



স্বাধীনতা দিবসের প্রাক্কালে জাতির উদ্দেশ্যে ভাষণে

দেশের নারীশক্তি ও যুবসমাজের সাফল্য তুলে ধরেন রাষ্ট্রপতি মুর্মু

নয়াদিল্লি, ১৪ আগস্ট (আইএএনএস)। স্বাধীনতা দিবসের প্রাক্কালে জাতির উদ্দেশ্যে ভাষণে দেশের নারীশক্তি ও যুবসমাজের অগ্রগতির প্রশংসা করলেন রাষ্ট্রপতি দ্রৌপদী মুর্মু। শিক্ষাক্ষেত্র থেকে শুরু করে কৃষি, প্রতিরক্ষা, ব্যবসা ও খেলাধুলা, বিভিন্ন ক্ষেত্রে ভারতের মেয়েদের সাফল্যে সন্তোষ প্রকাশ করার পাশাপাশি দেশের তরুণ প্রজন্মকে ভারতের সবচেয়ে মূল্যবান সম্পদ হিসেবে উল্লেখ করেন তিনি। রাষ্ট্রপতি বলেন, "ভারতের মেয়েরা" আজ বিভিন্ন ক্ষেত্রে নিজেদের দক্ষতার পরিচয় দিচ্ছেন। কৃষিক্ষেত্রে উৎপাদনশীলতা বৃদ্ধিতে 'জোন দিদি'দের ভূমিকা থেকে শুরু করে বায়ুসেনায় ফাইটার কমন্ডার লিডার হিসেবে দায়িত্ব পালন, নারীরা দেশের অগ্রগতিতে গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখছেন।

সম্প্রতি গ্লাসগো অনুষ্ঠিত কমনওয়েলথ গেমসের কথাও উল্লেখ করেন রাষ্ট্রপতি। সেখানে ভারতের পাওয়া ১৩টি সোনার পদকের মধ্যে আটটি এসেছে মহিলা ক্রীড়াবিদদের হাত ধরে।

নারীদের আর্থিক স্বনির্ভরতাও দ্রুত বাড়ছে বলে জানান রাষ্ট্রপতি মুর্মু। তাঁর বক্তব্য অনুযায়ী, স্বনির্ভর গোষ্ঠীগুলিতে এখন ১০ কোটিরও বেশি মহিলা সদস্য রয়েছেন। ইতিমধ্যেই ৩ কোটি 'লাখপতি দিদি' তৈরি লক্ষ্য পূরণ হয়েছে। এবার আরও ৩ কোটি মহিলাকে নতুন করে 'লাখপতি দিদি' করার লক্ষ্য এগোচ্ছে দেশ। 'মুদ্রা যোজনা'র আওতায় আর্থিক সহায়তা পাওয়া উদ্যোক্তাদের প্রায় দুই-তৃতীয়াংশই মহিলা বলেও জানান তিনি। অর্থনৈতিক ক্ষেত্রে নারীদের এই ক্রমবর্ধমান অংশগ্রহণকে দেশের সামাজিক ও অর্থনৈতিক পরিবর্তনের গুরুত্বপূর্ণ দিক হিসেবে তুলে ধরেন রাষ্ট্রপতি। গণতন্ত্রে নারীদের অংশগ্রহণের বিষয়টিও তাঁর ভাষণে বিশেষ গুরুত্ব পায়। রাষ্ট্রপতি বলেন, ভোটদানে মহিলাদের ক্রমবর্ধমান অংশগ্রহণ ভারতের গণতন্ত্রের অন্যতম উল্লেখযোগ্য সাফল্য। ২০২৩ সালে পাশ হওয়া 'নারী শক্তি বন্দন অধিনিয়ম'-এর মাধ্যমে লোকসভা ও রাজ্য বিধানসভায় মহিলাদের জন্য ৩৩ শতাংশ **৷ ৬ এর পাতায় দেখুন**



দেশভাগের স্মরণ দিবসে

সম্প্রীতি রক্ষার আহ্বান প্রধানমন্ত্রীর

নয়াদিল্লি, ১৪ আগস্ট (আইএএনএস)। 'পার্টিশন হররস রিমেমব্রেন্স ডে' বা দেশভাগের ভয়াবহতা স্মরণ দিবসে দেশভাগের সময় ক্ষতিগ্রস্ত মানুষদের প্রতি শ্রদ্ধা জানিয়ে প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদি বলেছেন, এই দিনটি দেশের সম্প্রীতি ও আত্ম রক্ষার সংকল্পকে আরও দৃঢ় করুক।

এক্স-এ দেওয়া বার্তায় প্রধানমন্ত্রী বলেন, দেশভাগ বহু মানুষের জীবন ছিন্নভিন্ন করে দিয়েছিল। অসংখ্য পরিবার ঘরবাড়ি হারিয়েছিল, প্রিয়জনদের থেকে বিচ্ছিন্ন হয়েছিল এবং সীমাহীন দুর্ভোগের শিকার হয়েছিল। তবে সেই ভয়াবহ পরিস্থিতি কাটিয়ে বহু মানুষ ন্যায্য থেকে নতুন জীবন গড়ে তুলেছিলেন এবং দেশের অগ্রগতিতে গুরুত্বপূর্ণ অবদান



করিয়ে দেয়। এই দিনটি দেশের সম্মিলিতভাবে কাজ করার প্রেরণা

দেবে। এদিন কেন্দ্রীয় স্বরাষ্ট্রমন্ত্রী অমিত শাহও দেশভাগের সময় নিহত ও বাস্তুহীন মানুষদের স্মরণ করেন। ১৯৪৭ সালের ১৪ আগস্টকে ইতিহাসের অন্যতম নিম্ন অধ্যায় হিসেবে উল্লেখ করে তিনি বলেন, দেশভাগের সময় লক্ষ লক্ষ মানুষ প্রাণ হারান এবং কোটি কোটি মানুষ ঘরবাড়ি, সম্পত্তি ও প্রিয়জনদের ছেড়ে বাস্তুহীন হতে বাধ্য হন। অমিত শাহ বলেন, দেশভাগের সেই ক্ষত ইতিহাস কখনও ভুলবে না। 'পার্টিশন হররস রিমেমব্রেন্স ডে'-র মাধ্যমে নতুন প্রজন্মের কাছে সেই ভয়াবহতার স্মৃতি পৌঁছে দেওয়া হচ্ছে, যাতে দেশকে বিভক্ত করার শক্তিগুলি ভবিষ্যতে সফল হতে না পারে এবং 'এক ভারত, শ্রেষ্ঠ ভারত' দেশের সর্বোচ্চ লক্ষ্য হয়ে ওঠে। **৷ ৬ এর পাতায় দেখুন**

অ্যাম্বুল্যান্সে রোগীর বদলে যাত্রী পরিবহণের অভিযোগ

নিজস্ব প্রতিনিধি, তেলিয়ামুড়া, ১৪ আগস্ট। সরকারি অ্যাম্বুল্যান্স কি শুধুমাত্র রোগী পরিবহণের জন্য ব্যবহৃত হচ্ছে, নাকি রোগীকে গন্তব্যে পৌঁছে দেওয়ার পর ফেরার পথে যাত্রী বহন করে অর্ধ-উপাঙ্গনের কাজে ব্যবহার করা হচ্ছে? তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতালের এক সরকারি অ্যাম্বুল্যান্স চালকের বিরুদ্ধে ওঠা অভিযোগকে ঘিরে এমনই প্রশ্ন সামনে এসেছে। অভিযোগ, তেলিয়ামুড়া মহকুমা হাসপাতাল থেকে উন্নত চিকিৎসার জন্য কোনও রোগীকে নির্দিষ্ট হাসপাতালে রেফার করা হলে কর্তব্যরত অ্যাম্বুল্যান্স চালক তাঁকে নির্ধারিত গন্তব্যে পৌঁছে দেন। কিন্তু রোগীকে হাসপাতালে নামিয়ে দেওয়ার পর ফেরার পথে সরকারি অ্যাম্বুল্যান্সে যাত্রী **৷ ৬ এর পাতায় দেখুন**

ঐক্যবদ্ধভাবে বিকশিত ভারত গড়তে চাই : মুখ্যমন্ত্রী

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৪ আগস্ট। দেশভাগের বেদনাদায়ক ইতিহাস থেকে শিক্ষা নিয়ে দেশকে বিভাজনের হাত থেকে রক্ষা করতে সকলকে ঐক্যবদ্ধ থাকার আহ্বান জানান মুখ্যমন্ত্রী অধ্যাপক ডা. মানিক সাহা। একইসঙ্গে ২০৪৭ সালের মধ্যে 'বিকশিত ভারত'-এর স্বপ্ন বাস্তবায়নে সকলকে সম্মিলিতভাবে কাজ করার আহ্বান জানান তিনি। আজ আগরতলার বড়দোয়ালি স্কুলে বিজেপি সদর শহর জেলার উদ্যোগে আয়োজিত 'বিভাজন বিতীষিকা স্মরণ দিবস'-এর অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখতে গিয়ে মুখ্যমন্ত্রী এই আহ্বান জানান। অনুষ্ঠানে দেশভাগের সময়ের ভয়াবহতা, মানুষের দুর্ভোগ ও প্রাণহানির কথা স্মরণ করা হয়। মুখ্যমন্ত্রী বলেন, ১৪ আগস্ট

ভারতের ইতিহাসে চিরকাল একটি অসহনীয় যন্ত্রণার দিন হিসেবে স্মরণীয় হয়ে থাকবে। কয়েকটি হঠকারী সিদ্ধান্তের কারণে সেদিন মাতৃভূমি বিভক্ত হয়েছিল। দেশভাগের ফলে অগণিত মানুষকে সীমাহীন দুর্ভোগ, ক্ষতি ও বিপর্যয়ের দেশের একা, সংহতি ও সামাজিক সম্প্রীতিকে আরও শক্তিশালী করা প্রয়োজন। এদিন ত্রিপুরা পতাকার গুরুত্বও তুলে ধরেন মুখ্যমন্ত্রী। তিনি বলেন, জাতীয় পতাকার প্রতিটি রঙের সঙ্গে দেশের স্বাধীনতা সংগ্রাম, আত্মত্যাগ, সাহস ও দেশপ্রেমের গভীর সম্পর্ক রয়েছে। **৷ ৬ এর পাতায় দেখুন**



তিনি বলেন, দেশভাগের ঘটনা শুধুমাত্র ভারতের মানচিত্রের পরিবর্তন ছিল না, এর সঙ্গে জড়িয়ে রয়েছে অসংখ্য মানুষের জীবন, স্বজন হারানোর বেদনা, বাস্তুহীনতা এবং সীমাহীন দুর্ভোগের ইতিহাস। তাই এই ইতিহাস থেকে শিক্ষা নিয়ে দেশের একা, সংহতি ও সামাজিক সম্প্রীতিকে আরও শক্তিশালী করা প্রয়োজন। এদিন ত্রিপুরা পতাকার গুরুত্বও তুলে ধরেন মুখ্যমন্ত্রী। তিনি বলেন, জাতীয় পতাকার প্রতিটি রঙের সঙ্গে দেশের স্বাধীনতা সংগ্রাম, আত্মত্যাগ, সাহস ও দেশপ্রেমের গভীর সম্পর্ক রয়েছে। **৷ ৬ এর পাতায় দেখুন**

ভ্রাতৃত্বের বন্ধন আরও সুদৃঢ় হোক : মন্ত্রী রতন



নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৪ আগস্ট। দেশভাগের বেদনাদায়ক ইতিহাস থেকে শিক্ষা নিয়ে দেশের একা, সম্প্রীতি, মানবিকতা ও আত্মত্বের বন্ধন আরও সুদৃঢ় করার বার্তা দিলেন বিদ্যুৎমন্ত্রী রতন লাল নাথ। শুক্রবার স্বামী বিবেকানন্দ মহাবিদ্যালয়ের ইতিহাস বিভাগের উদ্যোগে আয়োজিত বিভাজন বিতীষিকা স্মৃতি দিবস অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখতে গিয়ে তিনি এই মন্তব্য করেন।

মন্ত্রী বলেন, এই দিনটি শুধুমাত্র অতীতকে স্মরণ করার দিন নয়, বরং বিভাজন, বিদ্বেষ ও হিংসা কীভাবে একটি সমাজ ও প্রজন্মকে ধ্বংস করে দিতে পারে, তা উপলব্ধি করে ভবিষ্যতের জন্য শিক্ষা নেওয়ার দিন। তিনি বলেন আজ আমাদের অঙ্গীকার করতে হবে যে আমরা ঐক্যবদ্ধ থাকব। দীর্ঘ সংগ্রাম, অসংখ্য মানুষের আত্মত্যাগ এবং কোটি কোটি ভারতবাসীর স্বপ্নের বিনিময়ে ১৯৪৭ সালের ১৫ আগস্ট আমরা ব্রিটিশ শাসন থেকে স্বাধীনতা অর্জন করেছিলাম। কিন্তু স্বাধীনতার সঙ্গে এসেছিল দেশভাগের যন্ত্রণা। এই বিভাজন

ভাবী প্রজন্মকে জানাতে হবে : বিপ্লব দেব



নিজস্ব প্রতিনিধি, বিলোনিয়া, ১৪ আগস্ট। দেশভাগের বেদনাদায়ক ইতিহাস ও সেই সময়ের ভয়াবহতা স্মরণ করে শুক্রবার বিলোনিয়ার শচীনদেব বর্মন অডিটোরিয়ামে পালিত হলো 'বিভাজন বিতীষিকা স্মৃতি দিবস'। দক্ষিণ জেলা বিজেপি কমিটির উদ্যোগে আয়োজিত এই অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন রাজ্যের প্রাক্তন মুখ্যমন্ত্রী তথা বর্তমান লোকসভার সাংসদ বিপ্লব কুমার দেব। ১৯৪৭ সালের দেশভাগের সময় ঘটে যাওয়া প্রাণহানি, মানুষের দুর্ভোগ এবং উদ্বাস্তু জীবনের করুণ অধ্যায় স্মরণ করার পাশাপাশি একা, সম্প্রীতি ও সৌভ্রাতৃত্বের বার্তা তুলে ধরার ছিল এদিনের কর্মসূচির মূল উদ্দেশ্য। অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন দক্ষিণ জেলা বিজেপি সভাপতি দ্বীপায়ন চৌধুরী, প্রদেশ বিজেপির সাধারণ সম্পাদক চন্দন দেবনাথ, দক্ষিণ জেলা পরিষদের সভাপতি দীপক দত্ত-সহ বিজেপির অন্যান্য নেতৃত্ব, কর্মী ও সমর্থকরা। অনুষ্ঠানে ১৯৪৭ সালের দেশভাগের করুণ ইতিহাস এবং তার ফলে সাধারণ মানুষের জীবনে নেমে **৷ ৬ এর পাতায় দেখুন**

মামলার ভয় দেখিয়ে বিরোধীদের কাবু করা যাবেনা : মানিক সরকার

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৪ আগস্ট। প্রাক্তন মুখ্যমন্ত্রী মানিক সরকারের বিরুদ্ধে মামলা দায়েরের ঘটনাকে কেন্দ্র করে রাজনৈতিক উত্তাপ বাড়ছে ত্রিপুরায়। তাঁর বক্তব্যকে ঘিরে মামলা দায়েরের খবর প্রকাশ্যে আসার পর সংবাদমাধ্যমের মুখোমুখি হয়ে তাঁর প্রতিক্রিয়া ব্যক্ত করেছেন তিনি। মানিক সরকারের অভিযোগ, মুখ্যমন্ত্রী সম্প্রতি একটি সরকারি কর্মসূচিতে গিয়ে তাঁর একটি বক্তব্যকে বিকৃত করে অসত্যের আশ্রয় নিয়েছেন। এর মাধ্যমে মানুষের মধ্যে বিভ্রান্তি তৈরি করে নিজেদের ব্যর্থতা ও দুর্বলতা থেকে নিজের খোরানোর চেষ্টা করা হচ্ছে বলেও অভিযোগ করেন তিনি। তিনি বলেন, তাঁর বক্তব্যের প্রকৃত বিষয়বস্তুকে উপেক্ষা করে রাজনৈতিক উদ্দেশ্যে সেটিকে ভিন্নভাবে উপস্থাপন করা হয়েছে। এরপরই তাঁর বিরুদ্ধে মামলা দায়েরের ঘটনা সামনে এসেছে। **৷ ৬ এর পাতায় দেখুন**

রক্তদান শিবিরের আয়োজনের আগে নবাবগুণের বাড়িতে হামলা

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৪ আগস্ট। স্বাধীনতা দিবস উপলক্ষে রক্তদান শিবির আয়োজনের প্রস্তুতির মধ্যেই ডিওয়াইএফআই-এর রাজ্য সম্পাদক নবাবগুণ দেবের বাড়িতে হামলার অভিযোগ উঠল শাসকদলের বিরুদ্ধে। বাড়িতে ডেকোরেশনের কাজ করতে আসা শ্রমিকদের মারধর এবং পরিবারের সদস্যদের প্রাণনাশের হুমকি দেওয়া হয়েছে বলে অভিযোগ করেন নবাবগুণ দেব। ঘটনাকে কেন্দ্র করে রাজনৈতিক মহলে চাঞ্চল্য ছড়িয়েছে। নবাবগুণ দেবের অভিযোগ, আগামী শনিবার স্বাধীনতা দিবস উপলক্ষে তাঁর নিজ বাসভবনে একটি রক্তদান শিবির আয়োজনের উদ্যোগ নেওয়া হয়। শিবিরের প্রস্তুতি হিসেবে গত কয়েকদিন ধরে তাঁর বাড়িতে ডেকোরেশনের কাজ চলছিল। অভিযোগ, স্থানীয় বিজেপি কর্মী-সমর্থকরা ডেকোরেশনের কাজে বাধা দিতে শুরু করেন। তাঁর দাবি, সুকান্ত পাল

নামে এক ব্যক্তি প্রায় ২৫ থেকে ৩০ জনকে সঙ্গে নিয়ে বাড়িতে এসে শ্রমিকদের হুমকি দেন। এর জেরে শ্রমিকরা কাজ ছেড়ে চলে যেতে বাধ্য হন। পরবর্তীতে শুক্রবার সকালে ডেকোরেশনের একটি দল ফের কাজ শুরু করতে তাঁর বাড়িতে আসে। অভিযোগ, দুপুরের দিকে **৷ ৬ এর পাতায় দেখুন**

শুভেচ্ছা ও ছুটি

৮০তম স্বাধীনতা দিবসে সকল রাজ্যবাসীকে আন্তরিক শুভেচ্ছা। আজ শনিবার ১৫ই আগস্ট স্বাধীনতা দিবস উপলক্ষে জাগরণ পত্রিকা ও রেণুবা প্রিন্টিং ওয়ার্কস-এর সমন্বিত বিভাগের ছুটি। তাই রবিবার (১৬ আগস্ট) পত্রিকা প্রকাশিত হবে না। সোমবার থেকে যথারীতি পত্রিকা প্রকাশিত হবে। **কর্মাধ্যক্ষ জাগরণ**

১৫ আগস্ট, ২০২৬

৮০ তম স্বাধীনতা দিবসে রাজ্যবাসীকে শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন

প্রফেসর (ডা.) মানিক সাহা
মাননীয় মুখ্যমন্ত্রী, ত্রিপুরা

ICA/D-789/26-27

ত্রিপুরা সরকার

সিস্টার
নিশ্চিন্তের প্রতীক

স্বাধীনতার ৮০ বছর

বিশ্ববাসীর কাছে ভারতের স্বাধীনতার শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন।

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



যুব সমাজ দেশের ভবিষ্যৎ ও শক্তি: রাজ্যপাল

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৪ আগস্ট: রাজ্যপাল ইন্দ্রসেনা রেড্ডি নাথু আজ সন্ধ্যায় আগরতলার হলি ক্রস স্কুলে এন.ই.এস.এন.আই.এম. (নর্থ ইস্টার্ন স্টুডেন্টস ন্যাশনাল ইন্সটিগ্রেশন মুভমেন্ট-এর উদ্বোধন করেন। হলি ক্রস এডুকেশনাল ফাউন্ডেশনের উদ্যোগে আয়োজিত এই অনুষ্ঠান আগামী ১৭ আগস্ট, ২০২৬ পর্যন্ত চলবে। অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখতে গিয়ে রাজ্যপাল ইন্দ্রসেনা রেড্ডি নাথু বলেন, ত্রিপুরা তথা দেশের শক্তি ও অগ্রগতি নির্ভর করে যুবসমাজের চরিত্র, দৃষ্টিভঙ্গি ও সক্ষমতার ওপর। তিনি বলেন, হলি ক্রস স্কুলে আয়োজিত এই অনুষ্ঠানে প্রমাণ করে যে দেশের ভবিষ্যৎ নিরাপদ হাতে রয়েছে। রাজ্যপাল জোর দিয়ে বলেন, যুবসমাজই দেশের



ভবিষ্যৎ ও শক্তি। তিনি জানান, ভবিষ্যতের চ্যালেঞ্জ মোকাবিলায় যুবকদের প্রয়োজনীয় দক্ষতা ও নৈতিক মূল্যবোধে সমৃদ্ধ করে তাদের সার্বিক বিকাশের লক্ষ্যে রাজ্য সরকার কাজ করে চলেছে। রাজ্যপাল বলেন, এন.ই.এস.এন.আই.এম. একটি

শান্তি উদ্যোগ হিসেবে যাত্রা শুরু করলেও বর্তমানে এটি ‘‘এক ভারত, শ্রেষ্ঠ ভারত’’-এর চেতনাকে তুলে ধরার একটি প্রাণবন্ত ক্ষেত্র পরিণত হয়েছে। ২৫ বছরেরও বেশি সময় ধরে এই আন্দোলন উত্তর-পূর্বাঞ্চলের বিভিন্ন রাজ্যের বৈচিত্র্যময় সংস্কৃতি,

ভাষা ও সম্প্রদায়ের ছাত্রছাত্রীদের একত্রিত করে আসছে, যাতে তারা একসঙ্গে শেখা, বেড়ে ওঠা এবং সম্মীতির সঙ্গে বসবাসের অভিজ্ঞতা অর্জন করতে পারে। স্বাগত ভাষণ দেন হলি ক্রস এডুকেশনাল ফাউন্ডেশনের সম্পাদক ফাদার জর্জ জ্যাকব, সিএসসি এবং সভাপতি ফাদার আব্রাহাম কোচুরাক্কাল, সিএসসি। ধন্যবাদ জ্ঞাপন করেন হলি ক্রস স্কুল, আগরতলার অধ্যক্ষ ফাদার জিলসন টম, সিয়েসি অনুষ্ঠানে হলি ক্রস স্কুলের ছাত্রছাত্রীরা। উত্তর-পূর্ব ভারতের বিভিন্ন রাজ্যের প্রতিনিধিত্ব করে একটি মনোজ্ঞ সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান পরিবেশন করে। এই অনুষ্ঠানের মাধ্যমে উত্তর-পূর্বাঞ্চলের রাজ্যগুলির সমৃদ্ধ ও বৈচিত্র্যময় সাংস্কৃতিক ঐতিহ্য তুলে ধরা হয়।

খুমলুঙে আবাসিক স্বল্পমেয়াদি দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ কর্মসূচি শুরু

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৪ আগস্ট: দক্ষতা উন্নয়ন অধিদপ্তরের উদ্যোগে আজ থেকে খুমলুঙস্থিত কনস্ট্রাকশন ওয়ার্কস ট্রেনিং ইনস্টিটিউট ত্রিপুরাতে আবাসিক স্বল্পমেয়াদি দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ কর্মসূচি শুরু হয়েছে। রিটার্নিং রিহাবিলিটেশন ইনিশিয়েটিভের আওতাধীন আত্মসমর্থনকারী রিটার্নিঙদের এই প্রশিক্ষণ প্রদান করা হবে। দুটি বিভাগে ৫৫ জন আত্মসমর্থনকারীদের প্রশিক্ষণ দেওয়া হবে। এরমধ্যে ২৫ জন প্রার্থীকে ৬০ দিন মেয়াদি সেলফ এমপ্লয়েড টেলিার প্রশিক্ষণ দেওয়া হবে, যা ত্রিপুরা স্মল ইন্ডাস্ট্রি কর্পোরেশন লিমিটেড পরিচালনা করবে। অবশিষ্ট ৩০ জন প্রার্থীকে ৭৫ দিনের রাজমিস্ত্রির (ব্রিক মেশন) প্রশিক্ষণ দেওয়া হবে, যা কনস্ট্রাকশন ওয়ার্কস ট্রেনিং ইনস্টিটিউট ত্রিপুরা পরিচালনা করবে। প্রশিক্ষণ কর্মসূচির উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে পশ্চিম ত্রিপুরা

জেলায় জেলাশাসক ডা. বিশাল কুমার, দক্ষতা উন্নয়ন অধিদপ্তরের অধিকর্তা প্রদীপ কে, এমডিসি ওপাল দেববর্মা, কনস্ট্রাকশন ওয়ার্কস ট্রেনিং ইনস্টিটিউট ত্রিপুরার অধ্যক্ষ সুমিত্র মজুমদার এবং বিশ্বেশ্বর দেববর্মা সহ অন্যান্য আধিকারিক ও প্রশিক্ষকগণ উপস্থিত ছিলেন। সুবিভাগেগীদের বাস্তবসম্মত দক্ষতায় পারদর্শী করতে তুলতে এবং তাদের কর্মসংস্থান ও টেকসই জীবিকার সুযোগ বৃদ্ধির লক্ষ্যে এই প্রশিক্ষণের আয়োজন করা হয়েছে। আবাসিক প্রশিক্ষণ কর্মসূচিটি যাতে সূচরূপভাবে পরিচালিত হয় তারজন্য খুমলুঙের কনস্ট্রাকশন ওয়ার্কস ট্রেনিং ইনস্টিটিউট ত্রিপুরাতে থাকা খাওয়া সহ অন্যান্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা আয়োজন করা হয়েছে। দক্ষতা উন্নয়ন অধিদপ্তরের অনুমোদিত নিয়মাবলি অনুসারেই থাকা খাওয়ার সুবিধা প্রদান করা হচ্ছে।

বিভাগেই প্রতিযোগিতা অংশগ্রহণ করেন। পুরুষ বিভাগে মোট ৬০ জন এবং মহিলা বিভাগে ৪০ জন প্রতিযোগিতা অংশ নেন। প্রতিযোগিতাকে ঘিরে অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে ব্যাপক উৎসাহ-উদ্দীপনা লক্ষ্য করা যায়। ক্রীড়ার মাধ্যমে যুবসমাজকে আরও উৎসাহিত করা এবং স্বাধীনতার চেতনাকে তরুণ প্রজন্মের মধ্যে ছড়িয়ে দেওয়াই এই আয়োজনের অন্যতম লক্ষ্য বলে আয়োজকদের পক্ষ থেকে জানানো হয়েছে।

বিভাগেই প্রতিযোগিতা অংশগ্রহণ করেন। পুরুষ বিভাগে মোট ৬০ জন এবং মহিলা বিভাগে ৪০ জন প্রতিযোগিতা অংশ নেন। প্রতিযোগিতাকে ঘিরে অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে ব্যাপক উৎসাহ-উদ্দীপনা লক্ষ্য করা যায়। ক্রীড়ার মাধ্যমে যুবসমাজকে আরও উৎসাহিত করা এবং স্বাধীনতার চেতনাকে তরুণ প্রজন্মের মধ্যে ছড়িয়ে দেওয়াই এই আয়োজনের অন্যতম লক্ষ্য বলে আয়োজকদের পক্ষ থেকে জানানো হয়েছে।

স্বাধীনতা দিবস উপলক্ষে আগরতলায় ক্রস-কান্টি প্রতিযোগিতা

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৪ আগস্ট: স্বাধীনতা দিবস-২০২৬ উদযাপনকে সামনে রেখে আগরতলায় আয়োজিত হলো বিশেষ ক্রস-কান্টি প্রতিযোগিতা। যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরের উদ্যোগে এবং ত্রিপুরা স্পোর্টস কাউন্সিল ও ত্রিপুরা আর্থলেটিক্স

অ্যাসোসিয়েশনের সহযোগিতায় এই প্রতিযোগিতার আয়োজন করা হয়। শুক্রবার সকালে আগরতলার উমাকান্ত একাডেমি মাঠ থেকে ক্রস-কান্টি প্রতিযোগিতার অনুষ্ঠানিক সূচনা হয়। অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরের উপ-অধিকর্তা বিপ্লব

দত্ত, ত্রিপুরা স্পোর্টস স্কুল বোর্ডের যুগ্ম সচিব অপূ রায়, যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া দপ্তরের অতিরিক্ত অধিকর্তা কমলেন্দু শীল-সহ দপ্তরের অন্যান্য আধিকারিকরা। স্বাধীনতা দিবস উদযাপনের অংশ হিসেবে আয়োজিত এই প্রতিযোগিতায় পুরুষ ও মহিলাদুই

বিভাগেই প্রতিযোগিতা অংশগ্রহণ করেন। পুরুষ বিভাগে মোট ৬০ জন এবং মহিলা বিভাগে ৪০ জন প্রতিযোগিতা অংশ নেন। প্রতিযোগিতাকে ঘিরে অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে ব্যাপক উৎসাহ-উদ্দীপনা লক্ষ্য করা যায়। ক্রীড়ার মাধ্যমে যুবসমাজকে আরও উৎসাহিত করা এবং স্বাধীনতার চেতনাকে তরুণ প্রজন্মের মধ্যে ছড়িয়ে দেওয়াই এই আয়োজনের অন্যতম লক্ষ্য বলে আয়োজকদের পক্ষ থেকে জানানো হয়েছে।

PRESS NOTICE INVITING e-TENDER NO: 10/EE(PWD)/BLN/2026-27
DATED: 14-08-2026
The Executive Engineer, Belonia Division, PWD(R&B), Belonia, South Tripura District, Tripura on behalf of the 'Governor of Tripura', invites online percentage rate e-tender in single bid tendering system from the eligible Central & State public sector undertaking/enterprise and eligible Contractors/ Firms/Private Ltd. Firm/Agencies of **Appropriate Class** & category registered with any wing of State(s) PWD/CPWD/MES/Railway upto **3.00 P.M. on 21-08-2026** for the following work through e-procurement portal:

SL NO	DNIT NO	ESTIMATED COST	EARNEST MONEY	TIME FOR COMPLETION	CLASS OF BIDDER
1.	Construction of Double Storied District Ware House at Belonia, South Tripura. / SH: Construction of approach road by Soling, Metalling, Faver block, C.D. structure, Protection wall & other allied works. DNIT No.71/NIT/SE-III/R/PWD(R&B)/2026-27	₹ 47,88,192.82	₹ 95,764.00	180 (One hundred eighty) days	Appropriate Class

•Last date and time for document downloading and bidding: Up to 03.00 PM on 21-08-2026
•Time and date of opening of technical bid: At 4.00 PM on 21-08-2026
•Cost of Tender document: ₹ 1,000/- only.
•Document downloading and bidding at application: <https://tripuratenders.gov.in>
•For any enquiry, please contact by e-mail to: eePWDbin2006@gmail.com.

Sd/- Illegible
Executive Engineer,
Belonia Division, PWD(R&B)
Belonia, South Tripura

ICA/C/1621/26

শিল্প ও বানিজ্য দপ্তর
আই টি আই, তেলিয়ামুড়া
ভর্তির বিজ্ঞপ্তি

তারিখ: ১৪/০৮/২০১৬ ইং

শিল্প ও বানিজ্য দপ্তরের অধীনস্থ আই টি আই, তেলিয়ামুড়া-এ ২০২৬-২৭/২৮ শিক্ষাবর্ষে নিম্নলিখিত ট্রেডে কিছু শূন্য আসনে On Merit Basis (মেধার ভিত্তিতে) Walk in Admission এর মাধ্যমে ভারতীয় নাগরিকদের কাছ থেকে ভর্তির জন্য দরখাস্ত আহ্বান করা হচ্ছে।

ক্রমিক সংখ্যা	ট্রেডের নাম	প্রশিক্ষণের সময় কাল	প্রয়োজন শিক্ষাবোর্ড যোগ্যতা	মোট আসন সংখ্যা	মোট আসন অধ্যয়ন মর্যাদা Ex-Serviceman এবং PWD- এর জন্য সংরক্ষিত আসন
1.	Computer Aided Embroidery & Designing (CAED)	1 Year	Madhyamik Pass or Equivalent.	UR-13 ST-07 SC-08	Ex-Serviceman - 01 (SC) PWD - 02
2.	Desktop Publishing Operator (DTPO)	1 Year	Madhyamik Pass or Equivalent.	UR-11 ST-05 SC-04	Ex-Serviceman - 01 (UR) PWD-02
3.	Fashions Design & Technology	1 Year	Madhyamik Pass or Equivalent.	UR-09 ST-06 SC-06	Ex-Serviceman - 01 PWD-02
4.	Mechanic Diesel	1 Year	Madhyamik Pass or Equivalent (With Mathematics & Science)	UR-04 ST-05 SC-01	Ex-Serviceman - 01 (UR) PWD-02
5.	Fitter	2 Years	Madhyamik Pass or Equivalent (With Mathematics & Science)	UR-01 ST-05 SC-01	Ex-Serviceman - 01 (UR) PWD - 02
6.	Electronics Mechanic	2 Years	Madhyamik Pass or Equivalent (With Mathematics & Science)	UR-04 ST-04 SC-00	Ex-Serviceman - 01 (ST) PWD - 02
7.	Information & Communication Technology System Maintenance (ICTSM)	2 Years	Madhyamik Pass or Equivalent (With Mathematics & Science)	UR-05 ST-09 SC-03	Ex-Serviceman - 01 (ST) PWD - 02

ভর্তির নিয়মাবলি :-

- * আবেদন পত্র জমা দেওয়ার সময় ১৭/০৮/২০২৬ থেকে ১৮/০৮/২০২৬ (সকাল ১১:০০ টা থেকে বিকাল ০৫:০০ টা পর্যন্ত)। আবেদন পত্রের নমুনা আই টি আই, তেলিয়ামুড়ার নোটিশ বোর্ডে / Training Section / website (www.telilamura.edu.in) -এ পাওয়া যাবে।
- * Merit List (মেধা তালিকা) প্রকাশ করা হবে ২০/০৮/২০২৬ তারিখ সকাল ১১:০০ টায়
- * ভর্তির সময়: ২০/০৮/২০২৬ দুপুর ১২:০০ টা থেকে বিকাল ০৪:০০ টা পর্যন্ত (ভর্তির সময় কোনো প্রার্থী অনুপস্থিত থাকলে সম্ভবত ভর্তির জন্য বিবেচনা করা হবে না এবং এটার জন্য কর্তৃপক্ষ দায়ী থাকবে না)।
- * ক্ষুদ্র প্রার্থীদের নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে স্ব-শরীরে তাদের তথ্য ও নথিপত্র (Madhyamik Admit Card, Madhyamik Mark sheet, Caste Certificate, PRIC, Aadhar Card, Bank Pass Book, Family Ration Card, Medical Fitness Certificate etc.) সমূহের Original এবং Photocopy অবশ্যই সঙ্গে নিয়ে আসতে হবে।
- * ভর্তির সময় নাদ ১০০০ টাকা Caution Money (শর্তসাপেক্ষে ফেরতযোগ্য) এবং ২ Copy passport size photo নিয়ে আসতে হবে।
- * ভর্তি সংক্রান্ত বিস্তারিত তথ্য জানানোর জন্য আই টি আই, তেলিয়ামুড়া এবং Training Section এ যোগাযোগ করতে অনুরোধ করা হচ্ছে। Contact No. 038256Y262917.
- বি.ত্র : Merit Basis (মেধা ভিত্তিক) ভর্তি শেষ হওয়ার পর সিট খালি থাকলে First Come First Serve basis এ ২১/০৮/২০২৬ সকাল ১১:০০ টা থেকে বিকাল ৪:০০ টা অবধি ভর্তি প্রক্রিয়া চলবে।

Principal
Govt. Industrial Training Institute Telilamura

ICA-D-805-26

স্বাধীনতা দিবসের প্রাক্কালে ধর্মনগরে বিজেপির তিরঙ্গা র্যালি

নিজস্ব প্রতিনিধি, ধর্মনগর, ১৪ আগস্ট: স্বাধীনতা দিবসের প্রাক্কালে উত্তর ত্রিপুরা জেলার ধর্মনগরে ভারতীয় জাতীয় পাল্টা যুব মোর্চার উদ্যোগে আয়োজিত হলো বর্ণাঢ্য তিরঙ্গা র্যালি ও ‘হর ঘর তিরঙ্গা’ কর্মসূচি। ধর্মনগর মণ্ডলের উদ্যোগে আয়োজিত এই কর্মসূচিকে ঘিরে দলীয় কর্মী-সমর্থকদের পাশাপাশি সাধারণ মানুষের মধ্যেও ব্যাপক উৎসাহ-উদ্দীপনা লক্ষ্য করা যায়। জাতীয় পতাকা হাতে নিয়ে যালিতে

অংশ নেন বিজেপির বিভিন্ন শাখা সংগঠনের নেতাকর্মী এবং স্থানীয় বাসিন্দারা। স্বাধীনতা দিবসের প্রাক্কালে স্বেচ্ছাবোধ, জাতীয় ঐক্য ও সম্মীতির বার্তা ছড়িয়ে দিতেই এই কর্মসূচির আয়োজন বলে উদ্যোগীদের পক্ষ থেকে জানানো হয়। সাংবাদিকদের প্রতিক্রিয়া দিতে গিয়ে ধর্মনগরের বিধায়ক জহর চক্রবর্তী জানান, প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদির ‘হর ঘর তিরঙ্গা’ কর্মসূচির আহ্বানে সাড়া দিয়ে এবং মুখামন্ত্রী

ডাঃ মানিক সাহার ‘এক ত্রিপুরা, শ্রেষ্ঠ ত্রিপুরা’ গড়ার লক্ষ্যকে সামনে রেখে এই তিরঙ্গা র্যালির আয়োজন করা হয়েছে। তিনি আরও বলেন, ২০৪৭ সালের মধ্যে ‘বিকশিত ভারত’ গড়ে তোলার লক্ষ্য নিয়ে কাজ করে চলেছে দল। ‘এক ভারত, শ্রেষ্ঠ ভারত’-এর ভাবনাকে সামনে রেখে রাস্তিক সবার আগে রেখে জাতি, ধর্ম ও বর্ণ নির্বিশেষে সকল মানুষকে স্বাধীনতা দিবসের এই আনন্দ উৎসবে সামিল হওয়ার আহ্বান

জানান তিনি। এদিনের কর্মসূচিতে উপস্থিত ছিলেন ধর্মনগর মণ্ডলের সভাপতি শ্যামল নাথ, উত্তর ত্রিপুরা জেলা সভাপতি কাজল দাস, যুব মোর্চা, মহিলা মোর্চা, মাইনরিটি মোর্চা, এসসি, এসটি ও ওবিসি মোর্চার নেতৃবৃন্দ-সহ দলের অন্যান্য কর্মী-সমর্থকরা। স্বাধীনতা দিবসের প্রাক্কালে ধর্মনগরে এই তিরঙ্গা র্যালি ও ‘হর ঘর তিরঙ্গা’ কর্মসূচি ঘিরে শহরজুড়ে দেশোদ্ভাবের আবহ তৈরি হয়।

খুমলুঙে দেশভাগের বেদনা স্মরণ ও ‘হর ঘর তিরঙ্গা’ র্যালি

আগরতলা, ১৪ আগস্ট: স্বাধীনতার ৮০তম বর্ষপূর্তির আবেগে দেশজুড়ে যখন তিরঙ্গার আবেগ, তখন স্বাধীনতার ইতিহাসের বেদনাময় অধ্যায় দেশভাগের মহকুমা আধিকারিক অরজিত দেববর্মা, প্রতিষ্ঠানের প্রিন্সিপাল-ইন-চার্জ সুরজ দেববর্মা, সমাজসেবী বিলু জমতিয়া-সহ শিক্ষক-শিক্ষিকা, পড়ুয়া ও বিশিষ্টজনেরা। ফিতা কেটে প্রদর্শনার আনুষ্ঠানিক উদ্বোধন করেন মন্ত্রী। পরে প্রদর্শনার বিভিন্ন অংশ ঘুরে দেখেন ‘হর ঘর তিরঙ্গা’ কর্মসূচি ও বর্ণাঢ্য তিরঙ্গা র্যালি। প্রদর্শনার মাধ্যমে পড়ুয়াদের সামনে ১৯৪৭ সালের দেশভাগের ভয়াবহ ইতিহাস তুলে ধরা হয়। দেশভাগের সময় ঘরছাড়া মানুষের দুর্দশা, বাস্তুহীন, স্বজন হারানোর বেদনা এবং প্রতিকূল পরিস্থিতির মধ্যেও মানুষের আত্মত্যাগের নানা স্মৃতি প্রদর্শনীতে তুলে ধরা হয়। অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন ত্রিপুরা সরকারের জনজাতি কল্যাণ, হস্তশিল্প ও হস্তশিল্প ও রেশমশিল্প এবং পরিসংখ্যান দফতরের মন্ত্রী বিকাশ দেববর্মা। এছাড়াও উপস্থিত

ছিলেন জিরানিয়া মহকুমা জনজাতি কল্যাণ দফতরের মহকুমা আধিকারিক অরজিত দেববর্মা, প্রতিষ্ঠানের প্রিন্সিপাল-ইন-চার্জ সুরজ দেববর্মা, সমাজসেবী বিলু জমতিয়া-সহ শিক্ষক-শিক্ষিকা, পড়ুয়া ও বিশিষ্টজনেরা। ফিতা কেটে প্রদর্শনার আনুষ্ঠানিক উদ্বোধন করেন মন্ত্রী। পরে প্রদর্শনার বিভিন্ন অংশ ঘুরে দেখেন ‘হর ঘর তিরঙ্গা’ কর্মসূচি ও বর্ণাঢ্য তিরঙ্গা র্যালি। প্রদর্শনার মাধ্যমে পড়ুয়াদের সামনে ১৯৪৭ সালের দেশভাগের ভয়াবহ ইতিহাস তুলে ধরা হয়। দেশভাগের সময় ঘরছাড়া মানুষের দুর্দশা, বাস্তুহীন, স্বজন হারানোর বেদনা এবং প্রতিকূল পরিস্থিতির মধ্যেও মানুষের আত্মত্যাগের নানা স্মৃতি প্রদর্শনীতে তুলে ধরা হয়। অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন ত্রিপুরা সরকারের জনজাতি কল্যাণ, হস্তশিল্প ও হস্তশিল্প ও রেশমশিল্প এবং পরিসংখ্যান দফতরের মন্ত্রী বিকাশ দেববর্মা। এছাড়াও উপস্থিত

ছিলেন জিরানিয়া মহকুমা জনজাতি কল্যাণ দফতরের মহকুমা আধিকারিক অরজিত দেববর্মা, প্রতিষ্ঠানের প্রিন্সিপাল-ইন-চার্জ সুরজ দেববর্মা, সমাজসেবী বিলু জমতিয়া-সহ শিক্ষক-শিক্ষিকা, পড়ুয়া ও বিশিষ্টজনেরা। ফিতা কেটে প্রদর্শনার আনুষ্ঠানিক উদ্বোধন করেন মন্ত্রী। পরে প্রদর্শনার বিভিন্ন অংশ ঘুরে দেখেন ‘হর ঘর তিরঙ্গা’ কর্মসূচি ও বর্ণাঢ্য তিরঙ্গা র্যালি। প্রদর্শনার মাধ্যমে পড়ুয়াদের সামনে ১৯৪৭ সালের দেশভাগের ভয়াবহ ইতিহাস তুলে ধরা হয়। দেশভাগের সময় ঘরছাড়া মানুষের দুর্দশা, বাস্তুহীন, স্বজন হারানোর বেদনা এবং প্রতিকূল পরিস্থিতির মধ্যেও মানুষের আত্মত্যাগের নানা স্মৃতি প্রদর্শনীতে তুলে ধরা হয়। অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন ত্রিপুরা সরকারের জনজাতি কল্যাণ, হস্তশিল্প ও হস্তশিল্প ও রেশমশিল্প এবং পরিসংখ্যান দফতরের মন্ত্রী বিকাশ দেববর্মা। এছাড়াও উপস্থিত

অসংখ্য মানুষকে নিজেদের ভিটেমাটি, পরিচিত পরিবেশ ও প্রিয়জন ছেড়ে অনিশ্চিত ভবিষ্যতের দিকে পাড়ি দিতে হয়েছিল। তাঁদের তাগ ও যন্ত্রণা সম্পর্কে নতুন প্রজন্মের জানা প্রয়োজন। ইতিহাস সম্পর্কে সচেতনতা বাড়লে স্বাধীনতার মূল্যও আরও গভীরভাবে উপলব্ধি করা সম্ভব বলে মন্তব্য করেন তিনি। এ দিনের কর্মসূচিতে পড়ুয়াদের উৎসাহিত করতে আয়োজন করা হয় মেধা সম্মাননা পর্বেরও। প্রথম থেকে তৃতীয় বর্ষ পর্যন্ত প্রতিটি বর্ষের প্রথম, দ্বিতীয় ও তৃতীয় স্থানধিকারী কৃতী শিক্ষার্থীদের হাতে পুরস্কার তুলে দেন মন্ত্রী। পড়ুয়াদের অভিনন্দন জানিয়ে আগামী দিনে আরও নিষ্ঠা, অধ্যবসায় ও আত্মবিশ্বাসের সঙ্গে এগিয়ে যাওয়ার পরামর্শ দেন তিনি। প্রতিষ্ঠান কর্তৃপক্ষ জানায়, স্বাধীনতার ৮০তম বর্ষপূর্তিকে সামনে রেখে এই কর্মসূচির উদ্দেশ্য শুধু দেশপ্রেমের আবেগ জাগিয়ে তোলা নয়, ইতিহাসের

স্বাধীনতা দিবস ও শতদল সংঘের প্রতিষ্ঠা দিবস উপলক্ষে বর্ণাঢ্য তেরঙ্গা শোভাযাত্রা

নিজস্ব প্রতিনিধি, আগরতলা, ১৪ আগস্ট: আগামী ১৫ আগস্ট ভারতের ৮০তম স্বাধীনতা দিবসের পাশাপাশি শতদল সংঘের ৬৮তম প্রতিষ্ঠা দিবসও যথাযোগ্য মর্যাদা ও উৎসাহ-উদ্দীপনার সঙ্গে পালনের উদ্যোগ নেওয়া হয়েছে। এ উপলক্ষে বিভিন্ন কর্মসূচির আয়োজন করেছে শতদল সংঘ। ১৫ আগস্ট শনিবার সকাল ৮টায় শতদল সংঘ প্রাঙ্গণে জাতীয় পতাকা উত্তোলন করবেন সংঘের সভাপতি পীযুষ কান্তি ভৌমিক। এরপর ক্লাবের পতাকা উত্তোলন করবেন সংঘের সম্পাদক অধীর

দেবনাথ। সকাল সাড়ে ৮টায় শতদল সংঘ প্রাঙ্গণ থেকে একটি বর্ণাঢ্য তেরঙ্গা শোভাযাত্রা বের হবে। শোভাযাত্রাটি আগরতলা শহরের বিভিন্ন পথ পরিভ্রমণ করবে। এই অনুষ্ঠানের সূচনা করবেন সভাপতি রাজীব ভট্টাচার্য। অনুষ্ঠানে উপস্থিত থেকে বীর স্বাধীনতা সংগ্রামীর প্রতিকৃতিতে মালাদান করবেন তথ্য ও সংস্কৃতি দপ্তরের চেয়ারম্যান নবেন্দু

ভট্টাচার্য, টি-বোর্ডের প্রাক্তন চেয়ারম্যান সন্তোষ সাহা, আগরতলা পুর নিগমের ২৪ নম্বর ওয়ার্ডের কর্পোরেটর তথা পুর নিগমের পূর্ব জোনাল চেয়ারম্যান সুখময় সাহা, ২৫ নম্বর ওয়ার্ডের কর্পোরেটর সীমা দেবনাথ, বিশিষ্ট সমাজসেবী অসীম ভট্টাচার্য ও অবিরম চৌধুরী। এছাড়াও উপস্থিত থাকবেন সংঘের প্রাক্তন সভাপতি নিহার রঞ্জন দেবনাথ ও

গোপাল দত্ত, উপদেষ্টা মণ্ডলীর সদস্য ডাঃ সুবল দেবনাথ ও ডাঃ পীযুষ রঞ্জন দাস-সহ অন্যান্য বিশিষ্ট ব্যক্তিত্ব। এই মহতী অনুষ্ঠানে ধলেশ্বর এলাকার প্রতিটি নাগরিককে অংশগ্রহণ করার জন্য বিশেষ আহ্বান জানিয়েছেন শতদল সংঘের সম্পাদক অধীর দেবনাথ। তাঁর আহ্বান, স্বাধীনতার সৌন্দর্য ও দেশোদ্ভাবের চেতনাকে সামনে রেখে সকলেই এই কর্মসূচিতে অংশগ্রহণ করুন।

NOTICE INVITING e- TENDER NO:-33/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/TTAACD/MES/CPWD/Railway/Govt. Organization of other State & Central for the following work:-

Sl. No.	Name of Work & e-D.N.I.T No.	Estimated Cost	Earnest Money	Last date of e-Bidding	Date of opening	Class of Tender
1	Re-Construction of R.C.C Gate at the Entrance of Krishi Bhawan Directorate of Agriculture & Farmers' Welfare 2025-26. (46/AGRI/EE(WEST-I)/2026-27)	Rs. 14,68,955/-	Rs. 29,379/-	Up to 20.08.2026 at 2.00 PM	At 3.00 PM 20.08.2026	Appropriate Class

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

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

ICA-C-1602-26

শিল্প প্রশিক্ষণ প্রতিষ্ঠান, শান্তিরবাজারে (ITI SANTIRBAZAR) শূন্য আসনে ভর্তির বিজ্ঞপ্তি (OFFLINE)

আই টি আই শান্তিরবাজারে ২০২৬-২০২৭/২০২৮ শিক্ষাবর্ষে নিম্নে উল্লিখিত ট্রেড সমূহে নির্দিষ্ট কাটাগরি -তে অফলাইনে ভর্তির জন্য আবেদনপত্র আহ্বান করা হচ্ছে। প্রার্থী নির্বাচন হতে যোগাযোগিক শূন্য আসনের বিস্তারিত তালিকা নিম্নে উল্লিখ করা হল :-

Sl No	Trade Name	Qualification	Vacant Seats (in Nos)			Total Vacancy (Including PWD reservation)	PWD	
			UR	SC	ST			
1	Architectural Draughtsman	মহাবিদ্যালয় পর্যায়ের পত্রিকা এবং বিজ্ঞান বিভাগ	9	02	11	1(U)	23	2
2	COPA	মহাবিদ্যালয় পর্যায়ের পত্রিকা	4	1	06	1(SC)	12	1
3	Dress Making	আই টি আই	13	07	12	Nil	32	2
4	Plumber	আই টি আই	17	06	13	1(U)	37	2
5	Surveyor	মহাবিদ্যালয় পর্যায়ের পত্রিকা এবং বিজ্ঞান বিভাগ	04	02	04	1(ST)	11	2

- ভর্তির নিয়মাবলি পূর্বে প্রকাশিত বিজ্ঞপ্তি অনুযায়ী থাকবে।
- আবেদন পত্রের নমুনা আই টি আই শান্তিরবাজার-এর নোটিশ বোর্ডে দেওয়া থাকবে।
- আবেদন পত্র শান্তিরবাজার আই টি আই -এ ১৭-০৮-২০২৬ ইং তারিখ হইতে ১৮-০৮-২০২৬ ইং তারিখ (সকাল ১০:০০ ঘটিকা হইতে বিকাল ৪:০০ ঘটিকা পর্যন্ত) এর মধ্যে জমা দেওয়া হইবে।
- মেধা তালিকা ১৮-০৮-২০২৬ ইং তারিখ -এ বিকাল ৫:৩০ মিনিটে প্রকাশিত হবে।
- PWD প্রার্থীদের Counselling cum Walk-in Admission : ২০-০৮-২০২৬ ইং তারিখ, সকাল ১০:০০ ঘটিকা হইতে ১১:০০ পর্যন্ত।
- মাধ্যমিক উত্তীর্ণ বিভাগের প্রার্থীদের Counselling cum Walk-in Admission : ২০-০৮-২০২৬ ইং তারিখ, সকাল ১১:০০ ঘটিকা হইতে দুপুর ১:৩০ পর্যন্ত।
- অষ্টম শ্রেণী উত্তীর্ণ বিভাগের প্রার্থীদের Counselling cum Walk-in Admission : ২০-০৮-২০২৬ ইং তারিখ, দুপুর ২:০০ ঘটিকা হইতে বিকাল ৪:০০ ঘটিকা পর্যন্ত।
- ভর্তির জন্য মেধা তালিকা অনুসারে নাম ডাকার পর, কোন প্রার্থী যদি বোর্ডের সামনে এসে হাজির না হয়, তবে সে ক্ষেত্রে তাকে অনুপস্থিত হিসাবে গণ্য করা হবে এবং মেধা তালিকার ক্রমানুসারে পরবর্তী প্রার্থীকে সুযোগ দেওয়া হবে।
- প্রার্থীদের উপরোক্ত তারিখ-এ Caution Money- ১০০০ টাকা নাদ, ২ কপি স্ট্যাম্প সাইজ রপ্তানি ছবি, রেশন কার্ডের প্রতিলিপি এবং সমস্ত সার্টিফিকেট -এর original & self-attested স্কটকপি এবং No Active Admission Undertaking সহকারে প্রতিষ্ঠানে এসে নির্দিষ্ট সময়ে ভর্তি হতে হবে।

স্বাক্ষর-অস্পষ্ট
আধারক
আই টি আই, শান্তিরবাজার

ICA-D-804-26

বি.ত্র: মেধা তালিকা এবং পরবর্তী সংশোধনীর জন্য দয়া করে শিল্প প্রশিক্ষণ প্রতিষ্ঠানের ওয়েবসাইট (www.itsantirbazar.in) অনুসরণ করুন।

স্বাধীনতা দিবস উপলক্ষে শান্তিরবাজারে বর্ণাঢ্য তিরঙ্গা বাইক র্যালি

শান্তির বাজার, ১৪ আগস্ট: ৮০তম স্বাধীনতা দিবসকে সামনে রেখে শান্তির বাজারে অনুষ্ঠিত হলো বর্ণাঢ্য তিরঙ্গা বাইক র্যালি। শান্তির বাজার মহকুমা প্রশাসন, বোকাফা ব্রক এবং শান্তির বাজার পুর পরিষদের যৌথ উদ্যোগে আয়োজিত এই র্যালিকে ঘিরে এলাকায় ব্যাপক উৎসাহ-উদ্দীপনা লক্ষ্য করা যায়। আগামী ১৫ আগস্ট বেতাগায় অবস্থিত শান্তির বাজার গভমেন্ট

ডিল্লি কলেজের মাঠে যথাযোগ্য মর্যাদায় ৮০তম স্বাধীনতা দিবস উদযাপনের প্রস্তুতি চলছে। তারই প্রাক্কালে শুক্রবার এই তিরঙ্গা বাইক র্যালির আয়োজন করা হয়। বোকাফা ব্রক প্রাঙ্গণ থেকে র্যালিটির আনুষ্ঠানিক সূচনা করেন শান্তির বাজার বিধানসভা কেন্দ্রের বিধায়ক প্রমোদ রিয়াং এবং মহকুমাশাসক তরুণকান্তি সরকার। জাতীয় পতাকা হাতে ও বাইকে তিরঙ্গা পতাকা নিয়ে অংশগ্রহণকারীরা

শান্তির বাজার শহরের বিভিন্ন পথ পরিভ্রমণ করেন। পরে র্যালিটি শান্তির বাজার মহকুমাশাসকের কার্যালয়ে গিয়ে শেষ হয়। র্যালি প্রসঙ্গে সংবাদমাধ্যমের সামনে বিস্তারিত জানান বোকাফা ব্রকের সমষ্টি উন্নয়ন আধিকারিক মনোজ পাল। অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন বিধায়ক প্রমোদ রিয়াং, মহকুমাশাসক তরুণকান্তি সরকার, বোকাফা ব্রকের সমষ্টি উন্নয়ন আধিকারিক মনোজ পাল, শান্তির

বাজার পুর পরিষদের চেয়ারম্যান সত্যব্রত সাহা, বিশিষ্ট সমাজসেবী দেবনাথ ঠোমিক-সহ বাসিন্দারা। মহকুমাশাসক ও বোকাফা ব্রকের উদ্যোগে আয়োজিত এই তিরঙ্গা র্যালিতে সাধারণ মানুষের অংশগ্রহণ ছিল চোখে পড়ার মতো। জাতীয় পতাকা হাতে র্যালিতে অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে স্বাধীনতা দিবসকে ঘিরে ব্যাপক উৎসাহ ও উদ্দীপনা দেখা যায়।

হরেকরকম হরেকরকম হরেকরকম

স্বাধীনতা দিবসের আলোছায়ায় হারিয়ে যাওয়া কিছু ইতিহাস.....



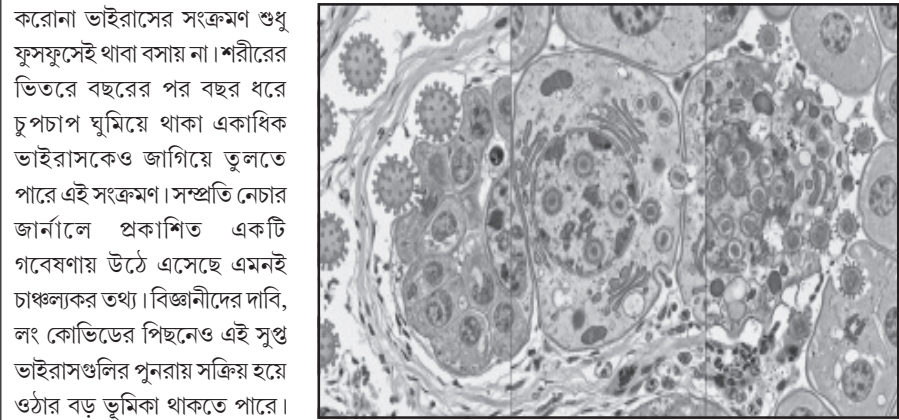
সুনীল মাইতি
(বিশিষ্ট প্রাবন্ধিক ও শিক্ষক)
দেশজুড়ে আলোকসজ্জা; তেরদা পতাকা উন্মেষ আর লালকল্লা থেকে গভীর ভাষণ আজকের স্বাধীনতা দিবস মানেই এক সুবিনাস্ত; মহিমামিত উদযাপনের আখ্যান। ১৯৪৭ সালের ১৫ ই আগস্ট ভারত যখন পরাধীনতার শৃঙ্খল মুক্ত হয়ে এক নতুন ভোরের মুখ দেখেছিল; তখন থেকেই প্রতি বছর এই বিশেষ দিনটি আমাদের জাতীয় ঐক্যের শ্রেষ্ঠ প্রতীক হয়ে উঠেছে। কিন্তু এই সর্বজনীন আনন্দের আড়ালে; ইতিহাসের ঘন অন্ধকারের গভীরে জমা পড়ে রয়েছে কিছু এমন অধ্যায়; যা আমাদের মূলধারার স্বাধীনতা সংগ্রামের চর্চায় প্রায় অনালোচিত থেকেই যায়। স্বাধীনতার দীর্ঘ পথের এত অনালোচিত ও অজানা দিকগুলো কেবল বিস্মৃত অতীতের স্মারক নয়; বরং তা বর্তমান ভারতের আত্মানুসন্ধানেরও এক জরুরী দলিল। আমাদের প্রচলিত ইতিহাস চর্চা প্রায়শই স্বাধীনতাকে কয়েকজন মহাপুরুষের দূরদর্শিতা এবং কয়েকটি নির্দিষ্ট আন্দোলন যেমন অহিংস; অসহযোগ; ভারত ছাড়া বা সশস্ত্র বিপ্লব - এর একক ফসল বলে মনে করে। অথচ ইতিহাস তার নিজস্ব গতিতে বহু সাধারণ মানুষের নিঃশেষ রক্তক্ষরণে পুষ্ট হয়েছে।



বিশেষত উপজাতি এবং প্রান্তিক জনগোষ্ঠীর অবদান মূলধারার জাতীয়তাবাদী ইতিহাসে যে স্থান পাওয়া উচিত ছিল; তা বহুক্ষেপেই উপেক্ষিত। ১৮৫৫ সালের ‘সাঁওতাল বিদ্রোহ’ বা বিরসা মুন্ডার ‘উলওলান’ কেবল উপনিবেশিক ব্রিটিশ শাসনের বিরুদ্ধে প্রথম দিকের আঘাত ছিল না; তা ছিল ভারতের জমি; জল ও জঙ্গল রক্ষার এক মৌলিক সংগ্রাম। কিন্তু উত্তর-ওপনিবেশিক ভারতের স্বাধীনতা দিবসের আলোচনায় এই প্রান্তিক বীরদের ত্যাগের কথা কেবল দু-একটি অনুচ্ছেদে সীমাবদ্ধ থেকে যায়। ভারতের স্বাধীনতা আন্দোলনে উত্তর-পূর্ব ভারতের আদিবাসী সংগ্রামীদের ভূমিকা —যেমন মনিপুরের রানী গাই দিগ্গলিউ; মেঘালয়ের ইউ তিরোতা সিং কিংবা অসমের কনকলতা বড়ুয়ার আত্মত্যাগ ইতিহাসের পাঠ্যপুস্তকে কেন আজও গৌণ; সে প্রশ্ন আধুনিক ইতিহাসবিদদের তাড়া করে ফেরে। একইভাবে ইতিহাসের আড়ালে থেকে গেছে স্বাধীনতা সংগ্রামের গোপনীয় অর্থসংস্থান ও বার্তা যোগাযোগের অবিশ্বাস্য নেটওয়ার্ক। যেকোনো বৃহৎ রাজনৈতিক আন্দোলন বা সশস্ত্র অভ্যুত্থানের নেপথ্যে প্রয়োজন হয় বিপুল আর্থিক ও তথ্যগত কাঠামো। ১৯২০-এর দশকে লোকমান্য

তিলক স্বরাজ ফাট তৈরি করে শুরু করে আজাদ হিন্দ ফৌজের জন্য দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়ার প্রবাসী ভারতীয়দের সর্বস্ব উজাড় করে দেওয়া —এর পেছনে ছিল এক বিশাল অর্থনৈতিক আত্মত্যাগ। রেঙ্গুন ও সিঙ্গাপুরের অতি সাধারণ এবং গৃহবধুরা তাদের জমানো সঞ্চয় ও গহনা তুলে দিয়েছিলেন নেতাজির হাতে। মহাত্মা গান্ধীর আন্দোলনের খরচ চালাতে শিল্পপতিদের পাশাপাশি অবদান রেখেছিলেন নাম না-জানা হাজার হাজার কৃষক ও শ্রমিক। অন্যদিকে; ১৯৪২-এর ভারত ছাড়াই আন্দোলনের সময় উত্তর-পূর্ব ভারতের আদিবাসী সংগ্রামীদের ভূমিকা —যেমন মনিপুরের রানী গাই দিগ্গলিউ; মেঘালয়ের ইউ তিরোতা সিং কিংবা অসমের কনকলতা বড়ুয়ার আত্মত্যাগ ইতিহাসের পাঠ্যপুস্তকে কেন আজও গৌণ; সে প্রশ্ন আধুনিক ইতিহাসবিদদের তাড়া করে ফেরে। একইভাবে ইতিহাসের আড়ালে থেকে গেছে স্বাধীনতা সংগ্রামের গোপনীয় অর্থসংস্থান ও বার্তা যোগাযোগের অবিশ্বাস্য নেটওয়ার্ক। যেকোনো বৃহৎ রাজনৈতিক আন্দোলন বা সশস্ত্র অভ্যুত্থানের নেপথ্যে প্রয়োজন হয় বিপুল আর্থিক ও তথ্যগত কাঠামো। ১৯২০-এর দশকে লোকমান্য

করোনার ধাক্কাতেই জেগে উঠেছে শরীরের ভিতরে ঘুমিয়ে থাকা ভাইরাস, চাঞ্চল্যকর তথ্য গবেষণায়



করোনা ভাইরাসের সংক্রমণ শুধু ফুসফুসেই থাকা বসায় না। শরীরের ভিতরে বহুরের পর বছর ধরে চুপচাপ ঘুমিয়ে থাকা একাধিক ভাইরাসকেও জাগিয়ে তুলতে পারে এই সংক্রমণ। সম্প্রতি নেচার জার্নালে প্রকাশিত একটি গবেষণায় উঠে এসেছে এমনই চাঞ্চল্যকর তথ্য। বিজ্ঞানীদের দাবি, লং কোভিডের পিছনেও এই সুপ্ত ভাইরাসগুলির পুনরায় সক্রিয় হয়ে ওঠার বড় ভূমিকা থাকতে পারে। কী বলছে গবেষণা
আমেরিকার বস্টন চিলড্রেস হাসপাতাল এবং দেশের ১৫টি বায়োমেডিক্যাল গবেষণা কেন্দ্রের যৌথ উদ্যোগে হয়েছে এই সমীক্ষা। ২০২০ সালের মে থেকে ২০২১ সালের মার্চের মধ্যে আমেরিকার ২০টি হাসপাতালে ভর্তি থাকা ১,১৫৪ জন করোনা রোগীর উপরে চালানো হয়েছিল এই গবেষণা। রোগীদের প্রায় অর্ধেকের শরীরেই অন্তত একটি সুপ্ত ভাইরাস নতুন করে সক্রিয় হয়ে উঠেছিল বলে দেখা গিয়েছে। এপিস্টিন-বার ভাইরাস, সাইটোমেগালোভাইরাস, হার্পিস সিমপ্লেক্স ভাইরাস এবং অ্যান্‌লোভাইরাস, মূলত এই চার ধরনের ভাইরাসের পুনরায় উজ্জীবিত হয়ে ওঠার প্রমাণ মিলেছে রোগীদের শরীরে। রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাসহ রোগ গবেষণার সবচেয়ে চমকে দেওয়া দিক হলো, যাঁদের রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতা একেবারে স্বাভাবিক এবং যাঁরা রীতিমতো সুস্থ, তাঁদের শরীরেও এই ভাইরাসগুলি জেগে উঠেছে। দক্ষিণ আফ্রিকার স্টেলেনবশ বিশ্ববিদ্যালয়ের ফিজিওলজিস্ট রেসিয়া প্রিটোরিয়াসের মতে, এতদিন ধারণা ছিল, শুধু দুর্বল রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতাসম্পন্ন মানুষের শরীরেই এমনটা হতে পারে। কিন্তু এই গবেষণা সেই

বস্টন চিলড্রেস হাসপাতালের প্রিশিশন ডাকসিপ প্রোথামের ডিরেক্টর ওফের লেভির কথায়, অনেকেরই এখন আর করোনাকে বড় সমস্যা বলে মনে করেন না। কিন্তু বাস্তব হলো, ২০২৫-২৬ সালের শীতাই আমেরিকায় করোনায় প্রাণ গিয়েছে প্রায় ৫০ হাজার মানুষের। আর লং কোভিডে ভুগছেন প্রায় এক কোটিরও বেশি প্রাপ্তবয়স্ক আমেরিকান। তাই এই রোগীদের সুস্থ করে তোলার রাস্তা খুঁজে বার করা এখনও জরুরি বলেই মনে করেন তিনি।
গবেষণার সীমাবদ্ধতা
গবেষকেরা অবশ্য এটাও জানিয়েছেন, যাঁদের উপরে এই সমীক্ষা চালানো হয়েছিল, তাঁরা প্রত্যেকেই ছিলেন টিকাবিহীন এবং অতিমারির একেবারে গোড়ার দিকে হাসপাতালে চিকিৎসাধীন রোগী। তাই বর্তমান করোনা প্রজাতি এবং ব্যাপক টিকাকরণের পরবর্তী সমসয়কে এই ফল ঠিক কতটা প্রযোজ্য, তা এখনও স্পষ্ট নয়। তবু বিজ্ঞানীদের আশা, শরীরের শারীরিক দুর্বলতার মতো লং কোভিডের উপসর্গের সঙ্গে সরাসরি যুক্ত থাকতে পারে। যদিও গবেষকেরা স্পষ্ট করে দিয়েছেন, এই ভাইরাস পুনরায় সক্রিয় হওয়াই যে লং কোভিডের কারণ, তার প্রমাণ এখনও মেলেনি।

বাচ্চাদের স্কুলের টিফিনের মজার কিছু রেসিপি কীভাবে বানাবেন কচুপাতা চিংড়ি ভাপা

আপনার বাড়ির ছোট মানুষটি বড় হয়ে গিয়েছে। কীধে স্কুলবাগ ঝুলিয়ে জীবনে প্রথম স্কুলে পা রাখতে চলেছে। তিন-চার বছরের এই নতুন অভিযাত্রীর সামনে এখন অপেক্ষা করছে একদম নতুন এক জগৎ। নতুন পরিবেশ, নতুন শিক্ষক, নতুন বন্ধ আর প্রতিদিন নতুন কিছু দেখার আনন্দ। স্কুলের প্রথম কয়েকদিনের সবচেয়ে বড় আকর্ষণগুলোর একটি হলো টিফিন টাইম। সহপাঠীদের সঙ্গে একসঙ্গে বসে খাওয়া, গল্প করা—এসবই হয়ে ওঠে শৈশবের সদুপ স্মৃতি। তবে এই সময়েই বেশিরভাগ অভিভাবকের মনে একটি প্রশ্ন ঘুরপাক খায়—টিফিনে কী দেওয়া যায়? খাবারটি হতে হবে পুষ্টির, সুস্বাদু, দেখতে আকর্ষণীয় এবং এমন, যা ছোট শিশুটি নিজের সহজে খেতে পারবে। অনেক মা-বাবারই পরিচিত একটি অভিজ্ঞতা হলো, যত যত্ন করে টিফিন তৈরি করা হোক না কেন, দিনের শেষে সেটি প্রায় আগের মতোই ভর্তি অবস্থায় বাড়িতে ফিরে আসে। তাই ব্যস্ত সন্ধ্যার কথা মাথায় রেখে রইল এমন পাঁচটি সহজ ও মজার কিছু টিফিন রেসিপি, যা অল্প সময়েই তৈরি করা যায় আর ছোট সোনামণিরাও আনন্দ করে খেতে পারবে।

ফ্রেশ টোস্ট উইথ চিজ সসেজ টিপিং
উপকরণ-এটা বানাতে লাগবে ২ পিস পউরটি, ১টি ডিম, ১ চামচ গুঁড়ো দুধ, ১ ব্রিসি চিজ বা সামান্য ঢাকই

সামান্য মরিচের গুঁড়ো এবং ভাজার জন্য তেল।
প্রণালী- ফুলকপি বা ব্রকলি ছোট টুকরো করে হালকা সেদ্ধ করুন। আলুদ একটি পাত্রে ডিম, দুধ, ময়দা, চিজ ও মরিচের গুঁড়ো মিশিয়ে ব্যাটার তৈরি করুন। এরপর সবজির টুকরোগুলো ব্যাটারে ডুবিয়ে সোনালি রং হওয়া পর্যন্ত ভেজে নিলেই তৈরি হয়ে উঠবে চিজ পপার্স। বোনলেস চিকেন ফ্রাই
উপকরণ- ৩০০ গ্রাম হাড়বিহীন মুরগির বুকের মাংস, ১টি ডিম, আধ কাপ ময়দা বা চালের গুঁড়ো, ব্রেড ক্রাম, আধ চা চামচ আলু বাটা, আধ চা চামচ রসুন বাটা, লবণ ও গোলমরিচ, আধ চা চামচ সসুন বাটা।
উপকরণ- ছোট একটি ফুলকপি বা ব্রকলি, ৫০ গ্রাম চিজ বা পনির, ১টি ডিম, আধ কাপ তরল দুধ, আধ কাপ ময়দা বা টেস্‌চুরা, লবণ ও

চিংড়ি মাছের নাম শুনেলেই ভোজনরসিক বাঙালির জিভে জল চলে আসে। চিংড়ি মালাইকারি, সর্ষে চিংড়ি, ডাব চিংড়ির পাশাপাশি এখন রেস্টুরাঁর মেনুতে বেশ জনপ্রিয় হয়ে উঠেছে কচুপাতা চিংড়ি ভাপা। কচুপাতার স্বাদ ও চিংড়ির অনবদ্য যুগলবন্দিতে তৈরি এই পদ গরম গরম ভাতের সঙ্গে খেতে লাজবাব লাগে। অল্প কিছু উপকরণেই বাড়িতে সহজে বানিয়ে নিতে পারেন এই সুস্বাদু রেসিপি। নিচে রইল কচুপাতা এবং চিংড়ির অসাধারণ মেলবন্ধনে তৈরি রেসিপির প্রণালী।
উপকরণ-
কচুপাতা- ১০টি
কুচো চিংড়ি-৫০০ গ্রাম
সর্ষের তেল-২০০ গ্রাম
সর্ষে বাটা-৩ টেবিল চামচ
পোস্ত বাটা- ৪ টেবিল চামচ
কাজুবাদাম বাটা- ২ টেবিল চামচ
নারকেল কোরা- ১ কাপ
কাঁচালবঙ্গ- ৫টি (বাটা)
হলুদ গুঁড়ো- ২ চা চামচ
নুন ও চিনি- স্বাদমতো
পাতিলেবু- ১টি
প্রণালী- প্রথমে কচুপাতা ভালোভাবে ধুয়ে সরু করে কুচি করে নিন। এরপর নুন ও লেবুর রস মেশানো গরম জলে কয়েক মিনিট ভাপিয়ে তুলে জল ঝরিয়ে রেখে দিন। অন্যদিকে কুচো চিংড়ি পরিষ্কার করে নুন ও হলুদ মাখিয়ে সর্ষের তেলে হালকা করে ভেজে নিন। এবার সেই কড়াইতেই কাঁচালবঙ্গ বাটা, সর্ষে বাটা, পোস্ত



বাটা ও কাজুবাদাম বাটা দিয়ে ভালোভাবে কবিয়ে নিন। মশলা থেকে তেল ছাড়তে শুরু করলে ভাজা চিংড়ি দিয়ে নাড়াচাড়া করুন। এরপর স্বাদমতো নুন ও সামান্য চিনি মিশিয়ে দিন। সঙ্গে নারকেল কোরা দিয়ে আরও কয়েক মিনিট রান্না করুন। সবশেষে আগে থেকে ভাপিয়ে রাখা কচুপাতা কুচি মিশিয়ে ২-৩ মিনিট নেড়ে গ্যাস বন্ধ করে নিন। রান্না নামানোর পর উপর থেকে এক চামচ কাঁচা সর্ষের তেল ছড়িয়ে ঢেকে পাঁচ মিনিট রেখে দিন। তারপর ধোঁয়া ওঠা থাকা ভাতের সঙ্গে পরিবেশন করুন সুস্বাদু কচুপাতা চিংড়ি। ছোট থেকে বড় সবাই চিভে জল এনে দেবে এই সুস্বাদু রেসিপি।

শরীর-স্বাস্থ্য ভাল রাখতে তামার বোতলে জল খান

স্বাস্থ্য সচেতন অনেক মানুষই তামার বোতলে জল খান। আয়ুর্বেদ মতে, সকালে খালি পেটে তামার পাত্রে রাখা জল খেলে হজমক্ষমতা বৃদ্ধি পায়। তা বিপাকক্রিয়ার গতিও বাড়িয়ে তোলে। ভারতে তামার পাত্রে জল খাওয়ার চল বেশ প্রাচীন। তবে একটা সময়ের পর কাচ, প্লাস্টিকের বোতলের ব্যবহার বৃদ্ধি পাওয়ায় তামার পাত্রে চল কমে আসে। তবে তামার পাত্রে জলের খাওয়ার নানা উপকারিতা থাকায়, আবার সেই ব্যবহার ফিরেছে। আধুনিক জীবনযাপনের সঙ্গে সামুজ্ঞা রেখে ঘড়া বা কলসি নয়, তামার তৈরি রকমারি বোতল ব্যবহার হচ্ছে জল খাওয়ার জন্য। প্রতি দিন সেই বোতল শুধু ব্যবহার করলেই হয় না, তা পরিষ্কার করাও জরুরি। না হলে উপকারের বদলে, শরীরে বাসা বাঁধতে পারে রোগজীবাণু। তবে



তরল সাবান নয়, তামার বোতল পরিষ্কারের চার সহজ কৌশল জেনে নিন। ১.নুন-লেবু অথবা ভিনিগার তামার সঙ্গে অল্পজনের বিক্রিয়ায় একটা কালচে কষ তৈরি হয়। সেই কষ ওঠাতে ও বোতলের ভিতরটা পরিষ্কার করে নিতে নুনের সঙ্গে পাতিলেবু মিশিয়ে পরিষ্কার করতে পারেন। বোতলের বাইরে ভাল করে পরিষ্কার করে বোতলের ভিতরে লেবুর জল বা ভিনিগার জল মিশিয়ে কিছু ক্ষণ ভাত্রে রেখে তা

ধুয়ে শুকিয়ে নেওয়া দরকার। ২.দিন্দা অস্তুর বোতল পরিষ্কার করা দরকার। ৩.তৈতুল-তৈতুল দীর্ঘ দিন ধরে তামার বাসন পরিষ্কারে ব্যবহার হয়ে আসছে। এতে রয়েছে সাইট্রিক অ্যাসিড ও ফলিবার। একটি পাত্রে তৈতুল ও গুলে বীজ ফেলে দিয়ে সেই কাথ বোতলে লাগিয়ে রাখুন। যানিক বোতল হাতে ধুয়ে ঘষে তুলে দিলে বোতল পরিষ্কার তো হবেই, কোনও খারাপ গন্ধও থাকবে না। ৪.টম্যাটো কেচাপ এতে থাকে ভিনিগার। কেচাপে ভিনিগার ব্যবহারের কারণে দিয়েও তামার বোতল পরিষ্কার করা যায়। কেচাপ বোতলের বাইরে ও ভিতরে লাগিয়ে নাইলনের বরম জালি দিয়ে ঘষে ধুয়ে নিলেই নতুন করে মতো হয়ে উঠবে তামার বোতল।

বর্ষায় বাচ্চাদের কীভাবে সুস্থ রাখবেন

গ্রীষ্মের দাবদাহের পর বর্ষা এসে খানিক স্বস্তি তো লাগেই। তবে টানা ভারী বৃষ্টি বা ঝিরঝিরে বৃষ্টি অনেকসময়ই অস্বস্তির কারণ হয়ে দাঁড়ায়। প্রখর রোশের জায়গায় মেঘলা আকাশ অনেক সময়ই মন উদাস করে দেয়। বর্ষা অনেকে কাছে সস্তির ঋতু হলেও, এই সময় শিশুদের স্বাস্থ্য নিয়ে বাড়তি সতর্ক থাকা জরুরি। কারণ ছোটদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা তুলনামূলক কম হওয়ায় এই সময় ভাইরাল সংক্রমণ, সর্দি-কাশি, জ্বর কিংবা পেটের অসুখে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি অনেকটাই বেড়ে যায়। তাই বর্ষাকালে সন্তানের সুস্থতা নিশ্চিত করতে কয়েকটি বিষয় অশুভাধা মাথায় রাখা উচিত। ১. **পর্যাপ্ত জল পান করান** অনেকেই মনে করেন বর্ষায় জল খেতে কম পায়, তাই জলও কম লাগে। কিন্তু এই ধারণা ঠিক নয়। শিশুর শরীরে পর্যাপ্ত জলের যোগান বজায় রাখা অত্যন্ত জরুরি। কম জল খেলে ডিহাইড্রেশন, পেটের সমস্যা বা ডায়রিয়ার মতো অসুখের আশঙ্কা বাড়তে পারে। ২. **স্বাস্থ্যকর ও ঘন তৈরি খাবার দিন** এই সময় রাস্তার খাবার বা অস্বাস্থ্যকর খাবার এড়িয়ে চলাই ভালো। শিশুর পছন্দের খাবার বাড়িতেই স্বাস্থ্যকর উপায়ে তৈরি করে দিন। অতিরিক্ত তেল-মশলাযুক্ত, ভাজাপোড়া বা প্রক্রিয়াজাত খাবার যতটা সম্ভব এড়িয়ে চলুন। পুষ্টির খাবার শিশুর রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতে সাহায্য করে। ৩. **হাত পরিষ্কার রাখার অভ্যাস গড়ে তুলুন** খাওয়ার আগে ও টয়লেট ব্যবহারের পরে ভালোভাবে সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার অভ্যাস ছোটবেলা থেকেই শেখানো উচিত। স্কুল টিফিন খাওয়ার আগেও যেন হাত ধুয়ে নেয়, সে বিষয়েও শিশুকে মনে করিয়ে দিন। এতে



সংক্রমণের ঝুঁকি অনেকটাই কমে। ৪. **অ্যালার্জি থাকলে বাড়তি সতর্কতা** যদি শিশুর কোনও খাবারে অ্যালার্জি থাকে, তাহলে বর্ষাকালে সেই খাবার সম্পূর্ণ এড়িয়ে চলুন। স্কুলের টিফিন কিংবা বিকেলের জলখাবারে বাড়িতে তৈরি নিরাপদ ও পুষ্টির খাবার দেওয়াই সবচেয়ে ভালো। ৫. **রেনকোট বা ছাতা সঙ্গে রাখুন** বর্ষাকালে কখন বৃষ্টি শুরু হবে, তা আগে থেকে বোঝা কঠিন। তাই শিশুর স্কুল ব্যাগে সবসময় একটি ছোট ছাতা বা তারা উপযোগী রেনকোট রাখুন। এতে স্কুলে যাওয়া বা ফেরার পথে হঠাৎ বৃষ্টিতে ভিজে অসুস্থ হওয়ার আশঙ্কা অনেকটাই কমে। বর্ষার সৌন্দর্য উপভোগ করার পাশাপাশি শিশুর স্বাস্থ্য সুরক্ষায় সামান্য কিছু অভ্যাসই বড় ভূমিকা নিতে পারে। সঠিক পরিচর্যা, স্বাস্থ্যকর খাবার এবং পরিচ্ছন্নতার অভ্যাস বজায় রাখলে এই মৌসুমেও শিশু থাকবে সুস্থ ও প্রাণবন্ত।

