



সমধ্যমা

সবার মাঝে, সবার মাঝে



April, 2021 Volume-VII, Issue-II

8 Pages, Rs. 2.00

Regd. No-WBBEN/2015/63375



সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের উদ্যোগে বসন্ত উৎসবে প্রাণের জোয়ার



বাড়ি গিয়ে ভোট

নিজস্ব প্রতিনিধি-বয়স্ক এবং বিশেষভাবে অক্ষম ভোটারদের বাড়ি গিয়ে ভোট নেওয়ার ক্ষেত্রে আরও কঠোর নিয়মবিধি চালু করেছে নির্বাচন কমিশন। ভোট নেওয়ার সময় উপস্থিত থাকবেন মাইক্রো অবজার্ভার।

মুখ্যমন্ত্রী তিরথ

লখনউ-উত্তরাখণ্ডের মুখ্যমন্ত্রী হিসেবে শপথ নিলেন পৌরীর বিজেপি সাংসদ তিরথ রাওয়াত। ত্রিবেন্দ্র সিংহ রাওয়াত মুখ্যমন্ত্রীর পদ থেকে পদত্যাগ করেন।

রেল নিয়ে

নয়াদিল্লি-রেল বেসরকারি লয়িকে স্বাগত কিন্তু সামাজিক ভাবে ভারতীয় রেলকে কখনই বেসরকারি হাতে তুলে দেওয়া হবে না। সংসদে একথা জানিয়েছেন রেলমন্ত্রী পীযুষ গালা।

কারাবাস

নয়াদিল্লি-ট্রেনের ভেতর ধুমপান করলে গুলি জরিমানা নয়, হাতে পারে জেল। চলতি আইনি সংশোধন করতে চলেছে রেল।

মুজিবুরকে

নয়াদিল্লি-এবারে গান্ধী শান্তি পুরস্কার পাচ্ছেন বাংলাদেশের স্বাধীনতার নায়ক শেখ মুজিবুর রহমান। সংস্কৃতি মন্ত্রক এখবর জানিয়েছে।

জাতীয় সম্মান

নয়াদিল্লি-২০১৯-২০ সালের সেরা জাতীয় চলচ্চিত্রের পুরস্কার ঘোষিত হল। সৃজিত মুখোপাধ্যায়ের 'গুনমামী' পেয়েছে সেরা বাংলা ছবির পুরস্কার। সেরা ব্যাক গ্রাউন্ড স্কোরের সম্মান পেয়েছেন প্রবুদ্ধ বন্দ্যোপাধ্যায়।

জেলেও গিয়েছেন

ঢাকা-বঙ্গবন্ধুর জন্মশত বর্ষ অনুষ্ঠানের বক্তৃতায় প্রধানমন্ত্রী নব্বেন্দ্র মোদী বলেছেন, বাংলাদেশের মুক্তিযুদ্ধের সমর্থনে তিনি সত্যগ্রহ এবং কারাবরণও করেছেন।

নির্বাচনী বন্ড

নয়াদিল্লি-নির্বাচনী বন্ড বিক্রিতে সায় দিল সুপ্রিম কোর্ট। বন্ড বিক্রি নিয়ে আপত্তি তুলেছিল এ ডি আর নামে একটি সংস্থা। তাদের আর্জি খারিজ হয়ে গেছে।



বসন্ত উৎসবে আগত অতিথিবৃন্দ

নিজস্ব চিত্র

নিজস্ব প্রতিনিধি-বসন্তের সেরা উৎসব দোল। প্রতি বছরের ন্যায় এবারেও সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন ২৬ মার্চ নিজস্ব অডিটোরিয়ামে বসন্ত উৎসব পালন করল। 'আজ সবার রঙে রঙ মিশাতে হবে। ওগো আমার প্রিয়, তোমার রঙিন উত্তরীয়, পরো, পরো, ...' নামাঙ্কিত এই অনুষ্ঠানের সূচনা হয় রাধাকৃষ্ণের বন্দনা দিয়ে।

অনুষ্ঠানের শুরুতে বসন্ত উৎসবের ওপর বক্তব্য রাখেন সংগঠনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য। তিনি বলেন, বাঙালির প্রিয় উৎসব দোল এবং গণতন্ত্রের শ্রেষ্ঠ উৎসব ভোট। এই দুই উৎসবেই সবার রঙ মিলেমিশে একাকার হয়ে যাক, এটাই আমাদের ইচ্ছা।

রাজ্যের বিশেষ কিছু জায়গার দোল চিত্রকে সামনে রেখে এই বসন্ত

উৎসবের ডালি সাজানো হয়েছিল সঙ্গে ছিল একটি নতুন উপস্থাপনা। সেটা হল, বাংলা চলচ্চিত্রে পোলের ডুমিকার ওপর একটি নৈবেদ্য। সমগ্র অনুষ্ঠানটির পরিকল্পনা করেছেন স্বয়ং সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য। বসন্ত উৎসব অনুষ্ঠানে অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন বিশিষ্ট শিল্পীরা এবং বহু ক্লাব প্রতিষ্ঠানের সভাপতি এবং সম্পাদক বৃন্দ। এছাড়া সংগঠনের সকল সদস্যরাই এদিন বসন্ত উৎসবে উপস্থিত ছিলেন। সংগঠনের পক্ষ থেকে সকল অতিথিদের সম্বর্ধনা জ্ঞাপন করা হয়। প্রত্যেক শিল্পীর অনুষ্ঠানের ফাঁকে ফাঁকে শাস্তিনিকেতনের দোলের ইতিহাস, পুরুলিয়ার নিমদিহির দোলের ইতিহাস এবং বাঙলা চলচ্চিত্রে দোলের ব্যবহার নিয়ে একটি বস্তুনিষ্ঠ উপস্থাপনাকে তুলে ধরা হয় এই অনুষ্ঠানে। প্রত্যেকটি উপস্থাপনার সঙ্গে ছিল দৃশ্যাবলী। সন্ধ্যা থেকে শুরু করে বসন্ত উৎসব শেষ হয় রাত ১০টায়।

বিশ্ব নারীদিবস উদযাপনে ব্যাপক সাড়া

নিজস্ব প্রতিনিধি-বর্তমান সামাজিক প্রেক্ষাপটে নারীরা সমাজের বেশ কিছুটা জায়গার দখল নিয়েছেন। নারীদের গুরুত্ব ক্রমবর্ধমান। এরই পরিপ্রেক্ষিতে সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন এবারও ঘটা করে নারীদিবস উদযাপনে রতী হয়েছে। দৈনন্দিন সমাজে বিভিন্ন সামাজিক কাজের মধ্যে যেসব মহিলারা নীরবে নিভুতে কাজ করে যাচ্ছেন, তাদেরকে সম্বর্ধনা জানানো হয়েছে এই অনুষ্ঠানে।



নারী দিবসের মাফে সম্বর্ধনা দেওয়া হচ্ছে গায়েরী আচার্যকে

নিজস্ব চিত্র

ডায়াবেটিস ঘায়ে নাস্তানাবুদ! রোগ বশে রাখার উপায় কিন্তু আপনারই হাতে

সঞ্জীব আচার্য

চুপিসাড়ে আসে। নীরবে বাড়ি। তারপর একবারে ফণা তুলে ছোবল বসায়। ডায়াবেটিস অতি ভয়ঙ্কর। টাইপ ২ আরও এর ঘায়ে ঘায়েল প্রাপ্তবয়স্করাই। পুরুষ-মহিলা নির্বিশেষে। এই রোগকে তো সাইলেন্ট প্রোগ্রেসিভ ডিসঅর্ডারও বলা যায়, ডায়াবেটিস নীরবেই আসে এবং শরীর-স্বাস্থ্যকে তছনছ করে চলে যায়। তাই ডায়াবেটিস মানেই দ্রাব। জীবন থেকে এক ধাক্কায় অনেক কিছু বাদ চলে যাওয়া। আবার বিয়য় হল, ডায়াবেটিস ক্রমেই তার শিকড় ছড়াচ্ছে বিশ্বে। ভারতে কম করেও ৬ কোটি মানুষ ডায়াবেটিসের শিকার। সমীক্ষা বলছে, সাত কোটিরও বেশি প্রি-ডায়াবেটিক। আর টাইপ ২ ডায়াবেটিস ক্রমেই তার ডালপালা ছড়াচ্ছে। নিদেনপক্ষে ৯০-৯৫ শতাংশ পুরুষ ও মহিলা এই অসুখে ভুগছেন। মধ্যবয়স্করা তো আরও।

কী থেকেটাইপ ২ ডায়াবেটিস ?

ডায়াবেটিস এমন একটা রোগ

যেখানে রক্তে শর্করা বা সুগারের মাত্রা বেড়ে যায়। এই অতিরিক্ত শর্করাকে নিয়ন্ত্রণ করে ইনসুলিন নামে একটি হরমোন যা প্যানক্রিয়াসের বিটা সেল থেকে নিসৃত হয়। সাধারণত ফ্যাট ও কার্বোহাইড্রেট জাতীয় খাবার খেলে সেটি লিভারে গিয়ে গ্লুকোজে রূপান্তরিত হয়। ইনসুলিন এই গ্লুকোজকে দেহকোষের মধ্যে প্রবেশ করতে সাহায্য করে। কোষের ভেতরে গ্লুকোজ অক্সিডাইজড হয়ে অ্যাডি নোসিন ট্রাই ফসফেট (এটিপি) তৈরি করে যার থেকে শক্তি আসে। এই শক্তিরই কোষের পুষ্টি জোগায়।

কিন্তু যদি বিটা কোষ নষ্ট হয়ে যায় এবং ইনসুলিন হরমোনের ক্ষরণ কমে যায় তাহলে এই প্রক্রিয়াটা বাধা পায়। ইনসুলিন কোষের মধ্যে প্রবেশের জন্য যে রিসেপ্টরটি লাগে, সেটি নষ্ট হয়ে যায়। ফলে ইনসুলিন আর ঠিকমতো কাজ করতে পারে না। ইনসুলিন কোষের মধ্যে গ্লুকোজকে প্রবেশ করাতে পারে না। রক্তের মধ্যে

গ্লুকোজের মাত্রা ক্রমশ বেড়ে যায়। একে বলে টাইপ ২ ডায়াবেটিস।

আগে জেনে রাখুন কী কী উপসর্গ দেখলে বুঝবেন আপনি ডায়াবেটিসে আক্রান্ত

ঘন ঘন প্রস্রাবের অভ্যাস তৈরি হচ্ছে কি? তাহলে সাবধান হোন। অবশ্যই ব্রাদুসুগার পরীক্ষা করান।

ঘনঘন খিদে পাওয়াও ডায়াবেটিসের একটা লক্ষণ হতে পারে। কিন্তু টাইপ-টু ডায়াবেটিসে এই লক্ষণগুলি সব সময় নাও দেখা যেতে পারে। হাত-পা বা হাত-পায়ের কোন আঙুল অবশ্য হয়ে পড়লে সতর্ক হোন। রক্তে শর্করা বাড়ার এটি অন্যতম লক্ষণ।

শরীরে কোনও বা অনেকদিন ধরে না শুকালে চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে। সহজেই ক্লান্ত হয়ে পড়ছেন? হাঁপিয়ে যাচ্ছেন প্রায়ই? খুব অস্বস্তি হাঁপিয়ে ওঠা রক্তে শর্করার মাত্রা বৃদ্ধির লক্ষণ।

▶ এরপর ২-এর পাতায়

বাঁধনহারা দোল

নিজস্ব প্রতিনিধি-এবার দোল উৎসবে করোনাবিধি উপেক্ষা করেই সকলে রঙ খেলায় মেতেছে। মায়াপুরে চিট্টা ছিল মারাত্মক। পাশাপাশি অন্যান্য জেলাতেও একই চিত্র ধরা পড়েছে।

আগুনে মৃত ৭

নিজস্ব প্রতিনিধি-স্ত্যাদ রোডে পূর্ব রেলের অফিসে ৮ মার্চ সন্ধ্যায় বিধ্বংসী অগ্নিকাণ্ডে ৭ জনের মৃত্যু হয়েছে। এদের মধ্যে রয়েছেন দমকলের ৪ কর্মী, এক পুলিশ অফিসার এবং একজন আর পি এফ।

দেদার পার্কিং

নিজস্ব প্রতিনিধি-কলকাতা হাইকোর্টের নির্দেশ অমান্য করে ময়দানে অবৈধ পার্কিং নিয়ে অভিযোগ উঠেছে। তবে বেআইনি পার্কিংয়ের বিরুদ্ধে ব্যবস্থা নিতে শুরু করেছে পুলিশ।

নো বাইক

নিজস্ব প্রতিনিধি-রাজ্যে ভোট গ্রহণের ৭২ ঘন্টা আগে বাইক মিছিল নিষিদ্ধ করল নির্বাচন কমিশন। এই নিয়ম কঠোরভাবে পালন করা হচ্ছে কিনা তা দেখতে হবে পর্যবেক্ষকের। সময়মতো রিপোর্ট পাঠাবার নির্দেশও দিয়েছে নির্বাচন কমিশন।

প্রস্ততির নির্দেশ

নিজস্ব প্রতিনিধি-কয়েক সপ্তাহ ধরে রাজ্যে করোনাতো আক্রান্তের হার বাড়ছে। পরিস্থিতি মোকাবিলা করার জন্য কোভিড হাসপাতাল গুলোকে তৈরি থাকার নির্দেশ দিল রাজ্য স্বাস্থ্য দফতর।

গ্রেপ্তার ছত্রধর

নিজস্ব প্রতিনিধি-প্রথম দফার ভোটের পরের দিন ছত্রধর মাহাতোকে গ্রেপ্তার করল এন আই এ। তাঁকে দু'দিন পুলিশ হেফাজতের নির্দেশ দিয়েছে আদালত।

এগিয়ে মহিলারা

নিজস্ব প্রতিনিধি-এবার রাজ্যের বিধানসভা নির্বাচনে পুরুলিয়া জেলায় ১৪৪টি বুথকে সম্পূর্ণ মহিলা পরিচালিত বুথ করা হয়েছে। এই প্রথম রাজ্যে নির্বাচনে এত মহিলা বুথ করা হল।

এখানে - ওখানে

চৈতন্যের জন্মোৎসবে গৌড়ীয় মিশন



গৌড়ীয় মিশনের সেমিনার মঞ্চে উপস্থিত বক্তা রাজ্যের মন্ত্রী সাধন পাণ্ডে, সেরাম থ্যালাসেমিয়া ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য ও মিশনের সাধুসত্ত্বরা।

নিজস্ব চিত্র

নিজস্ব সংবাদদাতা-বাগবাজারে গৌড়ীয় মিশনের উদ্যোগে ২৮ ফেব্রুয়ারি থেকে ৭ মার্চ পর্যন্ত মহা সমারোহে পালিত হল শ্রী চৈতন্য জন্মোৎসব এবং মেলা। অনুষ্ঠানের শুভারম্ভ হয় ২৮ ফেব্রুয়ারিতে নগর

কীর্তনের মাধ্যমে। এবারের ভগবান শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভুর ৫৩৫ তম জন্মতিথি ছিল। সম্পূর্ণ অনুষ্ঠানটি হয় বাগবাজার সার্বজনীন দুর্গোৎসবের মাঠে। প্রতিদিনই কীর্তন, ধর্মীয় আলোচনা, বক্তৃতা, সাংস্কৃতিক কর্মসূচি ছিল।

অনুষ্ঠানের চতুর্থ দিন (৩ মার্চ) বিকেলে ধর্মীয় সম্মেলনের (গৌড়ীয় বৈষ্ণব সম্মেলন) আলোচ্য বিষয়বস্তু ছিল বিশ্বব্যাপী গৌড়ীয় আন্দোলনের প্রেক্ষাপটে শ্রীল প্রভুপাদের ভূমিকা। এই আলোচ্য বিষয়ের ওপর আমন্ত্রিত অতিথি হিসেবে বক্তব্য রাখেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য। তিনি বলেন, গৌড়ীয় আন্দোলনকে সমাজের সর্বত্র জড়িয়ে দিতে শ্রীল প্রভুপাদ নিরলস প্রচেষ্টা চালিয়ে গেছেন। একাধারে ধর্মপ্রচার অন্যদিকে সংশ্লিষ্ট বিষয়ে পুস্তক প্রকাশ করে চৈতন্য মহাপ্রভুর বার্তাকে সকলের মধ্যে ছড়িয়ে দিয়েছেন তিনি। সম্মেলন শেষে সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠানও সকলের নজর কাড়ে।

স্পোর্টিং ক্লাবের রক্তদান

নিজস্ব সংবাদদাতা-কলকাতা জোড়াবাগান বিবেকানন্দ স্পোর্টিং ক্লাবের উদ্যোগে ৭ মার্চ অনুষ্ঠিত হল রক্তদান উৎসব। এই উৎসবে এলাকার বহু মানুষ অংশগ্রহণ করেন এবং তাদের রক্ত দান করেন। অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য।

মায়া ফাউন্ডেশনের রক্তদান উৎসব

নিজস্ব সংবাদদাতা-কলকাতার রাজাবাজার অঞ্চলে মায়া ফাউন্ডেশনের উদ্যোগে ৭ মার্চ



অনুষ্ঠিত হল রক্তদান উৎসব। এই রক্তদান উৎসবে এলাকার বহু মানুষ রক্তদান শিবিরে এসে রক্তদান করেন। এই অনুষ্ঠানে আমন্ত্রিত অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য। বর্তমান সময়ের পরিপ্রেক্ষিতে রক্তদানের প্রয়োজনীয়তা নিয়ে বক্তব্য রাখেন তিনি।

ক্রিকেট টুর্নামেন্ট

নিজস্ব প্রতিনিধি-সন্তোষপুর ক্রিকেণ পার্ক দুর্গোৎসব কমিটির উদ্যোগে ১৩ মার্চ অনুষ্ঠিত হল দেবাঙ্গন চৌধুরী



মেমোরিয়াল ক্রিকেট টুর্নামেন্ট। টুর্নামেন্টের শেষে পুরস্কার বিতরণী উৎসবের আয়োজন করা হয়েছিল। এই অনুষ্ঠানে সম্মানীয় অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক।

বিশ্ব নারীদিবস উদ্‌যাপনে

প্রথম পাতার পর

বিশ্ব সমাজে নারীরা ইদানিং প্রতিটি ক্ষেত্রেই তাদের উৎকর্ষতার স্বাক্ষর রাখছেন। ৮ মার্চ সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের উদ্যোগে সংগঠনের অতিরিচর্যে অনুষ্ঠিত হল নারীদের সম্মাননা প্রদান অনুষ্ঠান। এই অনুষ্ঠানে নারীদিবসের সার্থকতা নিয়ে সংক্ষিপ্ত বক্তব্য রাখেন সংগঠনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য। তিনি বলেন, এই সমাজে পুরুষদের প্রতিটি কাজের পেছনে রয়েছে নারীদের অবদান। সংগঠনের সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত এবং সংগঠনের সদস্য সমেত প্রায় ৯০ জন নারীকে এই অনুষ্ঠানে সম্বর্ধনা জ্ঞাপন করা হয়। এই অনুষ্ঠানে নারীদের মধ্যে সার্বাংশটা পাওয়া গেছে তা হল, আন্তর্জাতিক নারীদিবস উদ্‌যাপনের প্রেক্ষাপটটা বর্তমানে অনেক বেশি বিস্তার লাভ করেছে। নারীদের সাফল্যের পাশাপাশি তাদের অত্যাচারিতা হওয়ার পেছনে কুৎসিত কারণগুলো আরও বেশি দৃশ্যমান হয়ে উঠেছে। ফলস্বরূপ নারীদিবস উদ্‌যাপনের গুরুত্বটা আগের থেকে অনেক বেশি বেড়েছে। শুধুমাত্র একটি দিন উদ্‌যাপন করলেই নারীদিবসের সার্থকতাকে টিকিয়ে রাখা যাবে না।

একদিন প্রতিদিন সমাজের প্রত্যেকটি পুরুষকে, প্রশাসনকে সমাজে দৃষ্টি রাখতে হবে নারী সম্মানকে অক্ষুণ্ন রাখার কাজে। পাশাপাশি আরও বেশি করে নজর দিতে হবে নারীদের সম্মান বজায় রাখার উদ্দেশ্যে, পোষাকি অনুষ্ঠান আর প্রলেপ লাগানো ভাষণ যারা দিচ্ছেন তাদের দিকে। কারণ তোষামোদ যেখানে পাইকারি হারে বিলোনে হয়, সেখানে কাজের কাজ



বই প্রকাশ

খুব কমই হয়। একটা বিষয় লক্ষ্য করার প্রয়োজন আছে, বৃহত্তর আদর্শ সমাজ তৈরির দৃষ্টিভঙ্গি নিয়ে, বিশ্ব নারী সমাজের সংহতি ও শোষণমুক্তির চিন্তা নিয়ে পৃথিবীতে খুব কম নারী সংগঠন আছে বলা চলে। সামাজিক, অর্থনৈতিক, সাংস্কৃতিক এবং ধর্মভেদের সংকীর্ণতা থেকে নারীসমাজকে উদ্ধার করে পূর্ণ মর্যাদায় প্রতিষ্ঠিত করার মধ্য দিয়েই প্রকৃত নারীদিবসের সার্থকতাকে খুঁজে পাওয়া যাবে।

থ্যালাসেমিয়া সচেতনতা শিবির

নিজস্ব প্রতিনিধি-নিমতলা সার্বজনীন দুর্গোৎসব কমিটির উদ্যোগে ১৪ মার্চ অনুষ্ঠিত হল থ্যালাসেমিয়া সচেতনতা



শিবির এবং স্বাস্থ্য পরীক্ষা শিবির। এই দুটি শিবিরই পরিচালনার দায়িত্বে ছিল সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন। সংগঠনের সদস্যরা স্বাস্থ্য পরীক্ষা শিবিরে আগত মানুষদের বিএমডি, ইসিজি, ব্লাড সুগার, ব্লাড প্রেসার প্রভৃতি পরীক্ষা করেন। এছাড়া অনুষ্ঠানের বিশেষ আকর্ষণ ছিল থ্যালাসেমিয়া সচেতনতা নিয়ে শিবির। শিবিরের প্রধান বক্তা ছিলেন সেরাম থ্যালাসেমিয়া

প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্য। তিনি বলেন, থ্যালাসেমিয়া রোগে এলাকার সমস্ত ক্লাব প্রতিষ্ঠানগুলোকে একযোগে সচেতনতার কাজ চালিয়ে যেতে হবে। নিমতলা সার্বজনীন দুর্গোৎসব কমিটির পক্ষ থেকে তারক পাল সহ অন্যান্যরা এই অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন।

সংবেদনের প্রয়াস

নিজস্ব প্রতিনিধি- 'ফিরে এসো বসন্ত' এই শিরোনামে ২৫ মার্চ সামাজিক সংস্থা সংবেদন একটি মনোজ্ঞ অনুষ্ঠানের আয়োজন করেছিল। অনুষ্ঠানে সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশনের সম্পাদক সঞ্জীব আচার্য্যকে সংবেদনের পক্ষ থেকে সম্বর্ধনা জ্ঞাপন করা হয়।

ডায়াবেটিসের ঘায়ে নাস্তানাবুদ!

প্রথম পাতার পর

লাইফস্টাইল ম্যানেজমেন্ট, ডায়াবেটিসের ব্রক্স

একটা কথাই এখন চালু হয়েছে, ডায়াবেটিক ডায়েট। ডায়াবেটিস হলেও সাধারণ ব্যালেন্ড ডায়েটই মেনে চলতে বলা হয়। সঠিক পরিমাণে কার্বোহাইড্রেট, প্রোটিন, ফ্যাট খেতে হবে। ভাজাভুজি, তেল জবজবে খাবার একেবারে চলবে না।

অনেকে বলেন ডায়াবেটিসে আলুই হল আতঙ্ক। সেটা কিন্তু মোটেও হয়। আলু ক্লোরোজেনিক অ্যাসিড বা ইনসুলিন রেজিস্ট্যান্স কমিয়ে ডায়াবেটিসের বিস্তার উপকার করে। খোসাসমতে সেদ্ধ আলু, খোসাসমতে রাঙা আলু, মিষ্টি কুমড়া খাওয়া যেতেই পারে।

ফ্যাট কম খাওয়া ভাল। আমল, আখরোট, তিসি, সূর্যমুখী-চালকুমড়া বীজ মাপমতো খেতে পারেন।

প্রোটিন খেতে হবে মাপমতো, সারাদিনে ১০০ গ্রামের মতো মাছ খেতে পারেন। চিকেন চলবে ভালমতোই। কম চর্বি (লিন) মাংস মাসে দু'মাসে এক আধ বার খাওয়া যেতে পারে।

মেদ কমান, ধূমপান তো একেবারেই নয়

স্বল্প বা ওবেসিটি কিন্তু ডায়াবেটিসের অন্যতম রিস্ক ফ্যাক্টর। নিয়মিত শরীরচর্চা ও খাদ্যাভ্যাসে সামান্য অদলবদল করলেই রক্তে বাড়তি শর্করা বশে রাখা যায়।

ডায়াবেটিস থেকে বাঁচতে অন্তত দিনের এক ঘণ্টা সময় নিজের জন্য রাখতে হবে। ওষুধের থেকেও বেশি কার্যকরী হাঁটা। ডায়াবেটিস আক্রান্তদের প্রতিদিন নিয়মিত হাঁটতে হবে। ডায়াবেটিস না থাকলেও এই অভ্যাস রাখতে হবে। দিনের এক ঘণ্টা সময়ের কিছুক্ষণ যোগাসন করা যেতে পারে। পরিমিত খাবার খেতে হবে। ধূমপানের নেশা ছাড়তে হবে। সিগারেট এবং অ্যালকোহল পান্না দিয়ে চললে, মাঝবয়সে টাইপ ২ ডায়াবেটিসের কুনজরে পড়তেই হবে।

স্ট্রেস ম্যানেজমেন্ট জরুরি, রাতে টানা ঘুমোনা

ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণে না থাকলে ও নিয়ম মেনে না চললে পরবর্তীকালে কিডনি, নার্ভের সমস্যাও দেখা দিতে পারে। চোখের ক্ষেত্রে রেটিনোপ্যাথি কিংবা অন্ধত্বও আসতে পারে। অনেক সময় পায়ের নার্ভ অ্যাফেক্টেড হলে নিউরোপ্যাথি হতে পারে যার ফলে পায়ে অসাড়তা আসে। ডায়াবেটিক ফুড বা ডায়াবেটিক আলসারের ঝুঁকিও বাড়ে। তাই নিয়ম মানুন এখন থেকেই।



JYOTEE

BASMATI RICE



Available 1Kg, 5Kg, 10Kg, 15Kg, 20Kg, 25Kg, 50Kg

Marketed by :



Karu International
A HOUSE OF EXPORT & IMPORT

13, Madanmohantala Street, Kolkata - 700 005
West Bengal, India
E-mail : karuinternational2016@gmail.com

For Door to Door Delivery & Trade Enquiry
Office : 98307 52121, 98300 52800, 98301 52800
North Kolkata : 91630 76734
South Kolkata : 98365 85695

বোরখা নিষিদ্ধ

জেনেভা-পুরো মুখ ঢাকা পোষাকে রাস্তায় বেরোনোর ওপর নিষেধাজ্ঞা জারি হল সুইজারল্যান্ডে। ৭ মার্চ দেশের মানুষ এই বিষয়ে ওপর গণভোট দিয়েছেন। ভোটের ফল প্রকাশ হওয়ার পরে দেখা গেছে ৫১.২ শতাংশ দেশবাসী ভোট দিয়েছেন পোষাকের বিরোধিতা করে। তবে ধর্মীয় অনুষ্ঠানে এই নিষেধাজ্ঞা বহাল থাকবে না।

আস্থাভোট পাকিস্তানে

ইসলামাবাদ-সেনেট নির্বাচনে ইমরান সরকারের অর্থমন্ত্রী হেরে যান। এরপরেই বিরোধীরা প্রধানমন্ত্রী ইমরান খানের পদত্যাগ দাবি করেন। নিজেকে থেকেই আস্থা ভোট চেয়েছিলেন তিনি। বিরোধীরা সেই আস্থা ভোট গ্রহণ করতে চান। কিন্তু ইমরান খান জিতে গেলেন। তেইরিক-ই-ইনসাফ সরকার এ যাত্রা বেঁচে গেল। ৩৪২ আসনের ন্যাশনাল অ্যাসেম্বলিতে সংখ্যা গরিষ্ঠতা প্রমাণের জন্য ১৭২টি ভোটের প্রয়োজন ছিল। ইমরান খান পেয়েছেন ১৭৮টি ভোট।

জনারন্য সৈকত

মায়ামি-শীতের পরেই মানুষের ভিড় জমে মায়ামি সৈকতে। রাত বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে রঙিন হয় সৈকত। করোনার কারণে ভিড়ের আশঙ্কা করেনি প্রশাসন। ফল হল উল্টো। সপ্তাহের শেষে মানুষের ঢল নামল ফ্লুরিডার মায়ামি সৈকতে। পরিস্থিতির চাপে পড়ে শেষ পর্যন্ত কার্যু জারি করতে হয়েছে প্রশাসনকে।

মৃত্যুদণ্ড ১৪ জনের

ঢাকা-আওয়ামি লিগের নেত্রী শেখ হাসিনাকে দুর্দশক আগে বোমা বিস্ফোরণে হত্যার চেষ্টা মামলায় ১৪ জঙ্গিকে প্রাণদণ্ড দিল ঢাকা দ্রুত বিচার আদালত। রায়ে আসামিদের 'ফ্যারিং স্কোয়াডে' দাড করিয়ে গুলি করে' মৃত্যুদণ্ড কার্যকর করার নির্দেশ দেওয়া হয়েছে অথবা ফাঁসিতে ঝোলানোর বিকল্পের বিধান রাখা হয়েছে। কেটালিপাড়া ২০০০ সালে ২০ জুন শেখ হাসিনার জনসভার মাঠে ৭৬ কেজি ওজনের একটি বিশেষ আইডি পুতে রাখা হয়েছিল।

ইউরোপে বিক্ষোভ

লন্ডন-নতুন স্ট্রেনের ধাক্কায় সংক্রমণ বাড়ছে। ফের লকডাউন জারি হয়েছে ব্রিটেন ও জার্মানিতে। নতুন করে ঘরবন্দি হতে নারাজ বাসিন্দারা। এরই প্রতিবাদ জানাতে লন্ডনের পথে নামলেন কয়েক হাজার মানুষ। জার্মানির ক্যাসেল শহরে কয়েক হাজার মানুষ আদালতের নিষেধাজ্ঞা অমান্য করে সমাবেশ করে। অনেক জয়গায় বিক্ষোভকারীরা পুলিশকেও আক্রমণ করে। পুলিশও পাল্টা আক্রমণ চালায় জনতাকে ছত্রভঙ্গ করতে। জার্মানিতে উত্তেজিত জনতাকে ছত্রভঙ্গ করতে জলকামান চালানো হয়।

সাগরপারের



টু কটাকি

অস্ট্রেলিয়াতে বন্যা

মেলবোর্ন-গত পঞ্চাশ বছরের রেকর্ডকে ভেঙ্গে দিয়েছে এবারের অস্ট্রেলিয়ার বন্যা। বন্যার জেরে বিদেশের মুখে অন্যতম জনবহুল প্রদেশ নিউ সাউথ ওয়েলসের ৮০ লক্ষ বাসিন্দা। নিচু এলাকাগুলো ব্যাপক ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে। নদীর জলস্তর বেড়ে গেছে। অনেক বাসিন্দাকে নিরাপদ স্থানে সরিয়ে নেওয়া হয়েছে। প্রচুর বাড়ি ঘর ধ্বংস হয়েছে। আবহাওয়া দফতর জানিয়েছে, বেশ কয়েকদিন আকাশ মেঘলা থাকবে এবং আরও বৃষ্টির সম্ভাবনা রয়েছে। ফলে পরিস্থিতি আরও খারাপ হতে পারে।

ছবি পাঠান রোভার



মঙ্গলের মাটিতে পারসিভিয়ারা

ওয়াশিংটন-লালগ্রহের মাটিতে নাসার রোভার পারসিভিয়ারা-এর চাকা গড়াল প্রথমবার। ৫ মার্চ সন্ধ্যা পারসিভিয়ারা-এর প্রথম স্টেট ডিউটি ভ্যালি হয়েছে। রোভারটি মঙ্গলের যে জায়গায় নেমেছে নাসার বিজ্ঞানীরা তার নাম রেখেছে অস্ট্রাভিয়াই বাউলার। পারসিভিয়ারাদের পেটে রয়েছে একটি হেলিকপ্টার ড্রোন। ১৯টি ক্যামেরায় তোলা ৭০০০ ছবি পাঠিয়েছে এই যান। পৃথিবী থেকে পারসিভিয়ারা-এর পাঠানো হয়েছিল ২০২০-র ৩০ জুলাই। ১৮ ফেব্রুয়ারিতে প্রতিবেশী গ্রহে অবতরণ করেছে সেটি। মঙ্গলে পাথর, মাটির নমুনা সংগ্রহ করবে এই যান। পৃথিবীতে তাকে ফিরিয়ে আনা হবে ২০৩০ সালে।

সঙ্কটে মায়ানমার

ইয়াঙ্গন-রাষ্ট্রপুঞ্জের হিসেব অনুযায়ী ১৬ মার্চ পর্যন্ত মায়ানমারে নিরাপত্তা বাহিনীর সঙ্গে সংঘর্ষে মহিলা এবং শিশু মিলিয়ে মোট ১৩৮ জনের মৃত্যু হয়েছে। দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়ার এই দেশটিতে খাদ্য ও জ্বালানির দাম বৃদ্ধি নিয়েও উদ্বেগ প্রকাশ করেছে রাষ্ট্রপুঞ্জ। নিত্য প্রয়োজনীয় খাদ্যশস্যের দাম বেড়েছে মাত্রাছাড়া। অন্যদিকে, সংঘর্ষ শুরু হওয়ার পর থেকে এখনও পর্যন্ত মায়ানমার সীমান্ত পেরিয়ে ৩৮৩ জন মিজোরামে ঢুকে পড়েছে। মানবিক কারণেই তাদের ফেরত পাঠানো হচ্ছে না বলে জানিয়েছে রাজ্য সরকার। ইন্দোনেশিয়ার প্রেসিডেন্টের সুরে সুর মিলিয়ে মায়ানমারের শান্তি ফেরানোর ডাক দিয়েছে মালয়েশিয়ার সরকারও। তাদেরও দাবি নেত্রী আউং সাং সুচিকে অবিলম্বে মুক্তি দিতে হবে।

চিনকে হুঁশিয়ারি

ওয়াশিংটন-তিব্বতি ধর্মগুরু দলাই লামার উত্তরসূরি নির্বাচনে চিনের হস্তক্ষেপ মেনে নেবে না আমেরিকা। তিব্বতে দলাই লামার পরে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ পদ পাক্ষেন লামার। ২৫ বছর আগে রহস্যজনকভাবে নিখোঁজ হন তিনি। পাক্ষেনের পরিবর্ত হিসেবে চিন সরকার নিজেদের মনোনীত প্রার্থীকে ওই পদে বসাতে চেয়েছিল।

বন্দুকবাজের হানা

কলোরাডো-আমেরিকার কলোরাডো প্রদেশে ফের বন্দুকবাজের হামলায় প্রাণ গেল দশ জনের। এদের মধ্যে একজন পুলিশ অফিসার রয়েছেন। কলোরাডোর 'কিং সুপার' নামে এক সুপার মার্কেটের সামনে হঠাৎ এক বন্দুকবাজ এলোপাথড়ি গুলি চালাতে থাকে। তদন্তে নেমেছে পুলিশ।

ছুটির মজা



সহিবেরিয়ায় ছুটি কাটালেন রাশিয়ার প্রেসিডেন্ট ভ্লাদিমির পুতিন। বরফের ওপর চালানো ট্যাঙ্ক। সঙ্গে ছিলেন প্রতিরক্ষামন্ত্রী সেগেই শোইগু।

সেরাম অ্যানালিসিস সেন্টার

প্রাইভেট লিমিটেড

৯৮৩০১৭৩৯৫০

(০৩৩)২৫০০৬৫৭২

ডাঃ প্রভাত ভট্টাচার্য

MBBS, MD

ফোন নং: ৯৮৩০০৬৬৫২৯

প্রঃ অ্যানিমিয়া সম্বন্ধে আলোচনা করলে ভালো হয়। আমার মাকে সম্প্রতি রক্ত দিতে হয়েছে। শিখা দত্ত, বালি

উঃ এটা একটা খুবই গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। আমাদের দেশে অনেকেরই রক্তাক্ততা বা অ্যানিমিয়া হয়। এর ঠিকমত কারণ বার করতে হবে। এবং যথাযথ চিকিৎসা করতে হবে।

অ্যানিমিয়া বা রক্তাক্ততা হল, রক্তে লোহিত রক্তকণিকা (RBC) বা হিমোগ্লোবিন কমে যাওয়া। এর ফলে বিভিন্ন উপসর্গ দেখা দিতে পারে, যেমন—ক্লান্তি, দুর্বলতা, শ্বাসকষ্ট, কর্মদক্ষতা কমে যাওয়া প্রভৃতি। এছাড়াও মাথা ঘোরা, বুক ধড়ফড়, মাথাব্যথা, শরীরে ব্যথা প্রভৃতি হতে পারে। চামড়া ফ্যাকাশে বা হলুদ হয়ে যায়। হাত, পা ঠাণ্ডা হয়ে যেতে পারে।

অ্যানিমিয়ার কারণ ও প্রকারভেদ কারণ অনুযায়ী অ্যানিমিয়া প্রধানতঃ তিন রকমের হয়।

(১) রক্তক্ষয়ের জন্য অ্যানিমিয়া এই রক্তক্ষয় বেশ কিছুদিন ধরে হতে পারে। বিভিন্ন কারণ থেকে হতে পারে,



ডাক্তারবাবু, শুনছেন!

যেমন—(ক) পেটের সমস্যা থেকে। যেমন—পেপটিক আলসার, অর্শ, ক্যান্সার প্রভৃতি থেকে। (খ) ওষুধ থেকে যেমন অ্যাসপিরিন, আইবুপ্রোফেন প্রভৃতি ব্যথার ওষুধ, যার থেকে আলসার বা গ্যাস্ট্রাইটিস হতে পারে। (গ) অতিরিক্ত মেনসচুইরেশন থেকে, যেমন ইউরেটসের টিউমার থাকলে। (ঘ) আঘাত বা অপারেশনের পর।

(২) কম বা অস্বাভাবিক রক্তকোষ তৈরি হওয়ার ফলস্বরূপ অ্যানিমিয়া। এক্ষেত্রে শরীরে যথেষ্ট পরিমাণে লোহিত রক্তকণিকা (RBC) তৈরি হয় না বা যেসব রক্ত তৈরি হয়, সেগুলি ঠিকমতো কাজ করে না। এগুলি হতে পারে বিভিন্ন কারণে, যেমন—(ক) অস্থিমজ্জা (Bone marrow) ও স্টেম সেলের সমস্যা—এর ফলে শরীরে যথেষ্ট পরিমাণ রক্ত তৈরি হয় না। যদি যথেষ্ট পরিমাণে স্টেম সেল না থাকে বা সেগুলি ঠিকমত কাজ না করে, অথবা অন্য কোষ তাদের জায়গায় চলে আসে, যেমন—ক্যান্সার কোষ, সেক্ষেত্রে অ্যানিমিয়া হতে পারে। এর মধ্যে রয়েছে অ্যাপ্লাস্টিক অ্যানিমিয়া এই অবস্থা দেখা দেয় যখন

অস্থিমজ্জাতে যথেষ্ট স্টেম সেল থাকে না বা একেবারেই থাকে না। অনেকসময় এর কোন নির্দিষ্ট কারণ পাওয়া যায় না। কিছু ক্ষেত্রে বিভিন্ন কারণ থাকে। যেমন—কিছু ওষুধ, লিউকেমিয়া, মাল্টিপল মায়োম্যা, কেমোথেরাপি, রেডিওথেরাপি, ইনফেকশন প্রভৃতি।

থ্যালাসেমিয়া এই রোগে জিনগত কারণে যথেষ্ট হিমোগ্লোবিনের মাত্রা কমে যায়। এই রোগ অল্পমাত্রার (Thalassemia Minor) বা বেশি মাত্রার (Thalassemia Major) হতে পারে। এই রোগের প্রকাশ বেশি হয় দক্ষিণ পূর্ব এশিয়া, মধ্যপ্রাচ্য, আফ্রিকা প্রভৃতি জায়গায়। একজন বাহকের সঙ্গে আরেকজন বাহকের বিবাহ হলে তবেই এই রোগ প্রকট হতে পারে।

আয়তন ডেফিসিয়েন্সি অ্যানিমিয়া এর কারণগুলো হল—(১) খাদ্যে আয়রনের অভাব। বিশেষত বাচ্চাদের ক্ষেত্রে এবং নিরামিষাধীরের ক্ষেত্রে, (২) কিছু ওষুধ বা খাবার থেকে, (৩) ঘনঘন রক্তদান করলে, (৪) গর্ভাবস্থা বা স্তন্যদানের ফলে, (৫) খাদ্যনালীর সমস্যা।



ভিটামিনের অভাবজনিত অ্যানিমিয়া যথেষ্ট পরিমাণে ভিটামিন বি-১২ ও ফলিক অ্যাসিড না পেলে এই অবস্থার সৃষ্টি হতে পারে। যেমন—(ক) খাদ্যজনিত অভাব যদি অল্প মাত্রায় থাকে তাহলে মাংস না খাওয়া হয় তবে যথেষ্ট পরিমাণ বি-১২ পাওয়া যায় না। আবার যদি শাকসবজি না খাওয়া হয় বা বেশি রান্না করে ফেলা হয় তবে ফলিক অ্যাসিডের অভাব ঘটে।

মেগালোব্লাস্টিক অ্যানিমিয়া যখন যথেষ্ট ভিটামিন বি-১২ বা ফলিক অ্যাসিড পাওয়া যায় না। পানিসিয়াস অ্যানিমিয়া যখন শরীরে যথেষ্ট পরিমাণ ভিটামিন বি-১২ শোষিত হয় না অথবা থেকে। ইনট্রিনসিক ফ্যাক্টর (Intrinsic factor) এর অভাব থেকে হয় এটা। ভিটামিনের অভাবের অন্যান্য কারণগুলি হল—বিভিন্ন ওষুধ, অস্ত্রের অসুখ, অতিরিক্ত অ্যালকোহলের ব্যবহার।

লেডের বিষক্রিয়া অস্থিমজ্জার জন্য লেড ক্ষতিকারক। এক্ষেত্রে রক্তে (RBC)-র সংখ্যা কমে যায়। এটা হতে পারে যখন বড়রা কাজের সময় লেডের সংস্পর্শে আসে বা ছোটরা লেড মিশ্রিত রক্ত ভুলবশতঃ খেয়ে ফেলে।

সিকল সেল অ্যানিমিয়া এক্ষেত্রে (RBC) গুলো কাস্তুর মত আকার ধারণ করে এবং তাড়াতাড়ি বিনষ্ট হয়ে যায়। এই অবস্থার ফলে (RBC) গুলি ছোটো রক্তনালীর গায়ে আটকে গিয়ে ব্যথা সৃষ্টি করে। জিনের পরিবর্তনের ফলে এই রোগ হয়। আফ্রিকান, আফ্রিকান-আমেরিকানদের এই রোগ বেশি হয়।

কিছু দীর্ঘস্থায়ী অসুখের সঙ্গে থাকা অ্যানিমিয়া যেমন কিডনির অসুখের শেষ অবস্থা, ক্যান্সার, হাইপোথায়রয়েডিজম, ইনফেকশন, ডায়াবেটিস, এস এল ই, রিউম্যাটয়েড আর্থ্রাইটিস প্রভৃতি।

(৩) আর বি সি ধ্বংস হওয়ার ফলস্বরূপ অ্যানিমিয়া হিমোগ্লোবিন হ্যালাসেমিয়া। এর কারণগুলি হল—সিকল সেল অ্যানিমিয়া, থ্যালাসেমিয়া, টিটিপি, গ্লীহার বৃদ্ধি, কিছু অসুখ, ইনফেকশন। যেমন—মালেরিয়া, সাপের বিষ, টিউমার, প্রস্টেটিক হার্ট ভালভ, ভাসকুলার গ্রাফটস, সাংখ্যিক উচ্চ রক্তচাপ প্রভৃতি।

অ্যানিমিয়ার রোগ নির্ণয় Complete Blood Count (CBC), Reticulocyte Count, Ferritin, Hemoglobin Electrophoresis, অস্থিমজ্জার পরীক্ষা (Bone Marrow Examination), Stool for Occult Blood প্রভৃতি পরীক্ষা করলে অ্যানিমিয়ার কারণ সম্বন্ধে ধারণা পাওয়া যায়।



বেসামাল হলেই বিপদ

সে চলেছে, সঠিকভাবে কিছু বলা অসম্ভব, কতদিন চলেবে, তা অনিশ্চিত। কোভিড-১৯। চলতি বছরের তিন মাস অতিক্রান্ত, অতিমারির প্রভাবেও বিবর্তন এসেছে। বিগত এক বছরে এই ভাইরাসের সম্পর্কে মানুষ বেশ কিছুটা অভিজ্ঞতা সঞ্চয় করতে পেরেছে। সেই অভিজ্ঞতাকে পুঁজি করেই এই ভাইরাসের বিরুদ্ধে লড়াই করার বিভিন্ন কায়দা-কানুনেও পরিবর্তন আনতে হচ্ছে। প্রতিবেশক নেওয়ার কর্মকান্ড বিস্তৃত হচ্ছে। প্রতিবেশক নিয়েও বিভিন্ন মহলে নতুন নতুন প্রশ্ন উঠছে। স্বাভাবিকভাবে সংশয়ও জন্ম নিচ্ছে মনের মধ্যে। অতীতের অভিজ্ঞতা এবং বর্তমানের জ্ঞান থেকে একটা কথাই বলা ভাল, কোভিডের সঙ্গে আরও বেশ কিছুদিন লড়াই করতে হবে, সদা সতর্ক থাকতে হবে। কারণ সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ করার প্রধান এবং মুখ্য শর্ত হল সতর্কতা অবলম্বন।

দিন যত যাচ্ছে সতর্কতার বীধনও তত পাতলা হচ্ছে। কোভিড হানার প্রথম পরে গোটা দুনিয়াতে লকডাউন পর্ব চালু করা হয়েছিল। বিলম্বে বোম্বোদয় থেকে বোঝা যাচ্ছে, সব কিছু বন্ধ করার দরকার ছিল কি? পরিবর্তে মানুষকে আরও বেশি সচেতন করার মধ্য দিয়ে এবং সামাজিক সংযোগের সৃষ্টি নিয়ন্ত্রণ করে এই সংক্রমণের থাকা রোধা যেত। এতে দ্বিমুখী সুপ্রভাব পাওয়া সম্ভব হত। অর্থনীতির পঙ্গুত্ব কমানো যেত, অতিমারীও নিয়ন্ত্রণে থাকত। পৃথিবীব্যাপী বিভিন্ন দেশ তাদের লক্ষ্য অভিজ্ঞতা থেকে এটা এখন পরিষ্কার বুঝতে পারছে। এখানে বলে রাখা দরকার, এখন যা আমরা বুঝতে পারছি, একবছর আগে সেটা আমাদের হিসেবেই ছিল না। কিন্তু দেখা যাচ্ছে, এখন যেখানে সংক্রমণের মাত্রা বাড়ছে, সেখানেই 'লকডাউন' করার প্রবণতা স্পষ্ট। অবশ্য জনজীবনের ইচ্ছে এখন মানুষের ত্যাগ করাটাই বাঞ্ছনীয়। বলা ভাল, জনজীবনে বিভিন্ন নিয়ন্ত্রণ আরোপ করাটাই এখন স্বাভাবিক জীবনের সংজ্ঞা হতে চলেছে।

এখানেই চিন্তার শুরু। দেশের বেশ কিছু রাজ্যে নতুন করে সংক্রমণের হার বাড়ছে। পশ্চিমবঙ্গও বাদ নেই। অন্যান্য রাজ্যের সঙ্গে অন্তত এই সময় পশ্চিমবঙ্গের তফাৎটা রয়েছে। কারণ এই রাজ্যে এখন নির্বাচনের হাওয়া তুঙ্গে। জন-সমাবেশ এবং জন-সংযোগের মাত্রা ক্রমশ বাড়ছে ফলে সমস্যা জটিল হতে পারে। ভোটের মুখে এই রাজ্যে লকডাউন হওয়াটা বেশ অসম্ভব। তাই আসন্ন বিপদ থেকে বাঁচতে হলে মাস্ক পরা, শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা, হাত ধোয়া এই বিষয়গুলোকে আরও বেশি বেশি করে রপ্ত করতে হবে। গত বছর দুর্গাপূজার পর থেকেই রাজাবাসীর মধ্যে এসব নিয়মকানুন মেনে চলার ব্যাপারে ক্রমশ শিথিলতা এসেছে। বিপদের সংকেত স্পষ্ট, সেকারনেই সতর্কতা অবলম্বনও প্রয়োজন। এখন বিন্দুমাত্র শিথিলতায় আবার লকডাউন! আবার অর্থনীতির অধোগতি শুরু হতে পারে এবং সেই মাসুল মানুষকেই গুনতে হবে। পরিণতিতে কী হতে পারে তা সহজেই অনুমেয়। বসন্তের হাওয়াতে ভোটের বাদী শুনে বেসামাল হলেই বেকায়দায় পরতে হবে। প্রশংসক, জন প্রতিনিধিরা এখন ভোট অন্ত প্রাপ। একবার ভালুন আপনার ভোট আছে, কোভিডের কিন্তু ভোট নেই।

জগৎ

শ্রীম

জগৎ মিথ্যা কেন হবে? ও-সব বিচারের কথা। তাঁকে দর্শন হলে তখন বোঝা যায় যে তিনিই জীবজগৎ হয়েছেন। আমার মা কালীঘরে দেখিয়া দিলেন যে মা-ই সব হয়েছেন। দেখিয়া দিলেন সব চিন্ময়। — প্রতিমা চিন্ময়। — দেবী চিন্ময়। — কোণাকুশি চিন্ময়। — চৌকাটি চিন্ময়। — মার্বেলের পাথর — সব চিন্ময়। ঘরের ভিতর দেখি — সব যেন বসে রয়েছে। সচ্ছিদানন্দ বলে। কালীঘরের সম্মুখে একজন দুষ্ট লোককে দেখলাম, কিন্তু তারও ভিতরে তাঁর শক্তি জ্বলজ্বল করতে দেখলাম। তাইতো বিভ্রালকে ভোগের লুচি খাইয়েছিলাম। দেখলাম মা-ই সব হয়েছেন — বিভ্রাল পর্যন্ত। তখন খাজঞ্জী মেজোবাবুকে চিঠি লিখলে যে ভটচার্জ মহাশয় ভোগের লুচি বিভ্রালদের খাওয়াচ্ছেন। সেজেবাবু আমার অবস্থা বুঝতে। পত্রের উত্তরে লিখলে, 'উনি যা করেন তাতে কোন কথা বলো না।' তাঁকে লাভ করলে এইগুলি ঠিক দেখা যায়। তিনিই জীব, জগৎ, চতুর্বিংশতি তত্ত্ব হয়েছেন। তবে যদি তিনি 'আমি' একেবারে পুঁছে দেন তখন যে কি হয় মুখে বলা যায় না। রামপ্রসাদ যেমন বলেছেন—তখন তুমি ভাল কি আমি ভাল সে তুমিই বুঝবে। সে অবস্থাও আমার এক-একবার হয়। বিচার করে একরকম দেখা যায়, — আর তিনি যখন দেখিয়ে দেন তখন আর একরকম দেখা যায়।

রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর — বেলা যায়। তেল মেখে জলে ডুব দিয়ে আসি। তারপরে খেলা হবে। একা একা খেলা যায় না। এ বাড়ি থেকে কয়জন ছেলে এলে বেশ হয়। (সহজ পাঠ, প্রথম ভাগ)

শরৎচন্দ্র চট্টোপাধ্যায় — বই পড়াকে যথার্থ যে সঙ্গী করে নিতে পারে, তার জীবনের দুঃখ কষ্টের বোঝা অনেক কমে যায়।

ব্রৈলোক্যনাথ মুখোপাধ্যায় — যাঁহার দ্বারা অনেকের উপকার হয়, তিনি আমোদ-প্রমোদে বিরত হইয়া, ভোগ বিলাস পরিহার করিয়া, জগতের হিতের নিমিত্ত অর্থোপার্জনে বা জ্ঞানোপার্জনে সময় অতিবাহিত করেন, তিমিরাবৃত এই সংসারে তিনি দেবতা স্বরূপ।

- ১ এপ্রিল — গুগল জি মেল পরিষেবা চালু করল ২০০৪
- রিজার্ভ ব্যাঙ্ক অব ইন্ডিয়া প্রতিষ্ঠিত হল ১৯৩৫
- ২ এপ্রিল — গায়ক বড়ে গোলাম আলি খানের জন্ম ১৯০২
- রক্ত সঞ্চালনের আবিষ্কারক উইলিয়াম হার্ভের জন্ম ১৫৭৮
- ৩ এপ্রিল — রায়গড় দুর্গে শিবাজির মৃত্যু ১৬৮০
- রানী ভিক্টোরিয়াকে ভারতের সম্রাজ্ঞী করা হল ১৮৫৭
- ৪ এপ্রিল — জলুফিকার আলি ভুট্টোর ফাঁসি ১৯৭৯
- চাঁদে গেলেন প্রথম ভারতীয় মহাকাশচারী রাধেশ শর্মা ১৯৮৪
- ৫ এপ্রিল — ফরাসি বিপ্লবের নেতা জর্জেস জ্যাকুয়েস দাঁস্তকে গিলোটিনে হত্যা করা হল ১৭৯৪
- ডাভিতে লবন সত্যগ্রহে যোগ দিলেন গান্ধীজী ১৯৩০
- ৬ এপ্রিল — ভারতের ওপর জাপানীদের প্রথম বোমা বর্ষণ ১৯৪২
- ৭ এপ্রিল — পণ্ডিত রবিশঙ্করের জন্ম ১৯২০
- কবি ওয়ার্ডস ওয়ারথের জন্ম ১৭৭০
- বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা গঠন ১৯৪৮
- ৮ এপ্রিল — সিপাহী বিদ্রোহের শহীদ মঙ্গল পান্ডের ফাঁসি ১৮৫৭
- সাহিত্য সভাট বঙ্কিমচন্দ্র চট্টোপাধ্যায়ের প্রয়াণ ১৮৯৪
- ভারত পাকিস্তানের মধ্যে নেহরু লিয়াকৎ চুক্তি স্বাক্ষর ১৯৫০
- ৯ এপ্রিল — ভারত পাক যুদ্ধ ১৯৬৫
- সিরাজ উদ্ দৌল্লাহর সিংহাসনে আরোহণ ১৭৫৬
- ১০ এপ্রিল — ভারতীয় উপগ্রহ ইনস্যাট-১ এর উৎক্ষেপণ ১৯৮২
- ডঃ স্যামুয়েল হ্যানিম্যানের জন্ম ১৭৫৫
- ১১ এপ্রিল — গায়ক কুন্দনলাল সায়গলের জন্ম ১৯০৪
- চিক্রকর যামিনী রায়ের জন্ম ১৮৮৭
- ১২ এপ্রিল — মহাকাশে প্রথম নভশ্চর ইউরি গ্যাগারিন ১৯৭৯
- নাট্যকার ক্ষীরদপ্রসাদ বিদ্যা বিনোদের জন্ম ১৮৬৩
- ১৩ এপ্রিল — জালিয়ান ওয়ালাবাগের হত্যা ১৯১৯
- ১৪ এপ্রিল — বি আর আম্বেদকরের জন্ম ১৮৯১
- ওস্তাদ আলি আকবরের খানের জন্ম ১৯২২
- ১৫ এপ্রিল — লিওনার্দো ডাভিন্সির জন্ম ১৪৫২
- গুরু নানকের জন্ম ১৪৬৯
- ১৬ এপ্রিল — বঙ্গের ভিক্টোরিয়া টার্মিনাস থেকে থানে পর্যন্ত প্রথম ট্রেন চালানো হল ১৮৫৩
- চার্লি চাপলিনের জন্ম ১৮৮৯
- ১৭ এপ্রিল — নাট্যকার রসরাজ অমৃতলাল বোসের জন্ম ১৮৫৩
- বাংলাদেশে অস্থায়ী সরকার গঠন ১৯৭১
- ১৮ এপ্রিল — চট্টগ্রাম অস্ত্রাগারে হানা ১৯৩০
- কাম্পুচিয়ার স্বাধীনতা ১৯৭৫
- কেরালাকে সম্পূর্ণ স্বাক্ষর রাজ্য হিসেবে ঘোষণা ১৯৯১
- ১৯ এপ্রিল — আমেরিকার স্বাধীনতা যুদ্ধ শুরু ১৭৭৫
- ভারতের প্রথম আন্তর্মহাদেশীয় ব্যালিস্টিক মিসাইল 'অগ্নি-৫' পরীক্ষা করা হল ২০১২
- ভাস্কর চিত্তামনি করের জন্ম ১৯১৫
- জিম করবেরের প্রয়াণ ১৯৫৫
- ২০ এপ্রিল — লিগ অফ ন্যাশানস বন্ধ হল ১৯৪৬
- ফ্রাঙ্গে পৌঁছল ব্রিটিশ ব্রিগেড ১৯৪০
- বায়ুমণ্ডলে পারমাণবিক পরীক্ষা চালানো মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র ১৯৫১
- ২১ এপ্রিল — ইব্রাহিম লোদী এবং বাবরের মধ্যে প্রথম পানিপথের যুদ্ধ শুরু ১৫২৬
- বার্লিনে প্রবেশ করল লাল ফৌজ ১৯৪৫
- ২২ এপ্রিল — সুভাষ চন্দ্র বোস সিভিল সার্ভিসের থেকে ইস্তফা দিলেন
- অভিনেতা লরেন্স অলিভিয়ার জন্ম ১৯০৭
- ভিয়েতনামে বোমা বর্ষণ করার অভিযোগে দেশজুড়ে প্রতিবাদ ১৯৭২
- উফায়ন রোধে প্যারিস চুক্তি স্বাক্ষরিত হল ২০১৬
- ২৩ এপ্রিল — বিশ্ব পুস্তক দিবস / উইলিয়াম শেক্সপিয়ারের জন্ম দিন ১৫৬৪
- ২৪ এপ্রিল — জব চার্নক সুতানুটিতে এলেন ১৬৯০
- আইরিশের স্বাধীনতা যুদ্ধ (ইস্টার রাইটিং) ১৯১৬
- শটিন তেগুলকরের জন্ম ১৯৭৩
- ২৫ এপ্রিল — রেডিও আবিষ্কারক মার্কনির জন্ম ১৮৭৪
- অলিভার ক্রমওয়েলের জন্ম ১৫৯৯
- ২৬ এপ্রিল — ভিয়েতনামে যুদ্ধ করার জন্য আমেরিকাতে প্রবল ছাত্র বিক্ষোভ ১৯৭২
- দুটি আফ্রিকার দেশ মিলে তানজানিয়া হল ১৯৬৪
- চেনোবিল পারমাণবিক বিদ্যুৎ কেন্দ্র দুর্ঘটনা ১৯৮৬
- ২৭ এপ্রিল — পুলিশের গুলিতে চারজন মহিলা শহীদ হলেন কলকাতায় ১৯৪৯
- মহিলাদের শিক্ষার অধিকার স্বীকৃত হল কলকাতা বিশ্ববিদ্যালয়ে ১৮৭৮
- বিখ্যাত উপন্যাসিক গ্যাব্রিয়াল গার্সিয়া মার্কুয়েজের প্রয়াণ ২০১৪
- ২৮ এপ্রিল — সাবেক মেরিওনে করে জার্মানি থেকে গোপনে জাপানে গেলেন নেতাজী ১৯৪৩
- বেনিটো মুসোলিনীকে হত্যা করা হয় ১৯৪৫
- সাদাম হুসেনের জন্ম ১৯৩৭
- ২৯ এপ্রিল — চিন তিব্বতকে নিয়ে ইন্দো-চীন চুক্তি ১৯৫৪
- একবছর বোমা বর্ষণের পর কসোভোয়াক্রমণ করল আমেরিকা ১৯৭০
- বাংলাদেশে বড় প্রায় দেড় লাখ মানুষের মৃত্যু ১৯৯১
- জুবিন মেহতার জন্ম ১৯৩৬
- ৩০ এপ্রিল — হিটলার আত্মহত্যা করলেন ১৯৪৫
- ভিয়েতনামের স্বাধীনতা ১৯৭৫
- দাদাসাহেব ফালকের জন্ম ১৮৭০

অসম্মানের শেষ কোথায় ?

শরদিন্দু চ্যাটার্জি

অসম্মানের শেষ কোথায় ?

রাজ্যে নির্বাচন আসন্ন। রাজনীতির তর্ক-বিতর্কের মধ্যে ঢাকা পড়েছে ম্যানহোলে আটকে থাকা শ্রমিকদের বেঁচে থাকার আত্মনা। রিজেন্ট পার্কের পূর্ব পুটিয়ারিতে নিকশি ম্যানহোলে নেমে চারজন শ্রমিকের মৃত্যু হয়েছে। এই মৃত্যুই অসংগঠিত ক্ষেত্রে শ্রমিকদের অসহায়তাকেই তুলে ধরেছে। এরাও পরিখারী শ্রমিক। মালদহ থেকে কলকাতায় কাজ করতে এসেছিলেন। প্রয়োজনীয় সুরক্ষার ব্যবস্থা অপ্রতুল হওয়ার কারণে দিনমজুরের মৃত্যুর ঘটনা ঘটছে। এদের মৃত্যুতে কারও কোনও দায় সেভাবে নেই। যদিও প্রশাসন ক্ষতিপূরণ বাবদ কিছু টাকা দিয়ে থাকে। ঘটনার পুনরাবৃত্তি চলছেই। সংবাদপত্রে এবং অডিও-ভিউয়াল মিডিয়াতে কিছু সংবাদ পরিবেশিত হয়, তাই অনেকের নজরে আসে বিষয়টি।



কলকাতা কর্পোরেশনের অধীন কলকাতার পরিবেশ উন্নয়ন লগ্নি প্রকল্পে (কেই আই আই পি) এই কাজ চলছিল। যে কাজে এই শ্রমিকরা ম্যানহোলে নেমেছিলেন, সেটা দক্ষ শ্রমিকদের কাজ। কুঁদখাটের পাশ্পি স্টেশনের সামনে মাটির বেশ নিচে ময়লা জল জমা হওয়ার জলাধার রয়েছে। সেই জলাধারে পুরনো পাইপের সঙ্গে নতুন পাইপের সংযুক্তিকরণের কাজ করতেই এই কর্মীদের আনা হয়েছিল। মৃত শ্রমিকরা

শ্রমিকদের এনেছিলেন, তারা ভাল করেই জানেন, ম্যানহোলের ভেতরের কাজ করতে কতটা পেশাগত দক্ষতার প্রয়োজন হয়। পেশাগত সুরক্ষার বিধি কাগজে কলমে রয়েছে কিন্তু তা মেনে চলা হচ্ছে কি না, সেখানেই চূড়ান্ত গাফিলতি থেকে যাচ্ছে। ম্যানহোলের ভেতরে কাজ করার জন্য যেসব বিধি রয়েছে তা মেনে চললে দুর্ঘটনার ঝুঁকি কমে। সেফটি জ্যাকেট, গ্যাসরোধক মুখোশ, অক্সিজেন সিলিন্ডার এবং শ্রমিকদের কোমরে গড়ির শক্ত বান্ধন

থাকা দরকার। এছাড়া কাজ করতে নামার আগে পরীক্ষা করে নেওয়া উচিত যে সেই ম্যানহোলের নিচে কোন প্রানঘাতী গ্যাসের অস্তিত্ব আছে কি না। এডিবি-র টাকায় এই প্রকল্পের কাজ হচ্ছে। মজুরের প্রাণ বাঁচাতে ঠিকাদারের টাকা খরচ করার ইচ্ছে ছিল না।

ম্যানহোলে যাঁদের মৃত্যু ঘটল তাঁরা আগে অন্য রাজ্যে কাজ করতেন। লকডাউনে বাড়িতে ছিলেন।

এই মৃত শ্রমিকদের নাম নির্মান কর্মী তহবিলে নথিভুক্ত নেই। ফলে সরকারি কোনও সুরক্ষা প্রকল্পের সুবিধা তারা পাবেন না। অথচ ঠিকাদারের দায়িত্ব একজন শ্রমিক একদিন কাজ করলেও তার নাম EPF এবং ESI-তে নথিভুক্ত করানো। প্রশাসন এবং ঠিকাদারদের মধ্যে অবস্থান করে রাজনৈতিক শক্তি। যেহেতু তাঁদের নাম কোনও নথিতে থাকে না, সে কারণেই ঠিকাদারদেরও কোনও দায়িত্ব এবং দায় নেই। পথ দুর্ঘটনায় পরিবহনকর্মীর মৃত্যু, খালান শ্রমিকের মৃত্যু, ইলেকট্রিক শক লেগে মৃত্যু, অঙ্গহানি এবং অসুস্থতা সব কিছুই রক্ষা হয় লক্ষীর কৃপায়। সরকারি প্রকল্পের কাজে শ্রমিকের মৃত্যুর ঘটনার অবশ্যই তদন্ত হবে। এখন হয়তো দেখা যাবে মৃত শ্রমিকরাই এখানে অভিযুক্ত হবেন কারণ সুরক্ষাবিধি না মেনে তারা ম্যানহোলে নেমেছিলেন।

মৃত্যুর পরেও অসম্মানের শেষ নেই শ্রমিকদের।

মজা-ত্রাসের মিলনের ভোটে ভাষা সন্ত্রাসের ছড়াছড়ি

নিজস্ব প্রতিনিধি-‘খেলা হবে’। স্লোগানটা এবারের নির্বাচনের প্রাক্কালে বেশ ভাল খেয়েছে। শাসক, বিরোধী সকলেরই এক কথা ‘খেলা হবে’। মূল কথাটার আগে এবং পিছে দু’একটি কথা জুড়ে দিয়ে রাজনৈতিক নেতারা যা বলছেন, তার অর্থ নিয়ে ভাবতে বসলে গাশিউরে ওঠে। কেউ বলছেন, ‘আসুন খেলা হয়ে যাক’। কেউ বা বলছেন, ‘ভয়ঙ্কর খেলা হবে’। আরেকটু বাড়িয়ে কেউ বলছেন, ‘আমরাও বলছি খেলা হবে’।



তোমাদের খেলা শেষ হয়ে গিয়েছে। এই ‘খেলা হবে’-কে সামনে রেখে রাজ্য সরকারের সদর দপ্তরে প্রতিবাদ অভিযানও হয়েছে। সোশ্যাল মিডিয়াতে ‘খেলা হবে’-র রমরমা চলছে।

‘টুম্পা’ও বেশ বাজার নিয়েছে এবারের নির্বাচনে। গতবছরে পুজোর কিছুদিন আগে ওয়েব সিরিজের জন্য এই ‘টুম্পা সোনা’ গানটা তৈরি হয়। এই গানের সঙ্গে যারা জড়িয়ে রয়েছেন

তারা ভাবতেও পারেন নি এই ‘টুম্পা সোনা’ নিয়ে বাজার গরম হয়ে যাবে। এখনও পর্যন্ত সাড়ে তিন কোটি ‘লাইক’ পড়েছে। টুম্পাকে নিয়ে রাজনৈতিক দলগুলি এখন বেশ মাতামাতি করছে। বেশ কয়েক বছর আগে ‘তুনির মা’ যেমন বাজার দখল করেছিল, তার থেকেও অনেক বেশি কাটিত ‘টুম্পা’-র।

এই বাংলাতে ‘হোক কলরব’ স্লোগানটি যেভাবে ছড়িয়ে পড়েছিল, বাংলাদেশের আওয়ামী লিগের সাংসদ শামিম ওসমান ২০১৩-১৪ সালে ‘খেলা হবে’ স্লোগানটি আমদানি করেন। আট বছর পরে বাংলাদেশের সেই স্লোগানটি এবার রাজ্যের নির্বাচনে ফিরে এসেছে আরও বেশি জীবন্ত হয়ে।

আসলে ‘টুম্পা’, ‘খেলা হবে’ এসব সস্তার মার-কাঠারি কথা দিয়ে মানুষকে ভুলিয়ে রাখার একটা কায়দা এখন বাজারে চলছে। রাজনীতিটাকে এখন খেলার মাঠে এবং প্যারোডিতে নামিয়ে আনা হয়েছে। প্রত্যেকটি দলই খুব সচেতনভাবেই বিষয়টাকে বাজারমুখী করছে। আসলে তো বলা উচিত ছিল ‘কারখানা হবে’, ‘বেকারদের চাকরি হবে’, ‘ভুখা পেটে ভাত হবে’। এসব হবে না বলেই তো ‘টুম্পা’ আর ‘খেলা হবে’ নিয়ে চলতে হচ্ছে।

ধুব্তোর, নিকুচি করেছে ‘খেলা হবে’ আর ‘টুম্পার’।

আর্থিক বৃদ্ধি পুনরুদ্ধারের আশঙ্কা অনেক

কিশোরকুমার বিশ্বাস

সরকারি মহল থেকে অনেকদিন থেকে বলা হচ্ছে অতিমারীর পরে দেশের অর্থনৈতিক অধোগতিকে আটকানো গেছে এবং আর্থিক গতি পুনরুদ্ধার হচ্ছে। সরকারের তরফ থেকে বৃহৎ সংস্থাগুলোর লাভের পরিমাণ বৃদ্ধি, কর আদায়ের পরিমাণ বৃদ্ধি, এই অর্থবর্ষ ২০২০-২১-এর তৃতীয় ত্রৈমাসিকে ধনাত্মক জিডিপি বৃদ্ধির হার, প্রভৃতি বিষয়গুলোকে তুলে ধরে বিচার করা হয়। কিন্তু এই অর্থনৈতিক পুনরুদ্ধারকে অনেক অর্থনীতিবিদ পুরোপুরি মানতে রাজি নন। লকডাউন শিথিল হলে অবশ্যই কাজকর্মের পরিমাণ বাড়বে এবং জাতীয় আয় বাড়বে তবে এই কর্মকাণ্ড ভাল জয়গায় ফিরে যেতে অনেক দেরি আছে এবং তার জন্য বিশেষ সরকারি রাজস্ব নীতি ছাড়া সেটা সহজও নয় বলে বিশেষজ্ঞরা মনে করেন।

জাতীয় আয় নির্ধারণে সমস্যা আছে

ভারতে জাতীয় আয় পরিমাপ করার পদ্ধতিটি একটু আলাদা অন্য বহু উন্নত দেশের তুলনায়। ভারতের জাতীয় বৃদ্ধির তুলনা করা হয় গত এক বছরে আগের উৎপাদিত জাতীয় আয়ের পরিমাণের সঙ্গে। অর্থাৎ এই অর্থবর্ষের তৃতীয় ত্রৈমাসিকে ভারতের জাতীয় আয় কেমন হয়েছে বোঝাতে সেটা ব সঙ্গ গত অর্থবর্ষ (২০১৯-২০) এর তৃতীয় ত্রৈমাসিকের

জাতীয় আয় কত ছিল তার সঙ্গে তুলনা করা হয়। কিন্তু উন্নত দেশ যেমন আমেরিকা, ইওরোপ, এমএন কি চিনের ক্ষেত্রে পরপর ত্রৈমাসিকের সঙ্গে তুলনা করা হয়। অর্থাৎ কোন অর্থবর্ষের ত্রৈমাসিকে কত উৎপাদন হল, পরে তার সঙ্গে পরবর্তী



ত্রৈমাসিকের জাতীয় আয়ের পরিমাণ কত হল তাই দিয়ে বোঝা যাবে দেশের আর্থিক গতিপ্রকৃতির অবস্থা। অনেকের মতে, সেটাই হল দেশের অর্থব্যবস্থার গতিপ্রকৃতি বোঝার ভাল উপায়। আগের বছরের এই সময়ের সঙ্গে তুলনা করলে বিষয়টা ভাল বোঝা না-ও যেতে পারে। বিশেষত,

দেশের আর্থিক হাল যখন খুব খারাপ সেই সময় এই পরপর ত্রৈমাসিকের হিসেব দেখে অর্থব্যবস্থা বোঝা যায় ভাল।

ঠিক এই বিষয়টিই আলোচনা করেছেন অর্থনীতিবিদ জাহাঙ্গির আজিজ। ইনি হলেন জেপি মর্গান-এর

১/২ শতাংশ। তবে ২০২০-২১ অর্থবর্ষে প্রথম ত্রৈমাসিক থেকে দ্বিতীয় ত্রৈমাসিকে বৃদ্ধির হার ভারতের ছিল ২১ শতাংশ, যা হয়াত পৃথিবীতে সর্বাধিক। তবে ত্রৈমাসিকের তুলনায় পরবর্তী ক্ষেত্রে বৃদ্ধির হার অতিসামান্য এবং তা আশাব্যঞ্জকও নয়।



কেন আর্থিক পুনরুদ্ধার আশাব্যঞ্জক নয়

সাধারণ মানুষের আয় বাড়ানোর ব্যবস্থা করা হয় নি। তাই বাজারে চাহিদা তৈরি হয় নি। আজিজ এক লেখায় দেখিয়েছেন সরকার খরচ শুরু করেছে গত সেপ্টেম্বর থেকে। অর্থাৎ যখন সরকারের আয় কিছুটা বাড়তে

শুরু করে। এই দেরি করে খরচ করার কারণে অর্থব্যবস্থায় সময়ে চাহিদা সৃষ্টি হয় নি। মানুষের হাতে অর্থ থাকলেও তা খরচ করার সাহস হয় নি। কারণ দুরাবস্থা যতদিন চলবে এই ব্যাপারে অনিশ্চয়তা থেকে যায়।

আরও কয়েকটি অনিশ্চয়তা

আরও কয়েকটি অনিশ্চয়তার কারণে পুনরুত্থান ব্যাহত হচ্ছে। প্রথমত, আশঙ্কা হচ্ছে আরও একবার করোনার আক্রমণ বড় করে আসতে পারে। দ্বিতীয়ত, যদি ভাল বর্ষা না হয় গ্রামীণ অর্থব্যবস্থা খারাপ হয়ে যাবে এবং খাদ্যের যোগাযোগ ঘাটতি এলে খাদ্যদ্রব্যের দাম বৃদ্ধি পাবে, হতে পারে খাদ্যসংকট। তৃতীয়ত, মুদ্রাস্ফীতি বাড়তে শুরু করেছে। যদি আরও বাড়তে তাকে আটকাতে দেশে সুদের হার বাড়তে পারে। তার ফলে ব্যবসা-বাণিজ্য বা অন্যান্য কর্মকাণ্ডে বিনিয়োগের পরিমাণ কমেতে পারে। চতুর্থত, ভারতে এবং বিদেশে মূলত আমেরিকাতে বন্ডের দাম কমেতে শুরু করেছে। ফলে এই সমস্ত দেশে ‘বন্ড’-এ বিনিয়োগ বাড়তে পারে। এর ফলে ভারতের ঋণের যোগান কমেতে পারে। সেকারণে বিনিয়োগ ধাক্কা খাবে। বন্ডের দাম কমার অর্থ হল বন্ডের সুদের হার বেড়ে যাওয়া অর্থাৎ বন্ডের বিনিয়োগ করে বেশি লাভ করা। তাই অন্যক্ষেত্রে বিনিয়োগ কমে বন্ডে নিশ্চিত আয়ের আশায় বন্ড কেনা় বিনিয়োগকারীরা বেশি ঝুঁকতে পারে।

বাজল না বাসন, পড়ল না হাততালি

পারিজাত বোস

লকডাউনের প্রথম জন্মদিন পালন হয়ে গেল ২৪ মার্চ। বাজারে কেকের ছড়াছড়ি নেই, নেই উজ্জ্বাস, উল্লাস। প্রথম জন্মদিন যাতা ইটাই করে পালন করার দরকার ছিল, ততটা দেখা গেল না। ‘হ্যাপি বার্থ ডে টু’ গাইতে গিয়ে হঠাৎ জিভ কেটে ফেললাম। আরে এ তো লকডাউনের জন্মদিন। মানে সবকিছু বন্ধের বিষয়। এখানে তো বার্থ ডে ক্যারল গাইলে চলবে না, হাততালি দেওয়া চলবে না। ফুঁ দিয়ে মোম নেভানো যাবে না। মনে পড়ে যায় বিশ সালের ২৪ মার্চে টিভির পর্দায় সেই ঘোষণা, ‘সুবা সাত সেরাত ন বাজতক জনতা কার্ফু’ এর বেশ কয়েক সপ্তাহ আগে থেকেই ইতালিতে সংক্রমিত মানুষের লাইশের ছবি বিভিন্ন সংবাদপত্র ছাপা হচ্ছিল। ফ্রান্স, স্পেন, ইংল্যান্ড, জার্মানি, চিনের উহান থেকে ভয়ংকর সংক্রামক ভাইরাসের খবর একের পর এক আসতে শুরু করল। তখনও এদেশে নিয়মমাফিক বিদেশের উড়ান এসে নামছে। গীত-ছন্দে আমাদের পরম বান্ধব মার্কিন রাজ ডোনাল্ড ট্রাম্প ভারত সফর করেছেন। সেদিন ট্রাম্প এই সংক্রমণ নিয়ে কতই না হেলা করেছিলেন। আমাদের দেশ সাধুসন্তদের দেশ, যোগার দেশ-এখানে গোমুত্রে না কি রোগ সারে, শীর্ষাসন করলে হিন্কা সারে, এসব ভোলার নয়। লকডাউনের প্রথম বর্ষপূর্তিতে কিছু প্রশ্ন জাগছে মনে। গত বছর মার্চ মাসে দেশের মানুষকে সময় না দিয়ে গোটা দেশকে শুদ্ধ করার সিদ্ধান্তটা কি খুব

জরুরি ছিল? আতান্তরে পড়ল হাজার হাজার পরিযায়ী শ্রমিক। বৃহত্তম গণতান্ত্রিক দেশের সামাজিক সুরক্ষার হাল কতটা করুণ। আচমকা লকডাউনের ফলে ভারতের কোভিড-১৯-এ অনেক কম প্রাণহানী হয়েছে বলে প্রচার চলছে। কিন্তু এক ত্রৈমাসিকে ভারতীয় অর্থনীতির ২৪ শতাংশ সংকুচিত হল, যা অন্যান্য

গরীব-গুণ্ডা মানুষও পড়শিদের মাঝে পাঁচিল তুলেছেন। মানুষ-মানুষে ভেদ এনেছে এই সংক্রমণ। শ্রমিক দিনে আট ঘণ্টা কাজের বদলে বারো ঘণ্টা কাজ করার পরেও গজগজ করছে না, ওয়ার্ক ফ্রম হোম, অনলাইনে লেখাপড়া, পরীক্ষা, সেমিনার, মিটিং, ওয়ার্কশপ। মালিকপক্ষও চিন্তান্বিত। ওদিকে তার কাজের লোকের বারোটা

কত রাস্তা হাঁটা যায়। যদিও এসব নাকি আমাদের বেদ-এ আছে। একবছর পর এইসব ছবি ভেসে উঠছে মনের আয়নায়। ট্রাম্প সংসদে এলেন, ফাঁকা সংসদে একের পর এক জনমুখী বিল পাশ করিয়ে নিলেন। এখানে আলু, পেঁয়াজ, ডালের দাম বাড়তে শুরু করল। আত্মনি-আদানিদের চিন্তা বাড়ল। ব্যাঙ্ক থেকে বৃহৎ শিল্পপতির

এক ভদ্রলোক এসব নিয়ে জানতে চেয়েছিলেন। সেই বেয়াদবকে উচিত শিক্ষা দিয়ে দিয়েছে। পরিকল্পিতভাবে আতঙ্ক ছড়ানো হচ্ছে। শুরুতে অবশ্য থালা বাজানো, হাততালি দেওয়ার ফরমান দেওয়া হয়েছিল। রাজ্যে ধীরে ধীরে কোভিডকে নিয়ন্ত্রণে রাখার জন্য করোনা যোদ্ধারা লড়াই শুরু করে দিয়েছেন। এরই মাঝে একদল ইট-পাটকেল ছুড়ছে ‘যোদ্ধা’-দের, কোভিডের শব্দেই রাস্তায় ফেলে রেখে পালাচ্ছে, নিজের বাড়িতে যোদ্ধারা ফিরতে গেলে বাঁধা পাচ্ছেন, স্বাস্থ্যকর্মীদের বাড়ি থেকে উৎখাত করা হচ্ছে। হাউজিং-এ কেউ আক্রান্ত হলে তাকে বাড়িতে থাকতে না দেওয়ার ফতোয়া দেওয়া হচ্ছে, কেউ আবার রাস্তা, স্টেশন, বাসস্ট্যান্ডে খড়ি দিয়ে বৃন্ত আঁকছেন, পাড়ায় একদল উৎসাহী যুবক প্রতিবেশীদের বাজার, ওষুধ এনে দিচ্ছেন-এ যেন বিভিন্ন রংয়ের কোলাজ।

হাজার হাজার পরিযায়ী শ্রমিক হাজার হাজার মাইল পথ হাঁটছেন, শ্রান্ত, ক্ষুধার্ত শ্রমিকরা রেললাইনে ঘুমিয়ে পড়লেন। মাঝরাতে মালগাড়ি তাদের পিষে দিল। হাতের মুঠোয় থাকা রুটিটা রক্তে লাল হয়ে গেছে। রাতারাতি ওরা খবরে এবং ছবিতে চলে এল। কাজ নেই, খাওয়ার নেই, লরিতে গাদাগাদি করে বাড়িতে ফেরার ভিড়, বাবার হাত থেকে ফস্কে নিচে পড়ে যায় বুলন্ত শিশু। ফের সংকট আসল। অতঃকিম্।



দেশগুলিতে হয় নি---সেটা কে বলবে? একটা বছরে বিশ্বরুদ্ধাণ্ডের ছবিটাই পাল্টে গেছে অনেক। মানুষের জীবনে বদল ঘটেছে। ভীত, সন্ত্রস্ত, আতঙ্কিত মানুষ কয়েক ঘণ্টার নোটিশে ঘরবন্দি হয়ে পড়েছে।

বাজজে। কারও মাইনে নট, কারও অর্ধেক, চিংকার টেচামেচি করলে চাকরি যাবে। এই অতিমারি সব বাবার বাবা। মানিয়ে যদি না নিতে পেরেছ তাহলেই শেষ। শিখতে হয়েছে বিদে কিভাবে কমাতে হয়, নিতাপ্রয়োজনীয় জিনিস কত কম আনা যায়। খালি পেটে

কোটি কোটি টাকা ঋণ নিয়ে পালিয়ে গেছে, লালাবাতি জ্বলছে ব্যাঙ্কে। আবার ব্যাঙ্ক, এল আই সি বেঁচে দেওয়ার চেষ্টা চলছে। প্রশ্ন করলেই, চোপ-অতিমারি চলছে। হে মুখ, দরদ্র ভারতবাসী খবরগুলো রাখার চেষ্টা কর। ‘রাইট টু ইনফরমেশন’-এ কোন

রুবিজা

পুনর্মিলন

অনির্বাণ কর

ভোটনীতি

নীলাঞ্জনা ভট্টাচার্য

আঠাশ বছর পর ওংকারকে দেখলাম ঠিক যেন সেলুলয়েডের পর্দা থেকে উঠে আসা নায়ক, ওর ভাই ব্রোকেল আজ আর ডানপিটে নয়, বৈয়াক। দিল্লীপের ঠোঁটে সেই শিশুর হাসি আঠাশ বছর পর ব্রিদিব, দেবজিৎ, চিরদীপ, দেবব্রত যেন ভোরের আলো, বাবু নন্দীকে-তো ভুলেই গেছিলাম ভানু আর সে ভানু নেই, দুই ছেলেমেয়ের বাবা, সঞ্জয়েরও দুটি... ভাবতে অবাক লাগে আমি, কেশব, প্রদীপ (টিয়া), অসিত, অভিজিৎ বোস যখন কারুর গলায় বুলতে পারিনি, ফুলে ঢোল প্রবীর গড়ই তখন নাতির সঙ্গে খুনসুটি করছে।

আঠাশ বছর পর সেই প্রশান্ত মাইতি... যত না বড় হয়েছে, তার চেয়ে বেশি বুড়ো এতদিন অনেক খুঁজছি, পাইনি আমাদের মধ্যে এক অভুত মান-অভিমানের সম্পর্ক ছিল যে অমিত পাত্রকে নিয়ে আমরা ছিলাম তিনমুর্তি, সেই কালো মানিককে পেলাম ধুমকেতুর মতো। সুদর্শন সুরাসিক নীলকমল আরও সুদর্শন হয়ে আঠাশ বছর পরও সুর-দরিয়ায় বয়স হলে কী হবে, গ্যামারে আশিসও কম যায় না।

হাবিবুর যে কবে সরকারি চাকরি ছেড়ে হোমিওপ্যাথি ডাক্তারবাবু হয়ে বসেছে, জানি না বালকবীর অভিজিৎ আমার প্রতি এত টান যে নামই মনে করতে পারল না, যদিও আমরা একই পাড়ায় থাকতাম আড্ডার ঠেকে বসে শেবালকে প্রায়ই দেখতাম শ্যামলাল স্ট্রিটে হাঁটাচলা করতে-বড়ই চিত্তাশীল, আমার সামনে দিয়ে গেলেও চিনতে পারত না। এরকম ভুলে যাওয়া, নাম মনে করতে না-পারা, রাস্তায় দেখা হলেও এড়িয়ে যাওয়া বা সৌজন্যমূলক কথা বলা অনেক সম্পর্ক জোড়া লাগল, বলতে গেলে ‘দ্যা পাকইনস্টিটিউশন-১৯৯০’ ফিরে এল ৩০ ডিসেম্বর ২০১৮-য় দৌড়বীর অমিতাভ বসুর পিকনিকে।

বাবুর বাগানবাড়ি ছিল পুনর্মিলনক্ষেত্র সপরিবার বন্ধুদের উপস্থিতিতে খেলাধুলো, নাচ-গান, গল্প-কবিতা, খানা-পিনা-আড্ডায় জমজমাট সে এক নির্মল আনন্দের দিন। তবে যারা সেদিনও ডুমুরের ফুল হয়ে থাকল, তাদের জন্য রইল আরো অপেক্ষা আমরা সবাই একদিন মিলবই।

শাঁখের আওয়াজ ধ্বনিত হয় বাংলার সন্ধ্যা জুড়ে আজান এর সুরে ধুম ভাদ্দে কাছেও বহুদূরে।

রবিবারে গির্জায়ের প্রার্থনারই আলোয় তথাগতর শান্তিবানী ধ্বনিত এ হৃদয়ে...

এক সুরে জাতীয় সংগীত পরানে দেয় দোল স্বধীন আমার ভারতভূমি আসমুদ্র হিমালয়। তবুও কেন হানাহানি ভোটযুদ্ধেও ভয় কেন আজও অশান্তিতে মায়ের কোল খালি হয়... উন্মত্ত এ ক্ষমতার নেশা রাজ্য রানী আজ যুদ্ধে মতে ভোটে লড়াই আজ বিকল্প পেশা হাতে হাতে রেখে আজ একসাথে।

আবার নতুন সূর্য উঠে লড়াই থামিয়ে দেবে চিরকালীন এক সাম্যের গান আজ সে শোনাবে...



বুমরার নতুন ইনিংস



ভারতের তারকা পেসার যশপ্ৰীত বুমরা ও তার স্ত্রী সঞ্জনা গনেশন

গোয়া-বিয়ে করলেন ভারতের তারকা পেসার যশপ্ৰীত বুমরা। পাত্রী ক্রীড়া অনুষ্ঠানের সঞ্চালিকা সঞ্জনা গনেশন। বিয়ের ছবি সোশ্যাল মিডিয়াতে পোস্ট করেছেন বুমরা। গোয়ার একটি বিলাসবহুল হোটেলে বুমরার বিয়ের আয়োজন হয়েছিল। নিমন্ত্রিত ছিলেন মাত্র কয়েকজন।

পুরো বিয়ের অনুষ্ঠানটি গোপন রাখা হয়েছিল। অনুষ্ঠানে নিমন্ত্রিতদের মোবাইল ফোন আনা নিষিদ্ধ ছিল। বিয়ের ছবি পোস্ট করে বুমরা লিখেছেন, ‘ভালবাসার সঙ্গে আজ থেকে আমরা একসঙ্গে নতুন পথচলা শুরু করলাম। আজ আমাদের জীবনের অন্যতম সবচেয়ে আনন্দের দিন।’ মহারাষ্ট্রের মেয়ে সঞ্চনা ক্রীড়া অনুষ্ঠানের প্রচার জগতে সুবিদিত নাম। ২৮ বছর বয়সী সঞ্চনা ২০১৪ মিস ইন্ডিয়া প্রতিযোগিতার ফাইনালিস্ট। বুমরা বিষয়টিকে একেবারে গোপন রেখেছিলেন। ভারতীয় দল ও মুম্বই ইন্ডিয়ান্সের পাশাপাশি বিরাট কোহলি সহ অনেকেই তাঁদের অভিনন্দন জানিয়েছেন।

মোতেরায় গনগনে সূর্য



বিশ্বদীপী সূর্যকুমার

মোতেরা-টস জিতলেই নাকি ম্যাচ জেতা যায়। চলতি টি-২০ সিরিজে সমতা ফেরানোর ম্যাচে টসের দিকেই সবার নজর ছিল। টসে হারলেন ভারত অধিনায়ক বিরাট কোহলি অধিনায়ক বিরাট কোহলি তাঁর নিজের জায়গা ছেড়ে দিলেন সূর্যকুমারকে। অধিনায়কের সিদ্ধান্তকে মর্যাদা দিয়েছেন সূর্যকুমার। তাঁর ব্যাট ঝলসে উঠল। ৩১ বলে ৫৭ রান করলেন কিন্তু তাঁর ম্যাচ আউট নিয়ে যথেষ্ট সন্দেহ থেকে গেল।

শচীনের সংক্রমণ

শুটিংয়ে ভারতের দাপট

মুম্বই-করোনাভাইরাসে সংক্রমিত শচীন তেঙুলকর। শচীন টুইট বার্তায় জানিয়েছেন তিনি নিভৃতবাসে বাড়িতে রয়েছেন এবং ডাক্তারের পরামর্শ মেনে চলছেন। বাড়ির অন্য সদস্যদের রিপোর্ট নেগেটিভ। লিটল মাস্টারের সংক্রমণের খবর পেয়ে উদ্বিগ্ন বিশ্বের ক্রিকেট মহল। সকলেই তাঁর দ্রুত আরোগ্য কামনা করেছেন।



বিশ্বকাপ যোগ্যতা অর্জন পর্বের ম্যাচে নামার আগে মানবিক অধিকারের জার্সিতে জার্মানীর ফুটবলারদের বার্তা

শেষ অলিম্পিক্স

নিজস্ব প্রতিনিধি-টোকিয়োতেই অলিম্পিক্স অভিযান শেষ করবেন মেরিকম। ২০১২-র লন্ডন অলিম্পিক্স রোঞ্জ পদক জয় মেরিকে সবচেয়ে বেশি অনুপ্রেরণা দেয়। ছ'বারের বিশ্বচ্যাম্পিয়ন মেরিকমের বয়স এখন ৩৮। বক্সিংয়ের সঙ্গে লেগে রয়েছেন ২০ বছর ধরে। ৪০ বছর পর্যন্ত অলিম্পিক্সের বক্সিংয়ে অংশগ্রহণ করা যায়। টোকিওর ক্ষেত্রে বয়সটা এবার ৪১ করা হয়েছে।

দেশের সেরা মুম্বই

নিজস্ব প্রতিনিধি-এবারে ব আইএসএলে এক সময় লিগের শীর্ষ স্থান থেকে অনেক দূরে সরে গিয়েছিল মুম্বই সিটি এফসি। সেইসময় অনেকেই আলোচনা করেছিল মুম্বই সিটি এফসি কি চ্যাম্পিয়ন হতে পারবে? সব আলোচনাকে তুড়ি মেরে আইএসএলে চ্যাম্পিয়ন হল মুম্বই এফসি। ফতোরদা স্টেডিয়ামে ১৩ মার্চ ১৮ মিনিটের মাথায় ডেভিড উইলিয়ামস গোল করে এটিকে মোহনবাগাকে এগিয়ে দেয়। শেষ পর্যন্ত চাপের মুখে ফেলে ২-১ এ এটিকে মোহনবাগানকে হারায় মুম্বই সিটি এফসি। খেলার ২৯ মিনিটে আত্মঘাতী গোলে সমতা ফেরে ৯০ মিনিটে সপ্তম আইএসএলের অন্যতম খেলোয়াড় বিপিন অসাধারণ গোল করে এগিয়ে দেয় মুম্বইকে।

হুঁয়ে বিরাট

নিজস্ব প্রতিনিধি-আই সি সি টি টোয়েন্টি রায়িং তালিকায় ছ'নম্বরেই থেকে গেলেন ভারত অধিনায়ক বিরাট কোহলি। এই তালিকায় এক নম্বরে ইংল্যান্ডের দাবিদ মালান। তিন নম্বরে রয়েছেন কে এল রাহুল। বোলিং তালিকায় প্রথম দলে ভারতের কোন ক্রিকেটারের নাম নেই। এই তালিকার সবচেয়ে ওপরে রয়েছেন রশিদ খান। দলগত রানভিধ তালিকায় ভারতের স্থান দু'নম্বরে।

অবাক হাবিব

নিজস্ব প্রতিনিধি-কিংবদন্তি প্রদীপকুমার বন্দ্যোপাধ্যায় (পি কে) ও চুনি গোশ্বামী স্মরণসভায় এবার মোহনবাগান তাঁবুতে এসেছিলেন একঝাঁক তারকাদের ভিড় হয়েছিল। উল্লেখযোগ্যদের মধ্যে ছিলেন ভারতীয় ফুটবলের ‘বড়ো মিয়া’ মহম্মদ হাবিব এবং তাঁর ভাই আবদুর। সেই স্মরণসভাতেই ঘোষণা করা হয়, মোহনবাগান মাঠের প্রবেশদ্বার হবে চুনি গোশ্বামীর নামে এবং জিম হবে পিকের নামে।

মেসির নজির

স্পেন-বার্সেলোনার জার্সিতে জড়ির ৭৬৭টি ম্যাচ খেলার রেকর্ড স্পর্শ করলেন লিয়োনেল মেসি। লা-লিগার ম্যাচে উয়েস্কার বিরুদ্ধে দুটি গোলও করলেন লিয়োনেল। শীর্ষে আছে আতলেতিকো দে মাদ্রিদ। বার্সেলোনা এখনও চার পয়েন্ট পিছিয়ে।

সিরিজ জয় ভারতের



টেস্ট, টি-টোয়েন্টি এবং ওয়ান ডে জিতে ইংল্যান্ডকে বিদায় জানালো ভারত

পুনে-ইংল্যান্ডকে জিততে হলে শেষ দু'বলে দরকার ছিল ১২ রানের। পঞ্চম বলটা হয়ে যাওয়ার পর ভারতের ম্যাচ ও সিরিজ জয় নিশ্চিত হয়ে যায়। শেষ ওভারে এই ম্যাচে কুলদীপ যাদবের বদলে খেলা নটরাজনের হাতে বল তুলে দেন কোহলি। গত আই পি এলে নটরাজন নিজেকে ইয়র্কারের রাজা বলে প্রমাণ রেখেছিলেন। শেষ ওভারে ঠান্ডা মাথায় বল করে ভারতকে জিতিয়ে দিলেন এই বাঁ হাতি পেসার। প্রথমে ব্যাট করে ভারত রান করে ৩২৯। জবাবে ৫০ ওভারে



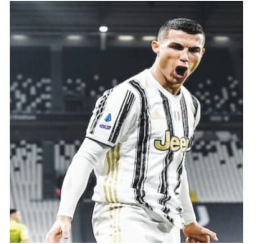
আদিল রশিদের ক্যাচ কোহালির হাতের মুঠোয়

ইংল্যান্ড ৩২২-৯-৯ শেষ হয়ে যায়। কারেন অপরাজিত থাকেন ৯৫ রানে। এই ম্যাচে হার্পিক পাভা দুটো ক্যাচ মিস করেন। এরপরে নটরাজন ও শাদুল ঠাকুরও ক্যাচ মিস করেন। এরই মধ্যে ব্যতিক্রম কোহালি। শর্ট কভারে দাড়িয়ে আদিল রশিদের ক্যাচটি লাফিয়ে ধরেন কোহালি। স্বঘাত পন্থে দুরন্ত খেলেন। টেস্ট, টি-টোয়েন্টি এবং ওয়ান ডে জিতে ইংল্যান্ডকে বিদায় জানালো ভারত।

নতুন তারকা

রোনাল্ডোর ৭৭০

নিজস্ব প্রতিনিধি-ছোটবেলার কোচ উত্তম মজুমদারের বাবা খুব স্নেহ করতেন ঈশান কিশানকে। তিনি ভারতীয় দলের জার্সিতে ইশানকে দেখতে চেয়েছিলেন। কিন্তু তাঁর সেই সাধ অতীত থেকে গেছে। কয়েকদিন আগেই তিনি প্রয়াত হয়েছেন ১৪ মার্চ মোতেরায় আন্তর্জাতিক অভিযেক ম্যাচে ৫৬ রান করে দলকে জেতানোর পথে নিয়ে যান। ঈশান এই জয়টাকে



বোলোগানো-চ্যাম্পিয়ন্স লিগে গোলের সংখ্যায় হেরে ছিটকে গিয়েছিল জুভেন্টাস। সেই বাধা বৃকে চেপে রেখেছিলেন ক্রিস্টিয়ানো রোনাল্ডো। পাঁচদিন পর সেরি আ-র ম্যাচে সেটা বোঝালেন সি আর সেন্ডেন. রোনাল্ডোর দুরন্ত হ্যাটট্রিকে জুভেন্টাস ৩-১ হারাল ক্যালিয়ারিকে। এই হ্যাটট্রিকের সুবাদে তাঁর গোলসংখ্যা দাঁড়াল ৭৭০। কিংবদন্তি ফুটবলার পেলের ৭৬৭ গোলের রেকর্ডকে টপকে গেলেন তিনি। বেশ কিছুদিন ধরে সংবাদমাধ্যমের কারও সঙ্গে কথা বলেন নি তিনি। রেকর্ড ভাঙ্গার পর প্রথমেই তিনি স্মরণ করছেন পেলেকে। ফুটবল সম্রাট বলেছেন, ‘সরকারি ম্যাচে আমার রেকর্ড ভাঙ্গার জন্য অভিনন্দন।’

মেডিসিন, হার্ট, ডায়াবেটিসের চিকিৎসায়—

ডাঃ প্রভাত ভট্টাচার্য

MD (MEDICINE)
মঙ্গল, বৃহস্পতি, শনি সময় ২-৩০ মিনিট
সেরাম পলিক্লিনিক
৩২এ, রামকান্ত বোস স্ট্রিট, কলকাতা-৭০০ ০০৪
(শ্যামবাজার মনীর কলেজের পাশের গলিতে)
যোগাযোগ : 8697144314/8777052022

সংগঠনের অ্যালবাম থেকে কিছু বিশেষ মুহূর্ত



বসন্ত উৎসবে সাংগীতিক শিল্পীগোষ্ঠীর উপস্থাপনা

নিজস্ব চিত্র



বসন্ত উৎসবের মধ্যে যন্ত্রানুসঙ্গীত

নিজস্ব চিত্র



বসন্ত উৎসবে শিল্পী চামেলি ধরের উপস্থাপনা

নিজস্ব চিত্র



বসন্ত উৎসবে শিল্পী আবীর চট্টোপাধ্যায়কে সম্বর্ধনা

নিজস্ব চিত্র



গৌড়ীয় মিশনের সেমিনারে বক্তব্য রাখছেন সঞ্জীব আচার্য্য

নিজস্ব চিত্র



বসন্ত উৎসবে শিল্পী রূপা সরকারের উপস্থাপনা

নিজস্ব চিত্র



বসন্ত উৎসবে শিল্পী রাজশ্রী বন্দ্যোপাধ্যায় উপস্থাপনা

নিজস্ব চিত্র



বসন্ত উৎসবে মধ্যে শিল্পী অভিষেক কুমার

নিজস্ব চিত্র



নারী দিবসে গার্লী পাটুলির কর্ণধার করুনা দে-কে সম্বর্ধনা দিচ্ছেন নিবেদিতা আচার্য্য

নিজস্ব চিত্র

সম্প্রদায়ের বিয়ে দিচ্ছেন ?

যার সঙ্গে বিয়ে দিচ্ছেন সে থ্যালাসেমিয়া বাহক কিনা দেখেছেন কি?

থ্যালাসেমিয়া কি ?

থ্যালাসেমিয়া একটি জিন ঘটিত রোগ

থ্যালাসেমিয়া রোগের লক্ষণ : ১। রক্তে হিমোগ্লোবিনের পরিমাণ কমে যায়। ২। বয়স অনুযায়ী বাচ্চার বৃদ্ধি হয় না, কিন্তু স্প্লিন (Spleen) বৃদ্ধি ঘটে, পরিণতি মুহূর্ত।
থ্যালাসেমিয়া রোগের কারণ কি ? : যেকোন একজন থ্যালাসেমিয়া বাহক যদি অপর বাহককে বিয়ে করে তাহলেই পরের প্রজন্মে থ্যালাসেমিয়া অসুখ হবার সম্ভাবনা থাকবে।
কিন্তু থ্যালাসেমিয়া বাহক কোন অসুখ নয়, বাহকের সঙ্গে সাধারণের বিয়ে হলেও পরের প্রজন্মের থ্যালাসেমিয়া অসুখ নিয়ে পৃথিবীতে আসবার কোন সম্ভাবনা থাকবে না।

থ্যালাসেমিয়া রোগ প্রতিরোধের উপায় - আমাদের আবেদন

সুজনেষ, আসুন, জন্মানোর এক বছর পর থেকে বিবাহের আগে পর্যন্ত থ্যালাসেমিয়া বাহক রক্ত পরীক্ষা করে / করিয়ে এবং দুজন বাহকের মধ্যে বিবাহ না দিয়ে আপনিও থ্যালাসেমিয়া মুক্ত সমাজ গড়ার শরিক হোন।

ডাঃ ভাস্করমণি চ্যাটার্জী, সভাপতি
সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন

সহ সভাপতি
স্বামী সারদানন্দ মহারাজ ও ডাঃ শেখর ঘোষ
সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন

সঞ্জীব আচার্য্য, সম্পাদক
সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন

কার্যকরী কমিটির অন্যান্য সদস্যবৃন্দ : ডাঃ প্রভাত ভট্টাচার্য, তিনকড়ি দত্ত, জয়ন্ত সাহা, অজয় চৌবে ও মৃদুল ব্যানার্জী

সদস্যবৃন্দ ১) শরদিন্দু চ্যাটার্জী, ২) রজত বোস, ৩) অনুপম রায়, ৪) রামকৃষ্ণ বসাক, ৫) রামপ্রসাদ চক্রবর্তী, ৬) শৈলেন পাল, ৭) মালধর সাহা, ৮) প্রিয়জিত ভৌমিক, ৯) অমল বোস, ১০) এস এস চন্দ, ১১) কবী মণ্ডল, ১২) গোপাল সাহা, ১৩) আশীষ ভট্টাচার্য, ১৪) ববিতা দাস, ১৫) সুদীপা কর্মকার, ১৬) তপন ব্যানার্জী, ১৭) অশোক পাল, ১৮) প্রদীপ পাত্র, ১৯) সৈকত মুখার্জী, ২০) সোনালি বিশ্বাস, ২১) সঙ্কয় সাহা, ২২) পার্থ দাস, ২৩) সঞ্জয় সেনগুপ্ত, ২৪) সন্দীপ মিল, ২৫) তাপস কুমার চক্রবর্তী, ২৬) রিত্তা বিশ্বাস, ২৭) সুমনা কর, ২৮) অভিষেক কুমার মিত্র, ২৯) কৃতান্ত মণ্ডল, ৩০) পরিমল রায় চৌধুরী, ৩১) নবনীতা পাল, ৩২) রণিতা মিত্র, ৩৩) কৃষ্ণ চ্যাটার্জী, ৩৪) দেবশঙ্কর নন্দী, ৩৫) অদিতি বসু, ৩৬) নমিতা পাল, ৩৭) মধু শেঠ, ৩৮) মধুমিতা পাত্র, ৩৯) অরবিন্দ নন্দী, ৪০) রাসবিহারী ব্যানার্জী, ৪১) পুলক শর, ৪২) রুদ্র রায়, ৪৩) ডা. পি. কর্মকার, ৪৪) রীণা ঘোষাল, ৪৫) দেব পাল, ৪৬) রীতেশ ঘোষ, ৪৭) অমিতাভ সিনহা, ৪৮) মৌমিতা ঘোষ, ৪৯) শুভময় কুণ্ডু, ৫০) রেশমি নায়ক, ৫১) স্বপন দে, ৫২) চিত্রা শীল, ৫৩) আবীর চ্যাটার্জী, ৫৪) মীনাক্ষী পাল, ৫৫) সুবীর অধিকারী, ৫৬) সৌগত ভট্টাচার্য, ৫৭) সব্যসাচী বোস, ৫৮) স্বপন কুমার ভূঁইয়া, ৫৯) অভিজিৎ মাহাতো, ৬০) ইরা দত্ত, ৬১) সঞ্জয় সর্বাঙ্গ, ৬২) শেখ নাজিবুল রহমান, ৬৩) তৃষা বসু, ৬৪) গৌতম শীল, ৬৫) লক্ষ্মীনারায়ণ বিশ্বাস, ৬৬) ইন্দ্রনীল ব্যানার্জী, ৬৭) শামল মুখার্জী, ৬৮) কমল মাইতি, ৬৯) চন্দন ঘোষ, ৭০) মোহা জামালউদ্দিন, ৭১) সুরত সাহা, ৭২) সুরত ঘোষ, ৭৩) শীলা নন্দী, ৭৪) প্রিয়াকা দত্ত।

সেরাম থ্যালাসেমিয়া প্রিভেনশন ফেডারেশন থ্যালাসেমিয়া ক্যাম্প ও বাহক রক্ত পরীক্ষার জন্য যোগাযোগ করুন

১০, ভূপেন বোস এভিনিউ, কোলকাতা-৭০০ ০০৪, যোগাযোগ : (০৩৩) ২৫৩০ ৬৫৭২, ৯৮৩০৫ ৬০২৯৬