

ରେକର୍ଡ୍ସ୍ ଏବଂ ପାଇଁ

ହୃଦୟକରନ୍ତମ

ବ୍ୟାକ୍

টক দইয়ের বিভিন্ন উপকারিতা

শেষ পাতে টক দই খাওয়ার
অভ্যাস রয়েছে অনেকেরই। গ্রীষ্ম
কিংবা বর্ষা অনেকেরই ফ্রিজে
সারা বছরই টক দই থাকে।
দইয়ের মতো স্বাস্থ্যকর খাবার
খুব কমই আছে। টক দইয়ের
গুণের শেষ নেই। রামায় স্বাদ
আনা থেকে শরীর ঠাণ্ডা রাখা
সবেতেই টক দই জনপ্রিয়।
অনেক সময় খাওয়ার পরেও
অনেকটা টক দই বেঁচে যায়।
বাসি হয়ে গেলে টক দইয়ের
কোনও গুণ থাকে না। ফলে
বেঁচে যাওয়া টক দই দিয়ে কী
করবেন, অনেকেই তা বুঝতে
পারেন না। ফেলে না দিয়ে বরং
বাড়িত টক দই ব্যবহার করতে
পারেন অন্য ভাবে।
সুন্দি
বর্ষাকালেও ধীমের অস্পষ্টি
বজায় আছে। শরীর ঠাণ্ডা করতে
দই দিয়ে বানাতে পারেন সুস্বাদু
সুন্দি। বাড়িতে ফল থাকলে
টুকরো করে কেটে নিন। দই আর
ফল একসঙ্গে মিঞ্চিতে ঘুরিয়ে



নিলেই তৈরি স্মৃদি। উপর থেকে
বরফকুচি ছড়িয়ে দিলে খেতে
মন্দ লাগবে না। মন- প্রাণও
জুড়িয়ে যাবে।

ম্যারিনেশন - মাংসের স্বাদ
কেমন হবে তা অনেকটাই নির্ভর
করে ম্যারিনেশনের উপর। মাছ
হোক কিংবা মাংস, টক দই হল
ম্যারিনেশনের অপরিহার্য
উপাদান। ফ্রিজে মাংস থাকলে
বেঁচে যাওয়া টক দই দিয়ে
ম্যারিনেশন করে রাখতে পারেন।

স্যালাড - স্বাস্থ্যকর স্যালাড সুস্বাদু
করে তুলতে দই ব্যবহার করতে
পারেন। লেবুর রস, রসুন কুচি
নানা ধরনের মশলা এবং দই দিয়ে
স্যালাড বানালে সুন্দর খেতে
হবে। স্যালাড খাইয়েই অতিথির
মন জয় করে নিতে পারেন।

ফেস মাস্ক - টক দই শুধু শরীরের
যত্ন নেয় না। রূপচর্চাতে কাজে
লাগাতে পারেন টক দই। বেঁচে
যাওয়া টক দিয়ে বানাতে পারেন
ঘরোয়া ফেস মাস্ক। টক দইয়ের
সঙ্গে এক চিমটে হলুদ, বেসন আর
অ্যালো ভেরা মিশিয়ে প্যাক
বানান। পুরোজীর আগে সওঢ়াহো
তিনি দিন মাথালেই ট্যান চলে যাবে

ମୁରଗିର ମାଂଦେର ‘ଘି ରୋଟ’



ছুটির দিনে বাড়িতে মটন আসা
বন্ধ হয়ে গিয়েছে। উৎসব-
অনুষ্ঠানে, ভাল-মন্দে, রোগীর
পথে মুরগি খেয়ে এমন অবস্থা
হয়েছে যে কিছু খাচ্ছেন বলে
মনেই হয় না। এমন অবস্থায়
মুরগির সেই ঝোল, কষা না রেখে
স্বাদ বদলাতে বানিয়ে ফেলতেই
পারেন দক্ষিণ পদ চিকেন ঘি
রোট। সপ্তাহান্তে বাড়িতে অতিথি
এলে তাঁদেরও রেঁধে খাওয়াতে
পারেন। কেমন ভাবে বানাতে হয়
চিকেনের এই পদ? বটল বেসিপি।

ଚକ୍ରନେର ଅଧ୍ୟ ପଦ? ରହିଲ ରୋସାପ ।
ଉପକରଣ:
ମୁରଗିର ମାଂସ: ୧ କେଜି
ଜଳ ବାରାନ୍ଦେ ଦିଇ: ଆଧୁ କାପ

হলুদ গুঁড়ো: আধ চা চামচ
 লক্ষা গুঁড়ো: আধ চা চামচ
 পেঁয়াজ কুচি: ৩০০ গ্রাম
 লেবুর রস: এক টেবিল চামচ
 নূন ও চিনি: স্বাদ মতো
 কারিপাতা: আট থেকে ১০টি
 ধী: ৫ টেবিল চামচ
 শুকনো লক্ষা: ৬ থেকে ৮টি
 গোটা গোলমরিচ: ১ টেবিল
 চামচ
 লবঙ্গ: ৪টি
 মৌরি: ১ চা চামচ
 গোটা ধনে: ১ চা চামচ
 গোটা জিরে: আধ চা চামচ
 রসুন বাটা: ২ টেবিল চামচ
 তত্ত্বের কাথা: ২ টেবিল চামচ

যোগাসন: রোজ করলে গ্যাস-অস্ফল হবে না

খাদ্যরসিক বাঙালির গ্যাস-অস্ফল যেন নিয়দিনের সমস্যা হয়ে উঠছে। তার অন্যতম কারণ আত্মিক পরিমাণে বাইরের খাবার খাওয়া। এ ছাড়া, জল না খাওয়া, সঠিক সময়ে খাওয়াদাওয়া না করার কারণে গ্যাসের সমস্যায় নাজেহাল হয়ে পড়েন অনেকেই। দিনের পর দিন এই ধরনের খাবার খাওয়ার ফলে বদহজম, গ্যাস-অস্ফল পিছু ছাড়ে না। খাওয়াদাওয়ার অনিয়ন্ত্রিত গ্যাস-অস্ফলের সমস্যা বাড়িয়ে দেয় ঠিকই। সামনেই উত্তর। আর উত্তর মানেই ভুরিভোজ, বাইরের মুখরোচক খাবারের স্বাদ নেওয়া। পুজোর আগেই পেট গ্যাস-অস্ফলের সমস্যা জাঁকিয়ে বসলে, আনন্দটাই মাটি হয়ে যেতে পারে। তাই খাওয়াদাওয়ায় বদল আনার যোগাসনও করতে হবে। সুস্থ থাকতে শরীরচার্চার কোনও বিকল নেই। কিন্তু গ্যাস-অস্ফল থেকে বাঁচতে কোন যোগাসনগুলি নিয়ম করে করবেন? নৌকাসন

এই আসনটি করতে প্রথমে চিত হয়ে শুয়ে পড়ুন। এর পর শ্বাস নিতে নিতে নিতম্ব ও কোমরে ভর দিয়ে দেহের উপরের অংশ ও পা একসঙ্গেই উপরের দিকে তুলুন। আপনার বাহু ও পায়ের পাতা একই দিকে থাকবে। নৌকা বা ইঞ্জেরিজ এল আকৃতির মতো অবস্থায় থাকুন ১০ থেকে ৩০ সেকেন্ড। ধীরে ধীরে নিষ্কাস ছাড়তে ছাড়তে প্রথম অবস্থায় ফিরে আসুন। প্রতিদিন ৩-৪ বার এই আসনটি করবেন।

পশ্চিমোত্তানাসন

এই আসনটি করতে প্রথমে চিত হয়ে দিকে রাখুন। পা দুটি একসঙ্গে জোড়া রাখুন। এ বার আস্তে আস্তে উঠে বসে সামনে ঝুঁকে দু'হাত দিয়ে দুই পায়ের বুড়ো আঙুল স্পর্শ করুন কপাল দু'পায়ে ঠেকান। হাঁটু ভাঁজ না করে পেট ও বুক উরতে ঠেকান কিছু ক্ষণ এই ভঙ্গিতে থাকার পর ধীরে ধীরে স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসুন। গ্যাসের সমস্যা নিশ্চিতভাবে কমবে।

বালাসন

সবচেয়ে আরামদায়ক একটি যোগাসন। এই আসনটি করতে প্রথমে বজ্জাসনে বসুন। হাত দু'টি প্রণাম করার ভঙ্গিতে একসঙ্গে জড়ে করে সামনের দিকে ঝুঁকে বসুন। এ বার ধীরে ধীরে শ্বাস নিন, আর ছাড়ুন। কিছু ক্ষণ এই ভঙ্গিতে বসার পর ধীরে ধীরে উঠে বসুন। প্রতি দিন

A black and white photograph of a person from the waist up, wearing a light-colored t-shirt and shorts. The person is holding their midsection with both hands, suggesting abdominal pain or discomfort.

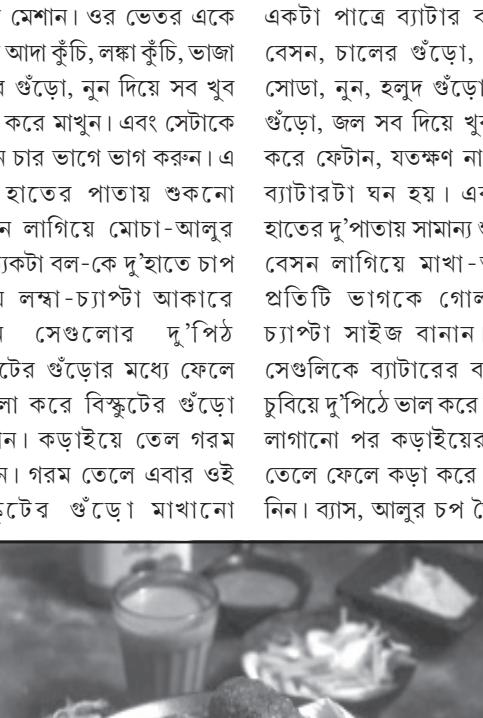
ବୃକ୍ଷି ପଡ଼ିଲେ ମନଟା
କେମନ ଚପ-ଚପ କରେ

চপ। বৃষ্টি দিনের আদর্শ সান্ধ্য খাবার। বাড়িতে বানিয়ে নেওয়ার সহজ প্রণালী। পুজোয় ভাসালে মন খারাপ না করে, বাড়িতেই বানিয়ে নিন। নিরামিষ চপ তৈরির যাবতীয় সন্ধান দিচ্ছে অনন্দবাজার অনলাইন।

মোচার চপ- (৪ পিস বানানোর
জন্য) উপকরণ- খোলা মোচা
২০০ গ্রাম অথবা ছেট সাইজের
একটা মোচা চন্দ্রমুখী আলু ১টা
মাঝারি সাইজের আদা কুঁচি
চায়ের চামচের ১ চামচ লঙ্কা
কুঁচি চায়ের চামচের ১ চামচ
ভাজা জিরে গুঁড়ো চায়ের
চামচের হাফ চামচ নুন পরিমাণ
মতো বিস্কুটের গুঁড়ো ৪-টে
টোস্ট বিস্কুট গুঁড়ো সরষের তেল
চায়ের চামচের ৮ চামচ
রক্ষন প্রণালী- প্রথমে খোলা
মোচা বড় বড় করে কেটে,
পরিষ্কার জলে ধুয়ে, সামান্য নুন
দিয়ে, গরম জলে হালকা সেদ্দে

সোডা আঙুলের এক চিমটে নুন
পরিমাণ মতো হলুদ গুঁড়ো
চায়ের চামচের অর্ধেক চামচ
লঙ্কা গুঁড়ো চায়ের চামচের
অর্ধেক চামচ জল চায়ের কাপের
অর্ধেক কাপ সরষের তেল
চায়ের চামচের ৮ চামচ রক্ষন
প্রণালী একটা বড় সাইজের
গোটা আলু গরম জলে সেদ্দ
করে খোসা ছাড়িয়ে একটা পাত্রে
রেখে দিন। এ বার একটা প্যানে
সামান্যতম সরষের তেলের
ওপর চার কোয়া রসূন, একটা
শুকনো লঙ্কা, এক টুকরো আদা
ফেলে একটু ক্ষণ সেগুলি
নাড়িয়ে নিয়ে সেদ্দ আলুর সঙ্গে

করে জল ঝোড়ে শুকনো পাত্রে
রাখুন। এ বার আলু সেদ্ধ করে
খোসা ছাড়িয়ে সেদ্ধ মোচার
মধ্যে মেশান। ওর ভেতর একে
একে আদা কুঁচি, লঙ্ঘা কুঁচি, ভাজা
জিরে গুঁড়ো, নূন দিয়ে সব খুব
ভাল করে মাখুন। এবং সেটাকে
সমান চার ভাগে ভাগ করুন। এ
বার হাতের পাতায় শুকনো
বেসন লাগিয়ে মোচা-আলুর
প্রত্যেকটা বল-কে দু'হাতে ঢাপ
দিয়ে লম্বা-চ্যাপ্টা আকারে
এনে সেগুলোর দু'পিঠ
বিস্কুটের গুঁড়োর মধ্যে ফেলে
ভালো করে বিস্কুটের গুঁড়ো
লাগান। কড়াইয়ে তেল গরম
করুন। গরম তেলে এবার ওই
বিস্কুটের গুঁড়ো মাখানো
ভাল করে মেখে নিন। আলু
মাখাটা চার ভাগ করুন। একটা
পাত্রে রেখে দিন। এ বার অন্য
একটা পাত্রে ব্যাটার বানান।
বেসন, চালের গুঁড়ো, খাবার
সোডা, নূন, হলুদ গুঁড়ো, লঙ্ঘা
গুঁড়ো, জল সব দিয়ে খুব ভাল
করে ফেটান, যতক্ষণ না পর্যন্ত
ব্যাটারটা ঘন হয়। এর পর
হাতের দু'পাতায় সামান্য শুকনো
বেসন লাগিয়ে মাখা-আলুর
প্রতিটি ভাগকে গোলাকার
চ্যাপ্টা সাইজ বানান। এবং
সেগুলিকে ব্যাটারের বাটিতে
চুবিয়ে দু'পিঠে ভাল করে ব্যাটার
লাগানো পর কড়াইয়ের গরম
তেলে ফেলে কড়া করে ভেজে
নিন। ব্যাস, আলুর চপ তৈরি।



দেন।
মৃত্যুর ঝুঁকি বাড়ে
বিভিন্ন গবেষণায় দেখা গিয়েছে,
যাঁদের ঘূম অনিয়মিত ও যাঁদের
পর্যাপ্ত ঘুমের অভাব রয়েছে,
তাঁদের মৃত্যুর হার, যাঁরা নিয়মিত
পর্যাপ্ত ঘুমান তাঁদের তুলনায়
বেশি। ঘুমের অভাবে
সংবহনতন্ত্রের রোগ হওয়ার
ঝুঁকিও বেড়ে যায়।
স্মৃতিশক্তি কমে যায়
অনিদ্রা আর মানসিক অবসাদ
পরস্পর এতটাই নিরিড়
সম্পর্কযুক্ত যে, একটি আক্রান্তকে
অন্যটির দিকে টেনে নিয়ে যায়।
অবসাদের লক্ষণগুলি বোগীর
ওজন বেড়ে যায়: রাতে ঠিকঠাক
ঘূম না হলে শরীরে হরমোনের
ভারসাম্য বিস্থিত হয়, খিদেও
বাড়ে। কম ঘুমোলে বিপাক্রিয়া
ও পাচনক্রিয়ার উপরেও প্রভাব
পড়ে। এই সমস্যা শেষমেশ
ওবিসিটি ডেকে আনে।
রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যায়
অনিদ্রার সমস্যা শরীরের
রোগ-প্রতিরোধ ক্ষমতা কমিয়ে
দেয়। ফলে ভাইরাস ও ব্যাক্টেরিয়া
শরীরে বাসা বাঁধিলে শরীর তাদের
সঙ্গে লড়াই করতে পারে না।
রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতা কমে
গেলে শরীরের অ্যাণ্টিবিড়ি
উৎপাদন ক্ষমতাও কমে যায়।

ବ୍ରକେର ବେହାଳ ଦଶା



ছেটবেলায় মাথার হাকের সংক্রমণ
রংখতে দৈষদুষও তেলের মধ্যে
ভিটামিন ই ক্যাপসুল ভেঙে মাথায়
মাখতেন। তাতে খুশির সমস্যা
দূর হয়েছিল। চুলের জেল্লাও
বেড়েছিল। কিন্তু হাকে ব্রণের দাগ
বা ক্ষত দূর করতে সেই একই নিদান
কী ভাবে কাজ করবে? চিকিৎসেরা
বলছেন, ভিটামিন ই-র অ্যান্টি-
অক্সিডান্টই হাকের ব্রণের দাগ,
মেচেতার দাগ দূর করতে, ক্ষত
সারাতে কাজ করে। তবে জানতে
হবে সঠিক ব্যবহার। ১) ব্রণের দাগ
মেটাতে- অ্যালো ভেরো জেলের
সঙ্গে ভিটামিন ই জেল মিশিয়ে
নিন। পুজোর আগে যে কটা দিন
সময় আছে, রাতে শোয়ার আগে
এই মিশ্রণ মুখে মেখে রাখুন। ধীরে
ধীরে দাগ হালকা হতে শুরু করবে।
যদি ক্ষত গভীর হয় সে ক্ষেত্রে
ক্যাপসুল ভেঙে দাগের উপর
সরাসরি মেখে রাখতে পারেন।
কিন্তু পুরো হাকে মাখা যাবে না। ২)
চোখের তলার কালি দূর করতে
রাত জেগে চোখের তলায় কালি
পড়েছে। বাজারে একাধিক সংস্থার
আভারআই ক্রিম রয়েছে। তবে
তার থেকেও দ্রুত কাজ করে

ভিটামিন ই ক্যাপসুল। রাতে
শোয়ার আগে অ্যালো ভেরো
জেলের সঙ্গে এই ক্যাপসুল
মিশিয়ে চোখের তলায় মেখে
রাখুন। দাগ দূর হবে সহজেই। ৩)
বলিরেখা প্রতিরোধে- অকাল
বার্ধক্য ঠেকাতে ভিটামিন ই
ক্যাপসুল বেশ কার্যকরী। অ্যান্টি-
অক্সিডান্টে ভরপুর ভিটামিন ই
হাকের বলিরেখা দূর করতে এবং
রক্ত সঞ্চালন স্বাভাবিক রাখতে
সাহায্য করে। নিয়মিত ভিটামিন
ই ক্যাপসুল হাকে মালিশ করলে
ত্বক টানটান হয়। ৪) শুষ্ক হাকের
যত্নে- এক চা চামচ মধুর সঙ্গে
দুই টেবিল চামচ দুধের সঙ্গে
একটি ভিটামিন ই ক্যাপসুলের
ভেঙে তার মধ্যে থাকা জেলটি
মিশিয়ে নিন। কাজ থেকে ফিরে
বা স্নানের মিনিট ১৫ আগে এই
মিশ্রণ মুখে নিয়মিত মাখার চেষ্টা
করুন। তার পর ঠাঢ়া জলে ধুয়ে
ফেলুন। শুষ্ক হাকের সমস্যায় দার্মি
ক্রিম মাখার প্রয়োজন পড়েবে না।
৫) ওপেন পোর্সের সমস্যায়-
গোলাপ জলের সঙ্গে দু”টি
ভিটামিন ই ক্যাপসুল ভেঙে
মিশিয়ে নিন। মাইল্ড ফেসওয়াশ
দিয়ে মুখ ধুয়ে রাতে এই টোনার
স্প্রে করে শুয়ে, হাকের ধরন
অনুযায়ী ময়েশচারাইজার মেখে
শুয়ে পড়ুন। নিয়মিত ব্যবহার
করলে ওপেন পোর্সের সমস্যা
ধীরে ধীরে দূর হবে।

ଚୁଲ୍ଲ କରାର ମହିମା



A black and white photograph of a man in a white t-shirt looking at his reflection in a mirror. He has his hand on his forehead and another hand on his cheek, appearing distressed or confused. The background is blurred.

মাথার হুকে সংক্রমণের ঝুক করে। শত অবহেলাতেও চুলের পড়া করে।

ମୁଖ ବ୍ରଣତେ ଡରେ ଗିଯେଛେ ?

দোরগোড়ায় পুজো। উত্তর শুরু হতে হাতে গোনা আর কয়েক দিনের অপেক্ষা। উত্তর-উদ্যা পনের প্রস্তুতিও প্রায় শেষের দিকে। পুজোর কেনাকাটা থেকে রূপচৰ্চা সব কিছুই চলছে জোরকদমে। কিন্তু অনেকেই ব্রণ নিয়ে চিন্তিত। পুজোর আগে ব্রণ না কমলে কী করবেন, তা নিয়ে একটা আশঙ্কাও কাজ করছে। রূপটান করে ব্রণ আড়াল করার পরিকল্পনা থাকলেও তাকের কথা ভেবে তা বাতিল করাই ভাল। কারণ প্রসাধনীর সংস্পর্শে ব্রণ আরও বাড়াবাঢ়ি আকার ধারণ করতে পারে। তা হলে উপায়? পুজোর আগে ব্রণ দূর করতে ভরসা রাখা আপেলের রস-ভিটামিন এ, বি, সি, পটশিয়ামের মতো স্বাস্থ্যকর কিছু উপাদান রয়েছে এই ফলে। তাকের ঔজ্জ্বল্য ফেরাতে আপেল দারুণ কার্যকরী। আপেল তাকে আনে একটা বাড়তি জে঳া। যা সকলের মাঝে আলাদা করবে আপনাকে। এ ছাড়াও আপেল ব্রণ প্রতিরোধেও দারুণ কার্যকরী। আপেলে ফাইবার রয়েছে প্রচুর পরিমাণে। যা তাকে আলাদা করে পুষ্টি জোগায়।

বিট এবং গাজরের রস-বিট, গাজরে রয়েছে প্রচুর পরিমাণে অ্যান্টিঅক্সিডান্ট। যা শরীরের নানা সমস্যা দূর করা ছাড়াও তাকের জে঳া ফেরায়। ব্রণ কমায়। বিলিরেখা,

সমস্যা এড়াতে এই দুই সজি দিয়ে বানিয়ে নিতে পারেন স্বাস্থ্যকর এই পানীয়।

লেবু এবং মধুর জল-সকালে উঠে দ্বিদুর্ঘ জলে লেবু এবং মধু মিশিয়ে খাওয়ার অভ্যাস রয়েছে অনেকেরই। বিলিপাড়ার অনেকেই সকাল শুরু করেন এই পানীয় দিয়ে। ওজন বারান্নে ছাড়াও এই পানীয় তাকের জে঳া ফেরাতেও দারুণ কার্যকরী।

লেবু এবং মধুর জল পেটের স্বাস্থ্য ভাল রাখে। হজমশক্তি উন্নত করে। পরিপাক ক্রিয়া উন্নত হলে তার প্রভাব পড়ে তাকেও। শরীরের যাবতীয় টক্সিন বাইরে বার করে দিয়ে তাকে পরিষ্কার রাখে এবং সেই সঙ্গে ব্রণৰ

যায় করেকাট পানায়ের ডপো। মেচেতা, অকাল বাধকেয়ের মতো বুক কমায়।

শুষ্ক ত্বকের সমস্যায় নাজেহাল ?

অনেক সময় বাজার থেকে কিনে আনা দই থেকে দিন দুয়েকের মধ্যেই অল্প গঢ় বেয়েোতে শুরু করে। অনেক সময় ঘারে পাতা দইও বেশি টক হয়ে গেলে খাওয়া যায় না। রান্নায় ব্যবহার করলেও স্বাদ বিগড়ে যাওয়ার সম্ভাবনা থাকে। তাই বলে কি এক বাচি দই ফেলে দেবেন?

পুজোর আগে মুখের জেল্লা ফিরিয়ে আনতে চান? তা হলে দই নষ্ট না করে রূপচর্চায় ব্যবহার করে ফেলতে পারেন। টক দই মাখলে ত্বকের জেল্লা বাড়বে। ত্বকের বিভিন্ন সমস্যা দূর করতেও দইয়ের জুড়ি মেলা ভার। কী করে ব্যবহার করবেন টক হয়ে যাওয়া দই?

শুষ্ক ত্বকের সমস্যায় দই দারকণ কাজ করে। ত্বকের সমস্যায় দই দারকণ কাজ করে। ত্বকে আর্দ্দতা ও জেল্লা আনতে দইয়ের সঙ্গে গোলাপজল মিশিয়ে সারা মুখে লাগিয়ে নিন। মিনিট দশেক রেখে জল দিয়ে ধূয়ে ফেলুন। দই প্রাকৃতিক মর্যেশ্চারাইজার হিসাবে কাজ করে

ত্বক আর্দ্দ আর কোমল করে তুলবে। ব্রগ দূর করতে: এক টেবিল চামচ টক দই নিয়ে তুলো দিয়ে ব্রগের উপরে লাগিয়ে সারা রাত রেখে দিন। সকালে ধূম থেকে উঠে ঠাণ্ডা জলে ধূয়ে ফেলুন। দিনে লাগালে ঘণ্টা দুয়েক লাগিয়ে রাখুন, তার পর ধূয়ে নিন। দইয়ে থাকা ল্যাকটিক অ্যাসিড ত্বকের সংক্রমণ দূর করে। ব্রগের সমস্যা দূর হয় সহজেই। তবে নিয়মিত ব্যবহার করলে তবেই কাজ হবে।

কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রী শ্রীমতি নির্মলা সীতারমন উত্তর-পূর্বাঞ্চলের ৭টি
আঞ্চলিক গ্রামীণ ব্যাকের কাজকর্ম পর্যালোচনা করেন
কৃষিখণ বৃদ্ধি করার জন্য ও অতিক্ষুদ্র, ক্ষুদ্র ও
মাঝারি শিল্পোদ্যোগের বিকাশের লক্ষ্যে আঞ্চলিক
গ্রামীণ ব্যাঙ্কগুলির উদ্দেশে আহ্বান অর্থমন্ত্রীর



গুয়াহাটী, ৩০ সেপ্টেম্বর, ২০২৪: কেন্দ্রীয় অর্থমন্ত্রী শ্রীমতী নিমলা সীতারমন আজ তিনি দিনের সফরে অরণ্যাচল প্রদেশের রাজধানী ইটানগৰে পৌঁছেনো এবং একইদিনে তিনি এক উচ্চ পর্যায়ের বৈঠকে পোরেছিত্য করেন। উক্ত পূর্বের অরণ্যাচল প্রদেশ, অসম, মণিপুর, মেঘালয়, মিজোরাম, নাগাল্যান্ড এবং ত্রিপুরার সাতটি আঞ্চলিক গ্রামীণ ব্যাক্ষের (আরআরবি) কাজকর্ম পর্যালোচনার জন্য এই বৈঠক ডাকা হয়।

বৈঠকে মন্ত্রকের আর্থিক পরিবেশো দণ্ডের সচিব এম. নাগারাজ সহ

সরকারের বিভিন্ন ফ্লাগশিপ প্রকল্পের আওতায় যোগ্য সুবিধাভোগীদের চিহ্নিত করার দিকে নজর দেবার জন্য আহ্বান জানান।

শ্রীমতী সীতারমন তৃণমূল পর্যায়ে কৃষি ঋণ বিতরণে গ্রামীণ ব্যাক্তগুলোকে তাদের অবদান বৃদ্ধি করার নির্দেশ দিয়ে বলেন, গ্রামীণ জীবনযাত্রাকে অধিকতর মজবুত করতে উদ্যোগালন এবং শুরোর পালন, হাঁস-মুরগি পালন, দুর্ঘাস্ত ও মৎস্যচাষের মতো সংকলিত কার্যক্রমের উপর বিশেষ জোর দেওয়া দরকার।

অরণ্যাচল প্রদেশে তাঁর দ্বিতীয় দিনের সফরে, অর্থমন্ত্রী নামস্ট সফরের

বেঁচে রাখিবেন আর পুরো শহরের নাম এবং নামগ্রহণ করে উত্তর-পূর্বাঞ্চলের সমস্ত রাজ্যের অর্থ দণ্ডের উচ্চপদস্থ আধিকারিক এবং অংশগ্রহণকারী ব্যক্তিগুলির প্রধানরা উপস্থিত ছিলেন। আরবিআই, নাবার্ড ও সিডি প্রধান আধিকারিকাও বৈঠকে উপস্থিত ছিলেন।

— প্রকৃতি পর্যবেক্ষণ পর্যবেক্ষণ পর্যবেক্ষণ

এই বৈষ্টকে আধিগ্নিক ব্যাংক গুলির ব্যবসায়িক কর্মসূমতা বৃদ্ধি, ডিজিটাল প্রযুক্তি পরিবেশের মানোন্নয়ন এবং কৃষি ও সহযোগী ক্ষেত্রে সমূহ ও অতিক্ষুদ্র, ক্ষুদ্র ও মাঝারি শিল্পোদ্যোগ ফেরে ব্যবসায়িক প্রবৃদ্ধির বিষয়ে আলোচনা হয়। অর্থমন্ত্রী প্রামীণ অর্থনৈতিকে মদত দেবার উদ্দেশ্যে আধিগ্নিক প্রামীণ ব্যাংক সমূহের গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকার উপর জোর দেন এবং তাদের পৃষ্ঠপোষক ব্যবস্থাকে সহ একের ব্যাংকের পথে পৌছানো প্রয়োজনীয় বিপ্রযুক্তি সহ সহায় করে।

ব্যক্ষসমূহ সহ এইসব ব্যাংক গুলোকে প্রধানমন্ত্রী বর্ষকর্ম সহ ভারত করে।

আয়ারল্যান্ডের কাছেও হেরে গেল দক্ষিণ আফ্রিকা

ডুবলিন, ৩০ সেপ্টেম্বর (ই.স.) : আফগানিস্তানের বিপক্ষে ওয়ানডে সিরিজ হারের পর আয়ারল্যান্ডের কাছেও হার। রবিবার রাতে আবুধাবিতে টি-টোয়েন্টি সিরিজের দ্বিতীয় ম্যাচে আইরিশদের কাছে ১০ রানে হেরে গেল প্রোটিয়ারা। আন্তর্জাতিক টি-টোয়েন্টিতে এই প্রথম দক্ষিণ আফ্রিকা হারল আয়ারল্যান্ড-এর কাছে। আইরিশদের এই স্মরণীয় জয়ের নায়ক অ্যাডাইর ভাইয়েরা। ব্যাট হাতে সেঞ্চুরি করেছেন রস অ্যাডাইর। আর তাঁর ছোট ভাই মার্ক অ্যাডাইর ৪ উইকেট নিয়েছেন। আবুধাবিতে সেবার প্রস্তুত দিক্ষিণেচন বস অ্যাডাইর।

মুখ্যমন্ত্রী মরতা বন্দেপাধ্যায় আজকের এই বৈঠকটি পৌরহিত্য করবেন বিকেল চারটে নাগাদ ওই বৈঠকটির আয়োজন করা হয়েছে। রাজ্য সচিবালয় নবাবের সুত্রে এই খবর জানা গিয়েছে। প্রথাগতভাবে এই বৈঠক নবাবের ১৩ তলায় রয়েছে ক্যাবিনেট রুম সেখানেই হবে পূর্ব নির্ধারিত ওই বৈঠক। উল্লেখ্য, এই মুহূর্তে মুখ্যমন্ত্রী শহরে নেই। অল্প সময়ের মধ্যেই শিলিঙ্গুড়ি ছাড়েছেন তিনি। বাগড়োগরা থেকে সরাসরি কলকাতা। নেতাজী সুভাষচন্দ্র বসু আন্তর্জাতিক বিমানবন্দর থেকে সাক্ষপথে নবাবে। এই শহরের পাথে লেন্দো কাম্পায় আপেক্ষার ব্যৱস্থা করেছেন।

কংগ্রেসকে তোপ অমিত
শাহের, উপরুপরি বিধলেন
যান্ত্রিকার্জন থান্দগে-কেও

নয়াদিল্লি, ৩০ সেপ্টেম্বর (ই.স.): কংগ্রেসকে তীব্র আক্রমণ করলেন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ। কংগ্রেস সভাপতি মল্লিকার্জুন খাড়গে-কেও তোপ দেগেছেন অমিত শাহ। রবিবার জন্মু ও কাশ্মীরে এক নির্বাচনী জনসভায় খাড়গে বলেছিলেন, আমরা জন্মু ও কাশ্মীরের রাজ্যের মরয়াদা ফিরে পাওয়ার জন্য লড়াই চালিয়ে যাব। আমার ৮৩ বছর বয়স, এত তাড়াতাড়ি আমি মারা যাব না, প্রধানমন্ত্রী মোদীকে ক্ষমতা থেকে সরানো পর্যন্ত আমি বেঁচে থাকব কংগ্রেস সভাপতি মল্লিকার্জুন খাড়গের এই মন্তব্যের সমালোচনা করে সোমবার কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ এবং হ্যান্ডেলে লিখেছেন, তিন্ত প্রদর্শনে, কংগ্রেস সভাপতি মল্লিকার্জুন খাড়গে অকারণে প্রধানমন্ত্রী মোদীকে তাঁর বিক্রিগত স্বাস্থ্যের বিষয়ে টেনে এনেছেন, এই বলে যে তিনি প্রধানমন্ত্রী মোদীকে ক্ষমতা থেকে সরিয়ে দিলেই তিনি মারা যাবেন। এটা শুধু দেখায় যে, কংগ্রেসের লোকজন প্রধানমন্ত্রী মোদীর প্রতি কতটা ঘৃণা এবং ভয় করে, তাঁরা প্রতিনিয়ত তাঁকে নিয়ে ভাবছে। খাড়গের স্বাস্থ্যের জন্য মোদীজি প্রার্থনা করেন, আমি প্রার্থনা করি এবং আমরা সকলেই প্রার্থনা করি, তিনি যেন দীর্ঘায়ু ও স্বস্থ ছিন্ন পান। তিনি সেনা বল বচন দেবেন থাকেন।'

ମିଠିନ ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ଏକଜନ

সাংস্কৃতিক আইকন

অভিনন্দন বার্তা প্রধানমন্ত্রীর

নয়াদিল্লি, ৩০ সেপ্টেম্বর (ই.স.): চলচ্চিত্র জগতের সর্বোচ্চ সম্মান পাচ্ছেন মহাশুর মিঠুন চক্রবর্তী। আগামী ৮ অক্টোবর ষ-০-তম জাতীয় চলচ্চিত্র উৎসবের মধ্যে মিঠুন চক্রবর্তীকে দাদাসাহেব ফালকে পুরস্কারে পুরস্কৃত করা হবে। এই খবর প্রকাশ্যে আসতেই মিঠুনকে অভিনন্দন জানিয়েছেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। শুভেচ্ছা বার্তায় প্রধানমন্ত্রী সিখেছেন, ‘অত্যন্ত আনন্দিত লাগছে, মিঠুন চক্রবর্তীজি ভারতীয় চলচ্চিত্রে তাঁর অতুলনীয় অবদানের স্বীকৃতিস্বরূপ মর্যাদাপূর্ণ দাদাসাহেব ফালকে পুরস্কারে ভূষিত হয়েছেন। তিনি একজন সাংস্কৃতিক আইকন, বহুমুখী অভিনয়ের জন্য প্রজন্ম জুড়ে তিনি প্রশংসিত। তাঁকে অভিনন্দন ও শুভেচ্ছা উল্লেখ্য, দাদাসাহেব ফালকে পুরস্কার পাচ্ছেন প্রবীণ অভিনেতা মিঠুন চক্রবর্তী।’ সোমবার সকালে এই ঘোষণা করেছেন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী অশ্বিনী বৈষ্ণব। তিনি এক্ষে মাধ্যমে জানিয়েছেন, ‘মিঠুন দা-র অসাধারণ সিনেমাটিক যাত্রা প্রজন্মের পর প্রজন্মকে অনুপ্রাণিত করে। আনন্দের সঙ্গে ঘোষণা করছি, দাদাসাহেব ফালকে বাছাই জুরি বিক্রিদণ্ডি অভিনেতা মিঠুন চক্রবর্তীকে পুরস্কার দেওয়ার সিদ্ধান্ত নিয়েছে। ভারতীয় চলচ্চিত্রে তাঁর অবদানের জন্য আগামী ৮ অক্টোবর ষ-০-তম জাতীয় চলচ্চিত্র পুরস্কার অন্তর্ভুক্ত মিঠুন চক্রবর্তীকে সম্মানিত করা হবে।’

স্বাস্থ্য ও সুস্থিতার চাহিদা পূরণে/ পুষ্টি মাসে অঙ্গীকার অ্যামওয়ের

আগৰতলা। ৩০ সেপ্টেম্বৰ এক স্বাস্থ্যকর ভাৱত গড়ে তোলাৰ উদ্দেশ্যে, স্বাস্থ্য ও সুস্থতাৰ চাহিদা পূৰণে সহায়তাকাৰী অন্যতম শৰ্বস্থানীয় কোম্পানি, আ্যামওয়ে ইভিয়া দেশ জুড়ে জাতীয় পৃষ্ঠি মাস উদ্যাপন কৰেছে। এই বছৰেৰ থিম সবাৰ জন্য পৃষ্ঠিকৰ খাদ্যাভ্যাস'। সুস্থতাৰ মেয়াদকে অগ্ৰাধিকাৰ দেওয়াৰ মাধ্যমে এক স্বাস্থ্যকৰ ভাৱত গড়ে তোলাৰ যে লক্ষ্য এই কোম্পানিৰ রয়েছে, এই ব্যবস্থাগুলি সেই লক্ষ্যকেই পুনৰায় বলৱৎ কৰছে। সুযম খাদ্যাভ্যাস, সঠিকভাৱে দিন শুৱ কৰাৰ জন্য মৰ্নিং নিউ টিশুনেৰ প্ৰচাৰ, উচ্চমানেৰ প্ৰোডাক্টেৰ মাধ্যমে চাহিদাভিত্তিক পৃষ্ঠিৰ সু পাৰিশ জানানো ও স্বাস্থ্যকৰ রান্নাৰ টিপস দেওয়া। এই বিষয়ে আ্যামওয়ে ইভিয়াৰ ম্যানেজিং ডিৰেক্টৱ রজনীশ চোপড়া বলেন, 'প্ৰয়াপ্ত পৃষ্ঠি লাভ কৰা দিন দিন কঠিন হয়ে চলায়, সবাৰ জন্য সুযম পৃষ্ঠি গ্ৰহণযোগ্য ও কাৰ্যকৰ বানানো অপৰিহাৰ হয়ে উঠেছে। ইভিয়ান কাউন্সিল ফৰ মেডিকাল বিসার্চ (আইসিএমআৱাৰ)-এৰ একটি সাম্প্রতিক রিপোর্টে উল্লেখ কৰা হয়েছে যে ভাৱতে অস্বাস্থ্যকৰ খাদ্যাভ্যাসেৰ কাৰণে ৫৬.৪ শতাংশ অসুস্থতা ঘটে। অ্যামওয়ে ইভিয়াতে "স্বাস্থ্য সবাৰ আগে" রাখাৰ দৰ্শনকে অত্যন্ত গুৰুত্ব দেয় যাকে প্ৰতিটি পদক্ষেপে পথনিৰ্দেশ হিসাবে ব্যবহাৰ কৰা হয়। স্বাস্থ্যৰ জন্য আ্যামওয়ে সৰ্বাঙ্গীন ব্যবস্থা গ্ৰহণ কৰিছানী। আ্যামওয়ে ইভিয়া তাৰে পূৰ্ব, পশ্চিম, উত্তৰ ও দক্ষিণ- সমৰ্থ অঞ্চলেৰ ডিস্ট্ৰিবিউটৱদেৰ জন্য পৃষ্ঠি মাসে প্ৰতিদিন শিক্ষামূলক কৰ্মশালাৰ আয়োজন কৰেছে, যাৰ প্ৰতিটিতে পৃষ্ঠি, সুযম খাদ্যাভ্যাস ও মৰ্নিং নিউ টিশুনেৰ গুৱাংস সম্পত্তকে আলোচনা কৰা হয়েছে। এই ওয়াকৰ্শপগুলিতে বিভিন্ন ধৰণেৰ বিষয় অস্তৰভুক্ত কৰা হয় যেমন, প্ৰোটিন খাওয়াৰ উপকাৰিতা, স্বাস্থ্যকৰ খাদ্যাগত অভ্যাস ও দৈনিক প্ৰোটিনেৰ চাহিদা পূৰণেৰ জন্য নিউট্ৰিলাইট অল প্ল্যান্ট প্ৰোটিন ও আ্যামওয়ে কুইন কুকওয়্যায়াৰ ব্যবহাৰ কৰে পৃষ্ঠিকৰ খাবাৰ বানানোৰ প্ৰণালী। পূৰ্বাধাৰে মৰ্নিং নিউ টিশুন ও খাওয়া সংক্ৰান্ত স্বাস্থ্যকৰ অভ্যাসে উৎসাহ দেওয়াৰ মত এক গুচ্ছ ডিজিটাল ও বাস্তুৰ উদ্যোগ নেওয়া হয়েছে। ডিজিটাল ব্যবস্থাৰ মধ্যে ছিল সুযম খাদ্যাভ্যাস, মিল প্ল্যানিং

২০ হাজার বাংলাদেশির ভিসা আবেদন বাতিল করলো ভারত

মনির হোসেন, ঢাকা, সেপ্টেম্বর ৩০।। ২০ হাজারের বেশ বাংলাদেশির ভিসা আবেদন বাতিল করে তাদের পাসপোর্ট ফেরত দিয়েছে ঢাকার ভারতীয় হাইকমিশন। সোমবার (৩০ সেপ্টেম্বর) এক প্রতিবেদনে ভারতের সংবাদমাধ্যম টাইমস অব ইণ্ডিয়া এ খবর জনিয়েছে।

এবং সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মগুলো জনগণের অসন্তোষ প্রকাশের স্থানে পরিষ্ঠিত হয়েছে। টাইমস অব ইণ্ডিয়া জানায়, বাংলাদেশ ভারতের একটি গুরুত্বপূর্ণ ভিসা আবেদনকারী দেশ। শুধু ২০২০ সালে প্রায় ১৬ লাখ বাংলাদেশি নাগরিকের ভিসা ইস্যু করেছিল ভারত, যার মধ্যে প্রায় সাতে

গত আগস্ট মাসে শৈশ্বর হাসিনা সরকারের পতনের পর থেকে বাংলাদেশি নাগরিকদের জন্য ভারতীয় ভিসা পরিবেশে অনিদিষ্টকালের জন্য স্থগিত থাকায়, পাসপোর্টগুলো ভারতীয় হাইকমিশনের তত্ত্বাবধানে ছিল। প্রতিবেদন অন্যায়ী, হাসিনা সরকারের পতনের পর দুই দেশের মধ্যে চার লাখ ভিসা ইন্যু হয়েছিল চিকিৎসার উদ্দেশ্যে। তবে দুই দেশের মধ্যে বাড়তে থাকা উজ্জেব্জার কারণে সাবধানতা সঙ্গে পদক্ষেপ নিচ্ছে হাই কমিশন। অস্থায়ী ভিসা প্রদানে আত্যন্ত সর্তর্ক অবলম্বন করা হচ্ছে।

প্রাত়িনিধিত্ব করুণামুখ, হাস্যমুকুটের পদের গর্হণ দেওয়া রহচে।
 উজ্জেব্বল বৃক্ষ পাওয়ায় এমন সিদ্ধান্ত নিয়েছিল ভারতীয় হাইকমিশন।
 তবে পরবর্তীতে সীমিত সংখ্যক জরুরি ভিসার আবেদনগুলো প্রতিক্রিয়া
 করা শুরু হয়। এর মধ্যে কিছু ব্যতিক্রম ভিসা আবেদন যেমন: মেডিকেল
 ইমার্জেন্সি, স্টুডেন্ট এবং তৃতীয় দেশে অভিযানের জন্য প্রয়োজনীয়
 ডাবল-এন্টি ভিসা অস্তর্ভুক্ত রয়েছে। আর এর কারণে হতাশাপ্রস্তু

আবেদনকারীদের অনেকেই ব্যাপকভাবে হাইকমিশনে ই-মেইল করছেন, এমনকি কিছু ইমেইলে ভাঙ্গুরের হৃষিকেও রয়েছে। প্রতিবেদনে আরও বলা হয়েছে, ভিসা আবেদন কেন্দ্রের সদস্যরা প্রশ্নবাণে জরুরিত হচ্ছেন আসায়, পশ্চিমবঙ্গে উৎসবে যোগ দেওয়ার জন্য ভিসার আবেদন বৃদ্ধি আশঙ্কা দেখা দিয়েছে। অবশ্য উভয় দেশের সরকার পরিস্থিতি স্থাভাবিক করার চেষ্টা করছে।

‘আমি বাক্যহারা’, দাদাসাহেব ফালকে
পুরস্কার পাওয়ার ঘোষণায় মন্তব্য মিঠুনের

কলকাতা, ৩০ সেপ্টেম্বর (ই.স.):
দাদাসাহেব ফালকে পুরস্কার
পাওয়ার ঘোষণায় তিনি অভিভূত,
জানালেন মিঠুন চক্রবর্তী।
একইসঙ্গে তিনি বলেছেন, আমি
বাক্যহার।। মিঠুন সোমবার
বলেছেন, 'আমার কাছে কোনও
শব্দ নেই। আমি হাসতেও পারছি
না, কাদতেও পারছি না। এটা এত
বড় বিষয়, আমি কল্পনাও করতে
পারিনি। আমি অত্যন্ত খুশি। আমি
এই প্রাপ্তি আমার পরিবার এবং
বিশ্বজুড়ে আমার অনুরাগীদের
উৎসর্গ করছি'। এর আগে, বাঙালি
হিসেবে দাদাসাহেব ফালকে
পুরস্কার পেয়েছিলেন সোমিত্ব
চট্টোপাধ্যায়। আর এবার, মিঠুন
চক্রবর্তী। উল্লেখ্য, দাদাসাহেব
ফালকে পুরস্কার পাচ্ছেন মিঠুন
চক্রবর্তী। ৮ অক্টোবর অভিনেতার
হাতে তুলে দেওয়া হবে পুরস্কার।
ওই দিন ৭০-তম জাতীয় চলচ্চিত্র
পুরস্কার প্রদান অনুষ্ঠানে সম্মানিত
করা হবে প্রবীণ অভিনেতাকে।

দিল্লিতে সড়ক পরিষ্কৃতি খতিয়ে দেখলেন মুখ্যমন্ত্রী অতিশী, পর্যবেক্ষণ সিসোদিয়া ও সৌরভের

নয়াদিল্লি, ৩০ সেপ্টেম্বর (ই.স.):
রাজধানী দিল্লিতে সড়ক পরিষ্কৃতি
খতিয়ে দেখলেন মুখ্যমন্ত্রী অতিথী
মারণেনা। দিল্লির বিভিন্ন এলাকায়
সড়কের অবস্থা খতিয়ে দেখলেন
প্রাক্তন উ.প.-মথুরামন্ত্রী মনীশ
কোথাও কোথাও কাজ চলছিল
এবং গত ৭-৮ মাস ধরে রাস্তা
রৌঢ়াঙুড়ি অবস্থায় ছিল। কোথাও
কোথাও গর্ত খোলা রাখা হচ্ছে।
রাস্তাগুলো সংক্ষার করা হবে।
দিল্লির মানবক্ষে কষ্ট দেওয়ার জন্য
এবং মন্ত্রীদের তাড়াতাড়ি দিল্লির
রাস্তাগুলি সংক্ষার করতে
বলেছেন।’
দিল্লির পরিবেশ মন্ত্রী গোপাল রাই
রাজধানীর বাবর পুর এলাকার
বাসিন্দার আবস্থা পরিষ্কৃত
কর্তৃতের জন্য একটি প্রকল্প
জেলার চার মহকুমায় মহকুম
শাসকের কাছে ডেপুটেশন দিয়ে
কংগ্রেস। সোমবার এই কর্মসূচিটি
দলের পক্ষ থেকে দাবি করা হলো
এই ব্যতীত বন্ধ না করলে চলে
কংগ্রেসের আন্দোলন

আত্ম চৰ পুনৰজ্ঞা ঘণানা
সিসোদিয়া, দিল্লিৰ মঙ্গী সৌৱভ
ভৱদ্বাজ, গোপাল রাই, কৈলাশ
গেহলট প্ৰমুখ। সোমবাৰ সকা঳ে
দিল্লিৰ পটপুৰগঞ্জ এলাকা সড়কেৰ
অবস্থা খতিয়ে দেখেন মনীশ
সিসোদিয়া ও সৌৱভ ভৱদ্বাজ।
মনীশ সিসোদিয়া বলেছেন,
‘অৱিন্দ কেজরিওয়ালেৰ নিৰ্দেশে,
আমি এবং সৌৱভ ভৱদ্বাজ দিল্লিৰ
কয়েকটি রাস্তা পৰিদৰ্শন কৰেছি।
আমৰা লক্ষ্য কৰেছি, অনেক
রাস্তাৰ অবস্থা খুবই খাৰাপ।

মালুম দায়ুকে বৰচোৰোৱাৰ সমস্ত
বিজেপি দিল্লিৰ সমস্ত রাস্তা খুবাংস
কৰে দিয়েছে... এখন আৱিন্দ
কেজরিওয়াল ফিরে এসেছেন,
সমস্ত কাজ দ্রুত শেষ হৈব। দিল্লিৰ
ওখানা এলাকায় সড়ক পৰিস্থিতি
খতিয়ে দেখেন মুখ্যমন্ত্ৰী অতিশী।
তিনি বলেছেন, ‘দু’দিন ধৰে,
অৱিন্দ কেজরিওয়াল এবং আমি
দিল্লিৰ রাস্তাগুলি পৰিদৰ্শন কৰেছি
এবং দেখেছি যে রাস্তাগুলিৰ অবস্থা
খুবই খাৰাপ... অৱিন্দ
কেজরিওয়াল দলেৰ সমস্ত বিধায়ক
বাস্তাৰ অবস্থা পাৰদৰ্শন
কৰেছেন। তিনি বলেছেন,
‘দিল্লিতে বৃষ্টিৰ পৰ, রাস্তাগুলিতে
সৰ্বত গত তৈৰি হয়েছে। যখন
থেকে তাৰা অৱিন্দ
কেজরিওয়ালকে জেলে
ৱেৰেছে, তখন থেকেই দিল্লিৰ
রাস্তাৰ অবস্থা আৱৰণ খাৰাপ
হয়েছে... আমৰা নিজেৱাই
সিদ্ধান্ত নিয়েছি যে আমৰা
রাস্তাগুলি পৰিদৰ্শন কৰিব। যত
তাৰ্ডাতাড়ি সন্তুষ্ট মেৰামত কৰা
হবে।’

**ক্যানিংয়ে চিকিৎসার গাফিলতিতে মৃত্যু সিভিক
ভলেন্টিয়ারের, ফের কাঠগড়ায় চিকিৎসকরা**

ক্ষয়ান, ৩০ টোকেটবর (২৮%).)। এক সিভিক ভলেন্টিয়ারের মৃত্যুর ঘটনাকে কেন্দ্র করে উত্তেজনা ছড়াল দক্ষিণ ২৪ প্রগনার ক্যানিং মহকুমা হাসপাতালে। চিকিৎসার গাফিলতিতে মৃত্যু হয়েছে ভুবন মণ্ডল নামে ওই সিভিক ভলেন্টিয়ারের, এমনটাই অভিযোগ পরিবারের। সোমবার সকালে এই ঘটনাকে কেন্দ্র করে ব্রাগ্মিণ জানিত সর্বাধাৰ ভুগছিলেন ভুবন। হাসপাতালে রেখে অক্সিজেন দেওয়াৰ জন্য অনুরোধও কৰেছিলেন চিকিৎসকদেৱ। কিন্তু তাঁৰা কোনও কথাই কানে নেননি বলে অভিযোগ। সোমবার ভোৱে ফেৱ অসুস্থ হয়ে পড়েন ভুবন। পরিবারের লোকজন তাকে ক্যানিং স্কেচে হাসপাতালে নিয়ে এলে কৰ্তৃপক্ষত পাঠ্যক্রম কৰ্মকলাভূক্ত বলে ঘোষণা কৰেন। তবে পরিবারেৰ দাবি, ভুবন ক্যাপ্সেৰ আক্ৰান্ত, তাঁৰ চিকিৎসা চলছে। শাস্কট জনিত সমস্যাৰ কথা বললেও চিকিৎসকৰা তা কানে নেননি। চিকিৎসায় গাফিলতিৰ জেৱেই মৃত্যু হয়েছে ভুবনেৰ বলে দাবি তাঁদেৱ। অভিযোগ চিকিৎসকদেৱ শাস্তিৰ দাবি জনিয়েছেন পরিবারেৰ সমস্তক।

উত্তর প্রদেশের নয়ডায় গাড়ি ও ট্রাক্টরে
সংস্থার্মে ভয়াবহ দোষিণী মত্তা ৪ জুনের

অসুস্থ অনুভব করলে ক্যান্স
মহকুমা হাসপাতালে চিকিৎসার
জন্য নিয়ে আসেন পরিবারের
লোকজন। অভিযোগ, প্রাথমিক
চিকিৎসার পর তাঁকে ছেড়ে দেন
চিকিৎসক। ভুবনের কিছুই হয়নি
বলে দাবি করেন চিকিৎসক।
পরিবারের সদসাদের দাবি,
নয়ডা, ৩০ সেপ্টেম্বর (ই.স): উভর প্রদেশের নয়ডায় গাড়ি ও ট্রাইরের
সঙ্গে ভ্যাবহ এক দুর্ঘটনায় মৃত্যু হয়েছে ৪ জনের, এছাড়াও এই দুর্ঘটনায়
গুরুতর আহত হয়েছেন একজন। রবিবার রাতে দুর্ঘটনাটি ঘটেছে নয়ডার
সেক্টর ১০-১১ এলাকায়। গাড়িটি নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে ট্রাইরে ধাক্কা মারলে
দুর্ঘটনাটি ঘটেছে ডিসপি নয়ডা রাম বদন সিং বলেছেন, রবিবার রাতে
সেক্টর ১০-১১ এলাকায় একটি দ্রুতগামী গাড়ি একটি ট্রাইরকে ধাক্কা
মারে।

The logo for the National Games of India is displayed. It features the name "NATIONAL GAMES OF INDIA" in a bold, black, sans-serif font. To the right of the text, there is a horizontal row of five stylized black icons representing different sports: a person running, a person performing a long jump, a person in a starting position for a race, a person holding a mace or stick, and a person performing a high jump.

চন্দিগড়ে অনূর্ধ্ব-১৯ জাতীয় টি-২০ মহিলা ক্রিকেটে ত্রিপুরা বাড়খণ্ড ম্যাচ আজ

ক্রিড়া প্রতিনিধি, আগরতলা।।।
প্রস্তুতি চূড়ান্ত। পথম ম্যাচেই
জয়ের লক্ষ্য মরিয়া ত্রিপুরার
মেয়েরা। চিন্তিগড়ে অনুর্ধ্ব ১৯
জাতীয় মহিলা টি-টোয়েন্টি
ক্রিকেটে আগামীকাল ত্রিপুরা
বাড়ি খণ্ডের বিরুদ্ধে খেলবে।
উল্লেখ্য, চিন্তিগড়ের জাতীয়া আসরে
নামার আগে জয়পুরে কয়েকটি
প্রস্তুতি ম্যাচের পুর অনুর্ধ্ব ১৯

মহিলা ক্রিকেট ত্রিপুরা দল ঘোষণা
করা হয়েছে। ১৫ সদস্য বিশিষ্ট
চূড়ান্ত দলের নেতৃত্বে অধিনায়ক দাস।
ডেপুটির ভূমিকায় অধিনায়ক
দেবনাথ।
১৫ সদস্য বিশিষ্ট চূড়ান্ত দল জয়পুর
থেকে শনিবারেই সাপোর্ট
পার্সনেলদের সঙ্গে চিন্তিগড়ে
পৌঁছেছে। বিসিসিআই আয়োজিত
অনুর্ধ্ব ১৯ জাতীয় মহিলা

କ୍ରିକେଟେର ଖେଳା ୧ ଥିକେ ୮ ଅଟ୍ରୋବର ଚନ୍ଦିଗର୍ଡେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଛେ । ୧୫ ସଦ୍ୟ ସିଂହାଲ ରାଜ୍ୟ ଦଲଟି ହେଲୋ : ଅସ୍ମିତା ଦାସ (କ୍ୟାପ୍ଟେନ), ଅସ୍ମିତା ଦେବନାଥ (ଭାଇସ କ୍ୟାପ୍ଟେନ), ଅଭିଧା ବର୍ଧନ, ଦେବଶ୍ରୀତା ଟୋଧୁରୀ, ଗିଯା ମନ୍ତୁଳ, ସାଯାଞ୍ଚିକା ନମଃ ଦାସ (ଉଈକେଟ କୀପାର), ପୂଜା ତ ପନ ଦାସ, ଭୁମିକା ନାୟକ, ପାରମିତା ଚନ୍ଦ୍ରବନ୍ତୀ, ପିଣ୍ଡା ସରକାର, ମଧୁମିତା ସରକାର, ତାନିଯା ଦେବ, ମୌମିତା ସାହା (ଉଈକେଟ କୀପାର), ରିଫ୍ରୁ ଦେବବର୍ମା, ଅନ୍ତରାନୀ ନୋୟାଟିଆ ।

ସାପେଟ୍ ପାର୍ସେନ୍‌ନ୍ୟାଲ ହିସେବେ ରଯେଛେନ ମ୍ୟାନେଜାର ଅଲିଭିଯା ସିନହା, ଅବଜାଭାର ପିକଲୁ ରାୟ, ଲଜିସ୍ଟିକ ମ୍ୟାନେଜାର ଅମିତ ବଣିକ, କୋଚ ଶାବଦୀ ଦେବନାଥ, ଅନପ କମାର ଦାସ, ପିୟେ ଦେବ ।

ইংলিশ প্রিমিয়ার লিগ :

ম্যানচেস্টার ইউনাইটেডকে উড়িয়ে দিল টটেনহ্যাম

টি — ২০ বিশ্বকাপের আগে প্রস্তুতি ম্যাচে জয় পেল ভারতের মেয়েরা

সুপার লিগের দুটি ভাইটাল ম্যাচে আজ নালবাহাদুর- এগিয়ে চল, ব্লাডমাউথ-রামকৃষ্ণ

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। পুনরায় ম্যাচ দ্রু করা কিছুতেই চলবে না। যেমন এগিয়ে চল সংয়ের পক্ষে, তেমনি ব্লাড মাউথ শিবিরেও। একই গুঞ্জন দুই ক্লাবের সমর্থকদের মধ্যেও। এদিকে লাল বাহাদুর ব্যায়ামাগার প্রচল্প সচেতন জয়ের ধারা অব্যাহত রেখে সাফল্যের সিঁড়িতে নিশ্চিত পা রাখার বিষয়ে। সুপার লিগের প্রথম ম্যাচ এগিয়ে চল সংয়ে বনাম ব্লাড মাউথের খেলা দ্রু-তে নিষ্পত্তি হওয়ার পর, দ্বিতীয় ম্যাচে লাল বাহাদুর ৪-৩ গোলে রামকৃষ্ণ ক্লাবকে হারানোর মধ্যে দিয়ে চ্যাম্পিয়নের লক্ষ্যে লাল বাহাদুর ইতোমধ্যে এক ধাপ এগিয়ে রয়েছে।

আগামীকাল তারাও ভালো খেলার পাশাপাশি জয়ের লক্ষ্যে মরিয়া। তিপুরা ফুটবল এসোসিয়েশন পরিচালিত শ্যামসুন্দর কোং জুয়েলার্স চন্দ্ৰ মেমোৱিয়াল প্রথম ডিভিশন ফুটবল আসরে আগামীকাল সুপার লিগের দ্বিতীয় দিনে বিকেল ও সন্ধিয়া দুটি ম্যাচ অনুষ্ঠিত হচ্ছে। উমাকাশ মিনি স্টেডিয়ামে বিকেল সাড়ে তিনটায় লালবাহাদুর ব্যায়ামাগার খেলেরে এগিয়ে চল সংয়ের বিরংবে। সন্ধ্যা সোয়া ছয়টায় দিনের দ্বিতীয় ম্যাচে ব্লাড মাউথ ক্লাব ও রামকৃষ্ণ ক্লাব পরম্পরের মুখোমুখি হবে। একটু বলে রাখা প্রয়োজন, লীগ পর্যায়ের খেলায় লাল বাহাদুর ব্যায়ামাগারের কাছেই এগিয়ে চলো সংঘ ০-২ গোলে একমাত্র পরাজয়ের স্বাদ পেয়েছিল। অপরদিকে লীগ পর্যায়ের খেলায় ব্লাড মাউথ রামকৃষ্ণ ক্লাবের ম্যাচ কিন্তু দুই দুই গোলে দ্রু-তে নিষ্পত্তি হয়েছিল। আগামীকাল কোনম্যাচে কি ফলাফল হয়, সেটাই এখন দেখার বিষয়।

চিসিএ-র অনূর্ধ্ব ১৬ বালকদের শিবিরে নতুন ১১ জনকে ডাকা হলো

ବ୍ରାହ୍ମା ପ୍ରତିନିଧି, ଆଗରତଳା ॥ ଟିସିଏ-ର ପକ୍ଷ ଥେ
ଅନୁର୍ଧ୍ଵ ୧୬ ବାଲକଦେର ଦିତୀୟ ଦେ ଜାନିଯେଛେ

পর্যায়ের অনুশীলন শিবিরে আরও ১১ জন ক্রিকেটারকে নতুন করে ডাকা হয়েছে। তাদেরকে শিবিরে সংযুক্ত করে নেওয়ার কথা এক বিবৃতিতে নতুন নভাবে ডাক পাওয়া ক্রিকেটাররা হলো : সুশোভন চক্রবর্তী, রাজদীপ সাহা, জয় অধিকারী, আয়ুষ সরকার, আয়ুজ্ঞান সেন, কিয়ন সরকার, জয়স্বত্বিশ্বাস, আচার্য। ক্রিকেটারদের দুই অঙ্গোব সকাল পৌনে আটকায় এমবিবি টেডিয়ামে সাপোর্ট পার্সোন্যালদের কাছে রিপোর্ট করতে বলা হয়েছে।

Page 1 of 1

সৃষ্টির প্রেরণায় নতুন প্রতিশ্রূতি

କେବଳ ଶ୍ରୀମତୀ

সাদা, কালো, রঙিন নতুন ধারায়

ରଗ୍ବୀ ପିନ୍ଟିଂ ଓ ସାର୍କ୍ସ

জাগরণ ভবন, (লক্ষ্মীনারায়ণ মন্দির সংলগ্ন), এন এল বাড়ি লেইন
পাহাড়ী বন্ধালীপুর আগরতলা পিপুল পশ্চিম - ৭১২০০১

ମୋବାଇଲ୍ ନଂ- ୯୮୩୬୧୧୩୭୧୦

ই-মেল : **rainbowprintingworks@gmail.com**

