



ত্রিপুরার প্রথম দৈনিক

জাগরণ

THE FIRST DAILY OF TRIPURA গৌরবের ৭২ তম বছর
 Founder: J.C.Paul Former Editor: Paritosh Biswas



JAGARAN ■ 72 Years ■ Issue-215 ■ 7 May, 2026 ■ আগরতলা ৭ মে, ২০২৬ ইং ■ ২৩ বৈশাখ, ১৪৩৩ বঙ্গাব্দ, বৃহস্পতিবার ■ RNI Regn. No. RN 731/57 ■ মূল্য ৩.৫০ টাকা ■ আট পাতা

চিকিৎসক সংকটে গড়াছড়া হাসপাতাল ক্ষোভ জনতার

নিজস্ব প্রতিনিধি, গড়াছড়া, ৭ মে। ধলাই জেলার গড়াছড়া মহকুমা হাসপাতালে তীব্র চিকিৎসক ও নার্স সংকটকে কেন্দ্র করে ক্ষোভ বাড়ছে সাধারণ মানুষের মধ্যে। খাতায়-কলমে হাসপাতালে ১৩ জন চিকিৎসক থাকার কথা থাকলেও বাস্তবে কর্মরত রয়েছেন মাত্র পাঁচজন চিকিৎসক। ফলে নড়বড়ে পরিকাঠামোর মধ্যেই সীমিত জনবল নিয়ে চলছে চিকিৎসা পরিষেবা। স্থানীয়দের অভিযোগ, দীর্ঘদিন ধরেই হাসপাতালটিতে পর্যাপ্ত চিকিৎসক, নার্স ও ওষুধের অভাব রয়েছে। এর জেরে চরম ভোগান্তির শিকার হচ্ছেন রোগী ও তাদের পরিবার। গড়াছড়া মহকুমা সদরস্থিত ৫০ শয্যার হাসপাতালটি মহকুমার প্রায় ৩০ থেকে ৩৫ হাজার জাতি ও জনজাতি মানুষের একমাত্র ভরসার চিকিৎসাকেন্দ্র। তবে প্রায় ৪০ বছরের পুরনো দ্বিতল ভবনটি বর্তমানে অত্যন্ত জীর্ণ ও ঝুঁকিপূর্ণ অবস্থায় রয়েছে। অভিযোগ, জীবনের ঝুঁকি নিয়েই সেখানে রোগীদের ভর্তি রাখা ও চিকিৎসা পরিষেবা চালিয়ে যেতে হচ্ছে। বর্তমানে হাসপাতালে পাঁচজন চিকিৎসক থাকলেও তাঁদের মধ্যে একজন ছুটিতে থাকায় কার্যত চারজন চিকিৎসক দিন-রাত পরিশ্রম করে পরিষেবা দিচ্ছেন। অন্যদিকে, যোানে অন্তত ২০ জন নার্স প্রয়োজন, সেখানে রয়েছেন মাত্র ৩-৬ এর পাতায় দেখুন

চিকিৎসার জন্য বহিঃরাজ্যে যাওয়ার প্রবণতা কমাতে হবে: মুখ্যমন্ত্রী



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৬ মে। রাজ্য সরকারের মূল লক্ষ্য রাজ্যবাসীকে সুস্থ রাখা এবং চিকিৎসার জন্য সাধারণ মানুষের ব্যক্তিগত খরচ কমানো। সেই লক্ষ্যেই বর্তমানে রাজ্যের বিভিন্ন রোগীর হাসপাতালে আত্মপুঙ্কিত করা হচ্ছে। রাজ্যের সরকারি হাসপাতালগুলির উপর মানুষের আরও বেশি আস্থা রাখা প্রয়োজন। অথবা অর্থ ব্যয় করে রাজ্যের বাইরের বেসরকারি হাসপাতালে যাওয়ার প্রবণতা কমাতে ৩-৬ এর পাতায় দেখুন

৯ মে বঙ্গের নতুন সরকারের শপথ, অসমে ১১ মে

কলকাতা/গুয়াহাটি, ৬ মে (আইএএনএস)। আগামী ৯ মে পশ্চিমবঙ্গে বিজেপি নেতৃত্বাধীন নতুন সরকার শপথ নেবে বলে জানানো রাজ্য বিজেপি সভাপতি স্যামিক ভট্টাচার্য। তিনি জানান, শপথগ্রহণ অনুষ্ঠানে উপস্থিত থাকবেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি এবং কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহ। বৃহস্পতিবার সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে ভট্টাচার্য বলেন, ৯ মে দিনটি বেছে নেওয়া হয়েছে কারণ বাংলা ক্যালেন্ডার অনুযায়ী ওই দিনটি কবিগুরু রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর-এর জন্মবার্ষিকীর সঙ্গে মিলে যায়। ৯ মে দিনটি বেছে নেওয়া হয়েছে কারণ বাংলা ক্যালেন্ডার অনুযায়ী ওই দিনটি কবিগুরু রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর-এর জন্মবার্ষিকীর সঙ্গে মিলে যায়। এদিন ভট্টাচার্য রাজ্যের প্রশাসনিক সদর দফতর নব্বায়ে যান কেন্দ্রীয় পর্ববেক্ষক সুনীল বনসাল এবং দলের সাংসদ জ্যোতির্ময় মাহাতো ও সৌমিত্র খানের সঙ্গে। সেখানে মুখ্যসচিব দ্ব্যন্ত নারায়ালার সঙ্গে বৈঠক হয়। বৈঠকে মূলত দুটি বিষয় নিয়ে আলোচনা হয় প্রথমত, শপথগ্রহণ অনুষ্ঠানের প্রস্তুতি এবং দ্বিতীয়ত, ভোট-পরবর্তী হিংসা রোধে প্রশাসনের পদক্ষেপ। বর্তমানে রাজ্যের প্রশাসন নির্বাচন কমিশনের তত্ত্বাবধানে রয়েছে। ভট্টাচার্য দলীয় কর্মীদের উদ্দেশ্যে কড়া বার্তা দিয়ে বলেন, ক্ষমতা পরিবর্তনের পর প্রতিহিংসার রাজনীতি কোনওভাবেই বরদাস্ত করা হবে না। তিনি বলেন, “ভূগমূল কংগ্রেস, সিপিএম বা অন্য কোনও দলের অফিস জোর করে দখল করে সেখানে বিজেপির ব্যতিপাতকা লাগানোর ঘটনা সহ্য করা হবে না। এমন ঘটনার সঙ্গে জড়িতদের বিরুদ্ধে কড়া সাংগঠনিক ব্যবস্থা নেওয়া হবে।”

উল্লেখ্য, নির্বাচন কমিশন ইতিমধ্যেই রাজ্যের মুখ্যসচিব, ডিজিপি এবং কেন্দ্রীয় বাহিনীকে ভোট-পরবর্তী হিংসা রোধে ‘জিরো টোলারেঞ্চ’ নীতি গ্রহণের নির্দেশ দিয়েছে। এদিকে, হিমন্ত বিশ্ব শর্মা বৃহস্পতিবার জানিয়েছেন যে অসমে নতুন বিজেপি-নেতৃত্বাধীন সরকারের গঠন ও শপথগ্রহণ ১১ মে-র পর অনুষ্ঠিত হবে। সাংবিধানিক ও সাংগঠনিক প্রক্রিয়া সম্পূর্ণ হওয়ার পরই এই আনুষ্ঠানিকতা সম্পন্ন হবে বলে তিনি জানান। রাজ্যপাল লক্ষ্মণ প্রসাদ আচার্য-র কাছে পদত্যাগপত্র জমা দেওয়ার পর সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে শর্মা বলেন, নির্বাচন কমিশন আনুষ্ঠানিকভাবে বিধানসভা নির্বাচনের ফলাফল ঘোষণা করেছে এবং সেই নোটিফিকেশন রাজ্যপালের কাছে জমা দেওয়ার পরই তিনি ও তাঁর মন্ত্রিসভা গণতান্ত্রিক রীতিনীতি মেনে পদত্যাগ করেছেন। তিনি বলেন, “নির্বাচন কমিশন ফলাফল ঘোষণা করার সঙ্গে সঙ্গেই আমি মুখ্যমন্ত্রীর পদ থেকে ইস্তফা দিয়েছি এবং বর্তমান অসম বিধানসভা ভেঙে দেওয়ার সুপারিশ করেছি।” মুখ্যমন্ত্রী আরও জানান, রাজ্যপাল তাঁর সুপারিশ গ্রহণ করেছেন এবং নতুন সরকার গঠিত না হওয়া পর্যন্ত বর্তমান মন্ত্রিসভাকে তত্ত্বাবধায়ক সরকার হিসেবে দায়িত্ব পালন করার নির্দেশ দিয়েছেন। শর্মা বলেন, “নতুন সরকার দায়িত্ব নেওয়া পর্যন্ত আমরা তত্ত্বাবধায়ক সরকার হিসেবে কাজ চালিয়ে যাব।” তবে শপথগ্রহণের নির্দিষ্ট দিন নিয়ে তিনি স্পষ্ট করে কিছু না বললেও ইঙ্গিত দেন যে ১১ মে-র আগে তা হবে না। “১১ মে নিয়ে আলোচনা শুনেছি, যদিও আনুষ্ঠানিকভাবে কিছু বলতে পারছি না। তবে ১১ মে-র পরই সরকার গঠন ও শপথগ্রহণ হবে,” তিনি বলেন। ৩-৬ এর পাতায় দেখুন

২০ মে দেশব্যাপী ধর্মঘটের ডাক ওষুধ ব্যবসায়ী সংগঠনের

নিজস্ব প্রতিনিধি, ধর্মঘট, ৬ মে। দেশের ওষুধ ব্যবসায়ীদের সর্বভারতীয় সংগঠন অল ইন্ডিয়া অর্গানাইজেশন অব কেমিস্টস অ্যান্ড ড্রাগিস্টস আগামী ২০ মে সর্বভারতীয় ধর্মঘটের ডাক দিয়েছে। এই কর্মসূচিকে সামনে রেখে বৃহস্পতিবার ধর্মঘটের বয়েজ ক্লাব সংলগ্ন টিজিটিএ ভবনে এক সাংবাদিক সম্মেলনের আয়োজন করা হয়। সাংবাদিক সম্মেলনে উপস্থিত ছিলেন সংগঠনের রাজ্য সম্পাদক সুরত সাহা, রাজ্য সভাপতি প্রানত সেন সহ সংগঠনের অন্যান্য কর্মকর্তা ও যুগ্ম ওষুধ ব্যবসায়ীরা। সংগঠনের পক্ষ থেকে জানানো হয়, ধর্মঘটকে সফল করতে ইতিমধ্যেই বিভিন্ন জায়গায় প্রচার অভিযান শুরু হয়েছে। তারই অংশ হিসেবে ধর্মঘটেরও সচেতনতামূলক প্রচার চালানো হচ্ছে। সংগঠনের মূল দাবি তিনটি অনলাইনে ওষুধ বিক্রি বন্ধ করতে হবে, কর্পোরেট সংস্থাগুলির অতিরিক্ত ছাড় বা ‘ডিপ ডিসকাউন্ট’ ব্যবস্থা বন্ধ করতে হবে এবং ভেজাল ও নকল ওষুধের বিরুদ্ধে কঠোর ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে। এছাড়াও সংগঠনের অভিযোগ, ২০২০ সালের ২৬ মার্চ করোনা পরিস্থিতি মোকাবেলার সময় কেন্দ্র সরকার দোকানদারদের বাড়ি-বাড়ি ৩-৬ এর পাতায় দেখুন

শুভেন্দু অধিকারীরে আশু সহায়ককে গুলি করে হত্যা



কলকাতা, ৬ মে। বৃহস্পতিবার ভোট পরবর্তী হিংসা প্রসঙ্গে ২০২১ এবং ২০২৩ এর উদাহরণ টেনে তৃণমূলকে তোপ দাগেন হবি বিধায়ক শুভেন্দু অধিকারী। সেদিন রাতেই মধ্যমগ্রামে শুভেন্দুর আশু সহায়ক চন্দ্রনাথ রথ গাড়ির মধ্যে গুলিবিদ্ধ হয়ে খুন হলেন। তাঁর পেটে-বুকে ও মাথায় গুলি লাগে। আশঙ্কাজনক অবস্থায় হাসপাতালে নিয়ে যাওয়ার পথে মৃত্যু হয় তাঁর। এই ঘটনায় আহত হয়েছেন গাড়ির চালকও মধ্যমগ্রামের দেহারিয়া এলাকায় হামলা হয় চন্দ্রনাথের উপরে। বাইকে করে এসে দুই দফতরী পথ আটকায় শুভেন্দুর আশুসহায়কের গাড়িটার। এর পরেই এলোপাথাড়ি গুলি করে পালায় তারা। বাইকেতে নম্বর প্লেট ছিল না বলেই জানা গিয়েছে। চন্দ্রনাথের বুকে-পেটে ও মাথায় গুলি লাগে। হামলায় আহত হন গাড়ির চালকও। তড়িৎঘড়ি শুভেন্দুর আশুসহায়ককে মধ্যমগ্রামের ভিভা সিটি হাসপাতালে নিয়ে যাওয়া হয়। যদিও চিকিৎসকরা জানান ইতিমধ্যে তাঁর মৃত্যু হয়েছে। এদিকে আশঙ্কাজনক অবস্থায় গুলিবিদ্ধ গাড়িচালককে কলকাতার একটি বেসরকারি হাসপাতালে ভর্তি করা হয়েছে বলে খবর আদতে মেদিনীপুরের চণ্ডীপুরের মানুষ হলেও দীর্ঘদিন উত্তর ২৪ পরগনার মধ্যমগ্রামেই থাকতেন চন্দ্রনাথ। এদিন সন্ধ্যে সাড়ে ৬টা নাগাদ বিধানসভায় যান তিনি। সেখান থেকে মধ্যমগ্রামের বাড়িতে ফিরছিলেন। সেই সময়েই গাড়ি আটকে সামনে থেকে গুলি করে দুহতীরা। ভিভা সিটি হাসপাতালের কর্ণধার প্রতিম সেনগুপ্ত জানিয়েছেন, চন্দ্রনাথ রথের দুটি গুলি লেগেছিল বুকে, হৃদপিণ্ড ফুঁড়ে বেরিয়ে গিয়েছিল সেগুলি। হাসপাতালে আসার আগেই মৃত্যু হয়েছিল। চন্দ্রনাথের উপর হামলার ঘটনা নিয়ে ব্যারাকপুরে জরী বিজেপি প্রার্থী কৌশল ভাগচী বলেন, “ঘটনার পরিণাম তৃণমূলকে ভুগতে হবে। পুরোটা মমতা-অভিষেকের নির্দেশে হয়েছে। যতক্ষণ না দুহতীদের গ্রেপ্তার করা হচ্ছে, দেহ দাহ করব না।”

ইন্দ্রনগরে ছিনতাই কাণ্ডে গ্রেফতার ৩, উদ্ধার স্বর্ণের চেইন



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৬ মে। ইন্দ্রনগর এলাকায় ছিনতাই কাণ্ডে বড়সড় সাফল্য পেল এনসিসি থানার পুলিশ। এক মহিলার কাছ থেকে স্বর্ণের চেইন ছিনতাইয়ের ঘটনায় জড়িত তিনজনকে গ্রেফতার করা হয়েছে। ধৃতদের মধ্যে দুইজন পুরুষ ও একজন মহিলা রয়েছে। এনসিসি থানার এসডিপিও সুরত বর্মন জানান, গত মাসের ১৬ এপ্রিল ইন্দ্রনগর এলাকায় এক মহিলার কাছ থেকে গলার চেইন নিয়ে পালিয়ে যায় ছিনতাইকারীরা। পরবর্তী সময়ে ওই মহিলা থানায় লিখিত অভিযোগ দায়ের করেন। পুলিশ তদন্তে নেমে গতকাল ইন্দ্রনগরের কবরখোলা এলাকা থেকে অভিযুক্তদের আটক করা হয়। তাদের কাছ থেকে ছিনতাই হওয়া স্বর্ণের চেইনও উদ্ধার করা হয়েছে। এই ঘটনার তদন্তে নেমে পুলিশ দ্রুত অভিযুক্তদের সনাক্ত করে ৩-৬ এর পাতায় দেখুন

৯ মে লোক আদালত ২০ লক্ষ টাকার গয়না উধাও!

নিজস্ব প্রতিনিধি, সোনামুড়া, ৬ মে। ত্রিপুরা হাইকোর্ট চত্বরে আগামী ৯ মে (শনিবার) দ্বিতীয় জাতীয় লোক আদালত অনুষ্ঠিত হবে। লোক আদালতের কাজ শুরু হবে সকাল ১০টা থেকে। জাতীয় লোক আদালতে বিভিন্ন ধরণের ২৮টি মামলা নিষ্পত্তির জন্য তোলা হবে। নিজস্ব প্রতিনিধি, সোনামুড়া, ৬ মে। সোনামুড়া থানার অন্তর্গত কুলুবাড়ী এলাকায় এক প্রবাসীর বাড়িতে দুসাহসিক চুরির ঘটনা ঘিরে চাঞ্চল্য ছড়িয়েছে। চুরি গেছে প্রায় ২০ লক্ষ টাকার স্বর্ণালংকার। স্থানীয় সূত্রে জানা যায়, কুলুবাড়ীর বাসিন্দা ৩-৬ এর পাতায় দেখুন

শীঘ্রই চালু হচ্ছে আগরতলার নতুন সিভিল হাসপাতাল: মেয়র

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৬ মে। আগরতলার জাকসন গেট সংলগ্ন নবনির্মিত সিভিল হাসপাতাল পরিদর্শন করে শীঘ্রই জনসাধারণের জন্য হাসপাতালটি চালু করার আশ্বাস দিলেন মেয়র দীপক মজুমদার। পরিদর্শনের পর সাংবাদিকদের মুখোমুখি হয়ে তিনি জানান, হাসপাতালের কাজ প্রায় শেষ পর্যায়ে পৌঁছেছে। আগরতলা পুরনিগমের লক্ষ্য, যত দ্রুত সম্ভব এই আধুনিক স্বাস্থ্যকেন্দ্রটি সাধারণ মানুষের জন্য খুলে দেওয়া। তিনি বলেন, “আগরতলা মিউনিসিপ্যাল কর্পোরেশন চাইছে এই হাসপাতালটি খুব শীঘ্রই জনগণের জন্য চালু করতে।” নতুন এই সিভিল হাসপাতালটি ৫০ শয্যার একটি আধুনিক স্বাস্থ্যকেন্দ্র হিসেবে গড়ে তোলা হয়েছে, যা বর্তমানে অতিরিক্ত রোগীর চাপে থাকা জিবি হাসপাতাল এবং আইজিএম হাসপাতালের উপর চাপ অনেকটাই কমাতে বলে আশা করা হচ্ছে। হাসপাতালে একাধিক বিশেষজ্ঞ বিভাগ নিয়ে আউটডোর পরিষেবা (ওপিডি), ছোটখাটো



অস্ত্রোপচারের জন্য মাইনর অপারেশন থিয়েটার, সকাল ৮টা থেকে রাত ৮টা পর্যন্ত বর্ধিত পরিষেবা সময়, লিফটসহ আধুনিক পরিকাঠামো এবং রোগীবান্ধব বিভিন্ন সুবিধা থাকবে। প্রকল্পটি মুম্বইয়ের মতো শহরে সফলভাবে পরিচালিত পুরনিগম পরিচালিত হাসপাতালের মডেল অনুসরণে গড়ে তোলা হয়েছে। আগরতলা পুরনিগমই সরাসরি এই হাসপাতালের পরিচালনার দায়িত্ব থাকবে। মেয়র আরও জানান, রাজ্য সরকারের বৃহত্তর উদ্যোগের অংশ হিসেবেই এই সিভিল হাসপাতাল নির্মাণ করা হয়েছে, যার লক্ষ্য শহরের স্বাস্থ্য পরিষেবা বাবস্থাকে আরও শক্তিশালী করা। এদিন পরিদর্শনের সময় তাঁর সঙ্গে উপস্থিত ছিলেন স্থানীয় কর্পোরেটর রত্না দত্ত, আগরতলা পুরনিগমের অতিরিক্ত কমিশনার মিহির ঘোষ এবং হাসপাতালের শীর্ষ আধিকারিকরা। তাঁরা হাসপাতাল চালুর প্রস্তুতি নিয়ে মেয়রকে বিস্তারিত অবহিত করেন।

অতুলনীয় গুণমানে

সিষ্টার নিশ্চিতের প্রতীক

www.sisterspices.in

হরেকরকম

হরেকরকম

হরেকরকম

হাট সুস্থ রাখতে রোজ খান লাল রঙের পাঁচ ফল-সজ্জি



পাতে যত বেশি রঙিন শাকসজ্জি থাকবে, তত ভালো। সজ্জি মানেই তাতে ফাইবার, ভিটামিন, অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট রয়েছে। ইমিউনিটি বাড়াতে এবং প্রদাহ কমাতে সজ্জি-ফলের জুড়ি নেই। তবে হার্টের সমস্যা এড়াতে হলে লাল রঙের ফল-সজ্জিই উপকারী। এমনটা বলছেন চিকিৎসক থেকে পুষ্টিবিদরা। কিন্তু কেন? লাল রঙের ফল ও সজ্জিতে এমন কী উপাদান রয়েছে? আসলে লাল রঙের ফল ও সজ্জিতে লাইকোপেন, অ্যান্থোসিয়ানিন ও ফ্ল্যাভনয়েডের মতো উপাদান রয়েছে। এই অ্যান্টি অক্সিডেন্ট গুলো কোলেস্টেরলের মাত্রা উন্নত করে, প্রদাহ কমায় এবং রক্তনালির স্বাস্থ্য বজায় রাখে। ইউএস ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অফ হেল্থের গবেষণা অনুযায়ী, লাল রঙের ফল ও সজ্জি কর্ডিয়োঅঙ্কুলার রোসের ঝুঁকি কমায়। কিন্তু কোন ফল-সজ্জিগুলো খাবেন?

টম্যাটো— রোজের খাবার যদি লাইকোপেন, অ্যান্থোসিয়ানিন ও ফ্ল্যাভনয়েডের মতো উপাদান রাখতে চান, তা হলে টম্যাটো খান। ঝোল-তরকারি থেকে স্যালাদ, যে কোনও উপায়ে টম্যাটো খেতে পারেন। কাঁচা টম্যাটো খেলে সবচেয়ে ভালো উপকার মেলে। এই ফল কোলেস্টেরলের মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখে।
 তরমুজ— এই গ্রীষ্মকালীন ফল স্বাস্থ্যের জন্য অত্যন্ত উপকারী। তরমুজ শরীরকে হাইড্রেটেড রাখার পাশাপাশি হার্টে রক্ত সঞ্চালনও সচল রাখে। এই ফলে থাকা অ্যান্টিক্যান্সার হার্টের স্বাস্থ্যের জন্য অত্যন্ত উপযোগী।
 বেদানা— রোজের খাদ্যতালিকায় এক বাটি করে বেদানাও রাখতে পারেন। এই ফল রক্তচাপের ঝুঁকি কমায়। তা ছাড়া এতে পলিফেনল রয়েছে,

যা আর্টারিতে প্লাক জমতে দেয় না। পাশাপাশি রক্তচাপকে নিয়ন্ত্রণে রাখে এবং রক্ত চলাচল সচল রাখে।
 বিটরুট— বিটের মধ্যে নাইট্রেট রয়েছে, যা শরীরে পৌঁছোই নাইট্রিক অক্সিডেট রূপান্তরিত হয়ে যায়। এটি রক্তনালিগুলোকে শিথিল রাখে এবং রক্ত চলাচল সচল রাখে। এর জেরে রক্তচাপও বশে থাকে এবং হৃদরোগের ঝুঁকি কমে।
 লাল ক্যাপসিকাম— লাল ক্যাপসিকাম বা বেলেগপেপারও হার্টের স্বাস্থ্যের জন্য উপকারী। এতে উচ্চ মাত্রায় ভিটামিন সি ও বিটা-ক্যারোটিন রয়েছে। এই উপাদানগুলো প্রদাহ কমায় এবং হার্টের সমস্যা প্রতিরোধ করে। এই ফল-সজ্জিগুলো ছাড়াও চেরি, স্ট্রবেরি, লাল শাকের মতো ফল-সজ্জিও খেতে পারেন।

ব্লু বেবি সিনড্রোম কী কী খেলে দিনভর থাকবে এনার্জি?

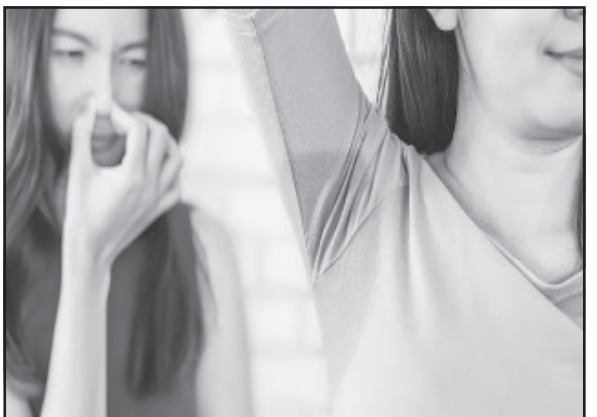
শিশুর জন্মের পর প্রথম কয়েক সপ্তাহেই সবচেয়ে আনন্দের বিশেষ করে যখন নবজাতকের প্রথম কামা শোনা যায়। ফুটফুটে হাত-পা, ছোট্ট শিশু, দেখলেই মন ভালো হয়ে যায়। কিন্তু একবার ভাবুন করুন, শিশুর হৃদযদি স্বাভাবিক গোলাপি না হয়ে নীলচে দেখায়। বিষয়টি স্বাভাবিক ভাবেই ভয়ের কারণ। জন্মের ঠিক পরে এমন দেখা দিলে তাকে বলে 'ব্লু বেবি সিনড্রোম'। এই রোগ সম্পর্কে সচেতনতা এবং প্রাথমিক লক্ষণগুলি জানা থাকলে সময় মতো ব্যবস্থা নেওয়া সম্ভব।
 ১. ব্লু বেবি সিনড্রোম কী?— ব্লু বেবি সিনড্রোম এমন এক অবস্থা, যেখানে শিশুর হৃদ, স্ট্রোট বা নখ নীলচে হয়ে যায়, কারণ রক্তে পর্যাপ্ত অক্সিজেন থাকে না। এর সবচেয়ে সাধারণ কারণ জন্মগত হৃদরোগ। অর্থাৎ, শিশুর হৃদযন্ত্রে জন্মের আগেই কিছু ত্রুটি তৈরি হয়, যার ফলে শরীরে সর্বত্র ঠিক মতো অক্সিজেন পৌঁছতে পারে না।
 ভারতে এই ধরনের জন্মগত হৃদরোগ খুব একটা বিরল নয়। প্রতি ১,০০০ নবজাতকের মধ্যে প্রায় ৮ থেকে ১০ জন এই সমস্যায় আক্রান্ত হতে পারে। এর মধ্যে একটি বড় অংশের ক্ষেত্রে সায়ানোটিক কন্ড্রোনিটাল হার্ট ডিজিজ দেখা যায়, যা শরীরে নীলচে ভাবের সৃষ্টি করে।
 ২. কোন লক্ষণ দেখলে সতর্ক হবেন?— এই ক্ষেত্রে অভিভাবকদের কিছু লক্ষণের দিকে বিশেষ নজর রাখা জরুরি। যেমন শিশুর স্ট্রোট, জিভ বা আঙুল নীলচে হয়ে যাওয়া, ক্রম বা কষ্ট করে শ্বাস নেওয়া, খাওয়ার সময় সমস্যা হওয়া বা অতিরিক্ত খাম হওয়া, ওজন না বাড়া বা কমে যাওয়া, এবং স্বাভাবিক ঘুমঘুম ভাব বা নিস্তেজ ভাব। কখনও কখনও শিশুর শরীর হঠাৎ নীল হয়ে যায়, ক্রম শ্বাস নেয় বা নিস্তেজ হয়ে পড়ে। এসবই জরুরি অবস্থা, প্রয়োজন ক্রম চিকিৎসার।
 ৩. কখন দেখা যায় এই লক্ষণ?— কোনও ক্ষেত্রে জন্মের পরপরই দেখা যেতে পারে এই সমস্যা। সে ক্ষেত্রে হাসপাতালে থাকলে তৎক্ষণাৎ চিকিৎসা করা সম্ভব হয়। কিন্তু, মনে রাখতে হবে সব শিশুর ক্ষেত্রে এই লক্ষণ জন্মের পরই দেখা যায় না। অনেক সময় কয়েক দিন বা কয়েক সপ্তাহ পরেও উপসর্গ দেখা দিতে পারে। তাই হাসপাতাল থেকে বাড়ি ফেরার পরও অভিভাবকদের সতর্ক থাকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।
 ৪. কীভাবে চিকিৎসা হয়?— চিকিৎসার ক্ষেত্রে বর্তমানে অনেক উন্নতি হয়েছে। রোগের ধরন অনুযায়ী ওষুধ, ক্যাথেটার পদ্ধতি বা অস্ত্রোপচারের মাধ্যমে চিকিৎসা করা হয়। আধুনিক শিশু হৃদরোগ চিকিৎসার ফলে এখন বেশিরভাগ শিশুই সুস্থ ও স্বাভাবিক জীবনযাপন করতে পারে। এই রোগটি সুনতে ভয়ঙ্কর হলেও সঠিক সময়ে শনাক্ত ও চিকিৎসা করলে পরিষ্কার সামলানো সম্ভব।

সকালে উঠে অফিস যাওয়ার তাড়ায় আর অন্য কোনও দিকে মন দেওয়ার সময় থাকে না। এমনকি কখনও কখনও বাদ পরে যায় জলখাবারও। কখনও শুধু চা-বিস্কুট খেয়েই বেরিয়ে যান অনেকে। বিশেষজ্ঞদের মতে, এই অভ্যাসই আপনার সারাদিনের ক্রান্তি, বিমূর্নি এবং এনার্জির ওঠানামার অন্যতম বড় কারণ। কেনম হওয়া উচিত ভারতীয়দের জলখাবার? কী মত বিশেষজ্ঞদের? ১. ব্রেকফাস্ট কেনম হওয়া উচিত? এখানে একটা বিষয় প্রথমেই বোঝা প্রয়োজন, ব্রেকফাস্ট মানে শুধু পেট ভরানো নয়, বরং এমন খাবার খাওয়া দরকার যা শরীরে ধীরে ধীরে শক্তি সরবরাহ করবে। চিকিৎসকের মতে, একটি সঠিক ব্রেকফাস্ট থাকতে হবে চারটি গুরুত্বপূর্ণ উপাদান প্রোটিন, জটিল কার্বোহাইড্রেট, স্বাস্থ্যকর ফ্যাট এবং ফাইবার। এই চারটির সঠিক মিশ্রণ শরীরে শক্তিকে ধীরে ছাড়ে, ফলে হঠাৎ করে এনার্জি বাড়া বা কমানোর সমস্যা হয় না। এতে দীর্ঘক্ষণ পেট ভরা থাকে এবং মনোযোগও বজায় থাকে।
 ২. কী খেতে পারেন? --- ভারতীয় ঘরেই সহজে পাওয়া যায় এমন অনেক খাবার এই দিক



থেকে আদর্শ। যেমন সজ্জি দিয়ে পোহা, সজ্জির উপমা, ইডলি-সাম্বার, দই সহযোগে স্টাফড রুটি, ডিম-সেদ্ধ, পনির বা স্প্রাউটস। এগুলো শুধু পুষ্টিরই নয়, বরং শরীরে স্থির শক্তি জোগায়। এখানে প্রোটিনের ভূমিকা বিশেষ ভাবে গুরুত্বপূর্ণ। এটি হৃদয়ের গতি কমায় এবং দীর্ঘ সময় এনার্জি ধরে রাখতে সাহায্য করে। এমনকি অল্প কিছু বাদাম বা ডিম যোগ করলেও ব্রেকফাস্টের গুণগত মান অনেক বেড়ে যায়। ফল খাওয়া ভালো হলেও সেটি একা খেলে চলবে না। ফলের সঙ্গে প্রোটিন বা ফাইবার যুক্ত করা জরুরি, নইলে রক্তে শর্করার মাত্রা ক্রম বেড়ে গিয়ে পরে হঠাৎ করে যেতে পারে যা ক্লান্তির কারণ।
 ৩. কোন ভুল এড়িয়ে চলতে হবে? এছাড়া কিছু সাধারণ ভুল আমাদের এড়িয়ে চলা উচিত। যেমন ব্রেকফাস্ট বাদ দেওয়া, শুধু চা বা কফির ওপর নির্ভর করা, অথবা প্যাকেটজাত খাবার খাওয়া। এগুলো সাময়িক শক্তি জোগালেও শরীরকে প্রয়োজনীয় পুষ্টি দেয় না। আরেকটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো সময় মতো খাওয়া। ঘুম থেকে ওঠার ১—২ ঘণ্টার মধ্যে ব্রেকফাস্ট করলে মেটাবলিজম সক্রিয় হয় এবং সারাদিনের এনার্জি লেভেল ভালো থাকে। দিনের শুরুটা যদি সঠিক ভাবে করা যায়, তাহলে ক্রান্তি, অতিরিক্ত বিদে এবং এনার্জি ক্রান্তি অনেকটাই এড়ানো সম্ভব। তাই ট্রেডি খাবার নয়, বরং ঘরোয়া, সুস্বাদু এবং পুষ্টির ব্রেকফাস্টই হতে পারে সুস্থ জীবনের চাবিকাঠি।

গরম পড়তেই ঘামের দুর্গন্ধে অস্থির জীবন



বুধবার সকাল থেকেই চড়া রোদ। ঘামে ভিজে যাচ্ছে শরীর। আসলে গরমে শরীরকে ঠান্ডা রাখতে ঘাম হওয়াটা খুব স্বাভাবিক বিষয়। একদিকে থেকে তা শরীরের জন্য ভালোই। কিন্তু সমস্যা হলো ঘামের সঙ্গে দুর্গন্ধ। অফিস, বাস বা ভিড়ের মধ্যে দাঁড়িয়ে থাকলে যদি শরীর থেকে বাজে গন্ধ আসে, তাহলে তা শুধু নিজের জন্যই নয়, আশপাশের মানুষের জন্যও অস্বস্তিকর হয়ে ওঠে। সেই সঙ্গে নিজের লজ্জার শেষ থাকে না।
 ১. কেন ঘামে দুর্গন্ধ হয়? অনেকেই ভাবেন ঘাম থেকেই এই গন্ধ তৈরি হয়, কিন্তু আসলে এর নেপাথ্য আমাদের হৃদয়ের উপর থাকা ব্যাকটেরিয়া। এই ব্যাকটেরিয়াগুলো ঘামের সঙ্গে মিশে দুর্গন্ধ তৈরি করে। তবে কিছু সহজ ঘরোয়া উপায়ে এই সমস্যার সমাধান করা সম্ভব।
 ২. লেবুর টোটকা লেবুতে রয়েছে প্রাকৃতিক অ্যান্টি-ব্যাকটেরিয়াল গুণ, যা ঘামের গন্ধ সূক্ষিকারী ব্যাকটেরিয়াকে নষ্ট করতে সাহায্য করে। স্নানের আগে অর্ধেক লেবু বগল বা পায়ের তলায় ঘষে নিন। ১০ মিনিট পরে ঠান্ডা জল দিয়ে ধুয়ে ফেলুন। দিনে একবার ব্যবহার করলেই উপকার পাবেন। তবে যদি ত্বক খুব সংবেদনশীল হয় বা কোথাও কাটা থাকে, তাহলে লেবু ব্যবহার না করাই ভালো।
 ৩. গোলাপজল— গোলাপজলও

নির্ভর না করে, ঘরের সাধারণ উপকরণ দিয়েই মিলতে পারে এই সমস্যার সমাধান।



দেয় না। দাঁত ও মাড়ির স্বাস্থ্য— দাঁতের ক্ষয় প্রতিরোধে কাঁচা আমের জুড়ি মেলা ভার। আমের মধ্যে ভিটামিন সি রয়েছে, যা মাড়ির স্বাস্থ্য বজায় রাখে। আমের মধ্যে থাকা ক্যালসিয়াম দাঁতের স্বাস্থ্য বজায় রাখে। এমনকী মুখের দুর্গন্ধও দূর করে কাঁচা আম। এ ছাড়া কাঁচা আমে থাকা ভিটামিন সি, ভিটামিন এ এবং ভিটামিন কে ত্বক, চুল এবং চোখের স্বাস্থ্যের জন্যও উপযোগী।
 রক্তের অসুখ— কাঁচা আমের মধ্যে থাকা ভিটামিন সি আয়রন শোষণে সাহায্য করে। এর জেরে রক্তচাপের ঝুঁকি কমে। এ ছাড়া রক্ত জমাট বাঁধার সমস্যা, হেমাফিলিয়ার মতো রক্তের অসুখও দূরে রাখে।

ঘরে বসেও ভুগতে পারেন হাঁপানিতে

হাঁপানির রোগীদের সারা বছর সাবধানে থাকতে হয়। শুধু যে শীতকালেই কষ্ট বাড়ে, এমনটা নয়। যে হারের দুঃখের মাত্রা বেড়েছে, তাতে হাঁপানির সমস্যা থেকে নিস্তার নেই। তাই চিকিৎসকের। আজকাল সারাবছর মাস্ক ব্যবহারের পরামর্শ দেন। কিন্তু শুধু যে রাস্তায় বেরোলেই হাঁপানির সমস্যা হতে পারে, এমনটা নয়। অনেক সময়ে ঘরের মধ্যেই লুকিয়ে থাকে আস্থমার কারণ। বাড়ির ভিতরেও

এমন অনেক জিনিস রয়েছে, যার সংস্পর্শে এলে শ্বাসকষ্ট দেখা দেয়। বহু মানুষ এই বিষয়গুলো উপেক্ষা করে যান। আড়া বিশ্ব আস্থমা দিবসে চিনে নিন সেই ট্রিগার পয়েন্টগুলো।
 ডাস্ট মাইট
 একে ধূলিকণা বলাই ভালো। কিন্তু এগুলো আদতে এক ধরনের অত্যন্ত ক্ষুদ্র পোক। এগুলো বিছানা, বালিশে থাকে। মানুষের ত্বকের মত কোষ খেয়ে এগুলো বেঁচে থাকে। কিন্তু এগুলো আমাদের শ্বাস-প্রশ্বাসের সময় শরীরে প্রবেশ করে এবং শ্বাসকষ্ট ও কাশির সমস্যা বাড়ায়। এই সমস্যা এড়াতে সপ্তাহে অন্তত একবার বিছানার কভার বদলে ফেলা উচিত।
 ধূপকাঠি এবং মশা তাদানোর কয়েল— মশার হাত থেকে বাঁচতে কয়েল অনেকেই ব্যবহার করেন। আবার কেউ ধূপকাঠি জ্বালিয়ে পুজো করেন। আবার অনেকে সুগন্ধি মোমবাতি জ্বালিয়ে অন্দরমহল সাজিয়ে তোলেন। কিন্তু বাড়িতে আস্থমার রোগী থাকলে এগুলোর কোনোটাই করা চলবে না। এগুলোর ধোঁয়া সিগারেটের ধোঁয়ার মতোই ক্ষতিকর। এ ছাড়া পারফিউম, ক্রিনিম স্প্রে বা নতুন

রঙের কড়া গন্ধও শ্বাসনালিতে প্রভাব ফেলে। এই সমস্যা এড়াতে এবং মশা তাদাতে ইলেকট্রিক রিপিপেলেন্ট ব্যবহার করতে পারেন। এ ছাড়া ঘরের মধ্যে যেন বায়ু চলাচল করে, সে দিকে খেয়াল রাখুন।
 পোষ্যের লোম
 ঘাঁদের বাড়িতে কুকুর, বিড়াল, পাখি রয়েছে, তাঁদের ঘরে এদিক-ওদিক লোম-পালক পড়ে থাকে। এগুলো কখনও খাবারের সন্ধে, আবার কখনও আমাদের শ্বাস-প্রশ্বাসের সঙ্গে শরীরে প্রবেশ করে। এখান থেকেই হাঁপানি ও অ্যালার্জির সমস্যা বাড়ে। হাঁপানির রোগীদের বাড়িতে পোষ্য না রাখাই ভালো। আর যদি রাখেন, তা হলে ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে তা নিয়মিত পরিষ্কার করতে হবে।
 স্মার্টস্মার্টে পরিবেশ হাঁপানির রোগীদের সমস্যা বাড়ে। অনেক সময়ে নিউমোনিয়ার ঝুঁকি বাড়ে। তাই ঘর সব সময়ে শুষ্ক রাখার চেষ্টা করুন। পাশাপাশি ঘরের মধ্যে বায়ু চলাচল সচল রাখতে হবে। আবার অনেক সময়ে জামাকাপড়ের ডিটারজেন্টও শ্বাসনালির উপর প্রভাব ফেলে। তাই জামাকাপড় কাচার সময়েও সতর্ক থাকুন।

গরমে আমপোড়া শরবত শরীর ঠান্ডা করে



দেয় না। দাঁত ও মাড়ির স্বাস্থ্য— দাঁতের ক্ষয় প্রতিরোধে কাঁচা আমের জুড়ি মেলা ভার। আমের মধ্যে ভিটামিন সি রয়েছে, যা মাড়ির স্বাস্থ্য বজায় রাখে। আমের মধ্যে থাকা ক্যালসিয়াম দাঁতের স্বাস্থ্য বজায় রাখে। এমনকী মুখের দুর্গন্ধও দূর করে কাঁচা আম। এ ছাড়া কাঁচা আমে থাকা ভিটামিন সি, ভিটামিন এ এবং ভিটামিন কে ত্বক, চুল এবং চোখের স্বাস্থ্যের জন্যও উপযোগী।
 রক্তের অসুখ— কাঁচা আমের মধ্যে থাকা ভিটামিন সি আয়রন শোষণে সাহায্য করে। এর জেরে রক্তচাপের ঝুঁকি কমে। এ ছাড়া রক্ত জমাট বাঁধার সমস্যা, হেমাফিলিয়ার মতো রক্তের অসুখও দূরে রাখে।

এ ছাড়া এই ফল রক্ত সঞ্চালন উন্নত করে এবং হার্টের স্বাস্থ্য ভালো রাখে। ওজন নিয়ন্ত্রণ ওজন কমাতে চাইলে পাকা আমের চেয়ে কাঁচা আম খাওয়া ভালো। কাঁচা আমে ক্যালোরি কম। শর্করাও খুব বেশি থাকে না। তবে ফাইবার এবং অন্যান্য পুষ্টি রয়েছে। তাই কাঁচা আম খেলে ওজন বৃদ্ধির আশঙ্কা নেই। সর্বোপরি সামগ্রিক স্বাস্থ্য উন্নত করে কাঁচা আম।

রোদে বেরিয়ে হঠাৎ শরীর খারাপ! হিট স্ট্রোক নাকি ডিহাইড্রেশন

হিট স্ট্রোক ও ডিহাইড্রেশন তীব্র গরমে এই দুই সমস্যাই সবচেয়ে বেশি দেখা যায়। কাঠফাটা রোদে ঘুরলে হিট স্ট্রোকের ঝুঁকি বাড়ে। আবার অত্যধিক ঘাম হলে শরীর জলশূন্য হয়ে যায়। এই দুই সমস্যা দেখা দিলে শরীরে তীব্র অস্বস্তি তৈরি হয়। কিন্তু অনেকেই বুঝতে পারেন না, এই সমস্যা ডিহাইড্রেশনের নাকি হিট স্ট্রোকের। আর এই ঝন্দের পড়ে কী করা উচিত, সেটাও অনেকেই জানে না। তাই হিট স্ট্রোক ও ডিহাইড্রেশনের মধ্যে পার্থক্য কোথায়, কোন সমস্যায় একটি উপাদান রয়েছে, যা লিভারের ক্ষয়ের হাত থেকে বাঁচায়। লিভারের কার্যকারিতাকে উন্নত করে শরীরকে দুঃখমুক্ত করে কাঁচা আম। এ ছাড়া হৃদয়ের গণ্ডগোল থেকেও মুক্তি দেয়। কাঁচা আমে থাকা ডায়াজেস্টিভ এনজাইম কোষ্ঠকাঠিন্য, বদহজম, অ্যাসিডিটির সমস্যা দূরে রাখে। সব মিলিয়ে মেটাবলিজম সচল থাকে এবং ফ্যাট লিভারের সমস্যা দেখা

তাপমাত্রা শরীর থেকে বেরোতে পারে না। স্বাভাবিক ভাবেই রোগীর প্রত্যঙ্গগুলি কাজ করা বন্ধ করে দেয়। অনেক সময়ে রোগী অজ্ঞান হয়ে যায়। এই হিট স্ট্রোক অনেক সময়ে এতটাই মারাত্মক হয় যে রোগীর প্রাণসংশয়ের ঝুঁকি তৈরি হয়। এই হিট স্ট্রোক গুরুত্বপূর্ণ যে রোদে বেরিয়ে হলে, এমনটা নয়। অত্যধিক গরমে হারতেরও এমনটা ঘটতে পারে।
 হিট স্ট্রোকের লক্ষণগুলো কী কী? হিট স্ট্রোক হলে হঠাৎ করে পেশিতে ঝিঁঝিঁ শুরু হয়। শরীর অত্যধিক গরম হয়ে যায়। শ্বাসকষ্ট দেখা দেয় এবং শরীরজুড়ে অস্বস্তি কাজ করে। অনেক সময়ে রোগী চোখে অন্ধকার দেখে এবং অজ্ঞান হয়ে যায়। কারও কারও হাত ও পায়ের ত্বক শুষ্ক হয়ে যায়। ডিহাইড্রেশন দেখা দেয়? শরীরে জলের ঘাটতি হলেই ডিহাইড্রেশনে ভুগতে পারেন।

অত্যধিক গরমে শরীরে প্রচণ্ড ঘাম হয়। সেই ঘামের সঙ্গে শরীর থেকে জল ও খনিজ বেরিয়ে যায়। তখন শরীর ডিহাইড্রেটেড হয়ে যায়। তখন এই সময়ে পর্যাপ্ত জল, ওআরএস-এর জল, নুন-চিনির জল কিংবা লেবুর জল খেলে শরীর ধীরে ধীরে স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসে। ডিহাইড্রেশন হলে বুঝবেন কী ভাবে? ডিহাইড্রেশনের লক্ষণগুলো হিট স্ট্রোকের চেয়ে খুব একটা আলাদা নয়। তবে ডিহাইড্রেশন হলে শরীরের তাপমাত্রা বাড়ে না। বরং, স্ট্রেট ও মুখের চারপাশ শুকিয়ে যায়। প্রবল ঘাম হয় এবং শরীরজুড়ে ক্রান্তি কাজ করে। জলের অভাবে কারও কারও তীব্র মাথা ব্যথা হয়। হিট স্ট্রোক ও ডিহাইড্রেশন কখন হয়? গরমকালে পর্যাপ্ত জল না খেলেই শরীর ডিহাইড্রেটেড হয়ে পড়বে। ডিহাইড্রেশনের ক্ষেত্রে জল বা ওআরএস খেলে শরীর



ধীরে ধীরে সুস্থ হয়ে যায়। এই মরশুমে ঘন ঘন জল এবং স্বাস্থ্যকর পানীয় খেলে, ডিহাইড্রেশনের ঝুঁকি তৈরি হয় না। কিন্তু হিট স্ট্রোক যখন তখন ঘটতে পারে। বিশেষত দীর্ঘক্ষণ রোদে ঘোরায়ুরি করলে এই সমস্যা দেখা দিতে পারে। তাই রোদে বেরোলে টিলে পোশাক পরুন, সঙ্গে ছাটা, সানগ্লাস, জলের বোতল রাখুন। তাপপ্রবাহের মধ্যে নাক-মুখ ঢেকে রাখাও বেরোয়। হিট স্ট্রোক ও ডিহাইড্রেশন হলে কী করবেন? হিট স্ট্রোক হলে রোগীকে ঠান্ডা বা ছায়ায় নিয়ে এম্বুলেন্স জায়গায় বসাতে হয়। মুখে-চোখে, ঘাড়ে ঠান্ডা জলের স্প্রাউট দিন। রোগীকে ঠান্ডা জল বা ওআরএস-এর জল খাওয়ান। গায়ের পোশাক আলগা করে দিন। অস্বস্তি না কমলে রোগীকে ক্রম হাসপাতালে নিয়ে যান।

নিউ টাউনে ভোট-পরবর্তী খুনে তৃণমূল নেতা-সহ গ্রেফতার ৪, বাংলাদেশে পালানোর চেষ্টা সন্দেহ

কলকাতা, ৬ মে (আইএনএস): কলকাতার নিউ টাউন এলাকায় ভোট-পরবর্তী হিংসার মাঝে বিজেপি কর্মী খুনের ঘটনায় তৃণমূল কংগ্রেস নেতা-সহ চারজনকে গ্রেফতার করেছে পুলিশ। পুলিশ জানিয়েছে, উত্তর ২৪ পরগনার বনগাঁ ও গোপালনগর এলাকায় ভারত-বাংলাদেশ সীমান্তের কাছ থেকে অভিযুক্তদের গ্রেফতার করা হয়েছে। টেকনোসিটি খানার পুলিশ এই অভিযান চালায়। প্রাথমিক তদন্তে জানা গিয়েছে, খুনের পর অভিযুক্তরা বাংলাদেশে পালানোর চেষ্টা করছিল। নিহত বিজেপি কর্মীর নাম মধু মণ্ডল। মঙ্গলবার দুপুরে নিউ টাউন এলাকায় তাকে বেধড়ক মারধর করা হয় বলে অভিযোগ। গুরুতর জখম অবস্থায় হাসপাতালে নিয়ে

গেলে চিকিৎসকেরা তাকে মৃত বলে ঘোষণা করেন। পুলিশ সূত্রে জানা গিয়েছে, মধু মণ্ডল রাজারহাট-নিউ টাউন বিধানসভা এলাকার বাসিন্দার বাসিন্দা ছিলেন। অভিযুক্ত তৃণমূল নেতা কমল মণ্ডলের সঙ্গে তাঁর দীর্ঘদিনের জমি সংক্রান্ত বিবাদ ছিল বলে জানা গেছে। অভিযোগ, নির্বাচনে বিজেপির বড় জয়ের পর সেই বিবাদ আরও তীব্র হয়ে ওঠে। মঙ্গলবার দুপুরে কমল মণ্ডল ও তাঁর সঙ্গীরা মধু মণ্ডলের উপর হামলা চালায়। ঘটনার পর এলাকায় ব্যাপক উত্তেজনা ছড়িয়ে পড়ে। পুলিশ দ্রুত তদন্ত শুরু করে এবং একাধিক জায়গায় তল্লাশি চালায়। নির্দিষ্ট সূত্রের ভিত্তিতে বনগাঁর গোপালনগর ও কল্যাণপুর এলাকায় অভিযান

চালিয়ে বৃহস্পতি ভোরে কমল মণ্ডল ও তাঁর তিন সহযোগীকে গ্রেফতার করা হয়। পুলিশের অনুমান, অভিযুক্তরা বাংলাদেশে পালানোর পরিকল্পনা করছিল। জানা গিয়েছে, কমল মণ্ডল রাজারহাট পাথরঘাটা থানা পঞ্চায়েতের প্রাক্তন সদস্য। তাঁর স্ত্রী চামেলি মণ্ডল বর্তমানে এলাকায় উত্তেজনা বৃদ্ধি পায়। ক্ষুব্ধ স্থানীয় বাসিন্দারা কমল মণ্ডলের বাড়ি ঘিরে বিক্ষোভ দেখায় এবং ভাঙচুরের ঘটনাও ঘটে। এদিকে, এলাকার নবনির্বাচিত বিজেপি বিধায়ক পিযুষ কানোরিয়া দৌরাড়ের কঠোর শাস্তির দাবি জানিয়েছেন।

ভারতে জাতিভিত্তিক সর্বব্যাপী সমর্থনে বিজেপির জুড়ি নেই: প্রাক্তন নরওয়ে মন্ত্রী এরিক সলহাইম

নয়াদিল্লি, ৬ মে (আইএনএস): ভারতে জাতিগত বিভাজন অতিক্রম করে সর্বস্তরের মানুষের সমর্থন পাওয়ার ক্ষেত্রে বিজেপির তুলনায় নেই বলে মন্তব্য করেছেন নরওয়ের প্রাক্তন জলবায়ু ও পরিবেশমন্ত্রী এরিক সলহাইম। আইএনএস-কে দেওয়া সাক্ষাৎকারে তিনি বলেন, বিজেপির সাফল্যের মূল কারণ হল বিভিন্ন জাতির মানুষের মধ্যে প্রায় সমান সমর্থন পাওয়া, যা ভারতের রাজনৈতিক ইতিহাসে বিরল। সলহাইম বলেন, “ব্রাহ্মণ, উচ্চবর্ণ, অনগ্রসর শ্রেণি কিংবা তফসিলি জাতিসব ক্ষেত্রেই বিজেপির

সমর্থন প্রায় সমান। এটাই তাদের বড় শক্তি। ভারতের ইতিহাসে আর কোনও দল এমনটা করতে পারেনি।” তিনি আরও জানান, এই বিস্তৃত সামাজিক সমর্থন দেশের রাজনৈতিক ঐক্যকেও মজবুত করে, কারণ এটি ঐতিহ্যগত বিভাজনকে অনেকটাই দূর করে। সাম্প্রতিক নির্বাচনী ফলাফল প্রসঙ্গে তিনি বলেন, দীর্ঘদিন ধরেই থাকা সরকারের বিরুদ্ধে স্বাভাবিকভাবেই জনমনে অসন্তোষ তৈরি হয়, যা ভাঙে প্রভাব ফেলে। পশ্চিমবঙ্গের উদাহরণ টেনে তিনি

বলেন, “প্রায় ১৫ বছর ধরে মমতা বন্দোপাধ্যায়-এর নেতৃত্বে তৃণমূল কংগ্রেস ক্ষমতায় ছিল। এত দীর্ঘ সময় পর পরিবর্তনের চাহিদা তৈরি হওয়া অস্বাভাবিক নয়, যা বিজেপির পক্ষে গেছে।” জাতীয় স্তরে তিনি প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি-কে নিরঙ্কুশ নেতা হিসেবে উল্লেখ করে বলেন, বিভিন্ন অঞ্চল ও সম্প্রদায়ের মধ্যে তাঁর জনপ্রিয়তা বিশেষ করে উত্তর ভারতে অত্যন্ত বেশি। তবে তিনি উল্লেখ করেন, দক্ষিণ ভারতের কিছু রাজ্য যেমন তামিলনাড়ু বা কেরালাে বিজেপির জনপ্রিয়তা এখনও তুলনামূলক কম।

দিল্লিতে মেঘালয়ের সাংস্কৃতিক ও সাহিত্যিক ঐতিহ্যের ঝলক, ৮-৯ মে শিলং লিটাররি ফেস্টিভ্যাল প্রিলিউড

শিলং, ৬ মে (আইএনএস): মেঘালয় সরকারের পর্যটন দফতরের উদ্যোগে আগামী ৮ ও ৯ মে নয়াদিল্লির বিকারের হাউসে অনুষ্ঠিত হবে ‘শিলং লিটাররি ফেস্টিভ্যাল ২০২৬’ — নিউ দিল্লি প্রিলিউড’। এই দুই দিনের অনুষ্ঠানটি মূল শিলং লিটাররি ফেস্টিভ্যালের পূর্বাভাস হিসেবে আয়োজন করা হচ্ছে। ২০২১ সালে মেঘালয়ের মুখ্যমন্ত্রী কনরাড কে সাংমা এবং প্রাক্তন জাপানি রাষ্ট্রপতি সাতোহি সুজুকি-র উদ্যোগে শুরু হওয়া এই উৎসব উত্তর-পূর্ব ভারতের অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ সাহিত্য ও বৌদ্ধিক মঞ্চে পরিণত হয়েছে। আয়োজকদের মতে, দিল্লির এই প্রিলিউডে সাহিত্য, পরিবেশ, পরিচয়, শাসন, খাদ্যসংস্কৃতি, সিনেমা, অনুবাদ এবং আদিবাসী ঐতিহ্য নিয়ে আলোচনা হবে।

বিশেষ গুরুত্ব দেওয়া হবে মেঘালয়ের খাসি ও গারো সংস্কৃতিকে। এই অনুষ্ঠানে উপস্থিত থাকবেন বিশিষ্ট ব্যক্তিত্বরা, যেমন নাসিরুদ্দিন শাহ, শোভা দে, প্রিয়দর্শিনী রাজে সিদ্ধিয়া, সঞ্জয় হাজারিকা, সুপর্ণা শর্মা, ডমিনিক সাংমা, প্রদীপ কুবাবাহ এবং প্যাট্রিসিয়া মুখিম-সহ আরও অনেকে। উদ্বোধনী দিনে মুখ্যমন্ত্রী কনরাড সাংমা ও সাংবাদিক শেখর গুপ্ত-র মধ্যে একটি বিশেষ আলোচনা অন্যতম আকর্ষণ হবে। অনুষ্ঠানের উল্লেখযোগ্য সেশনগুলির মধ্যে রয়েছে ‘দ্য এলিফ্যান্ট অ্যান্ড দ্য ট্র্যাগোপান’, যেখানে নাসিরুদ্দিন শাহ এদিকে-ওদিক থেকে আনা পাশাধিক কাহিনী থেকে পাঠ করবেন, এবং ‘শিলং অন আ

প্লেট’, যেখানে উত্তর-পূর্ব ভারতের খাসা সংস্কৃতি নিয়ে আলোচনা হবে। এছাড়াও ‘ওয়াল আপন আ টাইম আট আলিগড়ের ফেস্টিভ্যাল’ শীর্ষক আলোচনায় নামিতা গোল্ডেল, শোভা দে এবং সঞ্জয় হাজারিকা সাহিত্য উৎসবের ডুমিকা নিয়ে মতবিনিময় করবেন। অনুষ্ঠানে মুখ্যমন্ত্রীর মেঘালয় প্রাসারটস মিউজিক প্রোগ্রামের পরিবেশনাও থাকবে। আয়োজকদের মতে, সাম্প্রতিক বছরগুলিতে মেঘালয় সরকারের পক্ষি, সংস্কৃতি এবং সুরক্ষণীয় উল্লেখ্য গুরুত্ব দিয়ে রাজ্যকে একটি সাংস্কৃতিক গন্তব্য হিসেবে গড়ে তুলতে কাজ করছে। এই প্রিলিউড অনুষ্ঠান সেই প্রচেষ্টাকে আরও এগিয়ে নিয়ে যাবে এবং জাতীয় স্তরে উৎসবের পরিধি বাড়াবে।

ভোট-পরবর্তী হিংসা নিয়ে রাজ্যপালের কাছে রিপোর্ট জমা সিইও-র

কলকাতা, ৬ মে (আইএনএস): পশ্চিমবঙ্গে বিধানসভা নির্বাচনের ফল ঘোষণার পর ভোট-পরবর্তী হিংসার ঘটনায় রাজ্যপাল আর.এন. রবি-র কাছে রিপোর্ট জমা দিলেন রাজ্যের মুখ্য নির্বাচন আধিকারিক মনোজ কুমার আগরওয়াল। বৃহস্পতি দুপুরে রাজ্যবনে গিয়ে তিনি এই রিপোর্ট জমা দেন। একই সঙ্গে ২৯ জন নির্বাচিত বিধায়কের তালিকার গেজেট নোটিফিকেশনও রাজ্যপালের হাতে তুলে দেন। উল্লেখ্য, ২৯৪টি বিধানসভা কেন্দ্রের মধ্যে সবকটিতেই ভোটগ্রহণ হলেও দক্ষিণ ২৪ পরগনার ফলতা কেন্দ্রে পুনর্নির্বাচনের নির্দেশ দিয়েছে নির্বাচন কমিশন। সেখানে ২১ মে ভোটাগ্রহণ এবং ২৪ মে গণনা হবে। সিইও দফতর সূত্রে জানা গিয়েছে, রিপোর্ট জমা দেওয়ার পর রাজ্যপাল ও সিইও-র মধ্যে নির্বাচনের সময় ও পরবর্তী পরিস্থিতি নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা হয়। বর্তমানে প্রশাসন এখনও নির্বাচন কমিশনের অধীনেই রয়েছে বলে জানানো হয়েছে। এক আধিকারিক বলেন, “৪ মে ফল ঘোষণার পর রাজ্যে কিছু ভোট-পরবর্তী হিংসার খবর সামনে আসে। সেই বিষয়ে রাজ্যপালের

দফতর থেকে রিপোর্ট চাওয়া হয়েছিল। বৃহস্পতি সিইও সেই রিপোর্ট জমা দেন এবং বর্তমান পরিস্থিতি ও প্রতিরোধমূলক পদক্ষেপ নিয়ে আলোচনা হয়। এদিকে, নির্বাচন কমিশন মঙ্গলবার রাজ্যের মুখ্যসচিব, ডিজিপি এবং মোতায়েন কেন্দ্রীয় বাহিনীকে ভোট-পরবর্তী হিংসা রূপান্তরিত জিরো টলারেন্স নীতি গ্রহণের নির্দেশ দিয়েছে।

এই বৈঠক এমন এক সময়ে হল, যখন বিধানসভায় বিজেপি দুই-তৃতীয়াংশ সংখ্যাগরিষ্ঠতা পেলেও মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দোপাধ্যায় এখনও পদত্যাগ করেননি। মমতা বন্দোপাধ্যায় দাবি করেছেন, ঘোষিত ফল প্রকৃত জনমতের প্রতিফলন নয় এবং নির্বাচন প্রক্রিয়ায় কারচুপির অভিযোগও তুলেছেন।

পাঞ্জাবে জোড়া বিস্ফোরণে পাকিস্তানের যোগের ইঙ্গিত, বললেন ডিজিপি গৌরব যাদব

অমৃতসর, ৬ মে (আইএনএস): পাঞ্জাবের জালন্ধর ও অমৃতসর পরপর দুটি বিস্ফোরণের ঘটনায় পাকিস্তানের যোগ থাকতে পারে বলে ইঙ্গিত দিলেন রাজ্যের ডিরেক্টর জেনারেল অব পুলিশ গৌরব যাদব। বৃহস্পতি সাংবাদিক বৈঠকে তিনি জানান, “অপারেশন সিঁদুর”-এর প্রথম বর্ষপূর্তির আগে রাজ্যে অস্থিরতা তৈরির উদ্দেশ্যে পাকিস্তানের আইএসআই এই ঘটনার পেছনে থাকতে পারে বলে সন্দেহ করা হচ্ছে। ডিজিপি বলেন, “মঙ্গলবার অমৃতসরের খাসা আর্মি ক্যাম্পের কাছে যে কম তীব্রতার বিস্ফোরণ

হয়েছে, সেই ঘটনার তদন্তে আমরা সেনাবাহিনীর সঙ্গেও আলোচনা করেছি। পাশাপাশি নিরাপত্তা পরিস্থিতি খতিয়ে দেখে প্রয়োজনীয় নির্দেশ দেওয়া হয়েছে।” তিনি জানান, মঙ্গলবার রাত প্রায় ১০টা ৫০ মিনিটে অমৃতসরের খাসা এলাকায় সেনা শিবিরের প্রাচীরের কাছে বিস্ফোরণের খবর পাওয়া যায়। তার প্রায় দু’ঘণ্টা আগে জালন্ধরে বিএসএফ সদর দফতরের কাছেও একই ধরনের বিস্ফোরণ ঘটে। ঘটনার পরই পুলিশ, বোমা নিষ্ক্রিয়করণ দল এবং ফরেসিক টিম ঘটনাস্থলে পৌঁছে এলাকা ঘিরে ফেলে এবং নমুনা সংগ্রহ

PNRICE NOTICE INVITING e-TENDER NO. EE-IED/PWD/AGT/06/2026-27 dated: 05/05/2026
The Executive Engineer, Internal Electrification Division, PWD, Agartala, West Tripura on behalf of the 'Governor of Tripura', invites online percentage rate e-tender in single bid tendering system from the Central & State Public Sector undertaking/Enterprise and eligible Contractors/Firms/Private Ltd. Firm/ Agencies of Appropriate Class & Category for internal electrification works registered with any wing of State(s) PWD (CPWD /MCS /Railway having valid electrical contractor license issued by the Government of Tripura for the following work through e-procurement portal:

Sl. No.	Name of work	Estimate Cost	Earnest Money	Time of Completion
1	DNIT No. EE-IED/AGT/15/2026-27	711,298.00	14,226.00	180(One eight zero) days
2	DNIT No. EE-IED/AGT/16/2026-27	2,381,620.000	47,632.00	365(Three six five) days

Last date and time for document downloading and bidding is on 12/05/2026 upto 3.00 PM and opening of bid at 3:30 PM on 12/05/2026. For more details kindly visit: https://tripuratenders.gov.in

For and on behalf of the Governor of Tripura
(DHRUBAPADA DEBNATH)
Executive Engineer,
Internal Electrification Division,
ICA/C-286/26 PWD (Buildings), Agartala, West Tripura
Contact: 9436925870

Agartala Municipal Corporation
AGARTALA
PNle-T No:01/Div-II/AMC/2026-27 Dated : 04/05/2026

Sl No.	D.N.I.e-T No.	Estimate Cost	Earnest Money	Time of Completion
1	DNleT No.01/Div-II/AMC/2026-27	15,53,404.00	31,068.00	90(Ninety) Days

Last date and time for document downloading/bidding : 11/05/2026 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 website https://tripura.tenders.gov.in

(Er. Sujay Chaudhury)
Executive Engineer,
Division No-II
Agartala Municipal Corporation

PNIT NO: e-PT-02/W/EE/RD-DIV/JRN/2026-27 Dt. 04/05/2026.
The Executive Engineer, RD Jirania Division, RD Office, Jirania, West Tripura invites percentage/rate e-tender (two bid) in Tripura PWD Form No.7 from eligible bidders upto 3.00 P.M. of 12/05/2026 for 05 (Five) no works. For details, visit website https://tripuratenders.gov.in and contact at 9774186723. Any subsequent corrigendum will be available in the website only.

ICA/C-282/26 Executive Engineer
RD Jirania Division
Jirania, West Tripura

SNIT No.F.1(1)-TGP/Waste Paper/2024-25/549-53 dated 05-05-2026
Sealed Tender is hereby invited by the Director, G.A(Printing & Stationery) Department, Government of Tripura, Agartala from the Registered Purchaser for Sale of Waste Paper which are lying in the premises of Tripura Government Press under the G.A. (Ptg. & Sty.) Department, Agartala. The Tender must reach to the office of the Director, G.A. (Printing and Stationery) Department, on and before 22-05-2026 at 03.00 p.m. For the details information please contact to the undersigned.

(Ratan Biswas (IAS))
Director
G.A.(Printing and Stationery) Department

দ্বিপাক্ষিক সম্পর্ক উন্নীত করতে একমত ভারত-ভিয়েতনাম

নয়াদিল্লি, ৬ মে (আইএনএস): প্রতিরক্ষা সহযোগিতা আরও জোরপাল করা এবং দ্বিপাক্ষিক সম্পর্ককে নতুন উচ্চতায় নিয়ে যেতে একমত হয়েছে ভারত ও ভিয়েতনাম। বৃহস্পতি প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি এবং ভিয়েতনামের প্রেসিডেন্ট তো লাম-এর মধ্যে বৈঠকে এই সিদ্ধান্ত নেওয়া হয়। তিন দিনের ভারত সফরে থাকা তো লাম এদিন নয়াদিল্লিতে প্রধানমন্ত্রীর সঙ্গে বিস্তৃত আলোচনা করেন। বৈঠকে দুই দেশের সামরিক সম্পর্ক পর্যালোচনা করা হয় এবং আঞ্চলিক ও আন্তর্জাতিক নানা গুরুত্বপূর্ণ বিষয়ে মতবিনিময় হয়। বৈঠকের পর প্রকাশিত যৌথ বিবৃতিতে জানানো হয়েছে, দুই দেশ ‘শেয়ার্ড ভিশন, স্ট্র্যাটেজিক কনভারজেন্স ও সাবস্ট্যান্সিভ কোঅপারেশন’-এর ভিত্তিতে দ্বিপাক্ষিক সম্পর্ককে ‘এনহ্যান্সড কমপ্রিহেনসিভ স্ট্র্যাটেজিক পার্টনারশিপ’-এ উন্নীত করার সিদ্ধান্ত নিয়েছে। প্রেসিডেন্ট তো লাম ভারতের অর্থনৈতিক উন্নয়ন, উচ্চ প্রযুক্তি এবং বহুপাক্ষিক সহযোগিতা জোরদারের উদ্যোগের জন্য প্রধানমন্ত্রী মোদিকে অভিনন্দন জানান। দুই নেতা পুনরায় নিশ্চিত করেন যে প্রতিরক্ষা ও নিরাপত্তা সহযোগিতা দুই দেশের সম্পর্কের অন্যতম প্রধান স্তম্ভ। ২০৩০ সালের লক্ষ্যে ভারত-ভিয়েতনাম প্রতিরক্ষা অংশীদারিত্বের যৌথ ভিশন বাস্তবায়নের অগ্রগতিও তারা স্বাগত জানান। এছাড়া, প্রতিরক্ষা সন্ত্রাস ক্রয় বাড়ানো এবং প্রতিরক্ষা ক্ষেত্রে যৌথ গবেষণা, প্রযুক্তি উন্নয়ন ও উৎপাদন বাড়ানোর দিকেও জোর দেওয়া হয়েছে। যৌথ সামরিক মহড়া, নৌ ও বায়ুসেনার সফর বৃদ্ধি, শান্তিরক্ষা কার্যক্রম, তথ্য বিনিময়, সামরিক নিরাপত্তা ও অনুসন্ধান-উদ্ধার অভিযানে সহযোগিতা বাড়ানোর কথাও উল্লেখ করা হয়েছে। দক্ষিণ চীন সাগরে শান্তি, স্থিতিশীলতা ও নৌ-পরিবহনের স্বাধীনতা বজায় রাখার ওপর গুরুত্ব আরোপ করেন দুই নেতা। আন্তর্জাতিক আইন, বিশেষ করে ১৯৮২ সালের জাতিসংঘের সমুদ্র আইন মেনে বিরোধ নিষ্পত্তির পক্ষে সওয়াল করা হয়।

NOTICE INVITING e-TENDER NO:- 08/EE/AGRI/W/2026-27
The Executive Engineer, Agri. West Division on behalf of the 'Governor of Tripura', invites online percentage rate e-tenders in Single bid system from the eligible Central & State public sector undertaking / enterprise and eligible Contractors/Firms/ Private Ltd. Firm /Agencies of Appropriate Class registered with PWD/ TTAADC/MES/CPWD/Railway/Govt. Organization of other State & Central for the following work:-

Sl. no.	Name of work & DNleT no.	Estimated cost	Earnest money	Last date of e-bidding	Date of opening	Class of Tender
1.	Construction and Repairing of Drain (South Side) at SARS Complex, A.D. Nagar, Agartala. (Part-B) (09/AGRI/EE/WEST-I/2026-27)	Rs.18,79,387/-	Rs. 37,588/-			
2.	Construction and Repairing of Drain (South Side) at SARS Complex, A.D. Nagar, Agartala. (Part-A) (10/AGRI/EE/WEST-I/2026-27)	Rs.18,18,757/-	Rs.36,375/-			
3.	Installation of 3(three) Nos SBDTW (150 mm X 100 mm dia nominal bore) with submersible pump set having capacity 2HP at CEV Jumerdhepa (2 nos) and Bishramganj TCO (1no) under Sepahijala District. (11/AGRI/EE/WEST-I/2026-27)	Rs.8,14,358/-	Rs.16,287/-			
4.	Construction of Pumphouse for Centre of Excellency for Flower at Lembucherra, West Tripura. (12/AGRI/EE/WEST-I/2026-27)	Rs.4,73,140/-	Rs.9,463/-			

For details, please contact with the office of the undersigned /go through the e-portal www.tripuratenders.gov.in

ICA/C-278/26

(Er. Partha Pratim Pal)
Executive Engineer (West Div-I)
For and on behalf of Governor of Tripura
Department of Agriculture & FW
Agartala, Tripura (West)

ITI TO POLYTECHNIC LATERAL ENTRY NOTIFICATION

Duly filled in PolyTECHNIC Applications in prescribed format are invited from the eligible students for Lateral Entry Admission Scheme in Diploma Level Technical Institutes under the Dept. of Higher Education, Govt. of Tripura, for ITI Pass-outs in 2nd year (3rd semester) of Diploma Engineering Courses for Academic Session 2026-27 in Tripura Institute of Technology (Narsingarh), Women's Polytechnic (Hapania), Dhalai District Polytechnic (Ambassa), Gomati District Polytechnic (Udaipur), North Tripura District Polytechnic (Dharmanganar) and TTAADC Polytechnic Institute (Khumulwng), and Techno College of Engineering, Agartala, CI PET Agartala in vacant seats of different branches of the respective Institutes.

The process of application will be as follows:

Registration process	Online Registration from the website: https://deet.tripura.gov.in/
Online Registration	Opening: 08.05.2026 Closing: 31.05.2026
Registration Fees	Rs. 350/- (All candidate other than BPL) Rs. 200/- (BPL male & female candidates) (Processing charges and Goods & Service Tax (GST) are to be paid extra by the candidate, as applicable.)

N.B.:

- All other related information related to the Lateral Admission are mentioned in the Prospectus & detailed notification which are available in the website: www.highereducation.tripura.gov.in
- Admission of candidates in an institute will be subjected to merit position in the ITI Lateral Entry merit list, seat allotment through Online Counseling along with fulfillment of all eligibility criteria and other norms as specified by the Central Selection Committee-2026, Dept. of Higher Education, Govt. of Tripura.

Sd/-
Chairman
Central Selection Committee 2026

ICA/D-131/26

PNleT-04/E.E/Div-IV/AMC/26-27 Date: 02/05/2026
Online single bid percentage rate e-tender are invited for the following works:-

Sl No.	Name of the Work ID	Estimated Cost	Earnest Money	Time for Completion	Last date and time for document downloading and bidding	Time and date of Opening of Bid	Document downloading and bidding at	Class of Bidder
1	DNle-T No:06/DIV-IV/AMC/26-27 Tender ID-2026_SAMC_72332_1	36,45,060	72,901	60(Sixty) Days	11/05/2026 Time 15:00 Hrs	11/05/2026 Time 16:00 Hrs	https://tripuratenders.gov.in	Appropriate Class
2	DNle-T No:07/DIV-IV/AMC/26-27 Tender ID-2026_SAMC_72328_1	6,71,136	13,423					
3	DNle-T No:08/DIV-IV/AMC/26-27 Tender ID-2026_SAMC_72313_1	14,24,403	28,488					

Other necessary details information can be seen in the Division Office of the Executive Engineer, PW Div-IV, AMC at city Centre 4th floor in the office hour
NB: This detailed press notice & bid documents for the work can be seen on website https://tripuratenders.gov.in at free of cost. But the bad can only be submitted after uploading the mandatory scanned documents as specified in this tender document on the e-procurement website, by the eligible bidders.

Executive Engineer
P.W. Division No-IV
Agartala Municipal Corporation

ডিজিটাল পেমেণ্ট ও স্বাস্থ্যক্ষেত্রে

সহযোগিতা জোরদার করবে ভারত-ভিয়েতনাম

নয়াদিল্লি, ৬ মে (আইএনএস): স্বাস্থ্য ও ডিজিটাল প্রযুক্তির ক্ষেত্রে সহযোগিতা আরও শক্তিশালী করতে প্রতিশ্রুতি পূর্ণবর্তন করল ভারত ও ভিয়েতনাম। বৃহস্পতি প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি এবং ভিয়েতনামের প্রেসিডেন্ট তো লাম-এর বৈঠকের পর প্রকাশিত যৌথ বিবৃতিতে এই সিদ্ধান্তের কথা জানানো হয়েছে। ডিজিটাল প্রযুক্তির গুরুত্ব উল্লেখ করে দুই দেশই খুচরা লেনদেনে ইউপিআই-ডিজিটাল পেমেণ্ট ব্যবস্থা যুক্ত করার বিষয়ে প্রকাশ করেছেন। এই লক্ষ্যে রিজার্ভ ব্যাঙ্ক অফ ইন্ডিয়া এবং স্টেট ব্যাঙ্ক অফ ভিয়েতনাম-এর মধ্যে আর্থিক উদ্ভাবন ও স্বাস্থ্যক্ষেত্রে ডিজিটাল রূপান্তর, বিশেষ করে কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা-এর ব্যবহার বাড়ানোর ক্ষেত্রেও সহযোগিতা বাড়ানোর ওপর জোর দেওয়া হয়েছে। পাশাপাশি প্রতিবাহী চিকিৎসা এগোবে, যা পর্যটন ও ব্যবসাকে

উন্নত করে দেওয়া হবে। ভিয়েতনামের প্রেসিডেন্ট তো লাম-এর বৈঠকের পর প্রকাশিত যৌথ বিবৃতিতে এই সিদ্ধান্তের কথা জানানো হয়েছে। ডিজিটাল প্রযুক্তির গুরুত্ব উল্লেখ করে দুই দেশই খুচরা লেনদেনে ইউপিআই-ডিজিটাল পেমেণ্ট ব্যবস্থা যুক্ত করার বিষয়ে প্রকাশ করেছেন। এই লক্ষ্যে রিজার্ভ ব্যাঙ্ক অফ ইন্ডিয়া এবং স্টেট ব্যাঙ্ক অফ ভিয়েতনাম-এর মধ্যে আর্থিক উদ্ভাবন ও স্বাস্থ্যক্ষেত্রে ডিজিটাল রূপান্তর, বিশেষ করে কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা-এর ব্যবহার বাড়ানোর ক্ষেত্রেও সহযোগিতা বাড়ানোর ওপর জোর দেওয়া হয়েছে।

আরও সহজ করবে। এছাড়াও ডিজিটাল পাবলিক ইনফ্রাস্ট্রাকচার, ৬জি, কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা, মহাকাশ, পরমাণু শক্তি, স্মার্ট কৃষি, টেকসই জল, ফার্মাসিউটিক্যালস এবং গুরুত্বপূর্ণ খনিজসমৃদ্ধ তুলে ধরা হয়। ভিয়েতনামের গ্লোবাল বায়োফার্মেসিউটিক্যালস এবং বয়স্কদের স্বাস্থ্যের উন্নয়নে জোর দেওয়া হয়েছে। ভিয়েতনামের গ্লোবাল বায়োফার্মেসিউটিক্যালস এবং বয়স্কদের স্বাস্থ্যের উন্নয়নে জোর দেওয়া হয়েছে। দুই দেশ দুয়োয়গ মোকাবিলা, বায়োফার্মেসিউটিক্যালস এবং বয়স্কদের স্বাস্থ্যের উন্নয়নে জোর দেওয়া হয়েছে।

ত্রিপুরায় 'পণ্ডিত দীনদয়াল উপাধ্যায় প্রশিক্ষণ মহাভিযান ২০২৬' শুরু, তৃণমূল সংগঠন শক্তিশালীকরণে জোর মুখ্যমন্ত্রীর



আগরতলা, ৬ মে: প্রদেশ বিজেপি পক্ষ থেকে আনুষ্ঠানিকভাবে 'পণ্ডিত দীনদয়াল উপাধ্যায় প্রশিক্ষণ মহাভিযান ২০২৬' শুরু হয়েছে। আজ প্রদেশ বিজেপি কার্যালয়ে এই কর্মসূচির উদ্বোধন করেন মুখ্যমন্ত্রী মানিক সাহা।

নিখোঁজের একদিন পর পুকুর থেকে উদ্ধার

নিজস্ব প্রতিনিধি, চুয়াইবাড়ি, ৬ মে: প্রথমে নিখোঁজ, একদিন পর পুকুর থেকে উদ্ধার হল এক নাবালকের মৃতদেহ। মর্মান্তিক এই ঘটনাকে কেন্দ্র করে চাঞ্চল্য ছড়িয়েছে উক্ত জেলার চুয়াইবাড়ি থানার অন্তর্গত পূর্ব ফুলবাড়ি গ্রাম পঞ্চায়েতের ৭ নম্বর ওয়ার্ড এলাকায়।

মৃত নাবালকের নাম মোঃ সাকিবুল হোসেন (১২)। সে স্থানীয় বাসিন্দা মোঃ নূরুল হকের ছেলে। পরিবার সূত্রে জানা যায়, সাকিবুল বাক ও শ্রবণ প্রতিবন্ধী ছিল। পরিবারের সদস্যদের দাবি, মঙ্গলবার বিকেল সাড়ে তিনটা নাগাদ বাড়ি থেকে বেরিয়ে যাওয়ার পর থেকেই নিখোঁজ হয়ে যায় সাকিবুল।

যটনার খবর পেয়ে পরিবারের সদস্যদের পাশাপাশি চুয়াইবাড়ি থানার পুলিশ ঘটনাস্থলে পৌঁছায়। এদিন এলাকার বিধায়ক ইসলাম উদ্দিন ও ঘটনাস্থলে উপস্থিত ছিলেন। পরে গ্রামবাসীদের সহযোগিতায় পুকুর থেকে মৃতদেহটি উদ্ধার করে পরিবারের হাতে তুলে দেওয়া হয়।

দক্ষিণ জেলায় শুরু সেসাস ২০২৭-এর প্রশিক্ষণ শিবির

নিজস্ব প্রতিনিধি, বিলোনিয়া, ৬ মে: রাজ্যে শুরু হতে চলেছে সেসাস ২০২৭-এর প্রস্তুতি। সেই লক্ষ্যে বৃহত্তর দক্ষিণ জেলা প্রশাসনের উদ্যোগে বিলোনিয়া সার্কিট হাউসে সেসাস সংক্রান্ত জেলা ভিত্তিক তিন দিনের প্রশিক্ষণ শিবিরের সূচনা হয়।

প্রশিক্ষণ কর্মসূচিতে উপস্থিত ছিলেন সেসাস বিভাগের ডিরেক্টর রজন বিশ্বাস। তিনি সাংবাদিকদের জানান, জেলা পর্যায়ে খাঁর সেসাস কার্যক্রমের সঙ্গে যুক্ত থাকবেন, তাঁদের নিয়েই এই প্রশিক্ষণ আয়োজন করা হয়েছে। তিনি জানান, রাজ্য সরকারের নির্দেশ অনুসারে আগামী ১৭ জুলাই থেকে ৩১ জুলাই ২০২৬ পর্যন্ত প্রথম পর্যায় এবং ১ আগস্ট থেকে ৩ আগস্ট ২০২৬ পর্যন্ত দ্বিতীয় পর্যায় সেসাসের কাজ পরিচালিত হবে। মোট ৪৫ দিন ধরে চলাবে এই জনগণনা প্রক্রিয়া।

আদালতের রায়ে স্বস্তি ব্যবসায়ীর বাজেয়াপ্ত ফার্নিচার ফেরতের নির্দেশ

নিজস্ব প্রতিনিধি, শান্তিবাজার, ৬ মে: শান্তিবাজার শহরের বিশিষ্ট ব্যবসায়ী সজিত সেনের পক্ষে রায় দিল বিলোনিয়া জেলা ও দায়রা আদালত। দীর্ঘ আইনি লড়াইয়ের পর আদালত বগায়া বন্দপুত্রের বাজেয়াপ্ত করা ফার্নিচার ফেরত দেওয়ার নির্দেশ দিয়েছে।

শহীদ রাইফেলম্যান কল্যাণ কুমারের স্মরণে রাখানগর ব্যাটালিয়নে শ্রদ্ধার্ঘ্য অর্পণ আসাম রাইফেলসের

আগরতলা, ৬ মে: শহীদ রাইফেলম্যান কল্যাণ কুমারের আত্মত্যাগের স্মরণে মঙ্গলবার রাখানগর ব্যাটালিয়নে এক গভীর ও মর্যাদাপূর্ণ পুষ্পস্তবক অর্পণ অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণ করে আসাম রাইফেলস।

আগরতলায় অপারেশন সিন্দুরের এক বছর পূর্তি উদযাপন করল আসাম রাইফেলস

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৬ মে: অপারেশন সিন্দুরের এক বছর পূর্তি উপলক্ষে আজ আগরতলায় এক বিশেষ আউটরিচ কর্মসূচির আয়োজন করে আসাম রাইফেলস। অনুষ্ঠানে ত্রিপুরার বিভিন্ন প্রিন্ট মিডিয়ায় সাংবাদিকদের পাশাপাশি আগরতলার আসাম রাইফেলস পাবলিক স্কুল (এআরপিএস)-এর ছাত্র-ছাত্রী ও শিক্ষকরা উপস্থিত ছিলেন।

এনডিপিএস মামলায় ফের গ্রেফতার এক মাদক পাচারকারী, সোনামুড়ায় পুলিশের অভিযান

নিজস্ব প্রতিনিধি, সোনামুড়া, ৬ মে: সোনামুড়া থানার একটি পুরনো এনডিপিএস মামলার সূত্র ধরে ফের এক মাদক পাচারকারীকে গ্রেফতার করল পুলিশ। ধৃতের নাম জাকির হোসেন (৪৩)। বৃহত্তর নিজ বাড়ি থেকে তাকে গ্রেফতার করা হয়।

ধর্মনগরে নিহত যুবনেতার বাড়িতে যুব মোচার প্রদেশ সভাপতি

নিজস্ব প্রতিনিধি, ধর্মনগর, ৬ মে: ধর্মনগরে নিহত যুবনেতার বাড়িতে গেলেন যুব মোচার প্রদেশ সভাপতি তথা বিধায়ক সূশান্ত দেব। পরিবারকে সমবেদনা ও ন্যায়বিচারের আশ্বাস দিলেন তিনি।

রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী ও এই ঘটনায় শোক প্রকাশ করে নিরপেক্ষ তদন্তের আশ্বাস দিয়েছেন বলে জানা গেছে। সূশান্ত দেব বলেন, এই ঘটনা অত্যন্ত দুঃখজনক এবং দল একজন নিষ্ঠাবান কর্মীকে হারিয়েছে।

আগামী ৯ মের মধ্যে প্রকাশিত হতে পারে মাধ্যমিক-উচ্চ মাধ্যমিকের ফলাফল

আগরতলা, ৬ মে: ত্রিপুরা মধ্যশিক্ষা পর্ষদ পরিচালিত এবছরের মাধ্যমিক ও উচ্চ মাধ্যমিক পরীক্ষার ফলাফল আগামী ৯ মের মধ্যে প্রকাশিত হতে পারে।

কালমা হাইস্কুলের শিক্ষকের বিরুদ্ধে একাধিক অভিযোগ, তদন্তের দাবি স্থানীয়দের

আগরতলা, ৬ মে: জেলাহাইস্কুল পরিদর্শকের অধীনে থাকা কালমা হাইস্কুলের এক শিক্ষক নাটু নমঃ-র বিরুদ্ধে একাধিক গুরুতর অভিযোগ তুলেছেন স্থানীয় বাসিন্দা ও অভিভাবকরা।

আধুনিকভাবে সাজিয়ে তোলা হবে বটতলা মহাশ্মশান: মেয়র



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৬ মে: আধুনিকভাবে সাজিয়ে তোলা হবে বটতলা মহাশ্মশান জানালেন আগরতলা পুর নিগমের মেয়র দীপক কুমার মজুমদার।

এক মাস পর বিদ্যুৎ ফিরল বালুচড়া-মাতামবাড়িতে, স্বস্তিতে প্রায় ৫০০ পরিবার

কাটালিয়া, ৬ মে: দীর্ঘ একমাস অন্ধকারে কাটানোর পর অবশেষে বিদ্যুৎ পরিষেবা স্বাভাবিক হলো কাটালিয়া ব্লকের বালুচড়া ও মাতামবাড়ি এলাকায়।

চতুর্থ শ্রেণির পড়ুয়ার পাশে বিশ্রামগঞ্জ থানার ওসি, মানবিক উদ্যোগে প্রশংসার ঝড়

নিজস্ব প্রতিনিধি, বিশালগড়, ৬ মে: চড়িলা ব্লকের মধ্য ব্রজপুর এলাকার এক দরিদ্র পরিবারের পড়ুয়ার পাশে দাঁড়িয়ে মানবিকতার উজ্জ্বল দৃষ্টান্ত স্থান করলেন বিশ্রামগঞ্জ থানার ওসি অজিত দেববর্মা।

সাহায্যের আবেদন চিকিৎসায় সর্বস্বান্ত পরিবার, মুখ্যমন্ত্রীর কাছে আর্থিক

আগরতলা, ৬ মে: দিব্যাদ কন্যার চিকিৎসার জন্য সর্বস্ব হারিয়ে এখন চরম সংকটে পড়েছেন এক অসহায় পরিবার।

সাহায্যের আবেদন চিকিৎসায় সর্বস্বান্ত পরিবার, মুখ্যমন্ত্রীর কাছে আর্থিক

আগরতলা, ৬ মে: দিব্যাদ কন্যার চিকিৎসার জন্য সর্বস্ব হারিয়ে এখন চরম সংকটে পড়েছেন এক অসহায় পরিবার।

আইজিএম হাসপাতালে শূন্য থেকে ৫ বছর বয়সী শিশুদের সিইএলসি কিটের মাধ্যমে আধার নিবন্ধন কার্যক্রমের উদ্বোধন



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ৬ মে: আগরতলার আইজিএম হাসপাতালে আজ শূন্য থেকে ৫ বছর বয়সী শিশুদের জন্য সিইএলসি (চাইল্ড এনোরোলমেন্ট লাইট ক্রাইস্ট) কিটের মাধ্যমে আধার নিবন্ধন কার্যক্রমের উদ্বোধন হয়।

সাহায্যের আবেদন চিকিৎসায় সর্বস্বান্ত পরিবার, মুখ্যমন্ত্রীর কাছে আর্থিক

আগরতলা, ৬ মে: দিব্যাদ কন্যার চিকিৎসার জন্য সর্বস্ব হারিয়ে এখন চরম সংকটে পড়েছেন এক অসহায় পরিবার।