



ত্রিপুরার প্রথম দৈনিক

# জাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA  
Founder: J.C.Paul ■ Former Editor: Paritosh Biswas

গৌরবের ৭১ তম বছর



JAGARAN ■ 71 Years ■ Issue-85 ■ 31 December, 2024 ■ আগরতলা ৩১ ডিসেম্বর, ২০২৪ ইং ■ ১৫ পৌষ, ১৪৩১ বঙ্গাব্দ, মঙ্গলবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা

## অসমে এসটিএফ'র জালে আরও এক জিহাদি উদ্ধার বহু চাঞ্চল্যকর ও শিহরণকারী তথ্য

গুয়াহাটি, ৩০ ডিসেম্বর (হিস.)। অসমে এসটিএফ-এর অভিযানে ধরা পড়েছে আরও এক জিহাদি। ধৃত জিহাদি কোকরাঝাড় জেলার অন্তর্গত ভোদোয়াওড়ির বাসিন্দা গাজি রহমান। ইতিমধ্যে গাজিকে গুয়াহাটি নিয়ে আসা হয়েছে। গত ১৭ ডিসেম্বর থেকে আজ পর্যন্ত 'অপারেশন প্রয়াত'-এর বলে 'গ্লোবাল টেরিস্ট অর্গানাইজেশন' (ডিটিও)-এর ১২ জন জিহাদি তথা মৌলবাদীকে গ্রেফতার করেছে আসাম পুলিশের স্পেশাল টাস্ক ফোর্স (এসটিএফ)।

গাজি রহমানকে থেফতারের বিষয়ে নিশ্চিত করেছেন এসটিএফ-প্রধান, আইজিপি ড. পার্থসারথি মহন্ত (আইপিএস)। তিনি জানান, সন্ত্রাসী নেটওয়ার্কের বিরুদ্ধে 'অপারেশন প্রয়াত'-এর শীর্ষক চলমান অভিযানে আরেক জিহাদিকে গ্রেফতার করা হয়েছে। নির্তরযোগ্য তথ্যের ভিত্তিতে আজ সোমবার সকালে কোকরাঝাড় জেলার অন্তর্গত ভোদোয়াওড়ি থেকে ৩৫ বছর বয়সি গাজি রহমানকে গ্রেফতার করা হয়েছে। সে জিহাদি সংগঠন আল-কায়েদা ইন দ্য ইন্ডিয়ান সাবকন্টিনেন্ট (একিউআইএস) এবং আনসারউল্লা বাংলা টিম (এবিটি)-এর সাথে জড়িত বলে তথ্য পাওয়া গেছে। এসটিএফ-প্রধান ড. পার্থসারথি বলেন, 'কোকরাঝাড় জেলা পুলিশের সহায়তায় নিয়ে পলাতক অভিযুক্ত গাজিকে আজ সফলভাবে গ্রেফতার করেছেন তাঁরা। তাকে নিয়ে গুয়াহাটি আসা হয়েছে। তার বিরুদ্ধে আইনি প্রক্রিয়া চলছে। এখন পরাপ্ত প্রাপ্ত তথ্য অনুযায়ী, অসমে জিহাদি নেটওয়ার্কের মূল মাথা গাজি। গাজি রহমানের বিরুদ্ধে বেশ কিছু চাঞ্চল্যকর ও শিহরণকারী অভিযোগ আছে।' এদিকে অন্য এক সূত্রের খবর, গাজি রহমানের জিহাদি গ্যাঙ অসমে নির্বাচিত কয়েকজন আরএসএস, বিজেপি এবং শীর্ষ হিন্দু নেতাকে নির্যাস করার ছক কষছিল। এখানে উল্লেখ করা যেতে পারে, 'অপারেশন প্রয়াত'-এর নামে অসমে



পুলিশের সহায়তায় আসাম পুলিশের স্পেশাল টাস্ক ফোর্স-এর প্রধান আইপিএস ড. পার্থসারথি মহন্তের নেতৃত্বে একটি সমন্বিত অভিযানে ভারতীয় উপমহাদেশে আল-কায়েদার সহযোগী সংগঠন

গুরা হয়েছে মৌলবাদী/জিহাদি মডিউল ভাঙ্গার অভিযান। এরই অঙ্গ হিসেবে গত ১৭ এবং ১৮ ডিসেম্বর পশ্চিমবঙ্গ এবং কেরালা আনসারউল্লা বাংলা টিম (এবিটি)-এর এক বাংলাদেশি সহ আট জিহাদিকে গ্রেফতার করা হয়েছে। দুদিনের অভিযানে তাদের গ্রেফতার করা হয়েছে তারা মহম্মদ সাদ রাদি গুরফে মহম্মদ শাব শেখ (বাংলাদেশি নাগরিক, বৈধ ভ্রমণবিধি ছাড়া কেরালায় অবস্থানকারী), পশ্চিমবঙ্গের মুর্শিদাবাদ থেকে মিনারুল শেখ ও মহম্মদ আব্বাস আলি, অসমের কোকরাঝাড় থেকে নূর ইসলাম মণ্ডল, আব্দুল করিম মণ্ডল, মজিবর রহমান ও হামিদুল ইসলাম এবং অসমের ধুবড়ি থেকে এনামুল হক। তাদের হেফাজত থেকে মৌলবাদী সংক্রান্ত আপস (ভারতের নিদ্রিতি করে একটি রাজ্যের ভৌগোলিক অবস্থান ইত্যাদি), সিম সহ মোবাইল ফোনের হ্যাণ্ডসেট, ইসলামিক প্রচার সামগ্রী, বাংলাদেশে ইস্যুকৃত পরিচয় নথি, সমালোচনামূলক প্রমাণ সংবলিত পেনড্রাইভ সমেত শেখ কিছু অপরাধমূলক সামগ্রী বাজেয়াপ্ত করা হয়েছে।

২৫ ডিসেম্বর মধ্যরাত্রে এসটিএফ-প্রধান (আইজিপি) আইপিএস ড. পার্থসারথি মহন্তের নেতৃত্বে কোকরাঝাড় জেলা পুলিশের সহায়তায় কোকরাঝাড় জেলায় পৃথক দুই অভিযানে দুই জিহাদি আব্দুল জাহের শেখ এবং সাবির মির্জাকে গ্রেফতার করা হয়েছে। গোপন স্থানে মাটির নিচে প্লাস্টিকের বস্তায় মোড়া তাদের মজুতকৃত প্রচুর অস্ত্রশস্ত্র ও গোলাবারুদ, যুদ্ধে ব্যবহারের মতো সামগ্রী এবং আপত্তিকর নথিপত্র উদ্ধার করতে সক্ষম হয়েছেন এসটিএফ-এর অভিযানকারীরা।

উদ্ধারকৃত সামগ্রীগুলি যথাক্রমে (১) একে সিরিজের আদলে চারটি হস্তনির্মিত রাইফেল, (২) ৩৪ রাউন্ড সক্রিয় গুলি, (৩) ২৪ রাউন্ড খালি কার্তুজ, (৪) ক্রটেলস সহ এক জোড়া লাইভ আন-প্রাইমড আইইডি, (৫) বিশেষায়িত দ্বি-হাতে তৈরি একটি গ্রেনেড, (৬) কৃষি সরঞ্জাম দিয়ে তৈরি ডেটোনেটরের একটি সার্কিট, (৭) ১৪টি ইলেকট্রনিক সূইচ, (৮) আইইডি তৈরির জন্য ডিনটি ৩-৬ এর পাতায় দেখুন

## পাঞ্জাবে কৃষক ধর্মঘটের জেরে ব্যাহত রেল চলাচল



জম্মু ও কাশ্মীরে এই বনধের প্রভাব পড়েছে। পাঞ্জাবে কৃষকদের ডাকে এদিন বনধ চলে সকাল ৭টা থেকে বিকেল ৪টা পর্যন্ত। ফলে রাজ্যের বাহিরে যাওয়া গাড়িগুলি রাজ্যের প্রবেশদ্বার লক্ষনপুরে আটকে যায়। উল্লেখ্য, ফসলের শুল্কসহ সহায়ক মূল্যের (এমএসপি) আইনি গ্যারান্টি-সহ এক গুচ্ছ দাবিতে কৃষক সংগঠনগুলির ডাকে বনধ হয়। বদে ভারত এবং শতাব্দী-সহ বহু ট্রেন বাতিল করা হয়, পাশাপাশি বেসরকারি বাস পরিবহনকারীরাও বনধে যোগ দিয়েছে। কৃষক নেতা জগজিৎ সিং ডালেওয়ালের সমর্থনে বনধের ডাক দেওয়া হয়েছে, যিনি কৃষকদের দাবিগুলি বাস্তবায়নের জন্য এক মাসেরও বেশি সময় ধরে অনশন করছেন।

## বাম-কংগ্রেসের আন্দোলনকে একহাত নিলেন মুখ্যমন্ত্রী বিরোধীরা সমস্যা না পেয়ে নিজেরাই সমস্যা তৈরি করে আন্দোলন করছে



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩০ ডিসেম্বর। বাম এবং কংগ্রেস এখন একই। জনসাধারণের সঙ্গে তাদের কোন সম্পর্ক নেই। মানুষের মৌলিক অধিকার সহ বর্তমান প্রসঙ্গ বাদ দিয়ে তারা গদ বীধা বিষয়ে চর্চা চালিয়ে যাচ্ছে। সোমবার ৩৫ বি আর আশ্বেদকরের বিরুদ্ধে করা কুরচিকর মন্তব্যের প্রতিবাদে বামদেবের মিছিল সম্পর্কে এমএনটাই বললেন রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী ফরেনস ৩৫ মানিক সাহা। মুখ্যমন্ত্রী বলেন, উষ্টির বি আর আশ্বেদকর কে কংগ্রেস যেভাবে অপমান করেছে তা ভুলে যায়নি

মানুষ। কিন্তু বাম ও কংগ্রেস ইতিহাস ভুলে গেছে। ৩৫ বি আর আশ্বেদকর কে মনে রাখার জন্য তারা কোন কিছুই করেননি। স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ - এর বক্তব্যের একটি ছোট অংশকে নিয়ে ইচ্ছে করে ইস্যু তৈরি করা হচ্ছে। স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী এমন কোন কিছুই বলেননি। বাম এবং কংগ্রেস এখন তাদের দুর্বলতা ঢাকার চেষ্টা করছে। বাম দল যা বলছে কংগ্রেসও তাই বলছে। বর্তমানে কোনো সমস্যা না পেয়ে তারা সমস্যা তৈরি করে আন্দোলন করার চেষ্টা করছে। এদিন এভাবেই বিরোধীদের আক্রমণ করলেন মুখ্যমন্ত্রী।

৮ টাউন বড়দোয়ালী বিধানসভা কেন্দ্রের বিধায়ক তথা মুখ্যমন্ত্রী মানিক সাহর উদ্যোগে পরিব দৃষ্টির ৩৬ এর পাতায় দেখুন

## খানার সামনে ব্যবসায়ীকে মারধোর, পুলিশের ভূমিকায় প্রশ্নচিহ্ন

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩০ ডিসেম্বর। পোস্টঅফিস চৌমুহনীস্থিত পশ্চিম আগরতলা খানার টিল ছুড়া দুর্ঘটন এসপিও জওয়ান পরিচয় দিয়ে মারধোর করা হয় এক ব্যবসায়ীকে। কিন্তু পুলিশ এই ঘটনার পরিপ্রেক্ষিতে এখানে কোনো পদক্ষেপ নিতে পারে নি। ঘটনার বিবরণ জানা গেছে, এসপিও জওয়ান পরিচয় দিয়ে ফাস্ট ফুড দোকানের ব্যবসায়ীকে মারধোর করলে এক ব্যক্তি। পশ্চিম খানার সামনে এই ঘটনা ঘটলেও পুলিশের কোনো ভূমিকা দেখা যায় নি। তাই জনগণের নিরাপত্তা নিয়ে প্রশ্ন উঠছে।

প্রসঙ্গত, আগরতলা পোস্টঅফিস চৌমুহনী চত্বরে বেশ কিছু ফাস্ট ফুডের দোকান রয়েছে। পাশাপাশি এখানে দুইটি থানা রয়েছে। কিন্তু তবুও নিরাপত্তাভাবে চলাফেরা করা সম্ভব নয়। প্রায়ই সমাজসেবীদের হাতে আক্রান্ত হতে হয় সাধারণ জনগণকে। পুলিশের ভূমিকায় ভরসা রাখতে পারছেন না এই এলাকার ব্যবসায়ীগণ ও সাধারণ মানুষ। ফাস্ট ফুড দোকানের মালিক জানিয়েছে, এসপিও জওয়ান পরিচয়ের ওই ব্যক্তির কাছে বকেয়া টাকা চাওয়ায় সে মারধোর করতে শুরু করে।

## নিখোঁজ স্ত্রীর উদ্ধারে পুলিশের দ্বারস্থ স্বামী

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩০ ডিসেম্বর। শপুর বাড়ি থেকে নিখোঁজ এক গৃহবধু। ওই ঘটনাকে ঘিরে বিলোনিয়া চাঞ্চল্য ছড়িয়েছে। পরবর্তী সময়ে পরিবারের সদস্যরা থানায় নিখোঁজ মামলা দায়ের করেছেন। স্বামী তাপস দাস জানিয়েছেন, গত তিন বছর আগে তাপস দাসের সাথে প্রতিমা দত্ত দাসের সামাজিক মতে বিয়ে হয়েছিল। কিন্তু গত শুক্রবার কাজ থেকে বাড়ি ফিরে এসে দেখতে পান তিনি স্ত্রী বাড়িতে নেই। কাউকে কিছু না জানিয়ে বের হয়ে গিয়েছে। সাথে সাথে তার বাপের বাড়ি সহ আত্মীয়স্বজনদের বাড়িতে খোঁজখবর দেওয়া হয়েছে। কিন্তু তার হদিশ পাওয়া যাচ্ছে না। গত শুক্রবার রাতেই বিলোনিয়া মহিলা থানায় নিখোঁজ মামলা দায়ের করা হয়েছে। পুলিশ ওই ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে। কিন্তু চারদিন অতিক্রান্ত হয়ে গেলেও তাকে খোঁজে বের করতে পারছেন না পুলিশ। তিনি আরও জানিয়েছেন, তার ঘর থেকে নগদ ১৭ হাজার টাকা এবং ২ ভরি স্বর্ণালঙ্কার নিয়ে বাড়ি থেকে বেরিয়ে যায় স্ত্রী।

## সহায়তার আর্জি মুখ্যমন্ত্রী ও বিধায়কের কাছে অর্থের অভাবে পড়াশুনা বিঘ্নিত মেধাবী সায়নের

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩০ ডিসেম্বর। মেধাবী হলেও অর্থের অভাবে পড়াশুনা বিঘ্নিত হচ্ছে সিধাই মোহনপুর নিবাসী সায়ন সাহার। রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী সহ এলাকার বিধায়ক তথা মন্ত্রী রতন লাল নাথ এর কাছে ছেলের পড়াশোনায় আর্থিক সহায়তার জন্য অনুরোধ জানিয়েছেন পিতা স্বপন সাহা।

প্রসঙ্গত, সিধাই মোহনপুর এলাকার বাসিন্দা স্বপন সাহার একমাত্র ছেলে সায়ন সাহা। গত বছর সে পলীক্ষা পে চর্চায় অংশগ্রহণ করে প্রথম স্থান অধিকার করেছিল। প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি তার বাড়িতে এই পরীক্ষার সার্টিফিকেট পৌঁছে দিয়েছিলেন। ওই এলাকার বিধায়ক তথা মন্ত্রী রতন লাল নাথ সায়নের বাড়িতে গিয়ে তাকে সম্মাননা জানিয়েছিলেন। পাশাপাশি বিভিন্ন সামাজিক সংস্থা থেকেও তাকে সম্মাননা জানানো হয়। সায়ন ওই সময় মোহনপুর স্কুলের দ্বাদশ শ্রেণীতে পড়াশোনা করতো।

এদিকে, বর্তমানে সায়ন মহারাজা বীর বিক্রম কলেজে প্রথম বিভাগের ছাত্র। কিন্তু দারিদ্রতার কারণে তার পড়াশোনা চালাতে অনেকটাই কষ্টের সম্মুখীন হতে হচ্ছে তার পিতাকে। আজ সংবাদমাধ্যমের মুখোমুখি হয়ে এই কথা জানিয়েছেন সায়নের বাবা স্বপন সাহা।

স্বপন সাহা মোহনপুর বাজারের কাপড়ের হকরী করেন। অন্যদিকে তার মা বিগত ১৫ বছর যাবৎ পক্ষাঘাতে ভুগছেন। আর্থিক দিক থেকে বেশ দুর্বল এই পরিবার। কিন্তু ছেলে মেধাবী বলে পিতা তার পড়াশোনা করতে চাইছেন। তাই তিনি রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী সহ এলাকার বিধায়ক তথা মন্ত্রী রতন লাল নাথ এর কাছে আর্থিক সাহায্য করার দাবি রাখেন। ছেলে সায়ন সাহাকে আর্থিক সাহায্য করা বা কোন স্কলারশিপ পাইয়ে দেওয়ার ব্যবস্থা করলেও হতো আশা দিলেন সে পড়াশোনায় অনেকটা এগিয়ে যেতে পারবে। এমএনটাই প্রত্যাশা পিতা স্বপন সাহার।

## বাইক ও গাড়ি সংঘর্ষে আহত চালক

নিজস্ব প্রতিনিধি, বিশ্বামগঞ্জ, ৩০ ডিসেম্বর। বাসের ধাক্কায় এম্বুলেন্সে থাকা চারজন রোগী গুরুতরভাবে আহত হলেন। ঘটনা বিশ্বামগঞ্জ থানা এলাকায়। এম্বুলেন্সের সাথে বাস গাড়ির সংঘর্ষে আহত চার। ঘটনাটি ঘটেছে বিশ্বামগঞ্জ লুনাথাইছড়া এলাকায়। ঘটনা ঘটে রবিবার গভীর রাতে। আহতদের প্রথমে বিশ্বামগঞ্জ প্রাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্রে নিয়ে আসা হয়। তার পর আগরতলা জিবিপি হাসপাতালে রেফার করা হয়।

জানা গেছে, উদয়পুর থেকে চারজন রোগী নিয়ে জিবিপি হাসপাতাল আসছিল অ্যাম্বুলেন্সে। ৩৬ এর পাতায় দেখুন

## আশ্বেদকরকে নিয়ে কুরচিকর মন্তব্যের প্রতিবাদে রাজ্যে বিক্ষোভ বামদেবের

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা / কমলপুর/ খোয়াই, ৩০ ডিসেম্বর। সঙ্গদ অধিবেশনে বাবা সাহেব ড. বি সাহেব আশ্বেদকরকে নিয়ে কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী অমিত শাহর মন্তব্যের প্রতিবাদে বিক্ষোভ প্রদর্শন করলেন বামপন্থী সংগঠন। আগরতলায় ৫টি বামপন্থী সংগঠনের ডাকে আজ এক সুবিশাল বিক্ষোভ মিছিল সংগঠিত হয়েছে।

প্রসঙ্গত, দেশজুড়ে বিভিন্ন স্থানে কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী অমিত শাহর মন্তব্যের প্রতিবাদে বিক্ষোভ প্রদর্শন করছে বিরোধী দলগুলো। ত্রিপুরা রাজ্যেও এর ব্যতিক্রম নেই। কংগ্রেস দলের পাশাপাশি এখন বামপন্থীরাও এ বিষয়ে

সরব হলেই। আজকের এই বিক্ষোভ মিছিলে সংবিধান প্রণেতা বাবা সাহেব আশ্বেদকরকে নিয়ে কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্র মন্ত্রী অমিত শাহর মন্তব্যের জন্য খিঙ্কার জানানো হয়েছে। পাশাপাশি এই অসম্মানজনক বক্তব্যের জন্য স্বরাষ্ট্র মন্ত্রীর পদত্যাগের দাবি করেন মিছিলে অংশগ্রহণকারীরা। এদিকে, কমলপুরে সিআইটিইউ ও সিপিআই(এম) দলের পক্ষ থেকে দুপুর বায়োটো নাগাদ শহরে এক মিছিল পরিচালনা করে। মিছিলে দেশের স্বরাষ্ট্র মন্ত্রীর দেশের সংবিধান রচয়িতা ৩৬ এর পাতায় দেখুন

কিছু জিনিস সত্যিই অকৃত্রিম যেমন মা-র হাতের রান্না, সেদিন থেকে আজও সিস্টার

Share your experiences: Visit us at - sisterspices.in  
For Trade Enquiry: marketing@sisterspices.in  
Follow us on: [Social Media Icons]

**আগরণ** আগরতলা, ৩১ ডিসেম্বর, ২০২৪ ইং  
১৫ পৌষ মঙ্গলবার ১৪৩১ বঙ্গাব্দ

## রক্তস্ফলিতায় বাড়িতেছে উদ্বৈগ

উত্তরপূর্ব ভারতের শিশুদের জন্য বাড়িতেছে উদ্বৈগ। ওই এলাকায় পাঁচ বছরের কম বয়সীদের বাড়িতেছে রক্তস্ফলিতা। সেখানের ৬ মাস থেকে ৫৯ বছর বয়সীদের বেশিরভাগই আনিমিয়ায় আক্রান্ত। উত্তরপূর্ব ভারতের প্রায় প্রতিটি রাজ্যেই বাড়িতেছে এই সমস্যা। তবে সবচেয়ে রক্তস্ফলিতা আক্রান্ত অসমে। এর ফলে তাহাদের স্বাভাবিক বৃদ্ধি ব্যাহত হইতেছে।

-অসমের প্রায় ৬৬ শতাংশ শিশু রক্তস্ফলিতায় ভুগিতেছে। উত্তরপূর্ব ভারতের রাজ্যগুলির মধ্যে তুলনায় কিছুটা ভালো অবস্থায় মেঘালয়। গ্রাম এবং শহর এলাকা মিলিয়াই মেঘালয় রাজ্যের প্রায় ৪৪ শতাংশ এনামিক। জাতীয় পরিবার স্বাস্থ্য বিভাগের সার্ভেতে উঠিয়া আসিয়াছে এই তথ্য। বিশ্বে স্বাস্থ্য সংস্থার হিসাব অনুসারে, বিশ্বে যে সব দেশে আনিমিয়ার প্রকোপ বেশি সেই তালিকায় আছে ভারত। পাঁচ বছর বয়সীদের মধ্যে ভারতে প্রায় ৫৩ শতাংশ রক্তস্ফলিতায় ভুগছে বলিয়া জানানো হইয়াছে। আনিমিয়া হইলে লোহিত রক্তকণিকায় কমিয়া যায় হিমোগ্লোবিন। যাহার ফলে নানা রকম রোগ দেখা দেয়। সহজেই ক্লান্তি, দুর্বলতা এবং মাথা ঘোরা শুরু হয়। এই সঙ্গে দেখা যায় শ্বাসকষ্টও উত্তর-পূর্বে এই প্রথম, অরুণাচলে গড়িয়া উঠিয়াছে ‘ফিশ মিউজিয়াম’ এর প্রভাব সরাসরি আসিয়া পড়িয়াছে শিশুদের ওপর। তাহাদের স্বাভাবিক বৃদ্ধি ব্যাহত হইতেছে। জানানো হইয়াছে, ৬ থেকে ৫৯ মাস বয়সী শিশুদের আনিমিয়া থাকার কারণে, তাহাদের যতটা বাড়ার কথা তাহা হইতেছে না। ২০১৯-২০ সালের হিসাব অনুসারে, ওই বয়সী শিশুদের বৃদ্ধি ব্যাহত হইয়াছে এই রকম সংখ্যা প্রায় ৩৫.৫ শতাংশ। যাহার ফলে হিউম্যান কাপিটাল ইনডেক্সে বিশ্বের ১৭৪টি দেশের মধ্যে ভারতের স্থান ১৬৩তম। সন্ধ্যায় দেখা গিয়াছে, উত্তরপূর্ব ভারতের রাজ্যগুলির মধ্যে সিকিমের প্রায় ১৫ শতাংশ শিশুর বৃদ্ধি ব্যাহত হইয়াছে। সেখানে ৫ বছরের কম শিশুদের প্রতি চারজনের মধ্যে ১জন শিকার। অরুণাচল প্রদেশ এবং মনিপুরের অবস্থা মেঘালয়ের তুলনায় ভাল। অসম এবং ত্রিপুরার হার জাতীয় গড়ের তুলনায় ভাল বলিয়া উল্লেখ করা হইয়াছে। তবে, এই দুটি রাজ্যকে আরও উন্নতি করিতে হইবে উল্লেখ করা হইয়াছে। তবে, মেঘালয়ের গ্রামীণ এলাকায় এই সমস্যা অনেক বেশি। বিশ্বে ব্যাঙ্কের হিসাবে, কোন এলাকায় শিশুর বিকাশ ঠিকমত না হইলে তাহার প্রভাব পড়ে অর্থনৈতিক উন্নতিতেও।

তবে, শুধুমাত্র শিশুরাই নয়, উত্তরপূর্ব ভারতের মহিলারাও এই রক্তস্ফলিতা রোগের শিকার। সেখানে অসম এবং ত্রিপুরার চিহ্ন খুবই উদ্বৈগজনক। কারণ, ওই দুই রাজ্যে প্রায় ৬৫ শতাংশ মহিলা রক্তস্ফলিতায় ভুগিতেছেন। নাগাল্যান্ডের প্রায় ২৮ শতাংশ মহিলা এই রোগের শিকার বলিয়াও উঠিয়া এসে আসিয়াছে সন্ধ্যায়। কী করিয়া এই সমস্যার হাত থেকে মুক্তি পাওয়া যায় তাহা নিয়া চিন্তাভাবনা শুরু করিয়াছে সেখানের প্রশাসন। কেন্দ্রীয় সরকারও মহিলাদের মধ্যে আনিমিয়ার হার কমাইতে বাড়তি উদ্যোগ নিতেছে বলিয়া জানানো হইয়াছে।

## কুলগামে অজ্ঞাতপরিচয় ব্যক্তির দেহ উদ্ধার

কুলগাম, ৩০ ডিসেম্বর (হিস.): সোমবার সকালে জম্মু ও কাশ্মীরের কুলগামের খুন্দওয়ানি এলাকায় এক অজ্ঞাতপরিচয় ব্যক্তির দেহ উদ্ধার হয়। এক পুলিশ আধিকারিক জানিয়েছেন, স্থানীয় লোকজন মৃতদেহ দেখতে পেলে পুলিশকে খবর দেয়। পুলিশ ঘটনাস্থলে পৌঁছে মৃতদেহ উদ্ধার করে। এখনও নিহতের পরিচয় জানা যায়নি। পুলিশ ঘটনার তদন্ত শুরু করেছে।

## মহাকুস্তে পৌঁছলেন খর্বকায় সাধু গঙ্গাপুরী

প্রয়াগরাজ, ৩০ ডিসেম্বর (হিস.): আগামী ১৩ জানুয়ারি থেকে শুরু হবে সনাতন ধর্মের বৃহত্তম অনুষ্ঠান মহাকুস্ত। একে একে মহাকুস্ত সংলগ্ন স্থানে পৌঁছছেন বিভিন্ন আখড়ার সাধু-সন্ন্যাসীরা। এবার মহাকুস্তে এসে পৌঁছলেন খর্বকায় সাধু গোপাল গিরি গঙ্গাপুরী উল্লেখ্য, ১৩ জানুয়ারি থেকে শুরু হচ্ছে মহাকুস্ত মেলা। আসতে শুরু করেছেন নাগ সন্ন্যাসী ও অঘোয়রীরাও। তাঁদের পাশাপাশি দেখা মিললো খর্বকায় সাধু বাবা গঙ্গাপুরীর। জানা গেছে, তাঁর উচ্চতা ৩ ফুট ৮ ইঞ্চি। তিনি নিজেকে আশ্চর্য সাধু বলেই অভিহিত করেন।

## ইংলিশ প্রিমিয়ার লিগ : ৪ ম্যাচ পর জয়ের দেখা পেল সিটি

ম্যানচেস্টার, ৩০ ডিসেম্বর (হিস.): প্রিমিয়ার লিগে ৪ ম্যাচ পর জয়ের দেখা পেল গত ৪ বছরের চ্যাম্পিয়ানসিটি। লেস্টার সিটির মাঠে রবিবার রাতে প্রিমিয়ার লিগের ম্যাচে ২-০ গোলে জিতেছে পেপ গুয়ার্ডিওলার দল সিটি। ৪ ম্যাচে জয়হীন সিটি ২১ মিনিটে গোল পায়। ফিল ফোভেনের বক্রের বাইরে থেকে নেওয়া শট গোলরক্ষক বাঁচালেও পুরোপুরি বিপদমুক্ত করতে পারেননি। সেই বল ফাঁকায় পেয়ে জোরাল শটে গোল করে দলকে এগিয়ে নেন সাতিনিয়ো। ৭৪তম মিনিটে ব্যবধান দ্বিগুণ করেন হলাভ। লিগে ৫ ম্যাচ পর প্রথম জয়ের দেখা পেলেন হলাভ। তাঁর মোট গোল হয়ে গেল ১৪টি। এই জয়েই লিগ টেবিলে দুই ধাপ এগোলো সিটি। ১৯ ম্যাচে ৯ জয় ও ৪ ড্রয়ে ৩১ পয়েন্ট নিয়ে আপাতত পঞ্চম স্থানে আছে সিটি। আর অবমানন অঞ্চলে থাকা লেস্টার ১১ হারের পর ১৪ পয়েন্ট নিয়ে ১৮ নম্বরে আছে।

## টানা ১১ জয়ের পর পয়েন্ট হারালেও শীর্ষে আতালান্তা

আতালান্তা, ৩০ ডিসেম্বর (হিস.): প্রতিপক্ষের মাঠে রবিবার রাতের ম্যাচটি ১-১ গোলে ড্র করল আতালান্তা লাৎসিওর বিপক্ষে। তবে এই ড্রয়ে পয়েন্ট হারালেও টেবিলের শীর্ষে থাকছে আতালান্তা। মার্চের ২৭ মিনিটে বাইজেরিয়ার মিডফিল্ডার ডেলে-ব্যাশিরপ গোল এগিয়ে যায় লাৎসিও। ওই গোল খেয়ে হারের শঙ্কায় পড়েছিল আতালান্তা। তবে শেষ পর্যাতে নির্ধারিত সময়ের দুই মিনিট আগে ইতালিয়ান মিডফিল্ডার মার্কো ব্রেশানিনির গোল করে দলকে সমতায় ফেরান। লিগে টানা ১১ জয়ের পর এই ড্রয়ের ফলে ১৮ ম্যাচে ১৩ জয় ও দুই ড্রয়ে ৪১ পয়েন্ট নিয়ে টেবিলের শীর্ষস্থানে থাকল আতালান্তা।

**মঙ্গলবার ব্যাটসম্যান পিটার মের জন্মদিন**  
কলকাতা, ৩০ ডিসেম্বর (হিস.): বার্কশায়ারের রিডিংয়ে ৩১ ডিসেম্বর ১৯২৯ সালে জন্মগ্রহণ করেন পিটার মে। ইংল্যান্ড ক্রিকেট দলের অন্যতম ডানহাতি ব্যাটসম্যান ছিলেন তিনি। বিশ্বযুদ্ধ পরবর্তী সময়কালে তাঁকে ইংল্যান্ডের সেরা খেলোয়াড় হিসেবে মনে করা হয়। ১৯৫১ সালে দক্ষিণ আফ্রিকার বিপক্ষে টেস্ট অভিষেকের ১৩৮ রান করেন। ১৯৫৫ থেকে ১৯৫৮ সালে লিওনার্ড হাটনের পর ইংল্যান্ড দলের অধিনায়ক হন এবং তাঁর অধীনে দল দক্ষিণ আফ্রিকা, অস্ট্রেলিয়া, ওয়েস্ট ইন্ডিজ ও নিউজিল্যান্ডের বিপক্ষে সিরিজ জেতে।

# মহেঞ্জোদারো আবিষ্কারের কৃতিত্ব জীবদশায় পাননি যে বাঙালি প্রত্নতাত্ত্বিক

সেটা ছিল প্রায় পাঁচ হাজার বছর আগেকার দুই গুরুত্বপূর্ণ শহর মহেঞ্জোদারো আর হরপ্পা আবিষ্কারের কাহিনী। সারা বিশ্বে হেঁহে পড়ে গেল সেই খবরে। তার আগে পর্যন্ত কারও ধারণা ছিল না যে ভারতেও থাকতে পারে হাজার হাজার বছরের পুরনো কোনও সভ্যতার ধ্বংসাবশেষ। প্রতিবেদনটি লিখেছিলেন ভারতীয় পুরাতত্ত্ব বিভাগের তৎকালীন প্রধান, প্রখ্যাত প্রত্নতত্ত্ববিদ স্যার জন মার্শাল। খবরের সঙ্গে ছাপা হয়েছিল প্রচুর ছবি, পুঙ্খানুপুঙ্খ বিবরণ। তবে মি. মার্শাল তার প্রতিবেদনে এটা উল্লেখ করেননি যে সিন্ধু সভ্যতার ওই দুই প্রাচীন শহর আবিষ্কারের কৃতিত্ব আসলে ছিল দুই ভারতীয় পুরাতত্ত্ববিদের। তাদের একজন আবার বাঙালি — নাম রাখালদাস ব্যানার্জী। তিনি ছিলেন পুরাতত্ত্ব বিভাগের উচ্চপদস্থ কর্মী এবং প্রশিক্ষিত প্রত্নতত্ত্ববিদ, যিনি মহেঞ্জোদারো খুঁজে পেয়েছিলেন। অন্যজন, দয়ারাম সাহানী, আবিষ্কার করেছিলেন হরপ্পা। রাখালদাসের কৃতিত্ব অজানা ছিল বিশ্বের কাছে

ভারতীয়রা স্কুলের ইতিহাস বইয়ে পড়ার সুবাদে ছোট থেকেই জানে যে রাখালদাস ব্যানার্জীই খুঁজে পেয়েছিলেন মহেঞ্জোদারো। তবে বিশ্ব সেই নামটি জানতো না অনেক বছর। রাখালদাস ব্যানার্জী তার উর্ধ্বতন কর্মকর্তা জন মার্শালকে মহেঞ্জোদারো আবিষ্কারের যে বিস্তারিত রিপোর্ট পাঠিয়েছিলেন, সেটাও প্রায় হারিয়েই গিয়েছিল। সিন্ধু সভ্যতা আবিষ্কারের খবর প্রকাশিত হওয়ার একশো বছর পর মহেঞ্জোদারো নিয়ে রাখালদাস ব্যানার্জীর জমা দেওয়া মূল সরকারি রিপোর্টটি পুনর্গঠন করা হয়েছে সম্প্রতি। “জন মার্শালকে মহেঞ্জোদারো আবিষ্কার নিয়ে রাখালদাস ব্যানার্জী যে মূল রিপোর্টটি পাঠিয়েছিলেন, তার একটি কপি বেনারস হিন্দু ইউনিভার্সিটির এক অধ্যাপক হাতে পান। তিনি বুরতে পেরেছিলেন ওই রিপোর্টের গুরুত্ব। সেটির ছবি তুলে রেখেছিলেন সেই অধ্যাপক। আমি সেগুলো যোগাড় করি। মূল রিপোর্টের সঙ্গে মহেঞ্জোদারো আবিষ্কারের যেসব ছবি ছিল, তার কিছুটা নানা জায়গা থেকে খুঁজে পাই। আবার যেসব ছবি পাইনি, সেগুলি পাকিস্তানের মহেঞ্জোদারো থেকে আমার সূত্রের মাধ্যমে ছবি তুলে আনিয়েছি। “এই সব মিলিয়েই গোটা রিপোর্টটি পুনর্গঠন করেছি। মহেঞ্জোদারো আবিষ্কারের শতবর্ষে বাঙালি প্রত্নতত্ত্ববিদ রাখালদাস ব্যানার্জীর প্রতি আমার এটা কর্তব্য ছিল,” বলছিলেন দীপান ভট্টাচার্য।

মি. ভট্টাচার্য একজন প্রত্নতত্ত্ব গবেষক। তিনি সিন্ধু সভ্যতাসহ নানা প্রাচীন ভারতীয় প্রত্নতত্ত্ব নিয়ে বেশ কয়েকটি বইও লিখেছেন। ‘মহেঞ্জোদারো আবিষ্কার ছিল একটা দুর্ঘটনা’ ‘প্রাগৈতিহাসিক স্থল হিসাবে আমার মহেঞ্জোদারো খুঁজে পাওয়াটা একটা দুর্ঘটনা। সেটা ছিল ১৯১৭ সালের অক্টোবর মাস। আশপাশে বেরিয়েছিলাম চিতল হরিণ শিকার করতে। কিন্তু পথ হারিয়ে ফেলে ওই জায়গায় পৌঁছে যাই। সেখানে একেটা চাঁদুনি (যা দিয়ে মাটি ইত্যাদি চর্কে তোলা হয়) খুঁজে পাই, যেটা আসলে একটা নিউমিলিটিক গ্লিস্ট (এক ধরনের জীবাশ্ম)। একই রকম জিনিষ পাশের জেলা সুক্করের রাহরি থেকেও কয়েক বছর আগে খুঁজে পেয়েছিলেন ব্র্যাডফোর্ড। সেগুলি এখন কলকাতার ভারতীয় জাদুঘরে রাখা আছে,” লিখেছিলেন রাখালদাস ব্যানার্জী। ‘ক্যালকট্টা মিউজিয়ামের জেট’-এর সাতই নভেম্বর, ১৯২৮ সালের যে মূল সংস্করণটি কলকাতার জাতীয় গ্রন্থাগারে সংরক্ষিত আছে, সেখানে এভাবেই নিজের প্রত্নতাত্ত্বিক কর্মজীবন তথা

অমিতাভ ভট্টাচার্যী ছোটো ভাঁড়ে ধান, যব, গুড়, তামাক, অলংকার, কাচের বাসন, কাচের পুতির মালা এবং পাথরের অস্ত্র সাজানো আছে। এই আবিষ্কার করিয়া বুথিলাম, সিন্ধুদেশের দক্ষিণভাগে যে সমস্ত ধ্বংসাবশেষ আবিষ্কৃত হইয়াছে, উত্তরভাগের ধ্বংসাবশেষগুলি সে জাতীয় নহে। প্রথমে রাখালদাস ব্যানার্জী নিজে আর তারপরে আরেক প্রত্নতত্ত্ববিদ মাধো স্বরূপ ভৎস সেখানে খননকার্য চালাই। অবশেষে, ১৯২৪ সালের জুন মাসে পুরাতত্ত্ব বিভাগের প্রধান “স্যার জন মার্শালকে আমি আবিষ্কারের বিষয়টা জানাই,” লিখেছেন মি. ব্যানার্জী। প্রচুর ছবিবহে সেই তথ্য মি. মার্শাল প্রকাশ করে দিয়েছিলেন ‘দ্য ইলাস্ট্রেটেড লন্ডন নিউজ’-এর প্রথম পাতায়। সেখানে রাখালদাস ব্যানার্জী, কয়েক বছর আগে হরপ্পার আবিষ্কার দয়ারাম সাহানির নাম ছিল না কোথাও। জীবদশায় মেলেনি “সরকারি” স্বীকৃতি রাখালদাস ব্যানার্জীর ভাষামতে জন মার্শাল ১৯২৪ সালের মে মাসের আগে মহেঞ্জোদারোর ব্যাপারে কিছুই জানতেন না। ওই পত্রিকায় খবর প্রকাশিত হওয়ারও বেশ কয়েক মাস পরে, ১৯২৫



অন্যতম প্রাচীন প্রত্নতত্ত্ব, প্রাচীনতমও হতে পারে, তখন, ১৯২২ সালে আমি সেখানে খনন শুরু করার সিদ্ধান্ত নিই, লিখেছেন মি. ব্যানার্জী। বৌদ্ধ স্থূপের নিচে লুকানো প্রাচীন সভ্যতা গবেষক দীপান ভট্টাচার্য বলছিলেন, “এর অর্থ হলো লন্ডনের পত্রিকায় যেসব তথ্য ও ছবি ছাপা হয়েছিল জন মার্শালের নামে, সেগুলো আসলে রাখালদাস ব্যানার্জী এবং তার সহকর্মীদের যুগের একটি বৌদ্ধ স্থূপ। সেটা সিন্ধু সভ্যতার ধ্বংসাবশেষের উপরেই গড়ে উঠেছিল। কিন্তু সেই স্থূপের নিচে যে লুকিয়ে ছিল এক অতি প্রাচীন অথচ অধুনি শহর, তা জানা যায় আরও একটি দুর্ঘটনার মাধ্যমে। সাময়িক মাসিক বসুমতী পত্রিকায় মি. ব্যানার্জী লিখেছিলেন: “১৯২১ খ্রিস্টাব্দে লারকানা জিলার পশ্চিমাংশ গৈচিডেবো নামক স্থান পরিদর্শনকালে দেখিতে পাওয়া গেল যে, একটি বড়ো বাড়ি ভাঙ্গিয়া অনেকগুলি বড়ো বড়ো মাটির জালা বাহির হইয়া পড়িয়াছে। তাহার মধ্যে একটি জালার ভিতরে হাত দিতেই আমার একটি আঙ্গুল কাটিয়া গেল। সকলেই বলিল যে, উহার ভিতরে সাপ আছে এবং তোমাকে সাপে কামড়াইয়াছে। হাত বাঁধিয়া সাপ মারিবার জন্য জালা ভাঙ্গিয়া দেখা গেল যে, সাপের পরিবর্তে জালার ভিতরে ১০টি মাটির ভাঁড় তিন থাকে সাজানো আছে। উপরের থাকে একটি মাটির ভাঁড়ের মুখে একখানি ছোটো পাথরের ছুরি আছে, সে ছুরিতে লাগিয়া আমার আঙ্গুল কাটিয়া গিয়াছিল। প্রত্যেক মাটির ভাঁড়ের মধ্যে মানুষের দেহের একখানি অস্থি এবং সেই অস্থির চারিপাশে তিন বা চার থাকে খুব ছোটো

গবেষক দীপান ভট্টাচার্য বলেছেন, জন মার্শালের ওই চিঠি এবং রাখালদাসের মূল রিপোর্টটি ফেরত পাঠানোর পিছনে যে বিষয়টি কাজ করেছে বলে মনে হয়, তা হলো লন্ডনের পত্রিকায় ১৯২৪ সালের প্রতিবেদনটি ছাপার পরেই ভারতীয় প্রত্নতাত্ত্বিক ও বিদ্বজ্জনের মধ্যে রাখালদাস ব্যানার্জীর কাজের স্বীকৃতি না পাওয়া নিয়ে একটা ক্ষোভ তৈরি হয়েছিল। নানা পত্র পত্রিকায় রাখালদাস নিজে এবং অন্যান্য পণ্ডিতরা কিন্তু সমানে প্রবন্ধ লিখে চলেছিলেন যে আসলে কীভাবে মহেঞ্জোদারো আবিষ্কৃত হয়েছিল, কে ছিলেন আবিষ্কারী, ইত্যাদি। তাই জন মার্শাল তিন খণ্ডের যে আকার থ্রু প্রকাশ করতে চলেছেন বছরখানেকের মধ্যেই, তা যাতে বিতর্কের মুখে না পড়ে, সে জন্য একরকম বাধ্য হয়েছিলেন রাখালদাসের তোলা যে অজস্র ছবি তার কাছে ছিল, সেগুলো কিন্তু আর ফেরত দেওয়া হয় নি। মূল রিপোর্টের যে প্রতিলিপি মি. হারগ্রিভস পাঠালেন রাখালদাসের কাছে, সেখানে এই ছবিগুলি সংযুক্ত করতে না পারার

দিকে অভিযোগের আঙুল উঠেছিল। মুর্তিটি যখন হারিয়ে যায়, সেই সময়ে মি. ব্যানার্জী তার সহকর্মীদের নিয়ে কাছাকাছি শিবির গড়েছিলেন। পরে অবশ্য তিনিই মুর্তি পুনরুদ্ধার করে নিয়ে আসেন। ভারতের জাতীয় আর্কিভসে সংরক্ষিত একটি পুরনো ফাইল খুঁজে বের করে ইতিহাসবিদ নয়নজ্যোত লাহিড়ী লিখেছেন, ফাইলটির বিষয় খুব স্পষ্ট: ‘মি. আরডি ব্যানার্জীর বিরুদ্ধে শাস্তিমূলক ব্যবস্থা’। ওই ফাইলে ব্যানার্জী সংক্রান্ত চিঠি ও বিভিন্ন নির্দেশ সংকলিত রয়েছে — কিছু তার নিজের লেখা, কিছু তাকে উদ্দেশ্য করে লেখা, আরও কিছু তার ব্যাপারে অন্যদের লেখা। পশ্চিম সার্কুল (পুরাতত্ত্ব বিভাগের) কী ঘটেছিল, তার একটা ধারণা পাওয়া যায় ওইসব নথি থেকে। “বোম্বে সরকারকে ১৯২১-২২ সালের শীতকালটা জুড়ে ব্যানার্জীর সৃষ্টি করা সমস্যাগুলো সামলাতে হয়েছিল। তারা তখন অনুমান করতে পেরেছিল যে তারা একজন দক্ষ অফিসারের আর্থিক নয়ছয়ের মুখোমুখি হয়েছে — যার ব্যাখ্যা তিনি যেমন দিতে পারছেন না, আবার সমাধানও করতে পারছেন না,” লিখেছেন নয়নজ্যোত লাহিড়ী। মহেঞ্জোদারোতে শেষবার ফেরা এই পরিস্থিতিতে রাখালদাস ব্যানার্জী পুরাতত্ত্ব বিভাগের প্রধান জন মার্শালকে গোপন চিঠি পাঠিয়ে বদলি চাইলেন কলকাতায়। কিছুদিন পরে “বোম্বে” সরকারকে রাজি করিয়ে মি. ব্যানার্জীকে কলকাতায় বদলির ব্যবস্থা করে দিয়েছিলেন জন মার্শাল। পশ্চিমাঞ্চল থেকে পাকাপাকিভাবে কলকাতায় চলে আসার আগেই রাখালদাস ব্যানার্জী যখন ফিরে গিয়েছিলেন মহেঞ্জোদারোতে, সেটা ছিল ১৯২২ সাল। তখনই প্রাচীন প্রত্নতত্ত্ববিদ খনন কাজ শুরু করেন তিনি। কুবান যুগের বৌদ্ধ স্থূপের নিচ থেকে ধীরে ধীরে বেরিয়ে আসতে আসতে প্রায় পাঁচ হাজার বছর পুরনো এক আধুনিক শহরের চেহারা। রাখালদাস ব্যানার্জীর জীবদশায় সেই আবিষ্কারের স্বীকৃতি না পেলেও এখন মহেঞ্জোদারো পেয়েছে ওয়ার্ল্ড হেরিটেজের মর্যাদা। পাকিস্তান সরকার সেখানে যে বোড লাগিয়েছে, তাতে অবশ্য জুলজুল করছে বাঙালি পুরাতাত্ত্বিক রাখালদাস ব্যানার্জীর নাম।



সোমবার আগরতলা পুর নিগমের মেয়র সাথে এক সাক্ষাতের মিলিত হন রাজনগর এলাকার বাসিন্দারা।

# কেন্দ্রীয় শ্রম ও কর্ম বিনিয়োগ মন্ত্রকের কাজকর্মের পর্যালোচনা ২০২৪

নয়াদিল্লি, ৩০ ডিসেম্বর, ২০২৪: চলতি বছরে কেন্দ্রীয় শ্রম ও কর্মবিনিয়োগ মন্ত্রকের উল্লেখযোগ্য পদক্ষেপসমূহের অন্তর্গত ই-শ্রম পোর্টাল। একই পোর্টালে একযোগে অসংগঠিত ক্ষেত্রের কর্মীদের জন্য বারোটি কল্যাণ প্রকল্পের সুবিধা পাওয়ার ব্যবস্থা চালু করা হয়েছে। এখন পর্যন্ত এই পোর্টালে তিরিশ কোটির বেশি সুবিধা প্রাপক নাম নথিভুক্ত করিয়েছেন। চলতি বছরেই মন্ত্রকের আওতাধীন কর্মচারী রাজ্য বিমা নিগমে (ই এস আই সি) প্রায় ৩৯২১ কোটি টাকার ২৮টি গুরুত্বপূর্ণ প্রকল্পের শিলান্যাস এবং উন্নয়ন করেন দেশের প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদি। নিগমের নীতিগত অনুমোদনের তালিকায় দশটি নতুন ই এস আই সি মেডিক্যাল কলেজ প্রতিষ্ঠার বিষয়টিও চলতি বছরের গুরুত্বপূর্ণ পদক্ষেপসমূহের অন্যতম। এদিকে মন্ত্রকের এমসিএস পোর্টাল চালুর পর থেকে এখন পর্যন্ত সারা দেশের তিরিশটি রাজ্য ও কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলের কর্মবিনিয়োগ পোর্টাল এবং বিভিন্ন বেসরকারী কর্মবিনিয়োগ পোর্টালে সুসংহতভাবে তিন কোটি উন্নয়নমূলক লক্ষ্যশূন্যপদ তৈরি করে কার্যকর করা হয়েছে। কেন্দ্রীয় তথা ব্যবস্থাপনা পদ্ধতির স্বার্থে পাকাবাড়ি ও নির্মাণ কর্মীদের এম অফিস পোর্টাল চালু করা হয়েছে।

এমপ্লয়জ প্রভিডেন্ট ফাওন্ডেশন সার্ভিসেস এবং স্বয়ংক্রিয় দাবি নিষ্পত্তির ব্যবস্থাপনার মেয়াদ বাড়ানো সহ সহজে টাকা গঠানোর প্রক্রিয়ায় ব্যাপক পরিবর্তন এনেছে। রাজ্য ও কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলগুলির সঙ্গে শ্রম আইনের আওতায় নিয়মকানুন সংক্রান্ত ৬টি আঞ্চলিক বৈঠক অনুষ্ঠিত হয়েছে। মন্ত্রকের পক্ষ থেকে অনুষ্ঠানের মঞ্চ প্রস্তুতির

কর্মীদের সামাজিক নিরাপত্তার অবকাঠামো বিকাশের লক্ষ্যে কাজ করা হচ্ছে। বিশ্ব শ্রম সংগঠনের ২০২৪-২৬ পর্যন্ত দুনিয়ার সামাজিক নিরাপত্তা সুরক্ষা প্রকল্পে সামাজিক সুরক্ষার আওতাভুক্তিতে ভারতের সাফল্য আলাদাভাবে করা হয়েছে। ই এস আই সি বা কর্মচারীদের জীবনবীমা প্রকল্পে ২০২৪-২৫ এর কেন্দ্রীয় বাজেটে কর্মসূচন এবং কর্মবিনিয়োগে মনোমতি ও গঠনগত উৎসাহ দানের বিষয়ে যোগ্য বিশেষজ্ঞ ছিলো। ফলে প্রতিটি প্রকল্পে শ্রমজীবী মানুষের নিরাপত্তা ও কর্মসংস্থানের প্রশ্নে আগামী দিনগুলিতেও আরও বেশি ইতিবাচক সাফল্য প্রত্যাশিতভাবে সহজলভ্য হবে। আর সেই আশাযুক্ত বিষয়ই বছরান্তের পর্যালোচনার নিখাদ প্রাপ্তি বলা যেতে পারে।

## পূজারি গ্রন্থি সন্মান যোজনার ঘোষণা কেজরির, আর্থিক সহায়তারও দিলেন আশ্বাস

নয়াদিল্লি, ৩০ ডিসেম্বর (হি.স.): ফের বড় ঘোষণা করলেন দিল্লির প্রাক্তন মুখ্যমন্ত্রী তথা আম আদমি পাটির জাতীয় আওয়াক অরবিদ কেজরিওয়াল। সোমবার এপি-র জাতীয় আওয়াক অরবিদ কেজরিওয়াল বলেছেন 'আমি একটি প্রকল্পের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ঘোষণা করছি। প্রকল্পের নাম পূজারি গ্রন্থি সন্মান যোজনা। এই প্রকল্পের অধীনে মন্দিরের পুরোহিত এবং গুরুদ্বারের 'গ্রন্থিদের' সামানিক দেওয়া ব্যবস্থা রয়েছে। তাদের প্রতি মাসে প্রায় ১৮ হাজার টাকা সামানিক দেওয়া হবে।' অরবিদ কেজরিওয়াল আরও বলেছেন, 'পূজারি গ্রন্থি সন্মান যোজনার অধীনে, প্রতি মাসে মন্দিরের পুরোহিত এবং গুরুদ্বারের 'গ্রন্থিদের' সামানিক দেওয়া হবে। তাদের প্রতি মাসে প্রায় ১৮ হাজার টাকা সামানিক দেওয়া হবে। এই স্কিমের রেজিস্ট্রেশন শুরু করতে আমি আগামীকাল কনট প্লেনের হনুমান মন্দির পরিদর্শন করব।'

## টেস্ট চ্যাম্পিয়নশিপের ফাইনালে দক্ষিণ আফ্রিকা, কমছে ভারতের আশা

কলকাতা, ৩০ ডিসেম্বর (হি.স.): রবিবার সেক্সু রিয়ানে এক রোমাঞ্চকর লড়াইয়ে পাকিস্তানের বিরুদ্ধে দুই উইকেটে জিতে প্রথমবারের মতো আইসিটি টেস্ট চ্যাম্পিয়নশিপের ফাইনাল নিশ্চিত করেছেন প্রোটিয়ানরা। টেস্টে চ্যাম্পিয়নশিপের ২০২৩-২৪ চক্রে ১১ ম্যাচে ৭ জয় ও ৩ হার দক্ষিণ আফ্রিকার। ম্যাচ জেতার হার ৬৬.৬৭ শতাংশ। পয়েন্ট টেবিলের শীর্ষে আছে টেস্টা বাহুর দল। দক্ষিণ আফ্রিকা ফাইনাল নিশ্চিত করায় ভারতের আশা একটু একটু করে কমছে। এই চক্রে ভারতের আছে শুধু দুই টেস্টের ফল, অস্ট্রেলিয়ার বিপক্ষে। একটি চলমান মেলবোর্ন টেস্ট। তারপর আছে সিডনি টেস্ট। নিজেদের এ দুটি টেস্ট জিতলেও যে রোহিত শর্মা ফাইনাল খেলতে পারবেন, তা নিশ্চিত নয়। তাদের তালিকায় থাকতে হবে অস্ট্রেলিয়ার দিকে ফাইনাল খেলার দায়ব

## লোকালয়ে চলে এল গণ্ডার, আলিপুরদুয়ারে জঙ্গলে ফেরালো বন দফতর

আলিপুরদুয়ার, ৩০ ডিসেম্বর (হি.স.): আলিপুরদুয়ারে সোমবার সকালে লোকালয়ে দাপিয়ে ছোটাছুটি করল একটি গণ্ডার। এই ঘটনায় আতঙ্ক ছড়ায় আলিপুরদুয়ার -১ ব্লকের পাতলাখাওয়া এলাকায়। স্থানীয়রা এদিন সকালে ওই গণ্ডারটিকে এলাকায় দেখতে পান। খবর দেওয়া হয় বন দফতরে। খবর পেয়ে ঘটনাস্থলে পৌঁছে চিলাপাতা রেঞ্জের বন কর্মীরা। এদিন সকালে গণ্ডারটি গ্রামের একটি সুপারি বাগানে আশ্রয় নিয়েছিল। সেখান থেকে সেটিকে জঙ্গলে ফেরানোর কাজ শুরু করেন বন কর্মীরা। গণ্ডারটিকে জঙ্গলে ফেরাতে অনা হয় একটি কুনকি হাতি। বাজিও ফাঁচন বনকর্মীরা। প্রায় এক ঘণ্টা সেস্টার পর ওই গণ্ডারটিকে জলাপাতা জঙ্গলে ফেরাতে সর্মথ হন তাঁরা। বন দফতরের অনুমান, চিলাপাতা বা জলাপাতা থেকে ওই গণ্ডার লোকালয়ে এসেছিল। গণ্ডারটি জঙ্গলে ফিয়ে যাওয়ায় স্বস্তিতে গ্রামবাসীরা।

## জয় দিয়ে বছর শেষ করল লিভারপুল, পয়েন্ট টেবিলে শীর্ষে

লিভারপুল, ৩০ ডিসেম্বর (হি.স.): ২০২৪ সালের শেষ ম্যাচেও বড় জয়ে অলরেডরা। রবিবার (২৯ ডিসেম্বর) রাতে ওয়েস্ট হ্যামের মাঠে ৫-০ গোলে জয় পেয়েছে লিভারপুল ম্যাচের ৩০ মিনিটে লিভারপুলকে এগিয়ে দেন লুইস দিয়াজ। ডি-বক্স থেকে জোরাল শটে গোল করেন কলম্বিয়া এই ফরয়ার্ড। এই গোলের দশ মিনিট পর কেডি গার্কোপা গোল করেন সালাহ'র পাস থেকে। প্রথমার্ধের শেষ মিনিটে অর্থাৎ ৪৪ মিনিটে সালাহ নিজেই গোল করে লিভারপুলকে তৃতীয় গোলে এনে দেন বিরতির পর আরও দুই গোল খায় ওয়েস্ট হ্যাম। ৫৪ মিনিটে দূরপাল্লার শটে দারশ এক গোল করেন ট্রেভ আর্নেস্ট। এরপর লিভারপুলের হয়ে পঞ্চম ও শেষ গোলটি করেন দিয়েগো জোতা ১৮ ম্যাচে ৪৫ পয়েন্ট নিয়ে টেবিলের শীর্ষস্থানে থাকেন। এদিকে ১৯ ম্যাচে ৩৭ পয়েন্ট নিয়ে টেবিলের ১৩-তম স্থানে ওয়েস্ট হ্যাম।

# স্বামীত্ব যোজনার বিপ্লবাত্মক প্রভাব

নয়াদিল্লি, ২৬ ডিসেম্বর, ২০২৪। গ্রামীণ ভারতের জমির মালিকদের 'জরিপের অধিকার' সহ আবাদি এলাকায় আর্থিক রূপান্তরের লক্ষ্যে ২০২০-র ২৪ এপ্রিল, 'জাতীয় পঞ্চায়েত রাজ দিবসে' প্রধানমন্ত্রীর হাত ধরে 'স্বামীত্ব' যোজনা চালু হয়। জমি চিহ্নিতকরণ, প্রকল্প অনুসারে সম্পত্তির আর্থিক মূল্যায়ন নির্ধারণ, ব্যাঙ্ক খণ্ডের সুবিধা সহজলভ্যকরণ, সম্পত্তির বিবাদ প্রশমন, গ্রামস্তরের পরিকল্পনা সম্প্রসারণে সর্বাধিক ড্রোন এবং জিআইএস প্রযুক্তি কাজে লাগানোর মাধ্যমে প্রকৃত গ্রাম স্বরাজের সুবিধা পৌঁছানোর এক বড়ো পদক্ষেপ এই প্রকল্প বা যোজনা। গ্রামীণ ভারতের ক্ষমতায়ন এবং আত্মনির্ভরতার লক্ষ্যপূরণের হাতিয়ার এই উদ্যোগ।

আত্মনির্ভর ভারতের ভাবনার ইতিবাচক প্রমাণ্য নথির মতোই ২৭ ডিসেম্বর, ২০২৪, প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদি দশটি রাজ্য ও দুটি কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলের ৪৬ হাজার ৩৫১টি গ্রামের সুবিধা প্রাপককে ই-বন্টন ব্যবস্থায় ৫৭ লক্ষ 'স্বামীত্ব সম্পত্তি কার্ড' প্রদান করলেন। এই উপলক্ষে অয়োজিত অনুষ্ঠানে তিনি জাতির উদ্দেশ্যে ভাষণ দেবেন এবং সুবিধা প্রাপকদের সঙ্গে মত বিনিময় করবেন। সারা দেশের বিশিষ্ট ব্যক্তিবর্গও এতে যোগ দেবেন। স্বামীত্ব যোজনা কেন প্রয়োজনীয় পারদ-পতনের সঙ্গেই শীতে কাঁপছে দিল্লি, পালমে সর্বনিম্ন তাপমাত্রা ৮.৬ ডিগ্রি

নয়াদিল্লি, ২৬ ডিসেম্বর (হি.স.): কনকনে ঠাণ্ডায় কাঁপছে রাজধানী দিল্লি। শীতের দাপটে রীতিমতো জ্বলন্ত অবস্থা রাজধানীজুড়ে। একইসঙ্গে ঘন কুয়াশায় দুর্বিধে পরিষ্টিত রাজধানীতে। সোমবার সকাল ৮.৩০ মিনিট নাগাদ দিল্লির সফরজং-এ সর্বনিম্ন তাপমাত্রা ছিল ১০.৪ ডিগ্রি সেলসিয়াস এবং পালমে ৮.৬ ডিগ্রি সেলসিয়াস। আনহওয়া দফতর জানিয়েছে, সর্বনিম্ন তাপমাত্রা ৯ ডিগ্রিতেও নেমে যেতে পারে। শীত থেকে রেহাই পেতে বহু মানুষকে এদিন সকালেও আঙুলের তালি দিয়ে দেখা যায়। কুয়াশার কারণে এদিন সকালেও দৃশ্যমানতা কম যায়। দিল্লিতে এদিন বাতাসের গুণগতমান ছিল ১৭৯। প্রবল ঠাণ্ডায় কাঁপছে উত্তর প্রদেশও। একইসঙ্গে রয়েছে ঘন কুয়াশা। সোমবার সকালে তাজনগরী আগ্রা কুয়াশার হালকা আভ্রণে আচ্ছন্ন ছিল, দুই থেকে সম্পূর্ণ দেখা যাচ্ছিল

অধিকার' পৌঁছে দেওয়ার প্রতিপাদ্যকে ভিত্তি করেই ৩১ টি রাজ্য ও কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলে সম্পত্তির মালিকদের সম্পত্তি কার্ড জারি করার প্রক্রিয়া অব্যাহত আছে। ইতিমধ্যেই ৫ লক্ষ ১৭ হাজার গ্রামে জ্ঞেণ সমীক্ষা সম্পন্ন হয়েছে। এর মধ্যে কেন্দ্র শাসিত অঞ্চল লাক্ষাদ্বীপ, লাদাখ, দিল্লি, দাদরা ও নগর হাভেলি এবং দমন ও দিউ যেমন রয়েছে, একইভাবে মধ্যপ্রদেশ, উত্তরপ্রদেশ এবং ছত্তিশগড় রাজ্যেও শেষ হয়েছে। এটি যেমন রয়েছে, একইভাবে মধ্যপ্রদেশ, উত্তরপ্রদেশ এবং ছত্তিশগড় রাজ্যেও শেষ হয়েছে। হরিয়ানা, উত্তরাখণ্ড, পুদুচেরি, ত্রিপুরা, আন্দামান ও নিকোবর দ্বীপপুঞ্জ এবং গোয়ার সমস্ত গ্রামীণ বসতি এলাকার জন্য সম্পত্তি প্রমাণ্য কার্ড সফরিত হয়েছে। একটি কেন্দ্রশাসিত অনলাইন নজরদারি এবং প্রতিবেদন পেশের ড্যাশবোর্ড বাস্তবায়ন অগ্রগতির বাস্তব সমায়েচিত অধ্যয়ন সত্ত্ব করে তোলে। সম্পত্তি কার্ডগুলি ডিজিটাল আ্যাপের মাধ্যমে সুবিধাপ্রাপকদের কাছে নিবিড় সহজলভ্যতা নিশ্চিত করে, তারা তাদের কার্ডগুলি ডিজিটালভাবে দেখতে এবং ডাউনলোড করতে পারেন। এই প্রকল্পে একইসঙ্গে দ্রুত, নিখুঁত, উচ্চ মানের মানচিত্র তৈরির মাধ্যমে বিপ্লবাত্মক গ্রামীণ জমি নির্ধারণ প্রক্রিয়ায় ধারাবাহিক পরিচালনা প্রাসঙ্গিক ব্যবস্থা (সি ও আর এস ) সহ সমীক্ষা উপযোগী ড্রোন নিযুক্তির নেটওয়ার্ক কাজে লাগানো হয়েছে। এই স্বামীত্ব প্রকল্প রূপান্তরমূলক উদ্যোগ হিসেবে সামনে এসে গ্রামীণ প্রশাসনিক ব্যবস্থার পুনর্গঠনে ভূমিকা নিয়েছে। একইসঙ্গে সম্পত্তির মূল্যায়ন এবং

জমি ব্যবস্থাপনায় উদ্ভাবনী মনোভাবের সমাজকে ক্ষমতায়নের যোগ্য এনে দিলে। এভাবেই গুজরাটের এক গ্রামের বাসিন্দা শ্রীমতী কে.কি.লালবেন বাবাজি বাঘেলা, নিজের পরিবারের জন্য সম্পত্তি কার্ডের কল্যাণে ব্যাকবন্ধ পেয়ে উজ্জল ভবিষ্যতের সন্ধান পেয়েছেন। বাঙ্ক এই কার্ডকে গুরুত্ব দেওয়ায় আরেক গ্রামীণ মানুষ রাজারাম গৌর স্বামীত্ব যোজনায় সম্পত্তি বন্ধ দিয়ে খপ পেয়ে নিজে যেমন বাড়িঘর সারাই করেছেন, আবার ছেলের জন্য মারণি সুজুকি গাড়ি কিনে রোজগারের ব্যবস্থা করে জীবন বদলের সন্ধান পেয়েছেন। ছোড়া মহারাষ্ট্রের পুনে জেলায় এখাতুর অন্য পঞ্চায়েত বহু সম্পত্তি বিবাদ অবশ্যনে বলিষ্ঠ ভূমিকা নিয়েছে। পঞ্চায়েত এলাকায় তৈরি হয়েছে ইতিবাচক পরিণতি। এরকম ইতিবাচক দৃষ্টান্তগুলির মাধ্যমে স্বামীত্ব যোজনা গ্রামীণ ভারতের পুনর্গঠনে ভূমিকা নিচ্ছে বহু পুরনো সম্পত্তির মালিকানার সমস্যা দূর করে অগ্রগতি ও ক্ষমতায়নের সুযোগ গড়ে তুলছে। উদ্ভাবনকে আপন করে বিভিন্ন বাধা দুই করে, সমস্যা অগ্রগতি ও ক্ষমতায়নের সুযোগ গড়ে তুলছে। উদ্ভাবনকে আপন করে বিভিন্ন বাধা দুই করে, সমস্যা অগ্রগতি ও ক্ষমতায়নের সুযোগ গড়ে তুলছে। উদ্ভাবনকে আপন করে বিভিন্ন বাধা দুই করে, সমস্যা অগ্রগতি ও ক্ষমতায়নের সুযোগ গড়ে তুলছে।

WALK-IN-INTERVIEW

Sl No.	Name of AWC	WARD NO	Name of MUNICIPAL COUNCIL	No. of Post Assigned	No. of Post Vacant	Reason for interview	Remarks
1	NDIV MANUPURI BASTI AWC	WARD NO 01	Kumarghat MC	00	01	RETO OF REGULAR AWH	Date of interview will be informed later on.
2	JHPS	WARD NO 08	Kumarghat MC	00	01	RETO OF REGULAR AWH	Date of interview will be informed later on.
3	Patachana AWC	WARD NO 14	Kumarghat MC	01	00	RETO OF REGULAR AWH	Date of interview will be informed later on.

Eligibility Criteria:-  
1. Educational Qualification: For Anganwadi Worker minimum qualification shall be Class-VIII passed.  
2. Age Limit:- 18-45 years as on 31/12/2024 and upper age relaxation up to 5 years is applicable for SC/ST/Divyanjan (Differently able) candidates.  
3. The applicants must be the normal resident of the MC Ward where the Anganwadi Centre is located  
4. Marital Status: Candidate must be Married or Widow (Same for both post).  
5. Procedure for selection: Walk-in-interview.  
6. Honorarium: Rs.8000/- (Rupees Eight thousand) only for Anganwadi Worker per month and Rs.5000/- (Rupees Five thousand) only for Anganwadi Helper per month along with ADA as declared time to time by the state govt.  
7. Application will be received from 01/01/2025 to 10/01/2025 excepted holidays from 11.00 a.m to 4.00 p.m.  
8. Incomplete application or application without required documents shall be immediately rejected.  
9. Last date of submission of application is 10/01/2025 up to 4:00 p.m.  
10. Date of interview will be informed later on.  
11. No TA/DA is admissible for appearing the interview.  
NB: In any unavoidable circumstances the interview process may be postponed/cancelled without showing any reason. The authority has the right to make any changes in the advertisement if required. For further details please visit the Office of the CDPO Kumarghat NP ICDS Project on all working days.  
ICAD/1576/24

AGARATAL MUNICIPAL CORPORATION  
Electrical Division  
AGARTALA, West TRIPURA  
PRESS NOTICE INVITING e-TENDER

The Executive Engineer, Electrical Division, Agaratala Municipal Corporation on behalf of the Hon'ble Mayor, AMC Inv online percentage rate e-tender in single bid system from the reputed resourceful manufacturer/ authorised dealers BLUESTAR/VOLTA/SYMMETRY/CARRIER/HAIER having authorised service centre at Agaratala as well as having experience in sam nature of the following job:-

Sl	Name of the work	Estimated Cost	Earnest Money	Time for Completion	Last date and time for document downloading and bidding
01	DNleT-EE(Elect)/AMC/49/2024-25	9,20,321.00	18,406.00	15(fifteen) days	Date:06/01/2025 Time : 15:00 Hrs
02	DNleT-EE(Elect)/AMC/50/2024-25	2,69,535.00	5,391.00	10(Ten) Days	Date:06/01/2025 Time : 15:00 Hrs
03	DNleT-EE(Elect)/AMC/51/2024-25	4,30,755.00	8,615.00	10(Ten) Days	Date:06/01/2025 Time : 15:00 Hrs

For more details kindly visit: <https://tripuratenders.gov.in>  
The bid forms and other details including online activities should be done in the e-procurement portal <https://tripuratenders.gov.in>  
For and on behalf of the Hon'ble Mayor, AMC

Sd/-  
Executive Engineer,  
Electrical Division,  
Agaratala Municipal Corporation

অপরিচিত পুরুষ ব্যক্তির মৃতদেহের সনাক্তকরণ ছাই

Ref#Yé GB TOP GFD Entry Nof 14- dated eYé 28012a2024

পাশের ছবিটি অপরিচিত পুরুষ ব্যক্তির মৃতদেহ, বয়স- আনুমানিক ৬৫ বছর, উচ্চতা- ৫ ফুট ৭ ইঞ্চি, গায়ের রঙ- শ্যামলা, মুখমণ্ডল- গোলাকার, চুল- সাদা, গাত- ২৮ ১/২ ২০২৪ ইং তারিখ সকাল ৯ টা ০২ মিনিটে আহত অবস্থায় জিবিপি হাসপাতালে ভর্তি হয় এবং চিকিৎসা চলাকালীন ৫ দিন দুপুর ১১ টা ৫৫ মিনিটে জিবিপি হাসপাতালে মরণ ঘটা হয়। বর্তমানে মৃতদেহটি আগরতলা জিবিপি হাসপাতালের মর্গে রাখা আছে সনাক্তকরণ করার জন্য। আজ পরাত কোন ব্যক্তি বা আত্মীয়- স্বজন মৃতদেহের দাবী করেনি।

উপরে উল্লিখিত মৃতদেহ সম্বন্ধে কাহারো কোন তথ্য জানা থাকলে বা আত্মীয়-স্বজন থাকলে নিম্নলিখিত ঠিকানায়া ও ফোন নম্বরে যোগাযোগ করার জন্য অনুরোধ করা হল।

১) পুলিশ সুপার (পশ্চিম ত্রিপুরা) ০৩০১-২৩২৫৪৮৬  
২) সিটি কর্পোরেশন ০৩০২৩৭৫১৪/১০০  
৩) জি.বি.টি.পি ০৩০১-২৩২৫৪৯৫  
ICA/D-1584/24

পুলিশ সুপার পশ্চিম ত্রিপুরা

**NOTICE**

Authorized Officer [O/o the SDFO, Kumarghat] issued 4th / Final Claimant Notice Vide No.F.10-2/OR/Seized Veh/SDFO/KGT/TR-02G-1561/10444-486 Dated, 27/12/2024 on seized vehicle bearing registration No.TR-02G-1561, Chassis No.MAILT2FWTEFB; Engine No.14A91 (Mahindra GIO Load Carrier) from Sukantapali area, Kumarghat with loaded over 26 Nos. Teak ballies for departmentally adjudication. For further details see the website:- www.forest.tripura.gov.in and Notice board of O/o the SDFO, Kumarghat may be referred.  
ICA/D/1580/24

Sd/- Authorized Officer [O/o the SDFO, Kumarghat] Sub-Divisional Forest Officer Kumarghat Forest Sub-Division

PNle-T No: 19/PNleT/EE/DWS/BLN/2024-25

e-Tender in single bid system are invited for the following work:-

Sl. No.	DNIT No.	Estimated cost	Earnest money	Deadline for online bidding	Website for online bidding	Time & Date of online bid
1	DNIT No. : 61/0NleT/EE/DWS/BLN/2024-25	₹ 14,72,803.00	₹ 29,456.00	Upn 3.00 P.M on 18.01.2025	<a href="https://tripuratenders.gov.in">https://tripuratenders.gov.in</a>	At 3.30 P.M On 18.01.2025 if possible

All details can be seen in the office of the undersigned. NB: The detailed press notice & bid documents for the work can be seen on website [www.tripuratenders.gov.in](http://www.tripuratenders.gov.in) & [etenders.gov.in](http://etenders.gov.in) or [eprocure.gov.in](http://eprocure.gov.in) at free of cost. The bid can only be submitted after uploading the mandatory scanned documents as specified in this tender document on the e-Procurement website [www.tripuratenders.gov.in](http://www.tripuratenders.gov.in). For any query please contact to office of the undersigned during office hours/ [dwsdivisionbelonia@gmail.com](mailto:dwsdivisionbelonia@gmail.com)/ [eedwsdivln@yahoo.com](mailto:eedwsdivln@yahoo.com)

ICA/C/3070/24

For and on behalf of Governor of Tripura.

(Er. B. Debbarma)  
Executive Engineer  
DWS Division, Belonia, South Tripura District, Tripura

AGARATAL MUNICIPAL CORPORATION

AGARTALA, West TRIPURA

PNle-T No:10/Div-II/AMC/2024-25 Dated : 24/12/2024

Sl No.	DNIT No	Estimate Cost	Earnest Money	Time of Completion
1	DNleT No. 25/Div-II/AMC/2024-25	10,86,353.00	21,727.00	90(Ninety) Days
2	DNleT No. 26/Div-II/AMC/2024-25	16,40,302.00	32,806.00	90(Ninety) Days
3	DNleT No. 27/Div-II/AMC/2024-25	8,95,991.00	17,920.00	90(Ninety) Days
4	DNleT No. 28/Div-II/AMC/2024-25	6,43,729.00	12,875.00	90(Ninety) Days
5	DNleT No. 29/Div-II/AMC/2024-25	8,89,638.00	17,793.00	90(Ninety) Days

Last date and time for document downloading/bidding: 07-01-2025 at 14.00 Hrs/15.00 Hrs. Other necessary details information can be seen in the office hours of the undersigned Bid forms and other details can be obtained from [websitehttps://tripuratenders.gov.in](https://tripuratenders.gov.in)

Executive Engineer,  
Division No-II,  
Agaratala Municipal Corporation

AGARATAL MUNICIPAL CORPORATION

AGARTALA, West TRIPURA

PNle-T No:10/Div-II/AMC/2024-25 Dated : 24/12/2024

Sl No.	DNIT No	Estimate Cost	Earnest Money	Time of Completion
1	DNleT No. 25/Div-II/AMC/2024-25	10,86,353.00	21,727.00	90(Ninety) Days
2	DNleT No. 26/Div-II/AMC/2024-25	16,40,302.00	32,806.00	90(Ninety) Days
3	DNleT No. 27/Div-II/AMC/2024-25	8,95,991.00	17,920.00	90(Ninety) Days
4	DNleT No. 28/Div-II/AMC/2024-25	6,43,729.00	12,875.00	90(Ninety) Days
5	DNleT No. 29/Div-II/AMC/2024-25	8,89,638.00	17,793.00	90(Ninety) Days

Last date and time for document downloading/bidding: 07-01-2025 at 14.00 Hrs/15.00 Hrs. Other necessary details information can be seen in the office hours of the undersigned Bid forms and other details can be obtained from [websitehttps://tripuratenders.gov.in](https://tripuratenders.gov.in)

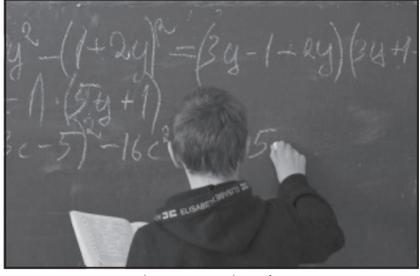
Executive Engineer,  
Division No-II,  
Agaratala Municipal Corporation

# হরেরকম হরেরকম হরেরকম

## শিক্ষা গ্রহণে শিশুর অক্ষমতা বোঝার উপায়

‘ডিসকালকুলিয়া’ সমস্যা থাকলে শিশুর কোনো কিছু শিখতে বা বুঝতে সমস্যা হয়। চিকিৎসা-বিজ্ঞানের ভাষায় ‘ডিসকালকুলিয়া’ এক ধরনের শেখার অক্ষমতা। এই সমস্যায় আক্রান্ত ব্যক্তি সাধারণ উপায়ে যে কোনো সংখ্যায়ুক্ত তথ্য কিংবা পদ্ধতি শিখতে, বুঝতে ও রপ্ত করতে পারেনা। ফলে যেকোনো হিসাব, সংখ্যার ক্রম ও গাণিতিক যুক্তি তাদের বুঝতে সমস্যা হয়। পাশাপাশি একটি সংখ্যার সঙ্গে আরেকটি সংখ্যার সম্পর্ক, সাংকেতিক চিহ্ন, দিক নির্দেশনা, সময় দেখা ইত্যাদি ক্ষেত্রেও সমস্যা দেখা দেয় অস্বাভাবিক মাত্রায়। স্বাস্থ্যবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটের প্রতিবেদন অবলম্বনে জানানো হলো বিস্তারিত।

লক্ষণ স্বাভাবিক যেকোনো হিসাব বুঝতে না পারার সমস্যার তীব্রতা নির্ভর করবে এর কারণ এবং যিনি পারছেন না তার বয়সের ওপর। বিভিন্ন বয়সে শিশুদের মাঝে ‘ডিসকালকুলিয়া’র লক্ষণ বিভিন্ন হতে পারে। স্কুলের আগে: দুই থেকে পাঁচ বছর বয়সীদের অক্ষর জ্ঞানে হাতে খড়ি হয়। ‘ডিসকালকুলিয়া’র সমস্যা থাকলে এসময় শিশুর ১ থেকে ১০ গুণতে অস্বাভাবিক মাত্রায়



সমস্যা দেখা দেবে। এই সমস্যা ১০০ পর্যন্ত গুণতে না পারা পর্যন্ত ও গড়তে পারে। অনেকগুলো বস্তু একটি একটি করে গুণতে অসুবিধা হতে পারে। সেই সঙ্গে একই সংখ্যক বস্তুর একাধিক সমষ্টিকে একটি সংখ্যা দিয়ে চিহ্নিত করা যায় এই ধারণা তাদের বুঝতে অসুবিধা দেখা দেবে। যেমন- পাঁচ সংখ্যাটি দিয়ে পাঁচটি আঙুল, পাঁচটি কলা, পাঁচটি কুকুর এই সবগুলোকেই চিহ্নিত করা যায় সেটা তারা ধরতে পারে না। এক থেকে ২০ পর্যন্ত সংখ্যাগুলো লিখতে বা চিনতে সমস্যা হয়। আবার সংখ্যার ক্রমানুসারে গোনোর সময় কিছু সংখ্যা বাদ পড়ে যায়। প্রাথমিক বিদ্যালয়ে থাকার অবস্থায়: ছয় থেকে ১৩ বছর বয়সে প্রাথমিক বিদ্যালয়ে এসে সমস্যার চেহারা পাটমায়।

ধরনের অসুবিধা দেখা যায়। মানচিত্র, তালিকা, গ্রাফ ইত্যাদি তারা বুঝতে পারেনা। দৌড়ানো, যানবাহন চালানো ইত্যাদি যেসব কাজে গতি ও দূরত্বের আন্দাজ থাকা জরুরি সেই কাজগুলোতে তারা প্রচণ্ড দ্বিধাগ্রস্ত হয়। রোগ চেনার উপায় সব লক্ষণ বাবা-মা কিংবা অভিভাবকদের চোখে না ও পড়তে পারে। তাই সন্দেহ হলে প্রথমেই সন্তানের শিক্ষক শিক্ষিকাদের সঙ্গে আলাপ করতে হবে। পেশার খাতিরে একটি নির্দিষ্ট বয়সসীমায় একজন শিশুর কতটুকু জ্ঞান থাকা স্বাভাবিক সেটা শিক্ষকরাই ভালো জানবেন। ‘ডিসকালকুলিয়া’তে আক্রান্ত সব শিশুর লক্ষণ পুরোপুরি এক হবে না। তাই সঠিকভাবে চিহ্নিত করতে হলে বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিতেই হবে। গুণতে না পারাই এই রোগ চিহ্নিত করার প্রধান উপায়। বিভিন্ন আক্ষর-আকৃতি চেনা এবং অঁকতে পারা অক্ষর সঙ্গে বিশেষভাবে সম্পর্কিত। তাই স্মৃতি থেকে কোনো নির্দিষ্ট আকৃতি অঁকতে পারছে কিনা সেটাও ‘ডিসকালকুলিয়া’ চেনার একটি পদ্ধতি। এমন আরও বিশেষ পরীক্ষার মাধ্যমেই বিশেষজ্ঞরা নিশ্চিতভাবে বলতে পারবেন শিশুর এই সমস্যা আছে কি-না, আর থাকলে তার তীব্রতা কতটুকু।

## ইলেক্ট্রোলাইট পানীয়ের উপকারিতা

শরীরের তাপমাত্রা ও রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণ, মেজাজ ভালো করা, স্মৃতিশক্তি বাড়ানো ইত্যাদি নানাবিষয়ের মূলে আছে শরীরের আর্দ্রতা বজায় রাখা, অর্থাৎ পর্যাপ্ত পানি পান করা। তবে সেই পানিতে ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ যোগ করলে উপকারিতা কী বাড়বে? স্বাস্থ্যবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটে প্রকাশিত প্রতিবেদন অবলম্বনে জানানো হল এই বিষয়ে বিস্তারিত। ইলেক্ট্রোলাইট কী? এটি সলিনজ উপাদানের সমষ্টি। যা পানিতে দ্রবীভূত হয়ে বৈদ্যুতিক শক্তি বহন করে। পেশার খাতিরে একটি আমরা গ্রহণ করি সেখানে থেকেই শরীর ‘ইলেক্ট্রোলাইট’য়ের যোগান পায়। যে খনিজগুলো থেকে এই উপাদান পাওয়া যায় সেগুলো হলো পটাশিয়াম, ক্যালসিয়াম ও ম্যাগনেসিয়াম। শরীরের বিভিন্ন দৈনন্দিন কাজ সম্পন্ন করতে ব্যবহার হয় এই ‘ইলেক্ট্রোলাইট’। এর মধ্যে উল্লেখযোগ্য হল শরীরে পানি ও অম্ল-ক্ষারের ভারসাম্য বজায় রাখা, বিভিন্ন কোষের মধ্যে পুষ্টি উপাদান সোঁতে দেওয়া এবং সেখান থেকে বর্জ্য অপসারণে সহায়তা করা, স্নায়ু, পেশি, হৃদযন্ত্র ও মস্তিষ্কের কার্যক্রম অক্ষয় রাখা এবং ক্ষতিগ্রস্ত কোষের ক্ষয়পূরণ করা। শরীরচর্চার শক্তি যোগাতে ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ যুক্ত পানীয় বেশ জনপ্রিয়। কারণ শারীরিক পরিশ্রম



এবং ঘামের কারণে দেহ থেকে এই উপাদান বেরিয়ে যায়। আর শরীরকে কর্মক্ষম রাখতে হলে ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ মাত্রার একটো পরিষ্কার থাকতেই হবে। হাঁটা, শ্বাস-প্রশ্বাস, হাসি এমনকি চিন্তা করার সময়ও ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ প্রয়োজন। যেভাবে জলে মেশানো হয় জলে বিদ্যুতায়িত সোডিয়াম, পটাশিয়াম, ম্যাগনেসিয়াম ও ক্যালসিয়াম মিশিয়ে তৈরি হয় ‘ইলেক্ট্রোলাইট ওয়াটার’। ‘মিনারেল ওয়াটার’ ও ‘আলকালাইন ওয়াটার’ নামেও এটি পরিচিত। উপকারিতা শক্তি যোগায়: শরীরচর্চার সময় ঘামের সঙ্গে যে জলবেরিয়ে যায় তা পূরণ করতে বাড়তি তরল গ্রহণ করতে হয়। শরীরের স্বাভাবিক জলের মাত্রা থেকে এক বা দুই শতাংশ কম গেলেই শক্তি কমাতে থাকে। ঘামের সঙ্গে সোডিয়াম, পটাশিয়াম, ক্যালসিয়াম, ম্যাগনেসিয়াম এবং ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ও বেরিয়ে যায়।

হারায়। তাই এসময় প্রচুর জল ও তরল খাবার গ্রহণের মাধ্যমে ক্ষয়পূরণ করার পরামর্শ দেন চিকিৎসকরা। অন্যান্য পানীয় ও তরল খাবারের পাশাপাশি এসময় ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ সমৃদ্ধ জল পান করাও হবে বেশ উপকারী। তবে মনে রাখতে হবে শুধু ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ মিশ্রিত জল কিংবা পানীয় এসময় খেতে নয়। স্বাস্থ্যবিক কার্যক্রমে ভূমিকা: শরীরের আর্দ্রতা সামান্য কমলেই মস্তিষ্কের জলীয় ক্ষমতা, মনযোগ, সতর্কতা ইত্যাদি দুর্বল হতে থাকে। সোডিয়াম স্নায়ুকোষে বৈদ্যুতিক শক্তি সৃষ্টি করে যা বিভিন্ন স্নায়ুর মধ্যে যোগাযোগ স্থাপনের জন্য প্রথম ধাপ। পটাশিয়ামের কাজ হল স্নায়ুকোষকে ‘নিউট্রোলাইট’ করা বা আগের অবস্থায় ফিরিয়ে আনা যাতে সেখানে পুনরায় বৈদ্যুতিক শক্তি সৃষ্টি হতে পারে। ম্যাগনেসিয়ামের কাজ হল এই বৈদ্যুতিক শক্তির সঞ্চয়ন নিরবিচ্ছিন্ন রাখা। ঘরেই যেভাবে ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ সমৃদ্ধ জল তৈরি করা যায় একটি বড় গ্লাসে এক চা-চামচের এক চতুর্থাংশ পরিমাণ লবণ, একই পরিমাণ লেবুর রস, দেড় কাপ নারিকেল জলপানি আর দুই কাপ সাধারণ জল একসঙ্গে মিশিয়ে নিলেই তৈরি হয়ে উঠে ‘ইলেক্ট্রোলাইট’ সমৃদ্ধ পানীয়। স্বাদ বাড়তে তাতে যোগ করতে পারেন মধু।

## ভিটামিন ই সাপ্লিমেন্টের প্রয়োজনীয়তা



ভিটামিনের অভাব পূরণের জন্য ‘সাপ্লিমেন্ট’ প্রায় সকলের কাছে সহজ একটা উপায় হিসেবে পরিচিত। আর মানুষ এটাও ভেবে নেয় যে প্রয়োজন না থাকলেও কোনো পুষ্টি উপাদানের ‘সাপ্লিমেন্ট’ নেওয়া কখনই ক্ষতিকর নয়। ‘সাপ্লিমেন্ট’ নেওয়ার এই হুজুগের মাঝে অন্যতম হল ভিটামিন ই। যুক্তরাষ্ট্রের হার্ভার্ড মেডিকাল স্কুলের পরিসংখ্যান বলে, ৫৫ বছর বা তার বেশি বয়সি মানুষের মধ্যে এক তৃতীয়াংশ মানুষ প্রতিদিন ভিটামিন ই ‘সাপ্লিমেন্ট’ গ্রহণ করেন। তবে তা উপকারের চাইতে তাদের ক্ষতিই করে বেশি। যুক্তরাষ্ট্রের ক্লিনিক্যাল ক্রিনিকের বিশেষজ্ঞদের দাবি, “ভিটামিন ই ‘সাপ্লিমেন্ট’ সচেতনভাবে এড়িয়ে চলা উচিত। এর স্বাস্থ্যগত উপকারিতার পেছনে শুধু বৈজ্ঞানিক গবেষণা নেই বললেই চলে। উল্টা কিছু মানুষের ক্ষেত্রে তা ক্ষতিকর।” স্বাস্থ্যবিষয়ক একটি ওয়েবসাইটের প্রতিবেদন অবলম্বনে জানানো

হলো ভিটামিন ই ‘সাপ্লিমেন্ট’য়ের প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে। রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার অংশ ভিটামিন ই: গমের অঙ্কুর থেকে তৈরি তেল, বিভিন্ন ধরনের বাদাম, পাসলে, অ্যান্ডোকাডো, কুমড়ার দানা, সূর্যমুখীর বীজ, পালংশাক ইত্যাদিসহ আরও অনেক খাবার থেকে ভিটামিন ই মেলে। এই ভিটামিনটি মূলত অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট ঘরানার। যুক্তরাষ্ট্রের ‘ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অফ হেলথ (এনআইএইচ)’য়ের ‘অফিস অফ ডায়েটারি সাপ্লিমেন্টস’য়ের ভাষ্যমতে, “অ্যান্টি-অক্সিডেন্টের কাজ হল ফ্রি র‍্যাক্টিভাল” বা মুক্ত মৌলের ক্ষতিকর প্রভাব থেকে শরীরের কোষকে রক্ষা করা। এই মুক্ত মৌলই দায়ী ক্যান্সার ও হৃদরোগের মতো দুরারোগ্য ব্যাধির জন্য।” ভিটামিন ই একটি একক বস্তু নয়, একাধিক উপাদানের সমষ্টি, যা অসংখ্য উদ্ভিদে খাবারের পাওয়া যায়। একজন প্রাপ্তবয়স্ক মানুষের দৈনিক ১৫ গ্রাম ভিটামিন ই

প্রয়োজন। আর তার সবটুকুই স্বাভাবিক স্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাস থেকে সহজেই যোগান দেওয়া সম্ভব। অপরিদ্রিক, ভিটামিন সি শরীরে সংরক্ষণ হয় না। তবে ভিটামিন ই’য়ের সেই সমস্যা নেই। দৈনিক ‘অ্যান্টি-ক্সিডেন্ট’ ও ‘অ্যান্টি-প্লেটলেট’ ধরনের ওষুধের সঙ্গে মিলে ওষুধের কার্যকারিতা নষ্ট করে রক্তপাতের মাত্রা বাড়ায়। আবার অন্যান্য ‘অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট’ নিষ্ক্রিয় করতেও সক্ষম ভিটামিন ই’য়ের ‘অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট’। কেমনাথেরোপি ও অন্যান্য ‘অ্যান্টি-বায়োপিক’ যের কার্যকারিতাও কমায় ভিটামিন ই। ভিটামিন ই’য়ের অভাব দুর্লভ ঘটনা এই ভিটামিনটি এতো বেশি খাবারে পাওয়া যায় যে এর অভাব তৈরি হওয়ার ঘটনা খুব কমই দেখা যায়। আর একই কারণে এই ভিটামিনের ‘সাপ্লিমেন্ট’ গ্রহণ করার পরামর্শ খুব কমই দেন বিশেষজ্ঞরা। যারা গ্রহণ করেন, বেশিরভাগই নিজের সিদ্ধান্তে। প্রয়োজন নেই তার পরও ভিটামিন ই ‘সাপ্লিমেন্ট’ নেওয়া কতটুকু ক্ষতিকর বা আদৌ ক্ষতিকর কি-না তা নিয়ে বিশেষজ্ঞদের মাঝে মতান্তর আছে। আর শুধু ভিটামিন ই ‘সাপ্লিমেন্ট’ই নয়, যেকোনো ভিটামিন ওষুধ সেবনের আগে তা প্রয়োজন আছে কি-না সে ব্যাপারে চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া জরুরি।

## পাঁচ খাবারে শিশুর মেধা বাড়বে

শিশুদের বয়সটা হচ্ছে শারীরিক বৃদ্ধি ও মানসিক বিকাশসাধনের সময়। এ সময় সুস্থভাবে বেড়ে শিশুদের শিশুর খাবার তালিকায় বিশেষ গুরুত্বারোপ করতে হয়। অনেক পিতামাতা শিশুদের নিয়মিত ফল ও শাকসব্জি খাওয়ানোর প্রয়োজন যা তাদের মস্তিষ্কের বিকাশসাধন করে। তথা মেধা ও মনোযোগ বাড়াবে। এখানে শিশুর মেধা ও মনোযোগ বৃদ্ধি করতে পাঁচ খাবার দেওয়া হল— যা ১২ মাস ও তদোর্ধ্ব বয়সের বাচ্চাকে খাওয়ানোর উপায়।



ডিম ও শিশুদের মস্তিষ্কের বিকাশসাধন হয় উল্লেখযোগ্য হারে। এ সময় গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালনকারী একটি পুষ্টি হচ্ছে কোলাইন। মস্তিষ্কের গভীরে সৃষ্টিকোষ তৈরি করতে কোলাইনের প্রয়োজন রয়েছে। ডিমের কুসুম পর্যাপ্ত কোলাইন পাওয়া যায়। আট বছর পর্যন্ত প্রতিদিন যতটুকু কোলাইন লাগে তার প্রায় সমপরিমাণ পুষ্টি একটি ডিমের কুসুম সরবরাহ করতে পারে। ডিমের প্রুয় প্রোটিন, আয়রন, ভিটামিন এ এবং ফোলেটও রয়েছে- এদের প্রত্যেকটি কোষের বৃদ্ধি, বিকাশসাধন ও মেরামতের দরকার। তাই শিশু ডিমের প্রতি অ্যালার্জিক না হলে তাদের প্রতিদিন ডিম খেতে উৎসাহিত করুন। তৈলাক্ত মাছ ও তৈলাক্ত মাছ অনেক উপকার করতে পারে। মস্তিষ্কের বিকাশসাধন ও স্বাস্থ্যের জন্য ওমেগা ৩ সমৃদ্ধ মাছ খাওয়া গুরুত্বপূর্ণ। কোষের বিকাশসাধনের জন্য অন্যতম হচ্ছে ওমেগা ফ্যাটি অ্যাসিড। এ পুষ্টি নিউরোট্রান্সমিটার সংশ্লেষের ভূমিকা রেখে আচরণগত সমস্যা নিয়ন্ত্রণ করতে সহায়তা করে। কিন্তু গবেষণায় নিম্নমাত্রায় ওমেগা-৩ এর সঙ্গে কম মেধার যোগসূত্র দেখা গেছে এবং অন্যদিকে ওমেগা ৩ সাপ্লিমেন্টেশনে মেমোরি ফাংশন বৃদ্ধি পেয়েছিল। হোল গ্রেন ও শিশুদের সকালের নাস্তায় হোল গ্রেন (গোটা শস্য) রাখা উচিত। কার্বেহাইড্রেট সমৃদ্ধ এই খাবার মস্তিষ্কের জ্বালানি হিসেবে গ্লুকোজ ও এনার্জির জোগান দেয়। এতে প্রচুর বি ভিটামিনও থাকে— যা নাভার্স সমপরিমাণ পুষ্টি একটি ডিমের কুসুম সরবরাহ করতে পারে। ডিমের প্রুয় প্রোটিন, আয়রন, ভিটামিন এ এবং ফোলেটও রয়েছে- এদের প্রত্যেকটি কোষের বৃদ্ধি,

হিসেবে পরিশোধিত কার্বেহাইড্রেট গ্রহণে এমন লক্ষণীয় পরিবর্তন দেখা যায়নি। হোলগ্রেনে কয়েক পরিমাণে ফাইবারও রয়েছে— যা শরীরে গ্লুকোজ সাপ্লাই নিয়ন্ত্রণ করে। শিম ও শিমের বিচির মতো প্রকৃতির খাবারে উচ্চ মাত্রায় প্রোটিন, বি ভিটামিন ও মিনারেল পাওয়া যায়। পিচো ও কিউনি বিনসে ওমেগা-৩ ফ্যাটি বেশি থাকে— যা মস্তিষ্কের বৃদ্ধি ও কার্যক্রমের জন্য দরকারি। শিশুদের শিম খায়েই ফলে পাঠালে রূপারূপে মন বসবে। এছাড়া এসব খাবার তাদের দীর্ঘসময় সতেজ রাখবে। বিচি হচ্ছে প্রোটিন, আয়রন, ফলিক অ্যাসিড, পটাশিয়াম, ম্যাগনেসিয়াম ও এসোসিথিয়াম ফ্যাটি অ্যাসিডের চমৎকার উৎস। এসকল পুষ্টি গর্ভাবস্থায় প্রয়োজন রয়েছে। এসব খাবারে ফাইবারও রয়েছে, যা দুটি

## অবসাদ কীভাবে কাটাবেন?

পাহাড় প্রমাণ মানসিক চাপের কারণে একসময় আপনি অবসাদে ডুবেতে শুরু করছেন। কিন্তু সামান্য কটা জিনিস মেনে চললে মানসিক অবসাদ কাটাতে অনেক সহজ হয়ে উঠবে। চোখ বন্ধ করে বুকভরে শ্বাস নিন। মাথা থেকে সব চিন্তা হটানোর চেষ্টা করুন। দিনের শত ব্যস্ততার মাঝেও ৩০ মিনিট সময় বেঁচ করে নিন। ওই ৩০ মিনিট ধ্যান করুন। শরীর সুস্থ থাকলেই মন ভালো থাকবে। তাই শরীর সুস্থ

রাখুন। রোজ সকালে নিয়ম করে তাই যোগা বা জগিং করুন। ব্যায়ামও কতে পারেন। হাসি মন ভাল করে দেয়। প্রাণ খুলে হাসুন। পজিটিভ এনার্জি পাবেন। অবসব সময়ে বিশ্রাম করে কাটিয়ে দেওয়া নয়। নিজের পছন্দের কাজে নিজেকে ব্যস্ত রাখুন। সময় করে ছুটি নিয়ে মাঝে মাঝে দূরে গিয়ে আসুন। অপরিচিত জায়গা আপনাকে নতুন অন্জিয়েন দেবে। একা বাড়ির মধ্যে বসে না থেকে বন্ধুদের সঙ্গে



সময় কাটান। কোনও না হয়, নিজেকে বাঁচবার ভালো সালাব বা স্পা পাললে গিয়ে বডি মেসেজ বা বডি স্পা করান। এতেও যদি কাজ না হয়, নিজেকে বাঁচবার বলুন, ‘আমার থেকেও অনেক খারাপ আছে। আমার যা আছে, অমেকের সেটুকুও নেই।’

## ওজন কমাতে সকালে দুবার জলখাবার

সকালের নাস্তায় দিনের অন্যান্য বেলায় খাবারের তুলনায় ভারী ও পুষ্টিকর খাবার বেছে নেওয়াকে স্বাস্থ্যকর হিসেবে বিবেচনা করেন বিশেষজ্ঞরা। কারণ এতে বিপাকক্রিয়ার গতি বাড়ে, লবাসময় পেট ভরা থাকে এবং চর্বি ও ক্যালরি খরচের প্রক্রিয়া ত্বরান্বিত হয়। এই ধারণা অনুসরণ করতে অনেকেই সকালে দুইবার নাস্তা খান অনেকেই। তবে ঘুম থেকে উঠে প্রথমেই হালকা কিছু খেতে সামান্য হাঁটাইটি বা ‘জগিং’ করে এবং আবার ভারী নাস্তা খাওয়া হয়। এতে সকালের খাবারটা ভারী হয়। স্বাস্থ্য ও ওজন নিয়ন্ত্রণের উপর এর সার্বিক প্রভাব সম্পর্কে জানানো হলো খাদ্য ও পুষ্টি বিষয়ক ওয়েবসাইটের প্রতিবেদনের আলোকে। ওজন নিয়ন্ত্রণে: যুক্তরাষ্ট্রের ইয়েল ইউনিভার্সিটি

এবং ইউনিভার্সিটি অফ কানেকটিকাট’য়ের বিশেষজ্ঞরা ১২টি বিদ্যালয়ের ৬৭ শিক্ষার্থীকে স্বাস্থ্যকর হিসেবে বিবেচনা করেন চালান এই বিষয় সম্পর্কে জানতে। পুরো সময় ধরে তাদের খাদ্যাভ্যাস পর্যবেক্ষণ করা হয়। এতে বেরিয়ে আছে দৈনিক খাবার গ্রহণের ছয়টি ভিন্ন অভ্যাস। সেগুলো হল- সকালের নাস্তা বাদ দেওয়া, শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে থাকারস্থায় অনিয়মিতভাবে খাওয়া, ঘরে খাওয়ার কোনো নির্দিষ্ট সময় না থাকা, বিদ্যালয়ে থাকাকালে অতিরিক্ত খাওয়া, বাসায় উল্টোপাল্টা খাওয়া এবং সকালে দুইবার জলখাবার খাওয়া। গবেষকদের দাবি, সকালে হালকা কিছু খাওয়ার মাধ্যমে বিপাকক্রিয়া সক্রিয় হয়। এরপর

এক থেকে দুই ঘণ্টা বিরতির দিয়ে আরেকবার ভারী নাস্তা খেলে দুপুরের খাবার খাওয়া আগ পর্যন্ত ক্ষুধা অনুভূত হয় না। পাশাপাশি উল্টোপাল্টা ‘ম্যাকস’ খাওয়া ইচ্ছা দেখা দেয় না বললেই চলে। আর গবেষণার শেষে দেখা যায়, যারা সকালের দুবার লজখাবার খায় তাদের তুলনায় যারা সকালে একবারেই কিছু খায় না তাদেরই দীর্ঘমেয়াদে ওজন বেড়েছে বেশি। দুইবার নাস্তা খাওয়া সঠিক উপায় প্রথম নাস্তা খেতে হবে ঘুম থেকে ওঠার এক ঘণ্টার মধ্যে। এরপর বেরিয়ে যেতে পারেন শরীরচর্চায়। হাঁটাইটি, দৌড়ানো, ‘স্টেচিং’, ‘কার্ডিও’ ব্যায়ামই যথেষ্ট এসময়। তবে ভারী ব্যায়ামও করতে পারেন। শরীরচর্চা শেষে হাতমুখ ধুয়ে এবার বসতে হবে মূল সকালের নাস্তায়। শরীরচর্চা এসময় ক্ষুধা

তৈরি করবে। ফলে সকালের খেতে ইচ্ছা না হওয়ার সমস্যাটা থাকবে না। মূল নাস্তায় প্রোটিনের মাত্রা বেশি রাখার পরামর্শ দেন বিশেষজ্ঞরা। আসলে বিষয় হল সকালে দুইবার খাওয়া ওজন নিয়ন্ত্রণের জন্য বেশ উপকারী হওয়া সম্ভব যদি তা সঠিকভাবে এবং নিয়মিত মেনে চলা হয়। এখানে অবশ্যই খাবারের পরিমাণের দিকে তীক্ষ্ণ নজর থাকতে হবে। খাবারের তালিকা খুব বেশি জটিল করা যাবে না। ‘লিন প্রোটিন’ বা চর্বি যীন মাংস, ভোজ্য আঁশ ও স্বাস্থ্যকর চর্বি সমৃদ্ধ খাবারগুলোকে প্রাধান্য দিতে হবে। আর সকালের ভারী খাওয়ার পর দুপুর ও রাতে খাবারের পরিমাণও নিয়ন্ত্রণে রাখতে হবে। ক্ষুধা নেই, তবে মজার খাবার পেয়ে জোর করে দুপুরে কিংবা রাতে বেশি খেলে সবই হবে পণ্ডশ্রম।







## সদর ক্রিকেটে ব্লাডমাউথকে হারিয়ে প্রথম জয়ের স্বাদ বাধারঘাট সেন্টারের

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা ।। প্রথম জয়ের স্বাদ পেয়েছে বাধারঘাট ক্রিকেট কোচিং সেন্টার। তাও ৭৫ রানের বড় ব্যবধানে ব্লাড মাউথ ক্লাব কোচিং সেন্টার কে হারিয়ে। পঞ্চম ম্যাচের মাধ্যম প্রথম জয় বাধারঘাটের। প্রথম চার ম্যাচে যথাক্রমে ক্রিকেট অনুরাগী, প্রগতি, মডার্ন ক্রিকেট একাডেমী এবং মৌচাক কোচিং সেন্টারের কাছে হেরে বাধার ঘাট কে অনেকটা পিছিয়ে পড়তে হয়েছিল। আজ, সোমবার ৭৫ রানের ব্যবধানে ব্লাড মাউথকে হারিয়ে প্রথম জয় তাদের অনেকটা স্বস্তি এনে দিয়েছে। নরসিংপাড়ের পঞ্চমতে গ্রাউন্ডে সকলে ম্যাচের শুরুতে টস জিতে ব্লাড

মাউথ প্রথমে বোলিং এর সিদ্ধান্ত নেয়। বাধারঘাট কোচিং সেন্টার ব্যাটিং এর সুযোগ পেয়ে সীমিত ৪০ ওভারে নয় উইকেটে ১৪৪ রান সংগ্রহ করে। জবাবে ব্যাট করতে নেমে ব্লাড মাউথ ৬৯ রানে ইনিংস গুটিয়ে নিতে বাধ্য হয়। বিজয়ী দলের পক্ষে অঙ্কিত সরকার চার রানে দুটি উইকেট এবং ব্যক্তিগত ২৫ রান সংগ্রহ করে প্লেয়ার অব দ্যা ম্যাচের খেতাব পেয়েছে। এছাড়া, গৌরব মজুমদারের ৪৩ রান কুশল মন্ডলের ১৬ রান এবং শ্রীসাহু সরকারের ১৬ রানে ৩ উইকেট দখল উল্লেখ করার মতো। ব্লাড মাউথের সামান্য প দাস তিনটি উইকেট পেয়েছিল।

# বিজয় হাজারে ট্রফি ক্রিকেট আজ দিল্লির সামনে ত্রিপুরা

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা ।। নিজেদের পঞ্চম ম্যাচ খেলাতে মঙ্গলবার মাঠে নামছে ত্রিপুরা। প্রতি পক্ষ দিল্লি। হায়দরাবাদে অনুষ্ঠিত বিজয় হাজারে ট্রফি ক্রিকেটে। মধ্যপ্রদেশের বিরুদ্ধে পরাজয়ের পর মানসিকভাবে অনেকটাই পিছিয়ে ত্রিপুরা। ওই অবস্থায় দিল্লিকে হারিয়ে ঘুরে নাড়াচ্ছে চাইছে রাজা দল। কাজটা কঠিন হলেও অসম্ভব নয় তা মনে

প্রানে বিশ্বাস করেন ত্রিপুরার ক্রিকেটাররা। আপাতত দু-দলই চারটি করে ম্যাচ খেলে নিয়েছে। চার ম্যাচ খেলে দিল্লি দুটি ম্যাচে জয় পেয়ে ৮ পয়েন্ট নিয়ে আপাতত রয়েছে চতুর্থ স্থানে। ৬ পয়েন্ট নিয়ে ত্রিপুরা রয়েছে পঞ্চম স্থানে। মধ্যপ্রদেশের বিরুদ্ধে পরাজয়ের পর মানসিকভাবে বিক্ষণ্ত ত্রিপুরায় ক্রিকেটাররা। ওই অবস্থায় জয় ছাড়া হারানো

মনোবল ফিরে পাওয়া সম্ভব নয় তা ভালো করেই জানেন ত্রিপুরার টিম ম্যানেজমেন্ট। ফলে ক্রিকেটারদের মনোবল বাড়াতে আপ্রাণ চেষ্টা করে চলছেন টিম ম্যানেজমেন্ট। বোঝাতে চাইছেন দিল্লির জয় করতে পারলেই হারানো মনোবল ফিরে পাবে। সেই লক্ষ্যে গোটা দলকে তাঁতিয়ে রাখার চেষ্টা চলছেন। সোমবার দিল্লি ম্যাচের

আগে শেষ প্রস্তুতি সেরে নেন ত্রিপুরার ক্রিকেটাররা। এদিন প্রায় তিন ঘণ্টা অনুশীলন হয় রাজ্য ক্রিকেটের সদর মনোবল বাড়াতে বিভিন্নিং এবং শেষে নেটের দীর্ঘ সময় ব্যাটিং এবং বোলিং অনুশীলন করে নেন মন্বীপ সিং-রা। গোটা দলের ক্রিকেটাররা চাইছে দেশের রাজধানীকে জয় করতে। এদিকে আসলে তৃতীয় জয়ের লক্ষ্যে মাঠে নামবে দিল্লি।

### ক্রিকেট অনুরাগীকে এক উইকেটে হারিয়ে প্রগতি প্লে সেন্টারের জয়ের ধারা অব্যাহত

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা ।। এক উইকেটে রোমাঞ্চকর জয় পেয়েছে প্রগতি প্লে সেন্টার। এই জয়ের সুবাদে জয়ের ধারা অব্যাহত রেখে এগোচ্ছে প্রগতি। আজ, সোমবার হারিয়েছে শক্তিশালী ক্রিকেট অনুরাগী কে। খেলা টিসিএ অয়োজিত সদর অনূর্ধ্ব ১৩ যুগ্মদের ক্রিকেট টর্নামেন্ট। সকাল ৯ টায় ৩ বি আর আশ্বেদকর স্কুল গ্রাউন্ডে ম্যাচ শুরুতে টস জিতে ক্রিকেট অনুরাগী প্রথমে ব্যাটিং এর সিদ্ধান্ত নেয়। ৩৪.৫ ওভার খেলে ১৩০ রানে ইনিংস শেষ করে।

দলের পক্ষে উদয়ন পালের ৫৫ রান এবং বিবেক দেবের ৩১ রান উল্লেখ করার মতো। প্রগতির আয়ুষ ঘোষ ১৩ রানে পাঁচটি উইকেট তুলে নিয়ে অনুরাগীকে অনেকটা রুখে দিয়েছে। এছাড়া, স্বচ্ছন্দান কব পেয়েছে তিনটি উইকেট। জবাবে ব্যাট করতে নেমে প্রগতি প্লে সেন্টার ১৬ বল বাকি থাকতে ৯ উইকেট হারিয়ে জয়ের প্রয়োজনীয় রান সংগ্রহ করে নেয়। দলের পক্ষে শ্রেষ্ঠাঙ্গুর ৭৫ রান উল্লেখযোগ্য হলেও দুর্দাণ্ড বোলিংয়ের সুবাদে আয়ুষ পেয়েছে প্লেয়ার অব দ্যা ম্যাচের খেতাব। অনুরাগীর দেবরাজ মজুমদার ২০ রানে ৪টি উইকেট পেয়েছিল।

### মর্ডান ক্রিকেট একাডেমিকে হারিয়ে জয়ে ফিরেছে কর্ণেল চৌমুহনী সেন্টার

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা ।। ফের জয়ে ফিরেছে কর্ণেল চৌমুহনী ক্রিকেট কোচিং সেন্টার। আজ, সোমবার মর্ডান ক্রিকেট একাডেমিকে ৭ উইকেটে হারিয়ে অনেকটা চমক দেখিয়েছে কর্ণেল চৌমুহনীর খুদে ক্রিকেটাররা। টিসিএ-র সদর অনূর্ধ্ব ১৩ ক্রিকেটে নীপকো মাঠে সকালে ম্যাচ শুরুতে মর্ডান ক্রিকেট একাডেমী প্রথমে ব্যাটিংয়ের সিদ্ধান্ত নেয়। তবে ব্যাটিং ব্যর্থতার দায়ে আশাব্যঞ্জক রান সংগ্রহ করতে পারেনি। ৩১.২ ওভার খেলে ৬৪ রানে ইনিংস গুটিয়ে নেয়। জবাবে কর্ণেল চৌমুহনী কোচিং সেন্টারের খুদে ক্রিকেটাররা ২৪.৫ ওভার খেলে তিন উইকেট হারিয়ে জয়ের লক্ষ্যে পৌঁছায়। কর্ণেল চৌমুহনী সেন্টারের অপরিচিত বৈশা ৮ ওভার বল করে পাঁচটি মেডেন এবং নয় রানে ৪টি উইকেট দখল করার পাশাপাশি সর্বাধিক ৩৫ রান সংগ্রহ করে প্লেয়ার অফ দ্যা ম্যাচের খেতাব পেয়েছে। এছাড়া দেহাশীষ বণিকের ১৭ রান, সৌমজিৎ মজুমদারের ছয় রানে তিন উইকেট দখল উল্লেখযোগ্য। মর্ডান ক্রিকেট একাডেমীর অনুজিত দেবনাথ সর্বাধিক ১২ রান পেয়েছিল।

### রেফারিং নিয়ে ক্ষুব্ধ ভাস্কর

ইন্টবেঙ্গল বনাম হায়দরাবাদ একটি ম্যাচের ফলাফলকে ছাপিয়ে শিবোনামে উঠে এসেছে রেফারিং। বল ঘৃষি মেরে বার করার সময়ে ফ্রেন্ড সিলভার পেটে গোলরক্ষক আরশদীপ সিংহ আঘাত করার পরেও রেফারি কার্ড দেখাননি। বার পর রেফারিং নিয়ে সমালোচনা করেছেন ভাস্কর গঙ্গোপাধ্যায় থেকে ডগলাস দি সিলভার। রেফারিং নিয়ে অভিযোগ করে ম্যাচের পরেই চিঠি দেওয়া হয়েছে সর্বভারতীয় ফুটবল ফেডারেশনকে। রবিবার সেই প্রসঙ্গে তোপ দাগলেন লাল-হলুদের প্রাক্তন ফুটবলার ভাস্কর। তিনি বলেছেন, “নজিরবিহীন রেফারিং। ভাগ্যক্রমে ফ্রেন্টের বড় আঘাত লাগেনি। ফেডারেশনের অবিনাশে উদ্যোগ নেওয়া দরকার।” এ কৈ রবিবার বলা পর ত্রিপুরার সমন্ব্য মিটে গেল। আমার মনে হয়েছে, ভরকোভিচ এই বিষয়ে কিছু জানত না। নইলে এতটা সমস্যা হত না।”

## মৌচাককে সহজে হারিয়ে টানা ৫ ম্যাচে জয়ী জিবি প্লে সেন্টার

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা ।। টানা পাঁচ ম্যাচে জয় জিবি প্লে সেন্টারের। এককথায় জয়ের ধারা অব্যাহত রেখে জিবি প্লে সেন্টার নক আউটের লক্ষ্যে অনেকটা এগিয়ে রয়েছে। টিসিএ অয়োজিত সদর অনূর্ধ্ব ১৩ ক্রিকেটের এ প্রপের খেলায় জিবি প্লে সেন্টার আজ, সোমবার মৌচাক কোচিং সেন্টার কে ৭ উইকেটে র ব্যবধানে পরাজিত করেছে। বিদ্রোহী কবি

নজরুল বিদ্যাভবন মাঠে টস জিতে প্রথমে ব্যাটিং এর সুযোগ পেয়ে তেমন ব্যাটিং প্রতিভা দেখাতে পারেনি। ১৯.৪ ওভার খেলে ৪৪ রানে ইনিংস গুটিয়ে নিতে বাধ্য হয়। জিবি প্লে সেন্টারের অনীশ দেবনাথ ১৪ রানে পাঁচটি উইকেট এবং স্বচ্ছন্দমান দাস ১৮ রানে চারটি উইকেট তুলে নিতেই মৌচাকের ধ্বস নেমে যায়। জবাবে ব্যাট

করতে নেমে জিবি প্লে সেন্টার ১১.৩ ওভার খেলে তিন উইকেট হারিয়ে জয়ের প্রয়োজনীয় রান সংগ্রহ করে নেয়। দলের পক্ষে অনীশ দুর্দান্ত বোলিংয়ের সুবাদে প্লেয়ার অব দ্যা ম্যাচের খেতাব পায়। ব্যাটিংয়ে মৌচাকের প্রদীপ দত্তের ৩৫ রান এবং জিবি প্লে সেন্টারের দেবোন্ম পালের ১৭ রান ও অভয় দেবের ১৬ রান উল্লেখযোগ্য।

## স্কাই ওয়াল্ কা়ারাটে চ্যাম্পিয়নশিপে ত্রিপুরার খেলোয়ারদের দুর্দান্ত সাফল্য

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা ।। স্কাই ওয়াল্ কা়ারাটে চ্যাম্পিয়নশিপে ত্রিপুরার খেলোয়াররা দুর্দান্ত সাফল্য পেয়েছে। বহি:রাজ্যে গিয়ে খেলাধুলার মানচিত্রে রাজ্যের নাম ফের উজ্জ্বল করলো ত্রিপুরার ক্রীড়াবিদরা। সম্প্রতি পশ্চিমবঙ্গের কলকাতার মাদব পুর ইউনিভার্সিটিতে অনুষ্ঠিত হওয়া স্কাই ওয়াল্ কা়ারাটে চ্যাম্পিয়নশিপ

২০২৪ এ বিশেষ সাফল্য পেয়েছে রাজ্যের খেলোয়াড়রা। মোট ১৪ জন কা়ারাটে খেলোয়াড় ত্রিপুরা রাজ্য থেকে এই প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণ করে। বার মধ্যে ১৩ জন বিশেষ দক্ষতার জন্ম পুরস্কৃত হয়েছে। এর মধ্যে রয়েছে ৬টি স্বর্ণ পদক, ৪টি রৌপ্য এবং ১৬ টি ব্রোঞ্জ পদক। এই বিষয়ে সংবাদ মাধ্যমের মুখোমুখি হয়ে

আরও বিস্তারিত তুলে ধরেন ত্রিপুরা কা়ারাটে এসোসিয়েশনের সম্পাদক কৃষ্ণ সুব্রধর। এদিকে এই সাফল্য থেকে এই প্রতিযোগিতায় সোমবার আগরতলা বিমানবন্দরে পা রাখতেই তাদের উষ্ণ অভ্যর্থনা প্রদান করা হলো রাজ্য সংস্থার তরফে। সংশ্লিষ্ট হয়ে খুবই খুশি হলেন কা়ারাটে খেলোয়াড়েরা।

## সর্বকনিষ্ঠা হিসাবে সপ্তশৃঙ্গ জয়ের বিশ্বরেকর্ড! বাবার সঙ্গে পাহাড় চড়ে নজির গড়ল মুম্বইয়ের কাম্যা

বয়স মাত্র ১৭! নেশা বলতে বাবার সঙ্গে পাহাড় চড়া। কিন্তু কে জানত, ২৪ ডিসেম্বর আন্টর্কটিকার মন্ডিট ভিনসনের চূড়ায় পা রাখার পরেই তার মুকুটে জুতবে নয়! পালক? বিশ্বের সর্বকনিষ্ঠা নারী হিসাবে সাত মহাদেশের সাত শৃঙ্গ জয়ের নজির গড়ে ফেলবে মুম্বইয়ের কাম্যা প্‌কাম্যা কাঁতি কৈয়ন। মুম্বইয়ের বাসিন্দা কাম্যা ইন্ডিয়ান নেভি চিলড্রেন স্কুলের ছাত্রী। বাবা এস কাঁতি কৈয়ন ভারতীয় নৌসেনার কম্যান্ডার পদে রয়েছেন। ১৩ বছর বয়সে বাবার হাত ধরে পর্বতারোহণের দুনিয়ার পা রা। তার পর থেকে একের পর এক নজির গড়েছে সে। ২০১৭ সালে আফ্রিকার মন্ডিট কিফামাঞ্জারো (৫৮৯৫ মিটার) জয়। তখন থেকেই সপ্তশৃঙ্গ জয়ের স্বপ্ন দেখার শুরু। ২০২০ সালে বিশ্বের সর্বকনিষ্ঠা নারী হিসাবে দক্ষিণ আমেরিকার মন্ডিট অকঙ্গাওয়া (৬৯৬১ মিটার) জয়। এর পর চলতি বছরে মে মাসে তিন উইকেট হারিয়ে জয়ের লক্ষ্যে পৌঁছায়। কর্ণেল চৌমুহনী সেন্টারের অপরিচিত বৈশা ৮ ওভার বল করে পাঁচটি মেডেন এবং নয় রানে ৪টি উইকেট দখল করার পাশাপাশি সর্বাধিক ৩৫ রান সংগ্রহ করে প্লেয়ার অফ দ্যা ম্যাচের খেতাব পেয়েছে। এছাড়া দেহাশীষ বণিকের ১৭ রান, সৌমজিৎ মজুমদারের ছয় রানে তিন উইকেট দখল উল্লেখযোগ্য। মর্ডান ক্রিকেট একাডেমীর অনুজিত দেবনাথ সর্বাধিক ১২ রান পেয়েছিল।

# অন্ধকারে রাখা হয়, সিনারদের ডোপিং নিয়ে তোপ নোভাকের

কোর্টে ফিরেই ইয়ানিক সিনারের ভোপ বিবেক জড়ানো নিয়ে কড়া মন্তব্য করলেন নোভাকের জোকোভিচ। আগামী মাসেই যিনি ২৫তম গ্র্যান্ড স্ল্যাম জয়ের লক্ষ্যে সিনার এবং মেয়েদের প্রাক্তন এক নম্বর ইগা শিয়নটেকের ডোপিংয়ে ত্রিসবেন ওপেনে নামবেন তিনি। এই প্রতিযোগিতায় তিনি শীর্ষবাছই। তবে ২০০৯ সালের পরে প্রথম বার তিনি ত্রিসবেন ওপেনে খেলেনো শুধু তাই নয়, ডাবলসে তিনি জুটি বাঁধবেন অশ্বেট লিয়ার তারকা নিক কিরিয়সের সঙ্গে। যিনি ইতিমধ্যেই সমালোচনা করেছেন সিনারকে যথেষ্ট শাস্তি না দেওয়া নিয়ে। জোকোভিচকে এই নিয়ে রবিবার প্রশ্ন করা হলে তিনি বলেছেন, “সিনার হচ্ছে করে নিষিদ্ধ কিছু নিয়েছে কি না সেই প্রসঙ্গে আমি যাচ্ছি না। অতীতে এমনকী বর্তমানেও অনেক খেলোয়াড়ই আছে যাদের নমুনায় নিষিদ্ধ কিছু না পেলেও শাস্তি পেয়েছে।” যোগ করেছেন, “রায়্কিংয়ে পিছিয়ে থাকা অনেক খেলোয়াড় এই ব্যাপারে অভিযোগমুক্ত হওয়ার জন্য এক বছরের বেশি অপেক্ষা করছে। থেকে সিনারের ঘটনা নিয়ে আমাদের পাঁচ মাস অন্ধকারে রেখে দেওয়া হয়েছিল। যা খুবই

নতম্ব্বের এক মাসের নির্বাসনের শাস্তি স্বীকার করে নেন জোকোভিচ। সমালোচনার সুরে আরও বলেছেন, “এটিপি কিন্তু এই দুটো ব্যাপারে বিশদে কিছু জানায়নি। কেন সাধারণ মানুষকে এই ব্যাপারে আগেই জানানো হল না। আমার সিমনো হালেনের ক্ষেত্রে দেখছি, এ বার ইগা শিয়নটেকের ক্ষেত্রেও দেখলাম।” যোগ করেন, “আমাদের খেলাটার জন্য এটা একেবারেই ভাল ভাবমূর্তি গড়ে তুলবে না। আমি এই পদ্ধতির বিরুদ্ধে প্রশ্ন করছি। কেন নির্দিষ্ট কিছু খেলোয়াড়কে পালক সবার মতো দেখা হবে না?”

### পাঁচ বলে শূন্য করে আউট রাখল, গ্যালারিতে অনুষ্কার পাশে বসে কী করলেন স্ত্রী আথিয়া

মেলবোর্নে ছিতীয় ইনিংসে রান পেলেন না লোকেশ রাহুল। তিন নম্বরে ব্যাট করতে নেমে পাঁচ বল খেলে শূন্য রানে ফেরেন রাহুল। আউট হওয়ার পরে গ্যালারিতে বসে কী করলেন স্ত্রী আথিয়া। শেটি রোহিত শর্মা আউট হওয়ার পরে ব্যাট করতে নামেন রাহুল। তিনি যখন নামছিলেন তখন মুখে হাসি ছিল আথিয়ার। প্রথম চারটি বলে ডিফেন্দ করেন রাহুল। পঞ্চম বলটিতেও ডিফেন্দ করার চেষ্টা করেন তিনি। কিন্তু বল তাঁর ব্যাটের কনায় লেগে ম্লিপে যায়। ভাল কাাচ ধরেন উসমান খোয়াজ। প্যাট কাম্পসের বলে শূন্য রানে ফেরেন রাহুল। রাহুল আউট হওয়ার পরেই ক্যামেরা তাক করে আথিয়ার দিকে। দেখা যায়, দু’হাতে মুখ ঢেকে বসে রয়েছেন তিনি। আথিয়ার পাশেই বসেছিলেন অনুষ্কা শর্মা। কোহলি-পট্টােকও হতাশ দেখায়। চলতি সিরিজে ভাল ফর্মে রয়েছেন রাহুল। তাই শূন্য রানে তিনি ফেরায় কিছুটা অবাকই হন আথিয়া। সিরিজের শুরু থেকে ওপেন করছিলেন রাহুল। ভাল দেখাছিল তাঁকে।

## বিজয় মার্চেন্ট : গ্রুপ চ্যাম্পিয়নশীপ ম্যাচ শুরু হবে ৩ জানুয়ারি

ক্রীড়া প্রতিনিধি, আগরতলা ।। গ্রুপ চ্যাম্পিয়নশিপ নির্ণায়ক ম্যাচে ত্রিপুরা খেলবে বিহারের বিরুদ্ধে। ৩-৬ জানুয়ারি হবে ম্যাচটি। ভুবনেশ্বরের বিকাশ গ্রাউন্ডে হবে ম্যাচটি। অনূর্ধ্ব ১৬ বিজয় মার্চেন্ট ট্রফি ক্রিকেটে। ইতিমধ্যে বিহার এবং ত্রিপুরা আগামী বছর ওই আসরের একটি গ্রুপে খেলা ছাড়পত্র অর্জন করে নিয়েছে। এখন গ্রুপ চ্যাম্পিয়নশিপ নির্ণায়ক ম্যাচে মুখোমুখি হবে দু দল। এ ম্যাচটি হবে চার দিনের। এদিকে সিকিমের বিরুদ্ধে দূরত্ব ত্রিপুরার ব্যাটারকে এমন শট খেলাতে দেখে আশাও বেগে গিয়েছিলেন তিনি। তাই নিজেকে সামলাতে পারেননি। গাওস্কর বলেন, “পছ্ছের মতো প্রতিভাবান ব্যাটার যখন এমন বাজে শট খেলে তখন আরও রাগ হয়। ও আগের বলেও একই শট মারতে গিয়েছিল। সেটা নিজের অহযোগে নিয়ে নিল। এমন গুরুত্বপূর্ণ পরিস্থিতিতে কেন এ ভাবে খেলবে? দলের কথা কেন ভাবে না? সেই কারণেই নিজেকে আটকে রাখতে পারিনি।” আক্রমণাত্মক শট খেলার অর্থ বাজে শট নয়, সেটা মনে করিয়ে দিয়েছেন গাওস্কর। তিনি বলেন, “আগের শট মারতে গিয়ে আমার শরীরে বল লাগল। তাই আমি ভাবলাম, পরের বলে বোলারকে দেখাব, কে সেরা। এমনটা ভাবলে হবে না। টেন্ট ক্রিকেট সহজ নয়।

## পন্থ ‘স্টুপিড’! ঋষভকে কেন বলেছিলেন গাওস্কর, ব্যাখ্যা দিলেন সুনীল নিজেই

ঋষভ পন্থের আউট হওয়ার ধরন মেনে নিতে পারেননি সুনীল গাওস্কর। মেলবোর্নে প্রথম ইনিংসে পন্থ আউট হওয়ার পর তাঁকে ‘স্টুপিড’ বলেছিলেন গাওস্কর। কেন এমন বলেছিলেন তিনি? নেপথ্য কারণ ব্যাখ্যা করেছেন ভারতের প্রাক্তন ক্রিকেটার গাওস্করের মতে, পন্থের মতো প্রতিভাবান ব্যাটারকে এমন শট খেলাতে দেখে আশাও বেগে গিয়েছিলেন তিনি। তাই নিজেকে সামলাতে পারেননি। গাওস্কর বলেন, “পন্থের মতো প্রতিভাবান ব্যাটার যখন এমন বাজে শট খেলে তখন আরও রাগ হয়। ও আগের বলেও একই শট মারতে গিয়েছিল। সেটা নিজের অহযোগে নিয়ে নিল। এমন গুরুত্বপূর্ণ পরিস্থিতিতে কেন এ ভাবে খেলবে? দলের কথা কেন ভাবে না? সেই কারণেই নিজেকে আটকে রাখতে পারিনি।” আক্রমণাত্মক শট খেলার অর্থ বাজে শট নয়, সেটা মনে করিয়ে দিয়েছেন গাওস্কর। তিনি বলেন, “আগের শট মারতে গিয়ে আমার শরীরে বল লাগল। তাই আমি ভাবলাম, পরের বলে বোলারকে দেখাব, কে সেরা। এমনটা ভাবলে হবে না। টেন্ট ক্রিকেট সহজ নয়। ওই শটের জন্য লেগ সাইডে দু’জন ফিল্ডার ছিল। কিন্তু ও আউট হল খার্ড ম্যানো। এই শটের কোনও মানে হয়? আগের বার অস্ট্রেলিয়া এসে ত্রিসবেনে আক্রমণাত্মক ক্রিকেট খেলে দলকে জিতিয়েছিলেন পন্থ। কিন্তু এ বার তাঁর ব্যাটের রান নেই। গাওস্কর মনে করেন, মানসিকতায় সমস্যা হচ্ছে পন্থের। তিনি ভাবছেন, একই ভাবে খেলতে হবে। গাওস্কর

বলেন, “পন্থকে আমি দুর্দান্ত ইনিংস খেলতে দেখেছি। কিন্তু অস্ট্রেলিয়াতে ও ভাবছে, একই ভাবে খেলবে। সেটা হয় না। সব সময় উইকেট ছেড়ে বেরিয়ে, হাওয়ার শট খেলে রান করা যায় না। পরিস্থিতি অনুযায়ী খেলতে হয়। সেটা পন্থকে বোঝাতে হবে।” মেলবোর্নে তৃতীয় দিন স্কট বোনাগ্তের বলে ‘স্কুপ’ শট খেলার চেষ্টা করেন পন্থ। বল তাঁর ব্যাটের কনায় লেগে উপরে ওঠে। পন্থ ফাইন লেগের দিকে খেলার চেষ্টা করেছিলেন। কিন্তু আমরন লেগে বল যায় খার্ড ম্যান অঞ্চলে। সেখানে নেথান লায়ন পন্থের কাাচ আটক, স্টুপিড।

ভাল শুরু করেও খারাপ শট খেলে ২৮ রানের মাধ্যম আউট হয়ে যান পন্থ। তখন ধারাভাষ্য দিচ্ছিলেন গাওস্কর। তিনি বলেন ওঠেন, “স্টুপিড, স্টুপিড, স্টুপিড। জঘন শট। যে যে জয়গায় ফিল্ডার দাঁড়িয়ে রয়েছে, তাতে এই শট খেলা যায় না। পন্থ দু’ভাবে খেলাতে জানে, এক, বল পেলেই ম্যারা আর দুই, এই ধরনের শট খেলা। টেস্টে এই ভাবে রান করা যায় না। এই ভাবে খেললে পাঁচ নম্বরে ব্যাট করা যায় না। আরও নীচে নামানো উচিত পন্থকে। তা হলে কখনও কখনও রান করে দেবে পন্থ। ওর এখন ভারতের সাজঘরে ফেরা উচিত নয়। অস্ট্রেলিয়ার সাজঘরে যাওয়া উচিত।” গাওস্করকে দেখে বোঝা যাচ্ছিল, কতটা রেগে গিয়েছেন তিনি। সেই রাগের কারণ ব্যাখ্যা করলেন ভারতের প্রাক্তন ক্রিকেটার।

# বিশ্ব দাবায় জিম্স-বিতর্ক! আনন্দকে নিশানা করে প্রতিযোগিতায় ফিরলেন বিশ্বের এক নম্বর দাবাড়ু

আবার বিতর্কের কেন্দ্রে ম্যাগনাস কার্লসেন। জিম্স পরে বিশ্ব ব্রিৎজ প্রতিযোগিতায় নেমেছিলেন তিনি। ফলে জরিমানা করা হয়েছিল তাঁকে। বিতর্কের মাত্রে প্রতিযোগিতা থেকে নাম তুলে নিয়েছিলেন তিনি। তার মাঝেই সূর নরম করেচ্ছে বিশ্ব দাবার নিয়ামক সংস্থা ‘ফিডে’। ফলে আবার প্রতিযোগিতায় ফিরছেন তিনি। এই ঘটনার দায় ফিডের সহ-সভাপতি বিশ্বনাথন আনন্দের উপর চাপিয়েছেন তিনি। অর্থাৎ, এক প্রাক্তন বিশ্বচ্যাম্পিয়ান নিশানা করেছেন আর এক প্রাক্তন বিশ্বচ্যাম্পিয়ানকে। গত বার বিশ্ব র‍্যাপিড এবং ব্রিৎজ চ্যাম্পিয়নশিপ জিতেছিলেন কার্লসেন। এই বছর নরওয়ের দাবাড়ু র‍্যাপিডের নবম রাউন্ডে খেলতে গিয়েছিলেন জিম্স পরে।

কিন্তু ফিডের নিয়ম অনুযায়ী জিম্স পরে কোনও প্রতিযোগী খেলতে পারবেন না। কার্লসেনের ২০০ ডলার (ভারতীয় মুদ্রায় প্রায় ১৭, ১০০ টাকা) জরিমানা হয়। প্রতিযোগিতার আরবিটার (দাবায় যিনি আম্পায়ারের ভূমিকা পালন করেন।) আলেক্স হোলোকজ্যাক জানান, কার্লসেন বার বার এই ভুল করেছেন। শাস্তি পাওয়ার পর কার্লসেন ব্রিৎজ বিভাগে অংশ নেবেন না বলে জানিয়েছেন। পরে অবশ্যা সিদ্ধান্ত বদলেছেন কার্লসেন। ফিডের সভাপতি আরকাভি ভরকোভিচ জানিয়েছেন, নিয়মে কিছু বদল করেছেন তাঁরা। কেউ যদি সাধারণ জিম্স পরে খেলতে নামেন তা হলে কোনও সমস্যা নেই। তিনি বলেন, “আমরা চাই না এমন কোনও নিয়মের জন্য দাবার অন্যতম সেরা

খেলোয়াড়কে নাম তুলে নিতে হয়। তাই নিয়ম সামান্য বদলেছি আমরা। কার্লসেনকে জরিমানাও দিতে হবে না।” এই ঘোষণার পরেই কার্লসেন জানিয়েছেন, ব্রিৎজ খেলবেন তিনি। যদিও তার মাঝেই বিতর্ক আরও বাড়িয়েছেন কার্লসেন। তিনি নিশানা করেছেন আনন্দকে। কার্লসেন বলেন, “আমি জানতাম না যে কোনও নিয়ম ভেঙেছি। আনন্দও জানত না, অতীতে এই ধরনের কোনও ঘটনা ঘটেছে কি না। ওর সঙ্গে আমার অনেক আলোচনা হয়েছে। কিন্তু আরবিটারের সিদ্ধান্ত নিয়েও কোনও কথা বলতে পারেনি। তার মানে, আনন্দ এই কাজের যোগ্য নয়। সেটাই আমার মনে হয়েছে।” পোশাকের জন্য কাউকে কোনও প্রতিযোগিতায় নামতে দেওয়া হচ্ছে না, এমন নিয়ম কে

করেছে সেই প্রশ্নও তুলেছেন কার্লসেন। তিনি বলেন, “ওরা বলছিল, জিম্স পরে খেলা যাবে না। যদি জিম্স পরে না খেলা যায়, তা হলে নিশ্চয় তার কোনও বিকল্প থাকবে। আজ পর্যন্ত কোনও দিন কোথাও পোশাক নিয়ে আমকে সমস্যায় পড়তে হয়নি। এই নিয়ম কে করচ্ছে? কার্লসেনের মনে হয়েছে, সভাপতির সঙ্গে কথা না বলেই একতরফা জরিমানার সিদ্ধান্ত নিয়েছিলেন আনন্দ। তিনি বলেছেন, “আমি তো বিমানের টিকিটও কেটে ফেলেছিলাম। তার সঙ্গে বাবা বলল, ভরকোভিচের সঙ্গে কথা বলতে। ওর সঙ্গে কথা না বলেই আমি তার সমন্ব্য মিটে গেল। আমার মনে হয়েছে, ভরকোভিচ এই বিষয়ে কিছু জানত না। নইলে এতটা সমস্যা হত না।”

