

আগরণ আগরতলা ০ বর্ষ-৭০ ০ সংখ্যা ৮৩ ০ ২৯ ডিসেম্বর ২০২৩ ইং ১২ পৌষ ০ গুরুবার ০ ১৪৩০ বঙ্গাব্দ

অমূল্য সম্পদ আধ্যাত্মিকতা

ভারতবর্ষ শাস্ত্রত সনাতন ধর্মের দেশ। তাহার অমূল্য সম্পদ আধ্যাত্মিকতা। ভারতের এই অধ্যাত্ম-সম্পদ বিশ্বের দরবারে বহন করিয়া নিয়া গিয়াছিলেন স্বামীজী, এবং অভেদানন্দজী তাহা ঘুরে ঘুরে পৌছাইয়া দিয়াছিলেন। এ সম্বন্ধে প্রত্যক্ষদর্শী অধ্যাপক বিনয়কুমার সরকারের ভাষায় “এই দুই বন্দীরের মারফৎ ভারতমাতা দুনিয়ায় রপ্তানি করিয়াছিল রক্ত-মাংসের স্বধর্ম, শক্তিযোগ, দীর্ঘজন্মের সাধনা। বিবেক-অভেদ সেকেলিবাসী ভারতের সওদাগর নন। এই দুই বন্দীর তাহা-রক্ত-মাংসওয়ালা করিংকর্মী জীবনের ভারতীয় প্রতিমিথি।” তবে ভারতের বেদান্ত-প্রচার পাশ্চাত্যে এখানেই শেষ হইয়া যায়নি। বরং বলা যাইতে পারে, স্বামীজীর মধ্য দিয়ে যে কর্মপ্রবাহের সূত্রপাত হইয়াছিল, তাহা অভেদানন্দজীর মাধ্যমে পশ্চিম বঙ্গের ধরিয়া প্রবাহিত হইয়া পরিপূর্ণ রূপেরূপে পরিণত হইয়াছিল এবং বর্তমানে সেই কর্মসাফল্যেরই পরিণতি স্বরূপ শ্রীরামকৃষ্ণ-ভাবপ্রচার-সমিতির মধ্য দিয়া কার্যধারা অব্যাহত রহিয়াছে। একথার প্রত্যক্ষ প্রতিবেদক ও রামকৃষ্ণ-ভাবানন্দজীর অন্যতম প্রধান প্রবীণ প্রচারক-ধারক-বাহক স্বামী গহনানন্দজী মহারাজ তাঁহার সম্প্রতি পাশ্চাত্য অতিবাহনের অভিজ্ঞতা থেকে বলিয়াছেন: “শ্রীরামকৃষ্ণের সাক্ষাৎ শিষ্যদের মধ্যে প্রথমে স্বামী বিবেকানন্দ, পরে অল্পকালের জন্য স্বামী সারদানন্দজী, স্বামী তুরীয়ানন্দ, স্বামী ব্রিগ্গোভীতানন্দ ও সুদীর্ঘকাল ধরিয়া স্বামী অভেদানন্দ পাশ্চাত্যে বেদান্ত-প্রচারের ধারা প্রবর্তন করিয়াছিলেন, এবং বিভিন্ন সময়ে তাঁহাদের সহকারীরূপে স্বামী নির্মলানন্দ, স্বামী বোধানন্দ ও স্বামী পরমানন্দ প্রমুখ ছিলেন, এবং পরম্পরাক্রমে আমাদের সন্ন্যাসীরা প্রায় সেই ধারাই অনুসরণ করিয়া চলিয়াছেন।” স্বামী অভেদানন্দজী গুণু প্রচারক ছিলেন না; পরন্তু অধ্যাত্মজগতের একচ্ছত্রপতি রাজা ছিলেন। তাঁহার জীবনের সিংহভাগ সময় বেদান্ত-প্রচার কার্যে অতিবাহিত হয় বলিয়াই ভ্যাগ-তপস্যার কথা কুসুমাতীর্ণ হইয় পড়ে। তিনি যখনই সময় ও সুযোগ পাইয়াছেন তখনই তপস্যায় বেরিয়া পড়িয়াছেন। তাঁহার আধ্যাত্মিকতা সম্বন্ধে রামকৃষ্ণ সাহাজের রাজা স্বামী ব্রহ্মানন্দজী মহারাজ বলিয়াছেন: “কালী যখন তাহার বাইরের কাজ কমািয়া দিলে, তখনই তাহার আধ্যাত্মিক-শক্তির বিকাশ লোকের বুঝিতে পারিলে।” একথা পরবর্তীকালে তাঁহার বক্তৃতাবলীর মধ্যে বেশ আভাস পাওয়া যায়। তবে তাঁহার বিশাল কর্মপ্রবাহের জন্য তিনি প্রচারক হিসাবেই প্রতিষ্ঠিত। শ্রীরামকৃষ্ণ-পার্শ্বদের মধ্যে স্বহস্তে রামকৃষ্ণ সাহিত্য রচনায় স্বামী সারদানন্দজী যেমনি অসাধারণ, ঠিক তেমনি স্বহস্তে বেদান্ত-সাহিত্য রচনায় স্বামী অভেদানন্দজীও অনন্যসাধারণ ও অপ্রতিদ্বন্দ্বী। অকণ্ঠ স্বামী বিবেকানন্দের বক্তৃতাবলীর মধ্যেও অনেক বেদান্ত-সাহিত্যের পরিচয় পাওয়া যায়। স্বামীজীর মতো অভেদানন্দজীর মধ্যেও বহুমুখী প্রতিভাসম্পন্ন এক ব্যক্তিত্বশালী আচার্যের আলোক পরিলক্ষিত হয়; এবং সে আলোকে পাশ্চাত্যের বড় বড় বিদ্বান ও মহান ব্যক্তিত্বরা হইয়াছে প্রভাবান্বিত। দার্শনিক, বিজ্ঞানী, মনোবিজ্ঞানী, চিত্রকর, সাহিত্যিক, কবি থেকে আরম্ভ করিয়া সকল শ্রেণীর মানুষ তাঁহার বক্তৃতায় হইয়াছে মগ্নবদ্ধ। সুরভাং তাঁহার এ বেদান্ত প্রচার সর্বার্থে সার্থক।

’২৪-এর আগে কোন্দলদীর্ঘ উত্তর ২৪ পরগনায় নতুন কোর কমিটি মমতার

উত্তর ২৪ পরগনা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.) : লোকসভা ভোটের আগে উত্তর ২৪ পরগনা জেলায় নতুন কোর কমিটি তৈরি করলেন তৃণমূল নেত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। বৃহস্পতিবার উত্তর ২৪ পরগনার দেগঙ্গায় দলের কর্মসিভায় নতুন কোর গ্রুপের কথা ঘোষণা করলেন তিনি। কোনও সাংসদ ছাড়াই তৈরি হল এই কোর গ্রুপ। এই কমিটি সংগঠনের কাজকর্ম সংক্রান্ত ১০ দিন পর পর সরাসরি মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়কেই রিপোর্ট দেবে। এমনই নির্দেশ নেত্রীর। আর এতেই রাজনৈতিক মহলের একাংশের মত, মতুয়া গড় থেকে শুরু করে একাধিক গোষ্ঠীধ্বংস জর্জরিত উত্তর ২৪ পরগনায় সংগঠনের রাশ নিজের হাতেই রাখছেন মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। এদিন দেগঙ্গায় কর্মসিভায় মমতা বন্দ্যোপাধ্যায় ঘোষণা করেন, নির্মল ঘোষকে চেয়ারম্যান করে তৈরি করা হচ্ছে নতুন কোর কমিটি। এতে থাকছেন শোভনদেব চট্টোপাধ্যায়, ব্রাত্য বসু, চন্দ্রিমা ভট্টাচার্য, রথীন্দ্র ঘোষ, সুজিত বসু, নারায়ণ গোস্বামী, তাপস রায়, বীণা মণ্ডল, বিশ্বজিৎ দাস, নুরুল ইসলাম, মমতাবালা ঠাকুর, গোপাল শেঠ, সুরজিৎ বসু, সুকুমার মাহাতো, তাপস দাশগুপ্ত, গোবিন্দ দাস, রফিকুল ইসলাম-সহ বেশ কয়েকজন। যে বিধায়করা কমিটিতে রইলেন না, তাঁরা আমন্ত্রিত সদস্য। এছাড়া সাংসদেরও আমন্ত্রণ পাবেন বলে জানিয়েছেন তৃণমূলনেত্রী। এদিন সংগঠনের কে কোন এলাকার দায়িত্বে থাকবেন, তাও মোটের উপর ঠিক করে দিয়েছেন নেত্রী। পাখ ভৌমিককে বারাকপুর, সুজিত বসুকে দমদম ও বসিরহাট, নারায়ণ গোস্বামীকে হাবড়ার দায়িত্ব দেওয়া হয়েছে। এছাড়া ৩,৪ জনকে যুগ্ম আদায়ক করা হয়েছে। যারা এই কোর কমিটির কাজের উপর নজরদারি করবেন এবং তৃণমূল নেত্রীকে রিপোর্ট দেবেন।

নাগরিকত্ব নিয়ে বিজেপির ‘প্রহসনে’ মতুয়াদের সতর্ক করলেন মমতা

উত্তর ২৪ পরগনায়, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.) : “মতুয়াদের জন্য তৃণমূল ছাড়া কেউ কিছুই করেনি।” বৃহস্পতিবার মতুয়াগড় থেকে এমনই দাবিতে সরব হলেন মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। ভোট এলেই নাগরিকত্ব নিয়ে রাজনীতি করে বিজেপি। এই মন্তব্য করে তিনি দাবি করলেন, “আপনারা সকলেই নাগরিক। নতুন করে নাগরিকত্ব এটা একটা ছলনা, সমাজে সমাজে ভাগ করার চেষ্টা।” বৃহস্পতিবার উত্তর ২৪ পরগনায় একাধিক কর্মসূচি ছিল মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের। প্রথমে চাকলা লোকনাথ মন্দিরে যান তিনি। এর পর বেশ কয়েকটি প্রকল্পের সূচনা করেন। তার পর দেগঙ্গায় দলের কর্মসূচিতে যোগ দেন তিনি। সেখানেই ওঠে ঠাকুরবাড়ি ও মতুয়া প্রসঙ্গ। এদিন মমতা বন্দ্যোপাধ্যায় বলেন, “ঠাকুরবাড়ির উন্নয়ন আমরা করছি। সৌন্দর্য্যাম আমরা করেছি। কলেজ, বিশ্ববিদ্যালয় আমরা করেছি।” এর পরই বিজেপিকে নিশানা করেন তিনি। বলেন, “কেউ তো করেনি। গুণু ভোটের আগে মতুয়াবাড়ি ঘুরে এসে বড় কথা বলে। সবটাই ভোটের জন্য।” নাগরিকত্ব নিয়েও এদিন বিজেপিকে আক্রমণ করেন মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। মতুয়াদের উদ্দেশ্য করে তিনি বলেন, “আপনার প্রত্যেকে নাগরিক। নাহলে রেশন কার্ড, প্যান কার্ড কারও থাকতও না।” মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের দাবি, সমাজে সমাজে ভেদাভেদ তৈরি করতেই নাগরিকত্ব আইনের নামে ছলনা করতে চাইছে বিজেপি। প্রসঙ্গত, সামনেই লোকসভা ভোট। রাজ্য-রাজনীতিতে মতুয়া ভোট অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। তাই মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের এদিনের মন্তব্য অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণ বলেই মনে করছে ওয়াকিবহল মহল।

বছরজুড়ে প্রযুক্তির আলোচিত ১০

২০২৩ সালে প্রযুক্তিবিশ্ব দেখেছে কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তার জয়জয়কার। পাশাপাশি মহাকাশ যোগাযোগ, তথ্য-প্রযুক্তি, ডিজিটাল নিরাপত্তার মতো ক্ষেত্রেও এসেছে উল্লেখযোগ্য সব অগ্রগতি। বছরজুড়ে ঘটে যাওয়া ১০ আলোচিত আবিষ্কার ও ঘটনা নিয়ে সাজানো হয়েছে এ লেখা। এ জন্য সাহায্য নেওয়া হয়েছে বিবিসি সায়েন্স ফোকাস, টেকনোলজি ম্যাগাজিনসহ বেশ কিছু খ্যাতনামা বিজ্ঞান সাময়িকীর। প্রযুক্তিগত এসব অর্জনের কোনোটিই কম গুরুত্বপূর্ণ নয়। এ লেখায় তাই

বিষয়গুলো ক্রমানুসারে সাজানো হয়নি। তাহলে চলুন, বছরজুড়ে প্রযুক্তি দুনিয়ায় ঘটে যাওয়া দারুণ সব বিষয় দেখে নেওয়া যাক একনজরে। আন্দুল্লাহ আল মাকসুদ

বছরের শুরু, আসলে গত বছরের শেষ থেকেই মিডজার্নির জয়জয়কার। লিখে নির্দেশ দিলে একে দিতে পারে ছবি। কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তার এ ধরনের চিত্রকর্মের নাম এআই আর্ট। এখন শুধু মিডজার্নিই নয়, মাইক্রোসফটের ডাল-ই, এমনি কি ফ্রি-পিকের মতো ওয়েবসাইটেও সহজেই তৈরি করা যাচ্ছে এআই আর্ট। ফেসবুকের নতুন কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা মেটা এআইও এগাচ্ছে সমান তালে। তবে এত সব কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তার মধ্যে আলাদা করে বলতে হবে দুটির কথা। এক, চ্যাটজিপিটি ও দুই, জেমিনি।

ওপেনএআই তাদের তৈরি কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা মডেলের নতুন ও বিবর্তিত সংস্করণ চ্যাটজিপিটি-৪ উন্মুক্ত করেছে এ বছর। আগের সংস্করণ কেবল টেক্সট বা লেখার মাধ্যমে প্রশ্নের উত্তর দিতে পারত। নতুন সংস্করণ টেক্সটের পাশাপাশি ছবিও তৈরি করে দিতে পারে। তবে, এসব সুবিধা পেতে অর্থ খরচ করতে হয়। অন্যদিকে চ্যাটজিপিটি-৪ এর প্রতিদ্বন্দ্বী হিসেবে গুগল নিয়ে এসেছে জেমিনি। ডিসেম্বরের ৪ তারিখে কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তার এই মডেলটি সম্পর্কে বিস্তারিত জানায় গুগল। এটি একই সব বুঝতে পারে, ভিডিও, কোড সব বুঝতে পারে, এবং নির্দেশনামুখী এগুলো তৈরিও করে দিতে পারে। অর্থাৎ এটি একটি বহুমুখী কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা, যা বিপ্লব তৈরি করতে পারে কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা প্রযুক্তিতে।

যন্ত্র মনের খবর পড়ছেএটা এখন আর কল্পবিজ্ঞান নয়, বাস্তব! যুক্তরাষ্ট্রের ইউনিভার্সিটি অব টেক্সাসের একদল নিউরোটেকনোলজিস্ট এ প্রযুক্তি উদ্ভাবন করেছে। মূলত স্ট্রোক বা এএলএস (স্ট্রোকের হকিং যে রোগে আক্রান্ত ছিলেন)-এর মতো রোগের কারণে কথা বলতে অক্ষম মানুষের মস্তিষ্কের কর্মকণ্ডারিড করে (পাড়ে), তা স্বাভাবিক ভাষায় অনুবাদের জন্য এই যন্ত্র নির্মাণ করে। এতে একটি তারহীন যন্ত্রের সাহায্যে ফাংশনাল ম্যাগনেটিক রেজোন্যান্স ইমেজিং (এফএমআরআই) ব্যবহার করে মস্তিষ্কের চারপাশের রক্ত প্রবাহের মাত্রা মাপা হয়। পরে সেখান থেকে নিরবিচ্ছিন্নভাবে মানুষের স্বাভাবিক ভাষায় অনুবাদ করা হয় ভাবনাগুলোকে। কিন্তু শুধু এক দুটো বাস্তবের মতো বিষয় নয়, এ প্রযুক্তির মাধ্যমে এখনকার মস্তিষ্কে ঘটেচলো গল্পও পড়া সম্ভব। প্রথময় অবশ্য একদম শব্দ ধরে অনুবাদ করতে পারে না এ প্রযুক্তি, তবে ধরতে পারে মূল বিষয়টি। যেমন পরীক্ষায় অংশগ্রহণকারী একজন একটি বাক্য শুনেত পান, “আমার এখনো ড্রাইভিং লাইসেন্স নেই।” যন্ত্রটি বাক্যটিকে দেখায় এভাবে ‘তিনি এখনো ড্রাইভিং লাইসেন্স নেই।’ অর্থাৎ কিছুটা ভুল

লেজার রশ্মির সাহায্যে তথ্য আদান-প্রদান করা হয়েছে। কোটি মাইল দূর থেকে এ প্রযুক্তির ব্যবহার এবারই প্রথম। ১৪ নভেম্বর, মঙ্গলবার সাইকি নভোভায়ানের পাঠানো তথ্য গ্রহণ করে জেট প্রপালশন ল্যাব। গবেষকরা বলছেন, সাইকি নভোভায়ন থেকে পৃথিবীতে তথ্য আসতে সময় লেগেছে মাত্র ৫০ সেকেন্ড। অবলাল আলোকরশ্মির মাধ্যমে তথ্য পাঠানো হয় এ প্রযুক্তিতে। ওয়েব ৩.০ ও ব্রুকেইন ক্রিপটোকোরেলি বা ক্রিপ্টোমুদ্রার বাইরেও নানা ক্ষেত্রেও

পরিচিতিইউটিভি বা ওয়েবসাইটে মন্তব্য করা যায়, ফেসবুকে নিজের মতো পোস্ট করা যায়এসবই ওয়েব ২.০-এর কেরামতি। তবে এই ইন্টারনেট কেন্দ্রীয়ভাবে নিয়ন্ত্রিত। অর্থাৎ ফেসবুক কর্তৃপক্ষ নিয়ন্ত্রণ করতে পারে কে কী করবে, গুগলের মতো বড় প্রতিষ্ঠানগুলোর সার্ভারে থাকে ব্যবহারকারীদের তথ্য। ওয়েব ৩.০ হচ্ছে বিকেন্দ্রীক ইন্টারনেট, যেখানে ব্যবহারকারীদের তথ্যের মালিক ব্যক্তি নিজেই। মেশিং লার্নিং, আর্টিফিশিয়াল ইন্টেলিজেন্স, সিমেন্টিক ওয়েবের ওপর গড়ে ওঠা এই প্রজন্মের

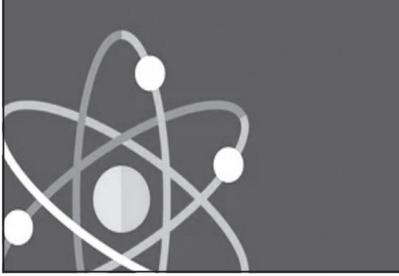
দুটি ক্লাউড সেবা ব্যবহার করছে। একাধিক ক্লাউড সেবা ব্যবহারের কারণে সমন্বয়, তথ্য পরিবেশনসহ নানারকম জটিলতা তৈরি হয়। এই বছর এসব সমস্যা সমাধানের বেশ কিছু প্রযুক্তি ও কৌশল নিয়ে কাজ করেছেন অনেক প্রযুক্তিবিদ ও বিভিন্ন প্রতিষ্ঠান। ভবিষ্যতের ইন্টারনেটের জন্য এ প্রযুক্তি গুরুত্বপূর্ণ।

ফাইভ জি পরবর্তী প্রযুক্তি বিশ্বজুড়ে জি নেটওয়ার্কের পরিধি বেড়েছে ২০২৩ সালে। নোবিয়া, টি-মোবাইলের মতো নেটওয়ার্ক সেবাদানকারী অনেক প্রতিষ্ঠান

রয়েশের মতে, এই গতি সামনের দিনেও অব্যাহত থাকবে। ২০২৪ সালে জিরো ট্রাস্ট হয়ে উঠবে প্রযুক্তিগত নিরাপত্তার আদর্শ মানদণ্ড। অগমেটেড ও ডায়ায়াল রিয়েলিটি বাস্তব ও ডিজিটাল জগতের মধ্যকার সীমান্থা দূর করার কাজ করে অগমেটেড রিয়েলিটি ও ডায়ায়াল রিয়েলিটি। ফলে শেখা ও ইন্টারেকশনের নতুন সুযোগ তৈরি করতে পারে এ প্রযুক্তি। এ বছর মার্কিন প্রযুক্তিপণ্য নির্মাতা প্রতিষ্ঠান অ্যাপল বাজারে এনেছে ভিশন প্রো হেডসেট। প্রতিষ্ঠানটির সিইও টিম কুকের দাবি, নতুন কম্পিউটিং যুগের সূচনা হয়েছে এর মাধ্যমে। প্রযুক্তি বিশ্লেষকদের মতে, এটি মেটাভার্সের মতো ডিজিটাল জগতকে বাস্তব জগতের সঙ্গে ব্যাপকভাবে জুড়তে অনুঘটক হিসেবে কাজ করবে। ব্রুমবার্গের এক প্রতিবেদনে বলা হয়েছে, ২০৩০ সাল নাগাদ পণ্যটির বাজার ৬১.৫ বিলিয়ন মার্কিন ডলারে পৌঁছাতে পারে। টেকসই গ্রিন এনার্জি কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা ও ক্লাউড কম্পিউটিং এবং অন্যান্য প্রযুক্তির বিকাশের সঙ্গে পাল্লা দিয়ে বাড়তে হচ্ছে ডেটাসেন্টারগুলোর ধারণক্ষমতা। এতে প্রচুর জ্বালানি ব্যবহৃত হতো অতীতে। তবে জলবায়ু পরিবর্তনের কথা মাথায় রেখে বর্তমানে গ্রিন এনার্জিনিভর্ত বা পরিবেশবান্ধব টেকসই প্রযুক্তি নির্মাণের চেষ্টা করা হচ্ছে। এরই ধারাবাহিকতায়, ওয়ার্ল্ড ইকোনোমিক ফোরামের ‘২০২৩ সালের সেরা ১০ উদীয়মান প্রযুক্তি’ শিরোনামের এক প্রতিবেদন বলেছে, নেট-জিরো এনার্জি ডেটাসেন্টার বাস্তবায়নের লক্ষ্যে বেশ কিছু প্রযুক্তি নিয়ে কাজ হচ্ছে পৃথিবীর বিভিন্ন জায়গায়। এতে পানি বা বায়ুতক তরল ব্যবহার করে তাপ নিয়ন্ত্রণে রাখার বিসয়টিও অন্তর্ভুক্ত। নেট-জিরো এনার্জি ডেটাসেন্টার কী? সে সব ডেটাসেন্টার থেকে পানি বা বায়ুতক পরিমাণ ও সেই ডেটাসেন্টার উৎপাদিত নবায়নযোগ্য শক্তির পরিমাণ সমান। অর্থাৎ, এতে মোট বাড়তি শক্তি না লাগলে, শক্তি উৎপাদনের জন্য জীবাশ্ম জ্বালানির ব্যবহারও দরকার পড়বে না। সে ক্ষেত্রে কমে যাবে গ্রিনহাউস গ্যাস উৎপাদন এবং কমাবে বৈশ্বিক উষ্ণায়ন। কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা সম্পন্ন সিস্টেম বর্তমানে তাৎক্ষণিকভাবে নিজের শক্তির ব্যবহার পর্যবেক্ষণ ও নিয়ন্ত্রণ করতে পারে। সক্রিয়তা ও কর্মদক্ষতা এতে অনেক বেড়ে যায়। এভাবে বর্তমানে গুগলের ডেটাসেন্টারগুলোতে শক্তির ব্যবহার ৪০ শতাংশ পর্যন্ত কমিয়ে আনা সম্ভব হয়েছে। ভবিষ্যতে বৈশ্বিক উষ্ণায়ন নিয়ন্ত্রণ ও প্রযুক্তিগত কর্মদক্ষতা বাড়াতে এটি বড় ভূমিকা রাখতে পারে।

সালতামামি ২০২৩

বছরজুড়ে প্রযুক্তির আলোচিত ১০



আন্তর্জাতিক বার্ষিক কোয়ান্টাম সামিটে কম্পিউটার নির্মাতা প্রতিষ্ঠান আইবিএম কনভোর ও হেরোন নামে দুটি কোয়ান্টাম চিপ বা প্রসেসর উন্মুক্ত করেছে। হাজারের বেশি কিউবিট সম্পন্ন এ দুটি প্রসেসর এ পর্যন্ত সবচেয়ে কম ক্রটিযুক্ত ও উচ্চক্ষমতার কাজ করতে পারবে বলে দাবি করেছে প্রতিষ্ঠানটি। ‘আইবিএম সিস্টেম টু’ নামে নতুন এক মডুলার কোয়ান্টাম কম্পিউটার তৈরি করেছে তারা। আইবিএমের প্রসেসরগুলো পরীক্ষানিরীক্ষা ও উন্নয়নের কাজে সহযোগিতা করবে এটি। ডি-সক প্রযুক্তির সফল পরীক্ষণ নাসা উড়ানবিত মহাকাশ যোগাযোগের নতুন প্রযুক্তি ডি প স্পেস অর্পটিক্যাল কমিউনিকেশন (সংক্ষিপ্ত ডি-সক, DSOC) প্রদর্শনিত মহাকাশ থেকে কোনো কোনো ওয়েবসাইটে গিয়ে শুধু পড়া বা দেখা যেত মন্তব্য বা প্রতিক্রিয়া জানানোর সুযোগ ছিল না। ছিল না ব্যবহারকারীদের নিজের ডাটা শেয়ার করার সুবিধাও। ২০০৪ সালে এই পরিস্থিতি বদলে গেল ওয়েব ২.০ আসায়। আমরা এই ইন্টারনেটের সঙ্গে

ইন্টারনেটে তথ্য সংরক্ষণ ও সুরক্ষার জন্য ব্যবহৃত হয়েছে ব্রুকেইন। এতে আপনার ভিডিও আর ইউটিভি কর্তৃপক্ষ চাইলে সরিয়ে দিতে পারবে না, টুইটার বা ফেসবুক চাইলে পারবে না কারো আর্কাইভ নিষিদ্ধ করে দিতে। বিসয়টা খানিকটা টরেন্টের মতো, ব্যবহারকারীদের ডেটা হারিয়ে নেওয়া সার্ভারের মতো কাজ করে এবং পরস্পর সম্পর্কযুক্ত নেটওয়ার্কে যুক্ত থাকার মাধ্যমে আদান-প্রদান করে তথ্য। তবে এটি এখনো সবার জন্য ব্যবহৃতভাবে আসেনি। মেটা এ নিয়ে কাজ শুরু করেছে, এরকম অনেক প্রতিষ্ঠান কাজ করছে বলে জানা গেছে। এই প্রযুক্তি নতুন যুগের সূচনা করবে ইন্টারনেট জগতে, এমনটাই বিশেষজ্ঞদের আশা। মাল্টিক্লাউড জটিলতার সমাধান এ বছর ক্লাউড প্রযুক্তিতে উল্লেখযোগ্য অগ্রগতি দেখা গেছে। বিশেষ করে মাল্টিক্লাউড ব্যবস্থাপনায়। মার্কিন প্রযুক্তি বিশ্লেষণ ও গবেষণা প্রতিষ্ঠান স্যাসের (SAS) গবেষণা অনুযায়ী, বর্তমানে প্রায় ৪২ শতাংশ প্রতিষ্ঠান তাদের ব্যবসায়িক অ্যাপ্লিকেশন, বিশ্লেষণ ও জরুরী ডেটা হোস্ট করতে কমপক্ষে

বিশ্বব্যাপী প্লাস্টিক দূষণ

তাহসিন আলম

এক হিসেবে বর্তমান পরিস্থিতিতে বলা যায়, পৃথিবী ডুবে গেছে প্লাস্টিকের সাগরে। প্রতিদিন্যত বাড়ছে প্লাস্টিকের ব্যবহার। সঙ্গে বাড়ছে প্লাস্টিক দূষণের মাত্রাও। প্রতি বছর প্রায় ১ কোটি ৯০ লাখ থেকে ২ কোটি ৩ লাখ টন প্লাস্টিক বর্জ্য জলজ বাস্তবতন্ত্রে ছড়িয়ে পড়ছে। প্লাস্টিক দূষণ হয়ে উঠছে চরম পরিবেশগত সমস্যাগুলোর মধ্যে একটি। ফলে ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে বাস্তুসংস্থান এবং সংশ্লিষ্ট জীবন। কীভাবে হচ্ছে এসব? এর থেকে পরিব্রাণের কি কোনো উপায় আছে? এশিয়ার উন্নয়নশীল দেশ বা আফ্রিকার দেশগুলোতে প্লাস্টিক দূষণ বেশি হয়। কারণ এসব জায়গায় বর্জ্য ব্যবস্থাপনা পরিবেশবান্ধব নয়। কিন্তু কম রিসাইক্লিং হাওয়ার কারণে কিছু উন্নত দেশেও প্রচুর প্লাস্টিক দূষণ হয়। প্লাস্টিকের উৎপাদন এবং গণহারে ব্যবহারের ইতিহাস সর্বপ্রথম ১০০ বছরের পুরোনো। দ্বিতীয় বিশ্বযুদ্ধের পর হাজার হাজার নতুন

লায়নের শরীরে প্লাস্টিক বাজেভাবে জড়িয়ে রয়েছে। বিভিন্ন সামুদ্রিক প্রাণী প্লাস্টিকের আক্রমণে ক্ষত-বিক্ষত হওয়ার ভিডিও অনেক আছে অনলাইনে। এখানেই শেষ নয়। প্লাস্টিক পোড়ানোর ফলে বাতাসে বিসাক্ত পদার্থ মিশে বাতাসকে দূষিত করছে। আর সেই বাতাস আমাদের দেহের ক্ষতি করছে। প্লাস্টিক দূষণের ফলে পরিবায়ী পানিরাও অপূরণীয় ক্ষতির সম্মুখীন হচ্ছে। এমনকি বাধাগস্ত হচ্ছে তাদের স্বাভাবিক প্রজনন। বিভিন্ন প্রাণীদের মতো মানুষের রক্তেও পাওয়া গেছে মাইক্রোপ্লাস্টিক। আপনার নিষ্পাপ শিশুটাও শিকার হচ্ছে প্লাস্টিক দূষণের। পরিস্থিতি কতটা ভয়ংকর! প্লাস্টিক দূষণ বাস্তবতন্ত্রের জলবায়ু পরিবর্তনের সঙ্গে খাপ খাইয়ে নেওয়ার ক্ষমতা হ্রাস করে এবং লাখ লাখ মানুষের জীবিকা, খাদ্য উৎপাদন ক্ষমতা ও সামাজিক কল্যাণকে সরাসরি প্রভাবিত করে এরই মধ্যে আবার নতুন বিপদের কথা শুনিয়েছেন সুইডেনের ইউনিভার্সিটি অব গোথেনবার্গের



গবেষকরা। তাঁদের গবেষণায় দেখা গেছে, প্লাস্টিকের পুনর্ব্যবহারও অনিরাপদ। কারণ রিসাইকেল প্লাস্টিকেও তাঁরা বিসাক্ত পদার্থ খুঁজে পেয়েছেন। মানবদেহ ও পরিবেশের জন্য যা খুব মারাত্মক। প্লাস্টিক দূষণ প্রাণীদের স্বাভাবিক বাসস্থান এবং প্রাকৃতিক

অরুণের সামনেই হাওড়ার প্রশাসক সুজয়কে ধাক্কা মন্ত্রী মনোজের

হাওড়া, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.) : রাজ্যের জেলায় জেলায় শাসক দলের নেতাদের অভ্যন্তরীণ বিরোধ প্রায়ই প্রকাশ্যে আসছে। বৃহস্পতিবার খোদা মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায় এ ব্যাপারে উক্ত ২৪ পরগণায় এক প্রকাশ্য সভায় দলীয় নেতাকর্মীদের সতর্ক করে দিয়েছেন। তৈরি করেছেন কমিটি। প্রায় একই সময়ে হাওড়ায় বড়দিনের কার্নিভালের অশান্তি রুখতে মুখ্যমন্ত্রীর পাঠানো দূত মন্ত্রী অরুণ বিশ্বাসের সামনেই হাওড়ার প্রশাসক, পেশায় শিশু চিকিৎসক ও এলাকায় আদাত ভাল মানুষ বলে পরিচিত সুজয় চক্রবর্তীকে ধাক্কা মারলেন ক্রীড়া দফতরের প্রতিমন্ত্রী তথা প্রাক্তন ক্রিকেটার মনোজ তিওয়ারি।

হাওড়ায় কার্নিভালে পার্কিং সমস্যা নিয়ে অভিযোগ তুলে বুধবার বিকেলে চড়াও হন মন্ত্রী মনোজ তিওয়ারি ও তাঁর অনুগামীরা। মনোজের লোকজন কুৎসিৎ ভাষায় গালমন্দ করতে থাকেন বলে অভিযোগ। এমনকি এও অভিযোগ যে হাওড়া পুরসভার প্রশাসক সুজয় চক্রবর্তীর আশু সহায়ককে বেধড়ক মারধর করা হয়। এ ঘটনা নিয়ে সাংবাদিক সম্মেলন করতে চেয়েছিলেন সুজয়বাবু। কিন্তু তাঁকে মেলা প্রাস্তনে তা করতেও বাধা দেওয়া হয়। তার পর রাত চটায় তিনি মেলায় দাঁড়িয়ে ঘোষণা করেন, যেখানে তাঁর নিজের নিরাপত্তা নেই, সেখানে মানুষকে নিরাপত্তা দিয়ে মেলা চালানোর ঝুঁকি তিনি আর নিতে পারছেন না।

এই খবর মুখ্যমন্ত্রীর কাছে পৌঁছেতেই তিনি পুলিশকে নির্দেশ দেন, কঠোর ভাবে বিষয়টি নিয়ন্ত্রণ করতে। বৃহস্পতিবার সকাল থেকে মনোজের চার অনুগামীকে পুলিশ গ্রেফতারও করে। পরে মুখ্যমন্ত্রী সাংবাদিকদের বলেন, আমি অরুণ বিশ্বাসকে বলেছি, ওখানে যেতে। দুপুর আড়াইটে নাগাদ

রামমন্দিরের উদ্দীপনার মাঝেই

চাকলায় মুখ্যমন্ত্রী, বার্তা তীর্থ

উত্তর ২৪ পরগনা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.) : রামমন্দিরের উৎস্বাদন ঘিরে যখন দেশের নানা প্রান্তে উদ্দীপনা তৈরি হয়েছে, তখন মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের মুখে শোনা গেল তীর্থস্থানের উন্নয়নের নানা খবিতায়।

বৃহস্পতিবার রামমন্দিরে প্রস্তুতি খতিয়ে দেখতে আসার কথায় উত্তরপ্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী যোগী আদিত্যনাথের। ঘুরে দেখাবেন রামকথা পার্ক। এই নিয়ে যখন মুখে শোনা গেল তীর্থস্থানের উন্নয়নের নানা খবিতায়। বৃহস্পতিবার রামমন্দিরে প্রস্তুতি খতিয়ে দেখতে আসার কথায় উত্তরপ্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী যোগী আদিত্যনাথের। ঘুরে দেখাবেন রামকথা পার্ক। এই নিয়ে যখন মুখে শোনা গেল তীর্থস্থানের উন্নয়নের নানা খবিতায়। বৃহস্পতিবার রামমন্দিরে প্রস্তুতি খতিয়ে দেখতে আসার কথায় উত্তরপ্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী যোগী আদিত্যনাথের। ঘুরে দেখাবেন রামকথা পার্ক। এই নিয়ে যখন মুখে শোনা গেল তীর্থস্থানের উন্নয়নের নানা খবিতায়।

চাকলার লোকনাথধামে পূজো দেওয়ার পরে মুখ্যমন্ত্রী বললেন, “হোট্টে হোট্টে তীর্থস্থানগুলির জন্য ৪০০ কোটি টাকা খরচ করা হয়েছে। শুধুমাত্র দক্ষিণেবধর স্ট্রাইওয়াকে ৮০-৯০ কোটি টাকা খরচ করা হচ্ছে। কালীঘাটেও স্ট্রাইওয়াক হচ্ছে।”

তীর্থ পর্যটনের দিকে যে বিশেষ ভাবে নজর দেওয়া হয়েছে, সে কথা স্পষ্ট ভাবে উঠে আসে মমতার বার্তায়। বলেন, “কয়েকদিন বাদে গঙ্গাসাগর মেলা আছে। আগে থাকার জায়গা ছিল না। আজ আমূল বদলে গিয়েছে।” দেশ-বিদেশের বহু মানুষ যে পর্যটনের জন্য পশ্চিমবঙ্গের কথা বলেন এমনও দাবি করেছেন মুখ্যমন্ত্রী। তবে এদিন তাঁর কথায় বিশেষ ভাবে তীর্থ পর্যটনের দিকটি প্রাধান্য পায়। মুখ্যমন্ত্রী বলেন, “বাংলায় তীর্থ-পর্যটনের ৪০০টি জয়গা রয়েছে।”

তীর্থ পর্যটনের উন্নয়নে যে তৃণমূল সরকার আগ্রাণ চেষ্টা করেছে তা বোঝাতে একের পর এক খবিতায় দেন তিনি। মমতার বার্তা, কোনও একটি ধর্মের দিকে নয়, সমস্ত ধর্মের সমন্বয় ও তীর্থ-পর্যটনের উন্নয়নেই জোর দিয়েছে তাঁর সরকার। এই প্রসঙ্গে তিনি আরও বলেন,

“ভোটের সময় ধর্ম নিয়ে রাজনীতি করব, ধর্মের নামে নিপেষণ করব। এটা ধর্ম নয়। ধর্ম মানে সকলকে কাছে টেনে নিয়ে সকলকে ভালোবাসা।” জানুয়ারি মাসে রামমন্দির উদ্বোধন ও তার পর সাধারণ নির্বাচনের মুখে তৃণমূলনেত্রীর এই বার্তার মধ্যে সুনির্দিষ্ট অন্য তাৎপর্য রয়েছে মনে করে রাজনৈতিক মহল।

রাঁচিতে নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে বিদ্যুতের খুঁটিতে ধাক্কা গাড়ির, প্রাণ হারালেন ৪ জন
রাঁচি, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): ঝাড়খণ্ডের রাজধানী রাঁচিতে নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে বিদ্যুতের খুঁটিতে ধাক্কা মারল একটি যাত্রীবাহী গাড়ি। বিদ্যুতের খুঁটিতে ধাক্কা লাগার পর গাড়িটি উল্টে যায়। এই দুর্ঘটনায় মৃত্যু হয়েছে ৪ জনের। বৃহস্পতিবার ভোররাত্তে এই দুর্ঘটনাটি ঘটেছে। রাঁচি পুলিশ জানিয়েছে, একটি রুটগামী গাড়ি বৈদ্যুতিক খুঁটিতে ধাক্কা মারে, এরপর উল্টে যায়। গাড়িটি উল্টে ঘটনাস্থলেই চালক-সহ চারজনের মৃত্যু হয়।

খবর পেয়ে পুলিশ দুর্ঘটনাস্থলে পৌঁছয়। এর পর স্থানীয় গ্রামবাসীদের সহায়তায় তাদের হাসপাতালে পাঠানো হয়।

অরুণ ওখানে পৌঁছেতেই সুজয় চক্রবর্তী তাঁকে স্বাগত জানাতে যান। একটা নীল রঙের ফ্লিস আর মাথায় কাপ পরে মন্ত্রী মনোজ তিওয়ারি ও তাঁর অনুগামীরাও ছিলেন। দেখা যায়, অরুণ বিশ্বাসের সামনেই সুজয়বাবুকে ধাক্কা মারেন মনোজ। তবে সুজয়বাবুর অনুগামীরা তাঁকে সামলে নেন ও আগলে রাখেন। দুই পক্ষের ধাক্কাধাক্কির মধ্যে পড়ে যান অরুণ বিশ্বাস। মুখ্যমন্ত্রীর বার্তার পরেও কীভাবে ধাক্কাধাক্কি করার কেউ সাহস পাচ্ছে তা নিয়েও এদিন প্রশ্ন উঠেছে। মমতা বন্দ্যোপাধ্যায় এদিন পরিষ্কার জানিয়েছেন, পুলিশকে বেশি ভাবার দরকার নেই। কেউ দেখী হলে নিদাধায় যেন তাঁর বিরুদ্ধে ব্যবস্থা নেওয়া হয়। মমতা এও জানিয়েছেন, “কার্নিভাল বন্ধ করার দরকার ছিল না। আমি ঋ্ণশাসককে বলব, উনি নিজের মতো করে কাজ চালাতে পারেন।”

এ ব্যাপারে সুজয়বাবুকে প্রশ্ন করা হলে তিনি বলেন, “মুখ্যমন্ত্রী নিজে বিষয়টি দেখাচ্ছেন। এ ব্যাপারে আমার আর কিছু বলা শোভা পায় না। কার্নিভাল আগের মতই চলবে, এটাই হল মূল কথা।”

অন্যদিকে মনোজ তিওয়ারি বলেন, “কার্নিভাল আমি বন্ধ করিনি। শুধু বেআইনি পার্কিংয়ের জন্য প্রতিবাদ করেছিলাম। পার্কিংয়ের জন্য টেভার ডাকা হয়নি। ইচ্ছেমত পার্কিংয়ের টাকা তুলছে। তিনদিন আগে ওখানে পার্কিং এর লোকজন মদ্যপ অবস্থায় কয়েককে মারধরও করেছে। কার্নিভালে ঢোকার জন্য এশর্ট ফি ১০ টাকা থেকে ৫ টাকা করে দিয়েছি আমি আর অরুণ বিশ্বাস মিলে। সেখানে এভাবে বেআইনি পার্কিং নিয়ে মানুষকে হয়রানি করা হবে, এটা বরদাস্ত হযনি। তাই প্রতিবাদ করেছিলাম।”

হাওড়ায় পার্কিং বিবাদে মুখ্যমন্ত্রীর হস্তক্ষেপ, আজই হবে কার্নিভাল

হাওড়া, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): সদ্য সংস্কার হওয়া ইকোপার্কের বাইরে গাড়ির পার্কিং ফি তোলা নিয়ে চাঞ্চল্য। আর তার জেরেই হাওড়ার ক্রিসমাস কার্নিভাল বন্ধ হয়ে যাওয়ার কথা ঘোষণা হল। এর পরই আসরে নামেন মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। বৃহস্পতিবারই তিনি কার্নিভাল চালুর নির্দেশ দেন।

২২ ডিসেম্বর, হাওড়ার ডুমুরজলায় যষ্ঠী-নারায়ণ ইকো পার্কে হাওড়া ক্রিসমাস কার্নিভাল শুরু হয়। অভিযোগ, হাওড়া মিউনিসিপ্যাল কর্পোরেশনের নামে অবৈধভাবে পার্কিংয়ের নামে টাকা নেওয়া হচ্ছে। মেলা চালু হওয়ার দিন থেকে এই টাকা তোলে হাওড়া মিউনিসিপ্যাল কর্পোরেশনের নাম উল্লেখ করে মা তারা পার্কিং নামে একটি এজেন্সি। অবৈধভাবে বাইকে প্রতি দশ টাকা ও সাইকেল পিছু পাঁচ টাকা করে আদায় করা হয়। অভিযোগ, কর্পোরেশনের নাম করে টাকা নেওয়া হলেও দেওয়া হয়নি কোনও বৈধ রসিদ। এলাকার

ধর্ম মানে ভালবাসা, মায়ের শাড়ির আঁচলের মতো, চাকলায় মন্দিরের উদ্বোধনে মুখ্যমন্ত্রী

উত্তর ২৪ পরগনা, ২৮ ডিসেম্বর, (হি.স.): একতাই বাংলার শক্তি। তাই এখানে হিন্দু, মুসলমান, খ্রিস্টান, জৈন থেকে মত্ুয়া, রাজবংশী সকলে হাতে হাত মিলিয়ে পরস্পরের উৎসবে সামিল হয়। বাংলার এই একতাকে ধরে রাখার আহ্বান জানানলেন মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়।

সপরিবারে কালিন্স্পং যাওয়ার পথে দুর্ঘটনায় হতাহত দক্ষিণেশ্বরের ৬ পর্যটক

বাগডোগরা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.) : ভয়াবহ দুর্ঘটনা বাগডোগরা-গৌসাইপুর ‘এশিয়ান হাইওয়ে ২’ সড়কে। বৃহস্পতির সকালের এই দুর্ঘটনায় মারা গিয়েছেন এক পর্যটক। গুরুতর আহত তাঁরই পরিবারের আরও পাঁচ সদস্য। তাঁদের মধ্যে এক জনের অবস্থা আশঙ্কাজনক বলে হাসপাতাল সূত্রের খবর। স্থানীয় সূত্রে জানা গিয়েছে, গৌসাইপুর সংলগ্ন এলাকায় আচমকায় বিহার থেকে আসা একটি যাত্রীবাহী বাস হঠাৎই রাস্তায় দাঁড়িয়ে যায়। ফলে পিছন থেকে আসা একটি ছোট গাড়ি নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে বাসের পিছনে সজোরে ধাক্কা মারে। দুর্ঘটনার অভিঘাতে ছোট গাড়িটি দুমড়ে-মুচড়ে যায়। পুলিশ সূত্রের খবর, গাড়ির ভিতরে মহিলা, শিশু-সহ মোট ছ’জন যাত্রী ছিলেন। তাঁদের সকলকেই উত্তরবঙ্গ মেডিক্যাল কলেজ হাসপাতালে পাঠানোর সময় গুরুতর আহত দু’জনের মধ্যে এক জন মারাপথেই মারা যান। স্থানীয় সূত্রে জানা গিয়েছে, মৃত ব্যক্তির নাম ইন্দ্রাশিস চক্রবর্তী। বাড়ি দক্ষিণেশ্বরে। দক্ষিণেশ্বর থেকে সপরিবারে কালিন্স্পং জেলায় চুইখিমে যাচ্ছিলেন তাঁরা। সেখানে তাঁদের একটি বাড়ি রয়েছে বলেও জানা গিয়েছে।

মৃতের বাবা ইন্দ্রনীল চক্রবর্তী বলেন, “দক্ষিণেশ্বর থেকে

হচ্ছে। আমি স্টেজের উপর ছিলাম। আমাকে ডেকে মারধর করা হয়েছে।’ অভিযুক্ত সৌরধর পুলিশ ঘটনাস্থল থেকে নিয়ে যায়। এই ঘটনায় স্বভাবতই বিরক্ত স্থানীয় বিধায়ক তথা ক্রীড়া প্রতিমন্ত্রী মনোজ তিওয়ারি। তাঁর বক্তব্য, ‘এর আগেও পার্কিংকে কেন্দ্র করে অশান্তি ও মারপিট হয়েছিল। আজ আমি আমার অফিসে বসেছিলাম। সে সময় স্থানীয়দের অভিযোগ পেয়ে এখানে আসি। পৌরনিগমের সঙ্গে কথা বলে জানতে পারি কাউকে পার্কিং তোলার জন্য লিখিত অনুমতি দেওয়া হয়নি। মনোজ বলেন, “ধানার অধিকারিকের ডাকা হয়। যাদের থেকে অবৈধভাবে পার্কিং ফি নেওয়া হযিছে তােদের বিরুদ্ধে অভিযোগের ভিত্তিতে পুলিশ ব্যবস্থা নেবে। আমার বিধানসভা এলাকায় এই ধরনের ঘটনার পিছনে কারও চক্রান্ত রয়েছে বলেই মনে হচ্ছে। এলাকার সাধারণ মানুষকে পরিষেবা দেওয়াই আমার কাজ তাই এখানে এসেছি।’

হচ্ছে। আমি স্টেজের উপর ছিলাম। আমাকে ডেকে মারধর করা হয়েছে।’ অভিযুক্ত সৌরধর পুলিশ ঘটনাস্থল থেকে নিয়ে যায়। এই ঘটনায় স্বভাবতই বিরক্ত স্থানীয় বিধায়ক তথা ক্রীড়া প্রতিমন্ত্রী মনোজ তিওয়ারি। তাঁর বক্তব্য, ‘এর আগেও পার্কিংকে কেন্দ্র করে অশান্তি ও মারপিট হয়েছিল। আজ আমি আমার অফিসে বসেছিলাম। সে সময় স্থানীয়দের অভিযোগ পেয়ে এখানে আসি। পৌরনিগমের সঙ্গে কথা বলে জানতে পারি কাউকে পার্কিং তোলার জন্য লিখিত অনুমতি দেওয়া হয়নি। মনোজ বলেন, “ধানার অধিকারিকের ডাকা হয়। যাদের থেকে অবৈধভাবে পার্কিং ফি নেওয়া হযিছে তােদের বিরুদ্ধে অভিযোগের ভিত্তিতে পুলিশ ব্যবস্থা নেবে। আমার বিধানসভা এলাকায় এই ধরনের ঘটনার পিছনে কারও চক্রান্ত রয়েছে বলেই মনে হচ্ছে। এলাকার সাধারণ মানুষকে পরিষেবা দেওয়াই আমার কাজ তাই এখানে এসেছি।’

হচ্ছে। আমি স্টেজের উপর ছিলাম। আমাকে ডেকে মারধর করা হয়েছে।’ অভিযুক্ত সৌরধর পুলিশ ঘটনাস্থল থেকে নিয়ে যায়। এই ঘটনায় স্বভাবতই বিরক্ত স্থানীয় বিধায়ক তথা ক্রীড়া প্রতিমন্ত্রী মনোজ তিওয়ারি। তাঁর বক্তব্য, ‘এর আগেও পার্কিংকে কেন্দ্র করে অশান্তি ও মারপিট হয়েছিল। আজ আমি আমার অফিসে বসেছিলাম। সে সময় স্থানীয়দের অভিযোগ পেয়ে এখানে আসি। পৌরনিগমের সঙ্গে কথা বলে জানতে পারি কাউকে পার্কিং তোলার জন্য লিখিত অনুমতি দেওয়া হয়নি। মনোজ বলেন, “ধানার অধিকারিকের ডাকা হয়। যাদের থেকে অবৈধভাবে পার্কিং ফি নেওয়া হযিছে তােদের বিরুদ্ধে অভিযোগের ভিত্তিতে পুলিশ ব্যবস্থা নেবে। আমার বিধানসভা এলাকায় এই ধরনের ঘটনার পিছনে কারও চক্রান্ত রয়েছে বলেই মনে হচ্ছে। এলাকার সাধারণ মানুষকে পরিষেবা দেওয়াই আমার কাজ তাই এখানে এসেছি।’

বছর অত্যাচার করেন। আমার সেটা করি না। আমাদের কাছে ধর্ম মানে ভালবাসা। মায়ের শাড়ির আঁচলের মতো। মা যেভাবে শাড়ির আঁচল দিয়ে আগলে রাখেন, যত্ন নেন, আমরাও সেভাবেই। বাংলায় পরস্পর পরস্পরকে আঁকড়ে রেখেছি। একতাই বাংলার শক্তি।”

আমার ছেলের মৃত্যু হয়েছে। আমরা স্ত্রীর অবস্থা আশঙ্কাজনক।” স্থানীয়দের ক্ষোভ, পুলিশ এবং আশুভ্যাগকে বার বার ফোন করার পরেও তারা ঠিক সময়ে আসতে পারেনি। অবশেষে স্থানীয়রাই টোটে করে আহতদের হাসপাতালে নিয়ে যান।

১ জানুয়ারি থেকে ট্রাফিক ওয়েভার স্কিম, প্রস্তুতি শুরু

কলকাতা, ২৮ ডিসেম্বর, (হি.স.): আগামী বছরের ১ জানুয়ারি থেকে এই ওয়েভার স্কিম চালু করার পরিকল্পনা দফতর। বৃহস্পতিবার থেকেই কলকাতা ও ট্রাঙ্গ পুলিশের ট্রাফিক বিভাগ এর প্রস্তুতি শুরু করেছে। নতুন বছরে গাড়ির মালিকদের জন্য দারুণ সুখবর। আপনার গাড়ির কি রোড ট্যাক্স বকেয়া রয়েছে? বা পারমিট ও সার্টিফিকেট পুনর্নবীকরণ করাতে হবে? ১০০ শতাংশই মকুব হবে জরিমানা। রাজ্যের কয়েক কোটি গাড়ি মালিকের জন্য নতুন বছরে এই উপহারই দিচ্ছেন মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের। বুধবার রাজ্য মন্ত্রিসভা বৈঠকে সিদ্ধান্ত হয়েছে। নবান্ন সূত্রে জানা গিয়েছে, রাজ্যের সমস্ত ব্যক্তিগত ও বাণিজ্যিক গাড়ির মালিক আগামী ৩১ ডিসেম্বর পর্যন্ত বকেয়া টাকা কর মেটানোর ক্ষেত্রে বাড়তি সুবিধা পাবেন। আগামী পয়লা জানুয়ারি থেকে ২৯ ফেব্রুয়ারির মধ্যেই সেই কর মিটিয়ে দিলে জরিমানার উপর মিলবে ১০০ শতাংশ ছাড়।

রাজ্যের কয়েক লাখ গাড়ির পারমিট ও সিএফ রিনিউয়াল ফি বকেয়া রয়েছে বলে জানা গিয়েছে। সেক্ষেত্রে আগামী ৩১ ডিসেম্বর পরন্ত রিনিউয়াল না হওয়া যানবাহনের মালিকরা পরিবহণ দফতরের এই উত্তরবঙ্গ স্ত্রি পাবেন বলেই মনে করা হচ্ছে। ৩০ জানুয়ারির পর অর্থাৎ ৩১ জানুয়ারি থেকে ২৯ ফেব্রুয়ারির মধ্যে সংশ্লিষ্ট দুই খাতের বকেয়া মেটালে জরিমানার ৮০ শতাংশ মকুব করার সিদ্ধান্ত নেওয়া হয়েছে। এককথায় বলতে গেলে নতুন বছরে গাড়ি মালিকদের বিরাট ছাড় দিতে চলছে রাজ্য সরকার।

ফালাকাটায় ৭টি বড় গাড়ি করে গরু এবং মহিষ পাচারের সময় আটক

কলকাতা, ২৮ ডিসেম্বর, (হি.স.): ফালাকাটায় ৭টি বড় গাড়ি করে গরু এবং মহিষ পাচারের সময় ধরা পড়ল সশস্ত্র সীমা বল-এর (এসএসবি) জওয়ানদের হাতে। সময়ের উল্লেখ না করে ডিডিও-সহ এগ্ন হ্যাণ্ডলে বৃহস্পতিবার দুপুরে খরগটি দেন বিরোধী দলীনেতা শুভেন্দু অধিকারী। তিনি লিখেছেন, “আমি ভারতের সশস্ত্র সীমা বল-এর জওয়ানদের অভি নন্দন জানাই। তাঁরা ফালাকাটায় ৭টি বড় গাড়ি আটক করেছেন। সেগুলি গরু এবং মহিষ পাচার করার জন্য ব্যবহার করা হচ্ছে।।

সীমান্তের ওপারে গবাদি পশু পাচারের নতুন সৃজনশীল উপায় খুঁজে বের করার জন্য তোলামুলি ইকোসিস্টেমে সবসময় সক্রিয়। এবার প্রকোষ্ঠে নির্মাণসামগ্রীর আড়ালে পশুগুলো লুকিয়ে রাখা হয়েছে। এই চোরালচালনা বন্ধে আমাদের সীমান্তরক্ষী বাহিনীকে সব সময় তৎপর থাকতে হবে।”

“এমফিল নিয়ে ইউজিসির চাপিয়ে দেওয়া ফতোয়া মানব না”, মন্তব্য ব্রাত্যর

কলকাতা, ২৮ ডিসেম্বর, (হি.স.): বৃহস্পতিবার এম ফিল ডিগ্রির ব্যাপারে রাজ্যের অবস্থান স্পষ্ট করলেন শিক্ষামন্ত্রী ব্রাত্য বসু। তিনি সাংবাদিকদের জানিয়েছেন, “রাজ্য তার শিক্ষানীতি মেনে চলেবে। এমফিল নিয়ে ইউজিসির চাপিয়ে দেওয়া ফতোয়া মানব না।” বৃধবারই বিজ্ঞপ্তি জারি করে ইউজিসির তরফে জানানো হয়েছে, এম ফিল ডিগ্রি কোণ্ড স্বীকৃত ডিগ্রি নয়। তাই এমফিল ডিগ্রির আর বৈধতা থাকবে না। একই সঙ্গে পড়ুয়াদের এমফিল কোর্সে ভর্তি না হওয়ার পরামর্শও দেওয়া হয়েছে কেন্দ্রের জারি করা বিজ্ঞপ্তিতে।

সূত্রের খবর, এ ব্যাপারে বিশেষজ্ঞদের পরামর্শ নিচ্ছে রাজ্য। ব্রাত্য বলেন, “পুরো বিষয়টি জেনে প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ করবে রাজ্য শিক্ষা দফতর।” এ ব্যাপারে গত বছরের ৭ নভেম্বর বিশ্ববিদ্যালয়গুলিকে জানিয়েছিল ইউজিসি। অভিযোগ, ইউজিসির সেই নির্দেশ উড়িয়ে বেশ কিছু বিশ্ববিদ্যালয়গুলি এমফিল কোর্স চালু রেখেছে। অবিলম্বে তা বন্ধ করার জন্যই এই বিজ্ঞপ্তি বলে জানানো হয়েছে বিশ্ববিদ্যালয় মঞ্জুরি কমিশনের পক্ষ থেকে। তবে যে সমস্ত বিশ্ববিদ্যালয় নির্দেশ অমান্য করে এমফি চালু রেখেছে তাদের বিরুদ্ধে কোনও পদক্ষেপ নেওয়া হবে কি না, তা অবশ্য স্পষ্ট ভাবে উল্লেখ নেই নির্দেশিকায়। তবে ইউজিসির ওই নির্দেশের বিরুদ্ধে খোদা শিক্ষামন্ত্রী রঞ্জে দাঁড়ানো রাজ্যে এখনই এমফিল বন্ধ হবে না বলেই মনে করছে ওয়াকিবহাল মহল।

এনডিএ-তে নীতিশের ফেরার সব দরজা বন্ধ : গিরিরাজ সিং

পাটনা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): নীতীশ কুমারের এনডিএ-তে ফেরার সব দরজা বন্ধ রয়েছে। জোর দিয়ে বললেন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী ও বিজেপি নেতা গিরিরাজ সিং। বৃহস্পতিবার কেন্দ্রীয় মন্ত্রী গিরিরাজ সিং বলেছেন, “নীতীশ কুমারের এনডিএ-তে ফেরার সমস্ত দরজা বন্ধ। বিধানসভায় মহিলাদের সম্পর্কে এমন অবমাননাকর মন্তব্যকারীর অবিলম্বে মুখ্যমন্ত্রীর পদ থেকে সরে যাওয়া উচিত। তাঁর বর্তমান মানসিক অবস্থার পরিপ্রেক্ষিতে তিনি এই পদে থাকার উপযুক্ত নন।’

বিহার তথা জাতীয় রাজনীতিতে এখন গুঞ্জন চলছে, যে গেরম্মা শিবিরে ফিরে আসতে পারেন নীতীশ কুমার। কিন্তু, সেই জল্পনায় জল ঢেলে দিয়ে গিরিরাজ সিং বৃহস্পতিবার বলেছেন, নীতীশ কুমারের এনডিএ-তে ফেরার সব দরজা বন্ধ রয়েছে।

উল্লেখ্য, ২০১৭ সালে মহাজোট ছেড়ে বেরিয়ে এসেছিলেন নীতীশ কুমার, পরে তিনি এনডিএ-তে शामिल হন।

বিনা বেতনের সংসারের কাজও বেতন পাওয়ার যোগ্য, বলল কলকাতা হাই কোর্ট

কলকাতা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.) : গৃহবধূদের বেকার বলা যাবে না। তাঁরাও স্বপার্জনকারী। সংসারে তাঁরা দিবারাত্রি যে কাজ করেন, তার মূল্য রয়েছে। বৃহস্পতিবার একটি মামলার শুনানিতে কলকাতা হাই কোর্ট একথা বলেছে।

১৫ বছরের পুরনো একটি ঘটনা নিয়ে মামলার শুনানি ছিল কলকাতা হাই কোর্টে। বৃহস্পতিবার সেই মামলা উঠেছিল বিচারপতি মামলার রা়য় দেওয়ার সময় পরাবেক্ষণে ওই মন্তব্য করেন। সংসারের জোয়াল ঠেলে কেটে যায় সকাল থেকে সন্ধ্যা। দিন-মাস-বছরও। বয়স বাড়়ে, মধুর হয়ে আসে কাজের গতি। তার পরও কেউ জানতে চায় না, হাড় ভাঙা ওই পরিশ্রমের পারিশ্রমিক কী? যিনি শ্রম দিচ্ছেন, তাঁর পরিশ্রমের মূল্য কতটা? গৃহবধূদের উপার্জন প্রসঙ্গে বিচারপতি প্রশ্ন করেন, “কে বলেছে, গৃহবধূরা বেকার? বর্ধমানের পরিবারটিকে ১ লক্ষ ৮৯ হাজার ৫০০ টাকা ক্ষতি পূরণ

দিন সংসারের যাবতীয় কাজ করেন। একই কাজ অন্য কাউকে দিয়ে করালে যে খরচ হত, তা বয়র করতে হয় না ওঁদের দৌলতেই। তাই সংসারে ওঁদের কাজের আর্থিক মূল্যও রয়েছে। আর সেই জন্যই গৃহবধূদের বেকার বলা যাবে না। তাঁদেরকেও উপার্জনকারী হিসাবেই দেখতে হবে।”

বৃহস্পতিবার এই মর্মে এক গৃহবধূর মৃত্যুর ক্ষতিপূরণ হিসাবে প্রায় সাড়ে ছ’লক্ষ টাকা দেওয়ার নিদান দেয় কলকাতা হাই কোর্ট। পথ দুর্ঘটনায় ওই মহিলার মৃত্যু হয়েছিল ২০০৮ সালের এপ্রিলে। বর্ধমানের স্কীরগ্রামে। বাড়ি থেকে বেরিয়ে বাস ধরতে এসেছিলেন মহিলা। কিন্তু বাসস্ট্যান্ডের সামনেই তাঁকে পিষে দিয়ে চলে যায় একটি বাস। এই ঘটনায় বর্ধমানের মের্টর অ্যাকসিডেন্ট ক্লেম ট্রাইবুনালে মামলা করেন তাঁর পরিবার। ক্ষতিপূরণ হিসাবে দাবি করেন ছ’লক্ষ টাকা। কিন্তু যাঁদের বিরুদ্ধে মামলা, সেই সংস্থা এই দাবি মানতে চায়নি। বর্ধমানের পরিবারটিকে ১ লক্ষ ৮৯ হাজার ৫০০ টাকা ক্ষতি পূরণ

দেশে দুই মতাদর্শের লড়াই চলছে, নাগপুরে কংগ্রেসের সমাবেশে বললেন রাহুল গান্ধী

নাগপুর, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): দেশে দুই মতাদর্শের লড়াই চলছে, বৃহস্পতিবার নাগপুরে কংগ্রেসের সমাবেশে বললেন কংগ্রেস সাংসদ রাহুল গান্ধী। তিনি বলেছেন, “দেশে দুই মতাদর্শের মধ্যে লড়াই চলছে। এনডিএ এবং

একসঙ্গে দুই ভারতীয় কিংবদন্তির রেকর্ড ভাঙলেন অস্ট্রেলিয়ার লিওন

মেলবোর্ন, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): অস্ট্রেলিয়ার মাটিতে পাকিস্তানের সঙ্গে তিন ম্যাচের টেস্ট সিরিজ খেলছে অস্ট্রেলিয়া। বক্সিং ডে থেকে মেলবোর্নে শুরু হয়েছে সিরিজের দ্বিতীয় ম্যাচ। এই ম্যাচের প্রথম ইনিংসে অস্ট্রেলিয়ার স্পিনার নাথান লিওন পাকিস্তানের ৪ উইকেট নিয়েছেন। এই চারটি উইকেট নেওয়ার সঙ্গে সঙ্গে তিনি একটি বিশেষ কৃতিত্ব অর্জন করেছেন।

ফের ইউক্রেনকে বিপুল অক্ষের সামরিক সাহায্য দিচ্ছে আমেরিকা

ওয়াশিংটন, ২৮ ডিসেম্বর (হি. স.) : ইউক্রেনের চিন্তা দূর করে ফের বিপুল অক্ষের সামরিক সাহায্য দিচ্ছে আমেরিকা। বুধবার যার ঘোষণা করেন মার্কিন বিদেশ সচিব অ্যান্টনি ব্লিন্কেন। যুদ্ধ আবহে ২৫০ মিলিয়ন ডলারের সামরিক সাহায্য করা হবে ইউক্রেনকে। স্বাভাবিকভাবেই কিয়োভের জন্য এটা সতর্কবার্তা। রাশিয়ার বিরুদ্ধে যুদ্ধে ইউক্রেনের সবথেকে বড় অস্ত্র সরবরাহকারীদের মধ্যে অন্যতম

জনপ্রতিনিধি। সশস্ত্রি প্রকাশিত এক রিপোর্ট বলা হয়েছে, ইউক্রেনকে অস্ত্র সরবরাহ করা নিয়ে আমেরিকার প্রধান দুই রাজনৈতিক দলে সমর্থন কমে আসছে। স্বাভাবিকভাবেই কিয়োভের জন্য এটা সতর্কবার্তা। রাশিয়ার বিরুদ্ধে যুদ্ধে ইউক্রেনের সবথেকে বড় অস্ত্র সরবরাহকারীদের মধ্যে অন্যতম

আমন্ত্রণ পেলে রামমন্দিরের উদ্বোধনে অবশ্যই যাব : হেমন্ত সোরেন

নয়াদিল্লি, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): আমন্ত্রণ পেলে অযোধ্যায় রামমন্দিরের উদ্বোধনে অবশ্যই যাব। জানিয়ে দিলেন ঝাড়খণ্ডের মুখ্যমন্ত্রী হেমন্ত সোরেন। ঝাড়খণ্ডের মুখ্যমন্ত্রী হেমন্ত সোরেন বৃহস্পতিবার বলেছেন, তিনি আমন্ত্রণ পেলে আগামী বছরের জানুয়ারিতে অযোধ্যায় রাম মন্দির উদ্বোধনে অবশ্যই যোগ দেবেন। সোেন একইসঙ্গে বলেছেন, তিনি এখনও পর্যন্ত এই অনুষ্ঠানের জন্য কোনও আমন্ত্রণ পাননি।

হেমন্ত সোরেনের কথায়, ‘আমি এখনও পর্যন্ত রাম মন্দিরের উদ্বোধনের জন্য কোনও আমন্ত্রণ পাইনি, তবে আমি যদি এটি আমন্ত্রণ পাই তবে আমি অনুষ্ঠানে যোগ দেব।’ হেমন্ত সোরেন এদিন ঝাড়খণ্ডে ঝাড়খন্ মুক্তি মার্চা নেতৃস্থানীয় সরকারের চার বছর পূর্ণ হওয়ার বিষয়ে সাংবাদিকদের সন্ধ্যোদন করার সময় এই কথা বলেছিলেন।

হরিদ্বারে গ্রেফতার পলাতক আসামি
হরিদ্বার, ২৮ ডিসেম্বর (হি. স.) : পুলিশের অভিযান চলাকালীন এক পলাতক আসামিকে গ্রেফতার করেছে পুলিশ। অভিযুক্তদের বিরুদ্ধে চালান জারি করেছে পুলিশ। কোতোয়ালি লাকসার পুলিশ জৈনপুর খুর্দ এলাকা থেকে এনডিপিএসের অধীনে এক পলাতক আসামিকে গ্রেফতার করেছে। পুলিশের হাত থেকে বাঁচতে ওই আসামি প্রতিনিয়ত তার অবস্থান পরিবর্তন করছিল। অভিযুক্তের নাম ইসলাম। সে জৈনপুর খুর্দ থানার কোতোয়ালি লাকসার জেলা হরিদ্বার গ্রামের বাসিন্দা বলে জানা গেছে।

হরেকরকম

হরেকরকম

হরেকরকম

ওজন ঝরাতে স্বাস্থ্যকর স্যালাড বানাতে পারেন ডিম দিয়ে

নিয়মিত শরীরচর্চা করেন। শারীরিক তেমন কোনও সমস্যা নেই। এই সব ক্ষেত্রে পুষ্টিবিদেরা খাবারের তালিকায় রোজ একটি করে ডিম রাখতে বলেন। শরীরে প্রোটিনের ঘাটতি মোটাতে, অনেক ক্ষণ পর্যন্ত পেট ভর্তি রাখতে জিমের প্রশিক্ষকেরাও একই পরামর্শ দেন। তবে ডিম ভাজা বা পোচ নয়, এক্ষেত্রে ডিম সেদ্ধ খাওয়াই শ্রেয়। কিন্তু রোজ সেদ্ধ ডিম খেতে অনেকেই পছন্দ করেন না। এ দিকে, সকালের জলখাবারে খুব বেশি সময় দিয়ে রান্না করাও সম্ভব হয় না অনেকের পক্ষে। অথচ শরীরে প্রোটিনের, ক্যালসিয়ামের জোগান ঠিক রাখতে পারে ডিম। এ ছাড়াও ডিমে রয়েছে ক্যালিন, ভিটামিন বি১২, ভিটামিন এ এবং ডি। তাই প্রতি দিন অল্প একটি করে ডিম খাওয়া আবশ্যিক। রন্ধনশিল্পীরা বলেন, সেদ্ধ ছাড়াও



ডিম খাওয়ার স্বাস্থ্যকর উপায় হল স্যালাড। কাজে বেরোনার আগে কম সময়ে চটজলদি কীভাবে তৈরি করবেন ডিমের স্যালাড? তার প্রণালী রইল এখানে।
উপকরণ ডিম: ২টি পেঁয়াজপাতা: সামান্য গোলমরিচ: আধ চা চামচ চিলি ফ্রেস: আধ চা চামচ লেবুর রস: ১ টেবিল চামচ লেটুস পাতা: ২-৩টি প্রণালী ১) প্রথমে ডিম সেদ্ধ করে নিন। খেয়াল রাখবেন ডিম যেন ভাল ভাবে সেদ্ধ হয়। ২) এ

বাতের ব্যথায় মাটিতে পা ফেলা দায়?

বাতের ব্যথা এখন ঘরে-ঘরে। বয়সের আগেই এই সমস্যার শিকার অনেকেই। অনিয়মিত, অস্বাস্থ্যকর জীবনযাপন, বংশগত কারণ, রোগের প্রভাব, ইত্যাদি বিভিন্ন কারণে আর্থারাইটিসের সমস্যা দেখা দিতে পারে। চিকিৎসা আছেই, কিন্তু জানেন কি এমন কিছু ফল রয়েছে যা কমায় আর্থারাইটিসের ঝুঁকি?
জেনে নিন এই সমস্যা থেকে মুক্তি পেতে ডায়েটে যোগ করবেন কী-কী খাবার
আপেল: কথাতাই আছে, “আন আপেল অ্যা ডে, কিপস দ ডক্টর অ্যাওয়ে।” অর্থাৎ শরীরের জন্য আপেল ভীষণ উপকারি একটি ফল। আর্থারাইটিসের জন্যও এই ফলের জুড়ি নেই। এতে প্রদাহরোধী বৈশিষ্ট্য রয়েছে। যা ব্যথা কমায়। এছাড়া এতে উপস্থিত কোয়ারসেটিন জরুরি বাতের সমস্যায় সাহায্য করে।
চেরি: চারি চেরি বাতের জন্য অত্যন্ত কার্যকর। এতে অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট রয়েছে। যা চটজলদি বাতের ব্যথা কমাতে সাহায্য করে।
আনারস: আনারসে রয়েছে ব্রোমেলিন। যা যেকোনও ধরনের প্রদাহ কমাতে সাহায্য করে। জয়েন্টের ব্যথা থেকে জরুরি মুক্তি দেয় এই ফল। অবশ্যই ডায়েটে যোগ করুন এই ফল।
কমলালেবু: ভিটামিন সি ও অ্যান্টিঅক্সিডেন্টের একটি ভাল উৎস হল কমলালেবু। এছাড়াও রয়েছে অক্সিজেন, যা আর্থারাইটিসের ব্যথা কমাতে সাহায্য করে। কমলালেবু। তাই বেশি করে কমলালেবু খান।
ব্লুবেরি: ভরপুর পুষ্টিগুণে সমৃদ্ধ এই ফল শরীরের প্রদাহ কমায়। এতে রয়েছে অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট ও

অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট, যা বাতের ব্যথা কমায়।
মাছ: বাতের ব্যথা থেকে দ্রুত সেরে উঠতে সাহায্য করে ওমেগা-৩ ফ্যাটি অ্যাসিডযুক্ত মাছ। এক্ষেত্রে আপনি খেতে পারেন চিংড়ি, কাঁকড়া। বিশেষজ্ঞদের মতে, সপ্তাহে অন্তত ৩-৪ দিন এই ধরনের মাছ খাওয়ার চেষ্টা করুন। কিছু গবেষণা বলছে, টানা আট সপ্তাহ এই ধরনের মাছ খেলে যেকোনও ধরনের প্রদাহ কমে। যার সঙ্গে যোগ রয়েছে বাতের ব্যথারও।
রসুন: আদিকাল থেকে বাতের ব্যথার উপশম হিসেবে ব্যবহার হয়ে আসছে রসুন। বাতের ব্যথায় আরাম পেতে তাই রসুন তেল মালিশ করার চল রয়েছে অনেক বাড়িতেই। তবে শুধু মালিশ করলেই হবে না। এর পাশাপাশি গোটা রসুন খেলেও উপকার পাবেন।
আদা: রসুনের মতো আদাতেও প্রদাহরোধী গুণ রয়েছে। যা বাতের ব্যথা থেকে আরাম দেয়। খাবারের সঙ্গে বা গোটা আদা চিবিয়ে খেয়ে দেখুন, উপকার পাবেন।
ব্রোকলি: ব্রোকলি শরীর থেকে ক্ষতিকারক টক্সিনকে বাইরে বের করে দিতে সাহায্য করে। ফলে শরীর সুস্থ থাকে ও ব্যথাও কমে।
পালং শাক: হাজার গুণে ভরপুর পালং শাক বাতের ব্যথা থেকে দ্রুত আরাম দিতে সাহায্য করে।
আঙুর: বাতের ব্যথা থেকে দ্রুত সেরে উঠতে সাহায্য করে ওমেগা-৩ ফ্যাটি অ্যাসিডযুক্ত মাছ। এই প্রতিবেদনটি শুধুমাত্র তথ্যের জন্য, কোনও ওষুধ বা চিকিৎসা সংক্রান্ত নয়। বিস্তারিত তথ্যের জন্য আপনার চিকিৎসকের সঙ্গে পরামর্শ করুন।

সপ্তাহখানেক আগে আটা মেখে রাখলেও কালো হবে না

রাতে রুটি খান অনেকেই। প্রতি দিনই রুটি বানাতে হয় বলে খাটনি কমাতে অনেকেই একেবারে আটা মেখে রেখে দেন। তাতে সময়ও বাঁচে। পরিশ্রমও কম হয়। আটা মাখা থাকলে খুব বেশি চিন্তাও হয় না। খাওয়ার আগে গরম গরম রুটি সের্কে নিলেই হল। কিন্তু আটা মেখে রাখলে বেশি দিন ভাল থাকছে কি না, সেটাও দেখা জরুরি। দীর্ঘ দিন কী ভাবে ভাল রাখবেন আটা মাখা?
১) আটা মাখার সময় জলের সঙ্গে অল্প তেল অথবা ঘি মিশিয়ে নিন। আটা বেশ নরমও হবে। আর এ ভাবে মেখে রেখে দিলেও অনেক দিন ভাল থাকবে।
২) আটা মেখে একটা অ্যালুমিনিয়াম ফয়েলে মুড়ে রেখে দিতে পারেন। এতে আটা নরম থাকবে। শুষ্ক হয়ে যাবে না। এ ছাড়াও প্লাস্টিকের ব্যাগেও ভরে রাখতে পারেন। সে ক্ষেত্রে দিনে এক বার কিছু ক্ষণের জন্য ব্যাগের ঢাকনা খুলে রাখতে হবে।
৩) আটা মাখার পর মগুটি বায়ুরোধী ব্যাগে ভরে ফ্রিজে রেখে দিতে পারেন। দেখবেন কোনও ভাবে যাতে হাওয়া না ঢোকে। এমন ভাবে রাখলে বেশ কিছু দিন ভাল থাকবে।
৪) আটা মেখে রেখে দেওয়ার



ক্ষেত্রেও ব্যবহার করতে পারেন জিপসলক ব্যাগ। আটা মাখার কিছু ক্ষণ পর মগুটি ব্যাগের মধ্যে রেখে দিন। আবার রুটি করার কিছু ক্ষণ আগে বার করে নিন।
৫) সীতসেঁতে অবস্থাওয়ায় আটা মেখে রাখবেন না। তাতে আটা কালো হয়ে যেতে পারে। তার চেয়ে রান্নাঘরেরই শুকনো কোনও জায়গায় ব্যাগে ভরে রেখে দিন।

শ্বাসকষ্ট আছে বলে শরীরচর্চা করেন না?



শ্বাসকষ্টের সমস্যা থাকলে দৈনন্দিন জীবনে অনেক কিছুতেই বিধিনিষেধ চলে আসে। বিশেষ করে শরীরচর্চার সময় বাড়তি সতর্ক থাকা জরুরি। শ্বাসকষ্টের সমস্যা যাদের রয়েছে, একটু ভারী কাজ করিয়ে তাঁরা হাঁপিয়ে ওঠেন। সেখানে দীর্ঘ ক্ষণ শরীরচর্চা করলে শ্বাসকষ্টের সমস্যা বেড়ে যেতে পারে। শরীরচর্চার মাঝে হঠাৎ শ্বাসকষ্ট শুরু হওয়ার

সমস্যাটিকে চিকিৎসা পরিভাষায় বলা হয় “এক্সারসাইজ ইনডিউসড অ্যাজমা” (ইআইবি)। শরীরচর্চার সময় শ্বাস নিতে সমস্যা হওয়া, হাঁচি, কাশি, শারীরিক অস্বস্তি হল “ইআইবি”-র উপসর্গ। তবে ঝুঁকি এড়াতে শরীরচর্চা বন্ধ করে দেওয়া বোকামি। তার চেয়ে কয়েকটি উপায় মেনে চললে শরীরচর্চা করলেও সমস্যা হবে না। ১) শরীরচর্চার আগে হালকা

“ওয়ার্ম আপ” করে নিন। ব্যায়াম করার আগে স্ট্রেচিং করে নিলে উপকার পেতে পারেন। শুরুতেই যদি শরীরচর্চা শুরু করে দেন, তা হলে মুশকিলে পড়তে পারেন।
২) শ্বাসকষ্টের সমস্যা থাকলে শরীরচর্চা করতে পারবেন কি না, সেটা একমাত্র চিকিৎসকই বলতে পারবেন। তাই সবচেয়ে ভাল হয় এ বিষয়ে যদি চিকিৎসকের পরামর্শ নেন। সঙ্গে ইনহেলার রাখতে ভুলবেন না। শরীরচর্চা করতে গিয়ে যদি বুঝতে পারেন কষ্ট হচ্ছে, তাহলে তখন ব্যায়াম করা বন্ধ করুন। জোর করে না করাই ভাল।
৩) ভারী শরীরচর্চার বদলে সীতার কাটতে পারেন। এতে শারীরিক পরিশ্রম হয় বটে, তবে অন্যান্য শরীরচর্চার মতো নয়। জলের উপর হালকা করে হাত-পা চালিয়ে সীতার কাটলে শ্বাসকষ্টের সমস্যা হওয়ার কথা নয়।

ডায়েট কোক থেকেও হতে পারে ক্যানসার

অ্যাসপারটেম নামক কৃত্রিম চিনি থেকে হতে পারে ক্যানসারের মতো হারপেরোগ, সম্প্রতি ওয়াসিংটন পোস্টের একটি প্রতিবেদনে এমনটাই দাবি করা হয়েছে। এক মাস আগেই কৃত্রিম চিনির বহুল ব্যবহার নিয়ে সতর্ক করেছিল বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (৪)। রয়টার্সের একটি প্রতিবেদনে বলা হয়েছে হ-এর ক্যানসার গবেষণা সংস্থা আগামী মাসেই অ্যাসপারটেমকে কার্সিনোজেন (ক্যানসার সৃষ্টিকারী যৌগ) বলে ঘোষণা করবে। ১৯৮১ সালে আমেরিকার ফুড অ্যান্ড ড্রাগ অ্যাডমিনিস্ট্রেশন (এফডিএ)

ব্যবহারের অনুমোদন দেয়। অনুমোদনের পর থেকে পাঁচ বার এর নিরাপত্তা পর্যালোচনা পর্ব চলেছে। ভারত-সহ আরও ৯০ টি দেশে এই কৃত্রিম চিনি ব্যবহার করা হয়। কোকো কোলার ডায়েট কোক, মার্স এক্সট্রা চুইংগামে অ্যাসপারটেম ব্যবহার করা হয়। অ্যাসপারটেমে ক্যালোরির মাত্রা শূন্য। এক চামচ চিনির তুলনায় এটি ২০ গুণ বেশি মিষ্টি। ৯৫ শতাংশ কার্বোনেটেড নরম পানীয়তে অ্যাসপারটেম ব্যবহার করা হয়। বাজারে যে সব “ইনস্ট্যান্ট টি” বা তৈরি করা চা পাওয়া যায় তার মধ্যে ৯০ শতাংশতেই এই যৌগ থাকে।

ভারতের খাদ্য নিরাপত্তা ও নিয়ন্ত্রণ সংস্থা (এফসিএসএআই) নির্দেশ অনুযায়ী যে খাবার কিংবা পানীয়তে অ্যাসপারটেম ব্যবহার করা হবে, তাদের বহিরের কন্ডারে যৌগটির নাম অবশ্যই লিখতে হবে। এই খবর ছড়িয়ে পড়ার পর থেকেই নরম পানীয় প্রস্তুতকারী সংস্থাগুলি এর বিরোধিতা শুরু করেছে। তাদের দাবি, এই খবরের প্রভাবে সাধারণের চিনি খাওয়ার প্রণয়তা আরও বাড়বে, ফলে শরীরের আরও বেশি ক্ষতি হবে। তাদের দাবি অ্যাসপারটেম নিয়ে হ-এর খাদ্য নিরাপত্তা ও নিয়ন্ত্রণ সংস্থার গবেষণা ভিত্তিহীন।

কোন কোন তেল দিয়ে রান্না করলে সুস্থ থাকবে শরীর?

রক্তে শর্করার মাত্রা বাড়লেই খাওয়াদাওয়ায় একটা বিধিনিষেধ চলে আসে। খাওয়াদাওয়ায় রান্না না টানলে ডায়াবেটিসের মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখা মুশকিল। বহিরের প্রক্রিয়াজাত খাবার, তেল-মশলা যত কম খাওয়া যায়, ততই ভাল। চিকিৎসকেরাও ডেমনস্ট্রাই বলে থাকেন। ডায়াবেটিসের সব সময় বাড়ির খাবার খাওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয়। তবে বাড়ির খাবার হলেও কোন তেলে রান্না করেন, সেটাও কিন্তু গুরুত্বপূর্ণ। কোন তেল দিয়ে রান্না করবেন মাত্রা বেশি থাকবে? অল্প অয়েল অল্প অয়েলে রয়েছে ধরনের উপকারী উপাদান। এতে রয়েছে কিছু উপকারী ফ্যাট, যা রক্তে শর্করার পরিমাণ বাড়তে দেয় না। শুধু ডায়াবেটিক নয়, খাঁর

হাড়োলের সমস্যায় ভুগছেন, অল্প অয়েল তাঁদের জন্যও কম উপকারী নয়। অ্যাভোকাডো অয়েল ডায়াবেটিকদের হেঁশেলে এই তেল থাকা জরুরি। অ্যাভোকাডো অয়েলে রয়েছে উপকারী মনোস্যাচুরেটেড ফ্যাট, যা শর্করার মাত্রা বাড়তে দেয় না। সেই সঙ্গে কোলেস্টেরল রোগীদের জন্যও অ্যাভোকাডো অয়েল স্বাস্থ্যকর। উচ্চ রক্তচাপ থাকলেও অ্যাভোকাডো অয়েল খাওয়া যেতে পারে। উপকার পাবেন। ডায়াবেটিকেরা অল্প অয়েলে রান্না করা খেতে পারেন। ছবি: সংগৃহীত। বাদাম তেল শরীরের যত্ন নিতে পিনাট বাটার অনেকেই খান। বাদাম তেলও কিন্তু কম স্বাস্থ্যকর নয়। ডায়াবেটিস থাকলে বাদাম তেল দিয়ে রান্না করা খাবার

খাওয়ার অভ্যাস করতে পারেন। এই তেলেও রয়েছে উপকারী মনোস্যাচুরেটেড ফ্যাট। এই ফ্যাট হাড়োলের ঝুঁকি কমায়। কোলেস্টেরলের মাত্রাও নিয়ন্ত্রণে রাখে। তিসির তেল ওজন কমাতে নিয়ম করে তিসির বীজ খান অনেকেই। পাশাপাশি তিসির তেলও শরীরের জন্য উপকারী। ডায়াবেটিস ধরা পড়লে তিসির তেলে রান্না করা খাবার খাওয়া শুরু করতে পারেন। তিসিতে রয়েছে ওমেগা ৩ ফ্যাটি অ্যাসিড। এই উপাদান শর্করার মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখতে সাহায্য করে। এ ছাড়া তিসির বীজে রয়েছে পলিআনস্যাচুরেটেড ফ্যাট, এই ফ্যাট কোলেস্টেরল থেকে উচ্চ রক্তচাপ, সর্বেই মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখে।

জন্ডিসে লিভারের অবস্থা অত্যন্ত শোচনীয় হয়ে যায়

গরমে জন্ডিস, পেটের সমস্যা এসব খুবই বাড়ে। তবে জন্ডিসের মত রোগ নিয়ে হেলাফেলা নয়। এতে লিভারের উপর ভীষণ চাপ পড়ে। এমনকী লিভার নষ্টও হয়ে যেতে পারে। জন্ডিস হলে লিভার বিলিরুবিন ফিল্টার করতে পারে না। এর ফলে রক্তে বিলিরুবিনের মাত্রাও অনেকখানি বেড়ে যায়। বিলিরুবিন হল হৃদয় রক্তের একটি পদার্থ যা লাল রক্তকণিকা ভেঙে তৈরি হয়। এই বিলিরুবিন রক্তে জমাতে শুরু করলেই দ্বক, চোখ, মাড়ি এসব হলুদ হয়ে যায়। আর এই দেখেই কিন্তু বোঝা যায় যে জন্ডিস হয়েছে কিনা। জন্ডিসে আক্রান্ত হলে চোখ, দ্বক শরীরের টিস্যুগুলি হলুদ হয়ে যায়। এর ফলে জন্ডিস হলে চোখ, দ্বক এসব হলুদ হতে শুরু করে। জন্ডিস হলে বিলিরুবিনের মাত্রা বাড়ে সেই সঙ্গে প্রস্রাবের রং গাঢ় হলুদ হয়ে যায়, সেই সঙ্গে মলের রঙে পরিবর্তন, পেটে ব্যথা, জয়েন্টে ব্যথা, ক্লান্তি, জ্বর এসব থাকেই। বিলিরুবিন হল বিস্ময়কর পদার্থ যা লিভারের মারাত্মক ক্ষতি করে। এমনকী জন্ডিস থেকে বাড়াবাড়ি হয়ে মৃত্যুও হতে পারে। আর তাই জন্ডিসে ডায়েট মেনে তলতেই হবে। আর তাই লিভার থেকে ডিটক্সিফিকেশন হওয়া খুবই জরুরি। শরীরে যদি টক্সিন জমাতে থাকে সেখান থেকে সমস্যার একশেষ। তাই চিকিৎসকের পরামর্শ নিন আর সেইমত খাবার খান।

ফ্রেস সবজি আর ফল খেতেই হবে। এই সবজি-ফলের মধ্যে থাকে প্রচুর পরিমাণ অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট। সেই সঙ্গে থাকে ফাইবার, যা আমাদের বিপাকে সাহায্য করে। আর অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট লিভারের ক্ষতি থেকে রক্ষা করে এবং হজমেও সাহায্য করে। আঙুর, পেঁপে, কুমড়া, মিষ্টি আলু, কচু, টমেটো, গাজর, ব্রকোলি, ফুলকপি, জ্যানবেরি, ব্লুবেরি এসব খান। সেই সঙ্গে অল্প পরিমাণে ছোলা-মুগ, রসুন, শাক, আদা এসবও নিয়ম করে খান। আদা-তুলসি-লুদ এসব দিয়ে চা বানিয়ে খান। এর মধ্যে ক্যাফাইনের ভাগ বেশি থাকে। এছাড়াও রান্না কক্ষি ক্যানসারের হাত থেকে রক্ষা করে। লিভারের জন্য খুব ভাল হল গোটা শস্যাদান। ওটস, বিভিন্ন বীজ, শস্যাদান এসব অবশ্যই রাখুন ডায়েটে। সেই সঙ্গে বাদাম কিন্তু রাখতে হবে। আমন্ডের মধ্যে থাকে প্রচুর পরিমাণ ভিটামিন ই। সেই সঙ্গে ফেনোলিক অ্যাসিড, অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট থাকে। এছাড়াও আছে ফাইবার আর হেলদি ফ্যাট। রেড মিট আর বড় মাছ কোনও ভাবেই নয়। ছোট মাছ খান। চিকেন খান। আর চিকেনের মধ্যে থাকে ওমেগা-৩ ফ্যাটি অ্যাসিড, জিঙ্ক, অ্যালকোহল, কার্বোহাইড্রেট। যা প্রোটিন বিপাকে সাহায্য করে। এছাড়াও ফাইবার বেশি করে খেতে হবে। লেবু, জল, গ্রিন টি এবং ডাঙ্কারের পরামর্শ মত খাবার খান।



সকালে জলখাবারের সঙ্গে কলা খেলে কি বেড়ে যাবে?

ডায়াবেটিসের রোগীরা সব ধরনের খাবার খেতে পারেন না। খাওয়াদাওয়ার বিষয়ে বিশেষ সতর্কতা মেনে চলতে হয়। এমনকী সব ধরনের ফলও খেতে পারেন না ডায়াবেটিকরা। তবে, এমন অনেক ফল রয়েছে, যার গ্লাইসেমিক সূচক কম। সেগুলো ডায়াবেটিসের রোগীরা খেতে পারেন। আবার অনেক ফলের মধ্যে ফ্রুস্টোজ রয়েছে, যা এক ধরনের প্রাকৃতিক শর্করা।



সেগুলো এড়িয়ে যেতে হয়। কিন্তু এ বিষয়টি সব ধরনের ফলের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য নয়। যেমন, ডায়াবেটিসের রোগীদের কলা খেতে বারণ করা হয়। কিন্তু কলা ডায়াবেটিসের রোগীদের জন্য উপকারী নাকি ক্ষতিকারক, সেটা কি জানেন?
স্বাদে মিষ্টি এবং শর্করা ও কার্বসে পরিপূর্ণ থাকে কলা। বেশিরভাগ ক্ষেত্রে কলা ব্রেকফাস্টে খাওয়া হয়। কিন্তু কলা খেলেই কি রক্তে শর্করার মাত্রা বেড়ে যায়? নাকি ডায়াবেটিসের রোগীদের জন্য উপকৃত কলা? চলুন জেনে নেওয়া যাক।
মাঝারি সাইজের কলার মধ্যে থাকে ৬ গ্রাম স্টার্চ এবং ১৪ গ্রাম শর্করা। কিন্তু কলা গ্লাইসেমিক সূচক অনেক কম। কলার পরিমাণে উচ্চ পরিমাণে কার্বোহাইড্রেটেড রয়েছে। যে সব খাবারে কার্বোহাইড্রেটেড রয়েছে, সেগুলো

পেপেলে এড়িয়ে যেতে হয়। কিন্তু এ বিষয়টি সব ধরনের ফলের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য নয়। যেমন, ডায়াবেটিসের রোগীদের কলা খেতে বারণ করা হয়। কিন্তু কলা ডায়াবেটিসের রোগীদের জন্য উপকারী নাকি ক্ষতিকারক, সেটা কি জানেন?
স্বাদে মিষ্টি এবং শর্করা ও কার্বসে পরিপূর্ণ থাকে কলা। বেশিরভাগ ক্ষেত্রে কলা ব্রেকফাস্টে খাওয়া হয়। কিন্তু কলা খেলেই কি রক্তে শর্করার মাত্রা বেড়ে যায়? নাকি ডায়াবেটিসের রোগীদের জন্য উপকৃত কলা? চলুন জেনে নেওয়া যাক।
মাঝারি সাইজের কলার মধ্যে থাকে ৬ গ্রাম স্টার্চ এবং ১৪ গ্রাম শর্করা। কিন্তু কলা গ্লাইসেমিক সূচক অনেক কম। কলার পরিমাণে উচ্চ পরিমাণে কার্বোহাইড্রেটেড রয়েছে। যে সব খাবারে কার্বোহাইড্রেটেড রয়েছে, সেগুলো

পরিমাণে কলা খেতে হবে। তাছাড়া কলার সাইজের উপরও নির্ভর করছে আপনার সুগার লেভেল বাড়বে কি না। পুষ্টিবিদের মতে, মাঝারি সাইজের কলা খেলে রক্তে শর্করার মাত্রা বেড়ে যাওয়ার কোনও ভয় নেই। যত বড় সাইজের কলা খাবেন, তত বেশি শরীরে কার্বসের পরিমাণ বাড়বে, যা সুগার রোগীদের জন্য মোটেই উপযুক্ত খেতে হবে।
শর্করা ও কার্বসের পাশাপাশি মাঝারি সাইজের কলার মধ্যে ও গ্রাম ফাইবার থেকে ডায়াবেটিসের রোগীদের জন্য এই ফাইবার উপকৃত। এই ফাইবার হজমে সাহায্য করে এবং কার্বস শোষণে সাহায্য করে। কলা খাওয়ার পর আপনার মনে হতে পারে যে, রক্তে শর্করার মাত্রা বেড়ে গিয়েছে। কিন্তু এটা সাময়িক। বরং, কলা খেলে আপনার রক্তে শর্করার নিয়ন্ত্রণে থাকে। তাই রোজ কলা খেলেও কোনও ক্ষতি নেই।

আপনি কি জানেন, স্মার্ট ওয়াচ ঠিক কতটা আপনার স্বাস্থ্য-ঝুঁকি বাড়াচ্ছে!



প্রতিদিন নতুন নতুন প্রডাক্ট চালু হচ্ছে যা জীবনকে অনেক সহজ করে তুলছে। ভারতে গত কয়েক বছরে স্মার্টওয়াচের ব্যবহার অনেক বেড়েছে। কাউন্টারপয়েন্ট রিসার্চ রিপোর্ট অনুসারে, জুন ত্রৈমাসিকে প্রথমবারের মতো, ভারত চিনিতে পেছনে ফেলে বিশ্বের দ্বিতীয় বৃহত্তম স্মার্টওয়াচের বাজারে পরিণত হয়েছে। সংস্থা কাউন্টারপয়েন্টের তথ্য অনুসারে, জুলাই-সেপ্টেম্বর

২০২২ ত্রৈমাসিকে বিশ্বব্যাপী স্মার্টওয়াচের বাজারে ভারতের অংশ ৩০ শতাংশে উন্নীত হয়েছে, যা উত্তর আমেরিকার ২৫ শতাংশ এবং চীনের ১৬ শতাংশকে ছাড়িয়ে গেছে। স্মার্টওয়াচ হল একটি ডিজিটাল ঘড়ি যা আপনার কার্যকলাপ এবং স্বাস্থ্য ট্র্যাক করে এবং আপনি সেই ডেটা বিশ্লেষণ করতে পারেন। আজকের সময়ে, লোকেরা ফিটনেসের লক্ষ্যে পৌঁছাতে, ক্যালোরি বার্ন দেখতে, হাঁটার

পদক্ষেপ গণনা করতে, ব্লাড প্রেশার পরীক্ষা করতে, ঘুমের গভীরতা পরিমাপ করতে, হৃদস্পন্দন মাপা ইত্যাদির জন্য স্মার্ট ঘড়ি ব্যবহার করছে। বেশিরভাগ স্মার্টওয়াচে অবশ্যই স্বাস্থ্য সম্পর্কিত কিছু ফিচার রয়েছে, যেখান থেকে ডেটা একেবারে সঠিক তথ্য ভাবে মানুষকে অবহিত করে। এটা করা অনেক সময় স্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতিকর হতে পারে। একটি স্মার্টওয়াচ ব্যবহার করা এবং এর ডেটা বিশ্লেষণ করা কতটা সঠিক? আমরা কি একটি চিকিৎসা যন্ত্র হিসেবে স্মার্টওয়াচ ব্যবহার করতে পারি? আমরা এই বিষয়ে ডাক্তারের সাথে কথা বলছি এবং জানতে পেয়েছি যে স্মার্টওয়াচ থেকে প্রাপ্ত স্বাস্থ্য তথ্যের উপর আস্তা রাখা কতটা সঠিক।

কলকাতা, ২৭ ডিসেম্বর (হি.স.): আর মাত্র কিছু দিনের অপেক্ষা, তারপরেই আসবে নতুন বছর। ২০২৩ কে বিদায় জানিয়ে গোটা বিশ্বের মতো রাজ্যবাসীও স্বাগত জানাবে ২০২৪-কে। প্রতি বছরের মত গুরুত্বপূর্ণ নানা ঘটনা ঘটেছে ২০২৩-এও। বেশিরভাগই ইতিমধ্যে চলে যেতে বসেছে বিস্মৃতির গর্ভে। বছর শেষে রাজ্যের সেসব ঘটনাই ফিরে দেখল হিন্দুস্থান সমাচার....

জানুয়ারি
বিচারপতি মাছার এজলাস বয়কটের ডাক : নজিরবিহীন ঘটনা আদালতে। ৯ জানুয়ারি বিচারপতি মাছার এজলাস বয়কটের ডাক দিয়ে বিক্ষোভ আইনজীবীদের। বিচারপতির বাড়ির সামনেও পড়ল পোস্টার।
জাকির হোসেনের বাড়ি থেকে নদগ উদ্ধার : ১২ জানুয়ারি তৃণমূল বিধায়ক জাকির হোসেনের বাড়ি থেকে উদ্ধার ১১ কোটি টাকা। ‘ব্যবসায়িক প্রয়োজনে মজুত’ সাফাই দেন প্রাক্তন মন্ত্রী।
ফেব্রুয়ারি
কংগ্রেসের অভিযান রাজভবনে : ৪ ফেব্রুয়ারি কংগ্রেসের অভিযান ঘিরে ধুক্কুমার রাজভবন চত্বর। উত্তেজনা ছড়ান যুব কংগ্রেস কর্মীরা। রাজভবনের উত্তর গেটের সামনে পুলিশ তাদের আটকে দেয়। প্রায় ২৫ জন যুব কংগ্রেস কর্মীকে আটক করে লালবাজার নিয়ে যায় পুলিশ।
এপ্রিল
অভিষেকের জনসংযোগ যাত্রা : ২৫ এপ্রিল থেকে শুরু হয় অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায়ের জনসংযোগ যাত্রা। টানা ২ মাস চলে জনসংযোগ কর্মসূচি।
মে
খাদিকুলে বাজি কারখানায় বিস্ফোরণ : ১৬ মে পূর্ব

ফিরে দেখা ২০২৩ : গত এক বছরে বঙ্গের সাদা জাগানো নানা ঘটনা

মেদিনীপুরের এগরার খাদিকুল গ্রামে বাজি কারখানায় বিস্ফোরণ ঘটেছিল। মৃত্যু হয়েছিল অন্তত ৯ জনের।
জুন
উপাচার্য নিয়োগ সংক্রান্ত জনস্বার্থ মামলার গুনানি : ২০ জুন উপাচার্য নিয়োগ সংক্রান্ত জনস্বার্থ মামলার গুনানি হল কলকাতা হাইকোর্টের প্রধান বিচারপতি টিএস শিবজ্ঞানমের বেঞ্চে। সব পক্ষের বক্তব্য শোনার পর রায়দান স্থগিত রাখে হাইকোর্ট।
বিশ্ববিদ্যালয়ে উপাচার্য নিয়োগে রাজ্যপালের সিদ্ধান্ত বৈধ : ২৮ জুন ১১টি বিশ্ববিদ্যালয়ে উপাচার্য নিয়োগে রাজ্যপালের সিদ্ধান্ত বৈধ বলে জানাল কলকাতা হাইকোর্টের প্রধান বিচারপতির ডিভিশন বেঞ্চ। রাজ্য সরকারের সঙ্গে কোনও রকম আলোচনা না করেই উপাচার্যের নিয়োগ করেছেন রাজ্যপাল। এই অভিযোগে তুলে দায়ের হয়েছিল মামলা। রাজ্যপালের অন্তর্ভুক্তি উপাচার্য নিয়োগকে বেআইনি ও নিয়মবিরুদ্ধ বলে বিবৃতি দিয়ে শিক্ষা দফতর।
জুলাই
শহিদ সমাবেশ পালন : ২১ জুলাই ধর্মতলায় ভিক্টোরিয়া হাউসের সামনে তৃণমূল শহিদ সমাবেশ পালন করল। আগস্ট
স্বপ্নদীপ কুণ্ডুর অস্বাভাবিক মৃত্যু : ৯ আগস্ট যাদবপুরের ছাত্রাবাসে প্রথম বর্ষের পড়ুয়া স্বপ্নদীপ কুণ্ডুর অস্বাভাবিক মৃত্যু। এতে ব্যাপক হইচই হয়। আতঙ্ক মূল হোস্টেল ছেড়ে চলে যান একাধিক পড়ুয়া। যাদবপুর-কাণ্ডে গ্রেফতার ৯ : এতদিনে ১৯ আগস্ট যাদবপুর-কাণ্ডে ৯ জন গ্রেফতার করে পুলিশ। ঘটনার পর থেকেই যাদবপুর বিশ্ববিদ্যালয় ক্যাম্পাসে অচলবস্থা পড়ে। বিষয় নিয়ে ইউজিসি-কে রিপোর্ট পাঠানো হয় বিশ্ববিদ্যালয়ের তরফে। যাদবপুর থানার সামনে বিক্ষোভ দেখাচ্ছে বিজেপি। যুব মোর্চার মঞ্চ খুলে নেওয়ার প্রতিবাদে এই বিক্ষোভ। বিকেলে যাদবপুরের ইঞ্জিনিয়ারিং বিভাগের ছাত্র সংগঠন ডিএসএফ-এর মিছিল। যাদবপুর কাণ্ডে বিশ্ববিদ্যালয়ের বিরুদ্ধে ‘রাজভবন অভিযান’-এর ডাক দিয়েছিল তৃণমূল। সেই মতো দুপুরে রবীন্দ্র সনন থেকে শুরু হয় তৃণমূলের মিছিল। আসে রাজভবনের সামনে মঞ্চে। রাজভবনের সামনে ধর্ম মঞ্চ : ৫ অক্টোবর রাজভবনের সামনে তৃণমূলের নেতা, সাংসদ, বিধায়কদের সমাবেশে অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায় ঘোষণা করেন রাজ্যপাল কলকাতায় ফিরে দেখা না করার পর্যন্ত ওখানেই বসে থাকবেন।

বিস্ফোরণে মৃত্যু হয় ৮ জনের। বিস্ফোরণস্থল থেকে কয়েক মিটার দূরে ছড়িয়ে ছিটিয়ে পড়ে ছিল বিভিন্ন রক্তাক্ত দেহ। উদ্ধার হয়েছে ছিটমিহন হাত-পা, দেহাংশ।
সেপ্টেম্বর
রাজ্য-রাজ্যপাল সংঘাত এবার গিয়ে পৌঁছল আদালতে। উপাচার্য নিয়োগ বিল নিয়ে কলকাতা হাইকোর্টে মামলা দায়ের হল রাজ্যপাল সিডি আনন্দ বোসের বিরুদ্ধে। উপাচার্য নিয়োগ সংক্রান্ত বিল ফেলে রাখায় সাংবিধানিক সঙ্কটের অভিযোগে হল জনস্বার্থ মামলা। সেই নিয়ে রাজ্যপালের হলফনামা চেয়ে পাঠাল আদালত।
অক্টোবর
রাজভবন অভিযান : ৪ অক্টোবর বিক্রম থেকে ফিরে কলকাতায় ফিরে আসার বিরুদ্ধে ‘রাজভবন অভিযান’-এর ডাক দিয়েছিল তৃণমূল। সেই মতো দুপুরে রবীন্দ্র সনন থেকে শুরু হয় তৃণমূলের মিছিল। আসে রাজভবনের সামনে মঞ্চে। রাজভবনের সামনে ধর্ম মঞ্চ : ৫ অক্টোবর রাজভবনের সামনে তৃণমূলের নেতা, সাংসদ, বিধায়কদের সমাবেশে অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায় ঘোষণা করেন রাজ্যপাল কলকাতায় ফিরে দেখা না করার পর্যন্ত ওখানেই বসে থাকবেন।

বিস্ফোরণে মৃত্যু হয় ৮ জনের। বিস্ফোরণস্থল থেকে কয়েক মিটার দূরে ছড়িয়ে ছিটিয়ে পড়ে ছিল বিভিন্ন রক্তাক্ত দেহ। উদ্ধার হয়েছে ছিটমিহন হাত-পা, দেহাংশ।
সেপ্টেম্বর
রাজ্য-রাজ্যপাল সংঘাত এবার গিয়ে পৌঁছল আদালতে। উপাচার্য নিয়োগ বিল নিয়ে কলকাতা হাইকোর্টে মামলা দায়ের হল রাজ্যপাল সিডি আনন্দ বোসের বিরুদ্ধে। উপাচার্য নিয়োগ সংক্রান্ত বিল ফেলে রাখায় সাংবিধানিক সঙ্কটের অভিযোগে হল জনস্বার্থ মামলা। সেই নিয়ে রাজ্যপালের হলফনামা চেয়ে পাঠাল আদালত।
অক্টোবর
রাজভবন অভিযান : ৪ অক্টোবর বিক্রম থেকে ফিরে কলকাতায় ফিরে আসার বিরুদ্ধে ‘রাজভবন অভিযান’-এর ডাক দিয়েছিল তৃণমূল। সেই মতো দুপুরে রবীন্দ্র সনন থেকে শুরু হয় তৃণমূলের মিছিল। আসে রাজভবনের সামনে মঞ্চে। রাজভবনের সামনে ধর্ম মঞ্চ : ৫ অক্টোবর রাজভবনের সামনে তৃণমূলের নেতা, সাংসদ, বিধায়কদের সমাবেশে অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায় ঘোষণা করেন রাজ্যপাল কলকাতায় ফিরে দেখা না করার পর্যন্ত ওখানেই বসে থাকবেন।

বিস্ফোরণে মৃত্যু হয় ৮ জনের। বিস্ফোরণস্থল থেকে কয়েক মিটার দূরে ছড়িয়ে ছিটিয়ে পড়ে ছিল বিভিন্ন রক্তাক্ত দেহ। উদ্ধার হয়েছে ছিটমিহন হাত-পা, দেহাংশ।
সেপ্টেম্বর
রাজ্য-রাজ্যপাল সংঘাত এবার গিয়ে পৌঁছল আদালতে। উপাচার্য নিয়োগ বিল নিয়ে কলকাতা হাইকোর্টে মামলা দায়ের হল রাজ্যপাল সিডি আনন্দ বোসের বিরুদ্ধে। উপাচার্য নিয়োগ সংক্রান্ত বিল ফেলে রাখায় সাংবিধানিক সঙ্কটের অভিযোগে হল জনস্বার্থ মামলা। সেই নিয়ে রাজ্যপালের হলফনামা চেয়ে পাঠাল আদালত।
অক্টোবর
রাজভবন অভিযান : ৪ অক্টোবর বিক্রম থেকে ফিরে কলকাতায় ফিরে আসার বিরুদ্ধে ‘রাজভবন অভিযান’-এর ডাক দিয়েছিল তৃণমূল। সেই মতো দুপুরে রবীন্দ্র সনন থেকে শুরু হয় তৃণমূলের মিছিল। আসে রাজভবনের সামনে মঞ্চে। রাজভবনের সামনে ধর্ম মঞ্চ : ৫ অক্টোবর রাজভবনের সামনে তৃণমূলের নেতা, সাংসদ, বিধায়কদের সমাবেশে অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায় ঘোষণা করেন রাজ্যপাল কলকাতায় ফিরে দেখা না করার পর্যন্ত ওখানেই বসে থাকবেন।

বিস্ফোরণে মৃত্যু হয় ৮ জনের। বিস্ফোরণস্থল থেকে কয়েক মিটার দূরে ছড়িয়ে ছিটিয়ে পড়ে ছিল বিভিন্ন রক্তাক্ত দেহ। উদ্ধার হয়েছে ছিটমিহন হাত-পা, দেহাংশ।
সেপ্টেম্বর
রাজ্য-রাজ্যপাল সংঘাত এবার গিয়ে পৌঁছল আদালতে। উপাচার্য নিয়োগ বিল নিয়ে কলকাতা হাইকোর্টে মামলা দায়ের হল রাজ্যপাল সিডি আনন্দ বোসের বিরুদ্ধে। উপাচার্য নিয়োগ সংক্রান্ত বিল ফেলে রাখায় সাংবিধানিক সঙ্কটের অভিযোগে হল জনস্বার্থ মামলা। সেই নিয়ে রাজ্যপালের হলফনামা চেয়ে পাঠাল আদালত।
অক্টোবর
রাজভবন অভিযান : ৪ অক্টোবর বিক্রম থেকে ফিরে কলকাতায় ফিরে আসার বিরুদ্ধে ‘রাজভবন অভিযান’-এর ডাক দিয়েছিল তৃণমূল। সেই মতো দুপুরে রবীন্দ্র সনন থেকে শুরু হয় তৃণমূলের মিছিল। আসে রাজভবনের সামনে মঞ্চে। রাজভবনের সামনে ধর্ম মঞ্চ : ৫ অক্টোবর রাজভবনের সামনে তৃণমূলের নেতা, সাংসদ, বিধায়কদের সমাবেশে অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায় ঘোষণা করেন রাজ্যপাল কলকাতায় ফিরে দেখা না করার পর্যন্ত ওখানেই বসে থাকবেন।

বিচারপতি গঙ্গোপাধ্যায় বলেন, ‘রাগ, অভিমান করে থাকবেন না। কাজে ফিরুন। কাজ করতে গেলে মাথা গরম হয়। ওটা নিয়েই চলতে হবে। নতুন বছর আসছে পুরনো কথা ভুলে নতুন করে এগিয়ে যেতে হবে।’ এর পর বিচারপতি গঙ্গোপাধ্যায়ের এজলাস বয়কটের সিদ্ধান্ত প্রত্যাহার করে বার অ্যাসোসিয়েশনের।
রাজ্য সরকারি কর্মচারীদের তিন দিনের অবস্থান : ২২ ডিসেম্বর কলকাতা হাইকোর্টের অনুমতি নিয়ে নবায়নের সামনে রাজ্য সরকারি কর্মচারীদের তিন দিনের অবস্থান হয়।
বামেদের ইনসাক্ষ যাত্রা : ২৩ ডিসেম্বর বামেদের ইনসাক্ষ যাত্রা ২,২০০ কিলোমিটারের বেশি পথ অতিক্রম করে ৫০ দিন পার করে যাদবপুরে পৌঁছায়।
বুদ্ধদেব সাউকে অপসারিত : ২৩ ডিসেম্বর যাদবপুর বিশ্ববিদ্যালয়ের সমাবর্তনের প্রাক্কালে উপাচার্য বুদ্ধদেব সাউকে অপসারিত করেন আচার্য-রাজ্যপাল সিডি আনন্দ বোস।
কলকাতায় ইউজিসি-র চেয়ারম্যান : ২৪ ডিসেম্বর অপসারণ সংঘাতের মধ্যেই হল সমাবর্তন, মঞ্চে উপস্থিত বুদ্ধদেব। অনুপস্থিত আচার্য বোস এবং অন্তর্ভূক্তির প্রধান অতিথি হিসাবে কলকাতায় আসা ইউজিসি-র চেয়ারম্যান।
যাদবপুরের সমাবর্তন অবৈধ : ২৬ ডিসেম্বর রাজ্যপাল সিডি আনন্দ বোসের দাবি, এই সমাবর্তন পুরোপুরি বেআইনি। ফলে হিসেব বুলেবে সাউকে অপসারিত করে কলকাতায় আসা ইউজিসি-র চেয়ারম্যান।
যাদবপুরের সমাবর্তন অবৈধ : ২৬ ডিসেম্বর রাজ্যপাল সিডি আনন্দ বোসের দাবি, এই সমাবর্তন পুরোপুরি বেআইনি। ফলে হিসেব বুলেবে সাউকে অপসারিত করে কলকাতায় আসা ইউজিসি-র চেয়ারম্যান।

গোষ্ঠীকোন্দল রুখতে কড়া বার্তা মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের

উত্তর ২৪ পরগনা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): ঝগড়াঝাটি বরাদ্দ নয়, দেগদায় দলীয় কর্মসিভার মঞ্চে দাঁড়িয়ে সাফ জানালেন তিনি। তৃণমূল বনাম তৃণমূল ধন্দ চরমে। এই পরিস্থিতিতে সতীর্থদের সতর্ক করে দিলেন মলনেত্রী।
কার ও নাম না করেই এদিন গোষ্ঠীধন্দ রুখতে কড়া বার্তা দেন মমতা। তিনি বলেন, ‘কোনও ঝগড়া বরাদ্দ করব না। বড় হলেই বলে কাউকে পাড়া দেব না। হতে পারে না। আমি নেনছি কেউ কেউ অনেক বড় হয়ে গিয়েছেন। পার্টির কথা মনে রাখছেন না। তৃণমূলে থেকে নিজেকে নয়, মানুষের সেবা করতে হবে।’
দলীয় নেতা-কর্মী থেকে মন্ত্রী সকলকে জনসংযোগ বাড়াবার নির্দেশ দিয়ে মমতা বলেন, ‘মন্ত্রীর জেলায় বেশি করে ঘুরুন। মানুষের সমস্যার দিকে নজর দিন। দরকার হলে চায়ের দেকানে বসুন।’
লোকসভা নির্বাচনের আগে পুরনো এবং নতুন নেতাদের মিলেমিশে কাজ করার বার্তাও দেন মমতা। সিনিয়র নেতাভূক্তের অসম্মান করা যাবে না বলেই সাফ জানান। বলেন, ‘পুরনো কোনও কর্মী অভিমান করে থাকলে, তাঁদের বাড়ি থেকে ডেকে আনুন।’

উত্তর ২৪ পরগনা জেলায় বার বার গোষ্ঠীকোন্দলের অভিযোগ উঠেছে। সম্প্রতি বিধায়ক সোমনাথ শ্যাম এবং সাংসদ অর্জুন সিংয়ের বাকবিতণ্ডায় বেশ অস্বস্তিতে ঘাসফুল শিবির। একাধিকবার বৈঠকের পরেও দন্দ মোটানো যাচ্ছে না।

বিগত ১০ বছরের মধ্যে সর্বাচ্চ, বৈষ্ণো দেবী মন্দির এ বছর প্রায় ৯৬ তীর্থযাত্রীর আগমনের সাক্ষী

জন্ম, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): জন্ম ও কাশ্মীরের রিয়েল জেলার কার্টার শ্রী বৈষ্ণো দেবী মন্দির এ বছর রেকর্ড পরিমাণ তীর্থযাত্রীর আগমনের সাক্ষী হয়েছে। বিগত ১০ বছরের মধ্যে সর্বাচ্চ। এ বছর প্রায় ৯৬ তীর্থযাত্রীর আগমনের সাক্ষী থেকে শ্রী বৈষ্ণো দেবী মন্দির। এই বছর প্রায় ৯.৫৮ লক্ষ তীর্থযাত্রী এখনও পর্যট দেবী বৈষ্ণো দেবীকে প্রণাম করেছেন। তীর্থযাত্রীর ইতিহাসে সর্বাচ্চ সংখ্যা ছিল ২০১২ সালে, সেই সময় ১১ কোটি ৪ লক্ষ ৯ হাজার ৫৬৯ জন তীর্থযাত্রী পরিচালিত হয়েছিল।

অপরিশোধিত তেল ব্যারেল প্রতি ৭৯ ডলারের কাছাকাছি, পেট্রোল ও ডিজেলের দাম স্থিতিশীল

নয়াদিল্লি, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): আন্তর্জাতিক বাজারে অপরিশোধিত তেলের দামে উত্থান—পতন অব্যাহত। বৃহস্পতিবার ব্রেট অপরিশোধিত তেলের দাম ব্যালেন প্রতি প্রায় ৮০ এবং ডব্লিউআই অপরিশোধিত তেলের দাম ব্যারেল প্রতি ৭৫ ডলারের কাছাকাছি। সরকারি খাতের তেল ও গ্যাস বিপণন সংস্থাপলি পেট্রোল ও ডিজেলের

দামেও এদিন কোনও পরিবর্তন করেনি। ইন্ডিয়ান অয়েলের ওয়েবসাইটে অনুসারে, পেট্রোল ‘রাজভবন অভিযান’-এর লিটার ৯৬.৭২ টাকা এবং ডিজেল প্রতি লিটার ৮৯.৬২ টাকায় বিক্রি হচ্ছে। মুম্বইতে এক লিটার পেট্রোল জ্বালানি যাকে ১০৬.৩১ টাকায় এবং ডিজেল প্রতি লিটার ৯৪.২৭ টাকায়। চেন্নাইতে এক লিটার পেট্রলের দাম ১০২.৬৩

টাকা এবং ডিজেলের ৯৪.২৪ টাকা। কলকাতায় এক লিটার পেট্রলের দাম ১০৬.০৩ টাকা সরকারি। মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের উদ্যোগে শুরু হয় সংস্কারের কাজ। বৃহস্পতিবার সেই মন্দিরের উদ্বোধন করে পূজা দেন মুখ্যমন্ত্রী।

প্রধানমন্ত্রী মোদীর সফরের আগে পরিস্থিতি খতিয়ে দেখতে অযোধ্যায় যোগী

লখনউ, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): রামমন্দির উদ্বোধনের আগে আগামী ৩০ ডিসেম্বর রামজন্মভূমিতে যাচ্ছেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। নবনির্মিত অযোধ্যা বিমানবন্দর এবং রেলস্টেশনের উদ্বোধন উপলক্ষ্যেই তার এই সফর। মোদীর সেই সফরের আগে প্রস্তুতি তদারকি করতে বৃহস্পতিবার অযোধ্যা গেলে উত্তরপ্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী যোগী আদিনাথ।

করবেন যোগী। মন্দির কাজ কোথায় কতটুকু কাজ বাকি রয়েছে তা খতিয়ে দেখবেন। এক ফাঁকে রামলালার দর্শনও করবেন। পাশাপাশি কথা বলবেন ‘শ্রীরাম জন্মভূমি তীর্থ-সেন্ট্রালস্ট’-এর সদস্যদের সঙ্গে। স্থানীয় কমিশনার অডিটোরিয়ামে বৈঠক করবেন জেলার পুলিশ এবং প্রশাসনিক আধিকারিকদের সঙ্গে। উল্লেখ্য, আগামী শনিবার মোদীর সফরে থাকছে একাধিক কর্মসূচি। বিমানবন্দর এবং রেলস্টেশনের

উদ্বোধনের পাশাপাশি অযোধ্যায় জনসভা করবেন মোদী। এছাড়াও ‘শ্রীরাম বিমানবন্দর’ উদ্বোধনের পূর্বে ১৫ কিলোমিটার রাস্তা ধরে ‘রোড শো’ করবেন তিনি। প্রসঙ্গত, রামমন্দিরের উদ্বোধনের প্রস্তুতি হিসেবেই পালাটে দেওয়া হয়েছে অযোধ্যা স্টেশনের নানা। নতুন নাম হয়েছে অযোধ্যা ধাম জংশন। উত্তরপ্রদেশ সরকারই নতুন নাম সুপারিশ করা হয়েছে বলে জানা গিয়েছে। ইতিমধ্যে যে সুপারিশে শিলমোহর দিয়েছে ভারতীয় রেল।

অযোধ্যায় স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নিলেন মৌর্য, বললেন স্বচ্ছ থাকুক ভগবান শ্রীরামের ধাম

অযোধ্যা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): উত্তর প্রদেশের অযোধ্যায় স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নিলেন উত্তর প্রদেশের উপ-মুখ্যমন্ত্রী কেশব প্রসাদ মৌর্য। বৃহস্পতিবার সকালে অযোধ্যায় স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নেন কেশব প্রসাদ মৌর্য, নিজ হাতে নর্দমা পরিষ্কার করেন তিনি। ঝাড়ু হাতে আবর্জনা পরিষ্কার করেন, পাশাপাশি সেই আবর্জনার গাড়ি টেনেও নিয়ে যান। কেশব প্রসাদ মৌর্য বলেছেন, ‘স্বচ্ছ থাকুক ভগবান শ্রীরামের ধাম, এই স্বচ্ছ নিয়ে অযোধ্যায় পরিষ্কৃততা অভিযান চলছে এবং আজ আমরা পরিষ্কৃততা অভিযান শুরু করছি...সবাই মিলে অযোধ্যাকে পরিষ্কার রাখব।’ প্রসঙ্গত, অযোধ্যায় প্রধানমন্ত্রীর প্রস্তাবিত কর্মসূচির আগে এদিন সন্ত রবিদাস মন্দির, হনুমান কুন্ড ওয়াডে পরিষ্কৃততা অভিযানে আওতায় তিনি নিজের হাতে বেলতা নিয়ে নর্দমা পরিষ্কার করেন এবং আবর্জনা তুলে পরিষ্কৃততার বার্তা দেন। এই উপলক্ষে মাননীয় আঞ্চলিক সভাপতি কমলেশ মিশ্র উপস্থিতি ছিলেন।

শ্রীনগর শহরে সর্বনিম্ন তাপমাত্রা শূন্যের নিচে
জন্ম ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): কাশ্মীর উপত্যকায় ক্রমাগত শৈত্যপ্রবাহ ও ঘন কুয়াশায় বৃহস্পতিবার শ্রীনগর শহরের সর্বনিম্ন তাপমাত্রা মাইনাস ৩.৩ ডিগ্রিতে পৌঁছেছে। এদিন সকালে ঘন কুয়াশার কারণে দুশমানাত পাঁচ মিটারে নেমে গেছে। যার জেয়ে শ্রীনগরে যানবাহন ও পথচারীদের চলাচল ব্যাহত হয়েছে।
৩১ ডিসেম্বর পর্যন্ত সকাল থেকে কুয়াশা পড়ার সম্ভাবনা রয়েছে বলে পূর্বাভাস দিয়েছে আবহাওয়া অফিস। আবহাওয়া বিভাগ জানিয়েছে, বৃহস্পতিবার শ্রীনগরে সর্বনিম্ন তাপমাত্রা ছিল মাইনাস ৩.৩ ডিগ্রি সেলসিয়াস, যেখানে গুলমার্গ ও পাহলগামে মাইনাস ২.৬ এবং মাইনাস ৫.৪ ডিগ্রি সেলসিয়াস।
লাদাখ অঞ্চলের লেহ শহরে রাতের সর্বনিম্ন তাপমাত্রা ছিল মাইনাস ১৩.২, কাগিলে মাইনাস ১০.৬ এবং ব্রাসে মাইনাস ১২.২।

ঢেলে সাজানো হল লোকনাথ বাবার ব্রহ্মচারী মন্দির

উত্তর ২৪ পরগনা, ২৮ ডিসেম্বর, (হি.স.): চাকলায় লোকনাথ বাবার ব্রহ্মচারী মন্দির ঢেলে সাজানোর সিদ্ধান্ত নিয়েছিল রাজ্য সরকার। মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের উদ্যোগে শুরু হয় সংস্কারের কাজ। বৃহস্পতিবার সেই মন্দিরের উদ্বোধন করে পূজা দেন মুখ্যমন্ত্রী।

মন্দির সংস্কার ও উন্নয়নের জন্য প্রায় ৫ কোটি টাকা বরাদ্দ করেছিল রাজ্য সরকার। সেই টাকারই গোটা মন্দির ঢেলে সাজানো হয়েছে। মন্দিরের ভেতরে ও বাইরে একাধিক পরিবর্তনও করা হয়। মন্দিরের মধ্যে পূজার সামগ্রী রাখার জন্য একাধিক ঘর বানানো হয়েছে। ভোগ বিতরণের জন্যও আলাদা ঘরের বন্দোবস্ত করা হয়েছে।

মন্দিরে ঢোকা বেরনোর জন্য বড় বড় দরজা তৈরি করা হয়েছে। বিশ্ববাংলা গেটের আদলে তৈরি করা হয়েছে সেগুলি। মন্দির চত্বরে ৩০-৩৫টি ফুলের দোকান তৈরি করা হয়েছে। ঝাঁরা এতদিন ওখানে ফুলের ব্যবসা করতেন, তাঁদের জন্য স্থায়ী দোকান বানিয়ে দেওয়া হয়েছে। মন্দির চত্বরে পর্যাণ্ড আলোর ব্যবস্থা করা হয়েছে। আগত পূণ্যার্থীদের যাতে কোনওরকম অসুবিধা না হয়, তার ব্যবস্থা করা হয়েছে। এই মন্দিরে প্রতিদিনই ভোগ খাওয়ানো হয়। সেই জন্য বিশেষ ব্যবস্থা করা হয়েছে। সেখানে একসঙ্গে বাসে ২০০০ হাজার জন খেতে পারবেন। এছাড়াও রাতে যদি পূণ্যার্থীরা থাকতে চান, তারও ব্যবস্থা করা হয়েছে। নতুন গেট হাউজ তৈরি করা হয়েছে মন্দির চত্বরে।

প্রতিদিন চাকলাধামে হাজার হাজার মানুষের ভিড় হয়। মুখ্যমন্ত্রী চেয়েছিলেন এই মন্দিরটি সংস্কার করে ডিসেম্বরের মধ্যেই উদ্বোধন করতে। সেই মোতাবেক কাজও শুরু হয়। মুখ্যমন্ত্রীর নির্দেশে গত দু’মাস ধরে পর্যাটন দফতর জোরদমে কাজ শেষ করে। রাজ্যের মন্ত্রী ইন্দ্রনীল সেনের তত্ত্বাবধানেই এই মন্দির সংস্কারের কাজ চলছিল। গত নভেম্বর মাসে জেলা শাসক ও জেলা প্রশাসনের সঙ্গে বৈঠক করেন পর্যাটন মন্ত্রী। তার পর কাজের গতি আরও বাড়ে। এই মন্দির সংস্কারের কাজ শেষ হয়েছে মন্ত্রিসভার গতি আরও বাড়ে। এই মন্দির সংস্কারের কাজ শেষ হয়েছে মন্ত্রিসভার গতি আরও বাড়ে। এই মন্দির সংস্কারের কাজ শেষ হয়েছে মন্ত্রিসভার গতি আরও বাড়ে।

মধ্যপ্রদেশে ডাম্পারের সঙ্গে সংঘর্ষে মৃত্যু ১৩ জনের, শোকপ্রকাশ রাষ্ট্রপতি ও প্রধানমন্ত্রীর

গুনা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): মধ্যপ্রদেশের গুনা জেলায় ডাম্পারের সঙ্গে সংঘর্ষের জেরে আঠন ধরে গেল যাত্রীবোঝাই একটি বাস। ভয়াবহ এই দুর্ঘটনায় মৃত্যু হয়েছে ১৩ জনের, এছাড়াও কমপক্ষে ১৭ জন কামবেশি আহত হয়েছেন। মৃতদের মধ্যে অধিকাংশই আঙুন পড়ে প্রাণ হারিয়েছেন। গুনার জেলা কালেক্টর তরুণ রাঠি বলেছেন, বৃহস্পতিবার ভোররাতে গুনা-আরন সড়কে দুর্ঘটনাটি ঘটেছে। প্রাথমিকভাবে মনে করা হচ্ছে, গুনা-আরন রুটে একটি ডাম্পার ও বাসের সংঘর্ষের ফলে ঘটতে পারে আঙুন ধরে যায়। আমাদের অপ্রাধিকার হচ্ছে মৃতদেহ উদ্ধার এবং আহতদের

চিকিৎসার ব্যবস্থা করা। মধ্যপ্রদেশের মুখ্যমন্ত্রী মোহন যাদব দুঃখজনক। আমি নিহতদের পরিবারের প্রতি গভীর সমবেদনা জ্ঞাপন করছি এবং আহতদের দ্রুত আরোগ্য কামনা করছি। আহতদের দ্রুত আরোগ্য কামনা করছি। মৃতদের পরিবারপিছু ৪ লক্ষ টাকা ও আহতদের ৫০ হাজার টাকা করে দেওয়ার কথা ঘোষণা করেছেন মুখ্যমন্ত্রী। হাসপাতালে গিয়ে আহতদের সঙ্গে দেখা করেন মুখ্যমন্ত্রী। এই দুর্ঘটনায় শোকপ্রকাশ করছেন রাষ্ট্রপতি অণুপমী মুর্তি ও প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। শোকবার্তায় জানিয়েছেন,

‘মধ্যপ্রদেশের গুনায় সড়ক দুর্ঘটনায় বহু মানুষের মৃত্যুর খবর দুঃখজনক। আমি নিহতদের পরিবারের প্রতি গভীর সমবেদনা জ্ঞাপন করছি এবং আহতদের দ্রুত আরোগ্য কামনা করছি। আহতদের দ্রুত আরোগ্য কামনা করছি। মৃতদের পরিবারপিছু ৪ লক্ষ টাকা ও আহতদের ৫০ হাজার টাকা করে দেওয়ার কথা ঘোষণা করেছেন মুখ্যমন্ত্রী। হাসপাতালে গিয়ে আহতদের সঙ্গে দেখা করেন মুখ্যমন্ত্রী। এই দুর্ঘটনায় শোকপ্রকাশ করছেন রাষ্ট্রপতি অণুপমী মুর্তি ও প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। শোকবার্তায় জানিয়েছেন,

গয়েরকাটায় হাতির হামলায় মৃত্যু সাইকেল আরোহীর

গয়েরকাটা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): ডুমার্সের গয়েরকাটায় রাজ্য সড়কে হাতির হামলায় মৃত্যু হল এক সাইকেল আরোহীর। পালিয়ে প্রাণে বাঁচলেন অপর এক সাইকেল আরোহী। বৃহস্পতিবার ঘটনায় চাক্ষুণ্য ছড়িয়েছে ডুমার্সের গয়েরকাটায়। জানা গিয়েছে, মৃত ব্যক্তির নাম পরান সরকার (৬০)। তিনি পেশায় সবজি বিক্রেতা। অপর ব্যক্তি হেরেকৃষ্ণ সরকার। বৃহস্পতিবার সাইকেলে সবজি নিয়ে বানারহাট রকের দুরামারী এলাকা থেকে গয়েরকাটা দিকে আসছিলেন দুজনে। গয়েরকাটা নাথুয়া রোডে আচমকাই মোরাঘাট জঙ্গল মধ্যবর্তী রাস্তায় উঠে আসে একটি হাতি। বুনাটির সামনে পড়ে যান পরান সরকার। তৎক্ষণাত হাতিটি তাঁকে শুঁড়ে পেঁচিয়ে শূন্যে তুলে আছাড় মেরে জঙ্গলে চলে যায়। ঘটনায় গুরুতর আহত হন পরান। ফাঁকা সড়ক হওয়ার কারণে দীর্ঘক্ষণ রাস্তার পাশে পড়ে থাকেন। পরবর্তীতে স্থানীয়রা এই বনকর্মীরা তাঁকে ধুপুড়ি গ্রামীণ হাসপাতালে নিয়ে যান। সেখানে কর্তব্যরত চিকিৎসক তাঁকে মৃত বলে ঘোষণা করেন। মোরাঘাট রেঞ্জ অফিস সূত্রে জানানো হয়েছে, সরকার নিয়ম অনুযায়ী যদি সড়কে এই ঘটনা ঘটে তাহলে মৃতের পরিবার ক্ষতিপূরণ পাবে।

কাঁথিতে ‘আক্রান্ত’ তৃণমূল নেতা, অভিযোগের তির বিজেপি-র দিকে

পূর্ব মেদিনীপুর, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): হামলার শিকার কাঁথি ১ পঞ্চায়েত সমিতির বিরোধী দলনেতা তথা তৃণমূল নেতা আমিন সোয়েল। তাঁর গাড়ি ভাঙুর করা হয় বলেই অভিযোগ। এই ঘটনায় কাঠগড়ায় বিজেপি। মাজিলাপুর অঞ্চলের সামরাইবাড় জলপাই এলাকায় সরকারি জায়গায় ‘জল জীবন মিশনের’ কাজ হওয়ার কথা ছিল। টেন্ডারও হয়ে যায়। কিন্তু বিজেপি পরিচালিত কাঁথি ১ পঞ্চায়েত সমিতি সামরাইবাড় জলপাই এলাকা থেকে ডেউ কিলোমিটার দূরে সরদপুর এলাকায় ব্যক্তিগত জায়গায় সরিয়ে নিয়ে যাওয়া হচ্ছে বলে অভিযোগ। সূত্রের খবর, কাঁথি ১ পঞ্চায়েত সমিতির বিরোধী দলনেতা আমিন সোয়েল ফার প্রতিবাদ করেন। এই অশান্তির মাঝে বুধবার রাতে এলাকায় বাজি টারিতে গুরু করে বিজেপি। খবর পেয়ে রাত ১১টা নাগাদ আমিন ঘটনাস্থলে পৌঁছলেন। পরিস্থিতি সামাল দিয়ে ফেরার সময় আচমকা বিরোধী দলনেতার উপর হামলা চালানো হয়। তাঁর গাড়ি ভাঙুর করা হয়। বিজেপি কর্মী-সমর্থকরা হামলা চালায় বলেই অভিযোগ। পুলিশ এই ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে।

জেডিইউ একবন্ধ ছিল এবং তেমনই থাকবে

লালন সিং

পাটনা, ২৮ ডিসেম্বর (হি.স.): জনতা দল (ইউনাইটেড)-এর সভাপতি পদ থেকে নিজের ইস্তফার জল্পনা উড়িয়ে দিলেন রাজীব রঞ্জন (লালন) সিং। ইস্তফা দেওয়ার ব্যবতীয় গুঞ্জন উড়িয়ে দিয়ে বৃহস্পতিবার লালন সিং বলেছেন, নীতীশ কুমার আমাদের দলের নেতা। জনতা দল ইউনাইটেড একবন্ধ ছিল, আছে এবং তেমনই থাকবে। সাবোডিকদের মুখোমুখি হয়ে তিনি বলেছেন, ‘আমি যখন পদত্যাগ করব, তখন আপনাদের (সংবাদ মাধ্যম) আমি ফোন করব এবং আপনাদের সঙ্গে পরামর্শ করব। জেডিইউ একবন্ধ আছে এবং একবন্ধ থাকবে।’ এদিকে, জেডিইউ-র জাতীয় কার্যনির্বাহী সভায় দলের পোস্টারে লালন সিংয়ের অনুপস্থিতি নিয়ে প্রসঙ্গে দিল্লিতে জেডিইউ-র প্রধান শৈলেশ কুমার বলেছেন, ‘কেউ পদত্যাগ করেননি। লালন সিং গত ৩৫ বছর ধরে দলের নেতা। তিনি কোথাও যাচ্ছেন না।’ আবার জেডিইউ নেতা কে সি ত্যাগী বলেছেন, ‘সমস্ত গুজব আমি খারিজ করছি। আজ থেকে শুরু হতে চলছে দলের দুই ইকো সিস্টেম।’

