



ত্রিপুরার প্রথম দৈনিক

জাগরণ

গৌরবের ৭১ তম বছর

THE FIRST DAILY OF TRIPURA



অনলাইন সংস্করণ : www.jagrandaily.com

JAGARAN ■ 71 Years ■ Issue-2 ■ 3 October, 2024 ■ আগরতলা ৩ অক্টোবর, ২০২৪ ইং ■ ১৬ অক্ষিণ, ১৪৩১ বঙ্গাব্দ, বৃহস্পতিবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ Founder : J.C.Paul ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা

স্বচ্ছ ভারত মিশনের দশবছর পূর্তিতে

দেশকে পরিচ্ছন্ন রাখতে নিরন্তর প্রয়াস চালিয়ে যাওয়ার উপর জোর দিলেন প্রধানমন্ত্রী

নয়া দিল্লি, ০২ অক্টোবর। স্বচ্ছ ভারত মিশনের সূচনার ১০ বছর পূর্তিতে প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী আজ নতুন দিল্লির বিজ্ঞান ভবনে ১৫৫তম গান্ধী জয়ন্তীতে স্বচ্ছ ভারত দিবস ২০২৪ অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণ করেছেন। অমৃত এবং অমৃত ২.০, গণপরিচ্ছন্নতা জাতীয় মিশন এবং গোবর্ধন প্রকল্পের আওতায় ৯৬০০ কোটি টাকার ও বেশি মূল্যের বেশ কয়েকটি পরিচ্ছন্নতা প্রকল্পের সূচনা ও শিলান্যাস করেছেন তিনি। উল্লেখ্য, স্বচ্ছতাই সেবা ২০২৪-এর এবারের থিম হল "স্বভাব স্বচ্ছতা, সংস্কার স্বচ্ছতা"। এই উপলক্ষে প্রধানমন্ত্রী পূজা বাপু এবং লাল বাহাদুর শাস্ত্রীজির জন্মবার্ষিকীর কথা উল্লেখ করেছেন এবং মা ভারতীর পূত্রদের প্রতি তাঁর শ্রদ্ধা নিবেদন করেছেন। শ্রী মোদী জের দিয়ে বলেন, আগকের এই অনুষ্ঠান মহাত্মা গান্ধী এবং অন্যান্য মহান ব্যক্তিত্বদের স্বপ্নকে সঙ্গতিপূর্ণভাবে বাস্তবায়িত করার প্রেরণার উৎস।

স্বচ্ছ ভারত অভিযানের ১০ বছর পূর্তি উপলক্ষে প্রধানমন্ত্রী বলেন, স্বচ্ছ ভারত মিশনের যাত্রা কোটি



কোটি ভারতবাসীর অটল অঙ্গীকারের প্রতীক। গত ১০ বছরে এই আন্দোলনে যে জনসমর্থন পাওয়া গেছে তার উল্লেখ করে প্রধানমন্ত্রী বলেন, দেশের প্রত্যেক নাগরিক এটিকে তাদের জীবনের একটি অংশ করে তুলেছেন। স্বচ্ছ ভারত অভিযানের দশ বছরের

প্রধানমন্ত্রী ভারতের প্রত্যেক নাগরিকের প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করেছেন।

প্রধানমন্ত্রী বলেন, পরিচ্ছন্নতার সঙ্গে যুক্ত প্রায় ১০ হাজার কোটি টাকার প্রকল্পের সূচনা হয়েছে আজ। এতে "মিশন অমৃত"-এর অঙ্গ হিসেবে দেশের বিভিন্ন শহরে জল ও নিকাশি শোষণাগার গড়ে তোলা হবে। নমামি গঙ্গে হোক কিংবা জৈব বর্জ্যকে বায়োগ্যাসে রূপান্তরের গোবর্ধন প্রকল্প যে স্বচ্ছ ভারত অভিযানকে এক নতুন উচ্চতায় উন্নীত করেছে সে কথার ওপর বিশেষ জোর দিয়ে প্রধানমন্ত্রী বলেন, স্বচ্ছ ভারত মিশন যত সফল হবে, আমাদের দেশ তত বেশি আনন্দিত হবে।

প্রধানমন্ত্রী দুটতার সাথে বলেন, আগামী এক হাজার বছর পরেও ভারতকে নিয়ে সমীক্ষা করার সময় "স্বচ্ছ ভারত মিশন" স্মরণীয় হয়ে থাকবে। তিনি বলেন, স্বচ্ছ ভারত মিশন এই শতাব্দীর বৃহত্তম এবং সবচেয়ে সফল গণ আন্দোলন যেখানে জনগণের অংশগ্রহণ এবং জনসাধারণের নেতৃত্ব রয়েছে। তিনি বলেন, এমন উদাহরণ রয়েছে **৬ এর পাতায় দেখুন**

স্বচ্ছতা হি সেবা অভিযানের সমাপ্তির অনুষ্ঠানে মুখ্যমন্ত্রী

পরিবেশের স্বচ্ছতা বজায় রাখতে হলে স্বচ্ছ মানসিকতা নিয়ে কাজ করতে হবে



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২ অক্টোবর। স্বচ্ছ ভারত মিশনের ১০ বছর পূর্তিতে মুখ্যমন্ত্রী আরও বলেন, প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী ২০১৪ সালে স্বচ্ছ ভারত গড়ার আহ্বান করেছেন। স্বচ্ছতার কোনও সমাপ্তি হতে পারে না। এটা একটা ধারাবাহিক প্রক্রিয়া। আজ আগরতলার রবীন্দ্র শতবার্ষিকী ভবনের ২ নং হলে আয়োজিত রাজ্যভিত্তিক স্বচ্ছতা হি সেবা অভিযান ২০২৪-র সমাপ্তি অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথির ভাষণে মুখ্যমন্ত্রী প্রফেসর (ডা.) মানিক সাহা একথা বলেন।

মুখ্যমন্ত্রী বলেন, গত ১৭ সেপ্টেম্বর স্বচ্ছতা হি সেবা অভিযান কর্মসূচির উদ্বোধন করেছিলেন। ২ অক্টোবর জাতির জনক মহাত্মা গান্ধীর জন্মদিনে পক্ষফালব্যাপী এই অভিযানের সমাপ্তি হচ্ছে। এই অভিযানের থিম ছিল "স্বভাব স্বচ্ছতা, সংস্কার স্বচ্ছতা"। অনুষ্ঠানে মুখ্যমন্ত্রী বলেন, প্রতিদিনের জীবনযাপনে স্বচ্ছতার অভ্যাস গড়ে তোলা প্রয়োজন। ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতার অভ্যাস স্কুল, কলেজ, অফিস, বাসস্থান, পাড়া, রাস্তাঘাট, বাজার, বাসস্ট্যান্ড সর্বত্র বজায় রাখা স্বচ্ছতার গুরুত্বকে সমস্ত অংশের মানুষের কাছে তুলে ধরা হয়েছে। স্বচ্ছতার **৬ এর পাতায় দেখুন**

নানা অনুষ্ঠানে রাজ্যে পালিত গান্ধী জয়ন্তী

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২ অক্টোবর। আধুনিক ভারত নির্মাণে মহাত্মা গান্ধীর অবদান অপরিসীম। তাছাড়া, অহিংসা, নিঃস্বার্থ সেবা ও স্বচ্ছতার মূর্ত প্রতীক ছিলেন তিনি। আজ তাঁর ১৫৫তম জন্মদিন উপলক্ষে একথা বলেন শিল্প বাণিজ্য দপ্তরের মন্ত্রী সাব্বা চাকমা।

আজ মহাত্মা গান্ধীর জন্মদিন উপলক্ষে রাজ্য সরকার উদ্যোগে প্রথম সার্কিট হাউজ স্থিত গান্ধী মূর্তির পাদদেশে এবং পরে গান্ধী ঘাট শহীদ বেদীতে মালাদান করেন রাজ্য সরকারের শিল্প বাণিজ্য দপ্তরের মন্ত্রী সাব্বা চাকমা। এদিন তাঁর সঙ্গে উপস্থিত ছিলেন পশ্চিম জেলাশাসক বিশাল কুমার এবং মহাকুমা শাসক সহ অন্যান্যরা। এদিন মন্ত্রী সাব্বা চাকমা বলেন, আজ মহাত্মা গান্ধীর জন্মদিন। অহিংসা, নিঃস্বার্থ সেবা ও স্বচ্ছতার মূর্ত প্রতীক ছিলেন জাতির জনক মহাত্মা গান্ধীজী। তাঁর ১৫৫ তম জন্ম জয়ন্তী উপলক্ষে সারা ভারতব্যাপী গত ১৭ সেপ্টেম্বর থেকে ২রা অক্টোবর পর্যন্ত স্বচ্ছতা হি সেবা কর্মসূচি পালন করা হয়েছে। এদিন তিনি আরও বলেন, গ্রামের উন্নয়নের তিনি প্রতিনিয়ত কাজ করে গিয়েছেন। সেই দিশায় বিজেপি সরকার কাজ করছে। এদিকে, যথাযোগ্য মর্যাদায় প্রদেশ কংগ্রেস ভবনে মহাত্মা গান্ধীর জন্মজয়ন্তী পালন করা হয়েছে। এদিন প্রদেশ কংগ্রেস নেতৃত্ব গান্ধীর প্রতিকৃতিতে পুষ্পার্ঘ্য অর্পণ করে শ্রদ্ধা নিবেদন করেন। এদিন অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন প্রদেশ কংগ্রেস সভাপতি আশিস কুমার সাহা, বিধায়ক সুদীপ রায় বর্মন, গোপাল রায় সহ অন্যান্য নেতৃত্বরা। পরবর্তীতে একটি শোভাযাত্রা বিভিন্ন পথ পরিক্রমা করে গান্ধীঘাটে গিয়ে গান্ধীর শহীদ বেদীতে শ্রদ্ধার্ঘ্য নিবেদন করেন তাঁরা।

এদিন সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে প্রদেশ কংগ্রেস সভাপতি বলেন, আজ ২রা অক্টোবর রাষ্ট্রপিতা মহাত্মা গান্ধীর জন্মদিন। সারা দেশব্যাপী **৬ এর পাতায় দেখুন**

সীতারামের স্মরণ সভায় বিভিন্ন দুর্বলতা থেকে দলীয় নেতা কর্মীদের বেরিয়ে আসার পরামর্শ মানিক সরকারের

নিজস্ব প্রতিনিধি, খোয়াই, ২ অক্টোবর। কমরেড সীতারাম ইয়েচুরির গুণাবলীকে অহংকার করতে হবে। তার জীবনদর্শ থেকে শিক্ষা নিয়ে আমাদেরকে শিক্ষিত হতে হবে। সীতারামের জীবনদর্শ থেকে শিক্ষা নিয়ে মার্কসবাদ লেনিনবাদের চর্চাকে আরো পরিব্যাপ্ত করতে হবে, প্রসারিত করতে হবে- বক্তা সিপিআই(এম)-র পলিটব্যুরোর সদস্য মানিক সরকার।

বৃহস্পতি ইয়েচুরি প্রয়াত নেতার শপথদণ্ড স্মরণসভায় তিনি আরো বলেন সিপিআই(এম)-র খোয়াই মহকুমা কমিটির আহ্বানে সাড়া জাগানো উদ্দেশ্যে স্মরণসভাটি হয় স্থানীয় শিক্ষক ভবনের হলঘরে। শোককে শপথের পরিণত করে। এই আহ্বান জানিয়ে আয়োজিত স্মরণসভায় মহকুমার বিভিন্ন অঞ্চলের পার্টির সর্বস্তরের নেতা, কর্মী, দরদী ও সমর্থক জাতি উপজাতির মানুষজন উপস্থিত ছিলেন। উপরে পড়া জনভীড়ে আয়োজিত স্মরণসভায় হলের ভেতরে সবার স্থান সন্মুখান না হওয়ায় অনেকেই হলঘরের বাইরে, বারান্দায় ও লনে বসে নেতৃত্বদের বক্তব্য শোনেন।

স্মরণসভায় বক্তব্য রাখতে গিয়ে আরো মানিক সরকার বলেন, সীতারাম ইয়েচুরি ছিলেন এক ব্যতিক্রমী নেতা মেধাবী ছাত্র ও বহুমুখী বিরল গুণের অধিকারী ছাত্র আন্দোলনের সামনের সারির নেতা জে এন ইউ বিশ্ববিদ্যালয়ের মেধাবী ছাত্র ছাত্র সংসদের নির্বাচিত সভাপতি তার

রাজ্য সরকারের উন্নয়ন মূলক কাজে ব্যাঘাত ঘটানোর চেষ্টা চালাচ্ছে বিরোধীরা : বিজেপি

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২ অক্টোবর। বিরোধীদের বক্তব্যগুলি যথেষ্ট স্পর্শকাতর। রাজ্যের মধ্যে এক অস্থিরতা সৃষ্টি করতে চাইছে তারা। সাধারণ মানুষকে বিভ্রান্ত করে সরকারের কাজে ব্যাঘাত ঘটানোর চেষ্টা চালাচ্ছে তারা। বিরোধীরা সরকারের বিভিন্ন উন্নয়নমূলক কাজে ব্যাঘাত ঘটিয়ে জনগণকে বিভ্রান্ত করার চেষ্টা চালিয়ে যাচ্ছে। বিরোধীরা বুঝতে পারছে মানুষ তাদের সুরিয়ে দিয়েছে, গনতান্ত্রিক প্রক্রিয়ায় তারা পিছিয়ে গেছে। তৎকালীন সময়ে বিরোধীদের বিভিন্ন বক্তব্য থেকে তাদের নীতিগত অবস্থান নিয়েও প্রশ্ন দেখা দিচ্ছে। বৃহস্পতি সার্ববাদিক সম্মেলনে এভাবেই বিরোধীদের আক্রমণ করেন প্রদেশ বিজেপির মুখপাত্র নবেন্দ্র ভট্টাচার্য।

তিনি আরো বলেন, অতীতে বামেরা ক্ষমতায় থাকতে জনগণের উপরে নিয়ন্ত্রণ কায়েম করে রাখতো। কিন্তু বর্তমানে তারা তা পারছে না। কারণ সাধারণ মানুষ তাদের এই কৌশল বুঝে গেছে। তাই তারা এখন আর এই নিয়ন্ত্রণ কায়েম করতে পারছে না। তিনি আরো বলেন, বিরোধীরা

জোর পূর্বক চাঁদ আদায়, গ্রেপ্তার ২

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২ অক্টোবর। রাজধানী আগরতলার উর্দি ট্রাভেলার পর এবার তেলিয়ামুড়ার তুইসিদ্দাহি-এর রবীন্দ্র সংঘের পূজা ঘিরে চাঁদাবাড়ির অভিযোগ উঠেছে। ওই ঘটনাকে কেন্দ্র করে দুইজনকে গ্রেফতার করেছে পুলিশ। ঘটনার বিবরণে জানা গিয়েছে, জাতীয় সড়কে বিভিন্ন যানবাহনের গতিরোধ করে রবীন্দ্র সংঘ ক্লাবের সদস্যরা সোমবার গভীর রাতে যখন চাঁদ তুলছিল তখন দীপক দেবনাথ **৬ এর পাতায় দেখুন**

কর্তব্যরত পুলিশের উপর আক্রমণ, গ্রেপ্তার অভিযুক্ত

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২ অক্টোবর। সাত সকালে ১০৮ বি জাতীয় সড়কে কর্তব্যরত পুলিশ অধিকারিককে আক্রমণে চেষ্টা করেছে এক যুবক। ওই ঘটনায় অভিযুক্ত যুবককে গ্রেফতার করে পুলিশ। আজ সকালে যান দুর্ঘটনার বিষয়টি মাথায় রেখে মহালয়া উপলক্ষে রাত প্রায় ৩ টা থেকে লেফুঙ্গা থানার ওসি সহসহদের নেতৃত্বে বিশাল পুলিশ ও টি এস আর বাহিনীর জওয়ানরা লেফুঙ্গা থানায় ১০৮ বি জাতীয় সড়কের ফটিকছড়ায় নাকা চেকিংয়ে বসে। এই সময় মোহনপুর দিক থেকে আসা এক বাইক চালক লেফুঙ্গা থানার সেকেন্ড অফিসার অধিকরণ দাসকে আক্রমণের চেষ্টা করে। কর্তব্যরত পুলিশ অধিকারিকের সঙ্গে দুর্ব্যবহার করে। পরে পুলিশ উদয় ভৌমিক নামে এই যুবককে গ্রেফতার করে নিয়ে যায় থানায়। এই বিষয়ে লেফুঙ্গা থানার ওসি সহসহদের দাস বলেন, রাত প্রায় ৩ টা থেকে **৬ এর পাতায় দেখুন**

নিম্নচাপ রাজ্যে বৃষ্টির সম্ভাবনা

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২ অক্টোবর। দক্ষিণ-পূর্ব বাংলাদেশ এবং সমুদ্রপৃষ্ঠের গড় উচ্চতা ৫.৮ কিলোমিটার পর্যন্ত বিস্তৃত উচ্চ বায়ু সঞ্চালন অব্যাহত রয়েছে। দক্ষিণ-পূর্ব বাংলাদেশ ও পার্শ্ববর্তী অঞ্চলে ঘূর্ণিঝড় সঞ্চালনের প্রভাবে আগামী ৪ অক্টোবরের দিকে উত্তর বঙ্গোপসাগর ও পার্শ্ববর্তী এলাকায় একটি নিম্নচাপ সৃষ্টি হতে পারে। যার ফলে ত্রিপুরার বিভিন্ন জেলায় ভারী **৬ এর পাতায় দেখুন**

চালকদের উদ্দেশ্যে পরিবহনমন্ত্রী ভালো ব্যবহারে রাজ্যের সুনাম বাড়ে



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২ অক্টোবর। দেশ-বিদেশের বিমানযাত্রীরা যদি সঠিক সন্মান, ভালোবাসা ও পরিবেশা পান তবে রাজ্যের সন্মান বাড়বে। বিমানবন্দরের পরিবেশ পরিষ্কার সাথে যুক্ত যানবাহন চালকদের অনুষ্ঠানেরও উদ্বোধন করেন। অনুষ্ঠানে পরিবহন দপ্তরের পক্ষ থেকে ৩১ জন প্রিপেইড অটো চালক ও ৫৫ জন প্রিপেইড ট্যাক্সি চালকদের মধ্যে নতুন ইউনিফর্ম দেওয়া হয়। প্রিপেইড অটো-ট্যাক্সি চালকদের উদ্বোধন করে পরিবহনমন্ত্রী

প্রদেশ প্রিপেইড অটো ও ট্যাক্সি কাউন্সিলারের উদ্বোধন করে পরিবহনমন্ত্রী বলেন, দেশ-বিদেশের বিমানযাত্রীরা যদি সঠিক সন্মান, ভালোবাসা ও পরিবেশা পান তবে রাজ্যের সন্মান বাড়বে। বিমানবন্দরের পরিবেশ পরিষ্কার সাথে যুক্ত যানবাহন চালকদের অনুষ্ঠানেরও উদ্বোধন করেন। অনুষ্ঠানে পরিবহন দপ্তরের পক্ষ থেকে ৩১ জন প্রিপেইড অটো চালক ও ৫৫ জন প্রিপেইড ট্যাক্সি চালকদের মধ্যে নতুন ইউনিফর্ম দেওয়া হয়। প্রিপেইড অটো-ট্যাক্সি চালকদের উদ্বোধন করে পরিবহনমন্ত্রী

দেবীপক্ষের সূচনায় ধ্বনিত হল আগমনীর বার্তা

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ২ অক্টোবর। আজ মহালয়া। পিতৃপক্ষের অবসানের মধ্য দিয়ে দেবীপক্ষের সূচনা হয়েছে। যাতে ঘরে ধনিত হচ্ছে দেবীর আগমনী বার্তা। এদিন পূর্বপুরুষদের শান্তি কামনায় তর্পণের রীতি রয়েছে। সেই অনুযায়ী ভোরের আলো ফুটতেই মানুষ কাতারে কাতারে নদী কিংবা দীঘির ঘাটে পিতৃপুরুষের তর্পণের জন্য হাজির হয়েছেন। এই চিত্র প্রতিবছরের মতো এবং ও দেখা গেছে। তেমনি উৎসবে মাতোয়ারা উৎসাহী মানুষের চলও মহালয়ার ভোরে রাজপথে আছড়ে পড়েছে। সারারাজোই উৎসবের ঢাক কাটি পড়ে গেছে।

এদিন আগরতলার লক্ষ্মীনারায়ণ বাজী দীঘি সহ শহরের বিভিন্ন সানে জলাশয়ে পিতৃপক্ষের জন্য প্রচুর লোক সমাগম হয়েছে। পিতৃপক্ষের অবসানে দেবী পক্ষের সূচনা হয় অমবস্যা ছাড়ার পরই। এই পিতৃপক্ষের শেষ লগ্নে পিতৃপুরুষদের উদ্দেশ্যে তিল জল দানের জন্য সকাল থেকেই রাজধানীর লক্ষ্মীনারায়ণ বাজী সহ বিভিন্ন পুকুরের দেখা গেল শত শত লোকের ভীড়। মহালয়া নয় যেন মায়ের পদধ্বনি। প্রতিটি বঙ্গালীর হৃদয় ঝুঁয়ে যায় পূজার হাওয়ায়। এক পুরোহিত বলেন, বিগত প্রতিপদ থেকে শুরু করে মহালয়া পর্যন্ত এই ১৫ দিন পিতৃপক্ষ একে একে গুণে বলা হয়। এই সময় পিতৃপুরুষের উদ্দেশ্যে জল তিল উৎসর্গ করে তর্পন করা হয়। অমাবস্যা শেষ হতেই শুরু দেবী পক্ষের। প্রকৃত পক্ষে এদিন থেকেই পড়ে গেল পূজার ঢাক কাঠি। রাজ্য বাসীও মেতে উঠল তাদের সর্বশ্রেষ্ঠ উৎসবে। যারার পিতৃ হারিয়েছেন তাঁরা বছরে একদিন এই মহালয়ার পূর্ণ লগ্নে পিতৃপক্ষের উদ্দেশ্যে তিল দান করবেন। তাছাড়া মাতৃ পক্ষের গুরু মহালয়ার পূর্ণা তিথিতে আগরতলা পৌর নিগম ৩ নং ওয়ার্ডের উদ্যোগে এক বর্ষাটব বইক রেলির আয়োজন করা হয়েছে। এদিনের বইক রেলিতে উপস্থিত ছিলেন যুব ও ক্রীড়া বিষয়ক দপ্তরের মন্ত্রী টিকু রায়, ৩ নং ওয়ার্ডের কর্পোরেশনের জগদীশ দাশ সহ অন্যান্যরা। এদিন মহালয়ার সকালে আগরতলা শহরে বিভিন্ন জায়গায় উৎসাহী মানুষের চল। দেবীর **৬ এর পাতায় দেখুন**

উত্তর পূর্ব সীমান্ত রেলওয়ের স্বচ্ছতা অভিযান ২০২৪-এর সমাপ্তি



মালিগাঁও, ০২ অক্টোবর, ২০২৪: পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা এবং পরিবেশ রক্ষার প্রয়োজনীয়তার উপর গুরুত্ব আরোপের বার্তা সমাজে ছড়িয়ে দিয়ে উত্তর পূর্ব সীমান্ত রেলওয়ে (এনএফআর) জুড়ে আয়োজিত পাবলিক ব্যাপী স্বচ্ছতা হি সেবা অভিযান, ২০২৪-এর সমাপ্তি ঘটল। এই অভিযানটি ১৬ সেপ্টেম্বর থেকে শুরু হয়ে ০২ অক্টোবর স্বচ্ছ ভারত মিশনের ১০ম বর্ষপূর্তি এবং জাতির পিতার প্রতি শ্রদ্ধাঞ্জলি জানাতে গান্ধী জয়ন্তীতে অর্থাৎ ভারত দিবসে সমাপ্তি ঘটে। মালিগাঁওস্থিত উত্তর পূর্ব সীমান্ত রেলওয়ের মুখ্য

কার্যালয়ে ২ অক্টোবর স্বচ্ছতা অভিযানের সমাপ্তি কর্মসূচির সময় সমস্ত আধিকারিক ও কর্মী উপস্থিত ছিলেন এবং গণ পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা অভিযানে অংশগ্রহণ করেন। মালিগাঁও অঞ্চলে বিস্তৃতভাবে পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা অভিযান চালানো হয় এবং মহাশ্বে গান্ধীর প্রতিভূত্বিত্তে পুষ্পার্ঘ্য প্রদানের মাধ্যমে এই কর্মসূচির সমাপ্তি ঘটে। পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা অভিযানের সময় জিএম/এনএফআর শ্রী চেতন কুমার শ্রীবাস্তব এবং জিএম/এনএফআর (কন) শ্রী

স্টেশন, ট্রেন, রেলওয়ে কালোনি এবং চারপাশের এলাকায় ব্যাপক পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা অভিযান, যেখানে বিশেষভাবে ব্যবহৃত গুরুত্বপূর্ণ স্থানগুলির উপর বিশেষ গুরুত্ব আরোপ করা হয়েছে। এর পাশাপাশি এই অভিযানের মাধ্যমে স্টেশন চত্বরের মধ্যে রেলওয়ে প্র্যাটফর্ম, ট্র্যাক, শৌচালয়, নালী-নর্দনার ব্যবস্থার পাশাপাশি পে অ্যান্ড ইয়ুজ টয়লেট, গ্রেটিং রক্ষণ ও অন্যান্য রেলওয়ে সুবিধাগুলির পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখার উপর গুরুত্ব দেওয়া হয়েছে, যা উত্তর পূর্ব সীমান্ত রেলওয়ের একটি নিয়মিত ব্যবস্থা। এছাড়াও উত্তর পূর্ব সীমান্ত রেলওয়ে বর্জ্য সামগ্রী সংগ্রহ ও প্রক্রিয়াকরণের জন্য আরআরআর সেন্টার স্থাপন করে বর্জ্য সামগ্রীর দায়িত্বশীল নিষ্কাশন ও পুনর্ব্যবহার প্রচারের ধারা রিডিউস, রিইয়ুজ, রিসাইকেল (আরআরআর) উদ্যোগে সক্রিয়ভাবে সমর্থন জানিয়ে আসছে। পুনর্ব্যবহারত এক ব্যাপক কর্মসূচি সম্পূর্ণ করেছি। অনুষ্ঠানের প্রথম দিন মুখ্য কার্যালয়ে স্বচ্ছতার শপথ বাক্য পাঠের মাধ্যমে শুরু হওয়া কার্যালয়ের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে তার অধিক্ষেত্রের সমস্ত কার্যালয় ও প্রাতিষ্ঠানিক ভবন, রেলওয়ে

রাধিকাপুর ও আনন্দ বিহার টার্মিনালের মধ্যে নতুন সাপ্তাহিক এক্সপ্রেস ট্রেন পরিষেবার সূচনা করলেন রেলমন্ত্রী



মালিগাঁও, ০২ অক্টোবর, ২০২৪: আজ অর্থাৎ ০২ অক্টোবর, ২০২৪ তারিখে রেলওয়ে, তথ্য ও সম্প্রচার এবং বৈদ্যুতিন ও তথ্য প্রযুক্তি মন্ত্রী শ্রী অশ্বিনী বৈষ্ণব শিয়ালদহ থেকে ভাড়া যালি রাধিকাপুর ও আনন্দ বিহার টার্মিনালের মধ্যে একটি নতুন ট্রেন পরিষেবার সূচনা করেন। উদ্বোধনী কর্মসূচিতে শিক্ষা ও উত্তর-পূর্ব অঞ্চল উন্নয়ন বিভাগের মাননীয় রাজ্যমন্ত্রী শ্রী শান্ত মজুমদার, বন্দর, নৌ পরিবহন ও জলপথ বিভাগের মাননীয় রাজ্যমন্ত্রী শ্রী শান্তনু ঠাকুর, মাননীয় সাংসদবৃন্দ এবং অন্যান্য গণ্যমান্য ব্যক্তিবর্গ উপস্থিত ছিলেন। উদ্বোধনী ট্রেন নং. ০৪০১১ (রাধিকাপুর-আনন্দ বিহার টার্মিনাল) রাধিকাপুর থেকে প্রত্যেক রবিবার ২৩.৪৫ ঘটায় রওনা দিয়ে পরের দিন ১৩.৩৫ ঘটায় তার যাত্রা শুরু করে। বিভিন্ন এনরক্ট স্টেশনে সংশ্লিষ্ট

বিধায়ক ও স্থানীয় জনগণ এই নতুন ট্রেন পরিষেবাকে স্বাগত জানান এবং নতুন দিনের সাথে সংশ্লিষ্ট অঞ্চলগুলির রেলওয়ে যোগাযোগ আরও মজবুত করতে এই নতুন উদ্যোগ গ্রহণ করার জন্য ভারতীয় রেলওয়েকে ধন্যবাদ জ্ঞাপন করেন। এর নিয়মিত পরিষেবার সময় ট্রেন নং. ১৪০১১ (রাধিকাপুর-আনন্দ বিহার টার্মিনাল) সাপ্তাহিক এক্সপ্রেস রাধিকাপুর থেকে প্রত্যেক মঙ্গলবার ১০.৩০ ঘটায় রওনা দিয়ে পরের দিন ১৮.৫০ ঘটায় আনন্দ বিহার টার্মিনাল পৌঁছাবে। ফেরত যাত্রার সময়, ট্রেন নং. ১৪০১২ (আনন্দ বিহার টার্মিনাল-রাধিকাপুর) সাপ্তাহিক এক্সপ্রেস আনন্দ বিহার টার্মিনাল থেকে প্রত্যেক রবিবার ২৩.৪৫ ঘটায় রওনা দিয়ে পরের দিন ০৭.০০ ঘটায় রাধিকাপুর পৌঁছাবে।

এই ট্রেনটি উভয় পথে যাত্রার সময় কালিয়াগঞ্জ, রায়গঞ্জ, বারসৌই জং, কাটিহার জং, বারানসী জং, সমস্তপুর জং, বাপুধাম মতিহারী, গোরখপুর জং, গোড়া জং, মোরাদাবাদ জং ও গাজিয়াবাদ জং হয়ে চলাচল করবে। ট্রেনটিতে যাত্রীদের আসনের জন্য একটি এসি প্রথম শ্রেণি, ছয়টি এসি ও-টিয়ার, দুটি এসি ২-টিয়ার, আটটি শয়ন শ্রেণি এবং তিনটি নন এসি দ্বিতীয় শ্রেণির কামরা থাকবে। এই ট্রেনটির সূচনার ফলে রাধিকাপুর ও সংলগ্ন অঞ্চলগুলির যাত্রীদের দীর্ঘদিনের দাবি পূরণ হবে এবং সুগম ভ্রমণের জন্য তাঁদের সুবিধা প্রদানের পাশাপাশি সংশ্লিষ্ট অঞ্চলের অর্থনৈতিক কার্যকলাপ বৃদ্ধিতে সহায়ক হবে। পশ্চিমবঙ্গ ও বিহারের বৃহৎ অংশের জনগণ উপকৃত হবেন।

কৃষি ভবনে 'স্বচ্ছতা হি সেবা- ২০২৪' কর্মসূচীর অধীনে সাফাই মিত্রদের শিশুদের পুরস্কার বিতরণী অনুষ্ঠান এবং তাদের সংবর্ধনা জ্ঞাপন

নয়াদিল্লী, ২ অক্টোবর ২০২৪: কৃষি ও কৃষক কল্যাণ বিভাগ ১৭ ই সেপ্টেম্বর থেকে ২ রা অক্টোবর পর্যন্ত স্বচ্ছতা হি সেবা, ২০২৪ প্রচারাভিযান "স্বভাব স্বচ্ছতা - সংস্কার স্বচ্ছতা" থিমের সাথে মাঝে মাঝে গোটো দেশে বিস্তৃত তার সমস্ত অধীনস্থ/সংযুক্ত/স্বায়ত্তশাসিত সংস্থাপনিত পালিত হচ্ছে এবং তাতে সকলেই উৎসাহের সাথে অংশগ্রহণ করছে।

সাফাই মিত্ররা পরিবেশ ভারসাম্যে একটি অবিচ্ছেদ্য অংশ এবং এর জগণকে কাজ করার জন্য একটি স্বাস্থ্যকর ও পরিচ্ছন্ন পরিবেশ প্রদান করে। বিভাগের বৃহত্তর সচ্ছতার ক্ষেত্রে তাদের গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা বিবেচনা করে, কৃষি ও কৃষক কল্যাণ বিভাগ তাদের জন্য একটি সংবর্ধনা অনুষ্ঠানের আয়োজন করে। ১ লা অক্টোবর, ২০২৪ - এ আয়োজিত এই অনুষ্ঠানটিতে ১৫০ জনের বেশি সাফাই মিত্রকে সংবর্ধিত করা

হয়ে। এদিকে, ২১ শে সেপ্টেম্বর, ২০২৪-এ কৃষি ভবনে সাফাই মিত্রদের শিশুদের জন্য অনুষ্ঠিত অঙ্কন প্রতিযোগিতার বিজয়ীদের জন্য একটি পুরস্কার বিতরণী অনুষ্ঠানেরও আয়োজন করা হয়েছিল। অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন কৃষি ও কৃষক কল্যাণ বিভাগের সচিব ডঃ দেবেন্দ্র চট্টোপাধ্যায় এবং অনুষ্ঠানটিতে ১৫০ জনের বেশি সাফাই মিত্রকে সংবর্ধিত করা

পিতৃপক্ষের অবসানে দেবীপক্ষের সূচনা; মহালয়ায় চক্ষুদান মাতৃ প্রতিমার, গঙ্গার ঘাটে তর্পণ

কলকাতা, ২ অক্টোবর (হি.স.): পিতৃপক্ষের অবসানে সূচনা হয়ে গেল দেবীপক্ষের। বৃহস্পতি মহালয়ার ভোরে কলকাতা-সহ রাজ্যের বিভিন্ন জেলায় গঙ্গার ঘাটে চলল তর্পণ। হাতে আর মাত্র কিছু দিন বাকি, পূজার আনন্দ আবেশ মেতে উঠেছেন

আনেকেই কুমোরটুলি হোক অথবা অন্য কোনও পড়িয়া পাড়া প্রায় সব জায়গাতেই চূড়ান্ত ব্যস্ততা ছোট থেকে বড় নানা প্রতিমার বাহার সহ সেজে উঠেছে কুমোরটুলিও। সব কিছুই যেন জানান দিচ্ছে মা এসে গিয়েছেন। পাড়ায় পাড়ায় অনেক আগে থেকেই শুরু হয়ে গেছে

প্যাণ্ডেল বাঁধার কাজ। এখন তা শেষের দিকে। প্রচলিত প্রথা অনুযায়ী, মহালয়ার দিনেই আঁকা হয় মায়ের চোখ। অর্থাৎ চক্ষুদান করা হয় মাতৃ প্রতিমার। সেই চক্ষুদানের মাধ্যমেই কুমোরটুলিতে শুরু হয়েছে শেষ মুহুর্তের প্রজ্জ্বল। কোমর বেঁধে নেমে পড়ছেন শিল্পীরা।

গান্ধীজির জীবনাদর্শ দেশবাসীর জন্য সর্বদা অনুপ্রেরণা হয়ে থাকবে : প্রধানমন্ত্রী

নয়াদিল্লী, ২ অক্টোবর (হি.স.): জাতির জনক মহাত্মা গান্ধীকে স্মরণ করে স্মরণ করলেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। গান্ধীজির জীবনাদর্শ দেশবাসীর জন্য সর্বদা অনুপ্রেরণা হয়ে থাকবে বলেও মন্তব্য করেছেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। বৃহস্পতি সকালে নিজের এক হ্যান্ডলে প্রধানমন্ত্রী মোদী লিখেছেন, সন্ন্যাসী দেশবাসীর পক্ষ থেকে পূজা বাপুকে তাঁর জন্মবার্ষিকীতে প্রণাম। সত্য, সন্তীতি ও সাম্য ভিত্তিক বাপু

জীবন ও আদর্শ দেশবাসীর জন্য সর্বদা অনুপ্রেরণা হয়ে থাকবে। "এক-এ শ্রদ্ধা জানানোর পর দিল্লিতে রাজস্ব মন্ত্রী মহাত্মা গান্ধীর সমাধিস্থলে গিয়ে তাঁকে শ্রদ্ধা জানান প্রধানমন্ত্রী মোদী।

প্রধানমন্ত্রী ছাড়াও রাষ্ট্রপতি দ্রৌপদী মুর্মু, উপ-রাষ্ট্রপতি জগদীপ ধনখড়, লোকসভার নিরীক্সী দলনেতা রাহুল গান্ধী, কেন্দ্রীয় মন্ত্রীরাও গান্ধীজিকে শ্রদ্ধা নিবেদন করেছেন।

NOTIFICATION FOR COMMON MERIT LIST OF CANDIDATES APPEARED IN LAW ENTRANCE EXAMINATION, 2024 HELD ON 10.09.2024
The Common Merit List of the candidates who appeared in Law Entrance Examination, 2024 which was held on 10.09.2024 has been prepared according to Rule 17 of the Law Entrance Examination Regulation, 2015 for publication considering the relevant papers and documents maintained in the office of the Law Entrance Examination Board.
The Roll Numbers mentioned in the "Common Merit List are in order of merit and will be considered for admission into the 1st semester Syeear B.A.L.L.B (Hons.) Course of Tripura Govt. Law College, Agartala keeping in view of the relevant provisions laid down in the Law Entrance Examination Regulations and Government norms.
Please visit the portal <https://leeb.tripura.gov.in> for the Common Merit List.
N.B.: Counseling in for admission in 1st semester 5 year B.A.L.L.B.(Hons.) course of Tripura Govt.Law College, Agartala shall be held on 5th October, 2024 (Saturday) and its notification shall be made separately.
ICA/D-1030/24
Chairman
Law Entrance Examination Board, 2024

ইয়াং বয়েজকে হারিয়ে চ্যাম্পিয়নস লিগে বাসার "প্রথম" জয়

বার্সেলোনা, ২ অক্টোবর (হি.স.): ইয়াং বয়েজের বিপক্ষে গোল উৎসব করে চ্যাম্পিয়নস লীগে প্রথম জয় পেলে স্প্যানিশ জায়ান্টা মেলন্দার (১ অক্টোবর) রাতে চ্যাম্পিয়নস লিগের ম্যাচে ইয়াং বয়েজকে ৫-০ গোলে হারিয়ে বার্সেলোনা। জোড়া গোল করেছেন রবার্ট লেভানডোভস্কি। একটি করে গোল করেছেন রাকিউয়া ও ইনিগো মার্টিনেজ। অন্য গোলটি আন্দ্রুয়াস্তী। সব প্রতিযোগিতা মিলিয়ে সবশেষ চার ম্যাচের দুটিতে হেরেছিল বার্সেলোনা। ম্যাচে প্রায় ৭৪ শতাংশ সময় বল দখলে রেখে গোলের জন্য ১২টি শট নেয় বার্সেলোনা, এর সাতটি ছিল লক্ষ্যে। বয়েজ কেবল নিজেই দুটি শট, এর একটিও ছিল না লক্ষ্যে।

মহারাজের পুণে-তে ভেঙে পড়লো হেলিকপ্টার, দু'জনের মৃত্যুর আশঙ্কা

পুণে, ২ অক্টোবর (হি.স.): মহারাজের পুণে-তে ভেঙে পড়লো একটি হেলিকপ্টার। বৃহস্পতি সকালে পুণে জেলায় বাহাদুরের কাছে হেলিকপ্টারটি ভেঙে পড়ে। এই হেলিকপ্টার দু'ঘণ্টায় দু'জনের মৃত্যুর আশঙ্কা করা হচ্ছে। মারিটে আছড়ে পড়ার পরই হেলিকপ্টারের আগুন ধরে যায়। খবর পাওয়া মাত্রই ঘটনাস্থলে পৌঁছয় দমকল ও অ্যাম্বুলেন্স। প্রাথমিকভাবে জানা যাচ্ছে হেলিকপ্টারে থাকা দু'জনেরই মৃত্যু হয়েছে।

স্বচ্ছতা অভিযানের ১০ বছর, স্কুল পড়ুয়াদের সঙ্গে পরিচ্ছন্নতা কর্মসূচি প্রধানমন্ত্রীর

নয়াদিল্লী, ২ অক্টোবর (হি.স.): দেখতে দেখতে ১০ বছর হয়ে গেল প্রধানমন্ত্রীর নরেন্দ্র মোদীর স্বপ্নের স্বচ্ছ ভারত অভিযানের। বৃহস্পতি মহাত্মা গান্ধীর জন্মবার্ষিকীতে দিল্লির একটি স্কুলে স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নিলেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। স্কুলের ছাত্র-ছাত্রীদের সঙ্গে স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নেন প্রধানমন্ত্রী। ঝাড়া হাতে নিয়ে নিজের হাতেই সাফাই অভিযানে

ভারতকে অপুষ্টিমুক্ত করা — লগান এর দৃষ্টিভঙ্গি গ্রহণ

লিখেছেন সতীশ বি অগ্নিহোত্রী এমেরিটাস ফেলো সি-তারার আইআইটি বোম্বে, পোওয়াই মুম্বাই ৪০০০৭৬ "লগান"-এর সিনেমাটি ছিল যুগান্তকারী। ঐক্য, একাত্মতা এবং সঠিক দক্ষতা বা প্রশিক্ষণের মাধ্যমে কীভাবে আন্তর্জাতিক সমস্ত প্রতিকূলতার বিরুদ্ধে বিজয়ী হয়ে উঠতে পারে তা করে দেখিয়েছে। স্বাধীনতা-পূর্ব যুগের গল্পের জন্য ওয়ানডে ক্রিকেটের আখ্যান ব্যবহার করে যোগাযোগের হাতিয়ার হিসাবেও এটি দৃষ্টান্তকারী হয়ে উঠেছিল। অপুষ্টিমুক্ত ভারতের পরিকল্পনা করতে আমরা এই আখ্যানটিকে ফলপ্রসূভাবে ব্যবহার করতে পারি।

শিশু অপুষ্টি দূর করা নির্দিষ্ট ওভারে লক্ষ্য তড়া করার মতো। এটি আদিবাসী মেয়েদের ক্ষেত্রে এই টার্গেট সবচেয়ে কঠিন, যা ছেলোদের ক্ষেত্রে তুলনায় কম, অ-আদিবাসী শিশুদের ক্ষেত্রে তো বটেই। আপনার সামর্থ্য রান এবং প্রয়োজনীয় রানের উপর নির্ভর করবে। বিনামূল্যে পুষ্টি-প্রকৃতির দেওয়া একটি সাধারণ সমস্যারও মুখোমুখি হতে হয়, আর তা হল অসুস্থতা। প্রতিটি শিবির একে অপরকে নিচু চোখে দেখে; একচেটিয়া বুকের দুধ খাওয়ানোর প্রবন্ধ বনাম পরিপূরক পুষ্টির প্রবন্ধ বনাম প্রারম্ভিক বুকের দুধ খাওয়ানোর প্রবন্ধ বা আইইউজিআর বা জন্মের ওজন। প্রত্যেক বিশেষজ্ঞের কাছেই দলের জয়ের চেয়ে তার হাফ সেঞ্চু রিট। বেশি গুরুত্বপূর্ণ। একজন বিচক্ষণ কোচকে অন্তর্দৃষ্টি কমাতে হবে, পার্টনারশিপকে উৎসাহিত করতে হবে এবং জয় নিশ্চিত করতে হবে।

ওপেনিং ব্যাটসম্যান হলেন অবশ্যই একজন অসুস্থতা মা। তিনি যদি কম বডি মাস ইনভেস, উচ্চতা বা বয়সের কারণে "বুকিপুর্ণ মা" হন তবে তিনি হাঁস এর জন্য বা মাত্র কয়েক রানের জন্য যাবেন। তাই প্রথম কাজ

মায়েদের সপ্তাহে কমপক্ষে একবার এক বা দুই ঘণ্টার জন্য অসুস্থতা ডি-ক্রেসে একত্রিত করা, যাতে "পাওয়ার প্লে" চলাকালীন সময়ে বিভিন্ন সতর্কতা অবলম্বন করার মাধ্যমে তাদের সংবেদনশীল করে তোলা যায়। এর মধ্যে হাত ধোয়া, নিরাপদ মলমূত্র নিষ্পত্তি, ওআরএস ব্যবহার, শিশু খাওয়ানোর অভ্যাস, বুদ্ধি পর্যবেক্ষণ এবং অন্যান্য অনেক ব্যবস্থা থাকতে পারে। উইকেট হারানো যথেষ্ট খারাপ, তবে মেডেন ওভার হজম করাও খারাপ। এটি পরবর্তী ওভারগুলিতে আঙ্কিং রান রেট তথা প্রয়োজনীয় রানের পরিমাণ বাড়িয়ে তোলে। সুতরাং, যদি প্রতি মাসে সন্তানের ওজন না বাড়ে, তবে চিন্তা করতে হবে, কারণ পরবর্তী মাসগুলিতে ওজন বৃদ্ধির বিষয়টি "মেক আপ" করতে হবে। তাই ধীর গতিতে হলেও প্রতি মাসে সন্তানের ওজন বাড়তে থাকার জরুরি প্রতিটি রান গুরুত্বপূর্ণ হয়ে ওঠে, বিশেষ করে যখন আউটফিল্ড মন্থর হয়। খোলা জায়গায় মলত্যাগের প্রবন্ধ অবশ্যই এটি খাওয়ানোর হার কম হলে, কিংবা কৃমিমুক্ত হওয়ার হার কম হলে কৃমিনাশক ব্যবস্থা গ্রহণ বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ। যদি প্রতি ছ'মাস অন্তর শিশুদের কৃমিমুক্ত করা না হয়, তাহলে আমরা আসলে "ইন্টিগ্রেটেড ওয়ার ডেভেলপমেন্ট স্কিম" বা আইডব্লিউডিএস নামে একটি কর্মসূচি চালাই। হকওয়ার্ম এবং গোলকৃমির মতো কৃমির পুষ্টির অবস্থার উন্নতি হলেও, শিশুর অবস্থার অবনতি ঘটে। খোলা জায়গায় শৌচকর্ম বর্জন করা, প্রতি ছ'মাস অন্তর সন্মূর্ণ টিকাকরণ এবং কৃমিনাশক ব্যবস্থা করার মত এই তিনটি প্রচেষ্টাকে একসঙ্গে এগিয়ে নিয়ে যেতে হবে। প্রায়শই এগুলি বিচ্ছিন্নভাবে না হলে একে অপরের থেকে স্বাধীনভাবে ঘটে। এই প্রচেষ্টাগুলিকে একত্রিত করলে,

হলো ঝুঁকিতে থাকা কিশোরী ও মায়েদের বডি মাস ইনভেস (বিএমআই) ডেটার ওপর নজর দেওয়া এবং সেই মত সংশোধনমূলক পদক্ষেপ গ্রহণ করা। কিন্তু ওপেনার শূন্য রানে আউট হয়েছেন বলেই কি হাল ছেড়ে দেওয়া যায়? গর্ভাবস্থায় ভাল ওজন বৃদ্ধি নিশ্চিত করে আমরা এখনও পরিস্থিতি উন্নতি করতে পারি। জন্মের সময় ও কেজির বেশি ওজনের একটি শিশু প্রায় অর্ধ শতক পার করার সমান। তবে তা যদি ২ কেজির নিচে থাকে তাহলেও তো কম স্কোর। তাই মায়ের ওজন বৃদ্ধি, প্রসবপূর্ব পূর্ণ যত্ন, টিটেনাস টিকায় উইনজেকশন; নেওয়া সবগুলোই গুরুত্বপূর্ণ। এএনসি এবং টিটি "ফি ফি"-এর মতো; আপনি কিছুই হারাবেন না এবং সবকিছু অর্জন করতে হবে! ভালো ওপেনিং পার্টনারশিপ থাকায় দলটির চাপ কম থাকলেও রক্ষণ কমানোর সামর্থ্য নেই। বুকের দুধ খাওয়ানোর প্রাথমিক দীক্ষা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। "কোলাস্টাম" এ যে প্রতিরক্ষামূলক প্রতিবন্ধকতা রয়েছে, তা নষ্ট করা উচিত নয়। শিশুর জন্মের এক ঘণ্টার মধ্যে শিশুকে অবশ্যই এটি খাওয়ানো হবে এবং তারপরে প্রথম দুই মাস একচেটিয়াভাবে বুকের দুধ খাওয়ানো হবে - এতে কোনও বিরাম নেই। এটি শিশুর জীবন এবং জ্ঞানীয় বৃদ্ধির জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। পরবর্তী ১২ মাস চলবে একটি "পাওয়ার প্লে" পিরিয়ড, যখন শিশুকে পরিপূরক খাবার দেওয়া হয়। এটি সাধারণত হয় যখন শিশুর বুদ্ধি ধীর, স্থবির বা হ্রাস পায়। পাওয়ার প্লে সময় অগ্রাধিকার হল উইকেট ধরে রাখা- ডায়রিয়া, ম্যালেরিয়া বা হামের টিকার জন্য দ্রুত "উইকেট হারানো" হতে পারে। এই পরিস্থিতি মোকাবিলায় করার সর্বোত্তম কৌশল হ'ল এই নার্সিং

মায়েদের সপ্তাহে কমপক্ষে একবার এক বা দুই ঘণ্টার জন্য অসুস্থতা ডি-ক্রেসে একত্রিত করা, যাতে "পাওয়ার প্লে" চলাকালীন সময়ে বিভিন্ন সতর্কতা অবলম্বন করার মাধ্যমে তাদের সংবেদনশীল করে তোলা যায়। এর মধ্যে হাত ধোয়া, নিরাপদ মলমূত্র নিষ্পত্তি, ওআরএস ব্যবহার, শিশু খাওয়ানোর অভ্যাস, বুদ্ধি পর্যবেক্ষণ এবং অন্যান্য অনেক ব্যবস্থা থাকতে পারে। উইকেট হারানো যথেষ্ট খারাপ, তবে মেডেন ওভার হজম করাও খারাপ। এটি পরবর্তী ওভারগুলিতে আঙ্কিং রান রেট তথা প্রয়োজনীয় রানের পরিমাণ বাড়িয়ে তোলে। সুতরাং, যদি প্রতি মাসে সন্তানের ওজন না বাড়ে, তবে চিন্তা করতে হবে, কারণ পরবর্তী মাসগুলিতে ওজন বৃদ্ধির বিষয়টি "মেক আপ" করতে হবে। তাই ধীর গতিতে হলেও প্রতি মাসে সন্তানের ওজন বাড়তে থাকার জরুরি প্রতিটি রান গুরুত্বপূর্ণ হয়ে ওঠে, বিশেষ করে যখন আউটফিল্ড মন্থর হয়। খোলা জায়গায় মলত্যাগের প্রবন্ধ অবশ্যই এটি খাওয়ানোর হার কম হলে, কিংবা কৃমিমুক্ত হওয়ার হার কম হলে কৃমিনাশক ব্যবস্থা গ্রহণ বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ। যদি প্রতি ছ'মাস অন্তর শিশুদের কৃমিমুক্ত করা না হয়, তাহলে আমরা আসলে "ইন্টিগ্রেটেড ওয়ার ডেভেলপমেন্ট স্কিম" বা আইডব্লিউডিএস নামে একটি কর্মসূচি চালাই। হকওয়ার্ম এবং গোলকৃমির মতো কৃমির পুষ্টির অবস্থার উন্নতি হলেও, শিশুর অবস্থার অবনতি ঘটে। খোলা জায়গায় শৌচকর্ম বর্জন করা, প্রতি ছ'মাস অন্তর সন্মূর্ণ টিকাকরণ এবং কৃমিনাশক ব্যবস্থা করার মত এই তিনটি প্রচেষ্টাকে একসঙ্গে এগিয়ে নিয়ে যেতে হবে। প্রায়শই এগুলি বিচ্ছিন্নভাবে না হলে একে অপরের থেকে স্বাধীনভাবে ঘটে। এই প্রচেষ্টাগুলিকে একত্রিত করলে,

হলো ঝুঁকিতে থাকা কিশোরী ও মায়েদের বডি মাস ইনভেস (বিএমআই) ডেটার ওপর নজর দেওয়া এবং সেই মত সংশোধনমূলক পদক্ষেপ গ্রহণ করা। কিন্তু ওপেনার শূন্য রানে আউট হয়েছেন বলেই কি হাল ছেড়ে দেওয়া যায়? গর্ভাবস্থায় ভাল ওজন বৃদ্ধি নিশ্চিত করে আমরা এখনও পরিস্থিতি উন্নতি করতে পারি। জন্মের সময় ও কেজির বেশি ওজনের একটি শিশু প্রায় অর্ধ শতক পার করার সমান। তবে তা যদি ২ কেজির নিচে থাকে তাহলেও তো কম স্কোর। তাই মায়ের ওজন বৃদ্ধি, প্রসবপূর্ব পূর্ণ যত্ন, টিটেনাস টিকায় উইনজেকশন; নেওয়া সবগুলোই গুরুত্বপূর্ণ। এএনসি এবং টিটি "ফি ফি"-এর মতো; আপনি কিছুই হারাবেন না এবং সবকিছু অর্জন করতে হবে! ভালো ওপেনিং পার্টনারশিপ থাকায় দলটির চাপ কম থাকলেও রক্ষণ কমানোর সামর্থ্য নেই। বুকের দুধ খাওয়ানোর প্রাথমিক দীক্ষা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। "কোলাস্টাম" এ যে প্রতিরক্ষামূলক প্রতিবন্ধকতা রয়েছে, তা নষ্ট করা উচিত নয়। শিশুর জন্মের এক ঘণ্টার মধ্যে শিশুকে অবশ্যই এটি খাওয়ানো হবে এবং তারপরে প্রথম দুই মাস একচেটিয়াভাবে বুকের দুধ খাওয়ানো হবে - এতে কোনও বিরাম নেই। এটি শিশুর জীবন এবং জ্ঞানীয় বৃদ্ধির জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। পরবর্তী ১২ মাস চলবে একটি "পাওয়ার প্লে" পিরিয়ড, যখন শিশুকে পরিপূরক খাবার দেওয়া হয়। এটি সাধারণত হয় যখন শিশুর বুদ্ধি ধীর, স্থবির বা হ্রাস পায়। পাওয়ার প্লে সময় অগ্রাধিকার হল উইকেট ধরে রাখা- ডায়রিয়া, ম্যালেরিয়া বা হামের টিকার জন্য দ্রুত "উইকেট হারানো" হতে পারে। এই পরিস্থিতি মোকাবিলায় করার সর্বোত্তম কৌশল হ'ল এই নার্সিং

হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

বর্ষায় বিস্কুট কিংবা পাউরটিতে তাড়াতাড়ি ছত্রাক ধরে যাচ্ছে?

রান্নায় টাটকা সজ্জি ব্যবহার করছেন। অল্প পরিমাণে খাবার তৈরি করছেন, যাতে তা দিনের দিন শেষ হয়ে যায়। তার পরেও যদি সামান্য পরিমাণে খাবার বেঁচে যায়, তা ভাল করে ফ্রিজে রাখছেন। তাও খাবার নষ্ট হয়ে যাচ্ছে। শুধু খাবার জিনিসে নয়, পরিষ্কার জামা-কাপড়ও তাদের আনাগোনা দেখা যায়। আসলে বর্ষাকালে বাতাসে আর্দ্রতা বেশি থাকে। এমন আবহাওয়া ছত্রাকদের বংশবিস্তারের জন্য আদর্শ। বর্ষার মরসুমে খাদ্যদ্রব্যকে ছত্রাকের হানা থেকে মুক্তি পেতে কয়েকটি জিনিস মাথায় রাখা জরুরি। ফল এবং সব্জি: বাজার থেকে কিনে আনা ফল, সব্জি না ধুয়ে ফ্রিজে তুলে রাখা যাবে না। কলের জলে সেগুলি ভাল করে ধুয়ে, শুকিয়ে



তার পর ফ্রিজে রাখতে হবে। শাকপাতা খোয়ার ক্ষেত্রে বাড়তি সতর্কতা নিতে হবে। প্রয়োজনে নুন-জলে ডিজিয়ে রেখে, তার পর ব্যবহার করুন। বায়ুরোধী পাত্র: চাল, ডাল, মশলা, এমনকি রান্না করা খাবার

সংক্রমণরূপে বায়ুরোধী পাত্রে রাখতে পারেন। বর্ষাকালে নুন এবং চিনি গলে জল হয়ে যাওয়ার প্রবণতা বেড়ে যায়। তাই অন্ধকার পাত্রে রাখতে পারলে ভাল। পাউরটিও এই সময় ফ্রিজে রেখে রাখা যায়। ফ্রিজ পরিষ্কার

রাখতে হবে: খাবার নষ্ট হওয়ার পিছনে ফ্রিজেরও যথেষ্ট ভূমিকা রয়েছে। কারণ বাজার থেকে কেনা জিনিস সরাসরি ফ্রিজে তুলে রাখেন অনেকেই। আর শেখান থেকেই ছত্রাকের হানার ঝুঁকি বাড়ে। এই সমস্যা এড়াতে সপ্তাহে অন্তত এক বার ফ্রিজ পরিষ্কার করা জরুরি। খাবার খুলে রাখা যাবে না: গরম খাবার ঠান্ডা করার জন্য টেবিলের উপর খুলে রেখে দেন? বর্ষাকালে বাতাসে এমন কিছু ভাইরাস বা ব্যাক্টেরিয়া ঘুরে বেড়ায়, যেগুলি চোখে দেখা যায় না। তাই কোনও ভাবেই খাবার খুলে রাখা যাবে না। চামচ যেন পরিষ্কার থাকে: ভিজ্জি চামচ নুন, চিনি কিংবা কৌটোতে ব্যবহার করবেন না। মশলার কৌটো যত শুকনো রাখবেন ততই ছত্রাকের হানা কমবে।

রান্নার চেয়েও খাবার গরম করা ও ছোটখাটো সুবিধার জন্য মাইক্রোওয়েভের কদর বাড়ছে

রান্না করা খাবার গরম হয়ে যায় দু'মিনিটে। চা খাওয়ার জন্য আর গ্যাস জ্বালিয়ে গরম জল করতে হয় না। কাপে জল দিয়ে মাইক্রোওয়েভে অভেন চালিয়ে দিলেই কাজ হয়ে যায়। রান্নার চেয়েও খাবার গরম করা ও ছোটখাটো সুবিধার জন্য মাইক্রোওয়েভের কদর বাড়ছে। কিন্তু খাবার গরম করতে গিয়ে ছোটখাটো নানা ভুলেই খাবার নষ্ট হতে পারে।

১. খাবার গরম করার সময় ঢাকা দেন না নিশ্চয়ই। এতে খাবার শুকনো হয়ে যেতে পারে। ২. সুবিধার জন্য অনেকেই একটি পাশাপাশি গরম করার সময় খাবার ছিটকে মাইক্রোওয়েভে অভেনের ভিতরটাও মোরো হতে পারে। তাই ঢাকা দিয়ে খাবার



গরম করলে সব সমস্যার সমাধান সম্ভব। ২. হাতের কাছে যা পাত্র পান, খাবার গরম করার জন্য সেটাই কি বসিয়ে দেন? সেই তালিকায় প্লাস্টিকের টিফিন বক্স, স্টিলের বাটি সবই থাকে কি? এতে মাইক্রোওয়েভে অভেন যেমন খারাপ হতে পারে, তেমনই ক্ষতিকর প্লাস্টিক গরম খাবারে মিশে যেতে পারে। মাইক্রোওয়েভে অভেনে খাবার গরম করার নির্দিষ্ট বাসন পাওয়া যায়। অভেনে রান্না করতে হলে মোটা কাচের বাসন দরকার হয়। প্লাস্টিকের যে সমস্ত পাত্র খাবার গরম করার উপযুক্ত, তা কিন্তু রান্না করার উপযোগী নয়।

৩. সুবিধার জন্য অনেকেই একটি খালায় বিভিন্ন খাবার রেখে মাইক্রোওয়েভে অভেনে ২ মিনিট গরম করে নেন। কিন্তু ওই সময়ে তরকারি গরম হলেও, রুটি কিন্তু গরম হয় না।

বাড়িতে ধৌকলা বানাতে দোকানের মতো নরম হয় না

ধৌকলা খেতে ভালবাসেন। বাড়িতেই তৈরি করার চেষ্টা করেছিলেন। কিন্তু দোকানের মতো হল না? আসলে যে কোনও পদই তৈরির সময় প্রতিটি ধাপ ঠিক মতো অনুসরণ করতে হয়। উপকরণ থেকে পরিমাণে সামান্য গোলমাল হলেই, স্বাদে তফাত হতে পারে।



১. ধৌকলার অন্যতম উপাদান হল বেসন। এটি ফোলানোর জন্য প্রয়োজন হল বেকিং সোডা। উপকরণগুলি যেন পুরনো না হয়, দেখা প্রয়োজন। যে কোন পদ তৈরিতে উপকরণের গুণমানের উপর স্বাদ নির্ভর করে।

২. খামনি ধৌকলা বানানোর জন্য বেসন, হলুদ গুঁড়ো, নুন, চিনি ও বেকিং সোডার প্রয়োজন হয়। প্রতিটি উপাদানের পরিমাণ ঠিক থাকা প্রয়োজন। ধৌকলা নরম হবে মিশ্রণটি কতটা ভাল ভাবে

শেষ ধাপে যোগ করতে হবে। এই উপাদানটি দেওয়ার কিছু ক্ষণের মধ্যে ধৌকলা তৈরি করে নিতে হবে। এই সময়ের উপর নির্ভর করবে ধৌকলা কতটা ফুলেছে। ৪. গ্যাসে জল ফুটতে দিয়ে তার উপর একটি পাত্রে মিশ্রণটি ঢেলে দিতে হয়। উপর থেকে ঢাকা দিয়ে দিলে বাষ্পেই ধৌকলা তৈরি হয়ে যায়। এই সময় গ্যাসের আঁচ খুব জোরে বা খুব কমিয়ে রাখলে হবে না। মাঝারি আঁচে ধৌকলা ভাল হবে। ৫. ধৌকলা তৈরির পর একটু ঠান্ডা হতে দিন। তার পর সেটা কাটুন। না হলে ধৌকলা ভেঙে যেতে পারে।

ভাত বারুটি কখন, কী ভাবে খেলে তবেই কমবে ওজন?

ওজন কমানোর অন্যতম অস্ত্র হল ডায়েট। আর রোগা হওয়ার ডায়েট মানেই অনেকে ভাত, রুটি খাওয়া একেবারে বন্ধ করে দেন। ডালিয়া, মিলেটের উপর তৈরি হয় অগাধ ভরসা। আবার অনেকে ভাত খাওয়া বন্ধ করলেও বিকল্প হিসাবে রুটি খান। তাতে শরীরে কার্বেহাইড্রেটের ঘাটতি খানিকটা মেটে। তবে কার্বেহাইড্রেট রুটিতে আছে আরও অনেক উপাদান। প্রোটিন, ফাইবার, মিনারেলস শরীরে প্রয়োজনীয় পুষ্টির ঘাটতি পূরণ করে। পুষ্টিবিদের মতে, ডায়েটে রুটি খেলে কোনও সমস্যা হওয়ার কথা নয়। তবে কার্বেহাইড্রেট যে হেতু আছে, তাই খাওয়ার পরিমাণে খানিকটা রাশ টানা জরুরি। কারণ সারা দিনে ২৫০

থাম কার্বেহাইড্রেটের বেশি শরীরে না যাওয়াই শ্রেয়। সে ক্ষেত্রে দিনভর রুটি খেয়ে থাকাও ঠিক হবে না। কখন খাবেন, কতগুলি খাওয়া যায়? পুষ্টিবিদের মতে, ওজন নিয়ন্ত্রণে রাখতে সব সময় সকালের দিকে রুটি খেয়ে নেওয়া ভাল। তা হলে রুটিতে থাকা কার্বেহাইড্রেট দ্রুত হজম হবে। বিকাল ৪টের পর কার্বেহাইড্রেট না খাওয়াই শ্রেয়। কতগুলি রুটি খাবেন, তা নিয়ে অবশ্য কোনও বাঁধাধরা নিয়ম নেই। তবে মাথায় রাখতে হবে, রুটি যত বেশি খাবেন শরীরে কার্বেহাইড্রেটও তত পরিমাণে প্রবেশ করবে। তাই সকালে রুটি খেলে দুটো থেকে তিনটে খেতে পারেন। তবে দুপুরের দিকে দুটোর বেশি না খেলেই ভাল।



তবে রুটি খেলেও ওজন বেড়ে যেতে পারে। গমের চেয়ে রাগি, জোয়ার, বাজরা দিয়ে তৈরি রুটি ওজন কমানোর জন্য বেশি উপকারী। কারণ এগুলির গ্লাইসেমিক

ইনডেক্স অনেক কম থাকে। ফলে শরীরে শর্করার মাত্রাও বৃদ্ধি পায় না। জোয়ার, বাজরা এমনিতেই বেশ পুষ্টিগরিষ্ঠ। ছিপিছিপে থাকতে সাহায্য করে এগুলি।

বৃষ্টিভেজা দিনে রাস্তায় বেরিয়ে ফোনে জল ঢুকেছে কোন ভুলগুলি করা চলবে না?

প্রবল বৃষ্টির মধ্যে রাস্তায় বেরোলে মোবাইল ফোনটি ভিজ্জি গেলেই সমস্যায় পড়তে হয়। এক বার এই অঘটন ঘটলে মাথায় হাত দিয়ে বসে পড়া ছাড়া বিশেষ কিছু করার থাকে না। অনেকে আবার নানা রকম উপায়ে ফোন থেকে জল বার করার চেষ্টা করেন। এতে সমস্যার সমাধানের বদলে উল্টে ক্ষতি আরও বেড়ে যায়। জেনে নিন, ফোনে জল ঢুকলে কোন ভুলগুলি একেবারেই করা যাবে না। ১) জলে ভেজা ফোনটি শুকানোর জন্য ভুলেও হেয়ার ড্রায়ার ব্যবহার করবেন না যেন। অতিরিক্ত গরমে ফোনের ভিতরের ব্যাটারি খারাপ হয়ে যেতে পারে। আর ড্রায়ার



ব্যবহার করলে জল না বেরিয়ে উল্টে ফোনের ভিতর আরও ঢুকে যাবে। অনেকে আবার ফোনে জল ঢুকলে ফোনের ভিতর ফুঁ দেন, এতেও কিন্তু জল ফোনের ভিতরে

চলে যায়, বেরোয় না। ২) ভেজা ফোনটি কখনও চার্জিংয়ের পয়েন্ট-এর সঙ্গে যুক্ত করবেন না। এতে তড়িৎস্রোত হওয়ার ঝুঁকি থাকে। হেডফোনের সঙ্গেও যুক্ত করবেন

না আপনার ভেজা ফোনটি। এ ক্ষেত্রেও তড়িৎস্রোত হওয়ার আশঙ্কা রয়েছে। ৩) জল ঝাড়ার জন্য ফোনটি এ দিক-ও দিক অপ্রয়োজনীয় ভাবে নাড়াবেন না। এতে ফোনের ভিতর জল ঢুকে যাওয়ার আশঙ্কা রয়েছে। ৪) চড়া রোদে ফোন ফেলে রাখবেন না, এতে ফোনের জল শুকালেও, তাপের কারণে ব্যাটারি খারাপ হয়ে যেতে পারে। ৫) অনেকেই ফোনে জল ঢুকলে সেটিকে চালের ড্রামে ঢুকিয়ে রাখেন। এই পছন্দ কিন্তু মোটেও কোনও কাজ হয় না, উল্টে চালের ভিতরে থাকা ধুলো, চালের গুঁড়ো ফোনের ভিতরে ঢুকে গিয়ে ফোনটি খারাপ হয়ে যেতে পারে।

পঞ্চাশেও কলেজবেলার মতো চনমনে থাকা সম্ভব

প্রকৃতির নিয়মে বয়সের চাকা সামনের দিকে এগোবে। বার্ষিক যত এগিয়ে আসবে, শরীর জুড়ে জীকিয়ে বসতে শুরু করে নানা ক্রমিক সমস্যা। কোলেস্টেরল, ডায়াবিটিস, থাইরয়েড, পেশির ক্ষয়, হাঁটুতে ব্যথা লেগেই থাকে। সেই সঙ্গে বয়স বাড়লে শরীরের নিজস্ব প্রতিরোধ শক্তিও দুর্বল হয়ে পড়ে। তবে বয়সকালে সুস্থ থাকতেও কম বয়সের প্রাতিহিক জীবনে কিছু নিয়ম মেনে চলা জরুরি। হালকা শরীরচর্চা, নিয়মিত হাঁটাচলার পাশাপাশি মানসিক উদ্বেগ থেকে মুক্ত থাকা প্রয়োজন। সঙ্গে খাওয়াদাওয়ায় একটা বিধিনিবেশ অবশ্যই মেনে চলা প্রয়োজন। তবে বয়সকালে সুস্থ থাকতে কী কী খাবেন, সেটা জানার চেয়েও

বেশি জরুরি কোনওটি খাবেন না। সুস্থ থাকতে জেনে রাখতে পারেন। ১) বয়স বাড়লে ঘি এবং মধু কখনও একসঙ্গে খাবেন না। এতে বদহজম, গ্যাসের সমস্যা মারাত্মক আকারে দেখা দিতে পারে। বিশেষ করে যারা গ্যাস-অম্বলের সমস্যায় ভোগেন, তাঁদের বাড়তি সাবধানতা মেনে চলতে হবে। ২) ঘোল, লাসি বা অন্যান্য দুগ্ধজাত খাবারের সঙ্গে কলা এড়িয়ে চলুন। দুধের সঙ্গে গলা খেলে এমনিতেই অম্বলের ঝুঁকি থাকে। তবে কম বয়সে হজমক্ষমতা বেশি থাকায় এই অনিয়ম শরীর মেনে নেয় মাঝেমাঝে। কিন্তু বার্ধক্যে এই ঝুঁকি না নেওয়াই শ্রেয়। ৩) ঠান্ডা ও গরম খাবার একসঙ্গে খাবেন না। চা, কফি



খাওয়ার পরের মুহূর্তে, শরবতের মতো ঠান্ডা পানীয় খাওয়া একেবারেই ঠিক নয়। তাতে হিতে বিপরীত হতে পারে। ৪) সকাল এবং দুপুরের খাবারের মধ্যে অন্তত ৬ ঘণ্টার ফারাক রাখুন। সময় মেনে না খেলে হজমের গোলমাল দেখা

দিতে পারে। তা ছাড়া খাবার হজম হওয়ারও সময় দিতে হবে। না হলেই মুশকিল। ৫) খাবার খাওয়ার সময় অল্প অল্প জল খান। এই অভ্যাস দ্রুত হজম করতে সাহায্য করবে। তবে খেতে খেতে বেশি পরিমাণে জল খেলে সমস্যা বাড়তে পারে।

মুখের ধুলো-ময়লা ভিতর থেকে পরিষ্কার করলেই ত্বক হবে ঝকঝকে

ঝকঝকে ত্বক পেতে, নিয়মিত ত্বকের যত্ন নেওয়া প্রয়োজন সকলেই জানেন। তারই প্রথম ধাপ ক্লিনজিং। সারা দিন কাজ সেরে বাড়ি ফিরে, কী ভাবে সেই কাজটি সারেন? কেউ বলবেন, ভিজ্জি ওয়াইপস দিয়ে মুখ পরিষ্কার করে নেন, কেউ বলবেন ফেসওয়াশ ব্যবহার করেন, কেউ আবার ক্লিনজিং মিস্ক। এ বার ভাবুন সকালের সানস্ক্রিন থেকে মেকআপ, তার উপর ঘাম, রাস্তার ধুলো-ময়লা ত্বকের উপর ঠিক কতটা পুরা হয়ে ওঠে। পরতে পরতে জমা ময়লা কি সামান্য ওয়াইপ বা ক্লিনজিং দিয়ে এক বার হালকা করে মুছে নিলে পুরোপুরি পরিষ্কার হয়? তার উপর চোখের কোণে, পাতায় রয়ে যায় কাজল, মাসকারার হেঁয়ালি। ফলে দিনের পর দিন তেল, ময়লা, নোংরা, মেকআপের অংশ বিশেষ জমতে জমতে ত্বকে ওজ্জ্বলা হারায়। ত্বকে জমে থাকা ধুলো-ময়লা খুব ভাল ভাবে পরিষ্কার করার জন্যই “ডিপ ক্লিন” জরুরি। কী উপকার এতে? ত্বকে জমা মৃত কোষ, ব্ল্যাক বা হোয়াইট হেড, ত্বকের উন্মুক্ত রক্ত জমে যাওয়া অতিরিক্ত তেল পরিষ্কারে সাহায্য করে।



বাড়িতে কী ভাবে ভিতর থেকে ত্বক পরিষ্কার করবেন? সপ্তাহে এক দিন বা মাসে অন্তত দু-তিন দিন ত্বক “ডিপ ক্লিন” করলে পুজোর আগে রূপ হবে নজরকাড়া। স্যালোতে যেতে না চাইলে বাড়িতেও কাজ হতে পারে। শুধু পরপর কয়েকটি ধাপ অনুসরণ করতে হবে। ধাপ ১: মুখে মেকআপ থাকলে প্রথমেই মেকআপ রিমুভার বা ভিজ্জি তুলো বা ওয়াইপস দিয়ে সে সব তুলে নিতে হবে। মেকআপ তোলার জন্য মাইসেলার ওয়াটার ব্যবহার করলে মেকআপ রিমুভার বা ভিজ্জি তুলো বা ওয়াইপস দিয়ে সে সব তুলে নিতে হবে। মেকআপ তোলার জন্য মাইসেলার ওয়াটার ব্যবহার করলে মেকআপ রিমুভার বা ভিজ্জি তুলো বা ওয়াইপস দিয়ে সে সব তুলে নিতে হবে। মেকআপ তোলার জন্য মাইসেলার ওয়াটার ব্যবহার করলে মেকআপ রিমুভার বা ভিজ্জি তুলো বা ওয়াইপস দিয়ে সে সব তুলে নিতে হবে।

নিতে হবে। একটি বড় তোয়ালে দিয়ে মাথা থেকে গামলা এমন ভাবে ঢেকে দিন আসে যাতে জলের বাষ্প সরাসরি মুখে পৌঁছয়। একেবারে গামলার কাছে মুখ আনা যাবে না। একটু উঁচু থেকে ভাপ নিলেই হবে। গামলার খুব কাছে মুখ আনলে বেশি গরমে ত্বকের ক্ষতি হতে পারে। মিনিট পাঁচেক ভাপ নিয়ে তোয়ালে দিয়ে মুখ মুছে নিলেই হবে। তবে চোখ বন্ধ রাখতে হবে। ৫-৬ ইঞ্চি দূর থেকে ভাপ নিতে হবে। এতে ব্ল্যাক ও হোয়াইট হেড আলগা হয়ে যাবে। সহজে উঠে যাবে। ধাপ ৫: ভাপ নেওয়ার পর ত্বকের ধরন অনুযায়ী ফেস প্যাক ব্যবহার করুন। তৈলাক্ত ত্বকের জন্য মুলতানি মাটির ফেসপ্যাক বেশ কার্যকর। আবার ত্বক টানটান করতে চাইলে ডিম ব্যবহার করতে পারেন। ত্বক যদি তৈলাক্ত হয়, তা হলে ডিমের সাদা অংশের সঙ্গে এক চা চামচ লেবুর রস মেশান, যদি ত্বক খুব শুষ্ক হয়, তা হলে লেবুর রসের বদলে এক চা চামচ মধু মেশান। এর পর ব্যবহার করতে হবে টোনার ও সবশেষে ময়েশ্চারাইজার। ত্বকের পরিচর্যা মাত্র ১৫-২০ মিনিট সময় দিলেই, মুখে ফিরবে লাগুন।



মহালয়া পূর্ণিমা উপলক্ষে আগরতলায় দুস্থদের মধ্যে খাদ্যসামগ্রী বিতরণ করা হয়। নিজস্ব ছবি।

একাধিক কর্মসূচিতে যোগ দিতে কলকাতায় অশ্বিনী বৈষ্ণব, স্বাগত জানালেন সুকান্ত মজুমদার

কলকাতা, ২ অক্টোবর (হি.স.) একগুচ্ছ সরকারি কর্মসূচি নিয়ে বুধবার কলকাতায় এসেছেন কেন্দ্রীয় তথ্য ও সম্প্রচার তথা রেলমন্ত্রী মন্ত্রী অশ্বিনী বৈষ্ণব। একাধিক অনুষ্ঠানে যোগদান করবেন তিনি। দাদমদ আন্তর্জাতিক বিমানবন্দরে নেমে প্রথমেই চলে যান তিনি হাইড

রোডে অবস্থিত ব্রেকিং স্টেশনের অফিস কাম কারখানায়। সেখানে স্বচ্ছতা অভিযানে অংশগ্রহণ করবেন। এরপর বেলেঘাটতে গান্ধী ভবন পরিদর্শনে। সেখানে মহাত্মা গান্ধীর প্রতি শ্রদ্ধাঞ্জলি অর্পণের আয়োজন করা হয়েছে। উল্লেখ্য, কেন্দ্রীয় রেলমন্ত্রী অশ্বিনী বৈষ্ণবের এরপর পূর্ব রেলের

শিয়ালদহ শাখায় রেলের এক অনুষ্ঠানে যোগদানের কর্মসূচি রয়েছে। পতাকা নেড়ে ট্রেন যাত্রার সূচনা করা হবে। পূর্ব রেলের মুখ্য জনসংযোগ আধিকারিকের দফতর থেকে তা সন্নিহিত জায়গায় দেওয়া হয়েছে। এদিকে, এই সফর উপলক্ষে নিরাপত্তা ব্যবস্থা

জোরদার করা হয়েছে। সরকারিভাবে প্রায় পৌনে পাঁচ ঘণ্টার ওই কর্মসূচি জানানো হয়েছে। এরপর দুপুরের বিমানবন্দর ফিরে যাবেন তিনি। এদিন বিমানবন্দরে তাকে স্বাগত জানান কেন্দ্রীয় প্রতিমন্ত্রী তথা বিজেপির রাজ্য সভাপতি ডঃ সুকান্ত মজুমদার।

প্রধানমন্ত্রীর উদ্যোগে গণ আন্দোলনে পরিণত হয়েছে স্বচ্ছতা অভিযান : জে পি নাড্ডা

নয়াদিল্লি, ২ অক্টোবর (হি.স.): জাতির জনক মহাত্মা গান্ধীর জন্মবার্ষিকীতে স্বচ্ছ ভারত অভিযানে অংশ নিলেন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী তথা বিজেপির সর্বভারতীয় সভাপতি জগৎ প্রকাশ নাড্ডা। বুধবার সকালে দিল্লিতে স্বচ্ছ ভারত অভিযানে অংশ নেন নাড্ডা, পরিচ্ছন্নতা কর্মসূচিতে যোগ দেন দিল্লি বিজেপির সভাপতি বীরেন্দ্র সচদেবা, বিজেপি সাংসদ বাণুরি স্বরাজ প্রমুখ। কেন্দ্রীয় স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রী জে পি নাড্ডা এদিন স্বচ্ছতার ওপর জোর দিয়ে বলেন, 'মহাত্মা গান্ধী পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতার আহ্বান জানিয়েছিলেন। পরিচ্ছন্নতার এই চেতনাকে আমাদের প্রধানমন্ত্রী একটি গণআন্দোলনে পরিণত করেছেন। সাধারণ নাগরিকদের মধ্যে পরিচ্ছন্নতা নিয়ে সচেতনতা তৈরি করা উচিত... প্রধানমন্ত্রী মৌদিত নেতৃত্বে গত কয়েক বছর ধরে এমনটাই চলাচ্ছে।'।

কলকাতা পৌঁছেছেন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী অশ্বিনী বৈষ্ণব, স্বাগত বিমানবন্দরে

কলকাতা, ২ অক্টোবর (হি.স.): কেন্দ্রীয় তথ্য ও সম্প্রচার এবং রেলমন্ত্রী অশ্বিনী বৈষ্ণব পৌঁছেছেন কলকাতায়। একাধিক অনুষ্ঠানে যোগদান করবেন। বুধবার সকালে দাদমদ আন্তর্জাতিক বিমানবন্দরে তাকে স্বাগত জানান কেন্দ্রীয় প্রতিমন্ত্রী ও বিজেপির রাজ্য সভাপতি ড. সুকান্ত মজুমদার। অর্থাৎ জানানোর পর উভয়ের মধ্যে এরপর কুশল বিনিময় হয়।

গঙ্গাসাগরে তর্পণ করতে যাওয়ার পথে দুর্ঘটনা, জখম কমপক্ষে ১০ জন

গঙ্গাসাগর, ২ অক্টোবর (হি.স.): মহালয়ার সকালে দক্ষিণ ২৪ পরগনার গঙ্গাসাগরে তর্পণ করতে যাওয়ার পথে দুর্ঘটনার কবলে পড়লো যাত্রীবাহী গাড়ি। দুর্ঘটনায় জখম হয়েছেন কমপক্ষে ১০ জন। তাঁদের কাকতালিক মরুম

হাসপাতালে নিয়ে যাওয়া হয়েছে। আহতদের মধ্যে সাত জনের অবস্থা গুরুতর। বুধবার সকাল সাড়ে আটটা নাগাদ ঘটনাস্থলে গাড়ি দুর্ঘটনার কামারহাট এলাকায় ১১৭ নম্বর জাতীয় সড়কে। আহতরা বারইপুরের থানার অন্তর্গত

চাঁপাঘাটের বাসিন্দা। পুলিশ জানিয়েছে, বুধবার সকালে কাকতালিক মরুমের কামারহাট এলাকায় ১১৭ নম্বর জাতীয় সড়কে একটি গাড়ি দুর্ঘটনার কবলে পড়লে ১০ জন আহত হন। তাঁরা গঙ্গাসাগর যাচ্ছিলেন।

স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নিলেন মনসুখ মান্ডভিয়া, পরিচ্ছন্নতার ওপর দিলেন বিশেষ জোর

পোরবন্দর, ২ অক্টোবর (হি.স.): গুজরাটের পোরবন্দরে স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নিলেন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী মনসুখ মান্ডভিয়া। গান্ধী জয়ন্তী উপলক্ষে বুধবার সকালে পোরবন্দরের সমুদ্রতটে স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নেন কেন্দ্রীয় মন্ত্রী মনসুখ

মান্ডভিয়া। স্বচ্ছতা অভিযানে অংশ নিয়ে কেন্দ্রীয় মন্ত্রী মনসুখ মান্ডভিয়া বলেছেন, 'প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর উদ্যোগে সূচনা হওয়া স্বচ্ছতা অভিযানের ১০ বছর পূর্ণ হল। এই অভিযানে ভারতের বিস্তীর্ণ ৭, ৫০০ কিলোমিটার উপকূলরেখা

বরাবর এক হাজারের বেশি স্থানে পরিচ্ছন্নতা জোর দেওয়া হবে। বিশেষ করে একক-ব্যবহারের প্লাস্টিক সংগ্রহ, পৃথকীকরণ এবং নিষ্পত্তির উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করে। বিপুল সংখ্যক স্বেচ্ছাসেবক 'স্বচ্ছতা অভিযানে' অংশ নিচ্ছেন।'

পেশাদার ফুটবলের ইতি টানছেন প্রাক্তন বার্সা তারকা ইনিয়েস্তা

কলকাতা, ২ অক্টোবর (হি.স.): ইতিহাসে প্রথমবার ফিফা বিশ্বকাপের শিরোপা জয়ের জন্য ইনিয়েস্তাকে আজীবন মনোনয়ন রাখবে স্প্যানিশরা সেই সঙ্গে বিশ্ব ফুটবলও। ২০১০ বিশ্বকাপের ফাইনালে অতিবিক্রম সময়ে তার গোলে সোনাব হরিণের দেখা পেয়েছিল লা বোর্জাবা। আন্তর্জাতিক ক্যারিয়ারে ১৩১ ম্যাচ খেলে স্পেনের হয়ে দুটি ইউরোপিয়ান চ্যাম্পিয়নশিপও জিতেছিলেন ইনিয়েস্তা।

২০১৮ বিশ্বকাপে স্পেন শেষ খেলার ম্যাচে রাশিয়ার কাছে হেরে বিদায় নিলে তিনি আন্তর্জাতিক ফুটবল থেকে অবসর নেন। এরপর খেলোয়াড়ি জীবনের ইতি না টেনে তিনি পাড়ি দেন জাপানের ক্লাব ডিসেল কোবেতে। সেখানে পাঁচ মরসুম কাটিয়ে আবার পাড়ি দেন আমিবাতেব লিগে। ইতিমধ্যে তার বয়স ৪০। এখন সময় হয়েছে খেলোয়াড়ি জীবনের ইতি টানার। গতকাল রাতে ইনিয়েস্তা

জানিয়েছেন ৮ অক্টোবর পেশাদার ফুটবল হিসেবে নিজের ক্যারিয়ারের শেষ ম্যাচটি খেলবেন। নিজের জার্সি খেলার সঙ্গে মিল রেখে দিনটিকে বেছে নিয়েছেন তিনি। খেলোয়াড়ি জীবন ছেড়ে কোচিংয়ে মনোযোগ দিতে চান ইনিয়েস্তা। কোন ক্লাবের হয়ে নিজের নতুন অধ্যায় শুরু করতে চান সেটা অবশ্য জানা যায়নি। তবে অনেক আগে ক্যাম্প ন্যাতে ফিবে যাওয়ার কথা বলেছিলেন তিনি।



বুধবার মহাত্মা গান্ধীর জন্মবার্ষিকীতে শ্রদ্ধা নিবেদন করেন মন্ত্রী সান্দানা চাকমা। নিজস্ব ছবি।

আন্তর্জাতিক অহিংস দিবস ২০২৪ : শান্তি, সহিষ্ণুতা এবং মহাত্মা গান্ধীর উত্তরাধিকার উদযাপন

নয়াদিল্লি, ২ অক্টোবর : প্রতি বছর বিশ্বব্যাপী ২ অক্টোবর শান্তি ও অহিংসার পূজারি মহাত্মা গান্ধীর জন্মবার্ষিকী পালন করা হয়। ২০০৭ সালে জাতিসংঘ কর্তৃক ঘোষিত এই দিনটি সমাজ গঠনে অহিংসার শক্তির কথা স্মরণ করিয়ে দেয়। মহাত্মা গান্ধীর অহিংসার উত্তরাধিকার

দর্শন আমাদের স্মরণ করিয়ে দেয় যে শান্তি কেবল একটি দূরবর্তী আশংক্য বরং একটি অর্জনযোগ্য। তাঁর শিক্ষা আশা এবং পুনর্মিলনের একটি কাণ্ডকারী বার্তা বহন করে। মহাত্মা গান্ধীর প্রজ্ঞা, রাজনৈতিক প্রতিদ্বন্দ্বিতার মধ্যেও সমস্যার স্থায়ী সমাধানে বাইরের বিষয়গুলিকে স্পর্শ করার ব্যাপারে উদ্বুদ্ধ করে। তাঁর বিখ্যাত উক্তি, 'প্রত্যেকের প্রয়োজনের জন্য যথেষ্ট আছে, তবে প্রত্যেকের লোভের জন্য নয়' এই উক্তি অহিংসা এবং পরিষ্কার স্পন্দ ব্যবহারের মধ্যে যোগসূত্র জোর দেয়। আজকের প্রেক্ষাপটে, তাঁর সরলতা, সংরক্ষণ এবং স্নিগ্ধতার মূল্যবোধগুলি স্বচ্ছ ভারত অভিযান (স্বচ্ছ ভারত অভিযান) এর মতো ভারতের উদ্যোগগুলিতে প্রতিফলিত হয়েছে, যা পরিচ্ছন্নতা এবং পরিবেশগত স্থায়িত্বকে উত্থাপন করে। অহিংসার বিশ্বব্যাপী স্মৃতিসৌধ: গান্ধীর উত্তরাধিকারকে সম্মান জানানো

আন্তর্জাতিক অহিংস দিবস মহাত্মা গান্ধীর শান্তি ও অহিংসার স্থায়ী দর্শনের বিশ্বব্যাপী অনুপ্রেরণা স্মারক হিসাবে কাজ করে। তাঁর জন্মবার্ষিকীতে পালিত এই দিনটি অহিংস প্রতিরোধের নীতির প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করে যা তিনি সারা জীবন সমর্থন করে গেছেন। যার, অন্য এটা লক্ষ্য করা গেছে ২০২৩ সালে, ভারতে অনুষ্ঠিত মরাদ্দপূর্ণ জি-২০ শিখর সম্মেলনে প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী সহ বিশ্ব নেতারা রাজঘাটে গিয়ে মহাত্মা গান্ধীর স্মরণীয় শ্রদ্ধা নিবেদন করেছেন। প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী দুফতার সাথে বলেন, মহাত্মা গান্ধীর চিরজন্ম ও অহিংসার নীতি আরও অস্তিত্ব জন্মলব্ধ এবং শান্তিপূর্ণ ভবিষ্যত অর্জনের প্রচেষ্টাকে পথ দেখাচ্ছে। ২০২২ সালে, ইউনেস্কো মহাত্মা গান্ধীর ইনস্টিটিউট অফ এডুকেশন ফর পিস অ্যান্ড সাসটেইনেবল ডেভেলপমেন্ট (এমজিআইইপি) এই দিনটিকে স্মরণীয় করে রাখতে নিউইয়র্কে জাতিসংঘের সদর দফতরে একটি গুরুত্বপূর্ণ অনুষ্ঠানের আয়োজন করে।

মহাত্মা গান্ধীর সারা জীবনের কর্মকন্ড নিয়ে শান্তি ও স্থায়ী সমাজের প্রচারের জন্য শিক্ষার উপর প্যালেস আন্দোলনার নেতৃত্ব যায়। খুব পাওয়া মাত্রই হাতছাড়া পৌঁছানোর প্রচেষ্টা করে। ২-রা অক্টোবর গান্ধী জয়ন্তীর মধ্য দিয়ে এই অভিযানের সমাপ্তি ঘটে। ভারতের রাষ্ট্রপতি রুচিলা কলোজ

দর্শন আমাদের স্মরণ করিয়ে দেয় যে শান্তি কেবল একটি দূরবর্তী আশংক্য বরং একটি অর্জনযোগ্য। তাঁর শিক্ষা আশা এবং পুনর্মিলনের একটি কাণ্ডকারী বার্তা বহন করে। মহাত্মা গান্ধীর প্রজ্ঞা, রাজনৈতিক প্রতিদ্বন্দ্বিতার মধ্যেও সমস্যার স্থায়ী সমাধানে বাইরের বিষয়গুলিকে স্পর্শ করার ব্যাপারে উদ্বুদ্ধ করে। তাঁর বিখ্যাত উক্তি, 'প্রত্যেকের প্রয়োজনের জন্য যথেষ্ট আছে, তবে প্রত্যেকের লোভের জন্য নয়' এই উক্তি অহিংসা এবং পরিষ্কার স্পন্দ ব্যবহারের মধ্যে যোগসূত্র জোর দেয়। আজকের প্রেক্ষাপটে, তাঁর সরলতা, সংরক্ষণ এবং স্নিগ্ধতার মূল্যবোধগুলি স্বচ্ছ ভারত অভিযান (স্বচ্ছ ভারত অভিযান) এর মতো ভারতের উদ্যোগগুলিতে প্রতিফলিত হয়েছে, যা পরিচ্ছন্নতা এবং পরিবেশগত স্থায়িত্বকে উত্থাপন করে। অহিংসার বিশ্বব্যাপী স্মৃতিসৌধ: গান্ধীর উত্তরাধিকারকে সম্মান জানানো

আন্তর্জাতিক অহিংস দিবস মহাত্মা গান্ধীর শান্তি ও অহিংসার স্থায়ী দর্শনের বিশ্বব্যাপী অনুপ্রেরণা স্মারক হিসাবে কাজ করে। তাঁর জন্মবার্ষিকীতে পালিত এই দিনটি অহিংস প্রতিরোধের নীতির প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করে যা তিনি সারা জীবন সমর্থন করে গেছেন। যার, অন্য এটা লক্ষ্য করা গেছে ২০২৩ সালে, ভারতে অনুষ্ঠিত মরাদ্দপূর্ণ জি-২০ শিখর সম্মেলনে প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী সহ বিশ্ব নেতারা রাজঘাটে গিয়ে মহাত্মা গান্ধীর স্মরণীয় শ্রদ্ধা নিবেদন করেছেন। প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী দুফতার সাথে বলেন, মহাত্মা গান্ধীর চিরজন্ম ও অহিংসার নীতি আরও অস্তিত্ব জন্মলব্ধ এবং শান্তিপূর্ণ ভবিষ্যত অর্জনের প্রচেষ্টাকে পথ দেখাচ্ছে। ২০২২ সালে, ইউনেস্কো মহাত্মা গান্ধীর ইনস্টিটিউট অফ এডুকেশন ফর পিস অ্যান্ড সাসটেইনেবল ডেভেলপমেন্ট (এমজিআইইপি) এই দিনটিকে স্মরণীয় করে রাখতে নিউইয়র্কে জাতিসংঘের সদর দফতরে একটি গুরুত্বপূর্ণ অনুষ্ঠানের আয়োজন করে।

মহাত্মা গান্ধীর সারা জীবনের কর্মকন্ড নিয়ে শান্তি ও স্থায়ী সমাজের প্রচারের জন্য শিক্ষার উপর প্যালেস আন্দোলনার নেতৃত্ব যায়। খুব পাওয়া মাত্রই হাতছাড়া পৌঁছানোর প্রচেষ্টা করে। ২-রা অক্টোবর গান্ধী জয়ন্তীর মধ্য দিয়ে এই অভিযানের সমাপ্তি ঘটে। ভারতের রাষ্ট্রপতি রুচিলা কলোজ

দর্শন আমাদের স্মরণ করিয়ে দেয় যে শান্তি কেবল একটি দূরবর্তী আশংক্য বরং একটি অর্জনযোগ্য। তাঁর শিক্ষা আশা এবং পুনর্মিলনের একটি কাণ্ডকারী বার্তা বহন করে। মহাত্মা গান্ধীর প্রজ্ঞা, রাজনৈতিক প্রতিদ্বন্দ্বিতার মধ্যেও সমস্যার স্থায়ী সমাধানে বাইরের বিষয়গুলিকে স্পর্শ করার ব্যাপারে উদ্বুদ্ধ করে। তাঁর বিখ্যাত উক্তি, 'প্রত্যেকের প্রয়োজনের জন্য যথেষ্ট আছে, তবে প্রত্যেকের লোভের জন্য নয়' এই উক্তি অহিংসা এবং পরিষ্কার স্পন্দ ব্যবহারের মধ্যে যোগসূত্র জোর দেয়। আজকের প্রেক্ষাপটে, তাঁর সরলতা, সংরক্ষণ এবং স্নিগ্ধতার মূল্যবোধগুলি স্বচ্ছ ভারত অভিযান (স্বচ্ছ ভারত অভিযান) এর মতো ভারতের উদ্যোগগুলিতে প্রতিফলিত হয়েছে, যা পরিচ্ছন্নতা এবং পরিবেশগত স্থায়িত্বকে উত্থাপন করে। অহিংসার বিশ্বব্যাপী স্মৃতিসৌধ: গান্ধীর উত্তরাধিকারকে সম্মান জানানো

আন্তর্জাতিক অহিংস দিবস মহাত্মা গান্ধীর শান্তি ও অহিংসার স্থায়ী দর্শনের বিশ্বব্যাপী অনুপ্রেরণা স্মারক হিসাবে কাজ করে। তাঁর জন্মবার্ষিকীতে পালিত এই দিনটি অহিংস প্রতিরোধের নীতির প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করে যা তিনি সারা জীবন সমর্থন করে গেছেন। যার, অন্য এটা লক্ষ্য করা গেছে ২০২৩ সালে, ভারতে অনুষ্ঠিত মরাদ্দপূর্ণ জি-২০ শিখর সম্মেলনে প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী সহ বিশ্ব নেতারা রাজঘাটে গিয়ে মহাত্মা গান্ধীর স্মরণীয় শ্রদ্ধা নিবেদন করেছেন। প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী দুফতার সাথে বলেন, মহাত্মা গান্ধীর চিরজন্ম ও অহিংসার নীতি আরও অস্তিত্ব জন্মলব্ধ এবং শান্তিপূর্ণ ভবিষ্যত অর্জনের প্রচেষ্টাকে পথ দেখাচ্ছে। ২০২২ সালে, ইউনেস্কো মহাত্মা গান্ধীর ইনস্টিটিউট অফ এডুকেশন ফর পিস অ্যান্ড সাসটেইনেবল ডেভেলপমেন্ট (এমজিআইইপি) এই দিনটিকে স্মরণীয় করে রাখতে নিউইয়র্কে জাতিসংঘের সদর দফতরে একটি গুরুত্বপূর্ণ অনুষ্ঠানের আয়োজন করে।

মহাত্মা গান্ধীর সারা জীবনের কর্মকন্ড নিয়ে শান্তি ও স্থায়ী সমাজের প্রচারের জন্য শিক্ষার উপর প্যালেস আন্দোলনার নেতৃত্ব যায়। খুব পাওয়া মাত্রই হাতছাড়া পৌঁছানোর প্রচেষ্টা করে। ২-রা অক্টোবর গান্ধী জয়ন্তীর মধ্য দিয়ে এই অভিযানের সমাপ্তি ঘটে। ভারতের রাষ্ট্রপতি রুচিলা কলোজ

দর্শন আমাদের স্মরণ করিয়ে দেয় যে শান্তি কেবল একটি দূরবর্তী আশংক্য বরং একটি অর্জনযোগ্য। তাঁর শিক্ষা আশা এবং পুনর্মিলনের একটি কাণ্ডকারী বার্তা বহন করে। মহাত্মা গান্ধীর প্রজ্ঞা, রাজনৈতিক প্রতিদ্বন্দ্বিতার মধ্যেও সমস্যার স্থায়ী সমাধানে বাইরের বিষয়গুলিকে স্পর্শ করার ব্যাপারে উদ্বুদ্ধ করে। তাঁর বিখ্যাত উক্তি, 'প্রত্যেকের প্রয়োজনের জন্য যথেষ্ট আছে, তবে প্রত্যেকের লোভের জন্য নয়' এই উক্তি অহিংসা এবং পরিষ্কার স্পন্দ ব্যবহারের মধ্যে যোগসূত্র জোর দেয়। আজকের প্রেক্ষাপটে, তাঁর সরলতা, সংরক্ষণ এবং স্নিগ্ধতার মূল্যবোধগুলি স্বচ্ছ ভারত অভিযান (স্বচ্ছ ভারত অভিযান) এর মতো ভারতের উদ্যোগগুলিতে প্রতিফলিত হয়েছে, যা পরিচ্ছন্নতা এবং পরিবেশগত স্থায়িত্বকে উত্থাপন করে। অহিংসার বিশ্বব্যাপী স্মৃতিসৌধ: গান্ধীর উত্তরাধিকারকে সম্মান জানানো

আন্তর্জাতিক অহিংস দিবস মহাত্মা গান্ধীর শান্তি ও অহিংসার স্থায়ী দর্শনের বিশ্বব্যাপী অনুপ্রেরণা স্মারক হিসাবে কাজ করে। তাঁর জন্মবার্ষিকীতে পালিত এই দিনটি অহিংস প্রতিরোধের নীতির প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করে যা তিনি সারা জীবন সমর্থন করে গেছেন। যার, অন্য এটা লক্ষ্য করা গেছে ২০২৩ সালে, ভারতে অনুষ্ঠিত মরাদ্দপূর্ণ জি-২০ শিখর সম্মেলনে প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী সহ বিশ্ব নেতারা রাজঘাটে গিয়ে মহাত্মা গান্ধীর স্মরণীয় শ্রদ্ধা নিবেদন করেছেন। প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী দুফতার সাথে বলেন, মহাত্মা গান্ধীর চিরজন্ম ও অহিংসার নীতি আরও অস্তিত্ব জন্মলব্ধ এবং শান্তিপূর্ণ ভবিষ্যত অর্জনের প্রচেষ্টাকে পথ দেখাচ্ছে। ২০২২ সালে, ইউনেস্কো মহাত্মা গান্ধীর ইনস্টিটিউট অফ এডুকেশন ফর পিস অ্যান্ড সাসটেইনেবল ডেভেলপমেন্ট (এমজিআইইপি) এই দিনটিকে স্মরণীয় করে রাখতে নিউইয়র্কে জাতিসংঘের সদর দফতরে একটি গুরুত্বপূর্ণ অনুষ্ঠানের আয়োজন করে।

আন্তর্জাতিক অহিংস দিবস মহাত্মা গান্ধীর শান্তি ও অহিংসার স্থায়ী দর্শনের বিশ্বব্যাপী অনুপ্রেরণা স্মারক হিসাবে কাজ করে। তাঁর জন্মবার্ষিকীতে পালিত এই দিনটি অহিংস প্রতিরোধের নীতির প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করে যা তিনি সারা জীবন সমর্থন করে গেছেন। যার, অন্য এটা লক্ষ্য করা গেছে ২০২৩ সালে, ভারতে অনুষ্ঠিত মরাদ্দপূর্ণ জি-২০ শিখর সম্মেলনে প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী সহ বিশ্ব নেতারা রাজঘাটে গিয়ে মহাত্মা গান্ধীর স্মরণীয় শ্রদ্ধা নিবেদন করেছেন। প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী দুফতার সাথে বলেন, মহাত্মা গান্ধীর চিরজন্ম ও অহিংসার নীতি আরও অস্তিত্ব জন্মলব্ধ এবং শান্তিপূর্ণ ভবিষ্যত অর্জনের প্রচেষ্টাকে পথ দেখাচ্ছে। ২০২২ সালে, ইউনেস্কো মহাত্মা গান্ধীর ইনস্টিটিউট অফ এডুকেশন ফর পিস অ্যান্ড সাসটেইনেবল ডেভেলপমেন্ট (এমজিআইইপি) এই দিনটিকে স্মরণীয় করে রাখতে নিউইয়র্কে জাতিসংঘের সদর দফতরে একটি গুরুত্বপূর্ণ অনুষ্ঠানের আয়োজন করে।

মহাত্মা গান্ধীর সারা জীবনের কর্মকন্ড নিয়ে শান্তি ও স্থায়ী সমাজের প্রচারের জন্য শিক্ষার উপর প্যালেস আন্দোলনার নেতৃত্ব যায়। খুব পাওয়া মাত্রই হাতছাড়া পৌঁছানোর প্রচেষ্টা করে। ২-রা অক্টোবর গান্ধী জয়ন্তীর মধ্য দিয়ে এই অভিযানের সমাপ্তি ঘটে। ভারতের রাষ্ট্রপতি রুচিলা কলোজ

দর্শন আমাদের স্মরণ করিয়ে দেয় যে শান্তি কেবল একটি দূরবর্তী আশংক্য বরং একটি অর্জনযোগ্য। তাঁর শিক্ষা আশা এবং পুনর্মিলনের একটি কাণ্ডকারী বার্তা বহন করে। মহাত্মা গান্ধীর প্রজ্ঞা, রাজনৈতিক প্রতিদ্বন্দ্বিতার মধ্যেও সমস্যার স্থায়ী সমাধানে বাইরের বিষয়গুলিকে স্পর্শ করার ব্যাপারে উদ্বুদ্ধ করে। তাঁর বিখ্যাত উক্তি, 'প্রত্যেকের প্রয়োজনের জন্য যথেষ্ট আছে, তবে প্রত্যেকের লোভের জন্য নয়' এই উক্তি অহিংসা এবং পরিষ্কার স্পন্দ ব্যবহারের মধ্যে যোগসূত্র জোর দেয়। আজকের প্রেক্ষাপটে, তাঁর সরলতা, সংরক্ষণ এবং স্নিগ্ধতার মূল্যবোধগুলি স্বচ্ছ ভারত অভিযান (স্বচ্ছ ভারত অভিযান) এর মতো ভারতের উদ্যোগগুলিতে প্রতিফলিত হয়েছে, যা পরিচ্ছন্নতা এবং পরিবেশগত স্থায়িত্বকে উত্থাপন করে। অহিংসার বিশ্বব্যাপী স্মৃতিসৌধ: গান্ধীর উত্তরাধিকারকে সম্মান জানানো

আন্তর্জাতিক অহিংস দিবস মহাত্মা গান্ধীর শান্তি ও অহিংসার স্থায়ী দর্শনের বিশ্বব্যাপী অনুপ্রেরণা স্মারক হিসাবে কাজ করে। তাঁর জন্মবার্ষিকীতে পালিত এই দিনটি অহিংস প্রতিরোধের নীতির প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করে যা তিনি সারা জীবন সমর্থন করে গেছেন। যার, অন্য এটা লক্ষ্য করা গেছে ২০২৩ সালে, ভারতে অনুষ্ঠিত মরাদ্দপূর্ণ জি-২০ শিখর সম্মেলনে প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী সহ বিশ্ব নেতারা রাজঘাটে গিয়ে মহাত্মা গান্ধীর স্মরণীয় শ্রদ্ধা নিবেদন করেছেন। প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী দুফতার সাথে বলেন, মহাত্মা গান্ধীর চিরজন্ম ও অহিংসার নীতি আরও অস্তিত্ব জন্মলব্ধ এবং শান্তিপূর্ণ ভবিষ্যত অর্জনের প্রচেষ্টাকে পথ দেখাচ্ছে। ২০২২ সালে, ইউনেস্কো মহাত্মা গান্ধীর ইনস্টিটিউট অফ এডুকেশন ফর পিস অ্যান্ড সাসটেইনেবল ডেভেলপমেন্ট (এমজিআইইপি) এই দিনটিকে স্মরণীয় করে রাখতে নিউইয়র্কে জাতিসংঘের সদর দফতরে একটি গুরুত্বপূর্ণ অনুষ্ঠানের আয়োজন করে।

রাজ্যজুড়ে পালিত গান্ধী জয়ন্তী, জাতির জনককে

শ্রদ্ধার্ঘ্য মুখ্যমন্ত্রীর কলকাতা, ২ অক্টোবর (হি.স.): জাতির জনক মহাত্মা গান্ধীর জন্ম জয়ন্তী দেশজুড়ে পালিত হচ্ছে। রাজ্য সরকারের উদ্যোগে ও ব্যবস্থাপনাত্মক এ রাজ্যে রয়েছে একাধিক অনুষ্ঠান। আজকের এই দিনটিতে মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায় এক হাতেলেন এক বার্তা তিনি জানান, গান্ধী জয়ন্তী পালিত হচ্ছে। তাঁর প্রতি শ্রদ্ধা জানিয়েছেন তিনি। অহিংসার পাঠ ছিল তাঁর শিক্ষা। সত্য ও ঐক্য ধারাবাহিকভাবে উজ্জীবিত করে আমাদের। আসুন আমরা সকলেই অঙ্গীকার করি সমাজ গঠনে ও দেশমাতৃকার প্রতি যেন তাঁর দৃষ্টিভঙ্গি প্রতিভাত হয়। এক হাতেলেন এক বার্তা তিনি আরও জানান, অহিংসা এবং সহিষ্ণুতার পথ ধারাবাহিকভাবে অনুসরণ করতে পারি সকলে আমরা।

মহারাষ্ট্রের পুণে-তে ভেঙে পড়লো হেলিকপ্টার, দুই পাইলট-সহ মৃত ও জন

পুণে, ২ অক্টোবর (হি.স.): মহারাষ্ট্রের পুণে-তে ভেঙে পড়লো একটি হেলিকপ্টার। বুধবার সকালে পুণে জেলার বাত্বানের কাছে হেলিকপ্টারটি ভেঙে পড়ে। এই হেলিকপ্টার দুর্ঘটনায় দু'জন পাইলট-সহ ৩ জনের মৃত্যু হয়েছে। মাটিতে আছড়ে পড়ার পরই হেলিকপ্টারে আগুন ধরে যায়। খুব পাওয়া মাত্রই হাতছাড়া পৌঁছানোর প্রচেষ্টা করে। ২-রা অক্টোবর গান্ধী জয়ন্তীর মধ্য দিয়ে এই অভিযানের সমাপ্তি ঘটে। ভারতের রাষ্ট্রপতি রুচিলা কলোজ

হেলিকপ্টারে থাকা একজন ইঞ্জিনিয়ার মারা গিয়েছেন। হেলিকপ্টারটি জুড়ে বাত্বান কক্ষ ছিল, ডিভিসিও জুড়ে তদন্ত করবে। চিফ ফায়ার অফিসার দেবেল প্রভাকর পটফোড এভিয়েশনের একটি হেলিকপ্টার অক্সফোর্ড হেলিপ্যাড বাত্বান থেকে উড়েছিল।

সকাল ৭.৩০ মিনিট নাগাদ উড়ানের পরপরই হেলিকপ্টারটি ভেঙে পড়ে। দু'জন পাইলট এবং হেলিকপ্টারে থাকা একজন ইঞ্জিনিয়ার মারা গিয়েছেন। হেলিকপ্টারটি জুড়ে বাত্বান কক্ষ ছিল, ডিভিসিও জুড়ে তদন্ত করবে। চিফ ফায়ার অফিসার দেবেল প্রভাকর পটফোড এভিয়েশনের একটি হেলিকপ্টার অক্সফোর্ড হেলিপ্যাড বাত্বান থেকে উড়েছিল।

১০ বছরে স্বচ্ছ ভারত মিশনকে নিজেদের লক্ষ্যে পরিণত করেছেন কোটি কোটি ভারতবাসী : প্রধানমন্ত্রী

চ্যাম্পিয়নস লিগ : পিএসজিকে হারাল আর্সেনাল

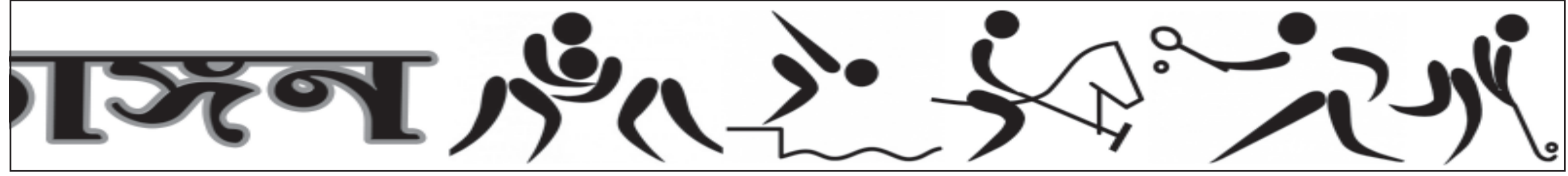
প্যারিস, ২ অক্টোবর (হি.স.): মদলবার (১ অক্টোবর) রাতে চ্যাম্পিয়নস লিগের ম্যাচে পিএসজিকে ২-০ গোলে হারিয়েছে আর্সেনাল। গানারদের হয়ে একটি করে গোল করেছেন কাই হার্টজল এবং বুকায়ো সাকা ম্যাচের ২০ মিনিটে দোমারুমার ভুলের কারণে পিছিয়ে পড়ে পিএসজি। আর্সেনালের হয়ে গোল করেন কাই হার্টজল। ৩৫ মিনিটে ব্যবধান দ্বিগুণ করে আর্সেনাল। গোল করেন বুকায়ো সাকা এই জয়ে আর্সেনালের পয়েন্ট হল ৪। পয়েন্ট টেবিলের আট নম্বরে আছে তারা। পিএসজি ৩ পয়েন্ট নিয়ে আছে ১৮ নম্বরে।

হি সেবা"-তে অবদান রেখেছিলেন। সমস্ত রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী এবং জনপ্রতিনিধিগণও পরিচ্ছন্নতা অভিযানে অবদান রেখেছেন। প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী আরও বলেছেন, 'এই গুরুত্বপূর্ণ সন্ধিক্ষেপে ১০ হাজার কোটি টাকার পরিচ্ছন্নতা প্রকল্পের উদ্বোধন করা

হয়েছে। মিশন অমৃতের অংশ হিসাবে, বিভিন্ন শহরে জল এবং পয়ঃনিষ্কাশন প্রধানগার স্থাপন করা হবে। সেটা নমামি গদে সম্পর্কিত কাজ হোক অথবা আর্জনা থেকে বায়োগ্যাস তৈরির জন্য "গোবর্ধন" প্ল্যান্ট, এই সবই স্বচ্ছ ভারত মিশনকে নতুন উচ্চতায় নিয়ে যাবে।

দক্ষিণবঙ্গে বজ্রবিদ্যুৎ-সহ বৃষ্টির পূর্বাভাস, পূজোর আবহে অস্থিরতার বার্তা আবহাওয়া দফতরের

কলকাতা, ২ অক্টোবর (হি.স.): নিম্নচাপ কাটতেই চড়া রোদ, সঙ্গ সাপাসা গরম। আশিন মাসেও গরমের দাপটে অস্থির দক্ষিণবঙ্গে। এই আবহে খানিকটা স্থিরতার বার্তা শোনালা আলিপুর আবহাওয়া দফতর। কলকাতা-সহ দক্ষিণবঙ্গের জেলাগুলিতে বজ্রবিদ্যুৎ-সহ বৃষ্টির সম্ভাবনা রয়েছে। তবে গরম থেকে স্বস্তি মিললেও, পূজোর সময় বৃষ্টি হলে ভোগান্তি হতে পারে। দক্ষিণবঙ্গের পাশাপাশি উত্তরবঙ্গের জেলাগুলিতেও বৃষ্টির পূর্বাভাস জরি করা হয়েছে। আলিপুর আবহাওয়া দফতর জানিয়েছে, আগামী ৭ অক্টোবর পর্যন্ত দক্ষিণবঙ্গের জেলাগুলিতে বিক্ষিপ্ত ভাবে বজ্রবিদ্যুৎ-সহ বৃষ্টি হতে পারে। তারপরেও বিক্ষিপ্ত ভাবে বৃষ্টির সম্ভাবনা রয়েছে। হালকা থেকে মাঝারি বৃষ্টি হতে পারে। এই মুহূর্তে পূজো মণ্ডপ গুলিতে চলছে শেষ মুহূর্তের কাজ। কিন্তু, বিক্ষিপ্ত বৃষ্টি মণ্ডপ তৈরির কাজে বাধা-বিঘ্ন সৃষ্টি করছে।



অনূর্ধ্ব ১৯ জাতীয় মহিলা ক্রিকেটে বাংলার কাছেও হারলো ত্রিপুরা

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। দ্বিতীয় ম্যাচেও ডায়া ফেল ত্রিপুরার মেয়েরা। বক্রিশেই ফুর্কং। প্রতিপক্ষ বেঙ্গল বলে কথা। তাড়াছড়ো করতে গিয়ে বাংলার মেয়েদের দুজন রান আউটের শিকার না হলে বিয়ট আরাে লঙ্কাঙ্কর হতো। মহিলাদের অনূর্ধ্ব ১৯ টি টোয়েন্টি জাতীয় ক্রিকেটে ই-গ্রুপের খেলায় দ্বিতীয় ম্যাচে বাংলা সাত উইকেটের ব্যবধানে ত্রিপুরাকে

পরাজিত করেছে। চন্ডিগড়ে খেলা হচ্ছে। টেসে ত্রিপুরা দল জয়লাভ করেছিল। এটাই যেন বিশাল প্রাপ্তি। চ্যালোগ্রিং ফ্লোর গড়ার লক্ষ্যে প্রথমে ব্যাটিং এর সিদ্ধান্ত নিয়েছিল। কিন্তু ব্যাটার্সদের চূড়ান্ত ব্যর্থতায় মাত্র ৩২ রানেই ইনিংস গুটিয়ে নিতে বাধ্য হয়। ১১.৪ ওভার খেলতে পেরেছে। মঙ্গলবার

প্রথম ম্যাচে ঝাড়খণ্ডের কাছে ব্যাটিং লাইন আপে যে ভুলগুলো করেছিল, আজ বুধবার তার থেকেও খারাপ রেজাল্ট এলো। অভিধা বর্ধনের ৮ রান এবং দেবশ্রীতা চৌধুরীর অপরাজিত ৭ রান না হলে ত্রিপুরার মেয়েরা দশ উইকেটে হারের শিকার হতো। কেননা, পাল্টা ব্যাট করতে নেমে বাংলার মেয়েরা প্রথম ওভারেই ১৯ রান পেয়েছিল। উল্লেখ্য, বাংলার

বোলার বিদিশা দে, রংপাল তেওয়ারি, প্রতিভা মান্ডি এবং মনিকা মল প্রত্যেকেই দুটি করে উইকেট তুলে নিয়েছে। জবাবে বাংলার মেয়েরা ৪.৪ ওভার খেলে ৩ উইকেট হারিয়ে জয়ের প্রয়োজনীয় রান সংগ্রহ করে নেয়। ওপেনার প্রিয়াঙ্কা প্রসাদ ব্যক্তিগত ১৭ রানে পারমিতা চক্রবর্তী বলে অমিতা দাসের হাতে ক্যাচ দিয়ে প্যাট্রিলিয়নে ফিরলে, ঈশ্বিতা

মন্ডল ১৩ রানে অপরাজিত ভূমিকায় দলকে জয় এনে দেয়। গ্রুপের অপর খেলায় বুধবার উত্তর প্রদেশ ৩৫ রানের ব্যবধানে রাজস্থানকে হারিয়ে প্রথম জয়ের স্বাদ পেয়েছে। অপর খেলায় ঝাড়খণ্ড ১৩০ রানের বিশাল ব্যবধানে অরুণাচল প্রদেশ কে পরাজিত করে বাংলার মতো চান্দা দ্বিতীয় জয় পেয়েছে।

সুপার লিগ ফুটবল : সাফল্য নির্ণায়ক ম্যাচে আজ লালবাহাদুর-ব্লাডমাউথ, এগিয়ে চল-রামকৃষ্ণ

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। জিতলেই ট্রফি। সঙ্গে রেকর্ড পরিমাণ অর্থ পুরস্কার। লাল ফুটবলে সাফল্য পেতে মরিয়া চারটি দল-ই। কোনও দল যেন তার প্রতিপক্ষকে মারের লড়াইয়ে এক ইঞ্চি জমি ছাড়তেও নারাজ। সুপার লিগের দ্বিতীয় রাউন্ডের খেলা শেষে চারটি দলের অবস্থান এখন এমন পর্যায়ে ঠেকেছে, প্রতিটি দলই জয়ের লক্ষ্যে মরিয়া। ত্রিপুরা ফুটবল অ্যাসোসিয়েশন পরিচালিত শ্যামসুন্দর কোং জুয়েলার্স চন্দ্র মেমোরিয়াল ক্লাব ফুটবলের সুপার লিগের অষ্টম দিনের শেষ দুটি ম্যাচ আগামীকাল অনুষ্ঠিত হচ্ছে। উমাকান্ত মিনি স্টেডিয়ামে বিকেল সাড়ে তিনটায় লাল বাহাদুর ব্যায়ামাগার ও ব্লাডমাউথ ক্লাব পরস্পরের মুখোমুখি হবে। লিগ পরায়ের খেলায় কিন্তু ব্লাডমাউথ

পয়েন্ট তালিকা : এ ডিভিশন, সুপার লীগ ফুটবল

দল	ম্যাচ	জয়	পরাজিত	ড্র	গোল	পয়েন্ট
এগিয়ে চল	২	১	০	১	৫-২	৪
রামকৃষ্ণ ক্লাব	২	১	০	০	৫-৪	৩
লালবাহাদুর	২	১	১	০	৪-৭	৩
ব্লাডমাউথ	২	০	১	১	১-৩	১

ক্লাব দুই গোলের ব্যবধানে লাল বাহাদুর কে পরাজিত করেছিল। আগামী কালের ম্যাচে লাল বাহাদুরের লক্ষ্য রয়েছে সরাসরি জয় ছিনিয়ে নিজেদের চ্যাম্পিয়নের দাবিদার হিসেবে দাঁড় করানো। অপরদিকে ব্লাড মাউথ চাইছে সুপার লিগে প্রথম জয়ের স্বাদ ছিনিয়ে চ্যাম্পিয়ন অথবা রানার্স ট্রফির দাবিদার হতে। সন্ধ্যা সোয়া ছয়টায় সুপার লিগের অষ্টম ম্যাচে এগিয়ে চল সংখ্য ও রামকৃষ্ণ ক্লাব পরস্পরের বিরুদ্ধে খেলবে। দুই ম্যাচ থেকে ৪ পয়েন্ট পেয়ে এগিয়ে

চল সংখ্য আপাতত এককভাবে পয়েন্ট তালিকার শীর্ষে অবস্থান করছে বলে সাফল্যের দোরগোড়ায় রয়েছে বলা যেতে পারে। ড্র-তেও যদি ম্যাচ নিষ্পত্তি হয়, তবেও তাদের পক্ষে ট্রফির নিশ্চয়তা থাকবে। লিগ পরায়ের খেলায় এগিয়ে চল সংখ্য কিন্তু ন্যূনতম গোলে রামকৃষ্ণ ক্লাবকে হারিয়েছিল। আগামীকাল ভাইটাল দুটো ম্যাচের ফলাফলের উপর নির্ভর করছে কোনদুটি দল এবারকার চ্যাম্পিয়ন এবং রানার্স ট্রফি কোন ক্লাবের আলোকিত করবে।

ভারত-বাংলাদেশ টেস্ট সিরিজ: ব্যাটিং-বোলিংয়ে ভারতের পারফরমেন্স কেমন

কলকাতা, ২ অক্টোবর (হি.স.): গতকাল মঙ্গলবার শেষ হয়েছে ভারত বাংলাদেশ টেস্ট সিরিজ। ২-০তে সিরিজ জিতল ভারত। সিরিজ শেষে ব্যাটিং-বোলিংয়ে কারা সেরা, চলুন দেখা নেয়া যাক। ব্যাটিংয়ে ভারত : ভারতের হয়ে সবচেয়ে বেশি (১৮৯) রান

করেছেন যশস্বী জয়সওয়াল। ভারতের হয়ে দুই ম্যাচে সেক্ষুরির দেখা পেয়েছেন তিন জন ব্যাটার, শুভমান গিল, রিশভ পন্ত ও রবিচন্দ্রন অশ্বিন। শুভমান গিল ৪ ইনিংসে করেছেন মোট ১৬৪ রান। তিন নম্বরে থাকার রিশভ পন্ত করেছেন ১৬১ রান। চারে আছেন

রবিচন্দ্রন অশ্বিন, তার রান ১১৪। অবশ্য অশ্বিন খেলেছেন এক ম্যাচ। লোকেশ রাহুল ব্যাট করেছেন ৩ ইনিংসে, মোট রান করেছেন ১০৬। বিরাট কোহলি ৪ ইনিংসে মোট রান করেছেন ৯৯। এক ম্যাচে দুই ইনিংসে ব্যাট করে রবীন্দ্র জাদেজার মোট রান ৯৪। রোহিত

শর্মা অবশ্য এই সিরিজে নিজেকে মেলে ধরতে পারেননি। ৪ ইনিংসে মোট ৪২ রান এসেছে তার ব্যাট থেকে। বোলিংয়ে ভারত : বল হাতে পুরো সিরিজে বেশ দাপট দেখিয়েছেন ভারতের বোলাররা। ৪৯ ওভার বোলিং করে যশস্বীত বুমরাহ

উইকেট নিয়েছেন ১১টি। রবিচন্দ্রন অশ্বিনও নিয়েছেন ১১ উইকেট। রবীন্দ্র জাদেজা ৪২.৩ ওভার হাত ঘুরিয়ে ৯ উইকেট নিয়েছেন। আকাশ দীপের ৫টি ও মোহাম্মদ সিরাজের উইকেট সংখ্যা ৪টি।

জাতীয় আসরের লক্ষ্যে ৪ জন প্যারা সুইমারকে বাছাই করলো রাজ্য সংস্থা

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। গোয়ার পানাজিতে হবে এবার ২৪ তম জাতীয় প্যারা সুইমিংয়ের আসর। এতে রাজ্যদলও অংশগ্রহণ করবে। এর লক্ষ্যে মঙ্গলবার উমাকান্ত সুইমিংপুলে হলো এক নির্বাচনী শিবির। এতে রাজ্যদল বাছাই করা হলো। বাছাইকৃত সঁতাররা হলেন সমীর বর্মণ, বিনীত রায়, সপ্তর্ষি পাল ও সুকেশ সরকার।

আগামী ১৯ অক্টোবর থেকে ২২ শে অক্টোবর পর্যন্ত চলবে এই আসর গোয়ার পানাজিতে। কোচ হিসেবে রয়েছেন দীপক দাস। এই চারজন সঁতারদর মধ্যে একজন একদমই নতুন প্যারা সুইমার। সে হলো সুকেশ সরকার। এবারই প্রথম জাতীয় আসরে অংশগ্রহণ করবে রাজ্যের এই প্যারা সুইমার। তার একটি হাত একদমই দিবাঙ্গ। কোচ

দীপক দাস তাকে সুদূর মোহনপুর থেকে খুঁজে বের করে আনলেন। যথারীতি সে নির্বাচনী শিবিরে অংশগ্রহণ করলো। নির্বাচিতও হলো এই প্যারা সুইমার। রাজ্যের হয়ে এবার এই চারজন প্যারা সুইমার অংশগ্রহণ করবে জাতীয় আসরে। ক্রীড়া প্রেমীরা শুভেচ্ছা জানাচ্ছে তাদের সাফল্যের লক্ষ্যে।

জাতীয় কুরাসে নিকিতার পদক

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। হিমাচল প্রদেশে অনুষ্ঠিত ১২ তম ক্যাডেট ও জুনিয়র ন্যাশনাল কুরাস (মার্শাল-আর্ট) চ্যাম্পিয়নশিপে খেলার প্রথম দিনে উত্তর ত্রিপুরা জেলার বাগবাসা কালাছড়া ব্রাকের কুমি পরিবারের সন্তান নিকিতা মল্লিক ৩৩ কেজি ওজন বিভাগে ব্রোঞ্জ মেডেল অর্জন করে। নিকিতা মল্লিকের এই জয়ের জন্য তাকে অনেক শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন। রাজ্য কুরাস এসোসিয়েশনের সভাপতি তথা বিধায়ক অভিষেক দেবরায় ও জেনারেল সেক্রেটারি রাহুল ভট্টাচার্য জানালেন তাঁরা আশাবাদী, আরও কিছু মেডেল আসবে এই আসর থেকে। ত্রিপুরার নাম উজ্জ্বল করবে খেলোয়াররা।

১২ তম ক্যাডেট ও জুনিয়র ন্যাশনাল কুরাস (মার্শাল-আর্ট) চ্যাম্পিয়নশিপে খেলার প্রথম দিনে উত্তর ত্রিপুরা জেলার বাগবাসা কালাছড়া ব্রাকের কুমি পরিবারের সন্তান নিকিতা মল্লিক ৩৩ কেজি ওজন বিভাগে ব্রোঞ্জ মেডেল অর্জন করে। নিকিতা মল্লিকের এই জয়ের জন্য তাকে অনেক শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন। রাজ্য কুরাস এসোসিয়েশনের সভাপতি তথা বিধায়ক অভিষেক দেবরায় ও জেনারেল সেক্রেটারি রাহুল ভট্টাচার্য জানালেন তাঁরা আশাবাদী, আরও কিছু মেডেল আসবে এই আসর থেকে। ত্রিপুরার নাম উজ্জ্বল করবে খেলোয়াররা।

১২ তম ক্যাডেট ও জুনিয়র ন্যাশনাল কুরাস (মার্শাল-আর্ট) চ্যাম্পিয়নশিপে খেলার প্রথম দিনে উত্তর ত্রিপুরা জেলার বাগবাসা কালাছড়া ব্রাকের কুমি পরিবারের সন্তান নিকিতা মল্লিক ৩৩ কেজি ওজন বিভাগে ব্রোঞ্জ মেডেল অর্জন করে। নিকিতা মল্লিকের এই জয়ের জন্য তাকে অনেক শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন। রাজ্য কুরাস এসোসিয়েশনের সভাপতি তথা বিধায়ক অভিষেক দেবরায় ও জেনারেল সেক্রেটারি রাহুল ভট্টাচার্য জানালেন তাঁরা আশাবাদী, আরও কিছু মেডেল আসবে এই আসর থেকে। ত্রিপুরার নাম উজ্জ্বল করবে খেলোয়াররা।

১২ তম ক্যাডেট ও জুনিয়র ন্যাশনাল কুরাস (মার্শাল-আর্ট) চ্যাম্পিয়নশিপে খেলার প্রথম দিনে উত্তর ত্রিপুরা জেলার বাগবাসা কালাছড়া ব্রাকের কুমি পরিবারের সন্তান নিকিতা মল্লিক ৩৩ কেজি ওজন বিভাগে ব্রোঞ্জ মেডেল অর্জন করে। নিকিতা মল্লিকের এই জয়ের জন্য তাকে অনেক শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন। রাজ্য কুরাস এসোসিয়েশনের সভাপতি তথা বিধায়ক অভিষেক দেবরায় ও জেনারেল সেক্রেটারি রাহুল ভট্টাচার্য জানালেন তাঁরা আশাবাদী, আরও কিছু মেডেল আসবে এই আসর থেকে। ত্রিপুরার নাম উজ্জ্বল করবে খেলোয়াররা।

সৃষ্টির প্রেরণায় নতুন প্রতিশ্রুতি

উন্নত মুদ্রণ

সাদা, কালো, রঙিন নতুন ধারায়

রেণুবো প্রিন্টিং ওয়ার্কস

জাগরণ ভবন, (লক্ষ্মীনারায়ণ মন্দির সংলগ্ন), এন এল বাড়ি লেইন
প্রভুবাড়ী, বনমালীপুর, আগরতলা, ত্রিপুরা পশ্চিম - ৭৯৯০০১
মোবাইল :- ৯৪৩৬১২৩৭২০
ই-মেল :- rainbowprintingworks@gmail.com

