সংবাদ সেৱাৰে,দেশৰ সেৱাত ২৮ বছৰৰ এক অবিৰত যাত্ৰা...

Govt. of Assam Approved

Postal Redg. No. GH- 098/ 2015 - 17

ৰঙিলী বাৰ্ত্তা

২৮ বছৰ, ২৭ সংখ্যা, ২৬ আহাৰ, ৰবিবাৰ, ১৪২৭ ভাস্কৰাব্দ, পঞ্জীয়ন নং ৫৩৮৮৩ / ৯৪

RNI No. 53883/94. GHY--781025. Vol. 28: Issue No. 27 * Date Of Publication - 11 JULY 2021 Rs. 5.00/-

ভাৰতত হঠাতে বাঢ়িল ক'ৰণা আক্ৰান্তত মৃত্যুৰ সংখ্যা

বাৰ্ত্তাসেৱা - দেশত ৪২,৬৪৮জন নতুন কৰ'না ৰোগী চিনাক্ত হয়। ইয়াকে লৈ দেশত এতিয়ালৈ ৩.০৭ কাটি লোক কৰ'না সংক্ৰমণৰ বলি হৈছে। এতিয়ালৈ দেশত ২.১৯ কোটি লোক সুস্থ হৈ উঠে । মহামাৰীৰ কবলত পৰি দেশত ১,২০৬জন লোকৰ মৃত্যু হয়। ইয়াকে লৈ দেশত এতিয়ালৈ মহামাৰীয়ে ৪.০৭ লাখ লোকৰ প্ৰাণ কাঢ়ি নিয়ে। সম্প্ৰতি দেশত ৪ লাখ ৪৯ হেজাৰ ৪৭৮ জন ৰোগী চিকিৎসাধীন অৱস্থাত আছে। ১০৫ দিনৰ পাছত দেশত এয়ে চিকিৎসাধীন ৰোগীৰ সংখ্যা সৰ্বনিম্ন বুলি পৰিগণিত হৈছে। ইয়াৰ পূৰ্বে ২৬ মাৰ্চত দেশত চিকিৎসাধীন কৰ'না ৰোগীৰ সংখ্যা আছিল ৪ লাখ ৪৯ হেজাৰ ৪৪৯জন। দেশত শুক্ৰবাৰে মৃত্যুৰ পৰিসংখ্যা হঠাতে বৃদ্ধি পায়। ৯ দিনৰ পাছত দেশত মৃত্যুৰ পৰিসংখ্যা এহেজাৰ অতিক্ৰম কৰে। তাত বিগত ২৪ ঘণ্টাত অভিলেখ সংখ্যক ৭৩৮ জন লোকৰ মৃত্যু হোৱা বুলি উল্লেখ কৰা হৈছে।

এই গৃহবন্দী সময়ছোৱাত সন্দিহান মনবোৰক অকনমান সেউজী কৰাৰ মানলেৰে আমি আপোনালোকৰ মাজলৈ লৈ আহিছো এটি সুখৰ বতৰা। আপোনালোকে কেৱল আপোনালোকৰ সুপ্ত প্ৰতিভা জাগ্ৰত কৰক গল্প, উপন্যাস, প্ৰবন্ধ, অনুগল্প, কবিতা, হাঁহিৰ থুনপাক! ৰহঘৰা, ছবি ইত্যাদিৰ জড়িয়তে। আৰু এইবিলাক সুন্দৰকৈ লিখি পঠিয়াওক আমালৈ। আমি আপোনালোকৰ প্ৰতিভাক প্ৰকাশৰ ৰূপ দিম আমাৰ মৰমৰ ই ৰঙিলী বাৰ্তাৰ যোগেদি। অ' এইখিনিতে আৰু এটা কথা ক'বলৈ থাকিয়েই গৈছে আমাৰ কন কন মইনাহঁতে আৰু মহিলা! ছোৱালীসকলে নিজৰ এখন সুন্দৰ ফটোও ইয়াৰ জড়িয়তে চাব পাৰিব। গতিকে সোনকালে ম'বাইল ফোনটো উলিয়াই আমাক যোগাযোগ কৰক ঃ-

E-mail : rongilibarta@gmail.com
Whatsapp/Phone No. : 9854215286/ 8638732821/8721880824
visit - www.rongilibarta.com
Follow us on Facebook,instagram & Twitter fordaily updates...

"মুখ্যমন্ত্ৰী মহোদয়- আশাবোৰ পূৰণ হ'বনে ?"

কমল চন্দ্ৰ গোস্বামী, পাণবজাৰ

এইবাৰ দেখা গ'ল যে সভ্যতা-সংস্কৃতিৰ যুঁজৰ শ্লোগানেৰে বিজেপিয়ে ৰাজনীতিৰ যুদ্ধখনত জয়ী হ'ল আৰু যুঁজৰ প্ৰধান সেনাপতি গৈ ৰজা অৰ্থাৎ মুখ্যমন্ত্ৰী হ'ল। গণতান্ত্ৰিকভাৱে গঠিত হোৱা চৰকাৰৰ লগতে মুখ্যমন্ত্ৰীজনৰ পৰা ৰাইজে কিছু দিশত কঠোৰ আৰু ভৱিষ্যত দিক দৰ্শনৰ পথ মুকলি হোৱা ব্যৱস্থা লব বুলি মনত এক আশা পুহি ৰাখিছো। বৰ্তমান চৰকাৰৰ সন্মুখত ক'ভিড পৰিস্থিতি মোকাবিলা কৰাটোৱে প্ৰথম প্ৰত্যাহ্বান আৰু ইয়াৰ পৰা ৰাইজক সুস্থভাৱে পৰিত্ৰাণ কৰিব পৰাটোৱেই হ'ব মুখ্যমন্ত্ৰীজনৰ প্ৰথম সফলতা। এই ক্ষেত্ৰত চৰকাৰৰ প্ৰতিটো নিৰ্দেশ পালন কৰি চৰকাৰৰ লগত সহযোগিতা কৰাটো ৰাইজৰ প্ৰধান দায়িত্ব। দেখা গৈছে যে ৰাইজে যোৱাবাৰতকৈ এইবাৰ অধিক তৎপৰতাৰে নিৰ্দেশবোৰ পালন কৰিছে। আশা কৰা যায় দুই-তিনিমাহৰ ভিতৰত পৰিস্থিতি স্বাভাৱিক হ'ব।

যোৱা নিৰ্বাচনৰ সময়ত বিভিন্ন ৰাজনৈতিক দলবোৰে নিৰ্দিষ্ট কিছুমান ইস্তাহাৰ (ইচু) লৈ অসমৰ ইমূৰৰ পৰা সিমূৰলৈ নিৰ্বাচনী প্ৰচাৰ চলাইছিল, কিন্তু দেখা গ'ল বিজেপিৰ সভ্যতা-সংস্কৃতিৰ যুদ্ধ

(পাঁচপৃষ্ঠাত চাওক)

দুখৰ বৰষুণজাক

পাৰ্শ্ব নাৰায়ণ গোস্বামী

আশাৰ চহৰখনত
দুখৰ বৰষুণজাকে সুখবোৰ,!
ধুই নিকা নিকা কৰি নিলে।
ওন্দোলাই অনা আকাশখনেই
বতৰা দিছিল,!
পাৰভগা আৱেগৰ ধুমুহাজাকো
লগতে আহিব।
উদং সন্ধিয়াটোত
দুখবোৰে কিৰিলিয়াই উঠিল।!!
আৰু ৰিক্ত সময়বোৰে!
ইতিকিং কৰিলে!
চহৰখনত থকা আজন্ম প্ৰেমিকজনক।
উফঃ আজি আশাৰ চহৰখনত
দুখৰ বৰষুণজাক নামিছে।
হৃদয়ৰ কাৰেঙত
ৰামধেনুৰ সাতোৰঙী আৱিৰৰ ৰং,!!
এটিয়াযে তেনেই ধূসৰ।
নিঃকিণ প্ৰেমিকজন কিন্তু
একেই থাকিল! !
বুকুত নিৰলে মাথো লৈ থাকিল!
দূৰন্ত প্ৰেমৰ জ্বলন্ত অগ্নিশিখা।
"Sadness flies away
on the wings of time"
আজি আশাৰ চহৰখনত দুখৰ!
বৰষুণজাক নামিছে।
সোৱৰণিৰ উকাঁপাতত
গজি উঠিছে মাতাল শব্দবোৰ,
আৰু নীলা শোণিতৰ বুলনিৰে
আকিঁ থকা হৈছে নিঃকিণ প্ৰেমিকজনৰ
দুখৰ দস্তাবেজ।।

অত্যাৱশ্যকীয় সামগ্ৰীৰ মূল্যবৃদ্ধিৰ বিৰুদ্ধে নলবাৰীত কংগ্ৰেছৰ প্ৰতিবাদ

বাৰ্ত্তাসেৱা - নলবাৰী চহৰৰ ছোৱালী হাইস্কুলৰ সন্মুখত থকা পেট্ৰল পাম্পৰ সন্মুখত নলবাৰী জিলা কংগ্ৰেছৰ উদ্যোগত সম্পূৰ্ন কোভিড প্ৰটকল মানি নিতৌ বৃদ্ধি হোৱা অত্যৱশ্যকীয় সামগ্ৰীৰ মূল্য বৃদ্ধিৰ বিৰুদ্ধে প্ৰতিবাদ সাব্যস্ত কৰে। কোভিড সৃষ্ট পৰিৱেশে সমগ্ৰ দেশ তথা ৰাজ্যত অৰ্থনৈতিক দিশত বিৰূপ প্ৰভাৱ পেলাইছে। ফলশ্ৰুতিত সৰ্বসাধাৰণ শ্ৰেণীৰ লোকসকল বিষেশভাৱে ক্ষতিগ্ৰস্ত হৈছে। নিতৌ খাদ্য সামগ্ৰীকে ধৰি পেট্ৰল, ডিজেল, গেছ চিলিন্দাৰৰ মূল্য যি হাৰত বৃদ্ধি হৱলৈ ধৰিছে, ই সাৰ্বসাধাৰন ৰাইজক মাধমৰ শোধাইছে।সেয়ে সম্পূৰ্ন কোভিড প্ৰটকল মানি নলবাৰী জিলা (ছয়পৃষ্ঠাত চাওক)

২৫ জুলাইৰ ভিতৰত ৰাজহুৱা হ'ব তদন্তৰ ফলাফল

বাৰ্ত্তাসেৱা - বিশ্ববিদ্যালয় অনুদান আয়োগৰ নীতি-নিৰ্দেশনা ভৰিৰে মোহাৰি শিক্ষাৰ্থীৰ ভৱিষ্যৎ জীৱনলৈ অন্ধকাৰ নমাই অনা গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয়ৰ ইনষ্টিটিউট অব ডিষ্টেন্স এণ্ড অপেন লাৰ্নিংক্স (আইডল)ৰ তদানীন্তন সঞ্চালকে ইউ জি চি আৰু এ আই চি টি ইক ভুৱা দি ২১ টাকৈ অনুমোদনহীন পাঠ্যক্ৰমত ছাত্ৰ-ছাত্ৰীক নামভৰ্তিৰ সুবিধাৰে ৭৪ হেজাৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ ভৱিষ্যৎ জীৱনক লৈ হেতালি খেলোৱা কুকীৰ্তিৰ বিষয়টো কেগৰ প্ৰতিবেদনে উদঙাই দিয়াৰ লগে লগেই ঐতিহ্যমণ্ডিত গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয়ৰ ভেটি স্বাভাৱিকতেই থৰক বৰক হৈ পৰিছিল। আনকি গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয় আইডল কৰ্তৃপক্ষই ২০১০-২০১১ বৰ্ষৰ পৰা ২০১৬-২০১৭ বৰ্ষৰ এই সময়ছোৱাত ২১টা অনুমোদনহীন পাঠ্যক্ৰমৰ ভিতৰত ১৯টা পাঠ্যক্ৰমত ৭৩,৯১২ গৰাকী শিক্ষাৰ্থীক নামভৰ্তি কৰাৰ সুযোগ দিছিল আৰু এই অনুমোদনহীন পাঠ্যক্ৰমৰ বাবে ৩৯.০৬ কোটি টকাৰ মাচুল সংগ্ৰহ কৰিছিল। আইডলত সংঘটিত এনে এক বিয়াগোম দুৰ্নীতি আৰু ব্যাপক কেলেংকাৰীৰ তদন্ত কৰাৰ বাবে গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয় কাৰ্যবাহী পৰিষদে গঠন কৰে শইকীয়া আয়োগ। জম্মু-কাশ্মীৰৰ অৱসৰপ্ৰাপ্ত মুখ্য ন্যায়াধীশ আলতাফ হুছেইন শইকীয়াই ইতিমধ্যে আইডল কেলেংকাৰীৰ বিয়াগোম দুৰ্নীতিৰ তদন্ত প্ৰক্ৰিয়া সমাপন কৰি গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয় কৰ্তৃপক্ষৰ ওচৰত প্ৰতিবেদন দাখিল কৰিছে। উল্লেখনীয় যে বিয়াগোম দুৰ্নীতি আৰু ব্যাপক কেলেংকাৰীৰ ধুমুহাই গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয়ৰ ঐতিহ্য তচনচ কৰাৰ পাছত শেহতীয়াভাৱে আইডল কেলেংকাৰী সন্দৰ্ভত প্ৰথমবাৰৰ বাবে মুখ খুলিছে গুৱাহাটী বিশ্ববিদ্যালয়ৰ উপাচাৰ্য অধ্যাপক ডক্ট প্ৰতাপজ্যোতি সন্দিকৈয়ে।

কেৰালাত দেশৰ প্ৰথমটো জিকা ভাইৰাছৰ সংক্ৰমণ ঘটনা

বাৰ্ত্তাসেৱাঃ- কেৰালাত দেশৰ ভিতৰতে প্ৰথমটো জিকা ভাইৰাছৰ সংক্ৰমণৰ ঘটনা সংঘটিত হোৱা বুলি স্বাস্থ্য বিভাগৰ সূত্ৰৰ পৰা জানিব পৰা গৈছে। ম'হৰ পৰা সৃষ্টি হোৱা এই ভাইৰাছৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হৈছে তিৰুৱনন্তপুৰমৰ এগৰাকী ২৪ বছৰীয়া গৰ্ভৱতী মহিলা। মহিলাগৰাকীক ২৮ জুনত চিকিৎসালয়ত ভৰ্তি কৰোৱা হৈছিল জ্বৰ আৰু মূৰৰ বিষৰ বাবে। যোৱা ৭ জুলাইত তেওঁ (আঠপৃষ্ঠাত চাওক) সন্তান প্ৰসৱ কৰে। চিকিৎসকে সদৰী কৰা মতে, মহিলাগৰাকীৰ শাৰীৰিকভাৱে সুস্থ। কেৰালাৰ স্বাস্থ্য মন্ত্ৰী বীণা জৰ্জে জানিবলৈ দিয়া মতে সন্দেহজনক ১৩জন লোকৰ নমুনা পৰীক্ষা কৰাত এগৰাকী জিকা ভাইৰাছৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হোৱাটো নিশ্চিত হয়। উল্লেখটোগ্য যে এই ভাইৰাছৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হ'লে শিশুৰ মগজু দুৰ্বল হোৱাৰ সম্ভাৱনা অধিক হয়। জন্মগত বিসংগতি আৰু প্ৰতিৰোধ ক্ষমতাও হ্ৰাস পাই এই ভাইৰাছত সংক্ৰমিত লোকৰ। ২০১৬-১৭ চনত গুজৰাটত এই জিকা ভাইৰাছৰ সংক্ৰমণে বাৰ্তৰিৰ শিৰোনাম দখল কৰিছিল।

২৬ আহাৰ, ১৪২৭ চন Rongili Barta, Date of Publication-- 11 JULY, 2021

গাঁওবুঢ়া খৰ্গেশ্বৰ কলিতাৰ বিয়োগ

বাৰ্ত্তাসেৱা - নলবাৰী জিলাৰ দীঘেলী গাঁওৰ গাঁওবুঢ়া খৰ্গেশ্বৰ কলিতাৰ বুধবাৰে ৭ জুলাইত পৰলোকপ্ৰাপ্তি ঘটে। মৃত্যুৰ সময়ত তেওঁৰ বয়স ৭৯ বছৰ আছিল। নলবাৰীৰ শ্বহীদ মুকুন্দ কাকতি অসামৰিক চিকিৎসালয়ত চিকিৎসাধীন অবস্থাতে তেওঁৰ মৃত্যু হয়। উল্লেখ্য যে, তেওঁ নলবাৰীৰ চৰকাৰী গৰ্ডন উচ্চতৰ

(ছয়পৃষ্ঠাত চাওক)

মুখ্যমন্ত্ৰী হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাৰ সংবাদ মেল।

বাৰ্ত্তাসেৱা - জনজাতীয় লোকৰ বাবে এটা নতুন বিভাগৰ পৰিকল্পনা কৰিছে ৰাজ্য চৰকাৰে। সেই অনুসৰি খিলঞ্জীয়া ধৰ্মীয় পৰম্পৰা আৰু সংস্কৃতি বিভাগ নামেৰে এটা নতুন বিভাগ গঠন কৰা হ'ব। আনহাতে, প্ৰতি শুক্ৰবাৰে অনুষ্ঠিত হ'ব ষ্টেণ্ডিং ফাইনেন্স কমিটীৰ বৈঠক। ২ কোটিৰ তলৰ আঁচনিত বিভাগীয় মন্ত্ৰীক অনুমোদন জনোৱাৰ কৰ্তৃত্ব প্ৰদান কৰা হৈছে আজিৰ কেবিনেট বৈঠকত। ৫ ৰ পৰা ১০০ কোটি টকাৰলৈকে আঁচনিত ষ্টেণ্ডিং কমিটীৰ

(ছয়পৃষ্ঠাত চাওক)

বলিউডৰ শিল্পী ছাৰহানাই বাচি ল'লে চৰম পন্থা

বাৰ্ত্তাসেৱা - কোৰোনাকেন্দ্ৰিক পৰিস্থিতিয়ে শেহতীয়াকৈ বহুজনক হতাশগ্ৰস্ত কৰা দেখা গৈছে। জীৱিকাৰ নিৰাপত্তা নোহোৱা এই পৰিৱেশত বহুজনে বাচি লৈছে চৰম পথ। শেহতীয়াকৈ বলিউডৰ পৰা আহিছে তেনে এটা বেয়া খবৰেই। বলিউড শিল্পী ছাৰহানাৰ আত্মহত্যাই ঘটনাই

(ছয়পৃষ্ঠাত চাওক)

ক'ৰোনাৰ সহবাসত থলুৱা খাদ্যৰ ৰসায়ন

বন্দিতা শৰ্মা কন্দলি,
দেৰগাঁও, গোলাঘাট

বিজ্ঞান প্ৰযুক্তিৰ অগ্ৰগতিয়ে মানৱ জাতিৰ জীৱন যাত্ৰাত অভূতপূৰ্ব প্ৰভাৱ পেলাইছে। মানুহৰ জীৱন যাত্ৰা আধুনিক ৰ পৰা অত্যাধুনিকলৈ গতি কৰি আছে । লগে লগে প্ৰকৃতিৰ ওপৰত শোষণ, অৱহেলা আৰু অত্যাচাৰ বাঢ়ি যাবলৈ ধৰিলে। কিন্তু বিজ্ঞান আহিল ক'ৰ পৰা? প্ৰকৃতিৰ ঘটনা -পৰিঘটনাৰ ৰহস্য ভেদেই বিজ্ঞান নহয় জানো... প্ৰকৃতিয়েই হৈছে মানৱ জীৱন সংগ্ৰামৰ আদি গুৰু। পৰিস্থিতি তন্ত্ৰ ই হৈছে প্ৰকৃতিৰ ভাৰসাম্য ৰক্ষাৰ অন্যতম কাৰক। মানুহৰ অত্যাধিক হাবিয়াসে প্ৰকৃতিৰ ভাৰসাম্য ৰক্ষাত ব্যাঘাত জন্মাইছে । ফলস্বৰূপে বিভিন্ন ধৰণৰ প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগ, খৰাং বতৰ, অতিবৃষ্টি, বায়ুমণ্ডলৰ উষ্ণতাৰ হ্ৰাস-বৃদ্ধি আদিৰ দৰে জলবায়ুৰ পৰিবৰ্তনৰ লগতে সময়ে সময়ে মহামাৰী ৰূপ ধাৰণ কৰি প্ৰকৃতিয়ে মানৱ জাতিক শিক্ষা প্ৰদান কৰি আহিছে ।

বৰ্তমান সমগ্ৰ বিশ্বতে আতংকৰ সৃষ্টি কৰা কৰোনা ভাইৰাছ বিধ 'বৰদৈচিলা'ৰ দৰে নিশ্চয় নহয়। এই ভাইৰাছ বিধৰ লগত সহবাস কৰিবলৈ নিজকে আমি অভিযোজন কৰি ল'ব লাগিব । অৱশ্যে বিজ্ঞানে ভাইৰাছ বিধৰ সংক্ৰমণৰ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা বৃদ্ধিৰ ব্যৱস্থা মানৱ জাতিক প্ৰদান কৰিব। তেতিয়ালৈকে আমি সজাগ আৰু সচেতনতাৰে সুৰক্ষিত হৈ

(ছয়পৃষ্ঠাত চাওক)

কথাবোৰ প্ৰকৃততে তেনে নহয়

ফখৰুদ্দিন আহমেদ

কথাবোৰ প্ৰকৃততে তেনে নহয়
এখনি চাহ বাগিছাৰ সেউজীয়াৰ দৰেই আছিল আমাৰ কথাবোৰ
এটি বোৱঁতী সুঁতিৰ দৰেই স্বচ্ছতাৰে ভৰি আছিল আমাৰ মনৰ সুন্দৰতাবোৰ
আকাশৰ হালধীয়া সুৰুযটোৰ দৰেই আছিল আমাৰ প্ৰেমবোৰ
যিবোৰক লৈ ঢপলিয়াই ফুৰিছিল মানবতাৰ প্ৰাৰ্থনা গৃহলৈ
মন্দিৰবোৰ
মছজিদবোৰ
গীৰ্জাবোৰ
গুৰুদ্বাৰ আৰু পৃথিৱীৰ মানুহবোৰ
কথাবোৰ প্ৰকৃততে তেনে নাছিল
এদিন প্ৰেমবিহীন পোচাকত আবতৰীয়া ছাঁ পোহৰত
হেৰাই গৈছিল
চাহ বাগিছাখনৰ সেউজীয়াবোৰ
সুঁতিৰ পানীৰ স্বচ্ছতা আৰু
গ্ৰহনৰ কুলগ্নই আৱৰি ধৰিছিল সুৰুযৰ হালধীয়াবোৰ
তেতিয়াৰ পৰাই আমি মানুহবোৰ দিকভ্ৰষ্ট হ'লো
গাভৰুৰ ওঠত লোৱা ৰঙীন লিপষ্টিকটোৰ দৰেই
কথাবোৰ প্ৰকৃততে তেনে নাছিল
মানুহ লগ লাগিলেই হৈছিল
জীৱনৰ মহোৎসৱ
প্ৰাণ পাই উঠিছিল
লুইতৰ গান
সম্প্ৰতি
কথাবোৰৰ জোনাকত মানুহবোৰ অপেক্ষাৰত।

ক'ৰ'নাৰে যুঁজখন

কবিতা শৰ্মা, গুৱাহাটী

কোভিড-১৯ৰ দ্বিতীয়টো ঢৌত সমগ্ৰ দেশ বিধ্বস্ত হৈ পৰা ভয়াবহ পৰিস্থিতিৰ সময়তে আমাৰ ঘৰখনলৈও নামি আহিল চূড়ান্ত দুৰ্যোগ। ব'হাগ বিহুৰ সময়ৰ পৰাই মোৰ স্বামীৰ গা বেয়া হৈ আছিল। শৰীৰত দেখা দিছিল নানানটা উপসৰ্গই। চিকিৎসকৰ লগতে আনুষঙ্গিক পৰীক্ষা সমূহৰ বাবে লেব'ৰেটৰীলৈ যোৱাটো প্ৰয়োজনীয় হৈ পৰিছিল। ১৭ এপ্ৰিলৰ পৰা জ্বৰৰ লগতে মূৰৰ বিষ হৈ আছিল। কফৰ সমস্যাও আছিল। জ্বৰ বেছিকৈ উঠা নাছিল যদিও ১৯ এপ্ৰিলৰ দিনা নিকটবৰ্ত্তী প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰলৈ গলোঁ। 'ৰেপিড্ এন্টিজেন্ট টেষ্ট' তে কোভিড সংক্ৰমণ ধৰা পৰিল। যদিও ইতিমধ্যে দুয়োৰে ভেকচিনৰ প্ৰথম পালি লোৱা হৈছিল। বৰ্তমান পৰিস্থিতি এনে হৈ পৰিছে যে কাৰোবাৰ কোভিড পজিটিভ বুলি জানিলে উচপ খাই উঠো। নিজৰ মানুহ জনৰ সংক্ৰমণ ধৰা পৰাত মনৰ অৱস্থা কেনে হ'ব পাৰে সেয়া সহজেই অনুমেয়। কেইমুহূৰ্তমানৰ বাবে যেন বিমূঢ় হৈ পৰিলোঁ। ফ্লেটটোত দুয়ো সম্পূৰ্ণ অকলশৰে বাস কৰো। সন্তানো থাকে দূৰৈত। যি নহওঁক কিছু সময় পিছত নিজকে বহু পৰিমাণে আশ্বস্ত কৰিলোঁ। মোৰ শৰীৰত কোনো লক্ষণ নাছিল যদিও টেষ্ট কৰিলোঁ। ৰিজাল্ট নিগেটিভ। স্বাস্থ্যকৰ্মী সকলে আমাক "হোম আইছ'লেচন" (গৃহ পৃথকীকৰণ)ৰ পৰামৰ্শ দিলে। স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰত সকলো নিয়ম সম্পূৰ্ণ কৰি তেওঁলোকৰ পৰামৰ্শ মতে গাড়ীৰ পাছৰ আসনত বহি ঘৰলৈ উভতিলো। বাটৰ কাষৰে দোকান এখনৰ পৰা অত্যাৱশ্যকীয় সামগ্ৰী অলপ লৈ ঘৰ পালোঁ।

মহামাৰী উদ্ভুত দুখজনক খবৰবোৰে প্ৰতিনিয়ত শংকিত কৰিছিল যদিও যুঁজখনত অৱতীৰ্ণ হোৱাৰ আগতেই হতাশ হৈ পৰাটো জানো উচিত হ'ব? নিঃসন্দেহে এই সময় প্ৰত্যাহ্বানৰ সময় আৰু আমি এই প্ৰত্যাহ্বান গ্ৰহণ কৰিবই লাগিব। এই কথা ভাবিয়েই ইতিমধ্যে মই ক'ৰ'নাৰ সৈতে যুঁজখনৰ বাবে নিজকে প্ৰস্তুত কৰিছিলোঁ। ফ্লেটটোত যিহেতুকে বাথৰুম সংলগ্ন সম্পূৰ্ণ আছুতীয়া কোঠাৰ সুবিধা আছিল, দৈনন্দিন ব্যৱহাৰ্য্য সকলো বস্তুৰ যোগাৰ দি মানুহজনক আছুতীয়াকৈ থকাৰ সকলো ব্যৱস্থা কৰি দিলোঁ।

ইতিমধ্যে খবৰ পাই দিল্লীত থকা লৰা-ছোৱালী দুয়ো আহি বলৈ যা-যোগাৰ কৰিছিল যদিও পৰিস্থিতিৰ ভয়াবহতালৈ চাই ভ্ৰমণ কোনোপধ্যেই নিৰাপদ নহ'ব বুলি সিহঁতক অহাত বাধা দিলোঁ। স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰৰ পৰা কোভিড সংক্ৰমণৰ জাননী দি সকলোকে অৱগত কৰাব লাগিছিল যদিও তেওঁলোকে তেনে নকৰাত সকলোকে ফোনযোগে নিজেই জনাব লগীয়া হ'ল। আত্মীয় এজনৰ সহায়ত অক্সিমিটাৰ, গ্লোবচ্, প্ৰয়োজনীয় ঔষধৰ যোগাৰ কৰিলোঁ। সৌভাগ্যক্ৰমে এটা অক্সিজেন চিলিণ্ডাৰৰো যোগাৰ হ'ল। বিছনা খনৰ কাষত প্ৰয়োজনত লব পৰাকৈ অক্সিজেন চিলিণ্ডাৰটো ৰাখিলোঁ। পৰিয়ালৰ কেইগৰাকীমান ৰোগীৰ লগত হোৱা অভিজ্ঞতা এই ক্ষেত্ৰত বহুত সহায় হৈছিল।

ইয়াৰ পাছতে আৰম্ভ হৈছিল পৃথকে পৃথকে আমাৰ দুয়োৰে সংঘৰ্ষ। সকলোৰে পৰা বিচ্ছিন্ন... অস্বাভাবিক পৰিৱেশ... অস্বাভাৱিক জীৱনস্থ অকলশৰীয়া সময়...। কিন্তু তথাপিও মনৰ শক্তি অটুত ৰখাৰ চেষ্টা এৰি দিয়া নাছিলোঁ। আজি প্ৰায় ডেৰ বছৰ ধৰি বিভিন্ন সামাজিক মাধ্যমৰ জড়ৰিয়তে লাভ কৰা কোভিড বিধিৰ জ্ঞানেৰে মগজু ঠাহ খাই পৰি মগজুত যেন এক বেমেজালিৰহে সৃষ্টি কৰিছিল। সেই সকলোবোৰ মগজুৰ পৰা উলিয়াই দি কোভিড বিধিৰ প্ৰয়োজনীয় নিয়মখিনি মনত জুকিয়াই ললোঁ। লগতে ইমিউনিটি (প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা) বঢ়াব পৰা খাদ্য তালিকা-(পৰ্যাপ্ত পৰিমাণে পাচলি, ফলমূল, গাখীৰ কণী, জালুক-আদা দি প্ৰস্তুত কৰা ফিকা চাহ, পাচলিৰ চুপ)। তাৰোপৰি দিনটোত কমেও ছাৰি — পাচবাৰকৈ গৰম পানীৰ ভাপ লোৱা গাৰ্গল কৰা ইত্যাদি। কোঠাৰ দৰজা খুলি বস্তুবোৰ দিবৰ সময়ত দুয়ো মুখত মাস্ক পৰিধান কৰা, বাচন ধুবৰ সময়ত গ্লোবচ্ পিন্ধা, সঘনাই হাতধোৱা, চেনিটাইজ কৰা, ৰাতি সকলো কাম কৰি উঠি গাধুইহে শুবলৈ যোৱা আদি অপৰিহাৰ্য ভাবে কৰিছিলোঁ। এই সময়ছোৱাত আটাইতকৈ অসুবিধা পোৱা কামটো আছিল - দিনটো গোটখোৱা আবৰ্জনা বোৰ পেলাবলৈ যোৱাটো। বহুত ৰাতিকৈ, সকলো মানুহ ঘৰ সোমোৱাৰ পাছত মাস্ক — গ্লোবচঞ্জ পৰিধান কৰিও সংক্ৰমণৰ আশংকাত লিফটঞ্জ ব্যৱহাৰ নকৰি খোজকাঞ্জয়েই গৈছিলোঁ। তৃতীয় মহলাৰ পৰা ভাগৰুৱা দেহাৰে প্ৰায় অন্ধকাৰ চিৰিৰে উঠানমা কৰা সময়ত কি যে এক গা চমচমাই যোৱা অনুভূতিয়ে মোক আচ্ছন্ন কৰি পেলাইছিল সেয়া হয়তো এতিয়া মই ভাষাৰে প্ৰকাশ কৰিব নোৱাৰোঁ।

কোৱাৰেন্টাইনৰ এই সময় ছোৱাত বাহিৰৰ কোঠা কেইটাত মই নানা কামত ব্যস্ত হৈ থকাৰ সময়ত আছুতীয়া কোঠাটোত সময় কটোৱা মানুহ জন আছিল প্ৰকৃত যুঁজাৰু। মনোবল আছিল অটুত। নিয়মীয়াকৈ শৰীৰৰ উষ্ণতা, অক্সিজেনৰ পৰিমাণ পৰীক্ষা কৰা, খোৱাবোৱা ভালদৰে কৰা, গৰম পানীৰ ভাপ লোৱা, গাৰ্গল কৰা একোৰে কোনো ত্ৰুতি নাছিল। আনকি উশাহ নিশাহ লোৱাত কষ্ট পোৱাৰ সময়ত নিজেই অক্সিজেন লবলৈকো সক্ষম হৈছিল। বন্ধু — বান্ধবী, আত্মীয় সকলৰ লগত ফোনযোগে কথা-বাৰ্তা পতা, ম'বাইলত ভিডিও চোৱা, গান শুনা আদিও অব্যাহত ৰাখিছিল। সেই সময় ছোৱাতে ভূমিকম্পৰ প্ৰবল জোকাৰণিৰ সময়ত মই যেতিয়া উপায়ন্তৰ শ্চকাৰণ সেই সময়ত আমি আছিলো মানবৰোমা সদৃশ গ্ৰ হৈ পৰিছিলো, এওঁ সকলো পাহৰি কোঠাৰ পৰা দৌৰি ওলাই আহিছিল। শংকা আৰু মৃত্যু বিভীষিকাৰ মাজতো জীৱন যে অনুপম, সেই কথা আকৌ এবাৰ অনুভৱ কৰি মোৰ মনটো ভাল লাগি গৈছিল। প্ৰকৃততে জীৱনৰ প্ৰতি থকা এই মমতাই আমাক সকলোকে সোনকালে সুস্থ হৈ উঠাত সহায় কৰে।

এই কথা অনস্বীকাৰ্য যে সামাজিক বিচ্ছিন্নতাৰ সেইদিনবোৰ পাৰ কৰা ইমান সহজ নাছিল। কিন্তু আত্মীয় -স্বজন, বন্ধু — বান্ধৱী, ওচৰ চুবুৰীয়া, এই সকলোৰে সহায় — সহযোগিতাত দিনবোৰ যেন বহুপৰিমাণে স্বচ্ছন্দ হৈ পৰিছিল। সকলোৱে ফোনযোগে নিয়মিয়াকৈ আমাৰ খবৰ লৈছিল, অসুবিধা নহবলৈ বহুজনে লাগতিয়াল বস্তুৰ যোগাৰো ধৰিছিল। তেওঁলোকৰ এই সহায় সহানুভূতিয়ে মনৰ দৃঢ়তা বঢ়োৱাত যথেষ্ট সহায় হৈছিল। সেই জটিল সময়ত সাহস যোগোৱা সেই সকলো ব্যক্তিলৈ আমি চিৰ কৃতজ্ঞ।

দুইসপ্তাহৰ পাছত কোৱাৰেন্টাইনৰ ম্যাদ শেষ হোৱাত আমি স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰলৈ গৈ পুনৰবাৰ কোভিড টেষ্ট কৰিলোঁ। ৰিজাল্ট নিগেটিভ। কিছু সকাহ পালোঁ যদিও সম্পূৰ্ণ বিপদমুক্ত হব পৰা নাই। কোভিডোত্তৰ সময়ৰ দুৰ্বলতা এতিয়াও আছে।

(পাঁচ পৃষ্ঠাত চাওক)

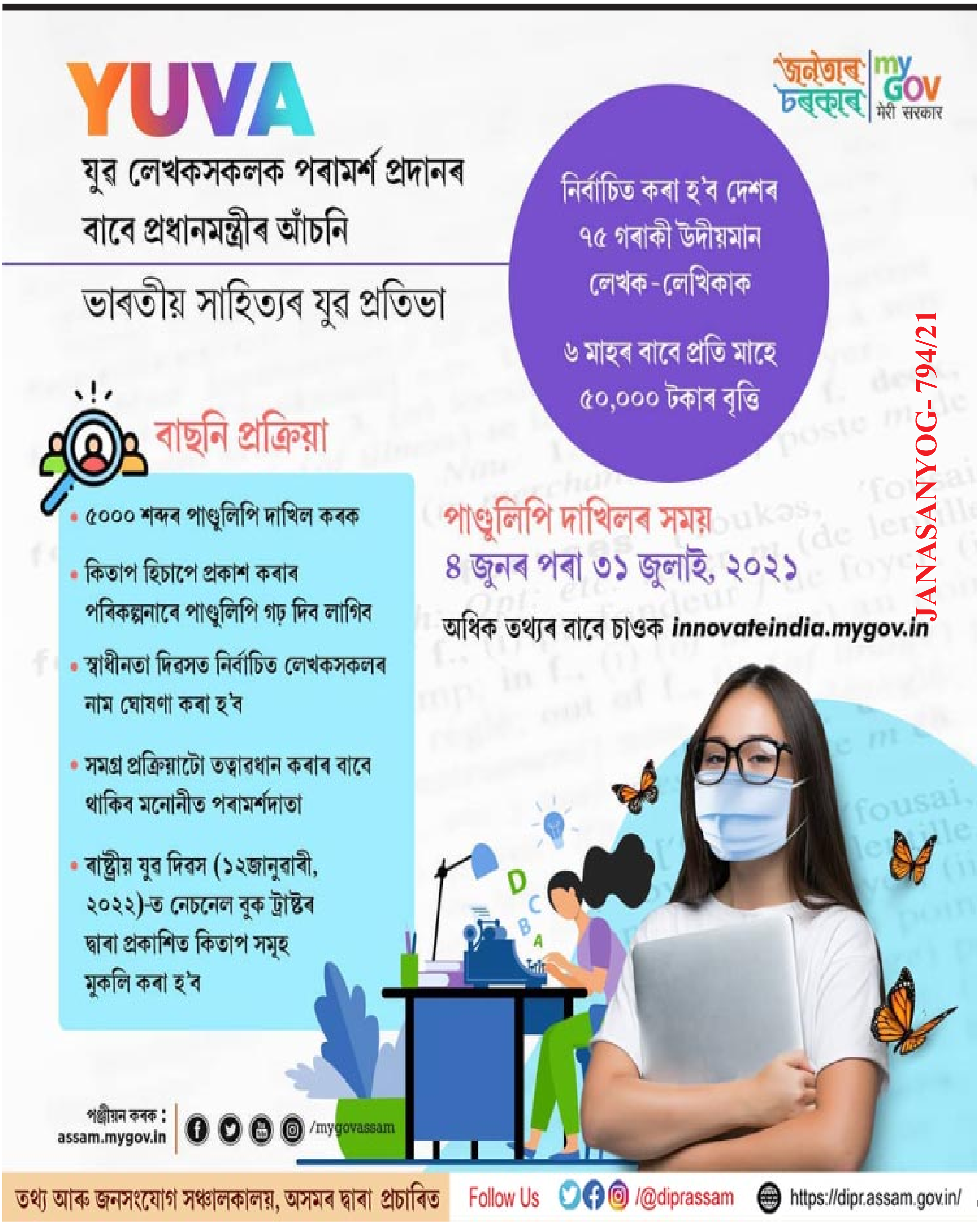
ক'ৰ'নাৰে যুঁজখন

সম্পূৰ্ণ সুস্থ হবলৈ হয়তো আৰু কিছু সময়ৰ প্ৰয়োজন হব। সেই সময়লৈ আশাৰে বাট চাই আছোঁ। বন্ধু -বান্ধবী সকল - সমাজৰ পৰা বিচ্ছিন্ন হৈ মানুহ কিমান নিঃসঙ্গ, কিমান অকলশৰীয়া, এখন ৰুগ্ন পৃথিৱীত জীয়াই থকাটো কিমান যন্ত্ৰণাদায়ক এই কথা আজি আমি সকলোৱে মৰ্মে মৰ্মে উপলব্ধি কৰিছোঁ। জীৱন -মৃত্যু, নিশ্চয়তা- অনিশ্চয়তাৰ মাজৰ এই যুঁজখনৰ মাজত পৃথিৱীবাসীয়ে আজি মহা শংকাত দিন কটাইছে । কিন্তু তথাপিও আমি বিশ্বাস কৰোঁ যে এই সীমাবদ্ধতা, এই অনিশ্চয়তা এদিন আমি অতিক্ৰম কৰিমেই ।ইতিহাস সাক্ষী -যিকোনো বিপৰ্যয় অতিক্ৰম কৰাৰ সাহস আৰু শক্তি মানৱ জাতিৰ আছে । বেয়া সময় ক্ষন্তেকীয়া, অনন্ত কালৰ বাবে নহয়।আহক আমি সকলোৱে মিলি সেই সময়ৰ বাবে অপেক্ষা কৰোঁ ।অপেক্ষা কৰোঁ ৰোগমুক্ত এখন পৃথিৱীৰ বাবে -

"মুখ্যমন্ত্ৰী মহোদয়-

অৰ্থাৎ বংঙ্গীয় মূলৰ ইছলাম ধৰ্মীলোকৰ আগ্ৰাসনে কেনেকৈ থলুৱা লোকৰ অস্তিত্বৰ প্ৰতি ভাবুকি, তাক অপৰিসীম কষ্ট তথা বাক পটুতাৰে ৰাইজক পতিয়ন নিয়াবলৈ ড০ হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মা সক্ষম হ'ল।এই ক্ষেত্ৰত জাতীয়তাবাদী নেতাসকলে ৰাইজৰ আস্থাভাজন হোৱাত বিফল হৈছে। যি নহওঁক বৰ্ত্তমান ৰাজনৈতিক নিৰ্বাচনৰ ক্ষেত্ৰখনত সাম্প্ৰদায়ীক মেৰুকৰণে বিশেষভাৱে প্ৰভাবিত কৰা দেখা গৈছে। আমি বিশেষকৈ অসমৰ ক্ষেত্ৰখনত কব পাৰো যে ভাৰতবৰ্ষই যেতিয়া ধৰ্মীয় আগ্ৰাসনৰ কথা বিবেচনাত অনা নাছিল তেতিয়াই কিন্তু অসমৰ ছাত্ৰ সমাজৰ নেতৃত্বত ঐতিহাহিক "বিদেশী বহিষ্কাৰ" আন্দোলন আৰম্ভ হৈছিল।এই বিদেশী বহিষ্কাৰ আন্দোলন যদিও ধৰ্মভিত্তিক নাছিল কিন্তু সাংক্ষিকভাবে বঙ্গমূলীয় ইছলাম ধৰ্মী লোকৰ অভাৱনীয় জনসংখ্যা বৃদ্ধিৰ বাবে (বঙ্গমূলীয় হিন্দু তুলনামূলকভাৱে কম) নামনি অসমৰ বহু জিলাত সংখ্যাগুৰুত পৰিণত হোৱা বাবেই ইয়াৰ আৰম্ভণি। অসম আন্দোলনৰ প্ৰায় ৪২ বছৰৰ পাছতো এইবাৰৰ নিৰ্বাচনত নামনি অসমত হোৱা নিৰ্বাচনী ফলাফলে জল জল-পট পটকৈ প্ৰমাণ কৰিলে যে সেই সময়ৰ সদৌ অসম ছাত্ৰ সন্থাৰ নেতৃত্বত হোৱা বিদেশী সমস্যা কিমান প্ৰাসংগিক আছিল। তেতিয়াই যদি কেন্দ্ৰীয় নেতৃত্ব তথা ভাৰতবৰ্ষৰ বাকী ৰাজ্যবোৰে সমস্যাৰ গভীৰতা হৃদয়ঙ্গম কৰিলেহেঁতেন তেতিয়া আজি বিজেপিৰ উত্থান আৰু কংগ্ৰেছৰ দেশজুৰি নিঃচিহ্ন হোৱাৰ পৰিস্থিতি বোধহয় নহ'লহেঁতেন।অসমৰ ৰাইজৰ পৰিপক্ক চিন্তা

(আঠপৃষ্ঠাত চাওক)



সেই দিনবোৰ

ৰঞ্জনা পাঠক, গুৱাহাটী

পৰেনে মনত তোমাৰ ??
সেই যে সোনোৱালী দিনবোৰ ...
আমিযে দুয়ো ৰচিছিলো
কতনা সপোন ...
সপোন , য'ত আছিল আশা ...
হেঁপাহ এখন সুন্দৰ
সংসাৰ গঢ়াৰ ...
আছেনে মনত তোমাৰ সেই কথা ...
শপত যে লৈছিলো দুয়ো ...
হাতে হাত ধৰি আগবাঢ়ি যোৱাৰ ...
জীৱনৰ অন্তিমটো ক্ষণ ...
একেলগে অতিবাহিত কৰাৰ ...
নাজানো ,তুমি চাগৈ পাহৰিলা ...
হয়তোবা সময়ে তোমাকো
কৰিলে সলনি ...

অত্যাৱশ্যকীয় সামগ্ৰীৰ মূল্যবৃদ্ধিৰ

কংগ্ৰেছে গনতান্ত্ৰিক ভাৱে প্ৰতিবাদ সাব্যস্ত কৰে।লগতে বৰক্ষেত্ৰী সমষ্টিৰ বিধায়ক দিগন্ত বৰ্মনে মূল্য বৃদ্ধি ৰোধ কৰাত ভাৰতীয় জনতা পাৰ্টীৰ মিত্ৰজোটৰ চৰকাৰখন ব্যৰ্থ হোৱা বুলি জনাই আৰু চৰকাৰখনক মূল্যবৃদ্ধি হ্ৰাস কৰিবলৈ আহ্বান জনাই।

গাঁওবুঢ়া খৰ্গেশ্বৰ কলিতাৰ

মাধ্যমিক বিদ্যালয়ৰ পৰা হাইস্কুল শিক্ষান্ত পৰীক্ষাত উৰ্ত্তীণ হৈ পিছত ১৯৬৪ চনত তেখেতে কটন কলেজৰ পৰা উচ্চতৰ মাধ্যমিকৰ পৰীক্ষাত সুখ্যাতিৰে উৰ্ত্তীণ হ'বলৈ সক্ষম হৈছিল। তেওঁ ১৯৮৬ চনত দীঘেলী গাঁওৰ লাট গাঁওবুঢ়া হিচাপে নিযুক্তি লাভ কৰি দীঘেলী গাঁওৰ সুখ-দুখৰ সমভাগী হৈছিল। তেওঁৰ মৃত্যুত অঞ্চলটোত গভীৰ শোকৰ ছাঁ পৰিছে।

বলিউডৰ শিল্পী ছাৰহানাই

শেহতীয়াকৈ পুনৰ জোকাৰি গৈছে বলিউদক।

কোৰোনা মহামাৰীৰ বাবে ঘৰতে সোমাই থাকি কাম-কাজৰ পৰা বঞ্চিত হৈ হতাশাত ভোগা বলিউদৰ শিল্পী চাৰহানাই শেহতীয়াকৈ বাচি ললে চৰম পথ।প্ৰবীণ অভিনেতা অনুপম খেৰে শীৰ্ষ চৰিত্ৰত অভিনয় কৰা আৰু মুক্তিৰ অপেক্ষাত থকা- দ্য কাশ্মীৰ ফাইলছ নামৰ ছবিত লাইন প্ৰডিউচাৰ হিচাপে কাম কৰিছিল ছাৰহানাই।

হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাৰ সংবাদ মেল

অনুমোদনৰ কৰ্তৃত্ব। মুখ্যমন্ত্ৰী ড০ হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাই সংবাদ মেলৰ জৰিয়তে এই ঘোষণা কৰিছে। হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাৰ নেতৃত্বাধীন বিজেপি চৰকাৰৰ দুমাহ সম্পূৰ্ণ হোৱাৰ উপলক্ষে অনুষ্ঠিত হৈছিল বিশেষ কেবিনেট বৈঠক।এই কেবিনেট বৈঠকতে লোৱা হৈছে এই গুৰুত্বপূৰ্ণ সিদ্ধান্তসমূহ।

ক'ৰোনাৰ সহবাসত থলুৱা খাদ্যৰ ৰসায়ন

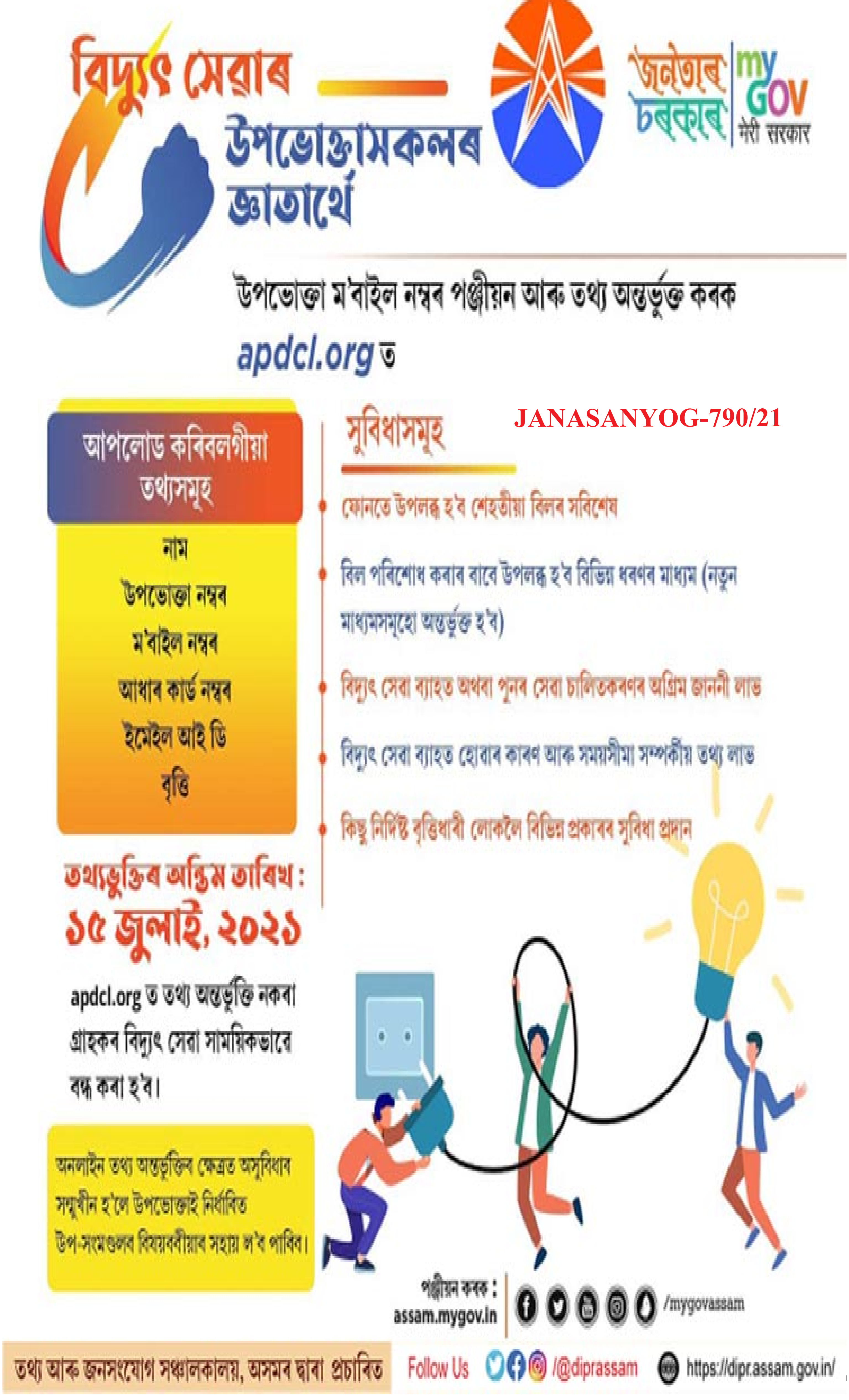
থকাটো অতি প্ৰয়োজনীয় কথা। চিকিৎসা বিজ্ঞানী সকলৰ মতে এই ভাইৰাছ বিধে কোনো ৰোগীক মৃত্যু মুখলৈ ঠেলি দিব নোৱাৰে যদিহে তেওঁৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা সক্ৰিয় হৈ থাকে। যিহেতু ভাৰতবৰ্ষ এখন কৃষি প্ৰধান ৰাষ্ট্ৰ। গতিকে কৃষি উৎপাদিত সামগ্ৰীয়েই হৈছে আমাৰ থলুৱা খাদ্য ।

এই থলুৱা খাদ্য সমূহেই আমাৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা প্ৰদান কৰি আহিছে । 'খাৰ খোৱা ' অসমীয়া খ্যাত আমি সবৰ ভাতেই হৈছে প্ৰধান আৰু অন্যতম খাদ্য । ভাতক মূলতঃ কাৰ্বহাইড্ৰেট যুক্ত খাদ্য বোলা হয়, কিয়নো ইয়াত শৰ্কৰাৰ পৰিমাণ অধিক । তাৰোপৰি ভাত ফচফৰাচ ,মেগনেছিয়াম,কেলছিয়াম আদি খাদ্যৰ লগতে ভিটামিন বি জাতীয় খাদ্যৰো মূল উৎস। সেয়েহে ভাত হৈছে পুষ্টিৰ ভঁৰাল । ৰাতি সাজৰ ভাত বেছি হ'লে পানী দি থোৱা অধিক সংখ্যক মহিলাৰে অভ্যাস । পিছদিনা এই পানী দিয়া ভাতক পঁইতা ভাত বা জুৰণি বুলিও কোৱা হয় । এই পঁইতা ভাত কিদৰে প্ৰক্ৰিয়াৰে প্ৰস্তুত হয় । অৰ্থাৎ ভাতত থকা প্ৰাকৃতিক শৰ্কৰাৰ পৰা ইষ্ট উৎপন্ন হয়। ইষ্ট ৰ প্ৰজনন ক্ষিপ্ৰতাৰে হয় আৰু ইহঁতৰ শ্বাস -প্ৰশ্বাসত কাৰ্বন -ডাই -অক্সাইড গেছ উৎপন্ন হয় । সেয়ে আমি পঁইতা ভাতৰ ওপৰৰ পানী খিনিত ফেন উঠা দেখা পাঁও । গৱেষক সকলে কৈছে যে পঁইতা ভাতত দেহৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় খনিজ লৱণ সমুহ সৰহকৈ পোৱা যায় । ফলত শৰীৰত খনিজ লৱণ নিৰ্দিষ্ট অনুপাতত বৰ্তি থাকে আৰু ছডিয়াম -পটাছিয়াম চক্ৰ ও সুস্থিৰ কৰি ৰাখে । ছডিয়াম -পটাছিয়াম সমতুল্য অৱস্থাই শৰীৰৰ হৃদপিণ্ড বিকল হোৱাৰ পৰা ৰক্ষা কৰে । পোৱা আলু পিটিকা ৰ সৈতে পঁইতা ভাতৰ জুতিয়েই সুকীয়া ।

থলুৱা খাদ্য ৰ আন এবিধ অন্যতম ব্যঞ্জন হৈছে কলডিল আৰু কল -পচলা । শৰীৰত আইৰণ ৰ অথবা হিমগ্লবিনৰ পৰিমাণ কমিলে চিকিৎসকে কলডিল আৰু কচু শাক খাবলৈ কয় । এই দুই বিধ থলুৱা খাদ্য ত প্ৰচুৰ পৰিমাণে আইৰণ থকাৰ উপৰিও কলডিলে বিভিন্ন ৰোগ কঞ্জণ্ডিৱা বীজাণু ৰ শ্ৰীবৃদ্ধিত বাধা দিয়ে । মেলেৰিয়াৰ দৰে মহামাৰী ৰোগৰ বাবে কলডিল মহৌষধ । কলডিলে শৰীৰত শৰ্কৰাৰ পৰিমাণ নিয়ন্ত্ৰিত কৰি ৰাখে । কলডিল ভিটামিন ছি, ভিটামিন এ ,ভিটামিন ই ৰ লগতে ছডিয়াম আৰু পটাছিয়ামৰো উৎস । সেইদৰে কচুগুটি ত কেইবাবিধো ভিটামিন, খনিজ লৱণ, শৰ্কৰা, ফলিক এচিড ৰ উপৰিও মেগনেছিয়াম, আইৰণ, জিংক, পটাছিয়াম, মেংগানিজ আৰু ফছফৰাছৰ দৰে মৌল পোৱা যায়। ই হজম শক্তি বৃদ্ধি কৰে । আঁহ যুক্ত কচুৱে প্ৰতিজাৰক হিচাপে ও কাম কৰে ।ফলস্বৰূপে মৃত কোষ সৃষ্টিৰ সম্ভাৱনীয়তা হ্ৰাস পায় । কচুৱে শৰীৰত তেজৰ চলাচল সুচল কৰি ৰাখে ।

আন এবিধ বাৰীৰ ঢাপৰ মহৌষধ হৈছে ঔটেঙা । ঔটেঙা ত জীৱদেহৰ প্ৰয়োজনীয় উপাদান সমূহ থকাৰ বাবে জীৱদেহক নিৰোগী কৰি ৰাখে । ইয়াত থকা ভিটামিন -ছি য়ে শৰীৰৰ কলাজেন নামৰ প্ৰটিন সংশ্লেষণ ত সহায় কৰে । কলাজেনৰ উপস্থিতি য়ে শৰীৰৰ ছাল সুন্দৰ কৰি তোলাৰ লগতে দেহৰ ৰক্ত কণিকাৰ উৎপাদন অধিক গতিশীল কৰি তোলে ।

অতি হেঁপাহৰ থলুৱা খাদ্য এবিধ হৈছে চুঙা পিঠা । বাঁহৰ চুঙাত চুঙা পিঠাৰো বিজ্ঞান সন্মত কাৰণ আছে । যেনেকৈ গুৰুজনাই কলপাতত মাহ প্ৰসাদ খাবলৈ বা গৰম ভাত খাবলৈ শিকাই থৈ গৈছে । বাঁহৰ চুঙাত বৰা চাউল ভৰাই জুইত পুৰিলে বাঁহত থকা ছেলুল'জ ৰ অৱক্ষয় হয় আৰু উৎপন্ন হোৱা ফিনলিক এচিড আৰু অন্যান্য উপাদান সমূহ পিঠাগুৰি বা চাউলৰ লগত মিলি শৰীৰত মিলিত হয় । ই স্নায়ুতন্ত্ৰৰ লগতে হৃদপিণ্ড ও সবল কৰি ৰাখে । অতি ব্যস্ততা আৰু আধুনিকতাই নৱপ্ৰজন্মৰ মুখৰ জুতি থলুৱা খাদ্য ৰ পৰিবৰ্তে বিদেশী খাদ্য লৈ পৰিবৰ্তন কৰিলে । গতিকে প্ৰতি গৰাকী মাতৃ বা নাৰীয়ে ই আমাৰ থলুৱা খাদ্য ৰ গুৰুত্ব বুজি পৰিয়াল টিৰ সুস্বাস্থ্য বজাই ৰাখিবলৈ চেষ্টা কৰিব লাগে । আমাৰ খাদ্যাভ্যাসেই আমাক কৰোনা ৰ লগত সহবাস কৰাত সহায়ক হব বুলি আশা কৰিব পাৰি ।


বিদ্যুৎ সেৱাৰ
উপভোক্তাসকলৰ জ্ঞাতাৰ্থে
জনতাৰ চৰকাৰ
my GOV मेरी सरकार
উপভোক্তা ম'বাইল নম্বৰ পঞ্জীয়ন আৰু তথ্য অন্তৰ্ভুক্ত কৰক
apdcl.org ত
JANASANYOG-790/21
আপলোড কৰিবলগীয়া তথ্যসমূহ
নাম
উপভোক্তা নম্বৰ
ম'বাইল নম্বৰ
আধাৰ কাৰ্ড নম্বৰ
ইমেইল আই ডি
বৃত্তি
সুবিধাসমূহ
ফোনতে উপলব্ধ হ'ব শেহতীয়া বিলৰ সবিশেষ
বিল পৰিশোধ কৰাৰ বাবে উপলব্ধ হ'ব বিভিন্ন ধৰণৰ মাধ্যম (নতুন মাধ্যমসমূহো অন্তৰ্ভুক্ত হ'ব)
বিদ্যুৎ সেৱা ব্যাহত অথবা পুনৰ সেৱা চালিতকৰণৰ অগ্ৰিম জাননী লাভ
বিদ্যুৎ সেৱা ব্যাহত হোৱাৰ কাৰণ আৰু সময়সীমা সম্পৰ্কীয় তথ্য লাভ
কিছু নিৰ্দিষ্ট বৃত্তিধাৰী লোকলৈ বিভিন্ন প্ৰকাৰৰ সুবিধা প্ৰদান
তথ্যভুক্তিৰ অন্তিম তাৰিখ :
১৫ জুলাই, ২০২১
apdcl.org ত তথ্য অন্তৰ্ভুক্তি নকৰা গ্ৰাহকৰ বিদ্যুৎ সেৱা সাময়িকভাৱে বন্ধ কৰা হ'ব।
অনলাইন তথ্য অন্তৰ্ভুক্তিৰ ক্ষেত্ৰত অসুবিধাৰ সন্মুখীন হ'লে উপভোক্তাই নিৰ্ধাৰিত উপ-সংমণ্ডলৰ বিষয়ববীয়াৰ সহায় ল'ব পাৰিব।
পঞ্জীয়ন কৰক : assam.mygov.in
/mygovassam
তথ্য আৰু জনসংযোগ সঞ্চালকালয়, অসমৰ দ্বাৰা প্ৰচাৰিত
Follow Us /@diprassam
https://dipr.assam.gov.in/

E-mail us-
rongilibartamedhi@gmail.com

Postal Redg. No. GH- 098/ 2015 - 17

Rongili Barta
GUWAHATI—781025

২৬ আহাৰ, ১৪২৭ চন Rongili Barta, Date of Publication-- 11 JULY, 2021

“মুখ্যমন্ত্ৰী মহোদয়— আশাবোৰ পূৰণ হ’বনে ?”

তথা অসম ভূ-খণ্ডৰ গুৰুত্ব তেতিয়া অবহেলিত হৈ আছিল, তাৰ ফল আজি অসমৰ লগতে দেশখনে উপলব্ধি কৰিবলৈ বাধ্য হৈছে।

অসমৰ সৌভাগ্য যে আমি ড০ হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাৰ দৰে এজন চতুৰ, তীক্ষ্ণ বুদ্ধি মেধা সম্পন্ন কৰ্মপটু দুৰদৰ্শী নেতা পাইছোঁ আৰু তেখেতৰ নেতৃত্বত অসম তথা অসমীয়াৰ উন্নতিয়ে এক বিশেষ মাত্ৰা পাব বুলি আশাৰ সঞ্চাৰ কৰিছে। আজি প্ৰায় ৪২ বছৰে নিৰ্বাচনৰ সময়ত অসমৰ অস্তিত্বৰ সংকটৰ ভয় দেখুৱাই নতুন নতুন ৰাজনৈতিক নেতাৰ সৃষ্টি হয় আৰু দলবোৰে ৰাইজৰ জৰুৰী সমস্যাবোৰৰপৰা ফালৰি কাটি নিকৃষ্ট ৰাজনৈতিক মুনাফা আদায় কৰাৰ যি বজাৰ চলি আছে সেইখন বন্ধ কৰাৰ বাস্তৱসন্মত পদক্ষেপ ল’বলৈ মুখ্যমন্ত্ৰী মহোদয়ক ক’ভিদ সমস্যাৰ পিছতেই অগ্ৰাধিকাৰ ভিত্তিত ব্যৱস্থা লবলৈ আহ্বান কৰিলোঁ। অসম আন্দোলনৰ অভিজ্ঞতাৰ পৰা আজিলৈকে হোৱা বিভিন্ন সংগ্ৰামত পৰোক্ষভাৱে অসমীয়াৰ স্বাৰ্থত সমৰ্থনকাৰী হিচাপে কিছু কথা ব্যক্ত কৰিব বিচাৰিছোঁ, নাজানো কিমান বাস্তবায়িত হ’ব।

অসম আন্দোলনৰ সময়ৰপৰাই বিদেশী প্ৰব্ৰজন তথা জনসংখ্য বৃদ্ধিৰ চৰ্চ্চা হৈ আহিছে আৰু প্ৰতিটো নিৰ্বাচনৰ সময়ত ই গৈ তুঙ্গত উঠে, সেই সময়ত এনেকুৱা লাগে যে এইবাৰ নতুন চৰকাৰে অসমৰ সমস্যাবোৰ সমাধান কৰিহে এৰিব। কিন্তু লজ্জাজনকভাৱে নেতাবোৰে আজি দশক-দশক বছৰ ধৰি প্ৰতাৰণা কৰি আহিছে সেয়ে এইবাৰ হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাদেৱৰ ব্যক্তিত্ব তথা বক্তব্যত ভোটাৰ ৰাইজে দৃঢ়তা আৰু আস্থা বিচাৰি পাইছে যাৰ বাবে মহাজোট বা ন-জাতীয়তাবাদী দলবোৰৰ নেতাসকলৰ লগতে দলবোৰক প্ৰত্যাখান কৰিছে। বিভিন্ন সময়ত প্ৰকাশিত পৰিসংখ্যাবোৰত দেখা যায় যে জনসংখ্যাৰ ঘনত্ব কেইখনমান জিলাত বিশেষকৈ ধুবুৰী, হোজাই, কৰিমগঞ্জ, নগাঁও, দক্ষিণ শালমাৰা, বৰপেটা, মৰিগাঁও, গোৱালপাৰা, বজালী, কামৰূপ আদি জিলাবোৰত তুলনামুলকভাৱে বেছি। ইয়াৰ মুখ্য কাৰক হিচাপে জন্মৰ হাৰ বৃদ্ধিৰ বাবেই প্ৰধানত হোৱা যেন লাগে। এই জিলাবোৰৰ গৰিষ্ঠ সংখ্যক লোকেই বঙ্গমূলীয় ইছলামধৰ্মী লোক। এই লোকসকলৰ শিক্ষাৰ হাৰ অন্য ঠাইৰ তুলনাত কম আৰু ধৰ্মীয়ভাৱে বহু বিবাহ আৰু অধিক সন্তান জন্ম দিয়াত উৎসাহ যোগোৱা হয়। এই বঙ্গমূলীয় ইছলাম ধৰ্মী লোকসকলৰ মৌলবাদী নেতাবোৰৰ লগতে তেওঁলোকে অতদিনে সমৰ্থন কৰি অহা ৰাজনৈতিক দলবোৰে তেওঁলোকক মাদ্ৰাছা শিক্ষাৰ উত্তৰণ ঘটাই আধুনিক শিক্ষাৰ ব্যৱস্থাৰ দ্বাৰা তেওঁলোকৰ উন্নতিৰ ব্যৱস্থা কৰাৰ পৰিৱৰ্তে মহিলাসকলে দহ-বাৰটা লৰা-ছোৱালী জন্ম দিয়া যন্ত্ৰ হিচাপে পুৰণি স্থিতাৱস্থা বাহাল ৰাখি ৰাজনৈতিক বজাৰখন চলাই থাকিল। ইয়াৰ ফলত সেই সমাজখনো পিছ পৰি থাকিল আৰু সামগ্ৰীকভাৱে অসমৰো পৰিস্থিতি জটিল কৰাতহে অৰিহণা যোগালে। জনসংখ্যা বৃদ্ধি ৰাজ্য এখনৰ উন্নয়নৰ এক ডাঙৰ বাধা। জনসংখ্যা বৃদ্ধিৰ ফলত চৰকাৰী হিতাধীকাৰীৰ বাবে উন্নয়নৰ পুঁজি যথেষ্ট বৃদ্ধি কৰিবলগীয়াত পৰে। আৰু ইয়াৰ মাধমাৰ কৰ আদায় দিয়া শ্ৰেণীটোৰ ওপৰত পৰে। যোৱা কাৰ্যকালত ড০ হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাদেৱে ভাৰতবৰ্ষৰ কোনো ৰাজনৈতিক নেতাই মাদ্ৰাছাবোৰৰ আধুনিকৰণৰ ক্ষেত্ৰত ল’বলৈ সাহস নকৰা সিদ্ধান্ত লৈ গৰীব মুছলিম সমাজৰ উন্নতিৰ বাট মুকলালে তেনেকৈ এইবাৰ জনসংখ্যা বৃদ্ধি ৰোধৰ ক্ষেত্ৰত দুটি সন্তানৰ ওপৰত জন্ম নিয়ন্ত্ৰণ বাধ্যতামূলক কৰি দৃঢ় আইন লাগু কৰক। সাধাৰণ ৰাইজে কৰ আদায় দিয়া ধনেৰে জন্ম নিয়ন্ত্ৰণ নকৰা লোকসকলক হিতাধীকাৰী হিচাপে দিয়া সুবিধাবোৰ ‘কৰ দাঁতা’ সকলৰ প্ৰতি অন্যায় ইয়াৰ বাবে ক্ষমতাত থকা চৰকাৰে নিশ্চয় অদূৰ ভৱিষ্যতে জগৰীয়া হ’ব।

আমি মন কৰি আহিছো, বিভিন্ন প্ৰিণ্ট মিডিয়া তথা বৈদ্যুতিক মিডিয়াত বিভিন্ন দল-সংগঠনে আজি ৪২ বছৰে বিদেশীমুক্ত অসমৰ দাবী কৰি আহিছে, নাজানো ই কিমান বাস্তৱ সন্মত। কিন্তু বিদেশীমুক্ত ভোটাৰ তালিকা নিশ্চয় কৰিব পাৰিব। সেয়েহে শেষত মুখ্যমন্ত্ৰী মহোদয়ক বিদেশীমুক্ত ভোটৰ তালিকা এই কাৰ্যকালত কৰি তাৰ ভিত্তিত হিতাধীকাৰী চিনাক্ত কৰক। অত বছৰে ভাৰতীয় নাগৰীকৰ কৰৰ ধনেৰে বিদেশী হিতাধীকাৰীক সুবিধা দি থকা হৈছে।

বন্ধ কৰক। বিশ্বাস তথা আস্থা আছে আপোনাৰ ওপৰত। আপুনি পৰিব।

লি’অনেল মেছিৰ নেতৃত্বত আৰ্জেণ্টিনাৰ কোপা আমেৰিকা জয়

বাৰ্ত্তাসেৱা – লিয়োনেল মেছিৰ নেতৃত্বত এঞ্জেল দি মাৰিয়াৰ গ’লত তেওঁৰ ৰাষ্ট্ৰীয় দলটোৱে আৰ্জেণ্টিনাৰ কোপা আমেৰিকাৰ ফাইনেলত ১-০ গ’লত ব্ৰাজিলৰ বিৰুদ্ধে জয়লাভ কৰে। ৰিঅ’ ডি জেনেৰিঅ’ৰ মাৰাকানা ষ্টেডিয়ামত অনুস্থিত হোৱা এই খেলখনৰ বিজয়ে আৰ্জেণ্টিনাৰ সুদীৰ্ঘ ২৮ বছৰৰ অপেক্ষাৰ সমাপ্তি ঘটায় আৰু লগতে ব্ৰাজিলৰ অপৰাজিত ঘৰুৱা অভিলেখ ভংংগ কৰে। আৰ্জেণ্টিনাই শেষবাৰৰ বাবে ১৯৯৩ চনত আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় প্ৰতিযোগিতাত সফলতাৰ লভ কৰিবলৈ সক্ষম হৈছিল। তেতিয়া তেওঁলোকক গেব্ৰিয়েল বাটিষ্টুটাৰ ব্ৰেচে মেক্সিকোৰ বিৰুদ্ধে ২-১ গ’লত জয় লাভ কৰিছিল।

ৰঙিলী বাৰ্ত্তা কৰ্ত্তৃক শ্ৰীউদ্দীপ্ত নয়ন মেধিৰ দ্বাৰা প্ৰকাশিত, প্ৰচাৰিত আৰু ফটাশিল মানপাৰা গুৱাহাটী-25ৰ মেধি এণ্টাৰপ্ৰাইজত মুদ্ৰিত। ফোন ঃ 9854215286
প্ৰতিষ্ঠাপক সম্পাদক ঃ মহেশ চন্দ্ৰ মেধি মূখ্য-সম্পাদক ঃ উদ্দীপ্ত নয়ন মেধি সহঃ সম্পাদকঃ-শ্ৰী ধীৰেণ ভট্টাচাৰ্য্য সহঃ সম্পাদিকাঃ অদিতি দত্ত লহকৰ
Founder Editor : Mahesh Ch. Medhi Ph. 99570-45203 EDITOR-IN-CHIEF :- UDDIPTA NAYAN MEDHI Ph.98542-15286