়ার জন্য একাধিক বার তিনি হাসপাতালে ভর্তি হয়েছেন। এর মধ্যে এক বার কোলনের অস্ত্রোপচার করা হয়েছিল। ইদানীং বাড়ির বাইরে কোনও অনুষ্ঠানে খুব একটা এখন দেখা যায় না তাঁকে। তবে নেটমাধ্যমে যথেষ্ট সক্রিয় থাকেন তিনি।-হিন্দুস্তান সমাচার / কাকলি

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

Press Notice Inviting e-tender NO. 01/ EEINH-DIVI PWD INHYKGT/2021-22 Dt. 18.01.2022
The Executive Engineer, PWD(NH), NH Division, Kumarghat, Unokoti, Tripura invites on behalf of the 'Governor of Tripura' sealed item rate e-tender from the Central & State public sector undertaking / enterprise and eligible Contractors /Firms/ Agencies of appropriate class registered with PWD/TAADC/MES/CPWD/Railway/Other State PWD up to 15.00Hrs. on 07.02.2022 for the following work:-

SL NO	DNIT No.	ESTIMATED COST	EARNEST MONEY	TIME FOR COMPLETION	LAST DATE AND TIME FOR DOCUMENT DOWNLOADING AND BIDDING	TIME AND DATE OF OPENING OF BID	DOCUMENT DOWNLOADING AND BIDDING APPLICATION	CLASS OF TENDERER
1	DNIT No: 54/ SE /PWD(NH)/NH Circle/2021-22	₹66,87,803.00	₹66,878.00	180 (One hundred eighty) days	07.02.2022 Up to 15:00 Hrs	07.02.2022 At 16:00 Hrs.	https://tripuratenders.gov.in	Appropriate Class
2	DNIT No: 55/ SE /PWD(NH)/NH Circle/2021-22	₹66,85,894.00	₹66,860.00	180 (One hundred eighty) days	07.02.2022 Up to 15:00 Hrs	07.02.2022 At 16:00 Hrs.	https://tripuratenders.gov.in	Appropriate Class

Details can be seen in the office of the undersigned or visit: <https://tripuratenders.gov.in>

(Er. Biswajit Dutta)
Executive Engineer
NH Division, PWD(NH)
Kumarghat, Unokoti Tripura

ICA-C-3443/2021-22



ত্রিপুরা বিভূষণ সম্মান ডা. প্রতাপ সান্যালকে প্রদান করেন মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেব এবং ত্রিপুরা ভূষণ সম্মান হেলেন দেববর্মাকে প্রদান করেন উপমুখ্যমন্ত্রী বীণু দেববর্মা। ছবি নিজস্ব।



লক্ষ্য-২০৪৭ আগামীদিনের ত্রিপুরাবাসীর আশা আকাঙ্ক্ষার রূপরেখা : কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২১ জানুয়ারি। ত্রিপুরা পূর্ণরাজ্য দিবসের ৫০ বছর পূর্তিতে আজ রাজ্যের আগামী প্রজন্মের কাছে একটি উন্নয়নের রূপরেখা তুলে ধরা হয়েছে। কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ আজ রবীন্দ্র শতবার্ষিকী ভবনের ১ নং প্রেক্ষাগৃহে ত্রিপুরা পূর্ণরাজ্য দিবসের অনুষ্ঠানে ভিডিও কনফারেন্সের মাধ্যমে এই উন্নয়নের রূপরেখা সম্বলিত 'লক্ষ্য-২০৪৭'-র আনুষ্ঠানিক প্রকাশ করেন। ২০২২-২০৪৭ এই ২৫ বছরের জন্য রাজ্যের সার্বিক বিকাশের রূপরেখা 'লক্ষ্য-২০৪৭'-এ তুলে ধরা হয়েছে। ত্রিপুরা সরকারের পরিকল্পনা (পি এ্যাণ্ড সি) দপ্তর থেকে এই রূপরেখা তৈরি করা হয়েছে।

পুলিশি অভিযানে ধর্মনগরের ছুর্য়ায় উদ্ধার দুই কোটি টাকার হেরোইন

নিজস্ব প্রতিনিধি, চুড়াইবাড়ি, ২১ জানুয়ারি। গোপন সংবাদের ভিত্তিতে উত্তর জেলার গোয়েন্দা পুলিশ ও ধর্মনগর থানার নেশা বিরোধী অভিযান। ধর্মনগর কলেজ রোডের জামির আল্লা(হুসুয়া) এলাকার আমিনুল হকের বাড়িতে তল্লাশি চালিয়ে উদ্ধার পনেরো প্যাকেটে দুই কোটি টাকার হেরোইন সহ পরিমাপের মেশিন ও খালি কোঁটা উদ্ধারকৃত হেরোইনের বাজার মূল্য আনুমানিক দুই কোটি টাকা সম্পত্তি মাদক কারবারি আমিনুল হক পলাতক। ধর্মনগর থানার পুলিশ একটি এনডিপিএস ধারায় মামলা রুজু করে তদন্ত শুরু করে দিয়েছে।

নম্বর বিহীন একটি স্কুটও তবে পুলিশ অভিযানের আঁচ পেয়ে মাদক কারবারি আমিনুল হক গা ঢাকা দেয়। বর্তমানে উদ্ধারকৃত বিপুল পরিমাণ হেরোইন সহ পরিমাপের মেশিন ও নম্বর বিহীন স্কুট ধর্মনগর থানার হেফাজতে রয়েছে। এদিকে গোটা ঘটনা নিয়ে উত্তর জেলার নবাগত পুলিশ সুপার ডঃ কিরণ কুমার কে জানান, দীর্ঘদিন ধরে অভিযুক্ত আমিনুল হক মাদক ব্যবসা ব্যাপারে ছাতর মতো গড়িয়ে ছিল। অবশেষে গোপন সংবাদের ভিত্তিতে অভিযান চালিয়ে এই সাফল্য আসে। তিনি আরো জানান, উদ্ধারকৃত হেরোইনের বাজার মূল্য আনুমানিক দুই কোটি টাকা মাদক ব্যবসায়ী আমিনুল হক পালিয়ে গেলেও পুলিশ একটি এনডিপিএস ধারায় মামলা রুজু করে অভিযুক্তকে জালে তুলতে মাঠে নেমে পড়েছে বলেও জানান পুলিশ সুপার তবে মুখ্যমন্ত্রীর নেশা মুক্ত ত্রিপুরা গড়ার স্বপ্ন আদতে বাস্তব হচ্ছে কোথায়। মুখ্যমন্ত্রী দুহাত উজার করে পুলিশকে স্বাধীনতা দিলেও রাজ্যের নানা প্রান্তে ছড়িয়ে ছিটিয়ে রয়েছে মাদকের রমরমা ব্যবসা। আর তাতে কি শব্দে মথ্যেই ভুত রয়েছে? প্রশ্ন নানা মহলে।

গাছ থেকে পড়ে গুরুতর শ্রমিক নবাগত পুলিশ সুপারের চুরাইবাড়ি ও কদমতলা থানা পরিদর্শন

নিজস্ব প্রতিনিধি, বিশালগড়, ২১ জানুয়ারি। গুরুতর বিশালগড়ের লালসিং মুড়া এলাকায় গাছ কাটতে গিয়ে গুরুতর ভাবে আহত হয়েছে এক শ্রমিক। আহত শ্রমিকের নাম স্বপন বিশ্বাস। তাকে অন্য শ্রমিকরা উদ্ধার করে বিশালগড় হাসপাতালে নিয়ে আসে। বর্তমানে ওই শ্রমিক বিশালগড় হাসপাতালে চিকিৎসাধীন। ঘটনার বিবরণে জানা যায়, স্বপন বিশ্বাস সহ কয়েকজন শ্রমিক এলাকায় একটি গাছ কাটার কাজে নিযুক্ত হয়। গাছ কাটার সময় গাছের ডাল পড়ে ওই শ্রমিক গুরুতরভাবে আহত হয়। বর্তমানে বিশালগড় হাসপাতালে চিকিৎসাধীন।

চুরাইবাড়ি ও কদমতলা থানায় ঘুরে দেখেন। বার্তালাপ করেন চুরাইবাড়ি ও কদমতলা থানার ভারপ্রাপ্ত অফিসার সহ সকল পুলিশ কর্মীদের সাথে। বৃহস্পতিবার ধর্মনগর থানা পরিদর্শন করেছিলেন পুলিশ সুপার। এদিকে সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে উত্তর জেলা পুলিশ সুপার বলেন, রাজ্যের প্রবেশদ্বার চুরাইবাড়ি ও কদমতলা থানার বিশেষ ভূমিকা রয়েছে। অবৈধ প্রবেশকারী কিংবা নেশা সামগ্রী প্রবেশের ক্ষেত্রে উক্ত থানা দুটি শক্ত হাতে মোকাবিলা করছে। পাশাপাশি আগামীদিকেও চুরাইবাড়ি ও কদমতলা থানার পাশাপাশি জেলার বাকি এলাকাটি থানাও অপরাধমূলক কর্মকাণ্ড সহ নেশা বিরোধী অভিযানে জোর তৎপরতা থাকবে বলেও জানান পুলিশ সুপার। তিনি আরো বলেন, বর্তমান করোনা পরিস্থিতি ও নাইট কার্ফু নিয়েও আলোচনা করেন উক্ত দুটি থানার ভারপ্রাপ্ত কর্মকর্তাদের সাথে।

করোনার বিশেষ টিকাকরণ অভিযান সম্পন্ন, পেলেন ১৩ হাজার ২৪৪ জন

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২১ জানুয়ারি। ১৫ থেকে ১৮ বছর বয়সীদের করোনার বিশেষ টিকাকরণ অভিযান সম্পন্ন হয়েছে গুরুত্বপূর্ণ। ১৯, ২০ এবং ২১ জানুয়ারি রাজ্যে আট জেলাতেই এই টিকাকরণ কর্মসূচি চলে। এই তিন দিনে রাজ্যের আট জেলায় মোট ১৩ হাজার ২৪৪ জনকে টিকাকরণ করা হয়েছে। তাতে ধলাই জেলায় ২৯৪ জন, গোমতী জেলায় ১৮৬৪ জন, খোয়াই জেলায় ১৬১৮ জন, উত্তর ত্রিপুরা জেলায় ১৬৫৬ জন, সিপাহীজলা জেলায় ১৮৪৮ জন, দক্ষিণ জেলায় ৮৪২ জন, উনাকোটি জেলায় ১৫৫৯ জন এবং পশ্চিম জেলায় ৩৫৬৩ জনকে টিকাকরণ করা হয়েছে।

রক্ত সংকট মেটাতে শিবির ধর্মনগরে

নিজস্ব প্রতিনিধি, ধর্মনগর, ২১ জানুয়ারি। উত্তর ত্রিপুরা জেলার ধর্মনগর জেলা হাসপাতালে ব্লাড ব্যাংক রক্ত সংকট দেখা দিয়েছে। রক্ত সংকট দূরীকরণের জন্য এগিয়ে বসে গেল শিবির করে। বিদ্যামন্দিরের এনএসএস ইউনিটের স্বেচ্ছাসেবকরা। গুরুত্বপূর্ণ উত্তর জেলার জেলা হাসপাতালের মুর্খ রোগীদের রক্তের চাহিদা পূরণের লক্ষ্যে এগিয়ে এলো ধর্মনগর দীননাথ নারায়ণী বিদ্যামন্দিরের এনএসএস

ইউনিটের ছাত্র-ছাত্রীরা। রক্তদান জীবন দান - এই শ্লোগানকে সামনে নিয়ে দীননাথ নারায়ণী বিদ্যামন্দির এনএসএস ইউনিটের ছাত্রছাত্রীরা ২১ জানুয়ারি গুরুতর স্বেচ্ছায় রক্তদানের জন্য এক শিবির করে। রক্তদান শিবিরে চিকিৎসক হিসেবে উপস্থিত ছিলেন ডঃ কাবেরী নাথ, উপস্থিত ছিলেন ধর্মনগর ব্লাড ডোনার এসোসিয়েশনের সভাপতি জহর চক্রবর্তী, সহ-সভাপতি চম্পু সোম, বিদ্যালয়ের প্রধান শিক্ষক সহ অন্যান্য শিক্ষক শিক্ষিকা ও ছাত্র-ছাত্রীরা। রক্তদান শিবিরে বিদ্যালয়ের এনএসএস ইউনিটের ১৬ জন ছাত্র-ছাত্রী স্বেচ্ছায় রক্তদান করে। ব্লাড ডোনার এসোসিয়েশনের সভাপতি জহর চক্রবর্তী স্বেচ্ছায় রক্তদানের জন্য এনএসএস ইউনিটের ছাত্র-ছাত্রীদেরকে অভিনন্দন জানান করেন এবং আরো বিভিন্ন স্কুল ও কলেজের ছাত্র ছাত্রীরা যাতায়ে এভাবে স্বেচ্ছায় রক্তদানে এগিয়ে আসে তার জন্য তাদের প্রতিও আহ্বান রাখেন।

ইটের যোগান বন্ধ বিঘ্নিত হচ্ছে উন্নয়নমূলক কাজ

নিজস্ব প্রতিনিধি, শান্তিরবাজার, ২১ জানুয়ারি। ইটের সাপ্লাই বন্ধ থাকার কারণে বিগত দুইমাস যাবৎ জেলাইবাড়ী ব্লকের উন্নয়নমূলক কর্মসূচী বন্ধ হয়ে আছে। রাজ্যসরকার রাজ্যের উন্নয়নস্বার্থে বিভিন্ন পরিকল্পনা হাতে নেওয়ার সমৃদ্ধি ও আত্মনির্ভরশীল করতে বর্তমান সরকার খুবই জনবান্ধব এজন্ডা সরকার সমগ্র জনগোষ্ঠিকে স্বাবলম্বী করে গড়ে তুলতে বিভিন্ন পরিকল্পনা গ্রহণ করেছে। অনুষ্ঠানে উপস্থিত থেকে বিধায়ক পিনাকী দাস চৌধুরী বলেন পশুপাখি

গরীব মানুষদের স্বনির্ভর করার লক্ষ্যে বিভিন্ন প্রকল্প কল্যাণপুরে

নিজস্ব প্রতিনিধি, কল্যাণপুর, ২১ জানুয়ারি। কল্যাণপুর আর ডি ব্লকের অন্তর্গত দক্ষিণ দুর্গ পূর্ণ গাঁওসভায় প্রাণী সম্পদ বিকাশ দপ্তর থেকে মুখ্যমন্ত্রী স্বনির্ভর পরিবার যোজনা ৪৫ জন বেনিফিশিয়ারিকে আর্থিকভাবে সাহায্য ও স্বাবলম্বী করার জন্য উন্নয়নমূলক কর্মসূচী উন্নয়নমূলক করতে বর্তমান সরকার খুবই জনবান্ধব এজন্ডা সরকার সমগ্র জনগোষ্ঠিকে স্বাবলম্বী করে গড়ে তুলতে বিভিন্ন পরিকল্পনা গ্রহণ করেছে। অনুষ্ঠানে উপস্থিত থেকে বিধায়ক পিনাকী দাস চৌধুরী বলেন পশুপাখি

পালন দারিদ্র হ্রাস ও মুদ্রা অর্জনের ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করছে। যদি সুন্দরভাবে এগুলো লালন-পালন করা হয় তাহলে অবশ্যই এ পরিবারগুলোতে সাহায্যতা ফিরবে। অনুষ্ঠানে এছাড়াও প্রাণী সম্পদ বিকাশ দপ্তরের অফিসার সহ অন্যান্যরা উপস্থিত ছিলেন। শুধু এই পঞ্চায়েত নয় কল্যাণপুর ব্লকের সব কটি গ্রাম পঞ্চায়েত এবং এডিসি ভিলেজ যে গরিব মানুষদের স্বয়ংক্রিয় বা স্বনির্ভর করার লক্ষ্যে প্রাণী সম্পদ বিকাশ দপ্তর থেকে এই পরিকল্পনা গ্রহণ করা হয়েছে। স্বাভাবিক ভাবেই যারা এই সহায়তা পেয়েছেন সবাই বেজায় খুশি। শুধু

কম্বল বিতরণ তিপ্রা মথার

নিজস্ব প্রতিনিধি, শান্তিরবাজার, ২১ জানুয়ারি। পূর্ব পিলাক গ্রামপঞ্চায়েত এলাকায় তিপ্রামথা দলের উদ্যোগে গরীব দুস্থদের মধ্যে শীতবস্ত্র বিতরণ করা হয়। শীতের কনকনে ঠাণ্ডা থেকে গরীব দুস্থ লোকজনদের রক্ষণার্থে এগিয়ে আসলো তিপ্রামথা দল। তিপ্রামথা দলের কর্মীদের উদ্যোগে গুরুত্বপূর্ণ ৩৬ এর পাতায় দেখুন

করোনা পরিস্থিতি পর্যবেক্ষণে নামলেন বিজেপি নেতা কর্মীরা

নিজস্ব প্রতিনিধি, বিলোনীয়া, ২১ জানুয়ারি। 'সেবাই সংগঠন' শ্লোগানকে পাথেয় করে- করোনার তৃতীয় ঢেউ এবং ওমিক্রন এর ধাবা থেকে সকল অংশের জনগণকে সুরক্ষার প্রয়াসে- প্রায় সাড়ে ৬ হাজার স্বাস্থ্য সনাক্তকরণ করে- সার্বিক স্বাস্থ্য পরিবেশের জন্য মাঠে নেমেছে বিজেপি নেতৃত্ব ও কার্যকর্তারা। এরই অঙ্গ হিসেবে- গুরুত্বপূর্ণ দক্ষিণ জেলা বিলোনীয়া বিজেপি মন্ডল কার্যালয়ে বিজেপির প্রদেশ সাধারণ সম্পাদিকা পাণ্ডা দত্ত,

দক্ষিণ জেলা সাধারণ সম্পাদক বিশ্বনাথ দাস, দক্ষিণ জেলার সকল মন্ডল সভাপতি সহ জেলা নেতৃত্বদের উপস্থিতিতে অন্যান্য বরিত পদাধিকারীদের নিয়ে- এক বিশেষ স্বাস্থ্য সচেতনতা মূলক আলোচনা সভা অনুষ্ঠিত হয়। সাথে উপস্থিত ছিলেন বিলোনীয়া পুর পরিষদের পুর পিতা সহ বিভিন্ন ওয়ার্ডের কাউন্সিলরগণ। সারাবিশ্বের বড় বড় দেশগুলি যখন দক্ষিণে প্রথম এবং দ্বিতীয় ঢেউয়ের কর্মমুগ্ধ নিয়ে সম্পূর্ণ ভাবে বিপর্যস্ত- এই পরিস্থিতিতে দাঁড়িয়ে ভারতবর্ষ অধিক জনবহুল দেশ হিসেবে দ্বিতীয় স্থানে থেকেও- দেশের প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীজির যোগ্য ভূমিকার ফলে দেশ এখন জনগণের সুরক্ষার ক্ষেত্রে অগ্রণী ভূমিকা পালন করছে, এটা বাস্তবিক সত্য। তাই করোনার তৃতীয় ঢেউ আছড়ে পড়ার প্রাকমুহুর্তে- কর্মসূচী এবং কার্যকরতাকে শক্ত হাতে মাঠে

খোয়াইয়ে সাত দফা দাবিতে এসএফআই-র ডেপুটেশন

নিজস্ব প্রতিনিধি, খোয়াই, ২১ জানুয়ারি। গুরুত্বপূর্ণ ছাত্র-ছাত্রীদের স্বার্থসংশ্লিষ্ট বিষয় নিয়ে ভারতের ছাত্র ফেডারেশন খোয়াই বিভাগীয় কমিটির উদ্যোগে খোয়াই জেলা শিক্ষা আধিকারিকের নিকট সাত দফা দাবির ভিত্তিতে প্রতিনিধিমূলক পুটেসন প্রদান করা হয়। গুরুত্বপূর্ণ পীচজনের এক প্রতিনিধি দল খোয়াই জেলা শিক্ষা আধিকারিক সমরেন্দ্রনাথ দাসের নিকট সাত দফা দাবির ভিত্তিতে স্মারকলিপি প্রদান করা হয়।

সাত দফা দাবির মধ্যে অন্যতম উল্লেখযোগ্য হলো, কোভিড টেস্ট ও ক্যোয়ারেন্টাইন সহ হোস্টেল চালু রাখা, নির্দিষ্ট সময়ের আগে খোয়াই বিভাগীয় কমিটির উদ্যোগে খোয়াই জেলা শিক্ষা আধিকারিকের নিকট সাত দফা দাবির ভিত্তিতে প্রতিনিধিমূলক পুটেসন প্রদান করা হয়। গুরুত্বপূর্ণ পীচজনের এক প্রতিনিধি দল খোয়াই জেলা শিক্ষা আধিকারিক সমরেন্দ্রনাথ দাসের নিকট সাত দফা দাবির ভিত্তিতে স্মারকলিপি প্রদান করা হয়।

সরকারি বিধি নিষেধ কলাপাতা কল্যাণপুরে চলছে বন্ধন স্কুল

নিজস্ব প্রতিনিধি, কল্যাণপুর ২১ জানুয়ারি। সরকারি বিধি নিষেধ কলাপাতা। বেশ জমিয়ে চলছে বাছাদের বন্ধনের স্কুল। কোথায় কর্তৃপক্ষ প্রশ্ন উঠছে জানমনে। আরো প্রশ্ন কেন মানছেন না সরকারি বিধি নিষেধ এর পেছনে কী কারণ থাকতে পারে এমন অনেক প্রশ্ন উঠি দিচ্ছে কল্যাণপুরের পশ্চিম গিলাতলী এলাকায়। বিশেষজ্ঞদের মতে করোনার তৃতীয় ঢেউ চলছে। শিশুদের জন্য ভয়ঙ্কর হতে পারে। শিশুদের কথা মাথায় রেখে ত্রিপুরা রাজ্যের শিক্ষা দপ্তর প্রাথমিক স্তর থেকে সপ্তম শ্রেণী পর্যন্ত পঠন-পাঠন পুরোপুরি কি সরকারি কি বেসরকারি স্কুল বন্ধ করেন গোটা রাজ্যে। এছাড়াও অন্যান্য ছাত্র-ছাত্রীরা যারা স্কুলে আসবে তাদের স্বাস্থ্য বিষয়টিকে অগ্রাধিকার দিয়ে এই শিক্ষাব্যবস্থাকে এগিয়ে নিয়ে যাওয়ার সিদ্ধান্ত জানিয়েছে রাজ্য সরকারের শিক্ষা দপ্তর। করোনা বিধি-নিষেধকে মেনে চলার আহ্বান করেছে রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী বিপ্লব কুমার দেব সহ প্রশাসনের কর্তারা। এরইমধ্যে করোনা বিধি-নিষেধকে তোয়াক্কা না করে কল্যাণপুর বন্ধন ব্যাংক এর অধীন পশ্চিম গিলাতলী গ্রাম পঞ্চায়েতের হরি কুমার নাথ

পাড়া এলাকায় দেদার বন্ধন স্কুল চালিয়ে কোমলমতি শিশুদের জীবনকে বিপদের দিকে টেনে নিয়ে যাচ্ছে বন্ধন নামক স্কুল। যা একদম বিপদজনক এবং ঝুঁকিপূর্ণ। বৃহস্পতিবার সকালে তা প্রত্যক্ষ করা গেল। বন্ধন স্কুলের শিক্ষিকা লিপিকা দেবনাথ এর কাছ থেকে সাংবাদিকরা জানতে চাইলে তিনি জানান বিদ্যালয় বন্ধের কোনো উপর মহল থেকে নির্দেশ আসেনি উনার কাছে তাই উনি স্কুল চালিয়ে যাচ্ছেন। এ ব্যাপারে তিনি কিছু বলতে চান না। এলাকার সচেতন মানুষের সার্বিক গভীরতর সময় কোন বিধিনিষেধ না মেনেই স্কুল চালিয়ে আসছিল বন্ধন কর্তৃপক্ষ এমনটাই অভিযোগ। প্রশ্ন হল বন্ধন কর্তৃপক্ষ কিভাবে এত কাণ্ডজ্ঞানহীন হতে পারে। কোমলমতি শিশুদের জীবন ঝুঁকিতে ফেলার কোন অধিকার নেই বন্ধন কর্তৃপক্ষের এমনটাই অভিযোগ আনলেন স্থানীয় এলাকার জনগন। এই বিষয়ে স্কুল পরিচালন কর্মিটির সদস্য সঞ্জিৎ দেবনাথ জানান এখন থেকে বিদ্যালয় বন্ধ করে দেওয়া হবে। তো প্রশ্ন উঠছে এতদিন কেয়ালি ছিলেন। ছোটদের বিদ্যালয় বন্ধ করার বিধি নিষেধ কবি লাগু করেছে রাজ্য সরকার। কিন্তু আপনার কেন মানলেন না আরো বিভিন্ন প্রশ্ন তোলে এলাকার সাধারণ অংশের মানুষ।



নেতাজী সত্যজি বিদ্যানিকেতনের ছাত্রছাত্রীরা নেতাজী জয়জয়ন্তী পালনের জন্য তৎপরতা শুরু করে দিয়েছেন। গুরুত্বপূর্ণ তথ্য নিজস্ব ছবি।