ওঁ পাথর ছাড়াই প্রতিকার সম্ভব
জগদম্বা জ্যোতিষ কেন্দ্র
মালদা # 9332056956

জরুরী গাইড
অপ্রতিদ্বন্দ্বী পাক্ষিক ফ্রি শিটার
০৫ / ৬০০ aamaarshahor.com
মালদা ৪ জ্যৈষ্ঠ, ১৪৩৩ মঙ্গলবার, ১৯ মে, ২০২৬ ২৪ বর্ষ ০৪ তম সংখ্যা বিনামূল্যে বিতরণের জন্য
বিজ্ঞাপন বিভাগ ঃ 9233 44 45 46

সুদক্ষ ট্রেনার দ্বারা Two / Four Wheeler ড্রাইভিং শেখানো হয়।
City The dream come true SAFE DRIVE SAVE LIFE
Driving School
+91 7872 68 68 61
Ramkrishna Mission More, Malda.

কেমিস্ট্রি বদলে দিতে পারে জীবনের রসায়ন

আমাদের চারপাশের দুনিয়াকে বুঝতে এবং বিভিন্ন ক্ষেত্রে কেমিস্ট্রির ব্যবহারিক প্রয়োগ গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে। এই সাবজেক্টে গ্র্যাজুয়েশন এবং উচ্চ শিক্ষার ডিগ্রি থাকলে পেশাগত জীবনে সেই পড়ুয়াকে আর পিছন ফিরে তাকাতে হয় না, বলছেন বিশেষজ্ঞরা।

পেট্রোলিয়ামজাত পণ্য তৈরি থেকে শুরু করে ওষুধ ও থানা এরিয়াকরণ, খাদ্য সংরক্ষণ শিল্পে এবং স্বাস্থ্য, প্রতিরক্ষা, পরিকাঠামো নির্মাণ শিল্পে রসায়নবিদদের কদর ও চাহিদা চিরকালই রয়েছে। এই ক্ষেত্রগুলিতে প্রতি বছর কর্মসংস্থানও হয়ে থাকে।

যোগ্যতা ঃ কলেজে ভর্তির জন্য উচ্চ মাধ্যমিক বা সমতুল পরীক্ষায় ন্যূনতম ৫০ থেকে ৬০ শতাংশ নম্বর পেতে হবে। উচ্চ মাধ্যমিক (১০+২) বা সমতুল পর্যায়ে পড়াশোনায় বিজ্ঞান নিয়ে পড়তে হবে। কোর সাবজেক্টে থাকতে হবে, ফিজিক্স, কেমিস্টি ম্যাথমেটিক্স বা বায়োলজি।

পাঠ্যক্রম ঃ তিন বছরের অনার্স কোর্স ছয়টি সেমেস্টারে বিভক্ত। অনার্সে যা পড়ানো হয় তার মধ্যে রয়েছে — ✤ ইনঅরগ্যানিক কেমিস্ট্রি ✤ কেমিক্যাল বন্ডিং ✤ কোঅর্ডিনেশন কেমিস্ট্রি ✤ ট্রানজিশন অ্যান্ড ইনার ট্রানজিশন এলিমেন্টস ✤ বায়োইনঅরগ্যানিক কেমিস্টি ✤ অরগ্যানিক কেমিস্ট্রি (অরগ্যানিক, ইনঅরগ্যানিক ফিজিক্যাল এবং অ্যানালিটিক্যাল কেমিস্ট্রিতে স্পেশালাইজেশন সহ পড়াশোনা)।

কেমিস্ট্রি সম্পর্কিত বিষয়গুলিতে (এনভায়রনমেন্টাল সায়েন্স, বায়ো কেমিস্ট্রি, ফামাসিউটিক্যাল কেমিস্ট্রি) এমএসসি করা। ✤ এছাড়া আইআই-এসসি, আইআইএসইআর ও আইআইটি শুনিতে আগ্রহী পড়ুয়াদের জন্য ইন্টিরোডেড পিএইচডি অফার করা হয়ে থাকে।

অনেক পড়ুয়া দেশে বিদেশে উচ্চ শিক্ষার জন্য ন্যানোটেকনোলজি, ফরেন্সিক সায়েন্স ও ইন্ডাস্ট্রিয়াল কেমিস্ট্রিতে পোস্ট গ্র্যাজুয়েট ডিপ্লোমা করে থাকেন।

এছাড়াও গবেষণাভিত্তিক পড়া-শোনার জন্য বা মজবুত কেরিয়ার গড়তে অনেক পড়ুয়া সিএসআইআর, জি-এটিই (গেট), জিআরই (বিদেশে পড়াশোনার জন্য) পরীক্ষাগুলিতে উত্তীর্ণ হওয়ার আপ্রাণ চেষ্টা করেন।

কেরিয়ার ঃ যে শিল্প ক্ষেত্রগুলিতে কাজের সুযোগ থাকেই সেগুলি হলো।

✤ রিঅ্যাকশন মেকানিজমস ✤ স্টিরিওকেমিস্টি ✤ স্পেকট্রোস্কপি ✤ অরগ্যানিক সিনথেসিস অ্যান্ড ন্যাচরাল প্রডাক্টস ✤ ফিজিক্যাল কেমিস্টি ✤ থার্মোডায়নামির ✤ কেমিক্যাল কাইনে-টিক্স কোয়ান্টাম কেমিস্ট্রি ✤ ইলেকট্রো-কেমিস্ট্রি গ্গ্গ অ্যানালিটিক্যাল কেমিস্টি ✤ সেপারেশন টেকনিক্স ✤ ইনস্ট্রুমেন্টাল মেথডস ✤ এনভায়রনমেন্টাল অ্যানালি-সিস ✤ প্র্যাকটিক্যাল অ্যান্ড ল্যাবরেটরি ওয়ার্ক ✤ কোয়ালিটেটিভ অ্যান্ড কোয়াস্টেটিভ অ্যানালিসিস ✤ অরগ্যানিক কম্পাউন্ড প্রিপারেশন ✤ ইনট্রুমেন্ট হ্যান্ডলিং (ইউভি-ভিআইএস, আইআর এমএমআর স্পেকটোমিটার) বেশ কিছু প্রতিষ্ঠানের সিলেবাসে নির্বাচিত কিছু চ্যাপ্টার পড়ানো হয়ে থাকে। যেমন —

✤ পলিমার কেমিস্টি ইন্ডাস্ট্রিয়াল কেমিস্ট্রি এনভায়রনমেন্টাল কেমিস্ট্রি গ্রিন কেমিস্ট্রি উচ্চশিক্ষা। ✤ এমএসসি ইন কেমিস্ট্রি কেমিক্যাল ও ফার্মাসিউটিক্যাল ইন্ডাস্টি ✤ কোয়ালিটি কন্ট্রোল ল্যাবরেটরি রিসার্চ অ্যান্ড ডেভেলপমেন্ট ✤ এনভায়রনমেন্টাল এজেন্সি স্কুল ও কলেজে শিক্ষকতা ✤ ওএনজিসি ✤ আইওসিএল ✤ ভাবা অ্যাটমিক রিসার্চ (বার্ক) ইত্যাদি।

এছাড়া ইউপিএসসি পরিচালিত পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হতে পারলে কেন্দ্রীয় সরকারি চাকরি এবং পিএসসি পরিচালিত পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হতে পারলে রাজ্য সরকারি চাকরি পাওয়ার সুযোগ রয়েছে। কেমিস্ট্রির স্নাতকদের পরিবেশ সংক্রান্ত পরামর্শদাতা হিসেবে, মেটিরিয়াল সায়েন্সের বিশেষজ্ঞ হিসেবে এবং বায়োটেকনোলজি ফার্মগুলিতে চাকরির সুযোগ রয়েছে। কেমিস্ট্রির স্নাতকদের মধ্যে যাঁদের বিশ্লেষণমূলক চিন্তাধারা ও উদ্ভাবনী ক্ষমতা *(এরপর ২-এর পাতায়)*

দেখছি যেমন আরশিতে

স্বনির্ভর

খাল বিল নয়, বাইরে বেরোলে সাগর দেখি,
মনের মাদুর পেতে বসে থাকি, হিসেব ভাঙি–
হাসপাতালের ঘোর কেটে গেলে জীবন মেকি,
চায়ের আসরে জমাট আড্ডা– ফাটাই বাঙি।
নোনা শরবতে রোদে স্নান করি দুপুর জুড়ে,
পায়ে থাকা বল হাতে নিয়ে ছুটি, বাঁশি শুনি না;
মার্কশিটে লেখা পরশপাথর ফেলেছি ছুড়ে–
তারাকে উপড়ে মাটিতে বসাই, দিন গুনি না।

বাচিক শিল্প

কথাটুকু ঠিকমতো বলতে জানতে হয়–
কথাতেই ভালোবাসা, হৃদয়ের হাতছানি;
কথার শরীর ছুঁয়ে বিজয় বা পরাজয়,
কখনও সম্মান আনে, বেলাগামে মানহানি।
মুখ থাকলেই কথা তির ছোড়ে অবিরাম
অথচ কথার মেঘ আঁকে আকাশসৃজন,
কথার ঘোড়ায় চেপে মঞ্চ-ভাগ: ডান-বাম,
কুকথায় কদাচার– বাচালতা সারাক্ষণ।

– ড. গৌরাঙ্গদেব ভার্মা

(Since 2016)
DEVELOPER Mastermind abacus
The Brain Booster..
A Complete Brain Development Program for Kids
Admission Going On:
ABACUS | COMPUTER | GUITAR | CHESS | MEMORY SCIENCE
SPOKEN ENGLISH | AI | DRAWING | HANDWRITING | RECITATION
Contact at Our New Campus : Pradip Enclave, 1st Floor, Near Aneek Sangha Ground, No-1 Govt Colony, Malda. Mob 97341 03622/ 75840 29929.
Experienced Abacus Teachers Can Apply For Better Future & Earning.

শিক্ষকতা ছাড়াও অন্য পেশার হদিশ দেয় বিএড কোর্স

ব্যাচেলর অফ এডুকেশন (বিএড) প্রোগ্রাম ভারতে শিক্ষকতার প্রতি আগ্রহীদের জন্য একটি পেশাদার ডিগ্রি। পাঠদানের কৌশল, ব্যবহারিক প্রশিক্ষণ এবং শিক্ষাগত তত্ত্বের উপর ভিত্তি করে এই কোর্সটি পড়ুয়াদের শিক্ষকতা ও অন্যান্য ক্ষেত্রে বিভিন্ন ধরনের কর্মজীবনের সুযোগ প্রদান করে।

শিক্ষকতার মহান পেশা শুধুমাত্র একটা দশটা-পাঁচটার ডিউটি নয়। জাতির ভবিষ্যত, মানুষের মতো মানুষ ও সুনাগরিক তৈরির পবিত্র পেশা হলো শিক্ষকতা। দেশের বর্ডারে দাঁড়িয়ে সীমান্ত পাহারা দেওয়া ফলানো আর ক্লাসরুমে ভবিষ্যৎ পড়ার মধ্যে খুব একটা ফারাক নেই। আর শিক্ষকতার ভিত্তি হলো বিএড কোর্স।

যোগ্যতা ঃ স্বীকৃত বিশ্ববিদ্যালয় থেকে আর্টস, সায়েন্স, কমার্স বা সমতুল্য বিষয়ে স্নাতক বা স্নাতকোত্তর ডিগ্রি ৫০% নম্বরসহ (বিভিন্ন প্রতিষ্ঠানের ক্ষেত্রে ভিন্ন হতে পারে)। বহু বিশ্ববিদ্যালয়ে প্রবেশিকা পরীক্ষা (যেমন DU B.Ed প্রবেশিকা, IGNOU, B.Ed প্রবেশিকা) গ্রহণ করে। মেধা বা পরীক্ষার ভিত্তিতে ভর্তি হয়।

বয়সসীমা ঃ সাধারণত কোনো বাসেসীমা থাকে না, তবে কিছু প্রতিষ্ঠানের নির্দিষ্ট শর্ত থাকতে পারে।

পাঠ্যক্রম প্রস্তুতকারী বা শিক্ষা পরামর্শদাতা হিসেবে কাজ। সরকারি চাকরি সিটে বা স্কুল সার্ভিস কমিশনের পরীক্ষায় বসার যোগ্যতা।

এডুটেক সেক্টর শিক্ষাগত প্রযুক্তি কোম্পানিতে কন্টেন্ট নির্মাণ, অনলাইন শিক্ষা বা অ্যাকাডেমিক কাউন্সেলিং।

জাতীয় শিক্ষা নীতি (NEP) ২০২০ শিক্ষার মান উন্নয়নে গুরুত্ব দিচ্ছে, যার ফলে দক্ষ শিক্ষকদের চাহিদা বাড়ছে এবং বিএ স্নাতকদের উজ্জ্বল ভবিষ্যত নিশ্চিত হচ্ছে। শিক্ষকতা ছাড়াও কেরিয়ারে অন্য অপশন বিএড পাশ করে শিক্ষা প্রশাসক হিসেবে নানা ভুল বা শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান পরিচালনার দায়িত্ব নিতে পারেন। সিলেবাস এক্সপার্ট *(এরপর ৩-এর পাতায়)*

মালদা জেলা থেকে সূর্যোদয় ও সূর্যাস্তের সময়সূচী

মে - জুন : ২০২৬

তারিখ	সূর্যোদয়	সূর্যাস্ত
19.05.2026	04:51 ↑ (115°)	18:16 ↑ (245°)
20.05.2026	04:51 ↑ (115°)	18:17 ↑ (245°)
21.05.2026	04:50 ↑ (115°)	18:17 ↑ (245°)
22.05.2026	04:50 ↑ (115°)	18:18 ↑ (245°)
23.05.2026	04:49 ↑ (115°)	18:18 ↑ (245°)
24.05.2026	04:49 ↑ (115°)	18:19 ↑ (245°)
25.05.2026	04:49 ↑ (115°)	18:19 ↑ (245°)
26.05.2026	04:49 ↑ (115°)	18:20 ↑ (245°)
27.05.2026	04:48 ↑ (115°)	18:20 ↑ (245°)
28.05.2026	04:48 ↑ (115°)	18:21 ↑ (245°)
29.05.2026	04:48 ↑ (115°)	18:21 ↑ (245°)
30.05.2026	04:48 ↑ (115°)	18:22 ↑ (245°)
31.05.2026	04:47 ↑ (115°)	18:22 ↑ (245°)
01.06.2026	04:47 ↑ (115°)	18:22 ↑ (245°)
02.06.2026	04:47 ↑ (115°)	18:23 ↑ (245°)
03.06.2026	04:47 ↑ (115°)	18:23 ↑ (245°)
04.06.2026	04:47 ↑ (115°)	18:24 ↑ (245°)

যে কোনো দৈনিক পত্রিকায় বিজ্ঞাপন দিতে 977 5454 577

ClassRoom
Transforming Lives Through Education

তোমার পছন্দসই সাবজেক্ট-এ প্রথম ৭ টি ক্লাস নাও বিনামূল্যে

মাধ্যমিক পরীক্ষায় উত্তীর্ণ সকল ছাত্র-ছাত্রীকে ClassRoom সংস্থার পক্ষ থেকে জানাই আন্তরিক অভিনন্দন। মাধ্যমিক উত্তীর্ণ ছাত্র-ছাত্রী বা তাদের অভিভাবকেরা প্রতিবেদনটি পড়ুন।

বাংলা মাধ্যম একাদশ শ্রেণিতে ভর্তি শুরু হয়েছে বিষয় সমূহ —

✤ ইংরেজি
✤ বাংলা
✤ ভূগোল
✤ এডুকেশন
✤ সোসিওলজি
✤ রাষ্ট্রবিজ্ঞান
✤ সংস্কৃত
✤ ইতিহাস
✤ কম্পিউটার
✤ অ্যাপ্লিকেশন
✤ কম্পিউটার
✤ সায়েন্স
✤ গণিত
✤ ফিজিক্স
✤ কেমিস্ট্রি
✤ বায়োলজি

কেন ClassRoom ?

১. বিগত বছরগুলিতে প্রতিটি ছাত্র-ছাত্রী ৯০% এবং তার উপরে নম্বর পেয়েছে। (মালদার যেকোনো বাংলা মাধ্যমের বিদ্যালয়ের ছাত্র/ ছাত্রীদের আমাদের ব্যাপারে জিজ্ঞেস করা যেতে পারে)
২. অভিজ্ঞ শিক্ষক/ শিক্ষিকা মন্ডলী।
৩. এক ছাদের তলায় সমস্ত বিষয়, পৃথক পৃথক বিশেষজ্ঞ শিক্ষক/ শিক্ষিকার দ্বারা ক্লাস।
৪. সময়ে সিলেবাস শেষ এবং রিভিশন।
৫. প্রতিটি অধ্যায়ের পরে ক্লাস টেস্ট।
৬. প্রতিটি পরীক্ষার আগে বিশেষ মক টেস্টের ব্যবস্থা।
৭. নিয়মানুবর্তিতা এবং উপস্থিতি তথা পড়াশুনার গুণগত মান নিয়ে গার্ডিয়ানের সাথে আলোচনা।
৮. সাধারণ ক্লাস নয়, ডিজিটাল বোর্ডের মাধ্যমে বিশেষ অডিও ভিজ্যুয়াল ক্লাস।
৯. সুরক্ষার জন্য সিসিটিভি ব্যবস্থা।
১০. শীতাতপ নিয়ন্ত্রিত ক্লাসরুম।
১১. WIFI পরিষেবা (শুধুমাত্র পড়াশুনোর প্রয়োজনে)।
১২. বছরে একবার পিকনিক এবং শিক্ষামূলক ভ্রমণ।

একাদশ শ্রেণিতে উপরোক্ত সকল বিষয়ের ক্লাস শুরু হয়েছে।

অন্যান্য জায়গার মতো আমাদের প্রতিষ্ঠান প্রথম মাসে এডভ্যান্স ফি অথবা ভর্তি ফি নেয় না। গার্ডিয়ানদের বিশ্বাস এবং ভাই বোনেদের ভালোবাসাই আমাদের একমাত্র লক্ষ্য।

তাই, প্রথম একমাস ক্লাস করে স্টুডেন্ট এবং গার্ডিয়ানরা সন্তুষ্ট হলে তবেই ক্লাস কন্টিনিউ করবে। এতে কোন বাধা নেই।

যোগাযোগ -
উত্তর সিঙ্গাতলা, আইডিয়াল বেকারির কাছে, মালদা।

বিধানসভা নির্বাচন - ২০২৬
ইংরেজবাজার পৌরসভার ওয়ার্ড ভিত্তিক ফলাফল

ভোটগ্রহণ কেন্দ্র		বিজেপি	তৃণমূল	কংগ্রেস	বামফ্রন্ট	নোটা
২৩৮- মাধবনগর বাদলমণি হাইস্কুল	ওয়ার্ড-১	৮৩২	১০১	১২	৩৭	০৮
২৩৭- মাধবনগর বাদলমণি হাইস্কুল		৩৬৬	২৮	০২	০৫	০২
২৩৬- মাধবনগর বাদলমণি হাইস্কুল		৮১২	৭৪	১০	২৮	০৫
২৩৫- মাধবনগর বাদলমণি হাইস্কুল		৮০৬	১৫৬	০৯	২৫	০৬
২৩৪- মাধবনগর বাদলমণি হাইস্কুল		৮৬৪	১০০	০৮	১৮	০৪
২৩৩- মহেশপুর প্রাইমারি স্কুল		৫৪১	৮৬	০৫	০৫	০৪
২৩২- মহেশপুর প্রাইমারি স্কুল		৮২৪	১৩৭	০৯	২৯	১২
২৩১- মকদমপুর গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২	৭২৮	২০২	১৫	৪২	০৪
২৩০- নরেন্দ্র স্মৃতি প্রাথমিক বিদ্যালয়		৭৪১	১৭৬	০৯	২৩	০৭
২২৯- পুলিশ লাইন প্রাথমিক বিদ্যালয়		৪১৩	১২১	১০	৩৮	০৩
২২৮- পুলিশ লাইন প্রাথমিক বিদ্যালয়		৫৭৫	১৪৬	১৭	৪৬	০৯
২২৭- কৃষ্ণকালীতলা প্রাথমিক বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-৩	৬৯০	৮০	০৪	১২	০৪
২২৬- কৃষ্ণকালীতলা প্রাথমিক বিদ্যালয়		৬০৮	৯৬	০৮	৩২	০৪
২২৫(ক)-বি.টি কলেজ হোস্টেল		৫২৪	৫৫	০৪	১২	০০
২২৫- বি.টি কলেজ হোস্টেল		৪৩৫	৬১	০৬	৩৩	০২
২২৪- বি.টি কলেজ হোস্টেল		৬৪৮	১০৪	০৫	৬০	০১
২২৩- মালঞ্চপল্লী মিনু ঝা বয়েজ হাইস্কুল		৯০৮	১০৪	১০	২২	০৬
২২২- ঠাকুর অনুকূল চন্দ্র প্রাথমিক		৭৭০	১১৭	২৯	৩৫	০৪
২২১- মালঞ্চপল্লী মিনু ঝা বয়েজ হাইস্কুল		৩০৬	৩৮	০৭	১৩	০০
২২০- মালঞ্চপল্লী মিনু ঝা বয়েজ হাইস্কুল		৫৮৯	৯৪	০৭	৩৬	০৩
২১৯- মালঞ্চপল্লী মিনু ঝা বয়েজ হাইস্কুল		৭০৫	৯৭	১৩	৩৮	০৫
২১৮- মালঞ্চপল্লী মিনু ঝা বয়েজ হাইস্কুল		৬৩৮	১১০	০৮	৫৩	০৩
২১৭- রামকিঙ্কর বালিকা বিদ্যাশ্রম	ওয়ার্ড-৪	৬২০	১২৩	০৫	৭৬	০৩
২১৬- রামকিঙ্কর বালিকা বিদ্যাশ্রম		৭০৫	১৬৬	১১	২৬	০৭
২১৫- রামকিঙ্কর বালিকা বিদ্যাশ্রম		৬৪৭	১২৬	০৬	৫১	০৩
২১৪- মালদা টাউন হাইস্কুল		৬৩৪	১৪৩	০৮	৬৪	১৭
২১৩- মালদহ উইমেন্স কলেজ	ওয়ার্ড-৫	৪৬৮	২১৮	২০	৬৪	০৮
২১২- মালদহ উইমেন্স কলেজ		২৭৬	৬৬	০২	৪২	০১
২১১- মালদহ টাউন হাইস্কুল		৬৪৩	১১৭	০৭	৮১	০৯
২১০- মালদহ টাউন হাইস্কুল		২০৭	২৩৮	২২	৮২	০২
২০৯- বীণাপানি প্রাথমিক বিদ্যালয়		৩৮৯	১১০	০৬	৭৬	০২
২০৮- মালদহ গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-৬	৫৯৬	৯৫	০৭	৬৮	০৮
২০৭- মালদহ গার্লস হাইস্কুল		৫৩১	২০২	১৭	৪১	০৩
২০৬(ক)- ১-নং গভ-কলোনী		৩২০	৯১	০৮	৭০	০৪
২০৬ - ১-নং গভ-কলোনী		৩৪৬	৭২	০৬	৪৩	০৪
২০৫- মালদহ গার্লস হাইস্কুল		৩৯৭	২১৭	২০	৫০	০৯
২০৪- মালদা কন্যা শিক্ষালয়	ওয়ার্ড-৭	৫৮৭	৮২	১১	২৬	০২
২০৩- মকদমপুর দুর্গাদেউল বিদ্যাপীঠ		৬৯৯	১৬৯	১৯	৬১	০৩
২০২- মালদা মডেল মাদ্রাসা		৩৭১	৭৩	০৯	৬১	০৫
২০১- মালদা মডেল মাদ্রাসা		৪৪৭	৬০	০৫	২০	০৪
২০০- মালদা কন্যা শিক্ষালয়		৬৯৯	১৫৫	১৬	৫৬	০৭
১৯৯- বার্লো গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-৮	৬৭৮	১২৪	২৩	৬১	০৬
১৯৮- রামকৃষ্ণ মিশন বিবেকানন্দ		২২৩	৫১	০৪	২৩	০৪
১৯৭- রামকৃষ্ণ মিশন বিবেকানন্দ		৬৫৩	১৭৩	০৭	১০	০৭
১৯৬- রামকৃষ্ণ মিশন বিবেকানন্দ		৬২৭	১৫৪	০৭	১৮	১২
১৯৫- জে.এম.এস হিন্দু হাইস্কুল		৮৩৮	১৩০	০৭	১৫	০৬
১৯৪(ক)- রামকৃষ্ণ মিশন বিবেকানন্দ		৪৬৬	৮৯	০৬	২৭	০৩
১৯৪- রামকৃষ্ণ মিশন বিবেকানন্দ		৪৫১	১০৬	০৩	১৬	০৪
১৯৩- হরিভূষণ দাশ স্মৃতি বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-৯	৬৫১	৫৬	১০	০৩	০৩
১৯২- হরিভূষণ দাশ স্মৃতি বিদ্যালয়		৫২৩	৪১	০৫	০৮	০৩
১৯১- মহনমোহন ভূবন মোহিনী বিদ্যালয়		৪৯৩	৫১	০২	১৪	০৩
১৯০- মহনমোহন ভূবন মোহিনী বিদ্যালয়		৬৩৮	১০৪	১২	০৬	০৬
১৮৯- উত্তর বালুচর হরিজন বিদ্যালয়		৭৮৮	১২০	০৮	২৯	০৬
১৮৮- অক্রুরমণি করোনেশন ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-১০	৩৪২	৩৯৫	২৪	২৯	০২
১৮৭- দক্ষিণ বালুচর প্রাথমিক বিদ্যালয়		৪৬৮	১৮০	০৫	৬১	০৫
১৮৬- দক্ষিণ বালুচর প্রাথমিক বিদ্যালয়		৩৯৪	২৪১	১৩	২৫	০৪
১৮৫- অক্রুরমণি করোনেশন ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-১১	৩৮৮	১৯৩	০৭	৩৬	০৮
১৮৪-অক্রুরমণি করোনেশন ইন্সটিটিউট		৭৬১	১৩৩	১৩	৪৭	০৭
১৮৩- ললিতমোহন শ্যামমোহিনী		৩৬৩	৪৭৫	৪১	২১	০৭
১৮২- অক্রুরমণি করোনেশন ইন্সটিটিউট		৮০০	১৪৪	১০	২৯	০৩
১৮১- অক্রুরমণি করোনেশন ইন্সটিটিউট		৭০৯	১৫৬	১০	৫৭	১০
ভোটগ্রহণ কেন্দ্র		বিজেপি	তৃণমূল	কংগ্রেস	বামফ্রন্ট	নোটা
১৮০- পুরাটুলি নিবেদিতা বিদ্যাভবন	ওয়ার্ড-১২	৬৩০	১১৪	০৮	১৭	১০
১৭৯- পুরাটুলি গার্লস জুনিয়র হাইস্কুল		৭৮৩	১৪৭	১৩	২৯	০৮
১৭৮- চিন্তামনি চমৎকার গার্লস স্কুল		৫৩৫	১২১	২১	৩৬	০৪
১৭৭- চিন্তামনি চমৎকার গার্লস স্কুল		৫৫৬	৯৫	১০	৩২	০৫
১৭৬- চিন্তামনি চমৎকার গার্লস স্কুল		৫৬৩	৯৯	১৩	৩৩	০৬
১৭৫- কুতুবপুর মিউনিসিপ্যাল স্কুল	ওয়ার্ড-১৩	৪৬৩	৬৯	০৯	৩৩	০৪
১৭৪- আর.এন. দত্ত প্রাইমারী স্কুল		৭৮৭	৭৬	১৪	০৮	০৭
১৭৩- আর.এন. দত্ত প্রাইমারী স্কুল		৭১৩	৯৯	০৯	১৫	১৩
১৭২- শিবানী অ্যাকাডেমি		৭৫৩	১৯	০৯	১৭	০৭

(এরপর ৪-এর পাতায়)

বার্থ সার্টিফিকেট | ড্রাইভিং লাইসেন্স | পাসপোর্ট
এডুকেশনাল সার্টিফিকেট | পলিসি সার্টিফিকেট | রেজিস্ট্রি ডিড
চাকুরী সংক্রান্ত কাগজপত্র

এফিডেফিটের মাধ্যমে নামের বানান সংশোধনের বিজ্ঞপ্তি সংবাদপত্রে ঘোষণা করুন।

পরামর্শ ও সহযোগিতা ঃ মাস মিডিয়া # 9233 44 45 46

সমস্ত সরকারী কাগজপত্রে নামের বানান সঠিক আছে তো?

পাত্র চাই

• কায়স্থ 25/5′ বি.কম., সুশ্রী, ফর্সা, পিতা রিটায়ার্ড রেল কর্মচারীর একমাত্র সন্তান পাত্রীর সঃ চাকুরে / সুপ্রতিষ্ঠিত, 28 - 31 মধ্যে পাত্র কাম্য। M - 7363955457. HUF-0218

• W.B. মালদা, কায়স্থ 29/5′1′′ M.A., B.Ed., ফর্সা, নরগণ, গভঃ ব্যাঙ্ক ম্যানেজারের একমাত্র কন্যার জন্য সঃ চাঃ পাত্র কাম্য। M - 7679386698. OTS-1846

• মাহিষ্য (SC) দাস 29+/5′5′′ B.Sc., D.El.Ed., ফর্সা পাত্রীর জন্য 35 মধ্যে সরকারী চাকুরে সুপাত্র কাম্য। M - 94343 71642. HUF-0205

• কাশ্যপ ঘোষ 26/5′3′′ M.A., B.Ed., সুশ্রী একমাত্র সন্তান পাত্রীর 33 মধ্যে সঃ চাকুরে সুপাত্র কাম্য। M - 8942005083. HUF-0211

• কায়স্থ নন্দী 27+/5′4′′ ফর্সা, সুশ্রী, B.A. Hons., Edu., D.EL.Ed., টেট পাশ পাত্রীর জন্য মালদা নিবাসী সরকারী চাকুরে জেনারেল পাত্র চাই। M - 9679022756. HUF-0177

• চাঁই মন্ডল 30+/5′5′′ M.Sc. (Math.), 1st class, B.Ed. পাত্রীর জন্য উপযুক্ত পাত্র চাই। M - 9641511026. HUF-0181

• W.B. মালদহ, মাহিষ্য 29/5′5′′ M.B.B.S., সরকারী হাসপাতালে (স্থায়ী M.O.) কর্মরতা একমাত্র সন্তান (পাত্রীর) অবিবাহিত, W.B. সরকারী স্থায়ীপদে কর্মরত M.B.B.S. / M.D. / M.S. / W.B.C.S. / উপযুক্ত অফিসার 34 মধ্যে সঃ / অসঃ সুপাত্র কাম্য। M - 9932931958. OTS-1860

কায়স্থ লাহা 26+/5′3′′ B.Tech., কর্মরতা, ফর্সা, সুশ্রী পাত্রীর জন্য উপযুক্ত শিক্ষিত, সরকারী চাকুরে পাত্র কাম্য। ঘটক নিষ্প্রয়োজন। M - 97341 82101. HUF-0201

পাত্র চাই

• কর্মকার উঃ বঃ নিবাসী 29/5′3′′ B.A., D.El.Ed., বেঃ সঃ স্কুলে কর্মরতা পাত্রীর সুচাকুরে / প্রতিষ্ঠিত সঃ উচ্চ পাত্র চাই। মালদা অগ্রগণ্য। M - 9734974834. HUF-0220

• বৈশ্য সাহা 34+/5′4′′ M.A., B.Ed., মালদা নিবাসী নামে মাত্র বিবাহ এরূপ পাত্রীর জন্য শিক্ষিত, প্রতিষ্ঠিত, ইস্যুলেস সরকারী চাকুরে পাত্র চাই। M - 9002296608. HUF-0137

• শিক্ষক পিতা-মাতার উচ্চ শিক্ষিতা, ডিভোর্সী কন্যা, 44 বছর, অ্যাসথেটিসিয়ান, একটি কন্যা সন্তান আছে। উপযুক্ত শিক্ষিত পাত্র চাই। M - 8918922303. HUF-0206

• চাঁই মন্ডল 27+/5′ B.A. (Eng.), B.Ed., M.Ed., SLST 2, IX - X qualified, সুশ্রী, ফর্সা পাত্রীর জন্য উপযুক্ত সুদর্শন পাত্র কাম্য। ঘটক নিষ্প্রয়োজন। যোগাযোগ - 93326 05982. HUF-0234

• তিলি কুন্ডু 32+/5′5′′ আয়ুর্বেদিক (M.D.) কর্মরতা পাত্রীর উচ্চপদস্থ অফিসার / ডাক্তার সুপাত্র কাম্য। ঘটক নিষ্প্রয়োজন। M - 94330 37879. HUF-0171

• বৈশ্য (আগরওয়ালা) 32+/5′ M.A., B.Ed., সঃ প্রাঃ শিক্ষিকা পাত্রীর জন্য অনূর্দ্ধ 35, সঃ চাঃ / উপযুক্ত পাত্র কাম্য। উচ্চ অসঃ চলিবে। মালদা শহর অগ্রগণ্য। M - 74781 94152. HUF-0164

• সাহা, মালদা নিবাসী 29/5′2′′ ফর্সা, সুশ্রী, M.A. (Eng.), B.Ed., অবিবাহিতা, একমাত্র কন্যার জন্য রেল / পুলিশ / ব্যাঙ্ক / অফিসার / সরকারী চাকুরে পাত্র কাম্য। M - 70290 69718. HUF-0161

কর্মকার, মালদা নিবাসী 29/5′ ফর্সা, সুশ্রী, M.Sc. (Geography), B.Ed., NET, SET, Ph.D (Pursuing)। উপযুক্ত পাত্র চাই। M - 62950 64985. HUF-0197

পাত্রী চাই

• ব্রাহ্মণ 34/5′5′′ গভঃ এইডেড কলেজের অ্যাসিস্ট্যান্ট প্রফেসর পাত্রের উপযুক্ত পাত্রী চাই। M - 7047024041. HUF-0231

• কর্মকার 29/5′9′′ B.Tech. রাঃ সঃ চাকুরে। ফর্সা, সুন্দরী, শিক্ষিতা, ভদ্র পরিবারের অনূর্দ্ধা 25, সঃ / অসঃ পাত্রী চাই। M - 9932057739. HUF-0221

• Gen. 31+/5′7′′ বি.টেক., প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী (7 Lac P.A.) পাত্রের জন্য সুশ্রী যোগ্য পাত্রী চাই। কর্মরতা অগ্রগণ্য। M - 9474343839. HUF-0174

• ব্রাহ্মণ 35/5′7′′ M.Sc., পঃ বঃ রাঃ সঃ কর্মচারী (Ext. Officer) পাত্রের জন্য উপযুক্ত শিক্ষিতা, ব্রাহ্মণ পাত্রী চাই। M - 9474472809. HUF-0193

• কায়স্থ 36+/5′1′′ স্নাতক, মালদা নিবাসী, Private Job পাত্রের জন্য 30-এর মধ্যে ঘরোয়া পাত্রী চাই। M - 9232775848 / 9153459708. HUF-0225

• ব্রাহ্মণ 34/5′4′′ MBA, ব্যবসায়ী পাত্রের মধ্যবিত্ত, সঙ্গীত জানা, সুন্দরী, শিক্ষিতা, জব করে, মালদা ছাড়া অন্য জেলার পাত্রী চাই। M - 7001296398. HUF-0230

• ব্রাহ্মণ 36+/5′7′′ প্রাথমিক শিক্ষক, মালদা শহর নিবাসী পাত্রের জন্য অনূর্দ্ধা 30, জেনারেল, সুশ্রী পাত্রী কাম্য। M - 90027 02040 / 8016329443. OTS-0158

• 38, বসাক তন্তুবায়, নামমাত্র বিবাহে ডিভোর্স (7 দিনের বিবাহিত) ব্যবসায়ী পাত্রের জন্য পাত্রী প্রয়োজন। M - 8918531407. OTS-1845

• মিশ্র 29+/5′6′′ B.Tech. ইঞ্জিনিয়ার (Infosys), মালদা নিবাসী একমাত্র পুত্রের জন্য অনূর্দ্ধা 27 শিক্ষিতা, ঘরোয়া, সুন্দরী, ব্রাহ্মণ / কায়স্থ পাত্রী কাম্য। M - 7001094885 / 8016606329. HUF-0198

• কুন্ডু 31/5′10′′ সুদর্শন, B.Tech., কোলকাতায় MNC-তে কর্মরত। উচ্চ আয়। পিতা M.B.B.S. ডাক্তার, পেনশনার। সুন্দরী, চাকুরীজীবি পাত্রী কাম্য। M - 7872130237. HUF-0128

Gen. 30/5′7′′ বি.টেক. (মেকানিক্যাল), মালদা নিবাসী বেসরকারী সংস্থায় কর্মরত পাত্রের জন্য সুশ্রী পাত্রী চাই। কর্মরতা পাত্রী অগ্রগণ্য। M - 98320 35211. HUF-0212

মালদা নিবাসী বৈশ্য সাহা 29+/5′7′′ B.C.A. and M.C.A., নিজস্ব প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী পাত্রের জন্য ফর্সা, সুন্দরী, ঘরোয়া পাত্রী কাম্য। M - 94746 54246. HUF-0236

ক্রয়

WagonR / Dzire / Swift / Baleno 2020-র পরের Used Car (1st hand) ক্রয় করতে ইচ্ছুক। সত্বর যোগাযোগ - 78723 11756. HUF-0209

হবিবপুর / বামনগোলাতে কাঁচা / মোরাম রাস্তার পাড়ে চাষযোগ্য জমি কিনতে চাই। মালিক যোগাযোগ করুন। M - 86704 32226. KST-1999

বিক্রয়

• মালদা শহরের সুভাষপল্লীতে দেড় কাঠা করে দুটো প্লট অতি সত্বর বিক্রয়। M - 9641445946. HUF-0173

বি. এস. রোডে 2 BHK (650 sq.ft.) নতুন ফ্ল্যাট আছে (রেডি টু মুভ), ইচ্ছুক ব্যক্তিগণ যোগাযোগ করুন। M - 98008 60281. HUF-0237

মালদা, মুচিয়া সংলগ্ন এলাকায় 800 স্কোয়ার ফিট কমার্শিয়াল ল্যান্ড সহ অফিস রুম ও ফ্যাক্টরী বিক্রয়যোগ্য। আগ্রহী ক্রেতা যোগাযোগ করুন - M - 99071 24916. HUF-0196

মালদা 420 মোড়ের কাছে বিবেকানন্দপল্লীতে দুর্গামন্ডপের কাছে 4 কাঠা জমি সহ বাড়ি বিক্রয় আছে। প্রকৃত ক্রেতা যোগাযোগ করুন। M - 98746 16456 / 97330 12628. HUF-0125

আবেদন

• B+ কিডনি দাতা (25 - 45 বছর) চাই। স্বেচ্ছায় আগ্রহী ব্যক্তি অতি সত্বর ID ও অভিভাবকসহ যোগাযোগ করুন। M - 7872461222. HUF-0229

টিউশন / কোচিং

গৃহ শিক্ষক, 10+ বছরের অভিজ্ঞতা। V থেকে XII আর্টস গ্রুপ। ব্যাচে বা বাড়িতে গিয়ে পড়াই। M - 79084 33408. HUF-0195

ভাড়া / লীজ

• রামকৃষ্ণ মিশন বিবেকানন্দ স্কুলের কাছে 2 BHK Flat ভাড়া দিব। M - 8617612003. HUF-0216

• কানির মোড় সন্নিকটে পৌর আবাসনের পিছনে 18′ চওড়া রাস্তার ধারে নবনির্মিত দ্বিতল বাড়ি অফিস / গোডাউন ভাড়া দেওয়া হবে। M - 9733065262. HUF-0215

• উত্তর সিঙ্গাতলায় তরুবালা সেন সরণীতে এক তলায় বড় বারান্দা সহ 2 BHK বাড়ি ভাড়া দেওয়া হবে। আলো, জল, পাখা সহ সম্পূর্ণ সেপারেট একোমোডেশন-1, সরকারী চাকুরে অগ্রগণ্য। M - 97350 17600. HUF-0226

• সিঙ্গাতলা, নেতাজী ক্লাব (মেডিক্যাল কলেজের কাছে) গ্রাউন্ড ফ্লোরে 3 বেডরুমের বাড়ি ভাড়া দেওয়া হবে। M - 79085 14197. HUF-0178

Womens College Road, Malda Girls' School-এর পাশে 1st Floor 2 Bedroom with Dining ভাড়া দিব। Doctor's / Bank / Govt. Service. M - 94235 77424. KST-1997

কর্মখালি

• পাইকারি ঔষধের দোকানে কর্মচারী সত্ত্বর প্রয়োজন। M - 9434050252. HUF-0180

মালদা শহরে কাজের জন্য অ্যাকাউন্ট্যান্ট (ট্যালি জানা ছেলে) চাই। মোবাইল - 89187 92500 (WApp). HUF-0210

• Require Website Developer Coding knowledge mandatory. Send your resume at : bimalenduone@gmail.com, M - 8697485217. HUF-0132

MILTON
মালদা ডিস্ট্রিবিউশন হাউসে **সেলস্ম্যান** (Dealer Network-এ কাজের) জন্য লোক নেওয়া হবে। বায়োডাটা সহ WhatsApp-এ আবেদন অথবা মেইল করুন।
89263 10737
98320 63939
digitalmalda37@yahoo.com
GST-0023

মালদা শহরের ডেভেলপার্স অ্যাসোসিয়েশনের অফিসে পার্ট টাইম জবে (সন্ধ্যা 6 টা - রাত্রি 9 টা) উপযুক্ত ও দক্ষ কম্পিউটার টাইপিং জানা ট্রান্সলেটর (বাংলা থেকে ইংরেজী) কর্মী চাই। বেতন আলোচনা সাপেক্ষ। আগ্রহী প্রার্থীরা বায়োডাটা সহ আবেদনপত্র ই-মেইল করুন - gourbanga.2020@gmail.com, M - 97330 05131. HUF-0219

দৈনিক পত্রিকায় যে কোন ধরণের বিজ্ঞাপন দিতে যোগাযোগ করুন - **9233 44 45 46** এই নম্বরে।

জ্যোতিষ চর্চা

জ্যোতিষী (Astrologer)
তাপস কুমার ব্যানার্জী
M.A.R.P. (Kol)
দক্ষিণ সিঙ্গাতলা, মালদা টাউন হাইস্কুলের মেইন গেটের ডান দিকে
Mobile : 98320 78468 / 92326 71649

জ্যোতিষ চর্চা

জয় মা
কলিকাতার প্রখ্যাত জ্যোতির্ব্বিদ
ডঃ অশোক শাস্ত্রী
দক্ষিণা মাত্র ১১০২/-
— উপস্থিত থাকছেন —
প্রতি রবি, সোম, মঙ্গল ও বুধবার
জুবলী রোড, উত্তর বালুচর, মালদা
ফোন : (০৩৫১২) ২৫৭৪৩৪
মো : ৯৫৪৭৮ ১৬৩৩৩

ভিটামিনের

(চতুর্থ পাতার পর)

শরীর বয়সের সঙ্গে সঙ্গে নানা পরিবর্তনের মধ্যে দিয়ে যায়। এবার দেখা গিয়েছে কিছু পরিবর্তন আমরা দেখতে পাই, আর কিছু আমাদের চোখে পড়ে না। মাথায় রাখতে হবে যে ভিটামিন শরীরে কম থাকার জন্য নানা সমস্যা হতে পারে। এক্ষেত্রে ভিটামিন ডি কম থাকলে হাড় সংকুচিত হয়, পেশি দুর্বল হয়, এমনকী ত্বক আলগা হয়ে যায়। চুলও হাতে থাকে সরু। এবার বিষয় হল কোন মানুষের এই ভিটামিন জরুরী? এক্ষেত্রে চিকিৎসক জানাচ্ছেন যে বেশি বয়সের মানুষের এই সমস্যা বেশি করে হয়। এছাড়া প্রেগন্যান্ট হলে এবং অপুষ্টি থাকলে এই সমস্যা বেশি করে দেখা যায়। এখনকার দিনে জীবনযাত্রার পরিবর্তনের জন্যও অনেক ক্ষেত্রে সমস্যা তৈরি হয়ে যায়। মাল্টিভিটামিন খেলে শরীর সুস্থ থাকে। মাল্টিভিটামিন এই সময়ে দারুণ কার্যকরী হয়ে যেতে পারে। এক্ষেত্রে শরীরে ভিটামিনের ঘাটতি কমিয়ে দিতে পারে এই ভিটামিন। এর মধ্যে রয়েছে ভিটামিন এ, বি, সি, ডি, ই এবং কে। এছাড়া মাথায় রাখা দরকার যে ভিটামিনের পাশাপাশি ক্যালশিয়াম, ম্যাগনেশিয়াম, ক্রোমিয়াম, জিঙ্ক, সেলেনিয়াম, আয়রন, পটাশিয়াম থাকে *(এরপর ৩-এর পাতায়)*

পরবর্তী **জরুরী গাইড** সার্কুলেশন আনলিমিটেড
বিতরিত হবে **4 জুন, 2026,** বৃহস্পতিবার।
বিজ্ঞাপন জমা দেওয়ার শেষ তারিখ **29 মে, 2026,** শুক্রবার, সন্ধ্যা 7 টার মধ্যে।

সতর্কীকরণ বিজ্ঞপ্তি

কোনও বিজ্ঞাপন সূত্র ধরে বিজ্ঞাপন দাতার সঙ্গে যোগাযোগ করার আগে পাঠকদের যথাযথ খোঁজ খবর নিতে বলা হচ্ছে। বিজ্ঞাপন দাতাদের কোনও দাবী ও বক্তব্য বিষয়ে এই বিজ্ঞাপন ক্রোড়পত্র (ফ্রী শিটার) কোনও নিশ্চয়তা বা দায়িত্ব বহন করে না। এই ঘোষণা ভারত সরকারের স্পেশাল ক্রাইম ব্রাঞ্চের নির্দেশ অনুযায়ী ছাপা হচ্ছে।

— সম্পাদক / প্রকাশক।

গ্রামের শিক্ষিতা ও নম্র পাত্রী চাই? নাকি শহরের স্মার্ট ও ভালো রোজগেরে পাত্র চাই? ন্যূনতম 300 টাকায় গাইডে বিজ্ঞাপন দিন। ফোন - 9233 44 45 46

কেমিস্ট্রি *(প্রথম পাতার পর)*

আছে, যাদের ল্যাবরেটরি স্কিল থাকার পাশাপাশি উৎপাদন সংক্রান্ত সমস্যা সমাধানে বৌদ্ধিক দক্ষতা আছে তাঁরা প্রতিযোগিতার বাজারে সফল হলেই সেটা অ্যাকাডেমিক ক্ষেত্রেই হোক বা শিল্প সংস্থাগুলিতেই হোক। তথ্য সহায়তা ড. রূপম সেন, অধ্যাপক, কেমিস্ট্রি।

জরুরী গাইড-এ বাড়িতে বসে শ্রেণীবদ্ধ বিজ্ঞাপন দিন WApp - 977 5454 577

জরুরী গাইড সার্কুলেশন আনলিমিটেড
বিনামূল্যে বিতরণ কেন্দ্র
অনলাইনে পড়ুন - aamaarshahor.com

✤ রথবাড়ী (অডিটোরিয়াম), নিউ মডেল বুক ডিপো - 98514 87741 ✤ কবি সুকান্ত মোড়, রূপা ব্যান্ড বক্স - 99324 81754 ✤ এন.বি.এস. টি.সি. ডিপো সংলগ্ন, চক্রবর্তী পেপার সাপ্লায়ার - 99339 93660 ✤ রাজ হোটেল মোড়, মডেল বুক ডিপো - 94342 31832 ✤ অতুল মার্কেট, মা তারা ম্যাগাজিন - 77979 19580 ✤ রামকৃষ্ণপল্লী, এসবিআই-এর কাছে, সাইবার ফিভার - 89263 09911 ✤ ফুলবাড়ি, এম. কে. রোড, স্মার্ট নেট - 94346 81146 ✤ মকদুমপুর, রথঘর-এর বিপরীতে, মাস মিডিয়া - 9732155526 ✤ আইহো বাস স্ট্যান্ড, গীতা পুস্তকালয় - 94744 75342.

ফ্ল্যাট বুকিং চলছে
অভিরামপুর 2nd লেন, বাঁধ রোড সংলগ্ন J.M.C. ক্লাব-এর রাস্তায় **"HINDOL" Apartment**-এ মধ্যবিত্তের ধরাছোঁয়ার মধ্যে **B+G+6 Multi Storied Residential Building**-এ
2 BHK 750 - 850 স্কোয়ারফিট,
3 BHK 1050 - 1150 স্কোয়ারফিট,
4 BHK 1700 - 2000 স্কোয়ারফিট
ফ্ল্যাট-এর বুকিং শুরু হয়েছে। সত্ত্বর যোগাযোগ করুন।
Car Parking Available in Basement.
WBRERA Approved.
RERA Registration No. - WBRERA/P/MAL/2025/002401.
Website : www.rera.wb.gov.in
Mobile No.
97341 02876 / 96478 01310

পুরনো / ব্যবহৃত সম্পত্তি বেচুন
পুরনো জিনিস বা যে কোন অস্থাবর সম্পত্তি বিক্রি করতে চাইলে জরুরী গাইডে বিজ্ঞাপন দিন সর্বাধিক 50 টি অক্ষর মাত্র 100 টাকার বিনিময়ে। সাথে khonj.in ওয়েবসাইটে বিনামূল্যে 30 দিনের জন্য পোস্ট করুন। WApp - 92334 44546.

বিধানসভা ভিত্তিক প্রধান দলগুলির প্রাপ্ত ভোট

বিধানসভা	বিজেপি	তৃণমূল	বাম	কংগ্রেস	জয়ী (ব্যবধান)
৪৩-হবিবপুর	**১৪২০৬২**	৬৩৮৭৪	৮৭২৫	২৪৯০	জয়েল মুর্মু (৭৮১৮৮)
৪৪-গাজোল	**১৩১৫৪১**	৯৩৩৪৯	৫৯৪৯	৫০৫০	চিন্ময় দেব বর্মন (৩৮১৯২)
৪৫-চাঁচল	৬৪১৪০	**১২৮০১৪**	১৩৫২২	১৬৩৩৬	প্রসূণ ব্যানার্জী (৬৩৮৭৪)
৪৬-হরিশ্চন্দ্রপুর	৬৪৮৩৩	**১১৩১০৪**	১২৭৮৬	৩১৪৩১	মতিবুর রহমান (৪৮২৭১)
৪৭-মালতীপুর	৪৩৩৪৬	**১০৪১২৩**	৬১৩৬	৪৪৩৭৬	রহিম বকসি (৫৯৭৪৭)
৪৮-রতুয়া	৭৪২৭২	**১০৬৮৩৪**	১৩০২৬	৩১৫২৫	সমর মুখার্জী (৩২৫৬২)
৪৯-মানিকচক	**১১০১১৮**	৯৬১৮০	৬৪৯৯	৯২০১	গৌর চন্দ্র মণ্ডল (১৩৯৩৮)
৫০-মালদা	**১২৩৬৫৬**	৭৩৫২৮	২৩৩২	১২৯৭৭	গোপাল চন্দ্র সাহা (৫০১২৮)
৫১-ইংলিশবাজার	**১৫৪০৯৬**	৬০৩১২	৭১২২	৬৯২৯	অম্লান ভাদুড়ী (৯৩৭৮৪)
৫২-মোথাবাড়ি	৫৫২০৯	**৬৫৭০৫**	৯২৫৬	২৭৪৫১	নজরুল ইসলাম (১০৪৯৬)
৫৩-সুজাপুর	২০০৬৬	**১১২৭৯৫**	২৯০২৬	৫২৫০৮	সাবিনা ইয়াসমিন (৬০২৮৭)
৫৪-বৈষ্ণবনগর	**১০৮৬৯২**	৬১৮১১	১০২৭	৪৬৪৫০	রাজু কর্মকার (৪৬৮৮১)

বিবাহযোগ্য পাত্র-পাত্রীর অভিভাবকের কাছে আবেদন —

আপনাদের বিবাহযোগ্য ছেলে-মেয়েদের তথ্য (পূর্ণাঙ্গ প্রোফাইল) জনপ্রিয় ওয়েবসাইট www.khonj.live-এ বিনামূল্যে আপলোড করে রাখুন। এতে আপনাদের অতিরিক্ত খোঁজখবর পেতে সুবিধা হবে। শুধু তাই নয়, প্রোফাইলের লিঙ্ক যে কাউকে এমনকি সোস্যাল মিডিয়াতেও শেয়ার করতে পারবেন। এই পরিষেবায় প্রতিমাসে শতাধিক পরিবার উপকৃত ও সন্তুষ্ট। নিচের তথ্যগুলি যতটা সম্ভব পূরণ করে পাঠান। যতো বেশী তথ্য দিতে পারবেন, ততো বেশী রেসপন্স পাবেন।

ব্যক্তিগত তথ্য

প্রার্থীর (পাত্র / পাত্রীর) নাম* –
লিঙ্গ (পুরুষ / মহিলা) –
হোয়াটসঅ্যাপ বা কলিং নম্বর* –
ই-মেইল আইডি –
জন্মতারিখ (DOB) –
শিক্ষাগত যোগ্যতা –
উচ্চতা –
ব্লাড গ্রুপ –
রাশি –
মাঙ্গলিক / অমাঙ্গলিক –
জাতি –
গোত্র –
ধর্ম –
ওজন –
অন্যান্য যোগ্যতা –
বর্তমানে বৈবাহিক স্থিতি –
অবিবাহিত / ডিভোর্সী / বিপত্নীক / বিধবা / ডিভোর্সের জন্য অপেক্ষারত –
(যে কোন একটি অপশন বাছুন)
ঠিকানা (বাসস্থান) –
চেহারার সংক্ষিপ্ত বিবরণ –
শখ –
খাদ্যাভাস –
(আমিষাশী / নিরামিষাশী) –
পিতা-মাতার কততম সন্তান
(প্রথম / দ্বিতীয় / তৃতীয়) – একমাত্র
সাম্প্রতিক ছবি (ন্যূনতম ১ টি / সর্বাধিক ৩ টি) পাঠান –

পেশাগত তথ্য

কর্মস্থল (ঠিকানা) –
আয়ের উৎস –
(চাকুরী (স্থায়ী / চুক্তিবদ্ধ) / ব্যবসা / প্রফেশনাল / স্থায়ী সম্পত্তি বা আমানত / ঘরোয়া / অন্য কিছু)
পদ –
বার্ষিক আয় –
শিক্ষাগত / কারিগরী যোগ্যতা –
পিতামাতা / পরিবার সংক্রান্ত সংক্ষিপ্ত বিবরণ –
অন্যান্য বিষয়ে মন্তব্য (যদি জানাতে চান) –
কেমন পাত্র বা পাত্রী খুঁজছেন তা সংক্ষেপে লিখুন –

(পাত্র / পাত্রীর নাম, বাসস্থানের ঠিকানা, ছবি বা (স্টার) চিহ্নিত প্রশ্নের তথ্য যদি প্রকাশ করতে না চান সেক্ষেত্রে জানাতে হবে।

তবে তথ্যগুলি আমাদের রেকর্ডের জন্য অবশ্যই পাঠাতে হবে।

প্রত্যেক আবেদনের সাথে ফটো আইডি
(যেমন - আধার, প্যান / পাসপোর্ট / ভোটার কার্ড) ও ন্যূনতম এক কপি ছবি পাঠানো বাধ্যতামূলক। স্ব-অভিভাবক পাত্র / পাত্রীরাও আবেদন করতে পারেন।

Only WhatsApp to **9233 44 45 46**
(11 A.M. to 7 P.M., except holiday).
Visit : khonj.in

স্বত্ত্বাধিকারী অর্ণব কুমার দে কর্তৃক ক্যুইক সার্ভিস, ১১ / ১৯ জি. কে. লেন, মকদমপুর, মালদা ৭৩২১০৩ হইতে প্রকাশিত ও মুদ্রিত। সম্পাদক ঃ অর্ণব কুমার দে। মুদ্রণ সহায়তা ঃ সত্যযুগ এমপ্লয়িজ কো-অপারেটিভ ইন্ডাস্ট্রিয়াল সোসাইটি লি, কলকাতা। নির্বাচিত বিতরণ কেন্দ্রগুলি থেকে বিনামূল্যে বিতরণের জন্য। M : 977 5454 577

দিশারী হেলথ্ পয়েন্ট ও দিশারী পলিক্লিনিক-এর
আউটডোর চিকিৎসকদের তালিকা

PATIENT SAFETY & QUALITY OF CARE NABH (ENTRY LEVEL) PRE ACCREDITED

MC-2356

ISO 9001:2015 IAF IAS ACCREDITED MSCB 118

আউটডোর চিকিৎসকদের তালিকা	দিশারী হেলথ্ পয়েন্ট	দিশারী পলিক্লিনিক
হৃদরোগ বিশেষজ্ঞ (কার্ডিওলজি)		
ডাঃ সিদ্ধার্থ ব্যানার্জী, ডি.এম. (কার্ডিও)	১ম ও ৩য় বৃহস্পতি	—
ডাঃ সুশীল কুমার, এম.বি.বি.এস., ডিপ্লোমা ইন ক্লিনিক্যাল কার্ডিওলজি	প্রতি রবিবার	—
ডাঃ শেখর দাস, এম.বি.বি.এস., এম.ডি. (মেডি.) (ডিপ্লোমা ইন ক্লিনিক্যাল কার্ডিওলজি)	সোম থেকে শনি	—
ডাঃ অরিন্দম বসাক, এম.বি.বি.এস., পি.জি.ডি.সি.সি. (কার্ডিও)	—	অনুমত্যনুসারে সাক্ষাৎ
ক্রিটিক্যাল কেয়ার স্পেশালিস্ট		
ডাঃ তাপস চক্রবর্তী, এম.ডি. (অ্যানাস্থেসিওলজি)	—	প্রতিদিন
ডাঃ ঋক সান্যাল, ডি.পি.এম., এম.ডি. (ট্রপিকাল মেডিসিন)	প্রতিদিন	—
প্লাস্টিক সার্জারী		
ডাঃ দীপঙ্কর রায়, এম.বি.বি.এস., এম.এস. (জেনা. সার্জারী), এম.সি.এইচ. (প্লাস্টিক সার্জারী)	মঙ্গল ও বুধ	—
নাক, কান, গলা বিশেষজ্ঞ (ইএনটি)		
ডাঃ শুভজিৎ সরকার, এম.এস., ই.এন.টি.	—	সোম থেকে শনি প্রত্যেক সপ্তাহ বৃহঃ ও শুক্র বাদে
ডাঃ কৌসর আহমেদ, এম.বি.বি.এস., এম.এস. (ই.এন.টি.)	—	
লিভার ও পেটের রোগ বিশেষজ্ঞ (গ্যাসট্রোএনটেরলজি)		
প্রফেঃ (ডাঃ) ক্ষৌণিশ দাস, এম.ডি., ডি.এম. (গ্যাসট্রো)	২য় ও ৪র্থ রবি	—
ডাঃ নিরাজ আগরওয়ালা, ডি.এম. (গ্যাসট্রো)	সোম থেকে শুক্র	—
ডাঃ চয়ন কুমার রায়, এম.ডি. (মেডি.), ডি.এন.বি. (গ্যাসট্রো)	—	২য় ও ৪র্থ বৃহস্পতি
ডাঃ সৌমিক ঘোষ, এম.ডি., পি.এইচ.ডি. (ডব্লুবিইউএইচএস)	—	মাসে তিনদিন
ডাঃ সুদীপ আড্ডি, এম.বি.বি.এস., ডি.টি.এম.এইচ. (গ্যাসট্রোএনটেরলজিস্ট) ও গ্যাসট্রো-ইনটেসটিনাল এন্ডোস্কোপিস্ট)	—	১ম বৃহস্পতিবার
ডাঃ পর্ণা রায় মন্ডল, এম.ডি., ডি.এম. (গ্যাসট্রো)	সোম থেকে শুক্র (বৃহস্পতি বাদে) মাসের ১ম ও ৩য় রবি	—
স্ত্রী ও প্রসূতি রোগ (গাইনোকলজি)		
ডাঃ এস. এন. শর্মা, ডি.জি.ও., এম.ডি.	সোম থেকে বৃহস্পতি	—
ল্যাপরোস্কপি ও জেনারেল সার্জারি		
ডাঃ এম. প্রামানিক, এম.এস. (এ.আই.আই.এম.এস.)	প্রতিদিন	—
ডাঃ এ. এ. আবু আহমেদ, এম.এস. (জেনারেল সার্জারী)	—	সোম থেকে শুক্র ও রবি
ডাঃ রাজা বসাক, এম.এস. (জেনারেল সার্জারী)	—	সোম থেকে বুধ, শনি ও রবি
জি. আই. সার্জারী		
ডাঃ তুহীন শুভ্র মন্ডল, এম.এস., এম.সি.এইচ. (এ.আই.আই.এম.এস.)	প্রথম ও তৃতীয় রবিবার	—

দিশারী হেল্থ পয়েন্ট # 97340 99999

আউটডোর চিকিৎসকদের তালিকা	দিশারী হেলথ্ পয়েন্ট	দিশারী পলিক্লিনিক
ক্যানসার বিশেষজ্ঞ (মেডিক্যাল অনকোলজি)		
ডাঃ কাজী সাজ্জাদ মনির, এম.ডি., ডি.এন.বি. (আর.টি.)	মাসে একদিন	—
ডাঃ অর্ণব অধিকারী, এম.ডি. (আর.টি.)	মাসে তিনদিন	—
ডাঃ তন্ময় বসাক, এম.ডি. (রেডিয়েশন অনকোলজি)	বুধ ও বৃহঃ	—
কিডনি সংক্রান্ত রোগ (নেফ্রোলজি)		
ডাঃ বিস্ময় কুমার, এম.ডি., ডি.এম. (নেফ্রো)	মাসে একদিন	—
কার্ডিও ভাসকুলার এবং থোরাসিক সার্জারী		
ডাঃ জাভিদ ভেকার সাদিক, এম.বি.বি.এস., ডি.টি.এম.এন্ডএইচ., ডি.সি.এইচ., এম.এস., এম.সিএইচ. (সিটিভিএস), কনসালটেন্ট কার্ডিও ভাসকুলার এবং থোরাসিক সার্জারী	মাসে একদিন	—
স্নায়ু রোগ বিশেষজ্ঞ (নিউরো মেডিসিন)		
ডাঃ সিদ্ধার্থ শঙ্কর আনন্দ, এম.ডি., ডি.এম. (নিউরো মেডিসিন)	৩য় রবিবার	—
ডাঃ পিনাকি মাইতি, ডি.এম. (নিউরো) মেডিসিন	—	২য় রবিবার
স্নায়ু ও মানসিক রোগ (নিউরো সাইকিয়াট্রি)		
ডাঃ পি. কে. সাহা, এম.ডি. (নিউরো সাইকিয়াট্রি)	মাসে একদিন	—
ডাঃ অনিন্দ্য কুমার রায়, এম.ডি. (নিউরো সাইকিয়াট্রি)	—	১ম বৃহস্পতিবার
ডাঃ সান্তারুল হক, এম.ডি. (সাইকিয়াট্রি)	—	প্রত্যেক মঙ্গলবার
নিউরো সার্জারি		
ডাঃ সমির সাহা, এম.বি.বি.এস., এম.সি.এইচ. (নিউরো সার্জারী)	—	প্রতিদিন
ডাঃ ইন্দ্রজিৎ রানা, ডি.এন.বি. (সার্জারী), ডি.এন.বি. (নিউরো সার্জারী)	প্রত্যেক শুক্র	—
চক্ষু রোগ বিশেষজ্ঞ (অফথালমোলজিস্ট)		
ডাঃ (মিসেস) সোনম প্রামাণিক (তলোয়ার), এম.এস. (অপ্থালমোলজিস্ট)	প্রতিদিন	—
ফুসফুস এবং অ্যালার্জিজনিত শ্বাস-প্রশ্বাস সম্বন্ধীয়		
ডাঃ শৈবাল মৈত্র, এম.ডি. (রেস, মেড), এফ.সি.সি.পি. (ইউ.এস.এ.)	৪র্থ রবিবার	—
ডাঃ সৌমিত্র সিনহা রায়, এম.ডি., ডি.টি.সি.ডি., এম.আর.সি.পি., এফ.সি.সি.পি., এফ.আর.সি.পি.	মাসে একদিন	—
অস্থিরোগ ও শল্য চিকিৎসা (অর্থপেডিক)		
ডাঃ জি. জি. কর, এম.এস., (অর্থো)	মাসে দুইদিন	—
ডাঃ তাপস কুমার বনিক, এম.বি.বি.এস., ডি. (অর্থোপেডিক সার্জেন)	—	প্রতিদিন
ডাঃ সুভাশিষ রঞ্জন মিত্র, এম.এস. (অর্থো)	সোম ও মঙ্গল	—
ডাঃ সাকেত কুমার প্যাটেল, এম.এস. (অর্থো)	বৃহঃ থেকে রবি	—
ডাঃ জিসান আজাদ, এম.এস. (অর্থো)	—	সোম, বৃহঃ, শুক্র, রবি
শিশু রোগ বিশেষজ্ঞ (চাইল্ড স্পেশালিস্ট)		
ডাঃ দীপান্বিতা সাহা, এম.বি.বি.এস., এম.ডি. (পেডিয়াট্রিকস)	—	সোম থেকে শনি
ডাঃ বিশ্বদ্বীপ দাস, এম.ডি. (পেডিয়াট্রিকস)	—	প্রতিদিন

দিশারী পলিক্লিনিক # 89006 222 22

আউটডোর চিকিৎসকদের তালিকা	দিশারী হেলথ্ পয়েন্ট	দিশারী পলিক্লিনিক
মেরুদন্ড সম্বন্ধীয় (স্পাইন সার্জেন)		
ডাঃ ময়ূখ গুহ, এম.বি.বি.এস., এম.এস. (অর্থো) এফ.এন.বি. স্পাইন সার্জেন	—	১ম ও ৩য় বুধ
ফুসফুস বা শ্বাস-প্রশ্বাস সম্বন্ধীয় (রেসপিরেটরি মেডিসিন)		
ডাঃ মহঃ ইকবাল হাসান, এম.বি.বি.এস., এম.ডি. (রেস. মেড)	বুধ থেকে শনি	—
ডাঃ (শ্রীমতি) এস. উন্নিথান (রায়), এম.ডি. (রেস. মেড)	অনুমত্যনুসারে সাক্ষাৎ	—
ফিজিসিয়ান		
ডাঃ মধুরিমা সাহা, এম.বি.বি.এস., এম.ডি. (ক্রিটিকাল কেয়ার পেইন মেডিসিন)	বুধ থেকে শনি	—
ডাঃ কাকলি ঘোষ, এম.বি.বি.এস., এম.ডি. (মেডিসিন)	—	সোম থেকে শনি
ডাঃ সন্দীপ আগরওয়ালা, এম.বি.বি.এস., ফেলোসিপ ইন্ নেফ্রোলজি	প্রতিদিন	—
ডাঃ তাপস সরকার, এম.বি.বি.এস.	—	অনুমত্যনুসারে সাক্ষাৎ
ডাঃ মোহিদুর রহমান, এম.ডি., ডি.এন.বি.	অনুমত্যনুসারে সাক্ষাৎ	—
বাত, ব্যথা (রিউম্যাটলজি)		
প্রফেঃ (ডাঃ) জে. রায়, এম.ডি., ডি.এন.বি. (রিউ)	—	২য় রবি ও ৪র্থ শুক্র
চর্ম রোগ বিশেষজ্ঞ (স্কিন স্পেশালিস্ট)		
ডাঃ বিথীকা লোধ, এম.ডি. (স্কিন)	—	সোম, বৃহঃ থেকে শনি
ডাঃ সুরভি শর্মা, এম.ডি. (স্কিন)	—	মাসে একদিন
মূত্রথলী ও মূত্রনালী শল্য চিকিৎসা (ইউরোলজি)		
ডাঃ প্রসূন প্রামাণিক, এম.এস., এম.সি.এইচ. (ইউরো)	প্রতিদিন	—
নিউট্রিশন (ডায়েট)		
শ্রীমতি পিয়ালী রায় লালা, বি.এস.সি., এম.এস.সি., ডায়াটেসিয়ান	প্রতিদিন	—
ফিজিওথেরাপি		
ডাঃ আবরার আলম, (পি.টি.), এম.পি.টি. (অর্থো), চিরোপ্রাকটিস চিকিৎসা বিশেষজ্ঞ	—	বুধবার ও শনিবার
ডাঃ শুভদীপ বেরা, বি.পি.টি., এম.পি.টি.	—	সোম থেকে শনি

আমাদের ডায়াগনস্টিক সুবিধা ঃ—

- **প্যাথলজি ও মাইক্রোবায়োলজি ঃ** হিস্টোপ্যাথলজি, সাইটোলজি, বোন - ম্যারো স্টাডি, ট্রেফাইন বায়োপসি সহ সমস্ত প্যাথলজিক্যাল ও মাইক্রোবায়োজিক্যাল পরীক্ষা।
- **আল্ট্রাসাউন্ড এবং ইমেজিং ঃ** MRI 1.5 T with In-Bore facility, CT Scan, 4D কালার ডপলার আল্ট্রা সোনোগ্রাফি, পেরিফেরাল ভাস্কুলার স্টাডি, Digital এক্স-রে।
- **গ্যাস্ট্রোএন্টারোলজি ঃ** এন্ডোস্কোপি, কোলোনোস্কপি (ডায়াগনস্টিক এবং থেরাপিউটিক), ERCP (ডায়াগনস্টিক এবং থেরাপিউটিক), MRCP এন্ডোস্কোপিক ভেরিসিয়াল লিগেশন (EVL), ফাইবার অপটিক ল্যারিঙ্গোস্কোপি (FOL), পলিপেক্টমি।
- **কার্ডিওলজি ঃ** কালার ডপলার স্টাডি সহ ইকো-কার্ডিওগ্রাফি, ECG (ডিজিটাল), TMT (ডিজিটাল), হোল্টার মনিটর (ডিজিটাল), ২৪ ঘন্টার ব্লাড প্রেসার মনিটরিং।
- **ইউরোলজি ঃ** ইউরোডাইনামিক স্টাডি, ইউরোফ্লোমেট্রি Lithotripsy (Therapeutic)
- **নিউরোলজি ঃ** EEG, EMG এবং NCV (সমস্ত অঙ্গ), SSEP, VEP, BERA.
- **অ্যালার্জি ও হাঁপানি ঃ** স্কিন অ্যান্ড ড্রাগ অ্যালার্জি, স্পাইরোমেট্রি।

Dishari
HEALTH POINT PVT. LTD.

Google Reviews
Suggestion & Feedback

19, B.G. ROAD, MOKDUMPUR,
MALDA- 732103, WEST BENGAL.
Helpline No. 8116602193/ 99

দিশারী হেল্থ পয়েন্ট # 97340 99999

বিএড কোর্স

(প্রথম পাতার পর)

হিসেবে কাজা পেতে পারেন।

শিক্ষা পরামর্শদাতা হিসেবে স্কুল বা কোচিং সেন্টারে কাজের সুযোগ। অনেকে ইনস্ট্রাক সিলেবাস। সিলেবাসের মূল বিষয়গুলি হলো শৈশব এবং মানসিক বিকাশ। শেখা এবং শিক্ষাদান।

বিষয় এবং শৃঙ্খলার পাঠদান কৌশল গণিত, বিজ্ঞান এবং ভাষা শিক্ষার পদ্ধতি। প্র্যাকটিক্যাল প্রশিক্ষণ স্কুলে ইন্টার্নশিপ যা সরাসরি। শিক্ষাদানের অভিজ্ঞতা প্রদান করে।

ঐচ্ছিক মডিউল ডিফারেন্টলি এবেলড-দের জন্য বিশেষ শিক্ষা, শিক্ষাদানে প্রযুক্তির ব্যবহার এবং পরিবেশ শিক্ষা।

এই কোর্স তাত্ত্বিক জ্ঞান, শিক্ষাদানের দক্ষতা এবং বাস্তব অভিজ্ঞতা প্রদান করে, যা শিক্ষার্থীদের দক্ষ শিক্ষক হিসেবে গড়ে তোলে। উচ্চশিক্ষার মাস্টার অফ এডুকেশন (এমএড), যারা উচ্চতর শিক্ষাগত সুযোগ বা গবেষণা- মূলক কাজ করতে চান তাদের জন্য উপযুক্ত।

পিএইচডি ইন এডুকেশন শিক্ষাগত গবেষণা এবং নীতিনির্ধারণে আগ্রহীদের জন্য। ডিপ্লোমা / সার্টিফিকেট কোর্স কাউন্সেলিং, বিশেষ শিক্ষা বা শিক্ষায় প্রযুক্তির মতো বিশেষায়িত ক্ষেত্রে। কেরিয়ারে সুযোগ শিক্ষা সরকারি বা বেসরকারি স্কুলে প্রাথমিক, মাধ্যমিক এবং উচ্চ মাধ্যমিক স্তরের শিক্ষক। প্রশাসনিক কাজ, স্কুল প্রশাসক, ডিজাইনার হিসাবে অনলাইন লার্নিং কোর্স তৈরি করেন।

কর্পোরেট প্রতিষ্ঠানগুলিতে প্রশিক্ষক (কর্পোরেট ট্রেলার) হিসেবে কাজের সুযোগ থাকে। সরকারি সংস্থা ও এনজিও-তে শিক্ষানীতি গবেষণা ও উন্নয়ন ক্ষেত্রে কাজের সুযোগ রয়েছে। কিছু বিএড গ্র্যাজুয়েট অ্যাকাডেমিক কাউন্সেলর হিসেবে শিক্ষার্থীদের পরামর্শ দিয়ে থাকেন। বিভিন্ন এডুটেক কোম্পানিতে যেখানে ডিজিটাল মাধ্যমে শিক্ষাদান। করা হয় সেখানে শিক্ষক হিসেবে কাজের সুযোগ রয়েছে। লেখালেখির প্রতি আগ্রহ থাকলে শিক্ষামূলক কন্টেন্ট রাইটার হিসেবে কাজ করা সম্ভব।

উচ্চশিক্ষা, যেমন এমএ বা পিইচডি করলে গবেষণা ও বিশ্ববিদ্যালয়ে অধ্যাপনার সুযোগ পাওয়া যায়।

মনে রাখুন

বিএড প্রোগ্রাম তাঁদের জন্য একটি মাইলফলক যাঁরা শিক্ষাদানে আগ্রহী। ছোটবেলা থেকেই যাঁরা শিক্ষক হওয়ার স্বপ্ন দেখেছেন। এর সুনির্দিষ্ট পাঠ্যক্রম, কর্মজীবনের সুযোগ এবং উচ্চশিক্ষার পথ একটি সমৃদ্ধ ময় পেশাগত যাত্রার ভিত্তি তৈরি করে।

তথ্য সহায়তা অমলশঙ্কর মুখোপাধ্যায়, অধ্যাপক, ভুল অফ এডুকেশন।

কত অজানারে

- চৈতন্যের মতাবলম্বী বৈষ্ণবেরা "শিখা" বা টিকি রাখতেন বলে "শিখা"র অপর নাম "চৈতন।"
- বাংলা হরফে "ং" (অনুস্বার) হরফটি আগে পূর্বস্থিত বর্ণের মাথায় বৃত্তাকারে লেখা হত।
- প্রাচীন বাংলা পাণ্ডুলিপিতে উচ্চারণ অনুযায়ী বানান লেখার রীতি প্রচলিত ছিল। সে কারণেই ভিন্ন অঞ্চলের পুঁথিতে একই শব্দের ভিন্ন বানান প্রচলিত ছিল।
- বাংলা ভাষায় জীবনচরিত লেখার প্রবর্তন করেছিলেন চৈতন্য সাহিত্য। এবং সেখানেই প্রথম বাংলা বানানে বিশুদ্ধতা রক্ষার চেষ্টা শুরু হয়।
- 'জোনাথন সুইফ্‌ট' যে বছর "গ্যালিভার্স ট্রাভেলস" লেখেন, সে বছর তিনি কারও সঙ্গে কথা বলেননি।
- কালীপ্রসন্ন সিংহ ১৮৫৮ সালে ৭ জন পণ্ডিতের সাহায্যে মহাভারত অনুবাদের কাজ আরম্ভ করেন। ৮ বছর অবিরাম পরিশ্রমের পর ১৮৬৬ সালে ১৭ খণ্ডের মহাভারত প্রকাশিত হয়। প্রতি খণ্ড ৩ হাজার করে ছাপিয়ে ওই মহাভারত বিনামূল্যে বিতরণের ব্যবস্থা করেন।
- "নীলদর্পণ"-এর লেখক দীনবন্ধু মিত্র ছিলেন অতি দরিদ্র পরিবারের সন্তান। খুব অল্প বয়সে চাকরির জন্য বাবা জমিদারির সেরেস্তার কাজে ঢুকিয়ে দিয়েছিলেন। পড়াশোনা করার ইচ্ছায় তিনি বাড়ি থেকে পালিয়ে কলকাতায় চলে আসেন।
- বাংলা শিশু সাহিত্যের প্রথম নাটক "হেঁয়ালী" রবীন্দ্রনাথের লেখা। প্রথম প্রকাশিত হয় তাঁর মেজবৌঠাকুরানী জ্ঞানদানন্দিনী দেবী সম্পাদিত "বালক" পত্রিকায়।
- রবীন্দ্রনাথ ন'বছর বয়সে শেক্সপিয়ারের ম্যাকবেথ নাটকের কিছু অংশ অনুবাদ করেছিলেন।
- হুমায়ুনের মতো তাঁর পুত্র মোগল সম্রাট আকবরও ছিলেন গ্রন্থপ্রেমী। তাঁর গ্রন্থাগারে নানান বিষয়ে হাতে লেখা ২৪ হাজারেরও বেশি পুস্তক সংগ্রহ ছিল।
- প্রাচীন ভারতীয় শহরগুলির চারধারে থাকত কাঠের প্রাচীর। একমাত্র মগধের রাজধানী রাজগৃহ শহরের চারধারে ছিল উঁচু পাথরের পাঁচিল।
- সাইবেরিয়ার Vehkhoyansk অঞ্চলের তাপমাত্রা এত কম যে কেটলি থেকে গরম জল মাটিতে ঢালার মুহূর্তেই তা জমে বরফে পরিণত হয়।
- এশিয়া মহাদেশের প্রথম ডিগ্রি কলেজের নাম শ্রীরামপুর কলেজ। ১৮১৮ সালে প্রতিষ্ঠিত কলেজটি প্রথম ডিগ্রি দেবার অধিকার পায় ১৮২১-এ।
- কেশ বিন্যাসের জন্য চিরুনির ব্যবহারের উল্লেখ চলে আসছে সেই বেদ উপনিষদের কাল থেকেই।
- বেণু, মুরলী, বংশিকা বা বংশী, সম্মোহনী বা মহানন্দা, আকর্ষিনী বা বংশুলি এবং আনন্দিনী-এগুলি সবই বাঁশির প্রকার। দৈর্ঘ্য ও ছিদ্রের সংখ্যায় প্রত্যেকটি আলাদা রকমের।
- মৃতুর পর মানুষের মস্তিস্ক প্রায় সাত মিনিট সক্রিয় থাকে এবং এই সময় জীবনের চূড়ান্ত মুহূর্তগুলি তিনি স্বপ্নের আকারে দেখতে থাকেন।
- যে শিশুরা ছোটবেলায় খুব মিথ্যা কথা বলে, বড় হলে সফল পেশাদার হয়।
- ২০১৩ সালে নিউজিল্যান্ড সরকার আটটি জেলখানা বন্ধ করে দিয়েছে অপরাধীর অভাবে।
- মানুষ মুখোমুখি কথা বলার সময় সবচেয়ে বেশি সত্যি বলে। আর বেশি মিথ্যে বলে ফোনে কথা বলার সময়।
- মৃত্যুকালে মানুষের প্রথমে দৃষ্টিশক্তি চলে যায়, এরপর যায় স্পর্শ অনুভূতি এবং সবশেষে যায় শ্রবণ অনুভূতি।
- চাঁদ প্রতি বছর পৃথিবী থেকে প্রায় দুই ইঞ্চি করে দূরে সরে যাচ্ছে।
- ঠিক তোমার মতো দেখতে আরও ছয় জন এই পৃথিবীতে আছে। তাদের মধ্যে একজনের সঙ্গে সারাজীবনে দেখা হওয়ার সম্ভাবনা ১১ শতাংশ।
- মেয়েরা নীল রং এর শোওয়ার ঘর পছন্দ করে এবং পুরুষরা সাদা।
- একটা সিগারেট খাওয়ার অর্থ এগারো মিনিট আয়ু কমে যাওয়া।
- যারা বিড়াল পোষে তাদের আত্মহত্যা করার প্রবনতা থাকে। কুকুর পুষলে মানুষ উদার মনের হয়।
- মেয়েরা যতো মেধাবী হবে ততো প্রজননে অক্ষম হবে।
- কোনো ভীড়ের মধ্যে আমরা একসঙ্গে শুধুমাত্র দুইটি মুখমন্ডলের উপর দৃষ্টিপাত করতে পারি।
- হেরোইন শুরুতে সর্দির ওষুধ হিসেবে ব্যবহৃত হতো। — সংকলক।

প্রকৃত সত্য

(চতুর্থ পাতার পর)

ডেটক্স শরীরের পক্ষে ভালো ঃ শরীরকে পরিস্কার রাখতে ডায়েট, চিকিৎসা অথবা পানীয় নেওয়ার কোনও প্রয়োজন নেই। শরীরকে ডিটক্সিফিকেশন বাঁচতে গেল লিভার এবং কিডনির যত্ন নিন। লিভার ও কিডনি এই দুটিই ডিটক্সিফিকেশনের অন্যতম অঙ্গ।

ডিম-হাই কোলেস্টেরল ঃ অনেকের ধারণা ডিম খেলে শরীরের কোলেস্টেরলের মাত্রা বেড়ে যায়। কিন্তু এই কথাটি একদমই সত্যি নয়। আমাদের শরীরের ক্ষতিকর কোলেস্টেরল সুসিক্ত অথবা চর্বিজাত খাবার খেলে হয়।

চিনি বাচ্চাদের মধ্যে ছটফটানির সৃষ্টি করে ঃ চিনি বেশি খেলে ব্লাড সুগারের মাত্রা বৃদ্ধি পায়, ফলত এক্সিনালিন হরমোনের ক্ষরণ প্রচুর পরিমাণে হয় যার ফলে ছটফটানি তৈরী হয়, কিন্তু গবেষণায় প্রমাণিত হয়েছে চিনি খাওয়া এবং বাচ্চাদের দৌরাত্মের মধ্যে কোনও যোগাযোগ নেই।

মশলাদার খাবার স্টমাক আলসারের কারণ ঃ মশলাদার খাবার স্টমাক আলসারের একমাত্র কারণ নয়। স্টমাক আলসারের প্রধান কারণ হল হেলিকোব্যাকটোর পাইলোরি নামক ব্যাকটেরিয়ার আক্রমণ, শুধুমাত্র মশলাদার খাবারই এর জন্য দায়ী নয়।

অ্যান্টিপারস্পিরেন্ট ব্রেস্ট ক্যানসারের কারণ ঃ কিছু মানুষের মতে অ্যান্টিপারস্পিরেন্ট এবং ডিওড্রেন্টে যেই কেমিক্যাল আছে তা আমাদের শরীরে মিশে যায়। কিন্তু ন্যাশনাল কেরিয়ার ইনস্টিটিউট প্রমাণ করেছে। ব্রেস্ট ক্যান্সারের সাথে ডিওড্রেন্টের কোনও যোগ নেই।

প্রাতঃরাশ ওজন কমাতে সাহায্য করে ঃ প্রাতরাশ কিছু মানুষের ওজন কমাতে সাহায্য করে, এটি ক্ষুধাকে প্রতিহত করে, এবং সারাদিনে পর পর খেয়ে যাওয়াকে আটকায়। যদি আপনি প্রাতরাশের ভক্ত না হন, আপনি তবে রোগা হয়ে থাকতে পারবেন।

সাংসারিক গাইড

❁ রান্নাঘর মানেই কিন্তু তেল, জল, হলুদের ছড়াছড়ি নয়, প্রতিদিনের খাবারের জোগান আসে সেখান থেকে। পরিষ্কার হেঁসেল মনের সঙ্গে শরীরকেও সুস্থ রাখে, এবার ঝকঝকে হেঁসেলে অন্দরের সৌন্দর্য বৃদ্ধি ও রসনাতৃপ্তি, দুই-ই ঘটুক।

❁ রান্নাঘরে বেশ কিছু ক্যাবিনেট বানানোর চেষ্টা করুন, যাতে মশলাপাতি খোলা জায়গায় না রেখে ক্যাবিনেটের মধ্যে গুছিয়ে রাখতে পারেন। এই ক্যাবিনেটগুলোও নিয়মিত পরিষ্কার করুন। স্টিলের গ্যাজেটগুলোতে যাতে জং না পড়ে, তার জন্য ব্যবহারের পর শুকনো কাপড় দিয়ে মুছে নিন।

ভিটামিন

(দ্বিতীয় পাতার পর)

মাল্টিভিটামিনে। মাল্টিভিটামিনের উপকার মাল্টিভিটামিনের উপকারের শেষ নেই। ঠিক পরিমাণে মাল্টিভিটামিন খেতে পারলে শরীরে এনার্জি বেড়ে যায়। এমনকী দেখা গিয়েছে যে স্নায়ুর জন্যও ভালো এই ভিটামিন। ইমিউনিটি বাড়াক্ষ্মে নার ক্ষেত্রে কার্যকরী এই ভিটামিন। এই যেমন করোনার অতিমারীর সময় আমাদের সামনে আসে জিঙ্ক থেকে শুরু করে নানা ভিটামিন ও খনিজ খাওয়ার উপকার। এমনকী দেখা গিয়েছে এই মাল্টিভিটামিন আপনার দুর্বলতা কাটায়, ক্লান্তি দূর করে। ভিটামিন বি খুবই জরুরি (ভিটামিন বি) আসলে আপনাকে মাথায় রাখতে হবে যে ভিটামিন বি কিন্তু শরীরে খুবই প্রয়োজন। এক্ষেত্রে শরীরে এনার্জি বাড়াতে পারে। এই ভিটামিন। এমনকী ভিটামিন বি৯ (ফোলিক অ্যাসিড) এবং ভিটামিন বি-১২ মানুষকে অ্যানিমিয়া থেকে বাঁচায়। এছাড়া ত্বক ও চুলের জন্যও প্রয়োজন এই ভিটামিন। এই বিষয়টি মাথায় রাখুন এবার মাথায় রাখুন যে চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া কোনও মাল্টিভিটামিন খাওয়া যাবে না। এই ভিটামিন সাপ্লিমেন্ট কিন্তু সকলের জন্য নয়। অনেক সময় দেখা যায় যে আপনি এক কারণে ভিটামিন খেতে গেলেন, আর উলটে হয়ে গেল সমস্যা। এক্ষেত্রে চিকিৎসক বললেই খাবেন মাল্টিভিটামিন। নইলে সমস্যা বহুগুণ বাড়বে। কোন সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া প্রয়োজন।

ইংরেজবাজার পৌরসভার
ওয়ার্ড ভিত্তিক ফলাফল

(প্রথম পাতার পর)

১৭১- কৃষ্ণমোহন বালিকা বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৪	৫৮৫	১৩০	০৮	৪৮	০১
১৭০- কৃষ্ণমোহন বালিকা বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৪	৫৫৯	২৬৮	০৯	১৯	০৪
১৬৯- উমেশচন্দ্র বাস্তুহারা উঃ বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৪	১৮৮	১৬১	০৭	১৮	০৩
১৬৮- উমেশচন্দ্র বাস্তুহারা উঃ বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৪	৪১০	২৩৮	১৬	২১	০১
১৬৭- উমেশচন্দ্র বাস্তুহারা উঃ বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৪	৮০৯	১০০	০৯	৬৬	০৫
১৬৬- ইংলিশবাজার মিউনিসিপ্যাল	ওয়ার্ড-১৫	৪৩৭	৩৩৭	১৮	১৬	০৯
১৬৫- প্রাথমিক বালিকা বিদ্যাতীর্থ	ওয়ার্ড-১৫	৩৩২	৫৪৪	৪৪	২৫	০৬
১৬৪-বিবেকানন্দ প্রাথমিক বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৫	৬০৪	২০৯	১৪	৫৫	০৪
১৬৩- ইংলিশবাজার মিউনিসিপ্যাল	ওয়ার্ড-১৫	৮৭	৭৮৯	৬১	৩০	১১
১৬২- মালদা জিলা স্কুল	ওয়ার্ড-১৬	৩৮৭	২৩১	২৫	১৫	০২
১৬১- মালদা জিলা স্কুল	ওয়ার্ড-১৬	৬৪৭	১৭৩	০৭	২৪	১০
১৬০- ডাঃ এম.এস. হাজারী স্কুল	ওয়ার্ড-১৬	৪১৭	২৪৫	২১	৪৩	০৩
১৫৯- অগ্রণী ক্লাব	ওয়ার্ড-১৬	৪১৫	৩১৯	১৭	৩১	০৪
১৫৮- ইন্দুবালা প্রাথমিক বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৬	৫৬৪	৩৮৭	৪৬	২৩	০২
১৫৭- বিপিন বিহারী দাস স্মৃতি স্কুল	ওয়ার্ড-১৭	৩৫৯	৪১৭	৩৮	৩৫	১২
১৫৬- পেডিশিল্ক রিলিং ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-১৭	৩৫০	৩৭৪	২৮	৪০	০৩
১৫৫- পেডিশিল্ক রিলিং ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-১৭	৩৫০	১৪৫	১২	৪৪	১১
১৫৪- জালালিয়া বালিকা বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৭	৩৬৫	১৯১	২২	২৮	০৫
১৫৩- জালালিয়া বালিকা বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-১৭	৩৬৫	১২৪	১৫	২০	০৬
১৫২- মহেশমাটি ধীরেন্দ্রনাথ সাহা	ওয়ার্ড-১৮	৬৪৬	২৯২	১১	৫১	০৫
১৫১- মহেশমাটি ধীরেন্দ্রনাথ সাহা	ওয়ার্ড-১৮	৪৪২	১৬৫	০৫	২০	০৫
১৫০- মহেশমাটি ধীরেন্দ্রনাথ সাহা	ওয়ার্ড-১৮	৪৯৫	৪৪৩	৪৮	৩৬	০৩
১৪৯- মহেশমাটি ধীরেন্দ্রনাথ সাহা	ওয়ার্ড-১৮	৫০২	১৮২	০৭	১৪	০৩
১৪৮- মহেশমাটি ধীরেন্দ্রনাথ সাহা	ওয়ার্ড-১৮	১৫২	৫৬৭	৩৭	৩০	০৩
১৪৭- রামকৃষ্ণ বিদ্যাভবন	ওয়ার্ড-১৯	৩১৭	৬১৫	৭৪	৭০	০৬
১৪৬- রামকৃষ্ণ বিদ্যাভবন	ওয়ার্ড-১৯	৪৬৩	১৯৯	২৩	২৪	০৭
১৪৫- রামকৃষ্ণ বিদ্যাভবন	ওয়ার্ড-১৯	৩৩৮	২৩৮	১০	৩০	০৪
১৪৪- নিবেদিতা গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-১৯	৩৭	৪৮৩	১৯	১৭	০৩
১৪৩- নিবেদিতা গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-১৯	৫২৫	১৫৬	১৪	৩২	০৬
১৪২- বিভূতিভূষণ প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২০	৭৪২	১৫২	১০	১৩	০৯
১৪১- প্রান্তপল্লী প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২০	৬২৫	১১৩	০৯	৭৬	০৭
১৪০- সর্ব্বমঙ্গলাপল্লী প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২০	৬৪০	১০৩	১৩	৪৯	০৭
১৩৯- সর্ব্বমঙ্গলাপল্লী প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২০	৬৮২	১৩০	১৬	৬৪	০২
১৩৮- যুগোলমোহিনী প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২০	৫৪৪	১৭৮	১১	১৫	০৭
১৩৭- যুগোলমোহিনী প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২০	৩৪৪	২২৬	১৮	২২	০৪
৯১- গয়েশপুর শান্তি কমিটি হল	ওয়ার্ড-২১	৪৬৬	৯৬	০৪	২৫	০১
৯০- গয়েশপুর শান্তি কমিটি হল	ওয়ার্ড-২১	৭৮৫	১০৪	০৯	৩৬	০১
৮৯- গয়েশপুর জুনিয়ার বেসিক স্কুল	ওয়ার্ড-২১	৭৭২	১০০	১৪	২৩	০২
৮৮- গয়েশপুর জুনিয়ার বেসিক স্কুল	ওয়ার্ড-২১	২২০	৮১১	৬৯	২১	০৭
৮৭- বাবলাবোনা প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২১	৫০১	৩৭	১০	০৪	০৪
৮৬- বাবলাবোনা প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২১	৭৮২	৫৬	০৭	০৪	০৫
৮৫- বাবলাবোনা প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২১	৬৯১	৫২	০৪	১৩	০৯
১০১-ঝলঝলিয়া হিন্দি প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২২	২৩২	৫৪	০৯	০৪	০১
১০০-ঝলঝলিয়া হিন্দি প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২২	২৭১	৬৪	০৮	০৬	০২
৯৯- রেলওয়ে গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২২	৭২৪	১৫৪	১১	৩৬	১০
৯৮- রেলওয়ে গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২২	৮৩২	১৫৭	২৮	৪৬	১১
১০৯- নরসিংহ কুপ্পা প্রাথমিক বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-২৩	৫৬৬	৮৭	০৮	১০	০১
১০৮- নরসিংহ কুপ্পা প্রাথমিক বিদ্যালয়	ওয়ার্ড-২৩	৫০০	২৯	০৮	০৭	০৩
১০৭-ঝঞ্ঝাকুমার হাই স্কুল	ওয়ার্ড-২৩	৬৪৮	১০৬	১১	০৬	০৮
১০৬-ঝঞ্ঝাকুমার হাই স্কুল	ওয়ার্ড-২৩	৮৪৮	৭৩	০৯	০৯	১৩
১০৫- আরবান প্রাইমারী হেল্‌থ সেন্টার	ওয়ার্ড-২৩	৬৫১	৯২	০৫	০৬	০২
১০৪- আরবান প্রাইমারী হেল্‌থ সেন্টার	ওয়ার্ড-২৩	৩৯২	৬৯	০২	০৯	০৬
১০৩- সুভাষপল্লী প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২৩	৭২২	১৫৩	১৭	৪৭	০৬
১০২-রেলওয়ে হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৩	১৪৩	৬৪৬	৩৪	১৬	১৬
১৩৬- হাউসিং এস্টেট প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২৪	৪৩৯	৫৩	০৭	২৮	০৪
১৩৫- মালদা অ্যাকাডেমি	ওয়ার্ড-২৪	৬৫৮	৪০	০৪	২৬	০২
১৩৪- মালদা অ্যাকাডেমি	ওয়ার্ড-২৪	৯৫৭	৭৪	১৫	২৪	০৭
১৩৩- মালদা অ্যাকাডেমি	ওয়ার্ড-২৪	৭৮৬	৪৮	০৬	০৯	০৫
১৩২-ইনডাসট্রিয়াল ট্রেনিং ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-২৪	৬৫৬	৬৮	১১	৪৭	১১
১২৬- মালদা অ্যাকাডেমি	ওয়ার্ড-২৫	৫৫৮	৭৪	০৮	২৬	০৭
১২৫(ক)- মালদা অ্যাকাডেমি	ওয়ার্ড-২৫	৫৩১	৪২	০৪	১৮	০৬
১২৫- মালদা অ্যাকাডেমি	ওয়ার্ড-২৫	৪৭৭	৪৭	০৬	১৫	০৩
১২৪- গোবর্দ্ধন প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২৫	৫০৯	৪১	০৭	১৭	০৭
১২৩- গোবর্দ্ধন প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২৫	৬৪৪	৪৮	১৩	৩০	০৯
১২২- মিউনিসিপ্যালিটি কমিউনিটি হল	ওয়ার্ড-২৫	৪৭৭	৫০	০৮	০৫	০৩
১২১- কুলিপাড়া হিন্দি প্রাইমারি স্কুল	ওয়ার্ড-২৫	৭৫৩	১৯০	০৬	১৪	১১
১২০- কুলিপাড়া হিন্দি প্রাইমারি স্কুল	ওয়ার্ড-২৫	৪৩২	৯৫	১০	০৮	০২
১১৯- কুলিপাড়া হিন্দি প্রাইমারি স্কুল	ওয়ার্ড-২৫	৬৬২	৮৮	০৭	২০	০০
৯৭- রেলওয়ে গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৬	৫০৩	১০১	১৪	১৮	০৪
৯৬- রেলওয়ে গার্লস হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৬	৪৮২	৮৯	০৮	৩৫	০৫
৯৫- রেলওয়ে হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৬	৪৮৩	১৮২	১০	১৪	০২
৯৪- রেলওয়ে হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৬	৩৯৬	১৩২	১৪	২৪	০২
৯৩- রেলওয়ে শিশুনিকেতন	ওয়ার্ড-২৬	২০৫	২৮১	০৯	০৬	০৫
৯২-রেলওয়ে শিশুনিকেতন	ওয়ার্ড-২৬	৫৩১	২৬০	১৪	০৭	০৭
১১৩- বিভূতীভূষণ হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৭	৫০১	১১৫	১৩	৪৫	০৬
১১২- বিভূতীভূষণ হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৭	৬৮৬	১৩৯	১৬	৫২	০৫
১১১- বিভূতীভূষণ হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৭	৫১৫	৭১	০৪	৪৪	০২
১১০- বিভূতীভূষণ হাইস্কুল	ওয়ার্ড-২৭	৬৯৯	৭৮	১০	২৭	০৪
১১৮- ইনডাসট্রিয়াল ট্রেনিং ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-২৮	৮০৪	১৪৯	২২	২৯	০৫
১১৭- ইনডাসট্রিয়াল ট্রেনিং ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-২৮	৫৯০	৭৫	১০	২৪	০৫
১১৬- ইনডাসট্রিয়াল ট্রেনিং ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-২৮	৪৯৮	৬৭	০৬	১৯	০২
১১৫- ইনডাসট্রিয়াল ট্রেনিং ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-২৮	৪২২	৬২	০৫	৩৯	০৪
১১৪- ইনডাসট্রিয়াল ট্রেনিং ইন্সটিটিউট	ওয়ার্ড-২৮	৫৪৬	৭০	০৭	১৪	০৫
১৩১- কল্যান সংঘ গ্রামীণ গ্রন্থাগার	ওয়ার্ড-২৯	৭৭৬	১১৮	১০	৬২	০৩
১৩০- কৃষ্ণপল্লী প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২৯	৭৫৮	৬৩	০৮	৩৯	০৪
১২৯- কৃষ্ণপল্লী প্রাইমারী স্কুল	ওয়ার্ড-২৯	৪৬৭	৮৩	১০	১৪	১১
১২৮- ঠাকুর অনুকুলচন্দ্র গার্লস স্কুল	ওয়ার্ড-২৯	৫৭৫	৫৬	১০	২৪	০২
১২৭- ঠাকুর অনুকুলচন্দ্র গার্লস স্কুল	ওয়ার্ড-২৯	৫৮৯	৩৫৮	১৩	২১	১১

PSC মিসলেনিয়াস
পরীক্ষার জন্য স্মার্ট প্রস্তুতি নিন

পশ্চিমবঙ্গ সরকার বছরের বিভিন্ন সময়ে বিভিন্ন চাকরির পরীক্ষা নিয়ে থাকে। এই পরীক্ষাগুলির মধ্যে অন্যতম হলো পিএসসি মিসলেনিয়াস পরীক্ষা। এই চাকরির পরীক্ষার বিজ্ঞপ্তি প্রকাশিত হয়েছে। আবেদন করার প্রক্রিয়া শুরু হয়ে গিয়েছে এবং আবেদনের শেষ তারিখ ২০ মে, ২০২। সরকারি চাকরি পাওয়ার জন্য ধ ধরে অনেক অধ্যবসায়ের মধ্যে নিয়ে নিজের স্বণাকে আলন করছেন তাঁদের কাছে এই পরীক্ষা একটি সুবর্ণ সুযোগ। মিসলেনিয়াস হলো পাবলিক সার্ভিস কমিশন আরা আয়োজিত রাজ্য করে একটি প্রতিযোগিতামূলক পরীক্ষা। পশ্চিমবঙ্গ পাবলিক সার্ভিস কমিশন যে সমস্ত পরীক্ষাগুলির পরিচালনার দায়িত্বে রয়েছে।

শিক্ষাগত যোগ্যতা ঃ যে কোনও বিষয়ে যে কোনও স্বীকৃত বিশ্ববিদ্যালয় থেকে স্নাতক হওয়া। অর্থাৎ কেবলমাত্র স্নাতক উত্তীর্ণ হলেই এই পরীক্ষায় বসতে পারা যাবে।

বয়সসীমা ঃ মিসলেনিয়াসে সাধারণভাবে পরীক্ষায় নূন্যতম ২০ বছর থেকে সর্বোচ্চ ৩৯ বছর বয়স পর্যন্ত যেতে পারে। তবে সংক্ষিত শ্রেণির চাকরি প্রার্থীর ক্ষেনে সরকারি নিয়ম অনুসারে বয়সসীমার বিশেষ হাড় হয়েছে।

পরীক্ষার প্যাটার্ন ঃ পরীক্ষাটির দ্বারা নির্বাচন প্রক্রিয়া তিনটি ধাপে হয়ে থাকে। প্রিলিমস, মেনস ও ইন্টারভিউ। ধাপে পরীক্ষা হলো ডব্লিউবিসিএম করলে তবেই এই মিসলেনিয়াগও কম গুরুত্বপূর্ণ এই পরীক্ষার ভিত্তিতে নিয়োগ পরীক্ষা নয়।

চাকরির পদমর্যাদা ঃ রাজ্য সরকারের অধীনে থাকা বিভিন্ন দপ্তরে নিম্নলিখিত বিশেষ বিশেষ পদগুলিতে অফিসার প্রার্থীদের নিয়োগ করা হয় এই পরীক্ষার মাধ্যমে।

অ্যাসিস্ট্যান্ট চাইল্ড ডেভেলপমেন্ট প্রোজেক্ট

ম্যানেজমেন্ট অফিসার, ব্লক ডিজাস্টার ম্যানেজমেন্ট অফিসার, রক মুখ অফিসার মিউনিসিপ্যাল ইমুখে অফিসার, বারো ইমুখ অফিসার করা হয়। রইল প্রিলিমস ও মেনস পরীক্ষার প্যাটার্ন। প্রিলিমস ও মেনস এর বিষয় জেনারেল নলেজ ৫০ প্রশ্ন, রিমেক ২০টি প্রশ্ন ৫০ নম্বর, সর্বমোট ১০০টি সময় ১ ঘণ্টা ৫০ মিনিট। মোট ৩টি পেপার, প্রতিটিটি ফেজিপটিক)। Paper ইংরেজি Paper II বাংলা হিন্দি উর্দু নেপালি (যে কোন একটি)। Paper III মোরেল নলেজ (১০০ নম্বর) ও পাটিগণিত অভিসার (৫। প্রথম দুটি পেপারে মোট ১০০ নম্বর, সময়সীমা ১ ঘণ্টা ৩০ মিনিট, তিন নম্বর এগ্রিকালচারাল পেপারে সময়সীমা ২ ঘন্টা অ্যাসিস্ট্যান্ট এ মিনিট। ওয়েলফেয়ার অফিসার, ইনস্পেক্টর, ব্যাকওয়ার্ড ক্লাসেস ওয়েলফেয়ার অ্যাসিস্ট্যান্ট, মার্কেটিং প্রোগ্রাম অফিসার, কন্ট্রোলার অব কারেকশনাল সার্ভিসেস, ইনস্পেক্টর অফ এগ্রিকালচারাল ইনকাম ট্যাক্স, কাস্টমার ওয়েলফোর।

মিসলেনিয়াম পরীক্ষাটির ওমেনস পরীক্ষার সেভিংস ডেভেলপমেন্ট অফিসার সিলেবাস আলাদা।

ভারতীয় রাজনীতি ও সংবিধান, ভারতীয় অর্থনীতি, জাতীয় ও শানি, আন্তর্জাতিক গুরুত্বপূর্ণ বর্তমান ঘটনাবলি, ভারতীয় ইতিহাস, ভুগোল, গুরুত্বপূর্ণ জাতীয় ও আন্তর্জাতিক সম্মেলন এবং ইভেন্ট ইতালি। আরিথমেটিক-এর ক্ষেত্রে লাভ-ক্ষতি, বাসের উপর গড় মৌকো এবং স্রোত, সময় এবং দূরত্ব সিস্টেম ডেটা, শতাংশ, সরল চক্রবৃদ্ধি সুদ, অনুপাত, অনুপাত সম কাল, ল.সা.গু এবং গ.সা.গু ইত্যাদি।

মেনস-এর সিলেবাস। পেপার ১ ইংরেজি (১৫০ নম্বর)। পড়তে হবে রিপোর্ট লেখার ধরন, প্রেমি রাইটিং, বাংলা থেকে ইংরেজি অনুব ইংরেজি গ্রামার (টেন, অয়েন, ন্যারেশন, প্রিপোজিশন, আর্টিকল নিমে নিমন, অ্যান্টোনিমস)। পেপার - আছে বাংলা অন্যান্য ভাষা (১২০ নম্বর) লিখতে হবে, আধুনিক সমাজ, শিক্ষা, সংস্কৃতি ইত্যাদি নিয়ে প্রতিবেদন, ইংরেজি থেকে বাংলার অনুবাদ, সারাংশ দেশে রুনা বিশ্লেষণ, শব্দ ব্যবহার আস্ত অ্যারিথমেটিক (১৫০ নম্বর)। পেশার -এ আছে জেনারেল স্টাডিজ জেনারেল স্টাডিজ-এ পড়তে হবে, ও পশ্চিমবঙ্গের ইতিহাস, ভারত খোল, সংবিধান ও প্রশাসন, অর্থনীতি, পরিবেশ বিজ্ঞান, ঘটনা (Cover Afairs) গণিতে পড়তে হবে পদ্ধতি, শতকরা, লাভ-ক্ষতি, সময় ও দূরত্ব, লসাগু-গসাগু, গড়, অনুপাত, সময় ও কাল, সরল ও যৌগিক সুদ ইত্যাদি।

প্রস্তুতির কৌশল ঃ মিসলেনিয়াম প্রিলিমস পরীক্ষার প্রস্তুতির জন্য পরীক্ষার্থীদের প্রথমে পরীক্ষার সিলেবাস ভালো ভাবে দেখে নিতে হবে। এরপর প্রতিটি বিষয়ের জন্য একটি উপযুক্ত স্টাডি প্ল্যান তৈরি করতে হবে এবং সেই অনুযায়ী পড়াশোনা হবে। নিয়মিত মক টেস্ট দেওয়া, মাগের বছরের প্রশ্নপত্রগুলি সমাধান করা কারেন্ট আফেয়ার্সের উপর নজর রাহা অত্যন্ত জরুরি।

পি এস সি মিসলেনিয়াস প্রিলিমস পরীক্ষার সিলেবাস ভালোভাবে জেনে, নির্ধারণ করুন। একটি কার্যকরি স্টাডি কোন কোন বিষয়ে জোর দিতে হবে তা প্ল্যাম তৈরি করুন। প্রতিদিনের জন্য একটি নির্দিষ্ট সময়সূচি তৈরি করুন এবং সেই অনুযায়ী পড়াশোনা করুন।

প্রতিটি বিষয়ের জন্য ভালদাভাবে কারেন্ট অ্যাফেয়ার্স ইতালি বিষয়ের প্রতি নিন। গণিত, সাধারণ জ্ঞান, মেটেরিয়াল ব্যবহার করুন। নিয়মিত মক টেস্ট দিন। এতে পরীক্ষার প্রস্তুতি যাচাই করা যাবে এবং দুর্বলতাগুলি চিহ্নিত করে সেগুলির উপর নজর দিতে হবে। সময়ের মধ্যে শেষ করতে পারছেন কিনা দেখা যাবে। আগের বছরের প্রশ্নপত্রগুলি সমাধান করুন। এতে পরীক্ষার প্রশ্নপত্রের ধরন এবং কোন কোন বিষয়ে বেশি জোর দেওয়া হয়েছে, তা সম্পর্কে ধারণা পাওয়া যাবে। কারেন্ট অ্যাফেয়ার্স এর উপর নিয়মিত নজার রাখুন। সাম্প্রতিক ঘটনা জাতীয় ও আন্তজাতিক খেলাধুলা, অর্থনীতি ইত্যাদি বিষয়ে ইত্যাদি মোট ১৮টি পদ পাওয়া যায়।

স্বাস্থ্য সম্পর্কিত প্রকৃত সত্য

চা এবং কফি জলশূন্যতার কারণ

চা এবং কফি জলশূন্যতার কারণ এই কথাটি পুরোপুরি ভুল কারণ কফি এবং চা এই দুটিতেই জল অল্পমাত্রায় থাকে। কফি এবং চা দুধের সঙ্গে খাওয়া খুব একটা ক্ষতিকর নয়।

মাইক্রোওয়েভ রেডিয়েশনের কারণ ঃ মাইক্রোওভেনের থেকে মাইক্রোও- য়েভ রেডিয়েশন হতে পারে, এই রেডিয়েশনের পরিমাণ অল্প হলেও এর কারণে মানব শরীরে বিভিন্ন প্রকার ক্ষতিও হতে পারে। যেসব মাইক্রোওয়েভের থেকে রেডিয়েশন নির্গত হয় সেগুলি বিক্রি করা হয় না।

অতিরিক্ত চিনি ডায়াবেটিসের কারণ ঃ চিনি খেলেই মোটেই ডায়াবেটিস হয় না, যারা বলে তারা ভুল বলে। অতিরিক্ত মাত্রায় চিনি খেলে, ওজন বেড়ে যায়, এবং অতিরিক্ত ওজন বেড়ে গেলে ডায়াবেটিস হতেই পারে। ডায়াবেটিস থেকে বাঁচতে গেলে নিজের ওজনের ওপর খেয়াল রাখুন।

(এরপর ৩-এর পাতায়)

ক্ষতিকর চিনি'র স্বাস্থ্যকর বিকল্প "মধু"

- নিয়মিত বিশুদ্ধ মধু সেবন আপনাকে অনেক রোগ থেকে মুক্ত রাখে।
- মধু মৌমাছির পাচনতন্ত্রে সৃষ্ট অমৃতসম এক অপেক্ষাকৃত ঘন তরল।
- মধু-তে থাকে ফ্রুক্টোজ, গ্লুকোজ, মল্টোজ ও সুক্রোজ। এতে কার্যত কোনপ্রকার ফাইবার, চর্বি বা প্রোটিন নেই।
- বিশুদ্ধ মধু হল গুরুত্বপূর্ণ অ্যান্টি অক্সিডেন্টে ভরপুর।
- মধু-তে রয়েছে জৈব অ্যাসিড ও ফেনোলিক যৌগ। মধু-তে উপস্থিত অ্যান্টি-অক্সিডেন্টগুলি হার্ট অ্যাটাক, স্ট্রোক ও কিছু ধরণের ক্যানসারের ঝুঁকি কমায়।
- মধু চোখের স্বাস্থ্যেরও উন্নতি ঘটাতে পারে। ডায়াবেটিসে আক্রান্ত রোগীদের ক্ষেত্রে মধু চিনির তুলনায় কম খারাপ।
- এটি শরীরের মধ্যেকার খারাপ এইচ.ডি.এল. কোলেস্টেরলের মাত্রা, ট্রাইগ্লিসারাইড এবং প্রদাহ কমিয়ে দিতে পারে।
- মধু সেবন শরীরের উচ্চ রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণে রাখতে সাহায্য করে।
- উচ্চ এল.ডি.এল. কোলেস্টেরলের মাত্রা হৃদরোগের একটি শক্তিশালী ঝুঁকির কারণ। এর প্রভাবে ধমনীতে চর্বি জমে। হার্ট অ্যাটাক ও স্ট্রোকের সম্ভাবনা বাড়ে। যাদের রক্তে ট্রাইগ্লিসারাইডের মাত্রা বেশী তাদের ক্ষেত্রে বিশুদ্ধ মধু সেবন আশ্চর্যজনক সুফল দেয়।
- মধু হলো ফেনল ও অন্যান্য অক্সিডেন্ট যৌগের সমৃদ্ধ উৎস। এর প্রভাব হৃদপিন্ডে রক্তপ্রবাহ বৃদ্ধিতে সহায়ক হয়।
- প্রাচীন চিকিৎসা ব্যবস্থাতেও মধুর ব্যবহার লক্ষ্য করা যায়। শরীরের কোন ক্ষত, ঘা, পোঁড়া অংশে মধুর প্রলেপ ক্ষত সারাতে সমান কার্যকর। দেহে সোরিওসিস, হারপিস ক্ষত সহ অন্যান্য ত্বকের চিকিৎসায় সাহায্য করে।
- কাশি দমনে মধুর ব্যবহার যুগ যুগ ধরে চলে আসছে। একটি গবেষণায় দেখা গেছে শ্বাসনালীর উপরিভাগের সংক্রমণের সাধারণ কাশিতে ৫ টি ভিন্ন ওষুধের তুলনায় মধু অনেক ভালো কাজ করেছে। এটি কাশির উপসর্গ কমায় ও ঘুমের উন্নতি ঘটায়।
- বোটুলিজমের ঝুঁকির কারণে, ১ বছরের কম বয়সী শিশুদের মধু দেওয়া উচিত নয়। মধু-তে ক্যালরির পরিমাণ এক টেবিল চামচে (২১ গ্রাম) ৬৪ ক্যালোরি। তাছাড়া যাদের রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা স্বাভাবিকের তুলনায় অনেক বেশী তাদের চিকিৎসকের পরামর্শ না নিয়ে মধু সেবন করা উচিত নয়।

পেট ফাঁপা, গ্যাসের সমস্যা সারিয়ে ফেলুন

মাঝেমধ্যেই কি গ্যাস বেলুনের মতো পেট ফুলে যায় ? খাবার উনিশ থেকে বিশ হলে, গ্যাসে আইঢাই করতে থাকেন ? কী করণীয় কিছুই বুঝে উঠতে পারেন না ? মুঠো মুঠো গ্যাসের ওষুধে অভ্যস্ত না হয়ে, পেটের তিন পয়েন্টে চাপ দিয়ে সহজেই স্বস্তি পেতে পারেন। এ জন্য মাত্র মিনিট পাঁচেকেই যথেষ্ট।

পয়েন্ট ১ ঃ নাভি থেকে ঠিক পাঁচ আঙুল উপরে, নাভি বরাবর সরলরেখায় যে পয়েন্ট হয়, সেখানে আঙুল দিয়ে হালকা ম্যাসাজ করুন। ঘড়ির কাঁটা বরাবর কিছুক্ষণ আঙুল ঘুরিয়ে, পরক্ষণেই ঘড়ির কাঁটার উলটো দিকে ম্যাসাজ করুন। এভাবে তিন মিনিট করলেই ফল পাবেন। পাকস্থলিতে জমে থাকা গ্যাস মুহূর্তেবেরিয়ে, আপনাকে আরাম দিবে। পয়েন্ট ২ ঃ নাভি থেকে ঠিক এক আঙুল ছেড়ে উপরের দিকে একই ভাবে ম্যাসাজ করতে থাকুন তিন থেকে চার মিনিট। গ্যাসের জন্য পেটে ব্যথা করলে, তা কমে যাবে।

পয়েন্ট ৩ ঃ নাভি থেকে ঠিক পাঁচ আঙুল ছেড়ে নীচের দিকে অর্থাৎ তলপেটে একইভাবে ক্লক ও অ্যান্টিক্লক অনুযায়ী আঙুল ঘুরিয়ে ম্যাসাজ করুন। এতে শুধু দ্রুত গ্যাসই বেরোবে না। একই সঙ্গে অন্ত্রের সক্রিয়তা বাড়িয়ে তুলবে।

MMC Malda
100 Bedded NABH & ISO Certified Hospital
কলকাতা মণিপাল হসপিটাল থেকে আগত
বিশিষ্ট অর্থোপেডিক সার্জেন
DR. TANMOY KARMAKAR
এম.বি.বি.এস., এম.এস. (অর্থো)
রোবোটিক সার্জেন

কম কাটা, কম ব্যথা, দ্রুত সুস্থতা - এখন সম্ভব
আধুনিক রোবোটিক প্রযুক্তির মাধ্যমে
রোগী দেখবেন আগামী 24.05.2026 সকাল ৯টা থেকে
রোবোটিক সার্জারির বিশেষ সুবিধা
ছোট কাটাছেড়া | কম ব্যথা | কম রক্তক্ষরণ | দ্রুত সুস্থতা | অত্যন্ত নিরাপদ ও নির্ভুল
Malda Medical Centre | MMC Diagnostic Centre
K. J. Sanyal Road, Mokdumpur, Malda - 732103 I www.mmchospitals.com
8972283498 / 8170007650

MMC Malda
ISO 9001 : 2015 & NABH Certified Hospital
সুপার স্পেশালিষ্ট বহিঃ বিভাগের ডাক্তারদের তালিকা

SPECIALIST	DOCTORS NAME	AVAILABILITY
গ্যাস্ট্রোএন্ট্রোলজিস্ট	ডাঃ নিরাজ আগরওয়ালা এম.ডি, ডি.এম. (গ্যাস্ট্রো)	সোম থেকে শনি
	ডাঃ আবদুল্লাহ মহম্মদ হাসান এম.ডি (মেডিসিন), ডি.এম (হেপাটোলজি)	প্রতি শনিবার
	ডাঃ পর্ণা রায় মণ্ডল এম.ডি, ডি.এম. (গ্যাস্ট্রো)	সোম থেকে শনি
নেফ্রোলজিস্ট	ডাঃ অভিরাল কাশ্যপ এম.ডি, ডি এন বি, ডি.এম (নেফ্রো)	19.05.2026
পেডিয়াট্রিক কার্ডিওলজিস্ট	ডাঃ নুরুল ইসলাম এমডি, এফএনবি	17.05.2026
বিশিষ্ট কার্ডিওলজিস্ট	ডাঃ আশফাক আহমেদ এম.ডি, ডি.এম (কার্ডিওলজি)	16.05.2026
নিউরো ফিজিসিয়ান	ডাঃ কৌশিক কর্মকার এম.ডি, ডি.এম পি.ডি.টি (নিউরো)	17.05.2026
ইউরোলজিস্ট ও সার্জেন	ডাঃ কুন্তল পন্ডিত এম.এস, ডি.এন.বি (ইউরো)	19.05.2026
	ডাঃ ইসফাক আহমেদ জিলানী এম.এস, এম.আর.সি.এস, ডি.এন.বি	মাসে একবার
ইনফার্টিলিটি ক্লিনিক	ডাঃ সুপর্ণা ব্যানার্জী ডি.জি.ও, এম.ডি, এম.আর.সি.ও.জি	21.05.2026
পেডিয়াট্রিক হেমাটোলজিস্ট	ডাঃ স্নেহা আগরওয়ালা এম.ডি. (পি.এ.ই.ডি), এফ.এন.বি	মাসে একবার
নিউরো সার্জেন	ডাঃ শেখ ইমরান আলি এম.বি.বি.এস, ডি.এন.বি, এম.সি.এইচ. (নিউরো)	মাসে একবার
	ডাঃ অশোক কুমার আচার্য্য এম.এস, এম.সি.এইচ (নিউরো)	প্রতি মঙ্গল ও বুধবার

২৪×৭ নার্সিং হোম পরিষেবা ও ৩৬৫ দিন ডায়াগনষ্টিক ও ও.পি.ডি
TPA / ক্যাসলেশ ইন্স্যুরেন্স / প্যাকেজের সুবিধা
SBI general | HDFC ERGO | STAR | IFFCO-TOKIO | ACKO | BAJAJ Allianz | Safeway | Chola MS | ICICI Lombard | FUTURE GENERALI
মালদা মেডিক্যাল সেন্টার প্রাঃ লিঃ
কে. জে. সান্যাল রোড, মকদুমপুর, মালদা – ৭৩২১০৩
8170007650 / 9434052889
Find us www.mmchospitals.com

MMC SKIN INSTITUTE Laser - Skin - Hair - Nail - Cosmetic
এমএমসি স্কিন ইন্‌স্টিটিউট
লেজার | স্কিন | হেয়ার | নেল | কস্‌মেটিক
চর্ম, চুল এবং নখের সমস্ত চিকিৎসা
চর্ম, চুল এবং নখের যেকোনো সমস্যার চিকিৎসা, স্কিন বায়োপসি ও সমস্ত পরীক্ষা-নিরীক্ষা আধুনিক মেশিনের সাহায্যে করা হয়।
লেজার চিকিৎসা
হেয়ার রিমুভ্যাল, স্কার রিমুভ্যাল, ট্যাটু রিমুভ্যাল, ট্যান রিমুভ্যাল, তিল, আঁচিল অপসারণ ও সব ধরনের লেজার চিকিৎসা।
স্কিন কেয়ার / থেরাপি
কেমিক্যাল পিল, MNRF (এম.এন.আর.এফ), সোরাইসিস ও একজিমা ক্লিনিক।
হেয়ার ট্রিটমেন্ট
অতিরিক্ত চুল পড়া, অল্প বয়সে মাথায় টাক প্রভৃতি সমস্যার সমাধান, পি.আর.পি ও হেয়ার ট্রান্সপ্ল্যান্টেশন করা হয়।
সার্জারি
স্কিন ও নখের সার্জারি, শ্বেতী চিকিৎসা ও গ্রাফ্ট সার্জারি করা হয়।

ডাঃ নিশান্ত আগরওয়ালা
এম.ডি (স্কিন), গোল্ড মেডেলিষ্ট
রুগী দেখছেন - সকাল ১০.৩০ টা থেকে দুপুর ১.৩০ টা (প্রতিদিন) সন্ধ্যা ৬.০০ টা থেকে ৭.৩০ টা (বৃহস্পতি ও রবিবার বাদে)
97499 97231 / 81700 81960 | www.drnishantagarwala.com

শরীরে ভিটামিনের কমতি

সিম্‌টমস অফ ভিটামিন বি ডেফিসিয়েন্সি আমাদের মধ্যে প্রায় ৫০ শতাংশ মানুষের শরীরে রয়েছে ভিটামিন বি-এর ঘাটতি। এক্ষেত্রে শরীরে ক্লান্তি থেকে শুরু করে গা হাত পায়ে ব্যথা ইত্যাদি সমস্যা দেখা যায়। এবার মাল্টিভিটামিন এমন ক্ষেত্রে দারুণ কাজ করে। ভিটামিন বি ডেফিসিয়েন্সি ঃ আমাদের প্রতিটি মানুষকেই নিজের শরীর নিয়ে সতর্ক হয়ে যেতে হবে। এবার দেখা গিয়েছে যে খাবারে ঠিকমতো পুষ্টি না থাকলে অনেক সময় থেকে যায় ক্লান্তি। এই কারণে শরীরও ধীরে ধীরে খারাপ হয়ে যায়। সম্প্রতি ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অব নিউট্রিশনে প্রকাশিত একটি গবেষণায় দেখা গিয়েছে যে প্রায় ৫০ শতাংশ ভারতীয়ের শরীরে রয়েছে ভিটামিন বি ডেফিসিয়েন্সি। এই পরিস্থিতিতে কিছু মাল্টিভিটামিন এই সময়ে আপনার শরীর সুস্থ রাখতে পারে। আর তা করতে হবে চিকিৎসকের পরামর্শ মতো। এই প্রসঙ্গে ডা প্রদীপ কুমার, নারায়ণা হৃদয়ালয়া বেঙ্গালুরু চিকিৎসক বলেন, আমাদের

(এরপর ২-এর পাতায়)

বার্থ সার্টিফিকেট
ড্রাইভিং লাইসেন্স
পাসপোর্ট
স্কুলের কাগজপত্র
জমির দলিল
পলিসি সার্টিফিকেট
চাকুরীর নিয়োগপত্র
সমস্ত সরকারী কাগজপত্রে
নামের বানান সঠিক আছে তো?
এফিডেফিট করে
সংবাদপত্রে সঠিক নাম ঘোষণা করুন।
পরামর্শ ও সহযোগিতা ঃ
মাস মিডিয়া শুধু প্রচার করে না, প্রসার ঘটায়
মকদুমপুর রথঘরের বিপরীতে, মালদা
9233 44 45 46