



# জাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA গৌরবের ৭১ তম বছর

Founder : J.C.Paul ■ Former Editor : Paritosh Biswas



JAGARAN ■ 71 Years ■ Issue-30 ■ 6 November, 2024 ■ আগরতলা ৬ নভেম্বর, ২০২৪ ইং ■ ২০ কার্তিক, ১৪৩১ বঙ্গাব্দ, বুধবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা

## পঞ্চদশ অর্থ কমিশন ত্রিপুরাকে দিল ৭৮.৫০ কোটি টাকা

নয়াগাঁও, ৫ নভেম্বর। কেন্দ্রীয় সরকার ২০২৪-২৫ অর্থবর্ষে ত্রিপুরার গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থাগুলির জন্য পঞ্চদশ অর্থ কমিশনের অনুদান মঞ্জুরি হিসেবে অবাধ অনুদানের প্রথম কিস্তির ৩১.৪০ কোটি টাকা এবং বিন্যস্ত অনুদানের প্রথম কিস্তির ৪৭.১০ কোটি টাকা মোট ৭৮.৫০ কোটি টাকা প্রদান করেছে। এই বরাদ্দ পরম্পরাগত স্থানীয় সংস্থাগুলির যেমন, টিটিএডিসি (ত্রিপুরা উপজাতি এলাকা স্বায়ত্বশাসিত জেলা পরিষদ) এর সরবরস্ত; ৪০টি ব্লক উপদেষ্টা কমিটি; এবং ৫৮৭টি ভিলেজ কমিটি সহ সর্বমোট ১২৬০টি গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থার জন্য বয় করা হবে। একই সময়ে কেন্দ্রীয় সরকার ২০২৪-২৫ অর্থবর্ষে হরিয়ারানার গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থাগুলির জন্য পঞ্চদশ অর্থ কমিশনের অনুদান প্রদান করেছে। গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থাগুলির জন্য প্রদেয় প্রথম কিস্তির এই অর্থের পরিমাণ হল ১৯৪.৮৬৭ কোটি টাকা। এই বরাদ্দকৃত অর্থ যারা বাধ্যতামূলক শর্তগুলি পূরণ করেছে, সেরকম ১৮ টি যোগ্য জেলা পঞ্চায়েত, ১৩৯ টি যোগ্য ব্লক পঞ্চায়েত এবং ৫৯১১ টি যোগ্য গ্রাম পঞ্চায়েতের জন্য বরাদ্দ করা হয়েছে।

এছাড়া, ২০২৪-২৫ অর্থবর্ষে মিজোরামের গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থাগুলির জন্য পঞ্চদশ অর্থ কমিশনের অনুদান, ২০২২-২৩ অর্থবর্ষের দ্বিতীয় কিস্তির ১৪.২০ কোটি টাকার অবাধ অনুদান এবং ২০২২-২৩ অর্থবর্ষের বিন্যস্ত অনুদানের দ্বিতীয় কিস্তির ২১.৩০ কোটি টাকা মঞ্জুর করেছে কেন্দ্রীয় সরকার। এই অর্থ স্বশাসিত জেলা পরিষদ এলাকা সহ সমস্ত ৮৩৪টি গ্রাম পরিষদের জন্য বয় করা হবে।

পঞ্চায়েত রাজ মন্ত্রক এবং জলশক্তি মন্ত্রকের (পানীয় জল ও স্যানিটেশন বিভাগ) মাধ্যমে ভারত সরকার গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থাগুলির জন্য রাজ্যগুলিকে পঞ্চদশ অর্থ কমিশনের এই অনুদান প্রদানের জন্য সুপারিশ

করেছে, যা পরে অর্থ মন্ত্রক কর্তৃক প্রদান করা হয়েছে। বরাদ্দকৃত অনুদান একটি আর্থিক বছরে ২টি কিস্তিতে প্রদানের জন্য সুপারিশ করা হয় এবং সেইমত প্রদান করা হয়ে থাকে।

বেতন ও অন্যান্য প্রাতিষ্ঠানিক ব্যয় বাতীত সংবিধানের একাদশ তফসিলে বর্ণিত উনত্রিশটি (২৯) বিষয়ের অধীনে গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থাগুলি এলাকার স্থানীয় প্রয়োজনের জন্য এই অবাধ অনুদান ব্যবহার করবে। বিন্যস্ত অনুদানের অর্থ (ক) স্যানিটেশন এবং ওডিএফ এর বারাবাহিকতা রক্ষণাবেক্ষণের প্রাথমিক পরিষেবাগুলির জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে এবং এর মধ্যে গৃহস্থালীর বর্জ্য পরিচালনা ও চিকিৎসা এবং বিশেষত মানব মলমূত্র এবং মল কাগজ ব্যবস্থাপনা এবং (খ) পানীয় জল সরবরাহ, বৃষ্টির জল সংগ্রহ এবং জল পুনর্ব্যবহার- এর জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে।

ভারত সরকার পঞ্চদশ অর্থ কমিশনের অনুদানের মাধ্যমে পঞ্চায়েত রাজ প্রতিষ্ঠান (পিআরআই) / গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থাগুলিকে (আরএলবি) ক্ষমতায়নের মাধ্যমে গ্রামীণ স্থানীয় স্বশাসনকে শক্তিশালী করেছে। এই তহবিল পিআরআই / আরএলবিগুলিকে গ্রামীণ অঞ্চলে স্থায়ী উন্নয়নের জন্য আরও সক্ষম, গ্রহণযোগ্য এবং স্বাবলম্বী করে তুলতে সহায়তা করেছে। মাননীয় প্রধানমন্ত্রীর সত্বকা সাথ, সবকা বিকাশ, সবকা বিশ্বাস, সবকা প্রয়াস' এর দৃষ্টিভঙ্গির সাথে সামঞ্জস্য রেখে এই উদ্যোগটি অন্তর্ভুক্তিমূলক বৃদ্ধি এবং অংশগ্রহণমূলক গণতন্ত্রকে সমর্থন করেছে, যা পঞ্চায়েত রাজ প্রতিষ্ঠান / গ্রামীণ স্থানীয় সংস্থাগুলিকে (আরএলবি) দেশের উন্নয়ন কার্যক্রমের গুরুত্বপূর্ণ স্তর হিসাবে শক্তিশালী করার পাশাপাশি উন্নত ভারত — বিকশিত ভারত নির্মাণের জন্য প্রয়োজনীয়।

## গুণগত শিক্ষাই সরকারের অগ্রাধিকার : মুখ্যমন্ত্রী

### পর্যালোচনা বৈঠক

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। মুখ্যমন্ত্রী প্রফেসর (ডা.) মানিক সাহা সরকারপতিত্ব আজ সচিবালয়ে ত্রিপুরা স্কুল কোয়ালিটি অ্যাসেসমেন্ট ফ্রেমওয়ার্ক (ইউইসি) খসড়ার পর্যালোচনার জন্য এক বৈঠক অনুষ্ঠিত হয়। বৈঠকে শিক্ষা দপ্তরের বিশেষ সচিব রাভাল হেমেন্দ্র কুমার, মাধ্যমিক ও প্রাথমিক শিক্ষা দপ্তরের অধিকর্তা এন সি শর্মা, এসসিআইআরটি'র অধিকর্তা এল ডার্স, সমগ্র শিক্ষা প্রকল্প এবং এসসিআইআরটি'র অন্যান্য কর্মকর্তাগণ উপস্থিত ছিলেন। বৈঠকে ত্রিপুরা স্কুল কোয়ালিটি অ্যাসেসমেন্ট ও অ্যাক্রিডিটেশন ফ্রেমওয়ার্ক খসড়ার মূল বিষয়বস্তু সমূহ নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা হয়। বৈঠকে মুখ্যমন্ত্রী বলেন, রাজ্য সরকার সর্বদা গুণগত শিক্ষাকে



অগ্রাধিকার দিয়ে আসছে। তাই উন্নত শিক্ষা পরিকাঠামো গড়ে তোলার পাশাপাশি ক্রমাগত পর্যালোচনার মাধ্যমে শিক্ষার সার্বিক স্তর মূল্যায়ন ও রুক্ষ দিতে বিস্তারিত আলোচনা হয়। বৈঠকে মুখ্যমন্ত্রী বলেন, রাজ্য সরকার সর্বদা গুণগত শিক্ষাকে কার্যকরী উদ্যোগ নেওয়ার কথাও মুখ্যমন্ত্রী উল্লেখ করেন। বৈঠকে মুখ্যমন্ত্রী ফলাফল কবতে পারে সেদিকে লক্ষ্য রেখে সংশ্লিষ্টদের প্রয়োজনীয়

প্রতিবেদন জমা দিতে বলেন, যাতে সাফল্য এবং চ্যালেঞ্জগুলির সঠিক মূল্যায়ন করা যায়। বৈঠকে শিক্ষা দপ্তরের বিশেষ সচিব রাভাল হেমেন্দ্র কুমার ত্রিপুরা স্কুল কোয়ালিটি অ্যাসেসমেন্ট ও অ্যাক্রিডিটেশন ফ্রেমওয়ার্ক খসড়ার ৬ এর পাতায় দেখুন

### ভুয়ো চিকিৎসকের বিরুদ্ধে মামলা তদন্তে পুলিশ

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। ভুয়ো চিকিৎসকের বিরুদ্ধে ধানায় মামলা দায়ের করলেন এক ব্যক্তি। ওই ঘটনায় পুলিশ তদন্ত শুরু করেছে। ঘটনার বিবরণে বিকাশ চন্দ্র দাস বলেন, দীর্ঘ দিন যাবৎ ছেলেবেটা হাসপাতালের সামনে চিকিৎসক করছিলেন প্রসন্ন দাস। কিন্তু তিনি আসলে ভুয়ো চিকিৎসক। তার কাছে পরিষেবা নিতে রাজ্যের বিভিন্ন জায়গা থেকে রোগী আসে। তাদের কাছ থেকে পরিষেবার নামে টাকা হাতিয়ে নেয়। তিনি ওই ভুয়ো চিকিৎসকের কাছে পরিষেবা নিতে গিয়েছিলেন। কিন্তু তিনি তার দেওয়া ওষুধ খেয়ে অসুস্থ হয়ে পড়েন আজ তিনি ছেলেবেটা ধানায় তার বিরুদ্ধে মামলা দায়ের করেন। ওই ঘটনায় লংতরাইভালি মহকুমার অঙ্গুষ্ঠত হেলেবেটা এলাকায় তীব্র চাঞ্চল্য ছড়িয়েছে। পুলিশ ওই ঘটনার তদন্তে নেমেছে।

### বিদ্যুৎ মাশুল বৃদ্ধি প্রত্যাহার সহ বিভিন্ন দাবিতে কংগ্রেসের বিক্ষোভ মিছিল



নিজস্ব প্রতিনিধি, কুমারঘাট, ৫ নভেম্বর। সরকারের উপর চাপ বাড়তে গ্রাহকদের হয়ে মাঠে নামলো বিরোধী দল কংগ্রেস। বিদ্যুৎ মাশুল বৃদ্ধি প্রত্যাহার এবং বকেয়া বিদ্যুৎ বিল কিস্তিতে পরিশোধ করা সহ পাঁচ দফার দাবিতে কুমারঘাটে বিদ্যুৎ নিগম অফিসের সামনে বিক্ষোভ ও ডেপুটেশন দিলো কংগ্রেস। বিদ্যুৎ ভোক্তাদের সাথে প্রতারণা করেছে ত্রিপুরা রাজ্য বিদ্যুৎ নিগম। প্রিপেইড মিটার রিচার্জে ত্রিপুরা চাক্ষুসের নামে গ্রাহকদের থেকে কেটে নিচ্ছে অধিক অর্থ। মূলত এই অভিযোগ এনে কুমারঘাটে আন্দোলনের বাপালো পাবনাছড়ার কংগ্রেস। উল্লেখ্য বেশ কিছুদিন ধরেই বিদ্যুৎ

### নাবালিকা ধর্ষণ দুই ভাইকে ২০ বছরের কারাদণ্ড

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। কুড়ি বছরের নাবালিকাকে ধর্ষণের দায়ে দুই ভাইকে পাকসো আইনে কুড়ি বছরের সশ্রম কারাদণ্ডের রায় দিয়েছে উত্তর জেলার জেলা ও দায়রা আদালত। ওই মামলায় জন্মক পিপি জানিয়েছেন, ২০২২ সালের ফেব্রুয়ারি মাসে স্কুল থেকে বাড়ি ফেরার পথে এক নাবালিকা প্রস্তুত নাথ বাড়িতে জল খেতে গিয়েছিল। পরবর্তী সময়ে তাকে ঘরে নিয়ে গিয়ে ধর্ষণ করে। ওই ঘটনাটি চোখে দেখেছিলেন আসামির ছোট ভাই পাণ্ডু দেবনাথ। পরবর্তী সময়ে গ্র্যাকমইল করে পাণ্ডু দেবনাথ অনেকবার ধর্ষণ করেন। ৬ এর পাতায় দেখুন

### পর্যদ পরিচালিত '২৫ এর মাধ্যমিক ও উচ্চমাধ্যমিক পরীক্ষা ফেব্রুয়ারিতে

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। ত্রিপুরা মধ্যশিক্ষা পর্যদ পরিচালিত ২০২৫ সালের উচ্চ মাধ্যমিক ও মাধ্যমিক পরীক্ষার ফেব্রুয়ারি মাসে শুরু হতে পারে। আজ পর্যদ ভবনে সাংবাদিক সম্মেলন করে এমনটি উ জানিয়েছেন পর্যদ সভাপতি ড. ধনঞ্জয় গণ চৌধুরী।

আজ সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে সভাপতি ড. ধনঞ্জয় গণ চৌধুরী বলেন, ২০২৫ সালের উচ্চ মাধ্যমিক পরীক্ষা ২৩৩৭ জন এনরোলমেন্ট করেছে। তাতে বিজ্ঞান বিভাগে পরীক্ষার্থীর সংখ্যা ২১৫২ জন। তেমনি, মাধ্যমিক পরীক্ষার ৩৩৮০০ জন এনরোলমেন্ট করেছে।

### বিশালগড়ে বাসে হামলা : যাত্রীর হার ছিনতাই করে পালাল দুষ্কৃতিরা



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। ভয়ংকর ঘটনার সাক্ষী হয়েছেন বিশালগড়বাসী। বাসে

উঠেছে। পাশাপাশি, টাকা পয়সা লুটপাট করে মারধর করারও অভিযোগ উঠেছে। ওই ঘটনায় গোটা বিশালগড়ে চাঞ্চল্য ছড়িয়েছে। ঘটনার বিবরণে জানা গিয়েছে, বিশালগড় এসডিএম অফিস সংলগ্ন সড়ক দিয়ে বাস নিয়ে আসছিলেন গৌতম সাহা। হঠাৎ কয়েকজন দুষ্কৃতির বাসে হামলা চালিয়েছে বলে অভিযোগ। আরও অভিযোগ, চালক গৌতম সাহাকে বেধড়ক মারধর করে এবং বাসে থাকা যাত্রী সোমা রানী কর্মকারের কাছ ৬ এর পাতায় দেখুন

### প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত মহিলা চালকদের শংসাপত্র প্রদান সুরক্ষার দিকে নজর রেখে গাড়ি চালানোর পরামর্শ রাজ্যপালের



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। রাজ্যপাল ইন্দ্র সেনা রেভিড নাথু আজ ত্রিপুরা সরকারের পরিবহন দপ্তরের গাড়ি চালনা প্রশিক্ষণ কেন্দ্র ইনস্টিটিউট অফ ড্রাইভিং ট্রেনিং এন্ড রিসার্চ থেকে প্রশিক্ষণ প্রাপ্ত ৩৮ জন মহিলার হাতে আজ ড্রাইভিং সার্টিফিকেট বা শংসাপত্র তুলে দিয়েছেন। এই হাতে ড্রাইভিং সার্টিফিকেট প্রদান উপলক্ষে জিরানিয়ায় ইনস্টিটিউট অফ ড্রাইভিং ট্রেনিং এন্ড রিসার্চ প্রদানে এক অনুষ্ঠানের আয়োজন করা হয়। এই অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথি ও উদ্বোধকের ভাষণে রাজ্যপাল শ্রী ইন্দ্র সেনা রেভিড নাথু এই উদ্যোগের প্রশংসা করেন। অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখতে গিয়ে

### উড়ালপুলে ফের দুর্ঘটনায় আহত স্কুটি চালক

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। ফ্লাইওভারে আরো একবার দুর্ঘটনা ঘটেছে। ঘটনায় আহত স্কুটির চালক। বর পয়ে ফায়ার সার্ভিস কর্মীরা ঘটনাস্থলে থেকে আহতকে উদ্ধার করে জিবি হাসপাতালে নিয়ে যায়। পথ চলতি সাধারণ মানুষের অনুদান, স্কুটি চালক সন্তবত নোশোস্ত্র অবস্থায় ছিল বলেই এই দুর্ঘটনা ঘটে। অগ্নিনির্বাপক দপ্তরের জনৈক কর্মী জানান, তারা ঘটনাস্থলে এসে দেখেন স্কুটি চালক অজ্ঞান হয়ে রাস্তায় পড়ে আছে। আর কত গাড়ি বা কিছুই পান নি তারা। তিনি আরো বলেন, ছেলেরটির মাথায় কোনো হেলমেট ছিল না। তাদের ধারণা ধাক্কা খাওয়ার পর হয়তো হেলমেট ওভাররীজ থেকে নিচে পড়ে গেছে। এদিকে প্রত্যক্ষদর্শীরা জানিয়েছেন, ছেলেরটির বাকি চালানোর ভঙ্গি দেখে মনে হয়েছিল হয়তো সে নেশা করে আছে। হঠাৎ করে হোসামাল হয়ে ওভাররীজের পাশের সীমানা ধাক্কা খায় সে। তারপর স্কুটি থেকে ছিটকে পড়ে যায়।

### শিশু সুপ্রিয়ার হৃদযন্ত্রে সফল অস্ত্রোপচার

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। রাষ্ট্রীয় বাল স্বাস্থ্য কার্যক্রমের (আরবিএসসি) মেডিকেল টিমের উদ্যোগে হৃদযন্ত্রের সম্পূর্ণ বিনামূল্যে সফল অস্ত্রোপচারে সুপ্রিয়া সিনহা নামের ৩ বছর ৯ মাস বয়সি এক শিশু কন্যা জীবন ফিরে পেয়েছে। ধলাই জেলার সালোমা প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্রের অঙ্গুষ্ঠত জামখুম এডিসি ভিলেজ এলাকার চিনি বিল পাড়া অদনওয়াড়ি কেন্দ্রে সালোমা প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্রের রাষ্ট্রীয় বাল স্বাস্থ্য কার্যক্রমের মেডিকেল টিম ক্রিনিং কর্মসূচিতে গিয়ে এক শিশুর জন্মগত হৃদযন্ত্রে সমস্যা রয়েছে বলে অনুমান করেন। তখন রাষ্ট্রীয় বাল স্বাস্থ্য কার্যক্রমের মেডিকেল টিম গত ৪ জুলাই, ২০২৪ শিশুটির এই জন্মগত সমস্যার চিকিৎসার বিষয়ে উদ্যোগ গ্রহণ করে এবং শিশুটির অভিভাবককে বিনামূল্যে হৃদযন্ত্রের উন্নত চিকিৎসার জন্য পরামর্শ দেন। শিশুটির অভিভাবকগণ তখন রাষ্ট্রীয় বাল কার্যক্রমের মেডিকেল টিমের পরামর্শে শিশুটিকে আগরতলা আইজিএম হাসপাতালে পরীক্ষার জন্য

নিয়ে যান এবং শিশুটির সম্পূর্ণ বিনামূল্যে ইকোকার্ডিওগ্রাফি পরীক্ষা করেন। এই পরীক্ষার মাধ্যমেই শিশুটির জন্মগত হৃদরোগ শনাক্ত হয়। চিকিৎসকগণ হৃদযন্ত্রের উন্নত চিকিৎসার জন্য শিশুটিকে বিনামূল্যে চেমাইয়ে আপোলো চিলড্রেন হাসপাতালে নিয়ে যাওয়ার পরামর্শ দেন। তখন সালোমা প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্রের রাষ্ট্রীয় বাল স্বাস্থ্য কার্যক্রমের টিম-এর তরফে গত ১০ সেপ্টেম্বর, ২০২৪ শিশুটিকে চেমাই আপোলো চিলড্রেন হাসপাতালে পাঠানো হয়। এরপর গত ১৩ সেপ্টেম্বর, ২০২৪ শিশুটিকে চেমাই আপোলো চিলড্রেন হাসপাতালে হৃদযন্ত্রের অস্ত্রোপচার করানোর জন্য ভর্তি করা হয়। গত ১৪ সেপ্টেম্বর হাসপাতালে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকদের তত্ত্বাবধানে শিশুটির সফলভাবে হৃদযন্ত্রের অস্ত্রোপচার করা হয়। অস্ত্রোপচারের পর গত ২১ সেপ্টেম্বর, ২০২৪ শিশুটিকে হাসপাতাল থেকে ছুটি দেওয়া হয় এবং শিশুটিকে নিয়ে তার অভিভাবকরা রাজ্যে ৬ এর পাতায় দেখুন

### পেইড পার্কিং নিয়ে বিক্ষোভ অটো চালকদের, দুর্ভোগ

নিজস্ব প্রতিনিধি, বিলাইনগা, ৫ নভেম্বর। সোমবার থেকে বিলাইনগা রেল স্টেশনে যাত্রী দুর্ভোগ চরম আকার ধারণ করে। আজও পরিস্থিতি একই ছিল। রেল স্টেশনে পেইড পার্কিং নিয়ে অটোচালকদের বিক্ষোভ এবং অটো চালকলে অচল অবস্থার সৃষ্টি হয়, আর এতেই যাত্রী দুর্ভোগ চরমে উঠে। অটোচালকদের অভিযোগ আজ হঠাৎ আরপিএফ এসে বিলাইনগা রেলস্টেশনে অটোচালকদের উপর অতর্কিত হামলা চালায় এবং বলার আঘাণ্যে ভাষায় গালিগালাজ করে। এছাড়াও অটোতে লাঠি দিয়ে বাড়ি দেওয়া ছাড়াও অটোচালকদের জোরপূর্বক রেল স্টেশন থেকে বের ৬ এর পাতায় দেখুন





# হরেকরকম

# হরেকরকম

# হরেকরকম

## বাড়িতেই অল্প উপকরণ দিয়েই বানিয়ে ফেলুন মুখরোচক ফ্রায়েড চিকেন

বর্ষাকাল মানে বিকেল হতেই ভাজাভুজি খেতে মন চায়। চায়ের সঙ্গে “টা” মানেই তো বাইরের চপ, শিঙাড়া কিংবা কাটলেট। বাড়ির খুদেদের আবার রেস্টুরাঁর মতো ফ্রায়েড চিকেনের দিকে ঝোঁক বেশি। তবে রোজ রোজ বাইরে থেকে আনা ফ্রায়েড চিকেন খাওয়া মোটেও স্বাস্থ্যকর নয়। এ বার দোকানের স্বাদ সহজেই আনুন বাড়ির হেঁশেলে। খুব সহজ কটা ধাপেই তা সম্ভব। দেখে নিন রেসিপি। আর বাড়িতেই বানিয়ে ফেলুন হুবহু রেস্টুরাঁর স্বাদের ফ্রায়েড চিকেন।

উপকরণ: ৪টি চিকেন লেগ পিস, ১ টেবিল চামচ রেড চিলি সস, ১ টেবিল চামচ সয়া সস, স্বাদ মতো নুন, ১ টেবিল চামচ আদা-রসুন বাটা, ১টি লেবুর রস, ১টি ডিম, ১ কাপ ময়দা, ১ টেবিল চামচ লঙ্কার গুঁড়ো, ১ চা



চামচ আদা-রসুন পাউডার, ১ চা চামচ সাদা গোলমরিচের গুঁড়ো।  
প্রণালী: চিকেন লেগ পিসগুলি একটি বড় পাত্রে নিয়ে তার সঙ্গে নুন, রেড চিলি সস সয়া সস আদা-রসুন বাটা, লেবুর রস ও ডিম ভাল করে মেখে নিন। মিশ্রণটি ঘন্টাখানেক ফ্রিজে রেখে দিন। এ বার আর একটি

## ঘি খেয়েও রোগা হওয়া যায়

ঘি খেতে ভালবাসেন কিন্তু খেতে পারেন না শুধু ওজন বেড়ে যাওয়ার ভয়ে। রোগা হওয়ার জন্য এর চেয়েও বড় বড় ত্যাগ স্বীকার করতে হয়। কষ্ট করলে তবেই যে কেউ মেলে, তা কে না জানে! তবে ওজন ঝরানোর জন্য ঘি খাওয়া বন্ধ করার দরকার নেই। ঘি খেয়েও রোগা হওয়া যায়। তার মানে রোজ সেরে ভাতে ঘি মেখে খেয়েও ছিপছিপে থাকবেন, এমন আশা করা ঠিক নয়।

তা হলে উপায়? কী ভাবে খেতে পারেন?  
টোস্টের সঙ্গে- টোস্টে মাখনের বদলে ঘি মাখিয়ে খেতে পারেন। তবে রোজ নয়। মাঝেমাঝে জলখাবারে ঘি মাখানো টোস্ট

থাকতেই পারে। হাত খুলে ঘি না মাখালেই ভাল। সপ্তাহে ১-২ দিন পরিমাণ মতো ঘি খাওয়া যায়। ঘি ভাত- সরাসরি ভাতে ঘি মেখে না খেয়ে বরং ঘি ভাত বানিয়ে খেতে পারেন। গাজর, বিঙ্গ, কাঁপদিকাম দিয়ে যে ফ্রায়েড রাইস বানালেন তাতে অল্প করে গাওয়া ঘি মিশিয়ে নিন। খেতেও ভাললাগবে, আবার ওজন থাকবে নিয়ন্ত্রণে।

বেকিং- কেক বানানোর জন্য ডিসেম্বর পরাট অপেক্ষা করার দরকার নেই, তার আগেই বানাতে পারেন। বেকিং-এর সময় খানিকটা ঘি দিতে পারেন। স্বাদ লেগে থাকবে মুখে। আবার ঘি খাওয়াও হল।



## কফি দিয়ে রকমারি পদে স্বাদ ও গন্ধ বৃদ্ধি করা যায়

শীতের দিনে এক কাপ ধুমায়িত কফি কিংবা গরমে বরফ মেশানো ঠাণ্ডা কফি, এক চুমুকেই শরীর ও মন জুড়িয়ে যায়। স্নায়ুকে চাপা করতে, মেদ ঝরাতে, মানসিক ক্লান্তি দূর করতে কফির জুড়ি মেলা ভার। তবে কফি বলতে আমরা বুঝি পানীয়, যা ঠাণ্ডা বা গরম দু’ভাবেই খাওয়া যায়। কিন্তু রকমারি পদও কফির গুণে সুস্বাদু হয়ে উঠতে পারে। কী ভাবে কোন খাবারে মেশাবেন কফি?

সুদী- গুট দিয়ে তৈরি সুদী যদি একঘেয়ে লাগে, তা হলে স্বাদ বদলে ব্যবহার করতে পারেন কফি। গুটের সঙ্গে দুধ, রকমারি ফল ও বাদাম মিশিয়ে সুদী তৈরির সময় মিশিয়ে দিন এক চামচ কফি। তা হলেই সুদীতে মিশবে কফির স্বাদ, জুড়বে পুষ্টিগুণও।

প্যানকেক- ময়দা, দুধ ও ডিমের মিশ্রণ দিয়ে প্যানকেক তৈরি হয়। এই মিশ্রণে কিছুটা কালো কফি ও কিছুটা কফির গুঁড়ো মিশিয়ে দিতে পারেন। সমস্ত উপকরণ মিশিয়ে প্যানকেক তৈরি করে নিলেই



তাতে বেশ কফির গন্ধ পাওয়া যাবে। অনেকের ডিমের গন্ধ লাগে, কফি মেশালে সেই গন্ধও ঢাকা পড়ে যাবে।

ফ্রেঞ্চ টোস্ট- দুধ, ডিমের মিশ্রণে পাউরুটি ডুবিয়ে ফ্রেঞ্চ টোস্ট করা হয়। ওই মিশ্রণে যদি কিছুটা কালো কফি বানিয়ে মিশিয়ে দেওয়া যায়, তা হলে পাউরুটির মধ্যে কফির গন্ধও স্বাদ মিশবে। বেশ অন্য রকম স্বাদ পাওয়া যাবে। কফি-প্রেমী হলে মন্দ লাগবে না।

কাপ কেক- বাড়িতে কাপ কেক বানানোর সময় মিশ্রণে যদি কফির

## আপনার বাড়ির জলই চুল পড়ার কারণ নয় তো?

রাস্তার ধুলো-খোঁয়া, দুধগ তো আছেই, খাওয়াগাওয়ায় অনিয়মও চুল পড়ার অন্যতম কারণ। তবে কারণ আরও আছে। ভাল করে ভেবে দেখুন তো, আপনার বাড়ির জলই চুল পড়ার কারণ হয়ে উঠছে কি না?

জলে যদি আয়রন বেশি থাকে তা হলে চুল পড়তে বাধ্য। বাড়ির কলের জল যদি “হাড” বা খনিজ সমৃদ্ধ হয়, তা হলে তো চুল পড়বেই।

কারণ এই জলে ক্যালশিয়াম ও ম্যাগনেশিয়ামের মাত্রাও বেশি থাকে যা চুলের গোড়ায় জমে থেকে গোড়া আলগা করে দেয়। এমন জল দিয়ে রোজ মাথা ধুলে বুঝতে পারবেন, চুল রক্ষণ ও নিজীবি হয়ে যাচ্ছে। মাথায় হাত দিলেই গোছা গোছা চুল উঠবে। চুলে জটও পড়বে বেশি।

এই সমস্যার সমাধান করতে হলে “ওয়াটার সফনার” লাগানোর ব্যবস্থা করুন। দাম বেশি পড়তে পারে, কিন্তু এই মেশিনে এমন ফিল্টার থাকে যা জলের ময়লা ও খনিজ উপাদানগুলিকে ছেঁকে



নিয়ে জল বিশুদ্ধ করতে পারে। কল বা শাওয়ারের মুখে এই ফিল্টার লাগিয়ে নিলে আর কোনও সমস্যা থাকবে না। তবে ফিল্টার মাঝেমাঝে পরিষ্কার করতে হবে না হলে আয়রন বা খনিজের স্তর জমা হতে হতে কল বা শাওয়ারের মুখ বন্ধ হয়ে যাবে।

জলে অতিরিক্ত ক্লোরিন থাকলেও চুলের বারোটা বেজে যাবে। ক্লোরিন এমনিতে জল পরিশুদ্ধ করে। কিন্তু অতিরিক্ত ক্লোরিন চুলের ক্ষতি করে। তাই যারা সুইমিং পুলে সাঁতার কাটেন, তাঁরা সতর্ক থাকতে হবে। শাওয়ার ক্যাপ পরে তবেই সাঁতার

## এখন হাঁটুর ব্যথা বয়স দেখে হয় না

ব্যথা-বেদনা এখন আর বয়স মেনে হয় না। বিশেষ করে আর্থ্রাইটিসের মতো সমস্যা যে কোনও বয়সে এসে হানা দিতে পারে। তা ছাড়া রোজের জীবনে যে একটানা অনিয়ম চলে, তার প্রভাব পড়ে জীবনে। দীর্ঘক্ষণ এক জায়গায় বসে থেকে পেশিগুলি শক্ত হয়ে যায়। সেখান থেকেই ব্যথা-বেদনার সূত্রপাত। আর বয়স বাতলে সেটাই ভয়ঙ্কর হয়ে ওঠে।

হাঁটুতে ব্যথা হলে অনেক কিছুই খাওয়া বারণ হয়ে যায়। পঁঠার মাংস, রঙিন পানীয়ের মতো অনেক খাবারই খাওয়া যায় না। হাঁটুতে ব্যথার সমস্যা কমাতে একটি পানীয়ের খোঁজ দিয়েছেন

পুষ্টিবিদেরা। খাদ্যতালিকায় এই পানীয় বা সুদী রাখলে উপকার পাবেন দ্রুত। ভাবছেন তো কী ভাবে বানাবেন সেই জাদু পানীয়? রইল প্রণালী।

উপকরণ: পালংশাক এক কাপ, ব্রবেরি এক কাপ, গ্রিন ইয়োগার্ট অধিক কাপ, বরফ এবং ঠাণ্ডা জল প্রয়োজন মতো।

প্রণালী: এই উপকরণগুলি একসঙ্গে মিশ্রিত করে ঘুরিয়ে নিন। মিশ্রণটি ঘন হয়ে এলেই গ্লাসে ঢেলে চুমুক দিন। রোজ না হলেও এক দিন অন্তর এটি খেতে পারেন। আর্থ্রাইটিসের সমস্যা কিছুটা হলেও নিয়ন্ত্রণে থাকবে।



## পোষ্যের কোথায় সমস্যা হচ্ছে কী ভাবে বুঝবেন

দিনভর কাজের শেষে বাড়ি ফিরে আদরের পোষা কুকুর বা বিড়ালকে কাছে ডেকেও দেখলেন সে আসছে না। এক কোণায় চুপটি করে বসে আছে অথবা ঝিমঝিম।

পোষ্যের পছন্দের খাবার দিয়েও দেখলেন খেতে চাইছে না। সেই ছটফটে ভাবটা যেন উধাও হয়েছে। বাড়ির বাইরেও বেরোতে চাইছে না। এইসব লক্ষণ দেখলে বুঝতে হবে আপনার পোষা অসুস্থ।

ভিতরে ভিতরে এমন কোনও রোগ বাসা বেঁধেছে যা শারীরিক ভাবে প্রচণ্ড দুর্বল করে দিয়েছে। পোষ্যের কোন লক্ষণ দেখলে সতর্ক হবেন? সারমর্মের আচরণে কোনও বদল হচ্ছে কি না সেটা অবশ্যই লক্ষ করা দরকার। অনেক সময় দেখা যায় পোষা চিংকার করেই চলেছে। আপনি ধরতে গেলেও রেগে যাচ্ছে। বাইরের কাউকে দেখলেও তেড়ে যাচ্ছে। এমন যদি বার বার করতে থাকে, তা হলে অবশ্যই গুরুত্ব দিতে হবে।

পোষ্যের মলমূত্রে যদি রক্ত দেখেন, তা হলে সতর্ক হতে হবে। যদিও প্রস্রাবের সঙ্গে রক্ত দেখা দেওয়া শুধুমাত্র মূত্রনালির



সংক্রমণের কারণে হয় না। তা অন্য আরও অনেক রোগের উপসর্গ হতে পারে। যদি দেখেন, ওর চনমনে ভাবটা ক্রমশ কমে যাচ্ছে, আপনাকে দেখেও মাথা নীচু করে শুয়ে আছে, কাছে ঘেঁষাচ্ছে না তেনমতো, তাহলে বুঝবেন ওর শরীর ভাল নেই। পশু চিকিৎসকেরা বলছেন, পোষা কুকুরের অল্পেই ক্লান্তি, সব সময় ঝিমুনি, দুর্বলতা, খেলতে না চাওয়া, আচরণে বদল শারীরিক অসুস্থতার লক্ষণ।

পোষা কুকুর বা বিড়ালের মূত্রনালির সংক্রমণ হতে পারে। তখন তাদের খিদে কমে যায়, দুর্বল হয়ে পড়ে। যদি দেখেন বার বার

## তৈতুল ফেলে না দিয়ে কী ভাবে ঘরোয়া কাজে ব্যবহার করবেন?

বিভিন্ন প্রকার চাট হোক কিংবা ফুচকা মুখরোচক খাবারের স্বাদ বৃদ্ধি করতে তৈতুলের কোনও জবাব নেই। তৈতুল দিয়ে কোনও পদ বানাবেন বলে বাজার থেকে কিনে আনলেন বাটে, কিন্তু সবটা ব্যবহার না হলে দীর্ঘ দিন সেটি ফ্রিজেই পড়ে থাকে। কেবল রান্নাতেই নয়, বাড়ির আরও বিভিন্ন কাজে কিন্তু কাজে লাগাতে পারেন তৈতুল।

জেনে নিন, বাড়িতে তৈতুল থাকলে কোন কোন কাজ সহজেই সেরে ফেলতে পারেন।

১) বাসন চকচক করতে তৈতুল কিন্তু বেশ কাজের। লেবু ও ভিনিগারের মতো তৈতুলের আ্যিসডিক গুণ স্টিল কিংবা পিতলের বাসন পরিষ্কার করতে কাজে আসে। অনেক সময় বাসনের তেল চিটচিটে ভাব কিছুতেই যেতে চায় না, তৈতুলের সাহায্যে সেই সমস্যারও সমাধান সম্ভব।

২) হেঁশেলে মাছির উপদ্রব বেড়েছে? এক টুকরো তৈতুলে কিন্তু মুশকিল আসান হতে পারে। তৈতুলের আ্যিসডিক গুণ ও গন্ধ



পোকামাকড় তাড়াতে উপকারী। হেঁশেলে কিংবা বাগানে পোকা তাড়াতে তৈতুল কাজে লাগাতে পারেন।

৩) সাবানের বিকল্প হিসাবেও কিন্তু তৈতুল কাজে লাগাতে পারেন। ত্বকের জন্য বেশ উপকারী হেঁশেলের এই উপাদান। জীবাণু ও ভাইরাসের আক্রমণ থেকে ত্বককে রক্ষা করতে পারে তৈতুল।

৪) কম খরচের ত্বক উজ্জ্বল করতে চাইলে ব্যবহার করতে পারেন তৈতুল। তৈতুলে ফসফরাস, অ্যামিনো অ্যাসিড, ম্যাগনেশিয়াম ইত্যাদি মিনারেল রয়েছে যা ত্বকের

## ডিজিটাল প্রযুক্তিতে সড়গড় করে তুলুন বাড়ির বয়স্কদের

অনলাইনে কাজকর্ম, ই-ব্যাঙ্কিং ইত্যাদিতে এখনও ভয় পান অনেক বয়স্করাই। ব্যাঙ্কের পাসবই আপডেট থেকে শুরু করে, টাকা ট্রান্সফার বা ইলেকট্রিকের বিল জমা দেওয়া... আপনি সব কাজই যথাস্থানে গিয়ে করতে ভালবাসেন। কিন্তু বাদ সাধে তাঁদের শারীরিক অবস্থা। কর্মসূত্রে ছেলেমেয়েরা হয়তো দূরে, বাড়িতে বয়স্ক দম্পতি একাই থাকেন, তখন ডিজিটাল প্রযুক্তির খুঁটিনাটি শিখে রাখলে অনেক সুবিধা হয়।

ছোট স্মার্টফোনের স্ক্রিন ছুঁয়ে বা কম্পিউটারের কি-বোর্ডের বোতাম চেপেই এক নিমেষে সেরে ফেলা যায় হাজারো কাজ। কী ভাবে বাড়ির বয়স্কদের ডিজিটাল প্রযুক্তির পাঠ দেবেন? সাইবার দুনিয়ার কোনটি ঠিক আর কোনটি ভুল, তা-ও শেখাতে হবে ধৈর্য ধরেই।

কী কী বোঝাবেন? ১) অনলাইন অ্যাপে কী ভাবে টাকাপয়সার লেনদেন করা যায়, তা শিখিয়ে দিন। বলতে ভুলবেন না, বেশির ভাগ অ্যাপই কিন্তু লেনদেনের সময় কার্ডের খুঁটিনাটি সেভ করে রাখার অপশন দেয়। এটি এড়িয়ে চলাই

ভাল। একটু সময় লাগলেও প্রত্যেক বার লেনদেনের সময় নতুন করে কার্ডের বিস্তারিত দিয়ে লেনদেন করতে শেখান। ২) কম্পিউটারে অ্যান্টিভাইরাস সফওয়্যার ইনস্টল করে দিন। মোবাইলেই হোক কিংবা কম্পিউটার বা ল্যাপটপে, লেনদেনের অ্যাপ যেন সুরক্ষিত থাকে তা শিখিয়ে দিন। কোনও অচেনা অ্যাপ ব্যবহার না করাই ভাল। ৩) নিজের এটিএম পিন, ব্যাঙ্কের এমপিন কাউকেই জানাবেন না। ব্যাঙ্ক অ্যাপের পাসওয়ার্ড কয়েক দিন ছাড়া-ছাড়া বদলে দিন। লেনদেনের সময় সবসময়ে ওটিপি বা ওয়ান টাইম পাসওয়ার্ড চাইছে কি না, দেখে নিন। ৪) অজানা নম্বর থেকে কোনও লিঙ্ক এলে বা ইমেইল করা হলে তা একেবারেই খুলে দেখবেন না। জানবেন এগুলি সবই নিয়ন্ত্রণ করছে হ্যাকারেরা। যে মুহূর্তে আপনি লিঙ্ক খুলবেন লেনদেন করা যাবে, তা শিখিয়ে দিন। প্রতারকদের পাঠানো কোনও ফর্ম ভরে টাকা দিতে যাবেন, সেই মুহূর্তে আপনার নাম, ঠিকানা, ব্যাঙ্কের বিস্তারিত বিবরণী হ্যাকারদের কাছে পৌঁছে যাবে।

## ভাঙা কফি কাপ ফেলে না দিয়ে সাজিয়ে তুলুন বাড়ি

শাখের কফি মগ হাত থেকে পড়ে গিয়ে ভেঙে চৌচির। পছন্দের জিনিস ভেঙে গেলে কার না মনখারাপ হয়! আঠা দিয়ে সেই কাপ যদি জোড়াও যায়, তাতে আর কফি নিয়ে চুমুক দেওয়া সম্ভব নয়। কারণ, ফাটা কাপে খাওয়া স্বাস্থ্যকর নয়। খুব সামান্য চিড় ধরলেও, তাতে বাসা বঁধতে পারে জীবাণু। তবে শাখের জিনিসটি ফেলে না দিয়ে, নানা ভাবে তা দিয়ে ঘর সাজিয়ে নিতে পারেন।

টব- ঘরে সবুজের ছেঁয়া বেশ লাগে। মানি প্ল্যান্ট, জেড প্ল্যান্ট-সহ যে গাছগুলি অল্প পরিচর্যতেই বেড়ে উঠতে পারে, তেমন কোনও গাছ ওই ভাঙা কফি কাপ জুড়ে নিয়ে টব বানিয়ে বসিয়ে ফেলুন। তার পর কাজ করার টেবিলে বা বারান্দার একফালি ঝাণ্ডা মগ সমেত গাছটি সাজিয়ে রাখতে পারেন।

মোমাদানি- ভাঙা মগ দিয়েও হতে পারে মোমাদানি। চাইলে অবশ্য কাপের গায়ে রং করে নিতে পারেন। পাটের সূতা আঠা দিয়ে মগের গায়ে পেঁচিয়ে তার উপর কোনও কৃত্রিম ফুল লাগিয়ে

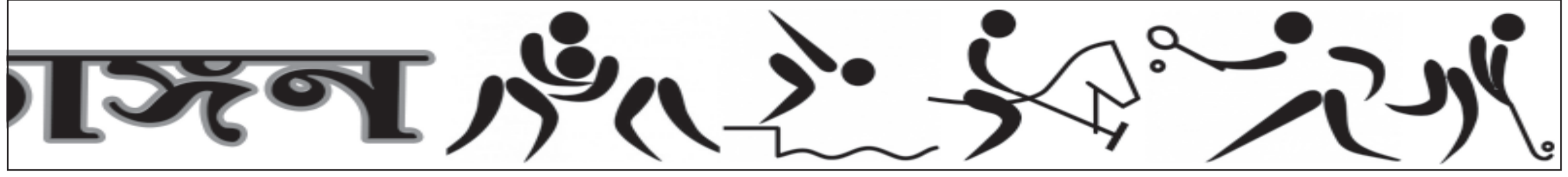


দিতে পারেন। নকশা করাটা নিজের ইচ্ছাধীন। আবার কোনও কিছু না করেও মগের ভিতরে বেশ সেই কফি মগটি খুঁদের পড়ার টেবিলে বা নিজের কাজের টেবিলে পেনদানি হিসাবে ব্যবহার করতে পারেন।

মোমাদানি- ভাঙা মগ দিয়েও হতে পারে মোমাদানি। চাইলে অবশ্য কাপের গায়ে রং করে নিতে পারেন। পাটের সূতা আঠা দিয়ে মগের গায়ে পেঁচিয়ে তার উপর কোনও কৃত্রিম ফুল লাগিয়ে







## রাজ্যে খেলাধুলার মান উন্নয়নে খুবই আন্তরিকভাবে কাজ করছে বর্তমান সরকার সোনামুড়ায় মরহুম আয়েত আলি ফুটবল টুর্নামেন্টের ফাইনাল ম্যাচে মুখ্যমন্ত্রী



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৫ নভেম্বর। রাজ্যে খেলাধুলার মান উন্নয়নে খুবই আন্তরিকভাবে কাজ করছে বর্তমান সরকার। ক্রীড়া ক্ষেত্রে ত্রিপুরার ছেলোয়েদেরা এখন জাতীয় ও আন্তর্জাতিক স্তরে সাফল্য অর্জন করছে। সরকার চাইছে ক্রীড়া ক্ষেত্রে পরিকাঠামো উন্নয়নের মাধ্যমে তাদের দক্ষতা আরো বৃদ্ধি করতে। মঙ্গলবার সন্ধ্যা রাতে সিপাহীজলা জেলার সোনামুড়া স্পোর্টিং এসোসিয়েশন মাঠে আয়োজিত মরহুম আয়েত আলি ফুটবল টুর্নামেন্টের ফাইনাল ম্যাচে অংশগ্রহণ করে একথা বলেন মুখ্যমন্ত্রী প্রফেসর ডাঃ মানিক সাহা। মুখ্যমন্ত্রী ডাঃ সাহা বলেন, আমি আজ সোনামুড়াতে এসে সত্যি আনন্দিত। এই ফাইনাল ম্যাচ দেখার জন্য অপগিত মানুষ এখানে এসেছেন। দেশের মধ্যে এটা সুপ্রতিষ্ঠিত যে ত্রিপুরা একটা সুস্থির রাজ্য। যেখানে আইন শৃঙ্খলা ব্যবস্থা খুবই সুন্দরভাবে আমরা বজায় রেখেছি। এর প্রতিফলন আজকের এই ম্যাচে বহু মানুষের উপস্থিতিতে প্রত্যক্ষ হয়েছে। জাতি জনজাতি সহ বিভিন্ন ধর্মের মিশ্র সংস্কৃতির এই রাজ্যকে সবাই মিলে আমরা এক ত্রিপুরা শ্রেষ্ঠ ত্রিপুরা হিসেবে গড়ে তুলবো।

মুখ্যমন্ত্রী আরো বলেন, বাঙ্গালির শ্রেষ্ঠ খেলাই হচ্ছে ফুটবল। আমরা আজকেও সেটা দেখতে পাচ্ছি। অন্যান্য খেলার সঙ্গে ফুটবলের তুলনা হয় না। ফুটবলের মধ্যে একটা আলাদা আনন্দ ও অনুভূতি পাওয়া যায়। জীবনযাত্রার মধ্যেও ফুটবলের একটা প্রভাব থেকে যায়। হার জিতের মাধ্যমেও আনন্দ উল্লাস ফুটবলের মাধ্যমে পরিলক্ষিত হয়। ডাঃ সাহা বলেন, রাজ্য সরকার আন্তরিকভাবে চাইছে ত্রিপুরায় খেলাধুলার আরো উন্নয়ন হোক। সারা রাজ্যে ইতিমধ্যে ৭টি সিঙ্গেল ফুটবল মাঠ নির্মাণ করা হয়েছে। রাজ্যের আরো কয়েকটি

## আশায় গুঁড়োবালি, ঠিক সময়ে এমবিবি স্টেডিয়ামে ত্রিপুরা-বরোদা ম্যাচ অনিশ্চিত

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। প্রাকৃতিক পরিস্থিতির যথেষ্ট অবনতি। অন্ততপক্ষে এমবিবি স্টেডিয়ামে ক্রিকেট ম্যাচ শুরু হওয়ার প্রেক্ষাপটে। মার্চ প্রস্তুত হলেও আজ মঙ্গলবার বিকেল থেকে বিরতিহীন দীর্ঘক্ষণ ইলশেগুড়ি বৃষ্টিতে মাঠের আউটফিল্ড বিপরীত আচরণ করবে বলে অনুমেয়। স্বাভাবিক কারণে নির্ধারিত সময়ে খেলা শুরু করার বিষয়ে যথেষ্ট সন্দেহ তৈরি হচ্ছে। ওড়িশা ত্রিপুরা ম্যাচ পুরো চার দিন মাঠের কারণে ভেঙে যাওয়ার পর ত্রিপুরা মুম্বাই ম্যাচও কিন্তু শুরুতে এক ঘণ্টা ৪৫ মিনিট দেরিতে শুরু করতে হয়েছিল। এবার বরোদা ত্রিপুরা ম্যাচ কতটা সময় পরে শুরু করতে হয়, সেটা সময়েই বলবে। খেলোয়াড়রাও প্রস্তুত প্রায়। রাজ্য রঞ্জি খেলোয়াড়রা এমবিবি স্টেডিয়ামে মুখ্য কোচ এবং সহকারী কোচদের পরামর্শ ক্রমে প্রয়োজনীয় প্র্যাকটিস করেছেন। সফরকারী বরোদা দলের খেলোয়াড়রাও যথাসময়ে অনুশীলনে নিয়োজিত ছিলেন। আগামীকাল (বুধবার) থেকে ত্রিপুরা, বরোদার রঞ্জি টফির চার দিনের ম্যাচ শুরু হচ্ছে। এদিকে, ক্রুনাল পাণ্ডিয়ার বরোদা দল আপাতত ৩ ম্যাচের শেষে জয়ের হাটট্রিকের সুবাদে ১৯ পয়েন্ট নিয়ে এককভাবে পয়েন্ট তালিকার শীর্ষে রয়েছে। ত্রিপুরা রয়েছে তৃতীয় শীর্ষে। তিন ম্যাচ থেকে নয় পয়েন্ট পেয়ে। দুদলের সম্ভাব্য খেলোয়াড়রা হলো - বরোদা দল: ক্রুনাল পাণ্ডিয়া (অধিনায়ক), বিষ্ণু সোলাঙ্কি, জ্যোতস্নিল সিং, শিবালিক শর্মা, শাশ্বত রাওয়াল, মিতেশ পেটেল (উইকেট রক্ষক), মহেশ পিঠিয়া, ভার্গবী ভাট, অমিত সিং, নিনাদ রাখতা, অভিমন্যু সিং, সৌমি পাণ্ডে, এ বি মোরে। ত্রিপুরা দল: বিক্রম কুমার দাস, জীবনজ্যোৎ সিং, শ্রীদাম পাল, তেজস্বী জয়সোলাক, মানদীপ সিং (অধিনায়ক), শরথ শ্রীনিবাস (উইকেট রক্ষক), বিক্রম দেবনাথ, মনিন্দ্র মুরাসিং (সহ অধিনায়ক), পারভেজ সুলতান, রানা দত্ত, অজয় সরকার, সন্দীপ সরকার, সৌরভ দাস, জয়দীপ বণিক, শংকর পাল, রজত দে, অভিজিৎ সরকার। উল্লেখ্য, বরোদা প্রথম ম্যাচে মুম্বাইকে ৮৪ রানে, দ্বিতীয় ম্যাচে সার্ভিসেসকে ৬৫ রানে এবং তৃতীয় ম্যাচে ওড়িশাকে ইনিংস সহ ৯৮ রানে পরাজিত করেছে। ত্রিপুরা প্রথম ম্যাচে ওড়িশার সঙ্গে খেলা হয়নি বলে এক পয়েন্ট পেয়েছিল। দ্বিতীয় ম্যাচে মেঘালয়কে ইনিংস সহ ১৭ রানে হারিয়ে বোনাস সহ ৭ পয়েন্ট পেয়েছিল। তৃতীয় ম্যাচে মুম্বাইয়ের সঙ্গে ড্র করেছিল।

## বলরামজি দাস ট্যাডন স্মৃতি ক্রিকেটে ত্রিপুরা-চন্ডিগড় ম্যাচ আগামীকাল থেকে

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। ১৬ রাজ্য ক্রিকেট দল এখন চন্ডিগড়ে। সেখানেকার পঞ্চকুলায় তাও দেবি লাল সেক্টর খ্রিতে সোমবার থেকে চতুর্থ বলরামজি দাস ট্যাডন মেমোরিয়াল ক্রিকেট টুর্নামেন্ট শুরু হয়েছে। আয়োজক চন্ডিগড় ক্রিকেট এসোসিয়েশন। আটটি দলকে নিয়ে আয়োজিত এবারকার টুর্নামেন্ট চলবে ১৭ নভেম্বর পর্যন্ত। অনূর্ধ্ব ১৬ বালকদের এই ক্রিকেট টুর্নামেন্টে অংশ নিতে ত্রিপুরা দল আজ, মঙ্গলবার চন্ডিগড়ে পৌঁছেছে। ত্রিপুরা দলের প্রথম

খোলা দিল্লির বিরুদ্ধে ৭ নভেম্বর, বৃহস্পতিবার থেকে শুরু হবে। দুদিনের ম্যাচ চলবে ৮ নভেম্বর পর্যন্ত। ৯ নভেম্বর ত্রিপুরা দলের একটি ম্যাচ রয়েছে, ৫৫ ওভারের চন্ডিগড় বি দলের বিরুদ্ধে। ১০ ও ১১ নভেম্বর ত্রিপুরা দল পরবর্তী চন্ডিগড় ক্রিকেট এসোসিয়েশন। রাজ্য দলের অবস্থান পুল বি-তে। পুল এ-এর চারটি দল হলো চন্ডিগড় এ, হিমাচল প্রদেশ, জম্মু-কাশ্মীর এবং মিজোরাম। সেমিফাইনাল ম্যাচ রয়েছে ১৩ ও ১৪ নভেম্বর। ফাইনাল ম্যাচ ১৬-১৭ নভেম্বর। এদিকে আজ,

মঙ্গলবার প্রথম রাউন্ডের তিনটি ম্যাচ সম্পন্ন হয়েছে। চন্ডিগড় এ দল হিমাচল প্রদেশের বিরুদ্ধে সরাসরি জয় পেয়ে ৬ পয়েন্ট পেয়েছে। অপর খেলোয়াড় জম্মু-কাশ্মীর ইনিংস সহ মিজোরামকে হারিয়ে বোনাস সহ ৭ পয়েন্ট পেয়ে পুল এ-তে শীর্ষে রয়েছে। পুল বি-এর একমাত্র খেলোয়াড় ও দিল্লির ম্যাচটি ড্র-তে নিষ্পত্তি হয়েছে। তবে প্রথম ইনিংসে এগিয়ে থাকার সুবাদে পাঞ্জাব ও পয়েন্ট পেয়েছে। দিল্লির বুলিতে এক পয়েন্ট রয়েছে।

## অনূর্ধ্ব ২০ বালিকাদের তৃতীয় শিবিরে ডাক পেল ২০ জন

ক্রীড়া প্রতিনিধি আগরতলা। ত্রিপুরা ক্রিকেট এসোসিয়েশন আয়োজিত অনূর্ধ্ব ২০ বালিকাদের তৃতীয় প্রাক প্রস্তুতি শিবিরে ডাক পেল রাজ্যের বিভিন্ন মহকুমা থেকে ২০ জন মহিলা ক্রিকেটার। মনোনীত ক্রিকেটারদের আগামী ৭ নভেম্বর দুপুর ১২ টায় নরসিংগড় পুলিশ ট্রেনিং একাডেমি রাউন্ডে রিপোর্ট করার জন্য আহ্বান জানান

ত্রিপুরা ক্রিকেট এসোসিয়েশনের সচিব সুব্রত দে। ক্রিকেটাররা হলেন সদরের অমিতা রায়, অনুভা পাল, অভিজ্ঞা বর্ধন, সান্মী বেরমা, ক্রিস্টিনা রেমা, মোহনপুরের ভাবনা দেব, মোনালিসা দে, মধুমিতা সরকার, বিশালগড়ের অনুশা শীল, রাস্বতী চৌধুরী, মেহা সরকার, উদয়পুরের এঞ্জেল পাল, শান্তির বাজারের আলীজা দেববর্মা, অঙ্কিতা পাটারি, নিশিকা দেববর্মা, রেবিকা নোয়াতিয়া, তে লিয় মুন্ডা এবং তানিয়া। লংতরাইভ্যালির নেত্রিনা বড়ুয়া ও সাহিলি দেববর্মা। প্রশিক্ষক হিসেবে রয়েছেন তপন কুমার দেব ও মান্নি পেনোথা। ফিজিও পাপিয়া দেবনাথ ও ট্রেইনার বাঁপি দাস।

## কোহলিই কি আবার বেঙ্গালুরুর অধিনায়ক?

আইপিএলের নিলামের আগে ফাফ ডুপ্লেসিকে ধরে রাখবেন। রয়্যাল চ্যালেন্জার্স বেঙ্গালুরু। দলের এই সিদ্ধান্ত থেকে পরিষ্কার, আগামী মরসুমে নতুন অধিনায়ক পাচ্ছে বেঙ্গালুরু। বিরাট কোহলিকে ধরে রেখেছে তারা। গত মরসুমে ১৫ কোটি টাকা পাওয়া কোহলিকে আগামী মরসুমে ২১ কোটি টাকা দেওয়া হবে। তবে কি আবার কোহলিকেই অধিনায়ক করবে বেঙ্গালুরু? জল্পনা আরও বাড়িয়ে দিলেন দলের ডিরেক্টর অফ ক্রিকেট মো বাবাট। ডুপ্লেসিকে ধরে না রাখলেও এত দিন অধিনায়কের বিষয়ে কিছু জানায়নি বেঙ্গালুরু। এই প্রসঙ্গে নিয়ে এখনও কোনও সিদ্ধান্ত নিহিন। কোহলি আবার অধিনায়ক হবে কি না সে বিষয়ে এখনই কিছু বলতে পারব না। আমরা বিকল্প খোলা রাখছি। এ কথা স্পষ্ট যে আমরা ডুপ্লেসিকে রাখছি না। আমরা টুপ্লেসিকে রাখছি না। আমরা টুপ্লেসিকে রাখছি না। আমরা টুপ্লেসিকে রাখছি না। আমরা টুপ্লেসিকে রাখছি না।

## সন্তোষ ট্রফি ফুটবল : আগরতলায় গ্রুপ লিগের প্রস্তুতি জোরকদমে

ক্রীড়া প্রতিনিধি আগরতলা। শিবিরে রিপোর্ট করা ৩৪ জন ফুটবলার থেকে রাজ্য ফুটবল দল গঠন করা হবে। শিবিরে ৩৭ জনকে ডাকা হলেও দুজনের চোট আঘাত রয়েছে। একজন চাকরি সূত্রে রাজ্যের বাইরে রয়েছেন। ৭৮ তম জাতীয় ফুটবল চ্যাম্পিয়নশিপ তথা সন্তোষ ট্রফি ফুটবলের ডি গ্রুপের ম্যাচগুলি এবার অনুষ্ঠিত হবে আগরতলায়। টুর্নামেন্টের এই গ্রুপে রয়েছে

ত্রিপুরা, মিজোরাম, মনিপুর ও সিক্কিম। আগামী ১৫ নভেম্বর থেকে আগরতলায় অনুষ্ঠিত হবে টুর্নামেন্টের গ্রুপ লীগের ম্যাচগুলি। তাই স্বাগতিক ত্রিপুরা দলের চূড়ান্ত রাজ্য দল গঠনের লক্ষ্যে আয়োজিত শিবিরে সংশোধন আকারে ডাক পেয়েছিল ৩৭ জন ফুটবলার। শিবিরে রিপোর্ট করেছেন, এমন ফুটবলাররা হলেন বৃদ্ধ দেববর্মা, অমিত জমাতিয়া,

অলক জমাতিয়া, সাবাত জমাতিয়া, সিয়াম পুইয়া, কুমার সাতনম খোব, অনন্ত বিজয় জমাতিয়া, ভোলোমনি জমাতিয়া, শিবা দেববর্মা, মঙ্গল সিং দেববর্মা, বাদল দেববর্মা, বিষ্ণু দেববর্মা, আচাই ফুগ জমাতিয়া, স্টিফেন পল ডারলং, রাজ চন্দ্র জমাতিয়া, রজনীকান্ত ত্রিপুরা, রাজীব সাধন জমাতিয়া, লিয়ান মুইয়া ডার্লিং, ভক্ত সাধন জমাতিয়া, প্রীতম হোসেন, বয়ার জমাতিয়া, পহর জমাতিয়া, সঞ্জয় জমাতিয়া,

বিপ্লব দেববর্মা, সুকান্ত জমাতিয়া, জাবেত ডার্লং, এলটন ডার্লং, অমিত জমাতিয়া, নাইসা জমাতিয়া, মনীষ দেববর্মা, বিশ্বজিৎ দেববর্মা, ভানলাল কিমা, অনিকেত জমাতিয়া, পারভেজ ফুইয়া। এদিকে, যথার্থভাবে জাতীয় মানের ফুটবল টুর্নামেন্টের গ্রুপ লীগ পরায়ের খেলা সম্পন্ন করার লক্ষ্যে ত্রিপুরা স্পোর্টিং জর্নালিস্ট ক্লাবের সদস্যদের সঙ্গে টিএফএ-র

সচিব ও যুগ্ম সচিব প্রমুখ মিলিত হয়ে প্রয়োজনীয় পরামর্শ গ্রহণ করেছেন। টিএসজেসি থেকে গঠনমূলক কিছু প্রস্তাব রাখা হলে টিএফএ আন্তর্জাতিক সহকারী সচিবের সঙ্গে আলোচনা করা হবে বলে জানান। টুর্নামেন্টের দারুন আয়োজনে টিএসজেসি-র প্রস্তাব সমূহ অবশ্যই কাজে আসবে বলে টিএফএ-র পক্ষ থেকে সংশ্লিষ্ট প্রতিনিধিদের ধন্যবাদ জানান।

## অস্ট্রেলিয়ায় ব্যর্থ হলেই ছাঁটাইয়ের সম্ভাবনা বোর্ডের

অস্ট্রেলিয়া সফরের পরেই ভারতীয় দলের কিছু সিনিয়র ক্রিকেটারের ভবিষ্যত ঠিক হয়ে যাবে। আগামী দিনে জাতীয় দলের দরজা পাকাপাকি ভাবে বন্ধ হয়ে যেতে পারে রোহিত শর্মা, বিরাট কোহলিদের কাছে। নিউ জিল্যান্ডের কাছে চুনকাম হওয়ার পর পরিস্থিতি খতিয়ে দেখতে চলেছে বোর্ড। পরবর্তী টেস্ট বিস্কাপের আগে ধীরে ধীরে সিনিয়রদের সরিয়ে দেওয়ার পথে ঠাঁটতে পারে তারা। মনে করা হচ্ছে, অস্ট্রেলিয়া সফর রোহিত, কোহলি, রবিচন্দ্রন অধিন এবং রবীন্দ্র জাজেজার কাছে শেষ সুযোগ হতে পারে। প্রত্যেকেই আন্তর্জাতিক কেরিয়ারের শেষ পর্বে। খারাপ ফল হলেই কোপ পড়তে পারে তাদের উপর। আগামী দু'-এক দিনের মধ্যেই বোর্ডের কর্তাদের সঙ্গে সাধারণ আলোচনা হতে পারে নির্বাচক প্রধান অজিত আগরকার, চেচ গৌতম গম্ভীর এবং অধিনায়ক রোহিত শর্মা। তবে সেখানে খুব গুরুত্বপূর্ণ সিদ্ধান্ত হওয়ার সম্ভাবনা নেই। বোর্ডের এক সূত্র সংবাদ সংস্থাকে বলেছেন, "নিউ জিল্যান্ড সিরিজের ফলাফল নিয়ে আলোচনা হবে। ১০ নভেম্বর অস্ট্রেলিয়ায় উদ্দেশ্যে দল রওনা দেওয়ার আগে সাধারণ একটা আলোচনা। এই হার যে বড়সড় ধাক্কা তাতে সন্দেহ নেই। তবে অস্ট্রেলিয়া সিরিজ সামনেই রয়েছে। দলও যোমিত। সেখানে বদলের কোনও সম্ভাবনা নেই।" তিনি আরও বলেছেন, "যদি ভারত বিশ্ব টেস্ট চ্যাম্পিয়নশিপের ফাইনালে যেতে না পারে, তা হলে টেস্ট ফাইনালের পরেই ইংল্যান্ডে পাঁচ টেস্টের সিরিজ খেলবে ভারত, যা পরের বিশ্ব টেস্ট চ্যাম্পিয়নশিপ চক্রের অন্তর্গত। সূত্রের খবর, ২০১১ সালের ঘটনার পুনরাবৃত্তি চাইছে না বোর্ড। সে বারও প্রবীণ ক্রিকেটারদের নিয়ে গড়া দল হঠাৎই খারাপ ফল করতে শুরু করেছিল। তাই আগরকার এবং গম্ভীর দলের চার সিনিয়র ক্রিকেটারের সঙ্গে কথা জানতে চাইতে পারেন।

সাই সুদর্শন, দেবদত্ত পাড়িকুলেরা টেস্ট দলে চুক্তিতে পারেন। রবি অধিনের বদলে ওয়াশিংটন সুন্দরকে আগামী ১০ বছরের জন্য ভাড়া হচ্ছে। জাজেজার জায়গায় অক্ষয় পেটেল এবং মানব সুতার পরবর্তী প্রজন্ম মোটামুটি তৈরি।

বাংলার হয়ে রঞ্জি ট্রফিতে চলতি মরসুমের পরে আর মাঠে নামবেন না ঋদ্ধিমান সাহা। রবিবার রাতে সমাজমাধ্যমে অবসরের কথা জানিয়ে দিয়েছেন এই উইকেটরক্ষক। ২০১০ সাল থেকে ২০২১ পর্যন্ত এগারো বছরে ভারতের হয়ে ৪০টি টেস্টে প্রতিনিধিত্ব করেছেন তিনি। খেলেছেন নাটি টি-টোয়েন্টিও। আইপিএলেও নানা দলের জার্সিতে তাঁকে দেখা গিয়েছে। রবিবার ঋদ্ধি লেখেন, "এই অবিস্মরণীয় যাত্রাপথের সঙ্গে যুক্ত প্রত্যেককে ধন্যবাদ জানাই। বাংলার হয়ে শেষ বার এই মরসুমে প্রতিনিধিত্ব করছি। বাংলার জার্সিতে উল্লেখযোগ্য অবদান রাখতে চাই।" প্রথম শ্রেণির ক্রিকেটে পনেরো বছর ঋদ্ধি বাংলার হয়ে খেলেছেন। মাঝে দু'বছর ত্রিপুরার হয়ে খেলেন। চলতি মরসুমে সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়ের কথায় তিনি ফের বাংলার হয়েই রঞ্জি ট্রফিতে খেলেছেন।

## এই মরসুমই শেষ ঘোষণা ঋদ্ধিমানের

## ফাইভ-এ-সাইড ফুটবল টুর্নামেন্টের এনটি আহ্বান

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা। আগামী ৯ ও ১০ নভেম্বর, দশম বর্ষ দেব ওভর্মিনিং ফুটবল ক্লাবের উদ্যোগে স্বর্ণীয়া শিব নাথ দে স্মৃতি দ্বিতীয় বর্ষ ফাইভ-এ-সাইড ফুটবল টুর্নামেন্ট অনুষ্ঠিত হবে। খেলোয়াড় চ্যাম্পিয়ন ও রানার্স দলকে যথাক্রমে ৮ হাজার ও ৫ হাজার টাকা প্রাইজমানি সহ সুসুন্দর ট্রফিও প্রদান করা হবে। এছাড়া রয়েছে অন্যান্য পুরস্কারও। খেলার এনটি ফি সাতশ" টাকার খারা করা হয়েছে। জমা দিতে হবে আগামী ৭ নভেম্বরের মধ্যে। দশম বর্ষ দেব ওভর্মিনিং ফুটবল ক্লাবের উপস্থিতিতে খেলেন বিরপাক্ষ চৌধুরী, সিদ্ধান্ত সরকার, অখিল দাস ও পিন্টু ঘোষ প্রমুখ। দারুন ভাবে টুর্নামেন্ট সম্পন্ন করার লক্ষ্যে উদ্যোগকারী সংশ্লিষ্ট সকলের সহযোগিতা চেয়েছেন।

