



ড্যাগরন

THE FIRST DAILY OF TRIPURA

গৌরবের ৭১ তম বছর



JAGARAN ■ 71 Years ■ Issue-234 ■ 4 June, 2025 ■ আগরতলা ৪ জুন, ২০২৫ ইং ■ ২০ জ্যৈষ্ঠ, ১৪৩২ বঙ্গাব্দ, বুধবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা

‘অপারেশন সিন্দুর’ নিয়ে আলোচনা

একজোট ১৬ বিরোধীদল, সংসদের বিশেষ অধিবেশন চেয়ে চিঠি প্রধানমন্ত্রীকে

নয়াদিল্লি, ৩ জুন।। সংসদের বিশেষ অধিবেশন আহ্বানের দাবি জানিয়ে প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর কাছে চিঠি দিলেন ১৬টি বিরোধী দলের নেতারা। ‘অপারেশন সিন্দুর’ নিয়ে জাতীয় রাজধানীতে আয়োজিত একটি বৈঠকে এই সিদ্ধান্ত নেওয়া হয় বলে জানা গেছে। বৈঠকে উপস্থিত ছিলেন কংগ্রেস, তৃণমূল কংগ্রেস, রাষ্ট্রীয় জনতা দল (আরজেডি), সমাজবাদী পার্টি (এসপি), শিবসেনা (উদ্ধব ঠাকরে গোষ্ঠী)-সহ একাধিক দলের নেতারা। চিঠিতে স্বাক্ষর করেছেন কংগ্রেসের জয়রাম রমেশ ও দীপেন্দ্র খড়া, তৃণমূলের ডেরেক ও’ব্রায়েন, সমাজবাদী পার্টির রামগোপাল যাদব, আরজেডি-র মনোজ বা এবং শিবসেনার সঞ্জয় রাউত। ডিএমকে যদিও বৈঠকে উপস্থিত থাকতে পারেনি, কারণ একই দিনে পালিত হয়েছে করুণানিধির জন্মবার্ষিকী। তবে তারা চিঠিতে স্বাক্ষর করেছেন। চিঠিতে স্বাক্ষরকারী অন্যান্য দলগুলির মধ্যে রয়েছে

ন্যাশনাল কনফারেন্স, সিপিএম, আইইউএমএল, সিপিআই, রেন্ডলিউশনারি সোশ্যালিস্ট পার্টি (আরএসপি), বিদ্যুতলাই চিরুখাইগল কাচি (ভিসিক), কেরল কংগ্রেস, এমডিএমকে ও সিপিআই (এমএল) লিবারেশন। আম আদমি পার্টি (আপ) এই বৈঠকে অংশ নেয়নি, তবে তারা আলাদা ভাবে প্রধানমন্ত্রীকে চিঠি দেবে বলে জানিয়েছে। এদিকে শরদ পাওয়ারের নেতৃত্বাধীন এনসিপি (এসপি) এই চিঠিতে সই করেনি। পহেলগামে সাম্প্রতিক জঙ্গি হামলার পর থেকেই বিরোধী দলগুলি বিশেষ অধিবেশন দাবি করে আসছে। এই অপারেশন সংক্রান্ত তথ্য জানাতে ডাকা সর্বদলীয় বৈঠকেও এই দাবি তোলা হয়েছে। তৃণমূল কংগ্রেস প্রস্তাব দিয়েছে, চলতি মাসে এই বিশেষ অধিবেশন ডাকা হোক। তখনই বিদেশে সফররত বহুদলীয় প্রতিনিধি দলগুলি দেশে ফিরে আসবে এবং সন্ত্রাসবাদের বিরুদ্ধে ভারতের অবস্থান স্পষ্টভাবে সংসদে তুলে ধরা যাবে।

বিদ্যুৎপৃষ্ঠ হয়ে

মৃত্যু এক গবাদি পশুর

নিজস্ব প্রতিনিধি, কৈলাসহর, ৩ মে।। চন্ডিপুর ১ নং ওয়ার্ড এলাকায় বিদ্যুৎপৃষ্ঠ হয়ে মৃত্যু হয়েছে একটি গবাদি পশুর। এজন্য দায়িত্বপ্রাপ্ত বেসরকারি বিদ্যুৎ সংস্থা সাই কম্পিউটার লিমিটেডকে দায়ী করেছেন স্থানীয় বাসিন্দারা। কৈলাসহরের বেসরকারি বিদ্যুৎ সংস্থা সাই কম্পিউটার লিমিটেডের চরম উদাসীনতার কারণে কৈলাসহর দক্ষিণ চন্ডিপুর ১ নং ওয়ার্ড এলাকায় বিদ্যুৎপৃষ্ঠ হয়ে মৃত্যু হয় একটি গরুর। এলাকাবাসীরা উক্ত বিষয় নিয়ে সংবাদ মাধ্যমকে জানান মঙ্গলবার দুপুর বেলা দুটি গরু একটি ক্ষেতের জমিতে যায়। সেখানে রয়েছে উচ্চ ক্ষমতা সম্পন্ন বিদ্যুতের খুঁটি। সেই গরু দুটি খুঁটির সংস্পর্শে যাওয়ার পর ছটফট শুরু করে। উক্ত বিষয়টি লক্ষ্য করতে পেরে স্থানীয়রা এসে ঘটনাস্থলে জড়ো হয় এবং একটি গরুকে প্রাণে বাঁচিয়ে নেয়। আরেকটি গরু মারা যায়। মৃত গরুর টাজর বাজার মুন্সী কুড়ি হাজার টাকার উপর। তাই স্থানীয়দের দাবি যাতে মৃত গরুর মালিককে সাহায্য করে প্রশাসন। কেননা উনার আর্থিক

৩৬ এর পাতায় দেখুন

বিভিন্ন ত্রাণ শিবির পরিদর্শন

সিপিএমের কোন স্থান নেই রাজ্যে : বিপ্লব



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩ জুন।। বন্যায় ক্ষতিগ্রস্ত শরণার্থীদের পাশে দাঁড়ালেন রাজ্যের প্রাক্তন মুখ্যমন্ত্রী তথা সাংসদ বিপ্লব কুমার নেহা। আজ প্রতাপগড় ইংরেজি মাধ্যম বিদ্যালয়ে গিয়ে নিজ হাতে খাদ্য সামগ্রী তুলে দেন অসহায় মানুষদের। এদিন শিবিরে ১৬৮০ জনকে ত্রাণ বিতরণ করেন। ত্রাণ

বিতরণকালে উপস্থিত ছিলেন ডেপুটি মেয়র মনিকা দাস দত্ত সদর শহর জেলার সভাপতি পশ্চিম ভট্টাচার্য মন্ডল সভাপতি স্বপ্না দাস সহ। এদিন সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে বিপ্লব কুমার দেন বলেন, জনগণের স্বার্থে রাজ্য সরকার প্রতিনিয়ত কাজ করে যাচ্ছে। পাশাপাশি,

ত্রিপুরায় জননিকাশী ব্যবস্থা উন্নত করছে। প্রতাপগড় ইংরেজি মাধ্যম বিদ্যালয়ে গিয়ে যারা অস্থায়ী শিবিরে আছেন তাঁরা সবাই দিনমজুর। তাই বাড়ি গিয়ে যেন তাঁদের অসুবিধার সম্মুখীন না হতে হয় ১৬৮০ জনকে ত্রাণ বিতরণ করা হয়েছে। ত্রিপুরায় সিপিআইএমের কোন

৩৬ এর পাতায় দেখুন

মণিপুরে তৃতীয় দিনেও উদ্ধার কাজে ‘অপারেশন জলরহাট’

মিজোরামে ভূমিধসে মৃত্যু ৫, ক্ষতিগ্রস্ত ১৫২টি বাড়ি

আইজল, ৩ জুন।। টানা ভারী বর্ষণে বিধ্বস্ত মিজোরামে গত ১০ দিনে ভূমিধস ও দেওয়াল ধসে অন্তত ৫ জনের মৃত্যু হয়েছে। রাজ্যের দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা ও পুনর্বাসন দপ্তর মঙ্গলবার জানিয়েছে, প্রবল বৃষ্টির কারণে রাজ্যের বিভিন্ন জেলায় ৫৫২টি ভূমিধস, ১৫২টি বাড়ি ধ্বংস বা ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে এবং শতাধিক পরিবারকে নিরাপদ স্থানে সরিয়ে নিয়ে যাওয়া হয়েছে। দুর্যোগ দপ্তরের দেওয়া তথ্য অনুযায়ী, চাম্পাই জেলায় ৩ জন, আইজল ও সেরচিপ জেলায় একজন করে মারা গেছেন। অধিকাংশ মৃত্যু হয়েছে ভূমিধস ও দেওয়াল ধস-এর ফলে বাড়িঘর ভেঙে পড়ায়। মিজোরামে টানা বৃষ্টির ফলে বিভিন্ন জেলায় ব্যাপক ক্ষয়ক্ষতি হয়েছে। সবচেয়ে ক্ষতিগ্রস্ত জেলা হচ্ছে মায়ানমার সীমান্তবর্তী চাম্পাই, যেখানে ৩ জনের মৃত্যু হয়েছে, ২০৯টি ভূমিধসের ঘটনা ঘটেছে, ৯টি বাড়ি ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে এবং ১৪টি পরিবারকে পুনর্বাসন কেন্দ্রে সরিয়ে নেওয়া হয়েছে। সেরচিপ জেলায় ১ জনের মৃত্যু ছাড়াও ৭৫টি ভূমিধস হয়েছে, ২৭টি বাড়ি ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে এবং ১৩২টি পরিবার ঘর ছেড়ে চলে যেতে বাধ্য হয়েছে। আইজল জেলায় ১ জনের মৃত্যুর পাশাপাশি ১৮টি ভূমিধস এবং ১৩টি বাড়ি ধ্বংস বা ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে; এছাড়াও ১৭টি বাড়ি পরিত্যক্ত ঘোষণা করা হয়েছে। খাওজাওল জেলায় ৭৫টি ভূমিধস এবং ৯টি বাড়ি ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে। নুংলেই জেলায় ৬০টি ভূমিধস এবং ১৮টি বাড়ি ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে। দক্ষিণ মিজোরামের সিয়াহা জেলায় ৫৩টি ভূমিধস এবং ২৯টি বাড়ি ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে। কোলাসিব জেলায় ২৩টি বাড়ি ধ্বংস বা আংশিকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে। রাজ্যজুড়ে এই প্রাকৃতিক দুর্যোগে শত শত মানুষ গৃহহীন হয়ে পড়েছেন এবং প্রশাসন ত্রাণ ও পুনর্বাসন কার্যক্রমে নিরলসভাবে কাজ করছে। এই বিপর্যয়ের মধ্যে মোট ১৯৮টি পরিবার ভূমিধস ও মাটির ফাঁটলের কারণে ঘর ছেড়ে চলে গেছেন, এবং ৯২টি

পরিবার বন্যার কারণে ঘর ছেড়েছেন, বলে জানিয়েছে দপ্তর। টানা বৃষ্টির কারণে মিজোরামের শিক্ষা কার্যক্রমেও ব্যাঘাত ঘটেছে। সাইতুয়াল জেলা ছাড়া রাজ্যের সমস্ত স্কুল মঙ্গলবার বন্ধ ঘোষণা করা হয়েছে। ফলে শিক্ষার্থীদের পঠনপাঠনে প্রভাব পড়েছে। অন্যদিকে, সেরচিপ জেলায় প্রয়োজনীয় পণ্য পরিবহনকারী শতাধিক ট্রাক আটকে পড়ায় দক্ষিণ মিজোরামের বিভিন্ন জেলায় রসদের ঘাটতি দেখা দিতে শুরু করেছে। প্রশাসন পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণে আনতে জরুরি ভিত্তিতে বিকল্প সরবরাহ ব্যবস্থার ওপর কাজ করছে। ভারতীয় আবহাওয়া অধিদপ্তর-এর সর্বশেষ প্রতিবেদনে জানানো হয়েছে, গত তিন দিনে সবচেয়ে বেশি বৃষ্টিপাত হয়েছে আইজল জেলায় ২৫৩.৭ মিমি। এরপরে খাওজাওল জেলায় ২৪৮.৩৩ মিমি এবং সিয়াহা জেলায় ২৪১.৫ মিমি বৃষ্টিপাত রেকর্ড করা হয়েছে। অতিবৃষ্টির এই প্রবণতা অব্যাহত থাকলে পরিস্থিতি আরও জটিল হতে পারে বলে আশঙ্কা করা হচ্ছে। আবহাওয়া দপ্তর জানিয়েছে, আগামী পাঁচ দিনে হালকা থেকে মাঝারি বৃষ্টিপাত হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। প্রশাসনের তরফে উদ্ধার ও ত্রাণ তৎপরতা অব্যাহত থাকলেও, একাধিক এলাকা এখনো বিচ্ছিন্ন। ভূমিধস ও বৃষ্টির দাপটে মিজোরামে জনজীবন কার্যত থমকে গেছে। সংশ্লিষ্ট বিভাগগুলি ক্ষয়ক্ষতির পরিমাণ নিরূপণে কাজ চালিয়ে যাচ্ছে এবং বিপর্যস্ত এলাকায় দ্রুত ত্রাণ পৌঁছে দেওয়ার চেষ্টা চলছে। এদিকে, মণিপুরের ইক্ষল উপত্যকায় টানা তৃতীয় দিনে চলমান ‘অপারেশন জলরহাট-২’-এর আওতায় ভারতীয় সেনা ও অসম রাইফেলস একযোগে বন্যা ত্রাণ ও উদ্ধার অভিযান চালিয়ে ৯৪৪ জন অসহায় নাগরিককে নিরাপদে উদ্ধার করেছে। অবিরাম বৃষ্টিপাতের কারণে গত ৩১ মে থেকে ইক্ষলের নিম্নাঞ্চলসমূহে জলাবদ্ধতা

৩৬ এর পাতায় দেখুন

ড্রেন পরিস্কারের দাবিতে পথ অবরোধ

নিজস্ব প্রতিনিধি, কৈলাসহর, ৩ মে।। বিগত সাতদিন ধরে বাড়িঘর জলমগ্ন থাকার পরও প্রশাসনের পক্ষ থেকে ড্রেন পরিস্কার করে না দেওয়ার ফলে গ্রামবাসীরা রাস্তা অবরোধ করে বিক্ষোভ প্রদর্শন করে। ঘটনা কৈলাসহরের লক্ষীপুর গ্রাম পঞ্চায়েতের চার নং ওয়ার্ডের কুববার এলাকায়। গ্রামবাসীরা প্রশাসনের উপর ক্ষুব্ধ হয়ে কৈলাসহর-টিলাবাজার রাস্তা অবরোধ করে বিক্ষোভ প্রদর্শন শুরু করেছে বেল্লা সাড়ে এগারোটাই থেকে। অবরোধকারীরা জানায় যে, অনেকদিন ধরে গ্রামের ড্রেন পরিস্কার করা হয়নি। অন্যদিকে, ইদানীং কালে লাগাতার ভারী বৃষ্টিপাতের ফলে গ্রামের ড্রেন অপরিষ্কার থাকার কারণে এলাকা জলমগ্ন হয়ে যাওয়ায় বাড়ি ঘর জলমগ্ন হয়ে গেছে।

৭৪টি শিবিরে আশ্রিত ১১,৩৮৫জন

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩ মে।। গত কিছুদিনের লাগাতার বৃষ্টিতে গোটা রাজ্যের বিভিন্ন জায়গায় বন্যার কবলে পড়েছেন বেশ কিছু জনগণ। বাড়ি ঘরে জল ঢুকে পড়ার দরশন তারা প্রত্যেকে আশ্রয় নিয়েছেন শরণার্থী শিবিরে। এদিকে বাড়িঘরদের ও বেশ কিছু ক্ষয়ক্ষতি হয়েছে। এখনো পর্যাপ্ত গোটা রাজ্যে মোট ৭৪টি শরণার্থী শিবির খোলা রয়েছে। তাতে আশ্রয় নিয়েছেন ২৯৮৪টি পরিবারের মোট ১১৩৮৫ জন

সদস্য। এছাড়াও বেশ কিছু বাড়িঘর বিভিন্ন জেলায় বন্যার ফলে ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে। গোটা রাজ্যের হিসেবে সম্পূর্ণ ক্ষতিগ্রস্ত ৬টি ঘর

হয়েছে ৬১০ টি ঘর। ১ জুন থেকে ৩ জুন পর্যন্ত পর্যাপ্ত রাজ্যের উত্তর ত্রিপুরা জেলায় দশটি শরণার্থী ক্যাম্পে মোট ২৪৭ জন শরণার্থী রয়েছেন। উনাকোটী জেলায় ১০টি শরণার্থী শিবিরে ১০৪৪ জন শরণার্থী আশ্রয় নিয়েছেন। পশ্চিম ত্রিপুরা জেলায় মোট ৫০ টি শরণার্থী শিবির রয়েছে ৯৭৫৮ জন শরণার্থী আশ্রয় নিয়েছেন। খোয়াইয়ৈ ৪ টি শরণার্থী শিবিরে মোট ৩৩৬ জন আশ্রয় নিয়েছেন।

ত্রিপুরা বিশ্ববিদ্যালয়ের দুর্নীতির অভিযোগে উচ্চ পর্যায়ের তদন্তের দাবি সুদীপের

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩ জুন।। ত্রিপুরা বিশ্ববিদ্যালয়ের ভারপ্রাপ্ত উপাচার্য অধ্যাপক গঙ্গা প্রসাদ প্রসাইন এবং রেজিস্ট্রার ড. দীপক শর্মার বিরুদ্ধে গুরুতর দুর্নীতি ও নিয়োগ সংক্রান্ত অনিয়মের অভিযোগ তুলে কেন্দ্রীয় শিক্ষামন্ত্রী ধর্মেন্দ্র প্রদানকে চিঠি দিয়েছেন ত্রিপুরার কংগ্রেস বিধায়ক সুদীপ রায় বর্মণ। চিঠিতে তিনি ‘অবিলম্বে এই দুই শীর্ষ প্রশাসনিক কর্মকর্তার অপসারণ এবং বিগত এক বছরে বিশ্ববিদ্যালয়ে হওয়া সমস্ত নিয়োগ প্রক্রিয়া ও আর্থিক সেনদনের বিষয়ে একটি স্বাধীন ও উচ্চ পর্যায়ের তদন্ত কমিটি গঠনের দাবি জানিয়েছেন। চিঠিতে সুদীপবাবু লেখেন, “ত্রিপুরা বিশ্ববিদ্যালয়ের গর্বিত ইতিহাস আজ লজ্জাজনকভাবে দুর্নীতির ছায়ায় ঢাকা পড়েছে। উপাচার্য অধ্যাপক গঙ্গা প্রসাদ প্রসাইন এবং রেজিস্ট্রার ড. দীপক শর্মা বিশ্ববিদ্যালয়ের প্রশাসনকে স্বজনপ্রীতি, দুর্নীতি এবং অস্বাভাবিক কার্যকলাপের আওতায় আনতে চান। তাদের শাসনকালে মেধা ও যোগ্যতার বদলে প্রকাশ করেছে এবং

চালিকাশক্তি।” তিনি আরও উল্লেখ করেন, বিশ্ববিদ্যালয়ের উপাচার্য পদে নতুন নিয়োগের বিজ্ঞপন ইতিমধ্যেই জারি হয়েছে এবং বর্তমান উপাচার্যের নির্বাহী ক্ষমতা আইনত প্রত্যাহার করা হয়েছে। এই পরিস্থিতিতে অধ্যাপক প্রসাইন এবং রেজিস্ট্রার শর্মা আগামী ৮ ও ৯ জুন সমাজবিজ্ঞান, সংস্কৃত ও আইন বিভাগে শিক্ষক নিয়োগের জন্য ইন্টারভিউ ডেকেছেন, যা সম্পূর্ণ নিয়মবহির্ভূত। সুদীপ রায় বর্মণ অভিযোগ করেন, “গত এক বছরে বিশ্ববিদ্যালয়ে শিক্ষক ও অশিক্ষক নিয়োগে বিস্তর অনিয়ম হয়েছে। যোগ্য স্থানীয় প্রার্থীদের বঞ্চিত করে বাইরের রাজা থেকে মেধোগ ও অযোগ্যতার প্রার্থীদের নিয়োগ দেওয়া হয়েছে। এমনকি উপাচার্য নিজেই নিজের ছেলেকে ইঞ্জিনিয়ার পদে দীপক শর্মা বিশ্ববিদ্যালয়ের প্রশাসনকে স্বজনপ্রীতি, দুর্নীতি এবং অস্বাভাবিক কার্যকলাপের আওতায় আনতে চান। তাদের শাসনকালে মেধা ও যোগ্যতার বদলে প্রকাশ করেছে এবং

৩৬ এর পাতায় দেখুন

করোনার সন্ধান সাক্ষরমে, নাকচ করলেন স্বাস্থ্য অধিকর্তা



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩ জুন।। এবার করোনা ভাইরাসের উপস্থিতি দেখা দিলো ত্রিপুরায়। আজ সাক্ষর মহকুমার কলাছড়ি প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্রে ধরা পড়েছে এক করোনা আক্রান্ত রোগী। আক্রান্ত ব্যক্তি দীপক চেতিয়া। তিনি অসমের বাসিন্দা এবং বর্তমানে ওএনজিপি-তে কর্মরত। ঘটনার বিষয়ে স্বাস্থ্যকেন্দ্রের মেডিক্যাল অফিসার ইনচার্জ ডঃ শৈলেন্দ্র

ত্রিপুরা সংবাদমাধ্যমের মুখোমুখি হয়ে বলেন, “রোগীর শরীরে করোনা সংক্রমণের উপসর্গ দেখা দেওয়ার পরেই তাঁর নমুনা পরীক্ষা করা হয়। রিপোর্ট পজিটিভ আসার পর দ্রুত তাঁকে আইসোলেশনে পাঠানো হয়েছে এবং প্রয়োজনীয় চিকিৎসা ব্যবস্থা নেওয়া হয়েছে।” এই ঘটনার পর থেকেই স্থানীয় জনসাধারণের মধ্যে নতুন করে উদ্বেগ ছড়িয়ে পড়েছে। একাধিক মানুষ মনে করছেন, অতীতের সেই ভয়ানক দিনগুলির ছায়া আবার যেন ফিরে আসছে। করোনার প্রথম ও দ্বিতীয় ঢেউয়ে রাজ্য তথা দেশের জনজীবন কার্যত বিপর্যস্ত হয়ে পড়েছিল। দীর্ঘ লকডাউন, সামাজিক দূরত্ব

বজায় রাখা, শিক্ষা প্রতিষ্ঠান ও অফিস বন্ধ হওয়া — এই সব মিলিয়ে স্বাভাবিক জীবনযাত্রা সম্পূর্ণভাবে থমকে গিয়েছিল। কলাছড়ি অঞ্চলে স্বাস্থ্য দপ্তর ইতিমধ্যেই তৎপর হয়েছে। আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শে আসা লোকজনের উপর নজর রাখছে হাসপাতাল কর্তৃপক্ষ। এদিকে, বিশেষজ্ঞদের মতে, বর্তমান পরিস্থিতিতে আতঙ্কিত না হয়ে সচেতন হওয়াই সবচেয়ে বড় প্রতিরোধ। স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলা, মাস্ক পরা, ভিড় এড়িয়ে চলা এবং টিকাকরণ নিশ্চিত করাই হবে সংক্রমণ রোধের প্রধান অস্ত্র রাজ্যের স্বাস্থ্য দপ্তরও জনগণকে সচেতন থাকতে আহ্বান জানিয়েছে এবং বলেছে, “অতীতের অভিজ্ঞতা থেকে আমরা অনেক কিছু শিখেছি। এখন সময় সাবধানতার সঙ্গে কাজ করার।” ত্রিপুরা সহ গোটা দেশের মানুষ এখন আশায় তাকিয়ে রয়েছে এই নতুন সংক্রমণ যেন পুরোনো দিনগুলির মতো সর্বনাশ ডেকে না আনে। অপরদিকে, স্বাস্থ্য অধিকর্তা ডঃ তপন মজুমদার এর সঙ্গে যোগাযোগ করা হলে তিনি জানিয়েছেন এই বিষয়ে স্বাস্থ্য দপ্তরের কাছে কোন তথ্য নেই। তিনি আরো জানিয়েছেন দপ্তর এ বিষয়ে সতর্কতা রয়েছে। কোন রিপোর্ট হাতে পেলেই তা খতিয়ে দেখার জন্য পুণ্ড্রাচার্যের ব্যবস্থা রাখা হয়েছে। তিনি অথবা মানুষকে আতঙ্কিত না হওয়ার আহ্বান রেখেছেন।

অবৈজ্ঞানিক ভাবে নদীর উপর সেতু

জলের তলায় তলিয়ে যাচ্ছে বাড়িঘর : অভিযোগ

নিজস্ব প্রতিনিধি, কমলপুর, ৩ জুন।। অবৈজ্ঞানিকভাবে ২০৮ জাতীয় সড়কের ধলাই নদীর উপর সেতু নির্মাণ করার দরুন দক্ষিণ মানিক ভান্ডার পঞ্চায়েতের এয়ারপাড় গ্রামের বধ বাড়ি ঘর এবং ফসলের জমি নদীগর্ভে বিলীন হয়ে গেছে বলে অভিযোগ। আর যে করাটি পরিবার আছে সেই পরিবার গুলির বাড়ি ঘর নদীর গর্ভে বিলীন হওয়ার পথে। বিপন্ন পরিবারগুলি রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রীর হস্তক্ষেপ চাইছে। গত চার বছর আগে এন এইচডিসিএল তত্ত্বাবধানে সাউ কনস্ট্রাকশন কোম্পানি ২০৮ নং জাতীয় সড়কের দক্ষিণ মানিক ভান্ডার পঞ্চায়েতের এয়ারপাড় ধলাই নদীর উপর সেতু নির্মাণ কাজে হাত দেয়। সেতু নির্মাণ করার সময় এয়ারপাড় গ্রামের বাসিন্দারা এক সাথে মিলিত হয়ে সেতু নির্মাণ কাজে বাধা দেন। ওই সময় গ্রামবাসীদের বক্তব্য ছিল সাউ কনস্ট্রাকশন কোম্পানি অবৈজ্ঞানিক ভাবে দীর্ঘ সেতু নির্মাণ করছে। সেতু নির্মাণ যেভাবে করছে এতে আমাদের গ্রাম নদী গর্ভে চলে যাবে।

কিন্তু গ্রামবাসীদের বক্তব্য সাউ কনস্ট্রাকশন কোম্পানি কর্তৃপক্ষ করে নি। গ্রামবাসীরা এনিয়মে ধলাই জেলার ডিএম থেকে শুরু করে মহকুমা শাসকের নিকট লিখিত ভাবে অভিযোগ করে জানান। ডিএম ও মহকুমা শাসক ঘটনা স্থলে এসে সাউ কনস্ট্রাকশন কোম্পানির উর্ধ্বতন কর্মকর্তাদের সাথে কথা বলেন সেতু নির্মাণে গ্রামবাসীদের কোন ক্ষতি যেন না হয়। সাউ কনস্ট্রাকশন কোম্পানির উর্ধ্বতন কর্মকর্তারা তৎ সময়ে আশ্বাস দেন। কিন্তু, সেতু নির্মাণ তাদের মতো করে করছেন। এরপর গ্রামবাসীরা কাজে বাধা দিয়ে পথ অবরোধ করে আন্দোলন করেন। আন্দোলনের মুখে আশ্বাস দেন সেতু নির্মাণে গ্রামবাসীদের কোন ক্ষতি হবে না। অবরোধ তুলে নেয় গ্রামবাসীরা। সাউ কনস্ট্রাকশন কোম্পানি সেতু নির্মাণে তাদের সিদ্ধান্ত থেকে একচল্লসও সরে নি। গত আগস্ট মাসের বন্যায় বধ পরিবারের বাড়ি ঘর নদীর গর্ভে চলে গেছে। বর্তমানে ১০ পরিবার গ্রামে আছে। তাদের জমি

৩৬ এর পাতায় দেখুন

হারিয়ে যাওয়া চেকের টাকা ফেরত পেল গ্রাহক

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩ মে।। পুলিশের সহযোগিতায় খুব ভল্ল সময়ের মধ্যে ব্যাংকে প্রতারিত হওয়া প্রায় ৮০ হাজার টাকা ফিরে ফেললেন এক গ্রাহক। উল্লেখ্য, আগরতলায় ইন্ডিয়ান ব্যাংকের ব্রাঞ্চে ৭৯হাজার ৫০০ টাকার চেক জমা দিয়েছিলেন গোপাল দে নামে এক ব্যক্তি। কিন্তু পরবর্তী সময়ে তিনি জানতে পারেন তার চেক খুঁজে পাওয়া যাচ্ছে না। এ

৩৬ এর পাতায় দেখুন

গ্রামবাসীর বেধড়ক মারে মৃত্যু যুবকের, চাঞ্চল্য

নিজস্ব প্রতিনিধি, কৈলাসহর, ৩ মে।। উত্তেজিত গ্রামবাসীদের বেধড়ক মারে মৃত্যু হলে এক যুবকের। ঘটনায় সংশ্লিষ্ট এলাকায় তীব্র উত্তেজনা বিরাজ করছে। ঘটনা মঙ্গলবার কৈলাসহরের কালীশাসন চা বাগানে। কৈলাসহরের কালীশাসন চা বাগান এলাকায় একটি অস্ট্রো গাড়ি দ্রুত গতিতে বেপরোয়া ভাবে চালিয়ে এক বাগান শ্রমিককে ধাক্কা দিয়ে গাড়িট পাকা ড্রেনে পড়ে যায়।

গাড়ি ড্রেনে পড়ে যাওয়ার সাথে সাথেই গাড়ির চালক সহ গাড়ির ভিতরে থাকা অনার্য গাড়ি থেকে বের হয়ে দৌড়ে চা বাগানের ভিতরে ঢুকে লুকিয়ে পড়ে। পরবর্তী সময়ে উত্তেজিত গ্রামবাসীরা গাড়ির চালক সহ গাড়ির ভিতরে থাকা মানুষদের চা বাগানের ভিতরে খুঁজতে থাকে। অনেকক্ষন খোঁজাখুঁজির পর চা বাগানের ভিতরে গাড়ির চালককে পেয়ে উত্তেজিত গ্রামবাসীরা বেধড়কভাবে মারধর করে চা

বাগানের ভিতরে মৃতদেহ ফেলে চলে যায়। অন্যদিকে গাড়ির খায়ায় চা বাগান শ্রমিক লগেন উরাং-এর পা ভেঙ্গে যায়। উত্তেজিত গ্রামবাসীরা অস্ট্রো গাড়িটিকে আগুন দিয়ে পুরো গাড়িট জ্বালিয়ে দেয়। ঘটনাস্থল থেকে এক কিলোমিটার দূরে গাড়ির চালক প্রদীপ দাসের মৃতদেহ পাওয়া গেছে। প্রাথমিকভাবে জানা যায় যে, গাড়ির চালক প্রদীপ দাসের বাড়ি

৩৬ এর পাতায় দেখুন

বঙ্গভঙ্গ আন্দোলন

পালিত হয়। প্রখ্যাত বিজ্ঞান বিষয়ক লেখক রামেন্দ্রসুন্দর ত্রিবেদীর প্রস্তাব অনুসারে ‘অরন্ধন’ পালন করা হয়। সেই সঙ্গে রবীন্দ্রনাথ জাতি ও ধর্ম নির্বিশেষে বাংলার মানুষকে একে অপরের হাতে ঐক্যের প্রতীক হিসেবে রাষি বাঁধার আহ্বান জানান। শিক্ষাবিদ এবং সমাজ সংস্কারক আনন্দমোহন বসুর নেতৃত্বে পূর্ব ও পশ্চিম বাংলার ঐক্যের প্রতীক হিসেবে ‘মিলন মন্দির’ বা ‘ফেডারেশন হল’-এর ভিত্তিপ্তস্তর স্থাপন করা হয়। ওই দিন সন্ধ্যায় কলকাতার বাগবাজারে পশুপতি বসুর বাসভবনে অনুষ্ঠিত এক সভায় ‘জাতীয় ধনভান্ডার’ গঠনের জন্য মাত্র এক ঘণ্টার মধ্যে ৭০ হাজার টাকা চাঁদা সংগৃহীত হয়। ভারতে তাদের শাসন দীর্ঘায়িত করার জন্য ব্রিটিশ প্রশাসনের খুঁত

অমিতাভ বসু

হিন্দু-মুসলমানের মধ্যে বিভেদ সৃষ্টি করার ব্রিটিশ সরকারের এক ধূর্ত বড়যন্ত্র। বাংলা তথা ভারতের জনগণ বাংলার বিভাজন মানেনি। এই বিভাজন ব্যাপক রাজনৈতিক অস্থিরতা তৈরি করে। ভারতীয় জাতীয় কংগ্রেস দল বঙ্গভঙ্গের প্রতিবাদে আন্দোলন শুরু করে। বাংলা ভাষার বিরুদ্ধে আন্দোলনটি দ্রুত দেশব্যাপী ছড়িয়ে পড়ে’ ও ব্রিটিশ পণ্য বর্জনের আন্দোলনে রূপ নেয়, যা স্বদেশী আন্দোলন নামে পরিচিত। পূনর্জাগরণ, স্বদেশী শিল্পের বিকাশ ছিল এই আন্দোলনের এক মুখ্য উদ্দেশ্য। দিকে দিকে বিদেশি দ্রব্যে অধিসংযোগ করা চলতে থাকে। বাংলার নারীসমাজ বিদেশী পণ্য বর্জনের আন্দোলনে স্বতঃ স্ফূর্তভাবে অংশগ্রহণ করে। ছাত্ররা ইংরেজি শিক্ষা প্রতিষ্ঠান বর্জন

লর্ড কার্জনের আদেশে বাংলা দুটি প্রদেশে বিভক্ত হয়। প্রথমটি বাংলা, যার মধ্যে পশ্চিমবঙ্গ, উড়িষ্যা এবং বিহারকে অন্তর্ভুক্ত করা হয় এবং হিন্দু সংখ্যাগরিষ্ঠ ছিল। আর, দ্বিতীয়টি পূর্ব বাংলা ও আসাম নিয়ে গঠিত হয় যেখানে মুসলিম সংখ্যাগরিষ্ঠ। অর্থাৎ, সেই আদেশ অনুসারে হিন্দু সংখ্যাগরিষ্ঠ অংশ থেকে মুসলিম সংখ্যাগরিষ্ঠ অংশকে আলাদা করা হয়। প্রশাসনিক সুবিধার জন্য বাংলা ভাগ করা হয়েছিল বলে ব্রিটিশ সরকারের যুক্তি ভারতীয়া বিশ্বাস করেনি। তারা মনে করে ভারতের বিভিন্ন প্রান্তে যখন স্বাধীনতা আন্দোলন সাড়া ফেলতে শুরু করেছে, ঠিক সেই সময় ব্রিটিশ বিরোধী আন্দোলনকে দুর্বল করার উদ্দেশ্যে ও ভারতের জাতীয় চেতনা এবং ঐক্যবোধে আঘাত হানতে, এবং তাদের শাসন কায়মে করার জন্য বঙ্গভঙ্গ,

বিষমতায় বিপন্ন আধুনিক প্রজন্ম

সুনীত রায়

বছর বয়সী পাঁচটি শিশুর মধ্যে একটি শিশু দিনে ২ ঘন্টার বেশি সময় খোঁল নিয়ে ব্যস্ত থাকে। অত্যধিক স্মার্টফোনের ব্যবহার করার ফলে বাচ্চারা কথা বলতে শুরু করছে অনেক দেরিতে। ঘুমের ব্যাঘাত ঘটছে, খিটখিটে আর বদমেজজি হয়ে যাচ্ছে। নিজের ভাষা ব্যবহারের উপর সংঘাত ভাব হারিয়ে ফেলেছে। এক জায়গায় বসে থাকার জন্য শরীর ভারী হয়ে যাচ্ছে, চোখের জল শুকিয়ে যাচ্ছে, দৃষ্টিশক্তি খুব তাড়াতাড়ি ক্ষীণ হয়ে আসছে। আমেরিকান অ্যাকাডেমি অফ পেডিয়াট্রিকস পত্রিকায় বলা হয়েছে ১৮-মাসের কম বয়সী বাচ্চাদের স্মার্ট ফোনের সামনে বসিয়ে ভিডিও চ্যাটিং করাও উচিত নয়। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা ২ বছরের কম বয়সী শিশুদের ভিডিও চ্যাটিং তো দেবার কথা, ১৯৪৬-১৯৪৪ সালের মধ্যে যাদের জন্ম তাদের বলা হয় ‘বেবি বুমার’। ১৯৪১-১৯৮০ সালের মধ্যে যাদের জন্ম তারা হল ‘জেনারেশন এক্স’। ১৯৮১-১৯৯৬ সালের মধ্যে যাদের জন্ম তাদের বলা হয় ‘মিলেনিয়ালস’। ১৯৯৭-২০১২ সালের মধ্যে যাদের জন্ম তারা হল ‘জেনারেশন জেড’। পরিসংখ্যান থেকে একটা জিনিস খুব স্পষ্ট যে আমরা সারাদিনে এক চতুর্থাংশ সময় স্মার্টফোনের জন্য ব্যস্ত করি। সৃষ্টিশীল কাজকর্মের যেমন ব্যাঘাত ঘটছে ঠিক তেমন শারীরিকভাবে বিভিন্ন রকমের নতুন উপসংযোগের যোগের খবর পাওয়া যাচ্ছে। অল্প বয়সে স্মার্টফোনের পর্দার সামনে বহুক্ষণ বসে থাকার জন্য মনোসংযোগ কমে যাচ্ছে। জার্নাল অফ ডেভেলপমেন্টাল এন্ড বিয়েভি ওরাল পেডিয়াট্রিকস পত্রিকায় প্রকাশিত প্রবন্ধে বলা হয়েছে যে ৭০ শতাংশ অভিভাবক বাচ্চাদের শান্ত করতে স্মার্টফোনটি ব্যবহার করেন। ৪র্থ ও ৯ম শাশ্বৎ শিশু যাদের বয়স দুই বছরের কম তারাও স্মার্টফোনটি নিয়ে ব্যস্ত থাকে। খাওয়ানোর সময়তো বাচ্চাদের শান্ত করার জন্য ২৫ শতাংশ অভিভাবক স্মার্টফোনটি ব্যবহার করেন। ২-৫

১০ কোটি। স্মার্টফোনের স্ক্রিনের দিকে তাকিয়ে কে-কতক্ষণ সময় ব্যয় করে তার ওপরে একটা সমীক্ষা করা হয়। ৮-১২ বছরের বাচ্চারা খোঁল নিয়ে সারা দিনে ব্যস্ত থাকে ৫ ঘন্টা ৩৩ মিনিট। ১৩-১৮ বছরের ছেলে মেয়েদের মধ্যে মেয়েরা ব্যবহার করে ৭ঘন্টা ৩২ মিনিট আর ছেলেরা ব্যবহার করে ৭ ঘন্টা ৭মিনিট। ২৫-৩৪ বছরের ছেলে মেয়েদের মধ্যে মেয়েরা ব্যবহার করে ৭ঘন্টা ৩ মিনিট আর ছেলেরা ব্যবহার করে ৭ ঘন্টা ১৩ মিনিট। ৩৫-৪৪ বছরের মধ্যবয়স্কদের ক্ষেত্রে মেয়েরা দেখে ৬ ঘন্টা ২৫ মিনিট আর ছেলেরা দেখে ৬ ঘন্টা ৪০ মিনিট। ৪৪-৬৪ বছরের মানুষদের ক্ষেত্রে মেয়েরা দেখে ৫ ঘন্টা ১৭ মিনিট আর ছেলেরা দেখে ৫ ঘন্টা ১৪ মিনিট।বিভিন্ন বয়সের স্মার্টফোন ব্যবহারকারীদের মধ্যে একটা শ্রেণীবিন্যাস করা হয়। ১৯৪৬-১৯৪৪ সালের মধ্যে যাদের জন্ম তাদের বলা হয় ‘বেবি বুমার’। ১৯৪১-১৯৮০ সালের মধ্যে যাদের জন্ম তারা হল ‘জেনারেশন এক্স’। ১৯৮১-১৯৯৬ সালের মধ্যে যাদের জন্ম তাদের বলা হয় ‘মিলেনিয়ালস’। ১৯৯৭-২০১২ সালের মধ্যে যাদের জন্ম তারা হল ‘জেনারেশন জেড’। পরিসংখ্যান থেকে একটা জিনিস খুব স্পষ্ট যে আমরা সারাদিনে এক চতুর্থাংশ সময় স্মার্টফোনের জন্য ব্যস্ত করি। সৃষ্টিশীল কাজকর্মের যেমন ব্যাঘাত ঘটছে ঠিক তেমন শারীরিকভাবে বিভিন্ন রকমের নতুন উপসংযোগের যোগের খবর পাওয়া যাচ্ছে। অল্প বয়সে স্মার্টফোনের পর্দার সামনে বহুক্ষণ বসে থাকার জন্য মনোসংযোগ কমে যাচ্ছে। জার্নাল অফ ডেভেলপমেন্টাল এন্ড বিয়েভি ওরাল পেডিয়াট্রিকস পত্রিকায় প্রকাশিত প্রবন্ধে বলা হয়েছে যে ৭০ শতাংশ অভিভাবক বাচ্চাদের শান্ত করতে স্মার্টফোনটি ব্যবহার করেন। ৪র্থ ও ৯ম শাশ্বৎ শিশু যাদের বয়স দুই বছরের কম তারাও স্মার্টফোনটি নিয়ে ব্যস্ত থাকে। খাওয়ানোর সময়তো বাচ্চাদের শান্ত করার জন্য ২৫ শতাংশ অভিভাবক স্মার্টফোনটি ব্যবহার করেন। ২-৫

প্রকৃতির বুকে লুকানো অমৃতের সন্ধান

আধুনিক চিকিৎসাবিজ্ঞানের সঙ্গে যীরা পরিচিত, তাঁদের কেউ কেউ হয়তো ঔষধি গাছের কথা শুনেলে ভাবেন, এতে আর এমন কী হয়! হয়তো মনে হতে পারে, পৃথিবীর বেশির ভাগ মানুষই বর্তমানে আধুনিক চিকিৎসাপদ্ধতির ওপর নির্ভরশীল। পৃথিবী আধুনিক হয়েছে, এখন কি আর মানুষ গুণুষের জন্য শুধু উদ্ভিদের ওপর নির্ভরশীল হতে পারে? যীরা এমনটা মনে করেন, তাঁদের জন্য একটি অবাক করা তথ্য দেওয়া যাক। বিশ্ব শাস্ত্র সংস্কার ভ্রামতে, পৃথিবীর প্রায় ৮০ শতাংশ মানুষ আজও চিকিৎসার জন্য মূলত ঔষধি গাছের ওপর নির্ভরশীল। তথ্যটা রীতিমতো গবেষণা থেকে পাওয়া।

সারা পৃথিবীতে এরকম প্রায় ২০ হাজার প্রজাতির ঔষধি উদ্ভিদ আছে। এর মধ্যে বাংলাদেশে রয়েছে ৭০০-এর বেশি, ভারতে আছে প্রায় ৪ হাজার। এবং ঔষধি গাছ সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা অনেক সমস্যার সমাধান করতে পারে। লেখক মুত্তাঞ্জয় রায় সেই চিন্তা থেকেই ঔষধি গাছ নিয়ে

লিখতে শুরু করেন। একে একে চারটি খণ্ড প্রকাশ করেছেন তিনি এসব উপকারী উদ্ভিদ নিয়ে। চতুর্থ খণ্ডটি প্রকাশিত হয়েছে সম্প্রতি, ২০২৪ সালের অমর একুশে বইমেলায়। এই বইটিতে ১৩টি ঔষধি উদ্ভিদের কথা আলোচিত হয়েছে। এর মাধ্যমে ১০১টি অসুখের চিকিৎসা দেখিয়েছেন তিনি। এসব চিকিৎসার সবিস্তার বর্ণনা রয়েছে বইতে। বইয়ের শুরুতে রয়েছে একটি ৩ সচনামূলক অধ্যায়। অধ্যায়টিতে বিশেষভাবে উঠে এসেছে মানুষের ভাইরাসঘটিত রোগ ও এদের চিকিৎসার জন্য প্রয়োজনীয় ঔষধি উদ্ভিদের কথা। এ অধ্যায়টি সংযোজনের কারণ আর কিছু নয় কোনো ভাইরাস। করোনাভাইরাস আমাদের নাকিড়ে নিয়ে গেছে। এরকম আরও অনেক ভাইরাসঘটিত রোগ রয়েছে, যেমন জন্ডিস, হাম, মাল্প্পা, গুটিবসন্ত, জলবসন্ত ইত্যাদি। অলোচনায় অন্য এ ধরনের উদ্ভিদনির্ভর চিকিৎসা নিয়ে আলোচনা রয়েছে এ

উচ্ছ্বাস তৌসিফ

সবিস্তার উল্লেখ রয়েছে অধ্যায়ের শেষে ‘তথ্যসূত্র’ অংশে। আরেকটি উল্লেখযোগ্য ভালো দিক, ১৩টি ঔষধি গাছের নামে সূচি প্রদেয় দেওয়ায় পাশা পাশি রোগ অনুযায়ীও একটি সূচি দেওয়া আছে। আগছীরা যে রোগের চিকিৎসা উদ্ভিদের বর্জিন ছবি আছে। পাঠক বই পড়ে সহজেই এসব উদ্ভিদ চিনতে পারবেন ও চিকিৎসাকাজে ব্যবহার করতে পারবেন। তবে কিছু বিষয়ে প্রশ্ন রয়েছে যি। যেমন এসব ঔষধি উদ্ভিদ কি যে কেউ চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া থগ্ন করতে পারবেন? যেমন ডেঙ্গুর কথা উল্লেখ করা যেতে পারে। ডেঙ্গু ভাইরাসের বিরুদ্ধে ৩০ প্রজাতির উদ্ভিদ ব্যবহারের তথ্য পাওয়া যায়। এর মধ্যে পেঁপে লিভাভের কোনো অসুখের হুুুগেছন, তাঁদের জন্য পেঁপেপাতা বা যে কোনো হারবালা গুণুষ বিরূপ প্রতিক্রিয়া দেখাতে পারে। ডায়াবেটিক রোগী, বিশেষত যীরা রক্তে শ্লুকোজের মাত্রা কমানোর জন্য গুণুষ ব্যবহার করেন, তাঁদের বেলায় পেঁপেপাতা ব্যবহারে হঠাৎ করে রক্তে শ্লুকোজের মাত্রা অনেক বেশি হারে কমে গিয়ে হাইপোগ্লাইসেমিয়া হতে পারে,

লোকচিকিৎসার অংশ হিসেবে পেঁপে পাতা ও ফল খেলে কী ধরনের উপকার হতে পারে। তবে বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিব মেডিক্যাল বিশ্ববিদ্যালয়ের সহকারী অধ্যাপক সৌমিত্র নাগে সূচি প্রদেয় দেওয়ার পাশা পাশি রোগ অনুযায়ীও একটি সূচি দেওয়া আছে। আগছীরা যে রোগের চিকিৎসা উদ্ভিদের বর্জিন ছবি আছে। পাঠক বই পড়ে সহজেই এসব উদ্ভিদ চিনতে পারবেন ও চিকিৎসাকাজে ব্যবহার করতে পারবেন। তবে কিছু বিষয়ে প্রশ্ন রয়েছে যি। যেমন এসব ঔষধি উদ্ভিদ কি যে কেউ চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া থগ্ন করতে পারবেন? যেমন ডেঙ্গুর কথা উল্লেখ করা যেতে পারে। ডেঙ্গু ভাইরাসের বিরুদ্ধে ৩০ প্রজাতির উদ্ভিদ ব্যবহারের তথ্য পাওয়া যায়। এর মধ্যে পেঁপে লিভাভের কোনো অসুখের হুুুগেছন, তাঁদের জন্য পেঁপেপাতা বা যে কোনো হারবালা গুণুষ বিরূপ প্রতিক্রিয়া দেখাতে পারে। ডায়াবেটিক রোগী, বিশেষত যীরা রক্তে শ্লুকোজের মাত্রা কমানোর জন্য গুণুষ ব্যবহার করেন, তাঁদের বেলায় পেঁপেপাতা ব্যবহারে হঠাৎ করে রক্তে শ্লুকোজের মাত্রা অনেক বেশি হারে কমে গিয়ে হাইপোগ্লাইসেমিয়া হতে পারে,

যা কখনো কখনো প্রাণঘাতী। তাই রেজিস্টার্ড চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া আপাতত পেঁপেপাতা ব্যবহার না করা ভালো।’
আমি নিজে চিকিৎসাবিজ্ঞানের শিক্ষার্থী নই। সাধারণ পাঠক হিসেবে আমার মতামত, বইটি উপকারী নিঃসন্দেহে, তবে এ ধরনের চিকিৎসা নিজে গ্রহণের আগে অভিজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া প্রয়োজন। অনাদিহিত, চিকিৎসাবিজ্ঞানে আগছীদের জন্য বইটি বাংলায় এক অমূল্য সংযোজন। বাংলাদেশের এতসব ঔষধি উদ্ভিদ নিয়ে লোকজ চিকিৎসার প্রচলন রয়েছে বটে, তবে গবেষণাগারে গবেষণার পাশাপাশি ট্রায়ালের মাধ্যমে পরীক্ষা করে দেখা হয়েছে, আমার জানামতে, খুব কম। এ ধরনের গবেষণার ক্ষেত্রে এ বই হতে পারে পাথের। আর এ ধরনের গবেষণা নিসন্দেহে আমাদের জীবন বাঁচাতে পারে, স্বল্প ব্যয়ে, প্রাকৃতিক উপায়ে। এর প্রয়োজনীয়তা তাই কোনোভাবেই অস্বীকার করা যায় না।

আগরণ আগরতলা,৪ জুন,২০২৫ইং ২০ জ্যৈষ্ঠ , বুধবার , ১৩৪২ বঙ্গাব্দ	
লোকনাথ ব্রহ্মচারীর তিরোধান দিবস বাবা লোকনাথ ব্রহ্মচারী একজন প্রসিদ্ধ হিন্দু যোগী ও সিদ্ধপুরুষ ছিলেন, যিনি তাঁহার দীর্ঘ জীবনকালে বহু অলৌকিক ঘটনা ঘটািয়াছিলেন এবং ভক্তদের সঠিক পথের দিশা দিয়াছেন। তাঁহার উপদেশের মধ্যে ‘রণে বনে জলে জঙ্গলে, যখনই বিপদে পড়িবে, আমাকে স্মরণ করিও, আমিই রক্ষা করিব’ - এই বাণীটি বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য। এই বাণী ভক্তদের কাছে অপার শক্তির উৎস এবং ভরসা যোগায়।প্রতি বছর ১৯ জ্যৈষ্ঠ বাবা লোকনাথ ব্রহ্মচারীর তিরোধান দিবস পালিত হয়।১২৯৭ বঙ্গাব্দের ১৯ জ্যৈষ্ঠ তিনি বাংলাদেশের নারায়ণগঞ্জের সোনারগাঁওয়ের বারদী আশ্রমে দেহত্যাগ করেন। তাঁহার বয়স তখন প্রায় ১৬০ বছর ছিল বলে মনে করা হয়। এই দিনটি ভক্তদের কাছে বিশেষ তাৎপর্যপূর্ণ। লোকনাথ বাবার ভক্তরা বিশ্বাস করেন যে এই দিনে তাঁহার স্মরণে পূজা-অর্চনা করিলে এবং তাঁহার দেখানো পথে চলিলে জীবনে শান্তি ও সমৃদ্ধি আসে এবং যেকোনো কঠিন পরিস্থিতি থেকে মুক্তি লাভ করা যায়।এই দিনে ভক্তরা বাড়িতে বা লোকনাথ আশ্রম ও মন্দিরগুলিতে বাবার পূজা করেন। ভক্তরা তাঁহার বাণী স্মরণ করিয়া এবং তাঁহার আশীর্বাদ কামনা করিয়া প্রার্থনা করেন। তাঁহার প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করিয়া মন ও আত্মাকে শুদ্ধ করিবার চেষ্টা করা হয়। লোকনাথ ব্রহ্মচারী ছিলেন একজন হিন্দু সিদ্ধপুরুষ। তিনি বাবা লোকনাথ নামেও পরিচিত। হিন্দুধর্মানুশারীদের নিকট লোকনাথ ব্রহ্মচারী অত্যন্ত পূজনীয় ব্যাক্তিত্ব। তিনি দেহত্যাগের পূর্বপর্যন্ত বাংলাদেশের নারায়ণগঞ্জের সোনারগাঁওয়ের বারদী আশ্রমে অবস্থান করিয়াছিলেন। ১৯ জ্যৈষ্ঠ, ইংরাজি ক্যালেন্ডারের ৩ জুন ঘরে ঘরে পালিত হইবে বাবা লোকনাথ ব্রহ্মচারীর তিরোধান দিবস। বাঙালি ঘরে ঘরেই বাবা লোকনাথ এদিন পূজিত হন। লোকনাথ বাবাকে সামান্য পূজো দিয়া ভুস্ত করা যায়। লোকনাথ বাবা ভক্তের সব ধরনের ইচ্ছা পূরণ করেন। ঘরোয়া সাধারণ উপকরােই সম্পন্ন করা হয় বাবা লোকনাথের পূজো এবং উপাসনা। উত্তর ২৪ পরগনা জেলার কচুয়া গ্রামে এক ব্রাহ্মণ পরিবারে জন্ম হইয়াছিল তাঁহার। লোকনাথ দেবের বাবা ছিলেন রামনারায়ণ ঘোষাল আর মা কমলা দেবী। অনেকে মনে করেন বাবা লোকনাথ হইলেন স্ময়ং দেবাধিদেব মহাদেবের অবতার। লোকনাথ দেব বরাবরই তাঁহার ভক্তদের কাছে খুবই জাগ্রত একজন দেবতা। বাবা লোকনাথ বরাবরই খুবই সাধারণ জীবন যাপন করিতেন। তাই খুব অল্পতেই সন্তুষ্ট তিনি। তাঁহার পূজোয় কোনও বিশেষ আড়ম্বরও প্রয়োজন হয় না। তাঁহার আরাধনা করিলে সব বিপদ থেকে রক্ষা পাওয়া যায় বলিয়া তাঁহার ভক্তদের মনের বিশ্বাস। ”রণে বনে জলে জঙ্গলে যখনই বিপদে পড়িবে, আমাকে স্মরণ করিও, আমিই রক্ষা করিব। উনিশ শতকের বিখ্যাত রহস্যবাদী সাধক এবং সমাজ সংস্কারক বিজয় কৃষ্ণ গোস্বামী যখন তুঘার-ঢাকা হিমালয় পর্বতমালার সর্বোচ্চ উচ্চতায় পৌঁছিয়াছিলেন যখন তিনি দেশের প্রতিটি মন্দির, আশ্রম, তীর্থস্থান ঘুরিয়া বেড়াইয়াছিলেন , তখন তিনি গোপন গুহাগুলির মধ্যে আসিয়াছিলেন যেখানে কোনও সাধারণ মানুষ ঘাইতে পারে না। তাহার আধ্যাত্মিক অস্তুদৃষ্টির জোরে গুহাগুলির গভীরে প্রবেশ করিয়া বিজয় এক জায়গায় বসিয়া থাকা প্রাচীন চেহারার যোগীদের দেখিতে পান।গভীর ধ্যানে বসিবার সময় যোগীগণের উচ্চতা এতই লম্বা ছিল যে, তিনি সেখানে স্থানান্তরিত হইয়া দাঁড়াইয়া থাকিতেই বিজয়ের উচ্চতায় পৌঁছিয়াছিলেন। তাহাদের লম্বা ম্যাট করা চুলগুলি বটগাছের প্রাচীন শিকড়ের মতো মাটিতে আবদ্ধ ছিল। যোগীদের দেখিয়া সাধক বিজয় জানিতেন যে তাহাদের প্রাচীন দেহগুলি অন্তত কয়েক হাজার বছর আগেকার এবং হিমালয়ের উচ্চতায় তাহাদের গোপন উপস্থিতির কারণে নম্বর জগতে ভাল এবং মন্দের মধ্যে ভারসাম্য ক্রমাগত পুনরুদ্ধার করা হইতেছে কম্পন শক্তির মাধ্যমে। তাঁহার বারবার ভক্তিমূলক কান্নার পরে, তাহাদের মধ্যে একজনই চোখ খুলিয়াছিলেন। তারপর, এই মহান যোগী এইভাবে কথা বলিলেন: ‘আপনি এত দূরে কেন আসিয়াছেন যখন আমাদের নিজের থেকে অনেক বড় একজন যোগী ইতিমধ্যেই এখান থেকে পৃথিবীতে নামিয়া আসিয়াছেন এবং আপনার নিজের বাড়ির কাছে বাস করিতেছেন? এই বলিয়া সে আবার চোখ বন্ধ করিল। বাবা লোকনাথ ব্রহ্মচারীর সাথে দেখা না হওয়া পর্য্যন্ত বিজয়ের কোন ধারণা ছিল না যে তাকে কি বলা হইয়াছিল।আধ্যাত্মিক শক্তি নিয়া অনেক প্রচলিত কথা ও বিশ্বাস আছে। মনে করা হয় সব বিপদেই তাঁহাকে স্মরণ করিলে রক্ষা করেন তিনি। আজও তাঁহার অগণিত ভক্তেরা নিষ্ঠা করিয়া তাঁহার পূজো করেন।	
সম্পাদকীয় পাতায় প্রকাশিত নিবন্ধ গুলির বক্তব্য সম্পূর্ণ লেখকদের ব্যক্তিগত অভিত। সম্পাদক এরজন্য দায়ী নন।	

হরেকরকম াহরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

গ্যাস-অশ্বল হলে বাঙালির ভরসা অ্যান্টিসিড

একদিন নিয়মের বাইরে খাবার খেলেই গ্যাস-অশ্বল হয়ে যায়। একটু তেল, মশলাদার খাবার খেলেই বুক জ্বালা, চৌয়া ঢেকুর দিতে থাকে। মাঝেমধ্যে গ্যাস-অশ্বল হলে বাঙালির ভরসা অ্যান্টিসিড। কিন্তু প্রায় দিনই যদি গ্যাস-অশ্বল, বদহজমের সমস্যায় ভোগেন, তখন মুঠো মুঠো অ্যান্টিসিড খাওয়া মোটেই ভাল নয়। চিকিৎসকদের মতে, গ্যাস-অশ্বল এড়াতে রোজ রোজ অ্যান্টিসিড খাওয়ার অভ্যাস মোটেই ভাল নয়। বরং, তাঁদের পরামর্শ ছাড়া অ্যান্টিসিড খেলে হিতে-বিপরীতও হতে পারে। এক্ষেত্রে বদহজমকে ঘরোয়া উপায়ে প্রতিরোধ করার উপায় খুঁজে নেওয়া দরকার। সাধারণত খাওয়া-দাওয়া নিয়ন্ত্রণের মাধ্যমে এবং শরীরচর্চার দ্বারা গ্যাস-অশ্বলের সমস্যাকে প্রতিরোধ করা সম্ভব। তার সঙ্গে এই ৬ উপাদানের সাহায্যে পেট ফোলা-বুক জ্বালার সমস্যা নিয়ন্ত্রণ করতে পারবেন।



আদা: আদার মধ্যে অ্যান্টি-ইনফ্লেমেটরি উপাদান রয়েছে, যা খাবার হজমে সাহায্য করে। পাশাপাশি বদহজম, বুক জ্বালার সমস্যা থেকে মুক্তি দেয়। যেদিন খাওয়া-দাওয়ার অনিয়ম হবে তখন এক টুকরো কাঁচা আদা চিবিয়ে খেতে পারেন। কিংবা আদা দিয়ে চা খেতে পারেন।

আলোভেরা: অ্যান্টিসিডটির কারণে শরীরে যে অস্বস্তি তৈরি হয়, তা থেকে মুক্তি দিতে পারে

সমস্যাকেও নিয়ন্ত্রণে রাখে। বেকিং সোডা: অ্যান্টিসিড খাওয়ার বদলে বেকিং সোডার সাহায্য নিন। এই উপাদান পেটের অ্যাসিডিটি বা গ্যাস কমাতে অ্যান্টিসিডের মতোই কাজ করে। তবে, বেকিং সোডা অল্প পরিমাণে ব্যবহার করা উচিত। অ্যাপেল সাইডার ভিনিগার: ওজন কমাতে অনেকই অ্যাপেল সাইডার ভিনিগারের সাহায্য নেন। অল্পধর্মী হলেও অ্যাপেল সাইডার ভিনিগার অ্যাসিডিটির সমস্যাকে দূর করতে সহায়ক। সকালবেলা খালি পেটে এক গ্লাস জলে এক টেবিল চামচ অ্যাপেল সাইডার ভিনিগার মিশিয়ে পান করুন। এর চেয়ে বেশি অ্যাপেল সাইডার ভিনিগার খেলে হিতে বিপরীত হতে পারে।

মৌর: মুখশুদ্ধির জন্য অনেকেই মৌর খাবার খেয়ে মৌর খান।

মৌর চিবিয়ে খাওয়ার অভ্যাস আপনাকে বদহজমের সমস্যা থেকে দূরে রাখে। মৌর পেটে অ্যাসিডিটির মাত্রা কমাতে সাহায্য করে।

দারুচিনির দেহের মেটাবলিক রेट বৃদ্ধিতে সাহায্য করে

শুধু খাবারে স্বাদ বাড়ানোর জন্য দারুচিনি ব্যবহার করেন। এছাড়া আর কোনও কাজে লাগে না, ভাবছেন? ভুল ভাবছেন। আপনি যদি ওজন কমাতে চান, তাহলে এই মশলা আপনার অনেক কাজকে সহজ করে তুলতে পারে। ওজন কমানোর জন্য অনেকেই সকালবেলা খালি পেটে উষ্ণ জলে লেবুর রস মিশিয়ে পান করেন। একইভাবে, আপনি লেবুর জলের বদলে দারুচিনির জল পান করলে বেশি উপকার পাবেন। এতে মেদ গলবে, পাশাপাশি একাধিক উপকারিতাও মিলবে। ওজনকে নিয়ন্ত্রণে রাখার সঙ্গে সঙ্গে সামগ্রিক স্বাস্থ্য উন্নত করতে সাহায্য করে দারুচিনি। মেটাবলিজম বৃদ্ধি করে:

দারুচিনির মধ্যে থার্মোজেনিক উপাদান রয়েছে, যা দেহের মেটাবলিক রेट বৃদ্ধিতে সাহায্য করে। এই মশলার মধ্যে থাকা উপাদান দেহে তাপ উৎপন্ন করে এবং হজম হওয়া খাবার থেকে ক্যালোরি পোড়াতে সাহায্য করে। এটি মেটাবলিজমের উপর প্রভাব ফেলে এবং ওজন কমাতে সাহায্য করে। সুগার লেভেল নিয়ন্ত্রণে রাখে: বেশ কিছু গবেষণায় দেখা গিয়েছে, দারুচিনি ইনসুলিন সংবেদনশীলতা উন্নত করতে সাহায্য করে এবং রক্তে শর্করার মাত্রাকে নিয়ন্ত্রণে রাখে। রক্তে সুগার লেভেল বশে থাকলে মিস্তি ও ক্যালোরি যুক্ত খাবার খাওয়ার ঝুঁকি কমে। আর এতে

ওজনও বশে থাকে। এটি ডায়াবেটিসের রোগীদের জন্য উপযোগী।

খিদেকে নিয়ন্ত্রণ করে: দারুচিনির গন্ধ মস্তিষ্কের কার্যকারিতার উপর প্রভাব ফেলে এবং এটি মিস্তি ও ক্যালোরি যুক্ত খাবার খাওয়ার আকাঙ্ক্ষা কমাতে সাহায্য করে। দারুচিনি যুক্ত খাবার খেলে মনে হয় পেট ভরে রয়েছে এবং অস্বাস্থ্যকর খাবার খাওয়া থেকে দূরে থাকা যায়। হজম স্বাস্থ্য উন্নত করে: প্রাচীনকাল থেকে হজমের জন্য দারুচিনি ব্যবহার করা হচ্ছে। এই মশলা বদহজম, পেট ফোলা এবং খাবার খাওয়ার পর শারীরিক অস্বস্তি থেকে মুক্তি দেয়। আপনার হজম স্বাস্থ্য ভাল থাকলে এটি দেহে

পুষ্টি শোষণেও অঙ্গের স্বাস্থ্য উন্নত করতে সাহায্য করে। হজম স্বাস্থ্য উন্নত হলে ওজন কমানো সহজ হয়ে যায়। পুষ্টিতে ভর পূর: দারুচিনির মধ্যে অ্যান্টি-ইনফ্লেমেটরি উপাদান রয়েছে, যা দীর্ঘস্থায়ী প্রদাহ ও মেটাবলিক ডিসঅর্ডার থেকে মুক্তি দেয়। অন্যদিকে, দারুচিনির মধ্যে অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট রয়েছে, যা দেহের অক্সিডেটিভ চাপ কমিয়ে রোগের ঝুঁকি কমায়।

শরীরকে ডিটক্সিফাই করে: দারুচিনির জল পান করলে, এটি দেহে জমে থাকা সমস্ত দূষিত পদার্থ বের করে দেয়। পাশাপাশি শরীরকে কোলেস্টেরলের

বর্তমানে কোলেস্টেরলের সমস্যা ঘরে ঘরে

বর্তমানে কোলেস্টেরলের সমস্যা খুবই বাড়ছে। বলা ভাল ঘরে ঘরে রয়েছে এই কোলেস্টেরলের রোগী। কোলেস্টেরল বাড়ার কারণে সুগার, প্রেশার সবই বাড়বে চড়চড়িয়ে। কোলেস্টেরল বাড়লে রক্তচাপ বাড়ার এবং সেখান থেকে হৃদরোগের সম্ভাবনা থেকে যায়। আমাদের শরীরে ভাল আর খারাপ এই দুই রকম কোলেস্টেরলই থাকে। আর তাই সুস্থ থাকতে হলে বুঝে শুনে খাবার খেতে হবে। অতিরিক্ত ক্যালোরির খাবার খেলে চলবে না। রোজ শরীরচর্চা করতেই হবে। গোটা শস্য বেশি করে খেতে হবে। শরীরে ভাল আর খারাপ এই

দুই রকম কোলেস্টেরল থাকে। খারাপ কোলেস্টেরল বাড়ার মূল কারণ হল খাদ্যাভ্যাস। রোজ রোজ মদ, মটন খেলে, আইসক্রিম, মিস্তি, তেলের খাবার এসব বেশি খেলেই বিপত্তি। সেখান থেকে হতে পারে একাধিক সমস্যা। আর তাই আগে থাকতে সতর্ক থাকুন। গোটা শস্য নিয়ম করে খেলে ক্যানসার ও অন্য স্বাস্থ্য সমস্যাও থাকবে দূরে। সেই সঙ্গে হৃদরোগ, ডায়াবেটিস থেকেও দূরে থাকে। যাঁরা বয়সকোলেস্টেরল কমাতে ফাইবার বেশি করে খেতে হবে। গোটা শস্য মানে আটা, সাদা ভাত, ময়দা এসব নয়। কুইনোয়া, ব্রাউন রাইস, ওটস

এসব বেশি করে খান। এর মধ্যে ফাইবারের পরিমাণও অনেকটা বেশি। সেই সঙ্গে আয়রন, ভিটামিন বি, থায়ামিন, রাইবোফ্লাভিন, নিয়াসিন, ফোলেট, ম্যাগনেশিয়াম, সেলেনিয়াম রয়েছে। আর তাই যা কিছু খাবেন নিয়ম করে- ব্রাউন রাইস- ব্রাউন রাইসের মাঝে ফাইবার অনেক বেশি পরিমাণে থাকে। এককাপ ব্রাউন রাইসের মধ্যে ৩ গ্রাম মতো ফাইবার থাকে। সেখানে সাদা চালের মধ্যে ফাইবার একেবারেই থাকে না। রান্না করা ব্রাউন রাইস এক কাপ খান। সঙ্গে ডাল, স্যালাড, সবজি বেশি করে খানকু ইনোয়া - কু ইনোয়া

সম্পূর্ণ ধুটেন মুক্ত একটি শস্য। এর মধ্যে ভিটামিন বি অনেকটা পরিমাণে থাকে। সেই সঙ্গে থাকে অ্যামাইনো অ্যাসিড। এককাপ রান্না করা কুইনোয়াতে ৪ গ্রাম প্রোটিন থাকে।ওটস- ওটসের মত ভাল খাবার আর দুটো হয় না। এর মধ্যে থাকে বিটা গ্লুকান। যা কোলেস্টেরলের শোষণ কমিয়ে দেয়। এছাড়াও থাকে ফাইবার, গ্লুকোজ। যা কোলেস্টেরলের মাত্রা কম রাখতে সাহায্য করে। ডায়াবেটিসের রোগীরা রোজ নিয়ম করে ওটস খান। যাঁদের হার্টের সমস্যা রয়েছে তাঁরাও খেতে পারেন। এতে সুগারও নিয়ন্ত্রণে থাকবে।

ডিম ও দুধ একসঙ্গে খাওয়া কি ক্ষতিকর?

দিনে বেশ কয়েকটি ডিম খেয়ে থাকেন স্বাস্থ্য সচেতনরা। এর পাশাপাশি নান্না বা রাত্রে ঘুমানোর আগে এক গ্লাস দুধ অভ্যাস অনেকেই আছে। আবার জিমে গিয়ে যারা নিয়মিত মাসল ব্লিন্ড আপের স্টেশন ক্লাছেন তাদের অনেকেই দুধের সঙ্গে ঝাঁচা ডিম মিশিয়েও খেয়ে নেন।

নিঃসন্দেহে এই দুটি খাবার স্বাস্থ্যের জন্য খুবই উপকারী। তবে ডিম আর দুধ একসঙ্গে খেলে কী হয় তা অনেকেই অজান। যদিও এ নিয়ে নানা বিতর্ক আছে। অনেকে মতে, ডিম আর দুধ একসঙ্গে খেলে হজমে সমস্যা হতে পারে। তবে যাদের হজমজরিত সমস্যা নেই তারা এই দুটি খাবার একসঙ্গে খেতে পারেন। দুধ-ডিম স্বাস্থ্যকর ও উচ্চমাত্রায় প্রোটিন সমৃদ্ধ। তবে পুষ্টিবিদরা জানাচ্ছেন, একসঙ্গে দুধ ও ডিম খেলে নানা ধরনের স্বাস্থ্য সমস্যা হতে পারে। দুগ্ধ (জেনে নেওয়া যায়, দুধ আর ডিম একসঙ্গে খেলে কী কী সমস্যা হতে পারে- আসলে ডিম-দুধ উভয়ই হেলদি ফ্যাট, প্রোটিন,



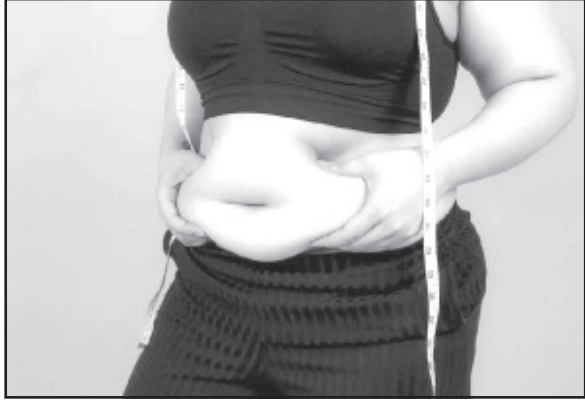
অ্যামিনো অ্যাসিড ও ক্যালসিয়ামে পরিপূর্ণ। যা শরীর ও মস্তিষ্কের বিকাশে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে। আয়ুর্বেদ মতে, একসঙ্গে দুই রকম প্রোটিন খেলে হজমে সমস্যা হতে পারে। যেমন-পেটফুলে থাকে, অস্বস্তি, পেটে ব্যথা, এমনকি ডায়রিয়াও হতে পারে। অনেক সময় ডুকেও ইনফেকশন হতে পারে। তবে বেকিং বা রান্নার ক্ষেত্রে ডিম-দুধের মিশ্রণের কোনো পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া হয় না। তবে ভুলেও দুধের সঙ্গে ঝাঁচা ডিম মিশিয়ে খাবেন না। বিশেষজ্ঞদের মতে, দুধের

সঙ্গে ঝাঁচা ডিম মিশিয়ে খেলে হজমের সমস্যা শুরু হয় ও সালমোনেলা (এক ধরনের ব্যাকটেরিয়া ঘটিত রোগ) রোগও হতে পারে। দুধ-ঝাঁচা ডিম একত্রিত করলে ফুড পয়েজনিং ও বায়োটিনের ঘাটতি হতে পারে। একরঙেই দুধের সঙ্গে ঝাঁচা ডিম মিশিয়ে খাওয়া উচিত নয়। দিনের পর দিন এটি খেলে কোলেস্টেরলের ঝুঁকি বাড়ে। তবে রান্না ছাড়া ডিম-দুধ না খাওয়াই ভালো। এই দু'ধরনের প্রোটিন খাওয়ার মধ্যে অন্তত এক ঘন্টা গ্যাপ রাখা ভালো। তাহলে হজম ভালো হবে।

জিমে নয়, বাড়িতেই শুরু হোক শরীরচর্চা

বাড়ি থেকে অফিসে টিফিন না এনে, বাইরের খাবার কিনে খাওয়া হোক কিংবা অফিস ফেরত চপ-মোমো-চাউমিন বাড়িতে নিয়ে যাওয়াই হোক, জীবনযাপনে নানা অনিয়ম করার সময় রয়েছে আমাদের। নেই কেবল অস্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাসের কারণে শরীরে জমে থাকা মেদকে জঙ্গ করতে প্রয়োজনীয় শরীরচর্চা করার সময়। ফলে শরীরের ওজন বাড়ছে হু হু করে। অল্পবিস্তর ডায়েট শুরু করলেও, ভালমন্দ খাবার দেখেই নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করা কঠিন হয়ে যায়।

এই সমস্যা দূর করতে পারেন রোজ মাত্র পাঁচ মিনিট সময় খরচ করলেই। পাঁচ মিনিটের একটি অভ্যাসই মেদ জমার পথে বাধা হয়ে উঠতে পারে। ভাবছেন তো, পাঁচ মিনিটের কোন ব্যায়ামে মেদ বরানো সম্ভব? উত্তর হল, স্কোয়াট। চেয়ারে বসার মতো করে হাঁটু ভাঁজ করে কোমর ও পিঠ সোজা রেখে



দাঁড়ানোকেই স্কোয়াট বলে। এই সময় হাত দু'টো সামনের দিকে টানটান করে ছড়িয়ে দিন। রোজ শরীরচর্চার সময় না পেলেও নিয়ম করে মিনিট পাঁচেক স্কোয়াট করুন। শরীরের অনেকটা উপকার মিলবে। স্ক্রিপিং, দৌড়নো, হাঁটাচাঁটতে পায়ের পেশির যে উপকার মেলে, স্কোয়াট থেকে তার অনেকটাই পাওয়া সম্ভব। কোমর ও পায়ের পেশিকে শক্তসমর্থ করতেও স্কোয়াটের জুড়ি মেলা

ভার। আর কী কী উপকার হয় স্কোয়াট করলে? ১. স্টেস্টোস্টেরন ও গ্রোথ হরমোন ক্ষরণে বিশেষ কার্যকর এই ব্যায়াম। যার জেরে পেশির বৃদ্ধি ও ভরকে নিয়ন্ত্রণ করা অনেক সহজ হয়। সারা শরীরে শক্তির সমান বন্টনের ক্ষেত্রেও বিশেষ কাজ করে এই ব্যায়াম। ২. নিয়ম করে এই ব্যায়াম করলে কথায় কথায় পেশিতে টান, গাঁটে ব্যথা, একটু দৌড়ঝাঁপেই পেশির

শরীরের যাবতীয় টক্সিন এক ঝটকায় টেনে বের করে দেবে এই ৪ পানীয়

সুস্থ থাকতে যেমন শরীরের জন্য পর্যাপ্ত পরিমাণ পুষ্টি প্রয়োজন সেই সঙ্গে ভিটামিন, খনিজ এসবও নিয়ম মাফিক খেতে হবে। এবার বেশি তেলমশলাদার খাবার খেলে চাপ বাড়ে অঙ্গের উপর। এই সব খাবার থেকে শরীর যেমন সঠিক পরিমাণে পুষ্টি পায় না তেমনই শরীরের ডিটক্সিফিকেশনও ঠিকমতো হয় না। অর্থাৎযাবতীয় দূষিত পদার্থ শরীরেই জমতে থাকে। উল্টোদিকে কোনও শারীরিক সমস্যা থাকলে সেই প্রভাবও পড়ে এই -ডিটক্সিফিকেশনের উপর। কিডনি, ফুসফুস, লিভারের সমস্যা হলে কিংবা মানসিক স্বাস্থ্য বিঘ্নিত হলে তখন চাপ পড়ে ডিটক্সিফিকেশনে। শরীর থেকে একসঙ্গে লিভার সুস্থ থাকে। যা যদি সময় মতো বর্জ্য বের না হয়

তাহলে চাপ পড়ে শরীরের উপরই। কোলেস্টেরল বাড়ে, হরমোনাল সমস্যা হয়, ঠিক মতো খিদে হয় না, হজমের সমস্যা হয় এবং সঙ্গে সঙ্গে তেলমশলাদার খাবার খেলে সঙ্গে ডিটক্সিফিকেশন ঠিকভাবে না হলে ঘুম কম হয়। শরীরে ফ্যাট জমতে থাকে। আর তাই পুষ্টিবিদ দিচ্ছেন বিশেষ পরামর্শ। বাড়িতেই (স্কোয়াট)-দৈনিক ১০মিনিট টেন্স ওয়াটার। এতে শরীরের ডিটক্সিফিকেশন খুব ভাল হয়। ধনের জল উইরিন যদি ঠিকমতো না হয় তাহলে সেখান থেকেও একাধিক সমস্যা আসতে পারে। আর তাই রোজ সকালে ধনে ভেজানো জল খান। এতে শরীরে ইনসুলিনের উত্থান ঠিক থাকে। ডিটক্সিফিকেশনে। শরীর থেকে একসঙ্গে লিভার সুস্থ থাকে। যা বিপাকে সাহায্য করে। যদি মূত্রবর্ধক

কোনও গুণ্ধ খান তাহলে ধনের জল খাওয়া একেবারেই চলবে না। এক চামচ ধনে এক গ্লাস মাপের জলে সারারাত ভিজিয়ে রাখুন। পরদিন সকালে তা হেঁকে খেতে পারেন। এছাড়াও ধনে বীজ জলে ফেলে সিদ্ধ করে হেঁকে খান। রোজ খালি পেটে খেলে উপকার পাবেন।

আপেল-দারুচিনির জল-ঃ আপেল আর দারুচিনি মেটাবলিজম বাড়িতে খুব ভাল কাজ করে। আপেলের মধ্যে থাকে প্রচুর পরিমাণ অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট। সেই সঙ্গে ফ্ল্যাভিনয়েডের খুব ভাল উত হল দারুচিনি। নিয়মিত ভাবে এই দারুচিনির জল খেলে রক্তশর্করা থাকে নিয়ন্ত্রণে। পাশাপাশি হৃদরোগ ঠেকাতেও খুব ভাল কাজ করে এই ডিটক্স

ওয়াটার। এক বোতল জলে আপেলের জ্বাইস আর দারুচিনির টুকরো ফেলে রেখে দিন। ৬ ঘন্টা ভিজ়ে গেলে তারপর খান।

লেবু-শশার জল-ঃ শসা, পুদিনা, আনা, লেবু মিশিয়ে জলে গুলে নিন। এই সব উপাদানই প্রাকৃতিক ভাবে ডিটক্সিফিকেশনের কাজ করে। পুদিনা হজমের জন্য খুবই ভাল। আদা শরীরে রোগ প্রতিরোধক ক্ষমতা বাড়ায়। আর লেবু পেঁপে পরিষ্কার রাখতে সাহায্য করে। শশার মধ্যে ৯৬ শতাংশ জল থাকে। যা শরীরকে হাইড্রেট রাখতে সাহায্য করে। একটা কাঁচের বোতলের মধ্যে শশার জ্বাইস, লেবুর জ্বাইস, আদা কুচি আর পুদিনা পাতা দিয়ে ভিজিয়ে রাখুন ৪ ঘন্টা। এরপর তা হেঁকে খেয়ে নিলেই কাজ হবে।

রোগা হতে চিনি বাদ দিয়ে সুগার ফ্রি খাচ্ছেন?

অতিরিক্ত চিনি শরীরের জন্য একেবারেই ঠিক নয়। ডায়াবেটিস, হাইব্রাডপ্রেশার, ওবেসিটি, ফ্যাটি লিভার এবং অন্যান্য শারীরিক প্রদাহ জনিত সমস্যা বাড়ে মাত্রাতিরিক্ত চিনি খেলে। আর তাই বিশেষজ্ঞরা সব সময় সু্যম আহারের পরামর্শ দেন। সেই তালিকায় শাক-সবজি, ফল এসবই বেশি পরিমাণে থাকে। ক্যালোরি, কার্বোহাইড্রেট এবং চিনি একেবারেই কম পরিমাণে থাকে।

মিস্তি আমাদের সকলেরই এত প্রিয় যে এর সদ ভাগ্য করা খুবই কঠিন। মন খারাপ থাকলে মিস্তি

মন ভাল থাকলে মিস্তি মিস্তি আমাদের সব সময়ের সঙ্গী। মিস্তি দিলে তবেই না ডাল, তরকারির স্বাদ ব্যালোল হয়। চিনি ছাড়া চা, তরকারি এসবে এখনও অনেক মানুষ অভ্যস্ত নন। বাড়িতে ৫০০ গ্রাম চিনি হলেও কিনে আনার অভ্যাস আমাদের রয়ে গিয়েছে। মিস্তি খেলেই একাধিক সমস্যা জাঁকিয়ে বসবে শরীর। আর তাই যীরা ডায়াবেটিসে ভুগছেন বা ওজন কমাতে চাইছেন তাঁরা সকলেই চিনির পরিবর্তে সুগার ফ্রি ট্যাবলেট ব্যবহার করেন। যাতে সাপও মরে আর লাঠিও না ভাঙে। বিশেষরী বলছেন দীর্ঘদিন



ধরে এই সুগার ফ্রি খেলে ওজনও কমে না আর চর্বিও ঝরে না। সম্প্রতি বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এই কৃত্রিম চিনি ব্যবহারে নিষেধাজ্ঞা জারি করেছে। ওজন কমাতে কোনও ভাবেই যেন সুগার ফ্রি বড়ি ব্যবহার

না করা হয় সেই নির্দেশই তাঁরা দিয়েছেন। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার এই নির্দেশিকাতে আরও বলা হয়েছে সুগার ফ্রি একাধিক জটিল সমস্যা ডেকে আনতে পারে। সেই সঙ্গে শরীরে বাসা বাঁধে একাধিক রোগ সমস্যাও। যে কারণে সচেতন থাকতেই হবে। আর এই সুগার ফ্রি চিনির থেকেও বেশি ক্ষতিকারক। এতে হার্টের উপর চাপ বেশি পড়ে। এমনকী প্রাপ্ত বয়স্কদের মৃত্যুর ঝুঁকিও বাড়তে পারে। দীর্ঘদিন ধরে সুগার ফ্রি খেলে যে সব সমস্যা হতে পারে-

টাইপ ২ ডায়াবেটিস
উচ্চ রক্তচাপ
হারটের সমস্যা
স্ট্রোক
হার্ট ফেলিওর
ওবেসিটি

তাই চিকিৎসকদের পরামর্শ এই সুগার ফ্রি ব্যবহার না করে প্রাকৃতিক চিনি রয়েছে এমন খাবার খান। সম্পূর্ণ চিনি ছাড়া খাবার খাওয়া অভ্যাস করুন। চিনির তেস্তা মোটাতে শুকনো ফল, খেজুর, কিশমিশ এসব খান। এছাড়াও আম, সবদা, আতুর এমন ফল খেতে পারেন। আর যীরা ডায়াবেটিসে আক্রান্ত তাঁরা কোনও ভাবেই সুগার ফ্রি খাবেন না।

না তোলাই ভাল। তার চাইতে ঘরোয়া উপায়ে কীভাবে কোষ্ঠকাঠিন্যকে প্রতিরোধ করবেন এবং মলত্যাগে কোনও সমস্যা না হয়, সেদিকে জোর দিন।ডায়েটে ফাইবারের পরিমাণ বৃদ্ধি করুন: বাচ্চা যদি কোষ্ঠকাঠিন্যে ভোগে তাহলে ফাইবার সমৃদ্ধ খাবার বেশি করে খাওয়া। গোটা শস্য, ফল ও শাকসবজি রাখুন ডায়েটে।ফাইবার মলকে নরম করে এবং এতে মলত্যাগে কোনও কষ্ট হয় না। হাইড্রেট রাখুন: হাইড্রেডেশন কোষ্ঠকাঠিন্যের সমস্যাকে প্রতিরোধ করে। খেয়াল রাখুন যে আপনার সন্তান পর্যাপ্ত পরিমাণ জল পান করে। হাইড্রেশন মলকে নরম করে দেয় এবং মলত্যাগের

প্রক্রিয়াকে সহজ করে দেয়। জলের পাশাপাশি ডাবের জল, ফলের রস এবং তরল জাতীয় খাবার খাওয়ান বাচ্চাকে। প্রোবায়োটিক সাহায্য করতে পারে: প্রোবায়োটিক হজম স্বাস্থ্য উন্নত করতে এবং অঙ্গের স্বাস্থ্য বজায় রাখতে সাহায্য করে। প্রোবায়োটিক খাবার হিসেবে বাচ্চাকে দই খাওয়াতে হবে। টক দই খেতে না চাইলে আপনি ফলের সঙ্গে দই মিশিয়েও খাওয়াতে পারেন। রোজ মলত্যাগের অভ্যাস গড়ে তুলুন: ছোট বয়স থেকে প্রোবায়োটিক খাবার হিসেবে বাচ্চাকে দই খাওয়াতে হবে। দিনে অন্তত ১০ মিনিট টয়লেট সিতে বসানোর অভ্যাস করুন। ছোট বয়স থেকে

এই অভ্যাস গড়ে তুলতে কোষ্ঠকাঠিন্যের সমস্যা প্রতিরোধ করা যায় এবং রোজ মলত্যাগের অভ্যাস গড়ে ওঠে। সকালবেলার রগটিন: প্রতিদিন সকালে বাচ্চাকে এক গ্লাস গরম দুধ দিন। পাশাপাশি ৪-৫টা ভেজানো কিশমিশ খাওয়ান। প্রয়োজনে আপনি রাত্রে ঘুমোতে যাওয়ার আগেও গরম দুধে মিশিয়ে বাচ্চাকে খাওয়াতে পারেন। আয়ুর্বেদের মতে, এই ঘরোয়া টোটকাগুলো কোষ্ঠকাঠিন্যের সমস্যা দূর করতে সাহায্য করে। নৈদি গ্যাস, রোজ মলত্যাগ করার অভ্যাস গড়ে তুলতে হবে। দিনে অন্তত ১০ মিনিট টয়লেট সিতে বসানোর অভ্যাস করুন। ছোট বয়স থেকে



মঙ্গলবার একটি সামাজিক সংস্থার উদ্যোগে এক স্বাস্থ্য শিবিরের আয়োজন করা হয়।

ব্রিকস যোগাযোগ মন্ত্রীদের বৈঠকে ভারতের পক্ষ থেকে অন্তর্ভুক্তিমূলক ও টেকসই ডিজিটাল উন্নয়নের প্রতিশ্রুতি পুনর্ব্যক্ত

ব্রাসিলিয়া, ৩ জুন : ব্রাজিলে অনুষ্ঠিত ১১তম ব্রিকস যোগাযোগ মন্ত্রীদের বৈঠকে ভারত অন্তর্ভুক্তিমূলক, টেকসই এবং ভবিষ্যতের জন্য প্রস্তুত ডিজিটাল উন্নয়নের প্রতি তার অঙ্গীকার পুনর্ব্যক্ত করেছে। ভারতের যোগাযোগ প্রতিমন্ত্রী ড. পেম্মাসানি চন্দ্রশেখর এই বৈঠকে ভারতের ডিজিটাল পাবলিক অবকাঠামো—কে একটি বৈশ্বিক মানদণ্ড হিসেবে উপস্থাপন করেন, যা অন্তর্ভুক্তিমূলক এবং

রদপাস্তরমূলক ডিজিটাল প্রশাসনের পথে নেতৃত্ব দিয়েছে। তিনি ‘আধার’ ও ‘ইউনিফায়েড পেমেন্ট ইন্টারফেস ’-এর মতো উদ্যোগগুলোর গুরুত্বের ওপর আলোকপাত করেন, যা সার্বজনীন এবং অর্থবহ সংযোগে উল্লেখযোগ্য ভূমিকা রাখছে। ড. চন্দ্রশেখর বলেন, “ডিজিটাল অন্তর্ভুক্তি শুধুমাত্র একটি জাতীয় লক্ষ্য নয়, বরং এটি একটি বৈশ্বিক প্রয়োজনীয়তা।” তিনি ব্রিকস সদস্য দেশগুলিকে ডিজিটাল

অবকাঠামোর মাধ্যমে অন্তর্ভুক্তিমূলক উন্নয়ন ও স্থিতিশীল ডিজিটাল অর্থনীতি গঠনে সহযোগিতা বাড়ানোর আহ্বান জানান। বৈঠকে গৃহীত ঘোষণা অনুযায়ী, ব্রিকস দেশসমূহ সীমান্ত-পার ডিজিটাল উদ্ভাবন এবং টেকসই ব্যবস্থাকে এগিয়ে নিতে সম্মত হয়েছে। ড. চন্দ্রশেখর এই ঘোষণাকে স্বাগত জানিয়ে বলেন, এটি ব্রিকস দেশগুলোর মধ্যে সহযোগিতার মানসিকতা ও

সম্প্রসারিত সদস্যতার গুরুত্বকে প্রতিফলিত করে। তিনি ব্রাজিলের নেতৃত্বের প্রশংসা করেন এবং আগামী বছর ভারতের আয়োজনে অনুষ্ঠিতব্য ১২তম ব্রিকস যোগাযোগ মন্ত্রীদের বৈঠকে অংশগ্রহণের জন্য সব ব্রিকস সদস্য দেশকে আমন্ত্রণ জানান। এই বৈঠক ডিজিটাল ভবিষ্যতের দিক নির্ধারণে ব্রিকস দেশগুলোর পারস্পরিক সহযোগিতাকে আরও সুদৃঢ় করার এক গুরুত্বপূর্ণ মঞ্চ হয়ে উঠেছে।

তেলেঙ্গানায় এমবিবিএস ভর্তি নিয়ে ‘স্থানীয় কোটার’ নিয়মে প্রশ্ন, সুপ্রিম কোর্টের নোটিশ

হায়দ্রাবাদ, ৩ জুন : এমবিবিএস ভর্তি প্রক্রিয়ায় স্থানীয় কোটার সুযোগ থেকে বঞ্চিত হওয়া একাধিক ছাত্রের আবেদনের প্রেক্ষিতে তেলেঙ্গানা সরকারকে নোটিশ জারি করেছে সুপ্রিম কোর্ট। বিচারপতি পি কে মিশ্র ও বিচারপতি এ জি মাসিহের বৈধ এই নোটিশ ইস্যু করেন এবং আগামী চার সপ্তাহের মধ্যে রাজ্য সরকারের জবাব চেয়েছেন। সোমবার ২ জুন মামলার শুনানিতে ছাত্রদের পক্ষে প্রবীণ আইনজীবী গৌতম নারায়ণ দাবি করেন, এ বছরের নিট-ইউজি পরীক্ষায় অংশ নেওয়া আটজন ছাত্রছাত্রী তেলেঙ্গানায় জন্ম ও বেড়ে ওঠা সত্ত্বেও রাজ্য সরকারের একটি নতুন নিয়মের কারণে “স্থানীয় কোটার” সুবিধা থেকে বঞ্চিত হয়েছেন।

এই নিয়ম অনুযায়ী, কেবলমাত্র যারা নিট পরীক্ষার পূর্ববর্তী চার বছর ধরে টানা তেলেঙ্গানায় পড়াশোনা করেছে, তারাই ‘স্থানীয়’ হিসেবে গণ্য হবে। ফলে যারা প্রথম শ্রেণি থেকে দশম শ্রেণি পর্যন্ত তেলেঙ্গানায় পড়াশোনা করেছে কিন্তু একাদশ ও দ্বাদশ শ্রেণি বাইরে অন্য রাজ্যে করেছে, তাদের এই কোটার বাইরে রাখা হয়েছে। আইনজীবী গৌতম নারায়ণ আরও জানান, এই নিয়মটি সেই সময়ে কার্যকর হয় যখন একাডেমিক বছর ইতিমধ্যেই শুরু হয়ে গেছে এবং তখন অনেক ছাত্রছাত্রী ইতোমধ্যে অন্যান্য রাজ্যের ইন্টারমিডিয়েট কলেজে ভর্তি হয়ে গিয়েছে। এর ফলে তেলেঙ্গানার স্থানীয় ছাত্রছাত্রীরা সুযোগ হারাচ্ছেন, অথচ অন্যান্য রাজ্যের যারা তেলেঙ্গানায় মাত্র চার বছর পড়াশোনা করেছে, তারা ৮৫ শতাংশ স্থানীয় কোটা পেতে পারছে বিচারপতি মিশ্র পরামর্শ দেন, মামলাটি উচ্চ আদালতে উত্থাপন করা যেতে পারে। তবে, আবেদনকারীদের আইনজীবী জানান, যেহেতু মামলাটি ইতিমধ্যে সুপ্রিম কোর্টে বিচারাধীন, তাই হাইকোর্ট এই বিষয়ে সিদ্ধান্ত নিতে পারছে না। তিনি আরও অনুরোধ করেন, ছাত্রদের যেন ১৪ জুন নিট-ইউজি ফল প্রকাশের পর গুরু হওয়া কাউন্সেলিং প্রক্রিয়ায় অংশগ্রহণের অনুমতি দেওয়া হয়। এই পরিস্থিতিতে, বিচারপতি মিশ্র রাজ্য সরকারকে নোটিশ জারি করেন এবং জানান, যদি কোনও জরুরি পরিস্থিতি দেখা দেয়, তবে মামলাটি গ্রীষ্মকালীন অবকাশ বৈশেষের সামনে তোলা যেতে পারে।

‘স্বাস্থ্য সেবা সরকারের দায়িত্ব, ব্যবসার ক্ষেত্র নয়’মুকুল সাংমা

চিদারেট, ৩ জুন : মেঘালয়ের তুরা মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতাল -এ পাবলিক-প্রাইভেট পার্টনারশিপ মডেল প্রয়োগের উদ্যোগ নিয়ে বিরোধী দলনেতা ও প্রাক্তন মুখ্যমন্ত্রী ড. মুকুল সাংমা কড়া আপত্তি জানিয়েছেন। তিনি সম্প্রতিভাবে জানান, “স্বাস্থ্য সেবা সরকারের দায়িত্ব, এটি বেসরকারি খাতে ছেড়ে দেওয়া চলবে না।” রবিবার চিদারেটের প্রায় সম্পূর্ণ হওয়া ১০০ শয্যাবিশিষ্ট হাসপাতালের পরিদর্শনকালে ড. সাংমা বলেন, “রাজ্য এখনো এমন পর্যায়ে পৌঁছায়নি যেখানে স্বাস্থ্য খাতে বেসরকারি অংশগ্রহণ গ্রহণযোগ্য।” তিনি আরও বলেন, কেন্দ্র সরকার এই ধরণের প্রতিষ্ঠান স্থাপনে সহায়তা করছে এবং সেই সুযোগকে কাজে লাগিয়ে সরকারকে স্বাস্থ্যসেবা ও চিকিৎসা শিক্ষার দায়িত্ব পালন করতই হবে। এআইটিসি নেতা ড. সাংমা জানান, তুরা মেডিকেল কলেজসহ

রাজ্যের মেডিকেল কলেজগুলো সম্পূর্ণভাবে কেন্দ্র সরকারের অর্থায়নে গড়ে উঠছে। তিনি উল্লেখ করেন, “এই প্রকল্পগুলো বাস্তবায়নে কেন্দ্র একটি নির্দিষ্ট রিসোর্স পুল খুলে দিয়েছে, যার মাধ্যমে স্বাস্থ্য পরিকাঠামোর ঘাটতি পূরণ করা সম্ভব।”তিনি আরও বলেন, “‘আগে আর্থিক সীমাবদ্ধতার কারণে বেসরকারি অংশীদারিত্বের কথা ভাবা হয়েছিল, কিন্তু এখন কেন্দ্রীয় সহায়তা পাওয়ায় সেই প্রয়োজন নেই। অসম, ত্রিপুরা ও পশ্চিমবঙ্গ এর সফল উদাহরণ।” ড. সাংমা তীব্র ভাষায় বলেন, “প্রথম প্রকল্পটি যেন সম্পূর্ণরূপে সরকারি মালিকানায় সম্পন্ন হয়। আর্থিক সীমাবদ্ধতার অজুহাতে সরকার দায়িত্ব এড়াতে পারে না।” তিনি আরও বলেন, “চ্যালেঞ্জ থাকলেও তা অজেয় নয়। প্রথমটি সফল হলে, পরবর্তী প্রকল্পও সম্ভব।” চিদারেট হাসপাতালের

প্রায় ৯৩ কাজ শেষ এবং জুলাই মাসে চালু হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। আনুমানিক ৫০ কোটি টাকা ব্যয়ে নির্মিত এই প্রকল্প ২০১৯—২০২০ সালে শুরু হয়েছিল এবং এটি ভবিষ্যতে এলাকার একটি চিকিৎসা কেন্দ্র হিসেবে পরিণত হওয়ার সম্ভাবনা রাখে। ড. সাংমা চিদারেটের ভৌগলিক গুরুত্ব নিয়েও বলেন, “আসাম সীমান্তের কাছে এবং জাতীয় সড়ক প্রকল্প শেষ হলে গুয়াহাটি থেকে মাত্র দুই ঘণ্টার পথএখানে ভবিষ্যতে আরও একটি মেডিকেল কলেজ স্থাপন সম্ভব।” মুকুল সাংমা সরকারের উদ্দেশ্যে বার্তা দেন, “স্বাস্থ্য খাতে বেসরকারিকরণের চেষ্টা নয়, বরং সরকারি দায়িত্বে শক্তিশালী পরিকাঠামো গড়ে তোলার দিকে এগোতে হবে।” তাঁর এই মন্তব্য রাজ্যজুড়ে স্বাস্থ্য নীতিতে ঘিরে চলমান বিতর্কে নতুন মাত্রা যোগ করল।

নতুন স্বাস্থ্য নীতি হবে সম্মিত ও সর্বগ্রাহী: বললেন কেন্দ্রীয় স্বাস্থ্য মন্ত্রী জে পি নাড্ডা

বেলগাউই, ৩ জুন: কেন্দ্রীয় স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রী জে পি নাড্ডা বলেছেন, নতুন স্বাস্থ্য নীতি সম্মিত ও সর্বগ্রাহী স্বাস্থ্য সেবা ব্যবস্থা গড়ে তুলতে কাজ করবে। এতে রোগ প্রতিরোধ, চিকিৎসা, উপশম, বৃদ্ধ পরিচর্যা এবং স্বাস্থ্য শিক্ষাকে গুরুত্ব দেওয়া হবে। আজ কর্ণাটকের বেলগাউইয়ে কেএলই একাডেমি অফ হায়ার এডুকেশন অ্যান্ড রিসার্চের ১৫তম স্নাতক সমারোহে মন্ত্রী জানান, দেশের বিভিন্ন প্রান্তে ১,৭৭,০০০ আয়ু্হান্ন আরোগ্য মন্দির খোলা হয়েছে, যা রোগ নির্ণয় ও প্রতিরোধের জন্য ব্যাপক জনসাধারণের স্বাস্থ্য পরীক্ষার সুযোগ করে দিয়েছে। তিনি আরও বলেন, ২৯ কোটিরও বেশি মানুষের মুখের ক্যান্সারের স্ক্রিনিং করা হয়েছে, যাদের মধ্যে ১.৫৮ কোটি মানুষকে চিকিৎসার জন্য রেফার করা হয়েছে। একইভাবে, ১৫.৫১ কোটি মানুষের স্তন ক্যান্সারের পরীক্ষা করা হয়েছে এবং ৫৮ হাজার মানুষকে চিকিৎসার জন্য নির্দেশ দেওয়া হয়েছে। এছাড়াও, ৩৫ কোটি মানুষের ডায়াবেটিস পরীক্ষা করা হয়েছে, যার মধ্যে ২.৫৭ কোটি মানুষ ইতিবাচক পাওয়া গিয়েছে এবং তাদের চিকিৎসা চালানো হয়েছে।

মন্ত্রী আরও জানান, ৩৫ কোটি

মানুষের উচ্চ রক্তচাপের পরীক্ষা করা হয়েছে এবং চার কোটি

মানুষকে চিকিৎসার জন্য রেফার করা হয়েছে।

ইন্ডিয়া জোটের সহযোগী দলগুলোর দাবি:

সন্ত্রাসবাদের বিরুদ্ধে ভারতের প্রতিক্রিয়ার ওপর বিশেষ সংসদীয় অধিবেশন ডাকা হোক

নয়াদিল্লি, ৩ জুন: ইন্ডিয়া জোটের সহযোগী দলগুলি পাকিস্তানের সন্ত্রাসবাদের বিরুদ্ধে ভারতের প্রতিক্রিয়া নিয়ে বিশেষ সংসদীয় অধিবেশন ডাকার দাবি জানিয়েছে। আজ নতুন দিল্লিতে অনুষ্ঠিত ইন্ডিয়া জোটের বৈঠকের পর কংগ্রেস সাংসদ দীপেন্দ্র সিং হুজ্জা সাংবাদিকদের জানান, এই বিষয়ে ১৬টি রাজনৈতিক দল প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদিকে চিঠি লিখেছে। তিনি বলেন, পাহলগামের সন্ত্রাসী হামলা এবং অপারেশন সিভুরের সময় ভারতের বিরোধী দলগুলি সমস্ত বাহিনী ও সরকারের পাশে দাঁড়িয়েছিল। এদিকে, আরাজেডির সাংসদ মনোজ বাব বলেন, আমেরিকার প্রেসিডেন্ট ডোনাল্ড ট্রাম্প মাত্র ১৫ দিনের মধ্যে ১৩টি বিবৃতি দিয়েছেন, যা ভারতের আবেগের উপর আঘাত হেনেছে। তিনি বলেন, “যদি এ বিষয়ে সংসদের বিশেষ অধিবেশন ডাকা হয়, আমরা সবাই একসূত্রে কথা বলব।” বাা আরও উল্লেখ করেন, এটি সরকার ও বিরোধীপক্ষের নয়, এটি একটি জবাবদিহিতার বিষয়। বৈঠকে শিবসেনা (ইউবিটি), আরজেডি, কংগ্রেস, সপা, তৃণমূল কংগ্রেসসহ ইন্ডিয়া জোটের অন্যান্য দল অংশগ্রহণ করে।

জার্মানির প্রাক্তন পররাষ্ট্রমন্ত্রী আনালেনা বেয়ারবক জাতিসংঘ সাধারণ পরিষদের পরবর্তী সভাপতি নির্বাচিত

নিউইয়র্ক, ৩ জুন : জার্মানির প্রাক্তন পররাষ্ট্রমন্ত্রী আনালেনা বেয়ারবক জাতিসংঘ সাধারণ পরিষদের পরবর্তী সভাপতি হিসেবে নির্বাচিত হয়েছেন। রাশিয়ার দাবিতে অনুষ্ঠিত গোপন ভোটে ১৯৩ সদস্য দেশের মধ্যে ১৬৭ দেশ বেয়ারবকের পক্ষে ভোট দিয়েছে।

প্রতিনিধি হিসেবে এই পদে আসীন হবেন এবং জাতিসংঘ সাধারণ পরিষদের ইতিহাসে পঞ্চম নারী সভাপতি হিসেবে দায়িত্ব পালন করবেন। জাতিসংঘ সাধারণ পরিষদের সভাপতির পদে পাঁচটি আঞ্চলিক গোষ্ঠীর মধ্য থেকে প্রার্থী নির্বাচিত হয়ে থাকেন। এই প্রেক্ষাপটে বেয়ারবকের নির্বাচনকে একটি গুরুত্বপূর্ণ অগ্রগতি হিসেবে দেখা হচ্ছে। এদিকে, রাশিয়া বেয়ারবকের প্রার্থিতার বিরোধিতা করেছে এবং

তঁাকে ‘পক্ষপাতদুষ্ট ও মস্কো-বিরোধী মনোভাবের অধিকারী’ বলে অভিযোগ তুলেছে। তবে এ নিয়ে বেয়ারবক বলেন, তাঁকে শক্তিশালী সমর্থন দেওয়া হয়েছে এবং তিনি সকল দেশের সঙ্গে সহযোগিতায় প্রস্তুত রয়েছেন। “বোটার টুগেদার” হবে আমার থিম বলেন বেয়ারবক।তিনি তাঁর গ্রহণযোগ্যতা বক্তৃতায় বলেন, এই অনিশ্চিত সময়ে বৈশ্বিক সহযোগিতা অপরিহার্য। চলমান বৈশ্বিক সংঘাতের প্রেক্ষাপটে

জাতিসংঘের যুদ্ধ রোধ করার মূল লক্ষ্যকে পূরণ করতে হবে। জাতিসংঘ মহাসচিব আন্তোনিও গুতেরেস বেয়ারবকের বিজয়কে স্বাগত জানিয়ে বলেন, “বিশ্ব বর্তমানে যুদ্ধ, জলবায়ু পরিবর্তন, দারিদ্র্য এবং বৈশ্বিক বিভাজনের মতো বহু সংকটের সন্মুখীন। এই চ্যালেঞ্জ মোকাবেলায় শক্তিশালী নেতৃত্বের প্রয়োজন।” এই নতুন নেতৃত্বে জাতিসংঘের সাধারণ পরিষদ আগামী এক বছরে কোন দিক নির্দেশনা নেবে, সেদিকে বিশ্বজুড়ে নজর থাকবে।

হ্যাংপান দাদা মেমোরিয়াল ট্রফি ২০২৫: ঐতিহাসিক জয় ছিনিয়ে নিল ইস্ট সিয়াং, প্রথমবারের মতো বয়েজ ফুটবল শিরোপা জয়

পাসিঘাট, ৩ জুন: আড়ম্বরপূর্ণ সমাপ্তির মধ্য দিয়ে শেষ হলো হ্যাংপান দাদা মেমোরিয়াল ট্রফি ২০২৫। এবারের আসরে ইস্ট সিয়াং জেলা প্রথমবারের মতো আভার-১৬ বালকদের ফুটবল চ্যাম্পিয়ন হওয়ার গৌরব অর্জন করল। সোমবার পাসিঘাট আউটডোর স্টেডিয়ামে অনুষ্ঠিত রুদ্ধশ্বাস ফাইনালে তারা লেপারারা জেলাকে ৪-৩ গোলে হারিয়ে শিরোপা নিজেদের করে নেয়। উক্ত সমাপনী অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন অরুণাচল প্রদেশের আইন, সমাজকল্যাণ, আদিবাসী বিষয়ক, ক্রীড়া ও যুবকল্যাণমন্ত্রী শ্রী কেটেটা জিনি। বিশেষ অতিথি ছিলেন অবসরপ্রাপ্ত মেজর জেনারেল পঙ্কজ সন্নেনা (বহুধর) এবং বিশেষ অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন ৩৯ নম্বর মেবো বিধানসভা কেন্দ্রের বিধায়ক ওকেন টায়েং। এছাড়াও উপস্থিত ছিলেন স্থানীয় বিধায়ক তাপি দারাং, এমএলএ নিনোং এরিং, ক্রীড়া দপ্তরের পরিচালক তাদার আগ্লা, ইস্ট সিয়াং-এর জেলা প্রশাসক তাই তাল্লু, পুলিশ সুপার পঙ্কজ লাশা, পিএমসি প্রধান কাউন্সিলর ওকিয়াম মোইয়াং বরাং সহ একাধিক উচ্চপদস্থ কর্মকর্তা। ফাইনাল ম্যাচ ছিল টানটান উত্তেজনায় ভরা। ইস্ট সিয়াং-এর পানাম তাংম্‌ ম্যাচের ৬ মিনিটেই গোল করে দলকে এগিয়ে দেন। এরপর কারসিং ইরাং ১৫ মিনিটে অসাধারণ এক গোল করে ব্যবধান দ্বিগুণ করেন। ২০ মিনিটে লেপারাদার এক আত্মঘাতী গোল ইস্ট সিয়াং-এর ব্যবধান আরও বাড়িয়ে দেয়। তবে তেরি কামেদক ৩৫ মিনিটে একটি দুর্দান্ত হেডার দিয়ে লেপারাদার প্রত্যাবর্তনের আশা জাগান। দ্বিতীয়ার্ধে লেপারাদার টৌরি বাসার ৪৭ মিনিটে পেনাল্টি থেকে গোল করে ব্যবধান কমান। তবে ৭০ মিনিটে জিদি টায়েং চতুর্থ গোল করে ইস্ট সিয়াং-এর জয় সুনিশ্চিত করেন। যদিও হুনজুর টাইম (৭৩১ মিনিটে) লেপারাদা একটি লং-রেঞ্জ গোল করে ব্যবধান কমা়, তবে শেষ পর্যন্ত

ইস্ট সিয়াং ৪-৩ ব্যবধানে শিরোপা ধরে রাখে।

দর্শকরা এই ম্যাচকে সাম্প্রতিককালের সবচেয়ে উত্তেজনাপূর্ণ ফাইনাল হিসেবে অভিহিত করেন। দুই জেলার সমর্থকরা গ্যালারিতে সমান উৎসাহে চিয়ার করে খেলোয়াড়দের অনুপ্রাণিত করেন। মন্ত্রী কেটেটা জিনি বলেন, ‘খেলাধুলার মাধ্যমে যুবসমাজের বিকাশ আমাদের অগ্রাধিকার। মুখ্যমন্ত্রী পোমা খান্ডুর নেতৃত্বে আমরা গ্রাসরকট স্তর থেকে খেলাধুলা বিকাশে কাজ করছি।’ তিনি আরও বলেন, “শুধু পড়াশোনা নয়, খেলাধুলার প্রতিও সমান গুরুত্ব দিতে হবে।” তিনি পাসিঘাট স্টেডিয়ামে সিনথেটিক আর্থলেটিক ট্রাক নির্মাণের বিষয়ে আশ্বাস দেন এবং জানান, স্থানীয় বিধায়ক তাপি দারাং-এর সুপারিশে প্রস্তাব পাঠানো হয়েছে। অবসরপ্রাপ্ত মেজর জেনারেল পঙ্কজ সন্নেনা তাঁর বক্তব্যে শহীদ হ্যাংপান দাদা-র স্মৃতির প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করে বলেন, ‘তাঁর শৌর্য ও শৃঙ্খলা আজকের প্রজন্মের জন্য অনুপ্রেরণা।’ স্থানীয় বিধায়ক তাপি দারাং বলেন, “এই প্রতিযোগিতা আমাদের মধ্যে ঐক্য, শৃঙ্খলা ও সম্মান বৃদ্ধি করেছে।” তিনি ‘খেলাে ইতিহাস’ প্রকল্পের অধীনে স্টেডিয়াম উন্নয়নের দাবি জানিয়ে একটি স্মারকলিপি জমা দেন। এই প্রতিযোগিতায় বালক বিভাগে লেপারাদার ক্যানমিন রিবা সেরা খেলোয়াড় নির্বাচিত হন এবং বালিকা বিভাগে ইস্ট সিয়াং-এর নাটালি ইয়ামদো সেরা খেলোয়াড় হন। এক সপ্তাহব্যাপী এই ক্রীড়া প্রতিযোগিতা শুধু প্রতিদ্বন্দ্বিতা নয়, বন্ধুত্ব, আত্মবিশ্বাস এবং এক জাতীয় বীরের প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদনের এক অনন্য মঞ্চ হয়ে উঠেছিল। হ্যাংপান দাদা মেমোরিয়াল ট্রফি -২০২৫ শেষ হলেও রেখে গেল অনুপ্রেরণা ও এক্ের বার্তা।

ম্যাভারিন ভাষা শিক্ষায় ব্যতিক্রমী সাফল্য, তাইওয়ানের মর্যাদাপূর্ণ ছুয়াই এনরিচমেন্ট স্কলারশিপ পেলেন মেঘালয়ের ইন্সান হামেশা লিভেম

শিলং, ৩ জুন: মেঘালয়ের সোহরা (চেরাপুঞ্জি)-র বাসিন্দা ইন্সান হামেশা লিভেম ২০২৫ সালের ছুয়াই এনরিচমেন্ট স্কলারশিপ অর্জন করেছেন, যা তাইওয়ানের শিক্ষা মন্ত্রণালয় প্রদান করে। এই স্কলারশিপের মাধ্যমে তিনি তাইওয়ানে ছয় মাস ম্যাভারিন ভাষা অধ্যয়নের সুযোগ পাবেন। ইন্সান লিভেম আসাম ডন বস্কো ইউনিভার্সিটি থেকে স্নাতক সম্পন্ন করেন এবং ২০২২ সালে সেখানে অবস্থিত তাইওয়ান এডুকেশন সেন্টারে ম্যাভারিন ভাষা শেখা শুরু করেন। ২০২৩ সালে তিনি তাইওয়ানের শিওংসিএফএল পুরীক্ষায় উত্তীর্ণ হন, যা এই স্কলারশিপ পাওয়ার জন্য প্রয়োজনীয় ছিল। চলতি বছর লিভেম ছাড়াও আসাম ও মণিপুরের আরও তিনজন এড্রিবিইউ ছাত্রছাত্রী এই স্কলারশিপ পেয়েছেন। তাঁদের মনোনয়ন করেছেন তাঁদের ম্যাভারিন শিক্ষিকা মিস কুই-মি লি। স্কলারশিপ প্রাপকরা প্রতি মাসে ২৫,০০০ নিউ তাইওয়ান ডলার (প্রায় ৬৫,০০০) ভাতা হিসেবে

পাবেন, যা তাঁদের থাকার ও পড়াশোনার খরচে সাহায্য করবে। নিজের অনুপ্রেরণার কথা বলতে গিয়ে লিভেম বলেন, “ম্যাভারিন শুধু একটা ভাষা নয়এটা একটা জাতি। প্রযুক্তি, আন্তর্জাতিক বাণিজ্য থেকে শুরু করে পপ কালচারে এর ব্যাপক প্রভাব রয়েছে। আমি শুধু পড়ে নয়, বুঝে জানতে চেয়েছিলাম।” এড্রিবিইউ-তে পাওয়া সুযোগ ও শিক্ষিকার উৎসাহ তাঁর শেখার যাত্রাপথে বড় ভূমিকা পালন করেছে বলে জানান লিভেম। ম্যাভারিন শিক্ষার মাধ্যমে শুধু ভাষাগত দক্ষতাই নয়, আত্মবিশ্বাস ও মনঃসংযোগের ক্ষমতাও বৃদ্ধি পেয়েছে তাঁর। স্কলারশিপ পাওয়ার খবরের প্রতিক্রিয়ায় তিনি বলেন, “অভিনন্দনবার্তাটি পেয়ে আমি চমকে গিয়েছিলাম। পর্বে, উত্তেজনা আর কৃতজ্ঞতা একসঙ্গে অনুভব করেছিলাম। তখনই মনে হয়েছিল, এতদিনের পরিশ্রম সত্যিই সার্থক হয়েছে।” তাইওয়ানে তাঁর আগামী সফর সম্পর্কে লিভেম বলেন, “এই স্কলারশিপ শুধু একাডেমিক নয়এটা এক ধরনের সেতুবন্ধন। তাইওয়ান

একটি প্রযুক্তি শক্তির দেশ, গণতান্ত্রিক ও সংস্কৃতিতে সমৃদ্ধ, এবং শিক্ষার্থীদের জন্য অত্যন্ত আন্তরিক।” তিনি অন্যদেরও ম্যাভারিন ভাষা শেখার প্রতি উৎসাহিত করে বলেন, “ম্যাভারিন জানলে আপনি ব্যবসা, কূটনীতি, প্রযুক্তি ও সংস্কৃতিতে এক ধাপ এগিয়ে থাকবেন। এই স্কলারশিপ

আপনাকে শুধু ভাষা শেখায় না, বরং ভাষার মধ্যে বাঁচতে শেখায়।” উল্লেখ্য, ছুয়াই এনরিচমেন্ট স্কলারশিপ তাইওয়ান সরকারের একটি বৃহত্তর উদ্যোগের অংশ, যা ভারত-তাইওয়ান দ্বিপাক্ষিক শিক্ষা ও সাংস্কৃতিক বিনিময়কে শক্তিশালী করতে ম্যাভারিন ভাষা শিক্ষাকে উৎসাহিত করে।

নেপাল-ভারত যৌথ কাঞ্চনজঙ্ঘা পর্বত আরোহণ অভিযান দুই দেশের সম্পর্ক আরও মজবুত করবে: বলেছেন মনবীর রায়

কাঠমাণ্ডু, ৩ জুন: নেপালের প্রতিরক্ষা মন্ত্রী মনবীর রায় বলেছেন, নেপাল-ভারত যৌথ কাঞ্চনজঙ্ঘা পর্বত আরোহণ অভিযান দুই দেশের মধ্যে বন্ধুত্ব ও সহযোগিতাকে আরও দৃঢ় করবে। অভিযানের সদস্যরা নেপাল সেনা সদর দফতরে প্রতিরক্ষা মন্ত্রী এবং স্থল সেনাপ্রধান নির্মল থাপাকে অভিযান পতাকা হস্তান্তর করেন। এই অভিযানে নেপাল সেনার দশজন এবং ভারতীয় সেনার পাঁচজন সৈন্য অংশ নিয়েছিলেন। তারা ১৯ ও ৩০ মে সফলভাবে কাঞ্চনজঙ্ঘা পর্বতে আরোহণ সম্পন্ন করে। এটি প্রথমবারের মতো নেপাল ও ভারতীয় সেনার যৌথ দল কাঞ্চনজঙ্ঘা পর্বতে সম্মিলিতভাবে অভিযান পরিচালনা করেছে। ৩ এপ্রিল প্রতিরক্ষা মন্ত্রী রাজনাথ সিংয়ের উপস্থিতিতে ‘ধ্বজারোহণ অনুষ্ঠান’ অনুষ্ঠিত হয়েছিল



মঙ্গলবার বিভিন্ন দাবি নিয়ে একগ্রুফআইয়ের উদ্যোগে এক সাংবাদিক সম্মেলনের আয়োজন করা হয়।

ত্রিপুরার মুখ্যমন্ত্রীর সাথে সাক্ষাৎ সমস্তিপুর কেন্দ্রের সাংসদ শান্তবী



নয়াদিল্লি, ৩ জুন : পাটনা সফররত ত্রিপুরার মুখ্যমন্ত্রী অধ্যাপক (ভাঃ) মানিক সাহার সাথে সৌজন্য সাক্ষাৎ করেন বিহারের সমস্তিপুর কেন্দ্রের সাংসদ শান্তবী চৌধুরী।

তিনি সর্বকনিষ্ঠ সংসদ সদস্যদের একজন।

আজ সামাজিক মাধ্যমে মুখ্যমন্ত্রী লেখেন, শ্রীমতী চৌধুরী দেশের অন্যতম কনিষ্ঠ সাংসদদের একজন এবং মানুষের সেবায় তাঁর অঙ্গীকার নতুন প্রজন্মকে অনুপ্রাণিত করবে। এই সাক্ষাৎকে তিনি সৌজন্যমূলক এবং গুরুত্বপূর্ণ বলে উল্লেখ করেন।

পানীয় জলের সমস্যা, করমছড়া ৮২ মাইল এলাকায় সরব হলেন জনতা

আগরতলা, ৩ জুন : বিগত ১৫ থেকে ২০ দিন ধরে পানীয় জলের সমস্যায়ে নাজেহাল গ্রামবাসী। ওই ঘটনায় ৪৮ করমছড়া বিধানসভার অধীন ৮২ মাইল নামো পাড়া এলাকার মানুষের দুর্ভোগ চরমে। এলাকাবাসীরা জানান, জল ও স্বাস্থ্য বিধান দপ্তরের এন্ডিও চিরঞ্জি দেববর্মা ও জুনিয়র ইঞ্জিনিয়ারদের জানিয়েও কোন সুরাহা হচ্ছে না। একদিকে দেখা যাচ্ছে পানীয় জল ও স্বাস্থ্য বিধান দপ্তরের মাধ্যমে ঠিকাদাররা কোটি কোটি টাকা বিল হাতে নিচ্ছে। তারপরও মানুষ জল কন্স্টের অভাবে ভুগছেন। এছাড়াও ৪৮ করমছড়া বিধানসভার বিভিন্ন এলাকাতে মানুষ এ ধরনের অভিযোগ তুলেও দপ্তরের কোন হেলদোল নেই। এ নিয়ে দফতরে ভূমিকা নানা প্রশ্ন উঠেছে।

প্রয়াত হলেন দাবারু অভিজিৎ চৌধুরী



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩ জুন।। ত্রিপুরার দাবারু ইতিহাসে নক্ষত্র পতন। মারা গেলেন ত্রিপুরা স্বনামধন্য বর্ষিয়ান দাবাড়ু অভিজিৎ চৌধুরী। মঙ্গলবার সকাল সাড়ে দশটা নাগাদ জিবি হাসপাতালের আই সি ইউ তে শেষ নিশ্বাস ত্যাগ করেন তিনি। মুঠাকালি উনার বয়স হয়েছিল ৬৬ বছর। মস্তিষ্কে রক্তক্ষরণজনিত সমস্যায় ১০ দিন আগে তাকে হাসপাতালে ভর্তি হয়েছিলেন। স্বস্তি থেকে আগে কালিকাপুর প্রাথমিক স্কুল থেকে প্রধান শিক্ষক হিসেবে অবসর নিয়েছিলেন। রেখে গেছেন স্ত্রী এবং এক মেয়েকে। এদিন সকালে জিবি হাসপাতাল থেকে কুমলগর নিজ বাড়িতে নিয়ে আসার পর দুপুরে বটতলা মহাশ্মানে তাঁর শেষকৃত্য সম্পন্ন হয়। তাঁর স্ত্রী জিবি হাসপাতালের অবসরপ্রাপ্ত সেবিকা ছিলেন ও হেপাটাইটিস ফাইভসের প্রকটীভা সঙ্গী। তাঁর মৃত্যুর খবর ছড়িয়ে পড়তেই কুমলগর প্রগতি রোডে বাড়িতে ভীড় জমিয়েছিলেন ক্রীড়াপ্রেমীরা। উদার মৃত্যুতে রাজের দাবা মহলে গভীর শোকের ছায়া নেমে এসেছে। রাজ দাবা সংস্কার সচিব মিঠি দেবনাথ, অধিস সচিব পান্না আহমেদ এবং সহকারী কোষাধ্যক্ষ গৌরব চক্রবর্তী এনি বটতলা শ্মশানে গিয়ে উনাকে শেষ স্রাস্তা জানান। রাজ সংস্কার সচিব এক বিবৃতিতে বলেন, উনার মৃত্যুতে ত্রিপুরার দাবা মহলে ব্যাপক ক্ষতি হলো। বাগেষ্ঠ প্রতিভাবান দাবাড়ু ছিলেন তিনি। উনার শোক সন্তুষ্ট পরিবারের প্রতিজনদের প্রতি গভীর সমবেদনা রইল। রাজ দাবা সংস্কার পক্ষ থেকে সভাপতি অভিজিৎ মৌলিক, যুগ্ম সচিব কীর্তি দত্ত শোক জানিয়েছেন।

সামাজিক মাধ্যমে রাস্তা নির্মাণ নিয়ে ওঠা অভিযোগ ভুল প্রমাণিত নিশ্চিত করল পিডব্লিউডি বিভাগ

সাক্ষর, ৩ জুন : সাক্ষর মহাকুমার সাতচাঁদ ব্লক থেকে মনুবনকুল নতুন বাজার পর্যন্ত প্রায় ৯.৫ কিলোমিটার দীর্ঘ নতুন রাস্তা নির্মাণ কাজ চলতে থাকা অবস্থায় সম্প্রতি সামাজিক মাধ্যমে উঠেছিল কিছু বিভ্রান্তিকর ও ভিত্তিহীন অভিযোগ। তবে তদন্তের পর প্রমাণিত হয়েছে যে, এসব অভিযোগ সম্পূর্ণরূপে মিথ্যা ও উদ্দেশ্যপ্রণোদিত। প্রায় ৮.৫ কোটি টাকা ব্যয়ে এই গুরুত্বপূর্ণ রাস্তার নির্মাণ কাজ শুরু হয়েছে প্রায় এক মাস আগে। এম/এস কিশোর রায় নামক একটি স্বনামধন্য নির্মাণ সংস্থা এই প্রকল্পের দায়িত্বে রয়েছে। ইতোমধ্যে রাস্তার কাজ দ্রুতগতিতে

ও গুণগত মান বজায় রেখে এগিয়ে চলেছে। এলাকার বিধায়ক মাইলাফু মগ এক সাক্ষাৎকারে জানান, “এই প্রকল্পটি এলাকার যোগাযোগ ব্যবস্থার উন্নতির জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। কাজের মান ও গতি দুটোই সন্তোষজনক।” তিনি আরও বলেন, “সামাজিক মাধ্যমে কিছু বিরোধী চক্রান্তকারী মিথ্যা ও বিভ্রান্তিকর মন্তব্য ছড়িয়ে কাজের দিলে ব্যাহত করার চেষ্টা করছিলেন।” এই অভিযোগের প্রেক্ষিতে, পিডব্লিউডি দপ্তরের দায়িত্বপ্রাপ্ত অধিকারিকরা সরজমিনে এসে রাস্তার নির্মাণ কাজের মান, উপকরণ ও প্রকৃতি খতিয়ে দেখেন। তদন্তের পর তারা জানিয়েছেন যে, কাজের গুণগত

মান একেবারে যথাযথ এবং নির্ধারিত পরিকল্পনা অনুযায়ীই হচ্ছে। স্থানীয় বাসিন্দারাও এই বিষয়ে সন্তোষ প্রকাশ করে বলেন, দীর্ঘদিন পর এমন উন্নয়নমূলক কাজ দেখতে পাচ্ছেন যা এলাকার মানুষদের যাতায়াতে বিশাল সুবিধা এনে দেবে। শেষ পর্যন্ত, এই ঘটনা প্রমাণ করে দিল যে সামাজিক মাধ্যমে ছড়ানো গুজব ও নেতিবাচক প্রচারণা সব সময় সত্যের যথোমুখি টিকতে পারবে না। প্রশাসন ও জনপ্রতিনিধিরা একযোগে কাজ করে প্রকৃত তথ্য প্রকাশে এগিয়ে এসেছেন, যা গণতান্ত্রিক ব্যবস্থার পক্ষে এক ইতিবাচক দৃষ্টান্ত।

লোকনাথ বাবার ১৩৫ তম তিরোধান দিবস উপলক্ষ্যে বিশেষ পূজাচর্যনা



আগরতলা, ৩ জুন : আজ ১৯ জ্যৈষ্ঠ শ্রী শ্রী লোকনাথের ১৩৫ তম তিরোধান দিবস। প্রতিবছরের ন্যায় এ বছরেও রাজধানীর লোকনাথ আশ্রমে লোকনাথ বাবার তিরোধান দিবস উপলক্ষে বিশেষ পূজাচর্যনার আয়োজন করা হয়েছে। হিন্দু ধর্মপ্রাণ জনগণের ভিড় লক্ষ্য করা যায় এদিন

লোকনাথ বাবার আশ্রমে। লোকনাথ আশ্রমে এক ব্যক্তি জানিয়েছেন, শ্রী শ্রী লোকনাথ বাবার ১৩৫ তম তিরোধান দিবস। এছাড়াও গত শনিবারের অরবিব সোসাইটিতে দুঃস্থদের মধ্যে নিত্য সামগ্রীর জিনিসপত্র বিতরণ করার কর্মসূচি ও হাতে নেওয়া হয়েছে। এদিন সকাল থেকেই লোকনাথ

বাবার আশ্রমে শুরু হয় বিশেষ পূজাচর্যনা। প্রথমে সকালে লোকনাথ আশ্রমে বালাভোগ প্রদান করা হয়। তারপরেই অনুষ্ঠিত হয় বিশেষ পূজাচর্যনা। অঞ্জলি প্রদান করেন ভক্তরা। দুপুরে একটিই বিতরণ শুরু হয় মহা প্রসাদের। এদিন সকাল থেকেই লোকনাথ বাবার আশ্রমে দর্শনার্থীদের উপচে পড়া ভিড় ছিল।

কালাহুড়া নিউ হোপ ক্লাবের উদ্যোগে ঈদুল আযহা উপলক্ষ্যে খাদ্য সামগ্রী বিতরণ

নিজস্ব প্রতিনিধি, ধর্মনগর, ৩ মে : কালাহুড়া নিউ হোপ ক্লাবের উদ্যোগে ঈদুল আযহা উপলক্ষ্যে খাদ্য সামগ্রী বিতরণ করা হয় মঙ্গলবার। উত্তর জেলার বাগবাসা বিধানসভার অন্তর্গত কালাহুড়া বজারের আজ পবিত্র ঈদুল আযহা উপলক্ষ্যে এক বিশেষ খাদ্য সামগ্রী বিতরণ অনুষ্ঠানের আয়োজন করা হয়। এই সামাজিক ও মানবিক উদ্যোগ গ্রহণ করে কালাহুড়া নিউ হোপ ক্লাব। অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন

বিজেপি উত্তর জেলার জেলা সভাপতি কাজল দাস, বাগবাসা বিধানসভার বিধায়ক খাদবলা নাথ, বাগবাসা মন্ডলের সভাপতি বিকাশ নাথ, সমাজসেবী ইমরান আলী। এছাড়াও উপস্থিত ছিলেন ক্লাবের সদস্যবৃন্দ ও স্থানীয় গণ্যমান্য ব্যক্তিবর্গ। এই কর্মসূচির মাধ্যমে এলাকার প্রয়োজনীয় ও অসহায় মানুষদের হাতে খাদ্য সামগ্রী তুলে দেওয়া হয়। বক্তারা বলেন, এই ধরনের সামাজিক উদ্যোগ সমাজে

সম্প্রীতির বাতী পৌঁছে দেয় এবং উৎসবের আনন্দ সবাই মিলে ভাগ করে নেওয়ার সুযোগ সৃষ্টি করে। অনুষ্ঠানে ইমরান আলীর ভূমিকা ছিল বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য। তিনি ভবিষ্যতেও সমাজের পাশে থেকে এই ধরনের মানবিক কাজ করার প্রতিশ্রুতি দেন। কালাহুড়া নিউ হোপ ক্লাবের এই মহতী উদ্যোগের প্রশংসা করেন সকল অভিধিবৃন্দ। এ ধরনের সমাজসেবামূলক কর্মকাণ্ড ভবিষ্যতেও অব্যাহত থাকবে বলে তারা জানিয়েছেন।

ছিনতাইয়ের ২২ ঘন্টার মধ্যে উদ্ধার ওসির

প্রাইভেট গাড়ি

নিজস্ব প্রতিনিধি, চিড়িলাম, ৩ জুন।। গত সোমবার দিন সন্ধ্যাবেলায় বিশালগড় বিওসি সংলগ্ন এলাকা থেকে বিশালগড় মহিলা থানার ওসির প্রাইভেট গাড়ির চালক শ্রীকান্ত রিয়াং এর কাছ থেকে গাড়ির চাবি ছিনিয়ে নেয় এলাকারই ছিনতাইবাজ তথা জুয়েল আহমেদ, তার সাথে আরো কয়েকজন ছিনতাইবাজ। এ নিয়ে বিশালগড় থানায় একটি মামলা রুজু করেন বিশালগড় মহিলা থানার ওসি শিউলি দাসের গাড়ি চালক শ্রীকান্ত রিয়াং যার মামলা নম্বর হচ্ছে ৪২/২০২৫ ইং।

প্রসঙ্গত, ওসি শিউলি দাস যে গাড়ি টি ব্যবহার করতেন, গাড়িটি মালিক পানিসাগরের সুরজিং রায়ের। মালিকানা পরিবর্তন হয়নি। তবে গাড়িটি ছিল আসামের। কয়েক মাস পর সুরজিং, শান্তনু কর নামে এক ব্যক্তি আগরতলা ফাইন্যান্স কোম্পানির কাছে বিক্রি করে দেয়। ঐ ফাইন্যান্স কোম্পানি থেকে গাড়ি টি ক্রয় করেন বিশালগড় থানাধীন ঘনিয়ামারা জুহেল আহমেদ নামে এক ব্যক্তির কাছে। জুহেল আহমেদের নামে এলাকায় ছয় সাতটি মামলা রয়েছে বলে পুলিশ সূত্রে খবর।

তাছাড়া জুয়েল আহমেদ বেশ কয়েকটি ইমআই না দেওয়ায় ফাইন্যান্স কোম্পানি গাড়ি টি আটক করে নিয়ে যায়। বেশ কয়েক মাস পর ফাইন্যান্স কোম্পানি অক্সানে গাড়ি টি বিক্রি করে দেয়। তবে সেই গাড়ি টি অক্সানে কিনে নিয়েছেন পশ্চিম থানার ওসি পরিতোষ দাস। তবে গতকাল সন্ধ্যাবেলায় গাড়ি টি ছিনতাই করে নিয়ে যায় বিশালগড় ঘনিয়ামারাস্থিত জুয়েল আহমেদ। গাড়ি ছিনতাইয়ের খবর পেয়ে এলাকার বিধায়ক সুশান্ত দেব রাত একটায় থানায় গিয়ে ধাবড়ানি দেওয়ার ২৪ ঘন্টার মধ্যে ছিনতাই কাউন্সের গাড়িটিকে উদ্ধার করে করতে সক্ষম হয়। মঙ্গলবার দুপুর আনুমানিক ২৪১৫ মিনিটে তেলকাজল্লাস্থিত থানাধীন ভেলুয়ারচড় নান্দুবাড়ি এলাকা থেকে বিশালগড় মহিলা থানার গাড়ি টি উদ্ধার করে। যদিও কোন ছিনতাইকারী কে আটক করতে পারেনি। মঙ্গলবার সন্ধ্যায় বিশালগড় থানায় সাংবাদিক সম্মেলনে সিপাহীজলা এসপি বিজয় দেববর্মা গতদিন এর দুটি ছিনতাইয়ের মামলা নিয়ে জোড় কদমে ছিনতাইকারীদের আটক করবে বলে কাজ চালিয়ে যাচ্ছেন।

গোমতী নদীর ভাঙ্গন রোধে বিভিন্ন স্থানে বাঁধ নির্মাণ

নিজস্ব প্রতিনিধি, সোনামুড়া, ৩ জুন, ২০২৫ গোমতী নদীর ভাঙ্গন প্রতিরোধে জলসম্পদ দপ্তরের উদ্যোগে মোহনভোগ রুক এলাকায় গত অর্থবছরে বেশ কিছু কাজ বাস্তবায়িত হয়েছে। কামারদাভা নদীর পাড়ে নারায়ণ দাসের বাড়ি সংলগ্ন স্থানে ২০০ মিটার জায়গায় বাঁধ দেওয়া হয়েছে। এই কাজে ব্যয় হয়েছে ১ কোটি ১৪ লক্ষ ৮৭ হাজার টাকা। তেলকাজল্লাস্থিত জলসেচ প্রকল্পটি থেকে গোমতী নদীর উজানের দিকের ২০০ মিটার জায়গা সিসি রুক দিয়ে বাঁধানো কাজ চলছে। এই কাজটির জন্য ব্যয় হবে ১ কোটি ১৪ লক্ষ ৬ হাজার টাকা। অনুরূপভাবে কামারদাভা নদীর ফেরীঘাট ফুটব্রীজ সংলগ্ন জায়গায় নদী তীরের মাটির ক্ষয়প্রতিরোধে কাজ করা হচ্ছে। এই কাজটিতে ব্যয় হবে ৮২ লক্ষ ১৭ হাজার ৫৭১ টাকা। গোমতী নদীর বাম পাশের ভাঙ্গন প্রতিরোধে প্যারামা ঘাটস্থিত আরসিসি সেতু থেকে উজানের দিকের ৪০০ মিটার জায়গায় সিমেন্টের তৈরি কংক্রিট রুক দিয়ে পাড় বাঁধানোর কাজ চলছে। এই কাজটিতে ব্যয় হবে ১ কোটি ৮ লক্ষ ২৮ হাজার ২১৭ টাকা। জলসম্পদ দপ্তরের মেলায় সাবভিভিন কার্যালয় থেকে এ তথ্য জানানো হয়েছে।

খার্চি উৎসব: বিধায়ক রতন চক্রবর্তীর সভাপতিত্বে প্রস্তুতি সভা অনুষ্ঠিত

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩ মে : আগামী ৩ জুলাই থেকে সাতদিনব্যাপী রাজ্যের ঐতিহ্যবাহী খার্চি উৎসব ও মেলা শুরু হবে। পুরাতন আগরতলা ব্লকের খয়েরপুরে অবস্থিত চতুর্দশ দেবতা মন্দির প্রাঙ্গণে এই উৎসবের আয়োজন উপলক্ষ্যে আজ বিকেলে পশ্চিম ত্রিপুরা জেলাশাসকের কনফারেন্স হলে এক প্রস্তুতি সভা অনুষ্ঠিত হয়। সভায় সভাপতিত্ব করেন বিধায়ক রতন চক্রবর্তী। তিনি বলেন, খার্চি উৎসব কেবলমাত্র একটি সিন্ধু গৃহীত হয় যে, প্রতি বছরের মতো এবছরও ধর্মীয় অনুষ্ঠান নয়। এটি রাজ্যের সাংস্কৃতিক ঐতিহ্য বহনকারী এক গর্বের উৎসব। এই উৎসবকে কেন্দ্র করে রাজ্যের ও বহিরাঙ্গের পণ্যার্থীদের আগমন ঘটে। এই উৎসবকে সাফল্যমন্ডিত করতে তিনি সকল সরকারি দপ্তর, সামাজিক সংগঠন এবং সর্বস্তরের জনগণের সম্মিলিত সহযোগিতা কামনা করেন।

সভায় পশ্চিম ত্রিপুরা জেলার অতিরিক্ত জেলাশাসক সজল বিশ্বাস খার্চি উৎসব ও মেলার সূচী আয়োজন সংক্রান্ত বিভিন্ন দিক নিয়ে বিস্তৃত আলোচনা করেন। সভায় খার্চি উৎসব ও মেলাকে কেন্দ্র করে মন্দির ও আশপাশের এলাকায় সর্বজনীন পরিচ্ছন্নতা উন্নয়নের দাপ্তরিক কার্যক্রম নির্ধারণ করা হয়। এছাড়াও মেলার সময় মন্দির ও আশপাশের এলাকায় সর্বজনীন পরিচ্ছন্নতা উন্নয়নের দাপ্তরিক কার্যক্রম নির্ধারণ করা হয়। এছাড়াও মেলার সময় মন্দির ও আশপাশের এলাকায় সর্বজনীন পরিচ্ছন্নতা উন্নয়নের দাপ্তরিক কার্যক্রম নির্ধারণ করা হয়।

আজ যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরে খোঁজা দিবস উদযাপন উপলক্ষ্যে ৯টি উপ কমিটির কনভেনারদের নিয়ে বৈঠকের পর যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরের অধিকর্তা সত্যব্রত নাথ এই সংবাদ জানান। উপ কমিটির বৈঠকে যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরের যুগ্ম অধিকর্তা পাইম

হয়। মন্দির চত্বরে ও মেলা প্রাঙ্গণে পর্যাণ্ড আলো ও পানীয়জলের সুব্যবস্থার পাশাপাশি পণ্যার্থীদের স্বাচ্ছন্দ্যের কথা মাথায় রেখে স্বাস্থ্য পরিবেশের ব্যবস্থা রাখার সিদ্ধান্ত গৃহীত হয়। মেলাকে কেন্দ্র করে জনসমাগম বৃদ্ধি পাওয়ায় যানজট এড়াতে উপযুক্ত গাড়ি পার্কিংয়ের স্থান নির্ধারণ ও স্টল বন্টনের নির্দিষ্ট পরিকল্পনা নিয়ে আলোচনা হয়। সভায় সিন্ধু গৃহীত হয় যে, প্রতি বছরের মতো এবছরও খার্চি মেলার প্রাঙ্গণে বিভিন্ন সরকারি দপ্তরের উদ্যোগে প্রদর্শনীমূলক স্টল খোলা হবে। এই স্টলগুলির মাধ্যমে সরকারি নানা জনকল্যাণমূলক কর্মসূচি ও উন্নয়নমূলক কর্মকাণ্ডের প্রচার করা হয়। যাতে সাধারণ জনগণ আরও বেশি করে উপকৃত হতে পারে। পাশাপাশি মেলা উপলক্ষ্যে প্রতিদিন তথ্য ও সংস্কৃতি দপ্তরের উদ্যোগে আয়োজিত হবে বর্ণাঢ্য সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান। রাজ্যের বিভিন্ন প্রান্ত থেকে আগত বিশিষ্ট ও প্রতিভাবান শিল্পীরা এই অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণ করবেন। সভায় অন্যদের মধ্যে উপস্থিত ছিলেন বিধায়ক স্বপা দেববর্মা, পুরাতন আগরতলা পঞ্চায়ত সমিতির চেয়ারম্যান বর্ণা রাণী দাস, ভাইস চেয়ারম্যান মন্দি দেবনাথ, জিরানীয়া মহকুমার মহকুমা শাসক শান্তি রঞ্জন চাকমা, সতর রাস্তায় পর্যাণ্ড আলোর ব্যবস্থা এবং বিদ্যুৎ সরবরাহ নিশ্চিত করা, সন্ধ্যা ও রাতিকালীন সময়েও নিরাপদ আগরতলা প্রকল্পের বিভিন্ন শাখা দপ্তর সহ বিভিন্ন দপ্তরের আধিকারিকগণ।

হাঁপানিয়াস্থিত আন্তর্জাতিক প্রদর্শনী হলে ২১ জুন আন্তর্জাতিক যোগা দিবস পালন করা হবে

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৩ মে : আগামী ২১ জুন, সকাল ৭টায় হাঁপানিয়াস্থিত আন্তর্জাতিক প্রদর্শনী হলে প্রাঙ্গণে ১১তম আন্তর্জাতিক যোগা দিবস পালন করা হবে। রাজ্যভিত্তিক এই অনুষ্ঠানে বিভিন্ন বিদ্যালয়, মহাবিদ্যালয়ের ছাত্রছাত্রী, এনসিসি, এনএসএস, নেহেরু যুব কেন্দ্র, এনজিও, ক্লাব, সামাজিক সংস্থা, স্কাউটস এন্ড গাইডস, আধাসামরিক বাহিনীর জওয়ান সহ প্রায় ৩০০০ জন অংশ নিবেন। অনুরূপভাবে ২১-জুন বিভিন্ন জেলা, মহকুমা ও রকস্টরের যোগা দিবস পালন করা হবে।

আজ যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরে খোঁজা দিবস উদযাপন উপলক্ষ্যে ৯টি উপ কমিটির কনভেনারদের নিয়ে বৈঠকের পর যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরের অধিকর্তা সত্যব্রত নাথ এই সংবাদ জানান। উপ কমিটির বৈঠকে যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরের যুগ্ম অধিকর্তা পাইম

মগ ছাড়াও বিএসএফ, সিআরপিএফ, এনসিসি, আরক্ষা, তথ্য ও সংস্কৃতি, ত্রিপুরা স্কুল স্পোর্টস বোর্ড, আয়ুধ, এনএসএস, ত্রিপুরা স্পোর্টস স্কুল, জাতীয় স্বাস্থ্য মিশন, বিদ্যালয় শিক্ষা, ট্রাফিক প্রভৃতি দপ্তরের আধিকারিকগণ অংশ নেন। অধিকর্তা জানান, ২১ জুন আন্তর্জাতিক যোগা দিবস পালনের অঙ্গ হিসেবে ২০ জুন এনএসআরসিসির যোগা হলে ১৭ বছরের অনূর্ণ বালক-বালিকাদের নিয়ে রাজ্যভিত্তিক যোগা দিবস প্রতিযোগিতা অনুষ্ঠিত হবে। প্রতিযোগিতায় বালক ও বালিকা বিভাগে ১ম, ২য় ও ৩য় স্থানীয়কারীদের ২১ জুন দুই অনুষ্ঠানে পুরস্কৃত করা হবে। তিনি জানান, যোগাদিবস উপলক্ষে প্রতিটি জেলা, মহকুমা ও রকস্টরের সাফাই অভিযান ও রক্তদান শিবির আয়োজন করার জন্য উদ্যোগ গ্রহণ করা হয়েছে। ২১ জুন দুই

অনুষ্ঠানের পর আন্তর্জাতিক প্রদর্শনী হলে রক্তদান শিবির আয়োজিত হবে। এছাড়া কৃষি ও কৃষক কল্যাণ দপ্তর মূল অনুষ্ঠানে ও বিভিন্ন জেলায় স্টল খোলা হবে। তিনি জানান, আন্তর্জাতিক যোগা দিবস সূচ্য ও শাস্তিপূর্ণভাবে সম্পন্ন করার লক্ষ্যে যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া মন্ত্রী চিহ্ন রায়কে চেয়ারম্যান করে ২৪ সদস্য বিশিষ্ট একটি রাজ্যভিত্তিক আয়োজক কমিটি গঠন করা হয়েছে। সকল জেলার জিলা পরিষদের সভাপতি পিটার চেয়ারম্যান মনোনীত করে ১০ সদস্যবিশিষ্ট জেলাভিত্তিক আয়োজক কমিটি গঠন করা হয়েছে। যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরের সচিব ড. প্রদীপ কুমার চক্রবর্তীকে চেয়ারম্যান মনোনীত করে ১২ সদস্য বিশিষ্ট একটি কার্যনির্বাহী আয়োজক কমিটি গঠন করা হয়েছে। এছাড়া রয়েছে ৯টি উপ কমিটি।



আমতলী থানার বিশ্বাস পাড়া এলাকা থেকে ১২ জন বাংলাদেশী আটক করে পুলিশ।

বিপজ্জনক অবস্থায় আছে পরিমল চৌমুহনী ব্রিজের উপর রাস্তা

আগরতলা, ৩ জুন : চিড়িলাম জেলাশাসক জাতীয় সড়ক দেখার দায়িত্বে থাকে। অথচ জেলাশাসক অফিস থেকে কয়েকশো মিটার দূরত্বে এই ব্রিজ। প্রতিনিয়ত জেলাশাসক এই ব্রিজের উপর দিয়ে তার সরকারি অফিসে কর্তব্য পালন করতে যান। এরপরেও বিষয়টি তার সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারে। জাতীয় সড়ক কর্তৃপক্ষ সড়ক সংস্কারের কোন উদ্যোগ নিচ্ছে না বলে মঙ্গলবার সকালে ব্রিজের উপর দাঁড়িয়ে বেশ কয়েকজন যানবাহন চালকসহ এলাকাবাসী বিষয়টি তুলে ধরেন। তারা বলেন ব্রিজের উপর জাতীয় সড়কের বেহাল দশা। যেকোনো সময় বড় ধরনের যান দুর্ঘটনা হতে পারে। মুঠা ডেকে আনতে পারে বহু মানুষের। ব্রিজের উপর জাতীয় সড়ক কয়েকশত বড় বড় গর্ত হয়ে জল জমে রয়েছে। জাতীয় সড়ক দিয়ে আসা-যাওয়া যানবাহন গুলো যে কোন মুহূর্তে বড় ধরনের দুর্ঘ