

খবর সোজাসুজি

প্রতিনিয়ত খবরের আপডেট পেতে ফলো করুন আমাদের ফেসবুক, ইউটিউব, টুইটার এবং ইন্সটাগ্রাম।

Follow Us :
facebook.com/khaborsojasuji
youtube.com/@khaborsojasuji
twitter.com/Khaborsojasuji
instagram.com/khaborsojasuji
www.khaborsojasuji.com

KHABOR SOJASUJI

খবর সোজাসুজি

Title Code : WBBEN16086 (Govt of India)
Declaration Memo No. 718/JM/XVIII/01/2023 (press) (Govt of W.B.)
Editor - ISRAIL MALLICK

প্রতি ইংরেজি মাসের
১৫ ও ৩০ তারিখ
প্রকাশিত হচ্ছে পাক্ষিক সংবাদপত্র
খবর সোজাসুজি
বিজ্ঞাপনের জন্য
যোগাযোগ করুন
৯৪৩৪৫৬৩৪৯৮
www.khaborsojasuji.com

Vol-1, Issue-4 Bardhaman, 30 July 2023 Rs. 2.00 (Four Pages) Publisher - Israil Mallick

একনজরে

● 'বামেদের সরানো প্রয়োজন ছিল, কিন্তু এই পরিবর্তন চাই নি', মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়কে খোলা চিঠি অপর্ণা সেনের। পঞ্চায়েত নির্বাচন পর্বে হিংসার ঘটনায় তীব্র নিন্দা প্রকাশ করেন তিনি।

● ১৬ আগস্টের মধ্যে পঞ্চায়েত বোর্ড গঠনের নির্দেশ দিলেন মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। কলকাতা হাইকোর্টের নির্দেশে জরী প্রার্থীদের ভাগ্য বুলে থাকলেও বোর্ড গঠনে বাধা নেই।

● ভোটারের চেয়ে ভোট পড়ল বেশি! বুথে ভোটার ১৪৮১, ভোট পড়েছে ২১৭৭! ভোটার ১৫২৯, ভোট পড়েছে ১৭৪০! ভোটার ১৪৮৮, ভোট পড়েছে ২৪৯৬! ভুতুড়ে ভোটে বিস্মিত বিচারপতি! হাবড়া ২ নং ব্লকের দিঘরা মালিকবেড়িয়া গ্রাম পঞ্চায়েতে ভোটে বেলাগাম কারচুপির অভিযোগ। বিস্মিত বিচারপতি অমৃতা সিনহা। ৪ আগস্ট বিডিও'র রিপোর্ট তলব করলেন বিচারপতি অমৃতা সিনহা। মামলার পরবর্তী শুনানি ১০ আগস্ট।

● ভোট বয়কটের বুথে পড়ল ৯৫ শতাংশ ভোট! বিস্মিত বিচারপতি অমৃতা সিনহা। আইজি- ডিজিকে অনুসন্ধান করে ৩ আগস্টের মধ্যে রিপোর্ট দিতে নির্দেশ হাইকোর্টের। জ্যাংরা হাতিয়ারা ২ নং গ্রাম পঞ্চায়েতের নিউ টাউন শহর এলাকার ঘটনা।

● লক্ষীর ভাঙারে এবার মুসলিম মহিলাদেরও হাজার টাকা করে দেওয়ার দাবি তৃণমূল বিধায়ক হুমায়ুন কবীরের।

● জামালপুর ব্লকে রাস্তাশ্রী-পথশ্রী প্রকল্পে অতি ধীর গতিতে চলছে রাস্তার কাজ, অভিযোগ। রাস্তা খোঁড়াখুঁড়ির ফলে সমস্যা আরও বেড়েছে। সামান্য বৃষ্টি হলেই রাস্তা দিয়ে চলাফেরা করা হয়।

● পঞ্চায়েত নির্বাচনে আহতদের দেখতে পিজিতে মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। আহতদের হাতে তুলে দিলেন আর্থিক সহায়তার চেক।

● চব্বিশের লোকসভা ভোটে এবার লাড়াই ইন্ডিয়া বনাম এনডিএ-র। বেঙ্গালুরুতে ঠিক হল বিজেপি বিরোধী মহাজোটের নাম - ইন্ডিয়ান ন্যাশনাল ডেমোক্রেটিক ইনক্লুসিভ অ্যালায়েন্স বা ইন্ডিয়া।

● ইডির হাতে গ্রেফতার কলকাতার তৃণমূল ঘনিষ্ঠ ব্যবসায়ী কৌশল রায়। পিনকন আর্থিক দুর্নীতি মামলা সহ (এরপর চারের পাতায়)

লোকসভা ভোটের আগে গ্রাম বাংলার মন পেতে মমতার মাস্টারস্ট্রোক! ১০০ দিনের জব কার্ড হোল্ডারদের জন্য রাজ্যের নতুন প্রকল্প 'খেলা হবে'!

ইসরাইল মল্লিক : সদ্য সমাপ্ত হয়েছে পঞ্চায়েত নির্বাচন। আর এই পঞ্চায়েত নির্বাচন শেষ হতে না হতেই ২০২৪ লোকসভা নির্বাচনকে সামনে রেখে শুরু হয়েছে জোর তৎপরতা। আর ২০২৪ এর লোকসভা নির্বাচনকে পাখির চোখ করে রাজনৈতিক ফায়দা তুলতে ব্যস্ত সব রাজনৈতিক দল। পিছিয়ে নেই রাজ্যের শাসকদল তৃণমূলও। সদ্য সমাপ্ত পঞ্চায়েত নির্বাচনে রাজ্যের শাসকদলের পক্ষেই গেছে গ্রাম বাংলার রায়। লোকসভা নির্বাচনেও গ্রাম বাংলার মানুষের মন পেতে মরিয়া রাজ্যের শাসক দল তৃণমূল কংগ্রেস। রাজ্যে দীর্ঘদিন বন্ধ ১০০ দিনের কাজ। ১০০ দিনের কাজ বাবদ কেন্দ্রের কাছে রাজ্যের পাওনা কোটি কোটি টাকা। ১০০ দিনের কাজ না



পেয়ে আর্থিক অনটনের মধ্যে দিন কাটাচ্ছেন গ্রামের অনেক সাধারণ মধ্যবিত্ত ও গরিব মানুষ। তার সঙ্গে নোট বন্দী এবং

করোনা পর্বে লকডাউনের পর থেকেই বাজারে দেখা দিয়েছে চরম আর্থিক মন্দা। দিন দিন বাড়ছে কন্ঠন

মানুষের সংখ্যা। চরম আর্থিক দুরবস্থার শিকার গ্রাম বাংলার দিন আনা দিন খাওয়া গরিব মানুষ। প্রায় দু'বছর হতে চললো রাজ্যে বন্ধ ১০০ দিনের কাজ। ১০০ দিনের কাজের বকেয়া মজুরিও এখনও পান নি শ্রমিকরা। এই পরিস্থিতিতে তাদের আর্থিক দুরবস্থা কিছুটা লাঘব করতে এগিয়ে এলেন রাজ্যের মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। ধর্মতলায় একুশের শহীদ দিবসের মঞ্চ থেকে মুখ্যমন্ত্রী ঘোষণা করলেন ১০০ দিনের জব কার্ড হোল্ডারদের জন্য রাজ্যের নতুন প্রকল্প 'খেলা হবে'। 'খেলা হবে' এখন আর নিছক একটি রাজনৈতিক শ্লোগান নয়। এবার রাজ্যের উন্নয়ন প্রকল্পের সঙ্গে যুক্ত হল 'খেলা হবে' (এরপর দুয়ের পাতায়)

রাস্তার ধারে বিপজ্জনক অবস্থায় দাঁড়িয়ে সারি সারি মরা গাছ! বড়সড় দুর্ঘটনার আশঙ্কায় শঙ্কিত পথ চলতি মানুষজন

নিজস্ব প্রতিনিধি : হুগলি জেলার ধনেখালি ব্লকের গুড়াপ থানার অন্তর্গত খানপুর জৌগ্রামমোড় থেকে গুড়াপ

করে পথ চলতি মানুষদের যখন তখন গাছের ডালপালা আছড়ে পড়ছে রাস্তার ওপর। যেকোনও সময় ঘটতে পারে বড়সড় বিপদ,



যাবার পথে এবং খানপুর জৌগ্রামমোড় থেকে বালিডাঙ্গা যাবার পথে রাস্তার দু'ধারে বিপজ্জনক অবস্থায় সারিবদ্ধভাবে দাঁড়িয়ে আছে বেশ কিছু বড় বড় শুকনো মরা গাছ। তার ডালপালা কবে কার ঘাড়ে ভেঙ্গে পড়বে, কেউ জানে না। মাঝে মাঝে যে দু'চারখানা ভাঙ্গে না, তা নয়। গাছগুলি অবিলম্বে কাটা উচিত বলে মনে করেন স্থানীয় মানুষজন। কিন্তু গাছ আর কাটা হয় না। এখন এই বর্ষার সময় আতঙ্ক আরও বাড়ছে। এই বর্ষার সময় গাছগুলি ভেঙ্গে পড়ার আশঙ্কায় পথ চলতি মানুষ। বড় জলে মাথায় ডাল ভেঙ্গে পড়ার আতঙ্ক নিয়েই এই পথ দিয়ে চলাফেরা করেন এলাকার বাসিন্দারা। ভয়ে ভয়ে পথ চলতে হচ্ছে স্থানীয় বাসিন্দা থেকে শুরু

আশঙ্কা করছেন স্থানীয় বাসিন্দারা। যাতায়াতের সময় গাছ ভেঙ্গে পড়লে বা গাছের ডালপালা ভেঙ্গে পড়লে ঘটতে পারে বড়সড় দুর্ঘটনা। মরা গাছগুলি যাতায়াতের সময় পথচারীর উপর ভেঙ্গে পড়লে প্রাণহানির সম্ভাবনাও রয়েছে। প্রতিদিন এই রাস্তা দিয়ে যাতায়াত করে যাত্রীবাহী বাস, যাত্রীবাহী ট্রেকার, যাত্রীবাহী টোটো সহ শয়ে শয়ে গাড়ি। স্থানীয় স্কুল- কলেজের ছাত্র ছাত্রীরাও এই রাস্তা দিয়েই যাওয়া আসা করে। পথচারী ও গাড়ি চালকদের দাবি, দ্রুত এই মরা গাছগুলি প্রশাসনের পক্ষ থেকে কেটে নেওয়া হোক। না হলে যেকোনও মুহূর্তে ঘটতে পারে বড়সড় দুর্ঘটনা। দুর্ঘটনা এড়াতে মরা গাছগুলি অতিক্রম করে রাস্তার ধার থেকে সরিয়ে দিক প্রশাসন, এই দাবিতে সরব স্থানীয় বাসিন্দারাও।

রক্ষণাবেক্ষণের অভাবে নষ্ট হচ্ছে আচার্য প্রফুল্লচন্দ্র রায়ের স্মৃতিধন্য অবিভক্ত বাংলার প্রথম কৃষি বিদ্যালয়ের মূল ভবন ও ছাত্রাবাস!

নিজস্ব প্রতিনিধি : দানবীর রায়বাহাদুর মন্মথনাথ পাল ১৯১৪ সালে পূর্ব

বাংলার তৎকালীন ঢাকার নবাব সেলিমউল্লাহ। একাধিকবার এই



বর্তমান জেলার জামালপুর ব্লকের অমরপুরে প্রতিষ্ঠা করেন অবিভক্ত বাংলার প্রথম কৃষি বিদ্যালয় - অমরপুর বিমলা কৃষি বিদ্যালয়। বিদ্যালয়ের শুভ উদ্বোধন করেছিলেন অবিভক্ত

বিদ্যালয়ে এসেছেন আচার্য প্রফুল্লচন্দ্র রায়। কিন্তু বর্তমানে অন্যদিকে অবহেলায় রক্ষণাবেক্ষণের অভাবে নষ্ট হচ্ছে দানবীর রায়বাহাদুর মন্মথনাথ পাল প্রতিষ্ঠিত (এরপর দুয়ের পাতায়)

বিশেষ বিজ্ঞপ্তি

খবর সোজাসুজি পত্রিকার শারদ সংখ্যার জন্য ইচ্ছুক ব্যক্তির লেখা পাঠান হোয়াটস অ্যাপে (৯৪৩৪৫৬৩৪৯৮) টাইপ করে ৩১ আগস্টের মধ্যে। লেখা বিবেচিত হলে প্রকাশিত হবে। পাঠাতে পারেন ছোটগল্প, কবিতা, রম্যরচনা, অনুগল্প এবং ভ্রমণ কাহিনী। কবিতা ২০ লাইনের মধ্যে, ছোটগল্প - ৫০০ শব্দের মধ্যে, অনুগল্প - ২০০ শব্দের মধ্যে, রম্যরচনা - ৩০০ শব্দের মধ্যে এবং ভ্রমণ কাহিনী - ৫০০ শব্দের মধ্যে।

খবর সোজাসুজি

Volume-1 Issue-4 30 July 2023

শিক্ষা এত অবহেলিত কেন ?

বর্তমানে রাজ্যের শিক্ষার বেহাল দশা! দীর্ঘ দিন ধরেই শিক্ষকের অভাবে খুঁকছে রাজ্যের শিক্ষা প্রতিষ্ঠানগুলি। সাইকেল, জুতো, স্কুল ব্যাগ, ড্রেস, ট্যাব/মোবাইল, মিড ডেমিল - এই সবের হিসাব রাখতেই ব্যস্ত স্কুল শিক্ষকরা। এছাড়াও আছে কন্যাশ্রী, শিক্ষাশ্রী, মেধাশ্রী সহ বিভিন্ন প্রকার বৃত্তির কাজ। এ সব কাজ করতে গিয়ে স্কুলের মূল উদ্দেশ্যটাই এখন যেন গৌণ হয়ে পড়ছে। আবার সরকারি প্রকল্পের বাস্তবায়নেও ব্যবহার করা হচ্ছে শিক্ষা প্রতিষ্ঠানকে। দুয়ারে সরকার শিবির তার প্রকৃষ্ট উদাহরণ। ফলে বন্ধ থাকছে পঠন পাঠন। আবার অত্যধিক গরমের কারণেও অযৌক্তিক ভাবে দীর্ঘদিন ধরে বন্ধ থাকছে স্কুল। তার ওপর আবার শিক্ষকদের দিয়ে করানো হচ্ছে ভোটের কাজ। এর ফলেও বন্ধ থাকছে স্কুল। ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে পড়াশোনা। সব ক্ষেত্রেই আঘাত নেমে আসছে স্কুল শিক্ষার ওপর। শাসক থেকে বিরোধী, কারও কোনও স্ক্রম্প নেই স্কুল শিক্ষা নিয়ে। পড়াশোনা চুলোয় যাক, রাজনীতি বজায় থাক - এই মানসিকতা নিয়েই যেন চলছে সবাই। আর ভোট এলেই রাজ্যে আসছে কেন্দ্রীয় বাহিনী। তাদের রাখা হচ্ছে স্কুলগুলিতে। শিক্ষা প্রতিষ্ঠান ছাড়া কি তাদের রাখার আর জায়গা নেই? পড়াশোনা তো লাটে উঠছে। শিক্ষা এত অবহেলিত কেন বাংলায়? এ প্রশ্ন ওঠাই তো স্বাভাবিক। বই, ব্যাগ, জুতো, পোশাক সবই দেওয়া হচ্ছে স্কুল থেকে, কিন্তু আসল উদ্দেশ্যটাই তো ব্যাহত হচ্ছে। শিক্ষক যে কেরানি নয়, মানুষ গড়ার কারিগর - এই কথাটা যেন আমরা ভুলতে বসেছি এখন। রাজ্যের শাসকবল তো বিদ্যালয়গুলিকে 'প্রকল্প সেন্টার' বানিয়ে ফেলেছে, যা মোটেই কাম্য নয়। শিক্ষাদান করাই শিক্ষকের প্রধান কাজ। অন্য কাজে শিক্ষকদের ব্যতিব্যস্ত রেখে শিক্ষাদানে ব্যাঘাত ঘটানো ঠিক নয়। তাই শিক্ষা আধিকারিকদের বাস্তবের মাটিতে পা রেখে পরিকল্পনা করা উচিত। কারণ বিদ্যালয়গুলি তৈরি হয়েছে পঠন পাঠনের জন্য। এটাই মুখ্য হওয়া উচিত, বাকি সব গৌণ।

পাঠকের কলমে--

কেন লাগলো ? খবর সোজাসুজি

অপেক্ষার ওই প্রহর শেষে আলোর প্রদীপ উঠলো জ্বলি' দেউলে আজ আলোর নাচন, মাতন হাওয়ায় ফুটলো কলি। আবির্ভাবেই হৃদয়-জয়ী, আপন সাজে সবার সেরা - নতুন রূপে উপস্থাপন, ভালোবাসার আবেশ ঘেরা। আকাশ ছোঁয়ার অঙ্গীকারে বজ্রকঠিন দৃপ্ত মুখে - যতেক বাধার প্রাচীর ভেদি' এগিয়ে চলার মন্ত্র বুকে! জীর্ণ-জরা-কলুষ নাশি ' নতুন আলোর সূর্য উঠি' -- সমাজের এই দর্পণেতে 'সত্যি' ছবি উঠলো ফুটি'। যেন আপন অনেক দিনের, অপেক্ষাতে পেলাম খুঁজি ' আমার প্রাণের সবার প্রাণের প্রিয় ' খবর সোজাসুজি। '

সিদ্ধেশ্বর দত্ত
খানপুর ছা লুগলি

(প্রথম পাতার পর) লোকসভা ভোটের আগে গ্রাম বাংলার মন

হবে'। এই নতুন প্রকল্প রাজ্যের কোষাগার থেকে টাকা খরচ করে দেওয়া হবে ১০০ দিনের জব কার্ড হোল্ডারদের কাজ। সুত্রের খবর, দুর্গাপূজার আগেই অর্থাৎ সেপ্টেম্বর মাসে আবারও হতে পারে দুয়ারে সরকার আর সেখানে নতুন সংযোজিত প্রকল্পের তালিকায় থাকতে পারে মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের ঘোষিত ১০০ দিনের জব কার্ড হোল্ডারদের জন্য নতুন প্রকল্প ক্ষমখোলা হবে মম্ম। একুশের মঞ্চ মুখ্যমন্ত্রীর ঘোষণার পরেই দুয়ারে সরকার শিবিরে ক্ষমখোলা হবে মম্ম প্রকল্পকে যুক্ত করার জন্য প্রশাসনিক মহলে তৎপরতা তুঙ্গে। দুয়ারে সরকার শিবিরেই ক্ষমখোলা হবে মম্ম রাজ্যের টাকাতাই চলবে মম্মখোলা হবে মম্ম প্রকল্প গরিব মানুষকে কাজ দিতে

(প্রথম পাতার পর) রক্ষণাবেক্ষণের অভাবে নষ্ট হচ্ছে

অবিভক্ত বাংলার প্রথম কৃষি বিদ্যালয়ের মূল ভবন ও ছাত্রাবাস। এলাকাবাসীর দাবি, ঐতিহাসিক নিদর্শন হিসেবে অবিভক্ত বাংলার প্রথম কৃষি বিদ্যালয়ের মূল ভবনটিকে অবিলম্বে সংস্কার করে পূর্ববঙ্গীয় ফিরিয়ে দেওয়া হোক সংস্কার করা হোক ছাত্রাবাসটিকেও। আদিবাসী ছাত্র ছাত্রীদের জন্য বিভিন্ন জায়গাতেই ছাত্রাবাস তৈরি করছে রাজ্য সরকার। আর এখানে তৈরি ছাত্রাবাস রক্ষণাবেক্ষণের অভাবে নষ্ট হচ্ছে ছাত্রাবাসটিকে সংস্কার করে আদিবাসী ছাত্র ছাত্রীদের ছাত্রাবাস হিসেবে ব্যবহার করার অনুমতি দিক রাজ্য সরকার, চাইছেন এলাকার মানুষজন।

FARHAD HOSSAIN
Channel Partner

শেয়ার ও মিউচুয়াল ফান্ডে বিনিয়োগের জন্য যোগাযোগ করুন।

AngelOne

www.angelone.in

KHANPUR HOBBLY WEST
BEMHAL KHANPUR, HOBBLY
WEST BENGAL, INDIA 712308
+91799863194
farhad95star@gmail.com

চিনিকে চিনুন

পার্থ পাল

কেরামতিতে 'ফনিতা' থেকে এলো গুঁড়ো চিনি। ধাপে ধাপে দানাদার রূপও পেল তা। পরবর্তীকালে পারস্যের রাজারা এদেশ থেকে শিখে যান চিনি তৈরীর পদ্ধতি। তারও পরে আরবের সুলতানরা পারস্য জয় করার সাথে সাথে চিনির স্বাদেও মোহিত হন। এবং চিনির খবর পৌঁছে যায় ইউরোপের দোরগোড়ায়। সেখানে তখন ধর্মযুদ্ধ চলছিল। ব্রিটিশ ও ফরাসি ক্রসেডাররা পূর্ব ইউরোপ থেকে যুদ্ধ শেষে ফেরার সময় নিয়ে গেলেন চিনির স্বাদ নেওয়ার

ততদিনে অবশ্য প্রায় এক কোটি দশ লক্ষ ক্রীতদাস তাদের মূল্যবান জীবনকে নষ্ট করতে বাধ্য হয়েছেন। কিন্তু চিনির চাহিদা যে তুঙ্গে। তাই চাহিদা মেটাতে এল যন্ত্র। হাতের বদলে এল হাতিয়ার। তাতে চিনি আরো সুলভ হল। এবং তার প্রায় সাথে সাথেই এলো এক দুঃসংবাদ! ব্রিটেনের রয়েল সোসাইটির চিকিৎসক টমাস ইউনিস রোগীর মূত্র পরীক্ষার সময় পেলেন ডায়াবেটিস রোগের হৃদিস। তিনি দেখলেন রোগীর মূত্র অস্বাভাবিক রকম মিষ্টি। কে যেন তাতে চিনি বা মধু মিশিয়ে দিয়েছে!



অ-পূর্ব অভিজ্ঞতা। কিন্তু হলে কি হবে, ইউরোপের মাটি, আবহাওয়া আখ চাষের উপযোগী নয়। গ্রীষ্মপ্রধান ও আর্দ্র পরিবেশে আখ চাষের ভালো হয়। তাহলে উপায় ?

আমেরিকা অভিযানের সময় কলম্বাস তাঁর জাহাজে নিয়ে গেলেন আখ চাষের অনেক চারা। এখনকার ওয়েস্ট ইন্ডিজের হিস্পানিওলাতে তাঁর নির্দেশে ও বৃদ্ধবৃদ্ধপনায় শুরু হলো আখ চাষ। ক্রমে জামাইক আর কিউবার বৃষ্টিপুষ্ট অরণ্যকে পরিষ্কার করে তৈরি হলো চাষ জমি এবং ওখানকার অধিবাসীরা পরিণত হলেন আখ চাষের ক্রীতদাস।

তবে পর্তুগাল তার লোভের লাগাম রাখতে পারল না। হয়ে উঠল বেপরোয়া। দক্ষিণ আমেরিকার ব্রাজিলকে দখলে এনে সেখানে তারা শুরু করল আখ চাষ। এবং তার জন্য দাসের যোগান দিলো আফ্রিকা মহাদেশ। প্রায় এক লক্ষ দাসের ঘামের বিনিময়ে মিষ্টির স্বাদ নিতে থাকল ইউরোপ। উৎপাদন বৃদ্ধি পাওয়ায় দাম কমলো চিনির। চাহিদা বাড়ল আরও। তখন আরও নতুন দ্বীপ যেমন, পোর্তোরিকো, ব্রিনিদাদ বন হারিয়ে আখ চাষের জমিতে পরিণত হতে থাকল।

আখচাষ ও দাস ব্যবসার এমন ঘৃণ্য গট-বন্ধন থামলো ১৮০৭ সালে। যখন ব্রিটেনে দাস ব্যবসা আইনবিরুদ্ধ বলে স্বীকৃত হল। গৃহবধুরাও ক্রীতদাসদের উৎপাদিত চিনি খেতে অস্বীকার করলেন।

কিভাবে হয় এই রোগ ?

আমাদের শরীরের কোষ প্রয়োজনীয় শক্তির জন্য শর্করা ব্যবহার করে। শর্করা দুর্প্রক্রমের গ্লুকোজ ও ফ্রুক্টোজ। চিনি থেকে খুব সহজে এই দুই প্রকার শর্করা পাওয়া যায়। গ্লুকোজ রক্ত থেকে সরাসরি কোষে প্রবেশ করে। কিন্তু ফ্রুক্টোজকে কোষের দরজা পার হতে ইনসুলিন নামের হরমোনের অনুমতি প্রয়োজন। সেই ইনসুলিন আসে অগ্নাশয়ের হরমোন আইলেটস থেকে। ইনসুলিনের বেরিয়ে আসা দুটি কারণে ক্ষতিগ্রস্ত হয়। প্রথম কারণ, অতিরিক্ত চিনি খাওয়ার ফলে রক্তে শর্করার পরিমাণ অতিরিক্ত বেড়ে যাওয়া। তখন অতিরিক্ত রক্তচাপ বা রাড প্রেসারের জন্য ইনসুলিন রক্তে মিশতে পারে না। আর দ্বিতীয় কারণের আঁতুর্ঘর হল যকৃত বা লিভার। ফ্রুক্টোজ প্রথমে আসে যকৃতে এবং ভাঙচুরের পরে পরিণত হয় ট্রাই-গ্লিসারাইডে। যা জমে জমে তৈরি করে ফ্যাটি লিভার। এর প্রভাবে যকৃৎের কর্মদক্ষতা কমে যায়। বিঘ্নিত হয় ইনসুলিনের উৎপাদনও। এটিই টাইপ টু ডায়াবেটিস।

তাই মাত্রা ছাড়া চিনি নয়। মাত্রা ছাড়া লেই তা বিঘ। দেখা গেছে, কোকেন, হেরোইন নিলে মাথায় যে উন্মাদনা হয়, রক্তে সরাসরি চিনির রস ইনজেকশন করলেও পাওয়া যায় একই রকমের উন্মাদনা! তাইতো, ভালোভাবে বাঁচার শর্তে চিনিকে চিনে রাখা খুবই জরুরি।



পঞ্চময়েত নির্বাচনে বেনজির বিন্টো এবং গণনায় ব্যাপক কারচুপির অভিযোগে পূর্ব বর্ধমান জেলা বামফ্রন্টের পক্ষ থেকে জেলা শাসকের কাছে ডেপুটেশন।

‘অটুট থাকুক প্রাণের স্পন্দন, শান্ত পৃথিবীকে সবুজ অভিনন্দন’—

এই শ্লোগানকে সামনে রেখে শহর বর্ধমানে পালিত হল বনমহোৎসব-২০২৩

নিজস্ব প্রতিনিধি : একটু ছায়ার সন্ধানে প্রায় সমস্ত মানবজাতি ঘুরে বেড়াচ্ছে চারিদিকে। কিন্তু গাছ কেটে তৈরি করা হচ্ছে কংক্রিটের জঞ্জাল। তাই যত দিন যাচ্ছে তাপমাত্রা বাড়তে থাকছে। বৃক্ষরোপণ কর্মসূচিকে সামনে রেখে মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়ের ঐকান্তিক উদ্যোগে পূর্ব বর্ধমান জেলার বর্ধমান দুর্নম্বর ব্লকের হাটগোবিন্দপুর এমসি হাইস্কুলে পালিত হল বনমহোৎসব। এই বছর বনমহোৎসবের ট্যাগলাইন হল ‘অটুট থাকুক প্রাণের স্পন্দন, শান্ত পৃথিবীকে সবুজ অভিনন্দন। এই মহতী অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন রাজ্যের প্রাণিসম্পদ বিকাশ মন্ত্রী স্বপন দেবনাথ, বর্ধমান উত্তরের বিধায়ক নিশীথ কুমার



মালিক, জামালপুরের বিধায়ক অলোক কুমার মাঝি, রায়নার বিধায়ক তথা পূর্ব বর্ধমান জেলা পরিষদের বিদায়ী সভাপতি শম্পা ধাড়া, পূর্ব বর্ধমান

জেলা পরিষদের বিদায়ী সহকারি সভাপতি দেবু টুডু, ডিস্ট্রিক্ট ফরেস্ট অফিসার নিশা গোস্বামী সহ প্রশাসনিক আধিকারিক বৃন্দ।

চক্রান্ত ফাঁস! তৃণমূলকে ফাঁসাতে গিয়ে ফেঁসে গেলেন সিপিএম প্রার্থী দম্পতি!

নিজস্ব প্রতিনিধি : কথায় বলে, ধর্মের কল বাতাসে নড়ে। তৃণমূলকে ফাঁসাতে গিয়ে নিজেরাই গেলেন ফেঁসে সদ্য সমাপ্ত পঞ্চায়েত নির্বাচনে প্রতিদ্বন্দ্বিতাকারী জামালপুরের উত্তর মোহনপুরের সিপিএম প্রার্থী দম্পতি পঞ্চায়েত ভোটের আগে অপর জনকে দিয়ে নিজেদের বাড়িতে বোমা ফেলে

দোষ চাপিয়ে ছিলেন তৃণমূলের ওপর অভিযোগ দায়ের হয়েছিল থানায়। কিন্তু অবশেষে সত্য উদ্ঘাটিত হল পুলিশি তদন্তে ঘটনায় জড়িত থাকার অভিযোগে ইতিমধ্যে সিপিএম কর্মী রাম সরকার এবং জামালপুর ১ নং গ্রাম পঞ্চায়েতের ১৪১ নং বুথে পঞ্চায়েত ভোটে প্রতিদ্বন্দ্বী সিপিএম

প্রার্থী সুশান্ত মন্ডলকে গ্রেফতার করেছে জামালপুর থানার পুলিশ। বেপাত্তা সুশান্ত মন্ডলের স্ত্রী তথা জামালপুর ১ নং গ্রাম পঞ্চায়েতের ১৩৯ নং বুথে পঞ্চায়েত ভোটে প্রতিদ্বন্দ্বী সিপিএম প্রার্থী দেবিকা দেবনাথ তাকে হন্যে হন্যে খুঁজছে পুলিশি ঘটনাকে কেন্দ্র করে ব্যাপক চাঞ্চল্য ছড়িয়েছে এলাকায়।



মণিপুরে আদিবাসী মহিলা নির্বাচনের ঘটনায় কেন্দ্রীয় সরকারের নীরবতাকে খিকার জানিয়ে ধনেশালি ব্লক তৃণমূল কংগ্রেসের উদ্যোগে অসীমা পাত্রের নেতৃত্বে গুড়াপের নোদামপুর থেকে তেলোকোনো পর্যন্ত মোমবাতি হাতে মৌন মিছিল।



মণিপুরে নির্মম নারী নির্বাচনের বিরুদ্ধে জামালপুর ব্লক তৃণমূল কংগ্রেসের উদ্যোগে মেহেমুদ খাঁনের নেতৃত্বে জামালপুর পুলমাথা থেকে থানা মোড় পর্যন্ত খিকার মিছিল ও প্রতিবাদ সভা

এক নজরে

একাধিক অভিযোগ ছিল তাঁর বিরুদ্ধে।

- ‘সারদাকণ্ঠে জড়িত মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। প্রমাণ দেব সিবিআইকে’, বিস্ফোরক দাবি শুভেন্দু অধিকারীর।
- জন্মদিন, বিয়ে বাড়ি বা অন্য কোনও উৎসব অনুষ্ঠানে হিন্দি গান বাজানো কপিরাইট আইনের মধ্যে পড়েনা, এর জন্য রয়্যালটিও দাবি করা যায় না, নির্দেশিকা জারি করে জানিয়ে দিল কেন্দ্র।
- হুগলিতে বিজেপির গোষ্ঠী কেন্দ্র প্রকাশ্যে! রাতারাতি বদল ২২ জন মন্ডল সভাপতি! বিজেপির জেলা নেতৃত্বের বিরুদ্ধে সেটিং-এর রাজনীতির অভিযোগ অপসারিত মন্ডল সভাপতিদের!
- ভাঙড়কে কলকাতা পুলিশের আওতায় আনার নির্দেশ দিলেন মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়। ভাঙড় নিয়ে নতুন ডিভিশন করতে পুলিশ কমিশনারকে নির্দেশ দিলেন মুখ্যমন্ত্রী।
- মানিক ভট্টাচার্যের নামে ৯৯ পাতার এফআইআর দায়ের করল সিবিআই।
- লোকসভায় নরেন্দ্র মোদী সরকারের বিরুদ্ধে অনাস্থা প্রস্তাব আনল ‘ইন্ডিয়া’ জোট। ইতিমধ্যেই এই প্রস্তাবে সাই দিয়েছেন লোকসভার স্পিকার। এবার মোদী সরকারের শক্তি পরীক্ষা!
- কাজ করতে অপারগ! পূর্ব বর্ধমান জেলা প্রাথমিক শিক্ষা পর্যদের চেয়ারম্যানকে ছুটিতে পাঠানোর নির্দেশ দিলেন বিচারপতি অভিজিৎ গঙ্গোপাধ্যায়! তোলপাড় রাজ্য রাজনীতি।
- ‘আমরা চেয়ারকে কেয়ার করি না। কোনও চেয়ার আমাদের চাই না। আমরা চাই দেশ থেকে বিজেপি রাজনৈতিক ভাবে বিদায় নিক। কারণ বিজেপিকে আর সহ্য করা যাচ্ছে না। সব সীমা লঙ্ঘন করে দিয়েছে’, তৃণমূলের একুশের শহীদ সমাবেশের মঞ্চ থেকে বিজেপিকে কার্যত তুলোধূনা করলেন তৃণমূল সুপ্রিমো মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়।
- ‘যাদের জীবন জীবিকা নির্ভর করে ১০০ দিনের কাজের টাকার উপর, তাদের টাকা আটকে রেখেছে এই ভারতীয় জনতা পার্টির জনবিরোধী, গরিব বিরোধী সরকার’, একুশের শহীদ সমাবেশের মঞ্চ থেকে বিজেপিকে তীব্র আক্রমণ করলেন তৃণমূলের সর্বভারতীয় সাধারণ সম্পাদক অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায়।
- ‘কোমরে জোর থাকলে উত্তর প্রদেশ পার হোক’, বকেয়া আদায়ে দিল্লি যাওয়ার ডাক প্রসঙ্গে অভিষেককে চ্যালেঞ্জ ছুঁড়ে দিলেন রাজ্যের বিরোধী দলনেতা শুভেন্দু অধিকারী।
- ২১ জুলাইয়ের সমাবেশে মুকুল রায়। বিজেপির টিকিটে জিতে এ ডাল ও ডাল করছেন। কখনও পদ্মে, কখনও ঘাসফুলে। মুকুল রায় এখন কোন দলে? তৃণমূলে? নাকি বিজেপিতে? জল্পনা সর্বত্র।
- একুশের মঞ্চ থেকে ৫ আগস্ট বিজেপি নেতা নেত্রীদের বাড়ি ঘেরাওয়ার ডাক অভিষেকের। ব্লকে ব্লকে শান্তিপূর্ণ ভাবে ঘেরাওয়ার কথা বলেন তৃণমূল সুপ্রিমো মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়।
- ‘ইউ-সিবিআই লাগিয়ে তৃণমূল কংগ্রেসকে দুর্বল করা যাবে না। তৃণমূল কংগ্রেস বিশুদ্ধ লোহা। যত হাতুড়ি মারবে তত শক্ত হবে। আগামী ২৪-এ জিতছে কে? ইন্ডিয়া আবার কে?’ একুশের মঞ্চে বললেন অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায়।
- ধানের ন্যূনতম সহায়ক মূল্য বেড়ে হল কুইন্টাল প্রতি ২১৮০.০০ টাকা, বিজ্ঞপ্তি জারি করে জানিয়ে দিল রাজ্য সরকার।
- ‘নেতা নয়, নীতির লড়াই। এটা কোনো নির্বাচনী জোট নয়। দ্বৈশ নয়, দেশ জিতবে। রাজ্যে তৃণমূলের বিরুদ্ধে লড়াই প্রতি ইধিত জারি থাকবে’, বললেন সিপিএম রাজ্য সম্পাদক মহম্মদ সেলিম।
- বালতি উল্টানোর ক্ষমতা নেই, ওরা বাংলায় সরকার ফেলেবে! বিজেপিকে নিশানা করে তীব্র কটাক্ষ করলেন মুখ্যমন্ত্রী মমতা বন্দ্যোপাধ্যায়।
- মনিপুরের ঘটনার কড়া সমালোচনা করলেন প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদী। তিনি বলেন, ‘মনিপুরের ঘটনাটি সকল দেশবাসীর মাথা লজ্জায় ঝুকিয়ে দেওয়ার জন্য যথেষ্ট। ঘটনা যেকোনও রাজ্যেরই হোক না কেন তা অনভিপ্রেত ও নিন্দনীয়। আমি সকল মুখ্যমন্ত্রীদের অনুরোধ করব আইনশৃঙ্খলার বিষয়ে সজাগ হতে। বিশেষ করে মা বোনদের সম্মান রক্ষা আমাদের অবশ্য কর্তব্য। আমি আশ্বস্ত করতে চাই কোনও দোষীকেই রেয়াত করা হবে না।’
- শুরু হয়েছে রক্তের আকাল বর্ধমানে সরকারি এবং বেসরকারি ব্লাড ব্যাংক ডোনার কার্ডে মিলছে না রক্ত, অথচ ডোনার নিয়ে গেলেই মিলছে নির্দিষ্ট গ্রুপের রক্ত, অভিযোগ।
- অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায়ের সাংসদ পদ খারিজের দাবিতে লোকসভার স্পিকারকে চিঠি দিলেন সৌমিত্র খাঁ।
- মিটেছে ভোট পর্ব। গ্রাম পঞ্চায়েত, পঞ্চায়েত সমিতি এবং জেলা পরিষদের সিংহভাগ আসন দখল করেছে শাসকদল। এবার শুরু হয়েছে পদে বসার লড়াই।
- বিতর্কিত ৬ হাজার বৃথ! হতে পারে পুনর্নির্বাচন। বাড়ছে জল্পনা। জয়ী প্রার্থীদের ভবিষ্যৎ এখন হাইকোর্টের রায়ের ওপর নির্ভরশীল।
- ‘যারা হেরেও জেতার সার্টিফিকেট নিয়েছেন, তাদের কপালে দুঃখ আছে। আদালতের দ্বারস্থ হব’, ঝঁশিয়ারি দিলেন সুজন চক্রবর্তী।
- ভাঙড়ে যেতে বাধা আইএসএফ বিধায়ক নওশাদ সিদ্দিকীকে! কি কারণে বাধা? পুলিশের ‘জবাব’ চেয়ে হাইকোর্টের দ্বারস্থ নওশাদ সিদ্দিকী।
- হুগলির পাড়ায় ভোট গণনা কেন্দ্রের পিছন থেকে উদ্ধার সিপিএম এবং বিজেপির প্রতীকে ছাপ মারা ব্যালট পেপার! চাঞ্চল্য এলাকায়।
- বিজেপি বিরোধী জোট নিয়ে মুখ খুললেন সিপিএমের সাধারণ সম্পাদক (এরপর চারের পাতায়)

